

Πρωτόκολλο Ανάλυσης Σύστασης Σώματος (BIA)

- Πρέπει να έχουν περάσει τουλάχιστον 4 ώρες από τη κατανάλωση τροφής ή νερού.
- Όχι άσκηση τις τελευταίες 12 ώρες, πριν την εξέταση.
- Όχι αλκοόλ τις τελευταίες 48 ώρες, πριν την εξέταση.
- Όχι κατακράτηση ούρων, δηλαδή ούρηση πριν από τη μέτρηση.
- Όχι διουρητικά φάρμακα ή άλλα φάρμακα που σχετίζονται με την κατακράτηση υγρών.
- Να μην είναι άρρωστος.
- Να μην πάσχει από νεφρική ανεπάρκεια και άλλες παθολογικές καταστάσεις, υπεύθυνες για κατακράτηση ή απώλεια υγρών.
- Για τις γυναίκες: να μην έχουν έμμηνο ρύση, τουλάχιστον 4 ημέρες πριν/μετά από τις ημέρες περιόδου.

Η μέτρηση δεν πραγματοποιείται:

- Αν έχετε κάποιο ηλεκτρονικό εμφύτευμα (βηματοδότη) ή κάποιο μεταλλικό αντικείμενο στο σώμα (λάμα).
- Σε περίπτωση εγκυμοσύνης, για καθαρά προληπτικούς λόγους.

- **Παρακαλούνται, τα άτομα που θα προσέλθουν στο εργαστήριο να έχουν ελαφριά ένδυση και να έχουν αφαιρέσει τα μεταλλικά αντικείμενα (κοσμήματα, ρολόι, κλπ.)**