



LISTA SUGEROWANYCH BADAŃ

Jeżeli chcesz w pełni wykorzystać czas konsultacji i otrzymać pogłębione zalecenia, rekomendujemy wykonanie poniższych badań. Jeżeli wykonywałaś/łeś badania w ciągu ostatnich 12 miesięcy, to możesz je dołączyć do aktualnych wyników. Czas oczekiwania na wyniki to zwykle 2-3 dni robocze, które należy uwzględnić przy umawianiu się na konsultację. Wyniki badań należy przesać przed wizytą na adres: **terapieholistyczne@tajitu.pl**.

Jeżeli dysponujesz starszymi, specjalistycznymi wynikami badań np. testami alergicznymi, gastroskopią, kolonoskopią, USG, biopsją to również możesz je wysłać mailem.

PRZYGOTOWANIE DO BADANIA

Badania ogólne wykonujemy na czczo, będąc wypoczętym i dobrze nawodnionym. W dzień poprzedzający badania najlepiej unikać intensywnego wysiłku oraz ciężkostrawnych posiłków np. smażone potrawy, owoce morza, potrawy z grilla, alkohol. Ostatni posiłek najlepiej jest zjeść między godziną 18.00-19.00. Badań nie wykonujemy w trakcie menstruacji, gdyż niektóre parametry mogą być znacznie obniżone.

Badania hormonalne nie muszą być wykonywane na czczo.



LISTA SUGEROWANYCH BADAŃ

LISTA BADAŃ OGÓLNYCH

Morfologia krwi z rozmazem ręcznym

Witamina D

Witamina b12

Kwas foliowy

Glukoza i insulina

Hemoglobina glikowana (HbA1c)

Ferrytyna

Homocysteina - proszę upewnić się, że laboratorium wykonuje to badanie!

Kwas moczowy

Trójglicerydy

Cholesterol HDL/LDL

CRP

Biochemia (tzw próby wątrobowe)

Mocz

Fosfataza alkaliczna (inaczej nazywana zasadową)

Kreatynina i eGFR

Warto też oznaczyć: potas, magnez, wapń, sód (tzw. jonogram)

UWAGA! W przypadku suplementacji witamin z grupy B proszę o odstawienie ich na tydzień przed powyższymi badaniami.



LISTA SUGEROWANYCH BADAŃ

LISTA BADAŃ HORMONALNYCH - TARCZYCA

Panel tarczycowy (TPO, TG, TRAB, TSH, FT3, FT4)

USG tarczycy - jeżeli nie było wykonywane wcześniej lub mamy konkretne wskazanie

LISTA BADAŃ HORMONALNYCH - ZABURZENIA CYKLU, PCOS, ENDOMETRIOZA, PŁODNOŚĆ

LH - badamy w 3 dniu cyklu

LH - badamy w 3 dniu cyklu

Estradiol - badamy w 3 dniu cyklu

Progesteron - badamy w dniu owulacja + 7 dni (badamy w ok. 19-21 dniu przy 28 dniowym cyklu)

Estradiol - badamy w dniu owulacja + 7 dni (badamy w ok. 19-21 dniu przy 28 dniowym cyklu)

Prolaktyna - badamy w dniu owulacja + 7 dni (badamy w ok. 19-21 dniu przy 28 dniowym cyklu)

Wolny testosteron badamy w dniu owulacja + 7 dni (badamy w ok. 19-21 dniu przy 28 dniowym cyklu)

UWAGA! Przy zaniku miesiączki oznaczamy wszystkie powyższe parametry w jednym, dowolnym dniu.