

Bioelektrická impedance (BIA)

BIA měří kompozici těla malým, bezpečným elektrickým proudem, který prochází tělem. Proud volně prochází tekutinami ve svalových tkáních, ale při průchodu tukovými tkáněmi se setkává s odporem. Tento odpor tukových tkání vůči průchodu proudu se nazývá „bioelektrická impedance“. Z naměřené hodnoty impedance, poměru výšky, hmotnosti a dalších korekcí přístroj vypočítá procento tělesného tuku, svalové hmoty, vody a další hodnoty.

Příprava k vyšetření:

- nekonzumovat alkohol 24 hodin před vyšetřením
- den před vyšetřením by měl být bez intenzivní fyzické aktivity spojené s velkým pocením (bez saunování)
- nenatírat si před vyšetřením ruce a nohy žádným mastným krémem
- nesprchovat se krátce před měřením
- délka vyšetření cca 10 minut
- vyprázdněný močový měchýř

Kontraindikace:

- těhotenství
- kardiostimulátor, defibrilátor

