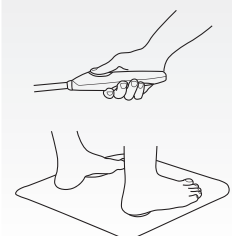
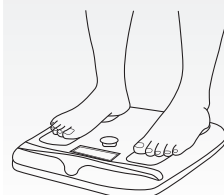




KENALI PERANTI InBody ANDA!



Jenis Produk	Boleh pakai	Boleh pakai	Penimbang	Penimbang
Berat Produk	25g	35g	2.7kg	14kg-39kg
Ujian InBody	✓	✓	✓	✓
Lemak Badan (kg/%)	✓	✓	✓	✓
Jisim Otot	✓	✓	✓	✓
BMI	✓	✓	✓	✓
BMR	✓	✓	✓	✓
Lemak Visera	✗	✗	✓	✓
Kawasan Ujian InBody	Bahagian atas badan	Bahagian atas badan	Seluruh badan	Seluruh badan
Lojik Ujian InBody	Mengukur bahagian atas badan dan menganggar seluruh badan	Mengukur bahagian atas badan dan menganggar seluruh badan	Mengukur seluruh badan secara langsung	Mengukur seluruh badan secara langsung
Elektrod Ujian InBody	4 titik (2x jari/2x pergelangan tangan)	4 titik (2x jari/2x pergelangan tangan)	8 titik (2x ibu jari/2x tapak tangan, 2x kaki hadapan, 2x tumit)	8 titik (2x ibu jari/2x tapak tangan, 2x kaki hadapan, 2x tumit)
Postur Ujian InBody	4 Elektrod	4 Elektrod	8 Elektrod	8 Elektrod



Imbas untuk maklumat lanjut!

SOALAN-SOALAN LAZIM

- 1** Mengapa ukuran Dial berbeza apabila pengguna menggunakan penimbang yang sama dalam selang beberapa minit? Adakah perbezaan sebanyak 2-3% dalam keputusan ini boleh diterima? Mengapakah perbezaan % ini berlaku?

Ujian InBody menggunakan Analisis Bioimpedans (BIA) untuk mengukur kandungan air di dalam badan dan menganalisis komposisi badan anda.

Oleh itu, jumlah air yang mencukupi di dalam badan anda adalah penting kerana ukuran komposisi badan boleh berubah dengan pergerakan air di dalam badan anda. Sekiranya terdapat perubahan dalam pengukuran komposisi badan, ralat sekurang-kurangnya 1% hingga 3% dalam peratusan lemak badan boleh berlaku. Untuk mendapatkan keputusan yang tepat dan mengelakkan perbezaan keputusan yang ketara, sila ikuti langkah-langkah berikut:



Ambil ujian sebelum mengambil sebarang makanan



Jangan ukur sebaik sahaja selepas bersenam atau mandi



Jika boleh, ambil ujian pada waktu pagi



Berdiri pegun selama 5 saat sebelum mengambil ujian



Sila ukur selepas ke tandas



INGAT: Keputusan mungkin berbeza walaupun telah mengikuti langkah-langkah ini kerana badan anda sentiasa berubah.

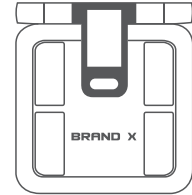
- 2** Mengapakah Dial lebih bagus daripada penimbang berat badan pesaing lain?

Elektrod sentuhan 8 titik
+
Hanya perlukan Ketinggian



Mengukur keseluruhan badan dengan tepat (bahagian atas dan bawah badan)

lwn



Mengukur badan dan bergantung pada formula

Elektrod sentuhan 4 titik
+

Umur, Jantina, Etnik, Bentuk Badan

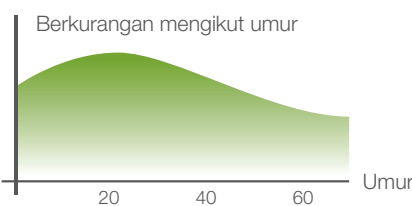
- 3** Mengapakah data empirik tidak disyorkan untuk mendapatkan keputusan badan yang tepat?

Dengan menggunakan data empirik untuk mengira komposisi badan pengguna, ia mengagak secara kasar ukuran badan anda berdasarkan satu formula tanpa mengukur badan anda secara langsung. Penggunaan data empirik juga tidak disyorkan kerana beberapa maklumat mungkin sudah pun ditentukan terlebih dahulu dan mengubah keputusan anda. Contoh:

Jisim Otot



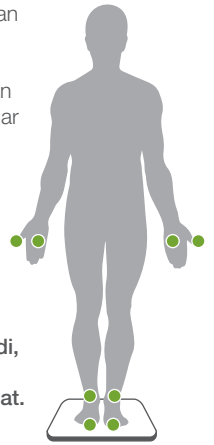
Jisim Otot



Maklumat yang sudah pun ditentukan terlebih dahulu ini boleh mengubah keputusan ujian akhir anda tanpa mengira komposisi badan anda yang sebenar. Manakala InBody Dial tidak menggunakan data empirik dan hanya memerlukan anda memasukkan butiran ketinggian anda.

- 4** Sila jelaskan kaedah elektrod sentuhan 4 atau 8 titik? Adakah lebih banyak titik bermaksud keputusan yang lebih baik?

InBody Dial menggunakan kaedah elektrod sentuhan 8 titik yang mengukur dengan tepat bahagian atas dan bawah badan. Peranti elektrod 4 titik akan mengukur sama ada bahagian atas atau bawah dan berdasarkan keputusan itu peranti akan menganggar hanya sebahagian daripada komposisi badan. Ini bermaksud seseorang yang mempunyai bahagian bawah badan yang gemuk dan bahaagian atas badan yang kurus akan mendapati lemak badan bahagian atas badan diukur dengan tidak tepat menggunakan penimbang pintar 4 titik yang biasa, sedangkan InBody Dial dengan 8 elektrod akan mendapatkan keputusan yang tepat dengan mengukur bahagian atas dan bawah badan. Jadi, ya, mempunyai lebih banyak titik elektrod menunjukkan keputusan yang lebih baik dan tepat.



- 5** Apakah tahap ketepatan bagi keempat-empat peranti InBody?

Ketepatan komposisi badan InBody boleh dijelaskan dengan hubung kaitnya dengan DEXA, iaitu standard emas bagi analisis komposisi badan. Hubung kait merujuk kepada tahap kesalingbergantungan antara keputusan DEXA dan keputusan ujian InBody orang yang sama. Semakin dekat hubung kait itu kepada 1, semakin tepat peranti tersebut.

Ketepatan ditentukan oleh keseluruhan perkakasan mesin, elektrod dan kekerapan penggunaan. Maka, InBody Professional yang menggunakan pelbagai frekuensi adalah peranti yang paling tepat. Keputusan ketepatan hubung kait terperinci adalah seperti di bawah:

InBodyBAND/
WATCH
Hubung kait
0.80

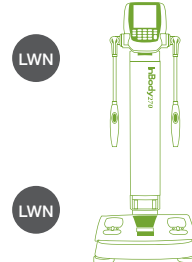


LWN

InBody Dial
Hubung kait
0.98



LWN



InBody Professional

Hubung kait **0.98**

LWN

DEXA
Standard
Emas

- 6** Jika pengguna mempunyai kesemua peranti, peranti yang manakah paling tepat?

Rujuk soalan #5. InBody Professional adalah peranti yang paling tepat.

InBody Professional menggunakan pelbagai frekuensi antara 1kHz hingga 1mHz untuk memberikan analisis air badan yang tepat. Arus elektrik saling bertindak secara berbeza dengan sel-sel di dalam badan anda pada frekuensi yang berlainan yang membolehkan peranti InBody mengukur bahagian cecair yang berbeza di dalam badan anda. Frekuensi yang rendah adalah lebih sesuai untuk mengukur air luar sel (ECW) manakala frekuensi yang tinggi melalui membran sel untuk mengukur air intrasel (ICW) dan oleh itu memberikan analisis jumlah air badan (TBW). Memandangkan InBody Professional menggunakan pelbagai frekuensi, peranti ini dianggap paling tepat antara peranti yang lain.

- 7** Seorang pengguna mengukur lemak badannya dengan beberapa peranti InBody tetapi semua hasilnya berbeza. Apakah maksudnya?

Walaupun setiap peranti InBody mempunyai bilangan hubung kait DEXA yang tinggi, peranti berkenaan menggunakan bilangan elektrod dan frekuensi yang berlainan yang akan memberikan perbezaan keputusan. Perbezaan keputusan yang minimum antara InBody Dial dan InBody Professional boleh diterima memandangkan pengukuran mungkin tidak dilakukan dengan menggunakan postur badan yang sama.

PENTING: Gunakan peranti yang sama untuk perjalanan pengurangan berat badan keseluruhan anda untuk melihat keputusan yang terbaik.

Jika anda sentiasa sibuk, InBodyBAND dan InBodyWATCH sentiasa menjadi rujukan penjejakan terbaik untuk anda!