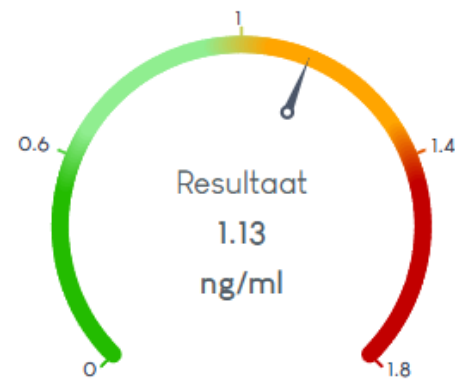




Glyfosaat

Glyfosaat is een veelgebruikt landbouwmiddel dat via voedsel, water en leefomgeving in kleine hoeveelheden in je lichaam kan terechtkomen. De urinetest toont vooral je recente blootstelling, omdat je glyfosaat meestal binnen enkele dagen uitscheidt. Het geeft dus een duidelijk beeld van hoe jouw dagelijkse gewoonten en voeding invloed hebben op je totale inname.



Het resultaat van uw onderzoek is 1.13 ng/ml.

Uw resultaat valt in het oranje gebied en ligt daarmee boven het officiële referentiebereik van minder dan 1,0 ng/ml. Dit duidt op een



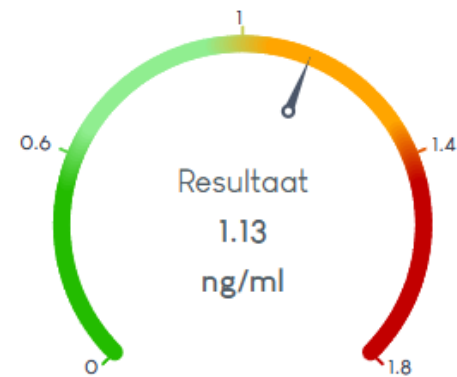
NL

Menu

Resultaten



Glyfosaat



Het resultaat van uw onderzoek is 1.13 ng/ml.

Uw resultaat valt in het oranje gebied en ligt daarmee boven het officiële referentiebereik van minder dan 1,0 ng/ml. Dit duidt op een verhoogde recente blootstelling aan glyfosaat. Aangezien glyfosaat snel wordt uitgescheiden, wijst deze waarde meestal op een regelmatige inname via voeding of andere omgevingsbronnen. Een dergelijke blootstelling kan samengaan met verhoogde oxidatieve stress en een mogelijke verstoring van de darmflora.

Het oranje gebied geeft aan dat het verstandig is om de glyfosaatblootstelling actief te verlagen. Een consequente keuze voor biologische voeding, het verminderen



NL ▾

Menu

Resultaten



Glyfosaat

Onze beste leefstijltips

Kies vaker biologisch: Dit verlaagt je inname van pesticiden, omdat biologische teelt veel minder residuen bevat.

Was en schil groente en fruit grondig: Hiermee verwijder je een deel van oppervlakte-residuen voordat je ze opeet.

Varieer je voedingspatroon: Door verschillende plantaardige producten te eten voorkom je herhaalde blootstelling via dezelfde bron.

Gebruik een waterfilter met actieve kool: Actieve kool kan pesticiden resten verminderen en verkleint je dagelijkse inname.

Eet minder ultra bewerkte voeding: Dit bevat vaak grondstoffen uit intensieve landbouw waar residuen hoger zijn.

Beweeg dagelijks minstens 30 minuten: Beweging ondersteunt je lever en nieren bij ontgiften.

Zorg voor 7 tot 9 uur slaap: Goede slaap verbetert je detox capaciteit en herstel.



NL ▾

Menu

Resultaten



Glyfosaat

beperkte detox capaciteit.

Supplementen & relaties

N-acetylcysteïne (NAC) 600 tot 1200 mg per dag

Verhoogt je glutathionvoorraad, belangrijk voor afbraak van toxines.

Vitamine C 500 tot 1000 mg per dag

Neutraliseert vrije radicalen die ontstaan door chemische blootstelling.

Melkdistel (silymarine) 150 tot 300 mg per dag

Beschermt levercellen en ondersteunt detox processen.

Probiotica met Lactobacillus- en Bifidobacterium-soorten

Helpt je darmwand herstellen en versterkt je detox capaciteit.

Omega 3 (EPA/DHA 1000 mg per dag)

Vermindert ontsteking en ondersteunt cel herstel.

Gerelateerde testen

[Zware metalen test](#)

Resultaten



Glyfosaat



Informatie



Vragen over je uitslag?

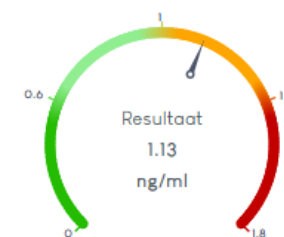
Chat met onze slimme
AI-Health Coach

Start je gesprek

Resultaat samenvatting

Glyfosaat

Glyfosaat is een veelgebruikt landbouwmiddel dat via voedsel, water en leefomgeving in kleine hoeveelheden in je lichaam kan terechtkomen. De urinetest toont vooral je recente blootstelling, omdat je glyfosaat meestal binnen enkele dagen uitscheidt. Het geeft dus een duidelijk beeld van hoe jouw dagelijkse gewoonten en voeding invloed hebben op je totale inname.

[Lees meer](#)

Resultaten



Glyfosaat



Informatie



Vragen over je uitslag?

Chat met onze slimme

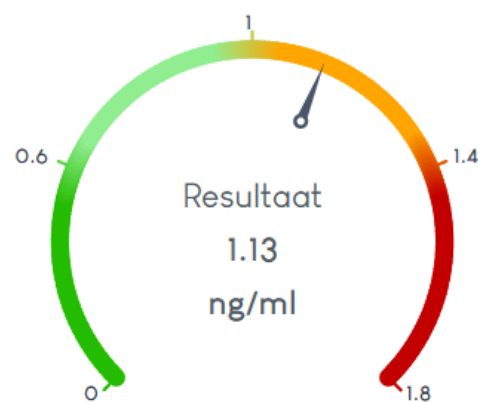
AI-Health Coach

Start je gesprek

[← Terug naar Resultaten](#)

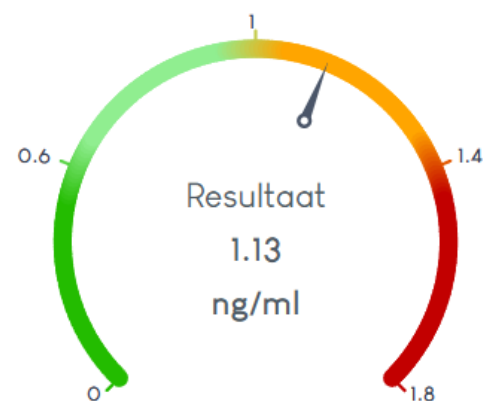
Glyfosaat

Glyfosaat is een veelgebruikt landbouwmiddel dat via voedsel, water en leefomgeving in kleine hoeveelheden in je lichaam kan terechtkomen. De urinetest toont vooral je recente blootstelling, omdat je glyfosaat meestal binnen enkele dagen uitscheidt. Het geeft dus een duidelijk beeld van hoe jouw dagelijkse gewoonten en voeding invloed hebben op je totale inname.



Het resultaat van uw onderzoek is 1.13 ng/ml.

Start je gesprek



Het resultaat van uw onderzoek is 1.13 ng/ml.

Uw resultaat valt in het oranje gebied en ligt daarmee boven het officiële referentiebereik van minder dan 1,0 ng/ml. Dit duidt op een verhoogde recente blootstelling aan glyfosaat. Aangezien glyfosaat snel wordt uitgescheiden, wijst deze waarde meestal op een regelmatige inname via voeding of andere omgevingsbronnen. Een dergelijke blootstelling kan samengaan met verhoogde oxidatieve stress en een mogelijke verstoring van de darmflora.

Het oranje gebied geeft aan dat het verstandig is om de glyfosaatblootstelling actief te verlagen. Een consequente keuze voor biologische voeding, het verminderen van sterk bewerkte producten en het ondersteunen van lever- en darmfunctie kunnen helpen om de waarde weer richting het referentiebereik te brengen. Verdere adviezen en achtergrondinformatie vindt u onderaan dit rapport.

Onze beste leefstijltips

Kies vaker biologisch: Dit verlaagt je inname van pesticiden, omdat biologische teelt veel minder residuen bevat.

Was en schil groente en fruit grondig: Hiermee verwijder je een deel van oppervlakte-residuen voordat je ze opeet.

Varieer je voedingspatroon: Door verschillende plantaardige producten te eten voorkom je herhaalde blootstelling via dezelfde bron.

Gebruik een waterfilter met actieve kool: Actieve kool kan pesticiden resten verminderen en verkleint je dagelijkse inname.

Eet minder ultra bewerkte voeding: Dit bevat vaak grondstoffen uit intensieve landbouw waar residuen hoger zijn.

Beweeg dagelijks minstens 30 minuten: Beweging ondersteunt je lever en nieren bij ontgiften.

Zorg voor 7 tot 9 uur slaap: Goede slaap verbetert je detox capaciteit en herstel.

Verlaag stressmomenten: Stress remt ontgifting, vooral via de lever.

Gebruik geen pesticiden in je tuin: Zo voorkom je directe blootstelling via huid en ademhaling.

Ventileer je huis dagelijks: Dit voorkomt opstapeling van chemicaliën in de binnenlucht.

Top 10 voedingsmiddelen

Havermout – 10 g vezels per 100 g (= 33 procent ADH)
Oplosbare vezels ondersteunen je lever en binden ongewenste stoffen in de darm.

Linzen – 8 g vezels per 100 g (= 27 procent ADH)
Helpen je lichaam bij het afvoeren van toxines door hun hoge vezelgehalte.

Broccoli – sulforafaanrijk (= sterke NRF2 activatie)



mijn  NL

Menu Resultaten  Glyfosaat

Onze beste leefstijltips

Kies vaker biologisch: Dit verlaagt je inname van pesticiden, omdat biologische teelt veel minder residuen bevat.

Was en schil groente en fruit grondig: Hiermee verwijder je een deel van oppervlakte-residuen voordat je ze opeet.

Varieer je voedingspatroon: Door verschillende plantaardige producten te eten voorkom je herhaalde blootstelling via dezelfde bron.

Gebruik een waterfilter met actieve kool: Actieve kool kan pesticiden resten verminderen en verkleint je dagelijkse inname.

Eet minder ultra bewerkte voeding: Dit bevat vaak grondstoffen uit intensieve landbouw waar residuen hoger zijn.

Beweeg dagelijks minstens 30 minuten: Beweging ondersteunt je lever en nieren bij ontgiften.

Zorg voor 7 tot 9 uur slaap: Goede slaap verbetert je detox capaciteit en herstel.

