

Analyserapport

Pro Dysbiose

Gegevens onderzoeksmateriaal		
Monstercodering	#1234567	
NL-Lab code	#012212	
Monstertype	Feces	
Uitgevoerde analyse	Pro Dysbiose	
Vervolgonderzoek	nee	
Datum afname / Verzending	26-4-2023	26-4-2023
Datum ontvangst / Analyse	28-4-2023	1-5-2023

Gegevens client	
Geboortedatum	16-5-1965
Geslacht	V
Vegetariër / Veganist	nee
Roker	nee
Recent gereisd	nee
Recente antibioticumkuur	nee
Behandelaar / Aanvrager	B. Aanvrager

ALGEMENE UITLEG DYSBIOSE

Dysbiose betekent onbalans. De term wordt vooral gebruikt voor een onbalans van het darmmicrobioom. Die bestaat voor 80% uit twee grote bacterie-families: de Bacteroides en de Clostridia. Bij een verandering van de hoeveelheid van één of beide families en de bijbehorende microbiële activiteit is er sprake van een dysbiose van het darmmicrobioom.

Een dysbiose kan zowel een oorzaak als gevolg zijn van verschillende ziektebeelden. Maar ook een verkeerd voedingspatroon, medicijngebruik en weinig lichaamsbeweging kunnen de balans verstoren. Het is belangrijk om de verhoudingen tussen de bacteriegroepen te herstellen. Een aangepast voedingspatroon kan hieraan bijdragen.

De dysbiose kan in 4 verschillende types worden onderverdeeld: rottingsdyspepsie, anaerobe dysbiose, microbiom-depressie of sacharolytische dysbiose. Elk type dysbiose heeft zijn eigen kenmerkende klachten en specifieke behandeling.

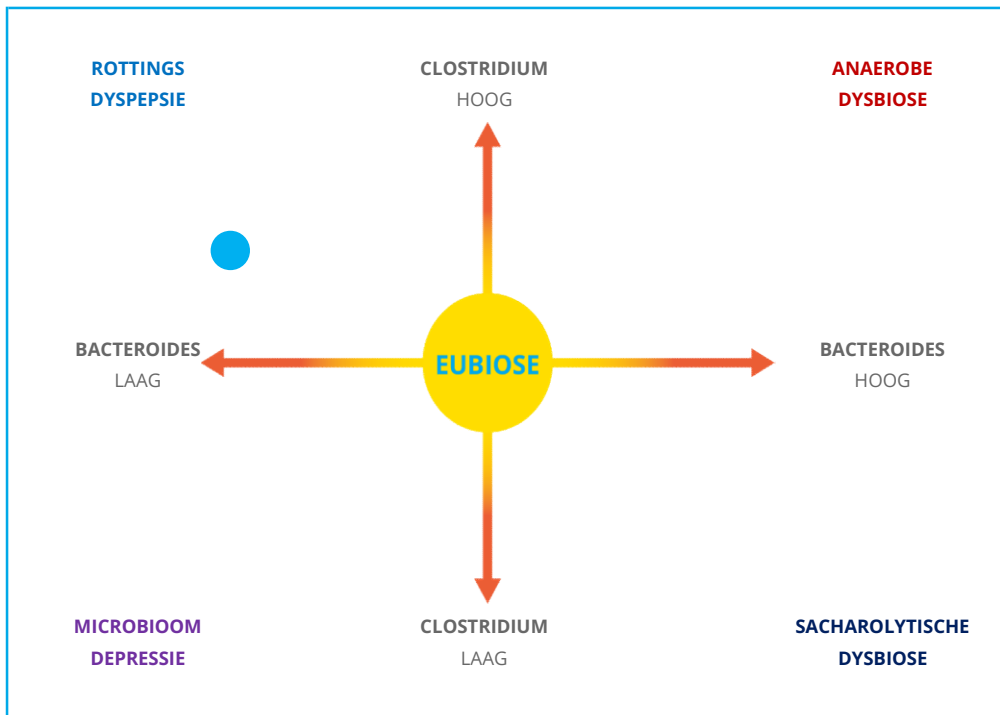
Disclaimer

Alle verantwoordelijkheid voor acties op basis van de door NL-Lab geleverde analyseresultaten zijn voor de aanvrager. Op al onze diensten zijn de voorwaarden van toepassing zoals op het aanvraagformulier vermeld en zoals gepubliceerd op onze website: www.nl-lab.nl.

Analyserapport

Pro Dysbiose

DYSBIOSE PLOT



DYSBIOSE OMSCHRIJVING

	GEMETEN WAARDE	GRENS- WAARDE	
Soort dysbiose	Rottings-Dyspepsie		Afwijkend
Dysbiose-index			Ernstig
Stabiliteit (bacteriën/gram)	1.26x10 ¹¹	≥1 ¹¹	Normaal

Soort dysbiose uitleg

Rottings-dyspepsie is een dysbiose waarbij er sprake is van verhoogde aantallen Clostridia en normale of verlaagde aantallen Bacteroides. Het gevolg van deze dysbiose-vorm is dat het darmmicrobioom rottingsactiviteit gaat vertonen. Dit betekent dat vetten en eiwitten in grote hoeveelheden kunnen worden afgebroken.

De afbraakproducten die hierbij ontstaan, zijn vooral aminozuren en peptiden, waarvan een deel ongewenste biologische functies vertoont. Met name effecten van deze afbraakproducten op de werking van de hersenen (via de darm-breinas) is goed onderbouwd. Het gaat dan om effecten zoals somberheid, vermoeidheid en verminderd concentratievermogen.

Rottings-dyspepsie is één van de meest voorkomende vormen van dysbiose in de westerse wereld (met name in Noord-Europa en Noord-Amerika).

Analyserapport

Pro Dysbiose

Dysbiose-index

De dysbiose-index is ernstig verhoogd. De dysbiose van het darmmicrobioom kan hier (grote) gevolgen voor de gezondheid hebben. Het behandelen van de oorzaak van de dysbiose wordt sterk geadviseerd.

Stabiliteit microbiom

De stabiliteit van het darmmicrobioom is normaal. Deze stabiliteit is belangrijk voor een gezonde darm. De aanwezige darmbacteriën hebben belangrijke functies, o.a. de darmen beschermen tegen micro-organismen van buitenaf. Bij een verminderde stabiliteit kunnen externe micro-organismen (waaronder ziekteverwekkers) overleven en daardoor klachten veroorzaken. Met name gisten, schimmels en voedselpathogenen (bijvoorbeeld Salmonella) maken dankbaar gebruik van een verminderde stabiliteit van het darmmicrobioom. Omdat de stabiliteit normaal is, is er voldoende bescherming tegen externe indringers. De kans op overgroei van gisten of schimmels, of voedselinfecties is daarom normaal tot laag.

Analyserapport

Pro Dysbiose

OMSCHRIJVING VAN HET MONSTER

	GEMETEN WAARDE	ONDER- WAARDE	BOVEN- WAARDE	
Kleur	(Donker) Bruin			Normaal
Consistentie	Soepel			Normaal
Zuurgraad (pH)	5	6	7.5	Verlaagd

Kleur

De (donker)bruine kleur van de ontlasting is normaal. Dit is een indicatie voor het normaal functioneren van de lever, een normale galafvoer naar de darmen en een normale vetvertering in de darmen.

Consistentie

De ontlasting is soepel. Dit is normaal en is een indicatie voor een normale darmpassage en een normale ontwateringsfunctie van de darmen.

Zuurgraad

De zuurgraad (pH) van de ontlasting is verlaagd. Dit kan het gevolg zijn van een te snelle darmpassage of spijsverteringsstoornissen, zoals malabsorptie van koolhydraten en/of vetten of gluten/lactose intoleranties. Ook een darminfectie (viraal, bacterieel of parasitair), prikkelbare darm syndroom, SIBO (small intestinal bacterial overgrowth) of een te grote hoeveelheid lactaat-producerende bacteriën (Lactobacillen) kan voor een verlaagde pH in de ontlasting zorgen.

Analyserapport

Pro Dysbiose

THERAPEUTISCH ADVIES

Rottings-Dyspepsie

Er is sprake van een rottings-dyspepsie. Hierbij zijn de aantallen (en/of microbiële activiteit) van de Bacteroides verlaagd ten opzichte van de (toegenomen) Clostridia. Het verminderen van de vetten en het verhogen van complexe koolhydraten in het voedingspatroon zou kunnen bijdragen aan de terugkeer naar een eubiotisch darmmicrobioom. Complexe koolhydraten kunnen o.a. gevonden worden in stengelgroenten (bijvoorbeeld in (bleek)selderij, asperge, paksoi, rabarber en prei) en fruit.

Daarnaast kunnen de dierlijke eiwitten in het voedingspatroon beperkt worden tot 3-4 keer per week, waarbij de eiwitten voornamelijk uit vis worden gehaald en minder uit varkens- en rundvlees.

Dysbiose-index

De ernst van de dysbiose is ernstig. Het is raadzaam om het voedingspatroon direct aan te passen afhankelijk van het type dysbiose, zoals hierboven beschreven. Ook kan het gebruik van probioticum op basis van Lactobacillen en Bifidobacteriën als ondersteuning dienen.

Zuurgraad

Een verlaagde zuurgraad in de darmen is een symptoom en geen ziektebeeld. Meestal normaliseert de zuurgraad wanneer de dysbiose wordt behandeld. Is er geen sprake van een dysbiose, of blijven er klachten na behandeling van de dysbiose, dan is het raadzaam om contact op te nemen met de (huis)arts.

Analyserapport

Pro Dysbiose

DATA VAN DE GEMETEN CLOSTRIDIUM

	GEMETEN WAARDE	ONDER- WAARDE	BOVEN- WAARDE	
Clostridium aantal (%)	54	9	37	Verhoogd
Clostridium activiteit (%)	5	5	30	Normaal

NB Het percentage genoemd bij aantallen is ten opzichte van het totale darmmicrobioom. Het percentage genoemd bij activiteit geeft aan hoeveel procent bacteriën van die soort actief is.

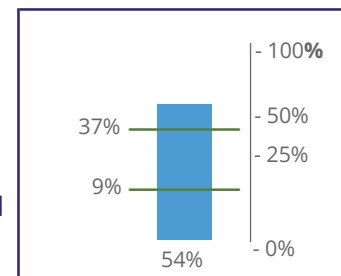
n.v.t. = niet van toepassing

Vergeleken met
normaalwaarden:

Clostridium aantallen

De hoeveelheid Clostridia in de ontlasting is verhoogd. Dit is vaak het gevolg van een westers voedingspatroon, bestaande uit relatief veel rood vlees en relatief weinig groenten en volkoren producten. Er is een grotere kans op de productie van schadelijke stoffen (toxinen) in de darmen door de Clostridia. Dit kan zorgen voor een verlaagde concentratie, somberheid en chronische vermoeidheid. Ook van aandoeningen uit het autisme spectrum wordt vermoed dat deze deels worden veroorzaakt, dan wel verergerd, door verhoogde aantallen Clostridia die actief (neuro)toxines produceren. Omdat Clostridia voornamelijk van koolhydraten en eiwitten leven, zou de hoeveelheid Clostridia verlaagd kunnen worden door het verminderen van de koolhydraten en eiwitten in het voedingspatroon.

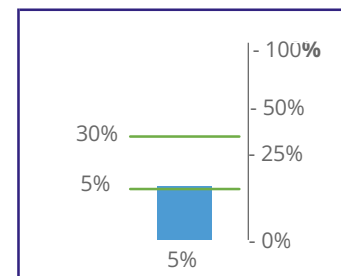
Aantallen Clostridium



Clostridium activiteit

De activiteit van de Clostridia is normaal. Deze bacteriefamilie lijkt zich op dit moment 'in rust' te bevinden en zal zonder veranderingen in het voedingspatroon in aantallen dan ook waarschijnlijk stabiel blijven.

Microbiële activiteit Clostridium



Analyserapport

Pro Dysbiose

DATA VAN DE GEMETEN BACTEROIDES

	GEMETEN WAARDE	ONDER- WAARDE	BOVEN- WAARDE	
Bacteroides aantal (%)	0	11	43	Verlaagd
Bacteroides activiteit (%)	n.v.t.	5	30	Verhoogd

NB Het percentage genoemd bij aantallen is ten opzichte van het totale darmmicrobioom. Het percentage genoemd bij activiteit geeft aan hoeveel procent bacteriën van die soort actief is.

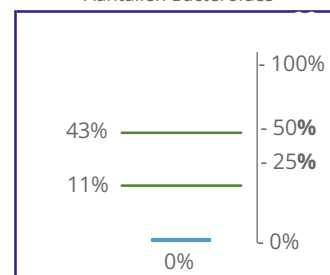
n.v.t. = niet van toepassing

Vergeleken met
normaalwaarden:

Bacteroides aantallen

De hoeveelheid Bacteroides in de ontlasting is verlaagd. Dit is vaak het gevolg van een voedingspatroon met weinig vezels en dierlijke eiwitten. Een verlaagde hoeveelheid Bacteroides kan zorgen voor een verminderde kolonisatie resistentie (mate van bescherming tegen micro-organismen van buitenaf) en wordt in verband gebracht met verstoringen van het vetmetabolisme. In combinatie met een verhoogde hoeveelheid Clostridia is de kans op obesitas verhoogd. Een voedingspatroon met meer vezels en (dierlijke) eiwitten en voldoende lichaamsbeweging zou de hoeveelheid Bacteroides in de darmen kunnen verhogen.

Aantallen Bacteroides



Bacteroides activiteit

Omdat de gemeten aantallen zeer laag zijn is het niet mogelijk om de activiteit van de Bacteroides te bepalen.

Microbiële activiteit Clostridium

