
Immunsystem Test

Blutwerte von Lymphozyten

Wie steht es um Ihr Immunsystem?

Der cerascreen® **Immunsystem Test** misst die Anzahl von fünf verschiedenen Arten von **Lymphozyten in Ihrem Blut**. Lymphozyten sind eine Untergruppe der weißen Blutkörperchen und spielen eine wichtige Rolle in der Immunabwehr. Ärzt*innen werten Lymphozyten unter anderem als **Hinweise** darauf, ob eine **Infektion vorliegt**.

Interessant könnte das auch im Kontext der **Coronavirus-Pandemie** sein: Studien ermittelten einen möglichen **Zusammenhang** zwischen **niedrigen Lymphozyten-Werten** zum Beginn der Infektion und dem Risiko eines **schweren COVID-19-Verlaufs**.

- Probenahme zuhause: Ein Pieks in den Finger genügt
- Professionelle Auswertung im medizinischen Fachlabor
- Empfehlungen für ein starkes Immunsystem
- Nach aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen
- Ergebnisse innerhalb von 48 Stunden nach Probeneingang im Labor

Hinweis: Der cerascreen® Immunsystem Test ersetzt keine ärztliche Beratung oder Diagnose. Bitte sprechen Sie mit Ihren zuständigen Ärzt*innen, bevor Sie medizinische Maßnahmen treffen.



Rund um die Uhr



einfach & schmerzfrei zu Hause durchführen



Keine An- und Abreise zum Arzt



umfangreicher Ergebnisbericht



Telefon-Hotline mit Experten



Ergebnisse innerhalb weniger Tage

Produktinformationen

Test durchführen

Blutprobe entnehmen:

cerascreen GmbH
Güterbahnhofstraße 16
19059 Schwerin
D - Germany

Tel.: +49 385 4859 2233
Fax.: +49 385 4859 22330
E-Mail: info@cerascreen.de
Web: www.cerascreen.de

Bank: Deutsche Bank
Konto: 318 271 400
BLZ: 130 700 00
BIC: DEUT DE BRXXX

IBAN: DE49 130 700 000 318271400
Amtsgericht Schwerin: HRB 11305
Geschäftsführer: Olaf R. Schneider

Mit einer dem Immunsystem Test beiliegenden Lanzette entnehmen Sie sich selbst wenige Tropfen Blut und geben sie auf eine Trockenblutkarte.

Test online aktivieren:

Sie geben in Ihrem sicheren Benutzerkonto mein cerascreen® auf unserer Website oder in unserer mein cerascreen® App die sechsstellige Test-ID ein, die Sie auf der Aktivierungskarte finden. Anschließend beantworten Sie einen kurzen Fragebogen zu Ihren Vorerkrankungen und Beschwerden.

Probe versenden:

Die Trockenblutkarte mit der Blutprobe senden Sie mit dem Rücksendeumschlag per Post kostenfrei an unser medizinisches Partnerlabor.

Laborauswertung**Analyse im Labor:**

Im Fachlabor wird Ihre Blutprobe auf die Konzentration von fünf unterschiedlichen Lymphozyten analysiert.

Ergebnisbericht:

Sie erhalten einen persönlichen Ergebnisbericht, der Ihnen verrät, welchen Anteil die jeweiligen Lymphozyten an der Gesamtzahl der weißen Blutkörperchen ausmachen und ob sich diese Werte im Referenzbereich gesunder Erwachsener befinden.

Hohe Qualitätsstandards:

Die Selbsttests von cerascreen® werden in spezialisierten Diagnostik-Fachlaboren ausgewertet. Alle unsere Laborpartner erfüllen unsere hohen Qualitäts- und Sicherheitsstandards.

Die Vorteile des Immunsystem Tests

In Studien waren **Lymphozytenwerte**, wie dieser Test sie misst, **bei** Menschen mit **schweren COVID-19-Verläufen auffällig niedrig**. Haben Sie verdächtige Symptome, können Sie Ihr Immunsystem gleichzeitig zu einem Corona-Test prüfen – und so Ihr persönliches Risiko besser einschätzen.

Ihre Probe für den cerascreen® Immunsystem Test nehmen Sie zuhause: **ohne stundenlange Arztbesuche und Wartezeiten!** Der Test ist ein **Bluttest**: Ein kleiner Pieks in den Finger genügt – die Auswertung erfolgt dann in einem medizinischen Fachlabor.

Profitieren Sie von **unserer Expertise**: cerascreen® ist **Marktführer für medizinische Probenahme- und Einsendekits** in Europa, mit 8 Jahren Erfahrung in der Entwicklung und Auswertung von Tests. Wir haben mehr als 50 zugelassene Einsende-Testkits (Medizinprodukte) entwickelt, werten jährlich rund 150.000 Proben aus und beliefern 20 Länder.

Der Ergebnisbericht

Sobald Ihre Probe ausgewertet ist, erhalten Sie über die **mein cerascreen®-App** oder Ihr **Benutzerkonto** auf unserer **Website** Ihren **Ergebnisbericht**. Sie können den Bericht ganz einfach an Smartphone, Tablet oder Computer einsehen und ihn bei Bedarf in ausgedruckter Form durchlesen.

Durch die **Laboranalyse** erfahren Sie die Anzahl fünf verschiedener Lymphozyten in Ihrem Blut. Lernen Sie mithilfe unserer **Handlungsempfehlungen**, wann ein Arztbesuch sinnvoll ist. Umfangreiche **Gesundheitsinformationen** erklären Ihnen, welche Rolle Lymphozyten in Ihrem Körper spielen und wie Sie im Alltag Ihr Immunsystem stärken können.

Fragen zum Immunsystem Test

Warum das Immunsystem testen?

Das Immunsystem ist ständig aktiv – sonst könnten wir Menschen in einer Welt voller Krankheitserreger nicht überleben. Doch in bestimmten Situationen sind unsere Abwehrkräfte geschwächt oder überstrapaziert.

An der Anzahl der Lymphozyten können Sie **Anzeichen für Infekte erkennen** und den **Zustand Ihres Immunsystems besser einschätzen**. Die Abwehrzellen sind beispielsweise häufig reduziert, wenn Sie einen Infekt haben, wie eine Grippe oder eine Erkältung.

Eine interessante Anwendung ergibt sich aus dem **Zusammenhang**, den Forschende **mit COVID-19** ermittelt haben: So können Sie den Immunsystem Test bei Verdacht auf eine Infektion mit dem Coronavirus durchführen, gemeinsam mit einem Test, der das Virus nachweisen soll, wie dem cerascreen® Coronavirus PCR Test. Fällt der PCR-Test positiv aus und der Immunsystem Test ergibt eine zu niedrige Zahl von Lymphozyten, ist möglicherweise das **Risiko für einen schweren Verlauf der Erkrankung** erhöht.

Sprechen Sie über auffällige Ergebnisse mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt. Kontaktieren Sie die Arztpraxis dabei unbedingt zuerst telefonisch, wenn ein COVID-19-Verdacht vorliegt.

Wer sollte den Test machen?

Der cerascreen® Immunsystem Test kann für jeden, der mehr über die eigene Gesundheit erfahren möchte, spannende Einblicke liefern.

Besonders interessant ist er für Menschen, die vermuten, **Probleme mit Ihrem Immunsystem** zu haben oder deren Immunsystem **häufig durch Krankheitserreger gefordert** ist.

Menschen, die kleine Kinder haben oder mit Kindern arbeiten, haben zum Beispiel oft mit Infekten wie Erkältungen zu kämpfen. Hier kann es sich lohnen, die Funktionsfähigkeit des Immunsystems zu überprüfen und gegebenenfalls zu optimieren.

Ein **geschwächtes Immunsystem** kann sich ebenfalls durch **gehäufte Infekte** äußern, aber auch beispielsweise durch eine schlechte Wundheilung, Haarausfall, häufige Hautreizungen und Herpeserkrankungen sowie häufige Müdigkeit.

Wie funktioniert der Test?

Für den Immunsystem Test entnehmen Sie sich mit einer Lanzette eine **kleine Blutprobe aus Ihrer Fingerspitze**. Dafür sind **nur wenige Tropfen Blut** nötig. Die Tropfen geben Sie auf eine Trockenblutkarte – so müssen Sie wirklich nur sehr wenig Blut entnehmen und die Probe ist lange haltbar.

Die Probe wird per Rücksendeumschlag kostenfrei an ein **medizinisches Fachlabor** geschickt. Das Labor analysiert, wie hoch der Anteil der fünf untersuchten Lymphozyten an der Gesamtzahl der weißen Blutkörperchen ist.

Nach der Auswertung bekommen Sie eine Benachrichtigung und können über den Online-Kundenbereich oder die mein cerascreen® App auf den Ergebnisbericht zugreifen.

Wann sollte ich den Test durchführen?

Die Ergebnisse werden stark davon beeinflusst, ob Sie zum Zeitpunkt der Messung **gesund sind oder einen Infekt haben**, zum Beispiel eine Grippe oder Erkältung.

Waren Ihre Werte im gesunden Zustand normal, kann es sich lohnen, **einen weiteren Test** aufzubewahren, den Sie im Fall von Krankheitssymptomen durchführen.

Was sagt mir das Ergebnis?

Der **Ergebnisbericht** des Immunsystem Tests zeigt Ihnen die Anzahl der jeweiligen Lymphozyten, die das Labor in Ihrem Blut festgestellt hat.

Die Ergebnisse werden als **Prozentzahlen** dargestellt. Sie stehen für den Anteil, den das jeweilige Lymphozyt an der Gesamtzahl der weißen Blutkörperchen hat. Zum Vergleich erhalten Sie Referenzbereiche, die für gesunde Menschen im Alter von 18 bis 71 Jahren festgestellt wurden. Dieser Normbereich liegt zum Beispiel für T-Zellen (CD3+) bei 11,30 bis 33,17 Prozent.

Welche Empfehlungen erhalte ich?

Sollten Sie Lymphozytenwerte haben, die sich **deutlich außerhalb der Referenzbereiche** bewegen, empfehlen wir Ihnen, **Ihre Ärztin oder Ihren Arzt zu kontaktieren**.

Liegen Werte **knapp außerhalb des Referenzbereichs**, kann das **auf eine Erkältung oder Grippe hinweisen**. Dann kann auch ein weiterer Test sinnvoll sein, um die Werte erneut zu überprüfen, wenn die Infektion abgeklungen ist.

In Ihrem Ergebnisbericht erhalten Sie außerdem eine ganze Reihe von Tipps und Empfehlungen, mit denen Sie Ihr **Immunsystem im Alltag stärken** können.

Was sind Lymphozyten?

Lymphozyten sind eine Unterart der weißen **Blutkörperchen (Leukozyten)**. Sie gehören zu den wichtigsten Bausteinen des menschlichen Immunsystems.

Zu den Lymphozyten gehören unter anderem verschiedene Arten von **T-Zellen, B-Zellen und Natürlichen Killerzellen**.

Diese Immunzellen haben **unterschiedliche Aufgaben in der Immunabwehr**. Zum Beispiel sorgen sie dafür, dass Antikörper hergestellt werden, verlangsamen das Wachstum von Tumorzellen und können Krankheitserreger erkennen und bekämpfen.

Welche Lymphozyten werden getestet?

Das Labor analysiert fünf verschiedene Lymphozyten. Sie alle sind wichtige Helferinnen des Immunsystems und haben unterschiedliche Aufgaben:

- **T-Zellen (CD3+)** wehren Krankheitserreger ab und hemmen das Wachstum von Krebszellen
- **T-Zellen (CD4+)**, die T-Helferzellen, erkennen Antigene (Proteine von Krankheitserregern) und sorgen dafür, dass Botenstoffe ausgeschüttet werden, die Abwehrzellen auf den Plan rufen.

- **T-Zellen (CD8+)**, die zytotoxische T-Zellen, zerstören infizierte oder entartete Körperzellen, nachdem Antigene in ihnen erkannt wurden.
- **B-Zellen (CD19+)** sind an der Bildung von Antikörpern beteiligt.
- **NK-Zellen (CD16+ CD56dim)**, die Natürlichen Killerzellen, beseitigen Krankheitserreger und Krebszellen und leiten den Zelltod schädlicher Körperzellen ein.

Wie hängen Lymphozyten mit Covid-19 zusammen?

Viele Menschen, die unter schweren COVID-19-Verläufen litten, hatten eine **auffällig niedrige Zahl von Lymphozyten** im Blut, vor allem von T-Zellen. Das haben chinesische Forschende in Untersuchungen schon früh in der Coronavirus-Pandemie festgestellt.

Ganz ungewöhnlich ist das nicht. **Infektionskrankheiten** führen häufig zu einer **Lymphozytopenie**, also einer niedrigen Zahl von Lymphozyten. Man könnte sagen: Die Infekte führen dazu, dass Ihr Immunsystem mehr seiner Abwehrzellen verbraucht. Ist die Krankheit abgeklungen, erholt sich dann auch die Zahl der Lymphozyten in der Regel wieder.

Doch bei COVID-19 gibt es große Unterschiede darin, wie ausgeprägt die Lymphozytopenie ausfällt. Es scheint einen Zusammenhang mit der Schwere des Krankheitsverlaufs zu geben. Einige Wissenschaftler*innen haben deshalb vorgeschlagen, die Lymphozytenwerte zu nutzen, um Risikopatienten zum Beispiel im Krankenhaus frühzeitig zu identifizieren. So können die Betroffenen gezielt überwacht und die Ressourcen der Klinik besser gesteuert werden.

Wie stärke ich mein Immunsystem?

Voll funktionsfähige Abwehrkräfte helfen Ihnen dabei, Infekten vorzubeugen und langfristig gesund zu bleiben. Es ist deswegen immer sinnvoll, das Immunsystem im Alltag zu unterstützen.

Der Lebensstil spielt dabei eine wichtige Rolle. Folgende Empfehlungen helfen Ihnen dabei, Ihr Immunsystem stark zu halten:

- **Abwechslungsreiche Ernährung:** Achten Sie darauf, keine Nährstoffmängel zu entwickeln. Essen Sie reichlich Obst und Gemüse und prüfen Sie regelmäßig Ihre Vitamin-D-Versorgung.
- **Regelmäßige Bewegung:** Treiben Sie mehrmals die Woche Sport und nutzen Sie Gelegenheiten, im Alltag zu Fuß zu gehen und mit dem Rad zu fahren.
- **Ausreichend Schlaf:** Im Schlaf werden Lymphozyten gebildet – Schlafmangel führt zu einer erhöhten Infektanfälligkeit.
- **Stress reduzieren:** Versuchen Sie, Tempo aus Ihrem Alltag zu nehmen, wenn es zu viel wird. Helfen können zudem Entspannungstechniken wie Yoga und Meditation.
- **Alkohol und Nikotin meiden oder den Konsum reduzieren:** Die beiden Substanzen stören die Bildung von Immunzellen.

Ausführlichere Tipps dazu erhalten Sie unter anderem in Ihrem Ergebnisbericht des cerascreen® Immunsystem Tests.

Für wen ist der Immunsystem Test nicht geeignet?

Der Immunsystem Test ist für bestimmte Personengruppen nicht oder nur eingeschränkt geeignet:

Menschen mit **ansteckenden Krankheiten** wie Hepatitis und HIV dürfen den Immunsystem Test nicht durchführen.

Menschen mit der **Bluterkrankheit (Hämophilie)** sollten den Bluttest nicht durchführen.

Schwangere und stillende Frauen sollten den Immunsystem Test nur unter ärztlicher Begleitung durchführen. Für sie gelten auch die Referenzwerte und Empfehlungen nicht, sie sollten sich Empfehlungen zum Testergebnis also von Ihrem Arzt oder Therapeuten einholen.

Der Immunsystem Test eignet sich nicht für **Kinder unter 18 Jahren**.

Der Test ist **nicht** dazu da, **Erkrankungen** zu diagnostizieren oder eine **akute Infektion mit dem Coronavirus** nachzuweisen. Leiden Sie unter Grippe-symptomen, melden Sie sich telefonisch bei Ihrem Arzt oder beim Gesundheitsamt. Sie können akuten Beschwerden auch mit einem PCR-Test nachgehen, wie dem cerascreen® **Coronavirus Test**.

Alle Vorteile im Überblick:

- individuelle Auswertung
- von Experten entwickelt
- sicher und vertraulich
- Analyse im Fachlabor
- eigener, sicherer Kundenbereich
- persönliche Beratung