

Achternaam, Voornaam:

ID-Nummer:



Geslacht: mannelijk

Geboortedatum:

Datum result.: 20.01.2023

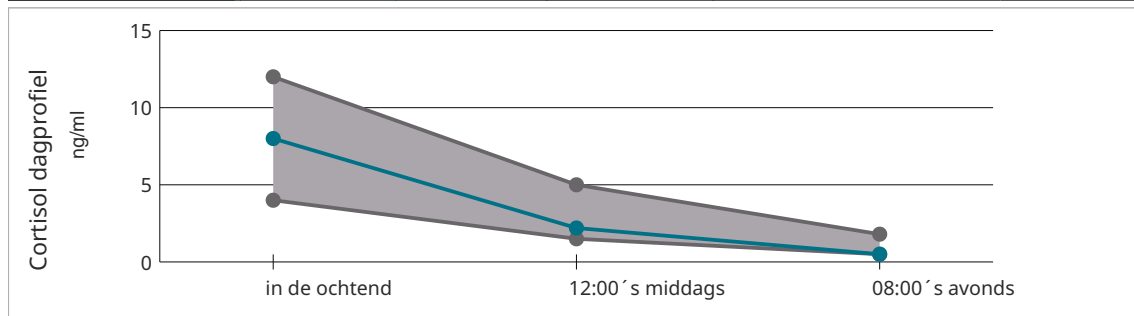
LHM Diagnostiek | Esp 220 | 5633AC Eindhoven



RESULTATEN

▼ Resultaten ■ Referentiewaarde ■ Buiten referentiewaarde

Parameter	WAARDE	Referentie waarde	Eenheid	Beoordeling	Preliminaire bevinding
Serotonine	50	55 - 129	µg/g creatinine	▼ verminderd	Niet beschikbaar
Creatinine	21.3	-	mg/dl	Referentiewaarde	Niet beschikbaar
Catecholamines					
Dopamine	136	125 - 250	µg/g creatinine	▼ normaal	Niet beschikbaar
Noradrenaline	6	25 - 55	µg/g creatinine	▼ verminderd	Niet beschikbaar
Adrenaline	3.2	3 - 12	µg/g creatinine	▼ normaal	Niet beschikbaar
NADR/ADR quot.	1.9	3 - 7	-	▼ verminderd	Niet beschikbaar
Cortisol dagprofiel					
Cortisol (ochtend)	8.0	4,0 - 12,0	ng/ml	▼ normaal	Niet beschikbaar
Cortisol (12u ´s middags)	2.2	1,5 - 5,0	ng/ml	▼ normaal	Niet beschikbaar
Cortisol (8u ´s avonds)	0.5	0,5 - 1,8	ng/ml	▼ normaal	Niet beschikbaar
DHEA dagprofiel					
DHEA (ochtend)	410.5	104 - 578	pg/ml	▼ normaal	Niet beschikbaar
DHEA (8u ´s avonds)	35.5	45 - 251	pg/ml	▼ verminderd	Niet beschikbaar



Achternaam, Voornaam:

ID-Nummer:



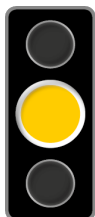
Geslacht: mannelijk

Geboortedatum:

Datum result.: 20.01.2023

Interpretatie van de resultaten

Houd er rekening mee dat deze interpretatie van de resultaten belangrijke uitspraken bevat over uw NeuroSpot rapport. Bovendien kan een goede beoordeling van uw persoonlijke gezondheidstoestand alleen door een therapeut worden gemaakt.



Uw NeuroSpot resultaat toont enkele afwijkingen in uw neurotransmitter balans. Bepaalde parameters werden buiten het normale bereik gemeten. Uw persoonlijke stressstoplicht staat als het ware op geel.

Dit is een indicatie van een mogelijke stressbelasting die al tot fysieke gevolgen heeft geleid. Een bevinding met opvallende waarden toont de typische aanpassingsreactie van het lichaam op verhoogde eisen van bijvoorbeeld werk, het dagelijks leven en stress. Het lichaam wordt in staat gesteld om op korte termijn beter te presteren. Dit lukt echter niet blijvend, maar slechts gedurende een bepaalde periode.

Bovendien is je serotonineniveau verlaagd. Serotonine is het zogenaamde "gelukshormoon". Het bepaalt in belangrijke mate hoe we ons voelen. Daarnaast heeft het invloed op de hoeveelheid andere belangrijke boodschapperstoffen. Het serotonineniveau kan vaak goed in balans worden gebracht door aminozuren en micronutriënten aan te vullen die nodig zijn voor de synthese van serotonine. Deze aminozuren en micronutriënten kunnen worden gehaald uit voeding.

Het wordt aanbevolen om onder begeleiding van een arts of behandelaar het serotoninegehalte weer op peil te krijgen.



Achternaam, Voornaam:

ID-Nummer:

Geslacht: mannelijk

Geboortedatum:

Datum result.: 20.01.2023

Zorg ervoor dat u de stress onder controle krijgt.

Want als de stress langer duurt, d.w.z. chronisch wordt, kan de vereiste verhoogde hoeveelheid neurotransmitters niet meer door het lichaam worden aangemaakt.

In het ergste geval kan dit bijvoorbeeld leiden tot de volgende symptomen:

- Slaapstoornissen
- Vermoeidheid / lusteloosheid
- Pijnen
- Concentratieproblemen
- Spijsverteringsproblemen
- Hoge bloeddruk
- Sterke daling van prestaties
- Depressie

Wij raden u aan om in ieder geval naar een behandelaar te gaan. Als u al symptomen van verhoogde stress ervaart, ook al zijn het "slechts" de eerste tekenen zoals slaapstoornissen, vergeetachtigheid, rusteloosheid, het gevoel het overzicht te verliezen, aarzel dan niet om het advies van een deskundige in te winnen.

Een deskundige behandelaar kan u adviseren over stressmanagement. Passende preparaten kunnen bovendien helpen tegen stress en bijdragen tot het in evenwicht brengen van de lichamelijke gevolgen ervan.

Hoe kan ik verder advies krijgen?

Zoals reeds uitgelegd, raden wij u aan een ervaren behandelaar te raadplegen die samen met u, op basis van uw NeuroSpot bevindingen, zal bepalen in hoeverre behandeling nuttig of noodzakelijk is.

Vaak verbeteren stressgerelateerde symptomen snel en duurzaam door een verandering van micronutriënten en aminozuren, aangevuld met kruiden- of homeopathische supplementen en ondersteund door goed stressmanagement.

LHM Diagnostiek
info@lhmdiagnostiek.nl
040-3114997

Achternaam, Voornaam:

ID-Nummer:



Geslacht: mannelijk

Geboortedatum:

Datum result.: 20.01.2023

De functies en symptomen van de NeuroSpot parameters in één overzicht

Parameters	Verantwoordelijk voor	Symptomen bij een verhoogd niveau	Symptomen bij een verlaagd niveau
Serotonine	Stemming Eetlust Slaap	Zelden - behalve bij de context van medicatie en serotoninesyndroom	Depressie Angst Slaapproblemen Overmatige eetlust Hoofdpijn Opvliegers Obsessieve-compulsieve stoornis
Dopamine	Goed humeur Plezier en welzijn Voldoening Vrijwillige spiercoördinatie Spijvertering Geheugen	Dyspepsie Ontwikkelingsvertraging Aandachtsstoornissen / moeite met concentreren Mentale stoornissen Autisme	Verslavingsproblemen Eetaanvallen Motoriek stoornissen Restless Legs Syndroom Ziekte van Parkinson
Noradrenaline	Aandacht / Focus Alertheid Emotionele stabiliteit Emotioneel geheugen Endocriene functie	Angst Hyperactiviteit Hypertensie Posttraumatisch stressyndroom ADHD	Tekort aan energie Concentratieproblemen Verlies van motivatie Terneergeslagenheid Verzwakte gevoeligheid voor pijn
Adrenaline	Energie Motivatie Concentratie Periodes van gespannenheid	Slaapproblemen Angst Aandachtsstoornissen	Vermoeidheid / uitputting Verzwakt gezichtsvermogen Problemen met gewichtsverlies
DHEA	Daalt sterk met leeftijd Helpt bij het omgaan met stress Activering van het immuunsysteem Motivatie	Meestal geen symptomen. Aanhoudend verhoogde niveaus kunnen echter symptomen veroorzaken en moeten nader worden onderzocht.	Verhoogde gevoeligheid voor stress Malaise Depressie Tekort aan geslachtshormonen PMS Problemen met de menopauze
Cortisol	Aanpassing aan verhoogde eisen wegens stress Verhoging van glucoseniveau in het bloed Verzwakt reactie van het immuunsysteem Vergrote eetlust Verlaagde pijngrens	Slaapproblemen Metabolische stoornissen met overgewicht Vergroot buikvet Verhoogde cholesterolwaarden Hypertensie Gevoeligheid voor infectie	Moeite met opstaan in de ochtend Vermoeidheid Passiviteit Apathie Verhoogde gevoeligheid voor pijn Vergeetachtigheid

Achternaam, Voornaam:

ID-Nummer:



Geslacht: mannelijk

Geboortedatum:

Datum result.: 20.01.2023

UITLEG VAN PARAMETERS

Serotonine

Serotonine, ook wel het "gelukshormoon" genoemd, is een belangrijke boodschapper in het brein en wordt gemaakt in het centrale zenuwstelsel evenals in het darmslijmvlies. Serotonine is verantwoordelijk voor onze emoties. Samenwerkend met adrenaline en dopamine, verbetert het humeur en bepaalt het motivatie. Serotonine heeft ook een ontspannend, slaapverwekkend en antidepressief effect. Daarnaast werkt het mee in het reguleren van het gevoel van verzadigdheid en gevoeligheid voor pijn. Essentiële functies van de darm en het opnemen van voedingsstoffen door de darm worden ook door serotonine beïnvloed.

Aanvankelijk, wordt een tussenproduct, 5-hydroxytryptophan (5-HTP), gemaakt van het aminozuur tryptophan. Hieruit wordt serotonine geproduceerd in een tweede stap, waar vitamine B6 voor nodig is. Uit dit serotonine, wordt daarna het "slaaphormoon" melatonine gevormd. Daarom kan een serotoninetekort leiden tot een melatoninetekort en zodoende ook problemen met slapen verergeren.

Het basiscomponent voor serotonine, tryptophan, wordt opgenomen via de voeding. De volgende voedingsmiddelen bevatten hoge concentraties aan tryptophan:

Soja- en mungbonen, pinda's, cashewnoten, zonnebloempitten, sommige soorten kaas (bijv. Parmezaanse, Emmentaler, Edammer, Brie, Camembert, Gruyère), eieren, vlees, vis (met name tonijn, zalm, makreel en forel), havermout en graankiem.

Hoge concentratie vitamine B6 zit vooral in de volgende voedingsmiddelen: volkoren producten, aardappelen, bananen, peulvruchten (Bijv. sojabonen, linze), avocado's, wortelen, spruitjes, zonnebloempitten, walnoten, lever, vlees en vis.

Uw serotonine niveau is verlaagd

Serotoninedeficiëntie

Een serotoninetekort wordt geassocieerd met problemen zoals moeite met slapen, eetstoornissen met gewichtstoename, dyspepsie, weinig motivatie, onrust en nerveusheid, concentratieproblemen, verhoogde gevoeligheid voor pijn, migraine, fibromyalgie, vermoeidheid, angst en depressie.

Mogelijke oorzaken voor een serotoninetekort kunnen onder andere zijn; chronische ontstekingen, virus infecties, net als een verminderde mogelijkheid van de darm om voedingsstoffen op te nemen. Het wordt daarom aangeraden dat volgend op een serotoninetekort een controle van de darm wordt uitgevoerd. Een lactose of fructose malabsorptie is ook gekoppeld aan tryptophantekort en zo dus ook een serotoninetekort.

Zo kan een levensstijl met veel stress, een slecht gebalanceerd dieet en weinig beweging een ontwrichting van de hormoon- en neurotransmitterbalans veroorzaken en hierdoor ook een serotoninetekort.

Achternaam, Voornaam:

ID-Nummer:



Geslacht: mannelijk

Geboortedatum:

Datum result.: 20.01.2023

Catecholamines (dopamine, noradrenaline, adrenaline)

In het geval van stress (elke vorm van lichamelijke of psychische stress), worden direct catecholamines vrijgemaakt als normale reactie van het lichaam. Gedurende een korte periode stellen ze het lichaam in staat om te reageren op de toegenomen eisen gesteld door de stress situatie. Het lichaam wordt in de zogenaamde "fight-or-flight" modus gezet. Hierdoor is de aandacht vergroot, bloeddruk en hartslag verhoogd en neemt de mogelijkheid om snel te reageren en beslissingen te maken toe. Aan de andere kant, worden lichaamsfuncties die niet noodzakelijk zijn op dat moment op een laag pitje gezet. Dit betreft, onder andere, een gevarieerd perspectief, het precies afwegen van beslissingen, spijsvertering, seksuele activiteit, slaap, enz.

Wanneer het lichaam naderhand genoeg kan herstellen, is dit een hele gezonde manier om met normale stress om te gaan. Echter, als langdurige stress plaatsvindt waardoor deze herstelperiodes niet plaats vinden, kan de stress chronisch worden wat een meervoud aan symptomen kan veroorzaken. Het basiscomponent voor de productie van alle drie de catecholamines is het aminozuur tyrosine. Hiervoor is het zogenaamde essentiële aminozuur phenylalanine voor nodig, wat alleen verkregen kan worden via de voeding. Vervolgens wordt er in meerdere stappen en op elkaar doorbouwend eerst dopamine geproduceerd en daarna noradrenaline, waaruit vervolgens adrenaline wordt gemaakt. Naast de betrokken enzymen zijn voedingsstoffen vitamine C, vitamine B6, vitamine B12, koper, magnesium en foliumzuur nodig in dit productieproces. Voedingsmiddelen die in een voldoende aantal van de noodzakelijke aminozuren voorzien zijn gevogelte, eieren, vlees, vis, peulvruchten, noten en zaden. Alleen indien u melk goed kunt verdragen is melk ook een goede bron van proteïne. Vitamine C wordt voornamelijk geleverd door citrusvruchten, aardbeien, kiwi's, guava's, zwarte bessen, papaja's, venkel, broccoli, paprika en spruitjes. Hoge concentraties vitamine B6 zitten vooral in de volgende voedingsmiddelen: volkoren producten, aardappelen, bananen, peulvruchten (bijv. sojabonen, linzen), avocado's, wortelen, spruitjes, zonnebloempitten, walnoten, lever, vlees en vis. Aanzienlijk hoge concentraties vitamine B12 zitten in de volgende voedingsmiddelen: lever, nier, zoutwater vis (met name tonijn, haring en makreel), zalm, zeevruchten, vlees en eieren. Alleen indien u ze goed kan verdragen, kunnen melkproducten en kaas (met name Gouda, Edam, Camembert) een goede bron voor vitamine B12 zijn. Een hoog kopergehalte bevatten: vooral, kalfs- en rundsvlees, lever, amarant, quinoa, gierst, garnalen, oesters, peulvruchten, noten en zaden (met name pompoenpitten en cashewnoten). Een aanzienlijke hoeveelheid magnesium zit ook in amarant, quinoa, peulvruchten evenals in noten en zaden. Lever, peulvruchten, noten en zaden bevatten ook veel foliumzuur. Verder zijn andijvie, peterselie, bloemkool en broccoli, spruitjes, boerenkool en prei goede bronnen van foliumzuur.

Uw noradrenaline niveau is verminderd

Uw noradrenaline/adrenaline verhouding is verlaagd

Achternaam, Voornaam:

ID-Nummer:



Geslacht: mannelijk

Geboortedatum:

Datum result.: 20.01.2023

Noradrenaline

Noradrenaline kan de bloeddruk verhogen, effect hebben op oplettendheid, waakzaamheid, concentratie, bereidheid om te presteren, motivatie en motoriek. Het is ook betrokken bij de besturing van een veelvoud van hormonen.

Noradrenaline deficiëntie

Een verminderd noradrenaline niveau kan een leiden tot een tekort aan energie, moeite met concentreren, geen puf hebben, moedeloos zijn en een verminderde gevoeligheid voor pijn hebben. Verder kan het voor een uitputting van andere neurotransmitters leiden in geval van een langdurige, chronische stress situatie.

Een noradrenaline tekort kan veroorzaakt worden door een tekort in tyrosine of de noodzakelijke voedingsstoffen (vitamine B6, foliumzuur en vitamine C, koper en magnesium) (c.f. dopamine deficiëntie).

Noradrenaline/adrenaline verhouding

De noradrenaline/adrenaline verhouding is een goede indicator voor de algemene stresssituatie.

Een verhouding onder 3 is meestal indicatief voor zware chronische stress. De oorzaak van zo een lage verhouding kan een noradrenaline tekort (bijv. door de verminderde productie van noradrenaline of een deficiëntie van aminozuren of micronutriënten) of –minder voorkomend– te veel adrenaline zijn.

Een waarde tussen 3 en 7 is indicatief voor een balansverhouding tussen de twee boodschapperstoffen. Hierbij moet rekening worden gehouden dat deze waarde ook bereikt kan worden in geval van een gelijktijdige toename of afname van beide parameters.

Een waarde tussen 7 en 12 kan veroorzaakt worden door een verhoogde noradrenaline (als reactie op stress) of – minder voorkomend – door een verlaagde adrenaline.

Verhoudingen boven 12 zijn indicatief voor een aanzienlijke disbalans van de boodschapperstoffen en worden geassocieerd met nervositeit, moeite met slapen, geen puf hebben, slecht concentratievermogen, tot aan in het ergste geval, een burnout.

Creatinine

De creatininemeting is een noodzakelijk referentiemolecuul in de laboratoriumanalyse van verschillende parameters en is niet van diagnostische waarde in deze bevindingen. Conclusies trekken zoals een potentiële dysfunctie is hieruit niet mogelijk.

Achternaam, Voornaam:

ID-Nummer:



Geslacht: mannelijk

Geboortedatum:

Datum result.: 20.01.2023

DHEA

Het hormoon DHEA wordt gemaakt van cholesterol, vooral in de bijnier.

De productie van DHEA verlaagt constant naarmate we ouder worden, vanaf 25 jaar. Het verlaagde DHEA niveau is verantwoordelijk voor een aantal afbraakprocessen in het lichaam. Dat is waarom het DHEA niveau zo goed gebruikt kan worden om de biologische leeftijd van een mens vast te stellen. Dit niet alleen, DHEA is ook de voorloper voor de geslachtshormonen testosteron en oestrogeen. DHEA heeft een korte vervaltijd van ongeveer 10 tot 15 minuten. Om deze reden wordt het vooral gedetecteerd in de opgeslagen vorm DHEA-S, die in DHEA veranderd wanneer het nodig is.

DHEA is een directe tegenpool van cortisol en balanceert de stressreactie teweeggebracht door cortisol en helpt daarom bij het omgaan met stress. Het heeft een versterkend effect op spiervorming en het vergroot HDL cholesterol die de vetopslagen in de bloedvaten vermindert. Op deze manier werkt het atherosclerose tegen. DHEA heeft een ontstekingsremmend effect en activeert het immuunsysteem.

DHEA deficiëntie:

Een DHEA tekort kan leiden tot een verminderde mogelijkheid om met stress om te gaan. Daarnaast versterkt dit het effect van cortisol wegens het gebrek aan een tegenregulering. Malaise, depressie, net als problemen met leren en vergeetachtigheid kunnen worden bevorderd. Een DHEA tekort kan ook zorgen voor een tekort aan geslachtshormonen en bij vrouwen voor premenstrueel syndroom (pijn, stemmingswisselingen voorafgaand de ongesteldheid) en voor problemen bij de menopauze.

De oorzaak van een DHEA tekort kan chronische stress zijn (c.f. cortisol deficiëntie).

Achternaam, Voornaam:

ID-Nummer:



Geslacht: mannelijk

Geboortedatum:

Datum result.: 20.01.2023

LABORATORIUMCONTROLE

Het voorliggend onderzoek van Heer Test Duij, geboren op 11.03.1995, is onder mijn directie uitgevoerd.

A handwritten signature in blue ink, consisting of a large, stylized 'L' followed by a smaller 'G' and a horizontal stroke.

Dr. med. Ludwig Grüter

Medisch specialist voor laboratoriumtechniek, CTL & Ortholabor GmbH

Deze bevinding is elektronisch gegenereerd en medisch gevalideerd.