

Analyse van vetzuren

Gemeten volgens de Omegamatrix-methode

Analyse van vetzuren

Analyse-ID	d11ja888	Namens	Test Mustbefund	Ten voordele van
Onderzoeksdatum	2025-11-02	Geboortedatum	1982-07-26	Test Mustbefund
Ontvangstdatum	2025-11-02	Geslacht	Vrouw	82152 Martinsried, DE
Goedgekeurd	2025-11-04	Herhalingstest	Nee	

Automatisch gegenereerd en medisch gevalideerd eindresultaat.

Samenvatting van de analyse

Index	Uw Resultaat	Aanbeveling	Beoordeling*
HS-Omega-3 Index	4.55 %	Tussen 8 en 11%	 Oranje
Omega-6/3 Verhouding	11.13:1	Tussen 1:1 en 2,5:1	 Rood
HS-Trans Index	0.46 %	Onder 1.04%	 Groen

Referentie voor interpretatie:

-  Groen *Goede voedingstoestand en gezonde vetzuursamenstelling.
-  Geel *Kleine ruimte voor verbetering van voedingstoestand en vetzuursamenstelling.
-  Oranje *Duidelijke ruimte voor verbetering van voedingstoestand en vetzuursamenstelling.
-  Rood *Grote ruimte voor verbetering van voedingstoestand en vetzuursamenstelling.

Inhoud van het rapport

- Samenvatting van de analyse
- Uw HS-Omega-3 index
- Uw Omega-6/3 verhouding
- Uw HS-Trans-index
- Uw niveau van vetzuren
- Algemene voedingsaanbevelingen
- Meer informatie over de analyse

HS-Omega-3 Index

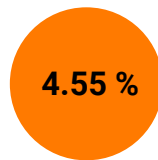
Basis van voedingsgeneeskunde

De HS-Omega-3 Index toont de individuele voorziening van mariene omega-3-vetzuren als een kenmerkende waarde. Hierbij wordt het niveau in het bloed gemeten. Deze waarde is afhankelijk van niet alleen de inname, maar ook van de verdeling in het lichaam (bijvoorbeeld lichaamsvolume) en het verbruik. Bovendien hangt de mate van opname van omega-3-vetzuren af van verschillende factoren en varieert dit sterk per persoon.

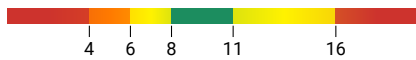
Het optimale, gezondheidsbevorderende bereik van de HS-Omega-3 Index ligt tussen de 8 en 11%. Een optimale index kan de levensverwachting en -kwaliteit verbeteren, omdat omega-3-vetzuren niet alleen bijdragen aan de structuur en werking van het hart, de hersenen, spieren en andere organen, maar ook bijvoorbeeld invloed hebben op het verloop van een zwangerschap. Veel ziekten, gezondheidsproblemen en beperkingen kunnen positief worden beïnvloed of de kans op het ontstaan ervan kan worden verminderd als de HS-Omega-3 Index binnen het doelbereik ligt.

Bij bestaande chronische ontstekingsziekten raadt het laboratorium Omegamatrix een HS-Omega-3 Index aan in een uitgebreid doelbereik van 11–15% om symptomen te verminderen en het ziekteverloop te vertragen. Een index boven de 16% wordt niet aanbevolen, omdat dit kan leiden tot een verhoogde neiging tot bloeden.

Uw Resultaat



Referentiebereik

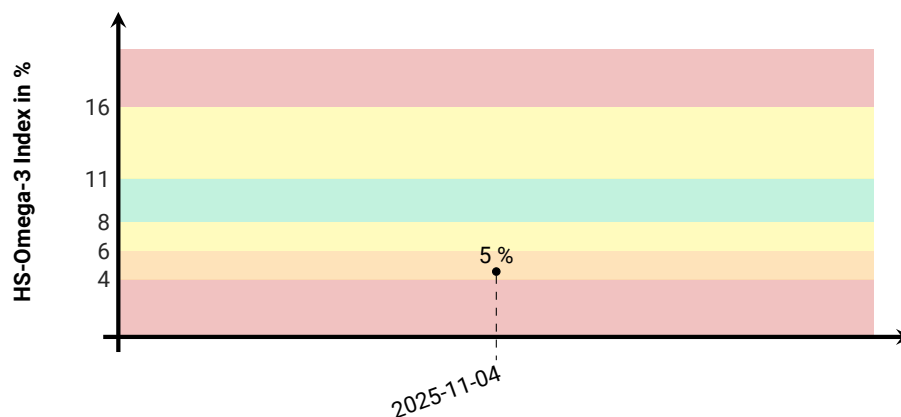


Uw HS-Omega-3 index

De bij u gemeten waarde van **4.55 %** geeft een laag niveau van de HS-Omega-3 Index aan en ligt duidelijk onder de richtwaarde (8–11%). Volgens de huidige wetenschappelijke inzichten ligt deze waarde in een te laag bereik om het ontstaan van ziekten te voorkomen of een therapie te ondersteunen. Mariene omega-3 vetzuren zouden daarom een grotere bijdrage kunnen leveren aan het behoud van uw gezondheid.

Uw resultaat wijst erop dat u onvoldoende mariene vetzuren uit vis, zeevruchten of algen binnenkrijgt. Op basis van uw waarden wordt aanbevolen om de dagelijkse inname van mariene omega-3 vetzuren (EPA, DPA, DHA) te verhogen. Meer informatie vindt u in het hoofdstuk 'Voedingsadviezen'. Als u uw inname aanpast, is het raadzaam om de HS-Omega-3 Index over een half jaar opnieuw te controleren, of op zijn vroegst na drie maanden.

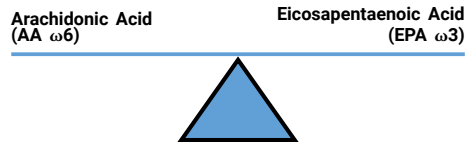
Uw HS-Omega-3 index overzicht



Omega-6/-3 verhouding (AA/EPA-verhouding)

Basis van voedingsgeneeskunde

Het lichaam kan pro-inflammatoire boodschappersubstanties vormen uit arachidonzuur (AA) omega-6, terwijl de mediators gevormd uit eicosapentaeenzuur (EPA) omega-3 de ontwikkeling van ontstekingen remmen. Daarom kan de verhouding tussen deze twee vetzuren worden gebruikt om de ontstekingsstatus ("stille ontsteking") in het lichaam te beoordelen. Een verhouding tussen 1:1 en 2,5:1 (AA tot EPA) wordt als therapeutisch gunstig beschouwd, vooral bij reeds bestaande chronische aandoeningen. Als er geen ziekte is, kan een verhouding in het bereik van 2,5:1 tot 5:1 ook als positief worden beschouwd.



Uw Resultaat



Referentiebereik



Uw Omega-6/3 verhouding

De bij u gemeten verhouding van **11.13:1** geeft een duidelijk verhoogde verhouding tussen arachidonzuur (AA) en eicosapentaeenzuur (EPA) aan. Zowel omega-6- als omega-3-vetzuren zijn essentieel en moeten via voeding worden opgenomen.

De opname van omega-6-vetzuren vormt zelden een probleem. Deze verhouding wijst op een aanzienlijk tekort aan omega-3-vetzuren. Bekijk hiervoor ook de individuele vetzuurwaarden (zie pagina 5). Op basis van uw waarden wordt aanbevolen om de dagelijkse inname van mariene omega-3 vetzuren (EPA, DPA, DHA) te verhogen én om de inname van omega-6-rijke voedingsmiddelen te verminderen. Zie hiervoor het hoofdstuk "Voedingsadviezen"

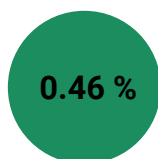
HS-Trans Index

Basis van voedingsgeneeskunde

De HS-Trans-index geeft informatie over de hoeveelheid schadelijke transvetzuren in industrieel geproduceerde voedingsmiddelen. Een verhoogde HS-Trans-index ($> 1,04\%$) wordt geassocieerd met een verhoogde sterfte, met name door hartaandoeningen. Schadelijke transvetzuren ontstaan bijvoorbeeld wanneer frituurvet te lang wordt verhit of herhaaldelijk wordt gebruikt. Deze transvetzuren kunnen ook tijdens voedselproductie ontstaan.

In werkelijkheid hebben echter maar weinig mensen in Nederland nog steeds verhoogde niveaus ($1,3\%$ van de onderzochte monsters). Dit is te danken aan vrijwillige acties van voedselproducenten. In andere landen (bijvoorbeeld in de VS, Oostenrijk, Zwitserland en Denemarken) zijn wettelijke maatregelen genomen, waardoor ook daar maar weinig mensen een verhoogde HS-Trans-index hebben. Meer informatie over de gezondheidsbetekenis van natuurlijke transvetzuren is te vinden in het hoofdstuk "Voedingsaanbevelingen".

Uw Resultaat



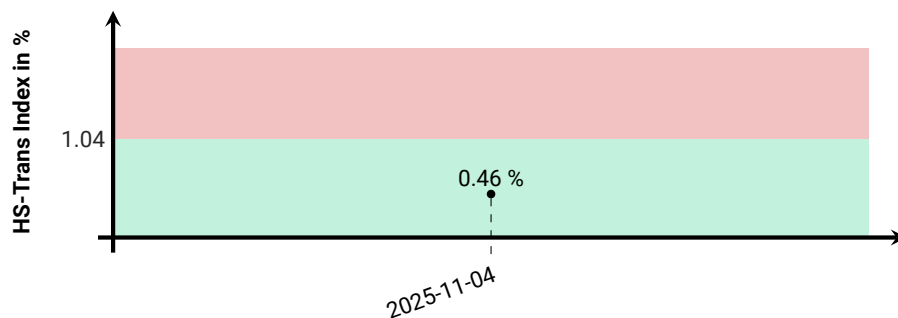
Uw HS-Trans-index:

Een gemeten waarde van **0.46 %** in uw geval is laag en ligt binnen het onschadelijke bereik. Er is geen actie nodig met betrekking tot de inname van industriële transvetzuren.

Referentiebereik



HS-Trans index - Historische waarden



Uw waarden voor vetzuren (in % van totale vetzuren)

Omega-3 vetzuren	Uw waarden	Referentiewaarden*
Alfa-linoleenzuur (ALA, 18:3 ω 3)	0.56	0.55
Eicosapentaeenzuur (EPA, 20:5 ω 3)	1.07	3.42
Docosapentaeenzuur (DPA, 22:5 ω 3)	1.90	2.03
Docosahexaeenzuur (DHA, 22:6 ω 3)	2.59	5.19
Totale Omega-3 vetzuren	6.12	11.19

Omega-6 vetzuren

Linolzuur (LA, 18:2 ω 6)	21.63	19.66
Gamma-linoleenzuur (GLA, 18:3 ω 6)	0.06	0.11
Eicosadieenzuur (EDA, 20:2 ω 6)	0.21	0.19
Dihomo-gamma-linoleenzuur (DGLA, 20:3 ω 6)	1.05	1.12
Arachidonzuur (AA, 20:4 ω 6)	11.91	8.24
Docosatetraeenzuur (DTA, 22:4 ω 6)	0.82	0.65
Docosapentaeenzuur n6 (22:5 ω 6)	0.22	0.18
Totale Omega-6 vetzuren	35.90	30.15

Omega-7 vetzuren

Palmitoleïnezuur (16:1 ω 7)	0.36	0.67
------------------------------------	------	------

Omega-9 vetzuren

Oleïnezuur (18:1 ω 9)	14.34	18.09
Gondolinezuur (20:1 ω 9)	0.27	0.22
Nervonzuur (24:1 ω 9)	0.43	0.48
Totale Omega-9 vetzuren	15.04	18.79

Transvetzuren

Trans-palmitoleïnezuur (16:1 ω 7t)	0.08	0.17
Trans-elainezuur (18:1 ω 9t)	0.34	0.35
Trans-linolzuur (18:2 ω 6tt/tc/ct)	0.12	0.12
Totale transvetzuren	0.54	0.64

Verzadigde vetzuren

Myristinezuur (14:0)	0.26	0.71
Palmitinezuur (16:0)	22.96	23.36
Stearinezuur (18:0)	16.80	13.37
Arachinezuur (20:0)	0.25	0.19
Beheninezuur (22:0)	0.59	0.45
Lignocerinezuur (24:0)	1.18	0.48
Totale verzadigde vetzuren	42.04	38.56

* De referentiewaarden zijn gemiddelde waarden gebaseerd op een populatie met "gezonde" vetzuurwaarden — dit betekent personen met een optimale omega-3-index van 8–11%, een transindex van minder dan 1,04% en een omega-6/omega-3-verhouding van minder dan 3:1. De gegevensbasis, die vroeger op 2000 bloedmonsters was gebaseerd, is inmiddels gebaseerd op 100.000 bloedmonsters. De richtwaarden zijn bedoeld als hulpmiddel bij de analyse en interpretatie van individuele bloedmonsters. De richtwaarden mogen niet worden beschouwd als objectief correcte waarden.

Algemene voedingsaanbevelingen

Uitdagingen bij het voorzien in mariene omega-3 vetzuren

Ons dieet is de afgelopen decennia drastisch veranderd. Vroeger werd vis gezien als “armeluiseten” en stond het veel vaker op tafel. Bovendien werd vis gevangen in het wild en legden ze grote afstanden af, van de zee naar rivieren. Daardoor waren ook in binnenlandse gebieden vette zeevissen, rijk aan langeketenvetzuren zoals eicosapentaeenzuur (EPA) en docosahexaeenzuur (DHA), beschikbaar.

Volgens gegevens van het Nationale Consumptieonderzoek eet een derde van de jongeren helemaal geen vis meer. Daarnaast is de gemiddelde visconsumptie aanzienlijk gedaald. Bovendien is de vis die we consumeren steeds vaker afkomstig van viskwekerijen. Hoewel dit ecologisch begrijpelijk is en bijdraagt aan het behoud van visvoorraden, worden deze vissen en andere dieren vaak gevoerd met goedkope voeding, zoals soja en maïs, die rijk zijn aan omega-6 vetzuren maar geen EPA en DHA bevatten.

Vissen kunnen deze vetzuren niet zelf aanmaken, net zoals mensen, en zijn afhankelijk van de opname van EPA en DHA via hun voeding. In de natuur verkrijgen vissen omega-3 vetzuren door het eten van kleinere vissen, schaaldieren, krill en algen. Onderzoek naar gekweekte zalm in Schotland heeft aangetoond dat het omega-3-gehalte tussen 2005 en 2015 is gehalveerd (Sprague, 2016). Daardoor zouden we twee keer zoveel vis moeten consumeren om dezelfde hoeveelheid omega-3 binnen te krijgen.

Daarnaast is het moeilijk om het gehalte aan omega-3 vetzuren in vis te bepalen, wat het inschatten van de daadwerkelijke inname bemoeilijkt. Daarom speelt het meten van vetzuurniveaus een steeds grotere rol bij het controleren en verzekeren van een adequate opname van EPA en DHA.

In Nederland is het omega-3-gehalte onder de bevolking nog niet representatief gemeten. Uit gegevens van laboratorium Omegamatrix blijkt echter dat drie op de vier mensen onvoldoende omega-3 binnenkrijgen. Recente studies tonen aan dat het gemiddelde omega-3-gehalte in Duitsland tussen de 5–6% ligt (Schuchardt, 2022). Canada is tot nu toe het enige land waar representatief onderzoek naar het omega-3-gehalte is uitgevoerd. De resultaten zijn zorgwekkend: slechts 1,8% van de gemeten personen had een omega-3-index in het aanbevolen bereik van 8–11% (Demonty, 2021).

Aanbevelingen voor het verhogen van de inname van omega-3 vetzuren

De bekendste vertegenwoordigers van omega-3 vetzuren zijn alfa-linoleenzuur (ALA), eicosapentaeenzuur (EPA) en docosahexaeenzuur (DHA). Het was lange tijd een gangbare opvatting dat ALA (bijv. uit lijnzaad-, hennep- of koolzaadolie) door het lichaam kon worden omgezet in EPA en DHA. Moderne diagnostiek heeft echter aangetoond dat deze omzetting zeer beperkt is (ALA naar EPA ongeveer 5%, en EPA naar DHA slechts 1%).

Om voldoende omega-3 binnen te krijgen, is de natuurlijke omzetting in het lichaam niet toereikend. Daarom wordt geadviseerd om, naast plantaardige bronnen van ALA zoals lijnzaad en walnoten, ook regelmatig EPA en DHA te consumeren uit zeevoedsel, zoals vette vissoorten (bijv. haring, zalm en makreel) regelmatig EPA en DHA te consumeren uit zeevoedsel, zoals vette vissoorten (bijv. haring, zalm en makreel).

Tegelijkertijd wordt aangeraden om de visconsumptie slechts in beperkte mate te verhogen vanwege de toenemende milieuvervuiling. Grote roofvissen zoals tonijn en zwaardvis worden afgeraden vanwege hun hoge gehalten aan zware metalen (zoals kwik) en andere schadelijke stoffen. Magere vissoorten zoals kabeljauw bevatten bovendien zeer weinig EPA en DHA. Daarom worden kleinere, vette vissen zoals sardines, ansjovis, haring en makreel het meest aanbevolen.

Gezuiverde omega-3-producten, zoals NORSAN Omega-3 olie, vormen een veilig alternatief. NORSAN streeft er niet alleen naar om aan de wettelijke limieten te voldoen, maar probeert deze ruim te overtreffen. Dankzij een uniek drievoudig zuiveringsproces met moleculaire destillatie worden zware metalen, PCB's en andere verontreinigingen effectief verwijderd, terwijl de kwaliteit en versheid van de olie behouden blijven.

Voor de veganistische olie worden microalgen gekweekt in een gecontroleerde omgeving die vergelijkbaar is met zeewater. Hierdoor zijn ze vrij van zware metalen en andere verontreinigingen. Elk NORSAN Omega-3 product wordt bovendien getest door onafhankelijke laboratoria. De analyseresultaten zijn te bekijken op www.norsan-omega.nl/laboratorium-certificaten/.

Opmerkingen over de suppletie van EPA en DHA

De benodigde hoeveelheid mariene omega-3-vetzuren verschilt per persoon. Uit onderzoek blijkt echter dat een dagelijkse inname van 2000 mg omega-3 voor de meeste mensen een verstandige startdosis is bij het begin van suppletie. Bij een aanzienlijk tekort (omega-3-index < 4%) kan een hogere startdosis nuttig zijn om het tekort te corrigeren. Dit dient te worden besproken met de behandelend therapeut of contactpersoon.

Het omega-3-niveau stijgt meestal binnen drie maanden. Daarom wordt aanbevolen om een controletest niet eerder dan drie maanden na de start uit te voeren, en idealiter na zes maanden. Zo kan de dosering indien nodig worden aangepast. Factoren zoals regelmatige lichaamsbeweging, bestaande chronische ontstekingsziekten of overgewicht/obesitas kunnen de behoefte aan omega-3 blijvend verhogen.

De Europese Autoriteit voor Voedselveiligheid (EFSA) beschouwt een dagelijkse inname tot 5000 mg EPA en DHA als veilig, ook met betrekking tot het risico op verhoogde bloedingsneiging (EFSA, Safety of long-chain fatty acids, 2012).

Voor een optimale opname van vetzuren zijn spijsverteringsenzymen en galzouten nodig. Het wordt daarom sterk aangeraden om omega-3-oliën of -capsules altijd in te nemen tijdens een hoofdmaaltijd die vet bevat. Vloeibare oliën hebben als voordeel dat ze gemakkelijk gemengd kunnen worden met koude of lauwwarme gerechten, terwijl capsules vooral handig zijn voor onderweg.

Aanbevelingen voor de consumptie van omega-6-vetzuren

Onder de omega-6-vetzuren zijn linolzuur (LA) en arachidonzuur (AA) de meest bekende vertegenwoordigers. Linolzuur is een plantaardig omega-6-vetzuur dat vooral voorkomt in zonnebloempitten, noten (zoals paranoten, amandelen en hazelnoten) en granen zoals maïs en soja. Arachidonzuur wordt daarentegen beschouwd als een “dierlijk” vetzuur, omdat het voorkomt in vlees, vleeswaren, dierlijke vetten zoals reuzel, en in mindere mate in eieren en zuivelproducten.

Net als EPA en DHA is arachidonzuur een essentieel vetzuur waar het lichaam afhankelijk van is. Het is bijvoorbeeld net zo belangrijk voor de gezondheid van onze hersenen als DHA. In de context van de regulerende mechanismen van het lichaam (zoals ontstekingen) wordt AA echter beschouwd als een tegenhanger van mariene omega-3-vetzuren. Door het verdringingseffect kan een hogere inname van EPA en DHA leiden tot een verlaging van het AA-niveau. Tot nu toe zijn er echter onvoldoende interventiestudies uitgevoerd om een doelwaarde vast te stellen op basis van de omega-3-index.

Als het AA-niveau verhoogd lijkt, zelfs na optimalisatie van de HS-Omega-3-index, kan het nuttig zijn om de inname te verminderen. Dit kan worden bereikt door het gebruik van dierlijke producten te beperken of over te schakelen op magere varianten. Net als bij vis is de kwaliteit van dierlijke producten van groot belang. Dieren die in de natuur grassen en kruiden eten (zoals weidedieren en wild) hebben een veel meer uitgebalanceerde vetzuursamenstelling dan dieren uit conventionele intensieve veehouderij, die worden gevoerd met maïs of soja.

Hoewel aangenomen zou kunnen worden dat een plantaardig dieet automatisch leidt tot een laag arachidonzuurgehalte, is het opvallend dat verhoogde AA-waarden ook worden aangetroffen bij veganisten en vegetariërs. De oorzaken van dit fenomeen zijn nog niet volledig wetenschappelijk verklaard. Vermoedelijk wordt arachidonzuur in deze gevallen door het lichaam omgezet uit linolzuur. Een hoge inname van linolzuur kan in dergelijke gevallen indirect een negatief effect hebben op de verhouding AA/EPA.

Als het AA-niveau verhoogd blijft ondanks de optimalisatie van de HS-Omega-3-index, kan het nuttig zijn de inname van linolzuur te verminderen. Naast de bovengenoemde bronnen is linolzuur vaak verborgen aanwezig in industrieel geproduceerde voedingsmiddelen (zoals chips, koekjes en kant-en-klaarmaaltijden) en in plantaardige smeersels en vervangende producten. Zonnebloemolie wordt hier vaak gebruikt omdat het goedkoop, relatief smaakloos en gemakkelijk te verwerken is. In de ingrediëntenlijst wordt dit vaak aangeduid als “plantaardige olie”. Het is daarom aan te raden grote hoeveelheden bewerkte producten en vervangende producten, zoals op zonnebloemolie gebaseerde smeersels, te vermijden. Voor koken wordt aanbevolen zonnebloemolie en producten die daarvan zijn gemaakt (zoals margarine) te vermijden en in plaats daarvan oliën te gebruiken met een laag omega-6-gehalte, zoals olijfolie of kokosolie.

Industriële versus natuurlijke transvetzuren

Transvetzuren, zoals industrieel trans-oleïnezuur (18:1t) en trans-linoleenzuur (18:2 ω 6tt/tc/ct), ontstaan voornamelijk door sterke verhitting van vetten. Ze komen bijvoorbeeld voor in industrieel geproduceerde voedingsmiddelen zoals gebak en kant-en-klaarmaaltijden die gehydrogeneerde of gedeeltelijk gehydrogeneerde vetten bevatten. Ook gefrituurde gerechten, vooral wanneer de olie herhaaldelijk wordt gebruikt, kunnen een bron zijn.

Het probleem is dat de aanwezigheid van deze transvetzuren in Nederland niet verplicht op het etiket hoeft te worden vermeld. Over het algemeen hebben echter maar zeer weinig mensen verhoogde niveaus van transvetzuren, waarschijnlijk omdat veel producenten vrijwillig maatregelen hebben genomen om de hoeveelheid transvetzuren in hun producten te verminderen.

Aan de andere kant wordt trans-palmitoleïnezuur (C16:1 ω 7t), dat ontstaat in de magen van herkauwers, aangeduid als een natuurlijk transvetzuur. Het komt voor in vlees, melk, zuivelproducten en kaas van koeien en schapen. Verhoogde concentraties van dit natuurlijke transvetzuur worden in verband gebracht met een lagere sterfte, vooral met betrekking tot plotse hartdood, vergeleken met lagere concentraties. Het is echter nog onbekend in hoeverre de consumptie van natuurlijke transvetzuren de sterfte kan verminderen. Daarom is het momenteel niet mogelijk een doelwaarde te bepalen voor natuurlijke transvetzuren.

Verzadigde vetzuren

Verzadigde vetzuren werden lange tijd negatief beoordeeld en in verband gebracht met een verhoogd risico op hart- en vaatziekten. Er werd geen onderscheid gemaakt tussen de verschillende vetzuren. Tegenwoordig weten we echter dat verschillende verzadigde vetzuren verschillende effecten hebben op het lichaam. Bovendien is het niveau in celmembranen slechts in geringe mate gerelateerd aan de inname ervan. Dit wordt eerder beïnvloed door de metabole situatie.

Zo stijgt bijvoorbeeld het niveau van palmitinezuur minder door verhoogde inname en meer door de de novo lipogenese in het lichaam. In eenvoudige termen betekent dit dat een overschot aan koolhydraten door de lever wordt omgezet in vet en opgeslagen. Dit proces

verhoogt bijvoorbeeld het niveau van palmitinezuur (18:0). Een vermindering van de inname van verzadigde vetten zou daarom weinig effect hebben op het verlagen van het niveau van palmitinezuur.

Momenteel kunnen geen doelwaarden voor verzadigde vetzuren worden vastgesteld, omdat er onvoldoende interventiestudies beschikbaar zijn.

Meer informatie over de analyse

Omegamatrix-methode

De HS Omega-3 Index wordt bepaald met behulp van een gestandaardiseerde analytische methode die door het grootste aantal wetenschappelijke publicaties wordt ondersteund. De resultaten zijn afhankelijk van talrijke gevoelige factoren, zoals de dikte van het reageerbuisje waarin een reactie plaatsvindt. Andere methoden houden mogelijk geen rekening met deze factoren, waardoor de streefwaarden kunnen afwijken of niet direct overdraagbaar zijn. Andere indicatoren van de analyse zijn de omega-6/3-verhouding en de HS-Trans-index. In totaal worden met deze methode 26 afzonderlijke vetzuren bepaald, die het volledige spectrum van vetzuren weergeven (in de afzonderlijke lijst van vetzuren bevat trans-linolzuur drie biochemische configuraties, die tot één waarde worden samengevat).

De resultaten van de methode worden gewaarborgd door een gevalideerd systeem dat verder gaat dan de gebruikelijke kwaliteitsmaatregelen in de klinische chemie. Hierdoor maken uitgebreide wetenschappelijke gegevens en strenge kwaliteitscontroles de HS Omega-3 index en HS Trans index zeer informatief en waardevol. De gedetailleerde analyse van 26 vetzuren stelt onderzoekers in staat zich niet langer uitsluitend te richten op enkele vetzuren (zoals omega-3), maar om ook andere vetzuren geleidelijk medische relevantie toe te kennen.

Omegamatrix laboratorium

Omegamatrix® is het standaard- en referentielaboratorium voor vetzuuranalyses in Duitsland. De door het laboratorium ontwikkelde methode is toegepast in meer dan 430 publicaties en meer dan 50 onderzoeksprojecten (status: april 2025). De betrouwbaarheid en nauwkeurigheid van de methode hebben geleid tot samenwerkingen met de meest gerenommeerde onderzoeksgroepen ter wereld, zoals Harvard, Charité Berlin, Framingham en universiteiten in München. Bovendien werkt het laboratorium samen met alle belangrijke artsen, apothekers, therapeuten, specialisten en andere laboratoria wereldwijd.

Rapportage van resultaten en advies

Dit rapport is opgesteld volgens de specificaties van NORSAN, San Omega GmbH (teksten en lay-out). De analyse en bepaling van de waarden zijn uitgevoerd door Omegamatrix, het Europese referentielaboratorium voor gestandaardiseerde vetzuuranalyse. Voor vragen over vetzuuranalyses kunt u contact opnemen met NORSAN of het Omegamatrix-laboratorium:

**Voor resultaten, voedingsadviezen en gebruik
van omega-3 supplementen:**

NORSAN GmbH
Plauener Str. 163-165
House E
13053 Berlin
Germany
www.norsan.nl

Email: info@norsan.nl
Tel: +31625524811

**Voor analytische vragen, facturatie en verzending
van onderzoeksresultaten:**

Omegamatrix GmbH
Am Klopferspitz 19
82152 Martinsried
www.omegamatrix.eu

Email: info@omegamatrix.eu
Tel: +49 89 55063007 (Ma t/m do 09:00-12:00)