



## Προετοιμασία για τη μέτρηση με τον **InBody720**:

- (1)** Μην κάνετε άσκηση 24 ώρες πριν τη μέτρηση.
- (2)** Μην καταναλώσετε φαγητό 3 ώρες πριν τη μέτρηση.
- (3)** Μην πιείτε νερό, καφέ, χυμό, γάλα ή οποιαδήποτε άλλα υγρά 3 ώρες πριν τη μέτρηση.
- (4)** Μην καταναλώσετε αλκοόλ 24 ώρες πριν τη μέτρηση.
- (5)** Μην κάνετε μπάνιο ή ντους πριν τη μέτρηση.
- (6)** Πραγματοποιήστε τη μέτρηση μετά την ούρηση και την απέκκριση, αν είναι εφικτό.

**Σημαντικές σημειώσεις:** Ορισμένα φάρμακα, όπως τα διουρητικά, καθώς και η έμμηνος ρύση επηρεάζουν την ακρίβεια της μέτρησης. Επίσης, η μέτρηση δεν πρέπει να πραγματοποιηθεί από ανθρώπους με βηματοδότη ή άλλη ηλεκτρονική συσκευή στο σώμα τους ή γυναίκες κατά την περίοδο της εγκυμοσύνης.