

Pikaohje: InBody 770, 720 & LookinBody 120 & 3.0

Huom: ohjeet on tehty käyttäen InBody 770 -laitetta ja LookinBody 120 -ohjelmistoa. Toiminnot InBody 720 -laitteessa ja LookinBody 3.0 -ohjelmistossa ovat kuitenkin samat, vain erinäköiset.

Valmistautuminen

- Vältä aterioita ja nesteiden nauttimista vähintään 2 tuntia ennen mittausta. Vältä runsasta alkoholin käyttöä vähintään 12 tuntia ennen mittausta sekä diureettien nauttimista ennen mittausta.
- Tyhjennä virtsarakko ennen mittausta.
- Vältä kovaa fyysistä rasitusta mittausta edeltävinä päivinä.
- Vältä kylmissä tai kuumissa olosuhteissa oleilua ennen mittausta ja pyri olemaan seisaalla noin 5 minuuttia ennen mittausta.
- Mittausta ei tule tehdä, mikäli koehenkilö on sairaana, raskaana tai käyttää sydämen tahdistinta.
- Koehenkilön vaatetuksen tulisi mielellään olla kevyt ja kellot ja suuret korut on myös riisuttava.
- Puhdista ja kuivaa InBody-laitteen sensorit sekä mitattavan kädet ja jalkapohjat.

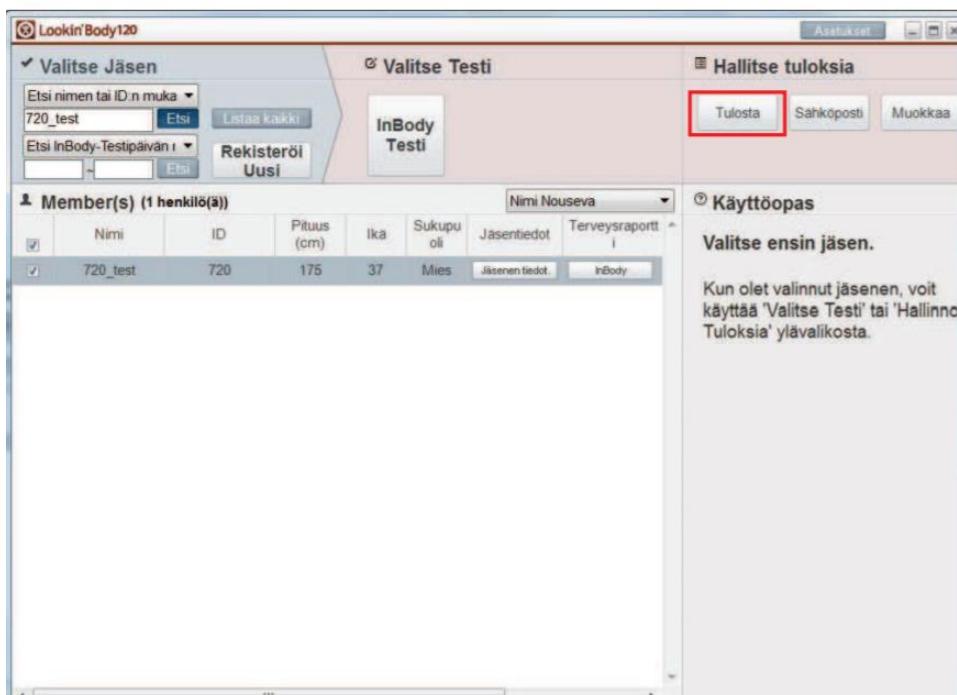
Käynnistys & konfiguraatio:

Tarkista, että tietokoneessa ja tulostimessa on virta päällä. Avaa LookinBody-ohjelma InBodyyn liitetystä tietokoneelta. Varmista, että LookinBody tunnistaa yhteyden Inbody-laitteeseen.

Luo profiili painamalla: **Rekisteröi uusi** ja täytä tiedot (pituus, ikä ja sukupuoli)

→ tallenna painamalla: **Rekisteröi**

Nimen, ID:n tai testipäivän syöttämällä hakukenttään voit myös hakea jo aiemmin luodun henkilön tai tarkastella aiempia tuloksia. Valitse haluamasi profiili ja aloita testi painamalla: **InBody Testi**



KUVA 1. LookinBody ohjelmiston aloitusnäyttö, jossa 720_test jo valittuna. Hakukenttä, uuden profiilin rekisteröinti, testin aloittaminen ja aiempien mittaustulosten tarkastelun toiminnot.

Rekisteröi Uusi

Vaaditaan Tulosta L.

Nimi

ID ✓ * Määritä ID automaattisesti? Kyllä Ei
* Vain pieniä kirjaimia ja numeroita (1-14 merkkiä)

Pituus cm

Sukupuoli Mies Nainen

Syntymäaika Päivä Kk. v. * Syötä alle 18-vuotiaiden lasten syntymäaika tarkan iän laskemiseksi.

Ikä

Vaihtoehtoinen * Laaketieteelliset historia voidaan poistaa asetuksissa.

Käynnistä InBody-Testi heti rekisteröinnin jälkeen.

KUVA 2. Uuden profiilin rekisteröinti ja esitietojen täyttö.

tarttuu
aikana.

Mittaus alkaa

→ InBody-laite ohjeistaa mittauksen aikana koehenkilöä mittausasennosta. Mittausasennossa huomioitavia asioita: (1) kantapäät ja päkiät mahdollisimman keskellä sensoreita, (2) sormet ja peukalot ovat elektrodeilla, (3) käsivarret ovat irti vartalosta.

Mittauksen valmistuttua laite ilmoittaa testin päättyneen ja tulokset tulostuvat tuloslomakkeelle. Tuloksia voi tarkastella tulosteen lisäksi valitsemalla koehenkilön profiilin ja painamalla terveysraportti sarakkeesta: InBody

Tulosteen asetuksia voit muuttaa painamalla aloitusnäytön oikeasta yläkulmasta: Setup

> Results Sheet Types

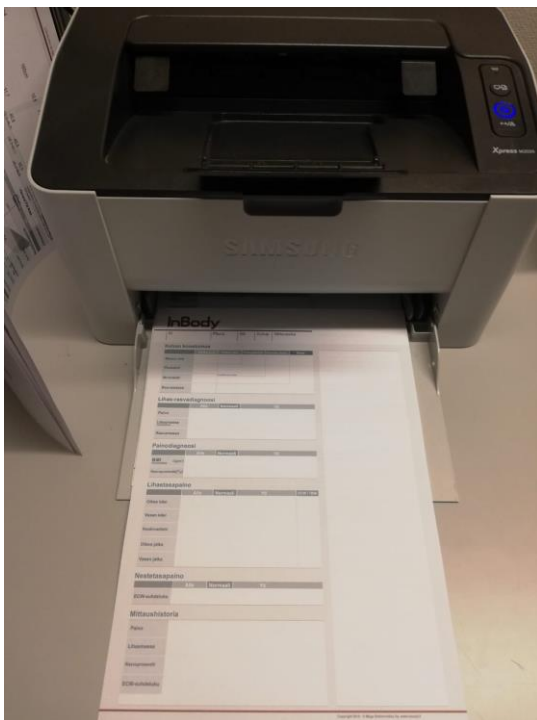
Kohdasta 2. voit valita onko tulosteessa käytössä InBody:n lomake, jossa on sarakkeet valmiina, tai tyhjä paperi sekä kohdasta 3. kopioiden numeron tarpeen mukaan. Jos käytössä on InBody:n lomake, laita paperi tulostimeen kuvan 5. näyttämällä tavalla.

Voit tallentaa tiedot excel- tai CSV-tiedostona ulkoiselle muistilaitteelle painamalla aloitusnäytöstä Setup > Export Data as CSV tai Export Data as Excel

Tallennettavien tietojen tulee olla valittuna aloitusnäytöstä samoin kuin tuloksia tarkasteltaessa, tai kaikki LookinBodyn tiedot siirretään.



KUVAT 3. ja 4. Mittausasento takaa ja InBody-laite.



KUVA 5. InBody-lomakkeen asettelu tulostimeen.