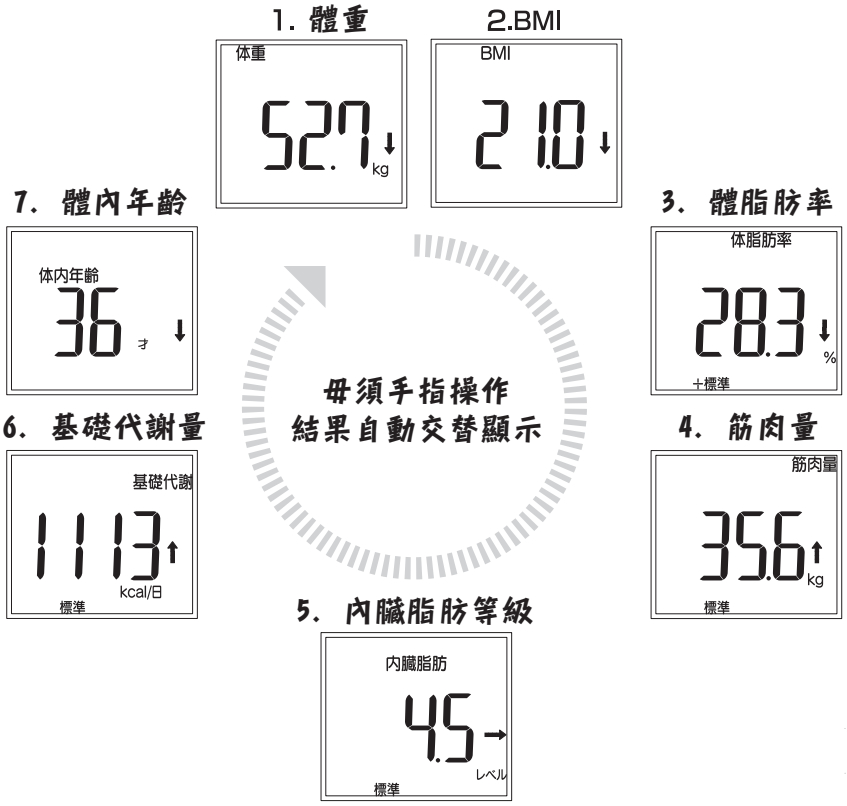
BC-760身體組成結果顯示次序

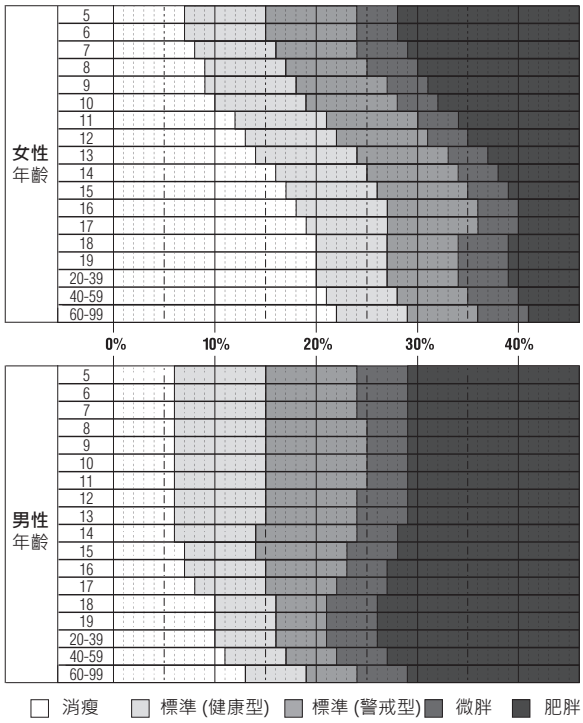
TANITA
Monitoring Your Health

↑→↓ 和上次結果比較(上升/維持/下跌)

按「設定 / 前回值」可查閱上次結果



體脂肪率判定表



BMI

BMI = 體重 (公斤) ÷ 身高 (m)^2

	過輕	標準	過重	肥胖
BMI	<18.50	18.50-24.99	≥25.00	≥30.00

* 22 為最理想

內臟脂肪等級

等級10約等於內臟脂肪面積100cm^2			
	標　準	偏　高	極　高
指　　數	9以下	10~14	15以上
判定方式	目前不必擔心，請維持攝取均衡之飲食及適度運動。	請注意多運動，控制攝取之熱量，以標準脂肪指數為目標。	須積極運動並進行飲食管理及減重。醫學上診斷請諮詢醫師。

更多健康資訊，請瀏覽 www.tanita.asia

LIKE US ON facebook

tanita.hongkong