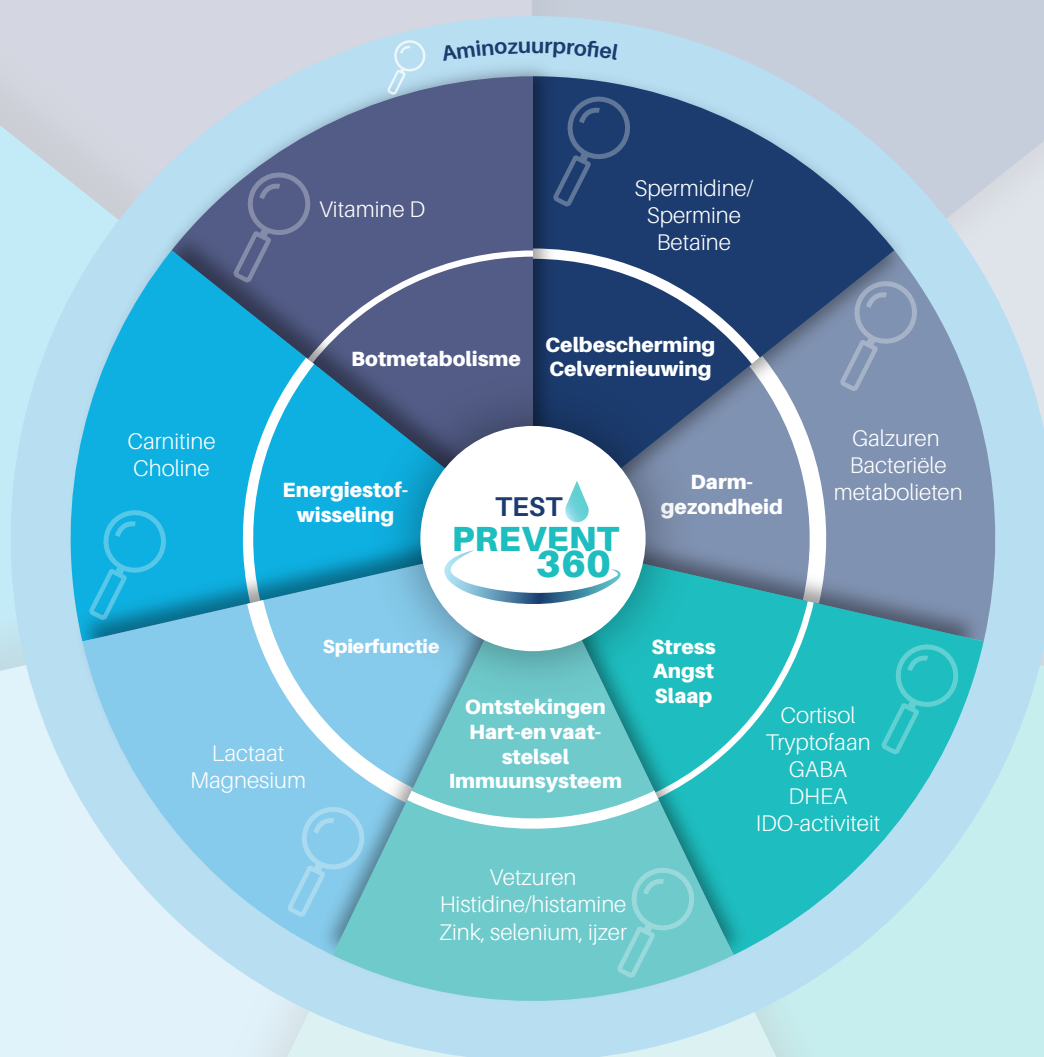


NIEUW

Test Prevent 360



MET SLECHTS 120 μ l CAPILLAIR BLOED
75 VERSCHILLENDE PARAMETERS BEPALEN

TEST PREVENT 360

Chronische ziektes komen steeds vaker voor en vormen voor veel mensen een aanzienlijke belasting in het dagelijks leven. Preventieve geneeskunde kan helpen om het risico op dergelijke ziektes te verminderen en de algehele gezondheid te verbeteren. De test Prevent 360 biedt de mogelijkheid om met slechts één bloedmonster veel verschillende parameters te bepalen en geeft zo diepgaand inzicht in de gezondheid van de patiënt.

De combinatie van standaardparameters en specifieke biomarkers omvat de volgende gebieden:

- Darmgezondheid
- Energie- en vetmetabolisme
- Spierfunctie
- Hart- en vaatstelsel
- Ontstekingen
- Immuunsysteem
- Stressgerelateerde aandoeningen
- Slaap
- Allergische reacties
- Botmetabolisme
- Stemmingsregulatie en prestaties van het CZS
- Eiwitsynthese
- Zuur-base-huishouding
- Anti-aging en autofagie
- Stikstof metabolisme
- Vetzuren, incl. Omega 3 & Omega 6
- Magnesium, ijzer, selenium, zink
- 25-OH-vitamine D3

HIER VINDT U:

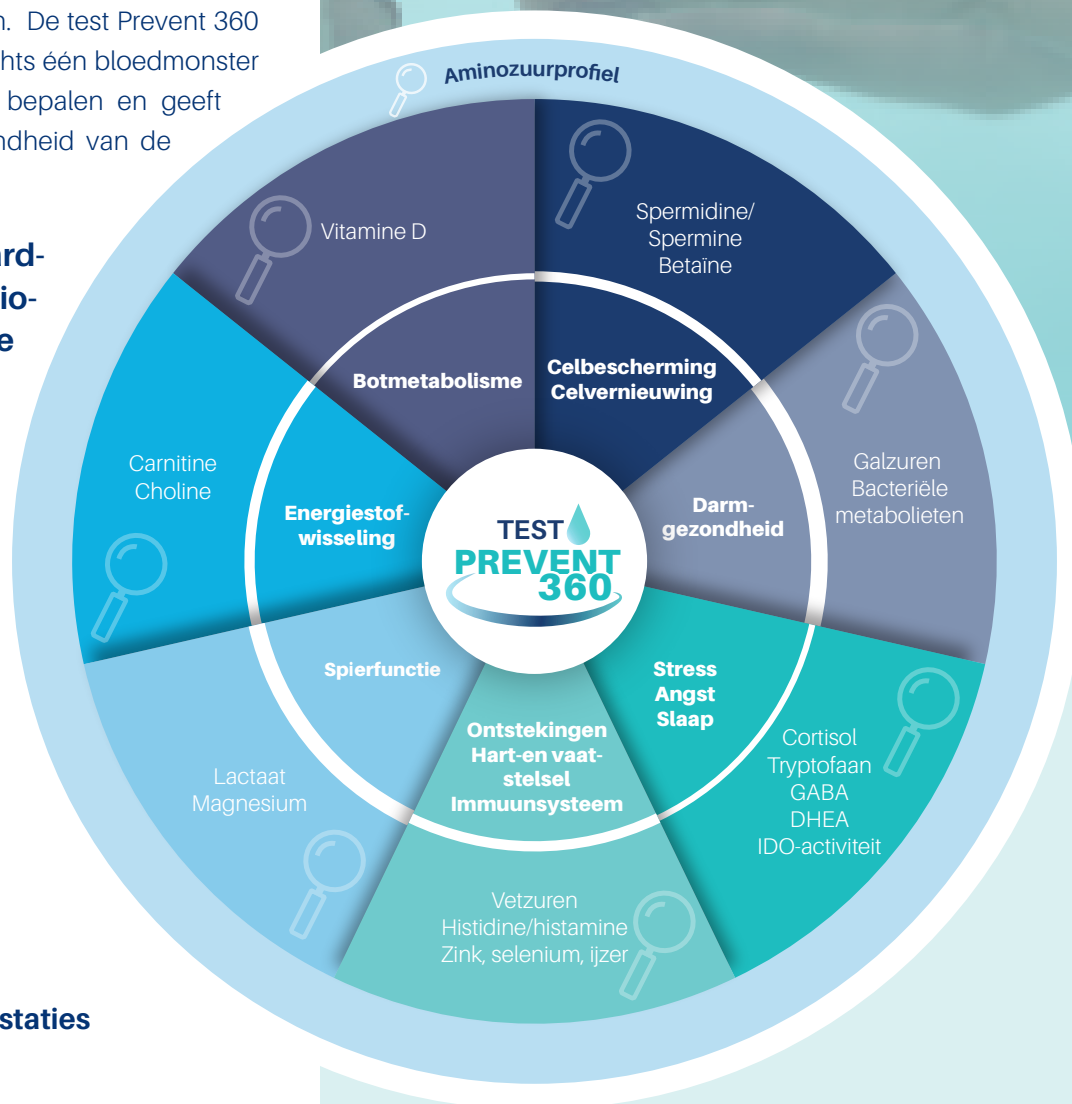


De test-handleiding



De video van de monsterafname

**TEST PREVENT 360 -
MET SLECHTS 120 µl
CAPILLAIR BLOED 75
VERSCHILLENDE
PARAMETERS
BEPALEN.**



VOORDEEL

Het grote voordeel van deze test is dat met een kleine hoeveelheid capillair bloed een breed scala aan parameters kan worden geanalyseerd. Dit maakt de test geschikt voor minimaal invasieve diagnostiek, die gemakkelijk thuis door de patiënt kan worden uitgevoerd of kan worden gebruikt door therapeuten of behandelaren die geen veneuze bloedafname kunnen of willen uitvoeren.

75

75 PARAMETERS
MET ÉÉN
MONSTER



THUIS
UITVOERBAAR

AMINOZUREN

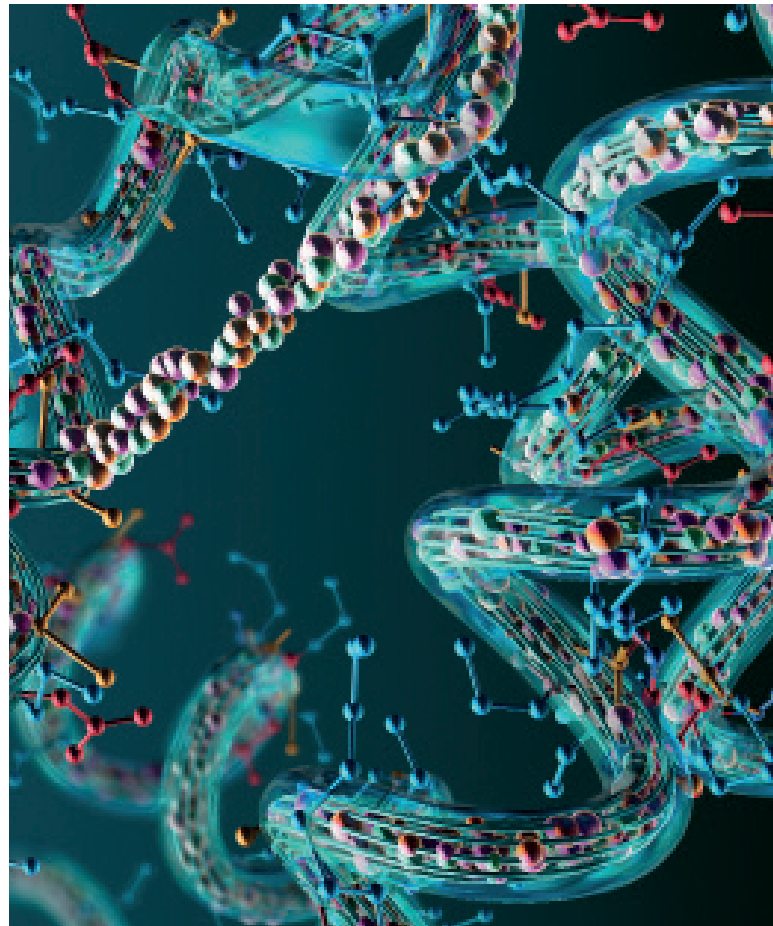
Aminozuren zijn de bouwstenen van eiwitten en spelen een centrale rol in tal van biologische processen. Ze zijn bijvoorbeeld betrokken bij het reguleren van pH-waarde en de signaaloverdracht. Daarnaast kunnen aminozuren worden gebruikt als energiebron, vooral tijdens periodes van vasten of intensieve lichamelijke inspanning. Elk aminozuur heeft specifieke functies in het lichaam.

Aminozuren hebben invloed op veelvuldige processen:

- **Spierfunctie**
- **Stemming**
- **Slaap**
- **Stofwisseling**
- **Bloeddruk**
- **Eiwitsynthese**
- **Wondgenezing**
- **Bloedsuikerspiegel**
- **Darmslijmvlies**

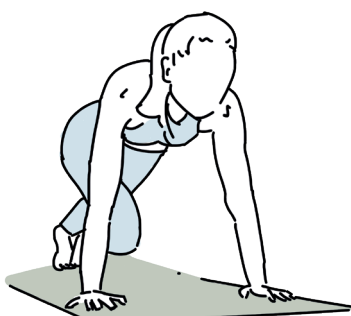
OPMERKING:

Bij een verminderde lever- en/of nierfunctie mogen aminozuursupplementen alleen worden gebruikt onder medisch toezicht.



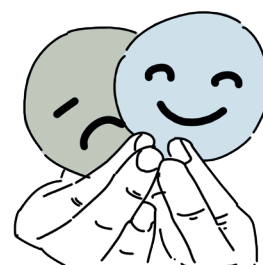
Spierfunctie

De aminozuren **isoleucine**, **leucine** en **valine** behoren tot de vertakte keten aminozuren, ook bekend als BCAA's ("branched chain amino acids"). BCAA's vormen een aanzienlijk deel van de aminozuren in spiereiwitten en zijn essentieel voor een optimale spierfunctie.



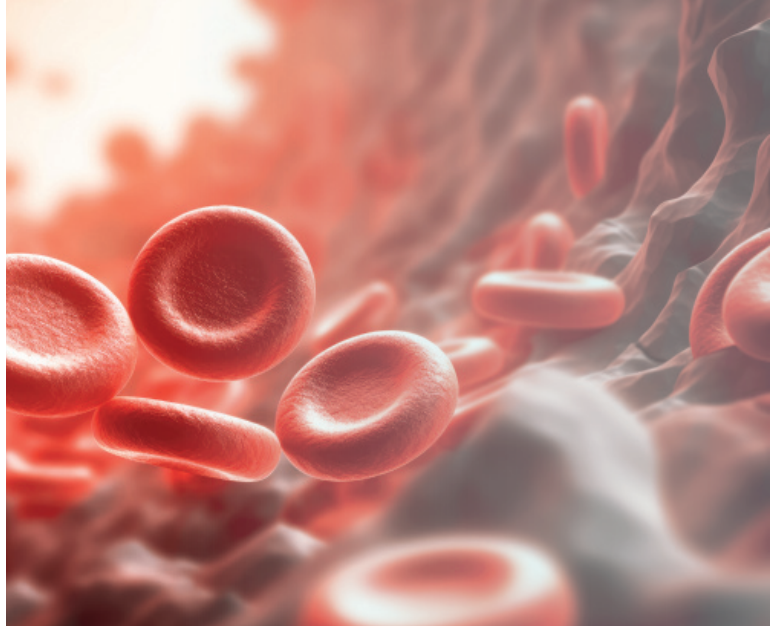
Neurotransmitter

Fenylalanine, **tyrosine** en **tryptofaan** behoren tot de aromatische aminozuren. Zij zijn de precursors voor de synthese van neurotransmitters en hormonen. Een tekort kan leiden tot diverse gezondheidsproblemen, waaronder stemmingsstoornissen, slaapproblemen en stofwisselingsstoornissen.



Bloedcirculatie en ontgiftiging van ammoniak

Citrulline en **arginine** zijn vooral belangrijk met betrekking tot het stikstofmonoxide (NO)-metabolisme en de ureumcyclus. NO is een signaalmolecuul dat de bloedcirculatie kan verbeteren en zo de bloeddruk kan helpen reguleren.



**GLUCOGENE AMINOZUREN
ZIJN BELANGRIJK VOOR HET
BEHOUD VAN DE
ENERGIEHOMEOSTASE.**

Energiestofwisseling en immuunsysteem

De aminozuren **alanine**, **asparagine**, **asparaginezuur**, **glutaminezuur**, **glutamine**, **glycine**, **lysine** en **proline** behoren tot de zogenaamde glucogene aminozuren en zijn belangrijk voor het behoud van de energiehomeostase. Bij een tekort aan koolhydraten houden ze bijvoorbeeld de bloedsuikerspiegel op peil. Daarnaast spelen ze een belangrijke rol bij eiwitsynthese, immuunfunctie, wondgenezing en algemene celgezondheid.

Immuunsysteem, spijsvertering en neurotransmitterproductie

Threonine is een essentieel aminozuur dat meerdere cruciale functies in het lichaam vervult. Het is betrokken bij de productie van antistoffen en is daarom van belang voor het immuunsysteem. Daarnaast speelt het een rol bij de aanmaak van neurotransmitters en ondersteunt het de gezondheid van het darmslijmvlies.

Bepaalde afbraakproducten van aminozuren spelen een sleutelrol in het lichaam en kunnen tevens dienen als biomarkers. ADMA en SDMA zijn bijvoorbeeld indicatoren voor hart- en vaatziekten. Verhoogde waarden worden in verband gebracht met een groter risico op dergelijke aandoeningen. Taurine is onder andere essentieel voor de gezondheid van de ogen. Een tekort kan daarom leiden tot problemen met het gezichtsvermogen.



STRESS, ANGST EN SLAAP

Cortisol is een stresshormoon en een indicator voor de mate van blootstelling aan stress. Het wordt gevormd in de bijnier en is daarom ook een weerspiegeling van de activiteit van de hypothalamus-hypofyse-bijnier-as. Een verhoogde spiegel duidt op een ontregeling van de stress-reactie.

Tryptofaan is de precursor van het "gelukshormoon" serotonine, een belangrijke neurotransmitter. Tryptofaan kan echter via de kynurenine pathway ook worden gemetaboliseerd tot kynurenine. Dit stofwisselingstraject wordt versterkt door stress en ontstekingen. Een verhoogde kynurenine/tryptofaan-ratio wijst daarom op een activering van het immuunsysteem. Dit is onder andere het geval bij depressie en stressgerelateerde ziektes.

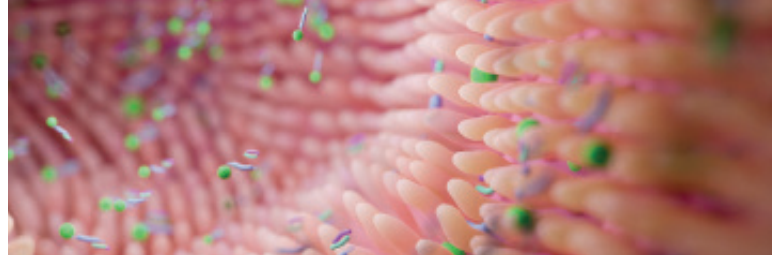
GABA is een remmende neurotransmitter in de hersenen en is belangrijk voor stemmingsregulatie, angstcontrole en slaap. Verlaagde waarden worden in verband gebracht met een verhoogd risico op angststoornissen, paniekaanvallen en slaapstoornissen.

DHEA is een steroid hormoon dat de effecten van cortisol tegengaat. Het heeft een neuroprotectieve en anti-depressieve werking. De DHEA/cortisol-ratio is een indicator voor aanhoudende stress en stressgerelateerde ziektes.

Het enzym **IDO** (indoleamine-2,3-dioxygenase) katalyseert de omzetting van tryptofaan in kynurenine. Het wordt versterkt door ontstekingsbevorderende cytokinen, die onder andere vrijkomen bij ontstekingsreacties. Een verhoogde activiteit van het enzym kan leiden tot een onbalans in de productie van neurotransmitters.



**VOLGENS EEN ONDERZOEK
HEEFT 80% VAN DE
VOLWASSENEN IN DUITSLAND
VAN TIJD TOT TIJD LAST
VAN STRESS, 25-30% ZELFS
REGLMATIG. ER ZIJN ECHTER
NIET ALLEEN VOLWASSENEN
GETROFFEN, OOK EEN
KWART VAN DE KINDEREN
KLAAGT OVER STRESS.**



DARM

Galzuren

Galzuren dragen bij aan de vertering en resorptie van vetten én zorgen voor de opname van de in vet oplosbare vitaminen A, D, E en K. Tevens zijn ze betrokken bij de energiestofwisseling en worden in verband gebracht met het darmmicrobioom. De afzonderlijke galzuren verschillen in hun structurele samenstelling en dus ook in hun eigenschappen. De vorming van galzuren en de samenstelling van de galzuurpool wordt grotendeels bepaald door de bacteriën die in de darm leven. Daarom kan aan de hand van de bepaling van galzuren een conclusie worden getrokken over de samenstelling van het darmmicrobioom. Sommige galzuren zijn giftig voor het organisme.

toxische galzuren:
GCDCA, DCA, LCA,
TDCA, GDCA

**beschermende
galzuren:**
UDCA, GUDCA

Bacteriële metabolieten

Onze darmbacteriën zijn in staat om bepaalde stoffen in de darm te metaboliseren. Afhankelijk van welke stof wordt gemetaboliseerd en door welk type bacterie, wordt er een grote verscheidenheid aan metabolieten geproduceerd. Aan de hand van de afzonderlijke metabolieten kunnen verschillende conclusies over het organisme worden getrokken.

De productie van **hippuurzuur** wordt vaak geassocieerd met bacteriële activiteit in de darm en kan een marker zijn voor het ontgiftingsvermogen van het lichaam. Verhoogde spiegels van hippuurzuur kunnen wijzen op blootstelling aan bepaalde milieutoxines of een dysbiose in de darm.

SCHADELIJK VOOR DE GEZONDHEID



p-Cresol kan de darmbarrière en ontstekingen beïnvloeden. Verhoogde waarden worden in verband gebracht met bepaalde ziektes zoals chronische nierziekten en bepaalde darmaandoeningen.

Indoxylsulfaat is schadelijk gebleken voor niercellen en wordt in verband gebracht met de progressie van chronische nierziekten. Daarnaast kan het ontstekingsprocessen bevorderen.

Putrescine speelt een belangrijke rol bij celdeling en celgroei, echter in te hoge concentraties is putrescine giftig. Een verhoogde productie wordt in verband gebracht met een verhoogd risico op darmkanker

BEVORDEREND VOOR DE GEZONDHEID



Indol-3-azijnzuur (IAA) speelt een rol bij het reguleren van de barrièrefunctie van de darm en de ontstekingsreactie. IAA kan positieve effecten hebben op de darmgezondheid, door bijvoorbeeld bescherming te bieden tegen verhoogde permeabiliteit van het darmslijmvlies.

Indolpropionzuur (IPA) heeft een anti-oxidatieve werking en neuroprotectieve eigenschappen. IPA wordt in verband gebracht met een lager risico op Alzheimer en andere neurodegeneratieve ziektes. IPA kan tevens helpen om de darmbarrière te versterken en darmontstekingen te verminderen.

ONTSTEKINGEN, HART- EN VAATSTELSEL EN IMMUUNSYSTEEM

Vetzuren

Vetzuren zijn niet alleen belangrijke energiebronnen, maar ook essentieel voor verschillende functies. Vooral de meer-voudig onverzadigde Omega 3- en Omega 6-vetzuren zijn belangrijke bestanddelen van celmembranen én zijn belangrijk voor de hersenfunctie en de beoordeling van de geestelijke gezondheid. Omega 3-vetzuren kunnen het risico op hart- en vaatziektes verminderen. Ze hebben doorgaans een ontstekingsremmende werking, terwijl Omega 6-vetzuren in bepaalde situaties en bij aanwezigheid in grote hoeveelheden een ontstekingsbevorderend effect kunnen hebben. De balans tussen deze vetzuren in de voeding speelt een cruciale rol voor de gezondheid. Moderne eetgewoonten leiden tot een verhoogde verhouding van Omega 6- tot Omega 3-vetzuren, wat kan leiden tot chronische ontstekingen en een verhoogd risico op hart- en vaatziektes.

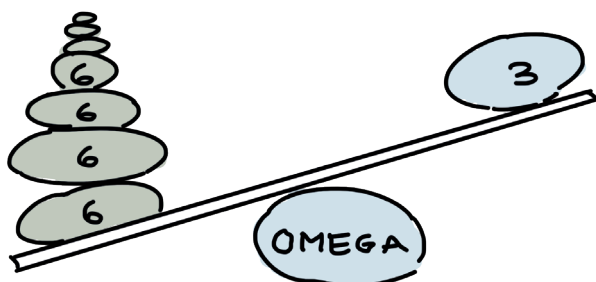
Ontstekingsremmend:

Alfa-linoleenzuur (ALA)
Eicosapentaeenzuur (EPA)
Docosahexaeenzuur (DHA)

Pro-inflammatoir:

Arachidonzuur (AA)

Een optimale verhouding tussen Omega 6 en Omega 3 moet tussen 1:1 en 5:1 liggen. In Duitsland ligt de gemiddelde verhouding tegenwoordig echter rond de 15:1.



**MODERNE
EETGEWOONTEN
LEIDEN TOT EEN
VERHOOGDE VERHOUDING
VON OMEGA 6- TOT OMEGA
3-VETZUREN, WAT KAN
LEIDEN TOT CHRONISCHE
ONTSTEKINGEN.**

Histidine / histamine

Histamine wordt zowel door het lichaam zelf aangemaakt uit histidine, als ook opgenomen via voedsel. Histamine is een mediator bij immuunreacties en ontstekingen, en wordt door het immuunsysteem afgegeven als gevolg van allergische reacties. Verhoogde spiegels kunnen een indirecte indicatie zijn van allergische reacties of ontstekingsprocessen.

Zink

Zink is een essentieel sporelement dat een cruciale rol speelt in de werking van het immuunsysteem. Het ondersteunt de ontwikkeling en functie van immuuncellen en bevordert de wondgenezing. Daarnaast heeft zink een krachtige antioxidatieve werking en draagt het bij aan de regulatie van de testosteronproductie. Een tekort aan zink kan de weerstand verlagen, waardoor de vatbaarheid voor infecties toeneemt, en kan tevens leiden tot vruchtbaarheidsproblemen.



Selenium

Selenium heeft een anti-oxidatieve werking en beschermt de cel zo tegen oxidatieve schade. Bovendien is selenium belangrijk voor de productie van schildklierhormonen. Selenium heeft een positieve invloed op het immuunsysteem doordat selenium de immuniteit versterkt en ontstekingsprocessen beïnvloedt. Voldoende inname kan het risico op infectie verminderen. Een seleniumtekort kan de kwaliteit van sperma aantasten en zo de vruchtbaarheid beïnvloeden.

Ijzer

Ijzer speelt een centrale rol in verschillende vitale processen in het menselijk lichaam. Het is verantwoordelijk voor het transport van zuurstof én het speelt ook een rol bij de energieproductie in de spier. Daarnaast is ijzer belangrijk voor het immuunsysteem en de hersenfunctie, omdat het bijvoorbeeld betrokken is bij de productie van neurotransmitters. Ijzertekort is wereldwijd een van de meest voorkomende voedingstekorten en kan leiden tot bloedarmoede. Een tekort kan ook het immuunsysteem verzwakken en zo de vatbaarheid voor infecties vergroten.



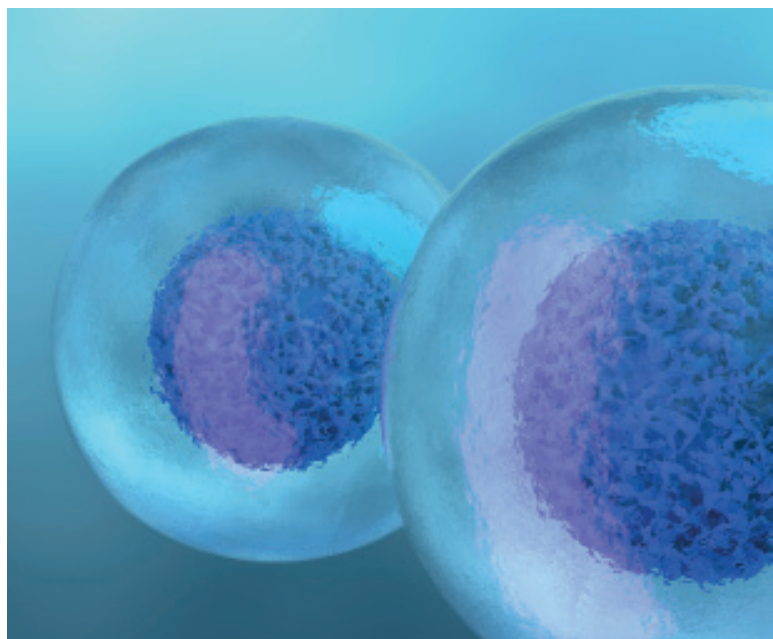
CELBESCHERMING EN CELVERNIEUWING

Spermidine/spermine

Spermidine speelt een essentiële rol in anti-aging, omdat het betrokken is bij celregeneratie, celvernieuwing en autofagie. Recent onderzoek suggereert dat spermidine gunstige effecten heeft op het cardiovasculaire systeem. Spermine draagt bij aan de regulatie van celdeling en celdgroei en heeft daarnaast potentieel antioxidatieve eigenschappen, wat kan helpen bij het beschermen van cellen tegen schade.

Betaïne

Betaïne (trimethylglycine) wordt in het lichaam gevormd uit choline. Het ondersteunt het één-koolstofmetabolisme, draagt bij aan de hydratatie en bescherming van cellen en kan daarnaast de normale leverfunctie ondersteunen.



SPIERFUNCTIE

Lactaat

Lange tijd werd lactaat vooral beschouwd als een afvalproduct van spierinspanning, dat verantwoordelijk is voor spiervermoeidheid en pijn na de training. Recent onderzoek heeft echter aangetoond dat lactaat ook een belangrijke energiebron is voor hart, hersenen en andere organen. Het dient ook als signaalmolecuul, reguleert de pH-waarde van het lichaam en beïnvloedt onder andere de aanpassing van de spieren aan de training. Daarom is lactaat belangrijk voor het lichaam, te hoge waardes kunnen echter ook leiden tot onwelzijn.

Magnesium

Magnesium is niet alleen belangrijk voor de spierfunctie maar ook voor tal van andere processen in het lichaam, zoals de productie van eiwitten, het vrijkomen van neurotransmitters of de instandhouding van een normaal hartritme. Een magnesiumtekort komt vaak voor en leidt tot symptomen zoals spierkrampen, vermoeidheid, prikkelbaarheid of hartritmestoornissen. Op de lange termijn verhoogt een tekort het risico op osteoporose, hart- en vaatziekten en diabetes.



**MAGNESIUMTEKORT
KOMT VAAK VOOR.**

ENERGIESTOFWISSELING

Carnitine

Carnitine wordt gesynthetiseerd uit verschillende aminozuren en speelt een cruciale rol in de vetstofwisseling door vetzuren naar de mitochondriën te transporteren, waar ze worden omgezet in energie. Hierdoor ondersteunt carnitine de energieproductie en draagt het bij aan een optimale spierfunctie en spierontwikkeling. Daarnaast heeft carnitine neuroprotectieve eigenschappen. Onderzoek suggereert dat carnitine gunstig is voor de hartgezondheid, doordat het bijdraagt aan het verlagen van bloedlipiden en het verbeteren van de hartfunctie. Een tekort aan carnitine kan een negatief effect hebben op zowel de energieproductie als de werking van de spieren en het hart.

Choline

Choline is een essentiële bouwsteen van celmembranen en de voorloper van de neurotransmitter acetylcholine, die een sleutelrol speelt in de signaaloverdracht in het zenuwstelsel. Daarnaast is choline onmisbaar voor een gezonde vetstofwisseling, omdat het bijdraagt aan het transport en de afbraak van vetten en cholesterol in de lever. Een tekort aan choline kan het risico op NAFLD (niet-alcoholische vette leverziekte) verhogen en kan tevens leiden tot cognitieve achteruitgang.

BOTMETABOLISME

Vitamine D

Vitamine D is onmisbaar voor sterke botten en een goed functionerend immuunsysteem. Daarnaast heeft het krachtige ontstekingsremmende eigenschappen. Onderzoek suggereert dat een optimale vitamine D-spiegel in sommige gevallen het risico op chronische aandoeningen, zoals multiple sclerose, diabetes type 1 en hart- en vaatziekten, kan verlagen. Bovendien worden gezonde vitamine D-niveaus in verband gebracht met een verminderd risico op bepaalde vormen van kanker.

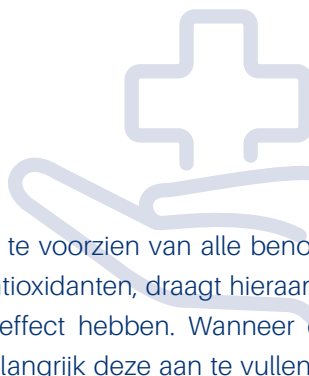
Slechts ongeveer 38% van de volwassenen in Duitsland is voldoende voorzien van vitamine D (Robert-Koch-Institut).



**VITAMINE D HEEFT
ONTSTEKINGSREMMENDE
EIGENSCHAPPEN.**

THERAPIE

In het algemeen is het essentieel om het lichaam te voorzien van alle benodigde voedingsstoffen. Een volwaardige voeding, rijk aan antioxidanten, draagt hieraan bij en kan in bepaalde gevallen een ontstekingsremmend effect hebben. Wanneer er tekorten aan specifieke voedingsstoffen ontstaan, is het belangrijk deze aan te vullen. Of dit kan worden opgelost door een verhoogde inname van bepaalde voedingsmiddelen of dat suppletie nodig is, hangt af van de aard en ernst van het tekort. In principe is een goede darmgezondheid ook belangrijk voor het lichaam. Daarnaast heeft langdurige stress een negatieve invloed op de gezondheid, waardoor stressvermindering indien nodig onderdeel van een therapie zou moeten zijn.



Darmtherapie

Vezelrijke voeding	→ bevordert de groei van goede darmbacteriën.
Probiotica (inuline/fructo-oligosacchariden)	→ stimuleert de aanmaak van gezondheidsbevorderende bacteriële metaboliëten.
Prebiotica/prebiotische voedingsmiddelen	→ gaat de aanmaak van schadelijke galzuren tegen.

Stresstherapie en beweging

Regelmatige lichaamsbeweging kan het risico op verschillende ziekten verlagen, onder andere doordat het een gunstig effect heeft op zowel het cardiovasculaire systeem als het immuunsysteem. Bovendien bevordert beweging een gezonde slaap en stimuleert het de stofwisseling. Naast fysieke activiteit is ontspanning essentieel om stress te verminderen. Regelmatige aerobe training, massages en acupunctuur kunnen daarnaast helpen bij een verhoogde lactaatspiegel, doordat ze de afbraak en verwijdering van lactaat uit de spieren ondersteunen.

Zachte vormen van beweging ▪ Yoga ▪ Pilates ▪ Qigong 	Duursport ▪ Joggen/wandelen ▪ Zwemmen ▪ Fietsen 	Ontspanning ▪ Progressieve spierontspanning ▪ Meditatie ▪ Autogene training ▪ Massage 
---	--	--



biovis Diagnostik MVZ GmbH
Brüsseler Str. 18
65552 Limburg-Eschhofen
Tel.: +49 6431 21248 0
Fax: +49 6431 21248 66
info@biovis.de

www.biovis.de

Illustratieverantwoording:

© Christoph Burgstedt - istock.com
© ktsimage - istock.com
© urbazon - istock.com
© Алина Троева - adobe.stock.com
© Oleksandra Troian - istock.com
© Aamulya - istock.com
© AJ_Watt - istock.com
© ruizluquepaz - istock.com
© luismmolina - istock.com
© Staras - istock.com
© GO - istock.com
© kei907 - adobe.stock.com
© nyul - adobe.stock.com

© biovis 2025