VISBODY

Отчёт о составе тела

Отсканируйте код, чтобы посмотреть отчёт

ID: 199****5678 Пол: **Женский**

Рост: 170cm Возраст: 26 Дата/время теста: **3 января 2025, 17:57**

Балл 82

По сравнению с прошлым результатом -2

Обзор состава тела

	Значения	Жировая масса	Неорганические соли	Белок
Вес lbs	72.7 [55.3~74.9]	5.8 [7.8~15.6]		
Безжировая масса lbs	66.9 [49.8~60.9]		4.21 [3.38~4.14]	
Мышечная масса lbs	63.6 [47.0~57.4]			13.4 [9.8~12.0]
Вода в организме lbs	49.3 [36.9~44.8]			

Анализ мышц и жира

	Ниже	Норма	Выше	Норм. диапазон	Изм.
Вес lbs			72.7	[55.3~74.9]	↓ 0.4
СММ lbs			48.4	[31.4~38.9]	↑ 0.2
Жировая масса lbs	5.8			[8.7~17.4]	↑ 0.1

Анализ ожирения

	Ниже	Норма	Выше	Норм. диапазон	Изм.
ПЖТ %			19.7	[10.0~20.0]	↑ 1.2
ИМТ kg/m²			24.6	[18.5~24.0]	↑ 0.2
ОТБ		0.84		[0.8~0.9]	↑ 0.1

	Ниже	Норма	Выше	Норм. диапазон	Изм.
Основной обмен kcal/d			2686.9	[1537.1~1878.7]	↑ 29.8

	Значения	Изм.
Метаболический возраст	27	↓ 1.0

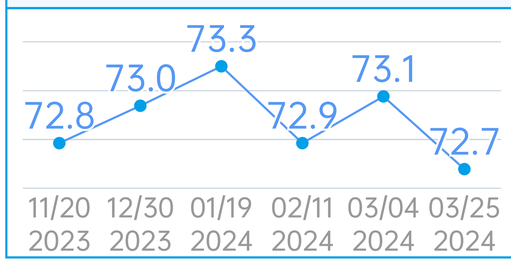
	Норма	Выше	Норм. диапазон	Изм.
Уровень висцерального жира	7.0		[1.0~10.0]	↑ 0.1

	Ниже	Норма	Выше	Норм. диапазон	Изм.
Внутриклеточная вода lbs			31.0	[22.7~27.7]	↑ 0.6
Внеклеточная вода lbs			18.3	[13.9~17.0]	↑ 0.3

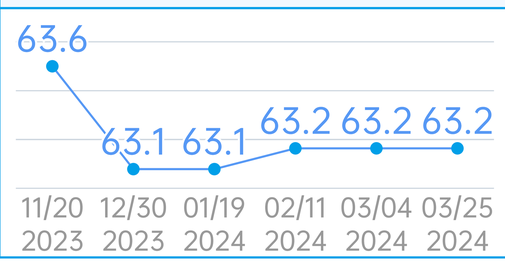
	Значения	Оценка ожирения	Эталон	Изм.
Вес lbs	72.7	Норма	72.7	-4.4
Жировая масса lbs	5.8	Выше	5.8	-5.3
Мышечная масса lbs	63.6	Меньше	63.6	+1.0

История состава тела

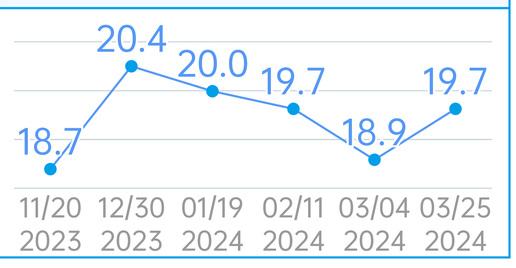
Вес lbs



Мышечная масса lbs

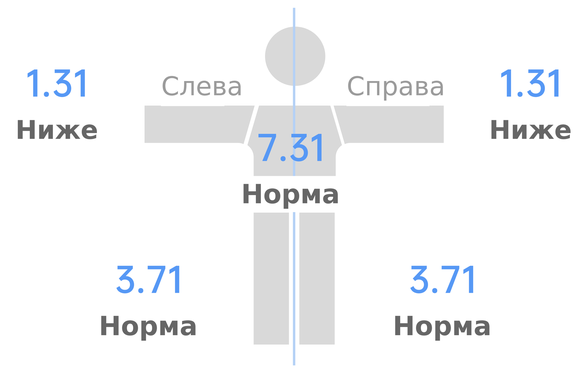


ПЖТ (процент жира в теле) %

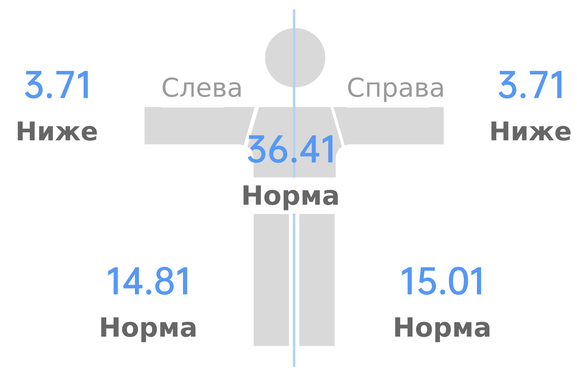


* Стандарт оценки состава тела был обновлён 28.04.2022.

Сегментарный анализ жира lbs



Сегментарный анализ безжировой массы lbs



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

Безжировая масса: Безжировая масса — общая масса тела без жира.

Мышечная масса: Мягкая безжировая масса — это безжировая масса, включающая скелетные, гладкие и сердечную мышцы.

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

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

Неорганические соли: Тело человека состоит из органических, неорганических веществ и воды. Неорганические вещества здесь — неорганические соли, составляющие около 5% массы тела.

Белок: Белок — азотсодержащее вещество, присутствующее во всех клетках тела. Это основной компонент мышечной массы.

СММ (скелетная мышечная масса): Скелетная мышечная масса (поперечнополосатые мышцы) — мышцы, прикреплённые к костям. Этот показатель отражает количество скелетных мышц.

ПЖТ (процент жира): ПЖТ — показатель состава тела, показывающий, какую часть массы составляет жир.

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

ОТБ (отношение талии к бёдрам): Отношение обхвата талии к обхвату бёдер; важный показатель для определения центрального ожирения.

Основной обмен: Основной обмен — это суммарная энергия за сутки, когда тело находится в покое, без влияния нагрузок, физических факторов, нервозности, изменений внешней температуры и т. д.

VISBODY

Отчёт об анализе осанки

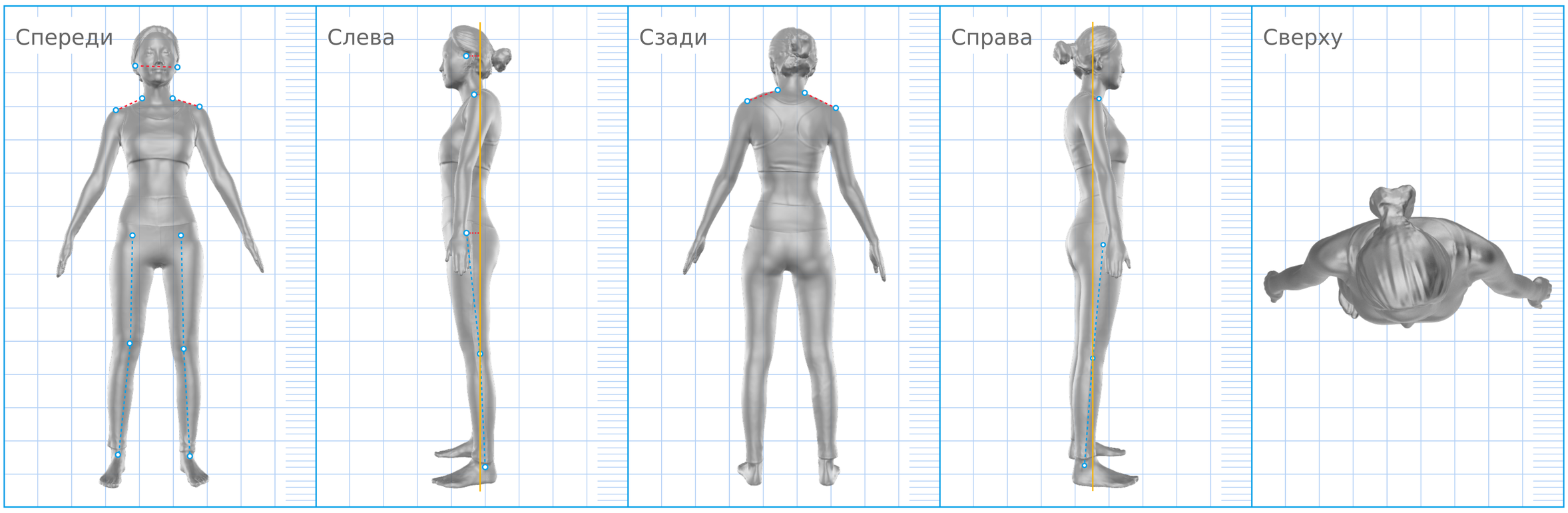
Отсканируйте код, чтобы посмотреть отчёт

Балл 67

ID: 199****5678 Пол: **Женский**

Рост: 170cm Возраст: 26 Дата/время теста: **3 января 2025, 17:57**

По сравнению с прошлым результатом -5



Обзор оценки осанки

* Для точности данных носите облегающую одежду и соберите волосы

	Значения	Заключение	Предупреждение о риске
Голова выдвинута вперёд	0.4cm	Возможно выдвижение головы вперёд	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	-0.5°	Возможен наклон головы (влево)	Наклон головы может вызывать дискомфорт в шее с одной стороны, мигрень и онемение и слабость рук.
Сутулость (левая сторона)	0.9cm	Возможна сутулость (слева)	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)	0.9cm	Возможна сутулость (справа)	
Перекос плеч	-2.0°	Возможен перекос плеч (левое выше)	Перекос плеч может вызывать хроническую боль в шее и плечах, сопровождаясь такими симптомами, как сколиоз, смещение таза и разная длина ног.
Передний наклон таза	4.3cm	Лёгкий передний наклон таза	Передний/задний наклон таза может вызвать перенапряжение поясничных мышц, опущение органов и слабость мышц тазового дна. слабость.
Оценка левого колена	180.0°	Норма	--
Оценка правого колена	178.8°	Норма	
Форма ног	**Левая нога:** 177.5° **Правая нога:** 178.8°	Норма	--

VISBODY

Отчёт об обхватах тела

Отсканируйте код, чтобы посмотреть отчёт

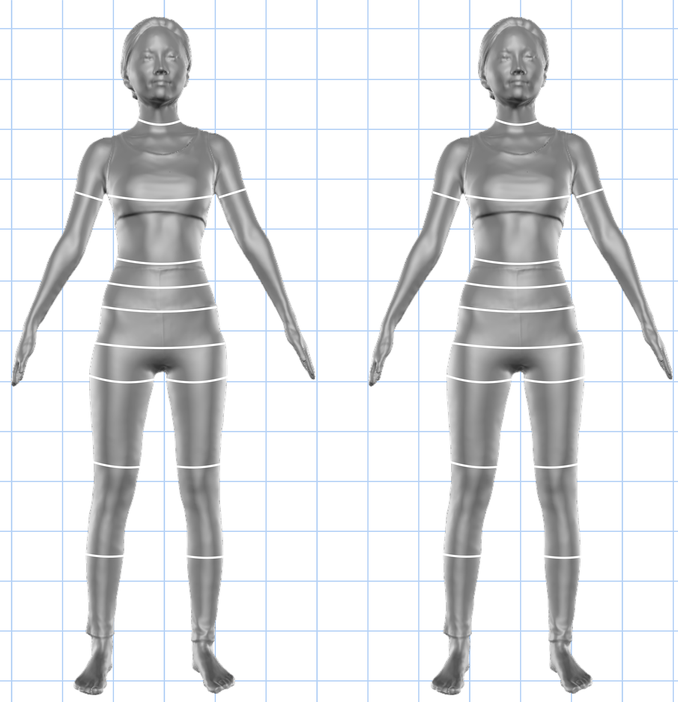
ID: 199****5678 Пол: **Женский**

Рост: 170cm Возраст: 26 Дата/время теста: **3 января 2025, 17:57**

Алгоритм расчёта обхватов тела обновлён 31/10/2024.

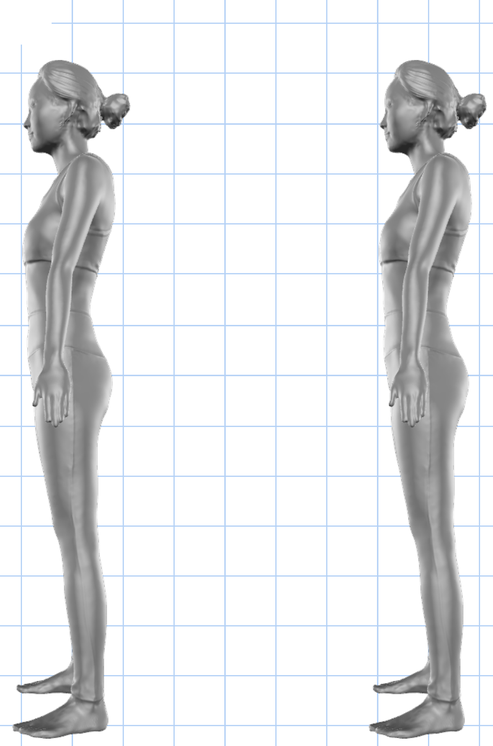
Текущее	Прошлое

Спереди



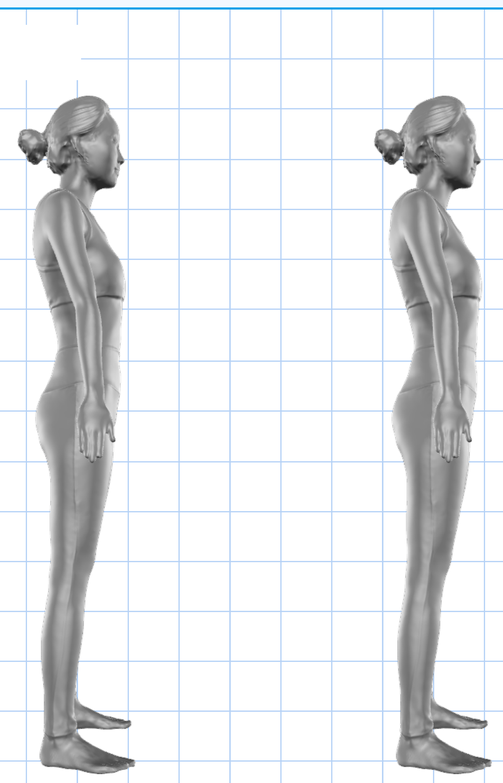
Текущее	Прошлое

Левый профиль



Текущее	Прошлое

Правый профиль



Данные обхватов 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

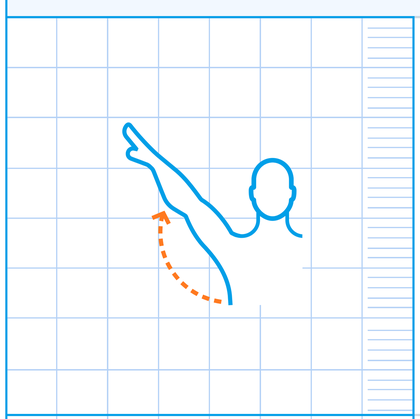
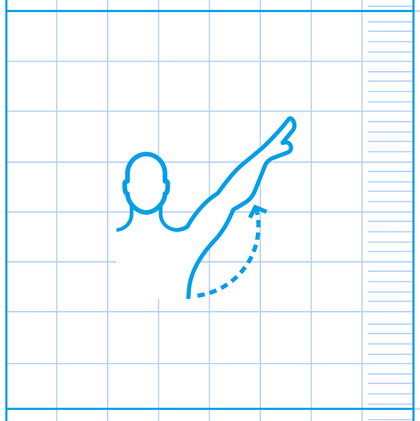
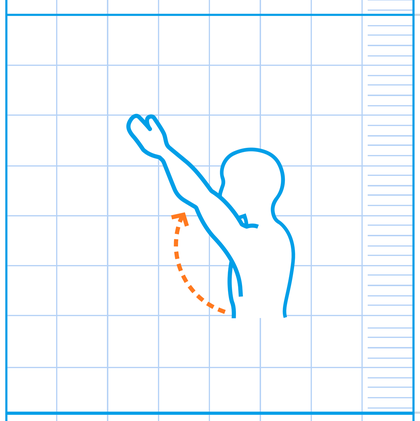
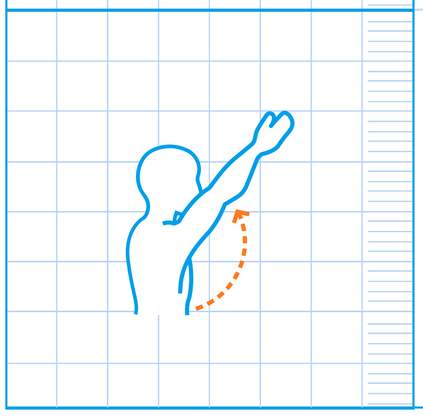
Отсканируйте код, чтобы посмотреть отчёт

Отчёт о функции плеча

ID: 199****5678 Пол: **Женский**

Рост: 170cm Возраст: 26 Дата/время теста:**3 января 2025, 17:57**

Оценка функции плеча

	Показатель	Значения	Норм. диапазон	Заключение	Изм.
	**Отведение и подъём — левая рука**	143.0°	[150.0°~180.0°]	Ограниченная амплитуда движения	↑ 0°
	**Отведение и подъём — правая рука**	177.0°	[150.0°~180.0°]	Норма	↑ 5.0°
	**Сгибание и подъём — левая рука**	117.0°	[120.0°~180.0°]	Ограниченная амплитуда движения	↑ 0°
	**Сгибание и подъём — правая рука**	117.6.0°	[120.0°~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.