

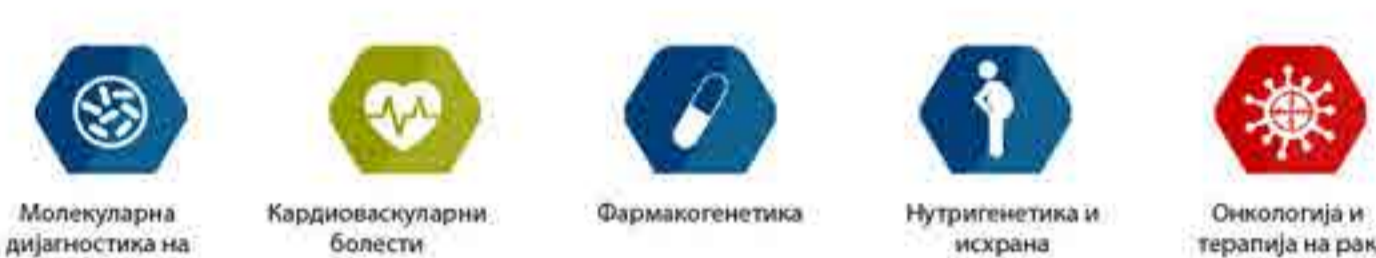


НУТРИГЕНЕТИКА

ГЕНЕТСКО ТЕСТИРАЊЕ И ПЕРСОНАЛИЗИРАНА МЕДИЦИНА - СЕГА ДОСТАПНИ ЗА СЕКОГО



www.bioengineering.mk/genetics



ШТО Е, А ШТО НЕ Е НУТРИГЕНЕТИКА?

Нутригенетиката е интердисциплинарен пристап во персонализираната медицина и има за цел да го идентификува и детерминира Вашиот индивидуален одговор на хранливите состојки што секојдневно ги внесувате со храната (јаглехидрати, масти и протеини), како и Вашата уникатна реакција на физичка активност. Всушност, начинот на кој сите реагираме на одреден тип на исхрана и физичка активност е утврден со комплексната интеракција меѓу гените, околината и стилот на живот

Која е разликата помеѓу нутригенетиката и интолеранцијата на храна?

Нутригенетските тестирања не се исти со одредување интолеранција на храна. Нутригенетиката е научен пристап, со кој пациентот според неговите гени добива информација за најсоодветниот сооднос на макронутриенти (јаглехидрати, масти и протеини) и оптималниот интензитет на физичка активност, со цел губење на вишокот килограми. Додека пак, интолеранција на храна претставува биохемиски тест со кој кај пациентот се одредува преосетливост на одредена храна и одредени хранливи состојки, а врз основа на тоа пак се добива листа на состојки кои треба да се избегнуваат при исхраната.

Кои се целите на нутригенетските тестови?

- Оптимизација на типот на исхрана и типот на физичка активност
- Превенција на болести асоцирани со прекумерна телесна тежина
- Одржување на организмот во здрава состојба

Зошто е важно да го знаете Вашиот нутригенетски профил?

- Кај некои луѓе акумулацијата на масти во телото доаѓа главно од храна богата со јаглехидрати, а кај некои пак од храна богата со масти; тоа е одредено со генетската конституција и варијациите во одредени гени. Идентификацијата на варијациите во тие гени, кои се разликуваат од индивидуа до индивидуа, може да ни помогнат во правилниот избор на тип на исхрана, да ни дадат до знаење кои видови на храна треба да ги избегнуваме или ограничиме, а воедно и каков тип на физичка активност треба да практикуваме.
- Прекумерната телесна тежина е патолошка состојба при која во организмот се акумулирани вишок на масти до тој степен што може негативно да влијаат врз здравјето. На пример, при состојби на прекумерна телесна тежина значително се зголемува веројатноста за развивање на кардио-васкуларни болести, дијабетес тип II, опструктивна спиечка апнеа, неколку типови канцер како и остеоартритис. Најчесто, зголемената телесна тежина е последица од комбинација на неколку фактори, како што се прекумерно внесување на храна, недостаток од физичка активност и генетска предодреденост.

www.bioengineering.mk/genetics

Ул. Бледски договор бр. 8, 1000 Скопје, +389 (0)2/3091 499