DEEPCARE

KIT À DOMICILE

Oméga-3 + Vitamine D

Quelques gouttes de sang prélevées au bout du doigt permettent de mesurer les acides gras et la vitamine D. Vous faites le prélèvement chez vous sur une carte, puis l'envoyez au laboratoire avec le matériel fourni. Le bilan personnalisé écrit est inclus.

PRIX	DÉLAI	PRÉLÈVEMENT
CHF 149	21 ±5 jours	Sang séché sur carte

CE QUE LE KIT MESURE

Le profil des acides gras et la vitamine D.

Quelques gouttes de sang prélevées au bout du doigt permettent de mesurer les acides gras et la vitamine D. Vous faites le prélèvement chez vous sur une carte, puis l'envoyez au laboratoire avec le matériel fourni. Le bilan personnalisé écrit est inclus.

Acides gras oméga-3	Omega-3 Index (RBC) · Alpha-Linolenic (ALA, 18:3n3) · Eicosapentaenoic (EPA, 20:5n3) · Docosapentaenoic (DPA n-3, 22:5n3) · Docosahexaenoic (DHA, 22:6n3)
Acides gras oméga-6	Linoleic (LA, 18:2n6) · Gamma-Linolenic (GLA, 18:3n6) · Eicosadienoic (20:2n6) · Dihomo-γ-linolenic (DGLA, 20:3n6) · Arachidonic (AA, 20:4n6)
Acides gras monoinsaturés	Palmitoleic (16:1n7) · Oleic (18:1n9) · Eicosenoic (20:1n9) · Nervonic (24:1n9)
Acides gras saturés	Myristic (14:0) · Palmitic (16:0) · Stearic (18:0) · Arachidic (20:0) · Behenic (22:0)
Acides gras trans	Trans Palmitoleic (16:1n7t) · Trans Oleic (18:1t) · Trans Linoleic (18:2n6t)
Vitamine D	25-hydroxyvitamin D (D2 + D3)

À QUOI RESSEMBLE LE RAPPORT

Les mesures du rapport témoin.

Les valeurs sont fictives et ne proviennent d'aucun patient. Chaque ligne présente une mesure et l'intervalle du laboratoire.

Dans la plage souhaitable · Proche du seuil · Hors plage souhaitable

Indices phares

Index Oméga-3 (O3I)	5,8 %	8 – 12 %	
Ratio AA / EPA (AA:EPA)	9,1/1	2,5 – 11 / 1	
Oméga-6 / Oméga-3 (6:3)	5,8/1	3 – 5 / 1	
Index graisses trans (TFI)	0,42 %	< 1,0 %	

Vitamine D

25-hydroxyvitamine D (D2 + D3) (25-OH-D)	28 ng/mL	30 – 50 ng/mL	

Acides gras oméga-3 (% du total)

Alpha-linolénique (ALA)	0,42	0,10 – 1,90	
Eicosapentaénoïque (EPA)	1,20	0,14 – 6,92	
Docosapentaénoïque n-3 (DPA)	1,85	0,53 – 2,81	
Docosahexaénoïque (DHA)	4,60	1,00 – 6,50	

Dans la plage souhaitable · Proche du seuil · Hors plage souhaitable

Acides gras oméga-6 (% du total)

Linoléique (LA)	21,4	14,0 – 31,3
Gamma-linolénique (GLA)	0,18	0,05 – 0,72
Eicosadiénoïque (20:2n6)	0,22	0,10 – 0,43
Dihomo-γ-linolénique (DGLA)	1,40	0,50 – 2,50
Arachidonique (AA)	10,92	5,0 – 14,8
Docosatétraénoïque (22:4n6)	1,20	0,30 – 2,50
Docosapentaénoïque n-6 (DPA n6)	0,32	0,08 – 0,83

Dans la plage souhaitable · Proche du seuil · Hors plage souhaitable

Acides gras monoinsaturés (% du total)

Palmitoléique (16:1n7)	0,55	0,13 – 2,90
Oléique (18:1n9)	18,2	14,2 – 29,5
Eicosénoïque (20:1n9)	0,32	0,10 – 0,77
Nervonique (24:1n9)	0,95	0,13 – 1,96

Acides gras saturés (% du total)

Myristique (14:0)	0,62	0,10 – 2,45
Palmitique (16:0)	22,4	17,5 – 27,1
Stéarique (18:0)	12,8	8,40 – 15,0
Arachidique (20:0)	0,28	0,10 – 0,53
Béhénique (22:0)	0,95	0,20 – 1,59
Lignocérique (24:0)	1,10	0,20 – 1,92

Acides gras trans (% du total)

Trans palmitoléique (16:1n7t)	0,12	< 0,50
Trans oléique (18:1t)	0,18	< 0,40
Trans linoléique (18:2n6t)	0,14	< 0,60

LIRE LE GRAPHIQUE

Lire les mesures.

Chaque résultat se lit avec son unité et son intervalle de référence.

1. **Le nom.** Chaque ligne identifie l'élément, l'organisme, l'hormone ou le composé mesuré.
2. **L'unité.** L'unité précise comment le laboratoire exprime la mesure.
3. **Le résultat.** Cette colonne donne la mesure de l'échantillon transmis.
4. **L'intervalle de référence.** L'intervalle du laboratoire figure à côté du résultat.
5. **Votre bilan écrit.** Vos réponses aux questionnaires et nos échanges par e-mail permettent de préparer votre bilan personnalisé.

VOTRE BILAN INCLUS

Un rapport écrit personnalisé.

Chaque kit Deepcare inclut un bilan personnalisé écrit, préparé à partir de questionnaires, de vos résultats et d'échanges par e-mail.

- Après le paiement, vous recevez un premier questionnaire personnalisé par e-mail.
- Des questions complémentaires arrivent par e-mail ou dans un autre questionnaire si nécessaire.
- Le rapport est rédigé dans votre langue : français, allemand ou anglais.
- Il vous parvient dans les 3 jours ouvrés suivant vos réponses au dernier questionnaire.

> *Un bilan écrit à conserver et à partager avec votre médecin.*

PRÉLÈVEMENT À DOMICILE

Le prélèvement sur carte.

Utilisez le matériel et le calendrier fournis avec votre kit. Suivez les consignes du laboratoire pour le séchage ou la conservation et le retour.



ÉTAPE 01

Noter les informations demandées

Remplissez le formulaire du laboratoire et étiquetez chaque échantillon avec les informations demandées.



ÉTAPE 02

Prélever les gouttes de sang

Utilisez le matériel de prélèvement au doigt et la carte selon les instructions du kit.



ÉTAPE 03

Préparer le retour

Suivez les consignes de séchage, de conservation et d'emballage. Utilisez le matériel de retour fourni.



ÉTAPE 04

Renvoyer au laboratoire

Expédiez les échantillons avec l'étiquette de retour incluse et conservez la référence de l'envoi.

À PROPOS DE LA MÉTHODE

GC-FID chez OmegaQuant.

OmegaQuant via Nordic Laboratories.

Les composés indiqués sont mesurés dans l'échantillon transmis. Les unités et les intervalles du laboratoire accompagnent les résultats.

La page du kit sur deepcare.ch présente la liste complète des marqueurs et les références scientifiques.

LA SUITE

Comment commander

AUJOURD'HUI

Commande sur deepcare.ch

Payez par carte ou TWINT. Vous recevez votre premier questionnaire personnalisé par e-mail.

2 À 3 JOURS OUVRÉS

Envoi du kit

Une petite enveloppe arrive avec la carte buvard, la lancette, la compresse alcoolisée, la pochette dessiccante, les instructions et l'étiquette DHL prépayée.

UNE MATINÉE

Prélever et expédier

Chauffer, piquer, déposer, sécher, poster. Cinq minutes plus trois heures de séchage passif.

APRÈS LES RÉPONSES AU DERNIER QUESTIONNAIRE

Votre bilan écrit

Il vous parvient dans les 3 jours ouvrés suivant vos réponses au dernier questionnaire.

Commander ce kit

deepcare.ch/fr/kits/omega-3-vitamine-d