

# Ting du kan få svar på gjennom en gentest!

Nedenfor kan du lese noen få (det finnes nemlig mange!) eksempler på hvilke områder du kan få nyttig informasjon som man **kun** kan få igjennom en gentest:

## Metylering

Metylering er avgjørende for en optimal funksjon i alle celler. Både cellefornyelse, cellebeskyttelse, og som faktor ved flere konverteringsprosesser. Har pasienten økt sensitivitet mot medisiner, kosttilskudd eller miljøgifter? Tåler vedkommende mindre og mindre av ytre påvirkning? Er det tendens til alvorlige sykdommer i pasientens familie, så er det viktig å kartlegge metyleringsfunksjonen for å kunne forebygge. Listen er lang, over sykdommer og plager som kan oppstå dersom metyleringen ikke fungerer som den skal. MEN – du vil lære konkret hva som kan gjøres!

## Inflammasjoner

Har du en pasient som hele tiden får nye inflammasjoner eller som har problemer med å få bukt med kroniske inflammasjoner? Testen vurderer CRP, TNF- $\alpha$  og IL-6 som alle tre (med de rette kombinasjonene i genene) bidrar til inflammasjon. Du får konkrete tips om hva som motvirker uheldige disponeringer i disse genene.

## Koffein sensitivitet

Har du en pasient som virkelig sliter med søvnmønsteret? Da kan det kanskje være fordi vedkommende har en langsom nedbrytning (halveringstid) av koffein. En med god nedbrytning vil f.eks kunne halvere mengden koffein i kroppen på 6-8 timer, mens en med dårlig nedbrytningsevne må bruke 18-22 timer på å halvere den samme mengden koffein. Når vi vet hvor mange timer det er i døgnet, er det kanskje ikke noen god ide å drikke kaffe i det hele tatt for de som har dårlig nedbrytningsevne.

## Vektkontroll

Har du en pasient som sliter med å holde vekten, gå ned i vekt eller unngå å gå opp i vekt etter en «flink» periode? I gjennom gentesten vil du få konkret informasjon om en person faktisk er egnet for et høyfett kosthold, eller om dette bidrar til vektøkning/opprettelse av overvekt for nettopp denne personen. Du får også detaljert informasjon om et lavkarbo kosthold er nødvendig. Den enkelte får informasjon om hva slags kosthold som vil bidra til å holde vekten i sjakk.

## Spørsmål som blir besvart gjennom en gentest:

Hvordan er pasientens evne til å avgifte (Fase I og Fase II i lever)? Danner pasienten D-vitamin fra sollys, og tar vedkommende opp nok fra maten? (Vi måler flere vitaminer på samme måte). Er pasienten disponert for diabetes eller hjerte-kar sykdom? Hva kan gjøres for å motvirke det? Hvordan er din pasient rustet til å beskytte sine celler mot oksidativt stress? Dette og MYE mer!

**«Vær oppmerksom på den store motivasjonsfaktoren dette bidrar til, for å kunne gjennomføre en varig endring av livsstil. Det å vite hva som skal til for at nettopp din pasients gener ikke skal komme til uttrykk på en gal måte».**