

# 8 週專業體重控制營養課程

	檢查項目	內容	項目說明	定價
營養	科學檢查	身體組成分析	利用生物電阻抗原理來檢測身體、肌肉及脂肪組成比例。(3 次)	15,000
	專業營養	體重控制營養諮詢	個人一對一專屬飲食計畫(3 次)	
		一週建議示範菜單	提供適合之外食或自煮飲食菜單範例	
		每週飲食追蹤服務(線上)	每天上傳飲食,一週總評回饋建議(不提供即時問題回覆)	
		習慣養成叮嚀(線上)	提醒您瘦身習慣打卡,並提供營養小貼士,讓您掌握知識、融入生活不復胖	
運動	加力運動醫學(不另折扣)	健身房使用	運動前評估教練體驗課程 1 堂 + 一個月運動器材使用。 註:限有氧器材,一週可使用 3 次,一次 1 小時	1,200
		私人課程	私人一對一課程(4 堂)	6,999

## 加選項目

	檢查項目	內容	項目說明	定價
抽血套組加選	血液學	全血球計數和白血球分類(CBC+DC)	可協助診斷貧血、感染、發炎、血液疾病等。	1,100
	血糖評估	空腹血糖(AC Sugar)	糖尿病檢測重要指標。	
		胰島素阻抗(HOMA-IR)	早期知道胰島素阻抗程度和未來罹患糖尿病之風險,評估身體慢性發炎和血管健康程度。	
		糖化血色素(HbA1C)	反應最近三個月之血糖平均值。也是糖尿病檢測重要指標。	
	血脂肪評估	總膽固醇(T-CHO)	心臟血管動脈硬化指標,評估罹患心臟血管疾病之風險性。	
		三酸甘油酯(TG)	評估血管硬化及心血管病風險的重要因子。	
		高密度膽固醇(HDL)	俗稱好膽固醇,影響動脈硬化危險高低之重要因子。	
	腎功能相關	低密度膽固醇(LDL)	俗稱壞膽固醇,影響動脈硬化危險高低之重要因子。	
		尿素氮(BUN)	腎臟功能指標,可診斷腎衰竭、腎病或尿毒症。	
		肌酸酐(Cre)	腎臟功能指標,可診斷腎衰竭、腎病或尿毒症。	
尿酸(Uric acid)		評估高尿酸血症、痛風、泌尿道結石指標。		
肝功能	腎絲球過濾率(eGFR)	評估腎臟功能好壞的指標。		
	草酸轉胺基酵素(GOT)	非特異性肝臟發炎指標,用來評估肝炎、肝硬化相關疾病的嚴重程度		
	丙酮轉胺基酵素(GPT)	特異性的肝臟發炎指標,用來評估肝炎嚴重程度。		

基因檢測加選	酒精代謝檢測	基因熱點篩檢乙醇與乙醛代謝酵素基因型,協助您評估個人酒精代謝能力,以確認是否為飲酒會增加癌症發生之基因變異型別。報告結果由精準醫學諮詢師專業解說	3,000	
	尿酸代謝檢測	基因熱點篩檢尿酸代謝通道蛋白基因型,以評估個人代謝尿酸能力,以確認是否為高尿酸或痛風高風險族群。報告結果由精準醫學諮詢師專業解說	3,000	
	基因檢測	肥胖體質檢測	基因熱點篩檢營養代謝基因型,以評估個人是否帶有易肥胖基因。報告結果由精準醫學諮詢師專業解說	3,000
		營養缺乏基因檢測	透過基因晶片篩檢技術,了解先天對於特定營養的代謝吸收能力,進而針對自身基因型,調整營養補充及飲食習慣。報告結果由精準醫學諮詢師專業解說。	8,000
	腸道菌相檢測(含專業醫師諮詢解說)	利用高通量基因定序技術,針對糞便體菌相進行分析,了解腸道菌相及健康狀況。	12,000	

微營養素篩選加選	維生素套組	維生素 A	檢測身體維生素 A 含量,缺乏可能影響夜視能力、乾眼症	3,780
		維生素 D	評估骨骼健康,維他命 D 不足也可能與糖尿病、各種類型癌症、心血管疾病、自體免疫疾病及先天性免疫力有關。	
		維生素 E	檢測身體維生素 E 含量,缺乏可能會造成脂肪吸收不足	
		葉酸	檢測身體葉酸含量,缺乏可能造成神經症狀及貧血。	
		維生素 B12	檢測身體維生素 B12 含量,缺乏可能造成神經症狀及貧血。	
	礦物質套組	鐵	評估缺鐵性貧血之指標	2,370
		硒	硒元素為人體必需的微量礦物質營養元素,各種含硒蛋白生理功能包括:避免細胞氧化、發炎及老化、抗感染、調控甲狀腺代謝、DNA 的合成與精蟲成熟有關。	
		鋁	攝入過量的鋁或是腎衰竭患者,恐會引起鋁中毒,鋁中毒導致:軟骨症、骨質疏鬆、貧血、骨折、損害腦細胞、關節疼痛、腸胃疾病等。	
		鈣	反應骨科疾病、副甲狀腺疾病、維生素 D 攝取量、腎臟疾病、消化道疾病或癌症併發症。	
		鎂	鎂不僅是構成骨骼和牙齒的重要成分,而且對人體各項重要功能都有影響。鎂可促進心臟和血管健康,預防心臟病;維持肌肉和神經正常功能,預防腎和膽結石等功用。	
Omega-3	Omega-3	檢測身體 Omega-3 含量,缺乏可能記憶力下降、憂鬱、頭髮變細易斷	6,000	

