

## Come si Legge l'analisi del sangue?

Scritto da Tommaso Ticali

Martedì 06 Aprile 2010 12:05 - Ultimo aggiornamento Giovedì 03 Giugno 2010 18:36

---



E' buona norma per gli sportivi, effettuare periodicamente l'esame del sangue, per verificare lo stato di salute o ed eventuali carenze di vitamine, calcio, ferro ect..., in modo da intervenire prontamente con l'integrazione alimentare o medica.

VEDIAMO COME SI LEGGE L'ESAME DEL SANGUE:

### **Emocromo:**

Serve a "contare" i globuli bianchi (se sono alti: infiammazioni), rossi (se sono bassi: anemie) e piastrine (problemi di coagulazione).

### **HCT (Ematocrito):**

## Come si Legge l'analisi del sangue?

Scritto da Tommaso Ticali

Martedì 06 Aprile 2010 12:05 - Ultimo aggiornamento Giovedì 03 Giugno 2010 18:36

---

Dice il volume totale dei globuli rossi rispetto al sangue: se è alto, sale il rischio di infarto, trombosi, ictus.

### **HB (Emoglobina) :**

Valori fuori norma indicano problemi legati al ferro.

### **MCV (Volume Colesterolo globulare medio)**

Se il valore è alterato, segnala anemia, carenza di ferro o vitamina B12.

### **MCHC(Concentrazione media dell'emoglobina corpuscolare)**

Diminuisce in caso di carenza di ferro e aumenta in seguito ad anemia emolitica. Più spesso, è usato come indice di controllo, dato che si altera raramente.

### **Formula leucocitaria**

Fornisce i valori delle varie sottopopolazioni di globuli bianchi. Le alterazioni dei valori medi hanno vari significati: allergie, asma (innalzamento di eosinofili e basofili), stati infiammatori (innalzamento dei neutrofili), anche tumori (innalzamento di neutrofili, monociti e linfociti) e molti altri disturbi ancora.

### **Colesterolo**

## **Come si Legge l'analisi del sangue?**

Scritto da Tommaso Ticali

Martedì 06 Aprile 2010 12:05 - Ultimo aggiornamento Giovedì 03 Giugno 2010 18:36

---

Se è alto, indica abusi dietetici e la predisposizione a malattie cardiovascolari (c'è però differenza tra il colesterolo in via di eliminazione, HDL, e quello in via di accumulazione, LDL).

### **Transaminasi**

Sono gli enzimi epatici: se il loro numero aumenta, segnalano malanni al fegato.