

肥胖診斷

BMI(身體質量指數):衛生福利部國民健康署公告標準範圍 18.5-24

PBF(體脂肪率): 衛生福利部國民健康署公告標準範圍 ♂ <25%; ♀ <30%

InBody 770

[InBody770]

ID	身高	年齡	性別	檢測日期/時間
	168cm	31	女性	2016.10.23. 09:29

身體組成分析

量測值	身體總水重	肌肉重	除脂體重	總體重
身體總水重(L)	29.1 (30.9~37.7)	37.2 (39.7~48.5)	39.5 (42.1~51.4)	58.1 (51.6~69.8)
蛋白質重 (kg)	7.7 (8.3~10.1)			
礦物質重 (kg)	2.68 (2.86~3.50)			
體脂肪重 (kg)	18.6 (12.1~19.4)			

肌肉脂肪分析

體重 (kg)	骨骼肌重 (kg)	體脂肪重 (kg)
58.1	21.1	18.6

肥胖分析

體質指數 (kg/m ²)	體脂肪率 (%)
BMI 20.6	PBF 32.0

部位別肌肉分析

部位	肌肉重 (kg)	肌肉百分比 (%)	細胞外水比
右臂	1.74	82.2	0.380
左臂	1.67	78.7	0.381
軀幹	17.0	87.9	0.392
右腿	7.03	104.7	0.397
左腿	6.99	104.0	0.397

細胞外水比分析

細胞外水比	0.393
-------	-------

身體組成歷程記錄

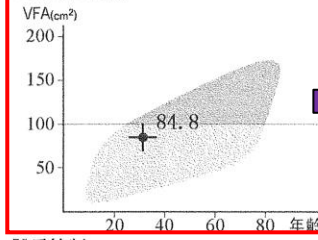
體重 (kg)	58.1
骨骼肌重 (kg)	21.1
體脂肪率 (%)	32.0
細胞外水比	0.393

InBody 評分

68/100分

* 總評分反應身體組成的評估值。肌肉發達的人得分可能超過 100 分。

內臟脂肪面積



體重控制

目標體重	60.7 kg
體重控制	+2.6 kg
脂肪控制	-4.6 kg
肌肉控制	+7.2 kg

營養評估

蛋白質重	<input type="checkbox"/> 正常 <input checked="" type="checkbox"/> 不足
骨礦質	<input type="checkbox"/> 正常 <input checked="" type="checkbox"/> 不足
體脂肪	<input checked="" type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 不足 <input type="checkbox"/> 過量
BMI	<input checked="" type="checkbox"/> 正常 <input type="checkbox"/> 低 <input type="checkbox"/> 稍高 <input type="checkbox"/> 高
PBF	<input type="checkbox"/> 正常 <input checked="" type="checkbox"/> 稍高 <input type="checkbox"/> 高

部位別脂肪分析

右臂 (1.3kg)	125.2%
左臂 (1.3kg)	129.2%
軀幹 (8.7kg)	151.7%
右腿 (3.2kg)	122.9%
左腿 (3.2kg)	122.7%

研究參數

基礎代謝率	1224 kcal
腰臀圍比	0.84 (0.75~0.85)
腰圍	76.7 cm
內臟脂肪級別	8 (1~9)
肥胖度	96% (90~110)
臂圍	26.5 cm

阻抗

Z(α)	右臂	左臂	軀幹	右腿	左腿
1 kHz	450.8	464.4	34.8	274.4	277.3
5 kHz	443.1	457.3	33.9	269.6	272.6
50 kHz	403.2	419.1	31.0	248.4	250.4
250 kHz	370.5	387.4	27.2	230.2	231.7
500 kHz	358.4	375.9	25.6	226.0	227.5
1000 kHz	348.2	365.7	22.8	225.9	226.9

健康評分:分數<70 為發育不良, 70-90 介於“好”至“很好”之間, 分數>90 為“肌肉量多”的運動員型。該分數以肌肉量為評量依據, 分數越高表示肌肉越發達。

體內脂肪儲存量, 隨年齡增加而提升。淺灰+深灰區域為合理範圍, 但仍建議盡量維持在淺灰色的健康區域內。

基礎代謝率

係用以維持心跳呼吸維持體溫等之最低能量消耗。本儀器依據除脂體重推估而來, 因除脂體重女性較男性輕, 估一般女性 BMR 較低。

腰臀圍比

衛生福利部國民健康署公告標準範圍 ♂ <0.9; ♀ <0.85