

Gesundheitsvorsorge für Frauen „50 plus“

Zeit der hormonellen Umstellung



Das Labor
an Ihrer Seite

 Labor Dr. Wisplinghoff



Herausforderung Wechseljahre

Die Wechseljahre, fachsprachlich Klimakterium genannt, bezeichnen bei Frauen eine **Phase hormoneller Umstellungen**, die mehrere Jahre dauert. Meist beginnen sie zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr, bei manchen Frauen setzen die Wechseljahre aber auch früher oder später ein.

Jede Frau erlebt diese Zeit anders: Viele haben keinerlei **klimakterische Beschwerden**, einige nur leichte, wieder andere leiden unter starken Symptomen. Da der Körper in den Wechseljahren zahlreichen hormonellen Veränderungen unterliegt, treten häufig unspezifische Symptome wie Schlafstörungen, Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen, Gewichtszunahme oder Antriebslosigkeit auf.

Um abzuklären, ob diese Beschwerden auf Hormonumstellungen zurückzuführen sind oder ggf. andere Ursachen haben, sind **regelmäßige Gesundheits-Checks** sowie eine **Bestimmung des Hormonstatus** sinnvoll.

Wechseljahrsbeschwerden sind vielfältig. Laboruntersuchungen können dazu beitragen, mögliche Mangelzustände oder Erkrankungen wie Schilddrüsenfunktionsstörungen, Bluthochdruck oder Osteoporose frühzeitig zu erkennen oder auszuschließen.

Was Ihre Blutwerte verraten

Kleines Blutbild

Ein kleines Blutbild liefert Hinweise auf Infektionen, mögliche Anämien (Blutarmut) oder Blutkrankheiten. Dabei wird die Anzahl der roten und weißen Blutkörperchen (Erythrozyten und Leukozyten) sowie der Blutplättchen (Thrombozyten) bestimmt. Darüber hinaus wird die Konzentration des roten Blutfarbstoffs (Hämoglobin) und das Verhältnis der Blutzellen zum Blutplasma (Hämatokrit) erfasst.

Großes Blutbild

Beim großen Blutbild werden zusätzlich die unterschiedlichen Leukozytentypen gezählt und untersucht (Differenzialblutbild).

Blutzucker (Glukose)

Der Blutzuckerspiegel misst den Glukoseanteil im Blut. Ist der Blutzuckerspiegel zu hoch, kann das ein Hinweis auf Diabetes sein. Ist der Blutzuckerspiegel zu niedrig, kann dies auf eine Unterzuckerung (Hypoglykämie) hindeuten.

Vitamin D

Das Hormon ist wichtig für gesunde Knochen, steuert die Calcium-Verwertung und stärkt das Immunsystem. Der Vitamin-D-Spiegel wird durch die Messung von 25-Hydroxy-Vitamin D (Calcidiol) im Blut bestimmt.

Eisen

Um abzuklären, ob bei Ihnen möglicherweise ein Eisenmangel vorliegt, empfiehlt sich die gebündelte Diagnostik der Laborwerte Ferritin, C-reaktives Protein (CRP) und des löslichen Transferrin-Rezeptors (sTfR).

Fettstoffwechsel (Lipidstatus)

In den Wechseljahren erhöht sich das Risiko für Erkrankungen wie Arteriosklerose, Herzinfarkt oder Schlaganfall. Daher sollten Sie Ihre Blutfettwerte regelmäßig bestimmen lassen. Beim Bluttest auf Blutfette werden neben dem Gesamtcholesterin noch die Laborparameter HDL-, LDL-Cholesterin und Triglyceride untersucht.

Hormonstatus

Ein Hormonstatus empfiehlt sich, wenn Sie abklären möchten, ob bestimmte Beschwerden auf Hormonumstellungen zurückzuführen sind. Dabei werden der Progesteron- und Östrogenspiegel (Oestradiol) sowie die Parameter des luteinisierenden Hormons (LH) und des follikelstimulierenden Hormons (FSH) bestimmt.

Knochengesundheit

Der Östrogenmangel in und nach den Wechseljahren beschleunigt den Knochenabbau. Um den Knochenstoffwechsel zu beurteilen und mögliche Mangelerscheinungen zu erkennen, können im Rahmen der Diagnostik die Mineralstoffe Calcium und Phosphat sowie die Parameter Vitamin D, alkalische Phosphatase (AP) und Kreatinin bestimmt werden.

Leberwerte

Erkrankungen der Leber verursachen zunächst meist keine Beschwerden und bleiben daher oft unbemerkt. Zu den Leberwerten gehören die Leberenzyme GOT, GPT und GGT. Sie liefern Hinweise auf die Funktion bzw. eine Schädigung der Leber.

Nierenwerte

Wussten Sie, dass Ihre Nieren den Blutdruck regulieren? Weichen wichtige Nierenwerte vom Normalwert ab, kann das auf eine Erkrankung oder Funktionsstörung hinweisen. Zu den Nierenparametern gehören Kreatinin, Harnstoff und Harnsäure.





Schilddrüse

Die Schilddrüse bildet Hormone, die den Stoffwechsel und die Funktion beinahe aller Organe beeinflussen. Mit zunehmendem Alter nimmt bei Frauen die Häufigkeit an Schilddrüsenerkrankungen zu. Die Symptome wie ungewöhnliche Gewichtszunahme, Herzklopfen oder Unruhe ähneln Wechseljahrsbeschwerden und werden oft falsch interpretiert.

Bei Verdacht auf eine Schilddrüsenentzündung (Thyreoiditis), Überfunktion (Hyperthyreose), Unterfunktion (Hypothyreose), Vergrößerung (Struma) oder Schilddrüsenkarzinom kann die Bestimmung des TSH-Wertes im Blut wertvolle Informationen liefern.

Vitamin B12

Der Körper benötigt Vitamin B12 (Cobalamin) für das Nervensystem, die Blutbildung sowie die Zellteilung. Für eine frühzeitige Diagnostik empfiehlt sich die Messung von Holotranscobalamin (Holo-TC), bei der das tatsächlich zur Verfügung stehende Vitamin B12 bestimmt wird.

Woran erkenne ich die Wechseljahre?

Das **Alter „50 plus“** ist für Frauen eine Zeit der Veränderung. Viele durchlaufen die Wechseljahre (Klimakterium) weitestgehend beschwerdefrei und nehmen sie als **positive Lebensphase** wahr. Andere erleben eine erhebliche Beeinträchtigung ihrer Lebensqualität.

Um herauszufinden, ob bestimmte Beschwerden auf die Wechseljahre zurückzuführen sind oder auf Erkrankungen bzw. Mangelerscheinungen hindeuten, kann die Bestimmung wichtiger Blutwerte sinnvoll sein.

Nicht alle medizinischen Laboruntersuchungen gehören zum Leistungsumfang der gesetzlichen Krankenkassen. Auf Ihren Wunsch hin können Sie diese jedoch als individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL) durchführen lassen und privat bezahlen.

Informationen über viele weitere medizinisch sinnvolle Vorsorgeuntersuchungen der Labormedizin finden Sie unter www.wisplinghoff.de/igel oder indem Sie den QR-Code scannen.



Labor Dr. Wisplinghoff

Labor Dr. Wisplinghoff
Horbeller Str. 18 – 20
50858 Köln
Tel.: +49 221 940 505 0
Fax: +49 221 940 505 950
labor@wisplinghoff.de
www.wisplinghoff.de



Deutsche
Akkreditierungsstelle
D-ML-13062-01-00