

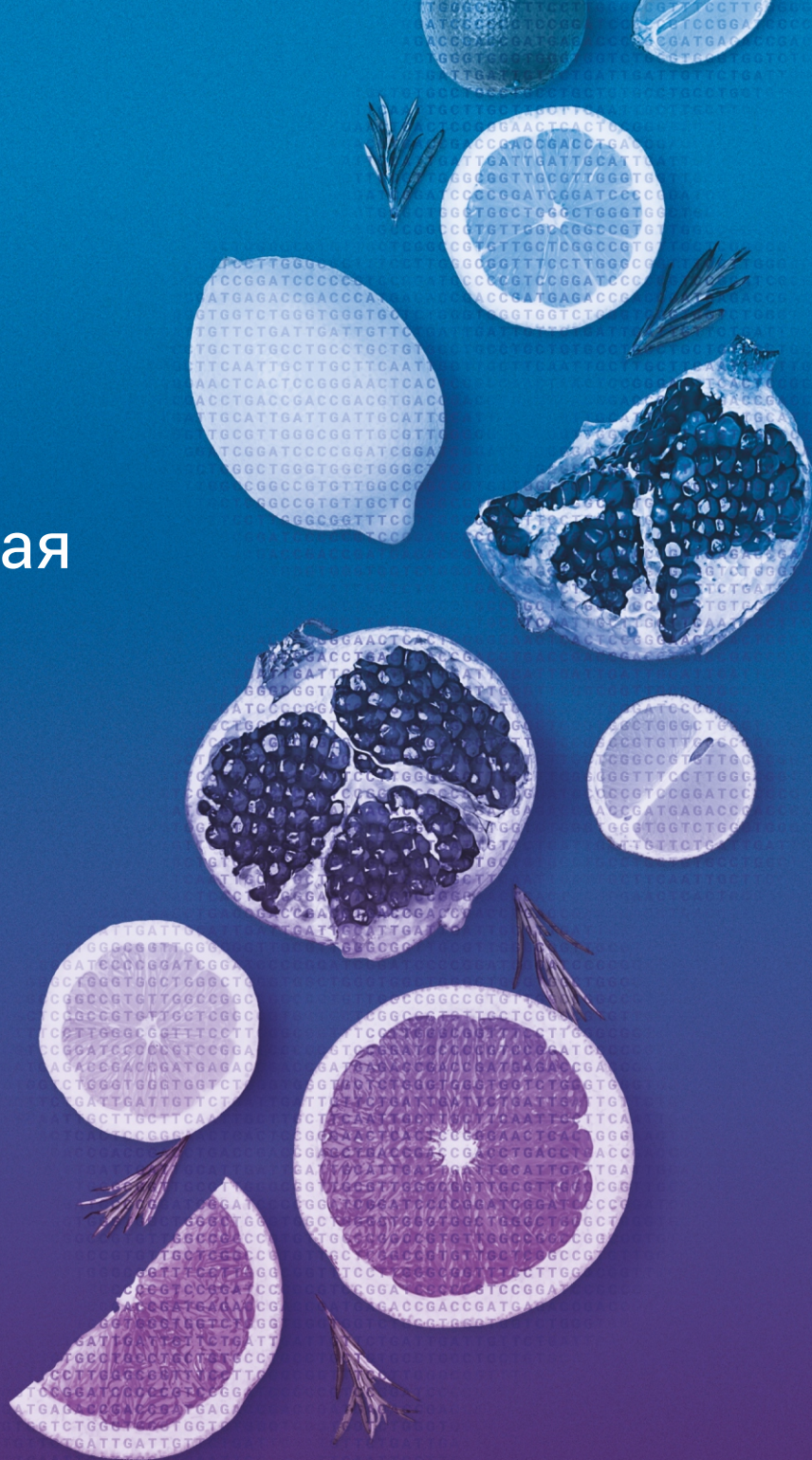


BASIS
GENOMIC
GROUP

Таргет. Антиоксидантная защита

Генетический
тест

ОТЧЕТ



Здравствуйте!

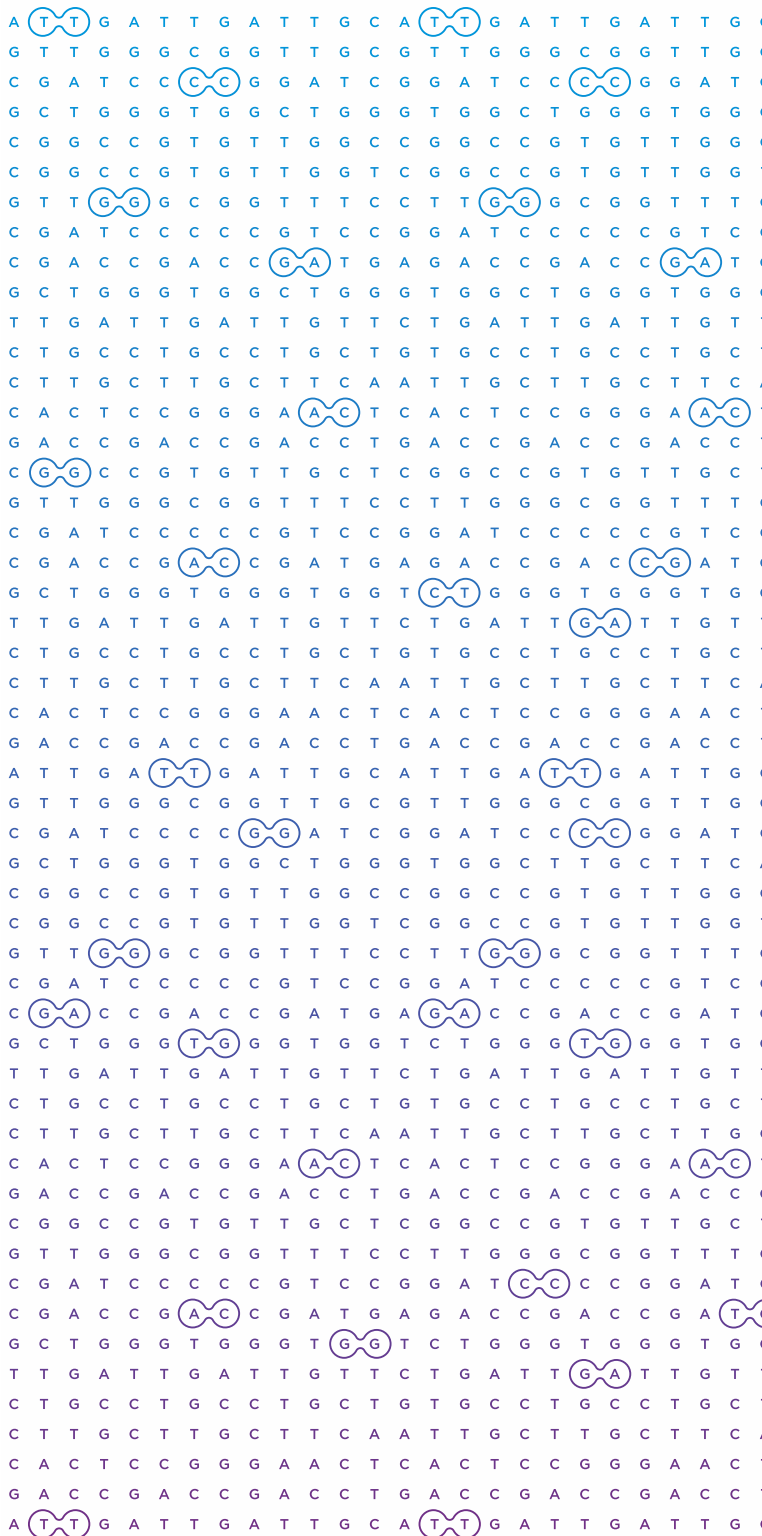
Перед Вами результаты генетического теста «Таргет. Антиоксидантная защита». В нем мы рассматриваем природный потенциал организма, влияющий на защиту от оксидативного стресса — естественного процесса, связанного с повреждением клеток. Оксидативный стресс напрямую влияет не только на темпы старения, но и на развитие многих ряда заболеваний.

Узнав об индивидуальных особенностях, Вы сможете предпринять действия по предотвращению негативных последствий окислительного стресса, сформировать правильные привычки и скорректировать образ жизни таким образом, чтобы чувствовать себя отлично на протяжении всей жизни.

Обратите внимание, что правильно интерпретировать отчет может только врач, имеющий соответствующую компетенцию в сфере генетики. Обязательно проконсультируйтесь со специалистом, который поможет Вам составить детальный план действий, подберет необходимые БАДы и скорректирует ваш рацион.

Если после консультации с врачом у Вас возникнут дополнительные вопросы относительно результатов данного теста, Вы всегда можете проконсультироваться у наших специалистов в области генетики, оставив запрос в Вашем личном кабинете на сайте basisgenotech.ru или позвонив по телефону 8 800 555 93 42.

С уважением,
Директор по развитию
Аксенова Юлия Викторовна

01 Генетика: ключ к здоровому будущему

02 Как пользоваться отчетом

03 Результаты исследования

10 Антиоксидантная система

12 Витамины - антиоксиданты

14 Склонность к гликированию

Номер образца

BGT0022245

Дата получения материала

14.02.2020

Дата составления отчета

19.02.2020

Метод исследования

метод ПЦР

Версия отчета

v2.21

Ваше состояние здоровья зависит от нескольких факторов – окружающей среды, образа жизни и генетики.

Гены определяют предрасположенность к заболеваниям, физические способности, особенности усвоения питательных веществ из продуктов и многое другое.

Этот отчет содержит информацию о ваших генетических данных, которые для удобства мы объединили в группы генов. Он включает в себя практические рекомендации по изменению образа жизни в соответствии с врожденными предрасположенностями.

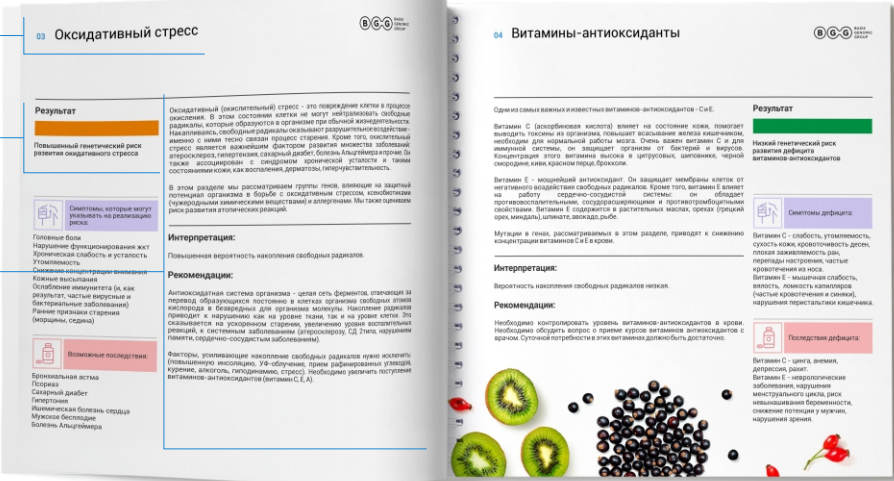
Зная информацию о своих генах, Вы можете сформировать правильные привычки и скорректировать образ жизни таким образом, чтобы чувствовать себя отлично и быть активным даже в зрелом возрасте.

В процессе прочтения, следуйте индивидуальным рекомендациям, изложенным в отчете, и проконсультируйтесь со специалистом для более детальных действий.

Название раздела генетического риска

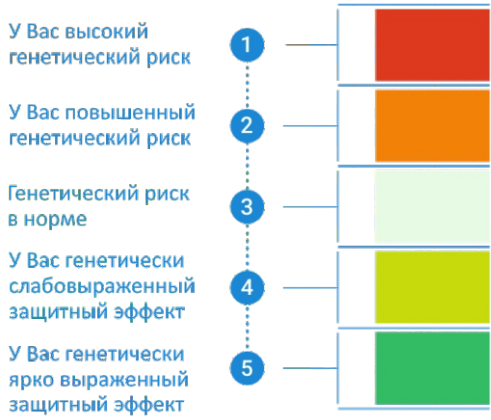
Ваш генетический риск

Описание и рекомендации по дальнейшим действиям



Уровни риска

Чтобы Вам было легче ориентироваться в отчете, мы разработали цветную кодировку, отражающую генетический риск:



Заключение

Повышен риск накопления свободных радикалов, за счет слабой работы ферментов антиоксидантной системы.

Риска накопления свободных радикалов, за счет недостаточности витаминов-антиоксидатов нет.

Суточных потребностей витаминов достаточно.



Результат

Повышенный генетический риск развития оксидативного стресса



Симптомы, которые могут указывать на реализацию риска:

Головные боли
Нарушение функционирования ЖКТ
Хроническая слабость и усталость
Утомляемость
Снижение концентрации внимания
Кожные высыпания
Ослабление иммунитета (и, как результат, частые вирусные и бактериальные заболевания)
Ранние признаки старения (морщины, седина)



Возможные последствия:

Бронхиальная астма
Псориаз
Сахарный диабет
Гипертония
Ишемическая болезнь сердца
Мужское бесплодие
Болезнь Альцгеймера

Оксидативный (окислительный) стресс - это повреждение клетки в процессе окисления. В этом состоянии клетки не могут нейтрализовать свободные радикалы, которые образуются в организме при обычной жизнедеятельности. Накапливаясь, свободные радикалы оказывают разрушительное воздействие - именно с ними тесно связан процесс старения. Кроме того, окислительный стресс является важнейшим фактором развития множества заболеваний: атеросклероз, гипертония, сахарный диабет, болезнь Альцгеймера и прочие. Он также ассоциирован с синдромом хронической усталости и такими состояниями, как воспаления, дерматозы, гиперчувствительность.

В этом разделе мы рассматриваем группы генов, влияющие на защитный потенциал организма в борьбе с оксидативным стрессом, ксенобиотиками (чужеродными химическими веществами) и аллергенами. Мы также оцениваем риск развития atopических реакций.

Интерпретация:

Повышенная вероятность накопления свободных радикалов.

Рекомендации:

Антиоксидантная система организма - целая сеть ферментов, отвечающих за перевод образующихся постоянно в клетках организма свободных атомов кислорода в безвредных для организма молекулы. Накопление радикалов приводит к нарушению как на уровне ткани, так и на уровне клетки. Это сказывается на ускоренном старении, увеличению уровня воспалительных реакций, к системным заболеваниям (атеросклерозу, СД 2 типа, нарушениям памяти, сердечно-сосудистым заболеваниям).

Факторы, усиливающие накопление свободных радикалов нужно исключить: (повышенную инсоляцию, УФ-облучение, прием рафинированных углеводов, курение, алкоголь, гиподинамию, стресс). Необходимо увеличить поступление витаминов-антиоксидантов (витамин С, Е, А).

Одни из самых важных и известных витаминов-антиоксидантов - С и Е.

Витамин С (аскорбиновая кислота) влияет на состояние кожи, помогает выводить токсины из организма, повышает всасывание железа кишечником, необходим для нормальной работы мозга. Очень важен витамин С и для иммунной системы, он защищает организм от бактерий и вирусов. Концентрация этого витамина высока в цитрусовых, шиповнике, черной смородине, киви, красном перце, брокколи.

Витамин Е - мощнейший антиоксидант. Он защищает мембраны клеток от негативного воздействия свободных радикалов. Кроме того, витамин Е влияет на работу сердечно-сосудистой системы: он обладает противовоспалительными, сосудорасширяющими и противотромбоцитарными свойствами. Витамин Е содержится в растительных маслах, орехах (грецкий орех, миндаль), шпинате, авокадо, рыбе.

Мутации в генах, рассматриваемых в этом разделе, приводят к снижению концентрации витаминов С и Е в крови.

Интерпретация:

Вероятность накопления свободных радикалов низкая.

Рекомендации:

Необходимо контролировать уровень витаминов-антиоксидантов в крови. Необходимо обсудить вопрос о приеме курсов витаминов антиоксидантов с врачом. Суточной потребности в этих витаминах должно быть достаточно.

Результат

Низкий генетический риск развития дефицита витаминов-антиоксидантов



Симптомы дефицита:

Витамин С - слабость, утомляемость, сухость кожи, кровоточивость десен, плохая заживляемость ран, перепады настроения, частые кровотечения из носа. Витамин Е - мышечная слабость, вялость, ломкость капилляров (частые кровотечения и синяки), нарушения перистальтики кишечника.



Последствия дефицита:

Витамин С - цинга, анемия, депрессия, рахит. Витамин Е - неврологические заболевания, нарушения менструального цикла, риск невынашивания беременности, снижение потенции у мужчин, нарушения зрения.



Результат

Повышенный генетический риск развития гликирования



Симптомы, которые могут указывать на реализацию риска:

Раннее появление морщин
Потеря эластичности кожи
Недостаточная увлажненность кожи



Возможные последствия:

Диабет
Болезнь Альцгеймера
Атеросклероз
Сердечно-сосудистые заболевания

Гликирование (реакция Майяра) - процесс, при котором молекулы сахара вступают в реакцию с белками в организме. Из-за этого белки образуют сшивки и теряют свою функциональность. Условно это можно назвать «карамелизацией» белков.

Также при гликировании образуются свободные радикалы, поэтому повышенное гликирование способствует оксидативному стрессу и влечет за собой соответствующие последствия - не только раннее старение, но и развитие ряда серьезных заболеваний (болезнь Альцгеймера, сахарный диабет, атеросклероз и т.п.).

В этом разделе мы рассматриваем гены, связанные с протеканием процесса гликирования и, как следствие, риском образования свободных радикалов.

Интерпретация:

Повышенная вероятность образования свободных радикалов в результате повышенной гликации молекул.

Рекомендации:

Необходимо следить за уровнем сахара и HOMA IR, гликогемоглобина в крови. Профилактика ожирения, метаболического синдрома, СД 2 типа - являются профилактикой и для повышенной гликации, так как эти процесс связаны. Обязательная физическая активность, так как при этом вырабатываются мощнейшие антиоксидантные молекулы в сосудах. Обсудите с врачом прием витаминов-антиоксидантов и других препаратов, снижающих уровень сахара в крови.



This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Окислительный стресс

Ген	Маркер	Генотип
SOD1	rs2234694	A/A
SOD2	rs4880	C/T
GPX1	rs1050450	C/T
CAT	rs1001179	G/G
NQO1	rs1800566	C/T
NQO1	rs2917666	C/G



Метаболизм витаминов

Ген	Маркер	Генотип
Intergenic	rs12272004	C/C
SLC23A1	rs33972313	G/G

Исследование выполнено в лаборатории ООО «МБС-Технология».

Лицензия ЛО-54-01-004357 от 12 мая 2017

Заведующий лабораторией
ООО «МБС-Технология»
К.м.н., Врач КЛД Романов В.В.

Общество с ограниченной ответственностью
«Медико-биологический союз»
г. Новосибирск

Гликирование

Ген	Маркер	Генотип
AGER	rs1800624	T/T
AGER	rs2070600	G/G

