



Лабораторная диагностика: Ключ к вашему здоровью

Правильная диагностика — основа эффективного лечения и профилактики заболеваний. Узнайте, какие анализы необходимо сдавать регулярно и как правильно к ним подготовиться.

Листайте, чтобы узнать о самых информативных анализах для разных возрастных групп и особых случаев! 👉

Правила сдачи анализов

Основные правила

- Сдавать строго натощак, как можно раньше утром
- Накануне исключить физические нагрузки, сауну, алкоголь (за 24 часа), секс
- За 3 дня отменить прием всех БАД
- Не курить в утро сдачи анализов

Особые условия

- ТТГ и паратгормон сдавать до 9:00
- Половые гормоны и кортизол лучше в слюне
- Кортизол — в первые 20 минут после пробуждения
- После выздоровления сдавать через 7-10 дней

Если вы принимаете гормоны или таблетки от давления — принимайте их **после** сдачи анализов. Препараты железа требуют перерыва в 1 месяц перед сдачей.

Check-up для программы здоровья и снижения веса

Базовые анализы

- Общий анализ крови с развернутой лейкоформулой
- Общий белок, ферритин, трансферрин, ОЖСС
- В12 (цианокобаламин)
- Холестерин (ЛПВП, ЛПНП)

Метаболические маркеры

- Гликированный гемоглобин
- Инсулин
- Гомоцистеин
- С-реактивный белок

Гормональный профиль

- ТТГ, Т4 свободный, Анти-ТПО
- Кортизол (утром, по возможности в слюне)
- Пролактин
- Паратгормон

Дополнительно рекомендуется: УЗИ гинекологическое (любой день цикла, кроме менструации) и УЗИ органов брюшной полости.

Копрограмма

Возрастные check-up программы

Женщины 18-45 лет

Основные анализы + стероидный профиль слюны, УЗИ органов малого таза, УЗИ щитовидной железы, гинекологический мазок, онкоцитология жидкостная, кортизол в слюне.

Женщины 45+

Все вышеперечисленное + анализ мочи на метаболиты эстрогенов, маммография раз в год, онкомаркеры: СА 125, СА 72-4, РЭА.

Мужчины 18-45

Основные анализы + стероидный профиль слюны. После 40 лет — кровь на ПСА раз в год.

Мужчины 45+

Все вышеперечисленное + УЗИ простаты и брюшной полости 1 раз в полгода, кал на копрограмму.

Для детей

Общий анализ крови и мочи, копрограмма, биохимический анализ крови (белковый, жировой, углеводный обмен), витамин D, паратгормон.

Важно: Перед сдачей анализов ребенок должен питаться как обычно, пить достаточно воды. Для обезболивания можно использовать мазь ЭМЛА с лидокаином за 20 минут до процедуры.

Заботьтесь о своем здоровье регулярно!

Регулярная диагностика — это инвестиция в ваше здоровье и долголетие. Правильно подобранные анализы помогут выявить проблемы на ранней стадии, когда их легче всего решить.

Помните, что для разных возрастных групп и состояний здоровья требуются разные наборы анализов. Проконсультируйтесь со специалистом для составления индивидуального плана обследования.

Поделитесь этой информацией с близкими!