

Örnek ID :  
Örnek Tipi: Buccal Swab  
İstek Yapan Doktor:

Örnek Alım Tarihi:  
Örnek Kabul Tarihi:  
Raporlama Tarihi:

Diyet ID:  
FAT TRIMMER

Egzersiz ID:  
HIGH MET  
(Yüksek Yoğunluk)

**Sonuç:**

KİLO YÖNETİMİ genetik testi sonucu: (**Fat Trimmer**) + (**High MET**)

**Yorum:**

**(Fat Trimmer) Yağ Kısıtlamasına Duyarlı**

Bu gruptakilerde diyetle alınan yağın bağırsaklardan emilimi daha fazladır. Bununla birlikte yağ metabolizmaları da daha yavaştır. Bu grup hızlı bir şekilde kilo almaya yatkındırlar. Klinik çalışmalar diyetle alınan yağ miktarının azaltılması sonucunda kilo vermenin mümkün olduğunu göstermiştir. Buna ek olarak, azaltılmış yağlı bir diyet kompozisyonunda doymuş yağları tekli doymamış yağlar ile değiştirerek daha sağlıklı bir yağ dağılımı elde etmek mümkündür. Bu diyet sayesinde vücudun karbohidrat ve yağları metabolize etme kabiliyeti artmaktadır.

**(High MET) Yüksek Yoğunluktaki Egzersize Duyarlı**

Bu genetik yapıya sahip kişiler, fiziksel aktivite sonucunda beklenenden daha az miktarda vücut yağlarını parçalayabilirler. Bu grup, MOD MET grubuna göre, egzersiz ile daha az kilo kaybederler. Enerji sağlamak ve zayıflamak amacıyla yağ metabolizmasını aktive edebilmek için çok daha fazla egzersize ihtiyaç duyarlar. Ayrıca bu kişilerin kilo vermesi ve ağırlığını ideal seviyede tutabilmesi için düzenli bir egzersiz programına ihtiyaçları vardır.

Bu test Interleukin Genetics Inc. Laboratuvarları tarafından geliştirilmiş olup tüm değerlendirmeleri yapılmıştır. Tüm test işlemleri CLIA (U.S Clinical Laboratory Improvement Amendent) sertifikalı Interleukin Genetics Inc. Laboratuvarında gerçekleştirilmiştir.

**Genotipleriniz:**

DNA Varyasyonu	FAB2 (A54T)	PARG (P12A)	ADRB3 (R16G)	ADRB2 (Q27E)
Genotip				

Bir Sonraki Adımımız: