

## Πως θα το αποκτήσετε

01

Επισκεφτείτε τον διατροφολόγο ή τον επαγγελματία υγείας σας για να πραγματοποιήσετε το Fagron NutriGen.

02

Συλλογή δείγματος DNA σύμφωνα με τις οδηγίες από τον επαγγελματία υγείας με βαμβακοφόρο στυλεό κατά την διάρκεια της επισκέψεως- αυτή η διαδικασία διαρκεί 1 λεπτό.

03

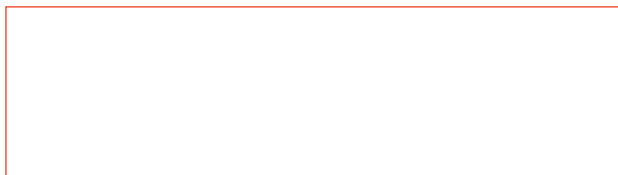
Συμπληρώστε το ερωτηματολόγιο που παρέχεται από τον επαγγελματία υγείας.

04

Εντός περίπου 5-6 εβδομάδων ο επαγγελματίας υγείας θα ενημερωθεί για τα αποτελέσματα ηλεκτρονικά.

05

Ακολουθήστε το προτεινόμενο εξατομικευμένο πρόγραμμα διατροφής σας.



### ΔΗΛΩΣΗ ΕΥΘΥΝΗΣ

Η Fagron Genomics, S.L.U. πραγματοποιεί γενετικές αναλύσεις, κατόπιν αιτήματος των επαγγελματιών υγείας, σε βιολογικά δείγματα ασθενών που έχουν ληφθεί από τους επαγγελματίες υγείας. Οι παρεχόμενες πληροφορίες δε θα πρέπει να χρησιμοποιηθούν ως υποκατάστατο ιατρικής διάγνωσης και θεραπείας, ούτε πρέπει να ερμηνεύονται με τον τρόπο αυτό. Μόνο οι επαγγελματίες υγείας μπορούν να αξιολογήσουν και να ερμηνεύσουν τα αποτελέσματα των εν λόγω αναλύσεων, με βάση την επαγγελματική γνώμη και κρίση τους, τα κλινικά αρχεία των ασθενών και άλλους σχετικούς παράγοντες και κατόπιν, υπό την ευθύνη τους, να παρέχουν διάγνωση ή συνταγογραφούμενη θεραπεία στον ασθενή. Για τους ανωτέρω λόγους η εταιρεία δεν αποδέχεται και δε φέρει καμία ευθύνη ή υποχρέωση, σε κάθε περίπτωση για τις συνταγές ή τις

πληροφορίες που περιέχονται στο παρόν και για οποιαδήποτε ερμηνεία των αποτελεσμάτων των αναλύσεων από τους επαγγελματίες υγείας. Η Fagron Genomics, S.L.U. επιφυλάσσεται ρητά σε οποιαδήποτε νομική ενέργεια σε περίπτωση ακατάλληλης, αμελής ή λανθασμένης χρήσης ή ερμηνείας των αποτελεσμάτων των αναλύσεων. Αποτελεί πλήρη ευθύνη του επαγγελματία υγείας που αιτείται την πραγματοποίηση της ανάλυσης να παράσχει στον ασθενή τις κατάλληλες γενετικές συμβουλές, όπως προβλέπεται από το νόμο 14/2007, της 3ης Ιουλίου, περί βιοϊατρικής έρευνας. Καθώς η Fagron Genomics, S.L.U. δεν έχει πρόσβαση στα προσωπικά δεδομένα που αφορούν τον ασθενή από τον οποίο λήφθηκε το δείγμα, είναι ευθύνη του επαγγελματία υγείας να συμμορφωθεί με τους ισχύοντες νόμους και κανονισμούς περί προστασίας προσωπικών δεδομένων."

Μαζί δημιουργούμε το μέλλον της εξατομικευμένης θεραπείας.



## Fagron NutriGen

Εξατομικευμένη γονιδιακή διατροφή

Fagron Hellas  
12 χλμ. Ε.Ο. Τρικάλων - Λάρισα  
Τ.Κ. 42100, Τ.Θ. 32, Τρίκαλα, Ελλάδα  
T +30 24310 83633-5, F +30 24310 83615

**Fagron**  
genomics

www.fagron.gr

**Fagron**  
genomics



# Fagron NutriGen

## Σωματικό βάρος

Η ρύθμιση του σωματικού βάρους είναι περίπλοκη διαδικασία και εξαρτάται από διάφορους παράγοντες.

Το υπέρβαρο και η παχυσαρκία μπορεί να αυξήσουν τον κίνδυνο εμφάνισης πολλών ασθενειών και προβλημάτων υγείας όπως διαβήτη, καρδιακών παθήσεων και ορισμένων μορφών καρκίνου.

## Παράγοντες που συμβάλλουν στην αύξηση του σωματικού βάρους

- Γενετική
- Ορμόνες
- Ενεργειακή πρόσληψη
- Φάρμακα
- Σωματική δραστηριότητα
- Στρες
- Τύπος διατροφής
- Άλλα

## Εξατομικευμένη διατροφή

Η **διατροφογενετική** μελετά τις διάφορες αποκρίσεις του σώματος (όπως βάρος, αρτηριακή πίεση, χοληστερόλη στο πλάσμα ή επίπεδα γλυκόζης) σε ένα συγκεκριμένο τύπο διαίτας (δίαιτες χαμηλής περιεκτικότητας σε λιπαρά ή μεσογειακή), ανάλογα με το γενετικό προφίλ του ατόμου.

Η **εξατομικευμένη διατροφή** είναι μια υγιεινή διατροφική σύσταση βασισμένη στην κατάσταση υγείας, τον τρόπο ζωής και το γενετικό προφίλ, χρησιμοποιώντας τις πληροφορίες που λαμβάνονται από τη διατροφογενετική.

Ένα εξατομικευμένο πρόγραμμα διατροφής βελτιώνει την αποτελεσματικότητα διαχείρισης του σωματικού βάρους

Πρόσφατη έρευνα δείχνει ότι έχουμε περισσότερα κίνητρα να ακολουθήσουμε μια πιο υγιεινή διατροφή και να διατηρήσουμε έναν πιο υγιεινό τρόπο ζωής όταν οι διατροφικές συμβουλές που παρέχονται είναι εξατομικευμένες και βασίζονται στο γενετικό μας προφίλ.<sup>1,2</sup>

1. Goordazi MO. Lancet Diabetes Endocrinol. 2018;6(3):223-236.  
2. Ordovas JM, et al. BMJ. 2018;13;361:bmj.k2173.

## Fagron NutriGen

Καινοτόμο **γενετικό τεστ** για **εξατομικευμένη διαχείριση σωματικού βάρους**, βασισμένο στην ανάλυση τόσο των γενετικών παραγόντων όσο και των λοιπών σχετικών χαρακτηριστικών των ασθενών.

## Τι αναλύεται;

Το Fagron NutriGen αναλύει τη γενετική σας προδιάθεση για:



## Το Fagron NutriGen ενδείκνυται για όσους:

- Θέλουν να καταλάβουν τον τρόπο με τον οποίο η γενετική επηρεάζει το σωματικό τους βάρος.
- Επιθυμούν να έχουν το βέλτιστο πρόγραμμα διατροφής σύμφωνα με τα χαρακτηριστικά του σώματός τους.
- Έχουν δοκιμάσει διαφορετικά προγράμματα διατροφής με λίγη ή καθόλου επιτυχία.

## Πλεονεκτήματα

- **Πλήρως εξατομικευμένο πρόγραμμα διατροφής**  
Θα λάβετε ένα πρόγραμμα διατροφής αποκλειστικά σχεδιασμένο για να σας βοηθήσει να επιτύχετε το στόχο σας.
- **Επεξήγηση γενετικών παραγόντων**  
Αναλύοντας 327 γενετικές παραλλαγές, θα λάβετε μια πλήρη αναφορά που θα σας βοηθήσει να κατανοήσετε καλύτερα το σώμα σας και θα σας κατευθύνει στο να του παρέχετε τα απαραίτητα θρεπτικά συστατικά που πραγματικά χρειάζεται.
- **Ειδική υποστήριξη**  
Ο επαγγελματίας υγείας σας θα έχει τώρα μια βαθιά κατανόηση των γενετικών σας χαρακτηριστικών και πως αυτά σχετίζονται με το σωματικό σας βάρος.
- **Εφάπαξ εξέταση**  
Τα αποτελέσματα που σχετίζονται με το γενετικό σας προφίλ δε θα αλλάξουν κατά τη διάρκεια της ζωής σας.



...GATGATCG...  
...ATCAGTCACTGACTGCA...  
...CATGCATGACGTATCGATC...  
...GATCGATCGATCAGTCACTGACTG...  
...GATCGATCACTGATCGATCGAT...  
...TCGATCGATCGATCGATCGATCGAT...  
...GATCGATCGATCGATCGATCGAT...  
...GAGTACTACGATGACTAGTACTG...  
...CATGCACTACTGATGCTAGTACTG...  
...GGATCACTGATCATCGACTGCGAT...  
...GATCGATCGATCGATCGATCGAT...  
...ACTGCACTACTGATGACTAGTACTG...  
...GATCGATCGATCGATCGATCGAT...  
...GATCGATCGATCGATCGATCGAT...  
...GATCGATCGATCGATCGATCGAT...  
...GATCGATCGATCGATCGATCGAT...  
...GATCGATCGATCGATCGATCGAT...