

Instructie vasthouden glasplaat 7850

Geachte gebruiker van de Soehnle-Professional Body-analyse weegschaal 7850,

Voor het verkrijgen van zoveel mogelijk correcte en stabiele meetresultaten is deze korte instructie opgesteld.

Vooral omdat het wel of niet goed vasthouden van de glasplaat van grote invloed kan zijn op de meetresultaten van de lichaamsanalyse.

Houdt u zich daarom altijd aan de volgende instructies:



Importeur Nederland / België:

Weegtechniek Holland B.V.
Patroonsweg 23
3892 DA ZEEWOLDE

Tel. +31 36 522 2030

Fax. +31 36 522 2060

info@soehnle-medical.nl

info@soehnle-professional.nl

Instructie vasthouden glasplaat 7850

Glasplaat instructie



Stap 1

Leg beide (open) handen met de palm plat op de glasplaat.

Belangrijk: het (transparante) meetspoor moet in het midden van de handpalm liggen.

Op de foto hiernaast is het meetspoor **geel** aangegeven.



Stap 2

Daarna de vingers om de rand leggen en licht aanknippen.

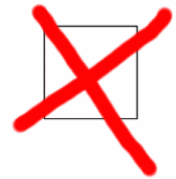
Houdt de armen ontspannen langs het lichaam

Wacht tot het display aangeeft dat de meting klaar is.

De glasplaat mag nu weer worden losgelaten.



Instructie vasthouden glasplaat 7850



Voorbeeld hoe
het niet moet !
Ook niet armen
extra wijd
houden

Verder nog de volgende tips en adviezen:

Weegregels

Bij een volwassen persoon kan het gewicht gedurende de dag schommelen met 2 - 3 kg.

Voor een betrouwbare gewichtscntrole is het daarom belangrijk dat de weegomstandigheden altijd constant blijven.

Daarom weegt men zich het best:

- nuchter
- altijd op hetzelfde tijdstip. Voor een lichaamsanalyse is de periode tussen 18:00 uur en 20:00 uur ideaal.
- met een lege blaas

Zorg ervoor dat het platform veilig en stabiel staat. Textiel, zachte vloerbekledingen of een ongelijke vloer kunnen de meetresultaten sterk beïnvloeden.

Voor betrouwbare weegresultaten mag het platform ten minste 3 minuten vóór het wegen niet meer worden verplaatst.

De lichaamsanalyse

- Sta recht op het platform. Een onevenwichtige belasting kan een onjuist weegresultaat tot gevolg hebben
- Blijf rustig staan, totdat het gewicht vaststaat („ Hold“ in display), pas daarna de glasplaat vastpakken.
- Altijd op dezelfde plaats wegen. Verschillende omgevingsomstandigheden zoals vloerbekleding, temperatuur en luchtvochtigheid kunnen verschillende weegresultaten veroorzaken.

Instructie vasthouden glasplaat 7850

Omstandigheden die een lichaamsanalyse beïnvloeden

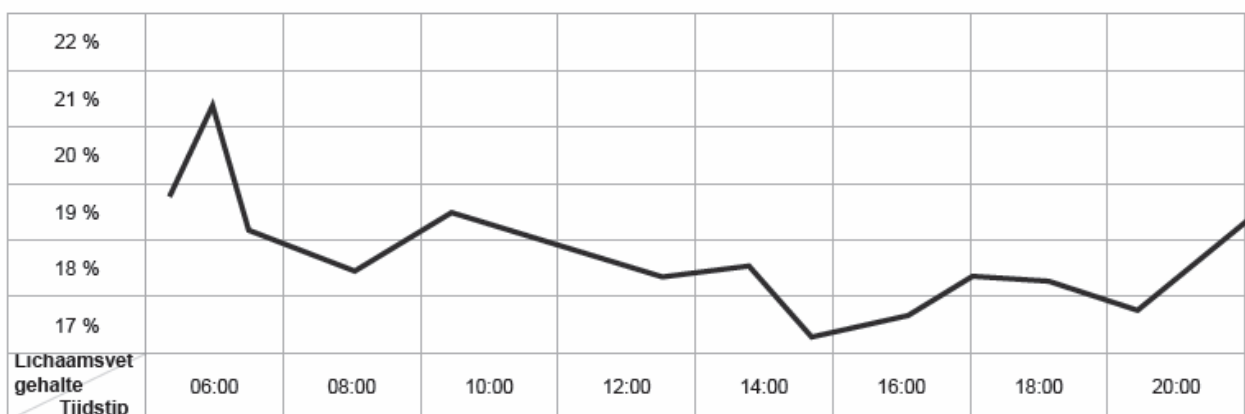
De lichaamsmassa indicaties die met de bioïmpedantie meetmethode berekend worden, kunnen in de loop van de dag sterk variëren. Dit is niet te wijten aan een gebrek aan nauwkeurigheid van de Body Balance lichaamsanalyseweegschalen, maar aan de schommelingen in de waterhuishouding van het lichaam.

Het menselijk lichaam kan tijdens de nachtrust 2 - 3 kg lichaamsvocht verliezen. Onmiddellijk na het ontwaken is het lichaam dan ook meestal uitgedroogd (gedehydreerd). Hoe lager echter het lichaamsvochtgehalte, hoe hoger de weerstand van het organisme en dus ook het berekende lichaamsvetgehalte en hoe lager het berekende spieraandeel.

In de loop van de dag worden de vochtreserves weer aangevuld en de meetwaarden worden weer normaal.

Daarom gebeurt normaal wegens het best 's morgens onmiddellijk na het opstaan en doet men de lichaamsanalyse het best 's avonds. Voor een lichaamsanalyse is de periode tussen 18:00 uur en 20:00 uur het meest geschikt. Belangrijkste is : meet steeds onder dezelfde omstandigheden.

Grafiek : Verloop van de vetmeting over een dag.



Om vergelijkbare metingen te verkrijgen, moeten deze zo veel mogelijk altijd op hetzelfde tijdstip en onder dezelfde omstandigheden worden uitgevoerd.

Andere omstandigheden die een lichaamsanalyse beïnvloeden

Naast de gewone schommelingen in de dagelijkse meetwaarden kunnen er zich ook verschillen voordoen naar aanleiding van veranderingen in de waterhuishouding door eten, drinken, menstruatie, ziekte, training en zwemmen.

Foutieve resultaten kunnen zich voordoen bij

- Personen met koorts, oedemen of osteoporose
- Personen die dialyse ondergaan
- Personen die cardiovasculaire geneesmiddelen innemen
- Personen die net voor weging/meting gedouched hebben of net in bad zijn geweest
- Personen die net voor weging/meting intensief gesport hebben (bijv. hard fietsen)
- Zwangere vrouwen
- Jongeren tot 16 jaar
- Aziatische of Afrikaanse personen