VISBODY

Отсканируйте код, чтобы посмотреть отчёт

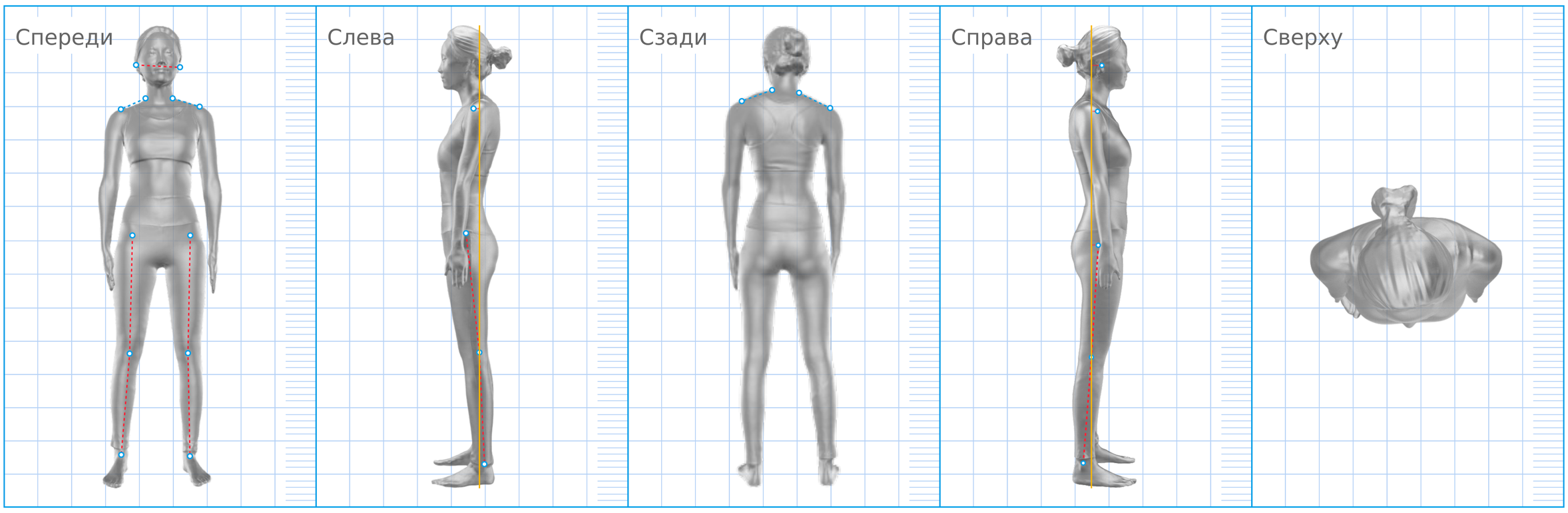
Отчёт об анализе осанки

Балл 67

ID: is***ey@grover.biz Пол: **Женский**

Рост: 170cm Возраст: 26 Дата/время теста: 25 мая 2025, 17:57

По сравнению с прошлым результатом -5



*Алгоритм оценки осанки обновлён 30.05.2025.

Обзор оценки осанки

* Для точности данных носите облегающую одежду и соберите волосы

	Значения	Предупреждение о риске
Голова выдвинута вперёд Возможно выдвижение головы вперёд	0.4cm	Выдвинутое вперёд положение головы может вызывать боль и дискомфорт в шее и плечах, вплоть до дегенерации шейного отдела и изменения физиологического изгиба при длительном сохранении симптома.
Наклон головы Возможен наклон головы (влево)	-0.5°	Наклон головы может вызывать дискомфорт в шее с одной стороны, мигрень и онемение и слабость рук.
Сутулость (левая сторона) Возможна сутулость (левая сторона)	0.9cm	Сутулость может уменьшать объём грудной клетки, ограничивать движение диафрагмы, влиять на дыхательную, сердечно-сосудистую системы и усвоение веществ. Это может вести к таким симптомам, как стеснение в груди, головокружение и одышка.
Сутулость (правая сторона) Возможна сутулость (правая сторона)	0.9cm	
Перекос плеч Норма	0.4°	--
Передний наклон таза Лёгкий передний наклон таза	4.3cm	Передний наклон таза может вызвать перенапряжение поясничных мышц, опущение органов и слабость мышц тазового дна.
Оценка левого колена Лёгкое переразгибание левого колена	185.7°	Переразгибание или сгибание колена вперёд вызывает изменения в механике коленного сустава, повышая риск повреждения мениска, связок и суставной капсулы
Оценка правого колена Лёгкое сгибание правого колена	174.0°	
Форма ног Выраженное варусное искривление (О-образные ноги)	**Левая нога** 181.5° **Правая нога** 181.7°	Аномальная форма ног может приводить к механической дисфункции нижних конечностей, повышать риск травмы коленного сустава и вести к нарушению осанки и симптомам со стороны таза и позвоночника.

VISBODY

Отсканируйте код, чтобы посмотреть отчёт

Отчёт об обхватах тела

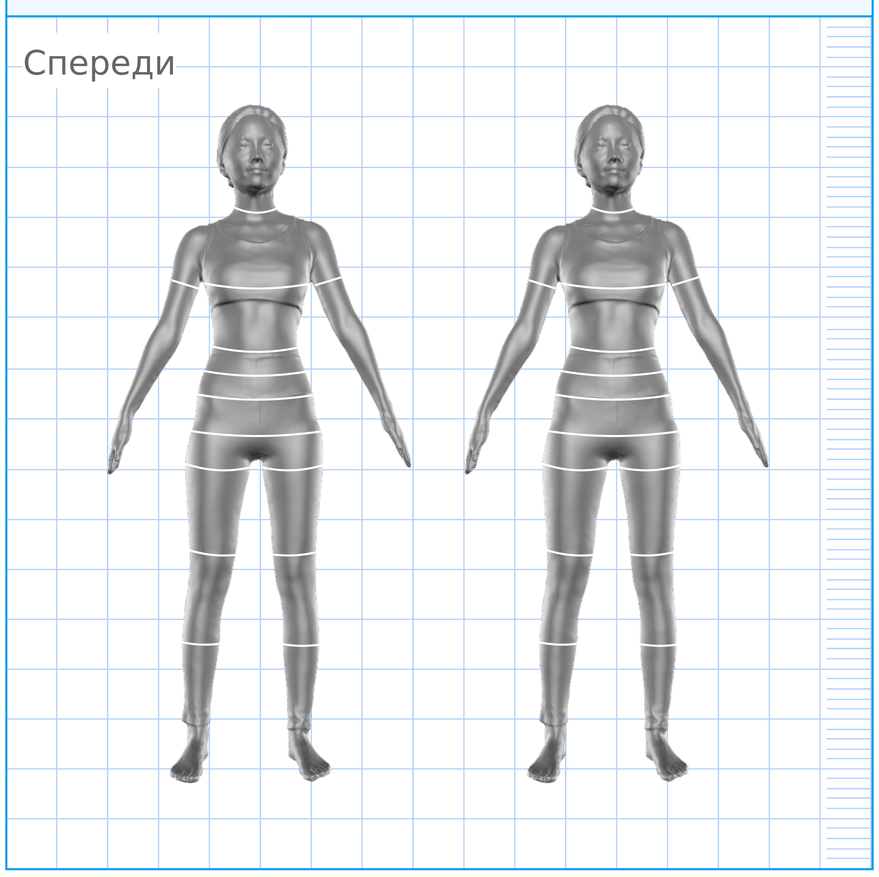
ID: is***ey@grover.biz Пол: **Женский**

Рост: 170cm Возраст: 26 Дата/время теста: 25 мая 2025, 17:57

Алгоритм расчёта обхватов тела обновлён 31/10/2024.

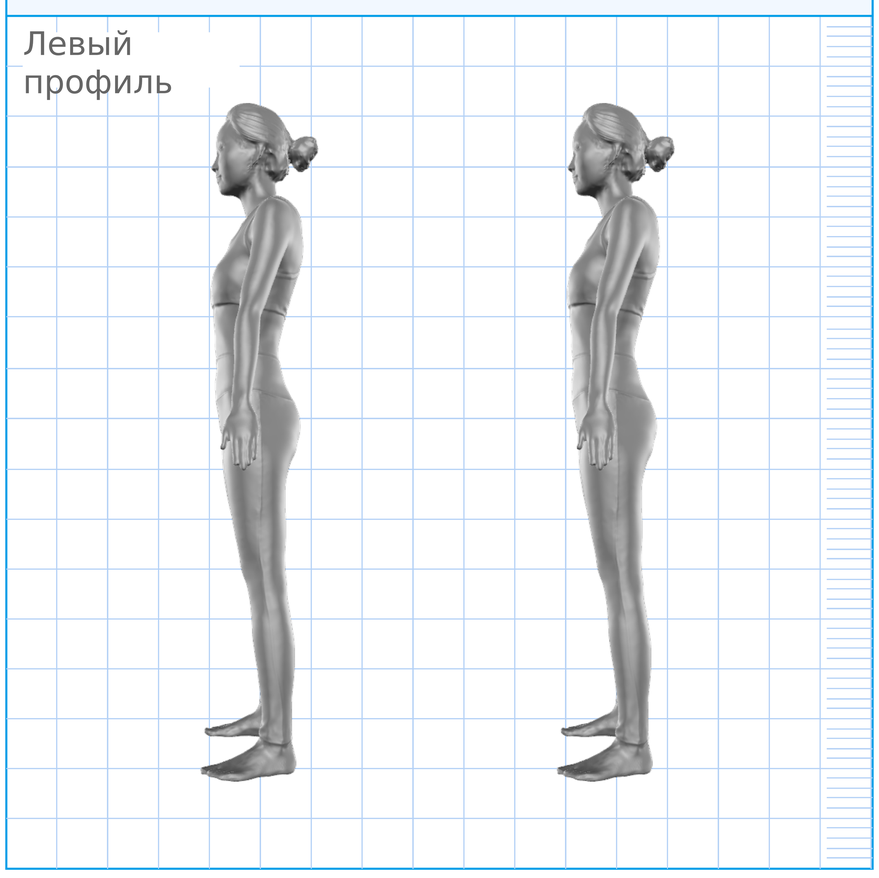
Текущее	Прошлое

Спереди



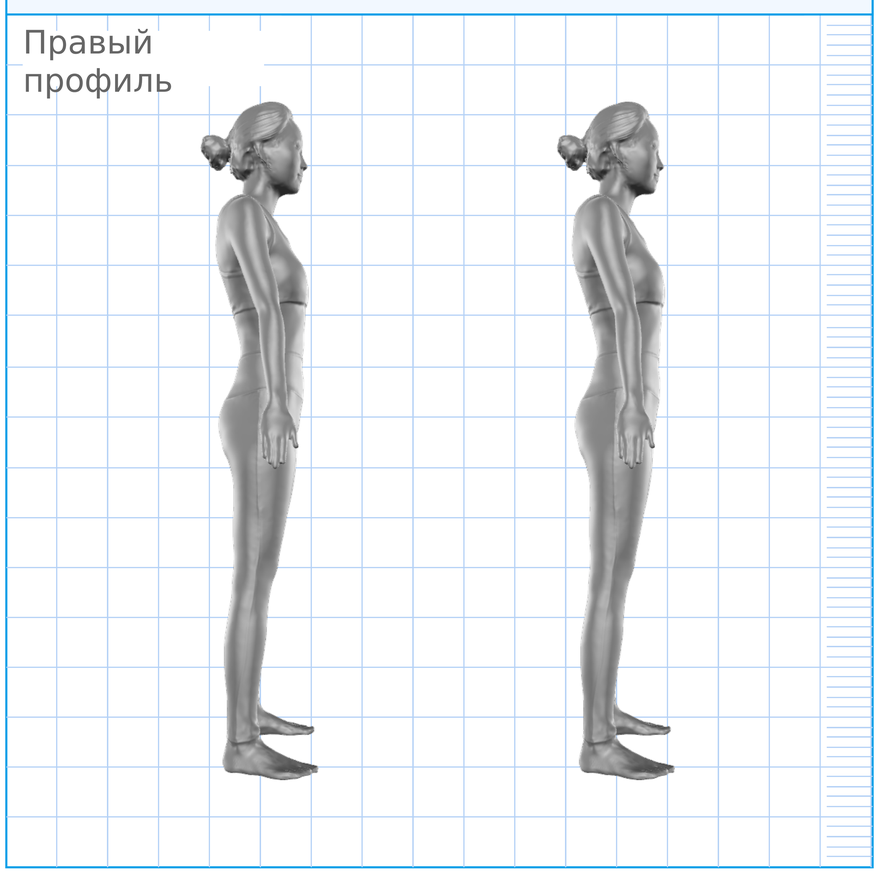
Текущее	Прошлое

Левый профиль



Текущее	Прошлое

Правый профиль



Обхваты тела

cm

Показатель	Текущее	Прошлое	Изм.
Обхват шеи	30.2	30.1	↑ 0.1
Левое плечо	21.8	21.7	↑ 0.1
Правое плечо	23.4	23.3	↑ 0.1
Грудь	81.5	81.4	↑ 0.1
Верхняя талия	68.6	68.5	↑ 0.1
Средняя талия	83.6	83.5	↑ 0.1
Нижняя талия	95.0	94.9	↑ 0.1
Линия бёдер	95.0	94.9	↑ 0.1
Левое бедро	46.2	46.2	↑ 0.1
Мин. обхват левого бедра	33.8	33.7	↑ 0.1
Правое бедро	46.5	46.4	↑ 0.1
Мин. обхват правого бедра	35.1	35.0	↑ 0.1
Обхват левой голени	30.7	30.6	↑ 0.1
Обхват правой голени	31.0	30.9	↑ 0.1

VISBODY

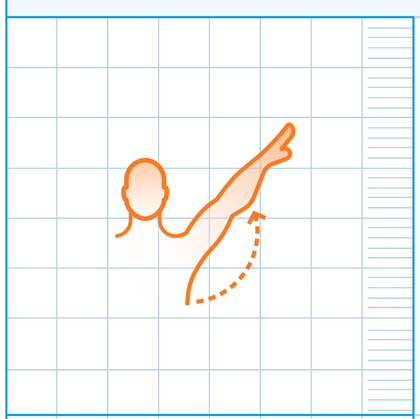
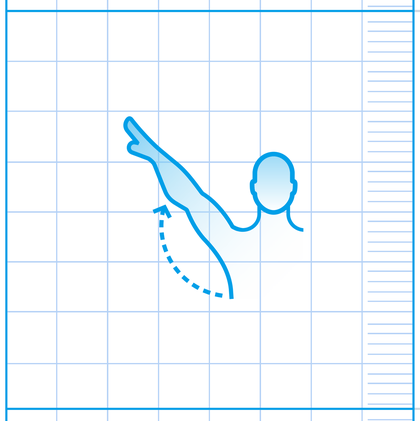
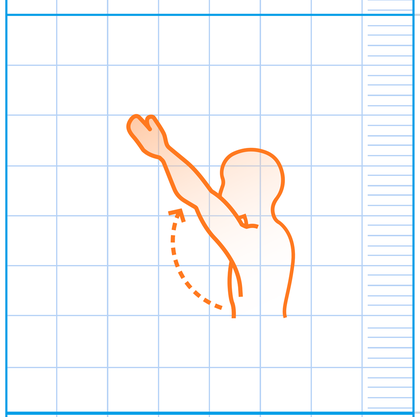
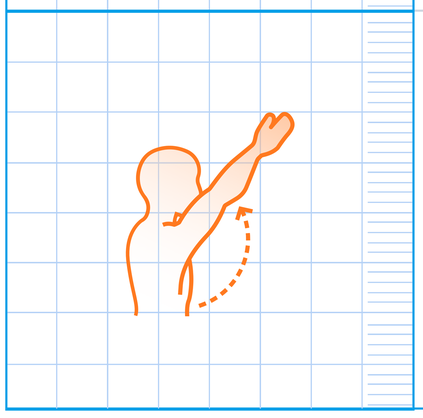
Отсканируйте код, чтобы посмотреть отчёт

Отчёт о функции плеча

ID: is***ey@grover.biz Пол: **Женский**

Рост: 170cm Возраст: 26 Дата/время теста: 25 мая 2025, 17:57

Оценка функции плеча

	Показатель	Значения	Макс. амплитуда движения	Заключение	Изм.
	**Отведение и подъём — левая рука**	143.0°	[180.0°]	Ограниченная амплитуда движения	↑ 3.2°
	**Отведение и подъём — правая рука**	177.0°	[180.0°]	Норма	↑ 5.0°
	**Сгибание и подъём — левая рука**	117.0°	[180.0°]	Ограниченная амплитуда движения	↑ 1.8°
	**Сгибание и подъём — правая рука**	117.6.0°	[180.0°]	Ограниченная амплитуда движения	↓ 10.0°

Результат оценки функции плеча

Отведение и подъём — левая рука□сгибание и подъём — левая рука□сгибание и подъём — правая рука. Амплитуда движения плечевого сустава ограничена.

Анализ: Ограничение подвижности плечевого сустава чаще всего вызвано напряжёнными мышцами, недостаточной амплитудой движения ключицы и лопатки, а также нейтральным положением шейно-лопаточной зоны. Это может нарушать нормальный паттерн движения (приводя к спортивным травмам) и связанные патологии (например, плечелопаточный периартрит, сутулость, боли в шейных позвонках). Длительное игнорирование может вести к различным заболеваниям плечевого сустава.

Рекомендация: Рекомендуется обратиться к специалистам для выяснения конкретных причин.

VISBODY

Отсканируйте код, чтобы посмотреть отчёт

Отчёт о составе тела

ID: is***ey@grover.biz Пол: **Женский**

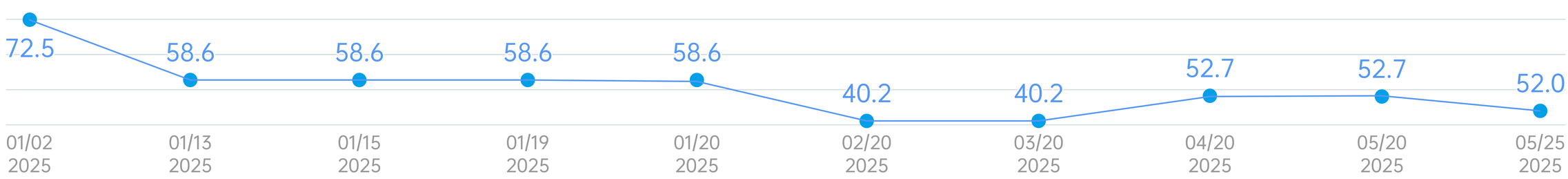
Рост: 170cm Возраст: 26 Дата/время теста: 25 мая 2025, 17:57

Обзор состава тела

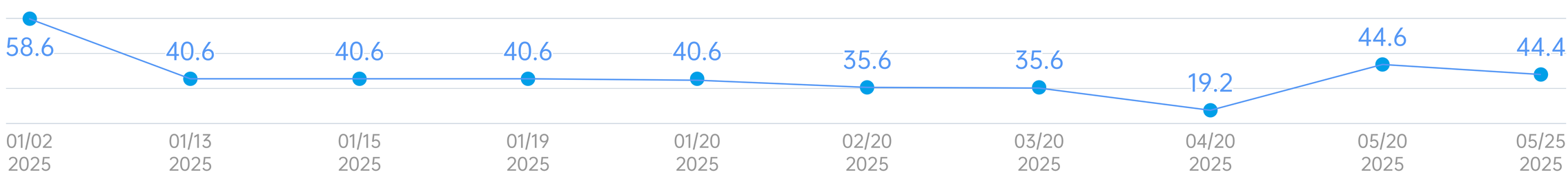
	Ниже	Норма	Выше	Норм. диапазон	Изм.
Вес kg	52.0			[61.2~74.8]	0.7
ПЖТ %			44.4	[18.0~28.0]	0.2
Жировая масса kg		22.9		[12.5~25.0]	0.3
Безжировая масса kg	29.1			[46.0~56.2]	0.1
СММ kg			52.0	[25.7~31.4]	1.2
Вода в организме kg	40.3			[34.4~42.1]	0.6
Основной обмен kcal/d		1545.2		[1527.1~1784.2]	1.4
ИМТ kg/m²			40.5	[18.5~23.9]	0.1
Белок kg		1.5		[1.0~2.0]	0.2

История состава тела

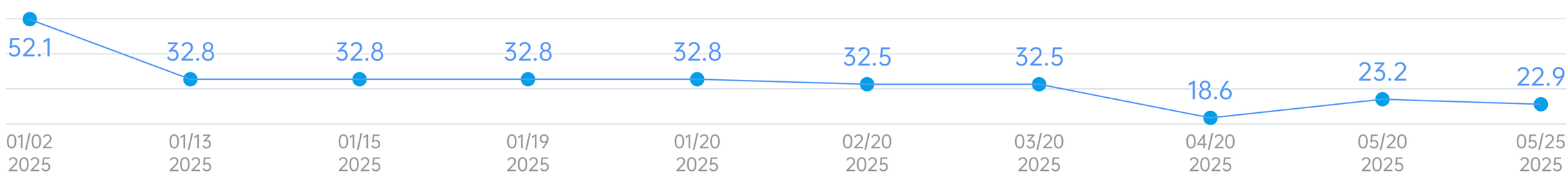
Вес kg



ПЖТ %



Жировая масса kg



Вес Вес — это сумма воды организма, белка, неорганических солей и жира.

ПЖТ ПЖТ — показатель состава тела, отражающий долю жира в массе тела.

Жировая масса Жировая масса — сумма подкожного, висцерального и внутримышечного жира.

Безжировая масса Безжировая масса — общая масса тела без жира.

СММ Скелетная мышечная масса (поперечнополосатые мышцы), прикреплённая к костям. Этот показатель отражает количество скелетных мышц.

Вода в организме Бóльшую часть тела составляет вода — 50–70% массы тела. Вода в основном находится в клетках и жидкостях тела, преимущественно в мышечных клетках.

Основной обмен Основной обмен — суммарная энергия за сутки в состоянии покоя, без влияния нагрузок, физических факторов, нервозности, изменений внешней температуры и т. д.

ИМТ ИМТ используется для оценки степени ожирения и является общим стандартом измерения полноты тела.

Белок Белок — азотсодержащее вещество, присутствующее во всех клетках тела. Основной компонент мышечной массы.