

Wykonanie podstawowych badań laboratoryjnych może zasugerować nam istniejące już problemy zdrowotne, które bardzo często można poprawić samą dietą lub wprowadzeniem odpowiedniej suplementacji, dlatego warto je wykonywać raz do roku.

Do takich badań należą:

- morfologia z rozmazem
- ALT, AST, GGTP, bilirubina
- homocysteina,
- profil lipidowy
- mocznik, kreatynina
- CRP
- glukoza i insulina na czczo,
- TSH, fT<sub>3</sub>, fT<sub>4</sub>
- witamina D<sub>3</sub>