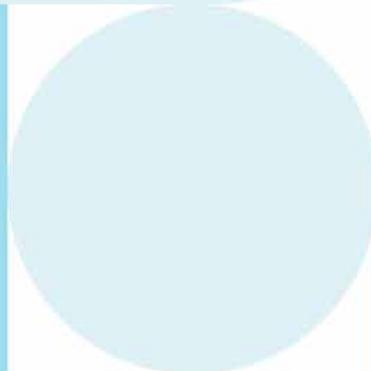
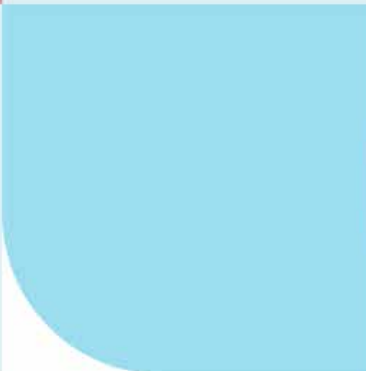
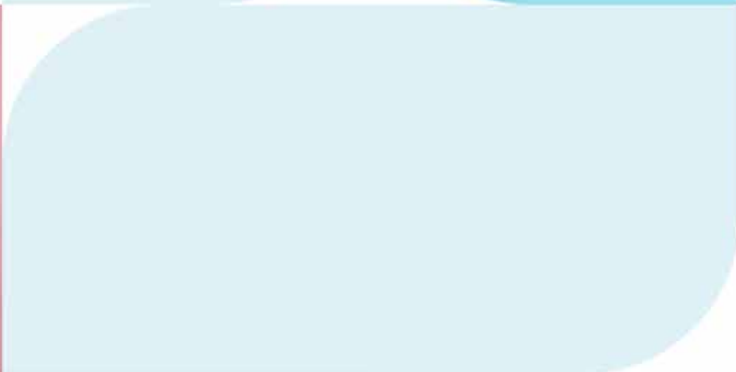




Test report



At-home test



Hormontest Man

 Labb test

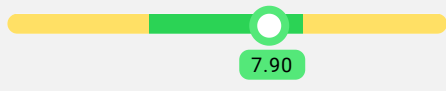
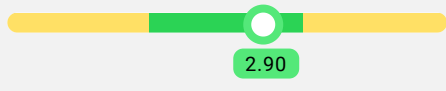
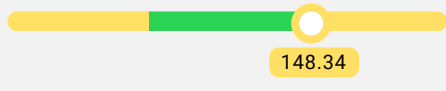
 Saliv

Namn: **Sample Report** Datum för test: **09/01/2023** Analys-ID: **DUMMY-21**

Ditt resultat

Vårt test har mätt din nivå av följande hormoner: Kortisol, DHEA, Östrogen och Progesteron. Dina resultat ligger så här:

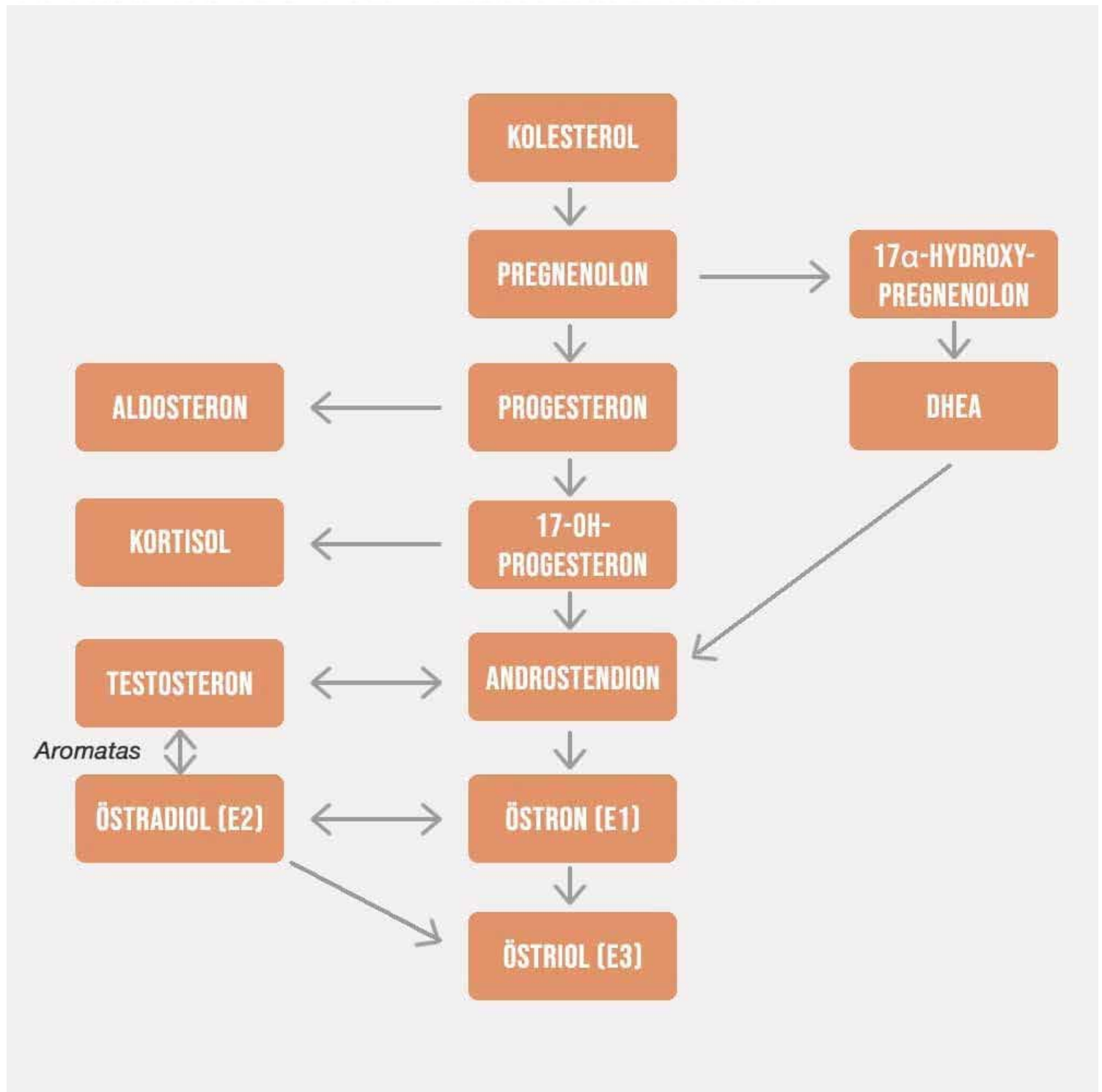
Hormontest Man

Namn	Ditt värde	*Referensvärde	Skala
Kortisol	 7.90 ng/ml	3 - 9 ng/ml	
DHEA	 929.70 pg/ml	120 - 680 pg/ml	
Östrogen	 2.90 pg/ml	1,5 - 3,3 pg/ml	
Progesteron	 57.00 pg/ml	23,8 - 58 pg/ml	
Testosteron	 148.34 pg/ml	47,2 - 136,2 pg/ml	
Ratio Progesterone/Estrogen	 19.69 mg/ml	30 - 50 mg/ml	

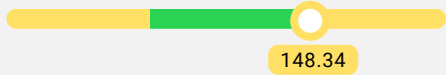
* Referensvärdena är endast vägledande och kan variera mellan olika laboratorier.

Introduktion

Att man undersöker hormonella nivåer via vårt test är förstås ett viktigt verktyg för att utvärdera den hormonella hälsan. Vi har tagit fram ett test som kan hjälpa dig att förstå din hormonella hälsa och vilka åtgärder du kan vidta. Testet är avsett för att ge dig en översikt över dina hormonella nivåer och hjälpa dig att förstå vad de betyder för din hälsa. Testet är inte avsett att ersätta en läkare eller annan hälsoprofessionell.



Testosteron

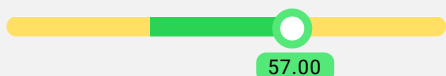
Namn	Ditt värde	Referensvärde	Skala
Testosteron	 148.34 pg/ml	47,2 - 136,2 pg/ml	

Testosteron är ett av de viktigaste hormonen och bidrar till energi, uthållighet, muskelstyrka och lust. Testosteron styr också metabola processer såsom fettförbränning, blodsockerreglering, produktionen av röda blodkroppar, bekämpar åldersrelaterade sjukdomar, styr tillväxt, motverkar föga blodtryck och styrker immunförsvaret.

Låga nivåer testosteron kan leda till förlust av muskelstyrka och lust, ångest, depression, förlust av affektiva energi och mindre energi.

För höga nivåer testosteron kan leda till aggression, ökad tillväxt av hår och öka under puberteten.

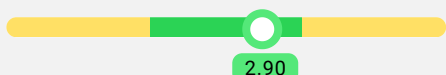
Progesteron

Namn	Ditt värde	Referensvärde	Skala
Progesteron	 57.00 pg/ml	23,8 - 58 pg/ml	

Progesteron är viktigt för både kvinnor och män eftersom det har betydelse både för dräktighet, barnslut och testosteron och reglerar till följd av hormonsjukdomar. Progesteron bidrar till barnsvensk, fettlagring, produktionen, humör, sömnen, menstruationscykeln, fertiliteten, gestation, minskar även glukoströsk och blodsockernivåerna i kroppen. Progesteron kan även fungera som en antagonist till östrogen men kan också samverka med östrogen.

För låga nivåer progesteron kan också relatera till depression, aggression, ångest, humörsvängningar, energiförlust, viktminskning, ökad, barnsvensk och blodtryck.

Östrogen

Namn	Ditt värde	Referensvärde	Skala
Östrogen	 2.90 pg/ml	1,5 - 3,3 pg/ml	

Östrogen är en grupp av hormoner som omfattar östron (E1), östradiol (E2) och östron (E3).

Östradiol (E2)

Östradiol (E2) är ett av de viktigaste hormonen och bidrar till energi, uthållighet, muskelstyrka och lust. Östradiol styr också metabola processer såsom fettförbränning, blodsockerreglering, produktionen av röda blodkroppar, bekämpar åldersrelaterade sjukdomar, styr tillväxt, motverkar föga blodtryck och styrker immunförsvaret.

För höga nivåer östradiol kan leda till förlust av energi, ångest, depression, humörsvängningar, energiförlust, viktminskning, ökad, barnsvensk och blodtryck.

Låga nivåer av östradiol kan leda till förlust av energi, ångest, depression, humörsvängningar, energiförlust, viktminskning, ökad, barnsvensk och blodtryck.

Intag av extra hormoner

En avsevärd mängd av extra hormoner blir alltid överlagrad i kroppen eller utsöndras i urinen av kroppen. I överlagrad testosteron kan hormoner mätas i blodet.

Om du tar ett intag av hormoner, så kan det vara en bra idé att ta ett blodprov för att se om du har en ökad nivå av testosteron i blodet. Detta kan hjälpa dig att förstå om du har en ökad nivå av testosteron i blodet.

Naturliga sätt att öka testosteron

Medan styrketräning och kost intag och sömning kan bidra till att öka din naturliga produktion av testosteron, kan naturliga tillägg som vitaminer och mineraler också bidra till att öka din naturliga produktion av testosteron. Men det är viktigt att komma ihåg att testosteron är en naturlig produkt av kroppen och inte något som kan ökas utanför kroppen. Detta betyder att du inte kan öka din naturliga produktion av testosteron utanför kroppen.

Om du har en ökad nivå av testosteron i blodet, så kan det vara en bra idé att ta ett blodprov för att se om du har en ökad nivå av testosteron i blodet. Detta kan hjälpa dig att förstå om du har en ökad nivå av testosteron i blodet.

Om du har en ökad nivå av testosteron i blodet, så kan det vara en bra idé att ta ett blodprov för att se om du har en ökad nivå av testosteron i blodet. Detta kan hjälpa dig att förstå om du har en ökad nivå av testosteron i blodet.

Vitaminer och mineraler som vitaminer och mineraler kan bidra till att öka din naturliga produktion av testosteron. Men det är viktigt att komma ihåg att testosteron är en naturlig produkt av kroppen och inte något som kan ökas utanför kroppen. Detta betyder att du inte kan öka din naturliga produktion av testosteron utanför kroppen.

Att undvika vid lågt testosteron

Följande kan påverka din naturliga produktion av testosteron negativt: alkohol, nikotin, koffein, smärtsamma tillstånd och fysisk aktivitet.

Sänka östrogen

Följande faktorer kan bidra till att sänka din naturliga produktion av testosteron:

- Zink
- Magnesium
- Selen
- Den naturliga tillståndet i kroppen
- Testosteron
- Testosteron

Testosteron är en hormon som hjälper till att öka din naturliga produktion av testosteron. Detta kan hjälpa dig att förstå om du har en ökad nivå av testosteron i blodet.

Höja progesteron

Följande läkemedel har potentiellt höjande effekt på dina nivåer till ett högt progesteron:

- Vitamin B6
- Agnus castus/Vitex (munkgädda)
- Angelica
- Borärris
- Vitamin C
- Zink

Vitamin B6 och zink bidrar till ett progesteron som kan vara tillräckligt högt.

Sänka progesteron

Följande läkemedel har potentiellt höjande effekt på dina nivåer till ett lågt progesteron:

- Glukokortikoider
- Filgrastim

Detta test avser inte att bestämma din hormonella hälsa. Det är viktigt att du upplever alla dina symtom.

