




31002DE Muster

Muster, 31002DE
geb. 15.03.1988 w
Barcode 42753985
Labornummer 2107292303
Probenabnahme am 29.07.2021
Probeneingang am 29.07.2021 13:04
Ausgang am 29.07.2021

Befundbericht

Endbefund, Seite 1 von 2

Benötigtes Untersuchungsmaterial: Urin

Untersuchung	Ergebnis	Einheit	Vorwert	Referenzbereich/ Nachweisgrenze
Klinische Chemie				
Kreatinin i. Urin (Jaffé)	1,00	g/l		0,25 - 2,00
Mikronährstoffe				
Iod i. Urin	96,0	µg/g Kreatinin		> 105
			Iod/Kreatinin Verhältnis (µg/g) Iodversorgung < 25 Schwerer Iodmangel 25 - 50 Moderater Iodmangel 50 - 100 Leichter Iodmangel >= 100 Adäquate Iodversorgung	

Übersicht Indikation für ernährungsmedizinische Therapie bezüglich

- Iod

Mikronährstoffdiagnostik - Befundinterpretation

Iod im Urin

Die **Iodausscheidung** im Urin, die **unterhalb der wünschenswerten Bereiche liegt**, dient der Beurteilung der Iodversorgung. Eine Veränderung der Ernährungsgewohnheiten sowie der Gebrauch von iodiertem Speisesalz sollten diskutiert werden. Eine kurzfristige, moderate Supplementierung mit ca. 50µg Jodid pro Tag als Nahrungsergänzung ist sinnvoll.

Bis Mitte der 90er Jahre galt Deutschland unzweifelhaft als Iodmangelland. In den letzten Jahren hat sich die Iodversorgung allerdings erheblich verbessert, teilweise muss sogar mit einer alimentären Iodübersorgung gerechnet werden. Dennoch zeigen die Untersuchungen, dass aufgrund individueller Ernährungsgewohnheiten

immer noch Iodmangelsituationen auftreten.

Der Tagesbedarf wird mit 180 – 200µg angegeben. Fische und Meeresfrüchte sind besonders iodreich. Iod ist unerlässlich für die Biosynthese der Schilddrüsenhormone. Ein intrathyreoidaler Iodmangel führt durch Anregung von Wachstumsfaktoren zu einer Zellvermehrung, wodurch die Schilddrüsenvergrößerung (Struma) resultiert. Um bereits pränatale Auswirkungen eines Iodmangels zu verhindern, sollten werdende Mütter routinemäßig auf eine Iodunterversorgung gescreent werden, zumal die Stillphase besonders für einen Iodmangel prädisponiert (der tägliche Bedarf der Stillenden steigt auf 300 µg täglich). Ein unerkannter Iodmangel im Kindes- und Jugendalter führt zu Müdigkeit, Lern- und Konzentrationsstörungen. Bereits ein mäßiger Iodmangel zieht aufgrund der sich daraus ableitenden Schilddrüsenstörung einen nachweisbar niedrigeren IQ nach sich als bei Kindern mit ausreichender Versorgung.

Symptome im Erwachsenenalter im Rahmen der Iodmangel-Hypothyreose: Vitalitätsverlust, rasche Ermüdbarkeit, hohes Schlafbedürfnis (oftmals in Verbindung mit Durchschlafstörungen), Stimmungslabilität, Konzentrations- und Gedächtnisschwäche, Kälteintoleranz, Haarausfall, Fertilitätsstörungen sowie Obstipation. Ein hoher Anteil der Iodmangel-Patienten klagt über Hörminderung und Tinnitus. Parästhesien und Muskelkrämpfe lassen sich bei ca. 5% der Betroffenen nachweisen. Die Iodmangelinduzierte Hypothyreose, die arteriosklerotische Frühveränderungen verursacht, gilt als Schrittmacher der Gefäßsklerose.

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.