

BCA-1A

人体成分分析报告

Body Composition Analysis Report

好体知

编号 / 姓名:

性别: ☐ 男 ☐ 女

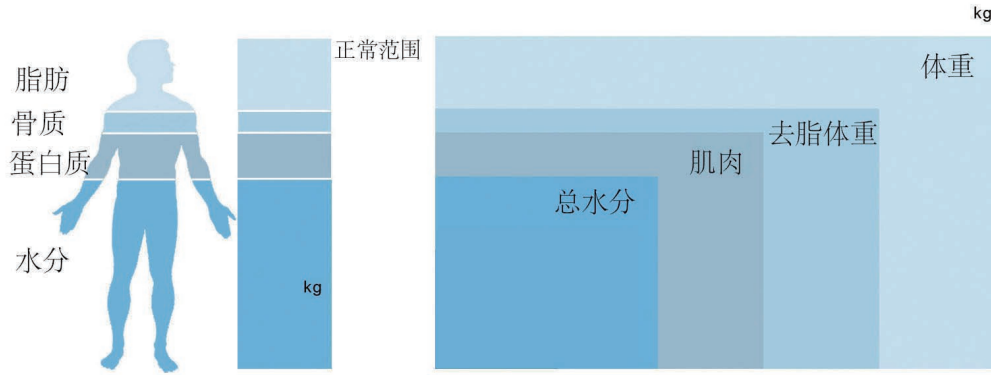
年龄:

身高:

cm

测试时间:

人体成分



健康评分: _____



身体年龄: _____

岁

体型判定

隐性肥胖型	脂肪过多型	肥胖型
肌肉不足型	健康匀称型	超重肌肉型
消瘦型	低脂肪型	运动员型

基本评估

	低	正常	高	正常范围
体重 kg	60 70 80 90 100 110 120 130 140 150 %			
肌肉 kg	60 70 80 90 100 110 120 130 140 150 %			
体脂百分比 % PBF	男 0 5 10 15 20 25 30 35 40 % 女 8 13 18 23 28 33 38 43 48 %			
骨质 kg	60 70 80 90 100 110 120 130 140 150 %			
总水分 kg TBW	60 70 80 90 100 110 120 130 140 150 %			
骨骼肌 kg SMM	60 70 80 90 100 110 120 130 140 150 %			
体质指数 kg/m ² BMI	9 12 15 18.5 21 23.9 27 30 33 36			
腰臀比 % WHR	男 0.70 0.75 0.80 0.85 0.90 0.95 1.00 1.05 1.10 1.15 女 0.55 0.60 0.65 0.70 0.75 0.80 0.85 0.90 0.95 1.00			

体重管理

目标体重	kg
体重控制	kg
脂肪控制量	kg
肌肉控制量	kg

肥胖分析

体重 (BMI) 等级

☐ 体重较轻 ☐ 正常 ☐ 超重
☐ 肥胖 I 级 ☐ 肥胖 II 级 ☐ 肥胖 III 级

体脂百分比 ☐ 低 ☐ 正常 ☐ 高

腰臀比



☐ 梨型



☐ 正常



☐ 苹果型

营养分析

蛋白质 ☐ 不足 ☐ 正常
脂肪 ☐ 不足 ☐ 正常 ☐ 过量
无机盐 ☐ 不足 ☐ 正常

基础代谢 (BMR) _____ kcal

内脏脂肪分析



躯干脂肪总量

kg

内脏脂肪指数



节段分析

肌肉 (kg)

脂肪 (kg)

