

COMPRENDRE SES PRINCIPALES ANALYSES DE BIOLOGIE EN 5 MINUTES

Le guide simple pour interpréter
vos résultats facilement

Vous venez de recevoir vos résultats d'analyses et vous ne savez pas comment les interpréter ?

Vous n'êtes pas seul.

Les bilans sanguins sont souvent difficiles à comprendre sans explication médicale.

Ce guide a été conçu pour vous aider à :

- comprendre l'essentiel des analyses les plus courantes
- savoir à quoi elles servent
- identifier rapidement ce qui est normal ou non

Ce que vous allez trouver dans ce guide :

- les 5 analyses sanguines les plus fréquentes
- leur rôle dans votre santé
- une lecture simple de vos résultats
- dans quels cas consulter votre médecin

Objectifs :

1. Vous permettre de mieux comprendre vos résultats
2. Être plus à l'aise lors de vos échanges avec votre médecin

Important :

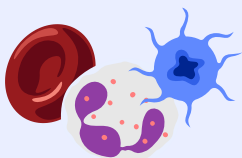
Ce guide vous donne des repères simples, il ne remplace pas une consultation médicale ni l'interprétation par un professionnel de santé.

NFS - Comprendre l'essentiel



Numération et formule sanguine (hémogramme)

Ce qu'il y a dedans :



- ✓ Globules rouges (hématies)
- ✓ Globules blancs (leucocytes)
- ✓ Plaquettes (thrombocytes)

Analyse des cellules sanguines

A quoi ça sert ?

- Evaluer votre état général
- Détecter une infection
- Rechercher une baisse de l'hémoglobine (le sang transporte moins bien l'oxygène)
- Explorer certaines maladies



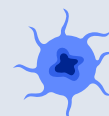
Rôle des cellules sanguines



Globules rouges
Transport de l'oxygène



Globules blancs
Défense, immunité



Plaquettes
Coagulation

Comment interpréter les résultats ?

- ✓ Valeurs normales → Fonctionnement habituel
- ↓ Trop basses → Déficit possible
- ↑ Trop hautes → Réaction de l'organisme



*Une anomalie ne signifie pas forcément une maladie
L'interprétation dépend du contexte (symptômes, traitements, ...)*

Quand consulter ?



Valeurs très anormales

Symptômes (fièvre, fatigue, saignements, ...)

Anomalies persistantes



A retenir

1. La NFS est une analyse de base souvent demandée
2. Elle analyse 3 grandes catégories de cellules sanguines
3. Elle doit toujours être interprétée dans son contexte

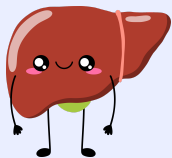


CRP - Comprendre l'essentiel

Protéine C-Réactive



C'est quoi ?



- ✓ La CRP est une protéine fabriquée par le foie
- ✓ Elle augmente quand il y a une inflammation dans le corps (ex : infection, blessure...)

En résumé : c'est un signal qui dit que quelque chose ne va pas !

A quoi ça sert ?

Pour voir si votre corps réagit à un problème :

- infection (virus, bactérie, ... = les microbes)
- inflammation
- après une opération
- pour suivre un traitement



Comment interpréter les résultats ?



- < 5 mg/l = normal
- 5-10 mg/l = inflammation légère
- 10-100 mg/l = inflammation modérée
- > 100 mg/l = inflammation grave



Plus la CRP est élevée, plus l'inflammation est sévère !

Quand consulter ?



Si vous avez de la fièvre
Si vous êtes très fatigué
Si les symptômes durent
Si la CRP est élevée



A retenir

1. La CRP montre qu'il y a une inflammation
2. Elle ne dit pas exactement quoi ni pourquoi
3. Il faut toujours regarder les symptômes en même temps

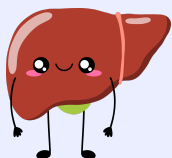


CRP - Comprendre l'essentiel

Protéine C-Réactive



C'est quoi ?



- ✓ La CRP est une protéine fabriquée par le foie
- ✓ Elle augmente quand il y a une inflammation dans le corps (ex : infection, blessure...)

En résumé : c'est un signal qui dit que quelque chose ne va pas !

A quoi ça sert ?

Pour voir si votre corps réagit à un problème :

- infection (virus, bactérie, ... = les microbes)
- inflammation
- après une opération
- pour suivre un traitement



Comment interpréter les résultats ?



- < 5 mg/l = normal
- 5-10 mg/l = inflammation légère
- 10-100 mg/l = inflammation modérée
- > 100 mg/l = inflammation grave



Plus la CRP est élevée, plus l'inflammation est sévère !

Quand consulter ?



Si vous avez de la fièvre
Si vous êtes très fatigué
Si les symptômes durent
Si la CRP est élevée



A retenir

1. La CRP montre qu'il y a une inflammation
2. Elle ne dit pas exactement quoi ni pourquoi
3. Il faut toujours regarder les symptômes en même temps





Glycémie - Comprendre l'essentiel

Taux de sucre dans le sang à jeun

C'est quoi ?



- ✓ La glycémie correspond au taux de sucre (glucose) dans le sang
- ✓ Le glucose c'est de l'énergie et le principal carburant du corps ! ⚡
- ✓ La glycémie est régulée par des hormones (dont l'insuline)



*Le glucose est indispensable, mais s'il y en a trop, il devient nocif.
L'organisme a besoin d'un équilibre : ni trop, ni trop peu.*

A quoi ça sert ?

- La glycémie permet de vérifier si le corps régule correctement son sucre dans le sang
- Elle permet de dépister un diabète et aussi de surveiller un traitement contre le diabète



Comment interpréter les résultats ?



Entre 0,7 et 1,1 g/L = glycémie normale, votre corps régule bien le sucre !



Entre 1,1 et 1,26 g/L = un peu trop haut, à surveiller et à recontrôler sur une 2ème prise de sang



≥ 1,26 g/L à 2 reprises = glycémie trop haute (hyperglycémie) = **risque de diabète**



< 0,7 g/L = glycémie trop basse (hypoglycémie) = risque de malaise

Quand consulter ?



- Symptômes : fatigue, soif importante, malaises, urines fréquentes, perte de poids
- Glycémie trop élevée
- Terrain à risque (surpoids, famille, hypertension)

A retenir

1. La glycémie mesure le taux de sucre dans le sang
2. La prise de sang doit être faite **à jeun**
3. Une seule prise de sang ne suffit pas : la glycémie doit toujours être confirmée

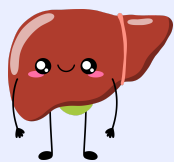


Cholestérol - Comprendre l'essentiel



Le taux de graisses dans le sang

C'est quoi ?



- ✓ Le cholestérol est une graisse circulant dans le sang
- ✓ Il est produit par le foie et apporté par l'alimentation
- ✓ Il est indispensable au fonctionnement de l'organisme



- **LDL = mauvais cholestérol**
- **HDL = bon cholestérol**

A quoi ça sert ?

- Vérifier si la quantité de graisses dans le sang est correcte
- Evaluer le risque cardiovasculaire en repérant un excès de mauvais cholestérol (LDL)
- Suivre l'effet d'un traitement



Comment interpréter les résultats ?

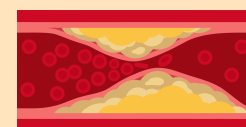
Le résultat comprend généralement :

- Cholestérol total = quantité globale
- LDL : doit être le plus bas possible selon votre profil
- HDL : doit être suffisant car **protecteur**



Lecture simplifiée :

- LDL élevé → dépôt de graisses dans les artères →
- HDL bas → protection insuffisante



Quand consulter ?



- Résultats en dehors des objectifs fixés par votre médecin
- Si facteurs de risque : diabète, tabac, hypertension, surpoids et/ou si antécédents familiaux de maladies du coeur
- Si symptômes évocateurs (douleur au niveau du thorax, essoufflement à l'effort → urgence)

A retenir

1. Un LDL légèrement au-dessus des normes n'est pas forcément inquiétant
2. L'interprétation dépend surtout du risque cardiovasculaire **global** (antécédents, diabète, tabac, tension, poids) et nécessite le plus souvent un suivi et des mesures d'hygiène de vie



TSH - Comprendre l'essentiel



Hormone de la thyroïde

C'est quoi ?



- ✓ La TSH est une hormone produite par le cerveau
- ✓ Elle contrôle le fonctionnement de la thyroïde
- ✓ La thyroïde régule de nombreuses fonctions (énergie, poids, température...)

En résumé : la TSH contrôle votre thyroïde

A quoi ça sert ?

- Vérifier si la thyroïde fonctionne correctement
- Dépister un déséquilibre de la thyroïde
- Surveiller un traitement de la thyroïde



Comment interpréter les résultats ?

- TSH élevée → thyroïde “au ralenti” (hypothyroïdie possible)
- TSH basse → thyroïde “trop active” (hyperthyroïdie possible)
- TSH normale → fonctionnement globalement équilibré



TSH	↑	↓
Thyroïde	↓	↑



À retenir : c'est “inverse” → quand la TSH baisse, la thyroïde s'accélère
La TSH seule ne suffit pas toujours : elle peut être complétée par T3 et T4

Quand consulter ?



- Résultat en dehors des normes du laboratoire
- Symptômes associés : fatigue inhabituelle, prise/perte de poids, palpitations, frilosité
- Suivi d'un traitement pour la thyroïde

A retenir

1. La TSH est le signal qui “commande” la thyroïde
2. Elle fonctionne en sens inverse : TSH élevée = thyroïde ralentie, TSH basse = thyroïde accélérée
3. Un résultat seul ne suffit pas pour conclure
4. L'interprétation se fait toujours avec un professionnel de santé



Vous avez maintenant les bases pour mieux lire vos résultats.

Mais dans la réalité, l'interprétation est souvent plus **complexe**:

- Une même variation peut avoir plusieurs causes
- Certains résultats nécessitent une analyse plus approfondie
- Les paramètres doivent souvent être interprétés ensemble

Pour aller plus loin, vous pouvez accéder à :

- ✓ Des fiches détaillées et complètes
- ✓ Une interprétation approfondie des résultats
- ✓ Les principales causes expliquées simplement
- ✓ Des exemples concrets pour mieux comprendre

Objectif : passer d'une lecture simple à une vraie compréhension

Accéder aux contenus avancés BioClairance : (bouton ou lien)

"Comprendre ses analyses, c'est mieux comprendre sa santé."