

АНАЛИЗЫ КРОВИ: НА ЧТО ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЕ?

Рассказываем об основных анализах крови для пожилых людей. Рекомендациями делится Елена Евгеньевна Алексеева заведующая гериатрическим отделением №1 Республиканского клинического госпиталя ветеранов войн.



назначит дополнительные исследования и, возможно, скорректирует диету или назначит медикаментозное лечение.

Особое внимание следует уделить этому анализу, если у пациента есть сердечно-сосудистые заболевания, высокое артериальное давление, сахарное артериальное давление, сахарный диабет или ожирение.

ВАЖНЫЕ АНАЛИЗЫ КРОВИ ДЛЯ ПОЖИЛОГО ЧЕЛОВЕКА

Пожилым людям нужно регулярно сдавать анализы крови. Они помогают своевременно выявлять скрытые заболевания, отслеживать динамику хронических состояний и корректировать лечение.

Общий анализ крови – базовое исследование, которое позволяет оценить общее состояние организма, а также выявить анемию или воспалительные процессы. **Биохимический анализ крови** предоставляет информацию о работе различных органов, включая печень, почки и сердце.

Тесты на уровень глюкозы в крови необходимы для контроля сахарного диабета, а **анализы на липидный спектр** (холестерин, триглицериды) прогнозируют риски сердечно-сосудистых заболеваний.

Рекомендуется проводить анализы для определения уровней витаминов и микроэлементов, таких как витамин D и железо. Анализы на инфекционные заболевания (гепатиты, ВИЧ), тоже значимы.

Регулярные анализы крови играют важную роль в профилактике и ранней диагностике заболеваний.

ХОЛЕСТЕРИН

Холестерин играет ключевую роль в составлении клеточных мембран, участвует в производстве гормонов, витамина D и желчных кислот. Однако повышенный уровень холестерина в крови увеличивает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, таких как атеросклероз, инфаркт миокарда и инсульт.

При сдаче анализов рекомендуется оценивать не только общий уровень холестерина, но и липопротеины низкой плотности (ЛПНП – «плохой» холестерин), липопротеины высокой плотности (ЛПВП – «хороший» холестерин).

Нормальные значения могут варьироваться в зависимости от возраста, пола, других факторов риска. Если будут обнаружены отклонения, врач

БЕЛОК

Белок в крови сигнализирует о различных состояниях организма. Его нормальные значения **варьируются в пределах 6-8 г/дл**. Для пожилых людей значение может быть немного ниже из-за изменений в метаболизме.

Низкий уровень белка может свидетельствовать о недостаточном питании, нарушении пищеварения, заболеваниях печени или почек. Повышенный уровень белка может указывать на воспалительные процессы, инфекции, острый стресс или некоторые виды рака.

Для более точной диагностики могут потребоваться дополнительные исследования. Это особенно актуально для пожилых пациентов, которые имеют повышенный риск хронических заболеваний.

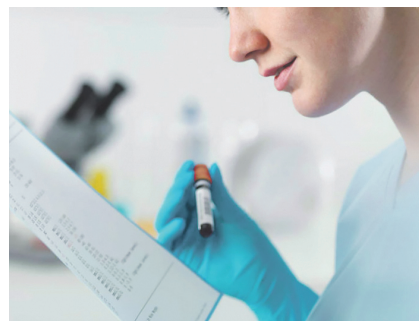
ВИТАМИН D

Витамин D играет важную роль в поддержании здоровья костей, усвоении кальция и работе иммунной системы. Для пожилых людей правильный уровень этого витамина особенно важен, так как с возрастом риск развития остеопороза и других заболеваний костной ткани возрастает.

Недостаток витамина D может привести к ослаблению иммунной системы, риску переломов, развитию диабета и сердечно-сосудистых заболеваний. В то же время избыток витамина D может вызвать расстройства пищеварения и нарушения работы почек.

Пожилым людям, особенно тем, кто ведет малоподвижный образ жизни или живет в регионах с недостатком солнечного света, нужно регулярно контролировать уровень витамина D. **Нормальный диапазон – от 30 до 100 нг/мл**.

Чтобы поддерживать оптимальный уровень витамина D, нужно сбалансированно питаться и проводить достаточное время на свежем воздухе.

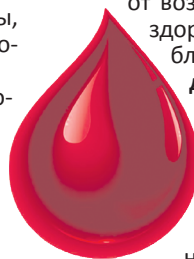


МОЧЕВАЯ КИСЛОТА

Повышенный уровень мочевой кислоты может быть индикатором ряда проблем, включая подагру, нефропатию и даже некоторые виды онкологических заболеваний. Но слишком низкий уровень также может говорить о нарушениях, например, печеночных или почечных.

Пожилым людям с гипертонией, диабетом или заболеваниями почек регулярное тестирование на мочевую кислоту поможет определить подходящее лечение.

Нормальные значения мочевой кислоты варьируются в зависимости от возраста, пола и состояния здоровья, но обычно колеблются **от 3,4 до 7,0 мг/дл для мужчин и от 2,4 до 6,0 мг/дл для женщин**.



ТИРЕОТРОПНЫЙ ГОРМОН (ТТГ)

Тиреотропный гормон (ТТГ) – один из наиболее важных показателей работы щитовидной железы и состояния эндокринной системы.

С возрастом риск развития заболеваний щитовидной железы, таких как гипотиреоз или гипертиреоз, возрастает. Эти состояния могут привести к усталости, изменению веса, проблемам с памятью.

Нормальный уровень ТТГ варьируется **от 0,4 до 4,0 мЕд/л**, но эти значения могут меняться в зависимости от лаборатории и возраста пациента.

При отклонениях нужны дальнейшие обследования и, возможно, коррекция лечения. Обращение к эндокринологу и комплексное обследование, включая анализ на ТТГ, – ключевой этап в поддержании здоровья щитовидной железы и общего благополучия пожилого человека.

Информация, представленная в статье, – общая рекомендация, она не может заменить медицинскую консультацию. Обращение к специалистам для проведения анализов и последующего лечения – ключ к поддержанию хорошего здоровья.