



## LIIKKUJAN TUTKIMUSPAKETTI

Antaa kattavan katsauksen elimistön yleiseen terveydentilaan ja kartoittaa lisäksi liikkuvalla ihmiselle tärkeitä arvoja.

### Pakettiin sisältyvät seuraavat tutkimukset:

PVK+T  
S-CRP  
fS-Gluk  
B-HbA1C  
fS-Lipidit  
S-Ferrit  
S-ALAT  
S-ASAT  
fS-Krea  
S-TSH  
S-CK  
fS-Urea  
S-Ca  
S-Mg  
S-D-25



**HINTA: 120 euroa, hinta sisältää näytteenottomaksun.**

### Kuvaus pakettiin sisältyvistä tutkimuksista:

PVK+T: perusverenkuva, seuloo ja seuraa veriarvoihin vaikuttavia sairauksia ja tiloja, antaa tietoa veren hapenkuljetuskyvystä.

CRP: C-reaktiivinen proteiini, tulehdusarvo.

fS-Gluk: glukoosi, paastosokeri.

B-HbA1C: pitkäaikainen verensokeri, kuvaa veren sokerin keskimääräistä pitoisuutta näytteenottoa edeltävän 6-8 viikon ajalta, voi kertoa diabeteksestä jo ennen kuin paastosokeri on koholla.

fS-Lipidit: kokonaiskolesteroli, hyvä ja huono kolesteroli sekä vapaat rasvahapot, kertovat sydän- ja verisuonisairauksien riskistä.

S-Ferrit: ferritiini, elimistön rautavarastojen arviointi.

S-ALAT, S-ASAT: alaniiniaminotransferaasi ja aspartaattiaminotransferaasi, maksan toimintakykyä mittaavia tutkimuksia, ASAT-koee selvittää myös mahdollisia kudonvaurioita.

fS-Krea: kreatiniini, munuaisten toiminnan mittari.

S-TSH: tyreotropiini, kilpirauhasen toiminnan mittari.

S-CK ja fS-Urea: kreatiinikinaasi ja urea, näillä voidaan seurata fyysisen rasituksen ja harjoittelun jälkeistä palautumista.

S-Ca: kalsium, on välttämätön mineraali luiden, hampaiden, lihasten ja hermoston toiminnan kannalta.

S-Mg: magnesium, on tärkeä hivenaine lihasten hyvinvoinnin kannalta.

S-D-25: D-vitamiinitaso, D-vitamiini on tärkeä kalsiumin imeytymisen ja sitä kautta luuston kehityksen kannalta.

