





## **Здоровое будущее**

**Цель:** Формирование новой парадигмы здоровья, в основе которой лежит активная профилактика, улучшение качества жизни и обеспечение активного долголетия. Здоровый образ жизни не предполагает жертв, а наоборот - оборачивается приобретёнными годами жизни и хорошим самочувствием.

**Источники проблем:** причины заболеваний кроются в ключевых дисбалансах организма: неправильное питание, дефициты необходимых организму веществ (витаминов, минералов, микроэлементов), инфекционные агенты, токсины, нарушение сна, неадекватные физические нагрузки, хронический стресс и психологические проблемы

**Результаты:** Ранняя и прогнозирующая диагностика заболеваний

Нормализация функции органов и систем

Снижение биологического возраста, омоложение организма

Повышение энергичности, работоспособности,  
стрессоустойчивости

## ***I этап – Составление генетического паспорта (4-5 недель)***

### *Генетический тест «ЛОТОС»*

- Генетические особенности ключевых параметров обмена веществ: Липидный обмен, Витамины, Гормональный обмен, Обмен веществ, влияющих на функцию мозга
- Особенности реакции на продукты питания: профилактика аллергических и иммунных расстройств, а также заболеваний, связанных с неправильным питанием.
- Особенности реакций на различные физические нагрузки, персонализированные рекомендации по типу, количеству, времени выполнения, дозированности нагрузок
- Наличие факторов риска/антириска для 114 многофакторных заболеваний
- Статус носительства 155 наследственных заболеваний
- Рекомендации по выбору и дозировке 66 лекарств

# Технологии



Из образца слюны пациента на автоматизированной лабораторной линии выделяется ДНК, амплифицируется и наносится на микрочип illumina, который производит мировой лидер в разработке молекулярно-генетических тест-систем

ДНК-МИКРОЧИП	550 000 полиморфизмов
СКАНЕР	iScan illumina
ЛАБОРАТОРИЯ	НИИ Физико-химической медицины ФМБА России, Москва

# 114 многофакторных заболеваний

Расчет рисков развития многофакторных заболеваний в соответствии с вкладом генетики и образа жизни

## Сердечно-сосудистая система

Аневризма брюшного отдела аорты

Фибрилляция предсердий

Синдром Бругада

Тромбоз глубоких вен и  
тромбоэмболия легочной артерии

Ишемическая болезнь сердца

Артериальная гипертензия

Гипертриглицеридемия

Гипертрофия миокарда левого  
желудочка

Синдром слабости синусового узла

Внезапная сердечная смерть

# Онкология

Расчет генетической предрасположенности к развитию некоторых наследственных и ненаследственных онкопатологий

Рак молочной железы  
Рак предстательной железы  
Рак яичника  
Рак легких  
Колоректальный рак  
Пищевод Барретта  
Рак мочевого пузыря  
Гепатоцеллюлярная карцинома  
Рак гортани  
Базальноклеточный рак кожи  
Меланома  
Рак поджелудочной железы  
Назофарингеальная карцинома

Глиома  
Менингиома  
В-клеточная неходжкинская лимфома  
Болезнь Ходжкина, нодулярный склероз  
Лимфома Ходжкина  
Хроническая миелопролиферативная болезнь  
Хронический лимфолейкоз  
Нейробластома  
Саркома Юинга  
Наследственные онкологические заболевания (BRCA1 и др.)

## ***II этап – Первичная диагностика***

### ***1) Прайм-тест***

### ***2) Основные жизненно необходимые и токсичные микроэлементы в крови***

### ***3) Анализ на дисбактериоз кишечника (микробиоту)***

### ***4) Скрининговое обследование:***

УЗИ (ОБП, почки, щитовидная железа)

Общий анализ крови + СОЭ, Альбумин, Общий белок

Функция почек: Креатинин, Мочевина, Мочевая к-та

Функция ПЖ и печени: Глюкоза, АЛТ, АСТ, Билирубин общий,  
Липидограмма

Признаки воспаления: Фибриноген, С-реактивный белок

Гормональный обмен: ТТГ, АТ-ТПО, Тестостерон, ФСГ, ЛГ

Общий анализ мочи



### ***III этап – Первичный детокс и антистресс***

Быстрое очищение основных и жизненно-важных органов и тканей организма: головного мозга, печени, почек, крови и лимфы

***Консультация терапевта/эндокринолога – курирующего  
врача***

Эндосфера - 3 процедуры, Массаж релаксационный – 2  
процедуры

Обертывание: детокс (водорослевое) – 2 процедуры, релакс  
(шоколадное) - 3 процедуры

### ***Курс детоксикационной терапии***

Элтацин (Глицин + Глутаминовая кислота + Цистин – антигипоксанты  
+ антиоксиданты) по 2 таб. 3 раза в день 14 дней

Берлитион 600мг/Тиоктацид 600 мг (Альфа-липоевая кислота –  
гепатопротектор, детоксикант) внутривенно капельно, 5 процедур

Мексидол 5% (антиоксидант) - внутривенно капельно, 5 процедур

Убихинон композитум 2,2 мл (коэнзим Q10 – антиоксидант) -  
внутримышечно 5 процедур

## ***IV этап***

### ***Рекомендации по результатам генетического теста Консультация терапевта/ эндокринолога***

- 1) Рекомендации по углубленному обследованию
- 2) Рекомендации по нормализации функции ЖКТ
- 3) Рекомендации по восстановлению баланса микроэлементов, витаминов, минералов
- 4) План детоксикационных мероприятий
- 5) Консультация психотерапевта с рекомендациями по генетическому тесту (психогенетика) + результатами опросника  
МОЗГ
- 6) Консультация диетолога: Разработка меню на основе физических и медицинских показателей + результатами опросника по питанию
- 7) Персональный тренер: Разработка индивидуальной методики и наполнения тренировки на основе физических и медицинских показателей

## ***Календарный план ЗОЖ-пакета***

**Первичная консультация личного врача  
(мотивация на приобретение ЗОЖ-пакета)**

**Генетический тест: 4-5 недель**

**Первичная диагностика: 3-4 дня**

**Первичный детокс и антистресс: в течение 5  
недель**

**Рекомендации по результатам обследования –  
V неделя**