

| Kategorie         | Wert                      | Normalbereich / Bewertung            | Bedeutung                                                |
|-------------------|---------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| Blutzellen        | Leukozyten                | 4.000-10.000/µl                      | Zeigen Infektionen oder Immunreaktionen an               |
| Blutzellen        | Erythrozyten              | M: 4,5-5,9 Mio/µl, F: 4,1-5,1 Mio/µl | Transportieren Sauerstoff im Körper                      |
| Blutzellen        | Hämoglobin                | M: 14-18 g/dl, F: 12-16 g/dl         | Eisenreicher Proteinkomplex für Sauerstofftransport      |
| Blutzellen        | Hämatokrit                | M: 42-50%, F: 37-45%                 | Anteil der roten Blutkörperchen am Gesamtblut            |
| Blutzellen        | Thrombozyten              | 150.000-400.000/µl                   | Für die Blutgerinnung zuständig                          |
| Blutfette         | Gesamtcholesterin         | Unter 200 mg/dl                      | Summe aller Cholesterinarten                             |
| Blutfette         | LDL-Cholesterin           | Unter 116 mg/dl                      | "Schlechtes" Cholesterin, lagert sich in Gefäßen ab      |
| Blutfette         | HDL-Cholesterin           | M: >40 mg/dl, F: >50 mg/dl           | "Gutes" Cholesterin, transportiert Fette ab              |
| Blutfette         | Triglyceride              | Unter 150 mg/dl                      | Energiespeicher, bei Übermaß gefäßschädigend             |
| Blutzucker        | Nüchtern-Blutzucker       | 70-100 mg/dl                         | Blutzuckerspiegel nach 8-12 Stunden ohne Nahrung         |
| Blutzucker        | HbA1c                     | Unter 5,7%                           | Langzeitzucker, zeigt Durchschnitt der letzten Wochen    |
| Blutzucker        | Glukose 2h nach Belastung | Unter 140 mg/dl                      | Blutzucker nach Zuckerbelastungstest                     |
| Leberwerte        | GOT (AST)                 | Bis 35 U/l                           | Enzym, das bei Leberzellschäden freigesetzt wird         |
| Leberwerte        | GPT (ALT)                 | Bis 35 U/l                           | Leberspezifisches Enzym, empfindlicher Marker            |
| Leberwerte        | Gamma-GT                  | M: bis 60 U/l, F: bis 40 U/l         | Zeigt Gallenwegsprobleme oder Alkoholschäden             |
| Leberwerte        | Bilirubin                 | 0,2-1,2 mg/dl                        | Abbauprodukt des roten Blutfarbstoffs                    |
| Leberwerte        | Albumin                   | 35-50 g/l                            | Von der Leber produziertes Protein                       |
| Nierenwerte       | Kreatinin                 | M: 0,8-1,3 mg/dl, F: 0,6-1,1 mg/dl   | Abbauprodukt der Muskeln, wird über Nieren ausgeschieden |
| Nierenwerte       | Harnstoff                 | 10-50 mg/dl                          | Endprodukt des Proteinstoffwechsels                      |
| Nierenwerte       | GFR                       | Über 90 ml/min/1,73m²                | Maß für die Nierenfunktion                               |
| Nierenwerte       | Harnsäure                 | M: 3,6-8,2 mg/dl, F: 2,3-6,1 mg/dl   | Kann bei Erhöhung zu Gicht führen                        |
| Schilddrüse       | TSH                       | 0,4-4,0 mU/l                         | Steuerhormon der Hirnanhangdrüse                         |
| Schilddrüse       | ft3                       | 2,3-4,2 pg/ml                        | Aktives Schilddrüsenhormon                               |
| Schilddrüse       | ft4                       | 0,8-1,8 ng/dl                        | Speicherform des Schilddrüsenhormons                     |
| Schilddrüse       | Anti-TPO                  | Unter 60 U/ml                        | Antikörper gegen Schilddrüsenenzym                       |
| Entzündungsmarker | hs-CRP                    | Unter 1,0 mg/l                       | Kaum chronische Entzündung                               |
| Entzündungsmarker | hs-CRP                    | 1,0-3,0 mg/l                         | Moderate chronische Entzündung                           |
| Entzündungsmarker | hs-CRP                    | Über 3,0 mg/l                        | Deutliche chronische Entzündung                          |
| Homocystein       | Homocystein               | Unter 10 µmol/l                      | Kein erhöhtes Risiko                                     |
| Homocystein       | Homocystein               | 10-15 µmol/l                         | Leicht erhöhtes Risiko                                   |
| Homocystein       | Homocystein               | Über 15 µmol/l                       | Deutlich gesteigertes Herz-Kreislauf-Risiko              |
| Lipoprotein(a)    | Lipoprotein(a)            | Unter 30 mg/dl                       | Normal                                                   |
| Lipoprotein(a)    | Lipoprotein(a)            | 30-50 mg/dl                          | Grenzwertig erhöht                                       |
| Lipoprotein(a)    | Lipoprotein(a)            | Über 50 mg/dl                        | Deutlich erhöht                                          |
| Vitamin D         | Vitamin D                 | Unter 20 ng/ml                       | Schwerer Mangel                                          |
| Vitamin D         | Vitamin D                 | 20-30 ng/ml                          | Mangel                                                   |
| Vitamin D         | Vitamin D                 | 30-50 ng/ml                          | Ausreichend                                              |

| Kategorie | Wert      | Normalbereich / Bewertung | Bedeutung     |
|-----------|-----------|---------------------------|---------------|
| Vitamin D | Vitamin D | 50-70 ng/ml               | Optimal       |
| Vitamin D | Vitamin D | Über 100 ng/ml            | Überdosierung |

Quelle: <https://www.gesundheitsjournal.de/4584/grosses-blutbild-werte-tabelle>