



JA DLA SIEBIE

DZIEŃ 11

CHECKLISTA BADAŃ LEKARSKICH

KILKA SŁÓW DROGĄ WSTĘPU

Miło mi, że zdecydowałaś się pobrać checklisty z propozycjami badań. To oznacza, że już pierwszy, mały krok, w trosce o siebie, masz za sobą. Mam nadzieję, że okażą się pomocne.

Jednocześnie chciałabym Cię uczulić i przypomnieć, że poniższe listy badań są tylko pewną propozycją, która może posłużyć, jako punkt wyjścia, wsparcie podczas wizyty u specjalisty, a przede wszystkim, jako motywacja do podjęcia decyzji o wykonaniu BADAŃ.

Powstały we współpracy z moim lekarzem prowadzącym i dzielę się nimi z Wami, jako inspiracją. Nie mogą służyć do samo diagnozowania. Każde badanie powinno zostać zlecone przez lekarza, a wyniki odpowiednio zinterpretowane.

Cieszę się, że zrobiłaś pierwszy krok
w trosce o swoje zdrowie

*Uściski,
Karola*

CHECK LISTA BADAŃ

#JaDlaSiebie

BADANIA KRWI

- ☐ MORFOLOGIA -
pokazuje ogólny stan zdrowia, zasygnalizuje infekcję, niedokrwistość
- ☐ LIPIDOGRAM (cholesterol, trójglicerydy, LDL, HDL) -
pozwalą określić ryzyko wystąpienia miażdżycy i choroby niedokrwiennej serca
- ☐ GLUKOZA -
pozwalą określić ryzyko cukrzycy
- ☐ TSH -
sprawdza działanie hormonu tarczycy
- ☐ HCV -
badanie w kierunku wirusowego zapalenia wątroby typu C
- ☐ HBs -
badanie w kierunku wirusowego zapalenia wątroby typu B
- ☐ ALT – enzym wątrobowy –
pomaga wykryć choroby wątroby, w tym stany zapalne, marskość, stłuszczenie lub uszkodzenie
- ☐ KREATYNINA i kwas moczowy –
ocena funkcji nerek
- ☐ INNE _____

POZOSTAŁE BADANIA

- | | |
|---|--|
| ☐ BADANIE MOCZU | ☐ USG JAMY BRZUSZNEJ |
| ☐ CYTOLOGIA | ☐ USG TARCZYCY |
| ☐ USG GINEKOLOGICZNE | ☐ EKG SPOCZYNKOWE |
| ☐ USG PIERSI / MAMMOGRAFIA | ☐ POMIAR CIŚNIENIA TĘTNICZEGO |
| ☐ BADANIE DENTYSTYCZNE | ☐ BADANIE OKULISTYCZNE |

CHECK LISTA BADAŃ

#JaDlaSiebie

BADANIA, KTÓRE WARTO WYKONAĆ, GDY ODCZUWASZ NIEUSTANNE ZMĘCZENIE

- ☐ MORFOLOGIA z rozmazem
- ☐ KREATYNINA i kwas moczowy
- ☐ GLUKOZA
- ☐ TSH
- ☐ ft3
- ☐ ft4
- ☐ ALT
- ☐ antyTPO
- ☐ ŻELAZO
- ☐ AST
- ☐ TIBC
- ☐ PRL
- ☐ BADANIE MOCZU
- ☐ INNE _____

CHECK LISTA BADAŃ

#JaDlaSiebie

BADANIA, KTÓRE WARTO WYKONAĆ, GDY MASZ PROBLEM ZE ZRZUCENIEM WAGI

- ☐ MORFOLOGIA z rozmazem
- ☐ KREATYNINA i kwas moczowy
- ☐ GLUKOZA
- ☐ TSH
- ☐ ft3
- ☐ ft4
- ☐ LIPIDOGRAM
- ☐ antyTPO
- ☐ DHEA-S
- ☐ TESTOSTERON
- ☐ ESTRADIOL
- ☐ PROGESTERON
- ☐ BADANIE MOCZU
- ☐ INNE _____

CHECK LISTA BADAŃ

#JaDlaSiebie

BADANIA, KTÓRE WARTO WYKONAĆ, GDY MASZ PROBLEM Z WYPADANIEM WŁOSÓW

- ☐ MORFOLOGIA z rozmazem
- ☐ PROLAKTYNA
- ☐ GLUKOZA
- ☐ TSH
- ☐ ft3
- ☐ ft4
- ☐ SHGB
- ☐ antyTPO
- ☐ DHEA-S
- ☐ TESTOSTERON
- ☐ ANDROSTENDION
- ☐ PROGESTERON
- ☐ EATRADIOL
- ☐ BADANIE TRYCHOLOGICZNE
- ☐ BADANIE MOCZU
- ☐ INNE _____

CHECK LISTA BADAŃ

#JaDlaSiebie

BADANIA, KTÓRE WARTO WYKONAĆ, GDY NIEUSTANNIE MASZ OCHOTĘ NA SŁODYCZE

- ☐ MORFOLOGIA z rozmazem
- ☐ KREATYNINA i kwas moczowy
- ☐ GLUKOZA
- ☐ TSH
- ☐ ft3
- ☐ ft4
- ☐ LIPIDOGRAM
- ☐ antyTPO
- ☐ JONOGRAM
- ☐ ALT i ewentualnie AST
- ☐ BADANIE MOCZU
- ☐ INNE_____

CHECK LISTA BADAŃ

#JaDlaSiebie

BADANIA, KTÓRE WARTO WYKONAĆ, GDY POGORSZYŁ SIĘ STAN TWOJEJ CERY

- ☐ MORFOLOGIA z rozmazem
- ☐ WYMAZ ZE ZMIAN TRĄDZIKOWYCH NA POSIEW
- ☐ BADANIE MOCZU
- ☐ TSH
- ☐ ft3
- ☐ ft4
- ☐ SHGB
- ☐ antyTPO
- ☐ DHEA-S
- ☐ TESTOSTERON
- ☐ ANDROSTENDION
- ☐ PROGESTERON
- ☐ EATRADIOL
- ☐ PROLAKTYNA
- ☐ INNE_____