

- راهنمای چکاپ دوره‌ای سلامت



آزمایشگاه پاتوبیولوژی بهداد

Behdad Pathobiology Lab.

خیابان قائم مقام فراهانی، دویروی بیمارستان تهران کلینیک، خیابان ششم، پلاک ۶

تلفن: ۰۴۵۴۷۹۴۲ - ۰۸

www.behdadlab.ir

بسیاری از بحث‌سازی های به کمک پیشروخت می‌گذند و
باشی علاوه آنها تلاش می‌شود که دیگر کار از آنها
گذاشته شود.

لسا خوبی پیشنهادی به کمک بوسوسی پرسی ها و
آزمایش های ساده این را اینکه درست شود

بپرسی از بحث‌سازی های انتسابی کرد. مثل این شخصیت
در این زمان نسبتاً در نظر گرفته شد و در میان پرسی های
آن از قطب ملتدگی بخوبی گوید چوگیری می‌گذشت.

برخلاف این بحث‌سازی اینکه درست شود، اما بخشی معتقدند
که بهتر از مجموعه TSH (TSH) شود، اما بخشی معتقدند

که بهتر از مجموعه T4، T3TSI شود، اما بخشی معتقدند
فیلکلوفوسی (FCS) با تعیین قابل اثبات سرمه و ادویه
که اکثر اشخاص و افسوس کننده، با بررسی لشکر های

لشکر گذشته در این زمانه چون یکی از مهم ترین
موارد گذشتی را گذشتی گفتی مخصوص می‌شود، که اگر

زود اشخاصی کاملاً شود می‌توانید این را گذشتی از از
بروز گرفتاری مسروق و سکنه های انسانی و مسلسلی
پیشگیری نمود.

اما آنچه و فواید این بوسی ها و آزمایش های
در همه افراد یافتن و گذشتی است؟ اینست که اگر این

اینطور نمی‌شود، تکله مفهم این است که آزمایش های
بپرسی هایی لام در سرمه، مسروق و نیز در دو

زمان، از وسیله ای اینکه یکی از اینها باهم دارند، به
عین دلیل آزمایش های اولیه هایی که این داشتند

چنان را بوسی طبقه بندی نموده گذشتی از کنیم ا
دو روان نورانی و نیز خوارگی (۱۰۰ مسلسلی)،
دو روان گذشتی و نجفوسی (۲۱۰ مسلسلی)،
دو روان چوپانی و میاسالی

که میان پس از ۵۰ مسلسلی،
که میان پس از ازدواج
که پس از بارداری و روان بارداری

دو روان نوزادی و نیز خوارگی:
دو روان از بین تولید انسانی پس از ماهگی و

دو روان شسته خوارگی از بین این پس از ماهگی ای ۲۳ ماهگی را شامل می‌شود.

آزمایش های مسروقی در مورد این احتلالات این
گروهی از بحث‌سازی های متابولیک در نوزادان مبتدا



توجه:
برخی از آزمایش های مسروقی در این دوران دو
زمان و مردان باهم تفاوت دارند.

بهمایی ها بلند نمایند نمایند تا آن آزمایش های بر
روی تمام این را حس اینها گیرند که خود را سالم به نظر
می‌رسند اینجا شود.

دوران گوکی (۱۲-۲ سال)

که داران ۷-۹ ساله
حداقل سالی بکار باید گوک از نظر آن داشتند، بهنگی و
شوابی تحت بوسی فراز گردید.
قدار خون کودک بهای آن سالگی به بعد تحت نظر
متخصص کودکان گذشت شود.

دستارش گذشت های خوبی (CB) و انداره گیری

هو گذشت هایی تجربه کم خون در آن سالگی و نیز

عاینه دندهای های در آین من توصیه می شود.

توجه:
اندازه گیری هو گذشت هایی تجربه کی به ناشایی و محدودیت
لذا با مایلیت تبار و در شیرخواران و چه های گوچک
با گرفتن مقنار کمی خون قابل انجام است.

زنان

زمان ۲۹-۲۰ ساله

آزمایش لکن: بهای سالی ایک بار نویست متخصص
زمان و ایمان انجام شود.

آزمایش بوسی دهانه روح (پاپ اسپی):
انجام این تست پس از ازدواج، حداقل سار بک بار

توصیه می شود.

عاینه پستان های از نظر نمایند: توپت پزشک حداقل
هر ۳ سال بکبار.

عاینه پوست: بوسی پوست از نظر وجود شابقات و
حال هایی که احتمال سرتانی شدن دارند حداقل هر

سه سال بکبار توصیه می شود.

قد خون لاذتا و چربی های: به صفحه ۶ مراجعت نمایند.

زمان ۴۹-۴۰ ساله

اندازه گیری خشار خون حداقل هر سال یک بار

اندازه گیری چربی های خون: هر ۲ سال یک بار

که داران ۷-۹ ساله

در ۹ و ۱۰ سالگی اندازه گیری خشار خون، آن داشتند
و بوسی بدنی و شوابی توصیه می شود.

دو صورتی که پاک مایع کودک شد در بوسی هایی
خود به مرد خلصی برشوده کند پرای او آزمایش هایی

کتمانی دهگردی را در خواست خواهد کرد.

دوران جوانی و میانسالی

و همیشگی های این موجه در این سنین می تولد تالیم
به سازی در طرابوت و شاخابی لزد در دوران میانسالی

داشته باشد.

این چند اصل ساده های این را

رهاش ریزی میانلایی مناسب

و زیان و غلابت های بدنش

بوسی های دوره ای و انجام آزمایش های منظم بذکر

از احتلالات ساخت و ساز مادر (لکن)، احتلالات
هزار میلیونی و بیماری هایی خوشی به کار می رود که

در صورت اینها بسیار موقوع می شوند از جمله آنها
جلوگیری کرد و با مردم بزرگ خوار از شدت آنها

مهمشیزین این بحث‌سازی ها و آزمایش های مسروقی
مریوط به آنها می‌گذرند از

حداقل سالی بکار باید از نظر آن داشتند، اما بخشی معتقدند
که بهتر از مجموعه TSH (TSH) شود، اما بخشی معتقدند

که بهتر از مجموعه T4، T3TSI شود، اما بخشی معتقدند
فیلکلوفوسی (FCS) با تعیین قابل اثبات سرمه و ادویه
که اکثر اشخاص و افسوس کننده، با بررسی لشکر های

لشکر گذشته در این زمانه چون یکی از مهم ترین
موارد گذشتی را گذشتی گفتی مخصوص می‌شود، که اگر

زود اشخاصی کاملاً شود می‌توانید این را گذشتی از از
بروز گرفتاری مسروق و سکنه های انسانی و مسلسلی
پیشگیری نمود.

اما آنچه و فواید این بوسی های آزمایش های
در همه افراد یافتن و گذشتی است؟ اینست که اگر این

اینطور نمی‌شود، تکله مفهم این است که آزمایش های
بپرسی هایی لام در سرمه، مسروق و نیز در دو

زمان، از وسیله ای اینکه یکی از اینها باهم دارند، به
عین دلیل آزمایش های اولیه هایی که این داشتند

چنان را بوسی طبقه بندی نموده گذشتی از کنیم ا
دو روان نورانی و نیز خوارگی (۱۰۰ مسلسلی)،
دو روان گذشتی و نجفوسی (۲۱۰ مسلسلی)،
دو روان چوپانی و میاسالی

که میان پس از ۵۰ مسلسلی،
که میان پس از ازدواج
که پس از بارداری و روان بارداری

دو روان نوزادی و نیز خوارگی:
دو روان از بین تولید انسانی پس از ماهگی و

دو روان شسته خوارگی از بین این پس از ماهگی ای ۲۳ ماهگی را شامل می‌شود.

آزمایش های مسروقی در مورد این احتلالات این
گروهی از بحث‌سازی های متابولیک در نوزادان مبتدا

حداقل سالی پکبار و همچنین آزمایش تعیین میزان PSA و Free PSA و نسبت آنها به هم حداقل یک بار در سال و نیز مقایسه مقادیر PSA با مقادیر اندازه گیری شده در سال گذشته توصیه می‌شود. توجه داشته باشید که سرطان پروستات در مردان رتبه نخست را در بین انواع سرطان‌ها دارد.

توجه: آزمایش PSA در فردی که اخیراً اتوس طبیعی تحت معاینه پروستات قرار گرفته به مدت یک هفته و در کسی که مدت زیادی از دوچرخه خصوصاً دوچرخه‌های ثابت استفاده کرده است باید ۴۰-۴۲ ساعت به تحریق بیفت و همچنین باید حداقل ۴۸ ساعت از اخرين مقارتی بادفع مني به هر دليل گذشته باشد.

بررسی پوست: معاینه سطح پوست بدن حداقل سالی یک بار توصیه می‌شود.

بررسی پوست: معاینه سطح پوست بدن حداقل سالی یک بار توصیه می‌شود.

کولونوسکوپی: به جهت شیوع بالای سرطان‌های روده بزرگ، انجام کولونوسکوپی حداقل هر ۱۰-۵ سال یک بار یا حتی با فواصل کمتر طبق نظر متخصصان کوارش توصیه می‌شود.

سیگموفونوسکوپی: توصیه روش آندوسکوپی است که برای بررسی بخش های انتهایی روده بزرگ به کار رفته، انجام آن هر ۳ سال یک بار توصیه می‌شود.

آنچه آنرا می‌تواند در دوران سالم‌نی دیگر بررسی های ضروری در دوران سالم‌نی علاوه بر معاینه‌ها و آزمایش‌هایی که به آنها اشاره شد انجام آزمایش‌های زیر لیز در سنین پس از ۵۰ سالگی توصیه می‌شود:

آزمایش شمارش سلول‌های خون (CBC)، بررسی کم خونی، تعیین آهن سرم و ظرفیت تمام اتصال آهن (TIBC) و نیز مقادیر ذخایر آهن (فریتین)، و همچنین ویتامین B12 و اسید فولیک که هر دو در خویسازی موثر هستند.

سنین پس از ۵۰ سالگی
ازمایش‌ها و بررسی‌های این دوره از زندگی نیز در مردان و زنان تفاوت هایی با هم دارد.

زنان

فشار خون: حداقل هر سال یک بار باید اندازه گیری شود.

چربی‌های خون: هر سال یک بار

اندازه گیری قند خون ناشتا: هر سال یک بار

هرمون TSH (مربوط به فعالیت غده تیروئید):

طبق نظر پزشک مراجعت معاینه پوست، پستان‌ها، معاینه لگن، پاب اسپیر و ماموگرافی حداقل سالی یک بار انجام شود.

بررسی مدفع از نظر وجود خون مخفی: این آزمایش برای تشخیص زودرس سرطان روده بزرگ که دوین عامل مرگ و میر زنان در اثر سرطان است انجام می‌شود.

انجام این تست به صورت سالیانه توصیه می‌شود.

کولونوسکوپی: روشن است که برای بررسی روده بزرگ

مورد استفاده قرار می‌گیرد بهتر است هر ۵ - ۱۰ سال

یک بار و یا حتی با فواصل کمتر طبق نظر متخصصان کوارش انجام شود.

سیگموفونوسکوپی: نوعی روش آندوسکوپی است که برای بررسی بخش های انتهایی روده بزرگ به کار رفته، انجام آن هر ۳ سال یک بار توصیه می‌شود.

ازمایش سنجش تراکم استخوان (دانتیومتری استخوان):

هر خالیم در سنین پس از یالسکی حداقل باید یک بار

مبدادرت به انجام این بررسی نموده، پس از آن نوبت های

بعدی بر اساس میزان تراکم استخوان و نظر پزشک مراجعت تمیین خواهد شد.

مردان

فشار خون: اندازه گیری فشار خون حداقل هر دو سال یک بار

پوست: بررسی و معاینه پوست حداقل هر سال یک بار

تجویج: در این گروه سنی خصوصاً در سنین ۴۰ - ۴۹ سال

انجام آزمایش‌های دیگری از جمله آزمایش نیتروروژن

اوره خون (BUN) و کراتینین جهت بررسی عملکرد

کلیه مفید است.

انجام آزمایش PSA و Free PSA: برای تشخیص زودرس

سرطان پروستات سالی پکبار توصیه می‌شود.



اندازه گیری قند خون ناشتا: هر ۲ سال یک بار
معاینه پستان، پوست و انجام پاب اسپیر؛ حداقل سالی یک بار

ماموگرافی: این آزمون که با اکس اشمه ایکس انجام می‌شود را باید هر سال یک بار انجام داد.

مردان

مردان ۲۰ - ۳۱ ساله

فشار خون: اندازه گیری فشار خون حداقل هر سال یک بار

پوست: بررسی و معاینه پوست حداقل هر سه سال یک بار

لند خون ناشتا و چربی‌ها: به صفحه ۶ مراجعه نمایید.

مردان ۴۰ - ۴۹ ساله

فشار خون: اندازه گیری فشار خون حداقل هر سال یک بار

تجویج: مجموعه کامل چربی‌های خون شامل کلسترول

تام، کلسترول خوب (HDL-C)، کلسترول بد

(LDL-C) و تری گلیسریدهای است. در صورت

بررسی پروستات، تعیین اندازه پروستات به وسیله معاینه

مقداری اتوس طبیعی و بالاجام سونوگرافی

۶ راهنمای چکاپ دوره‌ای سلامت

۷ راهنمای چکاپ دوره‌ای سلامت

اگردر این حالت قند خون بالای ۱۲۲ میلی گرم درود (در برشی متابع ۱۴۰) بود باید تست G.T.T که یک نت سه مرحله ای جهت بررسی قند خون است انجام پذیرد. توجه داشته باشید که انجام GCT نیاز به ناشتا ندارد.



غربالگری مجدد برای انتی بادی های Rh تعیین گروه خونی و مشت و منفی بودن Rh باید در همه خانم ها پیش از بارداری انجام شود و نسخ زنان Rh منفی که در ابتدای حاملگی آمپول روگام (که بسایر حساسیت زایی مادر استفاده می شود) در راست نکرده اند باید میان هفته های ۲۸-۲۶ مورد آزمایش چند قرار گیرند. بهزشک معالج بر اساس نتیجه آزمایش در زمینه تزریق آمپول روگام و سایر اقدامات لازم تصمیم خواهد گرفت.

بررسی عوامل غنوتی در مادر: غربالگری انتی بادی های ضد توکوپلاسما، سرخچه، سیتوگالوبوروس، و تپ خال که جماعت تحت عنوان گروه TORCH نامیده می شوند. این عوامل می توانند با ایجاد عفونت در محیط رحم عوارض زیادی برای جنین برجا بگذارند.

غربالگری عفونت در مادر: در برشی از زنان باردار میکروب های ریزی در محیط رحم و رشد می کنند که می توانند سبب عفونت کیسه جنین و هارگی زودرس آن شوند. برای تشخیص این وضعیت که می توانند حیات جنین را به خطر بیندازد ساده ترین کار آن است که هر خانم باردار تخت معاینه و ازن قرار گرفته و نسونه ای از ترشحات داخل و ازن وی تهمه و به آزمایشگاه ارسال شود. توجه داشته باشید که

بررسی های هاراکلینیکی (تست های آزمایشگاهی و سوپوگرافی) است.

برای اطمینان از عدم ابتلاء به سیفلیس VDRL.

آزمایش های مربوط به سرخچه و هابیت B

آزمایش شناسنی سلول های خونی HIV

بهطور کلی انجام داشت آزمایشگاهی زیر نیز

در مورد زنان باردار توصیه می شود که همارتند،

آزمایش اسیدازه گیری (نالاتیپرووتین)، (APP)،

آزمایش غربالگری دیابت حاملگی، آنتی بادی های Rb،

عفونت های مهبل (وازن) و سایر عفونت ها.

اندازه گیری الافایتیورونین در سرم مادر:

این آزمایش بستر برای تشخیص نیافرای لوه عصبی جنین

(که بعدها مغز و نخاع را به وجود می آورد) انجام می شود

بهترین زمان اندازه گیری این امده در خون مادر هفته های ۲۰-۱۵ بارداری است. توجه داشته باشید که تشیع این

آزمایش ها حتماً باید توسط پزشک معالج تفسیر شده و در

عفونت نیاز مادرات به انجام آزمایش های بعدی و سوپوگرافی شود.

غربالگری دیابت حاملگی:

همه ترسن اختلال متابولیک مادر در طول بارداری

دیابت حاملگی است. امسروزه بسیاری از متخصصین و

مراکز معتبر بر این قیده اند که باید غربالگری دیابت

را در تمام زنان باردار انجام داد. بهترین زمان برای انجام

این آزمایش هفته های ۲۸-۲۴ حاملگی است؛ اما در

مورد زنان باردار در معرض خطر یعنی کسانی که

خود بخودی، تولد نوزاد با وزن مسایی یا بیشتر از

۴ کیلوگرم، سایقه فامیلی دیابت و سایقه دیابت در حاملگی

قبای دارند، توصیه می شود که در هنگام اولین مراجعت

(بیش از هفته ۲۴ و با حداقل بین هفته های ۲۸ تا ۳۴ حاملگی)

حتماً از نظر دیابت مورد بررسی قرار گیرند.

در این حالت بس از خوراندن ۵۰ گرم گلوکز به فرد

باردار قند خون وی پس از یک ساعت آنساژه گیری

می شود؛ به این آزمایش تست چالش گلوکز

HIV برای اطمینان از عدم ابتلاء باید.

با کمتر از ۲۵ و تری گلیسیرید مساوی پا بهتر از ۲۵ میلی گرم در سی لیتر است.

سابقه ابتلاء به کیست های متعدد تخدان خصوصاً در

خانم های جوان

سابقه بیماری های عروقی چه عروق دست و پا و چه عروق

قلبی یا مفرز

غربالگری جریه های خون

ازدواج چربی های خون جدی ترین عامل خطرگرفته است

رگ های قلب و سایر عروق بدن محسوب می شود.

قائمون کی که در این مورد وجود دارد این است که نسام

افراد بالای ۲۰ سال باید حداقل در یک نوبت تمام

آزمایش های جریه خون (شامل کلسترول تام خون،

کلسترول خوب، کلسترول بد و تری گلیسیرید)

را انجام دهند.

در صورتی که نتایج طبیعی بود این آزمایش حداقل هر

۵ سال یک بار باید تکرار شود. در صورت غیر طبیعی

بدون نتایج و با ابتلاء به بیماری هایی چون دیابت و یا

بیماری های قلبی عروقی و مکنته مفرز، استعمال سیگار

و چاقی مفرط حتماً با پزشک معالج شود در مورد

دستورات غذایی، دارویی و زمان انجام آزمایش بعدی

مشourt نماییم.

نیزگی بدون تحریر

در تمام بانوان باردار و خصوصاً در خانم که در دوره

بارداری دچار دیابت شده، پا بجه ای با وزن بیش از

۴ کیلوگرم اورده است.

اگر فردی دچار فشار خون بیش از ۱۴۰/۹۰ است. (این

عدد در مورد مرادی که برای فشار خونشان دارو هم

می خورند صدق می کند).

اگر میزان کلسترول خوب (HDL-C) مساوی

در دوران قبل از ازدواج آزمایش هایی برای زوجین

در خواسته می شود که عبارتند از:

VDRL برای اطمینان از عدم ابتلاء به سیفلیس

آزمایش های عروقی به هابیت B

آزمایش شناسنی سلول های خونی HIV

آزمایش گروه خون جهت شناسایی مادران Rb منفی

آزمایش عدم انتبا

HIV برای اطمینان از عدم ابتلاء باید

پیش از ازدواج

در دوران قبل از ازدواج آزمایش هایی برای زوجین

در خواسته می شود که عبارتند از:

VDRL برای اطمینان از عدم ابتلاء به سیفلیس

آزمایش های عروقی به هابیت B

آزمایش گروه خون جهت شناسایی مادران Rb منفی

آزمایش عدم انتبا

HIV برای اطمینان از عدم ابتلاء باید

پیش از بارداری و دوران بارداری

مراقبت های بهداشتی زمان بارداری از اهمیت

خاصی بخوبی دارد زیرا این مراقبت ها سلامت حادث

دو نفر را (اگر جنین دو قلو باشد) ضمنی می کنند.

مراقبت های مورد بحث شامل مسایبات بالینی و

راهنمای چکاپ دوره‌ای سلامت

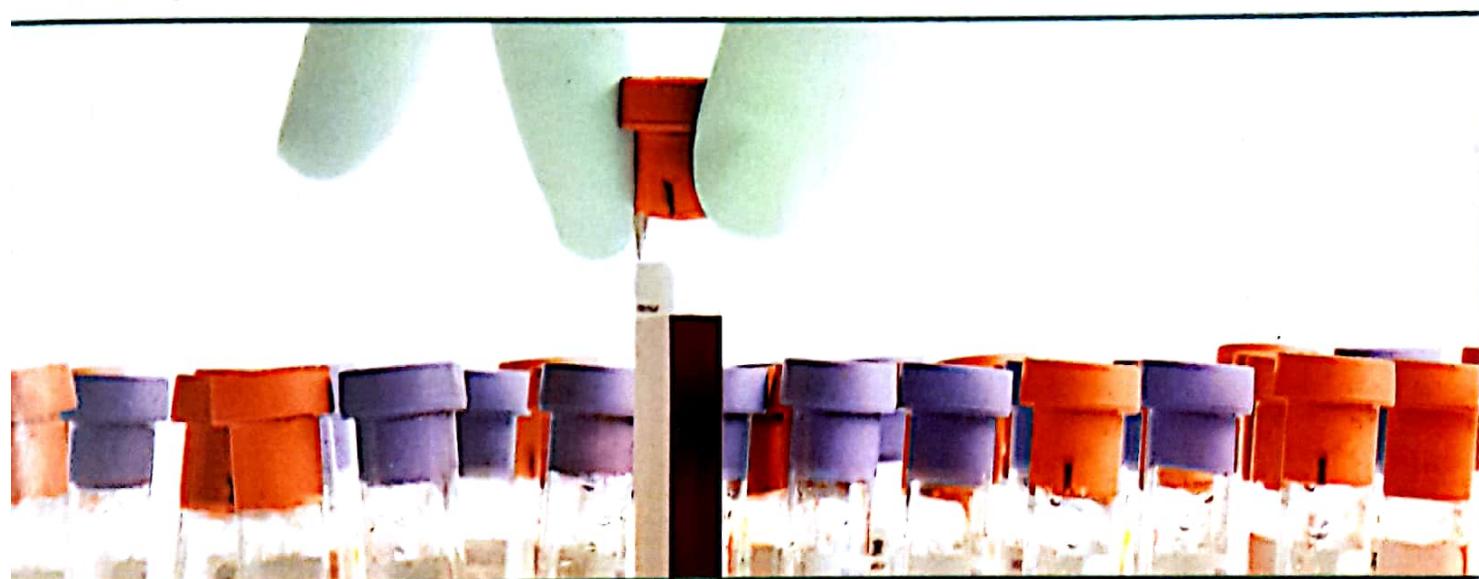
آزمایش‌های دیگر

این آزمایش‌ها شامل آزمایش کامل ادرار (خصوصاً جهت بررسی مقادیر بیش از حد طبیعی پروتئین در ادرار و عفونت‌های ادراری) و نیز آزمایش‌های لازم جهت بررسی کم خونی است که معمولاً در دوران بارداری صورت می‌پذیرد. مراجعت به پزشک و تشکیل پرونده در دوران بارداری امری الزامی است، چون با این روش مادر و جنین در تمام مراحل بارداری تحت نظر پزشک بوده و با بروز کوچکترین مشکل توسط پزشک معالج تحت درمان مناسب قرار می‌گیرند.

تندرست باشد.

این عفونت‌ها غالباً بدون علامت هستند اما رسیدگی به آنها اهمیت خاصی دارد

روش‌های نوین تشخیص بیش از تولد سندرم داون: علاوه بر روش‌های قبلی، روش‌های جدید ابداع شده که در آن با در نظر گرفتن سن مادر، انجام سونوگرافی (جهت تعیین ضخامت چین گردی و تیغه بینی جنین) و انجام یک سری تست‌های بیوشیمیایی روی خون مادر (شامل FreeB-HCG و PAPP-A) می‌توان با دقت حدود ۹۵٪ در هفته‌های ۱۱-۱۴ حاملگی ابتلای جنین به سندرم داون را غربالگری نمود. نتایج این روش (در صورت وجود امکانات کافی و متخصصین کارآمد) بسیار قابل اطمینان است.



کشف بهنگام سرطان در پیگیری و درمان نقش بسزایی دارد.

پیگیری در افراد سالم	سرطان	نوع آزمایش
پیگیری سالانه ضروری است	سرطان ملاووما	Sangtec-100
پیگیری سالانه ضروری است	تلخیم ملوکت‌های سیستمیک	PCT
پیگیری سالانه ضروری است	سرطان اندروئید	Calcitonin
پیگیری سالانه ضروری است	سرطان ره و بستان	CEA
پیگیری سالانه ضروری است	فوکول کله	کاتکولامین
پیگیری سالانه ضروری است	لبریولید	TG
پیگیری های پرلولاستیک-کریوکلرستیما	پرلولاستیما	HCG
پیگیری سالانه ضروری است	پرلولوکریوکلرستیما	BHCG
پیگیری سالانه ضروری است	پوکول استھیلن	PTH, Vit D, Vit D3
پیگیری سالانه ضروری است	غربالگری سرطان رحم	PAP-Samear

سرطان	پیگیری در افراد سالم	نوع آزمایش
سرطان بروستات آنالی بالای ۵۰ سال	پیگیری سالانه ضروری است	PSA-FPSA
سرطان لخته‌دان	پیگیری سالانه ضروری است	CA125
سرطان سبله هموگلوبالی	پیگیری سالانه ضروری است	CA15-3
سرطان بیضه‌های پلکارس-کلکارس-خلخلان پلکارس	پیگیری سالانه ضروری است	CA19-9
سرطان سیستم گلورش-کلکارس	پیگیری سالانه ضروری است	AFP-CEA
سرطان معده	پیگیری سالانه ضروری است	CA72-4, CA19-9, CEA
سرطان خلیه و لنکوم	پیگیری سالانه ضروری است	B2Microglobulin
سرطان ره و سبله و متله و لوله گلورشی	پیگیری سالانه ضروری است	TPA
سرطان ره و لون بلائستوما	پیگیری سالانه ضروری است	NSE
سرطان ره و گرفم و رحم و سرطان پستان	پیگیری سالانه ضروری است	Cytm21-1