

• Naziv pacijenta:

• Spol: Ženski

• Datum rođenja:

• Uzorak koda:

• Uzorak Datum: 22-06-2022

• Datum rezultata: 30-06-2022



Fagron Nutrigen™

Izveštaj o pacijentu



Fagron nutrigen

SADRŽAJ

1. Podaci o identifikaciji pacijenta

2. Pregled genetskih rezultata

2. 1. Morfološka genetika za kontrolu težine 2. 2. Povezanost genetike i unosa hrane s našim emocijama 2. 3. Osjetljivost okusa 2. 4. Metabolizam masti 2. 5. Metabolizam lipida 2. 6. Metabolizam ugljikohidrata 2. 7. Metabolizam glukoze 2. 8. Učinkovitost vježbanja 2. 9. Sposobnost detoksikacije 2. 10. Intolerancija 2. 11. Hormoni 2. 12. Upala 2. 13. Vitamini 2. 14. Minerali 2. 15. Učinkovitost prehrane

3. Preporučeni prehrambeni plan

4. Preporučeni dodaci

5. Kompletni genetski rezultati

6. Metodologija

7. Reference

Podaci o identifikaciji pacijenta

1



Ime pacijenta i prezime AA
Datum rođenja
Spol Ženski
Vrsta uzorka Bukalna sluznica
Uzorak koda
Uzorak Datum 22-06-2022
Datum izvještaja 15-10-2024

Ime liječnika i prezime
Email adresa
Telefon

PRAVNI ODRICANJE

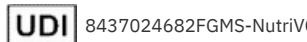
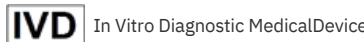
Fagron Genomics, S.L.U izvodi genetske testove na zahtjev zdravstvenih radnika, u odnosu na biološke uzorke pacijenata koje je zdravstvena radnika dobila. Naši testovi ne zamjenjuju medicinsko savjetovanje, niti čine dijagnostiku ili liječenje, niti ih treba tumačiti. Samo zdravstveni radnici mogu protumačiti rezultate navedenih testova, na temelju njihovog znanja o kliničkim zapisima pacijenata i drugih relevantnih čimbenika i, prema njihovoj odgovornosti, dati dijagnostiku ili propisati liječenje pacijentu. Odbijamo svu odgovornost izvedenu iz uporabe i tumačenja rezultata naših testova od strane odvjetničkog zdravstvenog stručnjaka. Fagron Genomics, S.L.U izričito zadržava sve pravne radnje u slučaju neprimjerene, nemarne ili netočne uporabe ili interpretacije rezultata naših testova. Odgovornost je zdravstvenog radnika koji zatraži test koji pacijentu jamči odgovarajući genetski savjet, kao što je predviđen zakonom 14/2007, od 3. srpnja, biomedicinskih istraživanja. Kao Fagron Genomics, S.L.U nema pristup osobnim informacijama o pacijentu od kojeg dolazi uzorak, odgovornost je da zdravstveni radnik zatraži da pridržava primjenjive zakone i propise o zaštiti podataka.



Fagron Genomics,
SRN: ES-MF-000001092
C/ de les Cosidores, 150
08226 Terrassa, Barcelona (Spain)



IVDD
Self-Declared
98/79/EC



Pregled genetskih rezultata

2

2.1. Morfološka genetika za kontrolu težine

33.76% Umjereno visoka genetska predispozicija za prekomjernu tjelesnu težinu. U slučaju prekomjerne težine ili pretilosti, uglavnom je uzrokovana naslijeđenom genetikom. Pracenje preporuka ove DNA analize biti će uspješno.



Genetski rizik za prekomjernu težinu/pretilost

Rizik od ponovnog debljanja (rebound efekt)

Rizik za povećani BMI

Bazalni metabolizam (sagorijevanje kalorija u mirovanju)

Sposobnost gubitka kilograma dijete

2.2. Povezanost genetike i unosa hrane s našim emocijama

56.8% Umjereno niska disregulacija prehranbenog ponašanja (unos hrane). Blaga predispozicija za prekomjernu težinu. U slučaju viška količine ili kompulzivnog unosa, potrebno je razmotriti strategije za smanjenje anksioznosti.



Rizik za apetit i anksioznost

Sitost - osjećaj punoće

2.3. Učinkovitost vježbanja

17.78% Vrlo niska učinkovitost vježbanja za smanjivanje tjelesne masti i reguliranje razine kolesterola. Snažne prehrambene intervencije mogle bi biti najbolja opcija.



Prednosti vježbi izdržljivosti za poboljšanje razine HDL-a

Vježbe za reduciranje tjelesne masnoće

2.4. Metabolizam masti

17.78% Visoko negativni kapaciteti za sagorijevanje masti. Preporučuje se snažno smanjenje unosa masti.



Odgovor na mononezasićene masne kiseline (MUFA)

Odgovor na polinezasićene masne kiseline (PUFA)

Odgovor na unos masti za poboljšanje razine HDL-a

2.5. Metabolizam ugljikohidrata

49.83% Negativni metabolizam ugljikohidrata: unos ugljikohidrata dovesti će do poremećaja regulacije razine kolesterola i povećanog unosa kalorija i masti. Hitno treba ukloniti rafinirane ugljikohidrate; prebaciti se na UH iz cjelovitih žitarica i smanjiti njihovu količinu.



Sposobnost probavljanja hrane bogate škrobom Osjetljivost na rafinirane ugljikohidrate Predispozicija za razine ugljikohidrata i HDL-a Razine ugljikohidrata i LDL-a

2.6. Metabolizam lipida

78.97% Normalni metabolizam lipida. Razine kolesterola i triglicerida trebaju biti potpuno normalne uz uravnoteženu prehranu.



Rizik za disregulirane razine HDL-a

Predispozicija za povećane razine triglicerida

Predispozicija za povećanu oksidaciju LDL-a

Rizik za povećane vrijednosti LDL kolesterola

Rizik neuravnoteženog omjera triglicerida i HDL-a

NAZNAKE

■ Pozitivan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Srednje negativan učinak

■ Negativan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Pregled genetskih rezultata

2

2.7. Metabolizam glukoze

44.14% Srednje visoka disregulacija metabolizma glukoze. Unos rafiniranog šećera i ugljikohidrata biti će opasan. Visok rizik od razvoja dijabetesa tipa 2.



Rizik za povećanu razinu glukoze u plazmi nakon posta

Rizik inzulinske rezistencije

Rizik za dijabetes tipa 2

2.8. Osjetljivost okusa

99.67% Normalna ili prosječna osjetljivost na okuse.



Osjetljivost na gorke okuse

Osjetljivost na sol

Želja za slatkim

2.9. Sposobnost detoksikacije

64.57% Blago smanjeni kapaciteti za detoksikaciju. Pokušajte umanjiti toksičnu ekspoziciju i unos.



Antioksidativna sposobnost

2.10. Minerali

CALCIUM

Nizak nasljedni rizik malapsorpcije kalcija.

CALCIUM_LEVELS

Povećan rizik za disregulaciju razine kalcija u plazmi.

IRON_OVERLOAD

Nema dodatnog rizika od preopterećenja željezom.

IRON

Postoji određeni rizik od manjeg prijenosa željeza, samo kada je unos željeza nizak. Osigurajte svakodnevni preporučeni unos.

MAGNESIUM

Srednji rizik za disregulaciju razine magnezija u plazmi.

SELENIUM

Nema dodatnog rizika za disregulaciju razine selena u plazmi.

SALT

Normalna osjetljivost na natrij: nema rizika za povišeni krvni tlak zbog konzumacije soli.

NAZNAKE

■ Pozitivan učinak ■ Srednje pozitivan učinak ■ Srednje negativan učinak ■ Negativan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Pregled genetskih rezultata

2

2.11. Hormoni

LEP

- Predispozicija za povećanu razinu leptina što dovodi do zasićenja leptinskog receptora koja može dovesti do povećanog rizika od prejedanja i nižeg sagorijevanja masti.

NAMPT

- Visoka predispozicija za povećanu razinu cirkuliranog visfatina značajno povećavajući rizik od izmijenjenog upalnog odgovora.

GHSR

- Predispozicija za ekspresiju normalnog receptora grelina (GHSR). Povećavaju se razine cirkulirajuće razine ovog hormona i osjećaj gladi.

ADIPOQ

- Povećana predispozicija niže razine adiponektinske plazme što dovodi do neznatno povećanog procesa upale, abnormalnosti lipida i otpornosti na inzulin.

ADIPOQ

- Visoka predispozicija za snižavanje razine adiponektinske plazme što dovodi do povećanog procesa upale, abnormalnosti lipida i otpornosti na inzulin.



2.12. Upala

TNF-α

- Predispozicija za umjereno povišenu razinu TNF-alfa. Proupalna sklonost.

IL-6

- Predispozicija za niže razine IL-6.

IL-10

- Predispozicija prema umjerenj razini protuupalnog citokina IL-10.



NAZNAKE

■ Pozitivan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Srednje negativan učinak

■ Negativan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Pregled genetskih rezultata

2

2.13. Vitamini

vitamin A

A

■ Normalan metabolizam vitamina A. Osigurajte svakodnevni preporučeni unos.

Vitamin B6

B6

■ Nizak rizik od manjka vitamina B6. Osigurajte preporučeni dnevni unos.

Vitamin B9
(folna kiselina)

B9

■ Nizak rizik za manjak folata. Osigurajte preporučeni dnevni unos.

vitamin B12

B12

■ Nizak rizik od manjka vitamina B12. Osigurajte svakodnevni preporučeni unos.

Vitamin C

C

■ Normalni metabolizam vitamina C i razine vitamina C. Osigurajte preporučeni dnevni unos.

Vitamin D

D

■ Nizak rizik za manjak vitamina D. Osigurajte preporučeni dnevni unos.

Vitamin E

E

■ Nizak rizik za manjak vitamina E. Osigurajte preporučeni dnevni unos.

2.14. Minerali

CALCIUM

Ca

Rizik za malapsorpciju kalcija

■ Nizak nasljedni rizik malapsorpcije kalcija.

Predispozicija za disregulaciju razine kalcija.

■ Povećan rizik za disregulaciju razine kalcija u plazmi.

IRON

Fe

Rizik od preopterećenja željezom

■ Nema dodatnog rizika od preopterećenja željezom.

Rizik za nisku razinu željeza u plazmi

■ Postoji određeni rizik od manjeg prijenosa željeza, samo kada je unos željeza nizak. Osigurajte svakodnevni preporučeni unos.

MAGNESIUM

Mg

Predispozicija za disregulaciju razine magnezija.

■ Srednji rizik za disregulaciju razine magnezija u plazmi.

SELENIUM

Se

Predispozicija za disregulaciju razine selena.

■ Nema dodatnog rizika za disregulaciju razine selena u plazmi.

SALT



Osjetljivost na natrij

■ Normalna osjetljivost na natrij: nema rizika za povišeni krvni tlak zbog konzumacije soli.

NAZNAKE

■ Pozitivan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Srednje negativan učinak

■ Negativan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Pregled genetskih rezultata

2

2.15. Učinkovitost prehrane



75% - 100%
Visoka učinkovitost

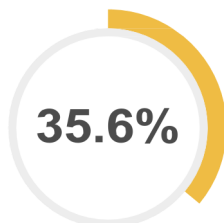
50% - 75%
Srednje visoku učinkovitost

25% - 50%
Srednja učinkovitost

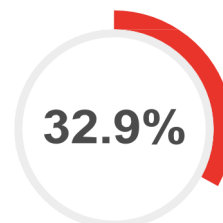
0% - 25%
Niska učinkovitost



Učinkovitost dijeta sa niskim udjelom ugljikohidrata



Učinkovitost dijeta sa niskim udjelom masnoća



Učinkovitost niskokaloričnih dijeta

Preporučeni prehrambeni plan

3

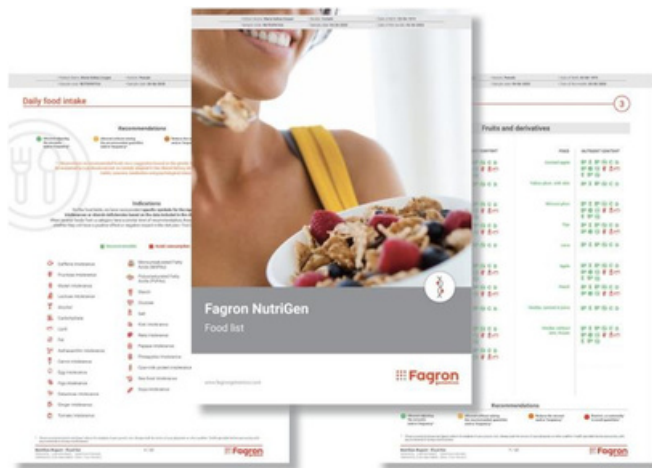


Najučinkovitija prehrana za vašeg pacijenta, nakon genetske analize, bila bi

**NIZAK UDIO UGLJIKOHIDRATA
INTEGRIRANI NUTRITIVNI PLAN**



Provjerite popis hrane
preporučeno za tebe



Preporučeni dodaci

4

Preporučuju se dodaci

Za borbu protiv prekomjerne težine i starenja podijeljeni su u 3 faze

1

DETOKSIKACIJA

Detoksikacija
(oksidacija)
30 dana

- ekstrakt zelenog čaja
- Nikotinamid (B3)
- Cink glukonat
- Selenijev kvasac
- Resveratrol
- Kvercetin
- Vitamin B2 (Riboflavin)
- Vitamin B6

2

CRIJEVNI

Detoksikacija
(konjugacija)
30 dana

- ekstrakt zelenog čaja
- Taurin
- Spirulina
- Vitamin B9
- Magnezij
- Vitamin D3 (Kolekalciferol)
- Resveratrol
- Vitamin B12
- Kvercetin
- Centella suhi ekstrakt

3

DOPUNU

Prevenција, održavanje
optimalna prehrana
3-6 mjeseci

Transport
Izlučivanje
30 dana

Ne treba vam ova faza u svom liječenju

- Taurin
- Spirulina
- Vitamin B9
- Biotin
- Nikotinamid (B3)
- Cink glukonat
- Magnezij
- Selenijev kvasac
- Vitamin D3 (Kolekalciferol)
- Resveratrol
- Vitamin B12
- SiliCiuMax® prah

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Kompletni genetski rezultati

5

2.1. Morfološka genetika za kontrolu težine



GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
Genetski rizik za prekomjernu težinu/pretilost SREDNJI VISOK RIZIK OD PREKOMJERNE TEŽINE/PRETILOSTI	MC4R	rs2229616	CC	■
	SH2B1	rs7498665	AA	■
	FTO	rs9939609	AT	■
	FTO	rs1121980	AG	■
	MC4R	rs17700633	AA	■
Rizik od ponovnog debljanja (rebound efekt) VISOK REBOUND EFEKT	ADIPOQ	rs17300539	GG	■
Rizik za povećani BMI SREDNJI RIZIK OD POVEĆANOG BMI	MC4R	rs12970134	AA	■
	MC4R	rs17782313	CC	■
	SH2B1	rs4788102	GG	■
Bazalni metabolizam (sagorjevanje kalorija u mirovanju) SREDNJE NIZAK PLAMENIK U MIROVANJU	FABP2	rs1799883	CT	■
	LEPR	rs2025804	AA	■
Sposobnost gubitka kilograma dijete NORMALNO GUBLJENJE TEŽINE	ACSL5	rs2419621	CT	■

NAZNAKE

■ Negativan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Pozitivan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Kompletni genetski rezultati

5

2.2. Povezanost genetike i unosa hrane s našim emocijama

GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
Rizik za apetit i anksioznost LAGANO POVEĆANI RIZIK OD APETITA I TJESKOBE	COMT	rs4680	AA	■
	NMB	rs1051168	GT	■
	DRD2	rs1800497	AG	■
	MC4R	rs2229616	CC	■
	DRD2	rs6277	AG	■
Sitost - osjećaj punoće BLAGO SNIŽENA SITOST	FTO	rs9939609	AT	■

2.3. Osjetljivost okusa

GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
Osjetljivost na gorke okuse NORMALNA OSJETLJIVOST NA GORKI OKUS	TAS2R38	rs1726866	AG	■
	TAS2R38	rs713598	CG	■
Osjetljivost na sol NISKA OSJETLJIVOST NA SOL	ACE	rs4343	AA	■
Želja za slatkim NORMALNA SLATKA PREFERENCIJA	SLC2A2	rs5400	GG	■

NAZNAKE

■ Negativan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Pozitivan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Kompletni genetski rezultati

5

2.4. Metabolizam masti



GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
Odgovor na mononezasićene masne kiseline (MUFA) VRLO NIZAK MUFA METABOLIZAM	ADIPOQ	rs17300539	GG	■
Odgovor na polinezasićene masne kiseline (PUFA) UMJERENI PUFA METABOLIZAM	PPARG FADS1	rs1801282 rs174547	CG CT	■ ■
Odgovor na unos masti za poboljšanje razine HDL-a VRLO NISKE KORISTI ZA POBOLJŠANJE HDL -A	LIPC	rs1800588	CC	■

NAZNAKE

■ Negativan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Pozitivan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Kompletni genetski rezultati

5

2.5. Metabolizam lipida

GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
Rizik za disregulirane razine HDL-a SMANJENA RAZINA HDL-a	APOA5	rs662799	AA	■
	CETP	rs5883	CC	■
Predispozicija za povećane razine triglicerida NISU POVIŠENI TRIGLICERIDI	PPARG	rs1801282	CG	■
Predispozicija za povećanu oksidaciju LDL-a NIJE POVIŠENA OKSIDACIJA LDL-a	APOB	rs676210	AA	■
Rizik za povećane vrijednosti LDL kolesterola POVIŠENA RAZINA LDL-a	CELSR2	rs12740374	GG	■
	HNF1A	rs2650000	AC	■
	LDLR	rs6511720	GG	■
	ABCG8	rs6544713	CC	■
Rizik neuravnoteženog omjera triglicerida i HDL-a NORMALAN OMJER TG/HDL-a	HMGCR	rs3846663	CC	■

NAZNAKE

■ Negativan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Pozitivan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Kompletni genetski rezultati

5

2.6. Metabolizam ugljikohidrata

GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
Sposobnost probavljanja hrane bogate škrobom REDUCIRANA RAZGRADNJA ŠKROBA	AMY1-AMY2	rs11577390	CC	■
	AMY1	rs4244372	AA	■
Osjetljivost na rafinirane ugljikohidrate NORMALNA OSJETLJIVOST NA UGLJIKOHIDRATE	FABP2	rs1799883	CT	■
Predispozicija za razine ugljikohidrata i HDL-a VISOKI RIZIK OD HDL DISREGULACIJE	KCTD10	rs10850219	GG	■
Razine ugljikohidrata i LDL-a MALI RIZIK OD DISREGULACIJE LDL -A	MMAB	rs2241201	CC	■

NAZNAKE

■ Negativan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Pozitivan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Kompletni genetski rezultati

5

2.7. Metabolizam glukoze

GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
Rizik za povećanu razinu glukoze u plazmi nakon posta UMJERENO VISOK RIZIK VISOKO RAZINE GLUKOZE	PLIN1	rs2289487	CT	■
	GHSR	rs490683	GG	■
Rizik inzulinske rezistencije UMJERENO NISKA INZULINSKA REZISTENCIJA	PPARG	rs1801282	CG	■
	ADIPOQ	rs17300539	GG	■
	TCF7L2	rs7903146	CC	■
	FTO FTO	rs9939609	AT	■
		rs1121980	AG	■
Rizik za dijabetes tipa 2 UMJERENO NIZAK RIZIK ZA DIJABETES TIP 2	PPARG	rs1801282	CG	■
	PLIN1	rs2289487	CT	■
	TCF7L2	rs7903146	CC	■
	FTO	rs9939609	AT	■
	MC4R	rs17700633	AA	■
	CDKN2A/B	rs10811661	CT	■
	KCNQ1	rs2237892	CC	■
	CDKN2A, CDKN2B	rs2383208	AG	■
	CDKAL1	rs7756992	AA	■
TCF7L2	rs7901695	TT	■	

NAZNAKE

■ Negativan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Pozitivan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Kompletni genetski rezultati

5

2.8. Učinkovitost vježbanja



GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
Prednosti vježbi izdržljivosti za poboljšanje razine HDL-a VRLO NISKE KORISTI OD VJEŽBANJA ZA POBOLJŠANJE HDL -A	PPARD	rs2016520	TT	■
	Vježbe za reduciranje tjelesne masnoće SREDNJE NISKE KORISTI OD VJEŽBANJA ZA SMANJENJE MASTI	FTO	rs9939609	AT
	FTO	rs1121980	AG	■
	LIPC	rs1800588	CC	■
	LEP	rs7799039	AA	■

2.9. Sposobnost detoksikacije



GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
Antioksidativna sposobnost UMJERENO REDUCIRANA ANTIOKSIDATIVNA SPOSOBNOST	GPX1	rs1050450	GG	■
	NQO1	rs1800566	GG	■
	COMT	rs4680	AA	■
	SOD2	rs4880	GG	■
	CYP1B1	rs1056836	CG	■
	CYP1A1	rs1048943	TT	■
	GSTP1	rs1695	AA	■

NAZNAKE

■ Negativan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Pozitivan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Kompletni genetski rezultati

5

2.10. Intolerancija

	GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT	
	Rizik za intoleranciju na laktozu	MCM6	rs182549	CT	■	
	NEMA RIZIKA ZA INTOLERANCIJU NA LAKTOZU	MCM6	rs4988235	AG	■	
	Rizik za celijakiju	HLA-DQ2.5	rs2187668	CT	■	
		HLA-DQ7.5	rs4639334	GG	■	
		HLA-DQ2.2	rs2395182	TT	■	
		UMJERENO NIZAK RIZIK ZA CELIJAKIJU	HLA-DQ2.2	rs4713586	AA	■
		HLA-DQ8	rs7454108	CT	■	
		HLA-DQ2.2	rs7775228	TT	■	
	Rizik za intoleranciju na fruktozu	ALDOB	rs1800546	CC	■	
	NEMA RIZIKA INTOLERANCIJE FRUKTOZE	ALDOB	rs76917243	GG	■	
	Metabolizam kofeina	CYP1A1	rs2470893	CT	■	
	BRZI METABOLIZATOR KOFEINA	CYP1A2	rs762551	AA	■	
	Metabolizam alkohola	ALDH2	rs671	GG	■	
	NORMALNI METABOLIZAM ALKOHOLA					

NAZNAKE

■ Negativan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Pozitivan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Kompletni genetski rezultati

5

2.11. Hormoni

GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
Leptin NIZAK RIZIK OD SMANJENE RAZINE LEPTINA	LEP	rs7799039	AA	■
Visfatin NIZAK RIZIK OD POVEĆANE RAZINE VISFATINA	NAMPT	rs9770242	AA	■
Grelin EKSPRESIJA RECEPTORA NISKOG GRELINA (GHSR)	GHSR	rs490683	GG	■
Adiponektin NIZAK RIZIK OD SMANJENE RAZINE ADIPONEKTINA	ADIPOQ ADIPOQ	rs1501299 rs2241766	GT TT	■ ■

2.12. Upala

GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
TNF- α NIZAK RIZIK OD DISREGULIRANE RAZINE TNF-A.	TNF- α	rs1800629	AG	■
IL-6 NIZAK RIZIK OD POVEĆANE RAZINE IL-6	IL-6	rs1800795	CC	■
IL-10 NIZAK RIZIK OD SMANJENE RAZINE ANTIINFLAMATORNOG CITOKINA IL-10	IL-10	rs1800896	TC	■

NAZNAKE

■ Negativan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Pozitivan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Kompletni genetski rezultati

5

2.13. Vitamini

	GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
A	vitamin A	BCMO1	rs12934922	AT	■
	NIZAK RIZIK ZA MANJAK VITAMINA A	BCMO1	rs7501331	CC	■
B ⁶	Vitamin B6	NBPF3	rs4654748	CT	■
	UMJERENO NIZAK RIZIK ZA MANJAK VITAMINA B6				
B ⁹	Vitamin B9 (folna kiselina)	MTHFR	rs1801133	GA	■
	UMJERENO NIZAK RIZIK ZA MANJAK VITAMINA B9 (folna kiselina)				
B ¹²	vitamin B12	FUT2	rs602662	AG	■
	UMJERENO NIZAK RIZIK ZA MANJAK VITAMINA B12				
C	Vitamin C	SLC23A2	rs1279683	AA	■
	NIZAK RIZIK ZA MANJAK VITAMINA C	SLC23A1	rs33972313	CC	■
D	Vitamin D	GC	rs2282679	TT	■
		CYP2R1	rs10741657	AG	■
		NADSYN1	rs12785878	GT	■
		CYP2R1	rs2060793	AG	■
		NADSYN1	rs3829251	GG	■
	UMJERENO NIZAK RIZIK ZA MANJAK VITAMINA D				
E	Vitamin E	INTERGENIC	rs12272004	AC	■
	UMJERENO NIZAK RIZIK ZA MANJAK VITAMINA E	ZPR1	rs964184	CG	■

NAZNAKE

■ Negativan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Pozitivan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Kompletni genetski rezultati

5

2.14. Minerali

	GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
Ca	Rizik za malapsorpciju kalcija	CYP2R1	rs10766197	AG	■
	NIZAK RIZIK MALAPSORPCIJE KALCIJA	GC	rs2282679	TT	■
Ca	Predispozicija za disregulaciju razine kalcija. POVEĆAN RIZIK ZA DISREGULACIJU RAZINE KALCIJA U PLAZMI.	DGKD	rs1550532	GG	■
		CYP24A1	rs1570669	AA	■
		CASR	rs17251221	GG	■
		CASR	rs1801725	TT	■
		CARS	rs7481584	AG	■
		GCKR	rs780094	CT	■
Fe	Rizik od preopterećenja željezom	HFE	rs1800562	GG	■
	NIZAK RIZIK HEMATOKROMATOZE				
Fe	Rizik za nisku razinu željeza u plazmi UMJERENO NIZAK RIZIK SNIŽENE RAZINE ŽELJEZA	TF	rs3811647	AG	■
		TMPRSS6	rs4820268	AA	■
		TF	rs8177253	CT	■
Mg	Predispozicija za disregulaciju razine magnezija. SREDNJE VISOK RIZIK ZA DISREGULACIJU RAZINE MAGNEZIJA U PLAZMI.	CASR	rs17251221	GG	■
		TRPM6	rs11144134	CT	■
		SHROOM3	rs13146355	AG	■
		DCDC5	rs3925584	TT	■
		MUC1	rs4072037	CT	■
Se	Predispozicija za disregulaciju razine selena. NEMA DODATNOG RIZIKA ZA DISREGULACIJU RAZINE SELENA U PLAZMI.	AGA	rs1395479	AC	■
		SLC39A11	rs891684	GG	■
Na	Osjetljivost na natrij NISKA OSJETLJIVOST NA SOL	ACE	rs4343	AA	■

NAZNAKE

■ Negativan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Pozitivan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Kompletni genetski rezultati

5

2.15. Učinkovitost prehrane



GENETSKI RIZIK	MARKER	MJESTO	VAŠA VARIJANTA	VAŠ REZULTAT
Učinkovitost niskokaloričnih dijeta UMJERENO NISKA OČEKIVANA KORIST OD NISKOKALORIČNIH DIJETA	PPARG	rs1801282	CG	■
	ADIPOQ	rs17300539	GG	■
	LEPR	rs1805134	TT	■
	ACSL5	rs2419621	CT	■
	ADRB2	rs1042714	CG	■
Učinkovitost dijeta sa niskim udjelom ugljikohidrata VISOKA OČEKIVANA KORIST OD DIJETA S NISKIM UDJELOM UGLJIKOHIDRATA	KCTD10	rs10850219	GG	■
		rs2241201	CC	■
Učinkovitost dijeta sa niskim udjelom masnoća UMJERENO NISKA OČEKIVANA KORIST OD DIJETA S NISKIM UDJELOM MASNOĆA	PPARG	rs1801282	CG	■
	GHSR	rs490683	GG	■
	APOA2	rs5082	AG	■
		rs7498665	AA	■
	TCF7L2	rs7903146	CC	■
		FTO	rs9939609	AT

NAZNAKE

■ Negativan učinak

■ Srednje pozitivan učinak

■ Pozitivan učinak

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

Metodologija

6

Kako su odabrane i ocijenjene genetske varijante? Ovaj je test razvio multidisciplinarni tim medicinskih liječnika, genetičara i programera, nakon najviših standarda kvalitete. Konkretno, stručni tim specijaliziran za kuriranje genetskih varijanti pregledao je svaku varijantu kako bi se osiguralo da se odabir, interpretacija i utjecaj varijanti u algoritmi temelje na najvišim znanstvenim dokazima.

Sljedeći kriteriji za odabir primijenjeni su za razvrstavanje genetskih varijanti:

Razina 1A: Napomena za varijantu medicinskog društva usmjerena ili implementirana u velikom zdravstvenom sustavu.

Razina 1B: Napomena za varijantu u kojoj prevladavanje dokaza pokazuje povezanost. Udruga se mora ponoviti u više od jedne kohorte sa značajnim p-vrijednostima, a po mogućnosti će imati snažnu veličinu učinka.

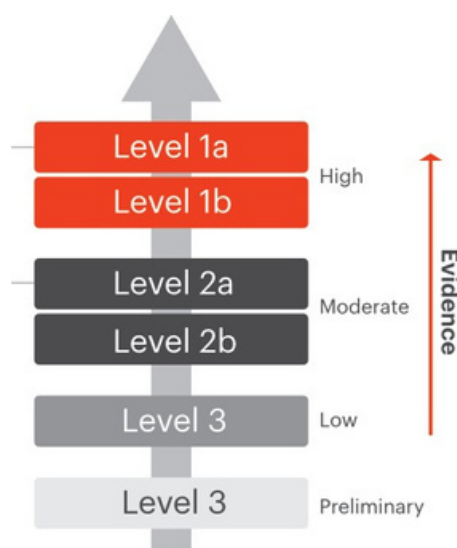
Razina 2A: Napomena za varijantu koja se kvalificira za razinu 2B gdje je varijanta unutar vrlo važnog poznatog gena, tako da je vjerojatniji funkcionalni značaj.

Razina 2B: Napomena za varijantu s umjerenim dokazima udruge. Udruga se mora ponoviti, ali mogu postojati neke studije koje ne pokazuju statističku značajnost, a/ili veličina učinka može biti mala.

Razina 3: Napomena za varijantu koja se temelji na jednoj značajnoj (ne ponovljenoj) studiji ili napomenama za varijantu ocijenjenu u više studija, ali im nedostaje jasni dokazi o udruzi.

Razina 4: Napomena na temelju izvješća o slučaju, neznačajnoj studiji ili in vitro, molekularnom ili funkcionalnom dokazu o ispitivanju.

Odabrane su samo genetske varijante od razine 1A do 2A.



Kako je analizirano? DNK je ekstrahirano iz uzorka bukalnog brisa koji ste dali i analizirano je u našoj laboratoriji za kliničku analizu. DNK je ekstrahirano pomoću robotskog sustava za ekstrakciju Kingfisher Flex® (Thermo Fisher Scientific). Proučavanje genetskih varijanti proveli su NGS (sekvenciranje sljedeće generacije) koristeći sustav Ion Genestudio S5 (Thermo Fisher Scientific).

Reference

7



Reference

Skenirajte QR kôd za pristup našoj referentnoj stranici NutriGen Report.

* Ove se preporuke temelje samo na analizi vašeg genetskog testa. Uvijek potražite savjet svog liječnika ili drugog kvalificiranog zdravstvenog stručnjaka prije nego što nastavite s bilo kakvim prehranbenim ili prehranbenim izmjenama.

zajedno
stvaramo budućnost
personalizacije medicine.

