

# BADANIA KONTROLNE

## Podstawowe badania dla mężczyzn i kobiet

### Wiek 20-30 lat:

- morfologia krwi, OB (co rok)
- poziom glukozy we krwi (co rok)
- badanie moczu (co rok)
- lipidogram (co 3-5 lat lub częściej jeżeli istnieje ryzyko chorób układu sercowo-naczyniowego np. w rodzinie występuje nadciśnienie czy miażdżyca)

### Wiek 30-40 lat:

- morfologia krwi, OB (co rok)
- poziom glukozy we krwi (co rok)
- lipidogram (co rok)
- badanie moczu (co rok)
- badanie poziomu elektrolitów (co 3 lata)

### Wiek 40-50 lat:

- morfologia krwi, OB (co rok)
- poziom glukozy we krwi (co rok)
- lipidogram (co rok)
- badanie moczu (co rok)
- badanie krwi w kale (co rok)
- badanie poziomu elektrolitów (co 3 lata)
- badanie TSH (co 3 lata)

### Wiek powyżej 50 lat:

- morfologia krwi, OB (co rok)
- poziom glukozy we krwi (co rok)
- lipidogram (co rok)
- badanie moczu (co rok)
- badanie krwi w kale (co rok)
- badanie magnezu i kwasu moczowego (co rok)
- badanie poziomu albuminy i kreatyniny (co rok)
- badanie poziomu elektrolitów (co 3 lata)
- badanie TSH (co 3 lata)

## Badania dla kobiet

### W każdym wieku:

- cytologia (co rok)
- samobadanie piersi

### Wiek 40-50 lat:

- mammografia (od 45 roku życia co 2 lata)
- poziom estradiolu i FSH (co 3 lata)

### Wiek powyżej 50 lat:

- stężenie wapnia i fosforanów w organizmie (co rok)
- mammografia (co rok)

## Badania dla mężczyzn

### W każdym wieku:

- badanie jąder (co 3 lata)
- samobadanie jąder

### Wiek 40-50 lat:

- badanie prostaty per rectum (co rok)
- poziom antygenu gruczołu krokowego (PSA) (co 3 lata)

### Wiek powyżej 50 lat:

- badanie prostaty per rectum (co rok)
- poziom antygenu gruczołu krokowego (co rok)

## Inne badania

- Kolonoskopia (wiek - powyżej 50 roku życia co 5-10 lat)
- Badanie wzroku (przed 40 rokiem życia co 2-3 lata, w przypadku występowania wad i po 40 roku życia co rok)
- Badanie (prześwietlenie) płuc (zwłaszcza u osób palących)