

Пациент: ОБРАЗЕЦ

№ заявки:

Возраст: 25 л.

Пол: М

Дата взятия:

Дата выполнения:

Биоматериал: Капиллярная кровь

Метод: ГХ-ПВД



Омега-3 индекс

БЫСТРО. БЕСКОНТАКТНО. БЕЗОПАСНО

Современные лабораторные анализы позволяют оценивать широкий спектр маркеров в различных биологических жидкостях, но наиболее распространенными являются кровь и моча.

Как правило, для сдачи анализов крови пациент сталкивается с необходимостью посетить лабораторию или вызвать специалиста на дом. Метод «сухих пятен» в настоящее время активно развивается как альтернатива существующим формам сдачи анализов. Преимущество метода заключается в возможности для пациента самостоятельно собирать биологический материал в домашних условиях.

В рамках исследования капиллярной крови методом сухих пятен Вы можете провести скрининговую оценку:

- Омега-3 индекс для капиллярной крови
- Омега-3 индекс для эритроцитарных клеточных мембран

Пациент: ОБРАЗЕЦ

№ заявки:

Возраст: 25 л.

Пол: М

Дата взятия:

Дата выполнения:

Биоматериал: Капиллярная кровь

Метод: ГХ-ПИД



Омега-3 индекс: скрининговое определение в сухих пятнах капиллярной крови для лиц старше 18 лет

Анализ	Результат	Референсный диапазон	Ед. изм.
		Нормальный уровень	
Омега-3 индекс для капиллярной крови (суммарно для СЖК, ЛП, КМ)	2,75	2,1-4,3 - очень высокий риск 4,3-5,2 - высокий риск 5,2-6,1 - умеренный риск 6,1-10,2 - низкий риск	%
$= (EPA + DPA + DHA) / \text{суммарное содержание ЖК}$ Индекс риска развития ССЗ.			
Омега-3 индекс для эритроцитарных клеточных мембран	2,96	<4 - высокий риск 4-8 - умеренный риск >8 - низкий риск	%
$= \text{Омега-3 индекс для цельной крови} \times 0,95 + 0,35 \text{ (расчетн. по Харрисону-Шаки)}$ Индекс риска развития ССЗ. ЖК – жирные кислоты; СЖК – свободные жирные кислоты; ЛП – липопротеиды; КМ – клеточная мембрана; ССЗ – сердечно-сосудистые заболевания; ЗР – защитный резерв.			

Врач КДЛ: _____

Одобрено:

Лицензия: Л041-01137-77/00368418 от 23.09.2020 г.

Система управления и менеджмента качества лаборатории сертифицирована по стандартам ГОСТ Р ИСО 15189.

Лаборатория регулярно проходит внешнюю оценку качества клинических лабораторных исследований по отечественным (ФСВОК) и международным (RIQAS, RfB, ERNDIM) программам. ООО «ХромсистемсЛаб» является членом ассоциации "Федерация Лабораторной Медицины", сотрудники ООО «ХромсистемсЛаб» входят в состав комитета по хроматографическим методам исследований и хромато-масс-спектрометрии.



RIQAS

- ▼ - Данный показатель находится в нижней границе нормы, рекомендуем обратить на него внимание.
- ▲ - Данный показатель находится в верхней границе нормы, рекомендуем обратить на него внимание.
- - Данный показатель ниже нормы, рекомендуем обратиться за консультацией к специалисту и вовремя отследить изменения.
- ✚ - Данный показатель выше нормы, рекомендуем обратиться за консультацией к специалисту и вовремя отследить изменения.

Результаты анализов не являются диагнозом, но помогают в его постановке. Не пытайтесь интерпретировать их самостоятельно. Многие изменения индивидуальны, помочь разобраться в них может только специалист.

Результаты, которые отображены в виде числа со знаком <, необходимо расценивать как результат меньше предела количественного обнаружения методики и оборудования на котором выполнялся анализ.

Омега-3



Для чего нужен

Полиненасыщенные жирные кислоты (ПНЖК), в первую очередь омега-3, очень важны для организма. Они влияют на работу сердца, мозга, внутренних органов и нервной системы. В большом количестве ПНЖК содержатся в рыбе (особенно в рыбьем жире), грецких орехах, оливковом масле.



Почему Омега-3 полезны?

Прием Омега-3 снижает уровень «вредного» холестерина, препятствуя развитию атеросклероза или тромбоза. Прием достаточного количества Омега-3 способен снизить риск развития ишемической болезни сердца и аритмии.

Омега-3 индекс для капиллярной крови (суммарно для СЖК, ЛП, КМ) = (EPA + DPA + DHA)/суммарное содержание ЖК. Индекс риска развития ССЗ сердечно сосудистых заболеваний (ишемическая болезнь сердца, инфаркт).

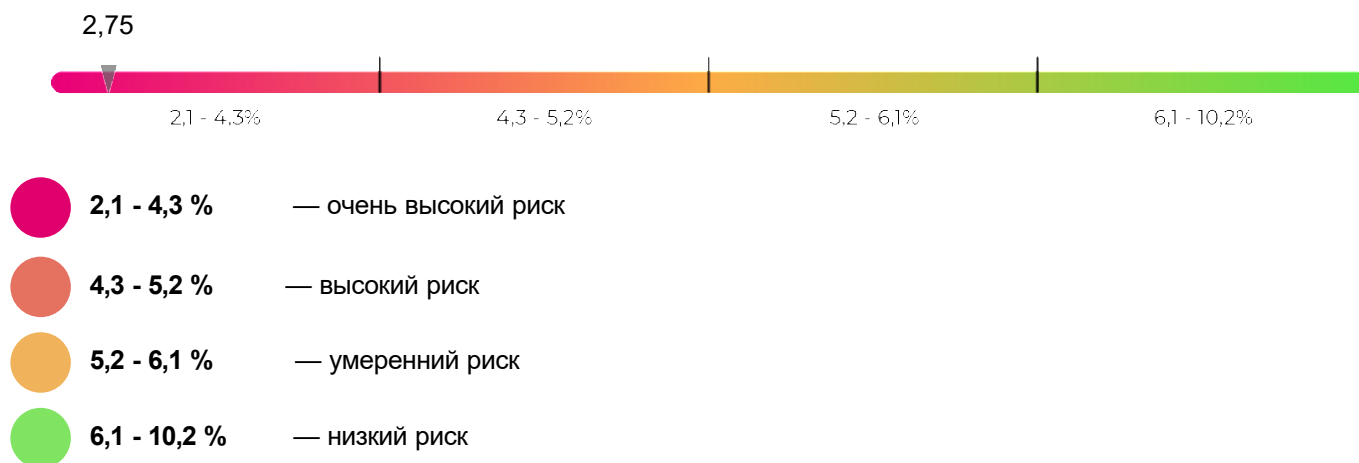
Докозагексаеновая кислота (DHA) , или цервоновая кислота — незаменимая полиненасыщенная жирная кислота класса Омега-3. Входит в состав липидов большинства тканей животных. Большое количество ДГК содержится в рыбных жирах лосося и атлантической сельди, зоопланктоне, морских моллюсках, микроводорослях. Один из главных компонентов комплексных липидов. ДГК наряду с ЭПК — пищевые компоненты долгожительства и нормального развития детей. Их дефицит обуславливает многие патологии и сокращение жизни в биологическом сообществе.

Эйкозапентаеновая кислота (EPA), или тимнодоновая кислота — полиненасыщенная жирная кислота (ПНЖК) класса омега-3, входит в состав липидов большинства тканей животных, относится к незаменимым жирным кислотам. Один из главных компонентов комплексных липидов.

Докозапентаеновая кислота (DPA) - уникальная омега-3 полиненасыщенная жирная кислота, синтезируемая в значимых количествах только морскими млекопитающими.

DPA занимает промежуточное положение между EPA и DHA (в ней уже 22 атома углерода, как в DHA, но ещё только пять ненасыщенных связей как в EPA). Благодаря этому, организм может превратить DPA как в EPA, так и в DHA без значительных затрат энергии.

Попав в организм, DPA быстро переходит в необходимую форму омега-3 ПНЖК. Такая неоценимая особенность DPA позволяет препаратам из тканей морских млекопитающих «подстраиваться» под индивидуальные потребности человека. Точность компенсации дефицита омега-3 ПНЖК в организме человека делает содержащие DPA препараты исключительно эффективными. DPA, DHA – незаменимые жирные кислоты для роста детей младшего возраста. Концентрация докозапентаеновой кислоты в грудном молоке сравнима с содержанием двух других кислот. Это доказывает ее важность для правильного развития ребенка. Треть ПНЖК в крови ребенка составляет DPA.



Омега-3 индекс для эритроцитарных клеточных мембран

=Омега-3 индекс для цельной крови $\times 0,95 + 0,35$ (расчет по Харрисону-Шаки).
Индекс риска развития ССЗ

Расчет по методу Харрисона-Шаки – немного слов



Рекомендации

Старайтесь регулярно включать в рацион растительные масла, орехи и бобовые.

1 г*

Ваша общая суточная норма

БАД в форме докозагексаеновой кислоты (DHA), C22:6?3

Источником могут быть как БАДы, так и продукты питания. Корректируйте свой рацион с учетом личных предпочтений и рекомендаций врача.

Омега-3 в 100 г продукта

- Лосось дикий свежий 2,5 гр.
- Лосось фермерский..... 1,4 гр.
- Скумбрия свежая..... 2,7 гр.
- Анчоусы 1,45 гр.
-

Рекомендуемые исследования

Индекс омега-6, липидограмма (уровень триглицеридов, ЛПНП, ЛПВП, ЛПОНП, общий холестерин крови, липопротеин А, аполипопротеин а1, аполипопротеин b, индекс атерогенности)

Проверьте себя

Симптомы дефицита

- Сухость кожи и волос, ломкость ногтей.
- Непроходящая жажда.
- Недостаток сил, вялость и сонливость, депрессия.
- Ухудшение памяти и внимания.
- Снижение иммунитета, которое проявляется, в первую очередь, частыми ОРВИ и простудами

Симптомы избытка

- Расстройство ЖКТ
- Разжижение крови

* Для точной дозировки вам нужно обратиться к специалисту

** Для дополнительного контроля за уровнем Омега-3 обратитесь к врачу