

Анализ крови — самый доступный способ узнать о состоянии своего здоровья.

Когда вы хотите узнать о своём здоровье, много интересного можно узнать как раз из анализа крови.

На сегодняшний день доступны сотни различных анализов крови, а в научных лабораториях — и того больше. Однако самым распространённым до сих пор остаётся общий клинический анализ крови.

Общий анализ крови

Это тот самый «анализ крови из пальца», который мы первым делом сдаём в поликлинике, когда заболеваем. Выполняя его, лаборант подсчитывает содержание клеток в представленном образце. В крови человека встречаются несколько видов клеток. Наиболее многочисленные среди них — эритроциты, ответственные за перенос кислорода к тканям и органам. Они выполняют эту функцию благодаря находящемуся в них белку — гемоглобину. Уменьшение количества эритроцитов или гемоглобина называется анемией. Человек при этом быстрее устаёт и постоянно испытывает недомогание.

Также в крови находятся несколько видов лейкоцитов, призванных защитить организм от инфекции. Поэтому когда мы заболеваем, скажем, простудой, количество лейкоцитов в крови растёт. Иммунная система отправляет их справиться с возникшей проблемой. К слову, это не единственный показатель, меняющийся при инфекции: обычно наблюдается также увеличение СОЭ (расшифровывается как «скорость оседания эритроцитов»).

И наконец, в крови имеются тромбоциты. Эти клетки помогают останавливать кровотечение, когда повреждается стенка сосуда. По сравнению с другими компонентами крови, их содержание более стабильно, и для не специалиста этот показатель не особенно важен.

Разумеется, это не полный набор показаний, но в других случаях анализы всё же должен назначать врач. Для плановой проверки здоровья сдавать общий анализ крови можно один-два раза в год, этого вполне достаточно.

Биохимический анализ крови

Биохимический анализ крови позволяет узнать гораздо больше. Строго говоря, это даже не один анализ, а измерение содержания целой группы

веществ, обычно содержащихся в крови человека. Фиксированного набора показателей в биохимическом анализе крови нет, так что назначать его и оценивать результаты должен врач (здесь всё сложнее, чем в случае с общим анализом).

Как правило, в рамках биохимического анализа крови определяются печёночные ферменты (АлАТ, АсАТ), глюкоза, общий белок крови, холестерин, мочевина, креатинин и некоторые другие вещества, циркулирующие в крови. По изменению их содержания можно оценить состояние обмена веществ, заподозрить различные заболевания или предрасположенность к ним.

Какие анализы крови нужно сдавать регулярно

Анализ крови лишь даёт информацию о состоянии организма. Не существует идеально точных анализов, более того — они отражают далеко не полную картину состояния вашего тела. Поэтому на основании одних только «плохих» анализов ставить диагноз нельзя. После тщательного обследования это может сделать лишь врач, а роль анализов состоит в том, чтобы помочь ему в этом.

Если у вас есть симптомы болезни — обратитесь к врачу. Не стоит заниматься самодиагностикой и самолечением. Самостоятельно можете лишь сдать общий анализ крови — он поможет выявить инфекцию или фоновую анемию.

Если же у вас нет определённых симптомов, и вы просто хотите контролировать своё здоровье, в молодом возрасте достаточно сдавать анализы один раз в год. В их число должен входить не только общий анализ, но и биохимический. Целесообразно сдать кровь на глюкозу, холестерин с липидным профилем, АлАТ и АсАТ, билирубины, креатинин и мочевину. При наличии медицинских показаний этот набор может быть расширен.