

Beoordelingsrapport

PATIËNTGEGEVENS

Naam **Daan Willemsen**
Geslacht **Man**
Leeftijd **44 jaar**
Geboortedatum **14-05-1982**

ONDERZOEKSGEGEVENS

Testdatum **06-07-2026**
Rapportdatum **09-07-2026**
Locatie **Utrecht Oost**
Laboratorium **Star-SHL**

ALGEHELE BEOORDELING

Je Algemene checkup laat een gemengd beeld zien. Van de dertien onderzochte waarden liggen negen binnen het referentiebereik. Vier waarden vragen aandacht: je cholesterolprofiel is verhoogd, je nuchtere glucose is licht verhoogd, je vitamine D is verlaagd en je hsCRP ligt net boven de grens.

Samen wijzen deze uitslagen op een verhoogd metabool risico. Dat is goed te beïnvloeden met voeding, beweging en waar nodig een vervolgcontrole.

BELANGRIJKSTE BEVINDINGEN

Cholesterolprofiel verhoogd

AANDACHT

Je totaal cholesterol is 6,3 mmol/L, je LDL 4,2 mmol/L en je triglyceriden 2,1 mmol/L. Alle drie liggen boven de referentiewaarde. Je HDL is met 1,3 mmol/L wel normaal.

Nuchtere glucose licht verhoogd (6,2 mmol/L)

AANDACHT

Net boven de bovengrens van 6,0 mmol/L. Dit kan wijzen op een verminderde glucosetolerantie, zeker samen met het cholesterolprofiel hierboven.

Vitamine D verlaagd (52 nmol/L)

AANDACHT

Onder de streefwaarde van 75 nmol/L. Dit is in Nederland zeer gebruikelijk, vooral buiten de zomermaanden.

hsCRP licht verhoogd (3,4 mg/L)

AANDACHT

Net boven de grens van 3,0 mg/L. Deze waarde is gevoelig voor laaggradige ontsteking en past bij het risicoprofiel dat de andere waarden ook laten zien.

Schildklier, lever en nieren in orde

GOED

TSH, ALAT en eGFR liggen alle ruim binnen het referentiebereik. Er zijn geen aanwijzingen voor een schildklier-, lever- of nierprobleem.

GEDETAILEERDE ANALYSE

Vitamines

AANDACHT

Je vitamine D is 52 nmol/L, onder de streefwaarde van 75. Je vitamine B12 is met 410 pmol/L ruim voldoende.

Vitamine D wordt vooral in de huid aangemaakt onder invloed van zonlicht. Buiten de zomermaanden is dat in Nederland nauwelijks mogelijk, waardoor een lagere waarde heel gewoon is. Vitamine D speelt een rol bij botopbouw, spierkracht en het immuunsysteem.

Mineralen

NORMAAL

Je ferritine is 145 µg/L en ligt daarmee binnen het gangbare bereik. Er zijn geen aanwijzingen voor een tekort of een overschot aan ijzervoorraad.

Hematologie

NORMAAL

Je hemoglobine is 9,6 mmol/L en ligt binnen bereik. Er is geen bloedarmoede.

Hart en Vaten

AANDACHT

Je totaal cholesterol is 6,3 mmol/L, ruim boven de grens van 5,0. Je LDL is 4,2 mmol/L, boven de grens van 3,0, en je triglyceriden zijn 2,1 mmol/L, boven de grens van 1,7. Je HDL is met 1,3 mmol/L wel normaal.

Deze combinatie past bij een verhoogd risico op hart- en vaatziekten op de langere termijn. Voeding en beweging hebben hier vaak het meeste effect.

Schildklier

NORMAAL

Je TSH is 2,1 mU/L. Dat ligt midden in het referentiebereik van 0,27 tot 4,20 en past bij een normaal werkende schildklier.

Stofwisseling

AANDACHT

Je nuchtere glucose is 6,2 mmol/L, net boven de bovengrens van 6,0. Eén meting is nog geen diagnose, maar samen met het cholesterolprofiel is dit een signaal om op te letten.

Ontsteking

AANDACHT

Je hsCRP is 3,4 mg/L, net boven de grens van 3,0. Deze test is gevoeliger dan gewone CRP en wordt gebruikt om laaggradige ontsteking op te sporen.

Lever

NORMAAL

Je ALAT is 28 U/L, ruim binnen bereik. Dit enzym komt vrij bij beschadiging van levercellen; een normale waarde past bij een gezonde lever.

Nieren

NORMAAL

Je eGFR is 94 mL/min/1,73m². Dit is een berekende maat voor hoeveel bloed je nieren per minuut filteren, en deze waarde is normaal voor je leeftijd.

AANBEVELINGEN

1

Werk aan je cholesterolprofiel

Minder verzadigd vet, meer vezels en regelmatig bewegen hebben het meeste effect op cholesterol en triglyceriden samen. Laat je profiel na drie tot zes maanden opnieuw meten om te zien of de aanpak werkt.

2

Vul vitamine D aan

Neem dagelijks 25 tot 50 microgram (1000 tot 2000 IE) vitamine D3, bij een maaltijd met wat vet, dat verbetert de opname. Laat de waarde na drie maanden opnieuw prikken.

3

Houd je nuchtere glucose in de gaten

Eén licht verhoogde meting is geen diabetes. Beweging en minder snelle koolhydraten helpen vaak al. Neem de waarde mee bij je volgende checkup.

4

Meet opnieuw na drie tot zes maanden

Cholesterol, glucose en hsCRP reageren binnen enkele maanden op voeding en beweging. Een controle laat zien of de aanpak werkt.

VERVOLGSTAPPEN

Er is geen reden voor spoed. Begin met de aanpassingen in je voeding en beweging, en laat je cholesterol, glucose, hsCRP en vitamine D na drie tot zes maanden opnieuw meten.

Neem contact op met je huisarts als je twijfelt over de uitslag, of als er nieuwe klachten bijkomen. Dit rapport vervangt geen consult.

TESTRESULTATEN

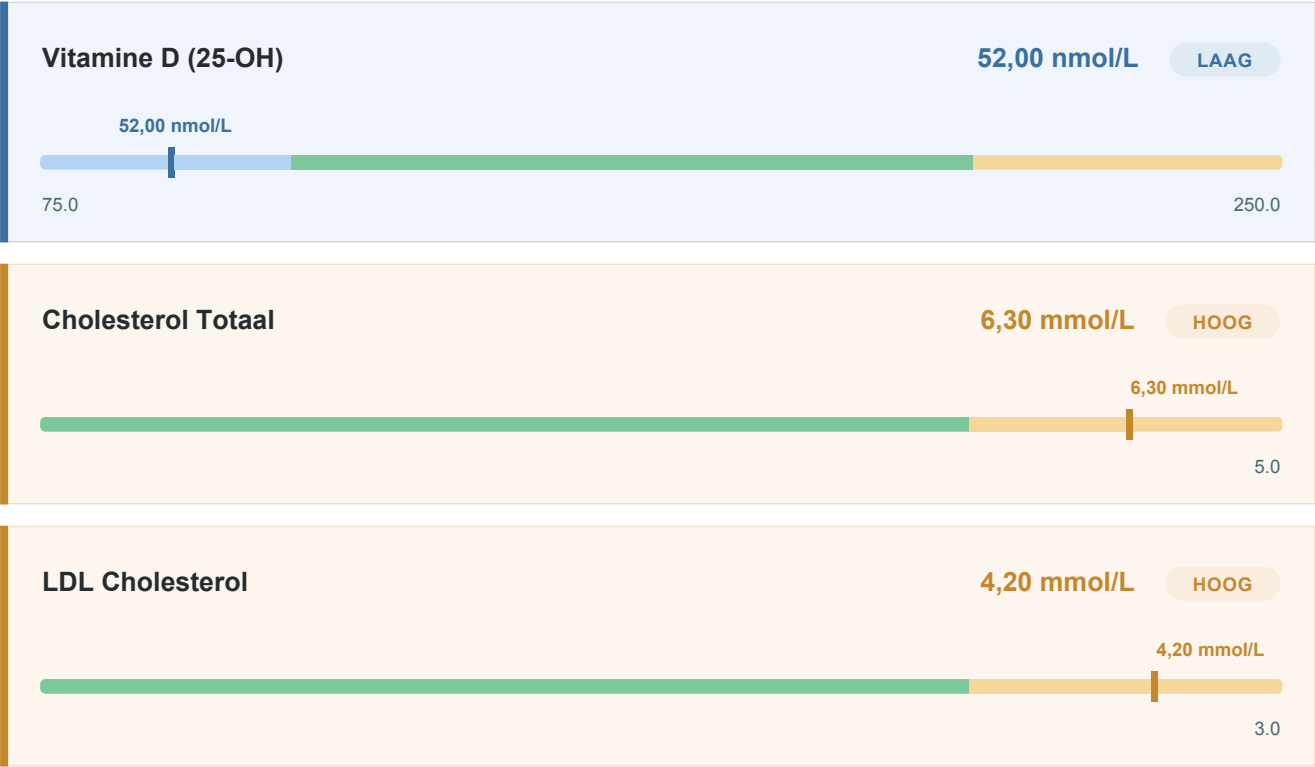
Overzicht resultaten

13 resultaten onderzocht

6 van 13 resultaten buiten referentiewaarden

MARKER	UITSLAG	REFERENTIE	BEOORDELING
Vitamine D (25-OH)	52,00 nmol/L	75,00 - 250,00 nmol/L	LAAG
Cholesterol Totaal	6,30 mmol/L	— - 5,00 mmol/L	HOOG
LDL Cholesterol	4,20 mmol/L	— - 3,00 mmol/L	HOOG
Triglyceriden	2,10 mmol/L	— - 1,70 mmol/L	HOOG
Glucose (Nuchter)	6,20 mmol/L	3,50 - 6,00 mmol/L	HOOG
hsCRP (Hoog Sensitief CRP)	3,40 mg/L	— - 3,00 mg/L	HOOG

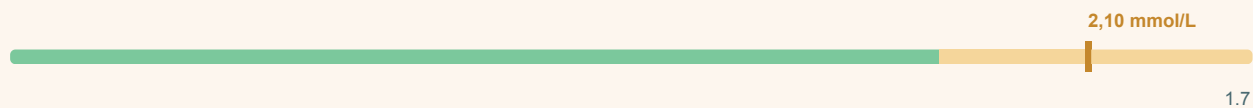
Aandachtspunten (6)



Triglyceriden

2,10 mmol/L

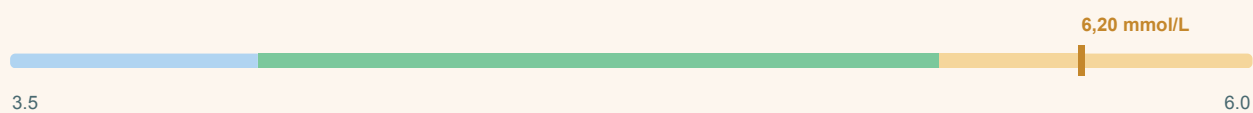
HOOG



Glucose (Nuchter)

6,20 mmol/L

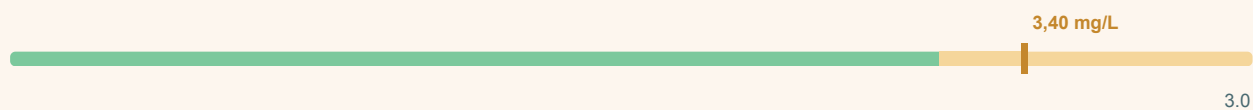
HOOG



hsCRP (Hoog Sensitief CRP)

3,40 mg/L

HOOG



Binnen referentie (7)

Vitamine B12

410,00 pmol/L

NORMAAL



Ferritine

145,00 µg/L

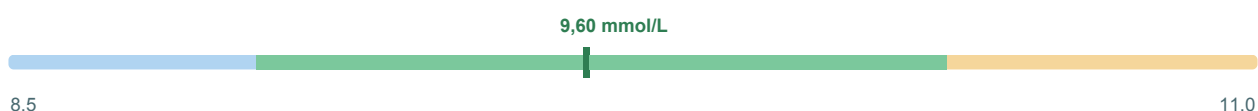
NORMAAL



Hemoglobine

9,60 mmol/L

NORMAAL



HDL Cholesterol

1,30 mmol/L

NORMAAL



TSH (Schildklierstimulerend Hormoon)

2,10 mU/L

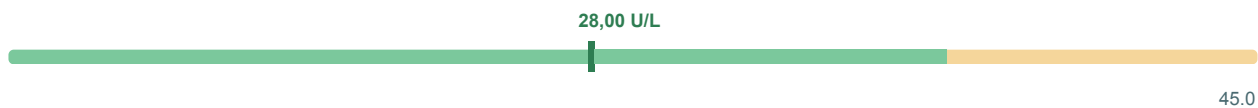
NORMAAL



ALAT (Alanine-aminotransferase)

28,00 U/L

NORMAAL



eGFR (Geschatte Glomerulaire Filtratiesnelheid)

94,00 mL/min/1,73m²

NORMAAL



VOORBEELDRAPPORT — FICTIEVE WAARDEN VAN EEN NIET-BESTAANDE PERSOON. GEEN MEDISCH ADVIES.

DISCLAIMER

Dit rapport is opgesteld door een BIG-geregistreerde arts. Het vervangt geen persoonlijk medisch consult. Raadpleeg bij vragen altijd uw huisarts.

Gegenereerd op: 15-09-2026 16:31