



Fagron NutriGen™

Profesionální výživová doporučení

Prohlížíte si ukázkou analýzy Fagron NutriGen™. Názvy genů jsou skryty, protože jde o součást know-how společnosti FAGRON a.s.
Hodnoty v ukázce jsou náhodné.



Jméno pacienta — Patient FHIOS
Datum narození — 01-01-1980

Kód vzorku — NUT00001AA
Datum přijetí — 11-07-2019
Datum zpracování — 05-03-2020

Riziko nesnášenlivosti laktózy

- JEDEN NOSIČ MUTACE LAKTÓZOVÉ INTOLERANCE -



POPIS

Nesnášenlivost laktózy znamená, že tělo neprodukuje dostatek enzymu laktázy, který by zpracoval veškerou přijatou laktózu ve střevě. Částečně natrávená nebo nestrávená laktóza prochází do tlustého střeva, kde způsobuje typické příznaky: bolest, nadýmání břicha a průjem.

ŽÁDNÉ RIZIKO LAKTÓZOVÉ INTOLERANCE

Žádná intolerance laktózy.

JEDEN NOSIČ MUTACE LAKTÓZOVÉ INTOLERANCE

Jeden nosič mutací laktóзовé intolerance. Nižší schopnost trávit laktózu. Raději snižte příjem laktózy.

DVOJITÝ NOSIČ MUTACE LAKTÓZOVÉ INTOLERANCE

Dvojitý nosič mutace laktóзовé intolerance. Nižší schopnost trávit laktózu. Raději snižte nebo se vyhněte jídlu bohatému na laktózu.

INTOLERANCE LAKTÓZY

Nesnášenlivost laktózy. Přejděte na dietu bez laktózy.

NÁZEV GENU

POPIS

VÝSLEDKY



Střední tolerance laktózy.



Mírně zvýšené riziko intolerance laktózy. Omezte konzumaci mléčných výrobků v případě výskytu příznaků nesnášenlivosti.



A top-down view of various dairy products arranged on a light-colored surface. In the top right, there is a blue wooden crate containing several white eggs. Below the eggs, a glass bowl is filled with soft, white, curdled cheese, garnished with a single green basil leaf. To the left of the bowl is a white ceramic pitcher filled with a light-colored, frothy beverage. In the center, two glass bottles of milk are visible, one slightly behind the other, both with white caps and tied with a piece of twine. To the right of the bottles is a glass of milk. In the bottom right, a round wheel of cheese is partially sliced, with a knife resting on it. Below the wheel, there are several small glass jars containing different types of cheese or spreads, some with white lids and some with brown lids. A small white bowl filled with small, round cheese balls is also visible. The overall composition is clean and bright, with a focus on natural dairy products.

PŘÍZNAKY NESNÁŠENLIVOSTI LAKTÓZY

Pokud pociťujete následující příznaky, je vhodné vynechat ze své stravy co nejvíce mléčných výrobků.

Hlavní příznaky po požití mléčných výrobků

- ▶ Nevolnosti
- ▶ Bolesti břicha
- ▶ Křeče
- ▶ Nadýmání
- ▶ Plynatost
- ▶ Průjem
- ▶ Zvracení

Další nespecifické příznaky způsobené změnami střevní sliznice

- ▶ Úbytek hmotnosti
- ▶ Únava
- ▶ Bolest končetin
- ▶ Kožní problémy
- ▶ Poruchy pozornosti
- ▶ Nervozita
- ▶ Poruchy spánku

Metabolismus alkoholu

- SNÍŽENÝ METABOLIZMUS ALKOHOLU -**POPIS**

Analyzuje se genetická schopnost metabolizovat alkoholické nápoje. Výsledky ukazují možné toxické účinky a závažnost příjmu alkoholu.

NORMÁLNÍ METABOLIZMUS ALKOHOLU

Normální riziko alkoholové toxicity v důsledku normálního metabolismu.

STŘEDNĚ-NORMÁLNÍ METABOLIZMUS ALKOHOLU

Mírné riziko alkoholové toxicity v důsledku mírně zpomaleného metabolismu.

STŘEDNĚ-SNÍŽENÝ METABOLIZMUS ALKOHOLU

Středně vysoké riziko alkoholové toxicity v důsledku pomalého metabolismu.

SNÍŽENÝ METABOLIZMUS ALKOHOLU

Vysoké riziko alkoholové toxicity v důsledku pomalého metabolismu.

**NÁZEV
GENU****POPIS****VÝSLEDKY**

Velmi snížená schopnost metabolizovat alkohol. Jeho konzumace může vést k začervenání v obličeji a šíji, případně vážnější dehydrující, až agresivní kocovině.



Riziko nesnášenlivosti lepku

- STŘEDNĚ NÍZKÉ RIZIKO INTOLERANCE LEPKU -



POPIS

Lepek je bílkovina, která se vyskytuje především v pšenici, ječmenu a žitu. Pokud osoba trpí nesnášenlivostí lepku, může tento protein způsobit zažívací potíže jako je plynatost, bolest břicha nebo průjem. Nesnášenlivost lepku je někdy zaměňována s celiakií nebo je považována za potravinovou alergii. Přestože vyhýbání se určitým potravinám je léčebnou strategií pro všechny tři tyto onemocnění, nejedná se o stejné podmínky. Potravinové nesnášenlivosti, jako je ta na lepek, postihují trávicí systém. Při alergii na potraviny imunitní systém nepřiměřeně reaguje na potravinu a způsobuje symptomy, které jsou potenciálně závažné nebo, v extrémních případech, život ohrožující. Celiakie je dědičná autoimunitní porucha, která poškozuje funkci tenkého střeva.

ŽÁDNÉ RIZIKO INTOLERANCE LEPKU

Žádná intolerance lepku.

STŘEDNĚ NÍZKÉ RIZIKO INTOLERANCE LEPKU

Nosič mutací intolerance lepku. Nižší schopnost trávit lepek. Raději snižte příjem lepku.

STŘEDNĚ VYSOKÉ RIZIKO INTOLERANCE LEPKU

Nosič mutací intolerance lepku. Nižší schopnost trávit lepek. Raději zredukujte nebo se vyhněte potravinám obsahujícím lepek.

INTOLERANCE LEPKU

Nesnášenlivost na lepek. Přejděte na bezlepkovou dietu na několik měsíců a vyhodnoťte zdravotní stav.

NÁZEV GENU

POPIS

VÝSLEDKY

█	Normální riziko celiakie.	█ █ █
█	Střední riziko celiakie; █	█ █ █
█	Zvýšené riziko celiakie (nesnášenlivost lepku).	█ █ █
█	Normální riziko celiakie.	█ █ █
█	Normální riziko celiakie.	█ █ █
█	Normální riziko celiakie.	█ █ █

Metabolismus kofeinu

- RYCHLÝ METABOLISMUS KOFEINU -

POPIS

Metabolismus kofeinu. Pomalejší metabolismus znamená, že degradace kofeinu bude trvat déle, a proto jeho účinky budou patrnější. Existuje však riziko pocitu úzkosti v důsledku nadměrné spotřeby kofeinu. Na druhou stranu, rychlejší metabolismus znamená, že pacient bude mít sklon zvyšovat konzumaci, aby získal stejné stimulační účinky, jelikož kofein se bude rychleji rozkládat.

POMALÝ METABOLISMUS KOFEINU

Velmi pomalý metabolismus kofeinu: kofein v těle vydrží déle. Při nadbytku kofeinu opatrně.

STŘEDNĚ POMALÝ METABOLISMUS KOFEINU

Pomalý metabolismus kofeinu: kofein v těle vydrží déle. Při nadbytku kofeinu opatrně.

STŘEDNĚ RYCHLÝ METABOLISMUS KOFEINU

Střední metabolismus kofeinu.

RYCHLÝ METABOLISMUS KOFEINU

Rychlý metabolismus kofeinu a zvýšená chuť na kávu pro pocit uspokojení.

NÁZEV GENU

POPIS

VÝSLEDKY



Normální touha po příjmu kofeinu.



Pomalý metabolismus kofeinu. Kofein bude mít delší stimulační účinek. Pozor při vysoké spotřebě kávy.



Riziko nesnášenlivosti fruktózy

- DVOJITÝ NOSIČ MUTACE INTOLERANCÍ FRUKTÓZY -

POPIS

Fruktózová malabsorpce nebo nesnášenlivost fruktózy v potravě nastává, když buňky na povrchu střev nejsou schopny účinně odbourávat fruktózu. Fruktóza je jednoduchý cukr, známý jako monosacharid, který pochází většinou z ovoce a zeleniny. Nachází se také v medu, agávovém sirupu a mnoha zpracovaných potravinách, které obsahují přidané cukry. Mezi příznaky malabsorpce / intolerance fruktózy patří mimo jiné nauzea (pocit na zvracení), bolest břicha, průjem, zvracení a chronická únava.

ŽÁDNÉ RIZIKO INTOLERANCÍ FRUKTÓZY

Žádná intolerance fruktózy.

JEDEN NOSIČ MUTACE INTOLERANCÍ FRUKTÓZY

Jeden nosič mutací intolerance fruktózy. Nižší schopnost trávit fruktózu. Raději snižte příjem fruktózy.

DVOJITÝ NOSIČ MUTACE INTOLERANCÍ FRUKTÓZY

Dvojitý nosič mutací intolerance fruktózy. Nižší schopnost trávit fruktózu. Raději zredukujte nebo se vyhněte potravinám bohatým na fruktózu.

INTOLERANCE FRUKTÓZY

Fruktózová intolerance. Přejděte na dietu bez fruktózy.

NÁZEV GENU

POPIS

VÝSLEDKY



Vysoké riziko dědičné intolerance fruktózy.



Žádná predispozice k rozvoji intolerance fruktózy.



Účinnost nízkokalorické diety

- STŘEDNĚ NÍZKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOKALORICKÉ DIETY -



POPIS

V této kategorii je analyzován celý soubor genů souvisejících s očekávanou účinností nízkokalorické stravy.

VELMI NÍZKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOKALORICKÉ DIETY

Čistě nízkokalorická strava nemusí být nejlepší volbou pro hubnutí.

STŘEDNĚ NÍZKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOKALORICKÉ DIETY

Čistě nízkokalorická strava nemusí být nejlepší volbou pro hubnutí. Snížení příjmu kalorií však může být prospěšné.

STŘEDNĚ VYSOKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOKALORICKÉ DIETY

Nízkokalorická strava může být jednou z nejlepších možností pro hubnutí. Pokuste se dramaticky snížit příjem kalorií.

VYSOKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOKALORICKÉ DIETY

Očekávaná účinnost nízkokalorické stravy je vysoká. Důrazně se doporučuje ji dodržovat.

NÁZEV GENU

POPIS

VÝSLEDKY

██████	Nízká odezva na hubnutí pomocí nízkokalorické diety.	██████████
██████	Střední odezva na hubnutí pomocí nízkokalorické diety.	██████████
██████	Slabá odezva na diety s omezeným obsahem kalorií.	██████████
██████	Nízká reakce na diety s omezeným obsahem kalorií.	██████████
██████	Střední odezva na hubnutí pomocí nízkokalorické diety.	██████████
██████	Slabá odezva na diety s omezením kalorií při hubnutí.	██████████

Účinnost diety s nízkým obsahem sacharidů

- STŘEDNĚ VYSOKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOSACHARIDOVÉ DIETY -



POPIS

V této kategorii je analyzován celý soubor genů souvisejících s očekávanou účinností diety s nízkým obsahem sacharidů.

VELMI NÍZKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOSACHARIDOVÉ DIETY

Čistě nízkosacharidová strava nemusí být nejlepší volbou pro hubnutí.

STŘEDNĚ NÍZKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOSACHARIDOVÉ DIETY

Čistě nízkosacharidová strava nemusí být nejlepší volbou pro hubnutí. Snížení příjmu sacharidů však může být prospěšné.

STŘEDNĚ VYSOKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOSACHARIDOVÉ DIETY

Dieta s nízkým obsahem sacharidů může být jednou z nejlepších možností pro hubnutí. Pokuste se dramaticky snížit příjem sacharidů.

VYSOKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOSACHARIDOVÉ DIETY

Očekávaná účinnost diety s nízkým obsahem sacharidů je vysoká. Důrazně se doporučuje ji dodržovat.

NÁZEV GENU

POPIS

VÝSLEDKY

█	Vysoká odezva na hubnutí pomocí diet s omezeným obsahem sacharidů.	█ █ █
█	Slabá odezva na hubnutí pomocí diet s omezeným obsahem sacharidů.	█ █ █
█	Střední odezva na hubnutí pomocí diet s omezeným obsahem sacharidů.	█ █ █
█	Vysoká odezva na hubnutí pomocí diet s omezeným obsahem sacharidů.	█ █ █
█	Vysoká odezva na nízkosacharidové diety při hubnutí.	█ █ █

Účinnost nízkotučné diety

- STŘEDNĚ VYSOKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOTUČNÉ DIETY -



POPIS

V této kategorii je analyzován celý soubor genů souvisejících s očekávanou účinností diety s nízkým obsahem tuků.

VELMI NÍZKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOTUČNÉ DIETY

Čistě nízkotučná strava nemusí být nejlepší volbou pro hubnutí.

STŘEDNĚ NÍZKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOTUČNÉ DIETY

Čistě nízkotučná strava nemusí být nejlepší volbou pro hubnutí. Snížení příjmu tuků však může být prospěšné.

STŘEDNĚ VYSOKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOTUČNÉ DIETY

Nízkotučné diety mohou být jednou z nejlepších možností hubnutí. Pokuste se dramaticky snížit příjem tuku.

VYSOKÉ OČEKÁVANÉ PŘÍNOSY NÍZKOTUČNÉ DIETY

Očekávaná účinnost diety s nízkým obsahem tuku je vysoká. Důrazně se doporučuje ji dodržovat.

NÁZEV GENU

POPIS

VÝSLEDKY

██████	Vysoká odezva na hubnutí pomocí nízkotučné diety.	
██████	Vyšší odezva na hubnutí při nízkotučné dietě.	
██████	Slabá odezva na hubnutí pomocí nízkotučných diet.	
██████	Slabá odezva na hubnutí pomocí nízkotučných diet.	
██████	Střední odezva na hubnutí pomocí nízkotučných diet.	
██████	Vysoká odezva na hubnutí pomocí nízkotučných diet.	
██████	Střední odezva na hubnutí pomocí nízkotučných diet.	