

Body-Maß-Index berechnen:

$$\text{BMI} = \frac{\text{Körpergewicht in kg}}{\text{Körpergröße in m} \times \text{Körpergröße in m}}$$

Körpergewicht in Kilogramm								
Körpergröße in Meter	50	60	70	80	90	100	110	120
1,50	22	27	31	36	40	44	49	53
1,55	21	25	29	33	37	42	46	50
1,60	20	23	27	31	35	39	43	47
1,65	18	22	26	29	33	37	40	44
1,70	17	21	24	28	31	35	38	42
1,75	16	20	23	26	29	33	36	39
1,80	15	19	22	25	28	31	34	37
1,85	15	18	20	23	26	29	32	35
1,90	14	17	19	22	25	28	30	33
1,95	13	16	18	21	24	26	29	32
2,00	13	15	18	20	23	25	28	30

BMI-Klassifizierung (nach DGE, Ernährungsbericht 1992)

unter 18,5	Untergewicht
18,5 bis unter 25	Normalgewicht
25 bis unter 30	Präadipositas
30 bis unter 35	Adipositas Grad I
35 bis unter 40	Adipositas Grad II
ab 40	Adipositas Grad III (massive Adipositas)