



## Das Orakel von BIA

Von *dkufer*

Erstellt am 6 Jul 2012 - 12:59

### Erfolgskontrolle von Diät oder Fitnessprogramm

Selbst sind die Frau und der Mann, und so werden Diäten und Fitnessprogramme heute in der Regel ohne ärztliche Kontrolle absolviert. Man hungert, strampelt und schwitzt, weiß aber nicht so recht, wie weit man gehen darf oder soll. Der Gesundheits- und Wellnesspezialist Art of Beauty ([www.art-of-beauty.com](http://www.art-of-beauty.com) [1]) vertreibt ein modernes Gerät aus USA, das die entscheidenden Körpersignale einfängt und übersetzt.

Hinter dem Zauberwort „Bioelektrische Impedanz Analyse“ (BIA) verbirgt sich eine Messung des Hautwiderstandes. Das ausgewertete Datenmaterial verrät vieles über Fitness und Ernährungssituation der Messperson. Beim Bioimpedanzanalyse-Gerät wird über zwei Hautelektroden ein homogenes, konstantes Wechselstromfeld aufgebaut, während zwei weitere Elektroden im Inneren dieses Feldes den Spannungsabfall und die Phasenverschiebung der Signalspannung messen ([www.ballancer.de/](http://www.ballancer.de/) [2]...). Damit das funktioniert, sollte die Messperson eine entspannte Rückenlage einnehmen und die Klebeelektroden genau platzieren.

Eine spezielle Software verknüpft nun die gemessene Impedanz mit weiteren persönlichen Daten wie Gewicht, Größe, Geschlecht und Alter sowie mit statistischen Vergleichswerten. So entsteht eine detaillierte Analyse der Körperzusammensetzung, die weit über die gewöhnliche Fettmessung hinausgeht. Die Messperson erhält einen genauen Überblick über Körperfett, Muskelmasse, Stoffwechsel und Wasserhaushalt des eigenen Körpers. Auf dieser Basis kann sie dann entsprechende Maßnahmen ergreifen oder sich entspannt zurücklehnen, wenn sie bereits auf dem richtigen Weg ist.

Das Bioimpedanzanalyse-Gerät versteht sich als Begleiter für alle, die mit einer Diät oder mit einem Sportprogramm bestimmte Körperparameter optimieren und diesen Prozess laufend überwachen möchten. Fettabbau und Muskelaufbau werden in Zahlen sichtbar, und gleichzeitig können Anwender schnell auf extreme Ausschläge reagieren. Somit eignet sich das Gerät auch und gerade für den stationären Einsatz in Fitnessstudios und Wellnessinstituten.

BIA ist ein preiswertes Messverfahren, dem die Wissenschaftler der renommierten “Technology Assessment Conference” bereits 1994 höchste Zuverlässigkeit und Aussagekraft attestiert haben. Dieses Diktum haben mittlerweile rund 2000 wissenschaftliche Fachpublikationen bestätigt. Die 2001. Quelle wäre dann Art of Beauty selbst, wo man gern weitere Auskünfte über Funktion und Einsatzmöglichkeiten des BIA-Geräts gibt.

Filename/Title

Größe

[BIA\\_Geraet.jpg](#) [3]

63.59 KB

- [Gesundheit und Vorsorge](#)



**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 07:35):** <http://www.medkom24.eu/node/16521>

**Links:**

[1] <http://www.art-of-beauty.com>

[2] <http://www.ballancer.de/>

[3] [http://www.medcom24.de/files/active/0/BIA\\_Geraet.jpg](http://www.medcom24.de/files/active/0/BIA_Geraet.jpg)