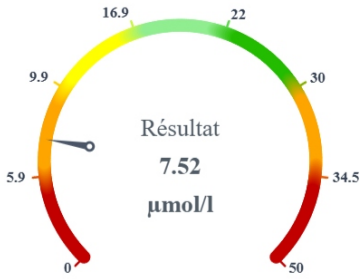
monTestsanté

Résumé des résultats

Le fer

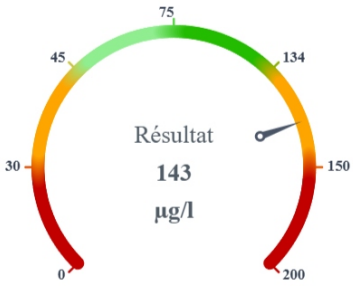
Le fer est un minéral essentiel qui joue un rôle clé dans l'apport en oxygène de votre corps. Il est un composant important de l'hémoglobine, la protéine des globules rouges qui transporte l'oxygène de vos poumons vers tous vos organes et tissus. Une carence en fer peut entraîner de la fatigue, une pâleur de la peau, des vertiges et une diminution de la résistance, tandis qu'un excès peut causer des dommages au foie et au cœur. Dans ce rapport, vous découvrirez la signification de vos résultats et recevrez des conseils personnalisés pour optimiser votre équilibre en fer.



Référence officielle du laboratoire: 5.9 – 34.5 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

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

Calcium

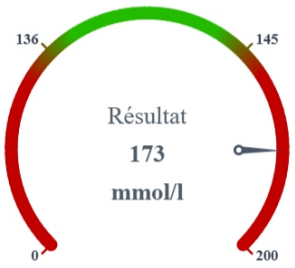
Le calcium est un minéral essentiel surtout connu pour son rôle dans la solidité des os et des dents, mais ses fonctions ne s'arrêtent pas là. Il est indispensable à la contraction musculaire, à la conduction nerveuse, à la coagulation sanguine et à la stabilité du rythme cardiaque. Un taux de calcium insuffisant peut entraîner des symptômes tels que des crampes musculaires, des fourmillements ou, à long terme, de l'ostéoporose. Dans ce rapport, vous pouvez lire la signification de vos résultats et recevoir des conseils sur votre mode de vie et votre alimentation afin de maintenir votre équilibre calcique.



Référence officielle du laboratoire: 2.15 – 2.55 mmol/l

Sodium

Le sodium est un minéral essentiel qui joue un rôle important dans l'équilibre hydrique, la pression artérielle, la fonction musculaire et la conduction nerveuse. Une carence ou un excès peut entraîner des symptômes tels que des vertiges, de la fatigue, des crampes musculaires ou des maux de tête. Le sodium interagissant étroitement avec d'autres électrolytes, cette valeur en dit long sur votre hydratation et votre mode de vie. Dans ce rapport, vous découvrirez la signification de vos résultats et recevrez des conseils pratiques pour maintenir votre équilibre en sodium. Nous vous aidons ainsi, étape par étape, à atteindre une valeur optimale.

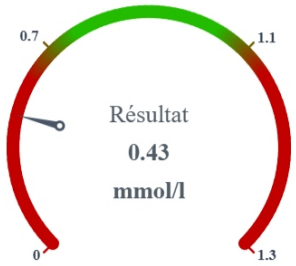


Référence officielle du laboratoire: 136 – 145 mmol/l

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

Magnésium

Le magnésium est un minéral essentiel qui intervient dans des centaines de processus dans votre corps, notamment la relaxation musculaire, la conduction nerveuse, la production d'énergie et la régulation du stress. Un taux de magnésium insuffisant peut se traduire par des symptômes tels que des crampes musculaires, de la fatigue, de l'agitation ou des troubles du sommeil. Le magnésium agit en étroite collaboration avec d'autres minéraux tels que le potassium et le calcium. Dans ce rapport, vous découvrirez la signification de vos résultats et recevrez des conseils sur votre mode de vie et les compléments alimentaires à prendre pour maintenir votre taux de magnésium.



Référence officielle du laboratoire: 0.66 – 1.07 mmol/l

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