

Resultaten

Triglyceriden ●

HDL-Cholesterol ●

LDL-Cholesterol ●

Cholesterol ●

Informatie



Vragen over je uitslag?
Chat met onze slimme
AI-Health Coach

Start je gesprek

Resultaat samenvatting

Triglyceriden

Triglyceriden zijn vetachtige stoffen die in je bloed circuleren en dienen als energiebron voor je lichaam. Ze ontstaan voornamelijk uit de vetten en koolhydraten die je eet. Wanneer je meer calorieën binnenkrijgt dan je verbrandt, worden deze omgezet in triglyceriden en opgeslagen in vetweefsel. Een te hoog triglyceridengehalte kan leiden tot een verhoogd risico op hart- en vaatziekten, alvleesklierproblemen en insulineresistentie. In dit rapport lees je wat jouw persoonlijke resultaat betekent, en krijg je praktische leefstijl- en voedingsadviezen om jouw triglyceriden op een gezond niveau te houden of te verbeteren.

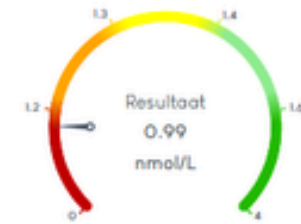
[Lees meer](#)



HDL-Cholesterol

HDL-cholesterol wordt vaak het "goede" cholesterol genoemd en speelt een belangrijke beschermende rol voor hart en bloedvaten. Het helpt overtollig cholesterol uit de bloedvaten te verwijderen en terug te brengen naar de lever voor afvoer. Een te lage HDL-waarde vermindert deze beschermende werking en kan het cardiovasculaire risico verhogen, vooral wanneer dit samengaat met ontsteking, insulineresistentie of een ongunstige leefstijl. In dit rapport lees je wat jouw HDL-uitslag betekent en krijg je gerichte leefstijl-, voedings- en supplementadviezen om je HDL-waarde te verbeteren.

[Lees meer](#)



Resultaten

Triglyceriden ●

HDL-Cholesterol ●

LDL-Cholesterol ●

Cholesterol ●

Informatie



Vragen over je uitslag?
Chat met onze slimme
AI-Health Coach

Start je gesprek

← Terug naar Resultaten

Triglyceriden

Triglyceriden zijn vetachtige stoffen die in je bloed circuleren en dienen als energiebron voor je lichaam. Ze ontstaan voornamelijk uit de vetten en koolhydraten die je eet. Wanneer je meer calorieën binnenkrijgt dan je verbrandt, worden deze omgezet in triglyceriden en opgeslagen in vetweefsel. Een te hoog triglyceridengehalte kan leiden tot een verhoogd risico op hart- en vaatziekten, alvleesklierproblemen en insulineresistentie. In dit rapport lees je wat jouw persoonlijke resultaat betekent, en krijg je praktische leefstijl- en voedingsadviezen om jouw triglyceriden op een gezond niveau te houden of te verbeteren.



Resultaten

Triglyceriden ●

HDL-Cholesterol ●

LDL-Cholesterol ●

Cholesterol ●

Informatie



Vragen over je uitslag?

Chat met onze slimme
AI-Health Coach

Start je gesprek

← Terug naar Resultaten

HDL-Cholesterol

HDL-cholesterol wordt vaak het "goede" cholesterol genoemd en speelt een belangrijke beschermende rol voor hart en bloedvaten. Het helpt overtollig cholesterol uit de bloedvaten te verwijderen en terug te brengen naar de lever voor afvoer. Een te lage HDL-waarde vermindert deze beschermende werking en kan het cardiovasculaire risico verhogen, vooral wanneer dit samengaat met ontsteking, insulineresistentie of een ongunstige leefstijl. In dit rapport lees je wat jouw HDL-uitslag betekent en krijg je gerichte leefstijl-, voedings- en supplementadviezen om je HDL-waarde te verbeteren.



Resultaten

Triglyceriden ●

HDL-Cholesterol ●

LDL-Cholesterol ●

Cholesterol ●

Informatie



Vragen over je uitslag?
Chat met onze slimme
AI-Health Coach

Start je gesprek

← Terug naar Resultaten

LDL-Cholesterol

LDL-cholesterol wordt vaak het "slechte" cholesterol genoemd, omdat het cholesterol van de lever naar de weefsels transporteert. In de juiste hoeveelheid is LDL essentieel voor cel opbouw en hormoonproductie, maar bij verhoogde waarden kan LDL bijdragen aan vaatwandbeschadiging, vooral wanneer het oxideert. Een te hoge LDL-waarde vergroot het cardiovasculaire risico met name in combinatie met ontsteking, insulineresistentie en een ongunstige leefstijl. In dit rapport lees je wat jouw LDL-uitslag betekent en krijg je leefstijl-, voedings- en supplementadviezen om je waarde te optimaliseren.



In dit rapport lees je

- Tips om je cholesterolwaarde te verlagen
- Voedingsmiddelen die LDL ondersteunen
- De meest voorkomende oorzaken van een verhoogd cholesterol
- Veel voorkomende symptomen en gezondheidsrisico's
- Uitgebreide achtergrondinformatie over totaal cholesterol
- Gerelateerde laboratoriumtesten
- Uitgebreid supplementenadvies
- Wanneer een meting verstandig is

Tips om totaal cholesterol te verlagen

