

# Frederiksberg Vægtfabrik

---

v/Mogens Küppers . Sankt Knudsvej 18 . 1903 Frederiksberg C  
Tlf. 33 24 02 10 . Biltlf. 40 45 37 10 . Privattlf. 56 14 67 10 . Giro 5 29 03 76  
Telefax 33 24 02 71



## Hyppige spørgsmål (FAQ):

- [Hvordan fungerer "Tanita Body Composition Analyser"?](#)
- [Hvor nøjagtig er "Tanita's BIA body Composition Analyser"?](#)
- [Hvorfor analyserer en "Tanita Body Composition Analyser" bedre end callipers?](#)
- [Hvorfor ændrer fedtprocent læsninger sig i løbet af dagen? - Betyder det at "Body Composition Analyser" er unøjagtige?](#)
- [Hvilke faktorer har indflydelse på væskenniveauet?](#)
- [Hvad er "Athlete Mode"?](#)
- [Hvilke forbrugsstoffer har jeg brug for til en "Tanita Body Composition Analyser"?](#)
- 

---

### Hvordan fungerer "Tanita Body Composition Analyser"?

Kropsfedt læsning er en bedre indikation af sundhed og fitness end vægt alene. Body Composition Analyser bruger bioelektrisk impedans analyse (BIA). BIA fungerer ved at sende et sikkert elektrisk signal gennem kroppen, som møder modstand, når den passerer gennem fedtvæv. Modstanden, som signalet møder, kaldes for impedans. Den kalkulerer fedtprocenten ved anvendelse af køn, højde og vægt.

---

### Hvor nøjagtig er "Tanita's BIA body Composition Analyser"?

Uafhængige forsknings studier har vist, at Tanita BIA er nøjagtig indenfor +/-4 procent points af DEXA (Dual Energy X-Ray Absorptiometry) og giver nøjagtige og gentagne resultater, når den bruges under ensartede konditioner.

Mere information på andre teknikker brug i body Composition Analysers.

---

### Hvorfor analyserer en "Tanita Body Composition Analyser" bedre end callipers?

Modsat Body Composition Analyser finder mange mennesker callipers for angrebet. "Skinfold" målinger taget med callipers på bestemte området af kroppen, hvilket kan være ukomfortabelt og kræver afklædning af tøj.

Callipers giver varierende resultater afhængig af færdighederne hos teknikeren og hvilken side, der bliver målt. Kvaliteten af callipers er også en faktor. Billige modeller solgt til hjemmebrug er normalt mindre nøjagtig end dem, som bruges af anerkendte teknikere. Desuden er det sværere at måle skindet korrekt jo mere overvægtig personen er.

---

# Frederiksberg Vægtfabrik

---

v/Mogens Küppers . Sankt Knudsvej 18 . 1903 Frederiksberg C  
Tlf. 33 24 02 10 . Biltlf. 40 45 37 10 . Privattlf. 56 14 67 10 . Giro 5 29 03 76  
Telefax 33 24 02 71



**Hvorfor ændrer fedtprocent læsninger sig i løbet af dagen? - Betyder det at "Body Composition Analyser" er unøjagtige?**

Nej, en ændring i kropsfedt læsning på en analyse indikerer en ændring i den samlede kropssammensætning. Ligesom vægten ændres gennem dagen gør fedtprocent niveauer også. En af årsagerne til dette, kan være ændringer i kroppens væskniveau. For at få konstante resultater anbefaler Tanita, at du tager en persons måling på den samme tid på dagen og de samme konditioner hver gang.

---

**Hvilke faktorer har indflydelse på væskniveauet?**

Faktorer såsom temperatur, fysisk aktivitet, mad og drikke, medicinske konditioner (inkluderet menstruation), medicinsk behandling, indtagelse af alkohol og koffein kan påvirke væskniveauet på en persons muskelvæv, hvilket kan påvirke kropsfedt læsningen.

---

**Hvad er "Athlete Mode"?**

Tanita måler ikke fedt direkte; de eneste to værdier, som Tanita måler direkte er vægt og impedans.

Kropsfedt er kalkuleret ved at bruge ligning, som inkluderer højde, alder, køn og kropstype tillagt de to målte værdier vægt og impedans.

Med hensynstagen til kropstype har studier vist, at mennesker som konstant træner på et højt niveau over en tidsperiode f.eks. 10 timer pr. uge i 6 måneder eller mere har tendens til at bibeholde en større mængde vand i deres muskelstruktur i sammenligning med moderat aktive eller stillesiddende mennesker.

Derfor har eliteatleter tendens til at lagre mere væske i deres muskelstruktur end moderat aktive og stillesiddende mennesker.

For at fastholde nøjagtighed i den befolkning, som er eliteatleter, har Tanita udviklet en anderledes ligning reflekterende ændringer i vand til muskel forhold. Hvis en atletisk person har brugt "standard" på en "Body Composition Analyser" vil der kropsfedt procent være overvurderet.

---

**Hvilke forbrugsstoffer har jeg brug for til en "Tanita Body Composition Analyser"?**

Det eneste forbrugsstof der er behov for er papirruller for at printe hver persons kropssammensætnings analyse. Hver rulle giver ca. 100 print.

Herudover vil der være behov for testrapporter, hvor forskellige målinger over en periode kan sammenlignes.