

Raffles **HealthyLongevity**

Chương trình Sống khỏe Trường thọ

Chính xác, Ngăn ngừa và Cá thể hóa cho Hiệu suất Bền vững và Sức sống Suốt đời



Tổng quan Chương trình

Chương trình Longevity của Bạn bắt đầu bằng buổi tư vấn với bác sĩ và quy trình đánh giá lâm sàng. Các xét nghiệm được khuyến nghị sẽ được điều chỉnh dựa trên hồ sơ nguy cơ cá nhân, tiền sử bệnh lý, kết quả lâm sàng và mục tiêu sức khỏe cá nhân của Bạn. Việc lựa chọn các xét nghiệm cuối cùng sẽ do bác sĩ quyết định sau khi đánh giá lâm sàng.

Chi phí từ **\$7,780** dành cho Nam giới và **\$7,988** dành cho Nữ giới.

Chương trình này dành cho Ai?

Chương trình này rất phù hợp cho những cá nhân:

- Muốn chủ động quản lý các nguy cơ sức khỏe dài hạn
- Đang bị mệt mỏi, tăng cân, suy giảm tập trung, ít ngủ
- Mong muốn tối ưu hóa thể trạng, khả năng phục hồi và sức bền
- Đang trải qua các thay đổi sinh lý tự nhiên hoặc chuyển hóa
- Coi trọng chăm sóc sức khỏe phòng ngừa, y học cá thể hóa

Cá nhân hóa Kế hoạch Sống khỏe Trường thọ

Dựa vào các kết quả của Bạn, Bạn sẽ nhận được kế hoạch tối ưu hóa sức khỏe được thiết kế riêng, có thể bao gồm:

- Các khuyến nghị về dinh dưỡng
- Các chiến lược tối ưu hóa lối sống
- Hướng dẫn quản lý giấc ngủ và căng thẳng
- Bổ sung dưỡng chất có mục tiêu
- Chiến lược sức khỏe chuyển hóa
- Các khuyến nghị cân bằng hormone



	Sample Longevity Comprehensive (Nam giới)	Sample Longevity Comprehensive (Nữ giới)
Huấn luyện - Longevity Coaching		
Huấn luyện sức khỏe (4 buổi)	✓	✓
Tư vấn Đông y	✓	✓
Y học và Ngăn ngừa	✓	✓
Tư vấn kèm đánh giá lại	✓	✓
Đánh giá Thể chất		
Thành phần cơ thể	✓	✓
Đánh giá thị lực	✓	✓
Lực cơ nắm tay	✓	✓
Kiểm tra chức năng phổi	✓	✓
Đo thính lực	✓	✓
Sức khỏe Tim mạch		
Điện tâm đồ lúc nghỉ	✓	✓
Đánh giá tuổi sinh học bằng máy AGE Reader	✓	✓
Tỷ lệ chuyển hóa khi nghỉ ngơi	✓	✓
Nhận thức và Sức khỏe Trí não		
Đánh giá nhận thức bằng nền tảng Neurowyzr	✓	✓
Đánh giá Gan		
Đo độ đàn hồi mô gan (Fibroscan)	✓	✓
Đánh giá Phân tích Da		
Phân tích da bằng VISIA	✓	✓
Đánh giá dung nạp Thực phẩm & Phản ứng Viêm		
KBMO 132	✓	✓
Thiết bị đeo theo dõi sức khỏe		
Theo dõi đường huyết liên tục	✓	✓
Các Xét nghiệm Cận lâm sàng		
Nhận thức và Sức khỏe trí Não	✓	✓
Sức khỏe Tim mạch và Chuyển hóa	✓	✓
Sức khỏe Thận	✓	✓
Sức khỏe Gan	✓	✓
Các dấu ấn sinh học Viêm	✓	✓
Các dấu ấn sinh học Da	✓	✓
Sức khỏe Cơ - Xương - Khớp	✓	✓
Bộ xét nghiệm Hormone	✓	✓
Tầm soát nguy cơ Ung thư	✓	✓
Tầm soát Ung thư sớm đa cơ quan (SPOT-MAS)	✓	✓
Đồng hồ đo tuổi sinh học	✓	✓
Các gói Chẩn đoán Hình ảnh Nâng cao (Chọn từ Gói A hoặc Gói B		
Gói A		
CT Mạch vành + CT Phổi	Chọn 1 trong 3	Chọn 1 trong 3
CT Bụng và Chậu		
Vo2 Max Stress ECG & DEXA Scan		
Gói B		
CT đánh giá vôi hóa động mạch vành	Chọn 2 trong 6	Chọn 2 trong 7
CT Tầm soát Ngực		
CT Bụng		
CT Chậu	Chọn 2 trong 6	Chọn 2 trong 7
CT Thận		
Đo mật độ xương (DEXA Scan)		
Chụp Nhũ ảnh 3D	(không áp dụng)	
Nha khoa		
Cạo vôi và Đánh bóng Răng	✓	✓

Bắt đầu Hành trình Chăm sóc Sức khỏe Chủ động của Bạn



Đầu tư vào việc phát hiện sớm và tối ưu hóa lộ trình chăm sóc sức khỏe cá thể hóa ngay từ hôm nay để duy trì sức sống bền bỉ, khả năng phục hồi và lão hóa khỏe mạnh.

Nếu Quý vị muốn tìm hiểu thêm về Chương trình Sống khỏe Trường thọ của chúng tôi, vui lòng quét mã QR để biết thêm thông tin chi tiết hoặc liên hệ ngay với chúng tôi.