

體組成測量說明

In Body 270 專業型體脂計

測量前請先用手機下載 APP(如下圖)，註冊之檢測數據可從手機中查詢



注意事項《不適用範圍》

- ★孕婦
- ★洗腎患者
- ★體內裝有心律調節器者
- ★體內裝有骨釘等金屬類者
- ※女性生理期間量測數值僅提供參考



操作步驟

<https://youtu.be/CdNXkNENxE8>

測量姿勢



建議測量的最佳狀況

◆起床後 3 小時

(若起床後一直坐著或在開車...等情形下，電阻傳輸會維持在高水平的狀態)

◆用餐後 2~3 小時測量

(用餐後 2-3 小時，電阻會逐漸下降)

◆激烈運動後經過 12 小時再測量

(電阻改變的趨勢會不穩定，視運動的類型而定)

◆測量前先小便

◆每天測量時，請盡量在相同的時間測量

(若每天測量的時間相同時，則測量值會較穩定)

數據解說

InBody 報告怎麼看?看哪裡? 觀看報告紙解讀懶人包

<https://fb.watch/w4-0EqyNMS/>

手把手教學看 BIA 體組成報告

https://www.youtube.com/watch?v=aJwTvH_ZOTA