



Клиника «Замерь меня полностью»

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

Имя: Худая Катя
ID клиента: 1735700008
Создан: 2025-01-05
Отчёт сформирован: 2026-10-14 14:57

Последнее измерение

Общие

Дата	2025-08-05 10:00
Возраст	19
Вес	39.0 kg
Рост	165.0 cm
Условия замера	Нестандартные

ISAK

Σ8	24.5 mm
----	---------

Оценка жира

Процент жира (Дурнин-Уомерсли)	9.7 %
Процент жира (US Navy)	4.6 %
Процент жира (JP7)	→ 6.6 %
Категория	Крайне низкий

Массы

Жировая масса	2.6 kg
Сухая масса	36.4 kg
Мышечная масса (Lee)	17.0 kg
Мышечная масса (Janssen)	17.2 kg

Справочные

ИМТ	14.3
Базальный метаболизм	1165 kcal
Талия/бёдра (WHR)	0.74
Талия/рост (WHtR)	0.32
Площадь тела (BSA)	1.4 m²

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: 2025-01-05 10:00 → 2025-08-05 10:00

Показатель	Первый	Последний	Изменение
Вес (kg)	42.0	39.0	-3.0 kg
Процент жира	10.1 %	6.6 %	-3.4 %
Жировая масса (kg)	4.2	2.6	-1.6 kg
Сухая масса (kg)	37.8	36.4	-1.4 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

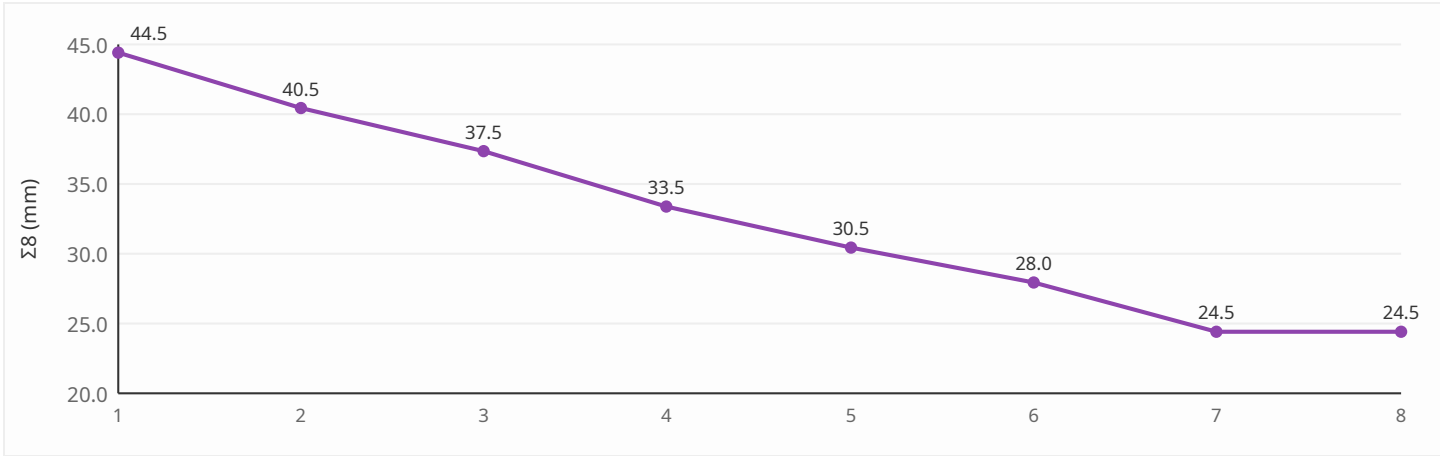
Отчёт построен на следующих методах:

- **% 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)

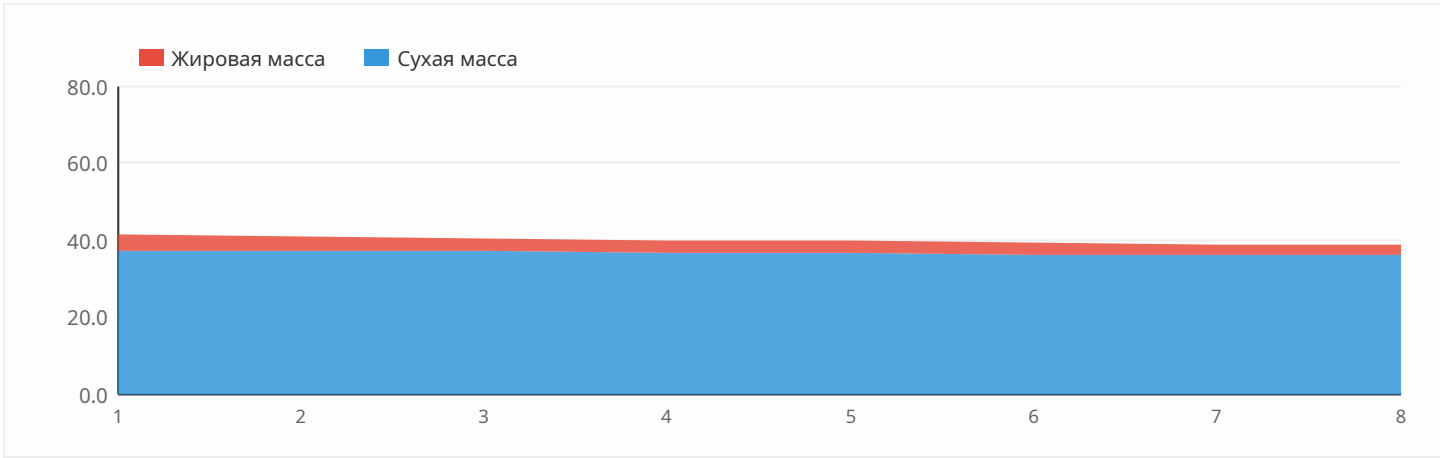
Приведённые работы — оригинальные источники использованных формул. Точность каждого метода указана в дисклеймере.

Динамика показателей

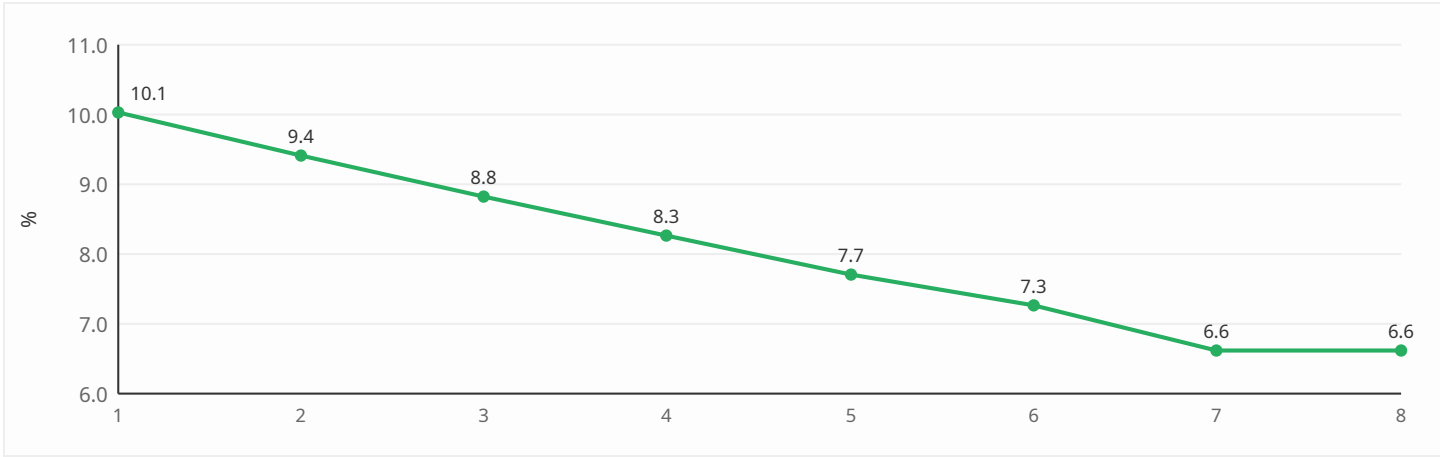
Σ8 (mm)



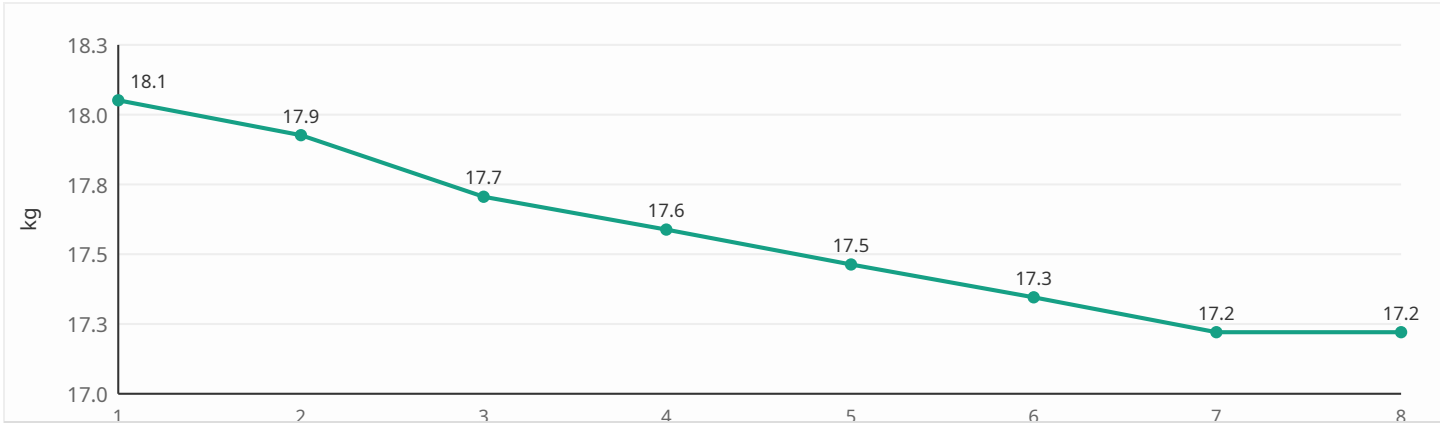
Состав тела: жир и сухая масса



Процент жира



Мышцы (kg)



Сводка динамики

Показатель	Тренд	Первый	Последний	Δ
Вес (kg)		42.0	39.0	-3.0 kg
Процент жира		10.1	6.6	-3.4 %
Талия (cm)		58.0	53.0	-5.0 cm
ИМТ		15.4	14.3	-1.1
Мышцы (kg)		18.1	17.2	-0.8 kg
Базальный метаболизм (kcal)		1185.0	1165.0	-20.0 kcal

Все измерения

Дата	Вес (kg)	Σ8 (mm)	DW %	Navy %	JP7 %	Осн. %	Жир (kg)	Сухая (kg)	Мышцы (kg)	ИМТ	WHR	WHtR
2025-01-05	42.0	44.5	17.4	10.3	10.1	10.1	4.2	37.8	18.1	15.4	0.74	0.35
Заметка: Первичный, направлена психотерапевтом												
2025-02-05	41.5	40.5	16.1	9.3	9.4	9.4	3.9	37.6	17.9	15.2	0.74	0.35
Заметка: Снижение продолжается												
2025-03-05	41.0	37.5	15.1	8.4	8.8	8.8	3.6	37.4	17.7	15.1	0.74	0.34
2025-04-05	40.5	33.5	13.7	7.5	8.3	8.3	3.4	37.1	17.6	14.9	0.74	0.34
2025-05-05	40.0	30.5	12.5	6.8	7.7	7.7	3.1	36.9	17.5	14.7	0.74	0.33
Заметка: Красный флаг												
2025-06-05	39.5	28.0	11.1	5.6	7.3	7.3	2.9	36.6	17.3	14.5	0.74	0.33
2025-07-05	39.0	24.5	9.7	4.9	6.6	6.6	2.6	36.4	17.2	14.3	0.74	0.32
2025-08-05	39.0	24.5	9.7	4.6	6.6	6.6	2.6	36.4	17.2	14.3	0.74	0.32
Заметка: Направлена в стационар												