



Сахарный диабет 🔍

По данным Международной федерации диабета (IDF) этой болезнью сегодня страдает каждый 11-ый взрослый человек (при этом половина случаев вообще не диагностирована), а каждый 13-ый входит в группу риска.

Подавляющее большинство всех случаев диабета (около 90%) — это диабет 2 типа. Основными причинами диабета 2-го типа является генетическая предрасположенность (от 35%) и нездоровый образ жизни (неправильное питание, низкая физическая активность, ожирение).

Чтобы сократить риск возникновения или отсрочить появление диабета, необходимо правильно питаться, постоянно заниматься физкультурой, следить за весом и воздерживаться от курения.

Ранняя диагностика болезни также очень важна для сохранения здоровья и минимизации последствий.

Специально для этой цели мы разработали генетический тест «Таргет. Сахарный диабет». Это ДНК-панель, которая позволит выявить предрасположенность к сахарному диабету 2-го типа, а значит вовремя начать профилактику в случае наличия риска.

Помимо этого, в отчете по результатам генетического тестирования вы найдете информацию, которая поможет скорректировать образ жизни таким образом, чтобы минимизировать риск развития болезни.

Отчет по ДНК-тесту содержит следующие разделы:

- ◆ пищевое поведение (склонность к перееданию)
- ◆ оптимальный рацион питания (метаболизм углеводов и жиров)
- ◆ физическая активность (вид спорта и режим нагрузок)

В конце отчета мы привели справочные таблицы, чтобы вся нужная информация была в одном месте и под рукой:

- ◆ простые/сложные углеводы и «хорошие»/«плохие» жиры
- ◆ содержание белков, лактозы, глютена и скрытого сахара в продуктах
- ◆ сахар в продуктах
- ◆ индекс MET

По информации ВОЗ, простые меры по поддержанию здорового образа жизни способствуют профилактике диабета 2-го типа либо позволяют отсрочить его возникновение.

Сделать тест можно в нашей клинике - уточните подробности у администратора +37412 351101 или 8699

| | |
|--|----------------------------|
| | или вашего лечащего врача! |
|--|----------------------------|



ДНК-тест "Таргет. Сахарный диабет". Какие возможности дает генетическое исследование по этой панели?

По прогнозу ВОЗ к 2030 году диабет станет 7-ой причиной смерти во всем мире. В России около 400 миллионов человек страдают от сахарного диабета 2 типа и его осложнений — это неинфекционная эпидемия.

Известно, что данное заболевание носит наследственный характер, а также зависит от образа жизни, который ведет человек. У диабетиков высокие шансы прожить долгую и благополучную жизнь при условии ранней диагностики и профилактики.

Именно поэтому мы создали ДНК-тест "Таргет. Сахарный диабет" — чтобы можно было определить риск возникновения диабета 2-го типа еще до появления первых симптомов, скорректировать образ жизни и не допустить развитие заболевания.

В этой панели мы анализируем 10 генов, отвечающих за:

- пищевое поведение
- особенности питания (метаболизм жиров и углеводов)
- предрасположенность к диабету 2-го типа
- физическую активность

По результатам тестирования врач сможет:

- ◆ узнать есть ли склонность у пациента к перееданию
- ◆ подобрать исходя из этого оптимальный рацион
- ◆ подобрать подходящую физическую нагрузку по индексу MET
- ◆ увидеть есть ли риск возникновения СД2 у пациента
- ◆ составить рекомендации по изменению образа жизни

В отчет по результатам генетического теста мы добавили справочные таблицы для упрощения подбора рациона.

Они содержат информацию о простых и сложных углеводах, "хороших" и "плохих" жирах, продуктах с высоким содержанием белков, лактозы, глютена и скрытого сахара, а также в конце отчета вы найдете наглядную памятку по содержанию сахара в конкретных продуктах.

Сделать тест можно в нашей клинике - уточните подробности у администратора или вашего лечащего врача!