GenoCare

질병 예측 유전자 검사
결과 보고서

검사항목	GenoCare 암+질환 종합 예측 67종(여)		
의뢰 기관	검단스마트내과	고유검체ID	260209111002l0
성명	홍*란	검체접수일	2026-02-09
차트번호	297	결과보고일	2026-02-19

나만을 위한 스마트한 건강관리의 시작
질병 예측 유전자 검사 서비스

GenoCare

01
해설 가이드

나의 유전자 검사 결과를 정확하게 이해하는데 필요한 해설 가이드입니다.
결과 확인 전 꼭 읽어 주세요.

질병예측 유전자 검사 서비스

GenoCare 질병예측 유전자 검사 서비스는 유전자 분석을 기반으로 개인별 질병 발생 가능성을 예측하고, 개개인의 유전적인 특성을 바탕으로 좀 더 효율적인 건강 관리를 할 수 있도록 도와주는 서비스입니다.
나만의 유전자 검사결과를 통하여 획일적인 관리가 아닌, 나에게 꼭 맞는 맞춤 관리를 통해 더욱 스마트한 건강관리를 할 수 있습니다.

주의사항

1. 의료 진단의 목적으로 사용할 수 없습니다.
2. 환경적 요인에 대한 정보는 반영되지 않습니다.
3. 질병 관련 모든 변이를 검사하는 것은 아닙니다.
4. 위험인자가 많다고 해당 질병에 걸리는 것은 아닙니다.

※ 본 검사는 질병의 진단과는 무관하므로, 진단 및 치료 결정을 위해서는 반드시 의사와의 상담이 필요합니다.

개인정보보호법 준수사항

개인정보의 안전한 보호를 위해 본사는 개인정보 보호법, 동법시행령 및 시행규칙, 표준 개인정보 보호지침에서 정의된 바를 준수하고 있습니다. 또한 검사대상자의 개인정보는 본 검사외 목적외에는 사용하지 않으며, 분실, 도난, 유출, 변조 또는 훼손되지 않도록 안전하게 관리되고 있습니다. 또한 정보주체의 개인정보 보호 및 권익을 보장하고, 이와 관련된 고충을 신속하고 원활하게 처리할 수 있도록 하기 위하여 처리방침을 두고 있습니다.

알기 쉬운 유전자 용어

질병예측 유전자 검사 서비스를 올바르게 해석하기 위해서는
아래와 같은 용어들의 이해가 필요합니다.

유전자 (Gene)

우리 몸의 특성을 나타내는 정보를 가지고 있는 단위입니다.
DNA는 A,T,G,C 네가지 종류의 염기가 암호형태로 존재하며, 이 안에는 2~3만개의 유전자가 존재합니다. 유전자는 개인의 형질 및 체질의 차이를 만드는데 관여합니다.

유전자형 (Genotype)

DNA는 아래와 같이 2개의 나선형 구조가 꼬인 형태로 존재합니다.
한 가닥은 아버지로부터, 한 가닥은 어머니로부터 물려받게 됩니다. 당연히 DNA 안에 포함된 유전자도 동일합니다. 즉, 유전자형은 동일한 유전자 위치에서 한 개는 아버지의 유전자, 한 개는 어머니의 유전자를 가진 것을 말합니다.

위험인자

질환과 관련하여 영향을 미치는 유전자를 말합니다.
유전자형에서 위험인자가 가지고 있는 수에 따라 발병위험도가 달라집니다.
위험인자가 1개 보다는 2개를 가지고 있으면 발병위험도는 높아집니다.

발병 위험도

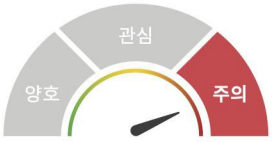
특정 질환에 대해 정상인을 대상으로 질환 발병의 위험 정도를 나타냅니다.
다만, 발병위험도가 높더라도 건강하게 사는 사람이 있는데, 이에 대한 확실한 이유는 밝혀지지 않았지만, 다른 유전자의 영향이나 환경적 요인이 작용되었을 수 있습니다.

발병 위험도 3단계

검사 결과는 양호, 관심, 주의 총 3단계의 발병 위험도로 구분되며, 유전자형에 따라 유전적 요인에 의해 위험도가 달라질 수 있습니다. 또한, 각 단계 내에서도 세부적으로 위험도에 따라 3단계로 나뉘며, 세부 단계는 위험도 게이지의 바늘로 표시됩니다.

양호 단계 : 질병 발생에 대한 상대적 위험도가 정상범위로, 발병위험이 낮은 단계입니다. 하지만, 환경적 요인은 고려되지 않으므로, 현재 건강 상태에 대한 유지 및 관리가 필요한 단계입니다.

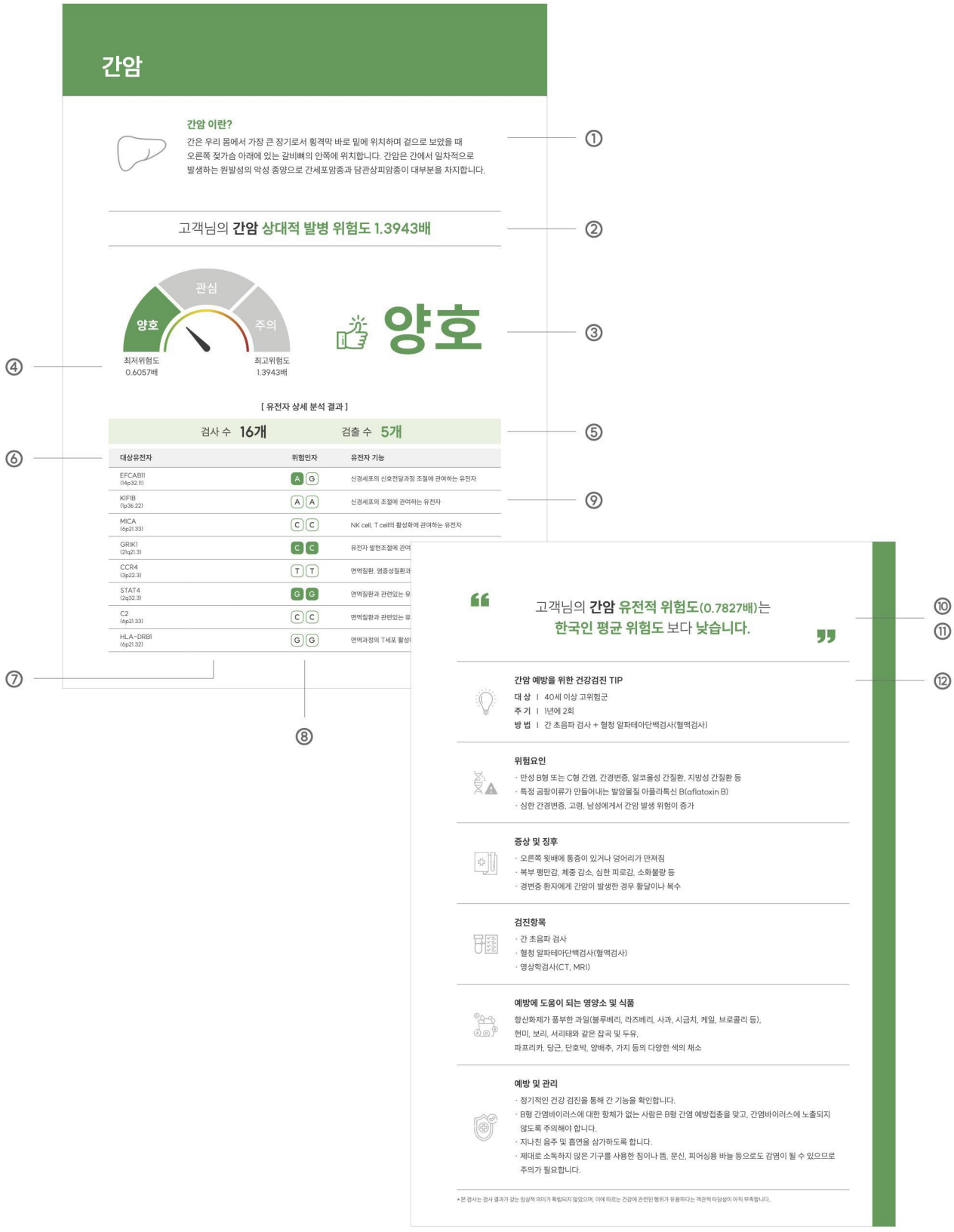
관심 단계 : 질병 발생에 대한 상대적 위험도가 증가되어, 식습관·생활습관의 개선이 필요한 단계입니다. 현재 건강 상태에 대한 지속적인 관심이 필요하며, 현재의 식습관·생활습관 개선 등을 통해서 향후 질병 발생 위험을 줄일 수 있습니다.



주의 단계 : 질병 발생에 대한 유전적 요인에 의한 상대적 위험도가 높아 주의가 필요한 단계입니다. 건강 상태를 개선하기 위해서 가족력 체크, 식습관·생활습관 개선, 정기적인 건강검진 및 관리가 필요합니다.

결과 보고서 해석 안내

질병예측 유전자 검사 서비스를 올바르게 이해하기 위해서는 아래와 같은 유전자 관련 용어의 이해가 필요합니다.



① **질병 개요**	각 질병에 대한 간략한 설명입니다.
② **상대적 발병위험도**	해당 질병에 영향을 미치는 유전자를 통합적으로 분석하여 한국인 평균 위험도를 1배를 기준으로 하여, 그에 대한 상대적인 발병 위험도를 계산한 수치입니다.
③ **발병위험도 3단계**	고객님의 유전적 위험도에 따른 등급으로, 한국인 평균 유병률을 바탕으로 양호, 관심, 주의 3단계로 구분됩니다
④ **최저위험도 / 최고위험도**	해당 질병에 영향을 미치는 유전자들 중 모든 위험유전인자를 가지 않는 경우, 모든 위험유전인자를 가진 경우의 질병위험도를 나타냅니다.
⑤ **검사 수 / 검출 수**	해당 질병의 유전적 위험도를 측정하기 위한 유전자 검사 수(대상유전자수*2)와 색상블록으로 표시된 위험인자 검출 수를 나타냅니다
⑥ **대상유전자**	해당 질병의 유전적 위험도를 측정하기 위해 사용된 연관 유전자입니다.
⑦ **유전자 위치정보**	대상유전자의 위치 정보를 나타냅니다.
⑧ **위험인자**	해당 질병의 유전적 위험도에 영향을 미치는 유전자 변이를 분석합니다. ex_ T C 상단 예시처럼 위험인자 2개 중, 하나만 색상블록으로 표현되었다면, 대상유전자의 발병 위험인자를 1개 갖고 있는 것을 의미하며, 색상블록으로 표현된 위험인자 수가 많을 수록 해당 질병에 대한 위험도가 높음을 의미합니다.
⑨ **유전자 기능**	대상유전자가 가지고 있는 유전적 기능에 대한 설명입니다.
⑩ **유전적 위험도**	유전자를 분석하여 얻어진 개인의 질병 발생 위험도를 나타냅니다.
⑪ **한국인 평균 위험도**	해당 질병과 관련된 유전자를 분석하여 얻어진 한국인의 평균적인 위험도를 나타내며, 한국인 평균 위험도는 각 질환 마다 1배 값을 가지는 기준이 됩니다.
⑫ **건강검진 TIP / 종합의견**	해당 질병의 예방을 위한 건강검진 팁과 종합 의견을 확인 하실 수 있습니다. 실제 발병위험도는 유전적 요인 뿐만아니라 개인의 생활습관 및 식습관 등 환경적인 요인에 의해서도 영향을 받을 수 있으므로, 꾸준한 관리가 필요합니다.

나만을 위한 스마트한 건강관리의 시작,
질병예측 유전자 검사 서비스

02

종합 결과

나의 유전자 검사 결과를 종합적으로 안내해드립니다.

GenoCare

유전자 검사 종합 결과 보고서

검사항목	GenoCare 암+질환 종합 예측 67종(여)		
의뢰 기관	검단스마트내과	고유검체ID	26020911100210
성명	홍*란	검체접수일	2026-02-09
차트번호	297	결과보고일	2026-02-19

암질환 (Cancer) : 18종

주의단계	0/18	
관심단계	6/18	갑상선암, 담관/담도암, 대장암, 두경부암, 방광암, 신장암
양호단계	12/18	간암, 난소암, 다발성 골수종, 담낭암, 식도암, 위암, 유방암, 자궁경부암, 자궁내막암, 췌장암, 폐암, 혈액암(림프종)

일반질환 (Disease) : 49종

주의단계	9/49	담석증, 비알콜성지방간, 임신중당뇨병, 뇌동맥류, 심부전, 녹내장, 열공망막박리, 노인성 난청, 원형탈모증
관심단계	18/49	강직성 척추염, 골관절염, 무릎골관절염, 궤양성 대장염, 만성신장질환, 만성폐쇄성폐질환, 신장증후군, 제1형 당뇨병, 크론병, 통풍, 류마티스 관절염, 자궁내막증, 뇌전증, 알츠하이머 치매, 편두통, 당뇨망막병증, 백반증, 탈모증
양호단계	22/49	골다공증, 만성백혈병, 비만증, 이상지질혈증, 제2형 당뇨병, 루푸스, 천식, 다발성 경화증, 치매, 파킨슨병, 고혈압, 관상동맥질환, 뇌졸중, 말초혈관질환, 심근경색, 심방세동, 백내장, 원추각막, 황반변성, 건선, 아토피성 피부염, 알레르기성 비염

본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

한눈에 보는
종합 결과 보고서

안과 질환

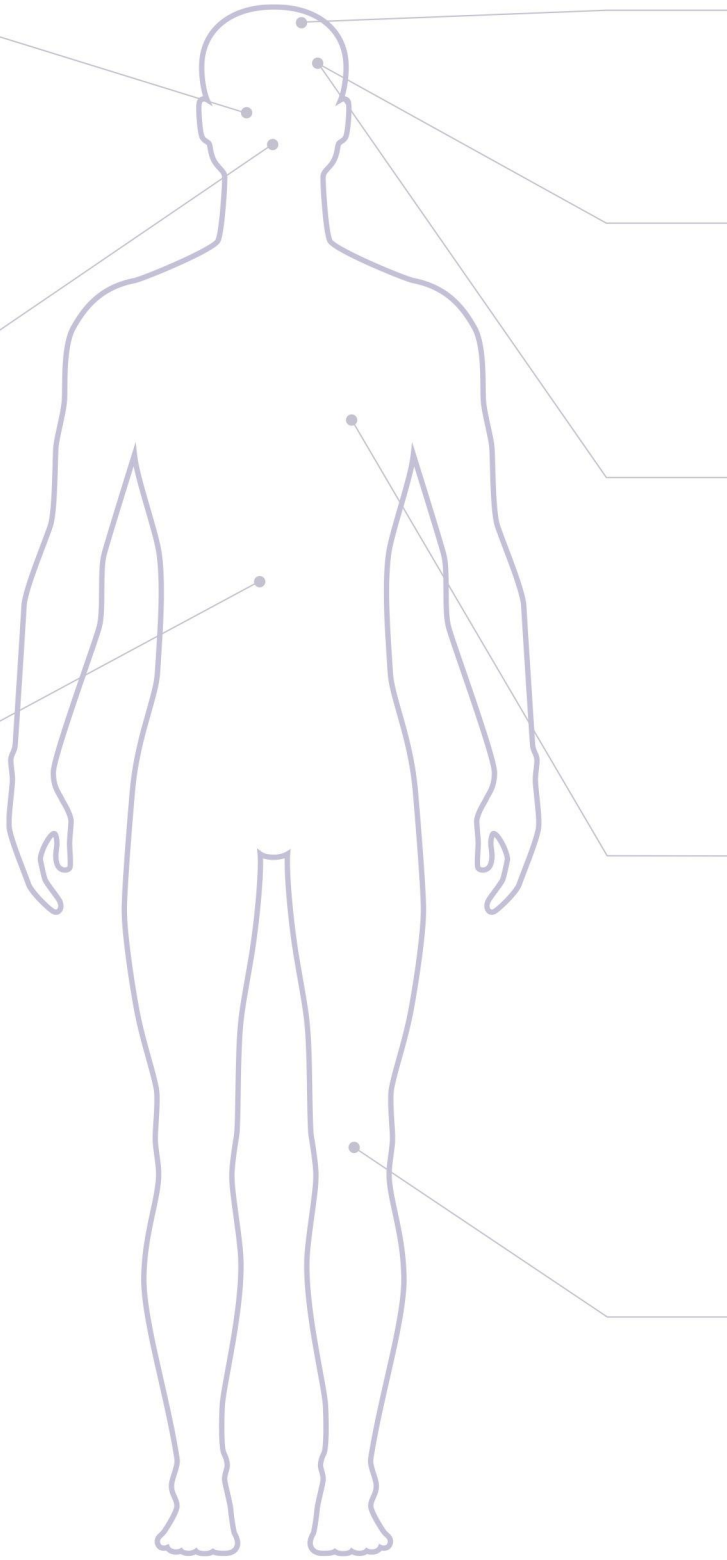
- 녹내장
- 당뇨망막병증
- 백내장
- 열공망막박리
- 원추각막
- 황반변성

이비인후과&피부과

- 건선
- 기미/주근깨
- 노인성 난청
- 백반증
- 색소침착
- 아토피성 피부염
- 알레르기성 비염
- 여드름
- 켈로이드성 흉터
- 피부노화

내과 질환

- 궤양성 대장염
- 담석증
- 만성백혈병
- 만성신장질환
- 만성폐쇄성폐질환
- 비만증
- 비알콜성지방간
- 신장증후군
- 이상지질혈증
- 제1형 당뇨병
- 제2형 당뇨병
- 크론병
- 통풍



부인과 질환

- 임신중당뇨병
- 자궁내막증

탈모 질환

- 원형탈모증
- 탈모증

면역계 질환

- 루푸스
- 류마티스 관절염
- 천식

신경계 질환

- 뇌전증
- 다발성 경화증
- 알츠하이머 치매
- 치매
- 파킨슨병
- 편두통

심혈관계 질환

- 고혈압
- 관상동맥질환
- 뇌동맥류
- 뇌졸중
- 말초혈관질환
- 심근경색
- 심방세동
- 심부전

근골격계 질환

- 강직성 척추염
- 골관절염
- 골다공증
- 무릎골관절염

암 질환

- 간암
- 갑상선암
- 고환암
- 난소암
- 다발성 골수종
- 담관/담도암
- 담낭암
- 대장암
- 두경부암
- 방광암
- 식도암
- 신장암
- 위암
- 유방암
- 자궁경부암
- 자궁내막암
- 전립선암
- 췌장암
- 폐암
- 혈액암(림프종)

영양소 대사이상

- 마그네슘 대사이상
- 비타민A 대사이상
- 비타민B12 대사이상
- 비타민B6 대사이상
- 비타민B9 대사이상
- 비타민C 대사이상
- 비타민D 대사이상
- 아연 대사이상
- 인 대사이상
- 철분 대사이상
- 칼슘 대사이상

범례

- : 양호단계
- : 관심단계
- : 주의단계
- : 미 실 시

본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

나만을 위한 스마트한 건강관리의 시작
질병 예측 유전자 검사 서비스

GenoCare

03

상세 결과

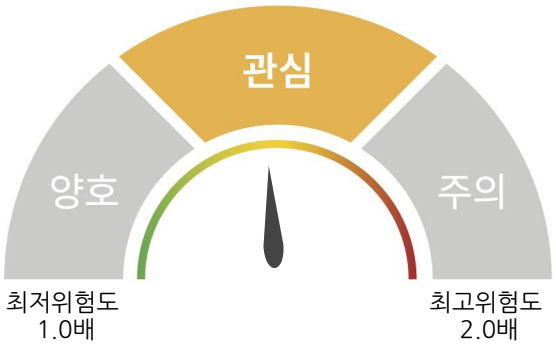
나의 유전자 검사 결과를 각 질환별로 상세하게 알려드리고,
예방 및 관리할 수 있는 팁을 전달드립니다.

강직성 척추염

강직성 척추염이란

강직성 척추염은 척추와 엉덩이의 천장관절과 척추관절을 특징적으로 침범하는 만성 염증성 질환입니다. 이 질환은 힘줄이 뼈에 부착되는 부위에서 발생하는 염증으로 인해 해당 부위에 심한 석회화가 생기는 척추의 류마티스 질환입니다. 염증이 인대나 힘줄이 뼈에 붙는 부위(발뒤꿈치나 앞가슴뼈 등)에 생기는 골부착부염이 특징적이며, 관절 외에도 눈, 위장관계, 폐, 심장, 신장, 전립선 등 다른 장기도 침범할 수 있습니다.

고객님의 **강직성 척추염** 상대적 발병 위험도 1.48배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
CSF2RB	A G	조혈세포 성장과 분화에 연관된 유전자
ERAP1	A G	항원 펩타이드 가공하는 유전자
ERAP1	C T	항원 펩타이드 가공하는 유전자

고객님의 **강직성 척추염** 유전적 위험도 (1.48배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

강직성 척추염 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 초기 증상과 병력진단, 혈액검사, 신체검사, 영상검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우, 유전적 요인이 있는 경우(HLA-B27 양성)
- 남성의 발병률 높음
- 세균 감염

증상 및 징후
- 척추와 엉덩이, 골반 관절의 강직성
- 하지로 방사되는 통증
- 걸을 때 다리가 저리고 당겨 자주 멈춤

검사 항목
- 혈액 검사 및 염증 마커 모니터링(HLA-B27 유전자 검사, CRP, 적혈구 침강지수ESR)
- 영상검사(X-ray, CT, MRI, 골스캔)
- 쇼버검사(Schober's test)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 고등어, 연어, 참치, 아몬드, 호두, 아보카도, 올리브오일과 항산화물질이 풍부한 당근, 시금치, 브로콜리, 블루베리, 딸기, 라즈베리

예방 및 관리
- 발병 후 조기 진단과 조기 치료를 통해 척추 강직, 골격 변형 등을 완화할 수 있습니다.
- 등, 목, 가슴의 스트레칭을 하고 자세를 조절하여 척추의 변형을 최소화합니다.
- 수영, 라켓 게임 같은 자연스러운 스트레칭을 돕는 운동이 도움이 됩니다.

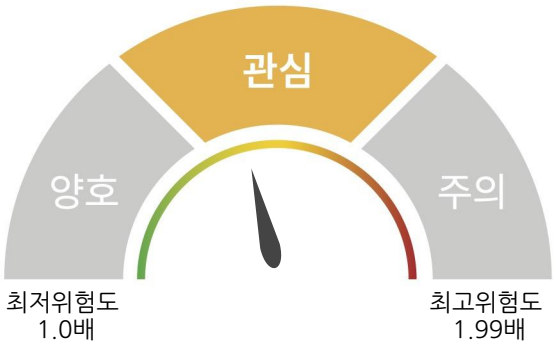
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

골관절염

골관절염이란

골관절염은 뼈와 인대 등의 손상으로 인하여 관절을 보호하는 연골의 점진적 손상이나퇴행성 변화가 원인이 되는 질환으로, 퇴행관절염이라고도 불립니다. 이 질환은 관절의염증성 질환 중 가장 빈도가 높으며 염증과 통증이 발생합니다. 몸의 모든 관절에 골관절염이 나타날 수 있지만 특히 손가락, 척추, 무릎에서 흔하게 발생합니다.

고객님의 **골관절염** 상대적 발병 위험도 1.42배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
MCF2L	A A	세포 구조 형성에 관여하는 유전자
GDF5	A A	연골과 뼈 형성에 관여하는 유전자

고객님의 **골관절염** 유전적 위험도 (1.42배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

골관절염 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 골관절의 통증, 강직성, 염증부종 등의 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 문진과 진찰, X-ray, MRI

위험요인
- 노화, 고령, 비만, 호르몬 변화(폐경), 유전적 요인
- 무리한 연골 사용, 심한 운동
- 부상, 관절 외상, 관절의 선천적 이상

증상 및 징후
- 관절 부위의 국소적인 통증
- 관절 강직성으로 움직임 제한
- 염증으로 인한 부종, 압통

검사 항목
- 문진과 진찰
- 혈액검사
- 영상검사(단순 X-선 검사, 자기공명영상(MRI)), 골 주사 검사(뼈 스캔 검사)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 아보카도, 씨앗류,
- 염증감소에 도움이 되는 올리브오일, 양파, 마늘, 생강, 케일, 시금치

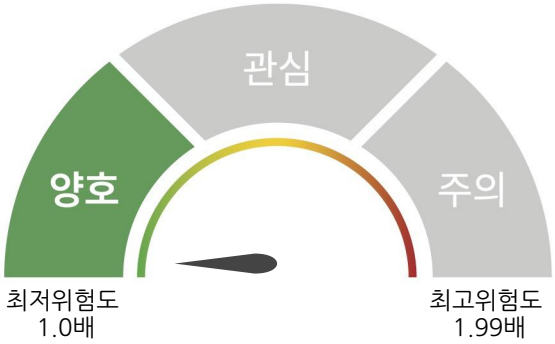
예방 및 관리
- 관절에 무리가 가지 않도록 정상체중을 유지합니다.
- 무리한 동작의 반복, 무릎을 꿇거나 쪼그려 앉는 등의 좋지 않은 자세 등이 관절의 퇴행성 변화를 유발시킬 수 있으므로 주의하여야 합니다.
- 무리한 운동은 관절에 좋지 않지만, 적당한 운동으로 근육을 강화하고 관절 운동 범위를 유지하는 것은 관절염 예방에 필수적입니다.
- 식이 요법이나 약물 요법을 통한 퇴행성관절염의 예방은 현재까지 확실히 검증된 방법이 없으므로 이와 같은 방법에 의존하는 것은 좋지 않습니다.

골다공증

골다공증이란

골다공증은 뼈의 양이 감소하여 뼈가 얇아지고 약해져 골절이 쉽게 발생할 수 있는 상태를 의미합니다. T-score가 -2.5 이하인 경우 골다공증으로 진단하게 됩니다. 35세부터 골량이 서서히 줄어들다가 50세 전후에 폐경과 함께 매우 빠른 속도로 감소합니다. 골다공증이 있는 경우에는 골절의 위험을 줄이는 것이 중요합니다.

고객님의 **골다공증** 상대적 발병 위험도 1.0배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **0개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
LRP5	C C	뼈 성장에 관여하는 유전자
LRP5	G G	뼈 성장에 관여하는 유전자

고객님의 **골다공증** 유전적 위험도 (1.0배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

골다공증 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 65세 이상
주기 | 1년
방법 | 골밀도 검사(T-score 수치 확인)

위험요인
- 연령의 증가, 특히 여성, 조기폐경과 같은 성호르몬의 감소
- 가족력이 있는 경우
- 호르몬 이상, 류마티스 관절염 등 관련 약(스테로이드 등)을 장기복용하는 경우

증상 및 징후
- 일상생활 중 쉽게 골절 발생
- 척추뼈의 약화 및 변형, 구부정한 자세
- 신장이 줄어드는 증상

검사 항목
- 골밀도 검사(T-score 수치 확인)
- 초음파 및 CT
- 혈액검사(비타민 D)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 칼슘이 풍부한 우유, 요구르트, 치즈, 두유, 케일, 브로콜리, 시금치, 칼슘과 비타민 D, 미네랄등의 비타민 보충제

예방 및 관리
- 금연 및 절주를 권장합니다.
- 짠 음식을 피하여 체내의 칼슘이 소실되는 것을 방지해야 합니다.
- 체중 지지 운동(예: 걷기, 뛰기), 근력 강화 운동(예: 웨이트 트레이닝), 유연성 운동(예: 스트레칭)을 조화롭고 규칙적으로 실시하는 것이 뼈 건강을 유지하는 데 도움이 됩니다.
- 1주일에 2회씩, 약 15분 정도 햇볕을 쬐면 뼈에 필요한 비타민 D를 합성할 수 있습니다.

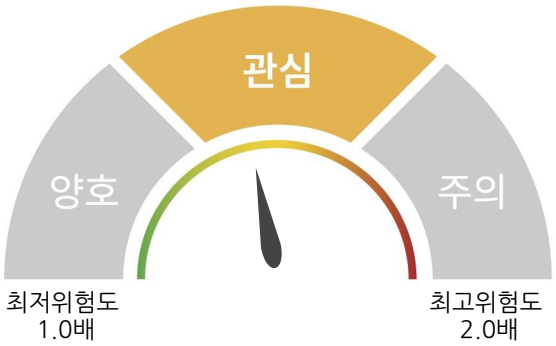
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

무릎골관절염

무릎골관절염이란

무릎골관절염은 일반적으로 무릎에 생기는 퇴행성 관절염을 의미합니다. 퇴행성 관절염은 관절을 보호하는 연골의 점진적 손상과 퇴행성 변화로 인해 관절 내 뼈와 인대 등이 손상되고, 만성 염증이 동반되면서 통증을 발생시킵니다. 만성 관절 질환 중 가장 높은 유병률을 가지고 있습니다.

고객님의 **무릎골관절염** 상대적 발병 위험도 1.44배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **4개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
BTNL2	C T	T세포 활성 억제하는 유전자
PARD3B	A G	세포극성·암 발생에 연관된 유전자
GDF5	A A	연골과 뼈 형성에 관여하는 유전자
PLA2G4A	A A	염증 반응에 관여하는 유전자

고객님의 **무릎골관절염** 유전적 위험도 (1.44배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

무릎골관절염 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 골관절의 통증, 강직성, 염증부종 등의 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 문진과 진찰, X-ray, MRI

위험요인
- 노화, 고령, 비만, 호르몬 변화(폐경), 유전적 요인
- 무리한 연골 사용, 심한 운동
- 부상, 관절 외상, 관절의 선천적 이상

증상 및 징후
- 관절 부위의 국소적인 통증
- 관절 강직성으로 움직임 제한
- 염증으로 인한 부종, 압통

검사 항목
- 문진과 진찰
- 혈액검사
- 영상검사(단순 X-선 검사, 자기공명영상(MRI)), 골 주사 검사(뼈 스캔 검사)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 땅콩, 아보카도, 씨앗류
- 염증감소에 도움이 되는 올리브오일, 양파, 마늘, 생강, 케일, 시금치

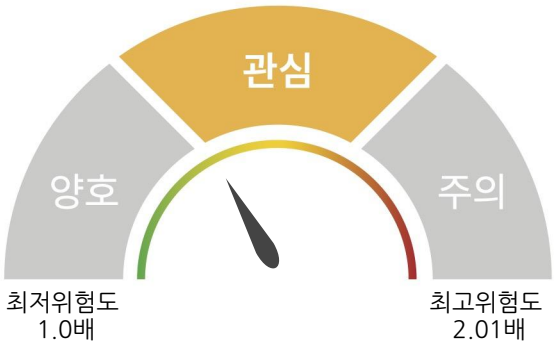
예방 및 관리
- 관절에 무리가 가지 않도록 정상체중을 유지합니다.
- 무리한 동작의 반복, 무릎을 꿇거나 쪼그려 앉는 등의 좋지 않은 자세 등이 관절의 퇴행성 변화를 유발할 수 있으므로 주의하여야 합니다.
- 무리한 운동은 관절에 좋지 않지만 적당한 운동으로 근육을 강화하고 관절 운동 범위를 유지하는 것은 관절염 예방에 필수적입니다.
- 식이 요법이나 약물 요법을 통한 퇴행성관절염의 예방은 현재까지 확실히 검증된 방법이 없으므로 이와 같은 방법에 의존하는 것은 좋지 않습니다.

궤양성 대장염

궤양성 대장염이란

궤양성 대장염이란 대장에 염증 또는 궤양이 생기는 질환으로 아직 원인이 밝혀지지 않은 만성 재발성 질환입니다. 주로 직장염 또는 항문염을 시작으로 점차 위로 올라가서대장을 침범하며, 병변 부위가 계속 연결되는 것이 특징입니다.

고객님의 **궤양성 대장염** 상대적 발병 위험도 1.34배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **10개** 검출 수 4개

대상유전자	위험인자	유전자 기능
IL10	C C	염증 억제 및 면역 조절하는 유전자
MICB-DT	A C	면역 반응 조절하는 유전자
CFB	C T	보체 대체 경로 활성화하는 유전자
CCHCR1	C C	각질세포 증식 조절하는 유전자
BTNL2	C C	T세포 활성 억제하는 유전자

고객님의 **궤양성 대장염** 유전적 위험도 (1.34배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

궤양성 대장염 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 대장 내시경 검사, 혈액검사, 대변검사

위험요인
- 직계 가족 중 궤양성 대장염 병력이 있는 경우
- 흡연, 알코올 섭취, 스트레스 및 비타민 D 부족
- 불규칙하고 자극적인 식습관, 카페인 섭취, 약물 오용

증상 및 징후
- 설사가 지속되거나 변비 증상, 복통, 혈변
- 식욕감퇴, 체중감소, 피로감 등
- 관절염, 피부 변화, 간질환 등

검사 항목
- 대장 내시경 검사, 혈액검사, 대변검사
- 복부 초음파
- 영상 검사 (복부 X선, CT 스캔 또는 MRI 등)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 고섬유식품인 현미, 귀리, 퀴노아, 오트밀, 검은콩, 브로콜리, 시금치, 당근, 견과류
- 프로바이오틱스를 함유한 요구르트, 김치, 발효식품

예방 및 관리
- 궤양성 대장염의 원인이 명확하지 않으므로 이를 유발할 수 있는 스트레스, 카페인, 탄산음료 등을멀리하는 것이 좋습니다.
- 자극적인 음식을 피하고 과식하지 않도록 주의하며 규칙적인 식습관을 가져야 합니다.
- 충분한 수분 섭취하고, 운동, 명상, 요가, 호흡 운동 등을 통해 심리적인 안정과 스트레스를 완화하는 것을 권장합니다.
- 궤양성 대장염 환자는 의료진의 권장사항을 엄격히 준수하여 의사처방에 따라 약물치료를 적절히 지속하고, 정기적인 검진과 추적을 하여야 합니다.

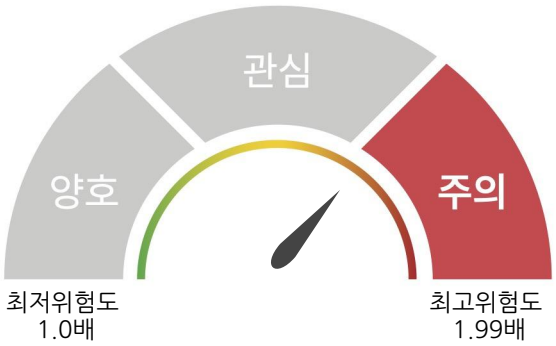
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

담석증

담석증이란

비정상적으로 콜레스테롤 수치가 증가하면 담즙 내의 콜레스테롤이 과포화 상태가 되어 찌꺼기가 생기고, 이것이 담관에 뭉쳐서 담석이 형성됩니다. 이렇게 형성된 담석이 담낭 경부, 담낭관 혹은 총담관으로 이동하여 염증이나 폐쇄를 일으켜 증상을 일으키는 것을 담석증이라고 합니다.

고객님의 **담석증** 상대적 발병 위험도 1.72배



주의

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
GCKR	C T	포도당·지질 대사 및 대사증후군에 연관된 유전자
ABCG8	T T	콜레스테롤 수송·식물성 스테롤혈증에 연관된 유전자

고객님의 **담석증** 유전적 위험도 (1.72배) 는
한국인 평균 위험도 보다 높습니다.

담석증 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 복부 초음파 검사, 영상학검사(CT, MRI)

위험요인
- 가족력이 있는 경우 및 고령인 경우
- 임신 중이거나 피임약을 복용하는 경우
- 비만, 급속한 체중감소, 당뇨병, 고탄수화물-저지방 식이

증상 및 징후
- 복부나 허리의 통증
- 오심과 구토, 열 또는 미열 또는 오한
- 피부나 눈의 흰자위가 노랗게 보일 때(황달), 진흙 같은 회색의 대변

검사 항목
- 복부 초음파 검사
- 영상학검사(CT, MRI)
- 담췌관조영술(MRCP, ERCP, HIDA스캔)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 고섬유식품인 현미, 귀리, 퀴노아, 오트밀, 검은콩, 브로콜리, 시금치, 당근, 견과류, 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 땅콩, 아보카도, 씨앗류

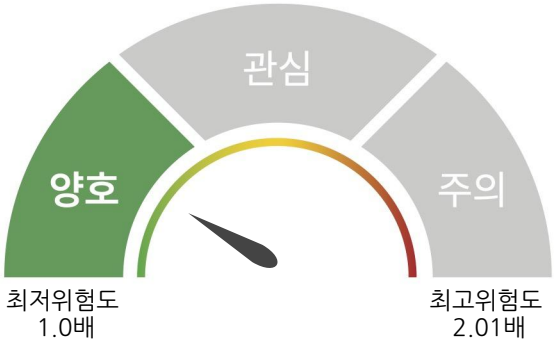
예방 및 관리
- 비만인 경우, 체중을 줄이고 정상 체중을 유지하도록 노력해야 하며, 규칙적인 운동을 하는 것이 담석증 예방에 도움이 됩니다.
- 규칙적인 식사를 하고 폭음, 폭식, 자극성 식품(술, 카페인 음료, 탄산음료 등)은 피해야 합니다.
- 콜레스테롤이나 포화지방산이 많은 식품, 기름진 음식은 피하는 것이 좋습니다.

만성백혈병

만성백혈병이란

백혈병은 신체의 조혈 기관인 골수에서 정상 혈액 세포가 암세포로 전환되고 증식하면서 발생하는 혈액암입니다. 이러한 백혈병 세포는 무한 증식하여 정상적인 백혈구, 적혈구 및 혈소판의 생성을 방해하여 정상 혈액세포의 수치를 감소시킵니다.

고객님의 **만성백혈병** 상대적 발병 위험도 1.17배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **10개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
PRKD2	G G	세포 신호전달·심혈관 질환에 연관된 유전자
SP140	T T	면역세포 전사조절·자가면역 질환 감수성에 연관된 유전자
ACOXL	A A	지방산 대사에 연관된 유전자
GRAMD1B	G G	콜레스테롤 운반·지질대사에 연관된 유전자
IRF4	G G	면역반응 조절·림프종 및 피부색소에 연관된 유전자

고객님의 **만성백혈병** 유전적 위험도 (1.17배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

만성백혈병 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사, 혈액화학검사, 골수검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우 및 고령인 경우
- 방사선 노출
- 만성기관지염, 천식, 기풍관 폐렴 등의 기저질환을 가지고 있는 경우

증상 및 징후
- 빈혈, 운동능력감소, 발열, 폐렴 등의 감염증상, 호흡곤란, 흉부 불편감
- 발진, 피부변화
- 체중 감소, 피로감, 전신쇠약감, 식욕부진

검사 항목
- 말초혈액검사
- 혈액화학검사
- 골수검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 단백질이 풍부한 소고기, 닭고기, 돼지고기, 생선류, 콩류, 항산화물질이 풍부한 당근, 시금치, 브로콜리, 블루베리, 딸기, 라즈베리, 오렌지, 레몬

예방 및 관리
- 미열이 발생하고 림프절이 커지며 쉽게 피로하고 숨쉬기가 어렵다면, 의사의 진료가 필요합니다.
- 일상생활에서 과로를 피하고 영양가 높은 음식을 균형 있게 섭취합니다.
- 위험요인인 방사선 노출과 담배, 페인트, 벤젠 등의 노출은 피해야 합니다.
- 정기적인 혈액검사를 통해 백혈구 수치의 상승을 모니터링 합니다.
- 질병이 있거나 치료를 하는 중에는 면역력이 저하되므로 항상 철저한 위생관리가 필요합니다.
- 음식은 가열처리한 음식을 먹고, 날것은 먹지 않는 것이 좋습니다.

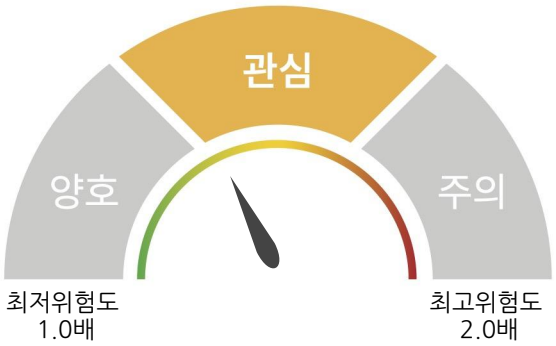
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

만성신장질환

만성신장질환이란

신장(콩팥)은 우리 몸에서 노폐물을 제거하고 수분 균형을 포함한 항상성 유지에 중요한 역할을 하지만, 질환 발생 시 '침묵의 장기'로 불릴 정도로 자각 증상이 없기 때문에뒤늦게 발견되어 치료 시기를 놓치는 경우가 많습니다. 시간이 경과함에 따라 신장 기능은 점차 저하되어 결국은 신장 대체요법(투석이나 신장이식술)이 필요한 말기질환으로 진행하게 됩니다.

고객님의 **만성신장질환** 상대적 발병 위험도 1.35배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
WDR72	A G	법랑질 발달·치아형성 이상(법랑질 형성부전)에 연관된 유전자
HORMAD2	A G	감수분열 관련·자가면역 질환 감수성에 연관된 유전자
SLC34A1	A A	인산염 수송·신장 기능 이상에 연관된 유전자
MPPED2-AS1	C T	세포에서 유전자 발현을 조절하여 기능을 간접적으로 유지하는 유전자

고객님의 **만성신장질환** 유전적 위험도 (1.35배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

만성신장질환 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사, 요검사

위험요인
- 당뇨병, 고혈압, 사구체 질환, 요로폐쇄, 신우신염, 신장 결핵 등의 질환
- 가족력이 있는 경우
- 소염진통제, 항생제, 항암제등의 약물사용

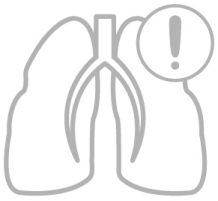
증상 및 징후
- 고혈압, 부종, 피로, 가려움증, 식욕부진
- 심부전, 요독증(무력감, 구역질 등)
- 전해질 불균형으로 인한 근무력증, 저림증상, 빈혈

검사 항목
- 혈액검사, 요검사
- 복부 초음파검사
- 영상학검사(CT, MRI)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 소고기, 생선, 닭고기, 달걀, 두부 등 질이 좋은 저단백 식이
- 저나트륨 식이, 데친채소(칼륨과 인의 섭취 조절)

예방 및 관리
- 신장기능이 감소하게 되면 수분 및 염분 조절능력이 떨어지므로 몸이 붓게 되므로 식사에서 염분 섭취를 제한해야 합니다.
- 과일 및 채소류 섭취, 저단백 식사로 단백질을 제한하고 비만 방지를 위해 노력해야 합니다.
- 흡연은 신장에 좋지 않으므로 반드시 금연해야 합니다.
- 적절한 혈압조절이 필요합니다.

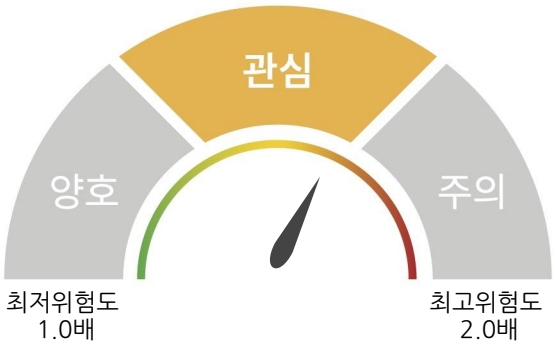
만성폐쇄성폐질환



만성폐쇄성폐질환이란

만성폐쇄성폐질환은 나이가 많고 오랜 기간 담배를 피운 사람에게 발생할 가능성이 높습니다. 이 질환은 서서히 진행되며, 처음에는 가벼운 호흡 곤란과 기침이 나타나지만,시간이 지날수록 호흡 곤란이 점차 심해집니다. 말기에 이르면 심장 기능도 떨어지게됩니다.

고객님의 **만성폐쇄성폐질환** 상대적 발병 위험도 1.65배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **4개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
CDKN1A	A A	세포 증식 조절에 관여하는 유전자
AQP5	A G	체액 분비 및 점막 기능에 관여하는 유전자
FAM13A	C T	섬모 운동 조절에 관여하는 유전자

고객님의 **만성폐쇄성폐질환** 유전적 위험도 (1.65배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

만성폐쇄성폐질환 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 흡연력이 많은 사람
주기 | 1년
방법 | 흉부 촬영 및 폐기능 검사

위험요인
- 가족 중 만성폐쇄성폐질환을 앓고 있는 사람이 있는 경우
- 흡연, 직업성 분진 및 화학물질, 기도 과민 반응, 실내 외 대기오염
- 만성기관지염, 천식, 기풍관 폐렴 등의 기저질환을 가지고 있는 경우

증상 및 징후
- 만성적인 기침 및 가래
- 쌕쌕거리는 천명음, 호흡곤란, 흉부 불편감
- 체중 감소, 피로감

검사 항목
- 흉부 방사선 촬영, 저용량 흉부 CT 검사
- 폐기능 검사
- 기관지확장제 반응검사, 동맥혈가스검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 항산화물질이 풍부한 당근, 시금치, 브로콜리, 블루베리, 딸기, 라즈베리, 오렌지, 레몬, 포도, 토마토,녹차

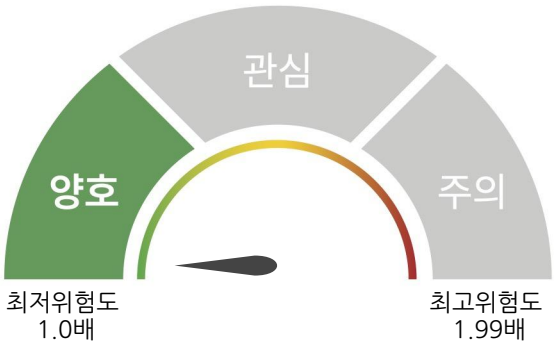
예방 및 관리
- 금연은 폐쇄성 폐질환의 예방과 진행을 감소시키는 가장 효과적인 방법입니다.
- 작업장에서 다양한 화학물질에 노출되는 것을 피해야 합니다.
- 대기오염이 심한 날에는 야외 활동을 피해야 합니다.
- 요리, 난방을 위해 고체 연료를 사용하는 경우 적절한 환기를 해야 합니다.
- 환자의 경우 의사의 지시에 따라 기관지 확장제, 기관지염증억제제, 호흡 보조제 등을 올바르게 복용해야 합니다.

비만증

비만증이란

단순성 비만이라고 부르던 원발성 비만과 내분비 질환이나 유전, 약제 등이 원인이 되는 이차성 비만으로 분류됩니다. 원발성 비만은 전체의 90% 이상으로, 섭취에너지가 소비에너지를 넘는 상태에서 체지방이 증가하여 발생하는 것을 말합니다. 비만은 당뇨병, 이상지질혈증, 천식, 암, 근골격계 질환의 발생 위험을 높이며, 정신건강과 관련된 질환과도 관련이 있습니다

고객님의 **비만증** 상대적 발병 위험도 1.0배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **0개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
FAM71F1	G G	세포 내 소기관 형성에 관여하는 유전자
FTO	G G	지방 대사 및 체중 조절에 관여하는 유전자

고객님의 **비만증** 유전적 위험도 (1.0배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

비만 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 전문의와 상담하여 결정
주기 | 체질량지수(BMI), 혈액검사, 복부CT 검사
방법 | 위험요인이 있는 증상자

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- 과도한 칼로리, 고열량 음식 섭취, 불규칙한 식사습관, 신체 활동 부족
- 선천성 장애, 약물, 내분비계통 질환, 정신 질환, 스트레스, 우울과 같은 심리적 요인

증상 및 징후
- 체중 증가, 피로감, 숨참, 관절통
- 각종 합병증에 의한 증상(심혈관 질환, 고혈압, 당뇨 등)
- 우울증, 자존감 저하 등 정신 건강 문제

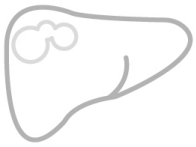
검사 항목
- 체질량지수, 허리둘레, 혈압 측정
- 혈액검사(혈중 지질검사)
- 복부CT 검사, 생체전기저항분석법(BIA)검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 식이섬유가 풍부한 사과, 바나나, 오렌지, 브로콜리, 당근, 시금치, 현미, 귀리, 통밀빵, 아몬드, 참깨, 검은콩, 호박, 양배추, 양파, 파프리카, 두부

예방 및 관리
- 가까운 거리는 걸어 다니기, 계단 이용하기 등 일상 생활에서 활동량을 늘리고, 규칙적인 운동을 실천하는 것이 중요합니다.
- 동물성 식품, 튀긴 음식, 초콜릿 등을 줄여 혈중 콜레스테롤 수치를 상승시키게 되는 원인을 피합니다.
- 식사를 골고루, 제때에 규칙적으로 하고, 음식을 천천히 먹도록 노력합니다.
- 스트레스가 만성적으로 계속되면 식욕도 증가하므로, 스트레스를 그때그때 잘 해소해야 합니다.
- 체중추이, 식이요법 및 운동 계획을 지속적으로 모니터링하여 조정하는 것을 권장합니다.

본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

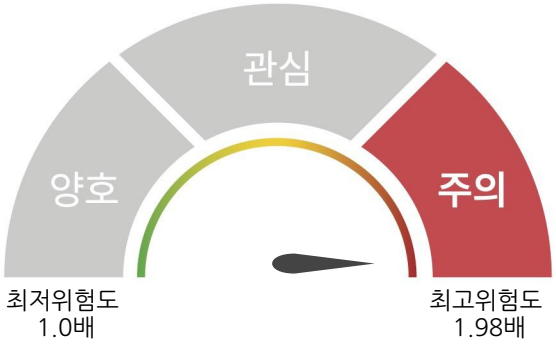
비알콜성지방간



비알콜성지방간이란

비알코올성 지방간은 만성 간 질환 중 가장 흔한 질환으로, 하루에 4잔(40g) 이하의 음주를 하는 사람 중 간 무게의 5% 이상이 지방으로 침착된 경우 이 질환에 해당하게 됩니다. 비알코올성 지방간염 환자의 10~29%는 10년 이내 간경변이 발생하며, 간경변환자 중 4~27%는 간암으로 진행하므로 주기적인 검진이 필요합니다.

고객님의 **비알콜성지방간** 상대적 발병 위험도 1.98배



주의

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **6개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
SAMM50	T T	미토콘드리아 막 구조·대사질환에 연관된 유전자
SAMM50	A A	미토콘드리아 막 구조·대사질환에 연관된 유전자
PNPLA3	G G	지질 대사·비알코올성 지방간질환(NAFLD)에 연관된 유전자

고객님의 **비알콜성지방간 유전적 위험도 (1.98배)** 는
한국인 평균 위험도 보다 **높습니다.**

비알콜성지방간 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 복부 초음파 검사, 혈액검사

위험요인
- 고콜레스테롤혈증, 고중성지방혈증
- 과체중, 비만(복부 비만)
- 대사증후군(고혈압, 당뇨, 고지혈증)

증상 및 징후
- 대부분 무증상
- 상복부의 불편감이나 통증
- 피로감, 무기력감, 허약, 식욕부진 등

검사 항목
- 복부 초음파 검사
- 혈액검사(ALT, AST 등)
- 간 생검

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 식이섬유가 풍부한 현미, 귀리, 보리, 오트밀, 퀴노아, 콩, 당근, 브로콜리, 시금치, 케일, 상추, 양파,파프리카, 사과, 바나나, 포도, 파인애플, 블루베리, 배, 오렌지, 토마토, 곤약
- 저지방식품인 올리브오일, 아보카도, 견과류, 흰살생선, 두부, 닭가슴살

예방 및 관리
- 포화 지방과 트랜스 지방의 섭취를 최소화하고 신선한 과일, 채소 등 풍부한 식물성 식단으로 건강한생활습관을 유지하는 것이 중요합니다.
- 과체중인 경우, 식사 양을 줄이고 체중 조절을 해야 합니다.
- 규칙적으로 운동하는 것이 중요합니다.
- 간 보호제로 알려진 약제는 간 손상을 악화시킬 수 있으므로, 건강보조제나 식품을 먹기 전 전문의와 상의하는 것이 좋습니다.

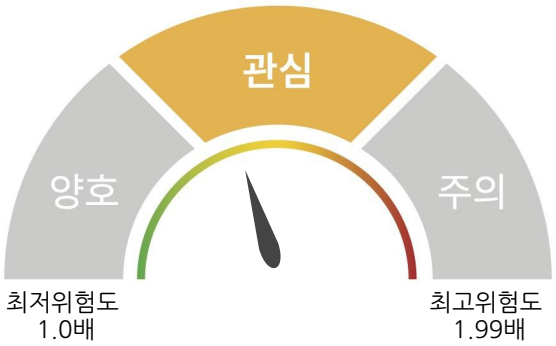
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

신장증후군

신장증후군이란

신증후군은 다량의 단백뇨와 저알부민혈증, 부종, 고지혈증 등의 특징을 보이는 질병입니다. 신장의 사구체를 이루는 모세혈관에 이상이 생겨 혈액 내의 단백질이 신장으로 빠져나가 다량의 소변으로 나오는 것을 단백뇨라고 합니다. 이로 인해 몸 안의 단백질이 소실되면 저알부민혈증이 발생합니다. 저알부민혈증에 의해 혈액 중의 수분이 혈관 밖으로 빠져나오며, 피부 아래로 수분이 고여 몸이 붓습니다.

고객님의 **신장증후군** 상대적 발병 위험도 1.4배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 2개

대상유전자	위험인자	유전자 기능
GPC5	T T	세포 성장·신장암 감수성에 연관된 유전자
GPC5	G G	세포 성장·신장암 감수성에 연관된 유전자

고객님의 **신장증후군** 유전적 위험도 (1.4배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

신장증후군 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사, 요검사

위험요인
- 당뇨병, 고혈압, 사구체 질환
- 가족력이 있는 경우
- B형 간염, 자가면역 질환, 종양, 임신중독증

증상 및 징후
- 부종, 복부 팽만감, 단백뇨에 의한 소변의 거품
- 기침, 가래, 호흡곤란
- 고콜레스테롤혈증, 고지혈증, 혈전증, 급성 신부전

검사 항목
- 혈액검사, 요검사
- 복부 초음파검사
- 조직검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 칼륨이 풍부한 바나나, 감자, 오렌지, 레몬 등
- 칼슘이 풍부한 저지방 우유, 요구르트, 녹차 등
- 비타민 D 보충제 및 충분한 수분 섭취

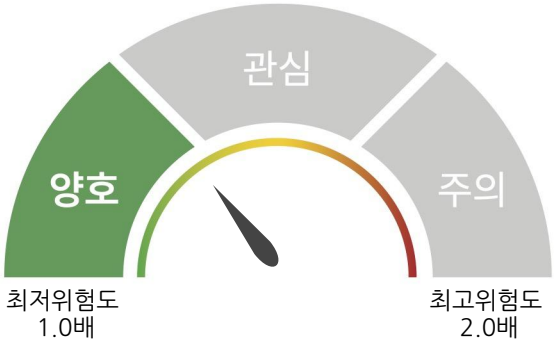
예방 및 관리
- 신장기능이 감소하게 되면 수분 및 염분 조절능력이 떨어져 몸이 붓게 되기 때문에 식사에서 염분 섭취를 제한해야 합니다.
- 과일 및 채소류 섭취, 저단백식사로 단백질을 제한하고 비만방지를 위해 노력해야 합니다.
- 흡연은 신장에 좋지 않으므로 반드시 금연해야 합니다.
- 적절한 혈압조절이 필요합니다.

이상지질혈증

이상지질혈증이란

이상지질혈증은 혈액 중에 지질 또는 지방성분이 과다하게 많이 함유되는 상태를 나타내는 질환입니다. 이는 콜레스테롤과 중성지방을 운반하는 지단백의 생합성이 증가하거나 분해가 감소함으로써 발생합니다. 이로 인해 혈중에 총콜레스테롤, LDL콜레스테롤, 중성지방이 증가하거나 HDL콜레스테롤이 감소된 상태가 될 수 있습니다.

고객님의 **이상지질혈증** 상대적 발병 위험도 1.29배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
GCKR	C T	포도당·지질 대사 및 대사증후군에 연관된 유전자
GCKR	C T	포도당·지질 대사 및 대사증후군에 연관된 유전자
ZPR1	C C	신경 세포 성장에 관여하는 유전자

고객님의 **이상지질혈증** 유전적 위험도 (1.29배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

이상지질혈증 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- 지방위주의 식생활, 운동 부족, 복부비만
- 갑상선기능저하증, 임신, 약물 복용, 대사증후군 (당뇨병, 고혈압 등)

증상 및 징후
- 대부분 무증상
- 동맥 경화 및 심혈관 질환으로의 위험 증가
- 협심증, 심근경색, 뇌졸중

검사 항목
- 혈액검사(총콜레스테롤, HDL-콜레스테롤, LDL-콜레스테롤, 중성지방)
- 혈압검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 아보카도, 씨앗류, 혈압상승을 억제하고, 혈전예방에 도움이 되는 카테킨 성분이 함유된 녹차

예방 및 관리
- 이상지질혈증은 무증상인 경우가 많으니, 정기적인 검진으로 지질수치를 모니터링 합니다.
- 동물성지방, 콜레스테롤이 많은 음식을 피하고, 식이섬유가 풍부한 음식을 섭취합니다.
- 적정 체중 유지를 위해 일주일에 3-4회, 30분~1시간씩 유산소운동을 합니다.
- 콜레스테롤 수치를 유지하기 위해 금연 및 절주를 권장합니다.
- 다른 심혈관계 위험인자가 있을 경우 주의가 필요합니다.

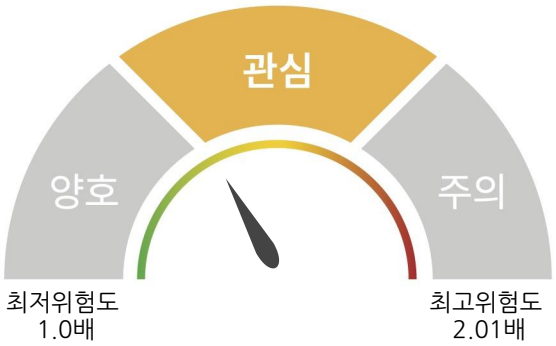
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

제1형 당뇨병

제1형 당뇨병이란

제1형 당뇨병은 우리나라 당뇨병의 2% 미만을 차지하며, 췌장의 베타세포가 파괴돼 인슐린이 분비되지 않는 질환입니다. 외부에서 인슐린을 주입하는 치료가 필수적이며, 인슐린 치료를 받지 않으면 고혈당이 악화되어 당뇨병 케톤산증을 동반한 급성 합병증이 나타날 수 있습니다.

고객님의 **제1형 당뇨병** 상대적 발병 위험도 1.34배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **10개** 검출 수 **4개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
RNLS	C T	교감신경계 및 대사 관련 조절과 연관된 것으로 보고되는 유전자
IFIH1	A A	항바이러스 선천면역·제1형 당뇨병 등 자가면역질환 감수성에 연관된 유전자
PTPN2	T T	면역세포 신호조절·크론병·제1형 당뇨병 감수성에 연관된 유전자
CTLA4	G G	자가면역성 탈모증의 위험성 증가에 관여하는 유전자
NRP1	C T	신경발달 및 면역 반응 조절에 관여하는 유전자

고객님의 **제1형 당뇨병** 유전적 위험도 (1.34배) 는 한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

제1형 당뇨병 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 가족력 등 위험인자가 있는 소아나 성인
주기 | 1년
방법 | 혈액검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- 바이러스 감염, 스트레스
- 연령(4세~7세, 10세~14세에서 정점으로 나타남)

증상 및 징후
- 다음(심한 갈증), 다뇨, 다식, 야뇨증
- 체중 감소
- 당뇨병성 케톤산증

검사 항목
- 공복혈당 측정
- 경구당부하검사
- 당화혈색소 측정

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 저지방 고단백 식품인 닭고기, 생선, 계란, 콩, 렌틸콩, 검은콩, 저지방 유제품
- 식이섬유가 풍부한 현미, 귀리, 보리, 당근, 브로콜리, 시금치, 사과, 배, 오렌지, 견과류

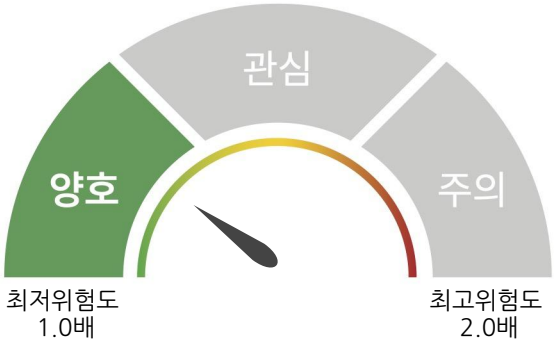
예방 및 관리
- 식사 및 운동 요법과 함께 반드시 적절한 인슐린 치료를 시행해야 합니다.
- 나이에 맞는 성장과 발달이 이루어질 수 있도록 적절한 양의 음식을 골고루 섭취해야 하며, 간식류와 같이 혈당을 급격히 올리는 음식을 지나치게 많이 먹지 않도록 주의해야 합니다.
- 좋아하는 운동을 선택하여 꾸준히 운동하는 것이 좋고, 인슐린을 사용하는 경우 운동 후 저혈당에 유의해야 합니다.

제2형 당뇨병

제2형 당뇨병이란

당뇨병은 인슐린의 부족하거나 정상적인 기능이 이루어지지 않아 생기는 대사질환의 일종입니다. 인슐린은 췌장에서 생성되는 호르몬으로, 혈당을 조절하는 역할을 합니다. 따라서 인슐린의 부족 또는 기능 장애가 발생하면 혈당 조절이 원활하지 못하게 되어 당뇨병이 발생합니다.

고객님의 **제2형 당뇨병** 상대적 발병 위험도 1.2배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
PPARG	C C	지방 세포 형성과 혈당 조절에 중요한 역할을 하는 유전자
HHEX	C C	혈액 세포 형성과 신호 전달 경로에 관여하는 유전자
FTO	C C	지방 대사 및 체중 조절에 관여하는 유전자
TCF7L2	C C	당뇨병과 관련된 신호 전달 경로를 조절하는 유전자

고객님의 **제2형 당뇨병** 유전적 위험도 (1.2배) 는 한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

제2형 당뇨병 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 40세 이상 성인, 과체중이나 가족력 등 위험인자가 있는 30세 이상 성인
주기 | 1년
방법 | 당뇨병 선별검사(공복혈당 측정, 경구당부하검사, 당화혈색소 측정)

위험요인
- 직계가족 중 당뇨병 병력이 있을 경우
- 고도비만, 운동 부족, 스트레스 등 환경적인 요인
- 고혈압, 공복혈당장애, 뇌졸중, 관상동맥질환 말초혈관 질환 등 대사질환이 있는 경우

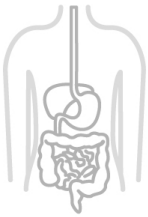
증상 및 징후
- 많은 양의 물 또는 음식을 섭취, 많은 양의 소변을 봄
- 시력 변화 (흐릿하거나 통증 동반), 가려움증이나 피부변화
- 가슴 통증, 불규칙한 맥박 등 심장질환, 소변의 빈도변화, 발목이 붓는 신장질환

검사 항목
- 공복혈당검사
- 경구포도당부하검사
- 당화혈색소 검소

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 귀리, 보리, 퀴노아, 아몬드, 호두, 견과류와 같은 혈당을 안정시키고 인슐린 민감성을 높이는 통곡물류, 식이섬유가 풍부한 식품

예방 및 관리
- 식사는 4-5 시간 간격으로 3끼를 일정한 시간에 먹고 식사를 거르지 않습니다.
- 당분 음료, 트랜스 지방, 포화 지방과 같은 가공된 탄수화물은 가급적 먹지 않도록 합니다.
- 유산소운동(걷기, 수영, 사이클링 등)을 통해 체중을 조절하여 예방할 수 있습니다.
- 금연하고, 과도한 음주량을 적정 수준으로 제한하는 것이 좋습니다.
- 제2형 당뇨병은 장기적인 질환이므로 규칙적이고 정기적인 전문의 상담을 통해 적합한 약물 치료를 시행하는 것이 중요합니다.

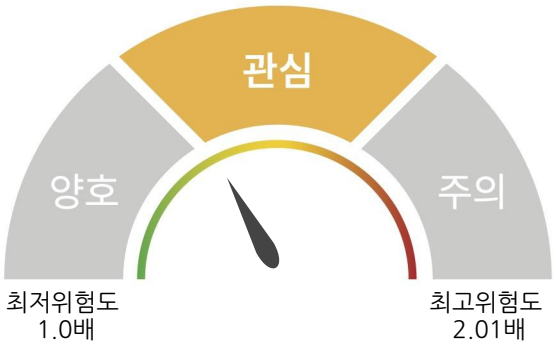
크론병



크론병이란

크론병은 입에서 항문까지 소화기관 전체에 발생할 수 있는 만성 염증성 장질환입니다.궤양성 대장염과 달리 장의 모든 층에 염증이 침범할 수 있습니다. 주로 대장과 소장이연결되는 부위인 회맹부에 발병하는 경우가 흔하고, 그 다음으로 대장, 회장 말단부, 소장 등에서 많이 발생합니다. 염증의 원인이 아직 밝혀져 있지 않으며, 완치가 어렵고 장기적인 치료가 필요한 질환입니다.

고객님의 **크론병** 상대적 발병 위험도 1.35배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **10개** 검출 수 **4개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
IRGM	C C	자가포식 조절하는 유전자
NOD2	A A	세균 반응 조절하는 유전자
PSORS1C3	A A	피부면역에 관여하는 유전자
IL23R	G G	Th17세포 분화 조절하는 유전자
SLCO6A1	A A	유기 음이온 수송하는 유전자

고객님의 **크론병** 유전적 위험도 (1.35배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

크론병 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사, 대장•소장 내시경 검사

위험요인
- 직계가족 중에서 크론병을 가진 사람이 있는 경우
- 류마티스 관절염, 자가면역 갑상선 질환 등 자가면역 질환을 가진 경우
- 고지방, 고당분 식품 섭취, 강도높은 운동, 스트레스 등 환경적 요인

증상 및 징후
- 설사, 복통, 식욕 감퇴, 체중감소 등
- 구토, 오심, 탈수현상, 피로감과 무기력, 구내염
- 합병증으로는 경화성 담관염, 신장 결석(장폐색)에 노출될 수 있음

검사 항목
- 혈액검사
- 대장•소장 X선 검사
- 대장•소장 내시경 검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 저지방 고단백 식품인 닭고기, 생선, 콩, 저지방 유제품, 견과류
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 땅콩, 아보카도, 씨앗류

예방 및 관리
- 흡연이나 경구용 피임약의 복용은 피하는 것이 좋습니다.
- 심리적인 안정을 느낄 수 있는 명상, 요가, 근육이완요법 등의 방법으로 스트레스를 줄여야 합니다.
- 영양사와 상담하여 적절한 영양소 섭취와 영양 상태를 유지하는 식단을 계획하는 것이 중요합니다.
- 항염증제, 면역억제제, 항생제 등을 통해 염증을 억제하고 장의 면역 반응 조절하는데 도움을 줄 수있습니다. 따라서 의사의 처방에 따라 약물을 사용하고 정기적인 모니터링이 필요합니다.

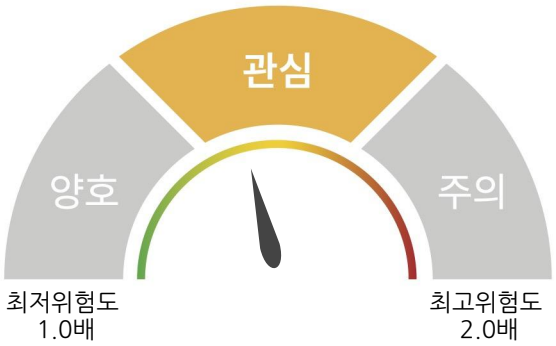
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

통풍

통풍이란

혈액 내에 요산(퓨린(purine) 대사물)의 농도가 높아질 때 관절의 연골, 힘줄, 주위 조직에 요산염 형태의 결정이 침착되어 염증을 유발합니다. 이로 인하여 극심한 통증과관절의 변형, 불구가 발생되는 질환이 통풍입니다. 또한 이는 신장질환 뿐 아니라 콩팥에 돌이 생기도록 하기도 합니다. 통풍은 주로 남성에게 발생하는데, 남성은 나이가 들수록 콩팥의 요산 제거 능력이 감소하기 때문입니다.

고객님의 **통풍** 상대적 발병 위험도 1.42배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
SLC2A9	C C	혈액 내 요산 수치 조절에 관여하는 유전자
SLC17A3	A T	요산 배출에 관여하는 유전자
SLC2A9	A A	혈액 내 요산 수치 조절에 관여하는 유전자

고객님의 **통풍** 유전적 위험도 (1.42배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

통풍 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사(혈중 요산 검사)

위험요인
- 가족력이 있는 경우 및 비만, 당뇨병
- 과다한 알코올 섭취
- 신부전, 고혈압 등의 다른 질병이 있는 경우

증상 및 징후
- 피부 염증성 결정, 발열과 발톱변화
- 붓기와 염증, 급성 통풍성 관절염
- 통증의 지속, 만성 염증성 결절

검사 항목
- 혈액검사(혈중 요산, 적혈구 침강속도, C-반응 단백)
- 관절액 채취 및 편광현미경검사
- 방사선 영상 검사 (관절 에스레이, 초음파 검사)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 퓨린이 적게 함유된 음식, 우유, 요구르트, 치즈 등의 저지방 유제품, 블랙커피
- 콩류, 아스파라거스, 브로콜리, 당근, 고구마, 양파, 호박, 아몬드, 호두, 캐슈넛, 피스타치오, 수박, 멜론,토마토, 오이, 상추, 살코기나 닭고기, 계란 등 저단백 섭취

예방 및 관리
- 해산물, 삼겹살 등 요산 함량이 높은 음식을 줄이고, 알코올 섭취를 제한합니다.
- 충분한 수분을 섭취하여 체내 요산 농도를 희석시킵니다.
- 통풍 환자는 규칙적인 열량 제한을 통해 정상 체중을 유지하는 것이 중요합니다.
- 건강한 체중을 유지하고, 비만을 예방하고, 적절한 운동을 선택해서 꾸준한 신체활동을 해야 합니다.

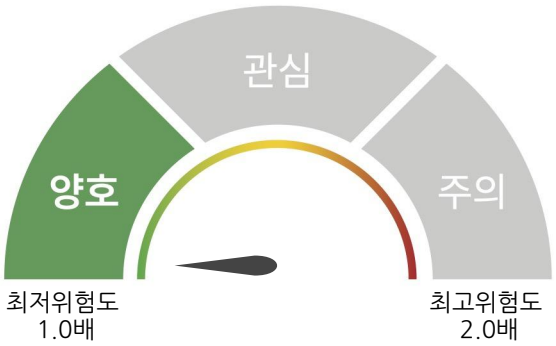
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

루푸스

루푸스이란

전신홍반루푸스는 만성 염증성 자가면역질환으로 결합조직과 피부, 관절, 혈액, 신장등 신체의 다양한 기관을 침범하는 전신성 질환입니다. 루푸스는 라틴어로 늑대(lupus)를 의미하는데, 피부발진증상이 늑대에 물리거나 긁힌 자국과 비슷하기 때문입니다. 얼굴에 생긴 발진이 염증으로 인하여 빨갛게 보이고 피부 이외의 다른 장기에도염증이 발생한다는 것이 밝혀지면서 '전신홍반루푸스'라고 부르게 되었습니다.

고객님의 **루푸스** 상대적 발병 위험도 1.0배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **0개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
TNXB	C C	결합조직 구조 유지하는 유전자
HLA-DQA1	C C	면역시스템의 T세포 활성에 관여하는 유전자
PSORS1C1	C C	건선 감수성에 관여하는 유전자

고객님의 **루푸스** 유전적 위험도 (1.0배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

루푸스 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사, 자가항체검사

위험요인
- 유전적 인자, 성별(대부분 여성), 호르몬 변화
- 특정 바이러스 감염
- 자외선 노출, 과도한 스트레스 등 환경적 인자

증상 및 징후
- 홍반(붉은반점)성 발진, 자외선 노출 시 악화
- 관절 통증 및 관절염, 하지 부종
- 구강 궤양, 전신 쇠약감, 피로, 발열, 체중감소

검사 항목
- 자가항체검사(ANA: antinuclear antibody)
- 일반혈액검사
- 간기능 검사, 신장 기능 검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 항산화물질이 풍부한 당근, 시금치, 브로콜리, 블루베리, 딸기, 라즈베리류, 오메가-3 지방산이 풍부한고등어, 연어, 참치, 아몬드, 호두, 아보카도, 올리브 오일 등

예방 및 관리
- 루푸스 가족력이 있을 경우, 항체검사 등을 통해서 조기 진단할 수 있습니다.
- 햇빛을 가릴 수 있는 옷을 입고, 자외선차단제를 발라 자외선 노출을 최소화하는 것이 좋습니다.
- 규칙적인 운동과 충분한 수면을 취하고 스트레스를 받지 않도록 해야 합니다.

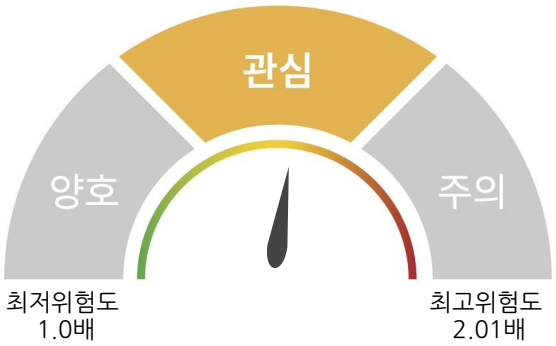
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

류마티스 관절염

류마티스 관절염이란

류마티스 관절염은 관절 주위를 둘러싸고 있는 활막이라는 조직의 염증으로 발생하는원인불명의 만성 염증성 질환입니다. 거의 모든 관절에서 발생할 수 있으며, 오랜 기간진행되어 주위의 연골과 뼈로 염증이 퍼져 관절의 파괴와 변형을 초래하게 됩니다. 단기간에 치료되기 어렵지만, 꾸준한 치료를 통해 관절의 통증이나 장애를 최소화할 수있습니다.

고객님의 **류마티스 관절염** 상대적 발병 위험도 1.55배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **10개** 검출 수 **6개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
PHF19	C T	다양한 유전자 발현에 관여하는 유전자
CD40	T T	면역 반응에 관여하는 유전자
CD244	C T	면역 반응에 관여하는 유전자
STAT4	G T	면역 반응에 관여하는 유전자
CD244	A G	면역 반응에 관여하는 유전자

고객님의 **류마티스 관절염** 유전적 위험도 (1.55배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

류마티스 관절염 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 신체검사, 혈액검사 등

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- 세균, 바이러스 감염
- 흡연, 치주염, 장내 세균 등 환경적 요인

증상 및 징후
- 손가락, 손목, 팔꿈치, 무릎, 발목 등 관절의 통증, 뻣뻣함(강직), 붓기
- 관절 변형
- 전신통증, 체중감소, 피로감, 우울감

검사 항목
- 혈액검사(CRP, ESR, FR, ANA 등)
- 관절 유액 검사
- X-ray, 자가공명영상(MRI), 초음파검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 아보카도, 씨앗류, 염증감소에 도움이 되는 올리브오일, 양파, 마늘, 생강, 케일, 시금치

예방 및 관리
- 조기 진단과 적절한 치료를 통해 증상을 완화하고 관절 변형을 줄일 수 있습니다.
- 규칙적인 유산소 운동, 저강도 운동을 통해 관절 가동성과 근력 신체 기능을 증진시키고, 심리적 안정을 찾는 것이 도움이 됩니다.
- 평소 올바른 자세를 취하고 한 자세로 오래 있지 않는 것이 좋습니다.
- 체중 증가는 관절에 무리를 줄 수 있으므로 식사량을 조절하고, 예방에 도움이 되는 식품들로 구성된식습관을 가지는 것이 중요합니다.

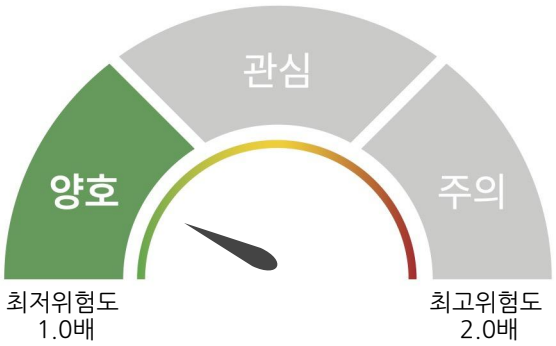
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

천식

천식이란

천식은 기도 과민증과 가역적인 기도폐쇄를 보이는 만성 기도 염증 질환입니다. 천식은전세계적으로 흔한 질병으로 우리나라에서도 매우 빠른 속도로 증가하고 있으며, 전국민의 약 5-10%가 천식 환자로 추정됩니다. 호흡곤란, 기침, 천명 등의 증상이 반복해서발작적으로 나타나는 것이 특징입니다. 원인인자와 악화인자를 피하고, 꾸준한 관리 및치료가 중요합니다.

고객님의 **천식** 상대적 발병 위험도 1.14배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 1개

대상유전자	위험인자	유전자 기능
TBX21	A A	면역 반응에 관여하는 유전자
PTGS2	T T	염증과 통증 반응에 관여하는 유전자
INPP4A	C T	세포 생존에 관여하는 유전자

고객님의 **천식** 유전적 위험도 (1.14배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

천식 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 폐기능검사, 알레르기검사, 기관지 확장검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우 및 과체중, 흡연자
- 알레르기 원인물질(먼지, 진드기, 꽃가루, 곰팡이, 애완동물 털 등)
- 다른 알레르기(아토피피부염, 비염)가 있는 경우

증상 및 징후
- 천명(쌕쌕거림)
- 호흡 곤란, 기침, 가래
- 흉부 압박

검사 항목
- 폐기능검사, 알레르기검사, 기관지 확장검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 항산화성분이 풍부한 블루베리, 딸기, 코코넛, 레몬, 토마토, 시금치, 브로콜리, 당균, 호박, 아보카도,아몬드, 호두, 올리브오일, 검은콩, 현미, 귀리, 다크초콜릿, 녹차

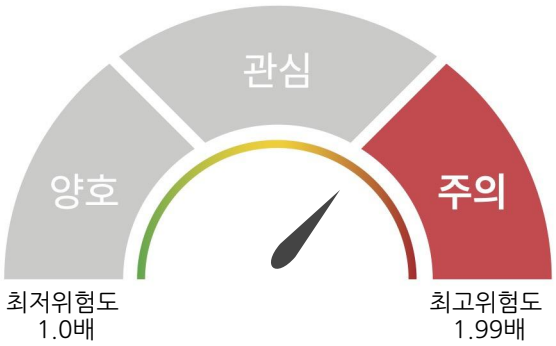
예방 및 관리
- 실내는 청결하게 유지하고, 대기오염이 심한 날은 외출을 삼가거나 마스크를 착용합니다.
- 천식의 원인 및 악화요인을 검사로 확인한 후 피해야 하며, 금연하고 간접흡연도 최대한 피해야 합니다.
- 감기 예방을 위하여 손을 잘 씻고, 인플루엔자(독감) 예방접종을 철저히 합니다.
- 규칙적인 운동을 하고 정상체중을 유지합니다.
- 효과와 안전성이 입증된 방법으로 꾸준히 치료합니다.

임신중당뇨병

임신중당뇨병이란

임신중 당뇨병은 임신 중 생긴 내당능 이상으로, 공복 시 혈당치가 110~120mg/dL인 당뇨의 전 단계를 의미합니다. 임신 중 혈당이 조절되지 않으면 태아에게 좋지 않은 영향을 끼쳐 거대아가 될 수 있으며, 이는 분만 중 산모의 합병증 및 신생아의 합병증 위험이 증가합니다. 대부분 증상은 없으며, 산전 검사를 통해서 발견되는 경우가 많습니다.

고객님의 **임신중당뇨병** 상대적 발병 위험도 1.72배



주의

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
IGF2BP2	A C	인슐린 신호·제2형 당뇨병 감수성에 연관된 유전자
CDKAL1	C C	인슐린 분비·제2형 당뇨병 감수성에 연관된 유전자

고객님의 **임신중당뇨병** 유전적 위험도 (1.72배) 는
한국인 평균 위험도 보다 높습니다.

임신중 당뇨병 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 임신 24~28주 모든 임산부
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사

위험요인
- 35세 이상 산모, 다태임신
- 가족력이 있는 경우, 임신 전 비만이나 임신 중 고혈압
- 당뇨병 전단계 병력, 거대아 출산력 등

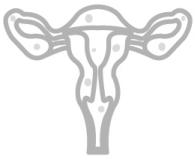
증상 및 징후
- 무증상, 피로감, 쇠약감
- 임신성 고혈압
- 갈증, 급격한 체중증가

검사 항목
- 혈액검사
- 경구 당부하 검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 식이섬유가 풍부한 현미, 귀리, 보리, 오트밀, 퀴노아, 콩, 당근, 브로콜리, 시금치, 케일, 상추, 양파,파프리카, 사과, 바나나, 포도, 파인애플, 블루베리, 배, 오렌지, 토마토, 곤약
- 저지방식품인 올리브오일, 아보카도, 견과류, 흰살생선, 두부, 닭가슴살

예방 및 관리
- 매일 자가혈당 측정기를 사용하여 본인의 혈당 수치를 철저하게 파악하고 조절해야 합니다.
- 전문가와 상의하여 식이 요법, 운동 요법, 인슐린 요법 등을 시행해 혈당을 조절하는 것이 바람직합니다.
- 적절한 운동과 식단을 통하여 급격한 체중 증가를 피하는 것이 좋습니다.

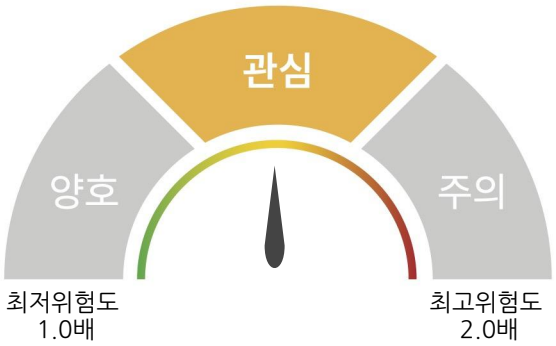
자궁내막증



자궁내막증이란

자궁내막증이란 가임기 여성의 약 10~15%에서 흔하게 발생되며, 자궁 안에 있어야 할자궁내막 조직이 자궁 밖의 복강 내에 존재하는 질환입니다. 자궁내막증은 모든 연령대에서 생길 수 있으며, 심한 월경통과 하복부 통증, 불임 등이 있습니다. 자궁내막증은 그빈도가 매우 높은 질환임에도 불구하고 수술 전 정확한 진단이 어려운 경우가 많으며,재발을 자주하고 지속적으로 진행하는 특성을 보입니다.

고객님의 **자궁내막증** 상대적 발병 위험도 1.5배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **2개** 검출 수 1개

대상유전자	위험인자	유전자 기능
GREB1	A G	에스트로겐 반응·호르몬 의존성 암(특히 유방암)에 연관된 유전자

고객님의 **자궁내막증** 유전적 위험도 (1.5배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

자궁내막증 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인을 가진 여성
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 문진, 자궁초음파, 복강경검사

위험요인
- 월경혈의 역류
- 가족력이 있는 경우
- 면역기능 저하

증상 및 징후
- 만성 골반통증(하복부, 허리통증)
- 월경시 통증, 불특정 질출혈
- 성교통, 불임증

검사 항목
- 질식 초음파검사, 자궁내막 조직검사
- 복강경 검사
- 혈액검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 항산화성분과 식이섬유가 풍부한 블루베리, 딸기, 코코넛, 레몬, 토마토, 시금치, 브로콜리, 당근, 호박,아보카도, 아몬드, 호두, 땅콩, 피스타치오, 올리브오일, 검은콩, 현미, 귀리

예방 및 관리
- 스트레스는 호르몬에 영향을 주어 자궁내막의 성장과 염증을 촉진할 수 있으므로, 명상을 하거나 휴식을 취해 스트레스 관리를 하는 것이 좋습니다.
- 비만과 과체중은 호르몬 불균형을 유발하여 발생위험이 높일 수 있으니, 적절한 운동을 통해 건강한 체중을 유지하도록 합니다.
- 가족력이 있는 경우 정기적으로 검진을 받는 것이 좋습니다.

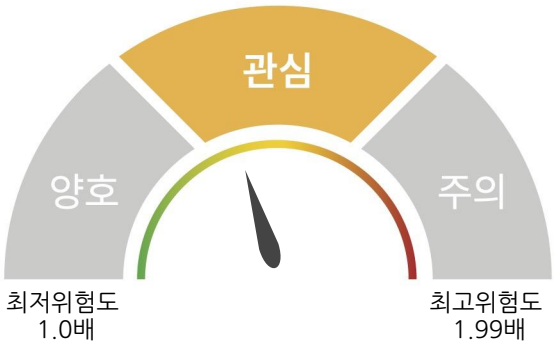
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

뇌전증

뇌전증이란

뇌 신경세포가 일시적인 이상으로 과도한 흥분 상태가 되면 의식 소실, 발작, 행동 변화 등과 같은 뇌 기능의 일시적 마비 증상이 나타나게 됩니다. 이러한 증상이 특별한 유발 요인 없이 24시간 이상의 간격으로 2번 이상 반복될 때 뇌전증이라고 정의합니다. 뇌전증 환자 10명 중 7~8명이 약물 치료를 통하여 증상이 조절되며, 나머지는 수술을 통하여 병세의 호전을 기대할 수 있습니다.

고객님의 **뇌전증** 상대적 발병 위험도 1.4배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
ADCY9	T T	신호 전달 물질 합성에 관여하는 유전자
CHRM3	A A	세포 활동을 조절하는 신호 수용체 합성에 관여하는 유전자

고객님의 **뇌전증** 유전적 위험도 (1.4배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

뇌전증 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 뇌전증 유병 가족, 위험요인이 있는 증상자
주기 | 1년
방법 | 뇌전증 선별검사

위험요인
- 두부외상, 감염, 뇌종양, 뇌졸중, 뇌의 퇴행성 변화
- 약물이나 알코올 남용
- 유전적 요인, 임신중의 영양 상태

증상 및 징후
- 운동성 경련 발작, 강직
- 의식상실 및 허공응시
- 침범된 뇌 부위에 따른 국소 발작 혹은 전신 발작

검사 항목
- 뇌파검사(EEG)
- 뇌자기공명영상(MRI)
- 양전자방출 단층촬영(PET)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 항산화물질이 풍부한 블루베리, 딸기, 아몬드, 당근, 시금치, 녹차,
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 참치, 고등어, 아몬드, 호두와 마그네슘,
- 뇌기능에 도움이 되는 B6, B9(엽산), B12, 마그네슘, 칼슘, 비타민 C, E 등 보충제

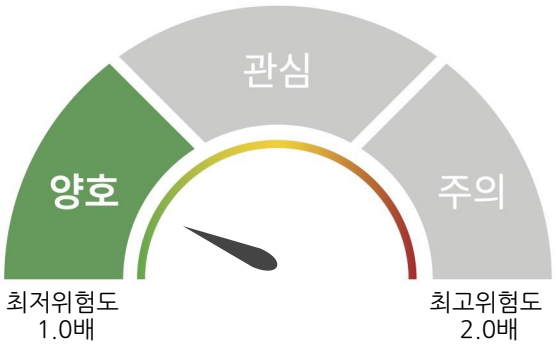
예방 및 관리
- 규칙적이고 충분한 수면은 뇌 상태를 안정적으로 유지하는데 도움이 됩니다.
- 적절한 칼로리의 균형 잡힌 식사와 규칙적인 식습관이 중요합니다.
- 과음, 과로와 스트레스는 나쁜 영향을 주므로 주의가 필요합니다.
- 감염 질환, 한약 등 항경련제에 영향을 줄 수 있는 약제 복용이 발작을 악화시킬 수 있으므로 복용 시 전문의와 상의가 필요합니다.

다발성 경화증

다발성 경화증이란

다발성 경화증은 뇌, 척수, 시신경으로 구성된 중추신경계에 발생하는 만성 염증성 질환입니다. 이 질환은 임상적으로 재발과 완화를 반복하는 특성을 가지고 있으며, 초기에는 재발한 후 장애 없이 증상이 호전되지만 시간이 지나고 재발이 반복되면서 완전히 호전이 어려워지고 장애가 남게 됩니다. 20~30대에 잘 나타나며, 여성에게서 더 흔하게 발병합니다.

고객님의 **다발성 경화증** 상대적 발병 위험도 1.13배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 1개

대상유전자	위험인자	유전자 기능
KIF1B	T T	신경 시스템의 구조 및 기능 조절에 관여하는 유전자
CD58	G G	T세포 부착 및 활성화하는 유전자
YWHAG	A C	세포주기·신호전달 조절하는 유전자
CD58	G G	T세포 부착 및 활성화하는 유전자

고객님의 **다발성 경화증** 유전적 위험도 (1.13배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

다발성 경화증 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 자기공명영상(뇌 MRI)

위험요인
- 유전적 요인
- 자가면역체계의 이상
- 원인 불명

증상 및 징후
- 이상감각 증상: 무감각, 얼얼한 느낌, 화끈거림
- 운동 장애: 반신마비, 하반신마비(배뇨, 배변, 성기능 장애), 사지마비
- 시각신경염: 통증이 동반된 시력 저하, 시야 흐림

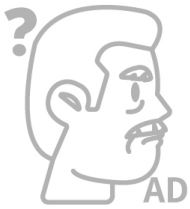
검사 항목
- 자기공명영상(뇌 MRI)
- 뇌척수액 검사
- 유발전위검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 땅콩, 아보카도, 씨앗류, 당근, 시금치, 아스파라거스, 브로콜리, 블루베리, 딸기, 라즈베리, 올리브 오일, 아보카도, 토마토, 생강

예방 및 관리
- 운동을 통하여 적정 체중을 유지하고, 건강하고 균형 잡힌 식사를 합니다.
- 스트레스를 잘 관리하고 금연하는 것이 도움됩니다.
- 면역 조절제제는 다발성 경화증의 진행을 임상적으로 명확하게 늦춰주는 역할을 합니다. 이러한 치료 방법은 신경전문의와 상담하여 결정합니다.

본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

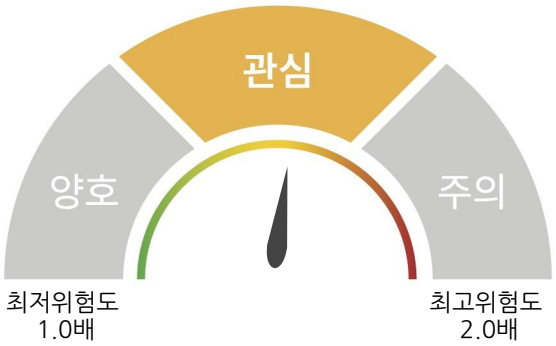
알츠하이머 치매



알츠하이머 치매이란

알츠하이머 치매는 이상 단백질(베타 아밀로이드 단백질, 타우 단백질)이 뇌 속에 쌓이면서 뇌 신경세포가 서서히 죽어가는 퇴행성 신경 질환입니다. 퇴행성이란 정상적인 사람이 나이가 들면서 세포가 손상되어 점차 증세가 나타나는 것을 의미합니다. 알츠하이머 치매는 치매를 유발하는 가장 흔한 원인으로 알려져 있으며, 전체 치매 환자 중 약 50~60%정도가 알츠하이머병에 의한 치매 증상을 보입니다.

고객님의 **알츠하이머 치매** 상대적 발병 위험도 1.54배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **5개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
TOMM40	A A	미토콘드리아 단백질 수송에 연관된 유전자
CR1	A G	면역복합체 포획·제거에 연관된 유전자
NECTIN2	A A	바이러스의 세포간 확산에 연관된 유전자
LRAT	C C	비타민 A 대사에 연관된 유전자

고객님의 **알츠하이머 치매** 유전적 위험도 (1.54배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

알츠하이머 치매 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 인지 검사, 영상학검사(CT, MRI)

위험요인
- 고령, 가족력, 우울증, 불안, 스트레스와 같은 정신건강 문제
- 고혈압, 당뇨병, 고지혈증 등의 혈관 질환을 가진 경우
- APOE e4 유전자 타입인 경우

증상 및 징후
- 기억력 및 인지 기능 저하
- 언어장애, 행동 장애, 공간인지 및 방향 감각 문제
- 성격변화, 감정변화, 우울증상

검사 항목
- 인지 검사, 심리학적 평가
- 혈액 검사, 유전자 검사
- 뇌 전산화 단층촬영(CT) 검사, 뇌 자기공명영상(MRI) 검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 항산화물질이 풍부한 블루베리, 딸기, 아몬드, 당근, 시금치, 녹차, 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 참치, 고등어, 아몬드, 호두와 마그네슘, 뇌기능에 도움이 되는 B6, B9(엽산), B12, 마그네슘, 칼슘, 비타민 C, E 등 보충제

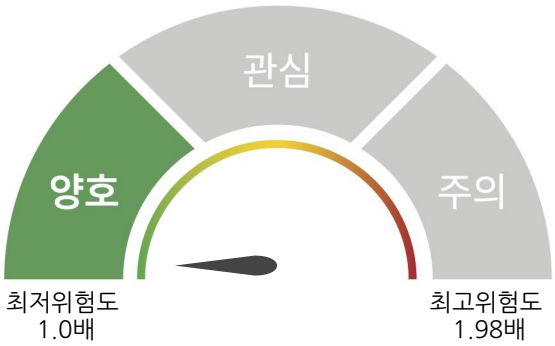
예방 및 관리
- 규칙적인 운동을 하여 신체건강을 유지하고 정상체중을 유지하도록 해야 합니다.
- 음주, 담배 카페인 등을 절제해야 합니다.
- 규칙적이고 균형 잡힌 식사를 하고, 뇌 건강에 좋은 채소와 과일, 생선 등을 섭취해야 합니다.
- 사회활동과 긍정적인 사고를 하고 두뇌활동을 꾸준히 해야 합니다.
- 고혈압, 당뇨, 고지혈증, 심장병 등 뇌혈관 질환을 치료하고 예방하여야 합니다.

치매

치매이란

치매는 기억, 언어, 판단력 등의 여러 영역의 인지 기능이 감소하여 일상생활을 제대로 수행하지 못하는 임상 증후군을 의미합니다. 즉 뇌의 인지 기능 장애로 인해 일상 생활을 스스로 유지하지 못하는 질병을 말합니다. 치매에는 노인성 치매로 알려진 알츠하이머병과 중풍 등으로 인해 생기는 혈관성 치매가 있습니다.

고객님의 **치매** 상대적 발병 위험도 1.0배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **0개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
MAPT	C C	신경 세포 내 미세소관의 안정성 유지에 관여하는 유전자
CHMP2B	G G	세포 내 단백질 분해에 관여하는 유전자
PSEN1	T T	세포 내 신호 조절과 항상성 유지에 중요한 역할을 하는 유전자

고객님의 **치매** 유전적 위험도 (1.0배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

치매 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 가족력이 있는 경우 및 고령인 경우
주기 | 1년
방법 | 인지 검사, 심리학적 평가

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- 고혈압, 당뇨병, 고지혈증 등의 혈관 질환, 뇌손상, 뇌졸중 등 뇌에 대한 손상
- 우울증, 불안, 스트레스, 흡연, 과도한 음주

증상 및 징후
- 기억력 및 인지 기능 저하
- 언어장애, 행동 장애, 판단장애, 공간인지 및 방향 감각 문제
- 성격변화, 감정변화, 충동조절상실

검사 항목
- 인지검사, 심리학평가
- 혈액검사, 유전자검사
- 뇌 영상학검사(CT, MRI)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 항산화물질이 풍부한 블루베리, 딸기, 아몬드, 당근, 시금치, 녹차,
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 참치, 고등어, 아몬드, 호두와 마그네슘,
- 뇌기능에 도움이 되는 B6, B9(엽산), B12, 마그네슘, 칼슘, 비타민 C, E 등 보충제

예방 및 관리
- 두뇌를 활발하게 유지하기 위해 독서, 퍼즐, 게임과 같은 인지 활동에 참여하는 것이 중요합니다.
- 규칙적인 운동으로 신체 건강을 관리하고 정상체중을 유지하도록 해야 합니다.
- 술과 담배, 카페인 등의 섭취를 절제하는 것이 좋습니다.
- 사회활동과 긍정적인 사고를 유지하며 꾸준한 두뇌활동을 하는 것이 중요합니다.
- 뇌혈관 질환인 고혈압, 당뇨, 고지혈증, 심장병 등을 치료하고 예방해야 합니다.
- 기억장애가 조금이라도 의심된다면 전문병원에서 정확한 검사를 받아 보아야 합니다.

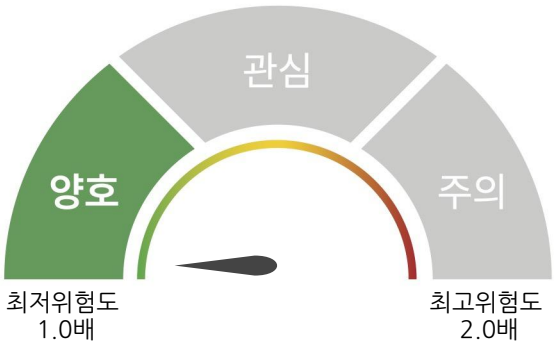
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

파킨슨병

파킨슨병이란

파킨슨병은 중뇌의 흑색질이라 불리는 부위의 도파민 세포가 점점 사멸해가면서 발생하는 신경퇴행성 질환입니다. 이 질환은 떨림, 경직 및 자세불안정성이 특징적이며, 만성적인 진행성 신경계 퇴행성 질환입니다. 적절한 치료를 받지 않으면 파킨슨병의 운동장애가 점점 진행하여 일상생활을 전혀 수행할 수 없게 될 수도 있습니다.

고객님의 **파킨슨병** 상대적 발병 위험도 1.0배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **0개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
ADH1C	C C	에탄올 대사에 관여하여 산화 스트레스를 줄이는 유전자
GBA	C C	세포 내 불필요한 지방 분해에 관여하는 유전자
HTRA2	G G	세포 사멸에 관여하는 유전자

고객님의 **파킨슨병** 유전적 위험도 (1.0배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

파킨슨병 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 신경학적 검사, 영상학검사(CT, MRI), 핵의학검사

위험요인
- 고령, 직계 가족 중 파킨슨병 병력이 있을 경우
- 환경적 요인(제초제, 살충제, 중금속, 일산화탄소, 등의 독소 노출)
- 고혈압, 당뇨병, 흡연, 고지혈증 과 같은 질환을 가진 경우

증상 및 징후
- 손, 손가락 떨림, 근육경직, 자세 불안정성
- 종종걸음, 앞쏠림, 걸음의 동결 등의 보행장애, 움직임 둔화
- 둔한 표정, 목소리 변화, 운동의 자발성 감소, 인지기능 장애, 수면장애, 통증, 피로 등

검사 항목
- 신경학적 검사 (반응, 균형 등)
- 혈액검사
- 뇌영상학검사(CT, MRI) 검사, 단일광자컴퓨터단층촬영(SPECT)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 항산화물질이 풍부한 블루베리, 딸기, 아몬드, 당근, 시금치, 녹차,
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 참치, 고등어, 아몬드, 호두와 마그네슘,
- 뇌기능에 도움이 되는 B6, B9(엽산), B12, 마그네슘, 칼슘, 비타민 C, E 등 보충제

예방 및 관리
- 규칙적이고 일상적인 생활을 하며 건강 상태를 유지합니다.
- 유산소 운동과 근력운동을 조합하여 꾸준하고 규칙적인 운동을 실천합니다.
- 독서, 퍼즐, 학습 등 다양한 정신 활동을 하는 것을 권장합니다.

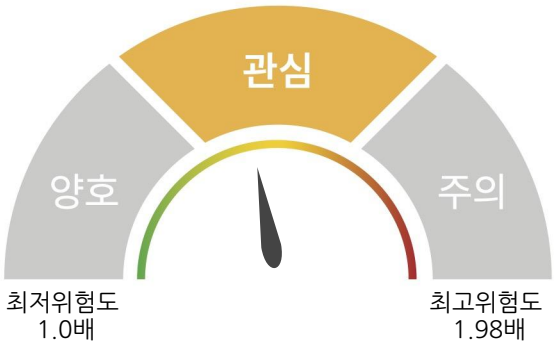
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

편두통

편두통이란

편두통은 머리 한쪽에서 나타나는 두통을 가리키는 용어로, 일측성 및 박동성 통증이일정 시간 이상 지속되며 종종 신체 활동, 빛, 소리 또는 냄새에 의해 악화됩니다. 또한,메스꺼움 및 구토를 비롯하여 소리, 빛, 냄새에 대한 과민증이 동반됩니다. 편두통은 신경계의 반응이 민감한 사람들에게서 발생합니다.

고객님의 **편두통** 상대적 발병 위험도 1.44배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
TRPM8	C T	감각 신호 전달에 관여하는 유전자
PRDM16	T T	신호 조절에 관여하는 유전자
LRP1	T T	세포 내 노폐물 제거에 관여하는 유전자

고객님의 **편두통** 유전적 위험도 (1.44배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

편두통 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 병력조사

위험요인
- 직계가족 중 한 명 이상이 편두통을 가진 경우
- 생리주기, 임신, 폐경 등 여성 호르몬 변화
- 불규칙한 식사, 과도한 음주, 수면 부족, 스트레스, 우울증, 불안장애 등

증상 및 징후
- 심한 두통, 편두통 발작
- 구토 또는 구역질
- 빛공포증, 소리공포증, 경직된 목, 어지러움, 불안증세, 시각적 이상

검사 항목
- 병력조사 및 증상 평가
- 혈액 검사 및 특수 검사 (혈관 질환, 신경학적 이상, 호르몬 이상 검사)
- 뇌 전산화단층촬영(CT) 검사 및 뇌자기공명영상 (MRI) 검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 혈관을 확장시키고 근육의 긴장완화에 도움이 되는 마그네슘이 풍부한 호두, 아몬드, 땅콩, 캐슈넛, 피스타치오, 아보카도, 바나나, 시금치, 케일, 현미, 오트밀, 미역, 김, 가리비, 조개류리보플라빈(비타민 B2), 코엔자임 Q10 같은 보충제

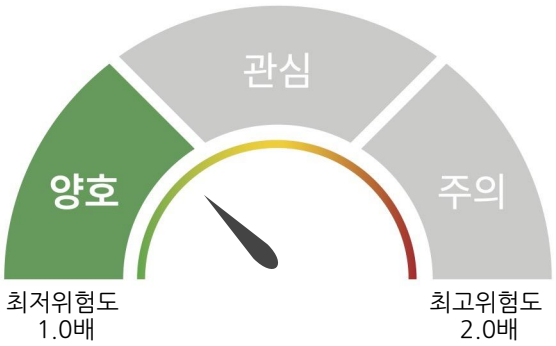
예방 및 관리
- 편두통을 유발하는 원인 인자를 파악하고 이를 피하도록 노력하는 것이 중요합니다.
- 규칙적인 수면 패턴을 유지하고 충분한 휴식과 휴가를 취하는 것이 필요합니다. 스트레스 완화, 유산소 운동 등으로 생활 습관을 변화시키는 것이 필요합니다.
- 편두통 예방을 위해 약물 치료를 고려할 수 있습니다. 의사와 상담하여 적절한 약물 치료 계획을 수립하고 관리합니다.

고혈압

고혈압이란

성인을 기준으로 심장이 수축하여 혈액을 내보낼 때의 수축기 혈압(최대 혈압)이 140 mmHg 이상이거나, 혈액이 심장으로 돌아올 때 혈관에 미치는 압력인 이완기 혈압(최저 혈압)이 90 mmHg 이상인 경우를 고혈압이라고 합니다. 고혈압 환자의 90% 이상은 원인이 명확하지 안은 본태성 고혈압에 속합니다.

고객님의 **고혈압** 상대적 발병 위험도 1.25배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
KCNIP1	C C	신경 세포의 칼륨 채널 양을 조절하는 유전자
ADD1	G G	나트륨 재흡수 작용에 관여하는 유전자
AGTR1	A A	혈관 수축에 관여하는 유전자

고객님의 **고혈압** 유전적 위험도 (1.25배) 는 한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

고혈압 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 20세 이상 (특히 비만, 고혈압 가족력, 고혈압 전단계인 경우)
주기 | 1년
방법 | 진료실 혈압 측정

위험요인
- 직계가족 중 고혈압을 가진 사람이 있는 경우
- 비만이나 고열량, 고염분 과잉섭취시, 흡연 및 운동부족
- 당뇨병, 콜레스테롤 이상 등 다른 기저질환이 있는 경우

증상 및 징후
- 두통, 어지럼증, 호흡곤란 등
- 시력의 변화가 있거나 소변양/색상의 변화
- 손발이 저리거나 부음, 심장 박동이 불규칙하게 느껴짐

검사 항목
- 혈압 측정, 혈액 및 요검사
- 심전도 검사
- 심장초음파검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 바나나, 오렌지, 감자, 레몬, 브로콜리, 시금치, 견과류, 고구마 등의 칼륨과 마그네슘이 풍부한 식품, 식이섬유, 비타민, 미네랄이 풍부한 과일과 채소

예방 및 관리
- 혈압 조절, 절주, 금연은 고혈압 예방에 도움이 됩니다.
- 평소 생활습관을 개선하여 적당한 운동, 저염 식이 요법 등을 통해 혈압을 낮출 수 있습니다.
- 빨리 걷기, 달리기, 수영, 자전거타기, 체조 등 유산소 운동을 하는 것이 좋습니다.
- 명상, 요가, 단전 호흡 등을 통해 심리적 안정을 찾거나 규칙적인 운동으로 스트레스를 조절합니다.

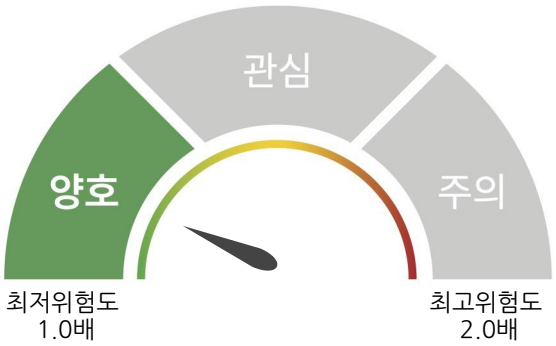
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

관상동맥질환

관상동맥질환이란

관상동맥질환은 관상동맥이 좁아져서 심장근육의 일부에 혈액 공급이 부족하여 발생하며, 흉통(협심증) 또는 심장마비(심근경색증)를 유발할 수 있습니다. 주된 원인은 동맥경화증이며, 심한 경우 심정지가 발생할 수 있는 심각한 병입니다.

고객님의 **관상동맥질환** 상대적 발병 위험도 1.13배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 1개

대상유전자	위험인자	유전자 기능
KALRN	T T	신경 기능 유지에 중요한 역할을 하는 유전자
CDKN2B-AS1	A G	심근경색 및 부정맥의 발생과 진행에 영향을 주는 유전자
MTHFD1L	G G	에너지 생성과 DNA 합성에 관여하는 유전자

고객님의 **관상동맥질환** 유전적 위험도 (1.13배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

관상동맥질환 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 심전도검사, 혈액검사

위험요인
- 직계 가족 중 관상동맥질환이 있는 경우
- 고혈압, 고지혈증, 당뇨병, 비만, 흡연 등
- 과다한 포화지방과 콜레스테롤 함유 식품의 섭취, 과도한 염분 섭취 시

증상 및 징후
- 협심증 (가슴 통증, 불쾌감, 답답함 등)
- 심근경색증 (가슴 외에도 팔, 어깨, 턱, 목 등으로 통증 확산)
- 심부전 (호흡 곤란 및 부종)

검사 항목
- 심전도 검사, 심장초음파,
- 혈액검사
- 심장스캔, 관상동맥 전산화 단층촬영(CT)검사, 관상동맥조영검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 땅콩, 아보카도, 씨앗류, 항산화성분이 풍부한 블루베리, 시금치, 브로콜리, 당근, 아보카도, 올리브오일, 검은콩, 녹차

예방 및 관리
- 산책, 체조, 걷기 운동과 같은 가벼운 운동으로 시작하여 서서히 운동 강도를 높여야 합니다.
- 운동 횟수는 하루에 20~30분씩, 1주에 3~4회 정도가 적당합니다.
- 균형 잡힌 식단과 정기적인 신체 활동으로 규칙적으로 체중을 관리해야 합니다.
- 과도한 알코올 섭취를 피하고, 금연을 하는 것이 좋습니다.
- 식이섬유가 풍부한, 곡물, 채소, 과일을 섭취하고, 영양가 높은 식품을 섭취하는 것이 좋습니다.
- 과다한 염분 섭취를 줄이고 오메가-3 지방산이 풍부한 식품을 함께 섭취하는 것이 좋습니다.

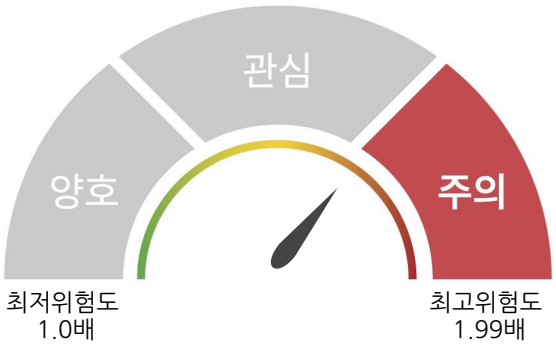
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

뇌동맥류

뇌동맥류이란

뇌동맥류란 뇌 속 동맥 혈관이 정상 혈관에 비해 약한 부분 위주로 손상과 결손이 발생하여 혈관벽이 풍선이나 꽈리처럼 부풀어오르는 상태를 의미합니다. 뇌동맥류가 터져 출혈로 인해 증상이 나타나는 경우와, 뇌동맥류가 주변 신경조직을 압박하여 비정상적인 신경증상이 나타나는 경우가 대표적인 증상입니다.

고객님의 **뇌동맥류** 상대적 발병 위험도 1.71배



주의

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
STARD13	T T	세포 증식을 조절하는 유전자
CDKN2B-AS1	C T	심근경색 및 부정맥의 발생과 진행에 영향을 주는 유전자

고객님의 **뇌동맥류** 유전적 위험도 (1.71배) 는
한국인 평균 위험도 보다 높습니다.

뇌동맥류 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 영상검사(뇌초음파TCD, 뇌 자기공명영상MRI, 뇌 CT)

위험요인
- 혈역학적으로 높은 압력이 가해지는 경우
- 혈관의 염증, 외상으로 인한 혈관벽 손상
- 유전적 요인으로 인한 혈관벽 문제나 뇌혈관질환

증상 및 징후
- 두통, 뒷목이 뻣뻣한 증상, 눈꺼풀 처짐, 복시, 의식저하
- 오심, 구토, 반신 마비(손상된 부위와 관련된 신경학적 결손)
- 기억력 장애, 인지 기능(말하기, 쓰기, 생각하기, 계산하기 등) 장애

검사 항목
- 영상검사(뇌초음파TCD, 뇌 자기공명영상MRI, 뇌 CT)
- 혈액검사
- 뇌혈관조영술(TFCA)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 땅콩, 아보카도, 씨앗류, 항산화성분이 풍부한 블루베리, 시금치, 브로콜리, 당근, 아보카도, 올리브오일, 검은콩, 녹차

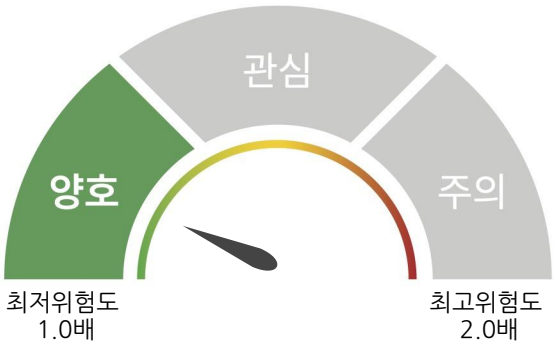
예방 및 관리
- 금연, 적절한 식습관, 운동과 금주는 뇌혈관을 튼튼하게 하여 뇌동맥류 예방에 도움이 될 수 있습니다.
- 중년 이후의 연령에서 증상이 없더라도 뇌혈관 검사로 확인해 보는 것이 도움이 됩니다.
- 적절한 운동과 건강한 식습관으로 뇌혈관을 튼튼하게 유지하는 것이 좋습니다.
- 고혈압이나 흡연 등을 주의하고 카페인 섭취를 자제하는 것이 좋습니다.
- 가족력이 있는 경우에는 미리 적극적인 검사를 통해 뇌동맥류를 확인하고 신경외과 전문의 진료를 보는 것을 권장합니다.

뇌졸중

뇌졸중이란

뇌졸중은 뇌혈관이 막히거나 터져서 뇌세포가 손상되면 발생하는 신경학적 증상으로, 뇌혈관질환의 가장 흔한 형태입니다. 뇌혈관이 막히거나 터지면 뇌에 산소와 영양소의 공급이 부족해져서 뇌조직 대사에 이상을 일으키게 되고, 기능장애 증상이 나타나게 됩니다. 조기 치료를 시작하여 뇌조직의 손상을 최소화하는 것이 핵심이므로 뇌졸중의 징후를 알고 있는 것이 중요합니다.

고객님의 **뇌졸중** 상대적 발병 위험도 1.13배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **1개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
F5	C C	혈액 응고에 관여하는 유전자
NOS3	G G	혈압 조절, 혈관 생성 등에 관여하는 유전자
GNB3	C T	혈압 조절과 관련있는 유전자

고객님의 **뇌졸중** 유전적 위험도 (1.13배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

뇌졸중 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈압 측정, 영상학검사(CT, MRI)

위험요인
- 가족력이 있는 경우 및 고령인 경우
- 고혈압, 당뇨병, 고지혈증 및 흡연, 비만
- 심장질환 및 뇌혈관 질환을 가지고 있는 경우

증상 및 징후
- 얼굴이나 팔, 다리 한쪽마비, 반신마비, 전신마비
- 갑작스러운 심한 두통, 어지러움 및 혼란
- 시야 변화, 언어장애, 행동장매, 의식장애

검사 항목
- 혈압 측정
- 뇌 전산화 단층촬영(CT) 검사, 뇌 자기공명영상검사 (MRI)
- 혈관 검사(CTA, MRA, 카테터 혈관조영술 등)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 아보카도, 씨앗류, 혈압상승을 억제하고, 혈전예방에 도움이 되는 카테킨성분이 함유된 녹차

예방 및 관리
- 혈압을 정상 범위로 유지하기 위하여 약물치료와 건강한 식습관을 유지하는 것이 중요합니다.
- 정기적으로 혈압, 혈당, 콜레스테롤을 측정하는 것이 좋습니다.
- 적절한 운동을 통해 적정 체중과 허리둘레를 유지합니다.
- 저염식 식사습관을 가지고 채소 및 생선을 충분히 섭취합니다.
- 스트레스를 최소화하고 즐거운 마음으로 생활합니다.

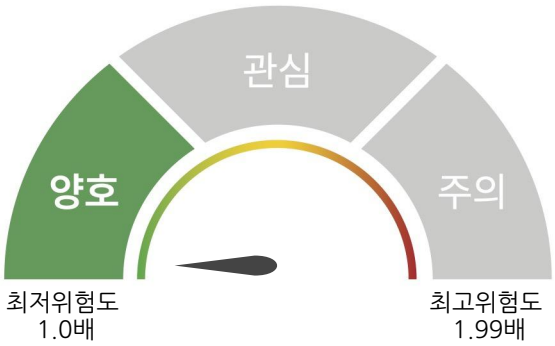
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

말초혈관질환

말초혈관질환이란

말초혈관질환은 주로 혈관을 따라 지방침착물이 쌓여 유발됩니다. 혈관의 단면이 좁아 짐에 따라 흐르는 혈액의 양이 줄어들게 되는데, 이를 죽상경화증이라고 합니다. 다리가 저리고 아픈 증상은 말초동맥이 50-60%이상 막힌 후에 나타나게 되므로, 증상 여부와 상관없이 정기적으로 검진을 받는 것이 중요합니다.

고객님의 **말초혈관질환** 상대적 발병 위험도 1.0배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **0개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
OSBPL10	T T	지질대사·대사질환 감수성에 연관된 유전자
EDNRA	C C	혈관수축·심혈관질환 감수성에 연관된 유전자

고객님의 **말초혈관질환** 유전적 위험도 (1.0배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

말초혈관질환 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | X-ray, 혈관 조영술

위험요인
- 50세 이상의 고령
- 심장병, 관상동맥질환, 고혈압
- 당뇨병, 고지혈증, 비만, 흡연

증상 및 징후
- 팔이나 다리 저림 증세
- 근육통증
- 하지의 세균 감염

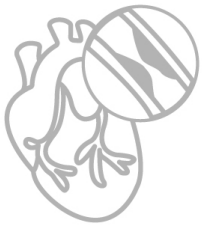
검사 항목
- 영상학검사(X-ray, CT, MRI)
- 혈관 조영술
- 발목혈압 측정, ABI 수치, duplex 초음파

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 땅콩, 아보카도, 씨앗류
- 항산화성분이 풍부한 블루베리, 시금치, 브로콜리, 당근, 아보카도, 올리브오일, 검은콩, 녹차

예방 및 관리
- 다리 저림 증상이 허리디스크나 관절염 등으로 오해될 수 있으므로, 물리 치료나 통증 치료만으로 치료시기를 놓치지 않기 위해서는 증상 발생 시 전문의와 상담이 필요합니다.
- 당뇨병, 흡연자, 고지혈증, 뇌졸중이나 협심증 등의 질환이 있다면 주의가 필요합니다.
- 규칙적인 운동과 균형 잡힌 식사, 금연을 통하여 관리합니다.

본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

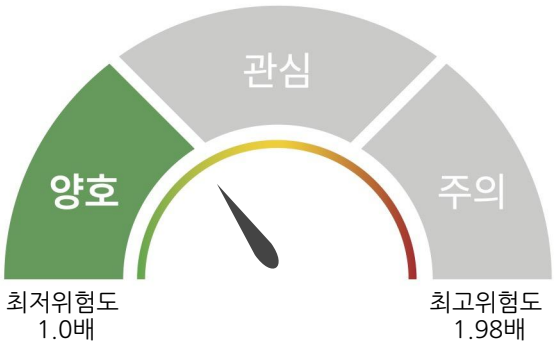
심근경색



심근경색이란

심근경색이란 심장혈관이 혈전, 연축 등의 원인으로 갑자기 막혀서 심장 근육이 손상되는 질환입니다. 심장의 3개의 관상동맥 중 하나라도 막히는 경우, 심장의 산소와 영양 공급이 줄어들게 됩니다. 이로 인해 심장 근육의 조직이나 세포가 괴사하게 되는데, 이러한 상태를 심근경색증이라 합니다.

고객님의 **심근경색** 상대적 발병 위험도 1.3배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
CDKN2B-AS1	A G	심근경색 및 부정맥의 발생과 진행에 영향을 주는 유전자
LRP8	C C	세포 밖 신호를 안으로 전달하는 유전자
CDKN2B-AS1	A G	심근경색 및 부정맥의 발생과 진행에 영향을 주는 유전자

고객님의 **심근경색** 유전적 위험도 (1.3배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

심근경색 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 심전도, 혈액검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- 고혈압, 고지혈증, 당뇨병, 흡연, 비만, 운동부족
- 과도한 알코올 섭취 및 약물 남용

증상 및 징후
- 흉통, 가슴을 쥐어짜는 통증, 명치통증,
- 불안, 공포감, 어지러움, 현기증
- 저체온, 식은땀, 창백, 두통, 피부변화, 호흡곤란

검사 항목
- 심전도 검사
- 혈액검사
- 심장초음파 검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 아보카도, 씨앗류, 혈압을 낮추는데 도움이 되는 칼륨이 풍부한 바나나, 오렌지, 감자, 브로콜리, 시금치

예방 및 관리
- 생활요법의 3-3-3 원칙을 지키는 것이 좋습니다.
- (1) 식이요법: 소식, 채식, 저염식의 3요소
- (2) 운동요법: 운동 전 3분 준비운동, 한 번에 30분 이상, 1주일에 3일 이상
- (3) 생활요법: 금연, 이상적 체중 유지, 심리적 스트레스 해소의 3요소
- 정기적인 혈압 및 콜레스테롤 검사를 받고 관리하는 것이 중요합니다.
- 혈압약, 콜레스테롤강하제 등을 처방받은 경우 지속적으로 복용해야 합니다.

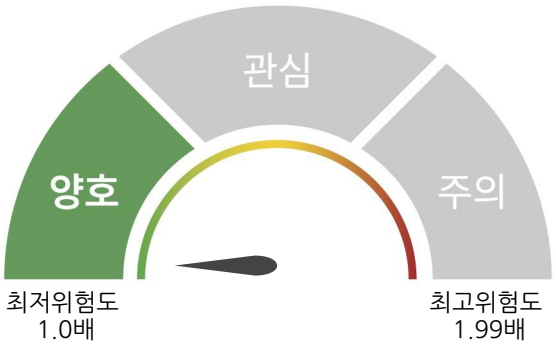
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

심방세동

심방세동이란

심장은 2개의 심방과 심실로 구성되어 있습니다. 심방 세동은 심방의 여러 부위가 무질서하게 뛰면서 분당 400~600회의 매우 빠른 파형을 형성하여 불규칙한 맥박을 형성하는 부정맥 질환의 일종입니다. 심방세동인 경우 심방 안에 혈전이 생겨서 혈관을 막게 되면 그 위치에 따라 중풍 등 여러 증상이 나타날 수 있습니다.

고객님의 **심방세동** 상대적 발병 위험도 1.0배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **0개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
ZFHX3	C C	근육 분화, 생체리듬 유지 등 생리 기능에 관여하는 유전자
CAV1	G G	신호 전달 조절에 관여하는 유전자

고객님의 **심방세동** 유전적 위험도 (1.0배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

심방세동 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 심전도검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우 및 고령인 경우
- 기질적 심장질환(심장판막증, 협심증, 심근증, 선천성 심질환 등)
- 고혈압, 만성 폐질환, 갑상선 질환, 스트레스, 음주, 카페인 감염, 각종 대사 장애

증상 및 징후
- 불규칙적인 심장박동, 가슴이 두근거리거나 답답한 느낌
- 심계 항진 또는 심장 박동 느껴짐
- 호흡곤란, 피로감, 어지러움 또는 혼란, 실신 등

검사 항목
- 심전도 검사, 심장 초음파 검사
- 혈액검사
- 이동식 심전도 모니터링 검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 땅콩, 아보카도, 씨앗류, 항산화성 분이 풍부한 블루베리, 시금치, 브로콜리, 당근, 아보카도, 올리브오일, 검은콩, 녹차

예방 및 관리
- 커피, 술, 흡연, 과식 등으로 악화될 수 있으므로 주의해야 합니다.
- 건강보조식품, 성분을 잘 모르는 한약, 기름기가 많은 육류, 튀긴 음식을 피하는 것이 좋습니다.
- 혈압, 혈당, 콜레스테롤 수치를 정상범위로 유지하도록 해야 합니다.
- 과음, 과로를 자제하고 스트레스를 줄이며, 규칙적 생활 습관을 갖는 것이 중요합니다.
- 명상, 요가 등의 심리적 안정을 도와주는 활동이나 휴식을 통해 스트레스를 관리합니다.

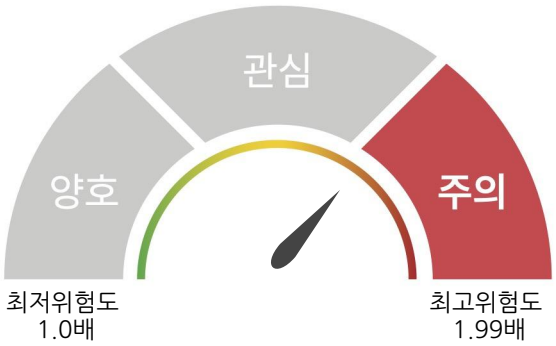
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

심부전

심부전이란

심장은 전신에 혈액을 공급하는 역할을 담당하고 있습니다. 심부전은 심장의 펌프기능에 이상이 생겨 체내에 혈액을 적절히 공급하지 못하는 상태를 의미합니다. 심부전이 발생한 경우, 심장이 이완되고 심장펌프가 제 기능을 하지 못해 신장에서 염분과 수분이 정상적으로 제거되지 못하고 폐울혈(폐혈관 내의 혈액량이 증가한 상태)을 야기하여 호흡곤란 및 부종이 나타날 수 있습니다.

고객님의 **심부전** 상대적 발병 위험도 1.72배



주의

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
OTUD7A	C T	세포 내 단백질 조절에 관여하는 유전자
ADAMTS12	A A	세포 외 기질 조절에 관여하는 유전자

고객님의 **심부전** 유전적 위험도 (1.72배) 는
한국인 평균 위험도 보다 높습니다.

심부전 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사, 심전도검사

위험요인
- 관상동맥질환, 심근경색, 심장판막 질환,
- 고혈압, 부정맥
- 약물중독, 스트레스, 음주, 스트레스

증상 및 징후
- 호흡곤란, 피로감, 운동능력 저하, 부종, 간비대, 복수, 소변량
- 심계 항진 또는 심장 박동 느껴짐
- 호흡곤란, 피로감, 어지러움 또는 혼란, 실신 등

검사 항목
- 혈액검사
- 흉부 X선 촬영
- 심전도 검사, 심장 초음파 검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오메가-3 지방산이 풍부한 연어, 고등어, 참치, 아몬드, 호두, 땅콩, 아보카도, 씨앗류, 항산화성분이 풍부한 블루베리, 시금치, 브로콜리, 당근, 아보카도, 올리브오일, 검은콩, 녹차

예방 및 관리
- 충분한 단백질과 비타민 B 군, 엽산과 리보플라빈을 섭취합니다.
- 염분섭취량이 증가하면 체내 축적되는 수분량도 증가되어 부종, 복수, 호흡곤란 등 증세가 나타나므로 나트륨섭취를 제한해야 합니다.
- 과도한 포화지방, 트랜스지방, 콜레스테롤 섭취를 줄이는 것이 중요합니다.
- 과도한 음주를 삼가고, 금연을 하는 것이 중요합니다.
- 스트레스를 줄이고, 규칙적 생활 습관을 갖는 것이 중요합니다.

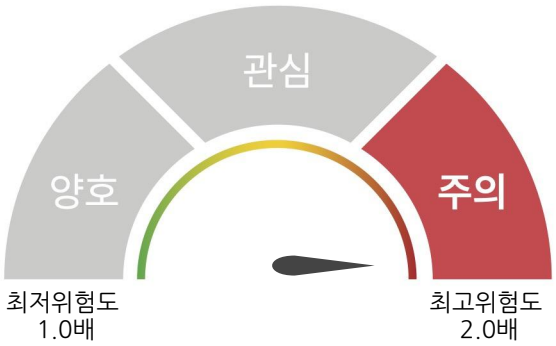
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

녹내장

녹내장이란

녹내장은 눈으로 받아들인 빛을 뇌로 전달하는 시신경에 이상이 생겨 시야 손상이 발생하는 질환입니다. 이 질환은 높은 안압으로 발생하는 경우도 있지만, 정상 안압이라도 유전자 이상, 하루 안압의 변동 폭, 시신경 혈액 순환 이상 등 여러 다른 원인으로 발생할 수 있습니다. 우리나라의 녹내장 환자 중 약 70~80%는 '정상안압녹내장'에 해당합니다.

고객님의 **녹내장** 상대적 발병 위험도 2.0배



주의

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **2개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
LOXL1	G G	혈관 탄력 섬유 형성에 관여하는 유전자

고객님의 **녹내장** 유전적 위험도 (2.0배) 는
한국인 평균 위험도 보다 높습니다.

녹내장 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 55세 이상
주기 | 1년
방법 | 안압측정, 시신경검사, 시야검사

위험요인
- 55세 이상의 고령
- 안압이 높거나 가족력이 있는 경우
- 안질환이 있는 경우, 심한 근시나 원시, 당뇨, 심혈관질환

증상 및 징후
- 시야결손
- 시야장애
- 두통이나 안구통증

검사 항목
- 안압측정
- 시신경 검사
- 시야 검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 항산화물질이 풍부한 당근, 시금치, 브로콜리, 블루베리, 딸기, 라즈베리, 오렌지, 레몬, 아연이 풍부한 호두, 아몬드, 호박씨앗, 피스타치오, 콩, 렌틸콩, 닭고기, 소고기
- 루테인, 지아잔틴, 아연, 비타민 A 등의 비타민 보충제

예방 및 관리
- 40세 이상, 안압이 높은 경우, 녹내장의 가족력, 당뇨병, 저혈압, 심혈관 질환 등의 전신질환, 근시, 원시, 당뇨망막병증 등의 안과 질환이 있을 때는 정기적인 검사를 통해 조기진단 및 치료가 필요합니다.
- 넥타이, 옷, 허리띠는 너무 조이지 않게 하는 것이 좋습니다.
- 전자기기를 사용할 때는 어두운 곳을 피하고, 적절한 거리를 유지하며 장시간 고개를 숙인 자세로 보지 않는 것이 좋습니다.

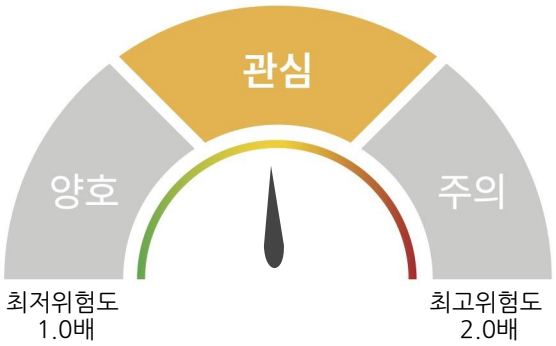
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

당뇨망막병증

당뇨망막병증이란

당뇨망막병증은 당뇨병 환자에서 발생하는 망막 미세혈관의 손상으로 인한 질환입니다. 당뇨망막병증 발생은 당뇨병을 앓은 기간과 연관이 있으며, 유병기간 11년 이상에서는 40.1% 발생하는 것으로 나타났습니다. 당뇨망막병증은 시력저하를 일으키고, 심하면 실명에 이를 수 있습니다.

고객님의 **당뇨망막병증** 상대적 발병 위험도 1.49배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **4개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
LINC02774	A C	다수의 연구를 통해 연관성이 확인된 개인 맞춤형 바이오마커
CREB5	G G	전사조절·골관절염 및 암 감수성에 연관된 유전자
INSR	C T	인슐린 수용체 신호·제2형 당뇨병에 연관된 유전자
RBFOX1	G G	RNA 스플라이싱·신경발달 및 자폐 스펙트럼 장애에 연관된 유전자

고객님의 **당뇨망막병증** 유전적 위험도 (1.49배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

당뇨망막병증 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 모든 당뇨병 환자
주기 | 1년
방법 | 시력검사, 안압검사

위험요인
- 당뇨병, 고혈당
- 고혈압

증상 및 징후
- 비문증, 시야흐림, 빛번짐, 두통, 구역질
- 시력저하, 독서 장애
- 안구통증

검사 항목
- 시력검사, 안압검사
- 안저검사
- 형광안저혈관조영

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 식이섬유가 풍부한 현미, 귀리, 보리, 오트밀, 퀴노아, 콩, 당근, 브로콜리, 시금치, 케일, 상추, 양파,파프리카, 사과, 바나나, 포도, 파인애플, 블루베리, 배, 오렌지, 토마토, 곤약, 저지방식품인 올리브오일, 아보카도, 견과류, 흰살생선, 두부, 닭가슴살

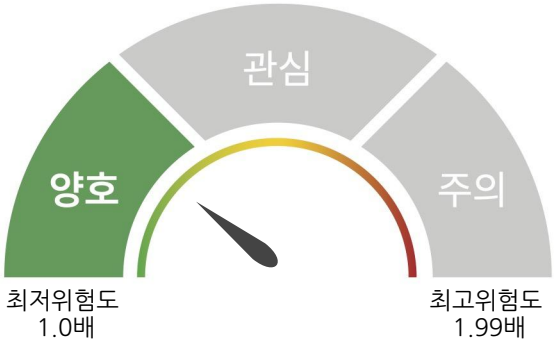
예방 및 관리
- 운동은 혈당을 조절하는데 효과적이나 몸에 무리가 갈 정도의 운동은 삼가는 것이 좋습니다.
- 혈당 조절을 잘하면 당뇨망막병증 예방에 도움이 되므로 모든 당뇨환자들은 혈당을 정상범위 안에서 잘 관리하는 것이 좋습니다.
- 초기에는 대부분 무증상 이므로 증상이 없어도 정기 검진을 잘 받고, 이상 소견이 있을 경우 적절한 치료를 받는 것이 중요합니다.

백내장

백내장이란

안구의 검은자와 홍채 뒤에는 투명한 조직인 수정체가 있으며, 이 수정체는 눈으로 들어온 빛을 굴절시켜 망막에 상이 맺게 합니다. 그러나 이러한 수정체가 혼탁해져 빛을 제대로 통과시키지 못하게 되면서 안개가 낀 것처럼 시야가 흐려지는 질환을 백내장이라고 합니다. 일반적으로 60세 이상이 되면 전체 인구의 70%가 백내장 증상을 경험합니다.

고객님의 **백내장** 상대적 발병 위험도 1.21배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **1개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
COL4A1	A G	기저막 구조·뇌혈관 질환 및 안과 질환에 연관된 유전자
SLC4A4	G G	중탄산 수송·신장 기능 및 대사성 산증에 연관된 유전자

고객님의 **백내장** 유전적 위험도 (1.21배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

백내장 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 40세이상
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 시력검사, 안압검사, 세극등검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우 및 노화
- 당뇨병 등 질병관련 요인
- 흡연, 음주, 과도한 자외선 노출

증상 및 징후
- 시력감퇴
- 빛이 퍼져 보이거나 눈이 부신 증상
- 수정체의 굴절률이 늘어나며, 일시적으로 근시가 개선

검사 항목
- 시력검사
- 안압검사
- 세극등검사(산동검사를 통해 동공을 확대시킨 후 현미경으로 수정체 혼탁정도 확인)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 카로티노이드가 풍부한 당근, 호박, 시금치, 고구마, 토마토, 망고, 포도, 체리, 항산화물질이 풍부한 시금치, 브로콜리, 블루베리, 딸기, 라즈베리, 오렌지, 레몬, 루테인, 지아잔틴, 아연, 비타민 A 등의 비타민 보충제

예방 및 관리
- 정기적인 안과 검진이 필요합니다.
- 과일, 채소 등 비타민과 미네랄이 포함된 식품을 섭취하는 것이 좋습니다.
- 모자를 쓰거나 UV를 차단하는 선글라스를 착용하여 자외선을 차단할 수 있습니다.
- 담배를 끊고 과음을 피해야 합니다.
- 혈당 조절을 통해 백내장을 예방할 수 있습니다.

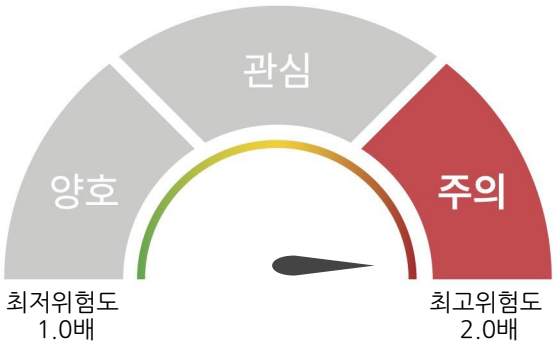
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

열공망막박리

열공망막박리이란

열공망막박리는 망막박리 중 가장 흔한 형태입니다. 이는 액화된 유리체가 망막의 열공을 통해 망막 아래의 공간으로 이동하면서 발생하게 됩니다. 열공망막박리는 갑작스럽게 발생하여 빠른 수술을 시행해야 하는 질환이므로 많은 주의를 요합니다. 대개의 경우 수술을 통해 추가적인 시력 상실을 방지할 수 있습니다.

고객님의 **열공망막박리** 상대적 발병 위험도 2.0배



주의

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **2개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
CERS2	T T	스핑고지질 합성·간·신경질환 감수성에 연관된 유전자

고객님의 **열공망막박리** 유전적 위험도 (2.0배) 는
한국인 평균 위험도 보다 높습니다.

열공망막박리 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 40-70세
주기 | 1년
방법 | 안저검사, 정밀산동검사

위험요인
- 고도근시, 노화
- 가족력이 있는 경우
- 눈 수술 이력, 안구 외상

증상 및 징후
- 날파리증(비문증), 광시증
- 시야 장애(위, 아래, 좌우에서부터 시야가 커튼을 친 것 같이 가려 보이는 증상)
- 사물이 찌그러져 보이는 증상

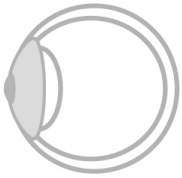
검사 항목
- 안저검사, 정밀산동검사
- 망막기능검사(망막전위도 검사)
- 망막빛간섭 단층촬영

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 비타민 A가 풍부한 당근, 시금치, 단호박, 고구마, 토마토, 망고, 포도, 체리, 연어, 참치, 루테인, 지아잔틴, 아연, 비타민 E 등의 비타민 보충제

예방 및 관리
- 평소에 작은 날파리 같은 것들이 보이다가 갑자기 그 크기가 커지거나 수가 많아지는 증상이 있다면 안과 검진을 받아야 합니다.
- 근시가 심한 사람의 경우 안과 검진을 받아보는 것이 좋습니다.
- 격렬한 스포츠 활동 시 안구 외상을 피하기 위하여 고글이나 보안경을 착용해야 합니다.

본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

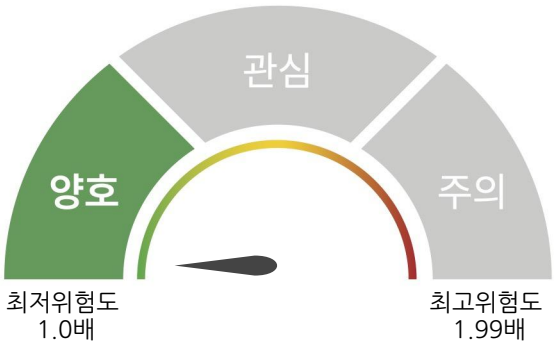
원추각막



원추각막이란

원추각막이란 각막의 형태가 점진적으로 불규칙한 원뿔 모양으로 변화하는 비염증성진행성 각막 질환입니다. 사춘기 전후로 천천히 진행되다가, 어느 시기에 다다르면 더이상 진행하지 않고 일정하게 유지되는 경우가 대부분입니다. 선천적 원추각막은 20%정도이며, 이차 원추각막증도 점점 늘어나는 추세입니다. 원추각막 증상이 심한 경우에는 각막이식이 필요할 수 있습니다.

고객님의 **원추각막** 상대적 발병 위험도 1.0배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **0개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
UBXN4	C C	단백질 분해 경로·세포 스트레스 반응에 연관된 유전자
BHLHE40-AS1	C C	전사 조절에 관여하는 긴 비암호화 RNA로, 면역·대사 과정 연관 가능성이 제시된 유전자

고객님의 **원추각막** 유전적 위험도 (1.0배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

원추각막 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 굴절검사, 세극등현미경검사, 각막곡률검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- 전신질환(아토피질환, 다운증후군 등)
- 환경적 원인(콘택트렌즈 사용, 눈을 비비는 습관, 자외선 노출)

증상 및 징후
- 시력저하, 근시, 난시
- 눈부심, 왜곡, 번짐, 복시
- 각막 수종(심한 통증 및 충혈)

검사 항목
- 굴절검사
- 세극등현미경 검사
- 각막곡률 검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 카로티노이드가 풍부한 당근, 호박, 시금치, 고구마, 토마토, 망고, 포도, 체리, 항산화물질이 풍부한 시금치, 브로콜리, 블루베리, 딸기, 라즈베리, 오렌지, 레몬, 루테인, 지아잔틴, 아연, 비타민 A 등의 비타민 보충제

예방 및 관리
- 눈을 비비는 행동은 각막에 충격을 주어 원추각막의 진행을 빠르게 할 수 있기 때문에 개선이 필요합니다.
- 알레르기성 결막염이나 아토피성 피부염이 있는 경우, 가려움으로 인해 눈 비빔을 유발하기 쉬우므로 적절히 치료를 받는 것이 좋습니다.
- 야외 활동 시 과다한 자외선에 노출되지 않도록 선글라스를 착용하는 것이 좋습니다.
- 콘택트렌즈를 부적절하게 사용하면 각막에 외상을 줄 수 있으므로 적절한 콘택트렌즈를 처방받아사용하는 것이 좋습니다.

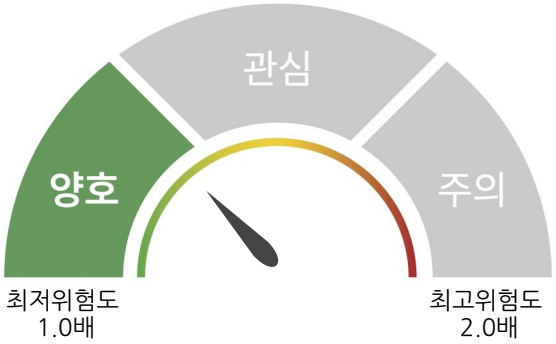
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

황반변성

황반변성이란

황반은 눈 안쪽 망막 중심부의 신경조직을 의미합니다. 황반부는 시세포의 대부분이 모여 있고 물체의 상이 맺히는 중요한 역할을 담당하고 있습니다. 이 곳에 변성이 생기면 시력감소, 중심암점, 변시증(사물이 찌그러져 보이는 증상) 등이 나타납니다. 이러한 황반변성은 치료받지 않으면 3년 내 약 75%의 환자에서 시력이 0.1 미만으로 감소하게 됩니다. 하지만 주사치료로 시력저하 및 실명의 가능성을 감소시킬 수 있습니다.

고객님의 **황반변성** 상대적 발병 위험도 1.26배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
CFH	T T	면역 반응 조절에 관여하는 유전자
CFH	A A	면역 반응 조절에 관여하는 유전자
CFH	C C	면역 반응 조절에 관여하는 유전자

고객님의 **황반변성** 유전적 위험도 (1.26배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

황반변성 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 시력검사, 안압검사, 안저검사(망막)

위험요인
- 노화
- 가족력이 있는 경우
- 흡연, 비만 및 혈중 콜레스테롤

증상 및 징후
- 시력저하
- 시야 중심에 검은 암점
- 변시증, 변색증

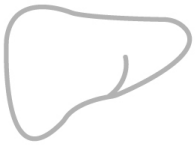
검사 항목
- 안저(망막)검사
- 형광안저촬영
- 빛간섭단층촬영

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 카로티노이드가 풍부한 당근, 호박, 시금치, 고구마, 토마토, 망고, 포도, 체리
- 항산화물질이 풍부한 시금치, 브로콜리, 블루베리, 딸기, 라즈베리, 오렌지, 레몬, 루테인, 지아잔틴, 아연, 비타민 A 등의 비타민 보충제

예방 및 관리
- 비만, 고혈압 등의 조절가능한 인자를 줄이도록 노력해야 합니다.
- 반드시 금연해야 합니다.
- 야채와 과일을 충분히 섭취하거나 상용화된 비타민제를 복용하면 황반변성 예방에 도움이 될 수 있습니다.

본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

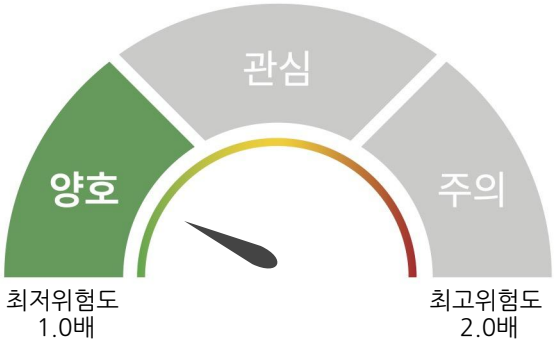
간암



간암이란

간암이란 간의 대부분을 차지하는 간 세포에서 기원하는 악성 종양(암)을 말합니다. 간암은 간에서 일차적으로 발생하는 원발성의 악성 종양으로 대부분이 간세포암종이 차지합니다. 간세포암은 만성 간염이나 간경변증에서 주로 발생하는 것을 말합니다.

고객님의 **간암** 상대적 발병 위험도 1.14배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **1개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
XRCC3	G G	DNA 손상 복구 및 염색체 안정성을 유지하는 유전자
XRCC4	A G	손상된 DNA 복구에 관여하는 유전자
MIR146A	C C	면역 반응 및 염증 경로의 유전자 발현에 관여

고객님의 **간암** 유전적 위험도 (1.14배) 는 한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

간암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 40세 이상 고위험군
주기 | 1년에 2회
방법 | 간초음파 검사 + 혈청 알파테아단백검사

위험요인
- 만성 B형 또는 C형 간염, 간경변증, 알코올성 간질환, 지방성 간질환 등
- 특정 곰팡이류가 만들어내는 발암물질 아플라톡신 B (aflatoxin B)
- 고령, 남성에게서 간암 발생 위험 증가

증상 및 징후
- 오른쪽 윗배에 통증이 있거나 덩어리가 만져짐
- 복부 팽만감, 체중 감소, 심한 피로감, 소화불량 등
- 간경변증 환자에게 간암이 발생한 경우 황달이나 복수

검사 항목
- 간 초음파 검사
- 혈청 알파테아단백검사(혈액검사)
- 영상학검사(CT, MRI)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 블루베리, 라즈베리, 사과, 시금치, 케일, 브로콜리와 같은 항산화제가 풍부한 과일.
- 현미, 보리, 서리태와 같은 잡곡 및 두유.
- 파프리카, 당근, 단호박, 양배추, 가지 등의 다양한 색의 채소

예방 및 관리
- 정기적인 건강 검진을 통해 간 기능을 확인합니다.
- B형 간염바이러스에 대한 항체가 없는 사람은 B형 간염 예방접종을 맞고, 간염바이러스에 노출되지 않도록 주의해야 합니다.
- 과도한 음주를 삼가고, 금연을 하는 것이 중요합니다.
- 제대로 소독하지 않은 기구를 사용한 침이나 뜸, 문신, 피어싱용 바늘 등으로도 감염이 될 수 있으므로 주의가 필요합니다.

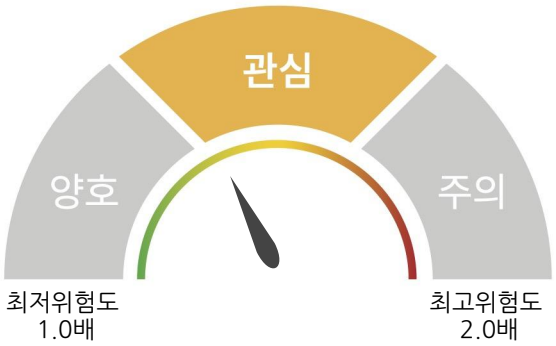
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

갑상선암

갑상선암이란

갑상선은 호르몬을 분비하는 대표적인 내분비 기관으로 신진대사를 조절하는 중요한 역할을 합니다. 갑상선에 혹이 생기는 것을 결절이라 하며, 이는 양성과 악성으로 나뉩니다. 갑상선 결절 중 약 5-10%가 갑상선암으로 추정되며, 갑상선암의 95% 이상은 유두암이며, 이외에도 여포암, 저분화암, 미분화암, 수질암 등이 있습니다.

고객님의 **갑상선암** 상대적 발병 위험도 1.35배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
PTCSC2	G G	갑상선암 감수성과 연관된 긴 비암호화 RNA(lncRNA) 유전자
FOXE1	A G	갑상선 형성에 관여하는 유전자
NRG1	C G	다양한 조직의 세포 성장과 분화를 조절하는 유전자
DIRC3	C T	종양 세포의 침습성을 조절하여 종양 억제에 관여하는 유전자

고객님의 **갑상선암** 유전적 위험도 (1.35배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

갑상선암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 갑상선암 가족력이 있거나 영아기/소아기에 얼굴과 목 부위 방사선 치료를 받은 경우
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 갑상선 초음파검사

위험요인
- 가족성 갑상선암 등 유전적 요인, 여성이 남성보다 2~4배 많이 발생
- 방사선 치료, 재해 등으로 인한 방사선 노출
- 갑상선기능저하증, 갑상선 결절, 갑상선염 등의 질환을 가진 경우

증상 및 징후
- 갑상선에서 결절이 만져질 때
- 목의 구조적 변화, 목소리 변화가 있을 때
- 호흡 곤란, 목주위에 부종 발생

검사 항목
- 갑상선초음파검사
- 갑상선기능검사
- 갑상선스캔

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 우유, 치즈와 같은 유제품이나 뼈째 먹는 생선, 두부류
- 브로콜리, 파프리카, 버섯, 토마토, 키위와 같은 다양한 색깔을 지닌 채소 및 과일류
- 곡물, 콩류, 호두, 아몬드와 같은 견과류

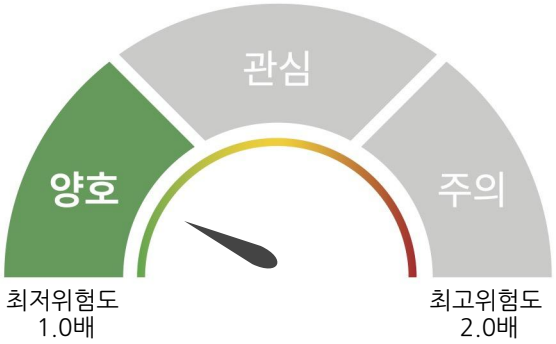
예방 및 관리
- 고용량의 방사선에 노출되는 것을 주의해야 합니다.
- 정기적인 의사 검진을 받는 것이 중요합니다.
- 식단 조절과 적절한 운동을 통해 적정 체중을 유지해야 합니다.
- 요오드를 충분히 섭취하고, 흡연과 알코올을 적절히 제한하는 것을 권장합니다.

난소암

난소암이란

난소는 자궁 양측에 위치한 두 개의 작은 생식기관으로 난자를 생산하고 월경주기에 따라 주기적으로 배란 및 여성호르몬을 분비하는 기능을 합니다. 난소암은 난소에 발생하는 악성 종양으로 50~70세 사이에 제일 많이 발생합니다. 난소암의 90% 이상은 난소표면의 상피세포에서 발생하는 상피성 난소암입니다.

고객님의 **난소암** 상대적 발병 위험도 1.14배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **1개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
PGR	C C	세포 성장을 조절하는 프로게스테론 수용체 유전자
HAGLR	C C	신호 경로를 조절하여 약물 내성에 관여하는 유전자
TIPARP	C T	면역 세포 기능에 관여하는 유전자

고객님의 **난소암** 유전적 위험도 (1.14배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

난소암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 30세 이상 여성
주기 | 1년
방법 | 초음파검사, 혈액검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- 호르몬, 배란 횟수의 증가, 배란유도제를 투여 받은 경우
- 유방암이나 대장암을 진단받은 여성

증상 및 징후
- 복통, 복부팽만감, 복부 팽대, 복강내 종괴, 요통
- 비정상적인 질출혈, 대하증(여성 생식기에서 나오는 분비물), 빈뇨, 배뇨곤란
- 오심, 구토, 변비 등

검사 항목
- 골반 내진, 경질초음파
- 혈액검사(CA-125 종양표지자 검사)
- 조직검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오렌지, 딸기, 아몬드, 아보카도, 당근, 시금치 등 항산화물질이 풍부한 식품
- 비타민 C, 비타민 E, 아연, 셀레늄 등의 비타민류
- 유산균이 풍부한 요구르트, 우유, 프로바이오틱스 보충제

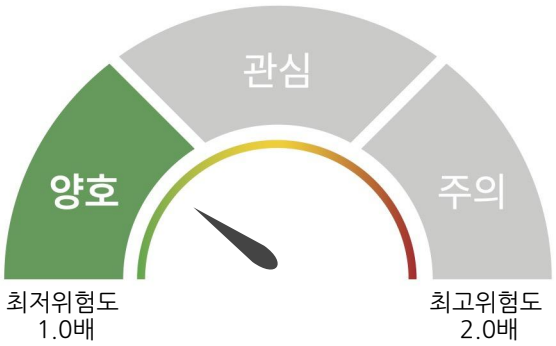
예방 및 관리
- 임신 및 출산경험이 많을수록, 모유수유 등으로 무배란 기간이 길수록 난소암 발생률이 감소합니다.
- 난소암의 발병 위험도가 높은 경우에는 위험감소 난소난관절제술을 시행하거나 예방적 난관절제술을 시행하여 난소암의 발병을 줄일 수 있습니다.
- 장기간 경구피임약을 사용하면 상피성 난소암의 예방효과가 있습니다.
- 난소암 환자의 경우 적혈구 감소에 의한 현기증에 의해 쉽게 낙상을 하거나 지혈이 쉽게 되지 않아쉽게 멍이 드는 현상이 발생할 수 있으니 주의해야 합니다.

다발성 골수종

다발성 골수종이란

다발성 골수종은 골수에서 발생하는 혈액암의 일종이며, 골수를 둘러싸고 있는 뼈나 기타 장기에서 고형 종양의 형태를 보이는 형질세포종으로 발생하기도 합니다. 다발성 골수종은 면역항체를 생성하는 형질세포가 혈액암으로 전환되어 골수에서 증식하는 질환입니다. 또한 뼈를 침윤하여 녹임으로써 잘 부러지게 하며, 골수를 침범하여 이를 감소시키는 특징이 있습니다.

고객님의 **다발성 골수종** 상대적 발병 위험도 1.2배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
TNFRSF13B	A G	B세포 활성·체액면역 조절에 관여하는 유전자
ULK4	C T	신경돌기 발달·세포운동 조절에 관여하는 유전자
ILF2	C C	전사·RNA조절 통한 면역·세포성장에 관여하는 유전자
CDH13	A A	신경돌기 억제·혈관세포 보호에 관여하는 유전자

고객님의 **다발성 골수종** 유전적 위험도 (1.2배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

다발성골수종 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사, 소변검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우 및 고령인 경우
- 방사선 노출,
- 벤젠 및 유기용제, 제초제 및 살충제 등의 화학물질 노출

증상 및 징후
- 빈혈, 멍, 출혈, 피로감, 어지러움, 호흡곤란
- 뼈 통증, 골절, 하지마비
- 신기능장애, 단백뇨, 고칼슘혈증

검사 항목
- 혈액검사, 소변검사(M단백)
- 골수검사
- 영상학검사(CT, MRI, X-ray)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 면역 기능을 강화하기 위한 항산화물질이 풍부한 비타민 C, 비타민 E, 아연, 셀레늄 등의 비타민 류
- 잡곡, 견과류, 두류, 다양한 색의 채소 및 과일류

예방 및 관리
- 균형 잡힌 식단, 규칙적인 운동과 체중관리, 충분한 수면을 유지하는 것이 중요합니다.
- 적은 양이라도 방사선, 중금속 유기용제, 제초제, 살충제 등에 노출되지 않도록 주의합니다.
- 흡연이나 과도한 음주는 피하는 것을 권장합니다.
- 다발성 골수종 환자의 경우 뼈에 생긴 병리적 변화로 인해 뼈가 약해져 골절의 위험성이 높기 때문에 무거운 물건을 들거나 뼈에 힘이 많이 가해지는 운동을 하는 것은 피해야 합니다.
- 특히 항암치료 중에 부작용을 유발할 수 있는 건강보조식품 등의 복용은 피하는 것이 좋습니다.

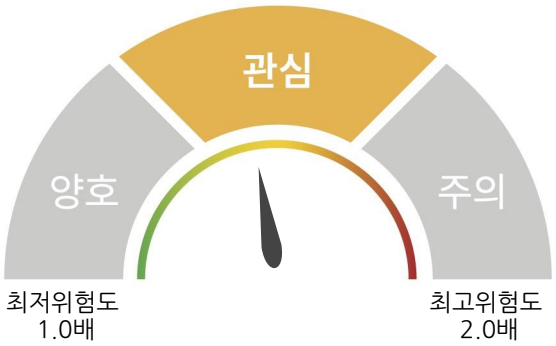
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

담관/담도암

담관/담도암이란

지방의 소화를 돕는 담즙(쓸개즙)이 간에서 분비되어 십이지장으로 흘러 들어가는 경로를 담도 혹은 담관이라고 합니다. 이러한 담관에서 발생하는 암을 담관암(담도암)이라고 합니다. 간 내부의 담도에 발생하는 간내 담도암과 간 외부의 담도에 발생하는 간외 담도암으로 구분할 수 있습니다.

고객님의 **담관/담도암** 상대적 발병 위험도 1.45배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **4개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
UBASH3A	A A	T세포 신호 억제·아폽토시스 유도에 관여하는 유전자
MANBA	A G	단백질 당분 해체에 관여하는 유전자
MMEL1	G G	단백질 조각 분해에 관여하는 유전자
CLEC16A	G T	세포청소·면역반응 조절에 관여하는 유전자

고객님의 **담관/담도암** 유전적 위험도 (1.45배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

담관/담도암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 초음파검사, 영상학검사(CT, MRI)

위험요인
- 고령, 간흡충 감염
- 담석증, 궤양성 대장염, 원발성 경화성 담관염, 선천성 간섬유증, 만성 장티푸스 보균자 등
- 고무나 화학약품, 항공기를 다루는 직업군이나 자동차 공장 종사자 등

증상 및 징후
- 황달, 복통, 체중감소 등
- 담즙이 혈액으로 침투해 노란색 색소인 빌리루빈으로 인해 폐색성 황달 발생
- 식욕부진 및 소화불량, 발열, 전신쇠약, 구토, 오심 등

검사 항목
- 초음파검사
- 영상학검사(CT, MRI)
- 혈청 종양표지자검사(CA19-9)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 사과, 레몬, 올리브유, 미역, 다시마, 토마토, 브로콜리, 고구마, 키위
- 건강한 단백질이 포함된 닭고기나 생선, 콩, 두부
- 충분한 수분 섭취

예방 및 관리
- 간흡충증 예방을 위해 민물고기는 반드시 익혀 먹고, 민물고기를 손질한 칼과 도마는 뜨거운 물로 깨끗이 씻어 관리합니다.
- 식생활 조절과 적절한 운동을 통하여 건강 체중을 유지하며 과체중, 비만을 예방합니다.
- 원발성 경화성 담도염(담관염), 궤양성 대장염, 선천성 담도 기형이나 간경변증 등이 있는 환자들은 적절한 치료를 받아야 합니다.
- 간염에 걸리면 담낭암 또는 담관암(담도암)이 발생할 위험이 커지므로, B형 간염 예방접종을 받도록 합니다.

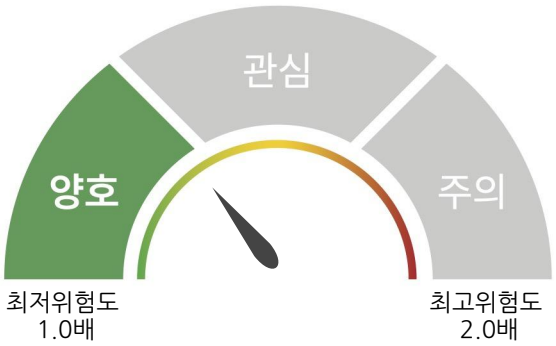
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

담낭암

담낭암이란

담낭은 담즙(쓸개즙)을 모아서 농축한 후, 식사 시 십이지장으로 분비하는 역할을 합니다. 담낭암은 이러한 담낭(쓸개)에 발생하는 암으로, 담낭 점막에서 발생하는 선암이 거의 대부분을 차지합니다. 담낭암은 세계적으로는 드물게 발생하나, 한국을 비롯한 아시아 일부 지역과 중남미 몇 개 국가에서는 호발하는 종양입니다.

고객님의 **담낭암** 상대적 발병 위험도 1.29배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
EIF3IP1	A G	단백질 합성 과정에 관여하는 유전자
KIAA0825	T T	세포 발달·기능 조절에 관여할 것으로 추정하는 유전자
DCC	T T	암 억제 유전자로, 변이가 담낭암 감수성을 높이는 유전자
CNTN4	A A	세포 신호 및 면역 억제에 관여하며, 발현 증가가 암의 성장과 연관될 수 있는 유전자

고객님의 **담낭암** 유전적 위험도 (1.29배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

담낭암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 복부초음파검사, 혈액검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- 담낭 점막의 만성적인 자극과 염증
- 담낭 결석, 담낭 석회화, 장티푸스 보균자, 담도계의 형태학적 이상

증상 및 징후
- 비특이적 복통, 상복부 명치의 통증
- 체중감소, 피로감, 식욕부진, 구역, 구토, 황달
- 복부에 만져지는 덩어리

검사 항목
- 복부초음파검사
- 혈액검사
- 영상학검사(CT, MRI)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 곡물, 채소, 과일과 같은 식이 섬유가 풍부한 식품으로 변비와 담석을 예방
- 올리브오일, 아보카도 등의 불포화 지방 섭취
- 닭고기나 생선, 두부와 같은 건강한 단백질원(저지방 식단)

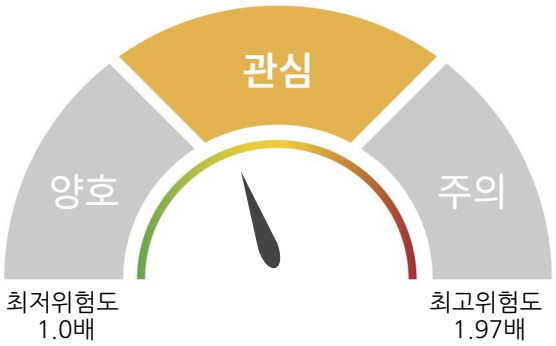
예방 및 관리
- 과도한 음주를 삼가고, 금연을 하는 것이 중요합니다.
- 식생활 조절과 적절한 운동을 통하여 건강 체중을 유지하여 과체중, 비만을 예방합니다.
- 채소와 과일을 충분히 먹고, 다채로운 식단으로 균형 잡힌 식사를 유지합니다.
- 담석이 있는 경우(특히 3cm 이상) 담낭암 발생위험이 높으므로, 전문가에게 상담을 받으시기 바랍니다.
- 간염에 걸리면 담낭암 또는 담관암(담도암)이 발생할 위험이 커지므로, B형 간염 예방접종을 받도록 합니다.

대장암

대장암이란

대장(큰창자)은 소장(작은창자)의 끝에서 시작해 항문까지 연결된 소화기관으로, 길이는 약 1.5M 정도입니다. 보통 6M를 넘는 소장보다 짧지만 폭이 넓어서 대장이라 부릅니다. 대장은 충수, 맹장, 결장, 직장, 그리고 항문관으로 나뉘며, 맹장, 결장과 직장에 생기는 악성 종양을 대장암이라고 합니다. 대장암의 대부분은 선암, 즉 점막의 샘세포에서 생기는 암입니다.

고객님의 **대장암** 상대적 발병 위험도 1.38배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
COLCA1	A C	막관통 단백질 발현에 관여하는 유전자
BMP2	C C	암의 증식, 전이 및 줄기세포 형성과 연관된 신호전달 경로에 관여하는 유전자
CDH1	A G	세포 간 접착을 조절하여 암세포의 침습을 억제하는 유전자
RHPN2	C T	세포 골격 형성에 관여하는 유전자

고객님의 **대장암** 유전적 위험도 (1.38배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

대장암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 50세 이상
주기 | 1년
방법 | 분변잠혈검사, 대장내시경검사

위험요인
- 유전성 대장용종 증후군과 같은 유전적 요인, 50세 이상의 연령
- 비만, 음주 및 흡연
- 붉은 육류 및 육가공품의 다량 섭취, 포화지방이 많은 음식 등을 즐기는 식습관

증상 및 징후
- 갑자기 변을 보기 힘들어지거나 변 보는 횟수가 바뀌는 등 배변 습관의 변화, 잔변감, 혈변
- 체중이나 근력의 감소, 식욕 부진, 소화 불량, 오심과 구토
- 복부에서 덩어리 같은 것이 만져짐, 복통, 복부 팽만

검사 항목
- 직장수지검사
- 분변잠혈검사
- 대장내시경검사, 영상학검사(CT, MRI)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 현미, 귀리, 보리, 콩과 같은 식이섬유가 풍부한 곡물, 호두, 아몬드, 과일, 채소류
- 우유, 요구르트와 같은 칼슘이 풍부한 저지방 유제품
- 충분한 수분 섭취

예방 및 관리
- 섬유소가 풍부한 야채와 과일을 섭취하는 것이 대장암 예방에 도움이 됩니다.
- 붉은 고기와 고단백질, 고지방 식이는 대장암 발생 위험이 증가하므로 주의가 필요합니다.
- 규칙적인 운동을 하고 적정 체중을 유지합니다.
- 금주 및 금연을 실천해야 합니다.

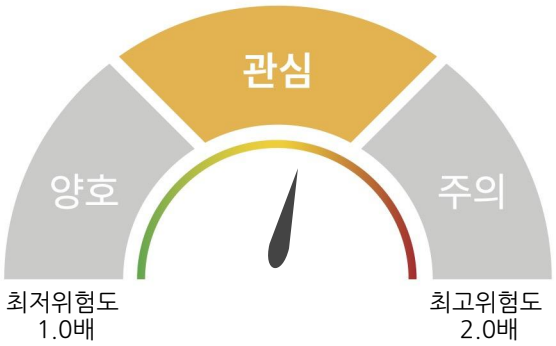
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

두경부암

두경부암이란

두경부암은 얼굴, 입안, 후두, 인두, 침샘 및 갑상선에 발생하는 악성 종양을 의미합니다. 흡연은 두경부암의 가장 강력한 발암물질로, 연기가 이동하는 과정에서 노출되는 부위에서 암이 발생할 위험이 높아집니다. 음주가 요인일 경우에는 주로 하인두와 후두부에 암이 발생하며, 흡연과 음주를 동반할 경우 암 발생 위험이 4배 이상 증가합니다.

고객님의 **두경부암** 상대적 발병 위험도 1.57배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **4개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
ADH1B	T T	에탄올 대사에 관여하여 산화 스트레스를 줄이는 유전자
HELQ	C C	DNA 손상 수리 유전자, 변이 시 암 위험 증가
NAA25	A A	단백질 변형 보조 유전자

고객님의 **두경부암** 유전적 위험도 (1.57배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

두경부암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 가족력이 있거나 심한 흡연과 음주를 하는 경우
주기 | 1년
방법 | 이비인후과 내시경검사

위험요인
- 흡연, 음주
- 역류성 질환, 식도질환, 방사선, 자외선, 비타민이나 철의 결핍
- 엡스타인-바 바이러스 (EBV), 사람유두종바이러스 (HPV) 등의 바이러스 감염

증상 및 징후
- 인두에서 이물감이 느껴짐, 음식물을 삼키기 불편하고 귀로 뻗치는 듯한 통증 발생
- 목에서 혹이 단단하게 만져지고 점점 크기가 커짐
- 숨이 차거나, 숨쉴 때(특히 숨을 들이쉴 때) 잡음이 들림

검사 항목
- 이비인후과 내시경검사
- 영상학검사(CT, MRI)
- 골스캔, 복부초음파검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 시금치, 케일, 브로콜리, 오렌지, 딸기, 블루베리, 호두, 아몬드와 같은 항산화물질 풍부한 식품, 비타민 A, 비타민 C, 비타민 E 등 항산화 비타민류, 충분한 수분 섭취

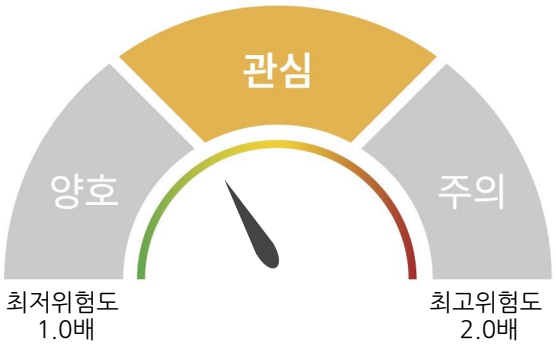
예방 및 관리
- 과도한 음주를 삼가고, 금연을 하는 것이 중요합니다.
- 사람유두종바이러스 (HPV) 예방접종을 권장합니다.
- 균형잡힌 식습관을 유지하고 고지방이나 고당도, 인스턴트 식품은 피합니다.
- 적절한 운동, 스트레스 관리, 충분한 수면 등 건강한 생활 습관을 유지하는 것은 면역 체계를 강화하는 것이 암 예방에 도움이 됩니다.

방광암

방광암이란

방광은 골반 내에 있는 속이 빈 주머니 모양의 근육기관으로, 소변을 저장하고 배설하는 기능을 합니다. 방광암은 방광에 발생하는 악성종양으로, 소변과 직접 접촉하는 요로상피세포에서 발생한 이행상피암이 90%로 대부분을 차지합니다. 방광암은 여자보다 남자에서 4배 많고, 한번 걸린 사람은 재발할 가능성이 높습니다.

고객님의 **방광암** 상대적 발병 위험도 1.33배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
OGG1	C G	DNA 손상 복구에 관여하는 유전자
TACC3	C C	세포 분열 과정 염색체 분열에 관여하는 유전자
CASC11	G G	암세포 성장 조절에 관여하는 유전자
PTGS2	A A	염증과 통증 반응에 관여하는 유전자

고객님의 **방광암** 유전적 위험도 (1.33배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

방광암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 방광암 위험 인자 보유자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 소변검사, 요세포검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우 및 흡연자인 경우
- 고무, 가죽, 페인트 제품 등을 만드는데 사용되는 각종 화학 물질에 노출
- 페나세틴계의 진통제 및 사이클로포스파미드계의 항암제

증상 및 징후
- 체중감소, 피로
- 빈뇨 증상이나 배뇨 시의 통증, 급박성 요실금, 통증이 없는 육안적 혈뇨
- 허리, 하복부 또는 뼈 통증

검사 항목
- 소변검사, 요세포검사
- 방광경검사, 조직검사
- 영상학검사(CT, MRI)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 당근, 호박, 고구마, 파프리카, 브로콜리 같은 채소와 항산화물질이 풍부한 식품
- 연어, 고등어 같은 오메가-3 지방산을 함유한 생선
- 충분한 수분 섭취

예방 및 관리
- 금연을 하고, 간접 흡연을 피하는 것이 중요합니다.
- 수분을 충분히 섭취하고, 동물성 지방, 포화지방의 섭취는 줄이는 것이 중요합니다.
- 건강한 체중으로 유지하고, 정기적인 건강검진을 권장합니다.
- 화학물질에 노출될 수 있는 직업에 종사하는 경우, 적절한 보호장치를 사용하고, 규정을 준수합니다.

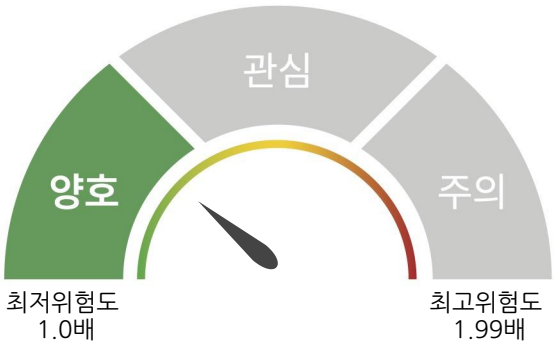
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

식도암

식도암이란

식도는 인두와 위를 연결하는 튜브와 같은 구조로 되어 있습니다. 이 기관은 음식물을 소화기관으로 운반하는 통로의 역할을 합니다. 식도암은 식도 점막의 만성적인 자극으로 인하여 발생하는 암으로, 우리나라의 전체 식도암 중 95%는 편평세포암이 차지합니다.

고객님의 **식도암** 상대적 발병 위험도 1.22배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **1개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
PLCE1	A G	세포 성장과 분화, 면역 세포 활성에 관여하는 유전자
ADH1B	T T	에탄올 대사에 관여하여 산화 스트레스를 줄이는 유전자

고객님의 **식도암** 유전적 위험도 (1.22배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

식도암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 흡연이나 음주를 하는 55세 이상
주기 | 1년
방법 | 식도 내시경 및 초음파

위험요인
- 과음, 흡연, 뜨거운 식음료 섭취
- 60세 이상의 고령
- 위-식도 역류 질환

증상 및 징후
- 음식을 삼키기 어렵거나 삼킬 때 발생하는 통증
- 성대 마비가 생겨 목이 쉼
- 등쪽 통증, 기침, 객혈 등의 증상

검사 항목
- 식도조영술, 식도내시경
- 식도초음파
- 영상학검사(CT, MRI)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 항산화 물질 과 식이 섬유가 풍부한 블루베리, 딸기, 오렌지의 과일류, 브로콜리, 시금치, 당근, 파프리카와 같은 채소류, 항산화물질이 풍부하게 함유된 토마토(올리브오일과 함께 섭취시 효과가 더 높음)

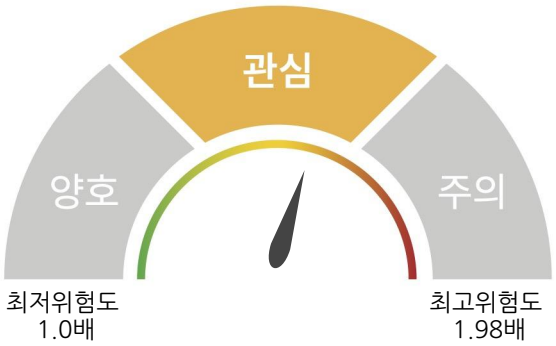
예방 및 관리
- 예방을 위해서 흡연과 과도한 음주를 피하고, 짜고 맵고 뜨거운 음식을 자제하는 것이 중요합니다.
- 위-식도 역류 질환이나 합병증인 바렛식도(식도표면 변형)와 같은 질환으로 진단받았다면 적절한 치료를 받고 정기적으로 검사를 받는 것이 식도암의 예방 및 조기 발견에 도움이 됩니다.

신장암

신장암이란

신장(콩팥)은 횡격막 아래, 척추의 좌우에 한 쌍으로 존재하는 장기로, 복막의 등쪽에 위치합니다. 신장은 적갈색의 완두콩 모양으로, 성인 기준으로 대략 어른 주먹 정도 크기입니다. 신장에서 발생하는 종양을 신장암이라 하며, 대부분이 신실질에서 발생하는 악성 종양인 신세포암이 차지합니다.

고객님의 **신장암** 상대적 발병 위험도 1.59배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **4개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
SCARB1	T T	콜레스테롤 대사의 핵심 유전자이며, 신장암에서는 과발현되어 암세포의 성장을 돕는 인자
EPAS1	A A	종양이 저산소 환경에 적응하는 데 필요한 인자들의 생성을 촉진하는 유전자
MYEOV	G G	다양한 암에서 과발현되며 세포 증식, 이동성 및 침윤을 촉진하는 유전자

고객님의 **신장암** 유전적 위험도 (1.59배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

신장암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 40대 이상
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 복부초음파검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- 장기간의 혈액투석 환자
- 흡연, 비만, 고혈압 등 환경적 요인 및 생활 습관

증상 및 징후
- 측복부(옆구리)의 통증
- 혈뇨, 복부 통증, 배에 덩어리가 만져짐
- 피로감, 식욕부진, 체중감소, 발열, 빈혈

검사 항목
- 복부초음파검사
- 영상학검사(CT, MRI)
- 혈액검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 베타카로틴이 풍부한 당근, 브로콜리, 시금치, 오이, 콩 등 짙은 녹색 채소류
- 피스타치오, 아몬드, 팥, 검은콩 등의 씨앗류
- 충분한 수분 섭취

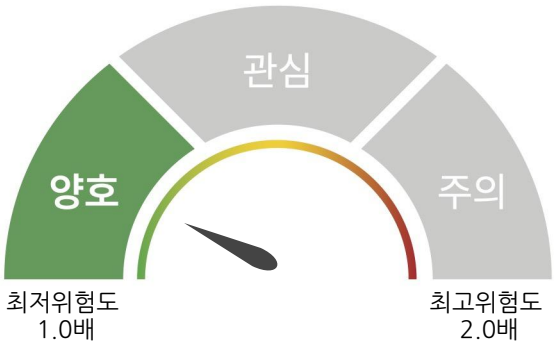
예방 및 관리
- 과다한 동물성지방 섭취, 튀기거나 심하게 구운 육류섭취, 고에너지 음식 섭취는 신장암 발생위험을 증가시키기 때문에 이러한 음식의 섭취를 자제해야 합니다.
- 과일 및 채소류 섭취, 저칼로리 식이를 하고 정상체중 유지를 위해 노력해야 합니다.
- 규칙적인 운동과 같은 일반적인 건강관리 및 체중조절이 도움이 됩니다.
- 적절한 혈압조절이 필요합니다.
- 신장암 예방을 위해서 금연은 필수입니다.

위암

위암이란

우리 몸의 내장기관 중 가장 넓은 소화기관입니다. 위는 왼쪽 갈비뼈 하단과 명치 부분에 위치하고 있으며, 상층부는 식도, 하층부는 십이지장과 연결되어 있는 주머니 모양의 기관입니다. 위암은 주로 위점막의 선세포(샘세포)에서 발생한 위선암을 말하며, 간, 폐, 뼈 등의 여러 부위로 퍼질 수 있습니다.

고객님의 **위암** 상대적 발병 위험도 1.14배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **1개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
CDH1	G G	세포 간 접착을 조절하여 암세포의 침습을 억제하는 유전자
MTHFR	A G	엽산 대사과정에 관여하는 유전자
TNF	G G	다양한 면역 및 염증 반응에 관여하는 유전자

고객님의 **위암** 유전적 위험도 (1.14배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

위암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 40세 이상
주기 | 1년
방법 | 위 내시경 검사

위험요인
- 흡연 (우리나라 남자 흡연자에서 위암발생 위험도는 비흡연자에 비해 1.5~2.5배 높음)
- 소금 및 짠 음식, 가공된 햄, 소시지류 등의 가공보관 식품, 탄 음식 섭취 등
- 가족력이 있는 경우, 헬리코박터 파일로리균에 감염된 경우

증상 및 징후
- 조기위암의 경우 무증상, 속쓰림, 소화불량 등
- 진행성 위암은 상복부의 불쾌감, 팽만감, 동통, 소화불량, 식욕부진, 체중 감소, 빈혈 등
- 구토, 연하곤란, 위장 출혈, 빈혈 등의 증상

검사 항목
- 위내시경검사를 통한 조직검사
- 내시경적 초음파검사
- 영상학검사(CT, MRI)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 우유, 요플레, 요구르트와 같은 유제품
- 양배추, 양파, 마늘, 부추, 마, 시금치, 당근, 오이, 단호박, 바나나
- 오렌지, 자몽, 파인애플 등의 비타민C가 함유된 과일

예방 및 관리
- 맵고 짠 음식이나 탄 음식, 훈증한 음식의 섭취는 피해야 합니다.
- 유제품, 신선한 과일이나 야채를 충분히 섭취합니다.
- 정신적 스트레스를 줄이기 위하여 노력해야합니다.
- 헬리코박터 파일로리균에 감염되었다면 치료를 받아야 합니다.
- 정기적으로 내시경검사를 받는 것이 위암 예방이 도움이 됩니다.

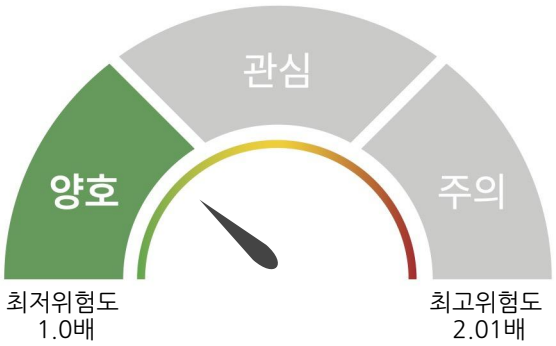
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

유방암

유방암이란

유방은 기름샘이 변형된 피부의 부속 기관 중 하나입니다. 이 기관은 젖을 분비하는 유선(젖샘)과 젖을 운반하는 유관, 그리고 지방 조직 등으로 이루어져 있습니다. 유방암은암세포가 주위 조직으로 퍼진 정도에 따라 침윤성 유방암과 비침윤성 유방암으로 나뉘는 악성종양입니다. 침윤성 유방암이 가장 흔한 대표적 유형이며, 남성의 유방암은 여성 유방암의 1%로 드물게 나타납니다.

고객님의 **유방암** 상대적 발병 위험도 1.23배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **10개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
CASC16	A A	유방암 발현과 관련있는 유전자
2q35	G G	유방암 발생 위험 증가와 밀접한 관련이 있는 유전적 마커
ESR1	A G	에스트로겐 수용체 발현 조절에 영향을 주는 유전자
CCND1	C C	세포주기 진행과 세포 증식을 촉진하는 유전자
FGFR2	G G	여러 조직의 성장과 발달을 조절하는 유전자

고객님의 **유방암** 유전적 위험도 (1.23배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

유방암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 40세 이상 여성
주기 | 2년
방법 | 유방촬영술

위험요인
- 비만, 음주, 방사선 노출, 가족력이 있는 경우
- 장기간 에스트로겐 등 호르몬에 노출된 경우 (이른 초경, 늦은 폐경, 호르몬치료, 첫 출산이 늦은 경우, 수유를 하지 않은 경우, 유방암 가족력이 있는 경우)

증상 및 징후
- 유방, 겨드랑이의 멍울, 유방 피부의 부종, 유두 함몰
- 유두에서 피가 섞인 분비물 혹은 습진
- 피부가 빨갛게 붓고 통증이나 열감

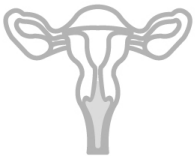
검사 항목
- 자가검진과 임상 진찰
- 방사선 검사(유방촬영술, 유방초음파)
- 조직검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오렌지, 딸기, 아몬드, 아보카도, 당근, 시금치 등 항산화물질이 풍부한 식품
- 비타민 C, 비타민 E, 아연, 셀레늄 등의 비타민류

예방 및 관리
- 매 식사마다 채소로 만든 반찬을 두세 가지 이상 곁들이고, 간식으로 과일이나 항산화 작용이 뛰어난 폴리페놀과 카테킨이 함유된 녹차를 선택하는 것이 좋습니다.
- 포화지방(쇠고기나 돼지고기 등)의 섭취를 줄이고, 불포화지방(참기름, 들기름, 등푸른 생선 등)을 많이 섭취하는 것이 유방암 예방에 도움이 됩니다.
- 폐경 후 여성은 주 5회, 하루 30분 이상 땀이 날 정도로 걷거나 운동을 하는 것이 좋으며 대중교통 이 용하기, 가까운 거리는 걷기, 계단 오르내리기는 등 일상생활에서 신체활동량을 늘리는 것도 도움이 됩니다.

본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

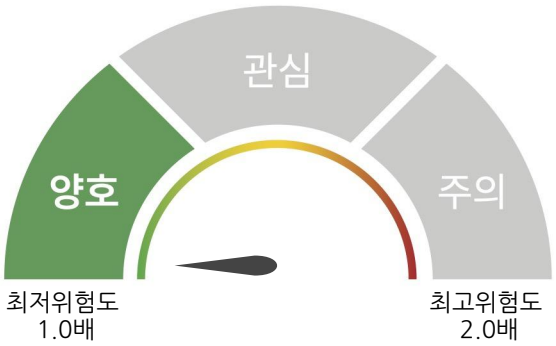
자궁경부암



자궁경부암이란

사람유두종바이러스(HPV)가 주된 감염원으로 여성의 자궁 입구에 발생하는 생식기암입니다. 이러한 자궁경부암은 암이 되기 이전 단계인 전암단계를 상당 기간 동안 거치는 것으로 알려졌습니다. 따라서 조기진단을 통하여 전암성 병변을 일찍 발견하는 것이 가장 중요합니다.

고객님의 **자궁경부암** 상대적 발병 위험도 1.0배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **2개** 검출 수 **0개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
CD83	C C	면역 반응을 조절하는 유전자

고객님의 **자궁경부암** 유전적 위험도 (1.0배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

자궁경부암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 20세 이상의 여성
주기 | 2년
방법 | 자궁경부초음파검사

위험요인
- 사람유두종바이러스(HPV) 감염, 인체면역결핍바이러스(HIV), 클라미디아 감염
- 흡연, 과일과 채소의 섭취가 적은 경우
- 장기간 경구피임약을 사용하거나 출산 횟수가 많은 경우

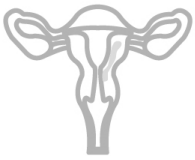
증상 및 징후
- 비정상적 질출혈, 질 분비물 증가
- 골반통, 요통, 혈뇨
- 체중 감소

검사 항목
- 자궁경부세포검사(Pap Smear)
- 조직생검, 초음파
- 사람유두종바이러스검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오렌지, 딸기, 아몬드, 아보카도, 당근, 시금치 등 항산화물질이 풍부한 식품
- 비타민 C, 비타민 E, 아연, 셀레늄 등의 비타민류
- 유산균이 풍부한 요구르트, 우유, 프로바이오틱스 보충제

예방 및 관리
- 만 20세 이상 여성은 2년 간격으로 자궁경부세포검사를 무료로 받을 수 있으므로 정기적으로 검진 받는 것이 좋습니다.
- 첫 성경험 연령을 늦추고, 성 상대자 수 최소화, 콘돔 사용 등 안전한 성생활을 하는 것이 도움이 됩니다.
- 사람유두종바이러스 예방접종을 통해 바이러스 감염을 예방하여 자궁경부암을 예방합니다.
- 경구피임약을 5년 이상 장기 복용하면 자궁경부암 발생 위험이 높아지므로 경구피임약을 장기적으로 복용해야 한다면 의사와 상의해야 합니다.

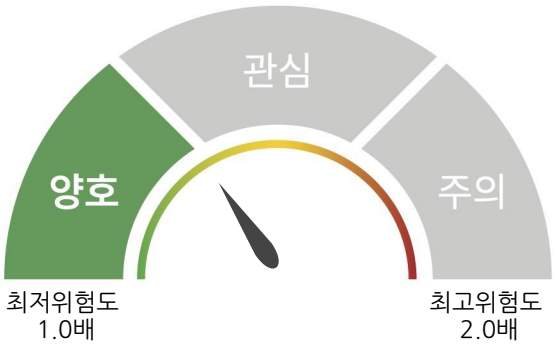
자궁내막암



자궁내막암이란

자궁의 체부는 태아 착상에 필수적인 자궁 내막, 자궁의 수축에 중요한 역할을 하는 자궁 근육층, 자궁 전체를 감싸고 있는 장막으로 나눌 수 있습니다. 자궁내막은 생리 주기에 따라 팽창과 위축을 반복하며, 호르몬에 민감하게 반응합니다. 자궁내막암은 자궁의 내벽을 구성하는 자궁내막에 생기는 암을 말하며, 이 암은 자궁체부암의 대부분을 차지합니다.

고객님의 **자궁내막암** 상대적 발병 위험도 1.31배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
ESR1	A A	에스트로겐 수용체 발현 조절에 영향을 주는 유전자
COMT	C T	세포의 메틸레이션을 조절하는 유전자
MDM2	G T	세포 성장을 조절하는 유전자

고객님의 **자궁내막암** 유전적 위험도 (1.31배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

자궁내막암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인을 가진 여성
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 자궁경부초음파검사

위험요인
- 에스트로겐에 노출된 경우
- 높은 연령, 유전 요인
- 비만, 당뇨, 면역 결핍 질환, 과거 복부 방사선 치료의 경험, 자궁내막 과다증식증 등

증상 및 징후
- 불규칙한 자궁출혈, 생리량 과다
- 비정상 질분비물
- 골반압통, 둔통

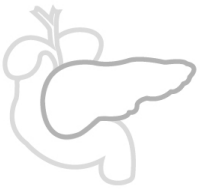
검사 항목
- 질식 초음파검사
- 자궁내막 조직검사
- 분사식 세척관류법(제트워셔)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오렌지, 딸기, 아몬드, 아보카도, 당근, 시금치 등 항산화물질이 풍부한 식품
- 비타민 C, 비타민 E, 아연, 셀레늄 등의 비타민류
- 유산균이 풍부한 요구르트, 우유, 프로바이오틱스 보충제

예방 및 관리
- 규칙적인 운동을 통해 적정체중을 유지하여 비만, 당뇨의 위험요인을 줄이고 혈중 에스트로겐 농도 가 높아지지 않게 관리해야 합니다.
- 고칼로리 음식 섭취를 피하고 과일, 야채를 충분히 섭취하는 것이 암 예방에 도움이 됩니다.
- 불규칙한 질출혈, 생리양 증가 시 전문의와 상담하여 질초음파로 자궁내막을 검사하여 프로게스틴 치료, 자궁내막 소파술, 자궁절제술 등으로 치료하면 자궁내막암 예방에 도움이 됩니다.
- 가족력이 있는 경우 정기적으로 검진을 받는 것이 좋습니다.

본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

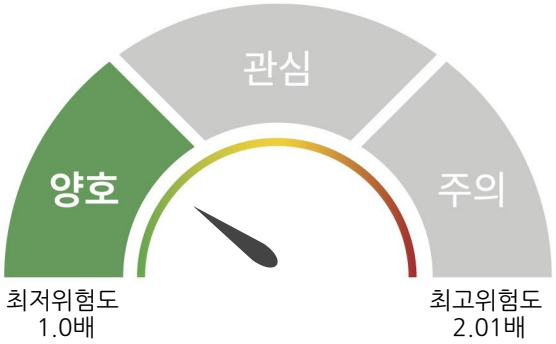
췌장암



췌장암이란

췌장은 약 15cm의 가늘고 긴 장기로 위장의 뒤에 위치해 십이지장과 연결되고, 비장(지라)과 인접해 있습니다. 췌장은 췌관을 통해 십이지장으로 췌장액(소화에 관여)을 보내는 외분비 기능과 혈당 조절 호르몬인 인슐린과 글루카곤을 혈관 내로 투입하는 내분비 기능을 함께 지니고 있습니다. 췌장암이란 췌장에 생긴 암세포로 이루어진 종양덩어리를 말하며, 췌장암의 90% 이상은 췌관선암종이 차지합니다.

고객님의 **췌장암** 상대적 발병 위험도 1.2배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **10개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
SHH	A A	배아 초기 형성에 관여하는 유전자
chr9:133279294	G G	다수의 연구를 통해 연관성이 확인된 개인 맞춤형 바이오마커
NR5A2	G G	콜레스테롤 생합성 유전자 조절에 관여하는 유전자
MTRR	C T	메티오닌을 만들어 엽산 대사를 조절하는 유전자
chr7:155827039	G G	다수의 연구를 통해 연관성이 확인된 개인 맞춤형 바이오마커

고객님의 **췌장암** 유전적 위험도 (1.2배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

췌장암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 50세 이상 장기 흡연, 음주로 인한 고위험군
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 초음파검사, 혈액검사, 유전자검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우 및 유전자 이상(K-Ras 유전자 변형)
- 흡연, 음주, 비만, 당뇨, 만성 췌장염, 유전성 췌장염 환자
- 육류나 지방, 탄수화물을 많이 섭취하고 높은 체질량지수를 가진 사람

증상 및 징후
- 복통, 요통, 황달 증상
- 체중 감소, 소화 장애, 당뇨
- 오심, 구토, 쇠약감, 식욕부진

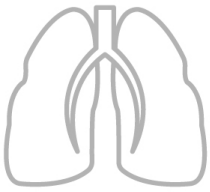
검사 항목
- 혈액검사, 유전자검사
- 혈청 종양표지자검사(CA19-9)
- 영상학검사(CT, MRI)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 식이섬유가 풍부한 채소, 과일, 통곡류, 견과류, 콩류, 해조류
- 지방함량이 낮은 살코기나 생선, 항산물질이 포함된 비타민 C, 비타민 E 가 포함된 과일

예방 및 관리
- 흡연을 중단하는 것이 가장 중요한 예방조치 중 하나입니다.
- 육류 중심의 고지방 및 고칼로리 식사를 피하고 과일과 채소를 많이 먹는 건강한 식생활과 적절한 운동으로 알맞은 체중을 유지해야 합니다.
- 만성 췌장염 환자, 당뇨 환자는 꾸준히 치료를 받고 식이요법을 철저히 지켜야 합니다.
- 가족력이 있다면 가족성 췌장암을 의심하고 주의를 기울여야 합니다.

본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

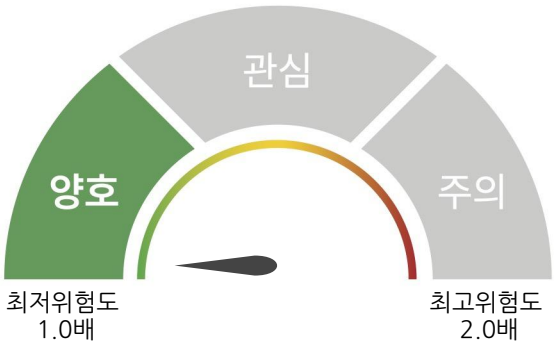
폐암



폐암이란

폐암이란 폐에 생긴 악성 종양을 말하며, 원발성 폐암은 암세포의 크기와 형태를 기준으로 비소세포폐암과 소세포폐암으로 구분합니다. 폐암의 80~85%는 비소세포폐암이며, 나머지는 악성도가 높은 소세포폐암입니다. 소세포폐암은 다른 장기나 반대편 폐, 양쪽 폐 사이의 공간의 심장, 기관, 식도, 대동맥 등으로 전이되어 있는 경우가 많습니다.

고객님의 **폐암** 상대적 발병 위험도 1.0배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **0개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
CHRNA5	G G	니코틴 감수성에 관여하는 유전자
CHRNA3	G G	시냅스 전달, 중독 조절, 식욕 억제 등에 관여하는 유전자
ERBB2	TT TT	세포 증식 및 미세소관 안정화 조절에 관여하는 유전자

고객님의 **폐암** 유전적 위험도 (1.0배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

폐암 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 50세 이상 고위험군
주기 | 1년
방법 | 저선량흉부 CT 검사

위험요인
- 흡연 및 간접흡연, 미세먼지에 장기간 다량 노출, 가족력이 있는 경우
- 석면, 알루미늄 생산, 도장공 등에 직업에 종사하는 경우
- 우라늄, 라돈 등과 같은 모든 종류의 방사성 동위원소에 노출된 경우

증상 및 징후
- 초기에는 무증상, 감기와 비슷한 기침, 객담(가래)
- 피 섞인 가래 혹은 객혈, 쉰 목소리, 호흡곤란, 두통, 오심, 구토
- 흉부통증

검사 항목
- 영상학검사(흉부 X-레이, CT)
- 객담검사, 기관지내시경검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 오렌지, 자몽, 딸기, 파프리카, 당근, 브로콜리 와 같은 비타민 C가 함유된 과일과 채소
- 엽산 풍부한 시금치, 케일, 콩류
- 오메가-3 지방산이 포함된 연어, 참치, 고등어 등의 생선

예방 및 관리
- 폐암의 90%의 금연으로 예방 가능하므로, 흡연을 중단하고 간접흡연에 노출되지 않도록 주의합니다.
- 작업장이나 산업 현장에서 일하거나 유독성 물질이 많이 사용되는 환경에서는 안전 절차 및 수칙을 준수하는 것이 중요합니다.
- 균형 잡힌 식사를 유지하고, 다양한 영양소와 식품을 섭취하는 것이 중요합니다.

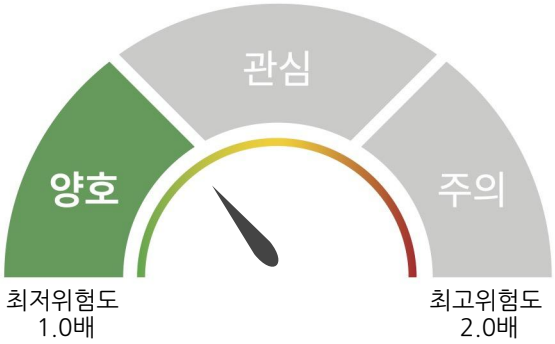
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

혈액암(림프종)

혈액암(림프종)이란

림프종이란 면역시스템에 발생한 종양으로 주로 림프절을 침범합니다. 이러한 종양은 생존율이 높은 B-세포 기원의 호지킨 림프종(Hodgkin's lymphoma)과 림프절외 기관인 위장관, 골수, 상부 호흡소화관등을 침범하는 비호지킨 림프종(Non-Hodgkin's lymphoma)으로 분류됩니다. 비호지킨 림프종은 다양한 형태의 종양으로 분류되어 종양이 어디로 진행될지 예측하기 어려울 수 있습니다.

고객님의 **혈액암(림프종)** 상대적 발병 위험도 1.29배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **3개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
HLA-DRB1	C C	항원표현 유전자, 일부 변이 연관 질병에 대한 위험 증가
C6orf15	C C	비정형 유전자, 일부 변이 연관 질병에 대한 위험 증가
HLA-DQB2	A G	항원제시 유전자, 연관 질병에 대한 위험 증가
HLA-DRB9	T T	유사 유전자(pseudogene)

고객님의 **혈액암(림프종)** 유전적 위험도 (1.29배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

혈액암(림프종) 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사, 골수검사, 조직검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- EBV, HIV 와 같은 바이러스 감염
- 면역체계의 결핍, 자가면역질환

증상 및 징후
- 체중감소, 피로감, 무력감
- 피부 가려움증, 피부발진, 발열
- 림프절 비대

검사 항목
- 말초혈액검사, 골수검사
- 조직검사
- 영상학검사(CT, PET)

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 고기, 생선, 콩, 콩나물, 두유, 견과류, 유제품과 같은 단백질이 풍부한 식품
- 시금치, 케일, 당근, 브로콜리와 같은 엽록소를 품은 녹색 잎 채소와 과일

예방 및 관리
- 금연하고, 간접흡연에 노출되지 않도록 주의합니다.
- 콜레스테롤이 높은 음식은 줄이고, 건강한 생활습관과 운동을 통하여 적절한 체중관리가 필요합니다.
- 과격한 운동보다 걷기나 가벼운 체조 등이 좋으며, 최소 30분 이상의 운동을 권장합니다.
- 가족력이 있는 경우 초기에 무증상일 수 있으므로 정기적인 건강검진이 중요합니다.

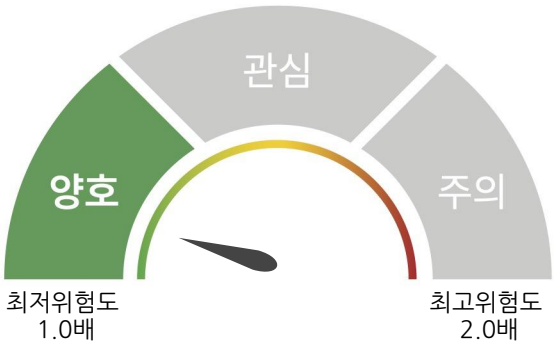
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

건선

건선이란

건선은 피부가 붉어지는 홍반과 하얀 각질이 일어나는 인설이 동시에 나타나며, 피부가두꺼워진 상태로 크기가 다양하고 뚜렷한 붉은 구진이나 판을 이루는 발진이 전신에 반복적으로 발생하는 만성적인 염증성 피부병입니다. 이 질환은 표피 상피의 과다증식과진피의 염증이 특징입니다.

고객님의 **건선** 상대적 발병 위험도 1.09배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **1개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
HLA-C	C C	면역세포의 항원 인식과 면역반응 조절에 관여하는 유전자
HCP5	T T	면역 반응 조절에 관여하는 유전자
CARD14	G G	면역 반응 조절에 관여하는 유전자
IL12B	C T	면역 세포 활성에 관여하는 유전자

고객님의 **건선** 유전적 위험도 (1.09배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

건선 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사, 알레르기검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- 비만, 면역계 이상
- 감염, 피부 외상이나 자극, 스트레스, 약물 등

증상 및 징후
- 플라크(비늘) 형성
- 가려움증, 붉은 발적, 발진, 수포
- 손발톱 함몰, 손발톱 박리, 손발톱 밑 과다각화증, 황갈색반

검사 항목
- 혈액검사, 비타민 D 검사
- 알레르기 검사
- 피부 조직검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 아연이 풍부한 호두, 아몬드, 피스타치오, 피칸, 오트밀, 콩류, 렌틸콩, 참깨, 호박씨앗, 오징어, 굴, 조개류, 양고기, 소고기, 돼지고기, 닭고기, 우유, 치즈, 요거트

예방 및 관리
- 피부가 건조해지지 않도록 적절한 보습제를 사용합니다.
- 태양광 노출을 피하고 자외선차단제 사용하여 피부 자극이나 피부 손상을 받지 않도록 합니다.
- 금주, 금연을 해야 합니다.
- 편도선염이나 인후염과 같은 염증은 건선을 일으킬 수 있으므로 주의해야 합니다.
- 정신적 스트레스를 줄이고 과로를 피하는 것이 좋습니다.

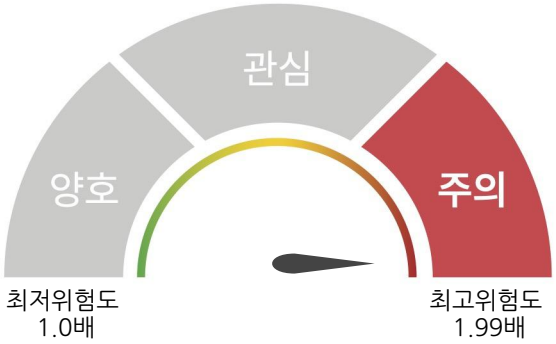
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

노인성 난청

노인성 난청이란

노인성난청은 노화로 인한 달팽이관 속의 유모세포와 청신경에 퇴행성 변성이 원인인 것으로 알려져 있습니다. 우리나라의 65세 이상 인구에서 37.8%가 노인성이 있다는 조사결과가 있습니다. 이러한 난청은 빠르면 30대에 발병하여 점진적으로 악화되며, 발생 후에는 회복이 불가능하기 때문에 영구적으로 남는 특징이 있습니다.

고객님의 **노인성 난청** 상대적 발병 위험도 1.99배



주의

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **4개** 검출 수 **4개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
TRIOBP	C C	세포골격 안정성·난청(청각 장애)에 연관된 유전자
EYA4	A A	청각기능 및 진행성 난청·심장질환에 연관된 유전자

고객님의 **노인성 난청** 유전적 위험도 (1.99배) 는
한국인 평균 위험도 보다 높습니다.

노인성 난청 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 증상자나 65세 이상 고령
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 청력검사, 귀내시경

위험요인
- 65세 이상 고령, 감각신경기관의 노화, 청력중추의 퇴화
- 큰 소음에 지속적으로 노출되는 경우, 중이염, 고혈압, 당뇨, 고지혈증
- 가족력이 있는 경우

증상 및 징후
- 고주파 영역 청력 감소, 이명
- 소리 방향 감지 능력 감소
- 말소리 이해 및 구분 능력 감소

검사 항목
- 청력검사
- 귀 내시경 검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 항산화물질이 풍부한 당근, 시금치, 브로콜리, 블루베리, 딸기, 오렌지, 레몬, 포도, 녹차, 비타민 E, 아연 등 미네랄이 풍부한 아몬드, 호두, 아보카도, 해산물, 녹황색채소, 콩류

예방 및 관리
- 청각 기능의 저하를 일으킬 수 있는 담배와 술은 피해야 합니다.
- 머리와 뇌가 손상되지 않도록 주의하며, 독성 약물 복용 시에는 의사와 상담하여 적절한 조치를 취하는 것이 중요합니다.
- 청력 보호를 위하여 시끄러운 소음이 발생하는 환경에서는 귀마개를 착용합니다.
- 주위 소음을 가능하면 줄이고, 이해하기 쉽도록 일상적이고 쉬운 단어를 사용하며, 문장의 끝에서는 잠시 말을 멈추어 시간을 주도록 합니다.

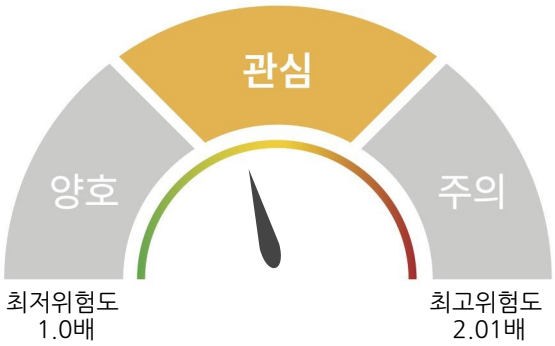
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

백반증

백반증이란

백반증은 멜라닌 세포가 소실되어 다양한 크기와 형태의 백색반이 피부에 나타나는 질환을 의미합니다. 대개는 후천적으로 나타나나 때로는 가족적으로 발생할 수 있으며,심리적 자극이나, 외상, 화상 후에 발생하는 경우가 많습니다. 피부 외에 입술, 외음부등이 점막에도 발생하며 모발의 탈색이 동반되기도 합니다

고객님의 **백반증** 상대적 발병 위험도 1.42배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **10개** 검출 수 5개

대상유전자	위험인자	유전자 기능
TYR	G G	멜라닌 합성·피부·눈 색소 및 백색증에 연관된 유전자
SLC44A4	C C	콜린 수송·대사성 질환에 연관된 유전자
C1QTNF6	A C	염증반응·대사질환 감수성에 연관된 유전자
BTNL2	G T	T세포 활성 억제하는 유전자
RERE	A G	발생과정 조절·신경발달장애에 연관된 유전자

고객님의 **백반증** 유전적 위험도 (1.42배) 는
한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

백반증 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 피부조직검사, 우드등검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우
- 자가면역질환이 있는 경우
- 외상, 햇볕에 의한 화상

증상 및 징후
- 구강 내 점막에 발생하는 백색이나 붉은색의 결절
- 피부 탈색
- 백모증(모발 탈색)

검사 항목
- 우드등검사
- 피부조직검사
- 자외선 특수촬영

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 항산화성분이 풍부한 블루베리, 딸기, 코코넛, 레몬, 키위, 토마토, 시금치, 브로콜리, 파슬리, 당근, 호박, 아보카도, 아몬드, 호두, 올리브오일, 검은콩, 현미, 귀리

예방 및 관리
- 자외선, 물리적 자극 등 위험요인을 파악하고 이를 피하려고 노력해야 합니다.
- 종합비타민제 등 항산화제를 꾸준히 복용하는 것이 도움이 됩니다.
- 반드시 금연, 금주해야 합니다.
- 면역증강 약재는 백반증을 악화시킬 수 있어 주의가 필요합니다.
- 정신적 스트레스를 줄이고 외상으로부터 피부를 보호하는 습관이 중요합니다.

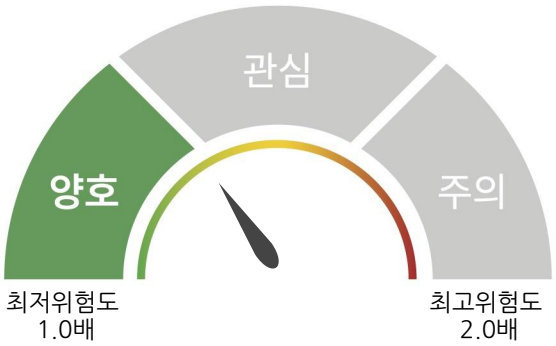
본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

아토피성 피부염

아토피성 피부염이란

아토피성 피부염은 주로 유아기 혹은 소아기에 시작되는 만성 재발성의 염증성 피부질환으로 소양증(가려움증)과 피부건조증, 특징적인 습진을 동반합니다. 유아기에는 얼굴과 팔다리의 펼쳐진 쪽 부분에 습진으로 시작되지만, 성장하면서 특징적으로 팔이 굽혀지는 부분과 무릎 뒤의 굽혀지는 부위에 나타납니다. 대부분 성장하면서 자연히 호전되는 경향을 보이나, 재발하기 쉬운 질환입니다.

고객님의 **아토피성 피부염** 상대적 발병 위험도 1.31배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **6개** 검출 수 **2개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
ZNF365	C T	염증 반응 조절에 관여하는 유전자
RTEL1	A A	DNA 안정성 유지에 관여하는 유전자
TMEM232	A G	염증 반응 조절에 관여하는 유전자

고객님의 **아토피성 피부염** 유전적 위험도 (1.31배) 는
한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

아토피성 피부염 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 알레르기 테스트, 면역검사

위험요인
- 면역학적 이상, 유전적 요인
- 건조한 환경, 피부장벽 기능 이상
- 환경적 요인(알레르기 원인물질: 먼지, 꽃가루, 곰팡이, 우유, 계란, 콩, 견과류 등)

증상 및 징후
- 심한 가려움증
- 피부 건조증
- 발진, 염증

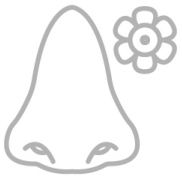
검사 항목
- 혈액 검사, 면역검사
- 피부 상태 검사(염증정도, 발진정도 등)
- 알레르기 검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 아연이 풍부한 호두, 아몬드, 피스타치오, 오트밀, 콩류, 렌틸콩, 참깨, 호박씨앗, 오징어, 굴, 조개류, 양고기, 소고기, 돼지고기, 닭고기, 우유, 치즈, 요거트
- 충분한 수분 섭취

예방 및 관리
- 아토피성 피부염은 피부의 수분 보존 기능이 약해져 건조하고 쉽게 자극을 받는 특징이 있습니다.
- 매일 한 번씩 약산성 비누를 이용하여 샤워하고, 목욕 후 보습제를 꼭 발라야 합니다.
- 실내에 적절한 온도와 습도를 유지하고 급격한 온도 변화를 피해야 합니다.
- 면이나 견 소재의 옷을 추천하며, 손톱을 짧게 관리합니다.
- 충분한 휴식과 규칙적인 수면을 유지하고, 가벼운 운동이나 전문의와 상담을 통해 스트레스를 관리해야 합니다.

본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

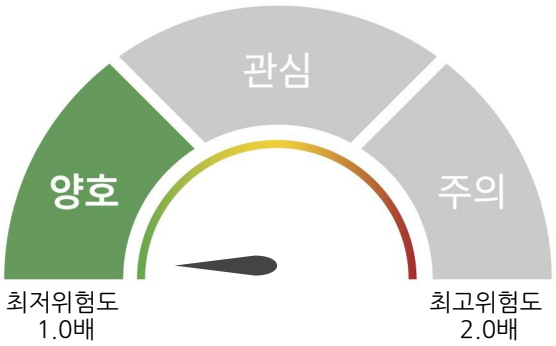
알레르기성 비염



알레르기성 비염이란

알레르기성 비염은 코 안쪽에 다량의 점액이 생성되고 부풀어 오르며 염증이 생기는 상태를 의미합니다. 이로 인해 연속적이고 발작적인 재채기, 맑은 콧물, 코막힘 등의 증상이 나타날 수 있습니다. 알레르기성 비염은 유전적 요인과 환경적 요인이 복합적으로작용하여 발생하며, 우리나라에서 유병률이 30~40%에 이를 정도로 흔한 질환입니다.

고객님의 **알레르기성 비염** 상대적 발병 위험도 1.0배



양호

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **2개** 검출 수 **0개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
HAVCR2	A A	면역 반응 조절에 관여하는 유전자

고객님의 **알레르기성 비염** 유전적 위험도 (1.0배) 는 한국인 평균 위험도 보다 낮습니다.

알레르기성 비염 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 위험요인이 있는 증상자
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 혈액검사, 피부반응검사

위험요인
- 가족력이 있는 경우 및 나이
- 집먼지진드기, 실내에서 기르는 동물의 비듬, 바퀴벌레 분비물 등
- 꽃가루, 날씨 등

증상 및 징후
- 맑은 콧물, 코막힘, 재채기
- 코가려움증, 귀 가려움증
- 후각감소

검사 항목
- 비경검사를 포함한 신체검사 (귀, 코, 인후에 대한 검진)
- 혈액검사
- 피부반응검사 및 항원유발검사, 히스타민 유발검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 당근, 시금치, 아스파라거스, 브로콜리, 블루베리, 딸기, 오렌지, 키위, 라즈베리, 올리브 오일, 아보카도, 토마토, 생강

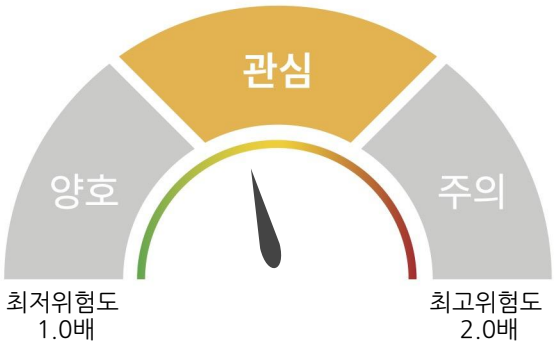
예방 및 관리
- 금연하고 간접흡연에 노출되지 않도록 주의합니다.
- 손씻기를 통해 감기와 독감을 예방합니다.
- 실내는 깨끗이 청소하고 청결하게 유지하며, 온도를 일정하게 유지합니다.
- 황사가 심하거나 꽃가루가 날릴 때는 외출을 삼가거나 마스크를 착용합니다.
- 건강한 생활습관은 면역 체계를 강화하고, 알레르기비염 증상을 관리하는 데 도움을 줄 수 있으므로,충분한 수면, 규칙적인 식단 유지, 신체 활동을 꾸준히 하는 것이 중요합니다.

탈모증

탈모증이란

대머리의 발생에는 유전적 원인과 남성 호르몬인 안드로겐(androgen)이 중요한 인자로 생각되고 있습니다. 탈모는 두피의 성모가 빠져서 정상적으로 모발이 존재해야 할 부위에 모발이 없는 상태를 말합니다. 탈모는 임상적으로 흉터가 형성되는 것과 형성되지 않는 두 종류로 나눌 수 있으며, 흉터가 형성되는 탈모는 모낭이 파괴되므로 모발의 재생이 되지 않습니다.

고객님의 **탈모증** 상대적 발병 위험도 1.43배



⚠ 관심

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **4개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
IL21	G T	자가면역 탈모 감수성 증가에 관여하는 유전자
RAET1M	C T	세포나 감염된 세포를 면역 시스템이 인식하여 제거하도록 돕는 유전자
IL2RA	T T	면역 반응 조절에 관여하는 유전자
CTLA4	T T	자가면역성 탈모증의 위험성 증가에 관여하는 유전자

고객님의 **탈모증** 유전적 위험도 (1.43배) 는 한국인 평균 위험도 와 비슷한 수준입니다.

탈모증 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 20~50대
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 이학적 검사, 혈액학적 검사

위험요인
- 유전적 요인(안드로겐성 탈모증)
- 남성 호르몬의 관여
- 영양부족, 노화, 혈액순환 장애 등

증상 및 징후
- 두피 소양증 혹은 화끈거리는 통증
- 남성형 탈모증: M자 모양의 이마
- 여성형 탈모증: 정수리 부위의 모발이 가늘어지고 숱이 적어짐

검사 항목
- 이학적 검사(육안검사, 모발당김검사, 더모스코피검사 등)
- 혈액학적 검사
- 두피 조직검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 단백질이 풍부한 닭고기, 소고기, 돼지고기, 생선류, 계란, 검은콩, 견과류, 비오틴(비타민 B7), 마그네슘, 아연, 비타민 A가 함유된 보충제

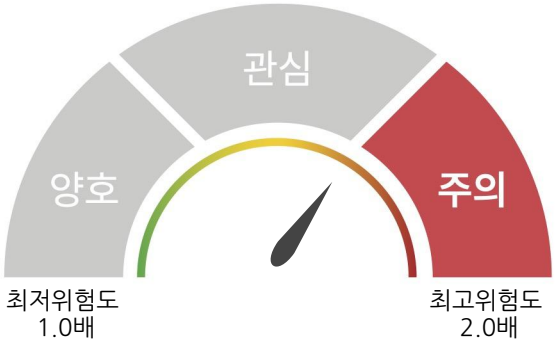
예방 및 관리
- 머리를 감을 때는 아침보다는 저녁이 좋고, 뜨거운 물보다는 미지근한 물로 감아야 합니다.
- 흡연은 탈모를 유발할 위험이 있기 때문에 금연하는 것이 좋습니다.
- 두피를 손상시킬 수 있는 파마와 염색은 피하는 것이 좋습니다.
- 식사량을 극도로 줄이면 넓은 부위 탈모가 생길 수 있으므로 영양을 충분히 섭취합니다.
- 스트레스를 관리하고 충분한 숙면을 취하는 것은 탈모 예방에 도움이 될 수 있습니다.

원형탈모증

원형탈모증이란

원형의 모양으로 모발이 갑자기 빠지는 증상을 특징으로 하는 질병입니다. 심한 경우 두피의 모발 전체가 빠지기도 하고 추가로 눈썹, 속눈썹, 음모, 체모 등이 빠질 수도 있습니다. 원인은 분명하지 않지만 혈액 속의 T 임파구가 자신의 털을 자신의 몸으로 인식하지 못하고 공격하여 모발의 탈락을 유발하는 것으로 생각됩니다. 그러므로, 원형 탈모증 환자는 다른 자가 면역 질환이 발생될 가능성이 높습니다.

고객님의 **원형탈모증** 상대적 발병 위험도 1.7배



주의

[유전자 상세 분석 결과]

검사 수 **8개** 검출 수 **6개**

대상유전자	위험인자	유전자 기능
GRK1	A A	혈관 수축력과 혈압 측정(특히 이완기 혈압)에 연관성이 있는 유전자
IGBP1P5	G G	유사유전자 및 ncRNA 관련 영역
RAP1BP2	C C	다수의 연구를 통해 연관성이 확인된 개인 맞춤형 바이오마커
LINC02379	T T	세포 내에서 다른 유전자의 발현과 세포 기능을 조절하는 역할

고객님의 **원형탈모증** 유전적 위험도 (1.7배) 는
한국인 평균 위험도 보다 높습니다.

원형탈모증 예방을 위한 건강검진 TIP
대상 | 소아에서 성인(주로 10~30대)
주기 | 전문의와 상담하여 결정
방법 | 이학적 검사, 혈액학적 검사

위험요인
- 명확한 원인은 밝혀져 있지 않음
- 유전적 소인에 의한 자가면역질환
- 국소감염, 내분비 장애, 정신적 스트레스 등의 환경적인 요인

증상 및 징후
- 두피의 다양한 크기의 원형 또는 타원형의 탈모반이 발생하는 증상
- 탈모반 경계 부위에서 근위부로 갈수록 가늘어지는 모양(느낌표 모양)
- 손발톱의 이상소견(오목형성, 손발톱염, 손발톱탈락 등)

검사 항목
- 이학적 검사(육안검사, 모발당김검사, 더모스코피검사 등)
- 혈액학적 검사
- 두피 조직검사

예방에 도움이 되는 영양소 및 식품
- 단백질이 풍부한 닭고기, 소고기, 돼지고기, 생선류, 계란, 검은콩, 견과류, 비오틴(비타민 B7), 마그네슘, 아연, 비타민 A가 함유된 보충제

예방 및 관리
- 태양으로부터 털을 보호하기 위하여 모자와 선글라스를 착용하는 것이 좋습니다.
- 균형잡힌 식사를 하는 것이 중요합니다.
- 스트레스를 관리하고 건강한 생활습관을 유지해야 합니다.
- 조기에 발견하고 치료하는 것으로 예후를 좋게 할 수 있습니다.

본 검사는 검사 결과가 갖는 임상적 의미가 확립되지 않았으며, 이에 따르는 건강에 관련된 행위가 유용하다는 객관적 타당성이 아직 부족합니다.
또한 본 검사는 질병의 특성상 윤리적 문제가 발생할 소지가 있습니다. 특히 '건강인(미성년)'를 대상으로 시행할 경우 윤리적 문제등이 발생할 수 있습니다.

유전자 분석 확인서

고유검체ID	26020911100210	검체종류	혈액
검사방법	PCR / Microarray	검체 접수일	2026-02-09
검체 적합성	적합	결과 보고일	2026-02-19

정도관리 결과 안내

고객님께서 제공한 DNA 품질의 적합성과 데이터 품질을 평가하여 결과의 정확도 향상을 위해 항상 노력하고 있습니다.

구분	QC Report	적합 기준
DNA QC	■ 적합 / □ 부적합	260/280 Ratio : 1.8~2.0 260/230 Ratio : 1.5 이상 Total DNA 농도 : 200~300ng
Data QC	■ 적합 / □ 부적합	DQC Value : 0.82 이상 Call Rate : 97% 이상 (PCR : threshold > 600)

검사실 책임자

본 검사는 질병관리청의 관리감독을 받아 고객님의 샘플을 소중히 다루고 있습니다.
의뢰된 고객님의 검체는 생명윤리 및 안전에 관한 법률에 따라 보관 후 폐기되고 있습니다.

검사자
김현경

검사실책임자
이승용

- 본 검사는 보험비등제 조제시약 검사입니다.
- 본 검사는 마이크로어레이 기술을 기반하고 있으며, 표준물질을 이용하여 검사항목에 필요한 유전형을 정확도 100%로 분석해냄을 표준기술로서 검증하였습니다.
- 본 검사 결과는 질병의 진단 및 치료의 목적으로 사용될 수 없으며, 의학적 소견이 필요한 경우 의사와 상담하시기 바랍니다.

검사실 정보

CG Invites
Invites Ecosystem

CG인바이츠
서울특별시 강서구 마곡중앙8로 38
CG인바이츠 R&D센터

의뢰기관 정보

검단스마트내과
인천광역시 서구 서로3로 104

CG Invites

Invites Ecosystem

www.cginvites.com

CG 인바이츠

07802 서울특별시 강서구 마곡중앙8로, CG인바이츠 R&D센터 Tel. 02-853-4604 Fax. 02-853-4607