



FAQ

Häufig gestellte Fragen zum epiAge Test

Der Test ist für Erwachsene ab 25 Jahren geeignet. Bei Krankheit oder erhöhtem Stress kann das Ergebnis beeinflusst werden!

Was ist der Unterschied zwischen biologischem und chronologischem Alter?

Das biologische Alter gibt Auskunft darüber, wie schnell der Körper altert. Das kann sich von Mensch zu Mensch deutlich unterscheiden. Dabei spielen verschiedene Faktoren eine Rolle. Die eigenen Gene, die man allerdings vererbt hat, machen dabei aber nur den geringeren Anteil aus. Viel entscheidender sind der Lebensstil und die Umweltfaktoren. Das chronologische Alter wird dagegen in Jahren gemessen und sagt nur wenig über den Zustand unseres Körpers aus.

Für wen ist der Test geeignet?

Der Test ist für Erwachsene ab mindestens 25 Jahre geeignet.

Wann soll der Test am besten durchgeführt werden?

Am besten führen Sie den Test in einer möglichst ruhigen und gesunden Phase durch. Wenn Sie neulich eine Krankheit überwunden haben oder geimpft wurden, empfehlen wir, dass Sie mindestens 3-6 Monate abwarten, bevor Sie den Test ausprobieren. Immunbedingt können sich ansonsten starke Diskrepanzen zwischen biologischem und chronologischem Alter ereignen, die sich i.d.R. mit der Zeit normalisieren.

Worauf muss ich beim Ausführen des Tests achten?

Bitte halten Sie sich genau an die Bedienungsanleitung in ihrem epiAge Test Kit. Der epiAge Test ist eine epigenetische Altersbestimmung und wird in einem Hightech-Labor mit den modernsten wissenschaftlichen Methoden durchgeführt. Tatsächlich ist das HKG Epitherapeutics Labor von Prof. Dr. Szyf in Hongkong CAP- (College of American Pathologists) sowie CLIA- (Clinical Laboratory Improvement Amendments) akkreditiert und arbeitet somit nach besonders stringenten und weltweit anerkannten Standards. Dennoch kann eine ungenügende, oder verunreinigte Probe dazu führen, dass Ihr Test fehlschlägt oder das Ergebnis verfälscht wird.

Wie soll ich meine Probe an epiAge zurückschicken?

Wenn wir bzw. unsere Vertriebspartner einen guten Job gemacht haben, sollte ein bereits adressierter Umschlag zu dem Test im Päckchen beigelegt worden sein. Wenn Sie den Test aus Deutschland verschicken, ist der Umschlag sogar frankiert und sie können ihn einfach in den nächstgelegenen Briefkasteneinwerfen (bitte kein Einschreiben!).

Falls Sie es aber aus dem Ausland verschicken, bitten wir Sie, den Umschlag als Brief zu frankieren. Die Sendung ist eine medizinische Probe und benötigt keine Zollinhaltsklärung. Also bitte nicht als Päckchen/Paket mit Zollerklärung und/oder per Einschreiben schicken! Die ggf. dadurch entstandene Kosten gehen sonst zu Ihren Lasten. Sollten Sie den Umschlag mit einem Kurierdienst verschicken (müssen) z.B. UPS, FedEx, o.ä., benutzen Sie bitte unsere Firmensitz-Adresse:

epiAge Deutschland UG – Jakob-Klar-Str. 4 – 80796 München – Deutschland/Germany

Wie lange dauert es, bis ich mein Testergebnis erhalte?

Der epiAge Test dauert in der Regel 2-4 Wochen, nachdem Sie Ihre Probe an uns zurückgeschickt haben. Abweichungen sind in Ausnahmefällen möglich.

Was bedeutet mein Testergebnis?

Ihr Testergebnis stellt Ihr epigenetisches Alter dar. Das epigenetische Alter gibt Auskunft darüber, wie schnell oder langsam Sie im Vergleich zur allgemeinen Bevölkerung biologisch altern. Sie sind 53 fühlen sich aber wie Mitte 40? Ihr epigenetisches Testergebnis kann Ihr Gefühl mit wissenschaftlichen Fakten untermauern. Im gegenteiligen Fall sollten Sie sich eventuell überlegen, an Ihrem Lebensstil und Ihrer Ernährung zu schrauben, damit Sie dauerhaft gesund und vital bleiben.

Mein Ergebnis richtig deuten!

Durchatmen, wenn das biologische Alter auffällig höher oder niedriger ausfällt...

Wenn der Unterschied zwischen chronologischem und biologischem Alter sehr groß ist, können Irritation, Misstrauen gar Schock entstehen. Atmen Sie aber bitte erstmal durch und lassen Sie uns das große Ganze durchleuchten. Die Messung des biologischen oder des sogenannten epigenetischen Alters stellt eine Momentaufnahme dar und ist von vielen Faktoren abhängig, u.a.:

- der korrekten Durchführung des Tests,
- der Qualität der Speichelprobe,
- Ihrem allgemeinen gesundheitlichen Zustand.

Die korrekte Durchführung des Tests ist natürlich essenziell, aber leider nicht immer selbstverständlich. Immer wieder kommt es zu problematischen Zahlen, wenn nicht gleich Fehlschlag, weil Kunden vor der Probeentnahme doch schnell geraucht oder gegessen haben, sich die Zähne geputzt oder den Kaugummi kurz zuvor rausgespuckt

haben. Auch werden zu kleinen Mengen an Speichel eingereicht oder der Speichel wird mit der Pufferlösung, die die Haltbarkeit bzw. die mikrobiologische Stabilität garantieren soll, nicht ausreichend vermischt. Hier heißt es leider: Test wiederholen, am besten nüchtern, genügend Speichel einsammeln und das verschlossene Röhrchen dann ausgiebig zusammenschütteln, bevor die Probe eingetütet und versendet wird.

Da das epigenetische Alter ein relativ dynamischer Prozess ist, ist es auch Schwankungen ausgesetzt, die im Alltagstrubel oft untergehen können. Abhängig vom Zeitpunkt der Probeentnahme kann es also durchaus vorkommen, dass Ihr gesundheitlicher Gesamtzustand erheblich gestärkt oder geschwächt ist und Sie nicht wissen, bzw. sich nicht daran erinnern können, warum. Aber ausdrücklich gesagt: es muss nicht gleich heißen, dass eine schlimme Krankheit lauert. Es reicht schon, wenn Sie einen bakteriellen Infekt oder Covid-19 vor einigen Wochen besiegt haben, bzw. noch relativ frisch geimpft sind. Auch können länger anhaltende Lebensstiländerungen sowie akuter Stress, persönliche Krisen oder Umweltfaktoren einen Einfluss haben. Hierzu haben wir wichtige [Erkenntnisse auf unserem Blog](#) verfasst.

Zusammengefasst kann man sagen, dass es durchaus sinnvoll ist, eine Testung in ruhigen Zeiten und bei normalen Routinen vorzunehmen, um mögliche Ergebnisverzerrungen zu vermeiden.

Sollten Sie dennoch weitere Fragen zu Ihrem Ergebnis haben, setzen Sie sich bitte mit unserem Support in Verbindung: support@epi-age.de.

In welchen Abständen kann ich einen epiAge Test durchführen, um die Wirksamkeit meiner Lifestyle Änderungen zu überprüfen?

Sie können jederzeit einen Nachfolgetest zu Ihrem epiAge Test machen. Es empfiehlt sich sogar Ihr epigenetisches Alter regelmäßig zu testen. Sie können damit Ihre Lebensstil-Interventionen und Longevity-Maßnahmen überprüfen. Allgemein empfehlen wir einen Zeitraum von 6 Monaten zwischen zwei Tests. Aufgrund der hohen Genauigkeit sind aber auch kürzere Abstände, beispielsweise nach einschlägigen Änderungen Ihrer Lebensweise oder Ernährung, durchaus möglich.

Werden genetische Daten von mir gespeichert?

Nein. Weder wir noch unser Partnerlabor speichern genetische Daten. Es werden lediglich Methylierungsmarker auf Ihrer DNA abgelesen. Nach dem Analyseprozess wird Ihre Probe nach einiger Zeit vernichtet.

Welche Sicherheitsmaßnahmen werden verwendet, um meine Daten zu schützen?

Ihre Probe ist mit einer Secure ID Nummer versehen. Diese wird von uns anonym ausgegeben und ist nicht mehr einem bestimmten Kunden zuzuordnen. Nach erfolgter

Analyse wird Ihnen anhand der Secure ID das Testergebnis automatisch zugesandt und zwar an die von Ihnen bei der Registrierung hinterlegte E-Mail Adresse.