



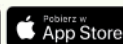
Najszybciej w aplikacji

## Odbierz swoje wyniki w aplikacji

Zeskanuj kod QR, pobierz aplikację  
i miej swoje wyniki zawsze pod ręką



Zeskanuj i pobierz



Wyniki  
w telefonie



Historia badań  
w jednym miejscu



Powiadomienia  
o gotowych wynikach

### Uwaga:

Informacje zawarte w niniejszej ulotce mają charakter wyłącznie poglądowy oraz edukacyjny i nie mogą stanowić podstawy do podejmowania decyzji dotyczących podjęcia lub niepodjęcia leczenia lub innych procedur medycznych. Interpretacji wyników badań powinien dokonywać lekarz.

wersja 1/2026



Dowiedz się więcej.  
Wejdź na [www.diag.pl](http://www.diag.pl)

## Pakiety badań dla sportowców

do 24 badań

% w pakiecie  
taniej



**Diagnostyka+**

## Sport – jaki ma wpływ na nasze zdrowie?

O pozytywnym wpływie aktywności fizycznej na życie człowieka pisano już w starożytności. Znana wszystkim sentencja „w zdrowym ciele zdrowy duch” pochodzi z I wieku n.e. i do dziś jest używana jako zachęta do uprawiania dobrego sportu oraz w najprostszym tłumaczeniu oznacza, że kondycja naszego umysłu zależy także od sprawności naszego ciała.

W ofercie sieci laboratoriów Diagnostyka SA dostępne są badania dla mniej lub bardziej zaawansowanych sportowców, pogrupowane w specjalistyczne pakiety. Badania te mają na celu ocenę stanu Twojego zdrowia oraz wykrycie nieprawidłowości i zaburzeń, także na etapie, na którym nie odczuwasz jeszcze żadnych niepokojących objawów.

## Jaki pakiet badań sportowych wybrać?

### e-Pakiet sportowy na start - dziecko

3 badania

Uwzględnia 3 badania, które pozwolą na uzyskanie zaświadczenia lekarskiego o zdolności do uprawiania sportu przez dzieci i młodzież: Morfologia krwi, glukoza, mocznik – badanie ogólne.



Badanie dostępne na diag.pl

### e-Pakiet sportowy na start - podstawowy

12 badań

Uwzględnia 12 badań, które pomogą w podstawowej ocenie stanu zdrowia: Morfologia krwi, ferrytyna, witamina D metabolit 25(OH), glukoza, lipidogram, białko całkowite, albumina, kreatynina, elektrolity (Na, K), TSH, mocznik – badanie ogólne.



Badanie dostępne na diag.pl

### e-Pakiet sportowy na start - rozszerzony

22 badania

Uwzględnia 22 badania umożliwiające panoramiczną ocenę stanu zdrowia: Morfologia krwi, fibrynogen, ferrytyna, transferyna, witamina B12, witamina D metabolit 25(OH), glukoza, lipidogram, hsCRP, peptyd natriuretyczny, próby wątrobowe, białko całkowite, albumina, kreatynina, kwas moczowy, elektrolity (Na, K), TSH, wapń, magnez, cynk, mocznik – badanie ogólne.



Badanie dostępne na diag.pl

### e-Pakiet sportowy na start - po 60-tce

24 badania

Uwzględnia 24 badania umożliwiające kompleksową ocenę stanu zdrowia osoby w bardziej zaawansowanym wieku, rozpoczynającej przygodę ze sportem: Morfologia krwi, ferrytyna, transferyna, witamina B12, witamina D metabolit 25(OH), Beta-Crosslaps (beta-CTX), PINP całkowity, wapń całkowity, glukoza, lipidogram, próby wątrobowe, białko całkowite, albumina, fibrynogen, mocznik, kreatynina, kwas moczowy, elektrolity (Na, K), magnez, cynk ilościowo, hs CRP, peptyd natriuretyczny, TSH, mocznik – badanie ogólne.



Badanie dostępne na diag.pl

### e-Pakiet sportowy - trening cardio

7 badań

Uwzględnia 7 badań umożliwiających ocenę wpływu treningów cardio na stan zdrowia: Morfologia krwi, ferrytyna, mocznik, albumina, testosteron, kortyzol, IGF-1.



Badanie dostępne na diag.pl

### e-Pakiet sportowy - trening siłowy lub interwałowy

8 badań

Uwzględnia 8 badań umożliwiających ocenę wpływu treningów siłowych lub/i interwałowych na stan zdrowia: Morfologia krwi, ferrytyna, albumina, testosteron, kortyzol, CK, mioglobina, CRP.



Badanie dostępne na diag.pl

### e-Pakiet sportowy dla kobiet - względny niedobór energii w sporcie (RED-S)

12 badań

Uwzględnia 12 badań umożliwiających diagnostykę zespołu RED-S u kobiet: Morfologia krwi, TSH, FT4, FT3, kortyzol, IGF-1, PINP całkowity, FSH, LH, estradiol, prolaktyna.



Badanie dostępne na diag.pl

### e-Pakiet sportowy dla mężczyzn - względny niedobór energii w sporcie (RED-S)

8 badań

Uwzględnia 8 badań umożliwiających diagnostykę zespołu RED-S u mężczyzn: Morfologia krwi, TSH, FT4, FT3, kortyzol, IGF-1, PINP całkowity, testosteron.



Badanie dostępne na diag.pl

### e-Pakiet badania dla osób trenujących na siłowni

15 badań

Uwzględnia 15 badań umożliwiających u mężczyzny ocenę wpływu treningów na siłowni na stan zdrowia: Morfologia krwi, glukoza, TSH, FT3, FT4, ALT, AST, progesteron, prolaktyna, estradiol, lipidogram, CRP ilościowo, kortyzol, testosteron, testosteron wolny.



Badanie dostępne na diag.pl

### e-Pakiet AthletiSIGN - badanie genetyczne predyspozycji sportowych

1 badanie

Badanie predyspozycji sportowych AthletiSIGN to zaawansowane profilowanie genetyczne, z unikalnym w skali globalnej algorytmem sztucznej inteligencji do analizy wzajemnych oddziaływań poszczególnych genów. Wynik badania pozwala stworzyć indywidualny program treningowy, zabezpieczyć organizm przed kontuzjami, optymalizować usuwanie kwasu mlekowego po pracy beztlenowej, dobrać odpowiednie środki treningowe, osiągnąć szybszy postęp, zapewnić zdrowy rozwój sportowy.



Badanie dostępne na diag.pl

Każdy pacjent, który wybiera się na badania laboratoryjne powinien mieć świadomość, że od wysiłku fizycznego do momentu pobrania krwi powinien odczekać przynajmniej 24, a optymalnie nawet 72 godziny. Jest to czas, w trakcie którego dochodzi do unormowania się wielu badanych parametrów. W przypadku bardzo intensywnego wysiłku fizycznego, np. po maratonie, zawodach, większość parametrów stabilizuje się dopiero po okresie 19-21 dni! Także chcąc uzyskać wiarygodne wyniki badań należy wziąć pod uwagę czas na odpoczynek przypadający pomiędzy treningami a pobraniem próbek.

