

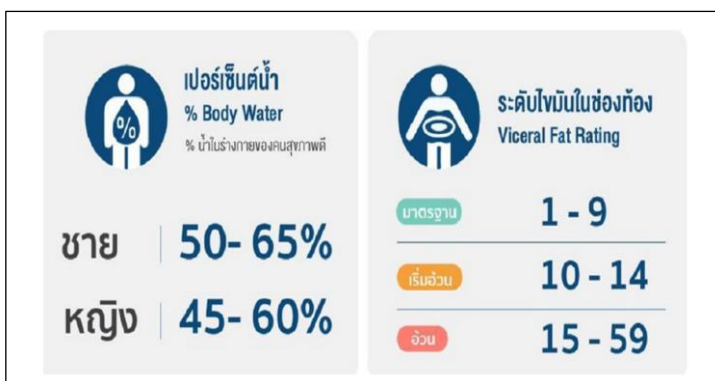
## เอกสารคู่มือการแปลผลการตรวจวัดองค์ประกอบร่างกาย

### 1. ค่าดัชนีมวลกาย

กลุ่ม	เกณฑ์
น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์	BMI < 18.5
ปกติ	BMI 18.5 -22.9
น้ำหนักเกิน	BMI 23.0 -24.9
อ้วนระดับ 1	BMI 25.0 -29.9
อ้วนระดับ 2	BMI ≥ 30

### 2. เปอร์เซ็นต์น้ำ

### 3. ระดับไขมันในช่องท้อง



### 4. ค่ามาตรฐานเปอร์เซ็นต์มวลกล้ามเนื้อ

เพศ	อายุ	- (ต่ำ)	0 (ปกติ)	+ (สูง)	++(สูงมาก)
หญิง	18 - 39	< 24.3%	24.3 - 30.3%	30.4 - 35.3%	≥ 35.4%
	40 - 59	< 24.1%	24.1 - 30.1%	30.2 - 35.1%	≥ 35.2%
	60 - 80	< 23.9%	23.9 - 29.9%	30.0 - 34.9%	≥ 35.0%
ชาย	18 - 39	< 33.3%	33.3 - 39.3%	39.4 - 44.0%	≥ 44.1%
	40 - 59	< 33.1%	33.1 - 39.1%	39.2 - 43.8%	≥ 43.9%
	60 - 80	< 32.9%	32.9 - 38.9%	39.0 - 43.6%	≥ 43.7%

### 5. ค่าเปอร์เซ็นต์มวลไขมันในร่างกาย

เพศชาย (อายุ)	ปกติ	เริ่มอ้วน	อ้วน
18 - 39 ปี	21 - 33%	34 - 39%	มากกว่า 40%
40 - 59 ปี	20 - 34%	35 - 40%	มากกว่า 41%
มากกว่า 60 ปี	25 - 36%	37 - 42%	มากกว่า 43%
เพศหญิง (อายุ)	ปกติ	เริ่มอ้วน	อ้วน
18 - 39 ปี	9 - 20%	21 - 25%	มากกว่า 26%
40 - 59 ปี	11 - 22%	23 - 28%	มากกว่า 29%
มากกว่า 60 ปี	20 - 25%	26 - 30%	มากกว่า 31%

### 6. มวลกระดูก ค่าปกติตามช่วงน้ำหนัก

เพศชาย	น้ำหนัก < 65 kg.	น้ำหนัก 65-95 kg.	น้ำหนัก >95 kg.
	2.66	3.29	3.69
เพศหญิง	น้ำหนัก <50 kg.	น้ำหนัก 50-75 kg.	น้ำหนัก >75 kg.
	1.95	2.4	2.95