

Analyse Rapport

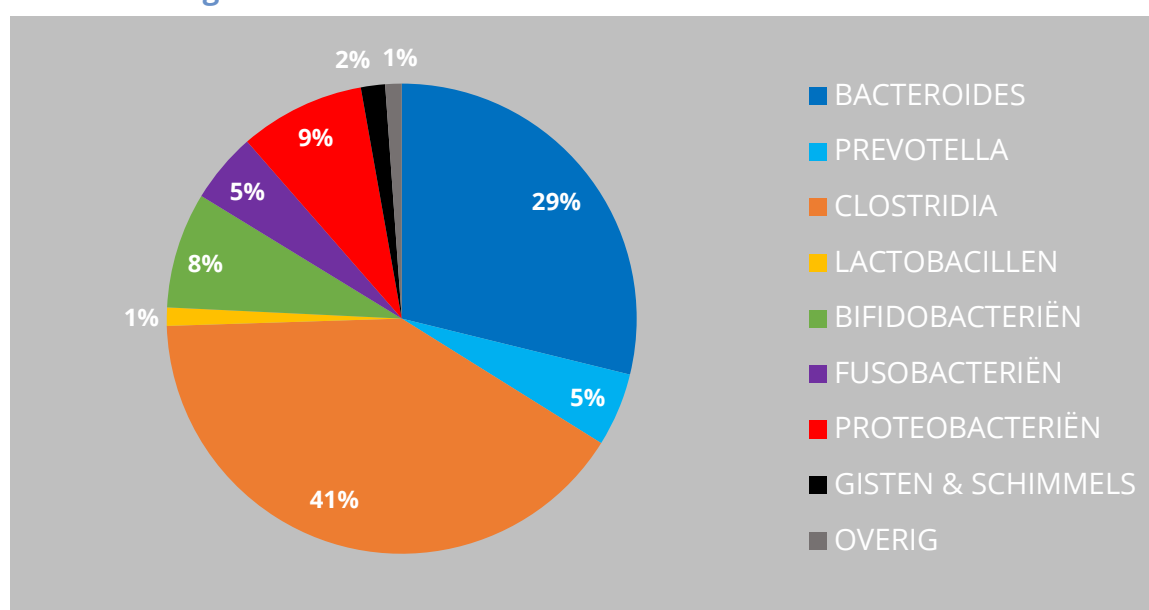
Monster code:	LHM Diagnostiek
Uitgevoerde analyse:	Darmmicrobioom Screening
Monster type:	Feces
Geslacht:	M
Leeftijd:	50
Datum inname:	1-1-2022
Datum analyse:	1-1-2022

In dit rapport vindt u de resultaten van uw darmmicrobioom onderzoek. Voor een snelle indruk van de uitslag leest u onderstaande samenvatting. Daarna volgt de samenstelling van het darmmicrobioom en de vergelijking met gezonde normaalwaardes (pagina 2). Interessant is de microbiële activiteit (pagina 3), daarin wordt per bacteriegroep aangegeven wat de verdeling is tussen actieve en inactieve cellen. De interpretatie van uw darmmicrobioom (pagina 4) geeft een overzicht van de afwijkende bacteriegroepen in combinatie met de gemeten activiteit. Daarnaast wordt er een compleet overzicht gegeven van potentiële problemen passend bij deze persoonlijke darmmicrobioom screening. Extra uitleg over de verschillende tabellen en grafieken in dit rapport vindt u op de laatste pagina.

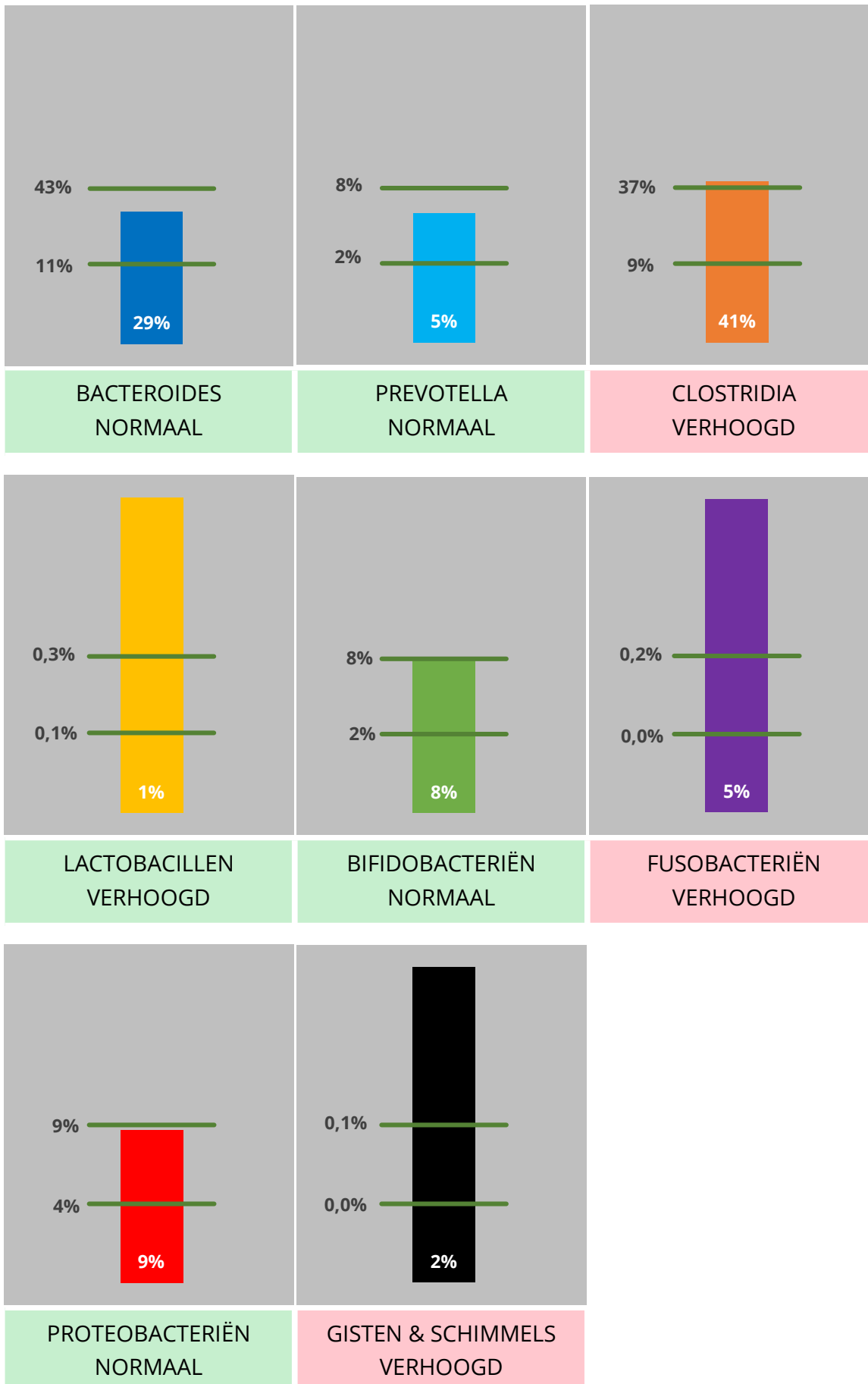
Samenvatting

Beste scores		Aandachtspunten	
✓✓	LACTOBACILLEN VERHOOGD Lactobacillen zijn melkzuurbacteriën en worden gezien als probiotisch. Dit betekent dat ze gezondheidsbevorderend kunnen zijn.	!!	GISTEN & SCHIMMELS VERHOOGD Een verhoogd aantal gisten & schimmels past niet in een stabiel darmmicrobioom en zou een gevolg kunnen zijn van een verlaagde diversiteit.
✓	DIVERSITEIT NORMAAL Een hoge diversiteit aan micro-organismen is belangrijk voor een gezond darmmicrobioom.	!!	FUSOBACTERIËN VERHOOGD Zorgt voor een verminderde voedselvertering, vergroot de kans op tandvleesontsteking en chronische inflammatoire darmziekten.
✓	BIFIDOBACTERIËN NORMAAL Bifidobacteriën verlagen de allergische overgevoeligheid en de kans op infectieuze diarree. Ook dragen ze bij aan een goede kolonisatie resistentie.	!	CLOSTRIDIA VERHOOGD Er zou sprake kunnen zijn van rottingsdyspepsie. Er is een (licht) verhoogde kans op concentratieproblemen, somberheid en chronische vermoeidheid.

Samenstelling van uw darmmicrobioom

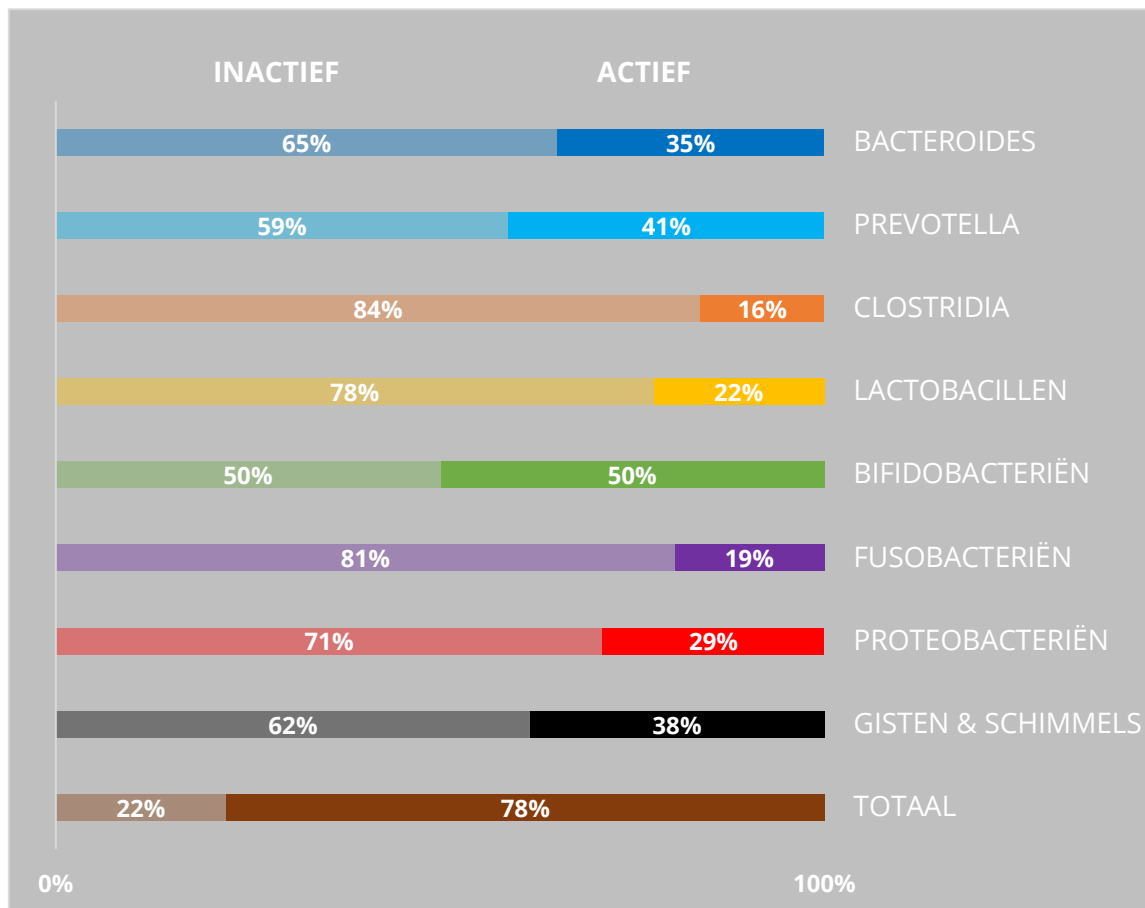


Uw darmmicrobioom in vergelijking met normaalwaardes



Microbiële activiteit

Onderstaande grafiek geeft per geanalyseerde bacteriegroep de verdeling weer tussen actieve (hoge microbiële activiteit) en inactieve (lage microbiële activiteit) cellen. De microbiële activiteit wordt bepaald op basis van meerdere parameters, waaronder intensiteit van het fluorescente signaal. Totaal: omvat de activiteit van alle cellen in het darmmicrobioom (incl. de groep overig).



Aanvullende waarden

	Uw monster	Normaalwaarde	Indicatie
Kleur	(donker)bruin	(donker)Bruin	Goed
Consistentie	Harde brokjes	Soepel	Afwijkend
pH-waarde	6.5 - 7.5	6.5 - 7.5	Goed
Kolonisatie resistentie	0,64x10 ¹¹ bacteriën/g	≥1x10 ¹¹ bacteriën/g	Verlaagd
Diversiteit	1,35	≥0.9*	Goed
Dysbiose	0,97	0.15 - 0.85*	Verhoogd

* Theoretische normaalwaarden, gebaseerd op de normaalwaarden van individuele bacteriegroepen.

Interpretatie van uw darmmicrobioom

Consistentie

Er is mogelijk sprake van (ernstige) obstipatie. Hierdoor kan de kleur van de ontlasting donkerder zijn dan normaal. Het is goed om de vezelname te verhogen, voldoende water te drinken en te bewegen. Bij langdurige klachten kan het zinvol zijn om de galfunctie te onderzoeken.

Kolonisatieresistentie

Bij een lage kolonisatie resistentie bestaat er een risico dat nieuwe micro-organismen (waaronder ziekteverwekkers) zich in de darm gaan nestelen. Een lage kolonisatie resistentie kan het gevolg zijn van een eenzijdig voedingspatroon en/of dieet fouten. Daarnaast kan een verlaagde kolonisatie resistentie veroorzaakt zijn door (over)medicatie of therapiefouten. Het is zinvol om te onderzoeken of er voldoende variatie is in het voedingspatroon. Een hoge diversiteit draagt bij aan een goede kolonisatie resistentie. Specifieke suppletie met probiotica zou de diversiteit en daarmee de kolonisatie resistentie kunnen verbeteren.

Dysbiose

Het darmmicrobioom is niet in balans (dysbiotisch). Dit kan zowel een oorzaak als gevolg zijn van verschillende ziektebeelden. Maar ook incomplete voeding, medicijngebruik en weinig lichaamsbeweging kunnen de microbiële balans verstoren. Het is belangrijk om de verhoudingen tussen de bacteriegroepen te herstellen. Een aangepast voedingspatroon kan hier aan bijdragen.

Clostridia

Mogelijke oorzaak: plotselinge verandering in het voedingspatroon. Bij een verhoogde hoeveelheid Clostridia zou er sprake kunnen zijn van rottingsdyspepsie, dit gaat vaak gepaard met een verhoogde pH van de ontlasting en/of een versnelde darm passage. Ook is er een grotere kans op de productie van schadelijke stoffen (toxinen) in de darm door Clostridia. Met als gevolg een verlaagde concentratie, somberheid en chronische vermoeidheid. Verhoogde Clostridia wordt vaak aangetroffen bij autisme spectrum stoornissen. Clostridia leven vooral van eiwitten en vetten, de hoeveelheid Clostridia zou dus verlaagd kunnen worden door de eiwitname te verminderen.

Lactobacillen

Lactobacillen zorgen voor een verbeterde werking van het darm geassocieerd immuunsysteem. Daarnaast is de kans op een lekkende darm (intestinale permeabiliteit) en infectieuze diarree kleiner. Vanwege de probiotische effecten is er bij een verhoogd aantal lactobacillen weinig reden voor voedingsaanpassingen.

Fusobacteriën

Fusobacteriën komen zowel in de darm als in de mond voor en leven vooral van eiwitten en koolhydraten. Een verhoogd aantal fusobacteriën vergroot de kans op tandvlesontsteking, een verminderde voedselvertering (constipatie), chronische inflammatoire darmziekten en verhoogt de kans op darmkanker.

Gisten & Schimmels

Verhoging van de aantallen gisten en/of schimmels is vaak het gevolg van een verlaagde kolonisatie resistentie in combinatie met een verlaagde diversiteit. De oorzaak hiervan wordt geassocieerd met medicijngebruik (in het bijzonder antibiotica), de samenstelling van het voedingspatroon (o.a. overmaat aan koolhydraten) of alcohol inname (verhoogde hoeveelheid gist). Aanpassing van het voedingspatroon (meer eiwitten) en suppletie met probiotica zou de gisten en schimmels kunnen verminderen. Vrouwen dienen extra op te letten aangezien er een verhoogde kans op vaginale schimmelinfectie bestaat.

Uitleg rapportage

Samenvatting

Beknopt overzicht van een aantal positieve en negatieve factoren in het darmmicrobioom. Gerangschikt naar mate van impact. Dit wordt benadrukt m.b.v. vinkjes (goed) en uitroeptekens (aandacht vereist).

Samenstelling van het darmmicrobioom

Geeft de onderlinge verhoudingen tussen verschillende bacteriegroepen weer. De groep overig omvat de micro-organismen die niet op naam gebracht zijn.

Uw darmmicrobioom in vergelijking met normaalwaardes

Overzicht van alle gemeten bacteriegroepen in vergelijking met de normaalwaardes uit de literatuur. Op basis van de normaalwaardes wordt een indicatie gegeven (normaal/verlaagd/verhoogd etc.). Normaalwaardes zijn aan verandering onderhevig.

Microbiële activiteit

Per geanalyseerde bacteriegroep is de verdeling weergegeven tussen actieve (hoge microbiële activiteit) en inactieve (lage microbiële activiteit) cellen. De microbiële activiteit wordt bepaald op basis van meerdere parameters, waaronder intensiteit van het fluorescente signaal. Totaal: omvat de activiteit van alle cellen in het darmmicrobioom (incl. de groep overig).

Aanvullende waardes

Overzicht van gemeten en berekende waardes. In vergelijking met de normaalwaardes wordt een indicatie gegeven (normaal/verlaagd/verhoogd etc.).

Interpretatie van uw darmmicrobioom

Geeft voor iedere afwijkende factor een begeleidende uitleg met mogelijke oorzaken en gevolgen van verstoringen op de lange termijn. De darmmicrobioom samenstelling en aanvullende waardes worden in combinatie met de gemeten microbiële activiteiten beoordeeld.