

Exempelrapport Fettsyreprofil med omega-3



Test-ID: **6T2Y5P7N**
 Analysdatum: 2013-11-07
 Kön: m
 Namn: ██████████
 Ålder: 0000-00-00

Fettsyromå är analyserade i enlighet med kvalitets säkerhetsnorm DIN ISO 15189

OMEGA-3 FETTSYROR			OMEGA-6 FETTSYROR		
	Dina värden	Modellperson*		Dina värden	Modellperson*
Alpha-Linolensyra (ALA) 18:3 ω3	0,27	0,38	Linolsyra (LA) 18:2 ω6	13,46	17,51
Eikosapentaensyra (EPA) 20:5 ω3	0,65	3,57	Gamma-Linolensyra (GLA) 18:3 ω6	0,09	0,10
Dokosapentaensyra (DPA) 22:5 ω3	1,67	2,12	Eikosa diensyra 20:2 ω6	0,21	0,20
Dokosa hexaensyra (DHA) 22:6 ω3	3,46	5,10	Dihomo-γ-Linolensyra (DGLA) 20:3 ω6	1,54	1,02
Total Omega-3	6,05	11,17	Arakidonsyra (AA) 20:4 ω6	12,6	8,25
			Dokosatetraensyra (DTA) 22:4 ω6	1,39	0,67
			Dokosapentaensyra 22:5 ω6	0,32	0,16
			Total Omega-6	31,2	27,9
OMEGA-7 FETTSYROR			TRANS FETTSYROR		
	Dina värden	Modellperson*		Dina värden	Modellperson*
Palmitolsyra 16:1 ω7	0,72	0,67	Trans Palmitolsyra 16:1 ω7t	0,15	0,20
OMEGA-9 FETTSYROR			Elaidinsyra 18:1 ω9t	0,46	0,37
	Dina värden	Modellperson*	Trans Linolsyra 18:2 ω6(tt/ct/tc)	0,19	0,19
Oljesyra 18:1 ω9	19,69	16,76	Total Transfett	0,80	0,76
Gadoleinsyra 20:1 ω9	0,03	0,19			
Nervonsyra 24:1 ω9	0,61	0,42			
Total Omega-9	20,33	17,37			
MÄTTADE FETTSYROR					
	Dina värden	Modellperson*		Dina värden	Modellperson*
Myristinsyra 14:00	0,3	0,55	Arakinsyra 20:00	0,25	0,24
Palmitinsyra 16:0	24,9	24,51	Behensyra 22:00	0,29	0,34
Stearinsyra 18:0	16,4	16,0	Lignocerinsyra 24:0	0,45	0,44
Total Mättade fettsyror				42,6	42,1

1,5 Standardavvikelse från modellperson
 1 Standardavvikelse från modellperson

Värde i % av tot testade fettsyror

Test ID: **6T2Y5P7N**

MARKÖRER

Omega-6/Omega-3 Balans			
	Dina värden	Modell-person*	Beskrivning
Omega-6/-3 Ratio <small>(AA/EPA)</small>	● 19,4	● 2,3	Arakidonsyra (AA) har bl.a en proinflammatorisk funktion. EPA (ω 3), GLA (ω 6) och DGLA (ω 6) är naturliga hämmare av proinflammatoriska processer från AA (ω 6)
<i>Mer info på www.arcticmed.se</i>			Rekommenderad Omega-6/-3 ratio: Mellan 1 och 3

HS OMEGA-3 INDEX			
	Dina värden	Modell-person*	Beskrivning
HS Omega-3 Index	● 5,0	● 9,8	Markör bl.a för hjärt/kärl hälsa
<i>Mer info på www.arcticmed.se</i>			Rekommenderat HS Omega-3 index: 8-11%

FLEXIBILITET I CELLMEMBRANEN			
	Dina värden	Modell-person*	Beskrivning
Mättade/Fleromättade	● 1,1	● 1,1	Fettsyromas struktur avgör rörligheten i cellmembranen
Total ω 6 /Total ω 3	● 5,1	● 2,5	Ju mer dubbelbindningar en fettsyra har och ju tidigare de är placerade i kedjan desto rörligare blir cellmembranen
<i>Mer info på www.arcticmed.se</i>			Mättade/Fleromättade: Höga värden stelare cellmembran Total ω6 /Total ω3: Höga värden stelare cellmembran

Transfetter			
	Dina värden	Modell-person*	Beskrivning
Elaidin+Translinolsyra	● 0,7	● 0,8	Höga värden negativt för hjärt/kärl hälsa
<i>Mer info på www.arcticmed.se</i>			Rekommenderat värde under 1%

* Modellperson beräknad på genomsnittet av 517 av 9000 testade personer. 517st uppfyller följande 3 kriterier: Omega-3 Index över 8%, Omega-6/-3 ratio <3 och transfett <1%

- Avviker kraftigt från rek värde
- Avviker från rek värde
- BRA VÄRDE