



Laboruntersuchungen sind eine gute Möglichkeit um Störungen im Körper zu erkennen. Sie haben aber auch eindeutig ihre Grenzen. Das bedeutet, ein Organ kann schon geschädigt sein, auch wenn die dazugehörige Laboruntersuchung noch normal erscheint. Nichtsdestotrotz sollten wir regelmäßig auch dieses Fenster bemühen. Über individuelle Kontrollintervalle, Sinn oder Unsinn einzelner Laboruntersuchungen gebe ich ihnen gerne Auskunft. Jeder Mensch ist individuell und hat sein ganz individuelles Risikoprofil. Dies ist abhängig von der Lebensweise, von den Genen und den Vorerkrankungen.

1. Standarduntersuchungen

Komplettes Blutbild: Hinweis auf Störungen des blutbildenden Systems, Mangelkrankungen, Störung des Immunsystems und Früherkennung von Leukämien und Lymphomen

(a) Zuckerstoffwechsel

Nüchtern Blutzucker: Erhöht bei Diabetes mellitus, Risikofaktor für Herz-Kreislaufkrankungen

HbA1c: Ist ein Langzeitzuckerwert und er ist erhöht bei Diabetes mellitus.

Oraler Glukosetoleranztest / OGTT: Eine Zuckerkrankheit entwickelt sich über mehrere Jahrzehnte schleichend. Die frühe Diagnose einer gestörten Glukoseverarbeitung im Körper lässt sich nur durch den OGTT Test erkennen. Der nüchterne BZ erkennt nur eine schon ausgebrochene Zuckerkrankheit.

(b) Fettstoffwechsel

Cholesterin (Cho), LDL, HDL, Cho-Quotient: LDL bezeichnet das gefährliche Cholesterin, HDL das schützende Cholesterin. Aus beiden wird der Quotient errechnet, welcher das Risiko für eine Gefäßkrankung beschreibt.

Triglyceride: Ein erhöhter Wert zeigt eine Fettstoffwechselstörung, meist durch Überernährung (*Fett und Zucker*) und Alkoholkonsum an.

Lipidelektrophorese: Gibt einen Hinweis, ob die Cholesterinerhöhung erblich bedingt ist oder ob die Lebensweise daran beteiligt ist.

Lipoprotein A: Ist ein eigenständiger Risikofaktor für Arteriosklerose. Er liegt mit seiner Molekülmasse zwischen dem von HDL und LDL. Er fördert die Thrombose (*Verklumpung von Blutbestandteilen*) und reichert sich in den atherosklerotischen Plaques an. Die Konzentration ist genetisch bestimmt und kann nur eingeschränkt mit Lebensstilmaßnahmen (*z.B. Diät*) beeinflusst werden. Neuesten Untersuchungen zufolge, können höher dosiertes Vitamin B3 und Vitamin C den Lipoprotein-(a)-Spiegel wirksam senken. Referenzwert < 30 mg/dl



(c) Leberwerte

GOT, GPT, YGT: Erhöht bei Erkrankungen der Leber, Fettleber, Entzündungen, Tumoren und bei Belastung durch Gifte (*Medikamente, Alkohol, Umweltgifte, ...*)

(d) Nierenwerte

Harnstoff + Kreatinin: Überprüfung der Nierenfunktion – Grenzwerte zeigen oft einen Flüssigkeitsmangel an

Harnsäure: Erhöhte Harnsäure kann zu Ablagerung von Harnsäurekristallen in den Gelenken und in der Niere führen. Dadurch entstehen Gicht und Harnsteine. Eine erhöhte Harnsäure ist auch ein Risikofaktor für die koronare Herzerkrankung und für den Herzinfarkt.

(e) Elektrophorese

Aufspaltung verschiedener Immunglobuline in Unterfraktionen, zeigt unspezifische Störungen im Fettstoffwechsel, Leber, Nierenerkrankungen, Tumore, Entzündungen, Autoimmunerkrankungen an

(f) Entzündungswerte

CRP: C-reaktives Protein – sehr empfindlicher Entzündungsmarker – steigt und fällt sehr rasch

Blutsenkung: Unspezifischer Entzündungsmarker – könnte bei dauerhafter Erhöhung eine chronische Entzündung oder einen Tumor anzeigen

(g) Schilddrüsenwerte

TSH: Bei Abweichung zeigt es eine manifeste oder latente Über- oder Unterfunktion der Schilddrüse an - sehr sensibler Suchtest für die Schilddrüsenfunktion.

T3 + T4: Schilddrüsenhormone - wird ergänzend bei veränderten TSH gemacht

(h) Weitere häufige Untersuchungen

PSA: Bei Männern ab dem 40. Lebensjahr empfohlen, erhöhte Werte können ein Prostatakarzinom, eine gutartige Prostatavergrößerung oder eine Entzündung der Prostata anzeigen. Vorsicht bei der Interpretation, es kann viele Ursachen für ein erhöhtes PSA geben.

Hämoccult: Suche auf verstecktes Blut im Stuhl. Es werden drei Stuhlproben, an drei hintereinanderfolgenden Tagen, eingeschickt. Er dient zur Früherkennung von Darmkrebs. Aber Vorsicht vor dem Konsum von Vitamin C, Fleisch und Medikamenten (z.B. *Aspirin*). Sie können ein falsches Ergebnis bewirken.