



## 2008 trendi: Genetik analiz

M-Onep "Genetik analiz uygulaması"yla uzun ve kaliteli bir yaşamın kapılarını aralamaya destek oluyor. Yoksa siz hâlâ genetik analiz uygulamanızı yaptırmadınız mı?

**T**rend belirlemede önemli bir isim olan Marian Salzman'ın ("metroseksüel" gibi birçok terimin yaratıcısı) 2008 trendleri arasında yer verdiği genetik testler sayesinde, kişilerin hangi hastalıklara eğimli olduğu önceden anlaşılabilir. Teknoloji sayesinde hızla gelişen tıp, çaresi olmayan hastalıklara çözüm bulurken, her daim genç ve güzel kalabilmenin sırlarını keşfediyor. Tıp, her geçen gün hastalıkları tamamen engelleyebilme noktasına yaklaşırken, özellikle genetik testler sayesinde kişinin hangi hastalıklara yatkın olduğu saptanarak, doğru beslenme ve etkili önlemler alınması sayesinde olası tüm hastalıkların önlenmesine ve tedavisine destek oluyor. Genetik testlerin 2008 yılına damga vuracağını iddia eden günümüzün en önemli ve ünlü trendsetleri Marian Salzman, DNA teknolojisinin fiyatı azaldıkça, testlerin kolaylaşacağını, yaptırmak isteyenlerin sayısının artacağını ve televizyonlarda DNA testi reklamlarına hazır olmamız gerektiğini söylüyor. Trendleri yakından takip ediyorsanız ve sağlığımızın kod numaralarını öğrenerek kaliteli bir yaşama adım atmak istiyorsanız M-Onep Estetik ve Güzellik Merkezi'nde genetik analizinizi yaptırtıp hangi hastalıklara yatkın olduğunuzu ve size özel önlem paketini içeren raporunuzu, konu ile ilgili uzmanlardan öğrenebiliyorsunuz. Daha doğrusu, hayatınızı sağlıklı yaşamak için önemli bir adım atabiliyorsunuz.

### KİŞİYE ÖZEL UYGULAMA

M-Onep Estetik ve Güzellik Merkezi uzmanlarından Dr. Hale Taşgın merak ettiğimiz genetik analiz uygulamasını anlattı. "Genetik analiz, kaliteli bir yaşam sürmeyi hedefleyen, genetik özellikler, yaşam alışkanlıklarının etkilerine bağlı olarak karşılaşılabilecek olası problemleri önceden tespit etmek isteyen herkese uygulanabilecek kişiye özel bir analiz raporu ve sunumudur. M-Onep güzellik merkezlerinde uyguladığımız analiz ile, genetik olarak taşınan olumsuz özellikleri kader olmaktan çıkarıyoruz. Genetik analiz, bireyin genetik yapısı doğrultusunda optimum sağlığa ulaşabilmesi için bireye, hekimine, diyetisyenine, egzersiz danışmanına yardımcı olmak üzere yapıyor. İnsan genomunun moleküler özelliklerini, tıp, epidemiyoloji, biyokimya, beslenme, diyetetik, spor fizyolojisi, istatistik bilimlerindeki ve bilgi teknolojilerindeki son gelişmeleri kullanarak tamamen kişiye özel optimum yaşam planı olarak hizmete sunuyor." Genetik analiz, kronik ve kompleks hastalıklarla yatkınlığa yol açan 5 temel alanda kişinin yatkınlığını ve direncini etkileyecek genetik polimorfizmlerinizi ortaya koyarken, testi yapıldığı sıradaki beslenme-yaşam tarzı alışkanlıklarının ışığı altında değerlendiriyor. Bu değerlendirme sonucunda beslenme, fiziksel aktivite ve yaşam tarzının, nasıl düzenlenmesi gerektiği konusunda detaylı bilgiler veriyor. Dr. Hale Taşgın, genetik analizde ele alınan 5 temel alan olduğunu anlatıyor: "Antioksidan ve Detoksifikasyon Mekaniz-

malarının Yetersizliğinin Yol Açabileceği Hastalıklar, İnflamatuvar Mekanizmaların Yol Açabileceği Hastalıklar, Kalp - Damar ve Beyin - Damar Hastalıkları, İnsülin Direncinin Yol Açabileceği Hastalıklar (Özellikle Diyabet) ve Kemik Hastalıkları (Özellikle Osteoporoz)"

### NASIL UYGULANIYOR?

İki adet minik pamuklu çubuğun her iki yanının iç kısımlarına birer dakika sürülmesi suretiyle alınan doku örneği Hacettepe Üniversitesi (HÜ) Teknokenti'nde bulunan, GENAR Biyoteknoloji ve Moleküler Genetik Laboratuvarları'nda yüksek teknolojik yöntemler kullanılarak analiz ediliyor. Basitçe uygulanan genetik analizlerinin doğruluk oranı yüzde 99,99. Dr. Hale Taşgın genetik analizi kimlerin

yaptırabileceği ile ilgili bir sorumu da şöyle cevaplıyor: "Genetik analizi beden kitle endeksi 27'nin altında olanlardan, kilo vermek isteyen 18 yaş üzerindeki kişilerden, beden kitle endeksi 27'nin üzerinde olup obezite ve obezitenin getireceği potansiyel hastalık riskiyle karşı karşıya olanlara 3-6 yaş arasındaki çocuğunun gelecekte karşılaşacağı olası problemleri önceden bilmek isteyen ebeveynlerden, gençlikten yetişkinliğe geçmekte olan 7-17 yaş arası çocuklarının karşılaşılabileceği sağlık problemlerini bilmek isteyen ebeveynlere kadar herkes yaptırabilir." Genetik analizle potansiyel ve risk oluşturabilecek tüm hastalıklar önceden tespit edilip, kişiye özel hazırlanacak optimum sağlıklı yaşamla ilgili bir rapor, uzman doktor tarafından iki saatlik bir zaman diliminde açıklanıyor.

### M-ONEP'te uygulanan genetik analizler

*Her yaş grubu ve cinsten rahatlıkla uygulanan bu testlerde kişinin yaşına göre ve beden kitle indeksine göre farklılık gösterecek ilave testler uygulanıyor.*

**Genetik Analiz Vital:** Beden kitle endeksi 27'nin altında olup, kilo vermek isteyen, 18 yaş üzerinde, uzun ve kaliteli bir yaşam amaçlayan bireyler için; kompleks hastalıklara yönelik 5 sağlık alanındaki temel genlerin, yaşam tarzı ve beslenme alışkanlıklarının incelenmesinde uygulanıyor. İncelenen genetik özellik sayısı 24. Test, her iki yanaktan pamuklu bir çubuğun sürülmesiyle alınan, ağız içi mukozası doku örneğiyle, kişisel bilgi ve değerlendirme, antropometrik ölçümler göz önünde bulundurularak yapılıyor.

**Genetik Analiz Vital rapor içeriği:** Analiz edilen genlerin ilgili oldukları sağlık alanında, hastalıklara yatkınlık ya da direncin olup olmadığı tespit ediliyor. Danışanın yatkınlık gösterdiği alanlarla ilgili, hastalıklara yakalanmaması için yapması gerekenler, beslenmesini düzenleyerek, ihtiyacı olan vitamin mineral ve diğer besin desteklerini, gerekli miktarlarda almasını sağlayarak, fiziksel aktivite ihtiyacını ve düzeyini ayarlayarak optimum yaşam planı olarak sunuluyor. Rapor, genetik analiz yetkili hekimi ve diyetisyeni tarafından kişiye açıklanıyor. Dört hafta içerisinde alınan sonuçların açıklanması en az iki saatlik bir zaman dilimini alıyor.

**Genetik Analiz Healthy Weight:** Beden kitle endeksi 27 üzerinde olan, obezite, obeziteden kaynaklanabilecek potansiyel hastalıklara yatkınlık analizi ve obezite tedavisine bünyenin vereceği yanıtın araştırılmasında uygulanır. İncelenen genetik özellik sayısı 39. Test, kan örneği, tam idrar örneği, antropometrik ölçümler, kişisel bilgi ve değerlendirmeler göz önünde bulundurularak yapılıyor.

**Genetik Analiz Healthy Weight rapor içeriği:** Obeziteyle ilgili genlerin analiz sonuçları, obezite ve obeziteden kaynaklanabilecek olası rahatsızlıkların önlenmesine yönelik optimum vücut planını içeriyor. Plan kapsamında, yaşam alışkanlıklarının düzenlenmesi, kişiye özgü beslenme planı, kişiye özgü vitamin mineraller, besin takviyesi desteği ve fiziksel aktivite programı bulunuyor. Ra-

por, genetik analiz yetkili hekimi ve diyetisyeni tarafından kişiye açıklanıyor. Sonuçlar sekiz hafta içerisinde alınıyor.

**Genetik Analiz Kid:** 3-6 yaş arasındaki çocuklar için, çocukların kompleks hastalıklara yönelik 5 sağlık alanındaki temel genlerin incelenmesinde uygulanıyor. Bu uygulamada incelenen genetik özellik sayısı 22. Test, her iki yanaktan pamuklu bir çubuğun sürülmesiyle alınan, ağız içi mukozası doku örneğiyle yapılıyor.

**Genetik Analiz Kid rapor içeriği:** Analiz edilen genlerin ilgili oldukları sağlık alanında, hastalıklara yatkınlık ya da direncin olup olmadığı tespit ediliyor. Rapor, çocuğun ebeveynine genetik analiz yetkili hekimi ve diyetisyeni tarafından açıklanıyor. Sonuçlar dört hafta içinde alınıyor.

**Genetik Analiz Junior:** 7-17 yaş arasındaki sağlıklı çocuklar ve gençler için uygulanıyor. Sağlıklı çocukların ve gençlerin kompleks hastalıklara yönelik 5 sağlık alanındaki temel genlerin, yaşam tarzı ve beslenme alışkanlıklarının incelenmesinde uygulanıyor. Bu uygulamada incelenen genetik özellik sayısı 22. Test, her iki yanaktan pamuklu bir çubuğun sürülmesiyle alınan, ağız içi mukozası doku örneğiyle, kişisel bilgi ve değerlendirme, antropometrik ölçümler göz önünde bulundurularak yapılıyor.

**Genetik Analiz Junior rapor içeriği:** Analiz edilen genlerin ilgili oldukları sağlık alanında, hastalıklara yatkınlık ya da direncin olup olmadığı tespit ediliyor. Danışanın yatkınlık gösterdiği alanlarla ilgili, hastalıklara yakalanmaması için yapması gerekenler, beslenmesini düzenleyerek, ihtiyacı olan vitamin mineral ve diğer besin desteklerini, gerekli miktarlarda almasını sağlayarak, ve fiziksel aktivite ihtiyacını ve düzeyini ayarlayarak optimum yaşam planı olarak sunuluyor. Dört haftada içinde alınan sonuçlar, çocuğun kendisi ve ebeveynine genetik analiz yetkili hekimi ve diyetisyeni tarafından açıklanıyor.