



CHECKLISTA PRZED WIZYTĄ

- Szczegółowy spis tego co jesz i pijesz z ostatnich 7 dni

 - Lista leków, suplementów, minerałów jakie przyjmujesz wraz z dawkami

 - Grupa krwi

 - Wszystkie badania z ostatnich 6 miesięcy oraz jeśli nie były wykonywane to dodatkowo:
 - morfologia z rozmazem
 - mocz
 - żelazo
 - ferrytyna
 - OB
 - CRP
 - TSH, FT₃, FT₄, anty TPO, anty TG
 - panel wątrobowy
 - panel lipidowy
 - homocysteina
 - 25(OH)D₃
 - glukoza
 - homa-ir lub hemoglobina glikowana

 - Od 12 roku życia: test z sodą rano na czczo: 1/2 łyżeczki sody rozpuść w 1/2 szklanki letniej wody i wypij, zanotuj po jakim czasie Ci się odbije
-