



背景介紹

端粒是真核細胞染色體末端的一段重複DNA序列與蛋白質組成的結構，如同鞋帶末端的塑膠套，能保護染色體不被損壞或融合，並控制細胞分裂週期。每次細胞分裂時，端粒會縮短，直到縮短到一定程度，細胞就會停止分裂並衰老或走向凋亡。端粒的長度被視為細胞衰老和壽命的指標，評估長度 (Tel-Age) 可了解「生物年齡 (Bio-Age)」，若與特定基因的甲基化程度 (Epi-Age)，結合 LDLR 與 ELOVL3 兩個基因的甲基化，評估「甲基化心血管疾病風險 (Epi-CVD risk)」，更可共同全面評估身體老化狀態。甲基化程度越高，基因表達越可能「關機」，影響正常生理功能。

分析方法

本檢測使用即時聚合酶連鎖反應 (real-time PCR)，Tel-Age針對端粒長度相對於受檢者性別與年齡之所在比例。Epi-Age則是分析LDLR 與 ELOVL3 兩個基因特定的甲基化區域之比例，與台灣資料庫比對後。

檢測結果與風險

- A. 端粒檢測：分析評估Tel-Age針對端粒長度，評估受檢者生物年齡為老化、相當或較年輕。
- B. 端粒甲基化檢測：分析評估Tel-Age端粒長度外，另外加入Epi-Age甲基化風險評估，除了生物年齡分析外，可額外評估甲基化心血管疾病風險 (Epi-CVD risk)。

健康建議

1. DNA 甲基化營養素：多攝取富含葉酸、維生素 B6、B12、甜菜鹼等營養素的食物。
2. 改善脂肪代謝：若 Epi-CVD risk 偏高，建議增加 Omega-3 不飽和脂肪酸攝取，並嚴格管理血糖和血脂。
3. 減輕壓力與發炎：透過冥想、瑜珈、戒菸等方式，減少導致基因甲基化增加的外在因素。

A.端粒檢測

定價 NT. 8,000

B.端粒甲基化檢測

定價 NT. 15,000