



laboratorium rapport

Uitslag, Pagina 1 van 2

Benodigd Onderzoeksmateriaal: Serum capillair bloed

Onderzoek	Resultaat	Eenheid	Uitgangswaarden	Ref.waarden
micronutriënten				
25 (OH) Vitamine D (Calcidiol)	45	nmol/l		75 - 150
Let op het gewijzigde normale bereik. Definitie van hypovitaminose D, op basis van 25 (OH) D serumconcentratie: Vitamine D-status nmol / l optimale 100-150 voldoende 75-100 lichte deficiëntie 50-75 ernstig tekort <50 kritisch hoge bereik >375 volgens de richtlijnen op vitamine D-tekort, J.Clin.End.Metab., juli 2011, 96 (7) Let op dat analytische interferenties kunnen optreden bij hoge doses biotine substitutie (>5 mg/dag). Meer informatie is te vinden in onze laboratoriuminformatie 'Interferentie van Biotinesubstitutie bij Laboratoriumonderzoeken'.				
25-OH Vitamine D (ng/ml)	18,0	ng/ml		30 - 60
(alternatieve SI-eenheid berekend op basis van nmol/l) Definitie van hypovitaminose D, op basis van 25(OH)D serumconcentratie: Vitamine D-status ng/ml ernstig tekort < 10 lichte defientie 10 - 19 voldoende 20 - 30 optimale > 30 kritisch hoge bereik > 150 volgens de richtlijnen op Vitamine D Update 2013, Dermatoendocrinol. 2013 Jun 1; 5(3):331-347				

Micronutriëntendiagnostiek - Interpretatie van de resultaten

25 (OH) Vitamine D (Calcidiol)

Vitamine D-spiegels zijn verlaagd.

Een bereik van 50 - 75 nmol / L zorgt voor de minimale toevoer van vitamine D die nodig is om de gezondheid van de botten te behouden. Talrijke studies tonen echter aan dat om gezondheidsfuncties te bevorderen (naast het handhaven van de gezondheid van de botten), ten minste een niveau van 75 nmol / l moet worden

bereikt²⁻⁶.

25(OH) D	Beoordeling
>375 nmol/l	Kritiek gebied ¹
>150 nmol/l	Hypervitaminose mogelijk ²
>100 nmol/l	Nominaal bereik ³
75-100 nmol/l	Lager optimaal bereik (preventie) ³
50-75 nmol/l	Lager optimaal bereik ^{1,4}
<50 nmol/l	Ernstig vitamine D-tekort!

Functie:

Naast het regulerende effect op de **calcium- en botstofwisseling** is vitamine D van groot belang voor tal van organen en orgaanfuncties. Bijna alle lichaamscellen - inclusief spier en **zenuwcellen** - zijn afhankelijk van een optimale vitamine D-toevoer. Vitamine D heeft ook een speciale relatie met de cellen van het 'immuunsysteem'.

Een **onvoldoende vitamine D-voorraad** kan worden geassocieerd met de volgende **risico's en symptomen**:

- Verminderde botdichtheid en verhoogde afbraak van botsubstantie (osteoporose)
- Verhoogd risico op hart- en vaatziekten, zoals een hartaanval⁷
- Chronische vermoeidheid, gebrek aan drive
- Spierpijn, spierzwakte
- Verminderde glucosetolerantie en insulinesecretie bij diabetes mellitus^{8,9}
- Immunodeficiëntie, verhoogde gevoeligheid voor infecties

Normaal gesproken wordt 90% van de **zonnevitamine D** gevormd door zelfproductie door de huid. Vitamine D-tekort komt **vaak voor bij ouderen die weinig tijd buitenshuis doorbrengen**.

Andere oorzaken van vitamine D-tekort kunnen echter ook voorkomen bij:

- een verstoord gebruik van vitamine D, bijvoorbeeld chronische inflammatoire darmziekten, ernstige darmoperaties
- een verhoogde behoefte tijdens zwangerschap, borstvoeding en kinderen
- het nemen van bepaalde medicijnen (bijv. anti-epileptica)
- verhoogde uitscheiding van vitamine D via de nieren bij nierinsufficiëntie

Literatuur:¹Gröber, U. (2013) Vitamin D: update 2013;²Pludowski, P. et al. (2018);³Robbins, R.N. et al. (2022);⁴Vieth, R. (2006);⁵Ganji, V. et al. (2020);⁶Holick, M.F. et al. (2011);⁷Thompson, B. et al. 2023;⁸Ganji, V. et al. (2020);⁹Sung, C.-C. et al. (2012)

Voor individueel overleg over deze laboratoriumuitslagen dient u contact op te nemen met een arts of therapeut.

Medisch gevalideerd door Dr. med Patrik Zickgraf en collega's.

Deze diagnose is elektronisch geproduceerd en is dus ook zonder handtekening geldig.

De met * gekenmerkte onderzoeken werden uitgevoerd door een van onze laboriapartners .

** Examen niet geaccrediteerd