

# 香山电子秤9321H电子称健康人体秤体重秤体重秤家用迷你特价

产品名称	香山电子秤9321H电子称健康人体秤体重秤体重秤家用迷你特价
公司名称	长沙为人医疗器械有限公司
价格	60.00/个
规格参数	产品类别:体重秤 品牌:香山 产品类型:电子
公司地址	中国 湖南 长沙市 长沙市雨花区人民中路116号
联系电话	86-073185154455/88803987 13787070574

## 产品详情

长沙为人医疗器械有限公司成立于2009年6月1日，拥有二类医疗器械和三类6815注射穿刺器械的销售资质。本公司是一般纳税人，可以开具增值税发票。本公司主要经营“家用医疗器材”类产品，包括“家庭检测”“家庭保健”“家庭理疗”和“家庭护理”类产品。本公司是上海泰昌、上海互邦、北京怡成、长沙三诺、广州香山、广州达优、日本京都、韩国蓝精灵等品牌的一级代理商。“为人”系列产品是有本公司自主研发或改进的自有品牌。产品品质可靠，价格优惠。本公司可以为愿意开“家用医疗器材商场”实体店或网店的顾客提供一站式的服务，包括：门店（网店）装修、产品配送、产品和销售知识培训、售后服务等一系列连锁服务。

可以加印logo，可以定做！

合理三餐：早餐要吃饱，要注意营养，还可以适当增加蛋白质丰富的豆制品和奶制品。午餐八分饱，可以吃一些新鲜蔬菜、鱼类和瘦肉。晚餐要吃的清淡和容易消化。不要吃夜宵，吃夜宵很容易导致肥胖。饮食要遵循“三低一无”原则，即低糖、低盐、?椭圆尽 遽凭 2 灰杂驼去称罚俚粤闷常毛鸮窃诳吹缙印吹缙暗氛焙??粤闷常度苋菀壮怨嗜 i 俸幼希嗉人?避免盲目减肥，比如节食。这样更容易产生暴饮暴食的情况。养成定期排便的习惯，让体内的毒素排出去。

### 根据体型选择

根据自己的瘦身需求进行选择，往往能让运动有的放矢，更有针对性的解决身材问题。养成定时做运动的习惯。不一定要很剧烈的运动，可以选择一些比较轻松的运动。?刻旒岢炙氛种幼筍摇 t 硕梢蕴响嘞颐 堑纳硇速模忌罩尽?(1) 全身胖：推荐运动：快步、慢跑? 郎健 翰尽?(2) 上身胖：推荐运动：有氧搏击操、健身球操、哑铃操、肚皮舞。(3) 下身胖：推荐运动：踏板操、拉丁舞、功率自行车。(4) 四肢胖：推荐运动：综合有氧操、拉丁舞、瑜伽、球类运动。(5) 腰部胖：推荐运动：普拉提、肚皮舞

、拉丁舞。

### 特殊情况

身体有疾病的瘦身人群，如心率异常等心血管疾病。需在医师的指导下，选择运动强度和运动时间，以身体直接感受为准，不宜出现胸闷、胸痛、气慌、气短和咳嗽、疲劳等状况。推荐运动：散步、慢跑、普拉提、瑜伽。选择运动除了选择合适自己的，其次要注意的就是选择自己易执行易坚持的，这样更有利于瘦身成功。

体重和身高国际通行标准	身高	体重 ( kg)男	体重 ( kg)女
	188	81-92	68-78
	184	77-89	66-75
	180	74-85	64-71
	178	73-82	62-69
	174	70-79	59-66
	170	67-74	56-64
	168	66-72	55-62
	164	63-69	52-59
	160	60-66	50-56
	158	58-64	49-55
	154	56-62	47-53
	150	54-60	45-51

bmi(体型指数):体重 ( 公斤kg ) /身高 ( m )

bmi判定标准	18.5以下	18.5-23.9	24-29.9	30以上
衡量标准	偏瘦	标准	超标	重度超标

bmi计算公式：bmi =体重(kg) /身高的平方(m<sup>2</sup>)

bmi[body mass index]即bmi指数，也叫身体质量指数，是衡量是否肥胖和标准体重的重要指标。计算适用范围：18至65岁的人士。儿童、发育中的青少年、孕妇、乳母、老人及体型健硕的运动员除外。

世界卫生组织认为bmi指数保持在22左右是比较理想。

"香山电子秤9321H电子称健康人体秤体重秤家用迷你特价"的颜色为红色,蓝色，最大秤量是180kg，产地为中山，适用人群是成人，产品类别为体重秤，品牌是香山，产品类型是电子，功能是测体重，箱装数量为5