

VITAMINE B12 BLOEDONDERZOEK

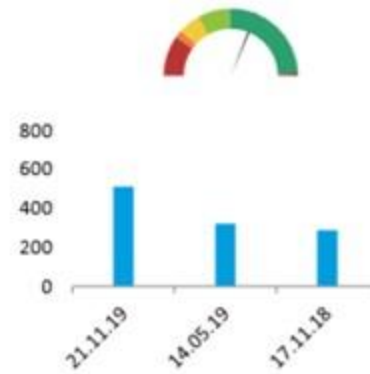


UW RESULTAAT

Het resultaat van uw onderzoek is 510 pmol/l.

Een vitamine B12-niveau hoger dan 400 pmol/l is optimaal. Dit is goed nieuws, want een vitamine B12-tekort komt regelmatig voor. Onderaan dit rapport krijgt u een aantal adviezen die kunnen helpen bij het behouden van uw vitamine B12-niveau. Mocht u minder dierlijke producten gaan eten is de kans groot dat dit invloed heeft op uw vitamine B12-niveau. Een vervolgonderzoek laat in dat geval zien of uw vitamine B12-niveau constant blijft.

Resultaat 510 pmol/l.



VITAMINE D BLOEDONDERZOEK (25-hydroxy)

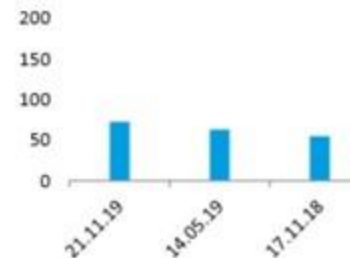


UW RESULTAAT

Het resultaat van uw onderzoek is 72,5 nmol/l.

Een vitamine D-niveau dat tussen de 60 nmol/l en 80 nmol/l ligt is goed. Dit is goed nieuws. Zorg ervoor dat dit niveau zo blijft of verbetert tot het "optimale" niveau dat op 80 nmol/l is vastgesteld. Onderaan dit rapport krijgt u een aantal adviezen die kunnen helpen bij het behouden of verhogen van uw vitamine D-niveau. Omdat vitamine D voor een belangrijk deel wordt gevormd onder invloed van zonlicht is het niveau in de winter vaak lager. Daarom is het, als u het onderzoek in de zomer heeft uitgevoerd, zinvol om een vervolgonderzoek aan het eind van de winter te doen. Op deze manier wordt inzichtelijk of het vitamine D-niveau constant is of mogelijk verbeterd richting het optimale niveau.

Resultaat 72,5 nmol/l.



IJZER BLOEDONDERZOEK



UW RESULTAAT

Het resultaat van uw onderzoek is 9 $\mu\text{mol/l}$

Een ijzerniveau lager dan 10 $\mu\text{mol/l}$ is laag. In het optimale geval ligt dit niveau tussen de 10 en 25 $\mu\text{mol/l}$. Een tekort wordt in veel gevallen veroorzaakt door een gebrek aan ijzer in de voeding. Door uw voedingspatroon aan te passen is verbetering mogelijk. Onderaan dit rapport krijgt u een aantal adviezen die kunnen helpen bij het verhogen van uw ijzerniveau. Een laag ijzerniveau is niet noodzakelijkerwijs een risico. Een deel van de voorraad ijzer in het lichaam is gebonden aan ferritine en opgeslagen. Deze voorraad kan ingezet worden bij een laag ijzerniveau. Zodoende is het zinvol om het ferritine-niveau te laten onderzoeken.

Resultaat 9 $\mu\text{mol/l}$.



FERRITINE BLOEDONDERZOEK



UW RESULTAAT

Het resultaat van uw onderzoek is 55 ug/l.

Een ferritine-niveau tussen de 20 en 125 ug/l is optimaal. Dit is goed nieuws want tekorten komen regelmatig voor. Zorg ervoor dat dit niveau op peil blijft. Onderaan dit rapport krijgt u een aantal adviezen die kunnen helpen bij het consolideren van uw ferritine-niveau.

Resultaat 55 ug/l.

