

Måling af totalstofskifte og fysisk aktivitet

Du skal have undersøgt dit totalstofskifte og din fysiske aktivitet ved hjælp af en sensor placeret på dit lår.

Sådan foregår undersøgelsen

Sensoren skal sidde på ydersiden af dit lår lige over knæet. Sensoren sidder i et plaster, som er hudvenligt, fleksibelt og vandtæt. Du kan godt gå i brusebad med plasteret, men ikke i karbad, svømmehal og lignende.

Du skal bære sensoren i 3 hele døgn (fra midnat til midnat). Mens du bærer den, kan du passe dine sædvanlige gøremål.

For at få en retvisende vurdering af dit aktivitetsniveau og dit kostindtag er det vigtigt, at du ikke ændrer på dit sædvanlige mønster i måleperioden, og at du udfylder diverse skemaer så nøjagtigt som muligt.

Registrér dine aktiviteter

Du skal udfylde de udleverede aktivitetsregistreringsskemaer så nøjagtigt som muligt i de 3 døgn. Det, du registrerer i skemaerne, sammenholder vi med den aktivitet, som sensoren måler.

Registrér din kost

Du skal udfylde de udleverede kostregistreringsskemaer så nøjagtigt som muligt i de 3 døgn. Ud fra skemaerne kan vi beregne dit kalorieindtag.

Eventuelle supplerende undersøgelser

Hvis vi ikke har målt dit hvilestofskifte og din kropssammensætning inden for den seneste måned, skal du have målt dette i forbindelse med undersøgelsen.

Returnér sensor og registreringsskemaer

Du skal returnere sensor og registreringsskemaer til os til aftalt tid.

Efter undersøgelsen

Vi kontakter dig direkte med svar på denne og eventuelt supplerende undersøgelser, når resultatet er klar.

Kontakt og mere viden

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



Center for Ernæring og Tarmsvigt (CET)

CET-Laboratoriet

Tlf. 97 66 35 73

Vi træffes bedst: Mandag – fredag 8.00 – 15.00