

E. Boek: Anti Veroudering Vitamine Analyse

E.Boek: SpectraCell Intracellulaire Vitamine Analyse



### Gezond oud worden een Kans of Keuze?

Hoe meer waarde iets heeft, des te meer behoefte heeft u om alle facetten te begrijpen. Is het niet vreemd dat het als normaal gezien wordt dat u met het verstrijken van de jaren allerlei kwalen en klachten krijgt die toegeschreven worden aan ouderdom? De realiteit is dat klachten, gebreken, energietekort en vele ziekten door tekortkomingen zich langzaam gedurende tijd ontwikkelen, en deze zijn allemaal terug te leiden tot tientallen jaren van vitamine en mineralen tekorten. Uw voeding is uw beste geneesmiddel. De APK keuring voor uw auto is verplicht, een jaarlijks preventief onderzoek bij uw arts is een verstandige keuze en verhoogd daarmee uw kans op gezond ouder worden. Waarom zou u niet optimaal van het leven genieten?

1. Biochemische individualiteit
2. Anti-oxidanten bloedtest op celniveau
3. Optimaliseren voedingspatroon
4. Waarom heb ik een persoonlijke vitamine analyse nodig?
5. Hoe werkt de FIA test?
6. Waarom is de voedingsstatus belangrijk?
7. Veroudering en lifestyle.
8. Testimonial
9. Wat uw dokter niet weet.
10. Voedingssupplementen studie (Havard University)



**A Window on Intracellular Function**

 SPECTRACELL LABORATORIES

## E. Boek: Anti Veroudering Vitamine Analyse

### 1. Biochemische individualiteit

Sinds het begin van de moderne wetenschap wordt in de medische wereld vertrouwd op accurate diagnose methodes om potentiële gezondheidsproblemen te identificeren om de levenskwaliteit te kunnen verbeteren. De behoefte voor deze methodes wordt steeds kritischer nu medische kosten uit de hand dreigen te lopen. Door vroegtijdig te testen kan een betere diagnose worden vastgesteld en kostbare gezondheidproblemen worden voorkomen zowel op menselijk als het economisch vlak. De groeiende media attentie betreffende gezondheid en preventie heeft de bewustwording van consumenten op gang gebracht betreffende de voeding en daarmee de hoeveelheid vragen naar medici toe. Het tot staan brengen en in stand houden van een optimale voedingsstatus is biochemisch zeer complex. Alleen een multivitamine nemen is zeker niet genoeg om de noodzakelijke balans te bereiken.

SpectraCell Laboratories, een CLIA (Clinical Laboratory Improvement Amendments) goed gekeurd lab. en leider in Intracellulaire Analyses begrijpt dit wetenschappelijke belang. Klinische informatie om de biochemische behoefte vast te stellen. Het vroegtijdig corrigeren van tekorten in de voedingopname draagt bij aan het reduceren en voorkomen van ziektes en gebreken.

De SpectraCell test geeft inzicht aan artsen wat de tekorten zijn aan essentiële bouwstoffen, wat een waardevol stukje gereedschap is bij de evaluatie van en de bepaling van risicofactoren bij hart en vaat ziekten. De SpectraCell test geeft een uniek inzicht in de werking van de stofwisseling welke vitaal is voor het cellulair functioneren van het lichaam. Of vitamines, mineralen en spoorelementen nu via de voeding of extra suppletie komen, de gecombineerde voedingsstatus geeft inzicht in de gezondheid conditie van het lichaam.

Enkele feiten op een rij: In 1936 was het al bekend dat wereldwijd de bewerkte landbouwgronden 75% minder mineralen bevatte ten opzichte van onbewerkte grond. Deze cijfers zijn dan ook weer terug te vinden in de voedingsketen waarvan men toen al stelde dat 99% van de bevolking een gebrek had aan hele reeksen mineralen. Zelfs toen werd al aanbevolen de voeding van mens en dier aan te vullen met supplementen. De akkers van vandaag inclusief de biologisch bewerkte grond bevatten nog maar weinig van de vitamines en mineralen die wij dagelijks nodig hebben.

## E. Boek: Anti Veroudering Vitamine Analyse

### 2. Anti-oxidanten bloedtest op celniveau SpectraCell Laboratories FIA™

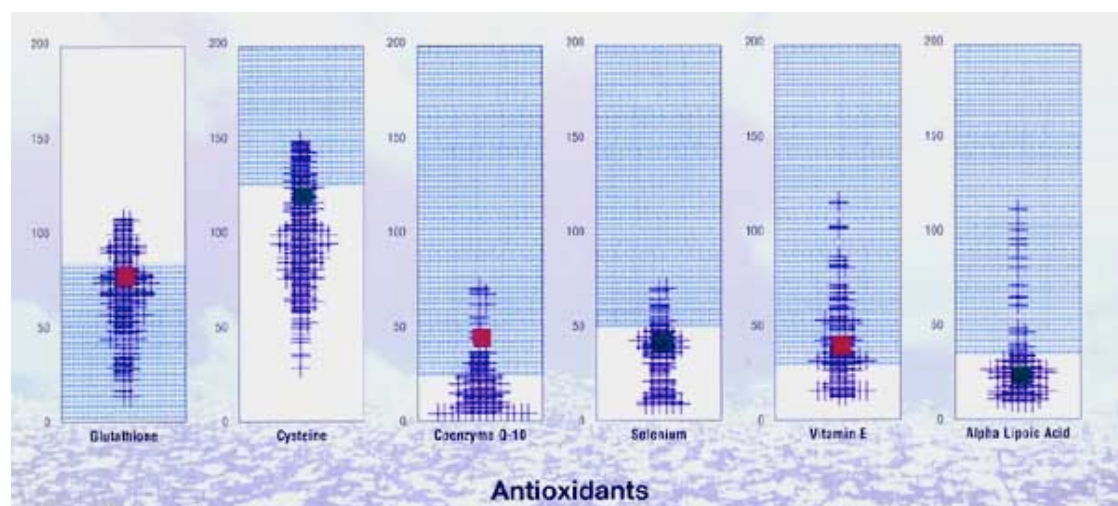
Hoe 'gezond' heb ik het laatste half jaar geleefd.

Voor de introductie van de SpectraCell's Functional Intracellular Analysis™ test waren veel diagnoses en risicofactoren gebaseerd op operatie en meten van statische niveaus van voedings- en antistoffen. Statische testen zijn echter niet altijd een accurate indicatie.

Nieuwe testmethode

FIA™ testen meten de celgroei en geven een accuraat beeld over de laatste drie tot zes maanden door het meten van de lymphocyte groei. Door deze methode komen exacte tekorten aan het licht waardoor persoonlijke voedingsadviezen gegeven kunnen worden en dus anders dan wat de 'norm' is! Zo blijkt dat verschillende mensen door erfelijke factoren, leefpatroon, en verslavingen slecht vitaminen en mineralen opnemen. Onbewust hadden deze mensen een extra verhoogd risico.

Onderzoek toont aan dat 50 procent  
van de mensen die voedingssupplementen nemen  
zelfs dan nog tekorten hebben van bepaalde stoffen!



## E. Boek: Anti Veroudering Vitamine Analyse

### 3. Optimaliseren voedingspatroon

Het rapport betreffende deze unieke test is gepubliceerd in "The Journal of the American Nutraceutical Association" De ontwikkeling van deze hoogwaardige test heeft 18 jaar in beslag genomen. Gegeven de levensduur van de lymphocyte van drie tot zes maanden kan een optimaal voedingspatroon worden samengesteld waardoor vele ziektes minder of geen kans hebben zich te ontwikkelen. De komende jaren zullen door deze meetmethode, (en verdere uitbreiding daarvan) meer resultaten bekend worden over; welke vitamines in welke hoeveelheid en samenstelling uw levenskwaliteit en duur kunnen gaan verlengen. De test wordt uitgevoerd in het laboratorium in Houston waar de bloedmonsters binnen 24 uur binnen moeten zijn.

### 4. Waarom heb ik een persoonlijke vitamine analyse nodig?

Wat is het verschil met andere bloedtesten? De gepatenteerde FIA bloedtest van SpectraCell identificeert hoe goed vitamines en mineralen, het antioxidanten systeem, animozuren, vetzuren en stofwisseling feitelijk werken in uw eigen witte bloedcellen. FIA voorziet de informatie die u en uw dokter nodig heeft om gebreken te identificeren en corrigeren.

Standaard bloedtesten voor de vitamine status vertellen u alleen maar wat er in het bloed zit en vergelijken deze informatie met de 'norm'. Een standaard meting zou goed zijn als uw stofwisseling het zelfde zou zijn als die van elke andere persoon. Echter bij iedere mens is het absorberend vermogen anders. Een serum niveau dat bij een standaard test als normaal wordt gezien verbergt dan veelal gebreken.

### 5. Hoe werkt de FIA test?

Uw bloed wordt afgenomen en naar SpectraACell gestuurd in Houston, Texas met Fedex. In het laboratorium worden uw witte bloedcellen geïsoleerd en gekweekt in een serie gepatenteerde testen die optimale hoeveelheden bevatten van de te analyseren stoffen. Daarna worden specifieke voedingsstoffen één voor één onttrokken en moeten uw cellen terugvallen op hun eigen reserves om te groeien. Als er geen gebreken zijn van een specifieke vitamine dan groeien de cellen voldoende. Als echter de cellen onvoldoende groeien wijst dit op een tekort van deze vitamine.

## E. Boek: Anti Veroudering Vitamine Analyse

FIA is een test die uw vitamine status balast.

Anders dan het meten van het serum niveau kijken deze testen van binnen in uw witte bloedcellen hoe goed alle voedingsstoffen en antioxidanten functioneren door de DNA celgroei te meten. Het resultaat brengt tekorten aan het licht die andere serum testen missen en wanneer niet gecorrigeerd op de lange termijn tot ziektes en gebreken leiden.

Welke vitamines worden er getest?

Thiamin (B1), Riboflavin(B2), Niacinamide(B3), Pantothenate(B5), Pyridoxine(B6), Cobalamin(B12), Folate, Biotin, Inositol, Choline, Calcium, Magnesium, Zinc, Oleic Acid, Glutamine, Asparagine, Serine, Fructose Intolerance, Glucose/Insulin. Handling Glutathione Cysteine. Een totale antioxidanten functie test (SPECTROX) meet hoe goed al uw antioxidanten u beschermen tegen schade van vrije radicalen. Ook gemeten worden voedingsstoffen als vitamine A, C, E, beta carotene en selenium.

### 6. Waarom is de voedingsstatus belangrijk?

De voedingsstatus is de vitale fundatie van uw gezondheid, en bepaald de manier waarop elke voedingsstof functioneert in uw cel. Wanneer voedingsstoffen niet optimaal functioneren wordt het vermogen om gezond te blijven gelimiteerd. Door gebreken te identificeren en te corrigeren neemt u een zeer belangrijke stap naar constante gezondheid verbetering.

Interactie voedingsstoffen.

Elke voedingsstof speelt een rol bij de werking van andere stoffen. Een marginaal gebrek van een stof kan de biochemische balans verstoren. Een aanhoudend gebrek kan bijdragen aan serieuze ziektes en gebreken als reuma, botontkalking, diabetes en kanker om een paar gebreken te noemen.

Maar ik eet gezond, doe aan sport en neem een multivitamine. Als dit uw levensstijl is, lees verder. Veel mensen leven bewust en werken aan het verbeteren van hun gezondheid. Ondanks dat hebben velen toch nog gebreken. Waarom? Omdat bij iedereen de stofwisseling uniek is. De benodigde voedingsstoffen verschillen voor ELKE persoon. Opname capaciteit. Hoewel u mogelijk een correct voedingspatroon heeft, als de voedingsstoffen niet volledig opgenomen worden heeft u een gebrek. Chronische ziektes zoals kanker, hart en vaatziekten, lever, multiple sclerose en meer worden allen direct of indirect beïnvloed door voedingsgebreken.

## E. Boek: Anti Veroudering Vitamine Analyse

### 7. Veroudering en lifestyle.

Onze voedingsbehoeften kunnen heel anders zijn op de leeftijd van 30, 40, 50 jaar en zo verder. Uw lifestyle, slechte gewoontes, roken, alcohol, drug gebruik, medicijn gebruik, overmatig sporten, alles heeft invloed op de voeding eisen.

FIA is een functioneringstest die al deze factoren meeweegt en uw basis voedingsstatus identificeert. Met deze informatie kan uw dokter specifieke gerichte voedingadviezen geven die vereist zijn voor u.

De SpectraCell FIA test is nu beschikbaar in Nederland in plaatsen waar Fedex een 24 uur service levert (informeer naar de mogelijkheden).

### 8. Testimonial

Geconfronteerd met gezondheid problemen in de directe familie die ik beslist niet mee wil maken en door persoonlijk gezondheidsproblemen hen ik in 2001 een preventief bloedonderzoek laten doen. Dit traditionele onderzoek gaf een moment opname waarbij men vaststelde dat ik aan de norm voldeed. Maar hoe hoog is die norm? In 2001 heb ik mijn eerste onderzoek laten verrichten bij SpectraCell. De antioxidanten balans was met 93,1% bijzonder hoog. Alleen een calcium gebrek maakte dat ik niet over de hele linie een voldoende kon scoren. Een tweede analyse in 2002 bracht mij niet zo goed nieuws, zowel zinc als vitamine E waren onvoldoende. De grootste domper was echter de antioxidanten balans 38,1%, dit terwijl je pas in het aanbevolen gebied komt boven de 75%. Ik heb dit jaar buiten de vier antioxidanten die ik al dagelijks gebruikte gelet op de base en zuren balans en het suiker gebruik een stuk teruggebracht. Binnenkort gaan we voor de derde maal een test laten, of ik dit jaar gezond gegeten heb durf ik niet met een volmondig 'Ja' te beantwoorden.  
- Henk Mutsaers

## E. Boek: Anti Veroudering Vitamine Analyse

### 9. Wat uw dokter niet weet.

Optimale voeding of tekorten?  
Zijn de verschillen meetbaar?

Voeding is de brandstof, de energiebron voor het lichaam. Een lichaam heeft van de verschillende essentiële voedingstoffen bepaalde hoeveelheden nodig om goed te kunnen functioneren. Doormiddel van eten en drinken kunnen we de benodigde voedingstoffen binnen krijgen. Uit wetenschappelijk onderzoek zowel in Nederland als daar buiten, is vast komen te staan dat van de verschillende stoffen minimale hoeveelheden noodzakelijk zijn. Minimaal wil zeggen net voldoende om niet ziek te worden. Deze waarde wordt ook wel ADH genoemd. De Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheden. In school termen kan je de ADH vergelijken met een 5- het hangt tussen onvoldoende en voldoende in en je hebt totaal geen reserve voor als het eens wat minder gaat. Het is verstandiger om ruim boven die bewuste ADH drempel te zitten, kies dus voor een ruime voldoende, 7 dus. Alleen dan bevindt het lichaam zich in een veilig gebied.

### Landelijke ADH verschillen

Er zijn ook landen waar men uit gaat van veel hogere waarden daar mikt men op optimale gezondheid. Om deze status te bereiken zal je het lichaam dus ook optimaal moeten voeden. Optimaal wil dus zeggen een maximale voedingswaarde per essentiële voedingstof, in school termen dus 9 of hoger. Er bestaan internationaal verschillende visies over voedingswaarden. In het ene land kan de ADH 400% verschillen met het andere land. Dat is niet verstandig voor de beeldvorming over voeding bij de leek. Toch is het de praktijk van alle dag. Verschillen de mensen per land dan zo sterk? Feitelijk niet. Een paar uitzonderingen daar gelaten, heeft ieder menselijk lichaam ongeveer de zelfde voedingsbehoefte. Wat wel verschilt is de culturele achtergrond. Verschillende landen hebben verschillende eetculturen. Wij eten dus anders, leggen andere accenten waardoor er dus andere hoeveelheden essentiële voedingstoffen in ons lichaam aanwezig zijn. Enkele voorbeelden, Italië kiest voor pasta, Engeland voor fish and chips, Duitsland voor bratwurst, Nederland heeft de aardappel met vette jus en Amerika kiest voor hamburgers. De kenmerken van de landstypen zijn redelijk herkenbaar. Eén ding hebben ze gemeen, geen van alle hebben een optimaal voedingspatroon waardoor het lichaam geheel in balans is. We blijven allemaal mensen met onze voorkeur voor bepaalde gerechten. We worden geregeerd door onze smaak papillen en niet door ons verstand.

## E. Boek: Anti Veroudering Vitamine Analyse

### Optimale gezondheid

In alle genoemde en niet genoemde landen zijn mensen die de optimale gezondheid nastreven en willen investeren in goede voedingsproducten. Andere gebruikelijke maar niet gewenste producten wil men buiten het dagelijkse dieet, de maaltijd houden. Deze groep mensen groeit gestaag. We spreken van een internationale bewustwording van juiste voedingspatronen. Het besef groeit exponentieel dat men prettig en gezond oud wil worden. Je zal dus voldoende juiste voedingsstoffen binnen moeten krijgen en voldoende en verantwoord bewegen. Verder zullen we moeten voorkomen dat we aan luchtvervuiling en andere schadelijke invloeden blootstaan zoals roken en stress. Waar we ook goed bewust van moeten zijn is het feit dat onze dagelijkse arbeid of gewoonten veel energie vergen. Energie is een ander woord voor brandstof om te kunnen functioneren. Hoe meer we van ons lichaam vergen hoe meer brandstof, energie, we dus gebruiken. Logisch zult u zeggen een vrachtwagen die groot en zwaar beladen is gebruikt meer brandstof om van A naar B te komen dan een mini die licht is en zeer anticiperend wordt bereden. Wel dat geldt ook voor het lichaam. Kortom het is nog een hele kunst om op een prettige en gezonde wijze honderd te worden.

### Metten is weten

Er zijn zaken die we willen voorkomen, een er van is ziek worden. We weten nu dat we goed moeten eten & drinken en goed moeten bewegen. Maar zijn er misschien nog andere mogelijkheden om bijvoorbeeld een beetje in de toekomst te kijken? Het antwoord is ja.

We kunnen door onderzoek te doen naar de voedingstatus, vaststellen waar onze risico's liggen. Door middel van een bloedonderzoek kunnen we laten vaststellen wat onze voedingstatus is. Dat wil zeggen we kunnen laten vaststellen wat het lichaam via het maag- darmkanaal optimaal zou kunnen opnemen door dit onder laboratorium omstandigheden te testen. We krijgen dan een indruk van de hoeveelheden van de verschillende essentiële voedingsstoffen in onze wittebloedcellen. Dat is dus zeer belangrijk. We kunnen wel van alles eten maar als er niets wordt opgenomen gaat het faliekant verkeerd met ons lichaam en raakt het uit balans en vervolgens worden we ziek.

De voedingsstatus geeft een indruk van gezondheid. Elke microvoedingsstof zoals we die kennen vervult een onmisbare rol bij het optimaal functioneren van onze lichaamcellen. Wanneer onze lichaamcellen niet optimaal functioneren is de kans op het

## E. Boek: Anti Veroudering Vitamine Analyse

ontwikkelen van ziekten en aandoeningen aanzienlijk. De voedingstatus geeft dus per microvoedingstof de waarde die in het bloedmonster wordt vastgesteld. De maximale waarden per stof zijn gemeten en kunnen vergeleken worden met wat er over een periode van 4 tot 6 maanden effectief opgenomen is zodat gepaste maatregelen genomen kunnen worden. Op basis van die gegevens wordt aan gegeven welke risico's u loopt en wat u er aan kunt doen om de genoemde risico's te verminderen, en in de toekomst te voorkomen.

### Een voorbeeld

Als voorbeeld nemen we een te kort aan Vitamine B2 . Er wordt een uiteenzetting gegeven van de functie van Vitamine B2 , welke symptomen van lichamelijke aard daar bij horen als er te kort aan Vitamine B2 is geconstateerd bv. brandende ogen, duizeligheid , huidontstekingen etc. Daarna geeft men een overzicht van voedingsstoffen waar veel Vitamine B2 in zit zodat de voedingsgewoonte aangepast kan worden. In de laatste plaats wordt aangegeven wat we per dag zouden moeten consumeren aan Vitamine B2 om het probleem op te lossen. In ons voorbeeld dus 50 mg Vitamine B2 consumeren voor een periode van 4 tot 6 maanden. Dan heeft het lichaam de juiste waarden weer om goed te kunnen functioneren. Een herhalingsonderzoek zal vaststellen hoe het lichaam zich hersteld heeft.

### Spectracell Laboratories

In Nederland bestaan mogelijkheden om doormiddel van bloedonderzoek een voedingstatus te laten vaststellen. Het bedrijf dat daar ruime ervaring mee heeft is het Amerikaanse Spectracell Laboratories gevestigd te Houston, Texas. Na 18 jaren onderzoek, heeft SpectraCell Laboratories de FIA™ geïntroduceerd. Met behulp van genoemde en gepatenteerde FIA™ test is SpectraCell Laboratories in staat om de biochemische intracellulaire functie van uw eigen cellen (rusting lymphocyten) te bepalen. Analyse van het functioneren van deze cellen onder SpectraCell's gepatenteerde condities onthult uw functionele voedingsstatus over een veel langere periode dan bij conventionele serum testen gebruikelijk is.

De verkregen resultaten kunnen tekorten aan het licht brengen die standaard serum testen mogelijk missen. Indien geconstateerde tekorten niet aangezuiverd worden kan dit tot aantasting leiden van uw gezondheid en bijdragen aan de ontwikkeling of progressie van chronische ziekten en aandoeningen.

-Artikel Pim Bruinzeel

## 10. Voedingssupplementen studie

Studie antioxidant suppletie naar het effectieve opname capaciteit. Meer als 100 miljoen Amerikanen consumeren dagelijks vitamine supplementen. De meeste nemen deze supplementen zonder medisch advies, mogelijke medicijnen interactie en kennis van de voordelen en mogelijke schadelijke werking. Dokters worden vaak gevraagd naar de optimale dosis van antioxidanten. Ook krijgen zij veelvuldig vragen naar aanleiding van een recent artikel in een magazine, krant of andere media. De groeiende wetenschappelijke en publieke interesse in de rol van antioxidanten is sterk gestegen. Ook studies met name tot het gebruik van antidepressiva en chemotherapie in relatie tot interactie met vitaminesupplementen. Kennis over de optimale opname van antioxidanten is dan ook nog steeds niet bekend, mede door de biochemische individualiteit van iedere persoon.

### Huidige normen te laag

De huidige norm (ADH)(Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid) in de US aangeduid als Recommended Daily Values (RDV's) is bedoeld om voldoende bouwstoffen binnen te krijgen om niet ziek te worden. Tegenovergesteld is de insteek om optimale voeding, vitamine, mineralen, antioxidanten etc op te nemen om de algehele gezondheid te verbeteren en de kans op ziektes te minimaliseren. Hoewel deze normen nog moeten worden vastgesteld geven vele onderzoeken al aan dat deze aanmerkelijk hoger liggen dan wat nu de (ADH) en (RDV's) aangeven. Nieuw onderzoek naar deze mogelijkheden schept altijd weer andere vragen, tegenstrijdige denkbeelden, belangen en conclusies.

Een onderzoek uitgevoerd door de Harvard universiteit (ISSN-1521-4524) onder 80 gezondheid professionals i.s.m. SpectraCell laboratoria. Alle in goede gezondheid verkerende personen tussen 35 en 52 jaar werden acht weken voor de test onthouden van enige vorm van suppletie. De groep werd in twee verdeeld en getest op een range aan vitamine en de totale antioxidanten functionaliteit. De aanbevolen intracellulaire antioxidanten functie van 75% werd voor aanvang van de suppletie slechts bij één persoon vastgesteld. De groepen kregen verschillende hoeveelheden vitamines toegediend. Beide groepen kregen suppletie met onder andere: vitamine C 2000 mg, Vitamine E 600 IU, Beta -Carotene 5000 IU, Q10 30 mg, alpha-lipoic-zuur 30 mg. Groep 1 kreeg bovendien 1000 mg N-acetylcysteine (NAC).

## E. Boek: Anti Veroudering Vitamine Analyse

### Controle aanbevolen

Bij de test kwamen verschillen naar voren tussen beide groepen (zie tabel). Bij 42,8 procent kwam een achteruitgang naar voren in de totale antioxidant functie wat aangeeft dat verdere studie naar verschillende doseringen noodzakelijk is. Dit geeft bovendien aan dat een controle aan te bevelen is om de verlangde effecten van suppletie te bereiken.

© reprint [www.ana-jana.org](http://www.ana-jana.org)

Onderzoek i.s.m. SpectraCell Laboratories

### Downloads:

- Jana 2001 study
- Medisch Dossier: Wat dokters niet vertellen
- Dorrethy Merritt M.D. Study
- Interactie medicijn gebruik
- Technische rapporten (Engelstalig)

[www.anti-aging-analysis.com](http://www.anti-aging-analysis.com)



**A Window on Intracellular Function**

 SPECTRACELL LABORATORIES