

Нутрициолог Вера Корбан
@korban_vera

ЧЕК ЛИСТ АНАЛИЗОВ С ОПТИМАЛЬНЫМИ ЗНАЧЕНИЯМИ



Нутрициолог Вера Корбан

@korban_vera

анализы и обследования


1 раз в год необходимо сдавать:

- ✓ УЗИ органов брюшной полости и почек
- ✓ УЗИ органов малого таза для женщин
- ✓ УЗИ Щитовидной железы
- ✓ ОАК с СОЭ и лейкоцитарной формулой
(контроль гемоглобина не ниже 120 и СОЭ не выше 10)
- ✓ ТТГ (оптимальный от 0,6 до 2),
- ✓ Т3 и Т4 (середина референса или чуть выше)
- ✓ АТ- ТПО, АТ- ТГ (0 и до середины референса)
- ✓ Общий белок (оптимальный 75-80)
- ✓ В12 (норма от 500-600)
- ✓ В9, В6 (верхняя граница референса)
- ✓ Гомоцистеин (оптимально до 8)
- ✓ Билирубин (оптимально 10-12)
- ✓ Витами D (оптимально от 60)
- ✓ Липидограмма:
Общий Холестерин (оптимально 4,6-5,2)
ЛПВП «хороший» холестерин
и ЛПНП «плохой холестерин
(оптимально в пределах референса);
Триглицериды (оптимально до 1)
индекс атерогенности (не более 2)
- ✓ Ферритин (для жен. 50-100, для муж.100-150)
- ✓ Глюкоза (оптимально от 4,5 до 5)
- ✓ Инсулин (оптимально до 6-7)
- ✓ С-пептид (оптимально до 2,5)
- ✓ Индекс НОМА инсулин x глюкоза /22,5
(оптимально не более 1,44)
- ✓ Гликированный гемоглобин (оптимально до 5 - 5,2)
- ✓ Магний, Цинк, Медь
(оптимально верхние границы референса)
- ✓ Йод в сыворотке (середина референса) + Селен
(верхняя граница референса)

Нутрициолог Вера Корбан
@korban_vera

Анализы на паразитов

- ✓ антитела к *Toxoplasma gondii* igG (количественный)
- ✓ антитела к антигенам аскарид igG
- ✓ антитела к антигенам лямблий суммарные
- ✓ антитела к антигенам описторхисов igG
- ✓ антитела к антигенам токсокар igG
- ✓ антитела к антигенам трихинелл igG
- ✓ антитела к антигенам эхинококка igG

 вы можете сдать анализы по
Чек листу со скидкой до 30%
в лабораториях :
СИТИЛАБ, ГЕМОТЕСТ, HELIX*



*установите приложение по qr коду 
и получите 15000 бб на счёт.
Добавьте анализы в корзину,
выбирайте лабораторию и оплачивайте заказ.
За каждый заказ вы получаете до 25% кешбэк +
бесплатные консультации врача