

Naam:
Adres:
Woonplaats:
E-mail:
Datum:



Gezondheidscoach



Toets
Orthomoleculair suppletieadviseur

Welkom bij de toets voor orthomoleculair suppletieadviseur!

Hieronder vind je de vragen, open vragen en meerkeuze vragen. Lees de vragen goed door alvorens je het antwoord invult.

Je ingevulde toets formulier mail je naar; info@reflex-zwolle.nl

Heel veel succes

- 01. Waarom zou je eigenlijk voedingssupplementen nemen. Waarom zijn voedingssupplementen nodig? Hoe zou jij deze vraag van een cliënt beantwoorden?**

- 02. Probiotica bij antibiotica. Waarom is dit noodzakelijk en hoe zet je dit in, wat is de goede werkwijze.**

- 03. Je kunt supplementen in poedervorm, capsules of vloeibaar aanbieden. Wat is het voor- en wat is het nadeel van elke vorm?**



- 04. Wat wil de “Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid” op het etiket van een voedingssupplement zeggen?**
- 05. Wanneer neem je het beste voedingssupplementen in, waar houd je rekening mee en waarom?**
- 06. Wat kan ervoor zorgen dat een supplement niet goed opgenomen kan worden?**
- 07. Ons immuunsysteem kent drie niveaus van immuniteit. Vertel iets over elk van deze niveaus.**
- 08. Welke klachten kunnen ervaren worden bij een verzwakt immuunsysteem?**



- 0.9 In de module “Lifetakt immuunsysteem” heb je geleerd wat je kunt adviseren om darmvliezen te ondersteunen. Welke mogelijkheden heb je hiervoor?**
- 10. Met welke orthomoleculaire LR-producten kun je je immuunsysteem versterken?**
- 11. Wat is het microbioom?**
- 12. Wat doen de LR Microsilver producten en waarvoor kun je deze inzetten?**
- 13. Wat is je stofwisseling en welke functies heeft dat?**



- 14. Wat is de capillaire uitwisseling en welke rol speelt Aloë Vera hierin?**
- 15. Welke LR-producten kun je inzetten om je stofwisseling te ondersteunen?**
- 16. Wat heeft je zuur-base evenwicht met je gewrichten te maken?**
- 17. Welke LR-supplementen kun je inzetten bij spier- gewrichtsklachten?**
- 18. Wat is de functie van omega 3? Waarom is het belangrijk? Hoe komt het dat andere bouwstoffen minder goed worden opgenomen wanneer er een tekort aan omega-3 is?**



- 19. Wat zijn cofactoren?**
- 20. Op welke manier hebben je darmen en je hersenen met elkaar te maken? Welke bouwstof heeft je hersenen heel hard nodig – wat is brain food?**
- 32. Welke cofactoren zijn nodig om calcium op te nemen?**
- 33. Wat doet Aloë Vera op het dopamine – serotonine systeem, op welke manier draagt Aloë Vera bij aan het een goed verloop van dit systeem??**



- 34. Wat is een stappenplan om jouw cliënt te begeleiden. Vertel vanaf het moment een cliënt met jouw contact opneemt met de gezondheidsklacht “buikpijn en vermoeidheid”. Wat doe je, hoe ga je te werk?**
- 35. Hoe kun jij de darm- stofwisselingkuur aanbieden aan je cliënten? Wat is voor hen het voordeligste? Op welke manier zou je dit aan je cliënten vertellen?**
- 36. Hoe bepaal jij de keus van de in te zetten orthomoleculaire producten?**



Ruimte voor aanvullingen, opmerkingen.

Mail je antwoorden naar:

Celien van Dalen

info@reflex-zwolle.nl

