

JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO BADAŃ KRWI?

Pora dnia

Najlepiej zgłosić się do laboratorium w godzinach porannych, między 7:00 a 8:00. Ma to szczególne znaczenie przy badaniach hormonów, takich jak TSH i fT4, których stężenie zmienia się w rytmie dobowym.

Posiłek

Badanie krwi należy wykonać na czczo, zachowując co najmniej 12-godzinną przerwę między ostatnim posiłkiem a pobraniem krwi. Przed badaniem zaleca się nie spożywać kawy ani herbaty, a jedynie wodę.

Leki i suplementy

Przed badaniem warto skonsultować się z lekarzem w kwestii odstawienia niektórych leków lub suplementów, które mogą wpływać na wyniki. Niektóre z nich mogą zakłócić oznaczanie parametrów lub wpływać na pracę enzymów i poziom hormonów, co prowadzi do niemiarodajnych wyników.

Aktywność fizyczna

Unikaj intensywnej aktywności fizycznej dzień przed pobraniem krwi.

Stres

Przewlekły stres może wpływać na wyniki badań hormonów, takich jak kortyzol, prolaktyna czy TSH.

Cykl menstruacyjny

Podczas badań hormonalnych należy uwzględnić fazę cyklu menstruacyjnego, ponieważ w zależności od jego dnia oznacza się różne hormony. Warto zapisać dzień cyklu w momencie pobrania krwi.



BADANIA 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
- ALT, AST
- kreatynina, eGFR
- CRP, OB
- ferrytyna
- żelazo
- kwas foliowy
- witamina B12
- witamina D3 - 25(OH)D3

