



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

Имя Новикова Светлана
ID клиента 1736300014
Создан 2025-06-15
Отчёт сформирован 2026-10-14 14:57

Последнее измерение

Общие

Дата	2025-06-15 10:00
Возраст	27
Вес	62.0 kg
Рост	170.0 cm
Условия замера	Стандартные

Оценка жира

Процент жира (Дурнин-Уомерсли)	→ 26.5 %
Процент жира (US Navy)	25.1 %
Категория	Средний

Массы

Жировая масса	16.4 kg
Сухая масса	45.6 kg
Мышечная масса (Janssen)	22.4 kg

Справочные

ИМТ	21.5
Базальный метаболизм	1387 kcal
Талия/бёдра (WHR)	0.75
Талия/рост (WHtR)	0.42
Площадь тела (BSA)	1.7 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.

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

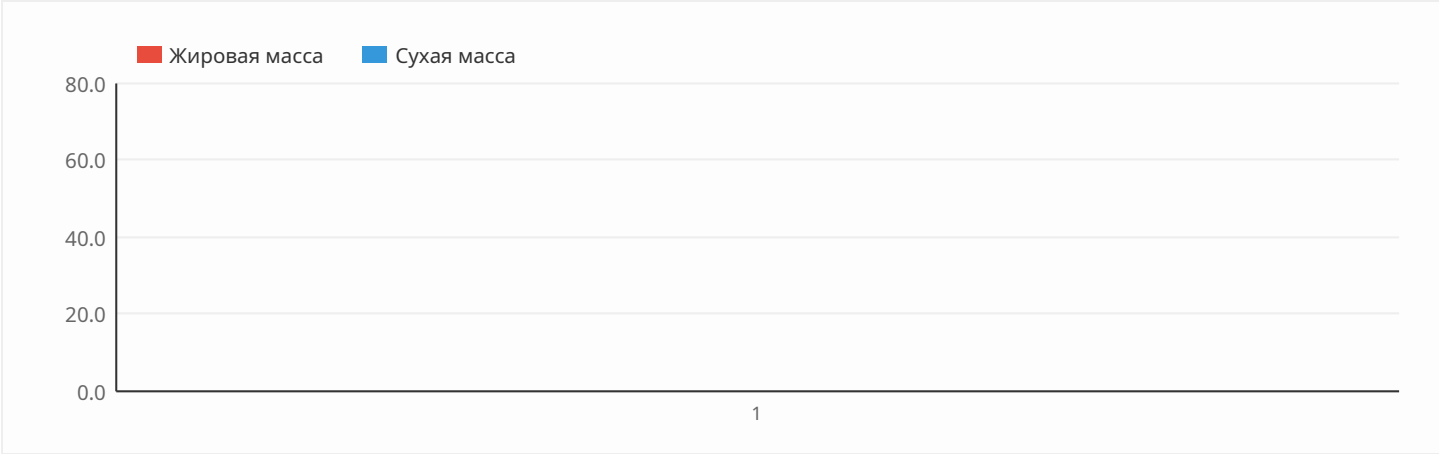
Отчёт построен на следующих методах:

- **% 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)

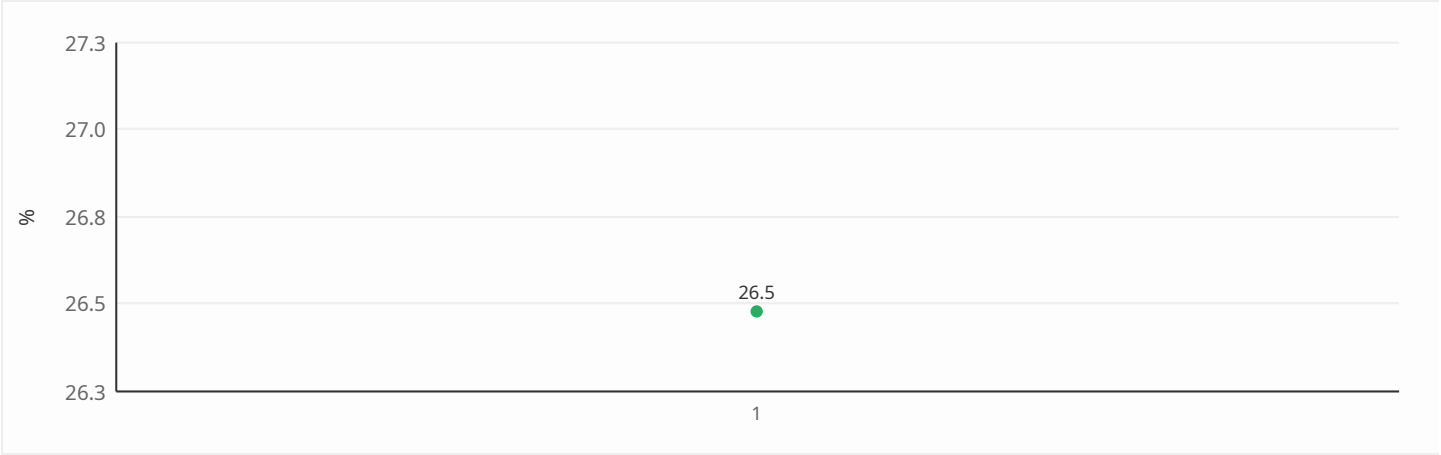
Приведённые работы — оригинальные источники использованных формул. Точность каждого метода указана в дисклеймере.

Динамика показателей

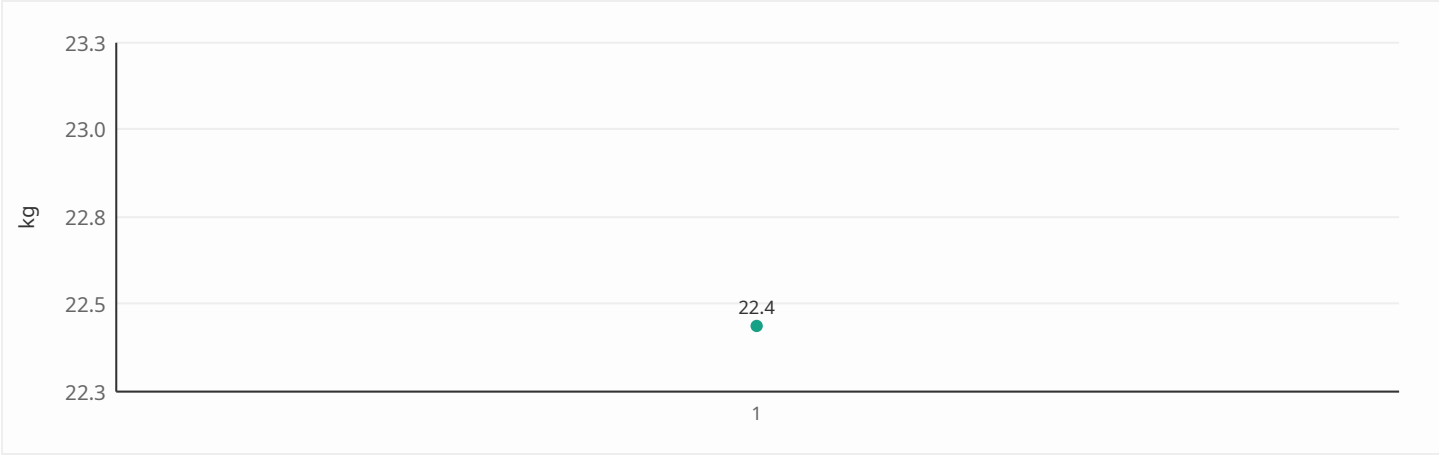
Состав тела: жир и сухая масса



Процент жира



Мышцы (kg)



Все измерения

Дата	Вес (kg)	DW %	Navy %	Осн. %	Жир (kg)	Сухая (kg)	Мышцы (kg)	ИМТ	WHR	WHtR
2025-06-15	62.0	26.5	25.1	26.5	16.4	45.6	22.4	21.5	0.75	0.42
Заметка: Первый и единственный визит										