

SYNLAB 



HORMONI

Ključnega pomena za
uravnoteženo delovanje
telesa



HORMONI SO KLJUČNI ZA PRAVILNO DELOVANJE TELESA

Kaj so hormoni, kje nastajajo in zakaj so pomembni

Hormoni tvorijo neke vrste komunikacijski sistem, katerega namen je **prenašanje informacij med različnimi organi** našega telesa. So biokemične snovi, ki jih v večini izločajo hormonalne žleze z notranjim izločanjem in ki se nato po krvi prenašajo po telesu. So **bistvenega pomena za življenje**, saj vplivajo na delovanje celic, tkiv, organov in vseh pomembnih procesov v telesu.

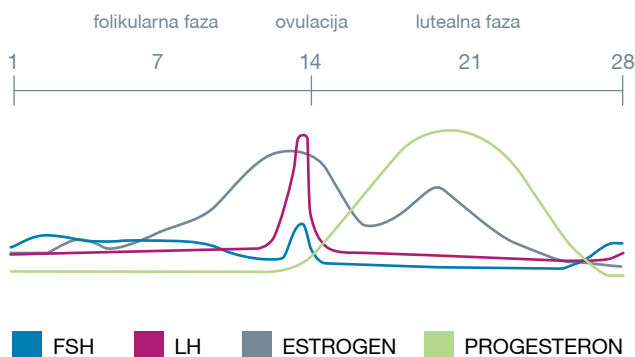
Vpliv hormonov na naše telo

Hormoni vplivajo na naše **vedenje, čustva, imunski sistem, splošno počutje, metabolizem**, odzivanje na **stres, spolni razvoj in plodnost, rast, spanje, videz** in še bi lahko naštevali. Poleg tega so med seboj povezani tako, da vplivajo drug na drugega, zato je pomembno tudi, da so v ravnovesju.

V našem telesu je mnogo različnih hormonov, vsak od njih pa opravlja svojo nalogo.

Izločanje hormonov

Skozi življenje se **koncentracija hormonov v krvi spreminja**; pri nekaterih hormonih ta vrednost niha bolj, pri drugih manj. Nihanje koncentracije hormonov je posebej izrazito v času nekaterih obdobij v življenju, kot so puberteta, nosečnost in menopavza. S starostjo se **izločanje večine hormonov počasi zmanjšuje**. Poleg tega obstajata tudi dnevni in mesečni ritem izločanja posameznih hormonov, ki so mu še posebej podvržene ženske.



Vrednosti ženskih spolnih hormonov se skozi posamezne faze menstrualnega cikla, ki vključuje folikularno, ovulacijsko, lutealno in menstrualno fazo, vsak mesec spreminjajo po specifičnem in predvidljivem vzorcu.

Hormonsko (ne)ravnovesje

Naše **zdravje in dobro počutje** sta odvisna tudi od **hormonskega ravnovesja**. Optimalno ravnovesje med hormoni človeku omogoča tudi optimalno delovanje. Endokrine žleze v normalnih pogojih proizvajajo točno odmerjeno količino posameznega hormona, ki je potreben za različne procese v telesu. **Primanjkljaj ali presežek** tega hormona lahko **privede do hudih motenj in bolezni**.





Kdaj pride do hormonskega neravnovesja

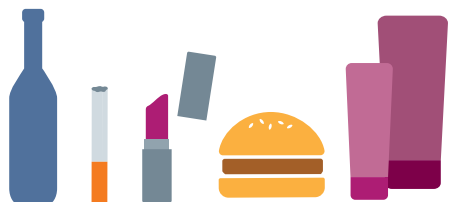
S starostjo in načinom življenja se lahko delovanje žlez in izločanje hormonov spremeni in **ravnovesje** se zato **poruši**. S to težavo se v današnjem času sooča vedno več ljudi. Koncentracija hormonov v telesu je najbolj optimalna okoli 30. leta, nekje **po 40. letu pa začne izločanje** večine hormonov, počasi **upadati**, kar se pri ženskah zgodi hitreje kot pri moških.



Najpogosteje pride do neravnovesja hormonov in s tem povezanih težav v menopavzi pri ženskah oziroma andropavzi pri moških (moška menopavza).

Vzroki za hormonsko neravnovesje

Vzroki, ki vodijo v neravnovesje hormonov, so poleg samega **staranja** in **genetske predispozicije** še **zunanj dejavniki**, kot so kronični stres, premalo gibanja, nepravilna prehrana, prekomerno uživanje alkohola, kajenje, premalo spanja, zdravila, kozmetika, okoljski toksini in drugo. Imenujemo jih hormonski motilci, saj ovirajo in motijo delovanje žlez z notranjim izločanjem.



Znaki hormonskega neravnovesja

i Neravnovesje hormonov se lahko kaže kot **slabo počutje, utrujenost, pomanjkanje energije, spreminjanje razpoloženja, nerazpoloženost, depresija, slab spomin, izguba koncentracije, nespečnost, znojenje, težave s prebavo, napihjenost, naraščanje telesne teže, padec libida, izpadanje las** in **težave s kožo**. Pogoste so tudi težave z **nerednimi menstrualnimi cikli, močnimi menstruacijami, sindromom policističnih jajčnikov** in **neplodnostjo**. Porušeno hormonsko ravnovesje **prispeva tudi k razvoju bolezni sodobnega časa** (diabetes, visok holesterol, visok krvni tlak, srčne bolezni, avtoimune bolezni in rakava obolenja).

Če tudi vi zadnje čase opažate simptome, ki bi lahko bili povezani s hormonskim neravnovesjem, priporočamo, da preverite raven hormonov v svojem telesu.

Testiranje hormonov v sodelovanju z zdravnikom

Hormonske težave in negativni simptomi, ki jih te povzročajo so v porastu. Sami lahko sicer slutite, da je hormonsko neravnovesje krivo za vaše težave, a natančne informacije boste dobili s krvno analizo najpomembnejših hormonov v vašem telesu. Zaradi nihanja koncentracije hormonov v krvi je še posebno pomembno, da upoštevamo, zakaj smo se za testiranje odločili. Od tega je namreč odvisen dan ciklusa za odvzem vzorca za analizo. Svetujemo, da se **o primernem času odvzema krvi za analizo hormonskega stanja posvetujete z zdravnikom**, ki vam bo razložil izvid in po potrebi predpisal nadaljnjo terapijo.

Paket HORMONI vključuje naslednje preiskave:

- **FSH** (folikel stimulirajoči hormon),
- **LH** (luteinizirajoči hormon),
- **prolaktin**,
- **estradiol**,
- **progesteron**,
- **testosteron** (moški spolni hormon),
- **DHEA-S** (dehidroepiandrosterone sulfat),
- **TSH** (ščitnico spodbujajoči hormon) in
- **kortizol** (stresni hormon).

CENA PAKETA > 90 EUR

Na preiskave lahko pridete brez naročanja, v dopoldanskem času in na tešče. Rezultate prejmete še isti dan, tudi po elektronski pošti.

Več informacij > laboratorij@adrialab.si

Ker vemo, da je
ZDRAVJE
dragoceno!

ADRIA LAB d.o.o.

Šestova ulica 2

1000 Ljubljana

Slovenija

Tel. +386 1 436 00 23

- ✓ **Ljubljana**, Šestova 2 > **01/ 436 67 71**
- ✓ **Maribor**, Železnikova 4 > **031 778 444**
- ✓ **Celje**, Vodnikova 3 > **03/ 492 31 10**
- ✓ **Celje – Spec. klin. Dvorec Lanovž**,
Čopova ulica 20 > **03/ 290 90 08**
- ✓ **Koper**, Obrtniška 30 > **059 375 450**

www.synlab.si | laboratorij@adrialab.si

© 2023 Adria lab d.o.o. Vse pravice pridržane. Brez pisnega dovoljenja podjetja Adrialab d.o.o. je prepovedano reproduciranje, distribuiranje, predelava ali druga uporaba v kakršnem koli obsegu ali postopku. Za morebitne napake ne odgovarjamo. Pridržujemo si pravico do sprememb. Zaradi tiska lahko pride do barvnih odstopanj.

03/2023