

20-30 lat

#ToNieRocketScience

MOVEMBER

KALENDARZ MĘSKICH BADAŃ PROFILAKTYCZYCH

Zgodnie ze starym porzekadłem - lepiej zapobiegać niż leczyć!
Dlatego przygotowaliśmy dla Ciebie bezpłatny kalendarz badań profilaktycznych.
Śmigamy na badania! :)

RAZ W MIESIĄCU: samobadanie jąder

RAZ NA PÓŁ ROKU: kontrola stomatologiczna

RAZ W ROKU:

- Podstawowe badania krwi: morfologia, OB., stężenie glukozy we krwi oraz badanie ogólne moczu
- Pomiar ciśnienia tętniczego, kontrola wagi oraz ogólne badanie u lekarza internisty

RAZ NA 3 LATA:

- pomiar poziomu elektrolitów we krwi (potas, sód, magnez, fosfor, wapń)
- badanie jąder przez lekarza (pod kątem raka jądra)
- W przypadku mężczyzn w grupie ryzyka chorób prostaty - badanie proktologiczne

RAZ NA 3-5 LAT: USG jamy brzusznej

RAZ NA 5 LAT:

- Lipidogram, czyli pomiar stężenia cholesterolu we krwi oraz jego frakcji HDL i LDL, a także trójglicerydów
- RTG klatki piersiowej

Jeśli masz wiele znamion - zgłoś się do dermatologa w celu ich kontroli.

www.fundacjarakiety.pl

