



510008DE Muster

Muster, 510008DE

geb. 01.01.2000 w

Barcode 42830366

Labornummer 2202173715

Probenabnahme am 17.02.2022

Probeneingang am 17.02.2022 14:37

Ausgang am 12.06.2024

Befundbericht

Endbefund, Seite 1 von 2

Benötigtes Untersuchungsmaterial: Serum Kapillarblut

Eisenmangel Test

Untersuchung	Ergebnis	Einheit	Vorwert	Referenzbereich/ Nachweisgrenze
--------------	----------	---------	---------	------------------------------------

Klinische Chemie

Eisenmangel-Bluttest

Ferritin** 21,0 ng/ml  10,0 - 291,0

Niedrige Ferritinwerte weisen unabhängig davon, ob eine Anämie besteht, auf einen Eisenmangel hin. Für weitere Diagnostik bzw. zu weitergehenden Beurteilung einer Anämie wird die Bestimmung des löslichen Transferrinrezeptors (sTFR) empfohlen. Beachtenswert: Ferritinwerte < 70 ng/ml können von einem telogenen Effluvium (latenter Haarausfall) begleitet sein.

Mikronährstoffdiagnostik - Befundinterpretation

Ferritin

Der Ferritinspiegel als Indikator des abgespeicherten Eisen im Körper liegt **im Normbereich**.

Als **Ferritin** wird ein Proteinkomplex bezeichnet, der als **Speicherstoff für Eisen** dient und daher auch **als Depot-Eisen** bezeichnet wird. Ferritin findet sich vorwiegend in Leber, Milz und im Knochenmark. Physiologisch sind **ca. 10-25 % des gesamten Eisens im Ferritin gespeichert**.

Obwohl sich Ferritin überwiegend intrazellulär (innerhalb der Zellen) befindet, ist die Ferritinkonzentration im Blut ein Maß für den gesamten Eisenspeicher des Organismus. Die Bestimmung des Ferritinspiegels hilft beispielsweise **bei der Diagnose von Anämien, chronischen Entzündungen oder Hämochromatose**.

Die Normwerte für Ferritin sind alters- und geschlechtsabhängig.

Bitte beachten Sie:



Gute Eisenlieferanten:

- ▶ rotes Fleisch, Leber
- ▶ Linsen, Sojabohnen
- ▶ Nüsse und Samen: Cashewkerne, Pistazien, Sesam
- ▶ Haferflocken, Weizenkleie
- ▶ grünes Gemüse: Spinat, Mangold

Pflanzliche Eisenquellen sind allerdings aufgrund der schlechteren Aufnahme nicht mit tierischen Eisenquellen vergleichbar. **Vitamin C-haltige Nahrungsmittel fördern die Aufnahme von Eisen** in den Körper.

Ein Ferritinwert **innerhalb der Referenzbereiche schließt einen Eisenmangel nicht immer aus**. Daher sollten zur **Diagnostik des Eisenmangels** neben Ferritin als Marker des Speichereisens auch das **kleine Blutbild** zur Erkennung einer Anämie, **CRP** als Entzündungsmarker und der **lösliche Transferrinrezeptor (sTfR)** als Marker des funktionellen Eisenmangels bestimmt werden.

Eisenresorption

Von der täglich aufgenommenen Eisenmenge werden **nur etwa 10%**, bei Eisenmangel bis maximal 30% im oberen Dünndarm **absorbiert**. Der **Mensch** kann sowohl zweiwertiges als auch dreiwertiges Eisen aufnehmen, jedoch **nur zweiwertiges Eisen resorbieren**. Dreiwertiges Eisen wird durch die Magensäure in zweiwertiges, gut bioverfügbares Eisen reduziert.

Zur individuellen Besprechung der übermittelten Laborergebnisse setzen Sie sich bitte mit einem Arzt oder Therapeuten in Verbindung.

Medizinisch validiert durch Dr. med Patrik Zickgraf und Kollegen.
Dieser Befund wurde maschinell erstellt und ist daher auch ohne Unterschrift gültig.

Die mit * gekennzeichneten Untersuchungen wurden von einem unserer Partnerlaboratorien durchgeführt.

** Untersuchung nicht akkreditiert