

ЭТАПЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	ОПИСАНИЕ
СОПРОВОЖДЕНИЕ	Персональный консьерж по оздоровлению	Эксперт сопровождения, который: — курирует ваше оздоровление на всех этапах; — адаптирует программу под ваше расписание и ритм жизни; — организует комфортное взаимодействие со всеми специалистами.
	Расширенная диагностика	Интеллектуальная система превентивной диагностики, которая анализирует ваше здоровье через расширенное анкетирование, выявляет скрытые дисбалансы и даёт персонализированные рекомендации для улучшения качества жизни. Как это работает? 1. Расширенный опрос по двум направлениям: — функциональное состояние организма; — факторы образа жизни. 2. Анализ с помощью алгоритмов превентивной медицины. 3. Готовый план действий для улучшения здоровья.
КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ	Врач-куратор	Эксперт в области превентивной медицины, который: — лично сопровождает вас на всех этапах диагностики; — детально расшифровывает результаты анализов и тестов; — создаёт для вас индивидуальную стратегию активного долголетия; — отвечает на вопросы и помогает адаптировать рекомендации к вашему образу жизни. Формат совместной работы: — консультация в комфортной обстановке курорта; — понятные объяснения сложных медицинских терминов; — практические советы, которые легко внедрить в повседневную жизнь.
	Уролог/гинеколог	Сохранение здоровья мочеполовой системы и своевременное выявление возрастных изменений.
	Кардиолог	Выявление скрытых факторов риска и профилактика сердечно-сосудистых заболеваний для поддержания крепкого и энергичного сердца на долгие годы.
	Эндокринолог	Создание гормонального благополучия — управление лишним весом, уровнем энергии и настроения, лечение сахарного диабета и заболеваний щитовидной железы.
	Невролог	Нормализация сна, управление стрессом, улучшение памяти и концентрации, а также устранение головных болей и болей в позвоночнике.
	Консультация узкого специалиста (по показаниям)	

ЭТАПЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	ОПИСАНИЕ
ПЛАНИРОВАНИЕ СТРАТЕГИИ ЗДОРОВЬЯ И ДОЛГОЛЕТИЯ	Консилиум врачей Центра научно-исследовательской деятельности, разработка персональной стратегии управления качеством жизни и долголетием	Консилиум в составе: • врачей-диагностов; • специалистов по превентивной медицине; • профильных экспертов. — всесторонний анализ ваших данных; — коллегиальное обсуждение без вашего участия; — разработка комплексной стратегии оздоровления. Что это даёт вам: — максимально объективную оценку здоровья; — синтез мнений разных специалистов; — персонализированный протокол с учётом результатов диагностики, особенностей организма, ваших целей и образа жизни.
	Составление персонального меню питания	• Анализ текущих пищевых привычек и потребностей организма с учётом лабораторных, функциональных и генетических показателей. • Индивидуальный подбор рациона с учётом здоровья, целей и предпочтений. • Разработка сбалансированного меню, где каждый элемент работает на поддержание здорового долголетия, энергии и красоты. • Рекомендации по продуктовой корзине, порциям и режиму питания. Вы получаете комфортный и подробный план питания, который улучшит самочувствие и гармонизирует энергетический ресурс для реализации самых желанных целей.

ЭТАПЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	ОПИСАНИЕ
ОПРЕДЕЛЕНИЕ БИОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗРАСТА	Фенотипический возраст	Оценка биологического возраста, основанная на показателях крови, позволяющая определить функциональное состояние организма и спрогнозировать риск развития различных заболеваний, а также общий процесс биологического старения.
	Кардиовозраст	Оценка биологического возраста сердечно-сосудистой системы, направленная на раннее выявление факторов риска и предупреждение сердечно-сосудистых заболеваний.
	Когнитивный возраст	Оценка когнитивных функций, включающая анализ памяти, мышления, внимания, способности к восприятию информации, планированию и принятию решений.
	Сосудистый возраст	Определение биологического возраста артерий на основе измерения скорости пульсовой волны и жёсткости сосудистой стенки, позволяющее выявить ранние признаки атеросклероза и сосудистого старения.
	Возраст кожи	Определения степени фотостарения и общего биологического возраста кожных покровов на основе цифровой диагностики.

ЭТАПЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	ОПИСАНИЕ
ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА	1. Расширенная диагностика состояния организма на аппарате Ведапульс	Диагностика позволит: — провести анализ показателей variability ритма сердца; — оценить ключевые индексы общего уровня здоровья, уровня метаболического и психо-физиологического стресса, интегрального состояния иммунной системы и скорости старения; — преобразовать ритм сердца в мелодию и провести музыкальный анализ; — определить риски развития заболеваний и патологических состояний в жизненно-важных системах организма; — выявить вероятность генетических рисков; — выявить связь между патологией позвоночника и заболеваниями внутренних органов; — диагностировать острые и хронические воспалительные процессы.
	2. Диагностика на аппарате Oligoscan	Инновационный неинвазивный метод определения персонального уровня витаминов, микроэлементов, тяжёлых металлов в организме.
	3. Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	Метод функциональной диагностики, позволяющий получить объективные данные о составе тела для разработки индивидуальных протоколов оздоровления и снижения веса.
	4. Диагностика сосудистого здоровья на аппарате Васера	Оценка скорости пульсовой волны, определение качества работы и биологического возраста сосудов.
	5. Электрокардиография	Высокоинформативный метод функциональной диагностики большинства сердечно-сосудистых заболеваний.
	6. Компьютерная сомнография	Современный метод функциональной диагностики, который помогает подробно проанализировать качество сна и объективно выявить имеющиеся нарушения. Точная диагностика позволяет провести персонифицированный подбор комплексной терапии и справиться с сомнологическими расстройствами.
	7. Спирометрия	Измерение пиковой скорости выдоха и объёмных показателей дыхания.
	8. Стабилометрия	Высокоточная диагностика баланса и координации. Современный компьютерный метод позволяет: — оценить работу вестибулярного аппарата; — выявить нарушения пространственной ориентации; — определить способность поддерживать равновесие.
	9. Плантоскопия	Позволяет выявить на ранней стадии патологические изменения в суставных тканях стопы и позвоночника.
	10. Ультразвуковая диагностика - органы брюшной полости, почки и надпочечники - щитовидная железа - гинекологическое или урологическое комплексное исследование - молочные железы или органы мошонки.	Скрининг внутренних органов для раннего выявления патологических процессов.

ЭТАПЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	ОПИСАНИЕ
	11. Холтеровское мониторирование ЭКГ и артериального давления	Непрерывная регистрация сердечного ритма и артериального давления в течение суток, которая помогает выявить скрытые нарушения в работе сердечно-сосудистой системы.
	12. Дуплексное сканирование сосудов шеи	Современный метод диагностики, который: — оценивает качество кровоснабжения мозга; — выявляет риски нарушений мозгового кровообращения; — определяет состояние сонных и позвоночных артерий.
	13. Эхокардиография	Исследование сердца с помощью ультразвука, позволяющее увидеть его структуру и работу камер, клапанов, сосудов. Это безопасный и информативный способ диагностики сердечно-сосудистых заболеваний.
!	14. Гастроколоноскопия «во сне» по показаниям*	Комфортное обследование ЖКТ с седацией, при котором: — тщательно изучается состояние слизистой желудка и кишечника; — безболезненно выполняются диагностические манипуляции; — возможен забор тканей для анализа.
	15. Эндоскопический уреазный тест на Helicobacter pylori	Выявление Helicobacter pylori при гастроскопии Современная диагностика позволяет: — точно определить наличие опасной бактерии в желудке; — оценить риски развития гастрита, язвы и онкопатологий; — назначить эффективное своевременное лечение.
	16. Компьютерная томография органов грудной полости	Метод позволяет с высокой точностью диагностировать: — лёгочные патологии (новообразования, воспалительные процессы); — заболевания сердца и коронарных сосудов; — последствия травм грудной клетки; — инфекционные поражения органов дыхания; — сосудистые аномалии.
	17. Цифровая диагностика кожи лица	Комплексное исследование, которое выявляет тип и состояние кожного покрова, скрытые дефекты и возрастные изменения, оценивает уровень увлажнённости, пигментацию, работу сальных желез и другие параметры, позволяя составить персонализированные рекомендации по уходу.
	18. Комплексная диагностика зрения	Проверка остроты зрения, оценка состояния основных структур и функций глаз, выявление частых патологий с рекомендациями офтальмолога для сохранения вашего зрения ясным на долгие годы.
	19. Комплексная диагностика полости рта и зубов	3D-снимок ротовой полости с интерпретацией стоматолога для выявления скрытых очагов инфекции, кариеса, заболеваний пародонта и оценки анатомических особенностей, влияющих на состояние зубов, мозга и организма в целом.

! Требуется подготовка, подробная информация у вашего куратора

ЭТАПЫ	НАИМЕНОВАНИЕ
КЛЮЧЕВЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА	Клинический анализ крови Щёлочная фосфатаза Креатинин NT-проBNP (N-терминальный мозговой натрийуретический пропептид) Мочевая кислота АСТ (аспартатаминотрансфераза) АЛТ (аланинаминотрансфераза) ГГТП (гамма-глутамилтранспептидаза) Билирубин и его фракции Мочевина Липаза Калий, Натрий, Хлор Общий анализ мочи Омега-3 индекс Остеокальцин
СКРИНИНГ НА ИНФЕКЦИИ	ВИЧ-инфекция Вирус гепатитов В и С Сифилис
ЛИПИДНЫЙ СТАТУС	Холестерин общий Л ипопротеины высокой плотности Липопротеины низкой плотности Триглицериды Липопротеин (а) Аполипопротеин А1 Аполипопротеин В Индекс атерогенности
УГЛЕВОДНЫЙ ОБМЕН	Гликозилированный гемоглобин Глюкоза Инсулин Индекс НОМА-IR
СВЁРТЫВАЕМОСТЬ КРОВИ	Протромбин и МНО АЧТВ Тромбиновое время Фибриноген Антитромбин III Д-Димер
ОБМЕН БЕЛКОВ	Общий белок Белковые фракции

ЭТАПЫ

НАИМЕНОВАНИЕ

ВИТАМИНЫ И МИКРОЭЛЕМЕНТЫ	Витамин B12 Витамин B6 Фолиевая кислота Витамин D общий Ферритин Железо сывороточное Ненасыщенная железосвязывающая способность Железосвязывающая способность сыворотки % насыщения трансферрина Масс-спектрометрия — 23 макро/микроэлемента : Al, Be, B, Fe, K, Ca, Cd, Co, Li, Mg, Mn, Cu, Mo, As, Na, Ni, Hg, Pb, Se, Sb, P, Cr, Zn
ПОКАЗАТЕЛИ УРОВНЯ ВОСПАЛЕНИЯ И ТЕМПА СТАРЕНИЯ	C-реактивный белок Интерлейкин 6 Интерлейкин 8 Интерлейкин 1-бета 8-ОН-дезоксигуанозин Инсулиноподобный фактор роста I Гомоцистеин
ГОРМОНАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ	Тиреотропный гормон Т4 свободный Т3 свободный Антитела к тиреопероксидазе Паратиреоидный гормон Кальцитонин Пролактин Глобулин, связывающий половые гормоны Тестостерон свободный Фолликулостимулирующий гормон Лютеинизирующий гормон Эстрадиол E2 Маркеры стрессоустойчивости (индекс соотношения ДГЭА/Кортизол)

ЭТАПЫ	НАИМЕНОВАНИЕ
ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ СКРИНИНГ	Мужчины
	Альфа-фетопротеин
	Раково-эмбриональный антиген
	Анализ кала на скрытую кровь
	Хорионический гонадотропин
	ПСА общий
	ПСА свободный
	СА 19-9
	СА 72-4
	Антиген UBC II
	Женщины
	Альфа-фетопротеин
	Раково-эмбриональный антиген
	Анализ кала на скрытую кровь
	Антиген плоскоклеточной карциномы
	СА - 15-3
	СА - 125
	СА - 19-9
	СА 72-4
	HE-4 и индекс ROMA
ОЦЕНКА МИКРОФЛОРЫ УРОГЕНИТАЛЬНОГО ТРАКТА	Мужчины
	Андрофлор и бактериологическое исследование
	Женщины
	Жидкостная цитология и типирование ВПЧ 21 типа
240 000 руб.	