

Checkliste für Ihre BIA-Messung

Damit ein optimales Messergebnis erzielt werden kann, ersuche ich nachfolgende Punkte zu beachten:

- Mind. 2 – 3 Stunden sollen zwischen letzter Mahlzeit und Messung liegen
- Mind. 1 Stunde vor der Messung keine Flüssigkeitsaufnahme - kommen Sie mit entleerter Blase! - Eine volle Blase beeinträchtigt das Messergebnis.
- Am Vortag sowie Tag vor der Messung, keine übermäßige sportliche Betätigung!
- Vor einer Messung weder Hand- oder Fußrücken eincremen. (Klebeelektroden haften nicht)
- Die Messung wird im Liegen durchgeführt.
- Für die Durchführung der Messung benötigen Sie freie Fußrücken. (keine Strumpfhose!)
- Bei Folgemessungen: Kommen Sie möglichst immer mit gleichen Voraussetzungen – das garantiert eine optimale Verlaufsmessung. Unterschiede im Mahlzeiten- und Flüssigkeitsrhythmus können die Messergebnisse verändern.

Kontraindikationen: Schwangerschaft, Herzschrittmacher, Defibrillator, Insulinpumpe oder sonstige implantierte, automatische, elektronische Kontrollvorrichtungen;