

측정결과 Measurement Results

주민등록나이

40.2 세

+5.6

의학생체나이

45.8 세

심장
나이

+7.6

간
나이

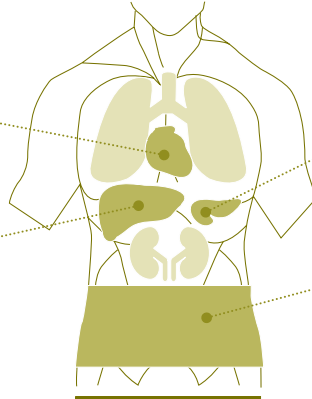
-3.0

췌장
나이

-5.1

비만
체형
나이

+7.6



맞춤처방 Customized Prescription

- ✧ 평소 식사량 30% 줄이기
- ✧ 정기적으로, 자주 혈압 측정하기
- ✧ 음주를 하고 있다면 적당한 음주하기
- ✧ 적당한 숙면과 규칙적인 생활 유지하기

- ✧ 기초대사량을 늘리는 근력 운동하기
- ✧ 저지방식, 저염식 밥상차리기
- ✧ 적정 체중 유지를 위해 가벼운 조깅하기
- ✧ 적정 허리둘레 유지하기

노화등수 Aging Rank

69 등/100명

노화지수 Aging Index

1.14

- 1 > 노화가속
- 1 = 정상노화
- 1 < 노화지연

Aging Rate 노화속도

주민등록나이

잔여수명

기대수명

40.2 세

34.4 세

74.6 세



맞춤 항노화 라이프 계획 Customized Anti-Aging Life Plan

4.0 세 평소 섭취량 20~30% 절식하기

2.5 세 저염식 식습관 생활화하기

1.3 세 사고력을 요구하는 새로운 게임 배우기

1.1 세 매일 규칙적으로 아침식사 하기

3.4 세 운동으로 일주일에 3,500kcal 이상 소비하기

8.0 세 질질 끄는 미해결 사안 정리하기