

JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO BADAŃ KRWI?

Pora dnia

Do laboratorium najlepiej zgłosić się w okolicach godziny 7:00 - 8:00. Jest to bardzo istotne w przypadku badania hormonów, szczególnie takich jak TSH i fT4. Hormony te wydzielane są w rytmie dobowym, a ich stężenie może wahać się w zależności od pory dnia.

Posiłek

Do punktu pobrań należy zgłosić się na czczo, zachowując co najmniej 12 godzinny post między ostatnim posiłkiem, a pobraniem. Należy pamiętać aby przed badaniem nie wypić także kawy ani herbaty, jedynie niewielką ilość wody.

Leki i suplementy diety

Warto wcześniej skonsultować potrzeby odstawienia suplementacji bądź leków przed badaniem. Niektóre suplementy diety lub leki mogą zakłócić metodę oznaczenia pewnych parametrów, a inne wpłynąć na pracę enzymów czy poziom hormonów. Wyniki badań będą wtedy niemiernodajne.

Aktywność fizyczna

Na dzień przed zaplanowanym pobraniem krwi w celach nie należy wykonywać wzmożonej aktywności fizycznej.

Stres

Przewlekły stres może zaburzyć wydzielanie hormonów, przede wszystkim takich jak kortyzol, prolaktyna, TSH.

Cykl menstruacyjny

Decydując się na badania gospodarki hormonalnej - w zależności od dnia cyklu należy oznaczać konkretne hormony. Warto też zapisać, w którym dniu cyklu była pobierana krew.

BADANIA KTÓRE WARTO WYKONAĆ PRZED KONSULTACJĄ:

- morfologia ogólna z rozmazem
- lipidogram (cholesterol całkowity, HDL, LDL, trójglicerydy)
- glukoza na czczo
- insulina na czczo
- TSH, ft3 i ft4
- ALT, AST

Dodatkowo:

- kreatynina, eGFR
- CRP, OB
- ferrytyna
- żelazo
- kwas foliowy
- Witamina B12
- witamina D3 – 25(OH)D3
- homocysteina.