



Renate Derigs
Staatl. gepr. Diätassistentin
Ernährungsberaterin/DGE

Bioelektrische Impedanz Analyse (BIA) Bestimmung der Körperzusammensetzung

Die moderne Ernährungsmedizin beurteilt mittlerweile den Ernährungs- und Gesundheitszustand nicht mehr nach dem Gewicht, sondern vorrangig nach der Körperzusammensetzung. Die Bioelektrische Impedanz Analyse (BIA) ist eine rasche, zuverlässige, kostengünstige und nicht-invasive Messmethode zur Bestimmung der Körperzusammensetzung.

Die wissenschaftliche Aktualität dieses Verfahrens wurde bereits durch zahlreiche Studien belegt. Die BIA ist eine Impedanzmessung und die zugrunde liegenden wissenschaftlichen Annahmen basieren auf den unterschiedlichen elektrischen Leitfähigkeiten der Gewebetypen des menschlichen Organismus.

Knochenmasse und Fettmasse sind beispielsweise sehr schlechte Leiter für den elektrischen Impuls, im Gegensatz dazu ist Skelettmuskulatur aufgrund des hohen Wasser- und Elektrolytgehaltes ein guter Leiter für den elektrischen Impuls.

Dadurch können mittels BIA die einzelnen Körperkompartimente wie Wasseranteil, Muskelmasse, Fettmasse exakt bestimmt werden.

