



Universiteit
Leiden
The Netherlands

Greased lighting : implications of circadian lipid metabolism for cardiometabolic health

Berg, R. van den; Berg R. van den

Citation

Berg, R. van den. (2017, October 12). *Greased lighting : implications of circadian lipid metabolism for cardiometabolic health*. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/53234>

Version: Not Applicable (or Unknown)

License: [Licence agreement concerning inclusion of doctoral thesis in the Institutional Repository of the University of Leiden](#)

Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/53234>

Note: To cite this publication please use the final published version (if applicable).

Cover Page



Universiteit Leiden



The handle <http://hdl.handle.net/1887/53234> holds various files of this Leiden University dissertation.

Author: Berg, R. van den

Title: Greased lighting : implications of circadian lipid metabolism for cardiometabolic health

Issue Date: 2017-10-12

Stellingen behorende bij het proefschrift

Greased lighting

implications of circadian lipid metabolism for cardiometabolic health

1. In de strijd tegen overgewicht kunnen we beter investeren in verduisterende gordijnen dan in een sportabonnement (dit proefschrift, *Ross Med Sci Sports Exerc 2001*).
2. De dag beginnen met een koude douche bevordert de gezondheid (dit proefschrift).
3. Ploegendiensten dienen met de tijd mee te gaan (dit proefschrift).
4. Een gezonde klok houdt je vet jong (dit proefschrift).
5. Je bent niet alleen wát, maar ook wannéér je eet (*Zeevi Cell 2015, Jakubowicz Obesity 2013, Garaulet Int Obes 2013*).
6. Artsen moeten klokkijken bij de interpretatie van bloedwaardes en het voorschrijven van medicatie.
7. De gezondheidsgevolgen van de eeuw van de verlichting kunnen worden bestreden door verduistering.
8. Langer slapen is het eerste gezonde leefstijl advies dat de patiënt zonder inspanning of motivatie kan volhouden.
9. Verstoring van de cortisol ritmiek zet een onafhankelijke beoordeling onder druk (*Kandasamy PNAS 2014*).
10. Hoe korter de titel van een artikel, hoe hoger de nieuws waarde.
11. Onderzoek naar het biologische ritme is funest voor het ritme van de onderzoeker.

Rosa van den Berg

Leiden, 12 oktober 2017