

Пример Расшифровки комплекса анализов Причины переутомления и усталости

Здравствуйтесь, Иван!

Вы сдали Комплекс анализов Причины переутомления и усталости 23.07.2024 года. На основе результатов мы подготовили простую и понятную расшифровку, чтобы вы могли управлять своим здоровьем. Расшифровку мы выполнили с учетом того, что вы строго соблюдали правила подготовки к сдаче анализов.



Расшифровка не заменяет прием врача. Скорее наоборот, мы хотим, чтобы вы обратились к врачу, если есть симптомы или отклонения в результатах анализов.

Расшифровка анализов позволит вам осознанно подходить к консультации врача. Наши эксперты создали алгоритмы на основе медицинских и статистических знаний и сформировали пояснения ваших анализов. Поставить диагноз и определить тактику лечения может только врач на приеме.

Постоянный стресс, недосып, сидячая работа и несбалансированное питание сопровождаются повышенной утомляемостью и общей слабостью. Как и постоянная усталость и недомогание — это частые жалобы, предъявляемые на фоне различных заболеваний. Также отмечаются отсутствие мотивации, расстройства сна, сексуальной функции, снижение аппетита, памяти, внимания, физической выносливости. В этом случае даже продолжительный отдых не приносит облегчения. Не стоит ждать полного истощения. Анализы помогут исключить многие заболевания, для которых характерны усталость и апатия.

Из расшифровки вы узнаете возможные причины усталости: насколько сбалансировано ваше питание, нет ли дефицита основных витаминов и железа, как работает ваша щитовидная железа, от которой зависит ваше настроение и эмоции.

Расшифровать анализы можно с помощью референсных значений

Референсные значения (референсы) – это диапазон, в рамках которого результат анализа считается нормальным. Референс устанавливается по результатам измерения показателя у группы людей. Они отбираются по полу, возрасту и, возможно, по другим признакам, от которых может измениться именно этот показатель.

Референс не всегда является нормой. Иногда из-за индивидуальных особенностей организма, нормальными для человека могут считаться результаты, которые выходят за границы референса. Каждое исследование проводится на конкретном анализаторе с применением конкретного реагента. Поэтому референсы отличаются в разных лабораториях.

Далее для удобства мы используем “норма” в значении “референсные значения”.

О чем могут сказать результаты анализов комплекса Причины переутомления и усталости

В результатах анализов вы видите важные показатели, которые говорят о здоровье человека. Это позволит зафиксировать текущее состояние организма. Сдавать анализы имеет смысл регулярно, хотя бы один раз в год, именно для того, чтобы следить за динамикой.

Обсуждая референсные значения, мы выяснили, что они устанавливаются как среднестатистические. Получая результат анализа, который попадает в диапазон нормы, стоит обращать внимание на его динамику. Если отрицательная, вы сможете принять меры заранее, не дожидаясь, пока показатели выйдут за рамки референсов.

Анемия

Анемия (малокровие) — состояние, когда органам не хватает кислорода из-за низкого содержания гемоглобина в крови. Одно из ее проявлений — усталость, апатия и быстрое утомление. Несбалансированное, нерегулярное питание, заболевания ЖКТ не дают усваиваться белку, железу, витаминам в полном объеме. Отсюда повышенный риск развития их дефицита и анемии.

Ваши анализы

Гемоглобин



Среднестатистическое значение гемоглобина у мужчин составляет 130-160 г/л, у женщин — 120-150 г/л. У детей значения ниже. Если результат анализа выходит за пределы нормы, это может указывать на анемию. Причины могут быть разными: недостаток железа, витамина B12, фолиевой кислоты, хронические заболевания, потеря крови. Обратитесь к врачу для консультации и назначения лечения.

Углеводный обмен

Сахарный диабет 2 типа молодеет, проявляясь общими жалобами на усталость и слабость. Гипергликемия (повышение уровня сахара в крови) – повод провести дальнейшее обследование. С другой стороны, недостаточность питания, частые и длительные перерывы между приемами пищи могут приводит к гипогликемии (падению уровня сахара в крови). Это проявляется слабостью, головокружением, вплоть до обморока.

Ваши анализы

Глюкоза плазмы (натощак) 5,0 ммоль/л (референс: 3,3-5,5 ммоль/л)
Глюкоза плазмы (после еды) 7,8 ммоль/л (референс: 3,9-7,8 ммоль/л)
Гликированный гемоглобин 5,6% (референс: 4,0-5,6%)

Глюкоза плазмы

Глюкоза плазмы (натощак)

5,0 ммоль/л (референс: 3,3-5,5 ммоль/л)

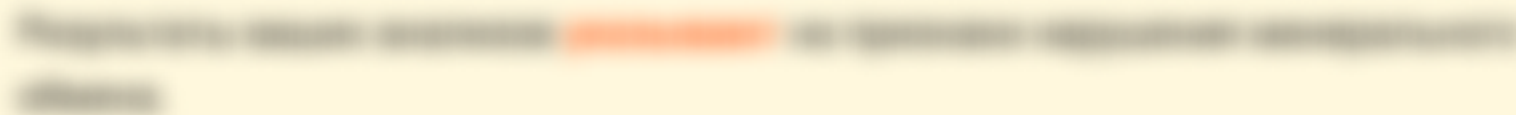
Глюкоза плазмы (после еды) 7,8 ммоль/л (референс: 3,9-7,8 ммоль/л)

Гликированный гемоглобин 5,6% (референс: 4,0-5,6%)

Минеральный обмен

Микроэлементы не только участвуют в формировании костей, но и в образовании энергии и регуляции нервно-мышечной работы. Снижение поступления основных микроэлементов с пищей приводит к усталости, перенапряжению, увеличивают риск заболеваний нервной и сердечно-сосудистой систем. Регулирует этот обмен витамин Д, который образуется в коже под действием УФ лучей солнца.

Ваши анализы



25-ОН витамин D



12.000 нг/мл (0,300 мкг/дл)

Снижение уровня 25-ОН витамина D в крови может быть связано с недостаточным поступлением витамина D с пищей, недостаточным пребыванием на солнце, а также с нарушением всасывания в кишечнике. Низкий уровень 25-ОН витамина D в крови может быть связан с остеопорозом, рахитом, мышечной слабостью, депрессией, а также с повышенным риском сердечно-сосудистых заболеваний. Для определения уровня 25-ОН витамина D в крови необходимо сдать анализ крови. Результаты анализа будут готовы в течение 3-5 рабочих дней. Обратитесь к врачу для консультации по результатам анализа.

Воспалительные процессы

Иногда болезнь протекает без характерных симптомов, проявляясь только общим недомоганием, дискомфортом, усталостью. При этом вирусы и бактерии уже запустили воспалительные процессы. Либо наоборот, явная инфекция внешне уже прошла, но иммунная система еще не восстановилась.

Ваши анализы



Лейкоциты



Лейкоциты – это белые кровяные тельца, которые являются основной частью иммунной системы. Они борются с инфекциями, вызывая воспаление. Повышение уровня лейкоцитов в крови может указывать на наличие инфекции, воспаления или других заболеваний.

Нейтрофилы



Нейтрофилы – это вид лейкоцитов, которые являются первой линией защиты организма от инфекции. Они борются с бактериями, вызывая воспаление. Повышение уровня нейтрофилов в крови может указывать на наличие бактериальной инфекции или воспаления.

Лимфоциты



Лимфоциты – это вид лейкоцитов, которые являются частью иммунной системы. Они борются с вирусами, вызывая воспаление. Повышение уровня лимфоцитов в крови может указывать на наличие вирусной инфекции или воспаления.

Моноциты



10000 - 12000

Моноциты являются частью иммунной системы и играют важную роль в борьбе с инфекциями. Повышение их уровня может указывать на различные заболевания, включая инфекции, воспалительные процессы и некоторые виды рака.

Эозинофилы



1000 - 1200

Эозинофилы являются частью иммунной системы и играют важную роль в борьбе с паразитами и аллергическими реакциями. Повышение их уровня может указывать на различные заболевания, включая аллергии, воспалительные процессы и некоторые виды рака.

СОЭ по Вестергрену



10 - 20

СОЭ по Вестергрену является показателем воспалительного процесса в организме. Повышение его уровня может указывать на различные заболевания, включая инфекции, воспалительные процессы и некоторые виды рака.

Выводы

Мы проверили основные причины переутомления и усталости: функцию щитовидной железы, углеводный обмен, дефициты железа, витамина В12 и витамина Д, а также признаки анемии и воспалительных процессов.

Организм – это сложная, взаимосвязанная система. Он состоит из 79 органов. Мы проверили показатели первичной диагностики причин переутомления и усталости.



