

Inhalt

Vorwort	6	KAPITEL 2	
Warum ist Labordiagnostik so wichtig?	8	ELEKTROLYTE (BLUTSALZE)	55
Was sind Laborwerte überhaupt und wo bestimmt man sie?	9	Die Bedeutung von Elektrolyten	56
Worauf sollte man bei der Bestimmung achten?	11	Natrium	56
Einflussfaktoren auf die Laborwerte	12	Kalium	59
Warum wir Referenzwerte kritisch betrachten sollten	14	Kalzium	61
Grundlagen	18	Magnesium	65
		Chlorid	68
		Phosphat	70
KAPITEL 1		KAPITEL 3	
BLUTBILD, BLUTGERINNUNG & EISENSTOFF-WECHSEL	21	ORGANWERTE	73
Unser Blut	22	Unsere Frühwarnsysteme	74
Kleines vs. Großes Blutbild	22	Herz	74
Erythrozyten	23	Leber	80
Erythrozytenindizes	25	Niere	92
Hämoglobin	29	Bauchspeicheldrüse	102
Hämatokrit	31	Magen & Darm	107
Retikulozyten	33		
Thrombozyten	36	KAPITEL 4	
Leukozyten	38	ZUCKER- & FETTSTOFF-WECHSEL	113
Eisenstoffwechsel	44	Blutzuckerwerte	114
		Blutfettwerte	120

KAPITEL 5

**ENTZÜNDUNGS-
WERTE** 134

Stille und aktuelle	
Entzündungen	135
C-reaktives Protein (CRP)	135
Procalcitonin (PCT)	138
Blutsenkungsgeschwindigkeit	139

KAPITEL 6

HORMONE 143

Hormone und Gesundheit	144
Tropine	144
Steroidhormone	151
Iodothyronine & Peptidhormone	168

KAPITEL 7

**VITAMINE &
MINERALIEN** 176

Mangelerscheinungen erkennen	177
Vitamin A	177
B-Vitamine (B1, B2, B3, B5, B6, B7, B9, B12)	180
Vitamin C	188
Vitamin D	190
Vitamin E	194
Vitamin K	196

Zink	198
Kupfer	200
Selen	202
Chrom	204
Mangan	206
Molybdän	208
Bor	210

KAPITEL 8

**PROTEINE &
AMINOSÄUREN** 212

Gesamteiweiß & Serum-Elektrophorese	213
Albumin	216
Sexualhormonbindendes Globulin (SHBG)	217
Homocystein	219
Essentielle und semi-essentielle Aminosäuren	221

Selbstchecks & Fragebögen	224
FAQs	232
Sinnvolle Laborwerte zur Prävention	234
Abschließende Worte	235
Quellen	236
Glossar	244
Register	250
Impressum	256