Отчёт по составу тела

Клиника «Замерь меня полностью»
Профессор Обхватов | +7 (700) 777-77-77 | santi@example.com | example.com

Имя	Спешащий Артём Олегович
ID клиента	1736400015
Создан	2025-06-01
Отчёт сформирован	2026-10-14 14:52

Последнее измерение

Общие

Дата	2025-10-01 09:00
Возраст	37
Вес	83.0 kg
Рост	175.0 cm
Условия замера	Стандартные

Оценка жира

Процент жира (Дурнин-Уомерсли)	→ 18.5 %
Процент жира (US Navy)	18.8 %
Категория	Средний

Массы

Жировая масса	15.4 kg
Сухая масса	67.6 kg
Мышечная масса (Janssen)	33.6 kg

Справочные

ИМТ	27.1
Базальный метаболизм	1744 kcal
Талия/рост (WHtR)	0.50
Площадь тела (BSA)	2.0 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: 2025-06-01 18:00 → 2025-10-01 09:00

Показатель	Первый	Последний	Изменение
Вес (kg)	85.0	83.0	**-2.0 kg**
Процент жира	20.2 %	18.5 %	**-1.7 %**
Жировая масса (kg)	17.2	15.4	**-1.8 kg**
Сухая масса (kg)	67.8	67.6	**-0.2 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.