Hoofdstuk 3.7.2. Studietaak 7b en hoofdstuk 6.7.2 Studietaak 1 Dhr. Voskuil

Cholesterol 6.5 mmol/l
LDL 4mol/l, HDL 1.7 mol/l
Chol. ratio 3.8
triglyceriden 1.8 mmol/l
L. 1.78 G. 82 kg BMI 25.8
buikomtrek 100 cm
En. behoefte: 2300 kcal
gemotiveerd
inzicht relatie voeding verh. chol.

52 jaar, man

Houdt van lekker eten: groot stuk vlees (2 ons p.d.) met jus. Kaas, worst op brood, 2 pijpjes bier met blokjes volv. kaas
Hulpvraag: graag hulp bij gezonde lekkere voeding waardoor cholesterol verlaagt. Fase gedragsverandering voor beweging contemplatie (houdt niet v. sport en wil dat voorlopig niet aanpassen). Fase gedragsverandering voeding: voorbereiding, weinig voedingskennis

Geen medicatie, rookt niet
woont samen met vrouw, 1 dochter van 20 woont nog thuis
vrouw wil graag hulp vooral koken v/d warme maaltijd

Baliemedewerker bank
bestuur bridgeclub

Weinig lichamelijk actief
vrouw doet boodschappen en kookt

En. inname: 2400 kcal

Verz. vet 15 En %

Hypercholesterolemie