

KILO – Meter

Ernährung trifft Bewegung

Checkliste zur Vorbereitung einer BIA-Messung

- Kein intensiver Sport bis 4 Stunden vor der Messung
- Bitte kommen Sie mit leerer Blase
- Essen Sie mindestens 2 Stunden vor der Messung nichts mehr
- Unmittelbar vor der Messung nichts mehr trinken
- Verwenden Sie bitte vor der Messung keine Hautcreme an Händen und Füßen

Kontraindikationen:

- Schwangerschaft
- TrägerInnen von Herzschrittmachern, Defibrillatoren oder sonstigen elektronischen, implantierten und automatischen Geräten (auch Insulinpumpen)

