

Deze analyse meet de hoeveelheid omega3 en omega-6 vetten in je rode bloedcellen.

De meest voorkomende omega-3 vetzuren zijn eicosapentaeenzuur (EPA) en docosahexaeenzuur (DHA). De hoeveelheid van deze twee types vetzuren in de rode bloedcel membraan in percentages geeft de zogenoemde Omega-3 index. De Omega-3 index is een goede manier om te kijken of je voldoende Omega-3 vetzuren via je dieet binnenkrijgt. Een Omega-3 index lager dan 4 geeft een verhoogde kans op de ontwikkeling van hart- en vaatziekten.

De ratio tussen Omega-6 en Omega-3 vetzuren in je celmembranen zegt ons iets over het optimaal functioneren van je lichaam. Je vindt meer informatie over de interpretatie van de resultaten in je testuitslag.

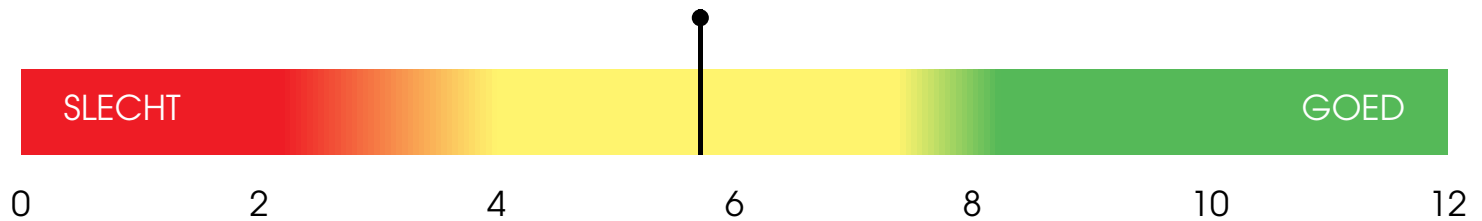
Disclaimer

Het gebruik van de Omega-3 Test moet in volledige overeenstemming zijn met de bijgevoegde instructie. Eqology aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade veroorzaakt door het product dat wordt gebruikt op een andere manier. De resultaten en adviezen gegeven na de bloedmonsters die zijn geanalyseerd geven een geschatte omvang van het risico en zijn niet bedoeld om direct contact, onderzoek of behandeling door een arts of andere zorgverlener te vervangen. De analyseresultaten en voedingsadvies moeten worden gezien in de context van de tijd waarin zij werden gegeven.

Jouw Omega-3 index

5,7%

Jouw Omega-3 Index is nu 5.7%. Je moet 2 gram mariene vetzuren per dag (of 14 gram per week) innemen. Een nieuwe test wordt aanbevolen over 4 maanden.



Jouw Omega-6 (AA)/Omega-3 (EPA) Ratio

31,3:1

Dit geeft een significant verhoogd risico op lange termijn ontstekingsreacties infecties en verwondingen, evenals een verminderd afweersysteem tegen cellulaire schade. U wordt aangeraden om een minimum van 2 gram van mariene vetzuren (omega-3) per dag, of 14 gram per week in te nemen. Een nieuwe test wordt aanbevolen over 4 maanden. Dit omdat de levensduur van een rode bloedcel (erythrocyten) 120 dagen is.

