

VIKTIGA BLODPROVER OCH REFERENSVÄRDEN

OBS! Har fått referensvärden ifrån Mia Lundins + min läkare Jan Toledano i London. Du kommer att märka att de skiljer sig markant ifrån de svenska... Detta beror ju på att Sverige ännu inte har accepterat begreppet Hormonell Obalans!

Progesteron:

Om du fortfarande har mens skall du kolla om ditt progesteron är normalt. Blodprov tas dag 21-24 i din menstruationscykel.

Normalt progesteron: mer än 60 nmol/L

Östrogendominans?

Jag upptäckte min östrogendominans genom salivprov men också genom blodprov. Hade ett värde på 442 pmol/L dagen innan mens. Just den cykeln var 24 dagar lång. Progesteronet låg på 37.9 nmo/L samma dag.

Annars säger Mia att de flesta mår bäst på **180 – 450 pmol/L** (östrogen) men specificerar ingen speciell dag i cykeln...

Min läkare i London säger även att det är mycket viktigt att titta på **förhållandet** mellan Progesteron och Östrogen. Ligger du t ex på 800 någonting i Östrogen och 20 någonting i Progesteron dag 21-24 i din cykel så har du en kraftig Östrogendominans!!!

FSH:

Om du vill ta reda på om du är i klimakteriet så skall du testa FSH dag 3-5 i cykeln.

3 - 10 IE/L är normalt

10 - 20 IE/L visar att du är i förklimakteriet

20 - 25 IE/L och över visar att du är i klimakteriet och behöver östrogen

Om du inte har mens längre kan du ta provet vilken dag som helst.

Testosteron:

Jag har testats tre gånger men det spelar ingen roll hur ofta jag testar mig. Det är bara att konstatera värdet är lågt, lågt och ja just de: lågt.

Mina tidigare värden: 0.6, 0.7 och 0.9

Normalt testosteron: 1.7 – 2.75 nmol/L

DHEA-S:

Första gången jag testade mig (innan jag började med bioidentiska hormoner) låg jag på: 3.2 unmol/L

Normalt DHEA-S: 5.4 – 8.1 unmol/L

Min läkare i London säger att man bör ligga på 5.0 som minst...

Kortisol:

Har testat mig flera gånger och det är lågt varje gång.

Mina värden (innan jag började med bioidentiska hormoner): 226, 337, 273, 381

Testade mig sista gången i april 2013 och då låg jag faktiskt på 402. Kan tyda på att min kropp är på väg att återhämta sig. Men det finns en del kvar att göra på trötthetssidan + ständiga infektioner.

Referensvärde i Sverige: kl 07:00 är: **200-800 nmol/**

ACTH:

Kan vara bra att testa om man har väldigt lågt morgonkortisol som jag hade tidigare. Jag har gjort det testet och det såg bra ut. Det kan ju vara bra att veta att jag har förmågan att lägga benen på ryggen om jag någon dag skulle stöta på ett lejon ☺. Tyvärr säger inte detta test något alls om konsten att tackla den kroniska stress som jag dagligen upplevde år ut och år in, dag efter dag, p g a mina tidigare mycket svåra symtom. Förmågan att klara av den dagliga stressen avspeglar sig i ett lågt morgonkortisol. Binjurarna blir uttröttade och klarar inte av att producera tillräckligt med kortison...

Fritt T3 och T4 + TSH:

Första gången som jag tog blodprov på fritt T3, fritt T4 och TSH var i juli 2011. Detta var *innan* jag började med Armour Thyroid. OBS! de svenska referensvärdena på T3 är **3.6 - 6.3** och som vanligt klarar jag mig knappt över den undre gränsen ☹. Såhär såg mina värden ut då:

T3: 3.9
T4: 17
TSH: 1.58

Lågt på T3, annars ser det bra ut men symtomen var det ju värre med... Nästa gång jag tog proverna var i januari 2012. Jag hade då käkat Armour Thyroid i två månader:

T3: 4.4
T4: 15
TSH: 0.96

Min läkare i London var nöjd över att mitt T3 hade höjts! Ännu mer nöjd blev hon över resultaten på de senaste proverna som hon själv tog på mig när jag var på besök hos dem i oktober 2012. Hon säger såhär: **Your thyroid looks excellent so stick to your half grain of armour**. Hon säger också att T3 bör ligga på minst **5.0** och de svenska referensvärdena är ute och cyklar som vanligt...

T3: 5.3
T4: 16
TSH: 1.40

Antingen har man ett tekniskt fel på sin sköldkörtel med kassa värden eller så ligger problemet på cellnivå. Jag tillhörde den senare kategorin. Symtomen är många, tydliga och besvärliga men syns inte i blodproven och existerar heller inte för den svenska läkarkåren. Idag mår jag mycket bättre. Skall snart ta nya prover igen p g a att jag ökade intaget på Armour Thyroid i maj 2013. Återkommer med dem!

TRAK och TPO:

Om kroppen bildar antikroppar mot sköldkörtelhormonerna så syns det om man tar dessa blodprover.

D-vitamin:

D-vitamin är också bra att testa (ingen av mina sex läkare i Sverige har tagit det provet förut) men det gjorde min läkare i London, också i oktober 2012, och det ligger på 124. Hon säger såhär om provet: **Also perfect. You can take 1-2000IU/day to keep it where it is.**

Ferritin:

Ferritin är det mest intressanta att titta när det gäller blodproven på järn säger min läkare i London. Jag hade ett värde på **54** och referens i Sverige är **13-150**. Men som ni alla vet så ger jag inte mycket för de svenska referensvärdena och får detta bekräftat när Jan (min läkare) säger att man bör ligga på minst **80**... Tar nu flytande järn så får vi se.