

BADANIA, KTÓRE DORADZAM WYKONAĆ

Badania podstawowe, które także poza konsultacją/współpracą polecam robić przynajmniej raz do roku w celu profilaktyki:

- morfologia z rozmazem
- glukoza oraz insulina na czczo
- Lipidogram (cholesterol całkowity, HDL, LDL, trójglicerydy)
- Panel tarczycowy: TSH, ft3 I ft4
- Witamina D3, czyli 25(OH)D3
- Ferrytyna
- Żelazo
- Witamina B12
- Kwas foliowy
- Próby wątrobowe AST, ALT, GGTTB, bilirubiną całkowitą
- Fosfataza alkaliczna (zasadowa)

Dodatkowe rozszerzenie:

- homocysteina (szczególnie przy nieudanych próbach w staraniu o ciążę, przy niedoborach witamin z gr. B)
- jod (z dobowej zbiórki moczu) - polecam szczególnie przy bolesności piersi, torbielach



MGR DIETETYK MARLENA WACEK

BADANIA, KTÓRE DORADZAM WYKONAĆ

Badania hormonów, które warto wykonać przy problemach z
zajściem w ciążę, nieregularnych cyklach, bezowulacyjnych
cyklach, PCOS, przy objawach hiperandrogenizmu i innych
zaburzeniach hormonalnych

2-5 dzień cyklu, czyli 2-5 dzień miesiączki:

- LH
- FSH
- Estradiol
- Testosteron
- DHT
- DHEA-S
- Androstendion
- Prolaktyna*
- SHBG (globulina wiążąca hormony płciowe)

7 dni po owulacji lub 7 dni przed planowaną miesiączką:

- progesteron

Aby sprawdzić czy nie ma dominacji estrogenowej:

7 dni po owulacji lub 7 dni przed planowaną miesiączką

- estradiol
- progesteron

DODATKOWO:

- Jod (z dobowej zbiórki moczu)

*Nie ma spójnych wytycznych, więc można zrobić także w
dowolnym dniu cyklu

BADANIA, KTÓRE DORADZAM WYKONAĆ

Przy problemach z gospodarką glukozowo-insulinową (insulinooporność, cukrzyca, stan przedcukrzycowy):

- krzywa glukozowo-insulinowa (3 pomiary: glukoza i insulina na czczo, po 1h oraz po 2h od wypicia roztworu)

To badanie polecam zrobić jeśli obserwujesz ciągłe spadki energii (szczególnie po posiłkach), nadmierną senność.

Sugeruję, aby przed wykonaniem tego badania napisać do mnie wiadomość i doradzić się czy rzeczywiście jest ono potrzebne!

Badania podstawowe przy podejrzeniu chorób tarczycy:

- TSH
- ft3
- ft4
- Anty TPO
- Anty TG

Niektóre badania możesz wykonać na NFZ, więc poproś o skierowanie swojego lekarza, ponieważ szkoda przepłacać!



MGR DIETETYK MARLENA WACEK