

SAMOBADANIE I SAMOKONTROLA ZDROWIA – BADANIA PROFILAKTYCZNE W OKRESIE CAŁEGO ŻYCIA

Dawid Florian

Po co?



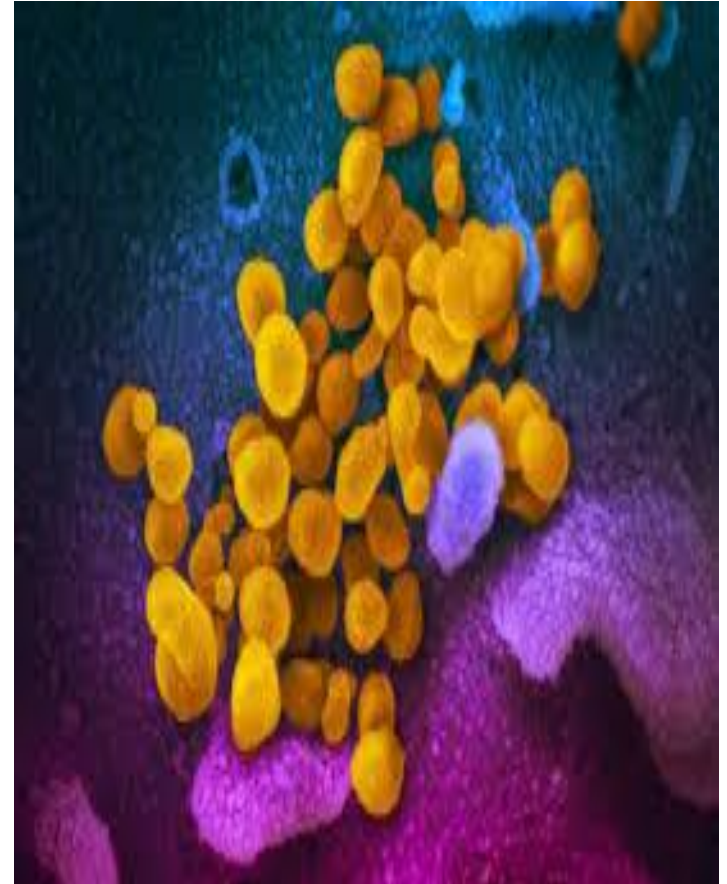
dlaczego?
po co? jak?



Każdy z nas powinien regularnie wykonywać badania profilaktyczne, gdyż pomagają nam one zdiagnozować choroby oraz przedwcześnie im zapobiegać



Jakie?





Badania zależne od płci

Każda płeć ma przepisane osobne badania, które pomagają w odpowiednim funkcjonowaniu organizmu.



Płeć **męska** ma przepisane takie badania jak:

- po 50 roku życia każdy mężczyzna powinien odwiedzić urologa, aby zbadać **gruczoł krokowy**
- **PSA** czyli antygen którego poziom mówi o stanie prostaty (**profilaktyka raka prostaty**)
- Mammografia – co 2-3 lata
- zdjęcie **RTG** klatki piersiowej (**profilaktyka raka płuc**)
- Testy na obecność krwi utajonej w kale raz do roku (**profilaktyka raka jelita grubego**)
- Densytometria kości (**profilaktyka osteoporozy**)
- Wizyta w gabinecie okulistycznym, badania ostrości wzroku oraz ciśnienia śródgałkowego u pacjentów powyżej 40 roku życia (**profilaktyka chorób oczu**)
- Raz na 6 miesięcy wizyta w gabinecie stomatologicznym (**profilaktyka próchnicy**)





Płeć **żeńska** przepisane takie badania jak:

- co dwa lata odwiedzić **ginekologa** (w razie rozpoczęcia życia seksualnego – co rok)
- **samobadanie piersi**, raz w miesiącu między 6 a 9 dniem cyklu
- po 25 roku życia **USG piersią** później według zaleceń lekarza (zwykle co 2 lata)
- po 25 roku życia co 2 lata **USG przezpochwowe**
- w razie stosowania pigułek antykoncepcyjnych odwiedzać ginekologa co pół roku





Nie zwlekaj !!!



Większość naszego społeczeństwa korzysta z konsultacji lekarskiej dopiero gdy poczuje się źle kiedy zaczyna coś boleć czy też ogólnie samopoczucie pogarsza się. Nie jest to dobra postawa , ponieważ często jest już zbyt późno i pacjenci trafiają do gabinetu lekarskiego w zaawansowanym stadium poważnej choroby. Dlatego każdy z nas powinien pamiętać o badaniach profilaktycznych przeznaczonych dla swojej grupy wiekowej. Dzięki nim można często wykryć niedające jeszcze żadnych objawów chorobę, co daje możliwość skutecznego jej leczenia.

Dziękuję za uwagę 😊