



Naturalis curatio

Przed pierwszą pełną konsultacją należy wykonać poniższe badania. Wyniki należy przesłać, wraz z wypełnionym formularzem, który wysyłam po zarezerwowaniu terminu, **najpóźniej na 3 dni przed umówionym terminem konsultacji.** Badania te umożliwią wnikliwe zapoznanie się ze stanem zdrowia i przygotowanie planu terapii już od pierwszej konsultacji.

1. Morfologia z rozmazem
2. OB i CRP
3. Badanie ogólne moczu
4. Badanie ogólne kału na resztki pokarmowe
5. Glukoza + insulina
6. Homocysteina
7. Lipidogram
8. Aspat, alat, GGTP, bilirubina
9. kreatynina, mocznik, kwas moczowy
10. Elektrolity
11. TSH, FT3, FT4, anty-tpo, anty-tg
12. Fosfataza zasadowa
13. Witamina B12 i kwas foliowy
14. Żelazo i ferrytyna
15. Witamina D3

Najlepiej korzystać z pakietów badań, dostępnych na stronach internetowych np. w sieci Alab (korzystny jest zwłaszcza pakiet fitness, który kosztuje około 400 zł po rabacie i zawiera większość zleconych badań), a to, czego w pakiecie brakuje zrobić osobno, również korzystając z kodów rabatowych, które są często podawane na stronach internetowych danego laboratorium. W razie wątpliwości, proszę o kontakt e-mail katarzynawalasnc@gmail.com i pomogę znaleźć dobrą ofertę cenową.

UWAGA! Jak należy się przygotować do badań w laboratorium?

Badania z krwi:

- krew musi być pobrana w godzinach 7.00-8.00
- ostatni posiłek należy spożyć 12 h przed pobraniem krwi (nie może on zawierać nabiału, powinien być lekkostrawny)
- rano, w dniu badania, należy wypić szklankę wody
- dzień przed pobraniem krwi należy unikać intensywnego wysiłku fizycznego
- nie należy wykonywać badań w trakcie miesiączki lub infekcji

Badania moczu:

- przed pobraniem próbki moczu umyj dokładnie miejsca intymne (nie wycieraj ich ręcznikiem)
- do pobrania skorzystaj ze sterylnej pojemnika z apteki
- mocz pobieraj do pojemnika ze środkowego strumienia (z porannego moczu)
- pobrany mocz należy jak najszybciej dostarczyć do laboratorium

Badania kału:

- przed pobraniem próbki kału umyj dokładnie okolice odbytu
- kał oddaj na czyste i suche podłoże
- do pobrania skorzystaj ze sterylnej pojemnika z apteki (kał nie może być zanieczyszczony moczem, wodą z sedesu lub detergentami)

- pobrany kał należy jak najszybciej dostarczyć do laboratorium

UWAGA! W przypadku przyjmowania suplementów diety zawierających witaminy z grupy B, foliany, witaminę D lub żelazo, należy je odstawić na minimum 7 dni przed badaniami krwi. Wszelkie leki przyjmowane na stałe, o ile to możliwe, najlepiej przyjąć po pobraniu krwi.