

ХОЛІСТИЧНА ШКОЛА ЗДОРОВ'Я НАТАЛІЇ ВЛАСНЮК

АПАРАТНІ ДОСЛІДЖЕННЯ	
УЗД: НИРКИ, ПЕЧІНКА, ЖОВЧНИЙ МІХУР, ПІДШЛУНКОВА ЗАЛОЗА	Напередодні вечеряти не пізніше 17:00 дуже легко. Вранці бажано навіть не пити воду та спорожнити кишечник до УЗД (так показання УЗД будуть коректнішими).
УЗД ЩИТОВИДНОЇ ЗАЛОЗИ	
АНАЛІЗИ КРОВІ	
ЗАГАЛЬНИЙ АНАЛІЗ КРОВІ З ЛЕЙКОЦЕТАРНОЮ ФОРМОЛУЮ	
ІНДЕКС ХОМА	
ГЛІКОВАНИЙ ГЕМОГЛОБІН	
ФЕРИТИН	
АСТ та АЛТ	
БІЛІРУБІН ЗАГАЛЬНИЙ	
ЗАГАЛЬНИЙ БІЛОК КРОВІ	
ГОМОЦИСТИЇН	
ФІБРИНОГЕН	
КРЕАТИНІН	
ЛІПІДОГРАМА	
СЕЧОВА КИСЛОТА	
25-гідроксивітамін D, 25-(ОН)D	За 14 днів до здачі аналізу припинити пити вітамін D3
ЦИАНОКОБАЛАМІН (вітамін В-12)	За 14 днів до здачі аналізу припинити пити вітаміни групи В та мультивітаміни
ФОЛІЄВА КИСЛОТА (фолат, вітамін В-9)	За 14 днів до здачі аналізу припинити пити вітаміни групи В та мультивітаміни
ГЕНЕТИКА ПЕРЕНОСИМОСТІ ЛАКТОЗИ	
ГЛІАДІН, IgG	Це тест на наявність антитіл до глютенів
ГЕНЕТИКА ФОЛАТНОГО ЦИКЛУ: дослідити гени MTR, MTRR, MTHFR	Рекомендуємо здавати в Сінево (пакет 190), там досліджують всі три гени одразу
ТИРЕОТРОПНИЙ ГОРМОН ГІПОФІЗУ (ТТГ)	
ТИРОКСИН (Т4) вільний	
АНТИТІЛА ДО ПЕРОКСИДАЗИ (АТПО)	
АНТИТІЛА ДО ТИРЕОГЛОБУЛІНА (АТТГ)	
ІНШІ АНАЛІЗИ	
ЗАГАЛЬНИЙ АНАЛІЗ СЕЧІ	
КОПРОГРАМА (КАЛ)	
КАЛ НА ЯЙЦЯ ГЛИСТІВ	Оптимально здавати у спеціалізованій інфекційній лабораторії (як правило вони є при інфекційних лікарнях)
ЗОНУЛІН В КАЛІ	
СТАТЕВІ АНАЛІЗИ	
ЗДАВАТИ ЛИШЕ, ЯКЩО Є СКАРГИ САМЕ НА ЦЮ СФЕРУ	
ПРОЛАКТИН	Здавати на 7-9-й день менструального циклу. Бажано здати, якщо у вас є ПМС, зайва вага, головний біль, емоційна нестабільність, нерегулярний цикл, акне, труднощі із зачаттям. Якщо циклу немає або менопауза – здавати у будь-який день.
ДЕГІДРОЕПІАНДРОСТЕРОН-СУЛЬФАТ (ДГЕА-с)	Здавати на 7-9 день менструального циклу. Якщо циклу немає або менопауза – здавати у будь-який день. Бажано здати, якщо є скарги на дефіцит енергії, стрес, остеопороз або ваш вік 45+
ЕСТРАДІОЛ	Здавати на 3-5-й день менструального циклу.
ПРОГЕСТЕРОН	Здавати за 7-9 днів до передбачуваної менструації.
ЛЮТЕНІЗУЮЧИЙ ГОРМОН (ЛГ)	Здавати на 3-5-й день менструального циклу.
ФОЛІКУЛОСТИМУЛЮЮЧИЙ ГОРМОН (ФСГ)	Здавати на 3-5-й день менструального циклу.
ВАЖЛИВО! Не здавати аналізи під час менструації. За 3 дні до здачі аналізів дитині не вживати занадто жирного/солоного/смаженого. Вранці перед здаванням не чистити зуби, не робити зарядку, не нервуватися і не ходити пішки, а за 20 хвилин до здачі крові спокійно посидіти безпосередньо в лабораторії. Бажано здати аналізи крові не пізніше 8:00 ранку	