



PROFESIONĀLIE MEDICĪNAS PRODUKTI

PLIKOMETRO FAT-2 - ALUMĪNIJA

FAT 2 ĀDAS DAĻAS SUPTS - ALUMĪNIJA

FAT-2 alumīnija dipometrs

FAT-2 PLICÓMETRO - ALUMINIO

ADIPÓMETRO DE PREGAS CUTÂNEAS 2 - alumīnijs

Ķermeņa ādas grumbu mērīšanas ierīce

TAUKU MĒRĪŠANA 2 - Alumīnijs

Manuale d'uso - Lietotāja rokasgrāmata - Manual de l'utilisateur - Guia de uso - Manual de utilização
- Lietotāja rokasgrāmata

Kļūda ir paredzēta kā indikatīva

Šie pasākumi ir paredzēti kā indikatīvi.

Mērījumiem ir dažādi galamērķi

Plašsaziņas līdzekļiem ir indikatīvs raksturs

Kā medidas tēm um caráter indicativo

Izmērītās vērtības jāsaprot kā vadlīnijas.

GIMA 27349

Fabbricante, ražotājs, Fabricante, Fabricante: JIMCO INDUSTRIES

4 km Aimen Abad Road

netālu no Akbar Abad Chowk Bhadal, Sialkot-51310-Punjab - Pakistāna -

info@jimcoind.com Ražots Pakistānā

REF RE-120-20

Importato da/Importēja/Importé par/Importado por /
Importado por / Importēja: Gima

SpA

Via Marconi, 1-20060 Gessate (MI) Itālija

gima@gimaitaly.com - export@gimaitaly.com

www.gimaitaly.com



Zemādas audu indikatīvam mērījumam (nevis diagnostikas nolūkiem) un šī mērījuma konvertēšanai indikatīvā ķermeņa tauku procentuālā daudzumā.

IEVADS

Ādas kroku biezuma mērīšanai izmanto ādas kroku mērītāju.

Mērījumi tiek veikti izvēlētajās vietās. Iegūtais ādas krokas biezums pēc tam, izmantojot ādas krokas diagrammas, tiek pārvērsts ķermeņa tauku procentuālajā daļā.

ĀDAS GRUMBU MĒRĪŠANAS METODE

Rūpīgi atrodiet un izmēriet katru ādas kroku. Rezultāti var atšķirties, ja mērījumi netiek veikti konsekventi vienā un tajā pašā vietā un ar vienādu spiedienu, kas pielikts ādas krokai, izmantojot ādas krokas mērierīci.

Katrai ādas krokai izmantojiet vienu un to pašu mērīšanas metodi.

- a. Izmēriet ādas kroku tieši uz ādas, nevis caur apģērbu.
- b. Ar vienu roku satveriet ādas kroku un stingri turiet to. Ar otru roku izmēriet
 Ādas krokas biezums, ko mēra ar ādas krokas nazi.
- c. Veiciet trīs mērījumus katrā ādas krokā. Galīgais ādas krokas biezums šajā vietā
 ir šo trīs mērījumu vidējais rādītājs.
- d. Atzīmējiet mērīšanas punktu uz ādas krokas ar tauku zīmuli.
- e. Ar kreisās rokas īkšķi un rādītājpirkstu satveriet ādas kroku.
- f. Novietojiet ādas krokas nazi uz vietas tā, lai tauku zīmuļa atzīme būtu ādas krokas sānos.
 atrodas pa vidu starp mērīšanas svīrām.
- g. Atlaidiet labās rokas īkšķi no ādas krokas mērierīces sviras tā, lai mērīšanas ierīces gali sakristu.
 augšstilbi var pilnībā iedarboties uz ādas kroku.
- h. Nolasiet ādas krokas izmēru (milimetros) tieši uz ādas krokas mērierīces skalas.
- i. Veiciet mērījumu vēl divas reizes. Lai iegūtu precīzus rezultātus, nepieciešami kopumā trīs mērījumi.
 Gen ir nepieciešams katrā brīdī.
- j. Ādas krokas izmērs attiecīgajā zonā ir trīs mērījumu vidējais rādītājs.
- k. Vidējā ādas krokas vērtība = $(R1 + R2 + R3) / 3$.

Ķermeņa tauku procentuālā daļa, pamatojoties uz ādas grumbu mērījumiem

Pēc ādas krokas mērījuma šos mērījumus var pārvērst ķermeņa tauku procentuālajā daļā no ķermeņa svara. Šie procenti atšķiras atkarībā no vecuma un dzimuma.

PIEMAUGUŠO GALDI

Ekvivalenta ķermeņa tauku satura noteikšana, izteikta procentos no ķermeņa masas, pieaugušiem vīriešiem un sievietēm:

1. Saskaitiet četrus (4) vidējos ādas kroku mērījumus (bicepss, tricepss, zemlāpstiņas un virslāpstiņas muskulis)
 liakal)
2. Izmantojiet atbilstošo tabulu ar ķermeņa svara procentuālo daļu (vīriešu vai sieviešu)
 bličs).

Nosakiet ķermeņa tauku daudzumu procentos no ķermeņa masas atbilstošās kolonnas "VECUMS" un rindas "ĀDAS KROKU MĒRĪJUMU SUMMA" krustpunktā.

ĶERMEŅA TĀUKU PROCENTUĀLAIS DAĻA - VĪRIEŠIEM/SIEVIETĒM

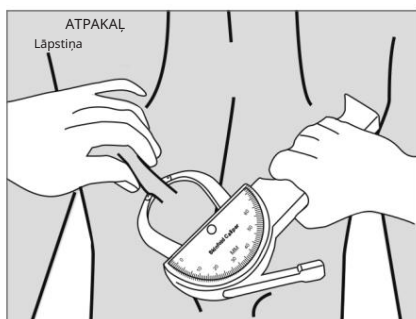
4 vidējo ādas kroku mērījumu summa mm	VECUMS			
	17.-29. lpp. Vīrieši / Sievietes	30-39 Vīrieši / Sievietes	40-49 Vīrieši / Sievietes	50+ Vīrieši / Sievietes
15	4,8 / 10,5	- / -	- / -	- / -
20	8,1 / 14,1	12,2 / 17,0	12,2 / 19,8	12,6 / 21,4
25	10,5 / 16,8	14,2 / 19,4	15,0 / 22,2	15,6 / 24,0
30	12,9 / 19,5	16,2 / 21,8	17,7 / 24,5	18,6 / 26,0
35	14,7 / 21,5	17,7 / 23,7	19,6 / 26,4	20,8 / 28,5
40	16,4 / 23,4	19,2 / 25,5	21,4 / 28,2	22,9 / 30,3
45	17,7 / 25,0	20,4 / 26,9	23,0 / 29,6	24,7 / 31,9
50	19,0 / 26,5	21,5 / 28,2	24,6 / 31,0	26,5 / 33,4
55	20,1 / 27,8	22,5 / 29,4	25,9 / 32,1	27,9 / 34,6
60	21,2 / 29,1	23,5 / 30,6	27,1 / 33,2	29,2 / 35,7
65	22,2 / 30,2	24,3 / 31,6	28,2 / 34,1	30,4 / 36,7
70	23,1 / 31,2	25,1 / 32,5	29,3 / 35,0	31,6 / 37,7
75	24,0 / 32,2	25,9 / 33,4	30,3 / 35,9	32,7 / 38,7
80	24,8 / 33,1	26,6 / 34,3	31,2 / 36,7	33,8 / 39,6
85	25,5 / 34,0	27,2 / 35,1	32,1 / 37,5	34,8 / 40,4
90	26,2 / 34,8	27,8 / 35,8	33,0 / 38,3	35,8 / 41,2
95	26,9 / 35,6	28,4 / 36,5	33,7 / 39,0	36,6 / 41,9
100	27,6 / 36,4	29,0 / 37,2	34,4 / 39,7	37,4 / 42,6
105	28,2 / 37,1	29,6 / 37,9	35,1 / 40,4	38,2 / 43,3
110	28,8 / 37,8	30,1 / 38,6	35,8 / 41,0	39,0 / 43,9
115	29,4 / 38,4	30,6 / 39,1	36,4 / 41,5	39,7 / 44,5
120	30,0 / 39,0	31,1 / 39,6	37,0 / 42,0	40,4 / 45,1
125	30,5 / 39,6	31,5 / 40,1	37,6 / 42,5	41,1 / 45,7
130	31,0 / 40,2	31,9 / 40,6	38,2 / 43,0	41,8 / 46,2
135	31,5 / 40,8	32,3 / 41,1	38,7 / 43,5	42,5 / 46,7
140	32,0 / 41,3	32,7 / 41,6	39,2 / 44,0	43,0 / 47,2
145	32,5 / 41,8	33,1 / 42,1	39,7 / 44,5	43,6 / 47,7
150	32,9 / 42,3	33,5 / 42,6	40,2 / 45,0	44,1 / 48,2
155	33,3 / 42,8	33,9 / 43,1	40,7 / 45,5	44,6 / 48,7
160	33,7 / 43,3	34,3 / 43,6	41,2 / 45,8	45,1 / 49,2
165	34,1 / 43,7	34,6 / 44,0	41,6 / 46,2	45,6 / 49,6
170	34,5 / 44,1	34,8 / 44,4	42,0 / 46,6	46,1 / 50,0
175	34,9 / -	- / 44,8	- / 47,0	- / 50,4
180	35,3 / -	- / 45,2	- / 47,4	- / 50,8
185	35,6 / -	- / 45,6	- / 47,8	- / 51,2
190	35,9 / -	- / 45,9	- / 48,2	- / 51,6
195	- / -	- / 46,2	- / 48,5	- / 52,0
200	- / -	- / 46,5	- / 48,8	- / 52,4
205	- / -	- / -	- / 49,1	- / 52,7
210	- / -	- / -	- / 49,4	- / 53,0

ABONENTS

Zem apakšējā lāpstiņas leņķa virsotnes, 45 grādu leņķī pret vertikāli (aizmugurē, tieši zem lāpstiņas).

Atzīmējiet punktu tieši zem lāpstiņas, pusceļā starp mugurkaulu un sānu.

Mērīšanas laikā ādas krokas mērierīcei jābūt novietotai 45 grādu leņķī.



SUPRAILIAKAL

Virs gūžas kaula cekulas vidusaksillārajā līnijā (aptuveni 2,5 cm virs gūžas kaula 45 grādu leņķī pret vertikāli).

Atzīmējiet punktu aptuveni vienu centimetru virs gūžas kaula.

Mērīšanas laikā ādas krokas mērierīcei jābūt novietotai 45 grādu leņķī.

**BĒRNU GALDS**

Amerikas Veselības, fiziskās audzināšanas, atpūtas un dejas alianse (AAHPERD) iesaka, ka valsts procentuālās normas ir labākais atsaucis rādītājs ādas kroku mērījumiem un ķermeņa tauku procentuālajam daudzumam bērniem līdz 17 gadu vecumam. AAHPERD ierosina, ka 50. percentile ir ideāls rādītājs: indivīdiem, kuru ķermeņa tauku saturs ir zem 25. percentiles, jāmudina samazināt ķermeņa tauku daudzumu, savukārt tiem, kuru ķermeņa tauku saturs ir virs 90. percentiles, nevajadzētu to darīt.

Atbilstošās procentuālās daļas noteikšana zēniem un meitenēm:

1. Saskaitiet divus (2) vidējos ādas kroku izmērus (bicepss un tricepss)
2. Nosakiet atbilstošo PROCENTU, nolasot atbilstošo vecuma kolonnu, līdz jūs sasniedzat krustpunktu ar ādas krokas vērtību.

Pēc tam izlasiet procentuālo daļu kreisajā malējā rindā. Skatiet zēnu/meiteņu procentuālo daļu tabulu zemāk.

ĶERMEŅA TAUKU UN ĀDAS GRUMBU PROCENTU TABULA ZĒNIEM/MEITENĒM

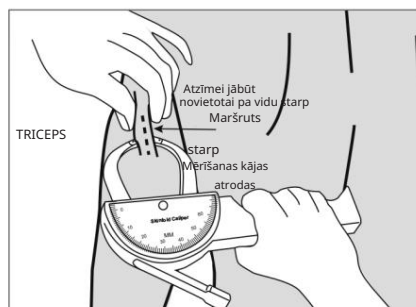
Per-procents	VECUMS											
	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	1. skaitlis — tricepsa un lāpstiņas apakšdaļas muskuļu vidējais rādītājs zēniem / 2. skaitlis — tricepsa un lāpstiņas apakšdaļas muskuļu vidējais rādītājs meitenēm											
99	7/8	7/8	7/8	7/9	7/9	8/8	7/9	7/10	7/10	11. augusts	11. augusts	12. augusts
90	9/10	11. septembris	11. septembris	10/12	10/12	10/12	10/13	15. septembris	10/13	16.10.	16.10.	16.10.
85	10/11	10/12	10/12	10/12	13. novembris	13. novembris	10/13	14. oktobris	16.10.	17. novembris	18. novembris	18. novembris
80	10/12	10/12	10/12	13. novembris	13. novembris	14.12.	14. novembris	15. novembris	17. novembris	18. novembris	19. novembris	19. novembris
75	11/12	11/12	13. novembris	14. novembris	14.12.	15.12.	15. novembris	16.12.	18. novembris	20.12.	20.12.	20.12.
70	11/12	13. novembris	14. novembris	15.12.	15.12.	16.12.	16.12.	17.12.	19.12.	21.12.	21.12.	22.13.
65	1. novembris 3	13. novembris	14.12.	15.12.	13/16	13/16	13/17	18.12.	20.12.	22.13.	22.13.	22.13.
60	12/13	14.12.	15.12.	13/16	13/17	14/17	13/17	13/19	21.13.	23.13.	23.13.	14/24
55	14.12.	15.12.	13/16	13/16	14/18	15/18	14/19	14/20	22.13.	14/24	14/24	26.14.
50	14.12.	15.12.	13/16	14/17	14/18	16/19	15/19	15/20	14/24	14/25	14/25	15/27
45	13/15	13/16	14/17	14/18	15/20	16/20	15/21	16/22	14/25	15/26	15/27	16/28
40	13/15	13/16	14/18	15/19	16/20	17/21	16/22	17/23	15/26	16/28	16/29	16/30
35	13/16	14/17	15/19	16/20	17/22	19/22	17/24	18/25	16/27	18/29	14/30	17/32
30	13/16	14/18	16/20	17/22	18/24	20/23	19/25	19/27	18/30	18/32	18/32	19/34
25	14/17	15/19	17/21	18/24	19/25	22/25	21./27.	22./30.	20/32	20/34	20/34	21/36
20	14/18	16/20	18/23	20/26	21./28.	24/28	24/31	25/33	23/35	22/37	22/37	24/40
15	16/19	17/22	19/25	23/29	24/31	28./31.	27/35	29/39	27/39	25/42	24/42	26/42
10	18/22	18/25	21./30.	26/34	28/35	33/36	33/40	36/43	31/42	30/48	29/46	30/46
5	20/26	24/28	28/36	34/40	33/41	38/42	44/48	46/51	37/52	40/56	37/57	38/58

* Atbilstošās procentuālās daļas noteikšana zēniem un meitenēm: Saskaitiet divus (2) vidējos ādas krokas mērījumus (tricepsa un zemlāpstiņas muskuļa, t. i., 11/14). Nosakiet atbilstošo procentuālo daļu, lasot atbilstošo vecuma kolonnu, līdz sasniedzat krustpunktu ar ādas krokas vērtību. Pēc tam nolasiet procentuālo daļu šīs rindas kreisajā malējā rindā. (Piemērs: 9 gadu vecums, vidējās ādas krokas vērtības 11/14, procentuālā daļa būtu 75).

ĀDAS GRUMBU MĒRĪŠANAS PUNKTI

TRICEPS

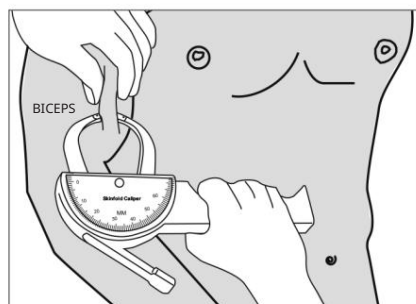
Starp elkoņa kaula olekranona izaugumu un lāpstiņas (pleca) akromionu. Atzīmējiet punktu rokas aizmugurē pusceļā starp elkoņa galu un plecu, atzīmei atrodoties pusceļā starp abiem mērīšanas žokļiem.



BICEPS

Muskuļa viduspunkts (parasti krūtsgala līmenī).

Atzīmējiet punktu saliektā bicepša muskuļa vidū. Mērīšanas laikā muskulim (rokai) jābūt atslābinātam un vertikālā stāvoklī.



LIETOŠANAS INSTRUKCIJA UN PIESARDZĪBAS PASĀKUMI

Šīs ierīces ir paredzētas profesionālai lietošanai, ko veic kvalificēts personāls ar nepieciešamajām zināšanām. Produkta lietošana ietver tiešu saskari ar pacienta ādu.

Vienmēr valkājiet aizsargcimdus, nelietojiet produktu uz bojātas ādas un rīkojieties uzmanīgi, lai izvairītos no nejaušiem nobrāzumiem. Pirms katras lietošanas reizes notīriet un sterilizējiet; izmantojiet neitrālu, neagresīvu dezinfekcijas šķīdumu (pH 7); nelietojiet šķīdumus, kas satur hlora jonus vai augstu spirta saturu. Šis produkts ir paredzēts viegli nolasāmu, indikatīvu mērījumu nodrošināšanai.

	Uzmanību: Izlasiet instrukcijas (Brīdinājumi) uzmanīgi		Skatiet lietošanas instrukciju.
	Uzglabāt vēsā, sausā vietā		Sargāt no saules gaismas
	Produkta kods		Partijas numurs

GIMA GARANTIJAS NOTEIKUMI UN NOSACĪJUMI

Gima piedāvā standarta 12 mēnešu B2B garantiju.