

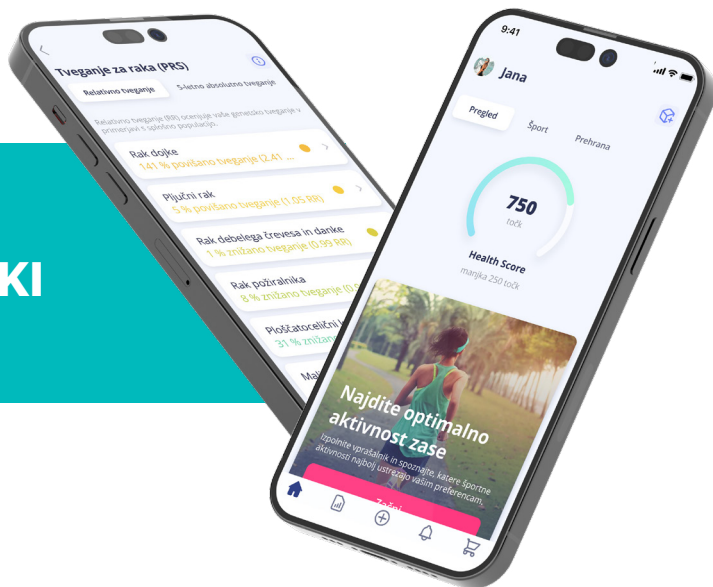


GENEPLANET



PLATFORMA ZA ZDRAV ŽIVLJENJSKI SLOG

*Vaša pot do dolgotrajnega
zdravja in vitalnosti*





Kako vam lahko pomaga?

Platforma integrira biološke podatke (DNK, poročila o krvnih markerjih iz laboratorija) z informacijami o vašem življenjskem slogu in podatki iz vaših pametnih naprav. Na podlagi teh ustvarja personalizirane cilje in akcijske načrte, spremlja vaš napredek in vam pomaga ostati na pravi poti za dolgoročne vedenjske spremembe.

Zakaj je pomembna preventiva?

V sodobni družbi so glavni vzroki smrti srčno-žilne bolezni in rak. Vendar pa bi lahko s preventivnimi ukrepi preprečili **do 75 % srčno-žilnih bolezni in 50 % rakavih obolenj**.

Platforma za zdrav življenjski slog vas vodi k prilagajanju vaših navad glede na potrebe vašega telesa, s poudarkom na uravnoteženi prehrani, telesni aktivnosti in obvladovanju stresa.

75%

SRČNO-ŽILNIH
BOLEZNI

50%

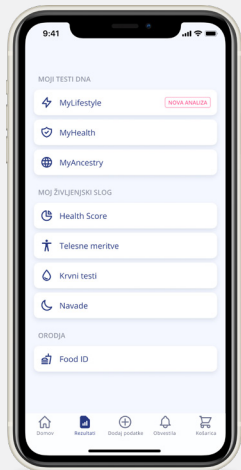
RAKAVIH
OBOLENJ

LAHKO PREPREČIMO

Vir: Svetovna zdravstvena organizacija

Zbiranje podatkov

Na podlagi zbranih podatkov platforma za zdrav življenjski slog ponudi prilagojene nasvete za izboljšanje vašega zdravja.



Vprašalnik

Vprašanja o vaših navadah (kajenje, alkohol), prehrani, ravni aktivnosti in stresu ter telesnih meritvah.



Krvni markerji

Iz laboratorijskih poročil vnesite rezultate krvnih testov in pridobite interpretacijo ter priporočila glede na markerje, ki odražajo vaše trenutno stanje (holesterol, krvni sladkor, vnetja...).



Rezultati DNK analize

DNK analiza odkriva genetske predispozicije. Ta vpogled ni diagnoza, temveč orodje za boljše razumevanje vaših nagnjenj, ki omogočajo prilagoditev življenjskih navad za izboljšanje zdravja.



Povezane naprave

Povežite vaše aplikacije za sledenje telesne aktivnosti, in platforma bo vključila podatke za pomoč pri spremljanju vašega napredka.

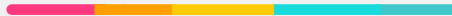
Napredne funkcije platforme



Health Score

Je številčni prikaz vašega trenutnega zdravstvenega stanja in dobrega počutja. Temelji na vaših osebnih podatkih, kot so anketa o življenjskem slogu, meritve telesa in laboratorijska poročila, ki ste jih vnesli. Pokaže vam, katera področja vašega življenjskega sloga potrebujejo izboljšave ter ponudi osebna priporočila za izboljšanje vašega počutja.

450 točk



Vaš Health Score kaže, da ste pod povprečjem.
Skupaj lahko to izboljšamo!

Za spremembe življenjskega sloga in dolgoročno dobro počutje.

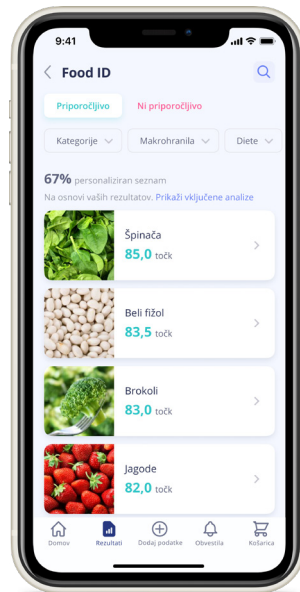
Napredne funkcije platforme

Food ID

Pametni seznam več kot 500 živil, razvrščenih glede na vaše rezultate, telesne meritve, preference in alergije. Torej, katera živila so za vas priporočljiva in katera bi morali omejiti.

Generator receptov (AI)

Na podlagi vaše diete in izbranih sestavin vam najnovejša AI funkcionalnost pripravi zdrave recepte. Pri tem upošteva tudi vaše rezultate DNK analize, krvne markerje (če ste jih vnesli) ter priporočena živila iz Food ID.



Rezultati DNK analize

Izkoristite moč preventive

DNK analiza preučuje vaše genetske predispozicije za več kot 20 različnih stanj in vam omogoča, da razumete, kako vaši geni vplivajo na vaše zdravje, poleg okolja in vaših navad.

S temi informacijami lahko sprejmete preventivne ukrepe in prilagodite svoje navade.

Ocena poligenškega tveganja (PRS):

PRS ocena izračuna tveganje za določena stanja na podlagi vaših genetskih podatkov, pri čemer analizira več genov skupaj za oceno tveganja.

Rezultati so predstavljeni v **jasnih grafičnih prikazih**, ki omogočajo enostavno razumevanje vaših genetskih predispozicij in PRS ocen.



Platforma za zdrav življenjski slog



Personaliziran način za izboljšanje vašega zdravja in počutja.