



Badania laboratoryjne przed konsultacją

Poniższe badanie są tylko sugestią, nie musisz wykonywać ich wszystkich, na konsultacji dokładnie omówimy co warto zbadać w kontekście konkretnych objawów jakie u Ciebie występują. Warto jednak zrobić badania podstawowe, szczególnie jeżeli nie wykonywałaś ich w ciągu ostatniego roku.

Badania podstawowe

- morfologia z rozmazem
- lipidogram (cholesterol całkowity, HDL, LDL, trójglicerydy)
- TSH, FT3, FT4
- glukoza i insulina na czczo
- panel wątrobowy (ALT, AST, GGTP)
- żelazo i ferrytyna
- witamina D (25-OH-D3)
- sód i potas

Dodatkowo warto wykonać:

- witamina B12
- kwas foliowy
- CRP, OB
- badanie moczu

Badania rozszerzone

W przypadku zaburzeń cyklu miesięczkowego:

(badania wykonaj w 3-5 dniu cyklu, jeśli nie miesiączkujesz - w dowolnym dniu)

- LH
- FSH
- estradiol
- testosteron
- DHEA-s
- androstendion
- prolaktyna

*Aby sprawdzić stosunek estradiol-progesteron (dominacja estrogenowa):

(badania wykonaj 7 dni po owulacji/ 7 dni przed spodziewaną miesiączką)

- estradiol
- progesteron

W przypadku problemów z tarczycą (Hashimoto, niedoczynność tarczycy)

- anty-TPO
- anty-TG

W przypadku podejrzenia insulinooporności, otyłości w okolicy brzucha, senności po posiłkach:

- glukoza i insulina na czczo
- współczynnik HOMA-IR
- hemoglobina glikowana (HbA1c)

Podczas stosowania antykoncepcji hormonalnej:

- parametry krzepliwości krwi (PT, INR, APTT)

Przygotowanie do badań

- Badania wykonaj na czczo w godzinach porannych, najlepiej do godziny 10
- Ostatni posiłek zjedz ok 12h przed badaniem - nie powinien być ciężki, wysokokaloryczny, tłusty i zawierający dużo cukru
- Dzień przed badaniem ogranicz intensywną aktywność fizyczną oraz dobrze się wyśpij
- Na około 5 dni przed badaniem odstaw wszystkie suplementy, mogą one zafałszować wyniki
 - Wypij 2 szklanki wody przed badaniem.
- Badania hormonalne - wykonaj w odpowiednim dniu cyklu, jeśli nie miesiączkujesz - w dowolnym dniu cyklu

*Badania są wykorzystywane tylko i wyłącznie na potrzeby przeprowadzenia konsultacji dietetycznej. Wgląd to Twoich wyników badań ma tylko osoba prowadząca konsultację (Magdalena Grabowska). Jednak dla pełni twojego bezpieczeństwa przesyłając pliki warto zamazać dane dotyczące adresu czy peselu.

** Nie ponoszę odpowiedzialności za efekty konsultacji w przypadkach poświadczenia nieprawdy przez pacjenta oraz nie okazania aktualnych wyników badań laboratoryjnych*

Proszę o przesłanie wypełnionego kwestionariusza oraz aktualnych wyników badań na adres e-mail: kontakt@dietetykendometrioza.pl na minimum 5 dni roboczych przed umówionym terminem konsultacji.