

# Referensvärden för maximal syreupptagning vid genomförande av Ekblom Bak-test

Referensvärden för relativ maximal syreupptagning (ml/min/kg) för kvinnor och män i olika åldrar i den svenska arbetsföra befolkningen. Graderingen är enbart i relation till normalvärden, och inte en värdering ur hälsosynpunkt.

Referensvärden är framtagna genom HPI Hälsodata™ som bl.a. omfattar över 25 000 Hälsoprofilbedömningar genomförda i programvaran Plustoo under 2014-2017.

## KVINNOR

	Mycket låg	Låg	Något låg	Medel	Något hög	Hög	Mycket hög	n =
20-29 år	≤ 29,5	29,6-34,9	35,0-38,0	38,1-41,7	41,8-44,7	44,8-48,7	> 48,7	1 614
30-39 år	≤ 27,9	28,0-32,3	32,4-35,4	35,5-38,9	39,0-42,0	42,1-46,5	> 46,5	2 441
40-49 år	≤ 25,9	26,0-29,9	30,0-32,7	32,8-35,9	36,0-38,9	39,0-43,2	> 43,2	3 119
50-59 år	≤ 23,8	23,9-27,4	27,5-29,8	29,9-33,0	33,1-35,6	35,7-40,0	> 40,0	2 419
60-70 år	≤ 22,2	22,3-25,2	25,3-27,6	27,7-30,7	30,8-33,1	33,2-36,3	> 36,3	620
Percentil	0-10	11-25	26-40	41-60	61-75	76-90	91-100	

## MÄN

	Mycket låg	Låg	Något låg	Medel	Något hög	Hög	Mycket hög	n =
20-29 år	≤ 38,6	38,7-44,0	44,1-47,5	47,6-51,5	51,6-55,1	55,2-60,5	> 60,5	2 966
30-39 år	≤ 35,1	35,2-39,7	39,8-43,0	43,1-47,1	47,2-50,5	50,6-54,8	> 54,8	3 299
40-49 år	≤ 32,3	32,4-36,1	36,2-39,2	39,3-42,7	42,8-45,8	45,9-50,4	> 50,4	4 081
50-59 år	≤ 29,6	29,7-33,0	33,1-35,3	35,4-38,5	38,6-41,3	41,4-45,3	> 45,3	3 320
60-70 år	≤ 27,8	27,9-30,9	31,0-33,0	33,1-35,7	35,8-37,7	37,8-41,7	> 41,7	1 054
Percentil	0-10	11-25	26-40	41-60	61-75	76-90	91-100	