

Vereanalüüside pakett tervisesportlasele

Vereanalüüside pakettis määratakse

- Kreatiniin on lihaste ainevahetuse lõpp-produkt. Kogus sõltub lihasmassi suuruselt. Aitab hinnata neerude töö efektiivsust.
- Uurea on valkude lõhustumise lõpp-produkt. Peegeldab valkude lõhustamise mahtu organismis. Võib viidata lihaskonda tugevalt kahjustanud treeningutele, neerutalitluse häiretele.
- Kusihappe kõrged väärtused võivad viidata neerupuudulikkusele, suurele füüsilisele koormusele, kaalukaotusele.
- Naatrium, kaalium, kaltsium
 - Naatrium osaleb vee ning happe-aluse tasakaalu regulatsioonis. Selle kaudu saab kindlaks määrata nii vee defitsiidi kui ka vee liiasuse (südame-neeru puudulikkus) tunnuseid.
 - Kaalium osaleb lihaste, südame, neerude ja kesknärvisüsteemi ainevahetuses, määrab sile- ja vöötlihaste toonuse.
 - Kaltsium on üks olulisemaid organismis sisalduvaid mineraale. Üle normi olev näit võib viidata luude hõrenemisele. Alla normi jääv näit võib viidata D-vitamiini puudusele. Madal kaltsiumisisaldus veres võib olla lihaskrampide põhjuseks.
- Raud, magneesium, fosfaat
 - 70% organismis leiduvast rauast on hemoglobiini koostises. Rauapuuduse tagajärjel vere punaliblede hapnikukandmisvõime väheneb.
 - Magneesium osaleb lihaste ja närvide talitluses. Magneesiumivaegus põhjustab lihasnõrkust ja krambivalmidust.
 - Fosfaat on oluline mitmete ensüümide aktiveerumisel. Aitab hinnata D-vitamiini ainevahetuse häireid.
- C- reaktiivne valk – tundlik põletiku ja südame-veresoonkonnahaiguste riskimarker.
- Südamehaiguste riski hindamiseks tuleb välistada põletikuliste haiguste samaaegne esinemine.