

遺伝的体質から生活習慣病のリスクを予測 サインポスト遺伝子検査



<サインポスト遺伝子検査とは？>

- ◆ 保有遺伝子を解析し生活習慣の遺伝的リスクを判定する検査
- 70種類の遺伝子の保有状況を測定
(日本人10,000症例以上のデータと比較)
- 14項目の生活習慣の遺伝的リスクを判定
- 保有遺伝子に基づくアドバイス付報告書

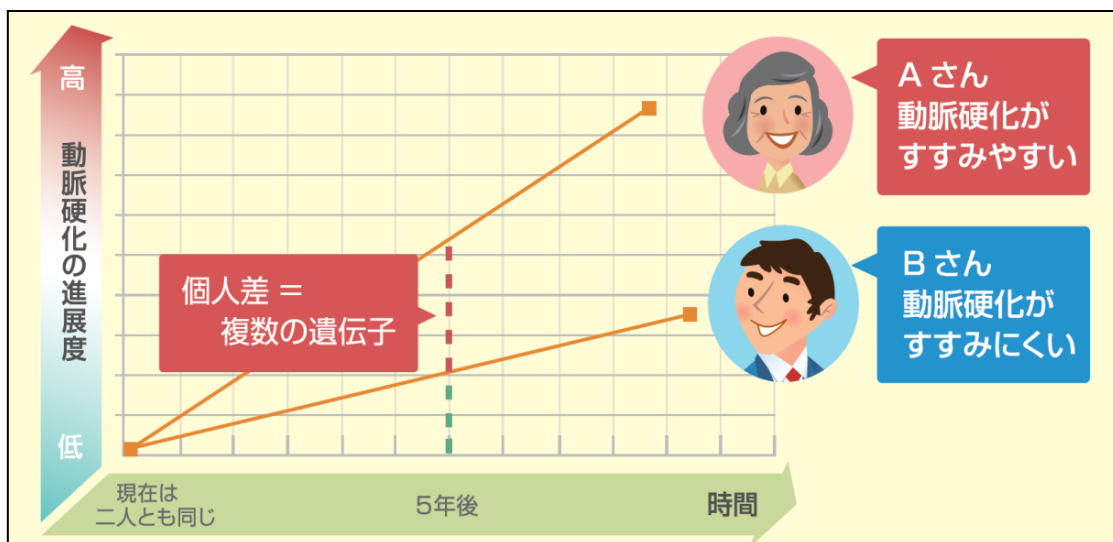
個々人の遺伝的リスクに基づく
ライフスタイル・生活習慣を提案

生活習慣病の予防・重症化予防。
「オーダーメイド医療」の実現へ

<サインポスト遺伝子検査のメリット>

疾患は遺伝要因と環境要因の双方の影響によって発症の有無やその程度が決まると言われています。例えば、メタボリックシンドロームを指摘されたAさんとBさんが、同じ食事や運動を行っていたとしても、遺伝子のわずかな違いによって、将来の動脈硬化の進みややすさには大きな違いが出ます。

サインポスト遺伝子検査は、このような「遺伝的な要因」を調べることで、「どんな病気にかかりやすい体質か」、「どのようなライフスタイル、食生活が適しているのか」を知ることが出来る遺伝子検査です。



サインポスト遺伝子検査で『遺伝的要因』を認知し、
『環境要因』を意識した生活を送ることが生活習慣病の予防につながります。

<報告レポートイメージ>

報告書形式にて14分野の遺伝的リスクの解析結果、
ならびに疾病予防のための個々人の遺伝的リスクに基づいたライフスタイル・生活習慣を提案致します。



報告書の詳細は、
こちらからご覧いただけます。

肥満 レベル5 (強い)

日本 一部の肥満に関する遺伝的リスク数は合計数=8個です。
遺伝的にはよりやすい体質です。

肥満関連遺伝子の測定結果

遺伝子	測定遺伝子	遺伝子の主な働き	遺伝子型	日本人の割合
β2AR	脂肪を分解させるβ2AR (アドレナリン) の働きが強く、脂肪の燃焼が150kcal増える。また、内臓脂肪が蓄積されやすい。おなかまわりに脂肪が付きやすい。	Ad	76%	
UCP1	脂肪を燃焼させるUCP1 が強く、基礎代謝量が50kcal増える。また、内臓脂肪が蓄積されやすい。おなかまわりに脂肪が付きやすい。	C/C	78%	
β2AR	脂肪を燃焼させるβ2AR (アドレナリン) の働きが強く、基礎代謝量が50kcal増える。また、内臓脂肪が蓄積されやすい。おなかまわりに脂肪が付きやすい。	C/C	78%	
UCP2	脂肪を分解、燃焼させるUCP2 が強く、内臓脂肪、皮下脂肪の蓄積がしやすい。	C/C	78%	
FTO	食欲調節に関連している遺伝子の働きが強く、食事の摂取量が増える傾向にあり、また、脂肪細胞の燃焼効率が低下し、皮下脂肪が蓄積されやすい。	T/T	78%	
MTFR9	食欲調節に関連している遺伝子の働きが強く、肥満になりやすい。	C/C	78%	
LEP	食欲調節に関連している遺伝子LEPの働きが強く、肥満になりやすい。	C/C	78%	

現在、太りすぎ (BMI値: 27.6) です。内臓脂肪、皮下脂肪ともに数値が高く、総合的にみると日あたり250 kcalほど基礎代謝量が少ない体質です。
250 kcalは、1日消費する約20分の消費カロリーに相当します。
あなたの目標体重(60.0 kg)を維持するための消費カロリーは、一日あたり1,310 kcalです。

● 遺伝子、生活習慣が遺伝的リスクを決定する。遺伝的リスクを減らすには、生活習慣の改善が必要です。

● 遺伝子からおすすめ的生活習慣

- 栄養素: しからニシソ、オメガ3脂肪酸、コエンザイムQ10、ビタミンB1
- 運動: 有酸素運動、筋トレ、水泳
- ライフスタイル: ディエット、睡眠不足を避ける

肥満に関するアドバイス

脂肪の分解と燃焼について理解しましょう
脂肪の分解と燃焼は異なる働きです。
下の図のように脂肪は、①分解される→②必要栄養素を利用して燃焼される→③エネルギーとなる、の順番で判断されます。

あなたは「β2AR」遺伝子、「β2AR」遺伝子を保有していますので、脂肪分解の働きは苦手な体質です。そして「UCP1」遺伝子を保有しているため、脂肪燃焼も苦手な体質です。
脂肪を分解させるには、アドレナリンを分泌させる必要があります。
アドレナリンを分泌させるには、「カフェイン」の摂取、もしくは運動などで身体を動かす必要があります。
「カルニチン」、「ビタミンB1」、「コエンザイムQ10」は、脂肪燃焼に不可欠な栄養素です。

① 分解: アドレナリン分泌 → ② 燃焼: しからニシソ、ビタミンB1、コエンザイムQ10 → ③ エネルギー

あなたは「β2AR」遺伝子、「UCP1」遺伝子を保有していますので、内臓脂肪が付きやすく、おなかまわりに脂肪が付きやすい体質です。
内臓脂肪を減らすエネルギーとして活用する「有酸素運動」は、とても効果的です。

食事をゆっくりと摂りましょう
「LEP」遺伝子を保有しておられるので食欲の調節が行われにくい体質です。
十分な食事をゆっくりと摂ることで食欲の調節を受け、食事量が減少することが期待されます。
食事の調節を良くするように努めましょう。

日本 一部の【推奨される栄養素一覧】

DHA/EPA	魚油、魚肝油、魚の目、魚の皮、魚の骨、魚の頭、魚の尾、魚の骨髄、魚の骨髄油、魚の骨髄油抽出物、魚の骨髄油抽出物抽出物、魚の骨髄油抽出物抽出物抽出物
しからニシソ	しからニシソ、しからニシソ抽出物、しからニシソ抽出物抽出物、しからニシソ抽出物抽出物抽出物
ビタミンB1	ビタミンB1、ビタミンB1抽出物、ビタミンB1抽出物抽出物、ビタミンB1抽出物抽出物抽出物
コエンザイムQ10	コエンザイムQ10、コエンザイムQ10抽出物、コエンザイムQ10抽出物抽出物、コエンザイムQ10抽出物抽出物抽出物
カルニチン	カルニチン、カルニチン抽出物、カルニチン抽出物抽出物、カルニチン抽出物抽出物抽出物
α-リポ酸	α-リポ酸、α-リポ酸抽出物、α-リポ酸抽出物抽出物、α-リポ酸抽出物抽出物抽出物
β-グルカン	β-グルカン、β-グルカン抽出物、β-グルカン抽出物抽出物、β-グルカン抽出物抽出物抽出物
アミノ酸	アミノ酸、アミノ酸抽出物、アミノ酸抽出物抽出物、アミノ酸抽出物抽出物抽出物
アリシン	アリシン、アリシン抽出物、アリシン抽出物抽出物、アリシン抽出物抽出物抽出物
アルギニン	アルギニン、アルギニン抽出物、アルギニン抽出物抽出物、アルギニン抽出物抽出物抽出物
アントシアニン	アントシアニン、アントシアニン抽出物、アントシアニン抽出物抽出物、アントシアニン抽出物抽出物抽出物

あなたの関連する遺伝子が分かります。

遺伝子の測定結果を日本人10,000症例以上のデータと比較し、各項目を3~5段階で評価致します。

リスクの高い項目に関しては、体質的な負荷を補うための生活習慣・栄養管理のアドバイスを提案します。

推奨されるライフスタイルや遺伝的リスクを補うために必要とされる栄養素、運動習慣を提案致します。

検査項目名	サインポスト遺伝子検査「運動&栄養プログラム」
検体量	全血2ml
容器	EDTA-2Na (専用バーコード添付のものを使用して下さい)
保存(安定性)	冷蔵
報告期間	30日
測定・解析機関	サインポスト株式会社
検査方法	Infinium Assay
備考	申し込み時に遺伝子検査の同意書が必須となります。 追加プログラムとして「糖尿病リスク判定プログラム」「動脈硬化リスク判定プログラム」も可能です。報告書の中国語対応も可能です。 当検査は遺伝子検査サービス事業認定制度「CPIGI認定」を取得しております。

参考文献:

- 山崎義光, 片上直人:オーダーメイド医療. 日本臨床 第64巻・第11号:2148-52, 2006
- Yamasaki Y et al., Combination of Multiple Genetic Risk Factors Is Synergistically Associated With Carotid Atherosclerosis in Japanese Subjects With Type 2 Diabetes. Diabetes Care 2006;29: 2445-2451.
- Hayaishi-Okano R, et al., Association of NAD(P)H Oxidase p22 phox Gene Variation With Advanced Carotid Atherosclerosis in Japanese Type 2 Diabetes. Diabetes Care 2003; 26: 458-63
- 山崎義光:糖尿病動脈硬化の成因と治療戦略—オーダーメイド医療を目指して—. プラクティス, 23(6):602-605, 2006.