

# БІОХАКІНГ: ШЛЯХ ДО ЗДОРОВОГО ЖИТТЯ?

Світовий тренд щодо самовдосконалення та підвищення особистої ефективності неможливий без стабільного фізичного й ментального здоров'я людини. А його підтримати допоможе біохакінг — стверджує головний лікар і керівник першої в Україні клініки біохакінгу та управління здоров'ям SQLAB Святослав Ханенко.

## Біохакінг вам у поміч!

Перелік питань, які можна розв'язати за допомогою біохакінгу, надзвичайно широкий: від виліковування хронічних захворювань або поліпшення якості життя при невиліковних хворобах до вимірювального управління ризиками розвитку хвороб і навіть реалізації концепції «Надлюдини», потенційного подовження життя.

## Практичні кроки біохакінгу

**Перший крок** — це детальне комплексне обстеження здоров'я, аналогів якому немає в Україні. Завдяки безпрецедентно великій кількості та комплексності даних про здоров'я людини стає можливим побачити не лише наслідки, які безпосередньо турбують людину, а й зафіксувати весь ланцюг формування проблеми. Усього від 2000 параметрів по 9 блоках: генетика, здоров'я всіх внутрішніх органів і шкіри, молекулярне, клітинне й функціональне здоров'я, спосіб життя, здорові звички, життєві цілі, ментальне здоров'я..

**Другий крок (входить в обстеження)** — розробка та узгодження з людиною персональної оздоровчої програми на три місяці (не так багато, але достатньо для досягнення системних результатів), яка складається з трьох напрямів. Перший — гармонійна, реалістична та бажана (!) для людини корекція здорових звичок і способу життя. Другий — протокольне спеціалізоване лікування, якщо для цього є покази (наприклад, критична кількість відхилень у роботі тієї чи тієї системи, виявлення онкомаркерів тощо). Третій — проведення серії оздоровчих візитів, унікальний дизайн яких уможливує всього за 150 хвилин провести достатню для виражених результатів кількість оздоровчих процедур — фармпрепарати, фізіотерапія, мануальні практики, біотехнології, клітинна терапія, нейрофідбек, киснева терапія тощо.

**Третій крок** — реалізація персональної оздоровчої програми. Виражених результатів можливо досягнути лише завдяки синергії

## ЩО ТАКЕ «БІОХАКІНГ»?

БІОХАКІНГ ПЕРЕДБАЧАЄ СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'Я ЯК ДО КОМПЛЕКСНОЇ КАТЕГОРІЇ — ВРАХОВУВАТИ НЕ ЛИШЕ АНАЛІЗИ ТА УЗД, А Й СПАДКОВІСТЬ, СПОСІБ ЖИТТЯ, ОСОБЛИВОСТІ НАВКОЛИШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА, ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ВІД ЖИТТЯ ТОЩО. А ГОЛОВНЕ — ЯК ДО ПЕРВИННОГО РЕСУРСУ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ В УСІХ СФЕРАХ ЖИТТЯ: СТОСУНКАХ, БІЗНЕСІ, МИСТЕЦТВІ, СПОРТІ, ПОЛІТИЦІ.

всіх напрямів програми, послідовних і системних дій. У цьому контексті, стрижневим чинником успіху стає послуга «Ассістанс»: ви матимете персонального лікаря, який обстежує, розробляє, узгоджує з вами оздоровчу програму. Він є надійним проєкт-менеджером реалізації вашої оздоровчої програми.

**І четвертий крок** — це верифікація результатів на контрольному чекапі після проходження вашої оздоровчої програми. Параметри здоров'я, які потрібно змінити, повторно вимірятимуться, результат верифікований, будуть зроблені висновки й розроблені рекомендації для наступного кроку проєкту вашого здоров'я.

Піклуйтеся про себе та своїх близьких!

КИЇВ, ВУЛ. КОЖУМ'ЯЦЬКА, 14В  
ТЕЛ.: + 300 (050) 418 59 58  
INFO@SQLAB.COM.UA SQLAB.COM.UA

