

包含健康基石

血糖

糖化血色素 HbA1C (%)

呈現過去2-3個月內，體內血糖平均控制的「長期表現」

≥ 6.5

提示**長期血糖調控系統面臨失衡**，建議盡速至「內分泌新陳代謝科」門診，由專科醫師結合臨床症狀進行綜合診斷與照護指導。

5.7-6.4

代表血糖控制已開始亮黃燈，暗示調控能力變差。

血管

高敏度C反應蛋白 hs-CRP

偵測全身與血管內皮微量「慢性發炎反應」的敏感指標

偏高

提示體內血管壁或其他組織可能正處於**隱藏性慢性發炎狀態**。會使血液中的脂肪更容易黏附在血管壁上，是評估未來**心血管疾病風險**的參考依據。

同半胱胺酸 Homocysteine

蛋白質代謝的中間產物，醫學界俗稱的「血管壁毒素」

偏高

代表體內清除效率變慢，高濃度的同半胱胺酸容易刺激血管內皮、增加血管壁受損風險。常見於體內**缺乏維生素B12或葉酸**等代謝原料，或特定的體質遺傳。

胃

胃泌素 Gastrin

胃酸工廠的「開工催促荷爾蒙」

偏高

代表**胃酸工廠正在被強力催促分泌**。常見於胃黏膜萎縮，或體內有特定負責分泌此荷爾蒙的組織細胞出現異常活躍的狀況。

偏低

代表體內催促胃酸分泌的訊號微弱，常見於**曾接受過胃部切除手術**。

幽門螺桿菌抗體 H. pylori Ab

評估自體免疫系統是否曾與幽門桿菌「交手過」的免疫指標

陽性

代表血液中**偵測到對抗幽門桿菌抗體**，暗示身體現正受到感染，或過去曾遭受感染過。

胰臟

飯前胰島素 Insulin(AC)

觀察體內調控血糖「關鍵鑰匙」的分泌與耐受狀況

偏高

代表**身體細胞對胰島素的敏感度變差**（胰島素阻抗）。

偏低

代表體內製造**胰島素不足**，無法分泌足夠來幫忙調控血糖，導致體內的糖分無法被有效利用。

腎臟

尿微量白蛋白 M-ALB

偵測腎臟過濾網是否出現「極早期微小破洞」的敏感指標

偏高

代表**腎臟開始出現微小滲漏**，使得原本不該漏出的微量白蛋白跑到尿液中。通常是血管壓力過大（如血壓、血糖長期偏高）對腎臟微血管造成負荷的早期訊號。

肥胖

脂肪肥胖相關基因 FTO

評估大腦食慾控制中樞與精緻糖分敏感度的先天體質

變異

代表先天體質上對**精緻澱粉與糖分的敏感度較高**。這類體質在攝取高糖、高精緻碳水化合物後，大腦食慾中樞容易受到波動而增加渴望。

黑皮質素4受體基因 MC4R

掌管下視丘飽足感訊號傳遞的「食慾煞車系統」

變異

代表先天體質上，**大腦下視丘接收飽足感訊號傳遞容易出現延遲**，會使受檢者在進食過程中較難在第一時間察覺飽意，因而容易不自覺攝取過多熱量。

腎上腺素受體基因 ADRB2/ADRB3

啟動交感神經、影響自主燃脂效率的「基礎代謝引擎」

變異

代表先天體質上的**基礎代謝率相對較低，且啟動體內脂肪分解、燃燒的速率較慢**。

脂肪酸結合蛋白2基因 FABP2

影響小腸黏膜對油脂吸收效率的「吸收工廠通道」

變異

代表先天體質上，**小腸上皮細胞對食物中油脂的吸收效率非常高**。同樣一餐油膩的食物，這類體質會比一般人吸收更多脂肪。