

Przygotowanie do badań diagnostycznych

● Pora dnia

Do laboratorium zgłoś się najlepiej w okolicach godziny 7.00-8.00. Jest to szczególnie istotne w przypadku badania parametrów takich jak TSH i fT4, z uwagi na to że hormony te są wydzielane w rytmie dobowym. Oznacza to, że 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.

● Inne czynniki (leki i suplementy diety)

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

Przygotowanie do badań diagnostycznych

● Aktywność fizyczna

Staraj się, by dzień przed zaplanowanym pobraniem krwi w celach diagnostycznych nie wykonywać wzmożonej aktywności fizycznej.

● Stres

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

● Cykl menstruacyjny (dotyczy kobiet)

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

Przygotowanie do badań diagnostycznych

● Lista podstawowych badań, które warto wykonać przed konsultacją:

- Morfologia ogólna z rozmazem
- Lipidogram - cholesterol całkowity, HDL, LDL, triglicerydy
- Glukoza na czczo
- Insulina na czczo
- TSH, ft3 i ft4 (dodatkowo można oznaczyć przeciwciała aTPO i aTG przynajmniej raz w życiu jeśli wychodzą ujemne)
- ALT, AST
- Witamina D3 - 25(OH)D3
- Badanie ogólne moczu

Dodatkowo:

- Kreatynina, eGFR
- CRP, OB
- Elektrolity
- Ferrytyna, żelazo
- Kwas foliowy
- Witamina B12, homocysteina