



けやき会通信



体型チェックしてみませんか？

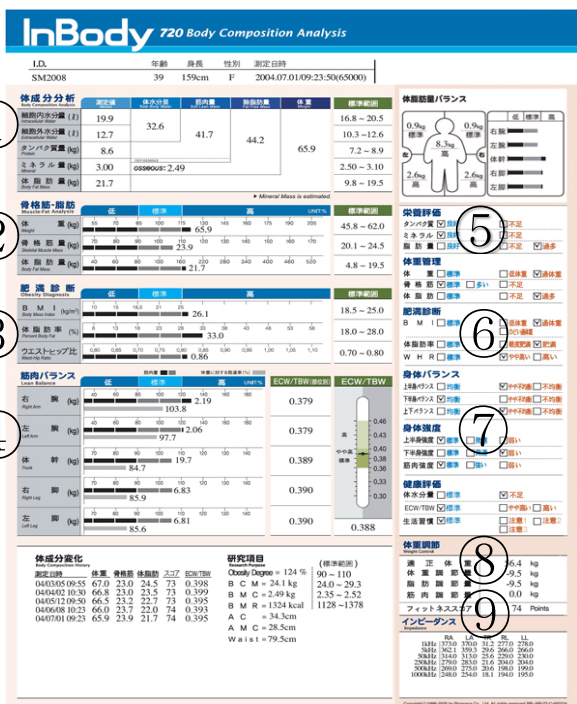
臨床検査科 濱本 真理子

はじめまして。臨床検査科の濱本(はまもと)と申します。
今回は生理機能検査室(心電図室)でおこなわれている“体液量脂肪量測定”
についてご紹介させていただきます。

体液量脂肪量測定とは生体電気インピーダンス法(BIA法)という原理を応用して体内の水分や筋肉・脂肪など様々な体成分を測定しています。つまり電気の通りやすさで体の中の成分を見分けています。

体成分を測定することにより、必要な摂取栄養分・筋肉と脂肪の状態やバランス・むくみ・適した運動方法を割り出し、みなさんの継続的な評価・治療に役立てています。

検査をご希望の方は主治医にご相談ください。よろしくお願いいたします。



* 結果様式と主な測定項目

1. 体成分分析：体水分量・たんぱく質量(体成分と筋肉など)・ミネラル量(骨など)・体脂肪量のバランス
2. 骨格筋と脂肪のバランス：I・D・C型
3. 肥満評価：BMI・体脂肪率・ウエストヒップ比
4. 筋肉バランス：腕・体格・脚の部位別、筋肉量
5. 水分バランス：腕・体格・脚の部位別、水分量
6. 体脂肪バランス：腕・体格・脚の部位別、脂肪量
7. 総合評価：栄養評価・体重管理・肥満診断・身体バランス・身体強度・健康評価
8. 体重調節：適正体重・脂肪調節量・筋肉調節量
9. フィットネススコア：70点以上が標準

* 検査を受ける前の注意事項

1. ペースメーカーを装着されている方は検査できません：影響がでる可能性があります
2. 妊娠中の方は参考値：羊水分が脂肪として判断されます
3. 食後2時間後・排便・排尿後が理想的：食事・便・尿は脂肪として判断されます
4. 軽装で検査：測定時 着衣分は-1kg引いています
5. 金属・磁気カードを外す：特に磁気カードは使用できなくなる可能性が有ります
6. 金属製部品(インプラント)の埋め込みをされている方：測定可能です
7. 運動前に測定：運動後は発汗や筋肉の張りなどで誤差を生じる可能性が有ります
8. 測定中は「動かず・喋らず・笑わず」をお願いします