

É HORA DE
CUIDAR DA
SAÚDE!



Vamos cuidar da saúde?

Nossa saúde é o nosso bem mais precioso. Sem saúde não conseguimos trabalhar, cuidar de quem amamos, curtir... Enfim, precisamos dela para fazer qualquer coisa. Então, por que nem sempre colocamos esse assunto como prioridade?

Cuidar da nossa saúde significa nos colocar em primeiro lugar.

Preciso fazer um Check-up?

O famoso check-up médico consiste em uma avaliação periódica onde são realizados exames e procedimentos para avaliar o estado de saúde geral de uma pessoa.



A principal função do check-up é identificar o risco para algumas doenças crônicas mais frequentes ou, eventualmente, indícios de que elas já estejam em curso.

Muitas dessas doenças estão associadas ao estilo de vida das pessoas (como o sedentarismo e o hábito de beber ou fumar) e podem também estar associadas a outras comorbidades como obesidade ou a uma história familiar positiva.

○ COSTUME DE FAZER ESSAS AVALIAÇÕES MÉDICAS PERIÓDICAS NOS AJUDA A CUIDAR DA NOSSA SAÚDE E ANTECIPA O DIAGNÓSTICO DE ALGUMAS PATOLOGIAS PARA NOS PERMITIR CUIDAR DELAS A PARTIR DE UMA ORIENTAÇÃO MÉDICA ESPECIALIZADA.

Geralmente, quando conseguimos identificar problemas precocemente, conseguimos iniciar um tratamento antes que o quadro evolua e/ou cause danos ao organismo, o que compromete a nossa qualidade de vida.

Idealmente, esse checkup é requisitado pelo médico assistente, aquele que acompanha o indivíduo de forma rotineira. Muitas vezes é um Clínico Geral ou Pediatra, mas também pode ser um Ginecologista, um Geriatra ou um Médico de Família.

ATENÇÃO!

O check-up tem um caráter preventivo. Portanto, deve incluir também:



Ações de conscientização sobre estilo de vida saudável;



Prática de atividade física;



Alimentação balanceada;



Atualização da carteira vacinal.

**CUIDAR DA SAÚDE DEVE
SER SEMPRE UMA PRIORIDADE!**

Vamos começar?



QUEM?

O ideal é que qualquer indivíduo (adultos e crianças, homens e mulheres) não espere sentir algum sintoma ou problema de saúde para buscar um médico, mas que crie o hábito de realizar um check-up de forma periódica. A periodicidade pode ser anual (ou outra, a depender da necessidade do indivíduo). Portadores de doenças crônicas podem precisar encurtar esse intervalo.



COMO?

Na consulta com seu médico assistente, após uma avaliação clínica inicial, serão solicitados alguns exames de rotina de acordo com a sua avaliação individual. Após a realização desses exames em um laboratório ou clínica de qualidade, eles devem ser levados de volta ao médico solicitante para uma adequada interpretação a partir do conhecimento da sua história clínica. Após esse retorno, o médico fará as orientações pertinentes e tomará as condutas necessárias.



QUAIS SÃO OS EXAMES?

- **Exames laboratoriais:** solicitados a partir da avaliação de cada paciente e das suas necessidades individuais (homem, mulher, criança, idoso...)
- **Exames de imagem** (a depender da história do paciente)
- **Exames cardiológicos** (a depender da história do paciente)
- **Exames ginecológicos ou urológicos**

ATENÇÃO:

- A realização de exames deve ser sempre **acompanhada de uma avaliação clínica** realizada por um médico que pode identificar a necessidade de outros exames adicionais de acordo com as necessidades do paciente.
- Todos os exames realizados devem ser **analisados por um médico** para garantir a correta interpretação das informações contidas nos laudos.
- Existem muitos **outros exames** que podem vir a ser solicitados a partir de uma avaliação médica. Trouxemos alguns exames iniciais para triagem de algumas doenças mais prevalentes.
- A realização desses exames **não dispensa uma avaliação médica**.
- Após essa avaliação inicial, **outros exames podem vir a ser solicitados** pelo seu médico assistente.



**ALÉM DOS EXAMES E CUIDADOS MÉDICOS, NÃO PODEMOS
ESQUECER DE OUTRO PONTO MUITO IMPORTANTE E QUE TAMBÉM
VAI FAZER TODA A DIFERENÇA: O AUTOCUIDADO.**



Ações para promoção da sua saúde:



Pratique exercícios: Movimentar o corpo com regularidade é fundamental para uma vida saudável. Praticar esportes ou ao menos se exercitar um pouco fará uma grande diferença em seu bem-estar. Além, é claro, de ajudar a prevenir diversas doenças.



Fique longe dos vícios: o consumo de álcool, fumo ou outras substâncias similares em excesso são prejudiciais para o corpo, além de causar dependência.



Regule seu sono: a qualidade do sono é afeta seu metabolismo, ganho ou perda de peso, concentração e humor.



Cuidado com sua alimentação: a qualidade da sua alimentação afeta principalmente o seu bem-estar a longo prazo.



Beba bastante água: praticamente todas as funções do seu corpo dependem de água para serem mantidas.



Exames em dia: muitas doenças podem aparecer sem aviso, o que as torna mais perigosas. A melhor forma de evitar complicações é ter uma agenda periódica de exames.



Atenção à saúde mental: você também precisa cuidar da da mente. Ter interações sociais positivas, hobbies e se sentir satisfeito com sua vida também são questões de saúde.



Vacinação: mantenha suas vacinas em dia. Essa é a melhor forma de prevenir doenças.

CHECK-UP BÁSICO DE SAÚDE

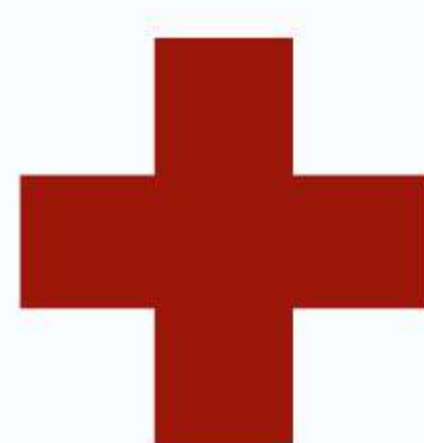


- Colesterol Total e Frações + Triglicerídeos
- Sódio
- Potássio
- Ureia + Creatinina
- Urina Rotina
- Hemoglobina Glicada
- Gama GT
- TGO e TGP
- Ácido Úrico
- Parasitológico de Fezes
- Bilirrubinas Totais e Frações
- Proteínas Totais e Frações
- TSH Ultra Sensível
- Hemograma
- PCR
- Fósforo
- Cálcio
- Fosfatase Alcalina
- Vitamina D



+MULHERES

- FSH
- LH
- Estradiol



+HOMENS

- PSA Total
- PSA Livre
- Testosterona Total



PRÉ-NATAL BÁSICO

- Grupo Sanguíneo/RH
- Glicemia em Jejum
- TSH
- Ferro e Ferritina
- Ureia e Creatinina
- VDRL
- AgHBs
- Anti HBs
- Anti HCV
- HIV
- Toxoplasmose (IgM e IgG)
- Sumário de urina
- Urocultura
- Exame Preventivo

PRÉ-NATAL PLUS

- Grupo Sanguíneo/RH
- Glicemia em Jejum
- TSH
- Ferro e Ferritina
- Ureia e Creatinina
- VDRL
- AgHBs
- Anti HBs
- Anti HCV
- HIV
- Toxoplasmose (IgM e IgG)
- Sumário de urina
- Urocultura
- Exame Preventivo

- Teste Oral de Tolerância a Glicose (75g - três dosagens)
- Ácido Fólico, Vit B12, Vit D
- CMV (IgM e IgG)
- Rubéola (IgM e IgG)
- HTLV



CHECK-UP BÁSICO CRIANÇA

- Hemograma
- Ferro
- Ferritina
- Grupo Sanguíneo/RH
- Colesterol Total e Frações + Triglicerídeos
- Glicemia
- Ureia + Creatinina
- TGO e TGP
- Proteínas Totais e Frações
- Fósforo
- Cálcio
- Fosfatase Alcalina
- Vitamina D
- Anti Hbs
- Sumário de Urina

FEZES

- Parasitológico de Fezes
- Baerman
- Pesquisa de Ameba
- Pesquisa de Giardia
- Sangue oculto nas Fezes

IST's / DST's

(Infecções Sexualmente Transmissíveis)

- AgHBs (Hepatite B)
- Anti HBs (Hepatite B)
- Anti HCV (Hepatite C)
- VDRL
- HIV
- HTLV

DIABETES

- Glicemia
- Insulina
- HbA1c
- Índice HOMA
- Ureia
- Creatinina
- Sumário de Urina
- TGO
- TGP

DISLIPIDEMIA

- Colesterol total + Frações
- Triglicerídeos
- TGO
- TGP
- Ureia
- Creatinina
- TSH
- T4 Livre

TIREOIDE

- TSH
- T4 Livre
- AAT
- ATPO

Atenção: um check-up nada mais é do que um grupo de exames que são realizados periodicamente com o objetivo de analisar as condições de saúde de uma pessoa ou diagnosticar precocemente doenças que ainda não tenham apresentados sintomas. Como cada paciente é único e apresenta necessidades individuais, esses exames podem variar de indivíduo para indivíduo. Assim, sugerimos sempre uma avaliação médica prévia para uma melhor adequação dos exames a serem solicitados, com base na avaliação do paciente (faixa etária, sexo, histórico familiar e de doenças pré-existentes).

LPC

LABORATÓRIO E VACINAS

CENTRAL DE RELACIONAMENTO

  **(71) 2203.9955**

  **LABORATORIOLPC**

WWW.LABORATORIOLPC.COM.BR