

۱۴۰۱-۰۳-۲۴

رادین محمودیان



+

وضعیت سلامت:

وضعیت سلامت شما از نظر BMI در رده **اضافه وزن** قرار دارد.



شاخص توده بدنی یا BMI، یک شاخص استاندارد واحد بین المللی برای بررسی چاقی می باشد که توسط سازمان بهداشت جهانی توصیه شده است.

تذکر: اگر شما جزو موارد زیر هستید، BMI برای شما شاخص مناسبی نمی باشد.

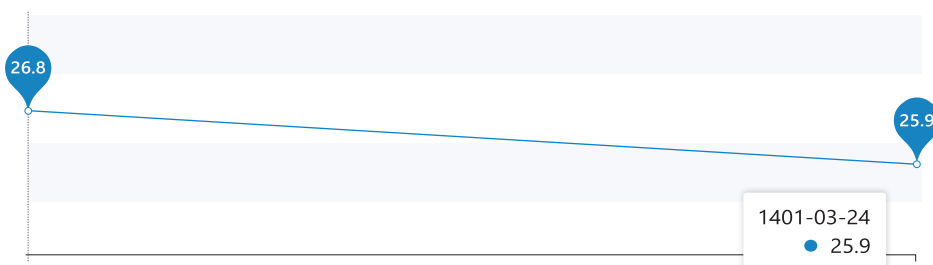
- (۱) زیر ۱۸ سال
- (۲) ورزشکار
- (۳) داشتن یک برنامه ورزشی مقاومتی
- (۴) دوران بارداری و شیردهی
- (۵) افراد مسن



BMI شما **۲۵.۹** است. بر اساس تاریخچه داده ها، روند تغییرات BMI شما **کاهشی شدید** است.

BMI شما **خیلی بالاست**. شما باید توجه بیشتری به برنامه کاهش وزن داشته باشید و سریعاً یک برنامه تغذیه ای و ورزشی مناسب را زیر نظر متخصصین شروع کنید. حتماً در صورت نیاز با پزشک مشورت کنید.

نمودار تغییرات BMI



نمودار رشد

