



آزمایش های لازم برای بانوان

با انجام برخی آزمایشات می توان جلوی ابتلا به برخی بیماری ها را گرفت. خصوصا که با افزایش سن افراد در معرض خطر ابتلا به بیماری های مختلفی قرار می گیرند و انجام این آزمایشات ضرورت بیشتری پیدا می کند.

۱. کم خونی (آئمی)

با توجه به شرایط فیزیولوژیک بانوان و تغذیه نامناسب اکثر خانم ها علائمی مثل خستگی مفرط، سرگیجه، رخوت و بی حالی، بی قراری و ناراحتی، تمرکز ضعیف، تپش قلب، حساسیت به هوای سرد، پوست رنگ پریده را به کرات تجربه کرده اند.

✓ آزمایش تعیین میزان ذخیره آهن

برای اطلاع از میزان آهن و ذخیره آن در بدن باید آزمایشات CBC و Iron و TIBC و Ferritin به صورت مرتب انجام شود و اگر کم خونی مزمن و ارثی در مرحله اول ثابت گردید برای تعیین آن می توان از Electrophoresis Hb کمک گرفت.

۲. پوکی استخوان

در پوکی استخوان یا استئوپروز، استخوان ها ضعیف و شکننده می شوند. زنان بعد از سن یائسگی، به علت کاهش توده استخوانی دچار استئوپروز می شوند. غالبا اولین علامت پوکی استخوان، شکستن استخوان در اثر افتادن از جایی و یا حتی پیچ خوردگی می باشد. لذا بهتر است زنان ۵۰ ساله و بیشتر، آزمایش تشخیص پوکی استخوان را انجام دهند.

✓ آزمایش تشخیص پوکی استخوان

آزمایشی به نام سنجش تراکم استخوان می تواند میزان تراکم مواد معدنی موجود در استخوان و ابتلا به استئوپروز را مشخص کند. انجام این آزمایش می تواند خطر شکستگی استخوان را کاهش دهد. آزمایش سنجش تراکم استخوان برای زنان ۶۵ ساله به بالا و برای زنان کمتر از ۶۵ سال که عوامل خطر استئوپروز را دارند، مفید است.



۳. روماتیسم

امروزه با صنعتی شدن جوامع بیماری های اتوایمیون شیوع بسیار بالایی پیدا کرده اند، از جمله این بیماری ها میتوان به آرتریت روماتوئید اشاره کرد که در ابتدا با علایم مثل ورم خفیف دوطرفه، درد مفاصل و خستگی مفرط شروع میشود و در نهایت باعث تغییر شکل مفاصل میشود.

✓ آزمایش بیماری های روماتیسمی:

از آنجایی که ابتلا بانوان به بیماری های اتوایمیون ۳ برابر آقایان است، انجام این آزمایشات از C-Reactive Protein (CRP) و Rheumatoid Factor (RF) به صورت دوره ای برای بانوان محترم از اهمیت خاصی برخوردار است.

۴. سرطان دهانه رحم

در صورتی که خانمی دارای یکی از علائم زیر باشد باید به پزشک زنان مراجعه کند: خونریزی در فاصله بین دو قاعدگی، خونریزی بعد از تماس جنسی، دوش واژینال و یا پس از معاینه لگن، درد ناحیه لگن که وابسته به سیکل ماهیانه نباشد، وجود ترشحات غلیظ و غیر طبیعی همراه با بوی تعفن، تکرر ادرار، درد در هنگام ادرار کردن تا از نظر ابتلا به سرطان بررسی شود.

✓ آزمایش سرطان دهانه رحم (پاپ اسمیر)

در تست پاپ اسمیر سلول های دهانه رحم را بررسی و حالات غیرطبیعی آن که منجر به سرطان می شود مشخص می شود.

در این آزمایش تغییرات پیش سرطانی احتمالی در سلول های گردن رحم کشف می شود که اگر این تغییرات در مراحل اولیه درمان نشوند، ممکن است به تغییراتی سرطانی تبدیل شود.

۵. فشار خون بالا

با افزایش سن، خطر ابتلا به فشار خون بالا نیز زیاد می شود. این افزایش فشار خون به وزن فرد و شیوه زندگی او نیز وابسته می باشد. افزایش فشار خون می تواند بدون هیچ گونه علامتی، موجب آنوریسم گردد. آنوریسم، ورم دیواره رگ های خونی می باشد. کنترل فشار خون بالا باعث کاهش بیماری های قلبی، سکته و نارسایی کلیه می گردد.



✓ اندازه گیری فشار خون بالا

موقع اندازه گیری فشار خون با دستگاه فشارسنج، دو عدد مشخص می شود، یکی فشار خون ماکزیمم و دیگری فشار خون مینیمم. فشار خون طبیعی کمتر از ۱۲۰ روی ۸۰ می باشد. فشار خون بالا، بیشتر از ۱۴۰ روی ۹۰ می باشد.

۶. کلسترول خون بالا

مقدار زیاد LDL کلسترول یا کلسترول بد، یک عامل خطر برای آترواسکلروز یا تصلب شرایین می باشد. آترواسکلروز باعث سفت و باریک شدن عروق خونی توسط پلاک می گردد. این بیماری، با گذشت زمان می تواند به حمله قلبی و سکته منجر شود. سایر عوامل خطر آترواسکلروز شامل: فشار خون بالا، دیابت و کشیدن سیگار می باشد. تغییر شیوه زندگی و مصرف داروها تحت نظر پزشک می تواند خطر ابتلا به بیماری های قلبی را کاهش دهد.

✓ اندازه گیری چربی خون

پزشک با استفاده از اندازه گیری چربی خون ناشتا، می تواند به مشکل پی ببرد. آزمایش اندازه گیری چربی خون شامل: مقدار کل کلسترول، کلسترول بد (LDL)، کلسترول خوب (HDL) و تری گلیسرید است.

برای افراد ۲۰ سال به بالا، این آزمایش باید هر ۵ سال یک بار انجام شود.

۷. دیابت نوع دو

عدم کنترل بیماری دیابت عوارض زیادی در پی دارد، مثل بیماری قلبی، سکته، بیماری کلیوی، نابینایی و صدمه به رگ های خونی شبکه چشم و آسیب عصبی. اگر دیابت زود تشخیص داده شود، می توان با رژیم غذایی، ورزش و کاهش وزن اضافی، این بیماری را کنترل کرد.

✓ آزمایش تشخیص دیابت نوع دو

✓ آزمایش قند خون ناشتا برای تشخیص دیابت مهم است. این آزمایش بعد از ۸ ساعت گرسنگی گرفته می شود. حتی اگر دیابت ندارید، از سن ۴۵ سالگی به بعد، هر سال یک بار آزمایش قند خون را انجام دهید. ولی اگر عوامل خطر دیابت را دارید، هر سه ماه این آزمایش را تکرار کنید.