

## 측정결과 Measurement Results

주민등록나이

37.6 세

의학생체나이

31.6 세

-6.0

심장  
나이

-7.5

간  
나이

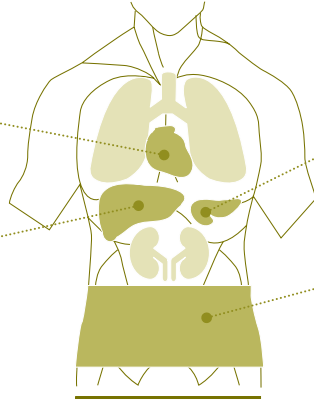
+0.1

췌장  
나이

-0.3

비만  
체형  
나이

-7.4



## 맞춤처방 Customized Prescription

- |                         |                              |
|-------------------------|------------------------------|
| ✧ 영양적으로 균형 있는 밥상 차리기    | ✧ 매일 아침 스트레칭 하기              |
| ✧ 심장병의 원인이 되는 치과질환 예방하기 | ✧ 과일과 채소는 즐겨 먹고 견과류는 적당량 먹기  |
| ✧ 양질의 단백질을 충분히 섭취하기     | ✧ 잦은 인스턴트 식품, 과도한 향신료 섭취 피하기 |
| ✧ 정기 혈액검사를 통해 혈당 체크하기   | ✧ 과음, 과식, 야식, 폭식 피하기         |

## 노화등수 Aging Rank

30 등/100명

## 노화지수 Aging Index

0.84

1 > 노화가속  
1 = 정상노화  
1 < 노화지연

## Aging Rate 노화속도

주민등록나이

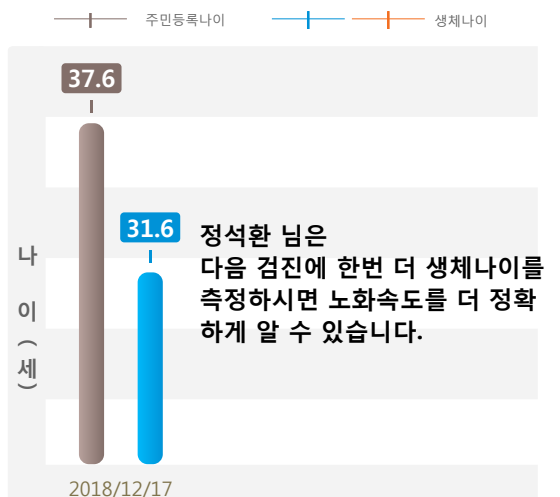
잔여수명

기대수명

37.6 세

48.9 세

86.5 세



## 맞춤 항노화 라이프 계획 Customized Anti-Aging Life Plan

- |                                  |                                 |
|----------------------------------|---------------------------------|
| - 3.7 세 불필요한 보신 식품, 비타민, 보충제 피하기 | - 2.5 세 자극적 음식 피하고 담백한 식생활 유지하기 |
| - 0.4 세 손과 식품을 자주 잘 씻는 습관들이기     | - 6.0 세 적정체중과 체질량지수 23 이하로 유지하기 |
| - 3.0 세 평소 즐겁거나 웃겼던 일 자주 생각하기    | - 2.0 세 사회적 인적관계를 잘 유지하기        |