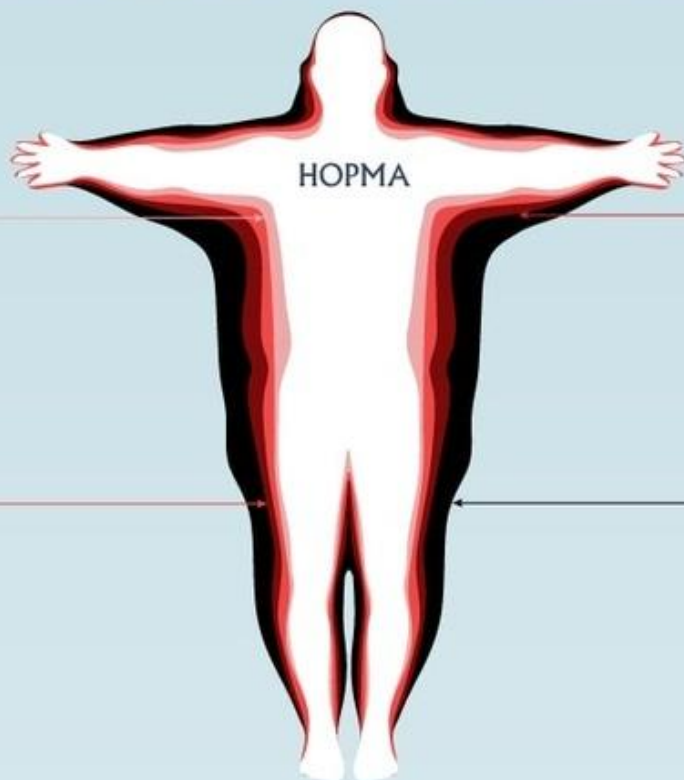


# СТЕПЕНИ ОЖИРЕНИЯ

В зависимости от индекса массы тела можно выделить четыре степени ожирения:



**I**  
СТЕПЕНЬ

наличие 20-30% лишнего веса по сравнению с нормой, ИМТ 30-34,9

**III**  
СТЕПЕНЬ

наличие 40-99,9% лишнего веса, ИМТ 40-44,9

**II**  
СТЕПЕНЬ

наличие 30-49% лишнего веса, ИМТ 35-39,9

**IV**  
СТЕПЕНЬ

ИМТ больше 45

Проверить, в норме вес или нет, можно с помощью индекса Кетле, который также называется индексом массы тела (ИМТ)

$$\text{ИМТ} = \text{ВЕС} / (\text{РОСТ В МЕТРАХ})^2$$

● ИМТ <18,5  
недостаток массы тела

● ИМТ 18,5-24,9  
нормальная масса тела

● ИМТ 25-29,9  
избыточная масса тела

● ИМТ 30-34,9  
ожирение I степени

● ИМТ 35-39,9  
ожирение II степени

● ИМТ ≥40  
ожирение III степени

|     |                |     |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |  |
|-----|----------------|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--|
| 195 | 15             | 16  | 17 | 18 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 26 | 27  | 28  | 29  | 30  | 32  | 33  | 34  | 35  | 37  | 38  | 39  | 40  | 41  | 43  |  |
| 189 | 15             | 17  | 18 | 19 | 21 | 22 | 23 | 24 | 26 | 27 | 28  | 30  | 31  | 32  | 33  | 35  | 36  | 37  | 39  | 40  | 41  | 42  | 44  | 45  |  |
| 183 | 16             | 18  | 19 | 20 | 22 | 23 | 24 | 26 | 27 | 29 | 30  | 31  | 33  | 34  | 35  | 37  | 38  | 39  | 41  | 41  | 43  | 45  | 46  | 47  |  |
| 178 | 17             | 19  | 20 | 22 | 23 | 24 | 26 | 27 | 29 | 30 | 32  | 33  | 35  | 36  | 37  | 39  | 40  | 42  | 43  | 44  | 46  | 47  | 49  | 50  |  |
| 173 | 18             | 20  | 21 | 23 | 24 | 26 | 27 | 29 | 31 | 33 | 33  | 35  | 37  | 38  | 40  | 41  | 43  | 44  | 46  | 47  | 49  | 50  | 52  | 53  |  |
| 168 | 19             | 21  | 23 | 24 | 26 | 27 | 29 | 31 | 32 | 34 | 36  | 37  | 39  | 40  | 42  | 44  | 45  | 47  | 49  | 50  | 52  | 53  | 55  | 56  |  |
| 163 | 21             | 22  | 24 | 26 | 28 | 29 | 31 | 33 | 34 | 36 | 38  | 40  | 41  | 43  | 45  | 46  | 48  | 50  | 52  | 53  | 55  | 57  | 58  | 60  |  |
| 157 | 22             | 195 | 26 | 27 | 29 | 31 | 33 | 35 | 37 | 38 | 40  | 42  | 44  | 46  | 48  | 49  | 51  | 53  | 55  | 57  | 59  | 60  | 62  | 64  |  |
| 152 | 23             | 25  | 27 | 29 | 31 | 33 | 35 | 37 | 39 | 41 | 43  | 45  | 47  | 49  | 51  | 53  | 55  | 57  | 59  | 61  | 62  | 64  | 66  | 68  |  |
|     | 54             | 59  | 64 | 68 | 73 | 77 | 82 | 86 | 91 | 95 | 100 | 104 | 109 | 113 | 118 | 122 | 127 | 132 | 136 | 141 | 145 | 150 | 154 | 159 |  |
|     | Масса тела, кг |     |    |    |    |    |    |    |    |    |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |  |