

آزمایش‌های ضروری برای چکاپ سالیانه

از نظر خیلی از پزشکان، انجام چکاپ سالانه برای حفظ سلامت بدن شما ضروری است چون کمک می‌کند که مشکلات جزئی خیلی زود تشخیص داده شوند و بعدها به صورت یه بیماری خطرناک بروز نکنند. اما واقعا چکاپ کامل بدن شامل چه چیزهایی است؟ از انواع آزمایش‌های موجود در چکاپ سالانه می‌شود به آزمایش خون، آزمایش ادرار، آزمایش مدفوع، تست نوار قلب، معاینه چشم، معاینه گوش، تصویربرداری با اشعه ایکس، سونوگرافی و غیره اشاره کرد.

بهتر است بدانید که همه افراد نیاز به انجام این لیست آزمایش چکاپ کامل بدن را ندارند. معمولا پزشکان در ابتدا آزمایش خون و آزمایش ادرار را تجویز می‌کنند و سپس براساس نتایج آنها در جهت انجام چکاپ قبل از بارداری، چکاپ کامل قلب، چکاپ کامل سرطان، آزمایش‌های تصویربرداری و غیره اقدام می‌کنند. در ادامه به جزئیات بیشتری از چکاپ سالیانه زنان و چکاپ کامل مردان اشاره خواهیم کرد.

از چه سنی باید برای انجام چکاپ سالانه اقدام کرد؟

برای در امان ماندن از خطر بیماری‌ها، باید هر فردی یک بار در سال به پزشک مراجعه نماید و بدن خودش را معاینه کند تا متوجه شود که آیا به بیماری خاصی مبتلا هست یا خیر. از انواع آزمایشات لازم برای چکاپ کامل بدن در هر گروه سنی می‌شود به موارد زیر اشاره کرد:

افراد ۲۰ تا ۳۰ ساله باید سالی یک بار میزان فشار خون، قد و وزن خودشان را همراه با معاینه چشم و دندان بررسی کنند. غربالگری اچ آی وی (HIV) بهتر است هر ۲ سال یک بار انجام شود.

افراد ۳۰ تا ۴۰ سال علاوه بر آزمایشاتی که در بالا ذکر شد، نیاز به انجام آزمایش خون برای بررسی وضعیت تیروئید، دیابت، کم‌خونی، مشکلات کبدی هم دارند. همچنین باید سالی یک بار چکاپ قلب برای تشخیص احتمالی بیماری‌های مربوط به قلب انجام شود.

افراد ۴۰ تا ۵۰ سال باید علاوه بر بررسی‌های ذکر شده در بالا، هر پنج سال یک بار تحت معاینه قلبی عروقی قرار بگیرند.



RAHSA PATHOBIOLOGY GROUP
گروه پاتوبیولوژی رهسا

Clinical - Pathology - Genetic
ISO Certificates 15189 - 10004 - 9001

افراد ۵۰ تا ۶۰ سال علاوه بر چکاپ‌های معمول، باید هر سال وضعیت فشار خون، دیابت، معاینه چشم و گوش و خطر بروز افسردگی را هم ارزیابی کنند.

افراد بالای ۶۰ سال باید سالانه علاوه بر آزمایشات عادی، غربالگری برای سنجش تراکم استخوان‌ها انجام بدهند. البته آزمایش‌های آلزایمر و زوال عقل هم باید جزئی از چکاپ سالانه آنها باشد.

بنابراین اگر سن شما بیش از ۲۰ سال است، تحت نظر پزشک چکاپ سالانه را آغاز کنید.

چکاپ کامل خون شامل چیست؟

طبق دستورالعمل ارائه شده توسط سازمان بهداشت جهانی، افراد جوان هر ۲ سال یک بار، افراد میانسال هر ۱ تا ۲ سال یک بار و افراد مسن هر سال یک بار باید برای انجام آزمایش خون معمولی یا چکاپ کامل خون طبق نظر پزشک اقدام کنند.

البته در صورت داشتن سابقه خانوادگی بسیاری از بیماری‌ها یا مشاهده علائم غیر طبیعی در ارگان‌هایی مثل تیروئید، قلب، کبد و کلیه‌ها، بیمار باید هر چند ماه یک بار تحت نظر پزشک آزمایش خون بدهند. از انواع آزمایشات موجود در چکاپ سالانه خون می‌شود به موارد زیر اشاره کرد.

آزمایش شمارش کامل سلول‌های خون یا CBC

این تست از چکاپ سالانه خون قابلیت آن را دارد که میزان ۱۰ جزء مختلف از سلول‌های اصلی خون (گلبول‌های قرمز، گلبول‌های سفید و پلاکت‌ها) رو بررسی کند. تجربه نشان داده در صورت مشاهده نتایج غیر طبیعی باید به موارد زیر شک کنین:

کمبود مواد معدنی یا ویتامین

کم‌خونی (کمبود آهن)

عفونت



RAHSA PATHOBIOLOGY GROUP
گروه پاتوبیولوژی رهسا

Clinical - Pathology - Genetic
ISO Certificates 15189 - 10004 - 9001

مشکلات انعقادی یا لخته شدن خون

سرطان خون

اختلالات سیستم ایمنی بدن

در آزمایش کمخونی، تعداد گلبول‌های قرمز و میزان هموگلوبین و هماتوکریت و سطح ذخایر آهن بدن (فریتین) ارزیابی می‌شود تا به صورت دقیق نوع کمخونی مشخص شود.

آزمایش تیروئید

اصولا در این آزمایش میزان هورمون محرک تیروئید (TSH) و هورمون‌های تولید شده توسط غده تیروئید (T3 و T4) اندازه‌گیری می‌شود تا صحت علائم کمکاری یا پرکاری تیروئید و سایر ناهنجاری‌های تیروئید (مانند بیماری هاشیموتو) بررسی شود.

آزمایش متابولیک کامل

معمولا در این مورد از چکاپ کامل خون علاوه بر بررسی میزان پروتئین‌ها (مانند آلبومین)، آنزیم‌های کبدی (مانند SGOT و SGPT) و بیلی‌روبین، اندازه دقیق این موارد زیر هم در خون ارزیابی می‌شود:

گلوکز

کلسیم

پتاسیم

سدیم

اوره خون (BUN)

اوریک اسید

کراتینین

در نتیجه پزشک می‌تواند با چکاپ سالانه احتمال ابتلا به دیابت، بیماری کبدی، بیماری کلیوی یا عدم تعادل هورمونی را در مورد شما بررسی کند.

آزمایش قند و چربی خون

معمولا برای بررسی میزان قند خون در چکاپ سالانه از آزمایش‌های قند خون ناشتا (FBS)، قند خون سه‌ماهه (HbA1C) و قند خون دوساعته (2hpp) استفاده می‌شود. آزمایش چربی خون هم شامل اندازه‌گیری میزان کلسترول، تری‌گلیسیرید خون و دو نوع کلسترول LDL و HDL می‌باشد.

آزمایش سرطان

جالب است بدانید که چکاپ کامل بدن برای سرطان هم جز آزمایش‌های چکاپ سالانه هست و از سن ۴۰ سالگی به بعد لازم است که به صورت مستمر انجام شود. به‌خصوص در مورد سرطان تخمدان و پستان خانم‌ها و سرطان پروستات آقایان. در چکاپ سرطان معمولا میزان تومورمارکرها و اختصای انواع سرطان مثل پروستات، پانکراس، معده، روده و غیره در خون بررسی می‌شود. مطمئنا تشخیص به‌موقع سرطان، روند درمان آن را خیلی آسان‌تر می‌کند. انجام آزمایش پروستات (PSA) در آقایان به منظور غربالگری سرطان پروستات در افراد بالای ۴۰ سال به طور سالانه توصیه می‌شود. در بانوان برای تشخیص زود هنگام سرطان دهانه رحم آزمایشات پاپ اسمیر و HPV توصیه می‌شود.

آزمایش تشخیص بیماری‌های مقاربتی (STD)

از انواع عفونت‌های مقاربتی می‌شود به کلامیدیا، سوزاک، سیفلیس، اچ‌آی‌وی، زگیل تناسلی و تبخال تناسلی اشاره کرد. خوشبختانه همه این‌ها به راحتی با چکاپ خون و بررسی هم‌زمان شاخص‌های مرتبط با عفونت و التهاب بدن مثل پروتئین واکنشی (CRP) قابل تشخیص می‌باشد.



RAHSA PATHOBIOLOGY GROUP
گروه پاتوبیولوژی رهسا

Clinical - Pathology - Genetic
ISO Certificates 15189 - 10004 - 9001

چکاپ قلب چیست؟

برای پیشگیری از بیماری های قلبی و عوارض مغزی بررسی چربی های خون و نیز فشارخون توسط پزشک متخصص توصیه می گردد. به یاد داشته باشید بالا بودن قند خون، چربی های خون و نیز فشار خون ممکن است سال ها بدون علامت بوده و شما هیچ گونه عارضه ای را احساس نکنید و زمانی متوجه می شوید که دیر شده است و ممکن است عوارض جبران ناپذیری برای شما داشته باشد. اگر پزشک در چکاپ سالانه خون و معاینات بالینی مورد مشکوکی پیدا کند علاوه بر تست نوار قلب برای اکوکاردیوگرافی و تست ورزش نیز اقدام می کند.

سخن آخر

بنابراین چکاپ کامل می تواند نتایج خوبی از وضعیت ارگانها و سلامت کلی بدن شما به پزشک ارائه دهد. فراموش نکنید که با تشخیص زودهنگام بیماری، می شود از راهکارهای سادهتری برای درمان آن استفاده کرد.

مطالب بخش [مقاله](#) و [انتشارات](#) سایت گروه پاتوبیولوژی رهسا تنها جنبه اطلاع رسانی و آموزشی دارد

✓ با ما در مسیر سلامتی گام بردارید ✓