

Blutentnahme

Die venöse Blutentnahme ist das Standardverfahren zur Blutgewinnung. Bitte beherzigen Sie die folgenden Hinweise vor der Blutentnahme, um eine Verfälschung der Blutwerte zu vermeiden. Bei Fragen melden Sie sich gerne.

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit

Vor der Blutentnahme

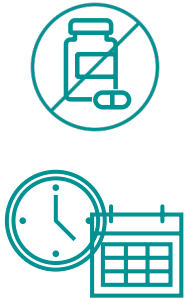
Kein Alkoholgenuss 24 Stunden vor der Blutentnahme!

Keine Nahrungsaufnahme 12 bis 14 Stunden vor der Blutentnahme! Das bedeutet ein leichtes Abendessen am Vorabend und danach nur Getränke wie Wasser oder ungesüßter Tee. Sollte ein „kleines Frühstück“ erlaubt sein, werde ich Sie darüber informieren.

Bitte verzichten Sie vor der Blutentnahme ebenso auf **Extremsport** wie z.B. langes Radfahren oder Laufen.



Medizinische Anforderungen



Für eine Blutentnahme ist es sinnvoll alle **Nahrungsergänzungsmittel** 48h vorher vorübergehend auszusetzen – Nahrungsergänzungsmittel mit Biotin (s. Zutatenliste), bitte 1 Woche vorher absetzen. Nach der Blutentnahme einfach wieder dem Einnahmeplan folgend anfangen.

Medikamente bitte nicht ohne vorherige Absprache mit dem verschreibenden Arzt absetzen. Die Einnahme wird ggf. In den Ergebnissen berücksichtigt werden.

Entspannung

Schauen Sie der Blutentnahme ruhig entgegensehen gönnen Sie sich im Wartezimmer noch **fünf Minuten entspannten Sitzens**. Stress kann bestimmte Ergebnisse verfälschen.

Achten Sie darauf, dass Sie bei allen Blutabnahmen immer die gleiche Körperlage einnehmen – im Sitzen oder im Liegen.

