

报告单



编 号	17440046260003
姓 名	18202646553
性 别	女
年 龄	37
证件号码	12022*****0024
手机号码	182****6553
日 期	2025-04-07

(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

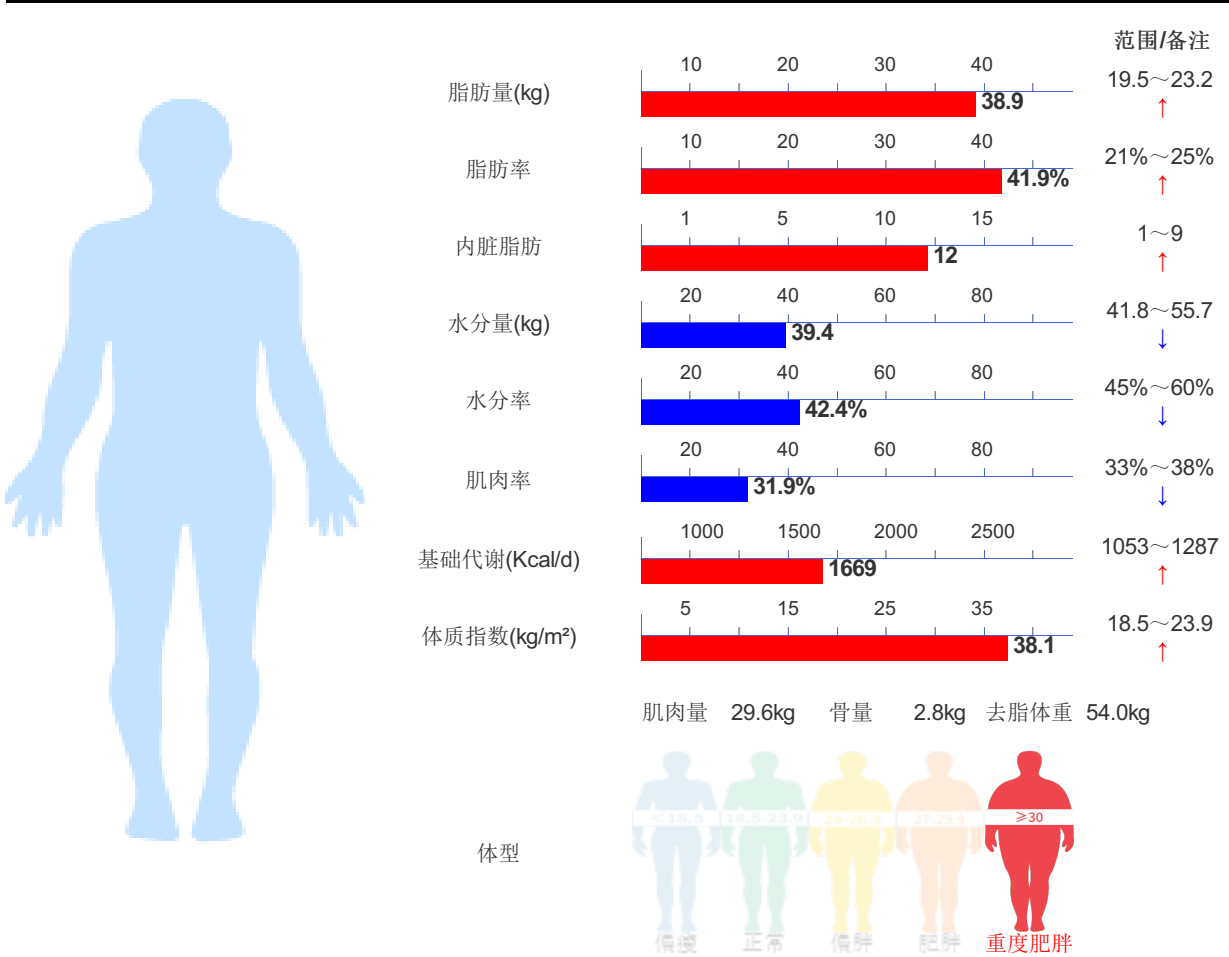
测量项	测量结果	参考	单位	备注
身高	156.1	—	cm	—
体重	92.9	45.99~56.21	kg	↑
体质指数(BMI)	38.1	18.5~23.9	kg/m²	↑
脂肪率	41.9%	21%~25%	—	↑
脂肪量	38.9	19.5~23.2	kg	↑
去脂体重	54.0	—	kg	—
水分率	42.4%	45%~60%	—	↓
水分量	39.4	41.8~55.7	kg	↓
骨量	2.8	—	kg	—
肌肉量	29.6	—	kg	—
肌肉率	31.9%	33%~38%	—	↓
内脏脂肪	12	1~9	—	↑
基础代谢	1669	1053~1287	kcal/d	↑
体型	重度肥胖	—	—	—
体温	37	36.1 ~ 37	℃	—
血氧饱和度	98	95%~100%	%	—
脉率	91	60~100	次/分	—
血流灌注指数	72	—	‰	—
腰围	—	—	cm	—
臀围	—	—	cm	—
腰臀比	—	<0.85	—	—
收缩压(高压)	123	90~139	mmHg	—
舒张压(低压)	75	60~89	mmHg	—
脉搏	90	60~100	次/分	—
血糖(餐后一小时)	10.6	6.7~8.3	mmol/L	↑
尿酸	0.35	0.089~0.357	mmol/L	—
心率	—	60~100	次/分	—
总胆固醇(血脂)	6.04	<5.18	mmol/L	↑
甘油三酯	1.53	<1.7	mmol/L	—
高密度脂蛋白	>2.59	≥1.04	mmol/L	—
低密度脂蛋白	—	<3.37	mmol/L	—
TC/HDL(总胆固醇/高密度脂蛋白)	—	<5	—	—

(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

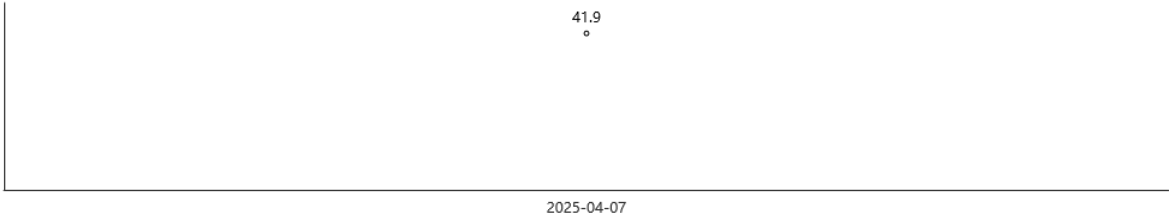
分项指标建议

人体脂肪

【释义】脂肪是常见的食物营养素之一，亦是三种提供能量的营养之一。食物中的脂肪在肠胃中消化，吸收后大部分又再度转变为脂肪。它主要分布在人体皮下组织（皮下脂肪），大网膜、肠系膜和肾脏周围（内脏脂肪），血管壁等处。体内脂肪的含量常随营养状况、能量消耗等因素而变动。



脂肪率曲线图



(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

分项指标建议

血压

【释义】血压是当心脏将血液泵送到身体周围时，循环血液施加在动脉壁上的力。平均血压读数可能会因年龄而异。随着年龄的增长，他们的血压升高的可能性更高。这是因为血管随着年龄的增长而变得僵硬，从而导致血压升高。

测量结果

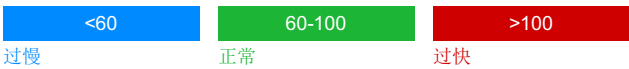
收缩压 123 mmHg



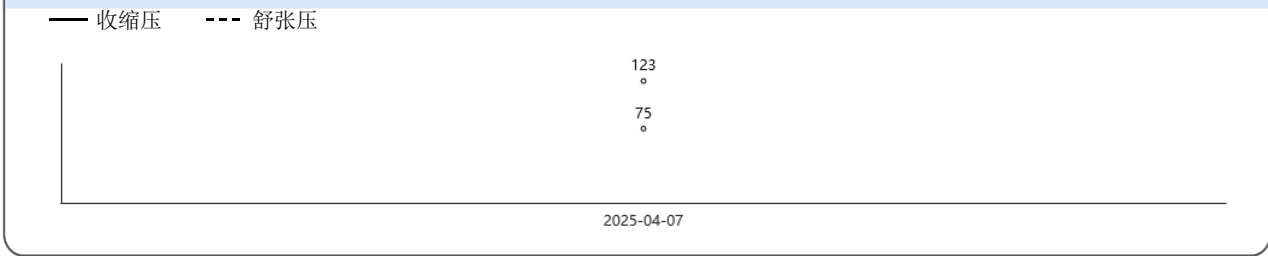
舒张压 75 mmHg



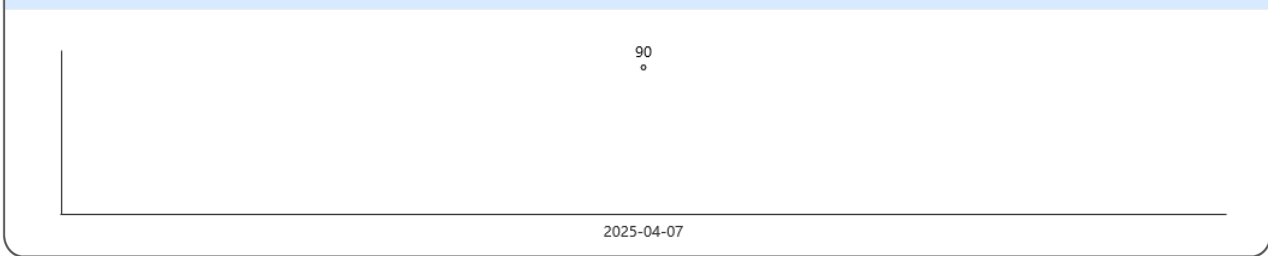
脉搏 90 次/分



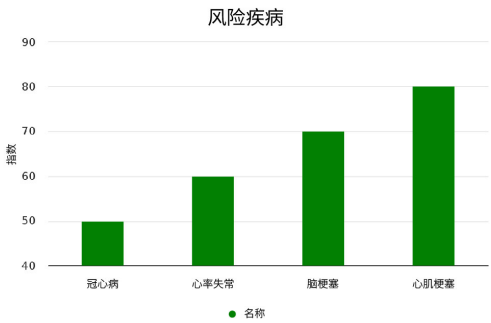
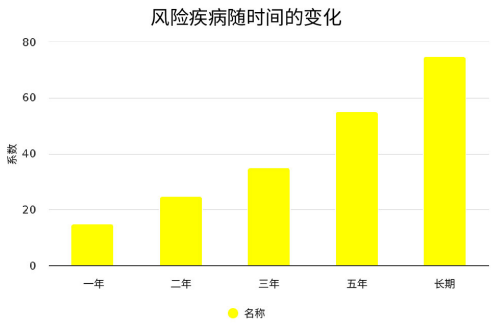
血压曲线图



脉搏曲线图



风险评估



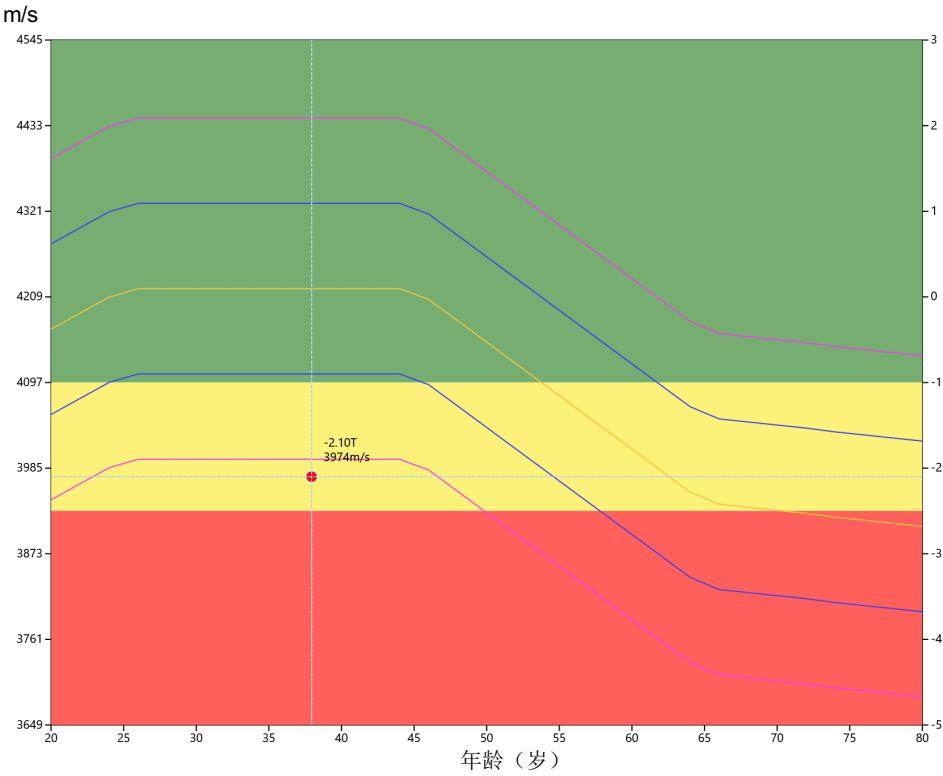
(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

分项指标建议

骨密度

【释义】无

【参考范围】骨质情况良好（T值 ≥ -1 ），骨质情况一般（ $-2.5 \leq \text{T值} < -1$ ），骨质疏松（T值 < -2.5 ）。



测量结果:	骨质情况一般
测量部位	右侧桡骨远端 1/3处
T值	-2.1
Z值	-2
骨龄预测	33岁
SOS	3974

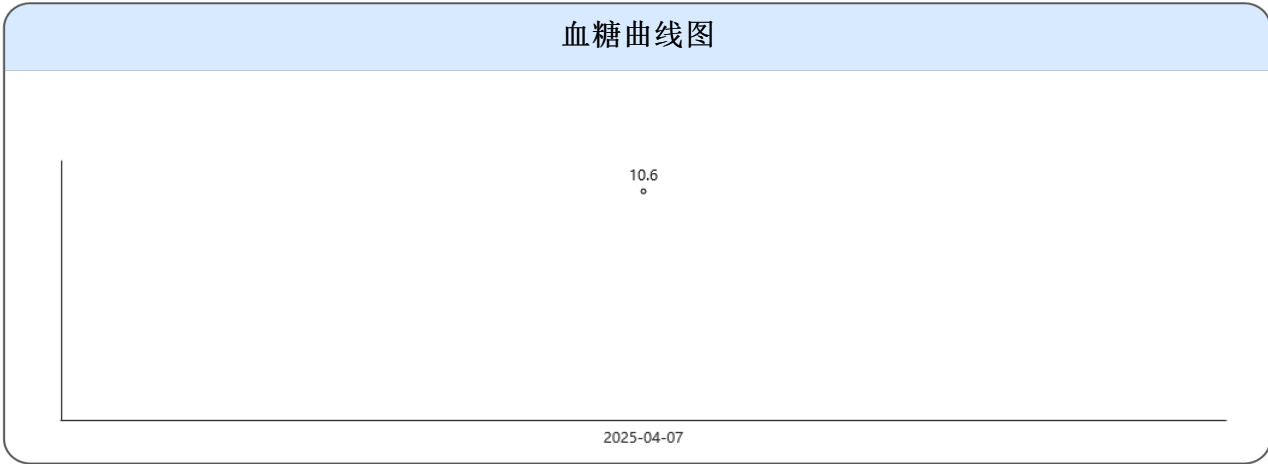
(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

分项指标建议

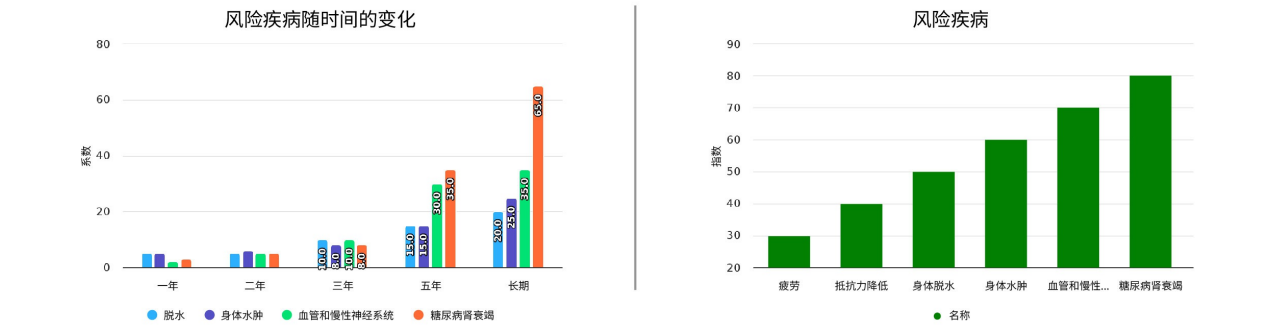
血糖

测量结果

血糖(餐后一小时)	 10.6↑	6.7~8.3mmol/L
【释义】血液中的糖份称为血糖，绝大多数情况下都是葡萄糖（英文简写Glu）。体内各组织细胞活动所需的能量大部分来自葡萄糖，所以血糖必须保持一定的水平才能维持体内各器官和组织的需要。		



风险评估



(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

健康建议

BMI偏高

饮食：控制总能量的摄入；膳食清淡少盐少油；荤素搭配，均衡饮食；尽量采用凉拌、蒸、煮、炖、焖的烹调方式。

运动：加强锻炼，增加能量的消耗，促进脂肪的分解。运动以中等负荷强度，即以心率计110—130次/分，时间持续在30分钟以上，慢跑、快走、自行车、游泳等有氧运动。

生活习惯：三餐定时定量，忌进餐过早或过晚，忌一次性吃太多。

脂肪率偏高

饮食：控制总能量的摄入；膳食清淡少盐少油；荤素搭配，均衡饮食；尽量采用凉拌、蒸、煮、炖、焖的烹调方式。

运动：加强锻炼，增加能量的消耗，促进脂肪的分解。运动以中等负荷强度，即以心率计110—130次/分，时间持续在30分钟以上，慢跑、快走、自行车、游泳等有氧运动。

生活习惯：改变不吃早餐，晚餐过晚，一次性进食过多，进餐速度过快等不良习惯。纠正爱吃零食、甜食和高油脂食品的习惯。

基础代谢偏高

基础代谢偏高者多见于甲状腺功能亢进者，注意规律作息，规律饮食，增强信心，保持良好的精神状态。

血糖偏高

高血糖是糖尿病的前期，易导致急慢性并发症的发生：如抵抗力下降、肾功能受损、视网膜病变、动脉硬化等

饮食：严格控制糖分摄入，选择生糖指数低的食物，如杂豆、荞麦、魔芋、苦瓜、海带、柚子、杨桃等。多吃蔬菜，蔬菜中所含的维生素矿物质可以很好的提高机体的抗氧化能力，防止糖尿病并发症。多吃豆类、蔬菜类，其中的膳食纤维可以降低餐后血糖。饮酒不利于血糖的控制，血糖控制不佳时应忌酒。

运动：进行有规律的运动，可以增加胰岛素的敏感性，很好的控制血糖。

生活习惯：在外就餐时控制饮酒；点菜忌点糖醋类油煎油炸类的菜肴。

(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)