

BIA Messung: Checkliste

Damit Sie ein genaues Messergebnis erhalten, sind folgende Punkte im Vorfeld zu beachten:

- Bleiben Sie vor der Messung nüchtern
eine Nahrungskarenz von ca. 4 Std. ist einzuhalten*
- Trinken Sie nicht unmittelbar vor der Messung
30 min. - 1 h vor der Messung soll nichts mehr getrunken werden*
- Verwenden Sie vor der Messung keine Hautcreme
Cremen und Lotionen können das Messergebnis zusätzlich verfälschen
(auch die morgendliche Körpercreme)*
- Kommen Sie möglichst mit den gleichen Voraussetzungen
In der Verlaufskontrolle soll die Essen- und Flüssigkeitsaufnahme relativ
ähnlich sein*
- Die Blase soll leer sein
eine volle Blase beeinträchtigt das Messergebnis negativ*
- Kein Sport vor der Messung
2-3 Std. vor der Messung soll kein übermäßiger Sport stattgefunden
haben. Bitte geben Sie ebenfalls bekannt ob ein Muskelkater vorliegt -
die Widerstände der Zellen können sich dadurch verändern.*

Bei Herzschrittmacher / Defibrillator wird keine Messung durchgeführt. Bei Schwangere ist das Messergebnis verfälscht.