

Übernehmen Sie selbst die Verantwortung für Ihre Gesundheit!

Die Kenntnis Ihrer Körperzusammensetzung bietet Ihnen die Möglichkeit, den für Sie geeigneten Weg zur Gesundheit zu finden.

Für Ihr Wohlbefinden, Ihre Attraktivität und Ihre Vitalität

## Die elektrische Impedanzanalyse

[www.docmedicus.de](http://www.docmedicus.de)

Ihre Fragen zu Gesundheit und Prävention, Attraktivität, Vitalität und einem gesunden, langen Leben beantworten wir Ihnen gerne.

Weitere Informationen zu diesen Themen erhalten Sie im **Gesundheitsportal DocMedicus** unter [www.docmedicus.de](http://www.docmedicus.de)

Wenn Sie an einem Erfahrungsaustausch mit Gleichgesinnten interessiert sind, besuchen Sie bitte das Forum unter [www.docmedicus.de/forum](http://www.docmedicus.de/forum)



**Übernehmen Sie selbst die Verantwortung für Ihre Gesundheit!**

**Die elektrische Impedanzanalyse hilft Ihnen auf Ihrem Weg zu mehr Wohlbefinden, Attraktivität und Leistungsfähigkeit.**

Die **elektrische Impedanzanalyse** dient der Messung Ihrer Körperzusammensetzung. Das wissenschaftlich anerkannte Messverfahren wird in der **Ernährungs-, Sport- und Anti-Aging-Medizin** eingesetzt.

**Die elektrische Impedanzanalyse ermöglicht eine umfassende Bestimmung Ihrer Körperzusammensetzung**

- Körperfett
- Muskel- und Organmasse
- Blut- und Gewebeflüssigkeit
- Gesamtkörperwasser

Über vier Hautklebelektroden, von denen jeweils zwei an der Hand und zwei am Fuß derselben Körperseite befestigt werden, wird ein elektrisches Feld im Körper erzeugt, ohne dass Sie davon etwas spüren.

Grundlage dieser Messung ist die Tatsache, dass das Körperfett – im Gegensatz zu Körperwasser und Muskulatur – den Strom nur wenig weiterleitet, sondern ihm einen erheblichen Widerstand entgegensetzt. Dieser Widerstand wird mittels der elektrischen Impedanzanalyse gemessen. Des Weiteren werden Ihre Körpergröße, Ihr Körpergewicht und Ihr Geschlecht berücksichtigt.

**Anhand der Messergebnisse wird Ihre individuelle Körperzusammensetzung berechnet.**

Durch regelmäßige Verlaufsuntersuchungen können Sie selbst verfolgen, wie sich Ihre Körperzusammensetzung durch ein verändertes Essverhalten – zum Beispiel im Rahmen einer Gewichtsreduktion – oder durch ein individuelles Fitness-Programm verbessert.

**Die elektrische Impedanzanalyse gibt Ihnen Antworten auf folgende Fragen**

- Wie viel Körperfett haben Sie?
- Wie ist Ihr Ernährungszustand?
- **Falls Sie an einem Abnehmprogramm teilnehmen:**
  - Wie viel Körperfett haben Sie seit der letzten Messung abgenommen?
  - Haben Sie gleichzeitig Ihre Muskulatur erhalten können? Ein Verlust von Muskulatur sollte beim Abnehmen vermieden werden!
- Ist Ihre Muskulatur ausreichend entwickelt?
- **Falls Sie Sport treiben:** Wie ist Ihr Trainingszustand?
- Was ist Ihr Vitalitätsoptimum?

Sie erhalten einen schriftlichen Befund Ihrer Körperzusammensetzung sowie individuelle Ernährungs-, Vitalstoff- und Fitness-Empfehlungen.

**Sprechen Sie uns an und erfahren Sie mehr über Ihren Körper und das, was er für mehr Wohlbefinden und Vitalität benötigt.**