

Nazwisko, Imię:

Data urodzenia:

Identyfikator pacjenta:

Wpłynęło do laboratorium:

Pobranie próbki:

Data wydania wyniku:

Płeć:



CTL &amp; Ortholabor | Anemonenweg 3a | 26160 Bad Zwischenahn | Germany

Cambridge Diagnostics Sp. z o. o.

0010862

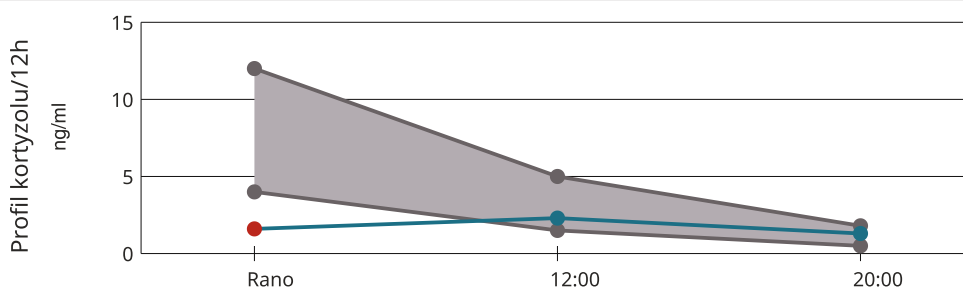


ul. Górnośląska 4A  
00-444 Warszawa

## WYNIKI

▼ Wynik ■ Zakres referencyjny ■ Poza zakresem referencyjnym

Badany parametr	WYNIK	Zakres referencyjny	Jednostka	Ocena	Poprzednie wartości
Serotonina	127	100 - 225	µg/g kreatyniny	w normie	Niedostępne
GABA	9.0	1,5 - 8,0	µmol/g kreatyniny	podwyższony	Niedostępne
Glutaminian	16.6	8 - 30	µmol/g kreatyniny	w normie	Niedostępne
Kreatynina	37.6	-	mg/dl	Wartość referencyjna	Niedostępne
<b>Katecholaminy</b>					
Dopamina	115	125 - 250	µg/g kreatyniny	obniżony	Niedostępne
Noradrenalina	2	25 - 55	µg/g kreatyniny	obniżony	Niedostępne
Adrenalina	1.4	3 - 12	µg/g kreatyniny	obniżony	Niedostępne
NA/A	1.1	3 - 7	-	obniżony	Niedostępne
<b>Dzienny profil kortyzolu</b>					
Kortyzol (rano)	1.6	4,0 - 12,0	ng/ml	obniżony	Niedostępne
Kortyzol (12:00)	2.3	1,5 - 5,0	ng/ml	w normie	Niedostępne
Kortyzol (20:00)	1.3	0,5 - 1,8	ng/ml	w normie	Niedostępne
<b>Dzienny profil DHEA</b>					
DHEA (rano)	115.0	75 - 429	pg/ml	w normie	Niedostępne
DHEA (20:00)	11.0	33 - 190	pg/ml	obniżony	Niedostępne



Nazwisko, Imię:

Data urodzenia:

Identyfikator pacjenta:

Wpłynęło do laboratorium:

Pobranie próbki:

Data wydania wyniku:

Płeć:



## OBJAŚNIENIE PARAMETRÓW

### GABA (kwas gamma-aminomasłowy) i glutaminian.

GABA i glutaminian są bardzo ważnymi przekaźnikami w mózgu. Powstawanie ich jest blisko ze sobą związane i zależne od siebie.

Przekaźniki te są względem siebie oponentami i wspólnie kontrolują poziom aktywności w mózgu. Zatem optymalny stosunek względem siebie obu tych neurotransmiterów jest konieczny do prawidłowego funkcjonowania. Interakcja z serotoniną, która wzmacnia efektywność GABA, jest również bardzo ważna. W związku z tym niedobór serotoniny może także ograniczać efektywność GABA.

Poziom GABA w Twoim organizmie jest podwyższony.

### GABA (kwas gamma-aminomasłowy).

GABA odgrywa główną rolę w sytuacjach stresowych dla organizmu. Ma działanie uspokajające, ponieważ wpływa na ilość hormonów stresu.

GABA jest także bardzo ważny dla procesu zapamiętywania i uczenia się. Przeciwdziała przeładowaniu sensorycznemu, ma efekt zmniejszający niepokój, relaksujący, wspomagający sen, redukujący ból, przeciwnadciśnieniowy i stabilizujący ciśnienie krwi.

GABA jest produkowana z glutaminianu (patrz: glutaminian), do czego niezbędna jest również witamina B6.

Szczególnie dużo witaminy B6 zawierają: produkty pełnoziarniste, ziemniaki, banany, rośliny strączkowe (np. soja, soczewica), awokado, marchew, brukselka, nasiona słonecznika, orzechy, wątróbka, mięso i ryby.

### Podwyższony poziom GABA.

Podwyższony poziom GABA występuje głównie w sytuacjach zwiększonego stresu, kiedy neuroprzekaźniki pobudzające są aktywowane w nadmiarze. W taki sposób organizm próbuje zrównoważyć lub zmniejszyć skutki podwyższonego poziomu hormonów stresu. Zatem normalny poziom katecholamin przy jednoczesnym podwyższonym poziomie GABA może wskazywać na zwiększone obciążenie stresem. Poziom GABA jest również podwyższony podczas znieczulenia i przy zażywaniu leków uspokajających.

### Katecholaminy (dopamina, noradrenalina, adrenalina).

W przypadku stresu (zarówno fizycznego, jak i psychicznego), natychmiastowo uwalniane są katecholaminy - jako fizjologiczna reakcja organizmu. Katecholaminy w krótkim czasie są w stanie wytworzyć reakcję organizmu na wzrastające wymagania stawiane w sytuacjach stresowych. Przetwarzają ciało w tryb „walki lub ucieczki”. Zwiększona jest uwaga, podwyższone jest ciśnienie krwi i puls, szybsza jest także możliwość reagowania i podejmowania decyzji. Z drugiej strony funkcje, które nie są niezbędne do walki i ucieczki są w tym momencie odstawiane na bok. Są wśród nich, m.in. zróżnicowane postrzeganie, precyzyjne podejmowanie decyzji, trawienie, aktywność seksualna, sen i tym podobne.

Jeśli organizm ma możliwość pełnej regeneracji nie powoduje to żadnych negatywnych skutków. Jednakże, jeśli występuje ciągły stres, uniemożliwiający regenerację organizmu, staje się on stresem chronicznym i może prowadzić do szeregu dolegliwości.



Nazwisko, Imię:

Data urodzenia:

Identyfikator pacjenta:

Wpłynęło do laboratorium:

Pobranie próbki:

Data wydania wyniku:

Płeć:



Podstawowym składnikiem do produkcji wszystkich trzech katecholamin jest aminokwas - tyrozyna. Jest on z kolei zależny od obecności innego aminokwasu – fenyloalaniny. Fenyloalanina może być dostarczona do organizmu tylko z pożywieniem. Z niej, w kaskadzie reakcji produkowana jest dopamina, następnie noradrenalina, z których z kolei produkowana jest adrenalina. Dodatkowo na enzymy potrzebne w ich produkcji wpływają czynniki żywieniowe, takie jak witamina C, witamina B6, B12, miedź, magnez, kwas foliowy.

Produkty, które są bogatym źródłem potrzebnych aminokwasów to: drób, jaja, mięso, ryby, rośliny strączkowe, orzechy i nasiona. Jeśli dobrze tolerujesz mleko, ono również może stać się dobrym źródłem aminokwasów.

Witamina C jest zawarta w szczególności w owocach cytrusowych, truskawkach, kiwi, guawie, czarnych porzeczkach, papai, brokułach, brukselce, koprze oraz papryce.

Szczególnie duża ilość witaminy B6 zawarta jest w następujących pokarmach: zboża pełnoziarniste, ziemniaki, banany, rośliny strączkowe (np. ziarna soi i soczewicy), awokado, marchew, brukselka, nasiona słonecznika, mięso oraz ryby.

Szczególnie duża ilość witaminy B12 jest zawarta w następujących pokarmach: wątroba, nerki, ryby morskie (zwłaszcza tuńczyk, śledź i makrela), łosoś, owoce morza, mięso i jaja. Jeśli dobrze tolerujesz produkty mleczne i ser (w szczególności Gouda, Edam, Camembert) one również są dobrym źródłem witaminy B12.

Duże ilości miedzi zawarte są w szczególności w wątrobie, prosie (kaszy jaglanej), krewetkach, ostrygach, roślinach strączkowych, orzechach i nasionach (zwłaszcza w pestkach dyni i nerkowcach). Z kolei w magnez bogate są amarantus, komosa ryżowa (quinoa), rośliny strączkowe oraz nasiona i orzechy.

Wątroba, rośliny strączkowe, orzechy i nasiona zawierają także znaczne ilości kwasu foliowego. Bogate w ten składnik są również: sałata endywia, kalafior, brokuły, pietruszka, brukselka, jarmuż i por.

Poziom dopaminy w Twoim organizmie jest obniżony.

Poziom noradrenaliny w Twoim organizmie jest obniżony.

Poziom adrenaliny w Twoim organizmie jest obniżony.

Stosunek noradrenaliny do adrenaliny w Twoim organizmie jest obniżony.



Nazwisko, Imię:

Data urodzenia:

Identyfikator pacjenta:

Wpłynęło do laboratorium:

Pobranie próbki:

Data wydania wyniku:

Płeć:



## Dopamina

Dopamina jest jedną z najważniejszych substancji przekąźnikowych w mózgu. Działa głównie w sposób stymulujący. Jest to szczególnie ważne dla koordynacji, funkcji motorycznych, pamięci i nauki, jak również dla koncentracji i wydajności psychicznej. Dodatkowo, razem z serotoniną, posiada efekt polepszający samopoczucie i reguluje tak zwany system nagrody, a zatem poziom energii i motywacji. Dobrze funkcjonująca interakcja pomiędzy dopaminą i serotoniną jest niezwykle istotna.

### Niedobór dopaminy.

Niedobór dopaminy może prowadzić do następujących symptomów: zmęczenia mięśni, zaburzeń motoryki, zmęczenia w ciągu dnia, braku energii, braku motywacji, trudności z koncentracją, problemów z pamięcią, depresji, zaburzeń odżywiania (ataki głodu), jak również zmniejszonego popędu seksualnego. Problemy z uzależnieniami również mogą być powiązane z niedoborem dopaminy. Ciężki niedobór dopaminy jest także obserwowany w przypadku choroby Parkinsona.

Niedobory dopaminy mogą też wynikać z niedoboru tyrozyny lub potrzebnych składników odżywczych (witaminy B6 i folianów), których zbyt małe ilości mogą hamować produkcję dopaminy. Taki niedobór składników odżywczych może również być spowodowany przez „ubogą dietę”, która zawiera nieodpowiednie ilości niezbędnych składników odżywczych.

Inną przyczyną niedoboru składników odżywczych może być obniżona zdolność jelit do ich wchłaniania. Zalecane jest więc badanie mikroflory jelit.

Ponadto, w sytuacjach przewlekłego stresu dopamina jest zużywana w większych ilościach. Zatem w przypadkach zbyt dużego i zbyt długo trwającego stresu jej ilości mogą być niewystarczające. To samo dotyczy również noradrenaliny i adrenaliny.

## Noradrenalina

Noradrenalina może powodować wzrost ciśnienia krwi, wzmożoną uważność, czujność, koncentrację, chęć do działania, zwiększoną motywację i funkcje motoryczne. Jest również zaangażowana w kontrolę wielu hormonów.

### Niedobór noradrenaliny.

Obniżony poziom noradrenaliny może prowadzić do braku energii, problemów z koncentracją i braku akceptacji, osłabionej wrażliwości na ból, a także do „wyczerpania” innych neurotransmiterów w przypadku sytuacji długotrwałego stresu.

Powodem niedoboru adrenaliny może być niedobór tyrozyny lub innych potrzebnych składników pokarmowych (witaminy B6, folianów, jak również witaminy C, miedzi i magnezu) (patrz: niedobór dopaminy).

## Adrenalina

Adrenalina jest ostatnim ogniwem w łańcuchu produkcyjnym katecholamin. Jest ona produkowana z noradrenaliny, głównie w rdzeniu nadnerczy.

Adrenalina umożliwia organizmowi reagowanie na wzrastające wymagania. Zwiększa objętość





Nazwisko, Imię:

Data urodzenia:

Identyfikator pacjenta:

Wpłynęło do laboratorium:

Pobranie próbki:

Data wydania wyniku:

Płeć:



oddechową, ciśnienie krwi, czynność serca, zapewnia organizmowi większą ilość tlenu. Zwiększa uwagę i ogólną aktywność umysłową, motywację i chęć do działania. W dodatku zwiększa aktywność metaboliczną i sprawia, że w krótkim czasie mięśnie i mózg mają dostęp do większej ilości energii.

Z drugiej strony, zmniejsza trawienie i aktywność seksualną.

### **Niedobór adrenaliny.**

Zmniejszony poziom adrenaliny może powodować zmęczenie z silną potrzebą snu aż do całkowitego wyczerpania, jak również powodować brak energii, problemy z koncentracją, hipotensje oraz trudności z utratą masy ciała.

Powodem niedoboru adrenaliny może być niedobór tyrozyny lub niezbędnych składników odżywczych (witaminy B6, folianów, witaminy C, miedzi, magnezu, jak również witaminy B12 i kwasu foliowego) (patrz: niedobór dopaminy)

### **Stosunek noradrenalina/adrenalina.**

Stosunek noradrenalina/adrenalina jest dobrym wskaźnikiem ogólnego występowania stresu.

Stosunek poniżej 3 zazwyczaj jest oznaką silnego przewlekłego stresu. Powodem tak niskiego wskaźnika może być niedobór noradrenaliny (np. z powodu obniżonej produkcji noradrenaliny lub niedoboru aminokwasów albo mikroskładników) albo – rzadziej – nadmiar adrenaliny.

Wartość pomiędzy 3 – 7 jest wskaźnikiem równowagi pomiędzy obiema substancjami przekaźnikowymi. Warto jednak wziąć pod uwagę, że może być to również wynik obniżenia lub podwyższenia obu parametrów.

Wartość pomiędzy 7 – 12 może być spowodowana podwyższonym poziomem noradrenaliny (jako reakcji na stres) albo – rzadziej – być spowodowana obniżonym poziomem adrenaliny.

Stosunek powyżej 12 jest wskaźnikiem znaczącego braku równowagi wśród substancji przekaźnikowych i jest dość często powiązany z nerwowością, trudnościami z zasypianiem, brakiem energii i brakiem koncentracji prowadzącym do pełnego rozwinięcia syndromu wypalenia.

### **Kreatynina**

Pomiar kreatyniny jest niezbędną wartością referencyjną w odniesieniu do innych parametrów laboratoryjnych i nie ma znaczenia diagnostycznego w tych ustaleniach. Wnioskowanie o potencjalnych dysfunkcjach nie jest możliwe na podstawie tego badania.



Nazwisko, Imię:

Data urodzenia:

Identyfikator pacjenta:

Wpłynęło do laboratorium:

Pobranie próbki:

Data wydania wyniku:

Płeć:



## DHEA

Hormon DHEA produkowany jest z cholesterolu, głównie w nadnerczach. Produkcja DHEA zmniejsza się wraz z wiekiem, od 25 roku życia. Obniżony poziom DHEA jest odpowiedzialny za liczne procesy degeneracyjne w organizmie. To dlatego poziom DHEA może być używany również do określania biologicznego wieku człowieka. Poza tym DHEA jest również prekursorem hormonów płciowych – testosteronu i estrogenu. Czas półtrwania DHEA to tylko 10-15 minut. Z tego powodu jest głównie wykrywany w postaci zmagazynowanej - DHEA-S, która może być zamieniana w DHEA kiedy jest to potrzebne.

DHEA jest bezpośrednim antagonistą kortyzolu i równoważy reakcje stresowe spowodowane przez kortyzol, tym samym pomagając w radzeniu sobie ze stresem. Ma efekt wzmacniający powstawanie mięśni i wzrost cholesterolu HDL, który redukuje magazynowanie tłuszczu w żyłach. Dzięki temu przeciwdziała arteriosklerozie. DHEA ma działanie przeciwzapalne i aktywuje układ odpornościowy.

Poziom DHEA w Twoim organizmie jest obniżony.

### Niedobór DHEA:

Niedobór DHEA może skutkować obniżoną zdolnością do radzenia sobie ze stresem. Dodatkowo, niedobór DHEA wzmacnia efekt kortyzolu, spowodowany brakiem regulującego antagonisty. Złe samopoczucie i depresja, jak również trudności w nauce i w zapamiętywaniu także mogą być spowodowane jego niedoborem. Niedobór DHEA może prowadzić zarówno do niedoboru hormonów płciowych, jak i do zespołu napięcia przedmiesiączkowego (ból, niedyspozycja, wahania nastroju przed okresem) oraz do problemów menopauzalnych.

Powodem niedoboru DHEA może być chroniczny stres (patrz: niedobór kortyzolu).

## Kortyzol

Kortyzol, nazwany również "hormonem stresu", umożliwia organizmowi adaptację do bodźców zewnętrznych. Jest on wydzielany w sytuacjach stresowych i odgrywa ważną rolę w złożonym układzie aktywacji i hamowania innych substancji przekazywanych. Do efektów działania kortyzolu zaliczyć można: aktywację metabolizmu, zwiększenie poziomu glukozy we krwi (a tym samym dostarczanie energii), rozkład tłuszczu w organizmie (jego kumulacja w okolicach brzucha), zwiększony apetyt, osłabioną wrażliwość na ból, zmiany wrażliwości emocjonalnej, spowolnienie procesów wzrostu, obniżoną odporność organizmu i zmniejszenie stanu zapalnego. Z drugiej strony, w przypadku ciągle podwyższonego poziomu kortyzolu, aktywność zapalna w organizmie może również być zwiększona.

Produkcja kortyzolu z cholesterolu ma miejsce w korze nadnerczy i podlega rytmowi dobowemu. Podczas snu, w drugiej połowie nocy, organizm produkuje najwięcej kortyzolu, więc rano, krótko po przebudzeniu, poziom kortyzolu jest najwyższy. Wczesnym popołudniem szybko spada, następnie wolno opada aż do późnego wieczoru. Podczas drugiej połowy nocy ponownie znacznie wzrasta. Poza bazowym rytmem, poziom kortyzolu rośnie w przypadkach występowania stresu – nieznacznie i na krótko. Jednak jeśli organizm ciągle narażony jest na stres, standardowy rytm dobowy może zostać zaburzony. Dlatego właśnie odchylenia poziomu kortyzolu od normy są dobrym wskaźnikiem aktualnego obciążenia stresem.



Nazwisko, Imię:

Data urodzenia:

Identyfikator pacjenta:

Wpłynęło do laboratorium:

Pobranie próbki:

Data wydania wyniku:

Płeć:



W sytuacjach ostrego stresu, poranny wzrost kortyzolu jest wyższy i normalizuje się w trakcie dnia. W przypadku przewlekłego stresu, dzienna krzywa kortyzolu wzrasta, co oznacza, że kortyzol jest stale podwyższony. Jeśli krótkotrwała sytuacja stresowa przedłuży się i zamienia się w stan przewlekły, dzienny rytm kortyzolu staje się „chaotyczny”, co oznacza, że poziomy kortyzolu odstają od normy dla danej pory dnia. Jeśli przewlekły stres trwa dłużej, to w niektórych przypadkach, produkcja kortyzolu ustaje i jego poziom spada poniżej optymalnego poziomu. Obniżony poziom kortyzolu jest obserwowany np. w przypadku syndromu wypalenia.

Pacjenci, którzy regularnie ćwiczą mają niższy poziom kortyzolu niż ci, którzy nie mają aktywności fizycznej. Krótkotrwały wzrost kortyzolu w przypadku ostrego stresu w życiu codziennym jest mniej widoczny u osób, które ćwiczą. Z tego powodu, reakcja organizmu na stres jest mniej wyraźna. U osób starszych, krótkotrwały wzrost kortyzolu pod wpływem stresu jest często znacznie bardziej wyraźny. Reakcja organizmu na stres jest też odpowiednio większa.

Poziom kortyzolu w Twoim organizmie jest obniżony rano.

### **Niedobory kortyzolu:**

Niedobór kortyzolu może być związany z takimi symptomami jak: problemy z porannym wstawaniem oraz przebudzeniem, stałe zmęczenie (mimo odpowiedniej ilości snu), pasywność i apatia, brak energii, problemy z koncentracją, problemy z zapamiętywaniem, obniżona zdolność radzenia sobie z dużym stresem, napady głodu, cukrzyca. Drastycznie obniżony poziom kortyzolu może występować również w przypadku choroby Addisona.

Chroniczny stres może być przyczyną niedoboru kortyzolu. Negatywny efekt przewlekłego stresu może być wzmocniony przez nieregularne odżywianie i niedoborową dietę, jedzenie i picie dla przewyciężenia zmęczenia, brak aktywności fizycznej, brak kontaktów towarzyskich, samotność, zbyt małą ilość aktywności budzącej radość, infekcje, traumatycznymi doświadczeniami (np. utratą bliskiej osoby, wypadkiem, operacją, uzależnieniami), brak snu, zbyt wieloma obowiązkami narzuconymi na siebie (perfekcjonizmem).



Nazwisko, Imię:

Data urodzenia:

Identyfikator pacjenta:

Wpłynęło do laboratorium:

Pobranie próbki:

Data wydania wyniku:

Płeć:



## Dalsza diagnostyka

Niektóre mikroskładniki i aminokwasy są niezbędnymi czynnikami do syntezy neuroprzekaźników. Niedobór neurotransmitterów może być wynikiem zaburzeń wchłaniania. Stres często prowadzi do zaburzeń żołądkowo-jelitowych. To właśnie dlatego odpowiedni stan jelit odgrywa kluczową rolę w przypadku każdego stresu oraz w terapiach mających na celu przywrócenie równowagi neurotransmitterów. Poprawa kondycji jelit powinna zostać rozważona szczególnie w przypadkach gdy problemy jelitowe występują z obniżonym poziomem neurotransmitterów. Wskazane byłoby zatem oznaczenie mikroflory jelitowej i dobranie odpowiednie probiotykoterapii na podstawie badania GutFlora.

Stan zapalny jest jednym z najbardziej powszechnych powodów niedoboru serotoniny. W trakcie stanu zapalnego tryptofan, podstawowy składnik biorący udział w syntezie serotoniny, jest wykorzystywany głównie do syntezy kinureny. To z kolei oznacza, że zbyt mało tryptofanu pozostaje do syntezy serotoniny. Dlatego, w przypadku niedoborów serotoniny, powinna zostać zbadana przyczyna stanu zapalnego. Nadwrażliwość pokarmowa IgG-zależna (badanie FoodPrint) może być jednym z jego powodów. Nietolerancja fruktozy i laktozy również związana jest z niedoborem serotoniny, spowodowanym zmniejszonym wchłanianiem tryptofanu.

Wskazanie	Diagnostyka	Materiał do badania	Badane parametry	Metoda diagnostyczna
<b>Alergia pokarmowa IgG-zależna / przewlekły stan zapalny</b>	FoodPrint	Surowica	Specyficzne przeciwciała IgG przeciwko produktom spożywczym	ELISA
<b>Diagnostyka mikroflory jelit</b>	GutFlora	Kał	Ilościowe oznaczenie bakterii i grzybów przewodu pokarmowego	Posiew mikrobiologiczny

Korelacje przedstawione powyżej nie są dopasowane do aktualnych wyników pacjenta i odnoszą się do ogółu populacji. Lekarz prowadzący, na podstawie indywidualnych wyników oraz objawów pacjenta, powinien zdecydować, która z zalecanych opcji ma stanowić następny krok w terapii.



Nazwisko, Imię:

Data urodzenia:

Identyfikator pacjenta:

Wpłynęło do laboratorium:

Pobranie próbki:

Data wydania wyniku:

Płeć:



## Skrócony wynik parametrów badania STRESSPRINT

Badany parametr	Odpowiedzialny za:	Objawy przy podwyższonym poziomie	Objawy przy obniżonym poziomie
Serotonina	Nastrój Apetyt Sen	Rzadko – z wyjątkiem zespołu serotoninowego i przyjmowania leków podwyższających poziom serotoniny	Depresja Niepokój Trudności ze snem Nadmierny apetyt Bóle głowy Uderzenia gorąca Zaburzenia obsesyjno – kompulsywne
Dopamina	Dobry nastrój Radość i dobre samopoczucie Satysfakcja Koordynacja mięśni Trawienie Pamięć	Dyspepsja Opóźnienia rozwojowe Zaburzenia uwagi / trudności z koncentracją Zaburzenia psychiczne Zaburzenia ze spektrum autyzmu	Uzależnienia Napady głodu Zaburzenia motoryczne Syndrom niespokojnych nóg Choroba Parkinsona
Noradrenalina	Uwaga / skupienie Czułość Pamięć emocjonalna funkcje endokrynne	Niepokój Nadaktywność Nadciśnienie Zespół stresu pourazowego ADHD	Brak energii Trudności z koncentracją Brak motywacji Uczucie odrzucenia Zmienione odczuwanie bólu
Adrenalina	Energia Motywacja Koncentracja Stany pobudzenia	Trudności ze snem Niepokój Zaburzenia uwagi	Zmęczenie / wycieńczenie Problemy z koncentracją Problemy z utratą masy ciała
GABA	Odpoczynek i relaks Nauka Pamięć	Regulacja zwrotna neurotransmiterów pobudzających podczas znieczulenia / leków uspokajających	Niekontrolowany strach Nadaktywność Problemy ze snem
Glutaminian	Nauka Pamięć Stany pobudzenia	Niepokój Uczucie odrzucenia Skurcze Zaburzenia układu immunologicznego Zaburzenia obsesyjno-kompulsywne Autyzm	Zmęczenie/Wycieńczenie Zaburzenia percepcji Schizofrenia
DHEA	Znacznie spada wraz z wiekiem Pomaga w radzeniu sobie ze stresem Aktywuje układ immunologiczny Motywacja	Brak objawów	Zwiększona podatność na stres Złe samopoczucie Depresja Brak hormonów płciowych Zespół napięcia przedmiesiączkowego Problemy menopauzalne
Kortyzol	Adaptacja do zwiększonego poziomu stresu Podwyższanie poziomu glukozy we krwi Hamowanie odpowiedzi immunologicznej Zwiększenie apetytu Obniżanie progu bólu	Problemy ze snem Problemy metaboliczne połączone z nadwagą Zwiększona otyłość brzuszna Podwyższony poziom cholesterolu Nadciśnienie Podatność na infekcje	Problemy z porannym wstawaniem Zmęczenie Pasywność Apatia Zwiększona wrażliwość na ból Zapominanie





Nazwisko, Imię:

Data urodzenia:

Identyfikator pacjenta:

Wpłynęło do laboratorium:

Pobranie próbki:

Data wydania wyniku:

Płeć:



---

## Autoryzacja

Pacjent \_\_\_\_\_, urodzony/a \_\_\_\_\_  
autoryzował.

Wyniki zostały wygenerowane elektronicznie i autoryzowane.



Nazwisko, Imię:

Data urodzenia:

Identyfikator pacjenta:

Wpłynęło do laboratorium:

Pobranie próbki:

Data wydania wyniku:

Płeć:



## WSKAZÓWKI TERAEUTYCZNE DLA SPECJALISTY

W jaki sposób należy korzystać ze wskazówek?

### SZYBKI START

Na pierwszy rzut oka terapia po badaniu StressPrint wydaje się bardzo złożona. Aby lepiej zrozumieć i ułatwić sobie pracę proponujemy, przestrzegać poniżej przedstawionych podstawowych zasad terapii.

### PIERWSZY KROK: regulacja poziomu serotoniny

Serotonina ma duży wpływ na substancje przekąźnikowe i oddziałuje na inne parametry badane w StressPrint. Dlatego odpowiednio wysoki jej poziom będzie pomagał równoważyć inne parametry stresu. Optymalne stężenie serotoniny może się indywidualnie różnić u poszczególnych osób i sięgać górnej granicy normy lub czasami nawet powyżej wartości referencyjnych. U osób z wykazaniem niedoborem serotoniny, jak i osób ze stężeniem serotoniny w prawidłowym zakresie, często w pierwszym etapie warto skoncentrować terapię na podniesieniu jej poziomu, aż do momentu poprawy objawów niedoboru i ogólnego stanu. W następnym kroku po wykonaniu badania kontrolnego należy zająć się regulacją pozostałych parametrów, znajdujących się poza zakresem normy w badaniu StressPrint.

Zwiększanie poziomu serotoniny wydaje się być właściwym pierwszym krokiem terapii. Odpowiednie informacje znajdziesz w dalszej części raportu.

### Ukierunkowanie na objawy

Najważniejszą zasadą terapii jest: ukierunkowanie działań na objawy i stan pacjenta. Wskazówki terapeutyczne są oparte wyłącznie o dane zmierzone w StressPrint. Z tego powodu opisaliśmy różne podejścia terapeutyczne ukierunkowane na różne objawy. Wybierz najbardziej odpowiednie podejście dla swojego pacjenta.

### Wybór należy do ciebie

We wskazówkach zawarliśmy propozycje preparatów, które są zalecane w różnych przypadkach w zależności od celów leczenia. Wybierz preparat według własnego uznania i zgodnie z własnym doświadczeniem oraz preferencjami.

