



MEDICOVER

# PRZEGLĄD STANU ZDROWIA „ŚWIADOMA KOBIEȚA”

## Jak umówić się na Przegląd Stanu Zdrowia?



W celu wykonania Przeglądu Stanu Zdrowia należy skontaktować się z Infolinią Medicover dzwoniąc pod numer telefonu **500 900 550**. Konsultant potwierdzi dane osobowe, zbierze informacje dotyczące preferowanego miejsca i czasu realizacji Przeglądu oraz potwierdzi dane kontaktowe.



W ciągu **24 godzin od zgłoszenia** skontaktuje się z Tobą koordynator przeglądu, który zaproponuje dogodne terminy realizacji Przeglądu Stanu Zdrowia w preferowanym Centrum Medicover.



**Koordynator** będzie obecny także podczas Twojego pobytu w Centrum Medicover i **osobiście pokieruje** na wyznaczone badania i konsultacje.



W celu identyfikacji tożsamości prosimy o zabranie **dokumentu ze zdjęciem**.

Jeżeli przybycie do Centrum Medicover w umówionym czasie **nie jest możliwe**, badania lub wizytę **należy odwołać najpóźniej na 24 godziny przed ich terminem**, dzwoniąc na Infolinię Medicover pod numer telefonu **500 900 550**. W przeciwnym razie, powtórnie umówione badania lub wizyta **odbędą się na koszt pacjenta**.

## Jak należy przygotować się do Przeglądu Stanu Zdrowia?

### Dzień pierwszy - badania

**Badania krwi** – w dniu poprzedzającym badanie należy ograniczyć wysiłek fizyczny, stosować lekkostrawną dietę oraz nie spożywać alkoholu. W dniu badania należy być na czczo, tzn. nie należy spożywać żadnych posiłków ani napojów przez 14-16 godzin przed pobraniem krwi, z wyjątkiem wody niegazowanej, której picie jest konieczne w związku z późniejszym badaniem USG. W przypadku konieczności zażycia leków lub dużego pragnienia, dopuszcza się wypicie szklanki wody mineralnej niegazowanej.

**Badanie moczu** – do badania najlepszy jest mocz pobrany rano, po przerwie nocnej. Mocz należy pobrać do specjalnie przeznaczonego do tych celów pojemnika jednorazowego użytku (dostępne w aptekach) i jak najszybciej dostarczyć do Punktu Pobrań Centrum Medicover. W przypadku kobiet, badanie nie powinno być wykonywane w czasie miesiączki oraz w pierwszych trzech dniach po jej zakończeniu.

**Badanie cytologiczne** – cytologię można wykonać najwcześniej 2 dni po zakończeniu miesiączki i najpóźniej 4 dni przed rozpoczęciem kolejnego krwawienia miesięcznego – najlepiej w pierwszej połowie cyklu. Na 4 dni przed badaniem nie należy stosować leków/ preparatów dopochwowych, tamponów ani płukania pochwy. Co najmniej 24 h przed badaniem należy powstrzymać się od stosunków płciowych.

**USG jamy brzusznej z oceną układu moczowego** – dzień przed badaniem należy stosować dietę lekkostrawną z wyłączeniem surowych jarzyn, owoców i ciemnego pieczywa. Dodatkowo można przyjmować Espumisan (przez 3 dni przed badaniem 3x 2 tabletki, w dniu badania 1x 2 tabletki) dostępny w aptece bez recepty. Preparat ma na celu usunięcie powietrza z przewodu pokarmowego, które stanowi przeszkodę dla ultradźwięków. Na 6 godzin przed badaniem nie przyjmować pokarmów, płynów gazowanych i słodzonych, nie palić tytoniu. Na 1 godzinę przed badaniem należy wypić 1L niegazowanego płynu i nie oddawać moczu. Ilość wypitego płynu potrzebna do wypełnienia pęcherza jest zależna od czynników indywidualnych.

**USG tarczycy** – badanie nie wymaga wcześniejszego przygotowania.

**USG ginekologiczne (trans waginalne, przez pochwowe)** – nie wymaga specjalnego przygotowania.

**USG piersi** – badanie to nie wymaga specjalnego przygotowania. Należy je wykonać w pierwszej połowie cyklu miesiączkowego.

**Mammografia** – badanie to najlepiej wykonać między 5 a 12 dniem cyklu miesiączkowego. W tym dniu nie powinno używać się dezodorantu, talku, balsamu ani kremu w okolicy górnej połowy ciała. Na badanie należy zgłosić się ze skierowaniem od lekarza. Jeżeli wcześniej były wykonywane podobne badania, należy przynieść ich wyniki (klisze i opisy).

## **Drugi dzień – badanie EKG i konsultacja lekarska**

**Badanie EKG (elektrokardiogram)** – badanie nie wymaga specjalnego przygotowania.

**Konsultacja internisty lub lekarza rodzinnego** – lekarz w oparciu o wywiad, badanie na wizycie i wyniki badań dodatkowych, dokona całościowej oceny stanu zdrowia i przedstawi rekomendacje na przyszłość. Zada także pytania o dotychczasowy stan zdrowia jak również o choroby występujące w najbliższej rodzinie. Przed wizytą u ginekologa należy przygotować informacje o przebytych ciążach i porodach, datę ostatniej miesiączki oraz długość trwania cyklu. Na zakończenie wizyty, lekarz wręczy specjalnie przygotowany pakiet z dokumentami: podsumowaniem Przeglądu Stanu Zdrowia wraz z rekomendacjami oraz oryginały wyników badań.

Prosimy o przygotowanie się do badań zgodnie z powyższymi zaleceniami. W przypadku niewłaściwego przygotowania się do badań, mogą się one nie odbyć lub też ich wyniki mogą być trudne do zinterpretowania. Ewentualne powtórne badania będą mogły być zrealizowane na koszt pacjenta.