

Laborwert	Referenzbereich*	Optimalbereich*	Preis*
<b>Großes Blutbild</b> (Leukozyten, Erythrozyten, Hämoglobin, Hämatokrit, MCV, MCH, MCHC, Thrombozyten, Neutrophile, Eosinophile, Basophile, Monozyten, Lymphozyten)			<i>Übernimm mt ggf. die Krankenkasse</i>
<b>TSH</b>	0,22–4,46 mIU/l	<1,5 µIU/ml	
<b>ft3</b>	0,9–1,6 ng/dl	>1,4 ng/dl	
<b>ft4</b>	2,3–3,8 pg/ml	>3 pg/ml	
<b>GfR</b>	>60 mL/min/1,73 m <sup>2</sup>	>90 mL/min/1,73 m <sup>2</sup>	
<b>Harnsäure</b>	Männer: 3,4-7,0 mg/dL Frauen: 2,4-6,0 mg/dL		
<b>Cystatin C</b>	0,53–0,95 mg/l		
<b>Vitamin D (25-OH-D)</b>	100–150 nmol/l	100–150 nmol/l	
<b>Eisen als Ferritin</b>	10,0–291,0 ng/ml	100–200 ng/ml	
<b>Cholesterinwerte</b>			
<b>HDL</b>	Männer: >40 mg/dL;		
<b>LDL</b>	<100 mg/dL	<70 mg/dL	
<b>Triglyceride</b>	<150 mg/dL	<100 mg/dL	
<b>HbA1c</b>	<5,7%	<5,6%	
<b>Vitamin B12</b>	> 50,0 pmol/l	> 100 pmol/l	
<b>HOMA-Index (Insulin u. Glucose)</b>	< 2,5		
<b>Homocystein</b>	5-15 µmol/L	<10 µmol/L	
<b>Transferrin</b>	200-360 mg/dL		
<b>ALT</b>	7-56 U/L	Niedrigerer Bereich bevorzugt	
<b>AST</b>	10-40 U/L	Niedrigerer Bereich bevorzugt	
<b>y-GT</b>	0-30 U/L	Niedrigerer Bereich bevorzugt	

<b>Vollblutmineralanalyse 8 Mikronährstoffe</b> (Natrium, Kalium, Calcium, Magnesium, Eisen, Zink, Kupfer, Selen)			ca. 42€
<b>Vollblutmineralanalyse Midi</b> <b>12 essentielle Mineralstoffe und Spurenelemente und 4 toxische</b> (Natrium, Kalium, Calcium, Magnesium, Eisen, Zink, Kupfer, Chrom, Mangan, Selen, Blei, Cadmium, Phosphor, Molybdän, Nickel, Quecksilber)			ca. 66€
<b>15 essentielle Mineralstoffe und Spurenelemente und 9 toxische</b> Natrium, Kalium, Calcium, Magnesium, Molybdän, Eisen, Zink, Kupfer, Selen, Chrom, Mangan, Phosphor, Bor, Blei, Cadmium, Nickel, Quecksilber, Aluminium, Arsen, Jod, Cobalt, Vanadium, Zinn, Thallium			ca. 84€
<b>Gesamteiweiß</b>	5,7-8,2 g/dl	>7g/dl	ca. 2€
<b>Aminosäurestatus (30 Aminosäuren)</b>			100€
<b>Selen (Vollblut)</b>	101-170µg/l	140–200 µg/l	ca. 24€
<b>Folsäure</b>			ca. 15€
<b>Zink (Vollblut)</b>	4,88-6,67 mg/l	6-7,5 mg/l	ca. 6€
<b>Vitamin A</b>	0,3-1,2 mg/L	Mittlerer bis oberer Bereich	ca. 21€
<b>Coenzym Q10</b>	0,5-1,5 mg/L	>1,2 mg/L	ca. 33€
<b>Omega-3-Index</b>	8-11%	>11%	ca. 60€
<b>Carnitin</b>	25-50 µmol/L	Oberer Bereich	ca. 65€
<b>Kreatin</b>	0,6-1,2 mg/dL (Männer), 0,5-1,1 mg/dL (Frauen)	Ohne Kreatin- Supplementation eher im unteren Bereich	ca. 9€
<b>CRP</b>	<1,0 mg/dL	<0,3 mg/dL	ca. 14€
<b>Melatonin</b>	10-80 pg/mL (nachts)		ca. 50€

<b>Cortisol</b>	6,2-19,4 µg/dL (morgens)	Mittlerer Bereich am Morgen	ca. 17€
<b>Testosteron</b>	Männer: 300-1,000 ng/dL; Frauen: 15-70	Altersabhängig im oberen Normalbereich	ca. 17€
<b>Östradiol</b>	Männer: 10-40 pg/mL; Frauen: 30-400 pg/mL (zyklusabhängig)		ca. 17€
<b>Progesteron</b>	Follikelphase: 0,1-1,5 ng/mL Lutealphase: 6-20 ng/mL		ca. 17€
<b>HOMA-Index (Glc + Insulin)</b>	< 2,5		ca. 17€
<b>Fettleber (γ-GT+TG)</b> <small>www.rechnersammlung.de/fett- leber-index-rechner</small>	<30	<20	ca. 2,50€

\*Abweichungen möglich bei den Referenz- und Optimalbereichen sowie bei den Preisen.

Nicht alle der hier gelisteten Werte sind für jeden sinnvoll. Das hängt u.a. von der Ernährungsweise, Erkrankungen, Symptomen, Alter, Geschlecht, Lebensstil ab.

Wir beraten Sie gerne individuell.

Ihr Ernährungsberatungs-Team aus der MediosApotheke