

Отчёт по составу тела



Клиника «Замерь меня полностью»

Профессор Обхватов | +7 (700) 777-77-77 | santi@example.com | example.com

Имя: Постоянная Елена Сергеевна
ID клиента: 1736100012
Создан: 2024-01-07
Отчёт сформирован: 2026-10-14 14:52

Последнее измерение

Общие

Дата	2025-05-11 10:00
Возраст	45
Вес	66.3 kg
Рост	165.0 cm
Условия замера	Стандартные

Оценка жира

Процент жира (Дурнин-Уомерсли)	→ 27.6 %
Процент жира (US Navy)	29.8 %
Категория	Средний

Массы

Жировая масса	18.3 kg
Сухая масса	48.0 kg
Мышечная масса (Janssen)	21.3 kg

Справочные

ИМТ	24.3
Базальный метаболизм	1308 kcal
Талия/бёдра (WHR)	0.76
Талия/рост (WHtR)	0.46
Площадь тела (BSA)	1.7 m ²

Пояснения. BMI — индекс массы тела (справочный). BF% — процент жировой массы, оценка калиперометрией. WHR — отношение талии к бёдрам. WHtR — отношение талии к росту. BSA — площадь поверхности тела. SMM — скелетно-мышечная масса.

Сводка изменений

Период: 2024-01-07 10:00 → 2025-05-11 10:00

Показатель	Первый	Последний	Изменение
Вес (kg)	63.8	66.3	+2.5 kg
Процент жира	26.0 %	27.6 %	+1.6 %
Жировая масса (kg)	16.6	18.3	+1.7 kg
Сухая масса (kg)	47.2	48.0	+0.8 kg

Дисклеймер: Оценка по калиперометрии, погрешность ±3-6%, не является медицинским диагнозом. Для точной диагностики используйте DXA.

Комментарий специалиста

(заполняется специалистом)

Специалист

Дата

Методы и источники

Отчёт построен на следующих методах:

- **% жировой массы** — Durnin & Womersley (1974); Jackson & Pollock (1978); Hodgdon & Beckett (1984, US Navy)
- **Скелетно-мышечная масса** — Lee et al. (2000); Janssen et al. (2000)
- **Площадь поверхности тела** — Du Bois & Du Bois (1916)
- **Базальный метаболизм** — Mifflin et al. (1990)
- **Категории оценки** — ACSM Guidelines (Body fat); WHO (BMI, WHR)

Приведённые работы — оригинальные источники использованных формул. Точность каждого метода указана в дисклеймере.