monTestsanté

Résumé des résultats

Testostérone

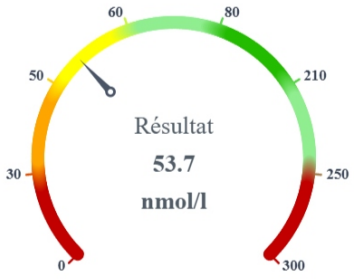
La testostérone est importante pour l'énergie, la force musculaire, la fertilité et votre bien-être général. Ce résultat vous permet de comparer votre taux de testostérone aux valeurs de référence pour votre âge. Un taux faible peut entraîner une baisse d'énergie, de motivation et de force musculaire, voire une augmentation de la graisse abdominale. Dans ce rapport, vous découvrirez la signification de votre résultat, obtiendrez des conseils pratiques pour votre mode de vie et pourrez bénéficier de conseils personnalisés directement auprès de notre coach santé IA.



Référence officielle du laboratoire: 0.29 – 1.67 nmol/l

Vit. D 25-OH

La vitamine D est essentielle pour avoir des os solides, un système immunitaire efficace et un moral stable. Notre corps produit lui-même cette vitamine sous l'influence de la lumière du soleil, mais beaucoup de gens en manquent, surtout en automne et en hiver. Cela peut entraîner des symptômes tels que fatigue, morosité, faiblesse musculaire ou sensibilité aux infections. Dans ce rapport, vous découvrirez la signification de vos résultats, la fourchette de référence standard et vous recevrez des conseils personnalisés sur votre mode de vie afin d'optimiser votre taux de vitamine D.

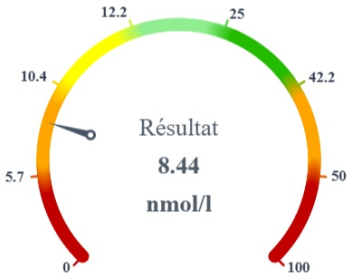


Référence officielle du laboratoire: 75 – 150 nmol/l

Ce document contient des informations personnelles de santé et doit être traité de manière confidentielle.

Acide folique

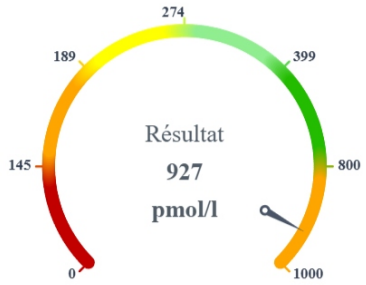
L'acide folique, aussi appelé vitamine B9, est très important pour l'ADN, l'ARN et les globules rouges. Il aide à garder votre énergie, votre concentration et votre bonne humeur, et joue un rôle clé dans la croissance et la réparation des cellules. Une carence peut causer de la fatigue, de l'anémie ou une mauvaise humeur. Dans ce rapport, vous découvrirez ce que tvos résultats signifient et vous recevrez des conseils personnalisés sur votre mode de vie pour améliorer votre taux d'acide folique.



Référence officielle du laboratoire: 10.4 – 42.4 nmol/l

Vitamine B12

La vitamine B12, également connue sous le nom de cobalamine, est une vitamine essentielle qui joue un rôle important dans la production d'énergie, la formation des globules rouges et le fonctionnement du système nerveux. Une carence en vitamine B12 peut entraîner de la fatigue, des problèmes de concentration, des fourmillements dans les mains ou les pieds et une baisse de la résistance. Un excès est rare, mais peut survenir en cas de consommation excessive de compléments alimentaires. Dans ce rapport, vous découvrirez ce que signifie votre résultat personnel en vitamine B12, comment il se situe par rapport aux valeurs de référence et quels conseils en matière de mode de vie peuvent vous aider à optimiser votre valeur.

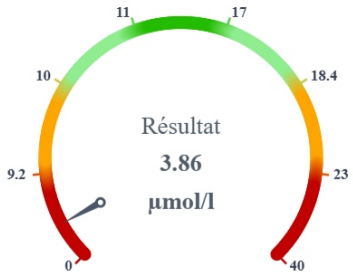


Référence officielle du laboratoire: 145 – 659 pmol/l

Ce document contient des informations personnelles de santé et doit être traité de manière confidentielle.

Zinc

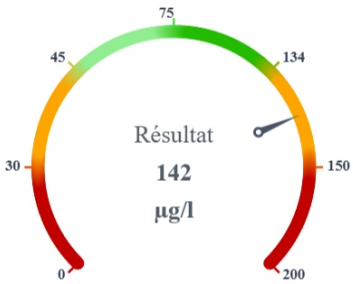
Le zinc est un oligo-élément essentiel qui intervient dans des centaines de processus enzymatiques dans votre corps. Il joue un rôle important dans votre système immunitaire, l'équilibre hormonal, la cicatrisation des plaies, la santé de la peau et les fonctions cognitives. Une carence en zinc peut se traduire par une baisse de la résistance, une perte de cheveux, une cicatrisation lente et une moindre résistance au stress. Dans ce rapport, vous découvrirez la signification de votre résultat en zinc et recevrez des conseils pratiques pour améliorer votre statut en zinc.



Référence officielle du laboratoire: 9.2 – 18.4 µmol/l

Ferritine

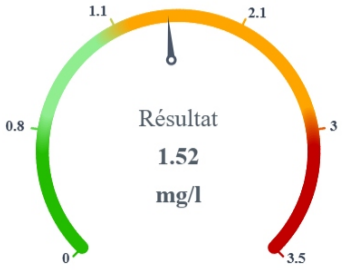
La ferritine est une protéine qui stocke le fer dans votre corps et constitue un indicateur important de vos réserves en fer. Elle nous indique si vous avez suffisamment de fer pour former des globules rouges et produire de l'énergie. Une carence en ferritine peut entraîner de la fatigue, une perte de cheveux, des vertiges ou une pâleur de la peau, tandis qu'un taux trop élevé peut indiquer une accumulation de fer ou une inflammation. Dans ce rapport, vous découvrirez la signification de vos résultats et recevrez des conseils personnalisés pour améliorer ou stabiliser votre taux de ferritine.



Référence officielle du laboratoire: 30 – 150 µg/l

hs-CRP

Le hs-CRP, ou protéine C-réactive à haute sensibilité, est un marqueur qui indique le niveau d'activité inflammatoire dans votre corps. Ces inflammations ne sont pas nécessairement aiguës ou visibles, mais elles donnent une idée de l'intensité avec laquelle votre système immunitaire travaille. Une valeur hs CRP élevée est souvent observée en cas de stress, d'infections, de surpoids, de manque d'exercice physique ou de perturbation du système immunitaire. Les symptômes d'une activité inflammatoire élevée comprennent la fatigue, les douleurs musculaires et articulaires, une mauvaise capacité de récupération et parfois des troubles de l'humeur. Dans ce rapport, vous trouverez des conseils pratiques sur le mode de vie qui vous aideront à réduire ce taux et à améliorer votre santé générale.



Référence officielle du laboratoire: 0 – 3 mg/l

Ce document contient des informations personnelles de santé et doit être traité de manière confidentielle.