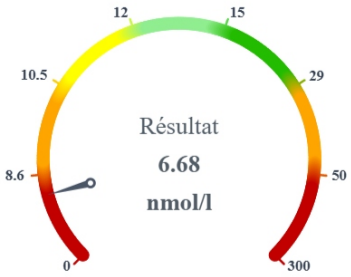
monTestsanté

Résumé des résultats

Testostérone

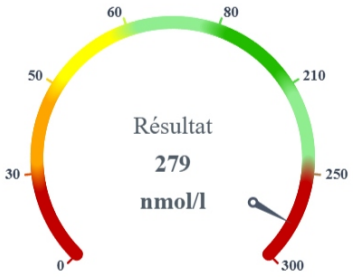
La testostérone est importante pour l'énergie, la force musculaire, la fertilité et votre bien-être général. Ce résultat vous permet de comparer votre taux de testostérone aux valeurs de référence pour votre âge. Un taux faible peut entraîner une baisse d'énergie, de motivation et de force musculaire, 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: 8.64 – 29 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.

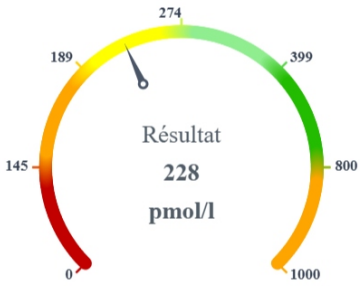


Référence officielle du laboratoire: 75 – 150 nmol/l

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

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

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

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

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 – 400 µg/l

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.