Die Messung des Bauchumfangs (im Bereich des Bauchnabels) ist eine indirekte Methode zur Bestimmung des in der Bauchhöhle liegenden Fettgewebes, des Viszeralfetts.
Der Bauchumfang liefert einen Hinweis für das Risiko an folgenden Leiden zu erkranken:

koronare Herzkrankheit, Schlaganfall und Diabetes mellitus Typ 2
bei Frauen: Brust- und Gebärmutterhalskrebs

- *androide* Fettansammlung (Apfeltyp): Fettansammlungen *im Bauchbereich*, während der übrige Körper vergleichsweise schlank ist

Abbildung :
Apfel- und Birnentyp

- *gynoide* Fettansammlung (Birnentyp): Fettanlagerung *an Gesäß, Hüften und Oberschenkeln*

Zusammenhang Bauchumfang und Gesundheitsrisiko

Frauen	Männer	Gesundheitsrisiko
< 94 cm	*< 94 cm*	*gering*
95 - 102 cm	*95 - 102 cm*	*erhöht*
> 102 cm	*> 102 cm*	*hoch*

Tabelle: Bauchumfang bei Frauen und Männern im Zusammenhang mit einem Gesundheitsrisiko