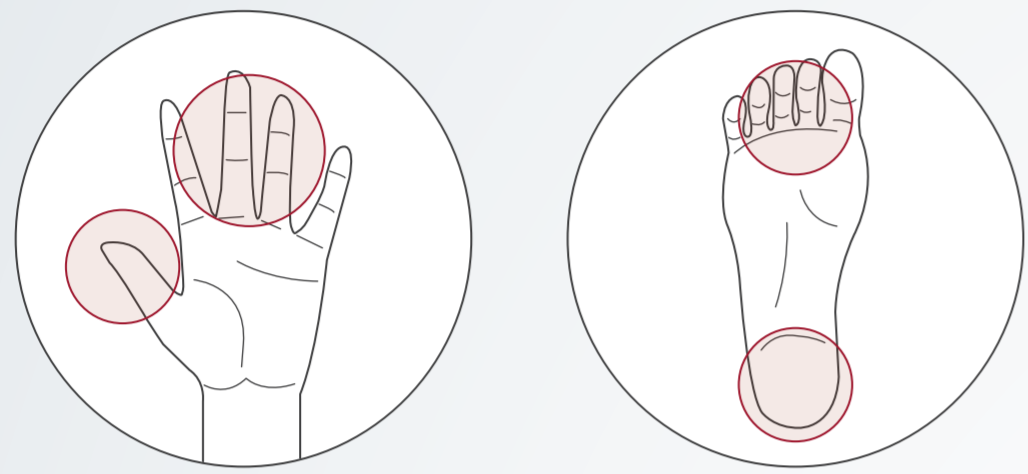


# InBody 測定時の注意事項

InBody測定は体内に微弱な電気を流し、その際に発生する抵抗値(インピーダンス)を計測する精密検査です。注意事項を守ることで測定の精度を高めることができます。

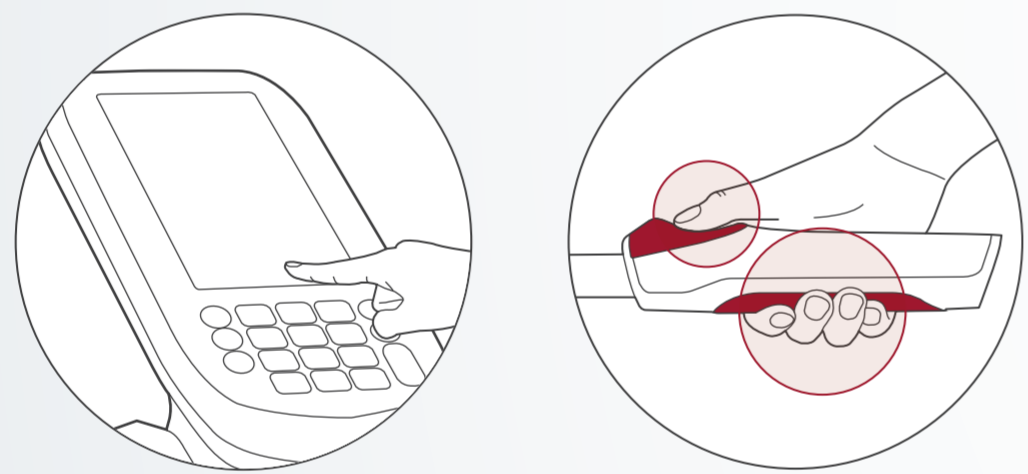
## 1 靴・靴下を脱ぎ 裸足になる

電解ティッシュで手の平や足の裏を十分に拭いてください。



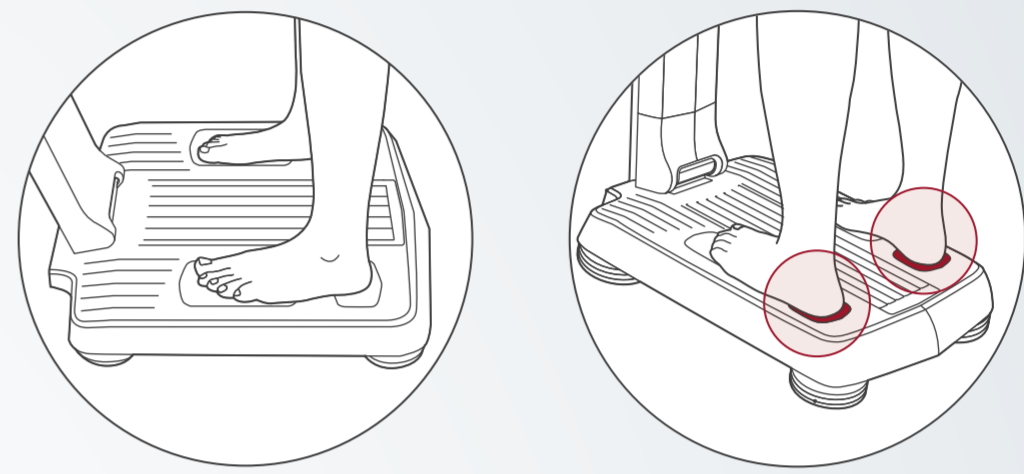
## 3 情報を入力して 手電極を握る

画面の案内に従って身長・性別などの個人情報を入力し、手電極を握ります。



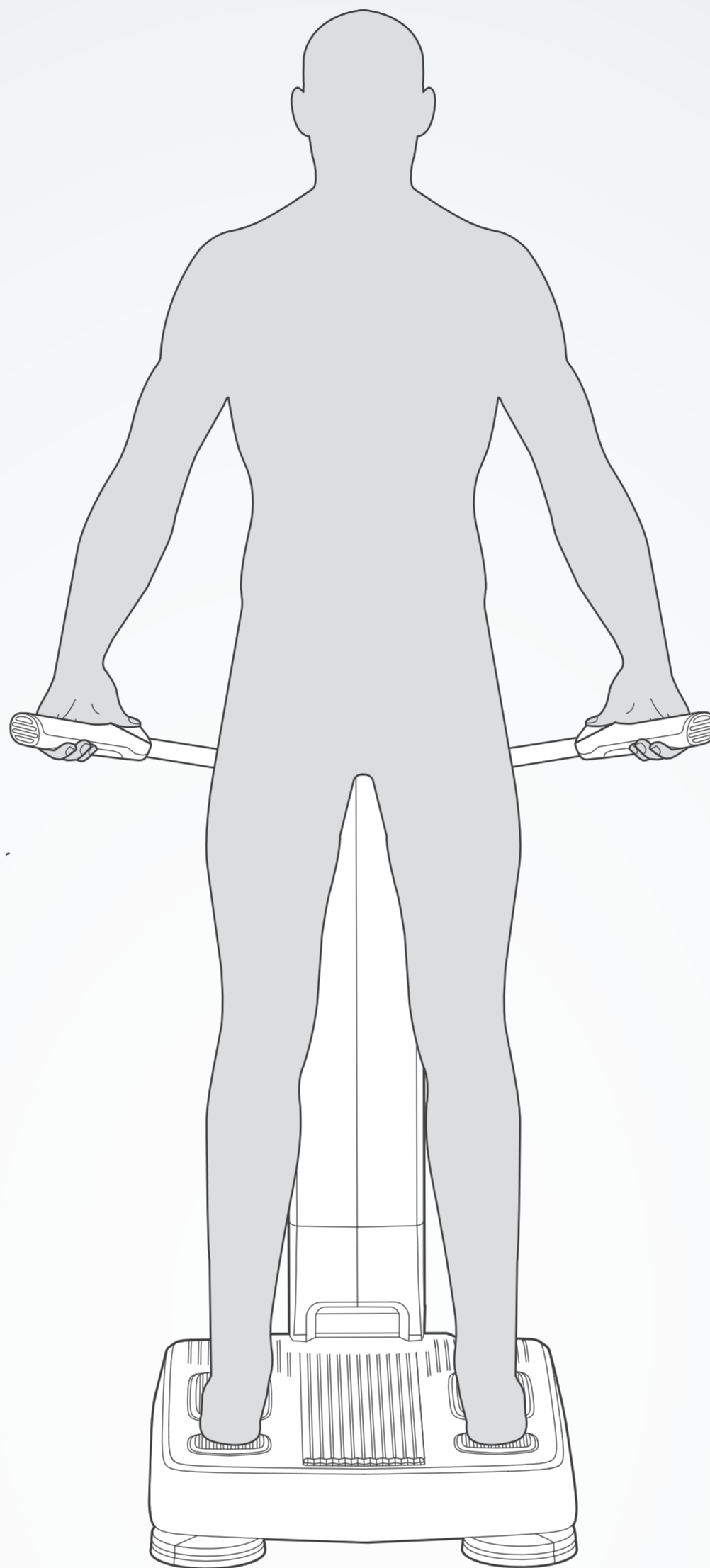
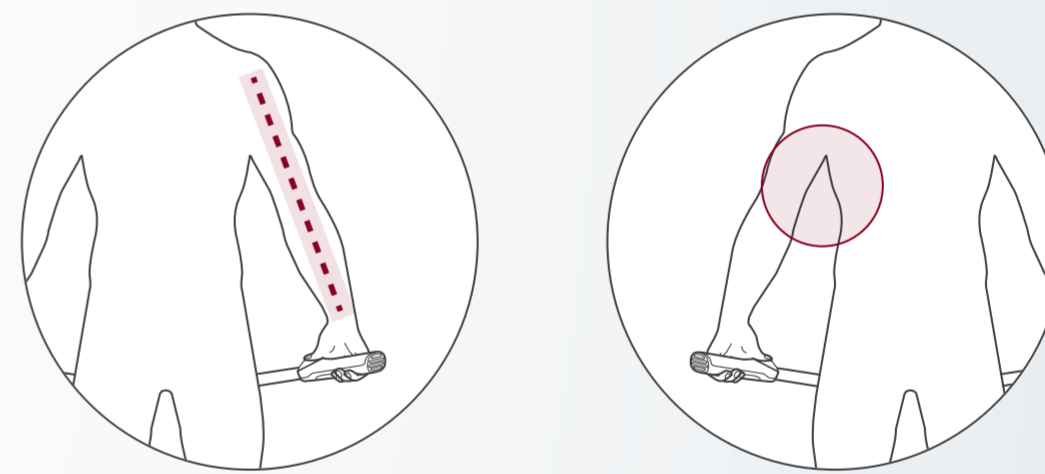
## 2 InBodyに乗り 体重を測定する

かかとを丸い足裏電極に合わせてください。先ず、体重を測定します。



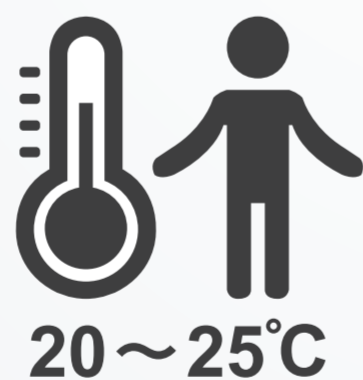
## 4 測定中に適切な 姿勢を維持する

腕を伸ばし体に接しないようにし、測定が完了するまで動いたり喋ったりしないでください。



### 禁忌事項

心臓ペースメーカを装着されている方は測定しないでください。

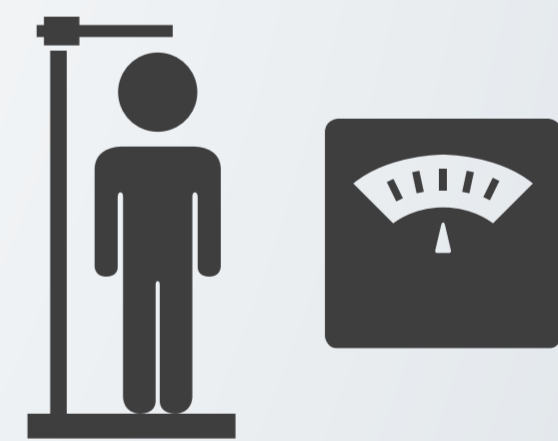


20～25℃

常温(20～25℃)で安定した状態を維持して、測定してください。



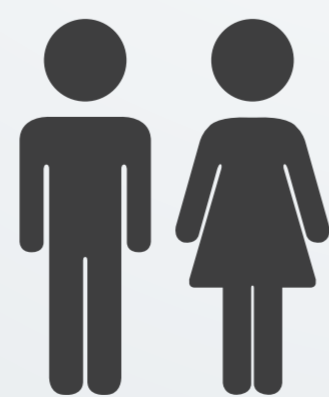
測定時はアクセサリなどの金属は外し、裸足になってください。



身長は正確に入力してください。体重は着衣量を考慮してください。



運動やお風呂・シャワーの前に測定してください。



トイレを済ませてから測定してください。



食後は2時間くらい空けてから測定してください。



5分くらい同じ姿勢を維持してから測定してください。