



## Clinique La Prairie La révolution épigénétique en marche

En collaboration avec Genknowme, une entreprise innovante fondée en 2019 et active dans le domaine des sciences de la vie, la Clinique La Prairie offre désormais la possibilité de procéder à un test épigénétique.

-/ In partnership with Genknowme, an innovative company founded in 2019 and active in the field of life sciences, Clinique La Prairie now offers the possibility of performing epigenetic testing.

Clinique La Prairie  
Rue du Lac 142, 1815 Clarens  
+41 21 989 33 11  
cliniquelaprairie.com

Chaque cellule de notre corps contient la même information génétique, un code complet et unique qui constitue l'individu. Ce qui différencie une cellule du cerveau d'une cellule du foie, ou de toute autre cellule, est l'activation ou non de gènes spécifiques. La science qui étudie les mécanismes de régulation qui activent et désactivent les gènes se nomme l'épigénétique.

Lorsque nous vieillissons ou tombons malades, notre corps réagit aux modifications épigénétiques. De même, notre environnement et notre mode de vie ont un impact sur la façon dont nos gènes se développent pour s'adapter à leur environnement.

L'épigénétique est le lien entre la nature - notre patrimoine génétique - et nos choix de vie - la façon dont nous bâtissons sur ce patrimoine chaque jour. Des recherches récentes ont démontré que l'âge biologique, basé sur des marqueurs épigénétiques, est un prédicteur très fiable de la longévité et des effets délétères du vieillissement tels que les maladies chroniques et le déclin cognitif. Plus important encore, il a été démontré qu'en **actionnant les bons leviers, l'âge biologique peut être réduit et les altérations épigénétiques inversées.**

-/ Every single cell in our body encloses the same genetic information, a complete and unique blueprint that builds the individual. What differentiates a brain cell from a liver cell, or any other cell, is the activation and inactivation of specific genes. The science investigating the regulatory mechanisms that switch genes on and off is called epigenetics.

When we grow old or get sick, our bodies respond to epigenetic changes. Similarly, our environment and lifestyle affect how our genes adapt to their environment.

Epigenetics is the link between nature – our genetic heritage – and nurture – how we build on this heritage every day. Recent research demonstrated that biological age, based on epigenetic markers, is a promising predictor of longevity and deleterious effects of aging such as chronic diseases and cognitive decline. Most importantly, it has been shown that **when triggering the right levers, biological age can be reduced, and impaired epigenetics can be reversed.**



L'épigénétique suscite donc un intérêt considérable en matière de médecine préventive. Identifier les habitudes modifiables ayant un impact spécifique sur un individu peut aider à déclencher le changement de mode de vie le plus approprié pour une vie meilleure, plus saine et plus longue.

Les tests épigénétiques effectués à la Clinique La Prairie offrent une nouvelle lecture unique de l'ADN : ils l'analyse pour calculer l'âge biologique de la personne (par opposition à l'âge chronologique). Cette information sans précédent permet de savoir à quelle vitesse le corps vieillit du fait du mode de vie choisi. En outre, l'évaluation épigénétique mesure quels impacts sont significatifs pour la personne (nutrition, sommeil, exercice, fumée, etc), en leur permettant d'agir de façon réversible et positive sur leurs gènes.

Grâce à ces connaissances de pointe, les spécialistes médicaux de la Clinique La Prairie pourront aider leurs clients à adopter et à maintenir un mode de vie sain, en mettant en place un plan sur mesure, pour un impact profond sur la santé et le bien-être.

Le test épigénétique et la consultation avec l'expert médical se font sur rendez-vous auprès du centre médical.



-/ There is therefore a tremendous interest in epigenetics for preventive medicine. Identifying which modifiable habit is specifically impacting an individual can help trigger the best lifestyle change for a better, healthier and longer life.

The epigenetic tests performed at Clinique La Prairie offer a new and unique reading of DNA: they're used to calculate a person's biological age (as opposed to chronological age). This unprecedented information makes it possible to know how quickly the body ages due to the lifestyle chosen.

In addition, epigenetic evaluation measures which impacts are significant for the person (nutrition, sleep, exercise, smoke, etc.), allowing them to act reversibly and positively on their genes.

With this cutting-edge knowledge, Clinique La Prairie's medical specialists will be able to help their clients adopt and maintain a healthy lifestyle, by implementing a customized plan for a profound impact on health and well-being.

Epigenetic testing and consultation with the medical expert are performed by appointment at the medical center.

