



InBody

KEHONKOOSTUMUS-MITTAUKSET

la 13.10.2018 klo 12.00-16.00

Kilpukassa

Käynti liikuntasalin ovesta

AJANVARAUKSET Raili p. 044 4776 220

OHJEITA KEHON KOOSTUMUKSEN TESTAUKSEEN SAAPUVILLE:

- Mittaus suoritetaan mielellään tyhjällä vatsalla, vähintään kaksi tuntia ruokailun jälkeen.
- Käy wc:ssä ennen mittausta, virtsarakon tulisi olla mahdollisimman tyhjä.
- Riisu painavat vaatteet ja korut, erityisesti magneettikorut pois.
- Ei kuntoilua, saunomista tai suihkussa käyntiä juuri ennen mittausta, koska hikoilu muuttaa väliaikaisesti kehon koostumusta.
- Ole seisaallaan vähintään 5 min. ennen mittausta.
- vältä mittauksen suorittamista kuukautisten aikana.
- Ilmoita testajalle mahdollisimman tarkka pituus.
- Mittausta varten asiakkaan tulee olla paljain jaloin ja sisävaatteissa.

EI TESTIIN

- Henkilöt, joilla on sydämentahdistin tai muu elektroninen lääkintälaitte
henkilöt, joilla on virtsaneritystä lisäävä lääkekuuri.
- henkilöt, jotka ovat alle 95 tai yli 220cm pitkiä tai jotka painavat alle 10 tai yli 250kg, tällöin tarkka mittaus ei ole mahdollista
- Kehon sisäinen metalli voi vaikuttaa mittaustulokseen, mutta koska InBody mittaa kehon viidessä eri segmentissä, on virhe yleensä vähäinen.
- Raskaana oleville ei testiä suositella, tällöin tarkka mittaus ei ole mahdollista.

MITTAUKSEN TARJOAA Merijärven kunta/ NonStop2 -hanke

Tulethan tuoksutta!

Tulethan tuoksutta!