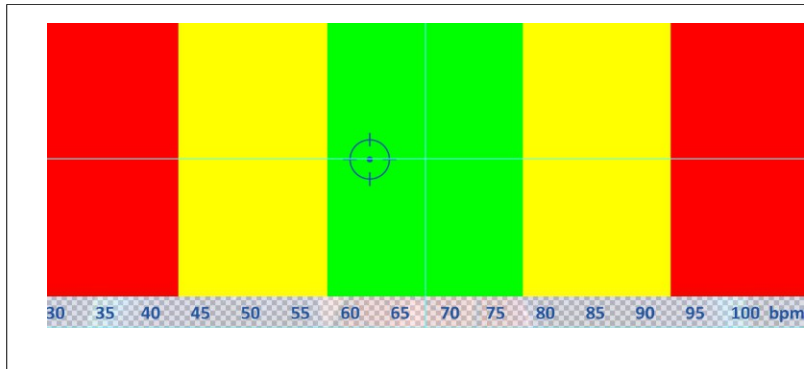


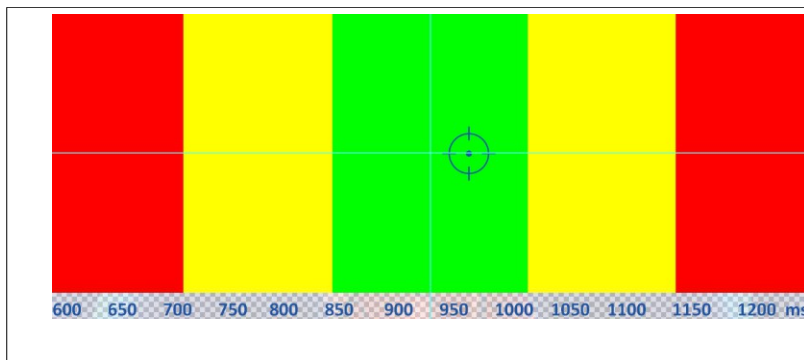
Histogramm

Das Histogramm zeigt die Häufigkeitsverteilung der einzelnen RR-Intervalle an. Je mehr Balken um so größer ist die HRV.



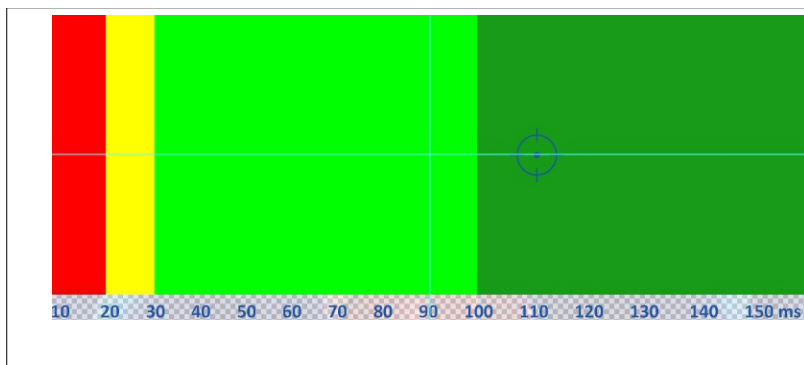
Mittlerer HR = 63 bpm

Die mittlere Herzrate zeigt an, wie viel Schläge das Herz pro Minute durchschnittlich schlägt. Bei trainierten Menschen kann dieser Wert niedriger liegen.



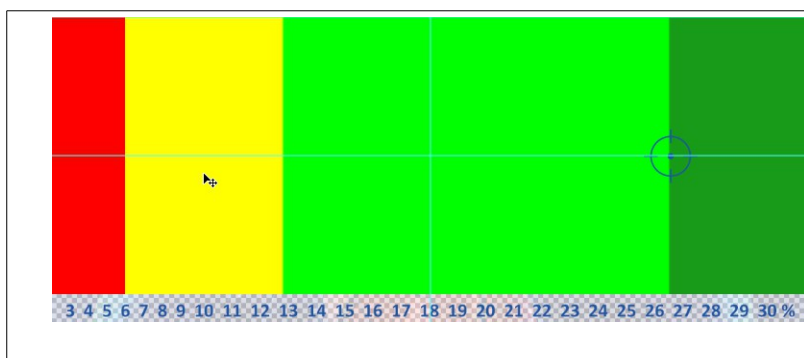
Mittlerer RR = 952,4 ms

Der mittlere RR Abstand zeigt an wie lang die durchschnittlichen Abstände zwischen zwei Herzschlägen sind.



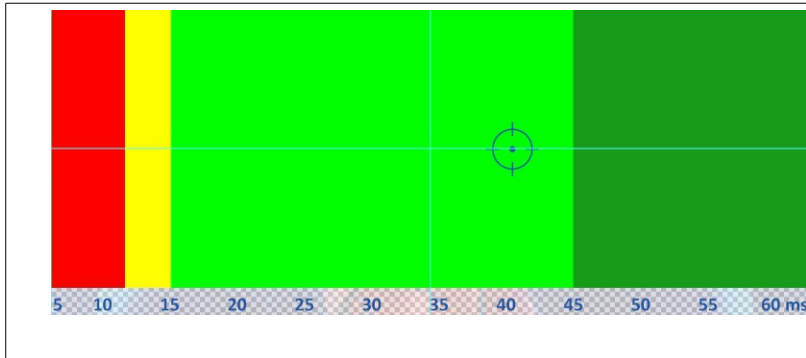
SDNN = 110,2ms

Der SDNN Wert ist die Standardabweichung aller RR-Intervalle einer Messung. (Gesamtvariabilität)
Ein höherer Wert als der Normwert ist eher günstig.
Ein niedriger Wert als der Normwert ist eher ungünstig.



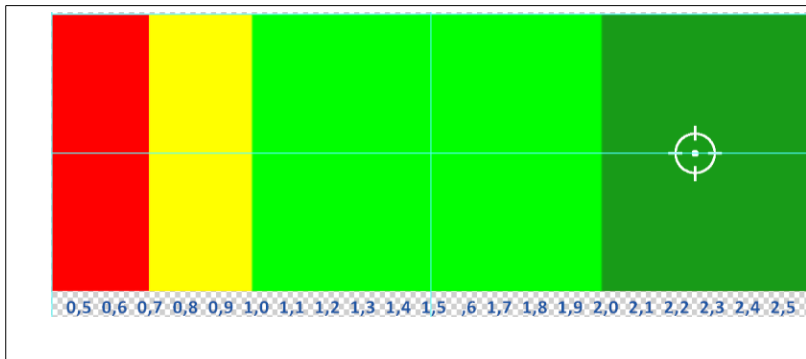
pNN50 = 26,8 %

Der pNN50 gibt den Prozentsatz aufeinander folgender NN Intervalle an, die mehr als 50 ms voneinander abweichen.
Ein höherer Wert als der Normalwert ist eher günstig.



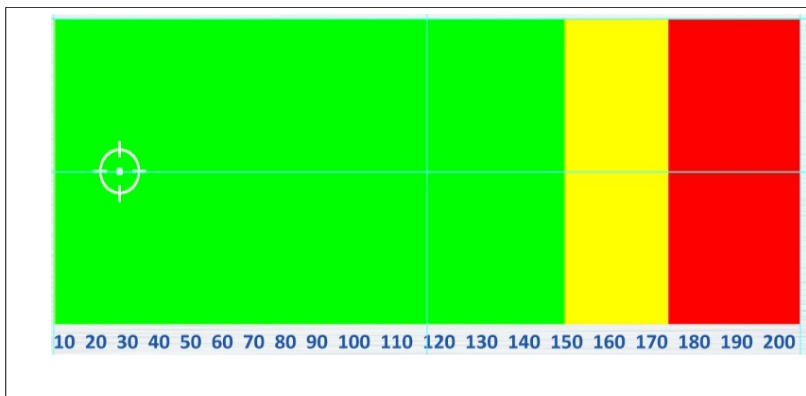
RMSSD = 40,3 ms

Der RMSSD drückt aus, wie stark sich die Herzfrequenz von einem Herzschlag zum nächsten ändert. Ein höherer Wert als der Normalwert ist eher günstig



LF/HF = 0,985

Der LF/HF ist der Quotient der Sympathikus (LF) / Parasympathikus (HF) Balance.



Stressindex

Mit dem Stressindex lassen sich Verschiebungen im vegetativen Nervensystem darstellen. Je höher der Wert um so gestresster ist das Nervensystem

maximaler RR	917 ms	✓
mittlerer RR	868,12 ms	✓
mittlere HF	69,38 bpm	✓
SDNN	53,40 ms	✓
pNN50	3,08 %	✗
RMSSD	19,44 ms	✓
LF/HF	2,25	✓
SI	29,2	✓

Werte

Bei Ihnen liegen ein oder mehrere Werte außerhalb der Normalwerte Ihrer Altersklasse.

Die in dieser Auswertung aufgeführten Werte dienen lediglich der Information. Sie stellen keine Diagnose dar und ersetzen auch keinen Besuch beim Arzt.