



# HEALTHA<sup>✓</sup>®

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

**НОМЕР ОБРАЗЦА: TRLL001008**

**Дата выпуска отчета: 03.02.2023**

**Дата приема образца: 18.01.2023**

**Результаты подтверждаю: Rocío Núñez**

**С использованием нашей инновационной технологии TAT®**



LIFE LENGTH

[www.lifelength.com](http://www.lifelength.com)

Life Length является клинической лабораторией, аккредитованной в соответствии с CLIA-88 (42 title, C.F.R. 493)

Сертификат аккредитации: 99D2112462, A2LA.

Сертификаты: 4082.01 и ISO 15189, Испанская лицензия на деятельность в области здравоохранения: Cs34966.

Директор лаборатории: Мария Кабальеро (Dr. María Caballero), доктор медицинских наук. Лицензия: 202007119.

Технические директора: Росио Нуньес (Rocío Núñez) и Давид Куэвас (David Cuevas).

## Почему важны теломеры?



Теломеры находятся на концах хромосом и функционируют как защитные колпачки, предотвращающие деградацию генетического материала.

Теломеры укорачиваются после каждого клеточного деления, чтобы сохранить оставшуюся ДНК, содержащую гены. Это происходит до тех пор, пока теломер не уменьшится до критической длины, после которой деление клетки больше не может происходить, что приводит к переходу клетки в состояние старения и/или гибели.

Таким образом, критически важным является длина не всех теломер, а только наиболее коротких (20% самых коротких).

## ▶ Результаты: Ваши теломеры

После анализа Вашего образца были получены следующие результаты:

Медианная длина теломер (MTL)	Средняя длина теломер (ATL)	Короткие теломеры (20-й процентиль)
11.5 т.н.п.	12.9 т.н.п.	7.2 т.н.п.

Вы найдете свои результаты в разделах ниже вместе с подробным объяснением всех измеренных параметров.

# 1 Ваш статус коротких теломер

## Что такое 20-й процентиль и почему он важен?

20-й процентиль указывает длину теломер, соответствующую самым коротким 20% проанализированных теломер. Эта переменная очень актуальна, поскольку научные данные показывают, что **самые короткие теломеры** – это те, которые влияют на развитие **болезней старения**, таких как остеопороз, сердечно-сосудистые или нейродегенеративные заболевания, многие виды рака, диабет и многих других.

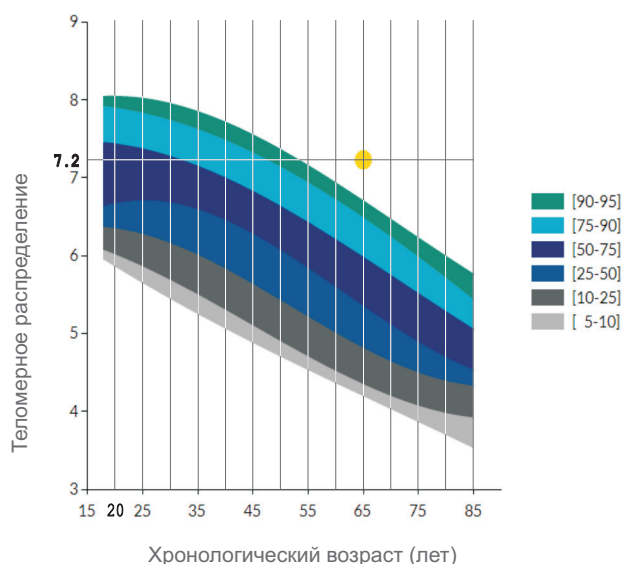
Поэтому достаточно отслеживать изменение только этого показателя в анализе с течением времени.

**Короткие теломеры\***  
**(20-й процентиль)**

**7.2 т.н.п.**

\* Медиана 20-го процентиля

## Сравнение по возрастным группам и процентилям



На этом графике показано значение Вашего 20-го процентиля по сравнению с базой данных Life Length.

**Ваш результат находится в 99-м процентиле**, что означает, что 99% людей Вашего, **64-летнего** возраста, имеют более короткие теломеры и, следовательно, более высокую степень клеточного старения.

**Даже в сравнении с людьми 20-летнего возраста** Ваш результат находится в 70-м процентиле, что означает, что **70% людей 20-летнего возраста имеют более короткие теломеры и, следовательно, более высокую степень клеточного старения, чем у Вас.**

Таким образом результат Вашего анализа на короткие теломеры (20-й процентиль) означает, что степень клеточного старения Вашего организма более чем на 45 лет моложе Вашего хронологического возраста.