

根据您的遗传基因信息显示您在

脂肪肝，高血压，高血脂，骨关节炎，慢性肾病，2 型糖尿病以及过敏性鼻炎的终身患病风险较高
同时与大众人群比较，您得脑中风和抑郁症的概率高于平均水平
您平时的体检需要特别注意以下内容

318 套餐

798 套餐

1198 套餐

1899 套餐

3298 套餐

(根据相关系数确定定制套餐内容)

同时根据您的营养膳食需求可以看出

您对 VB12，VC，叶酸，铁的需求较高以及乳糖不耐受，所以您

- 1. 膳食平衡很重要，尽量不要素食
- 2. 叶酸需要补充特殊类型的叶酸以保证叶酸的吸收
- 3. 钙的补充由于乳糖不耐受建议通过无糖酸奶补充，不建议全脂牛奶
- 4. 建议服用氨糖降低关节摩擦损伤
- 5. 建议服用 B 族维生素和和维生素 C

您在运动方面需要注意

- 1. 每次运动时间不宜超过 45 分钟，控制运动对骨骼造成的压力
- 2. 注意晒太阳，增加钙的吸收
- 3. 每次力量训练 15 分钟和有氧运动 30 分钟的配合能有效提升身体免疫能力
- 4. 运动能有效控制高血压和糖尿病风险，成效显著

社交需求

- 1. 保持一定程度的社交和沟通
- 2. 尽量参加社会活动，强化脑部神经

另外，如果您对具体某项遗传信息比较感兴趣需要了解更多内容，建议您可以通过目录查找，如抑郁症
在第 39 页，您可以看到更多详细内容

肝功能全套,
铁蛋白(Fer),
转铁蛋白(TRF),
甲型肝炎病毒抗体,乙肝两对半(定性),丙型肝炎病毒抗体,丁型肝炎病毒抗原,丁型肝炎病毒抗体,戊型肝炎病毒抗体,庚型肝炎病毒抗体,
自身免疫性肝病抗体,
肝纤维化指标,
血糖(GLU),
葡萄糖耐量试验(OGTT),
血脂七项,
肾功能常规
高血压四项,
血儿茶酚胺,
促肾上腺皮质激素(ACTH),
皮质醇,
同型半胱氨酸(HCY),
N 端脑钠肽前体(NT-ProBNP),
超敏 C 反应蛋白,
肌钙蛋白(TnI),
肌红蛋白(Mb),
尿微量白蛋白,
血常规,
尿常规,
电解质,
心肌酶谱
糖化血红蛋白(HbA1c),
C-肽释放试验,
胰岛素释放试验,
胰岛素抗体(INS-Ab),
糖尿病抗体三项,
三碘甲状原氨酸(T3),甲状腺素(T4),游离三碘甲状原氨酸(FT3),游离甲状腺素(FT4),促甲状腺激素(TSH),抗甲状腺球蛋白抗体(TG-Ab),抗甲状腺过氧化物酶抗体(TPO-Ab),
尿微量白蛋白,
 β 2 微球蛋白(β 2-MG),
淀粉酶(AMY)
过敏原检测(半定量)
鼻咽癌 EB 病毒抗体,
EB 病毒核酸测定,
骨碱性磷酸酶,
骨钙素(OSTEOC),
总 1 型胶原氨基端延长肽(TPINP),
 β 胶原特殊序列,
25 羟基维生素 D,
甲状旁腺激素(PTH)

免疫球蛋白 IgG,
免疫球蛋白 IgA,
免疫球蛋白 IgM,
补体 C3,
补体 C4,