

Sind Sie ein „Fatburner“? Grundumsatzmessung im Praxis Almohamed

Sind Sie in der Lage gespeichertes Fett zu verbrennen, oder bevorzugt Ihr Körper Zucker zur Energiegewinnung? Verlieren Sie kein Gewicht obwohl Sie nur wenig Essen, da Ihr Körper schon in einem Hungerstoffwechsel ist?



Die Grundumsatzmessung über die Atemgase erlaubt die Beantwortung dieser Fragen mithilfe eines erprobten schmerzlosen Verfahrens.

Bei der Grundumsatzmessung liegen der Patient 20 Minuten ruhig und entspannt auf einer Liege. Er trägt in dieser Zeit eine Atemmaske, die die exakte Bestimmung der Sauerstoffaufnahme und der Kohlendioxidabgabe ermöglicht. Der direkte Zusammenhang zwischen der Menge an aufgenommenen Sauerstoff und Energieverbrauch ermöglicht eine exakte Bestimmung des Tagesenergieverbrauchs in Kilokalorien.

Das Verhältnis von Kohlendioxidabgabe zur Sauerstoffaufnahme erlaubt eine Berechnung, ob die Energie hauptsächlich aus dem Fettstoffwechsel oder dem Zuckerstoffwechsel bereitgestellt wird.

RUHEUMSATZBESTIMMUNG

69, Euro

Diese Untersuchung ermittelt den Energieverbrauch Ihres Körpers unter Ruhebedingungen. Basierend auf diesem Wert kann bestimmt werden wie viel Kilokalorien Sie pro Tag zu sich nehmen dürfen, um optimal Ihr Gewicht zu reduzieren.