



Dr. med. Peter Meier  
Dr. med. Verena Meier  
Dr. med. Joanna Zuppinger

Hauptstrasse 40  
4450 Sissach

061 971 25 75

[info@praxis-bischofstein.ch](mailto:info@praxis-bischofstein.ch)

Notfall-Telefon: 079 279 25 45

**Termine online buchen:**

<https://www.praxis-bischofstein.ch/anmeldung/>

## Wichtige Hinweise für die bevorstehende Blutentnahme

**Buchen Sie den Labor- und den Arzttermin je einzeln. Bei Jahreskontrollen findet immer zuerst der Arzt- und anschliessend der Labortermin statt.**

- A. lassen Sie alle Vitamine und Nahrungsergänzungsmittel die letzten 2 Tage vorher weg**, weil die darin enthaltenen Vitamine die Laboranalysen stören können. **(Ausnahme: 5HTP)**
  - B.** Kommen Sie für Kontrollen **nur, wenn Sie gesund sind**. Auch bei leichter Krankheit ist es sinnvoller, den Termin um 2-3 Wochen zu verschieben.
  - C.** Erlaubt ist eine **kleine Mahlzeit ohne Proteine** wie Soja, Ei, Milchprodukte und Käse, Fleisch, Fisch.
  - D. Nüchtern:** Essen Sie die letzte Mahlzeit am frühen Abend vor der Blutentnahme. Trinken Sie am Morgen ein grosses Glas mit einer ungesüssten klaren Flüssigkeit wie Wasser, Tee oder Kaffee.
  - E.** Für **Hormonkontrollen** müssen die Hormone **3 Wochen vorher in der üblichen Dosierung lückenlos und Zeitverschiebung durch Reisen / Ferien** eingenommen werden.
- 1. Blutfette, Zucker: nüchtern am Vormittag (Leberwerte zu jeder Tageszeit)**
  - 2. VitaminD und VitaminK2:**
    - a) Messung vom **freien VitaminD** (genauere Messung, speziell bei Hormontherapien): Nehmen Sie VitaminD 2 Tage vor der Blutentnahme ein. Kosten: 28.86 Euro
    - b) Messung vom **gesamten VitaminD**: Lassen Sie VitaminD während 1-2 Wochen vor der Blutentnahme weg. Diese Variante ist sehr ungünstig im Winter, weil damit das Ansteckungsrisiko für Infektionserkrankungen ansteigt. Bei Osteoporose werden die Kosten von der Krankenkasse übernommen; sonst kostet die Messung im IMD Berlin 18.47 Euro.VitaminK2 kann wie üblich und ohne Pause eingenommen werden.
  - 3. Mineralien:** Lassen Sie Kupfer, Magnesium, Mangan, Selen und Zink 1-2 Wochen vor der Blutentnahme weg. (Blutentnahme am Vor- oder Nachmittag möglich)
  - 4. Nebennieren-Hormone Pregnenolon und DHEA; Testosteron.** Nehmen Sie die Hormonkapseln etwa 5 Stunden vor der Blutentnahme ein; wenn es früher ist als Sie üblicherweise aufstehen, können Sie sich für die Einnahme der Hormone wecken lassen und nochmals weiterschlafen. Frauen können die Testosteron-Creme wie üblich und ohne Pause bis zur Blutentnahme einstreichen. (Blutentnahme nur am Vormittag möglich).
  - 5. Schilddrüsen-Hormone:** Lassen Sie diese Hormone am Morgen der Blutentnahme weg. (Blutentnahme nur am Vormittag möglich).
  - 6. Testosteron Gel für Männer: am Vormittag**  
Das Gel am Morgen wie üblich anstreichen, Blutentnahme etwa 2 Stunden. später.
  - 7. Testosteron bei Testosteron – Injektionen** (Blutentnahme am Vor- oder Nachmittag möglich)
  - 8. Prostata:** Die Messung der PSA ist eine einfache Art der Tumor-Früherkennung. Das Massieren / drücken auf die Prostata lässt den Wert auch ohne Krankheit ansteigen. Deshalb keine Tätigkeiten mit Prostata-Massage 3-5 Tage vorher wie Sex, Reiten, Velofahren, Prostata-Untersuchung etc. (Blutentnahme am Vor- oder Nachmittag möglich).