

心率變異分析 HRV

自律神經檢查儀可以檢查出心率變異的高低頻譜功率比值（LF/HF Ratio），這是交感神經與副交感神經交互作用的有效測量值，偏低的心率變異值（Low HRV）是自律神經相關疾病的重要生理狀態指標。

身心能量分析報告說明

人們對壓力的反應，隨情境與時間的不同而有差異，當一個人需在短時間內適應多種生活變化；或預期將有事情變化；或即使只是小小的生活改變，但長期地發生均可能造成壓力。壓力會對身體造成什麼樣的影響呢？壓力可刺激大腦，經下視丘，然後再透過自律神經系統和內分泌系統，產生一些反應而使身體呈現不安定的狀態，因此可以造成心臟血管或腸胃等器官之症狀。自律神經失調，會使人體的平衡機制出問題，病患雖然不舒服，卻經常查不出原因

檢測名稱	正常值範圍	說明
Mean HRT	平均心跳數 60-90	心搏太快或太慢可能需要進一步檢查
SDNN	心臟功能指數 >30	小於30表示心臟調節能力下降負荷增加。
RMSSD	心臟負荷指數 >20	小於20表示副交感神經對心臟調節能力之下降。
PSI	壓力指數20-50	指身體所承受的壓力程度，指數越高則健康程度越差，長期性壓力易造成身心失調、恐慌、憤怒。Stress index：應<50，如>50可能正處於高壓力狀態或有慢性疾病之徵兆。
TP	總能量1000 -2000	生理能量指數過低易感疲勞、活力欠缺無力感其原因可能睡眠不足或慢性疾病導致。
VLF	極低頻 參照圖表標準比例	未達正常範圍顯現腦力負荷過度的可能，易有腦神經衰弱或記憶力減退之短暫現象。
LF	低頻 參照圖表標準比例	LF為中長期交感神經量值，低於正常範圍為疲勞虛弱現象可能由長期性壓力或疾病引起如糖尿病、肝機能障礙…等。
HF	高頻 參照圖表標準比例	HF為中長期副交感神經量值，低於正常範圍可能老化、心率穩定性下降、心臟疾病、消化功能下降…等問題。
LF/HF	低高頻功率比 0.5--2.0	觀察自主神經之平衡狀況，其指數偏高，代表亢進、焦慮、急躁之特質。偏低則可能有憂鬱、情緒低落之現象。
Emotion state	情緒狀態	PNS及SNS活動的相對拮抗，當中最好。情緒指數高表示焦慮、恐慌、憤怒、興奮的現象，情緒指數較低表示消沉、壓抑的現象。
ABD	自律神經的平衡活性	交感神經與副交感神經的平衡狀態，中央為自律神經平衡。若不在中央則表示調控異常，神經系統傳遞訊息之功能下降，易造成免疫系統之問題。
RRV	心律光譜圖	過度密集的痛點屬深度思維或強烈的生理訊息如疼痛感，等平時則反應圖軌完美之個性特質過度鬆散則有注意力不集中易分心的現象？

身在工作忙碌的現代人不能不注意自己的壓力紓解

動脈硬化分析 APG















動脈硬化分析儀可以反映末梢血液循環狀態，例如：脈波高度可以反映心臟搏動力量與心跳數；脈波升降時間延長表示心律慢，可能有大動脈狹窄、動脈硬化、高齡等情形，時間縮短則表示心跳快，可能是二尖瓣狹窄、二尖瓣閉鎖不全、甲狀腺亢進等情形。

The explanation of terms

Angiology

1. 本儀表將血管彈性分為七個等級作為鑑別之依據：
vessel state-1 > vessel state-2 > vessel state-3 > vessel state-4 > vessel state-5 > vessel state-6 > vessel state-7。每個等級再積分100等分，以同一等級來說，當分數越高表示情況越好。
2. **DPI** (Differential Pulsewave Index) 血管老化評估：依據醫學臨床研究發現，人體的老化過程中血管老化是一項重要分析指標，故積極維持血管的健康狀態是維持身體健康與活力的重要課題。
3. **SP** (Stress Power, P1) 心室功能評估：血液由左心室進入主動脈分送養分至全身組織，若心室之收縮與舒張能力低弱，將無法順利完成血液輸送，且導致組織中養分和氧氣供應不足，人體易呈現疲勞虛弱及新陳代謝異常...等現象，初期會產生諸多不適症，最終將導致疾病產生。
4. **BVT** (Blood Vessel Tension, P2) 血管結構評估：此項評估能了解心搏過程中收縮或舒張對血管彈性狀態的相對影響，藉以分析血管組織是否有內源性或外因性之改變，而引起血管相對應力不足導致血管堵塞或破裂等現象。
5. **RBV** (Remained Blood Volume, P3) 血腫配置評估：此項評估主要是針對血液滯留於血管腔室中的比率。過多血液滯留於血管腔室中，可能原於血管結構異常例如靜脈曲張或血管阻塞程度提升使血液無法順利回流心臟，初期恐引起心搏負荷過載，最終將導致心臟功能低弱。
6. **HR** (Heart rate) 平均心跳：平均心跳每分鐘約60至90下，過快或過慢都有其身心因素，如有超出標準範圍而產生不適應之現象，應盡快尋求專業醫師之協助及進行相關檢查。

Wave pattern according to the vessel state

血管狀態圖	血管狀態等級	血管結構分析圖	血管狀態分析報告	醫師建議
	1		心室收縮與舒張能力及血管彈性均呈現良好狀態，同時血液整體配置屬正常範圍，循環狀態佳。	保持規律之生活型態、運動習慣及清淡飲食，以維持身體最佳健康狀態。
	2		此階段代表心血管狀態已經呈現異常現象。心室收縮舒張能力與血管彈性功能下降，血液殘留量與血管的阻塞程度增加，由於循環能力下降，容易會有手脚冰冷、弱疲虛弱...現象。	應儘快調整生活型態、飲食及運動，如身體感到不適應儘快尋求專業人員協助。
	3		此階段之心臟功能與血管狀態明顯下降，且血液殘留量與血管阻塞程度明顯增加，適應力代謝能力不足，可能會有手脚冰冷、胸悶、頭暈、肩頸四肢僵硬痠痛、記憶力減退、注意力無法集中...現象產生。	積極調整生活作息、飲食、運動型態外，應速至醫院檢測血壓、血脂質、糖調劑等項目，以作為整體評估。
	4		此階段心臟功能與血管狀態相較低弱，血液殘留量與血管阻塞程度相對提升，適應力代謝功能較差，除有手脚冰冷、胸悶外，可能伴隨頭痛、皮膚顏色改變、記憶力減退、注意力無法集中...現象。	積極調整生活作息、飲食、運動型態外，建議前往醫院檢測血壓、糖調劑、三酸甘油酯、心臟超音波、心電圖等相關項目，協助整體評估。
	5		此階段心臟功能與血管狀態更顯低弱，血液殘留量與血管阻塞程度加重，適應力代謝功能較差外，手脚冰冷、胸悶、頭痛、皮膚顏色改變並可能伴隨記憶力減退、注意力無法集中...現象產生。	積極調整生活作息、飲食、運動型態外，建議前往醫院檢測血壓、糖調劑、三酸甘油酯、心臟超音波、心電圖、脈波攝影...等項目，以作為整體評估。
	6		本階段屬於心血管疾病之高危險群，除上述各等級會有之症狀外，罹患心臟血管疾病、腦血栓、腎臟病變等機率大幅增高。	儘快至醫院做詳細檢查，如發現確實異常應積極接受治療，以防範中風、心肌梗塞、血栓...等疾病產生。
	7		本階段屬於心血管疾病之高危險群，除上述各等級會有之症狀外，罹患心臟血管疾病、腦血栓、腎臟病變等機率大幅攀升。	建議儘速至醫院做詳細檢查與治療，如發現確實異常應積極接受治療，以免導致心臟病、中風、心肌梗塞、血栓、猝死...等疾病發生。

身體組成(主要為全身體脂肪)分析

Body Fat Examination

利用生物電阻抗原理來檢測身體組成之醫學儀器，可以迅速了解自己各項身體組成及分析脂肪分布，亦可精確地分析細胞內、外液的分布，並凸顯不平衡的水分分布，簡單講就是可以量測你身體脂肪量、肌肉量、基礎代謝率、體重/理想體重、除脂重量、身體總水分、蛋白質重、礦物質重的各種訊息，進一步評估營養狀態或可做於對體重管理、肥胖診斷及體重控制等的依據。

ioi353
身體組成分析

姓名/ID _____

日期 _____

身高 _____ cm **年齡** _____ 歲

體重 _____ kg **性別** _____

身體類型

隱藏性肥胖	脂肪過多	肥胖
體重過輕	標準	肌肉過重
低脂肪 體重過輕	低脂肪肌肉	體格強健

↑ 體脂肪百分比
↓ 身體質量指數

身體組成分析 [kg]

體重	理想體重	
除脂重量		體脂肪重量
肌肉重量	礦物質重(骨質重)	體脂肪重量
身體總水份	蛋白質重	礦物質重(骨質重) 體脂肪重量

礦物質重(骨質重) 體脂肪重量

四肢及軀幹之脂肪&肌肉評估

脂肪重量 肌肉重量

項目	左手臂	右手臂	軀幹	左腳	右腳
脂肪重量 kg					
肌肉重量 kg					

脂肪及軀幹之脂肪&肌肉評估參考值

體重管理分析

項目	不足	標準	過高
體重 kg			
身體質量指數 BMI			
體脂肪百分比 %			
肌肉重量 kg			

血壓值

最高血壓 (收縮壓) mmHg	最低血壓 (舒張壓) mmHg
脈搏 bpm	

腹部肥胖分析

類型	皮下型	均衡型	肥胖型	內臟肥胖型	嚴重內臟肥胖型
內臟脂肪程度					
內臟脂肪面積 cm ²					
腹圍 cm				腹部肥胖率 (腰圍比)	

內臟脂肪面積對身體健康有影響，肥胖的人可藉由體組成分析的正確度

依每日總消耗量 kcal, 請控制 kcal(攝取/減少)

飲食方面	飲食卡路里處方
運動消耗	運動卡路里處方

目標控制 [kg]

	測量值	控制值 (±0.5kg, 0.5kg, 1kg)	達成目標控制
體重			目標控制
脂肪重量			每週需控制
肌肉重量			持續控制

上次和現在的身體組成比較表

	日期	體重	脂肪重量	肌肉重量
上次				
現在				

基礎代謝率 kcal **每日總消耗量** kcal

年齡評估 歲 阻抗值 Ω

每日總消耗量 kcal, 請控制 kcal(攝取/減少)

飲食方面	飲食卡路里處方
運動消耗	運動卡路里處方

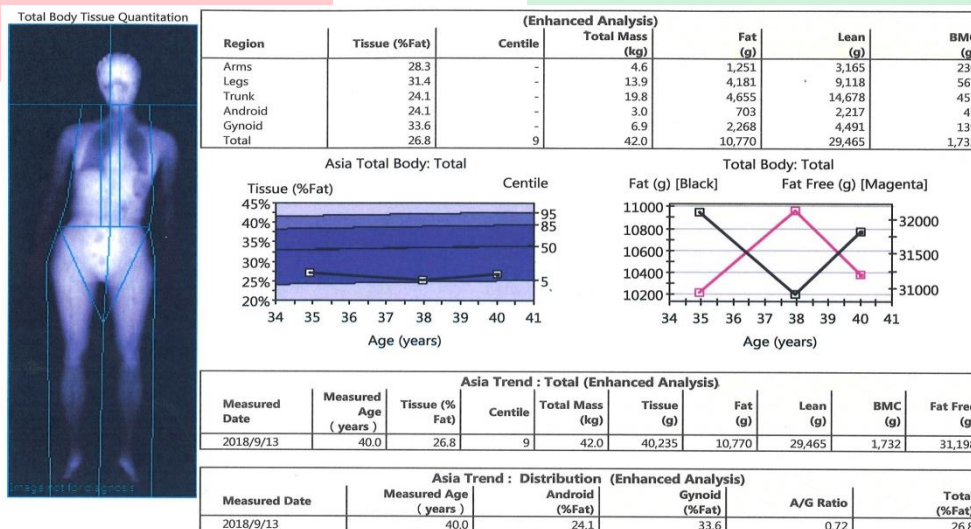
體脂肪 Body fat(%)

體脂率是指體內脂肪重量在人體總體重中所佔的比例。若體脂率過高，可能為運動量不足、熱量攝取過剩或某些新陳代謝疾病，容易併發高血壓、高血脂、糖尿病等慢性病，繼而增加動脈硬化疾病(如冠心病)的風險。若體脂率過低，可能使人體正常代謝發生紊亂。

理想體脂肪率			
性別	<30 歲	>30 歲	肥胖
男性	14-20%	17-23%	25% 以上
女性	17-24%	20-27%	30% 以上

全身體脂肪(%) Body Fat Examination(%)

利用 DXA (dual-energy X-ray absorptiometry) 雙能量 X 光吸收儀，藉由兩種不同能量 (高能量 X 光和低能量 X 光) 的不同穿透力來詳細分析身體組成，看肌肉、體脂肪的量和百分比，用 DXA 分析身體組成，誤差會比生物阻抗分析 (BIA) 的儀器小，具有很高的準確性。做 DXA 會暴露到放射線，劑量約是一張胸部 X 光的 0.01 到 0.04 倍。



Appendicular Skeletal Muscle Index(ASMI): 5.43 kg/m²

