

## INFORMATOR DLA PACJENTA

**Nieustanne zmęczenie:** Od czasu do czasu każdy może czuć się zmęczony, ale jeśli trwa to zbyt długo należy wykonać morfologię krwi. Gdy okaże się, że masz wysoki poziom leukocytów (białych krwinek), to będzie znak, że organizm walczy z infekcją. Lekarz pomoże określić, czy przebiega ona na tle wirusowym czy bakteryjnym na podstawie tego, który rodzaj białych krwinek zwiększył swoją liczebność. To z kolei wynika z tzw. rozmazu krwi. Leukocyty dzielą się na limfocyty, granulocyty i monocyty. Limfocyty powinny stanowić ok. 40% wszystkich krwinek, granulocyty - ok. 60 %, zaś monocyty nie więcej niż 4%. Przyczyną nieprzemijającego zmęczenia może być również niski poziom hemoglobiny żelaza (anemia), hormonów tarczycy lub zbyt wysoki poziom glukozy we krwi.

**Szybka utrata wagi:** Jeśli zeszczupłałeś choć nie stosowałeś żadnej diety, a do tego szybko się męczysz, ciągle jest Ci gorąco lub odczuwasz podenerwowanie, najwyższy czas, aby sprawdzić jak pracuje Twoja tarczyca. W tym celu należy oznaczyć stężenie hormonów tarczycy fT4 i TSH (dodatkowo) fT3, T4, T3) oraz morfologię i cholesterol. Jeśli wynik jest nieprawidłowy należy skontaktować się z lekarzem.

**Ciągle uczucie pragnienia:** Wzmoczone pragnienie, zmęczenie i częste infekcje błon śluzowych (np. pleśniawki) mogą być oznakami cukrzycy. Oznaczenie poziomu glukozy we krwi należy przeprowadzić rano, na czczo. Prawidłowy wynik to wartość poniżej 100 mg/dl, natomiast wynik między 100-120 mg/dl na czczo to wynik niepokojący. Wskazana jest wtedy dokładniejsza diagnostyka /HbA1C/ i ewentualnie leczenie diabetologiczne.

**Bóle stawów:** Warto wykonać następujące badania: OB, CRP (białko C-reaktywne) i RF- wykrywające stan zapalny w organizmie. Gdy wyniki badań odbiegają od normy, lekarz zaleci dalszą diagnostykę np. badanie w kierunku chorób reumatycznych: test Waalera Rose lub zakażenia paciorkowcem-ASO. Aby wykryć przyczyny różnych chorób reumatycznych należy wykonać inne badania immunologiczne zalecane przez lekarza reumatologa ANA 1, ANA 2. Przyczyną bólu stawów jest też podwyższony poziom kwasu moczowego oznaczony we krwi, co wskazuje na chorobę zwaną Dną moczową.

**Wypadanie włosów:** ...może być spowodowane niedoborem żelaza we krwi. Warto zrobić morfologię krwi i oznaczenia żelaza. Inną przyczyną jest niedobór mikro i makroelementów/Wapń, Magnez, Fosforany/ w organizmie, a także zaburzenia hormonalne.

**Słonność do siniaków:** Jeżeli zasinienie pojawia się nawet po lekkim uderzeniu lub gdy zbyt długo krwawisz po zwykłym skaleczeniu, istnieje ryzyko, że krew nie krzepnie prawidłowo. Należy wykonać oznaczenie ilości płytek krwi z morfologią, które m.in.

są odpowiedzialne za proces krzepnięcia. prawidłowe wartości płytek mieszczą się między 150-350 tys./ul. Niedobór płytek może świadczyć o infekcji, nadużywaniu alkoholu, zbyt długim przyjmowaniu niektórych leków np. niesteroidowych leków przeciwzapalnych (aspiryna). Jeśli poziom płytek okaże się właściwy, a nadal będą pojawiać się siniaki warto zrobić jeszcze badania krzepliwości krwi: czas protombinowy PT i APTT, Fibrynogen.

**Otyłość:** U osób otyłych istnieje zwiększone ryzyko wystąpienia chorób serca i cukrzycy. Wzrasta ono jeszcze bardziej, gdy we krwi oznaczono wysoki poziom trójglicerydów. Osoby te powinny znaleźć się pod kontrolą lekarza i regularnie kontrolować m.in. poziom cholesterolu, trójglicerydów, glukozy i innych parametrów.

**Gdy masz problemy z oddawaniem moczu:** jedną z częstszych przyczyn może być zakażenie układu moczowego przebiegającego pod postacią zapalenia cewki moczowej, pęcherza a także ostrego lub przewlekłego odmiedniczkowego zapalenia nerek. Objawem towarzyszącym często jest gorączka z dreszczami, pieczenie, szczypanie przy oddawaniu moczu, ból brzucha w okolicy lędźwiowej. Czasem dolegliwości przebiegające bezobjawowo, jeżeli wcześniej poprzedzała je infekcja np. górnych dróg oddechowych. Zawsze wtedy należy wykonać ogólną analizę moczu z mikroskopowym badaniem osadu moczu a także posiew moczu przed rozpoczęciem leczenia. Mocz dostarczyć do laboratorium w sterylnym pojemniku! Jeżeli jesteś mężczyzną po 50 r.ż wykonaj oznaczenie PSA (antygen swoisty dla gruczołu krokowego), by sprawdzić czy nie doszło do zmian przerostu prostaty.

### **Twoje zdrowie w Twoich rękach**

Aby sprawdzić i ocenić stan zdrowia należy wykonać raz w roku badania profilaktyczne, wg światowych norm, zależne od wieku, płci oraz czynników ryzyka. Okresowa kontrola różnych parametrów krwi i moczu oraz konsultacja ich z lekarzem umożliwia wczesne wykrycie ewentualnej choroby.

### **Gdy podejrzewasz, że dziecko może brać substancje odurzające**

przynies do badania próbkę rannego moczu. W laboratorium można już oznaczyć kilka najbardziej popularnych rodzajów narkotyków np. marihuana, kokaina, amfetamina, ekstazy, antydepresanty... Nie zwlekaj, zadbaj o zdrowie.