

Пациент: ОБРАЗЕЦ

№ заявки:

Возраст: 25 л.

Пол: М

Дата взятия:

Дата выполнения:

Биоматериал: Капиллярная кровь

Метод: ВЭЖХ-МС/МС, ГХ-ПИД, ВЭЖХ-МС/МС

**Витамин D (25-ОН D3): скрининговое полуколичественное определение в сухих пятнах капиллярной крови для лиц старше 18 лет**

Анализ	Результат	Референсный диапазон	Ед. изм.
Витамин D в форме 25-ОН D3	25,7 - 34,8*	<10 нг/мл — выраженный дефицит витамина D <20 нг/мл — дефицит витамина D 20-30 нг/мл — недостаточность витамина D 30-100 нг/мл — адекватные уровни витамина D >150 нг/мл — уровни с возможным проявлением токсичности витамина D**	нг/мл

*Указан диапазон концентраций, в котором находится Ваш уровень витамина D.

**Российская ассоциация эндокринологов, 2014.

Врач КДЛ: _____

Одобрено: ДАТА ОДОБРЕНИЯ

Система управления и менеджмента качества лаборатории сертифицирована по стандартам ГОСТ Р ИСО 15189.

Лаборатория регулярно проходит внешнюю оценку качества клинических лабораторных исследований по отечественным (ФСВОК) и международным (RIQAS, RfB, ERNDIM) программам. ООО «ХромсистемсЛаб» является членом ассоциации "Федерация Лабораторной Медицины", сотрудники ООО «ХромсистемсЛаб» входят в состав комитета по хроматографическим методам исследований и хромато-масс-спектрометрии.

Лицензия: Л041-01137-77/00368418 от 23.09.2020 г.



- ▼ - Данный показатель находится в нижней границе нормы, рекомендуем обратить на него внимание.
- ▲ - Данный показатель находится в верхней границе нормы, рекомендуем обратить на него внимание.
- - Данный показатель ниже нормы, рекомендуем обратиться за консультацией к специалисту и вовремя отследить изменения.
- ✚ - Данный показатель выше нормы, рекомендуем обратиться за консультацией к специалисту и вовремя отследить изменения.

Результаты анализов не являются диагнозом, но помогают в его постановке. Не пытайтесь интерпретировать их самостоятельно. Многие изменения индивидуальны, помочь разобраться в них может только специалист.

Результаты, которые отображены в виде числа со знаком <, необходимо расценивать как результат меньше предела количественного обнаружения методики и оборудования на котором выполнялся анализ.

Оценка результатов

Витамин D помогает организму усваивать кальций и фосфор и направлять их в костную ткань. Он определяет прочность костей и состояние зубов, мышечную силу и координацию движений, а также сбалансированную работу иммунитета. Витамин D также участвует в обновлении и созревании клеток, влияет на сосудистый тонус и помогает поддерживать нормальное давление.



Тренд: недостаточность витамина D



О чем говорят Ваши результаты?

На момент исследования уровень витамина D в крови находится на границе адекватной обеспеченности. Это означает, что его концентрация остается допустимой, однако запас витамина D уже не является оптимальным и при отсутствии коррекции может со временем снизиться.

На уровень витамина D влияют особенности питания, пребывание на солнце, сезон, возраст, масса тела и индивидуальные особенности обмена веществ. Даже при хорошем самочувствии поддержание оптимальной обеспеченности имеет значение для нормального обмена кальция и фосфора, здоровья костной ткани, мышечной функции и работы иммунной системы.

Полученный результат не является признаком заболевания, однако служит поводом уделить больше внимания профилактике снижения уровня витамина D.



План действий: что обсудить с врачом?

Рекомендуется обсудить результат исследования с терапевтом, эндокринологом или врачом превентивной (персонализированной) медицины, особенно при наличии факторов риска снижения уровня витамина D. Специалист оценит особенности образа жизни, питания и состояние здоровья и при необходимости даст рекомендации по профилактике недостаточной обеспеченности или определит целесообразность дополнительного приема витамина D.

Дополнительные лабораторные исследования обычно не требуются. При наличии клинических показаний врач может рекомендовать расширенную оценку минерального обмена или другие обследования.



Образ жизни и нутриенты

Для поддержания оптимального уровня витамина D рекомендуется регулярно включать в рацион жирную морскую рыбу, яйца и продукты, обогащенные витамином D, сохранять достаточную физическую активность и по возможности проводить умеренное время на открытом воздухе с учетом сезона и индивидуальных особенностей кожи.

Если врач рекомендует прием витамина D, следует придерживаться назначенной схемы и не изменять дозировку самостоятельно.



Контроль уровня витамина D

Повторное исследование рекомендуется выполнить через 6–12 месяцев либо раньше при изменении образа жизни, наличии факторов риска развития недостаточности или по рекомендации лечащего врача. Регулярный контроль помогает своевременно выявить снижение обеспеченности витамином D и при необходимости скорректировать профилактические мероприятия.

Пациент: ОБРАЗЕЦ

№ заявки:

Возраст: 25 л.

Пол: М

Дата взятия:

Дата выполнения:

Биоматериал: Капиллярная кровь

Метод: ВЭЖХ-МС/МС, ГХ-ПИД, ВЭЖХ-МС/МС



Аминокислоты: скрининговое определение в сухих пятнах капиллярной крови для лиц старше 18 лет

Анализ	Результат	Референсный диапазон			Ед. изм.
		Низкий	Нормальный уровень	Высокий	
Аргинин (Arg)	51,3	17,0		91,0	мкмоль/л
Валин (Val)	207,9	105,0		266,0	мкмоль/л
Лейцин (Leu)	129,1	59,0		162,0	мкмоль/л
Метионин (Met)	▼ 13,8	10,0		33,0	мкмоль/л
Фенилаланин (Phe)	▼ 43,7	37,0		86,0	мкмоль/л
Аспарагиновая кислота (Asp)	165,3	26,0		233,0	мкмоль/л
Глицин (Gly)	321,4	207,0		559,0	мкмоль/л
Глутаминовая кислота (Glu)	179,2	97,0		258,0	мкмоль/л
Тирозин (Tyr)	53,4	36,0		99,0	мкмоль/л
Орнитин (Orn)	89,7	50,0		210,0	мкмоль/л
Цитруллин (Cit)	37,2	16,0		51,0	мкмоль/л

Пациент: ОБРАЗЕЦ

№ заявки:

Возраст: 25 л.

Пол: М

Дата взятия:

Дата выполнения:

Биоматериал: Капиллярная кровь

Метод: ВЭЖХ-МС/МС, ГХ-ПИД, ВЭЖХ-МС/МС



Врач КДЛ: _____

Одобрено: ДАТА ОДОБРЕНИЯ

Система управления и менеджмента качества лаборатории сертифицирована по стандартам ГОСТ Р ИСО 15189.

Лаборатория регулярно проходит внешнюю оценку качества клинических лабораторных исследований по отечественным (ФСВОК) и международным (RIQAS, RfB, ERNDIM) программам. ООО «ХромсистемсЛаб» является членом ассоциации «Федерация Лабораторной Медицины», сотрудники ООО «ХромсистемсЛаб» входят в состав комитета по хроматографическим методам исследований и хромато-масс-спектрометрии.

Лицензия: Л041-01137-77/00368418 от 23.09.2020 г.



- ▼ - Данный показатель находится в нижней границе нормы, рекомендуем обратить на него внимание.
- ▲ - Данный показатель находится в верхней границе нормы, рекомендуем обратить на него внимание.
- - Данный показатель ниже нормы, рекомендуем обратиться за консультацией к специалисту и вовремя отследить изменения.
- ✚ - Данный показатель выше нормы, рекомендуем обратиться за консультацией к специалисту и вовремя отследить изменения.

Результаты анализов не являются диагнозом, но помогают в его постановке. Не пытайтесь интерпретировать их самостоятельно. Многие изменения индивидуальны, помочь разобраться в них может только специалист.

Результаты, которые отображены в виде числа со знаком <, необходимо расценивать как результат меньше предела количественного обнаружения методики и оборудования на котором выполнялся анализ.

Что такое аминокислоты?

Аминокислоты — это вещества, из которых организм строит белки. Они участвуют в росте и восстановлении тканей, работе мышц, образовании ферментов, гормонов и других важных соединений, а также в энергетическом обмене.



Как оценивают профиль аминокислот?

Важно не только уровень каждой аминокислоты, но и сочетание показателей. Связанные между собой аминокислоты оценивают совместно:

- *аргинин, орнитин и цитруллин* — в рамках обмена азота и цикла мочевины;
- *валин и лейцин* — как аминокислоты с разветвленной цепью;
- *фенилаланин и тирозин* — как ароматические аминокислоты;
- *метионин* — как участник обмена серосодержащих соединений;
- *аспарагиновую и глутаминовую кислоты* — как участников обмена азота;
- *глицин* — как аминокислоту, необходимую для образования белков и других веществ.

При оценке учитывают выраженность изменений, их сочетание и клинические данные пациента.

Почему показатели могут изменяться?

Изменение уровня аминокислот не всегда связано с заболеванием.

Повышение

- 🍖 Белковая пища
- 💪 Силовые тренировки
- 💊 Прием добавок: протеин, ВСАА, аминокислотные добавки
- 🏥 Усиленный распад белков
- 🩺 Некоторые заболевания печени и почек

Понижение

- 🍲 Недостаток белка
- 🕒 Длительное голодание
- 🏠 Нарушение всасывания
- 🤒 Восстановление после болезни
- ⚡ Повышенная потребность организма

Как получить максимальную пользу от результата?

Организм каждого человека уникален. Одни и те же изменения аминокислот у разных людей могут иметь разное значение.

Оценивать результат необходимо с учетом особенностей питания, физической активности, приема лекарств и добавок, а также состояния печени, почек и пищеварительной системы. Также важно учитывать анамнез, жалобы, результаты других лабораторных и инструментальных исследований.

Если выявлены отклонения, обсудите их с лечащим врачом или профильным специалистом. Это поможет точнее понять возможные причины изменений и определить, нужно ли дополнительное обследование.

Что делать дальше?

Если все показатели находятся в пределах референсных значений, то выраженных изменений исследованного аминокислотного профиля не выявлено. Дополнительные действия обычно не требуются, если нет жалоб или отклонений в других анализах.

Если выявлены небольшие отклонения (на границе нормы) у отдельных показателей, обсудите результат с врачом. Часто такие изменения бывают временными и могут быть связаны с характером питания, физической нагрузкой, приемом добавок.

Если отклонения выражены или сохраняются при повторном исследовании, рекомендуется обратиться к профильному специалисту. Для уточнения причин могут потребоваться дополнительные исследования, например: расширенный профиль аминокислот в крови, биохимические показатели для оценки функции печени и почек, маркеры углеводного обмена, а также другие анализы по клиническим показаниям.

Пациент: ОБРАЗЕЦ

№ заявки:

Возраст: 25 л.

Пол: М

Дата взятия:

Дата выполнения:

Биоматериал: Капиллярная кровь

Метод: ГХ-ПИД, ГХ-ПИД, ВЭЖХ-МС/МС



Омега-3 индекс: скрининговое определение в сухих пятнах капиллярной крови для лиц старше 18 лет

Анализ	Результат	Референсный диапазон	Ед. изм.
Омега-3 индекс для капиллярной крови (суммарно для СЖК, ЛП, КМ)	5,90	2,1-4,3 - очень высокий риск 4,3-5,2 - высокий риск 5,2-6,1 - умеренный риск 6,1-10,2 - низкий риск	%
$= (EPA + DPA + DHA) / \text{суммарное содержание ЖК.}$ Индекс риска развития ССЗ.			
Омега-3 индекс для эритроцитарных клеточных мембран	5,96	<4 - высокий риск 4-8 - умеренный риск >8 - низкий риск	%
$= \text{Омега-3 индекс для цельной крови} \times 0,95 + 0,35 \text{ (расчетн. по Харрисону-Шаки).}$ Индекс риска развития ССЗ.			

Врач КДЛ: _____

Одобрено: ДАТА ОДОБРЕНИЯ

Система управления и менеджмента качества лаборатории сертифицирована по стандартам ГОСТ Р ИСО 15189.

Лаборатория регулярно проходит внешнюю оценку качества клинических лабораторных исследований по отечественным (ФСВОК) и международным (RIQAS, RIF, ERNDIM) программам. ООО «ХромсистемсЛаб» является членом ассоциации "Федерация Лабораторной Медицины", сотрудники ООО «ХромсистемсЛаб» входят в состав комитета по хроматографическим методам исследований и хромато-масс-спектрометрии.

Лицензия: Л041-01137-77/00368418 от 23.09.2020 г.



- ▼ - Данный показатель находится в нижней границе нормы, рекомендуем обратить на него внимание.
- ▲ - Данный показатель находится в верхней границе нормы, рекомендуем обратить на него внимание.
- - Данный показатель ниже нормы, рекомендуем обратиться за консультацией к специалисту и вовремя отследить изменения.
- ✚ - Данный показатель выше нормы, рекомендуем обратиться за консультацией к специалисту и вовремя отследить изменения.

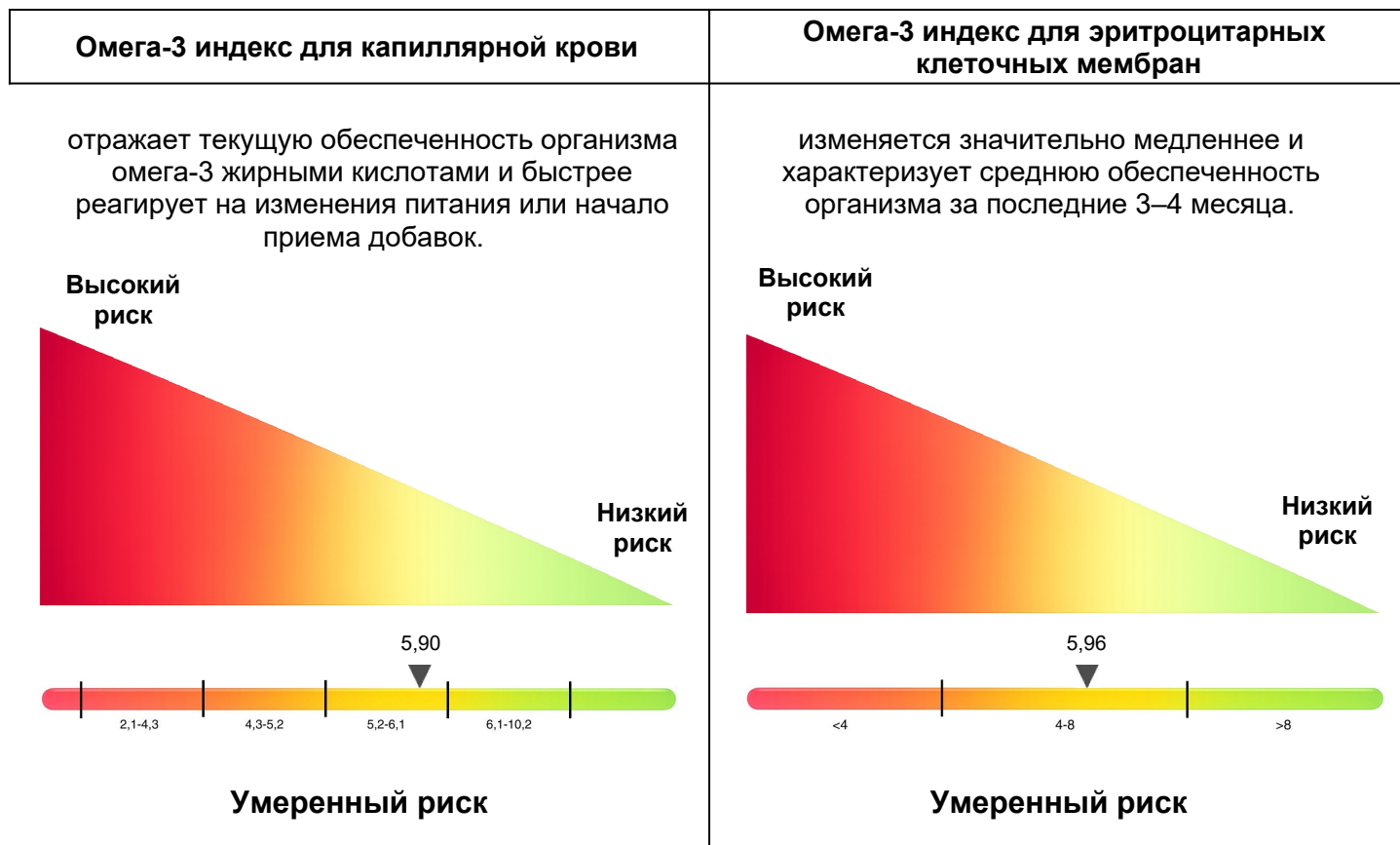
Результаты анализов не являются диагнозом, но помогают в его постановке. Не пытайтесь интерпретировать их самостоятельно. Многие изменения индивидуальны, помочь разобраться в них может только специалист.

Результаты, которые отображены в виде числа со знаком <, необходимо расценивать как результат меньше предела количественного обнаружения методики и оборудования на котором выполнялся анализ.

Оценка результатов

Омега-3 жирные кислоты исключительно важны для:

- Здоровья сердца и сосудов (снижают риск аритмий, тромбозов, атеросклероза)
- Работы мозга (память, концентрация, настроение)
- Контроля воспаления в организме
- Здоровья суставов, кожи и зрения



О чем говорят Ваши результаты?

Несмотря на благоприятный долгосрочный показатель, рекомендуется обратить внимание на умеренное снижение текущей обеспеченности, чтобы сохранить достигнутый уровень омега-3 в клеточных мембранах и предотвратить его дальнейшее уменьшение. Ситуация не требует срочного медицинского вмешательства, однако является поводом пересмотреть питание и убедиться, что омега-3 жирные кислоты регулярно поступают в организм.



План действий: что обсудить с врачом?

Рекомендуется в плановом порядке обсудить результаты с терапевтом, кардиологом или врачом превентивной (персонализированной) медицины, особенно при наличии сердечно-сосудистых факторов риска или хронических заболеваний.



Образ жизни и нутриенты

Для поддержания благоприятного уровня омега-3 рекомендуется регулярно употреблять жирную морскую рыбу (не менее двух раз в неделю), придерживаться принципов сбалансированного питания, поддерживать достаточную физическую активность и, если ранее были назначены препараты омега-3, соблюдать рекомендованный врачом режим их приема.



Контроль уровня Омега-3 индекса

Контроль Омега-3 индекса рекомендуется выполнить через 3–6 месяцев. Это позволит убедиться, что текущая обеспеченность организма омега-3 жирными кислотами восстановилась и долгосрочный благоприятный статус сохраняется.