

## CHECK-UP NEDİR?

Bir başka deyimle '**Genel Sağlık Kontrolü**', hiçbir şikayet ve hastalığı olmasa dahi, kişide mevcut olabilecek hastalıkların yada bu hastalıkların erken bulgularının ve kişide bulunan, gelecekte hastalığa yol açabilecek risk faktörlerinin önceden ortaya çıkarılmasını sağlayan, **düzenli olarak yılda en az bir kez yapılması gereken bir tarama yöntemidir.**

## NEDEN CHECK-UP YAPTIRMALİYİZ?



Hayati organlarımızı bozan önemli hastalıkların çoğu, ilk belirtilerini yıllarca devam eden, uzun bir yıpranma süreci sonrasında verir. Örneğin; kan yağları yüksekliğinin kalp krizi veya inme (felç)'ye yol açması, B ve C türü hepatit virüsü enfeksiyonlarının karaciğer sirozuna neden olması, şeker hastalığının körlük, böbrek yetmezliği ve sinir dokusu tahribatı meydana getirmesi için uzun yılların geçmesi gerekir.

Yukarıda sayılmayan pek çok hastalığın hasar süreci ilerlemeden erken teşhisi ve önemli risk faktörlerinin henüz zarar oluşturmadan erkenden belirlenmesi, ancak düzenli aralıklarla yapılan kontrollerle mümkün olur.

Modern tıpta amaç, hastalık ortaya çıkmadan önce gerekli önlemleri alarak kişinin sağlıklı kalmasını

sağlamaktır.

Günümüzde kalp-damar, mide-barsak, karaciğer, böbrek, akciğer, meme, tiroid, prostat, kemik erimesi, hipertansiyon, kansızlık ve kanser hastalıkları dahil birçok hastalık erken teşhis edildiğinde organa ve tüm vücuda zarar vermeden önlenmekte ve kolayca tedavi edilmektedir.

Günlük yaşamda yoğun çalışma temposu, hayat şartları, stres ile beraber, baş ağrısı, kronik yorgunluk, uykusuzluk, hazımsızlık, vücutta atipik ağrılar, çarpıntı, aşırı terleme, kilo kaybı, sık idrara gitme gibi şikayetler göz ardı edilmekte, çoğu zaman vakitsizlik sebebiyle kontrolü ertelenmektedir.

## AHENK'TE, EVİNİZDE VEYA İŞYERİNİZDE CHECK-UP

Laboratuvarımızda kişinin yaş, cinsiyet ve taşıdığı risk faktörlerine göre özel olarak hazırlanmış çeşitli Check-Up programları bulunmaktadır.

Günümüz tıp teknolojisinin en son ürünü olan cihazları ile 'hızlı ve güvenilir' sonuç veren modern laboratuvarı, uzman doktorları ve tecrübeli sağlık personeli ile, size en uygun Check-Up programını AHENK'te bulabilirsiniz.

Evinizde, işyerinizde veya laboratuvarımıza gelerek vereceğiniz kan ve idrar gibi örnekler tam otomatik analizörlerde çalışılarak detaylı sonuçları, raporumuz ve önerilerimiz bir sonraki günde karşılıklı görüşülerek uzman doktorlarımız tarafından değerlendirilmektedir.

Kendinize ayıracağınız birkaç saat sağlıklı kalmanızı sağlayacak, belki de çok ciddi hastalıkların ortaya çıkmasını engelleyecektir.

UNUTMAYIN! Hastalık ortaya çıktıktan sonra tedavisi çok daha zor, zaman gerektiren ve masraflı bir süreçtir.

## CHECK-UP HAZIRLIĞI NASIL OLMALIDIR?



- Mutlaka 10-12 saatlik açlık gerekmektedir. Bu süre içerisinde su dışında bir şey içmeyiniz.
- Son üç gün demir ve C vitamini içeren ilaçları kullanmayınız. Son iki gün mümkün olduğunca kırmızı et, meyan kökü, pancar, ıspanak, pazı, turp, brokoli gibi yiyecekleri tüketmeyiniz.
- Kadınlar için Check-Up'ın menstruasyon (adet) dönemine rastlamaması önerilir.
- Hamilelik veya şüphesi varsa mutlaka bildiriniz.
- Daha önceden yapılmış tetkikleriniz varsa yanınızda getirmeniz, 'KİŞİYE ÖZEL CHECK-UP' paketi oluşturulabilmesini sağlayacaktır.

### Çocuk Check-Up

Açlık Kan Şekeri
Üre
Kreatinin
AST
ALT
CK
Tam Kan Sayımı
Tam İdrar Tahlili
Gaitada Parazit
Sedimentasyon
HBs Ag
Anti HBs
Demir
Demir Bağlama Kapasitesi
IgE
ASO
Ferritin
TSH
Uzman Doktor Değerlendirmesi

### Erişkin Check-Up

Açlık Kan Şekeri
Üre
Kreatinin
Ürik Asit
AST
ALT
ALP
LDH
GGT
CK
Total Bilirubin
Direk Bilirubin
Total Kolesterol
Trigliserid
HDL Kolesterol
LDL Kolesterol
Total Protein
Albumin
Tam Kan Sayımı
Tam İdrar Tahlili
Sedimentasyon
HBs Ag
Anti HBs
Anti HCV
TSH
Demir
Demir Bağlama Kapasitesi
Kalsiyum
Fosfor
ASO
CRP
RF
Gaitada Gizli Kan
Gaitada Parazit
Uzman Doktor Değerlendirmesi

### Kanser Tarama Paneli

AFP
CEA
CA 19-9
CA 125 (Bayan)
CA 15-3 (Bayan)
Total PSA (Erkek)
Serbest PSA (Erkek)

### Kalp ve Damar Hastalıkları Paneli

Homosistein
Lipoprotein (a)
High Sensitive CRP

### Anemi (Kansızlık) Paneli

Ferritin
Vitamin B12
Folik Asit
Periferik Yayma

### Diabet (Şeker hastalığı) Paneli

İnsülin
HOMA-IR
Mikroalbuminüri
Hb A1c

### Hepatit Paneli

HBs Ag
Anti HBs
Anti HCV

Evinizde veya işyerinizde kan aldirmek için lütfen telefonla randevu alınız.

## Check-Up Panellerinde Bulunan Testler Neleri İfade Etmektedir?

**Açlık Kan Şekeri:** Şeker hastalığı (diabet)'nin tarama, tanı ve tedavisinin takibinde kullanılan en önemli testtir.

**Üre, Kreatinin:** Böbrek fonksiyonlarını yansıtan testlerdir.

**Ürik Asit:** Gut hastalığının teşhis ve takibinde kullanılır.

**AST, ALT, ALP, GGT, LDH, CK:** Kas, karaciğer ve safra yolları fonksiyonlarını yansıtan testlerdir.

**Total, Direk Bilirubin:** Karaciğer ve safra yolu hastalıkları ile ilgili önemli bilgiler verir.

**Total Kolesterol, Trigliserid, HDL (iyi huylu) ve LDL (kötü huylu) Kolesterol:** Kandaki yağların oranı olup özellikle kalp damar hastalıkları yönünden önemli risk faktörleridir.

**Total Protein, Albumin:** Beslenme bozuklukları, karaciğer, böbrek, sindirim sistemi hastalıkları ve bazı kanser hastalıklarında önemli testlerdir.

**Tam Kan Sayımı:** Anemi (kansızlık), enfeksiyon ve bazı kan hastalıklarının tanısında kullanılır.

**Tam İdrar Tahlili:** Diabet, böbrek ve idrar yolları hastalıklarının tanısında ve böbrek taşında yol göstericidir.

**Sedimentasyon:** Enfeksiyon ve romatizmal hastalıklarda yükselerek bilgi verir.

**HBs Ag, Anti HBs, Anti HCV:** Sarılık ve siroz gibi karaciğer hastalıklarına neden olan virüslerin saptanması, bulaşıcılığın veya taşıyıcılığın olup olmadığı hakkında bilgi verir.

**TSH:** Tiroid bezi işlevlerinin değerlendirilmesi için gerekli testlerdir.

**Demir, Demir Bağlama Kapasitesi, Ferritin:** Demir eksikliğine bağlı aneminin teşhisinde kullanılan testlerdir.

**Kalsiyum, Fosfor:** Kemik erimesinin teşhis ve tedavisinin takibinde kullanılır.

**ASO, CRP, RF:** Romatizmal ve iltihabi hastalıkların teşhisinde kullanılır.

**Gaitada Gizli Kan:** Kalın barsak kanserlerinin erken teşhisi için 40 yaş üzerindeki herkese ve ailesinde mide ve barsak kanseri olanlara yılda bir kez önerilmektedir.

**Gaita Mikroskopisi:** Parazit, parazit yumurtası ve sindirim artıkları açısından değerlendirme yapılmaktadır.

**Kanser Tarama testleri:** Total ve Serbest PSA (prostat tümörü), CEA (tüm vücut tümörleri), AFP (karaciğer, erkeklerde testis, kadınlarda yumurtalık), CA 125 (over, yumurtalık), CA 15-3 (meme), CA 19-9 (kalın barsak), kanserlerinin teşhisinde ve takiplerinde kullanılan testlerdir.

**Homosistein, Lipoprotein (a), High Sensitive CRP:** Kalp ve damar hastalıklarının genetik ilişkisini araştırmak için yapılan testlerdir.

**Vitamin B12, Folik Asit:** Anemiler ve çeşitli sinir sistemi hastalıkları ile ilgili bilgiler verir.

**Mikroalbuminüri:** Diabetin böbreklerde oluşturduğu hasarın göstergesidir.

**HbA1c:** Son üç aylık kan şekeri ortalamasını gösteren ve diabet tedavisinin takibinde kullanılan bir testtir.

**Ig E:** Allerjik hastalıklarda yükselen önemli bir moleküldür.

## BUNLARI BİLİYORMUSUNUZ?

- **Kan kolesterol düzeyinin %10 düşürülmesinin; koroner kalp hastalığı riskini %30 azalttığını, kan basıncının 6 mmHg düşürülmesinin ise felç riskini %40, kalp krizi riskini %15-20 oranında azalttığını, kolesterol düzeyinizi ve tansiyonunuzu düzenli olarak kontrol ettirmeniz gerektiğini biliyor muydunuz?**
  - Türk Kardiyoloji Derneği'nin verilerine göre, Türkiye'de yaklaşık 6 milyon kişinin kan kolesterol düzeyinin yüksek, 2 milyon kişinin kan kolesterol düzeyinin tedavi gerektirecek kadar yüksek olduğu bilinmektedir.
  - Türkiye'de yetişkinlerin üçte birinde tansiyon yüksekliği sorunu vardır. 60 yaş üzerindeki yetişkinler dikkate alındığında her üç kişiden ikisinin kan basıncı yüksektir.
  - Şişmanlık ya da bilimsel ifadesiyle obezitenin tanımlanmasında Vücut kitle indeksi kullanıldığını, Vücut kitle indeksinin; vücut ağırlığının (kg) boyun karesine (m<sup>2</sup>) bölünmesiyle bulunduğunu ve Vücut kitle indeksi = ağırlık/boy (m<sup>2</sup>) şeklinde de formülize edilebildiğini biliyor muydunuz?
- 18.5'dan küçük olanlar zayıf,  
18.5-25 arası olanlar normal,  
25-30 arası olanlar kilolu,  
30-40 arası olanlar şişman  
40'dan fazla olanlar aşırı şişman olarak tanımlanmaktadır.
- Fazla kilolu olmak, yani vücut kitle indeksinin yüksekliği, kalp-damar hastalıkları ve şeker hastalığı başta olmak üzere, yaşam kalitesini düşüren, yaşam süresini kısaltan pek çok hastalığa yakalanma riskini artırır.
  - Vücut Kitle İndeksi normal olanlarla mukayese edildiğinde, şeker hastalığı riskinin fazla kilolu grupta 7.5 kat, şişman grupta 20 kat, aşırı şişman grupta 40 kat arttığı bildirilmektedir.
  - Toplum tarama çalışmaları ülkemizdeki şeker hastalığı sıklığının % 6-7 civarında olduğunu göstermektedir.

- Tüm Dünya'da 350 milyon Hepatit B taşıyıcısı olduğunu, AIDS taşıyıcısı sayısının ise sadece 20 milyon olduğunu, her yıl 50 milyon yeni Hepatit B vakası ortaya çıktığını, Hepatit B kaynaklı karaciğer hastalığı nedeniyle her yıl 2 milyon ölüm gerçekleştiğini ve Hepatit B Virüsünün en önemli ikinci kanser yapıcı etken olduğunu biliyor muydunuz?
- Türkiye'de Hepatit B taşıyıcılık oranının % 5-6 civarında olduğu bilinmektedir.
- Dünya sağlık örgütünün resmi rakamlarına göre ülkemizde yaklaşık 5 milyon Hepatit B taşıyıcısı olduğunu ve Türk Karaciğer Vakfının evlenecek çiftlere mutlaka hepatit B taraması yaptırmalarını tavsiye ettiğini biliyor muydunuz?
- Hepatit B virüsünün, bütün primer karaciğer kanseri vakalarının %60-80'inden sorumlu olduğunu, her yıl Hepatit B kaynaklı karaciğer hastalığından 2 milyon kişinin öldüğünü; Hepatit B aşısının, hepatit virüsü geçişini engellemenin en etkili yolu olduğunu ve bir başka deyişle, Hepatit B aşısının insanlarda görülen belli başlı kanser türlerinden birine karşı geliştirilen ilk aşı olduğunu biliyor muydunuz?
- Uluslararası Pastör protokolüne göre yapılacak hepatit taraması sonucunda gerekli kişilerin aşılması yoluyla çok yüksek koruyuculuk sağlanabilen Hepatit B virüsünün, AIDS'den 100 kat daha bulaşıcı olduğunu biliyor muydunuz?
- Her 10 kişiden birinin böbrek yetmezliği riski taşıdığını biliyor muydunuz?
- AHENK LABORATUVARI "Toplumumuzu sağlığına önem veren, sağlıklı yaşam kurallarına uyan, düzenli sağlık kontrolü yaptırarak kendine ve çevresine karşı daha faydalı olan bir toplum olarak görmeyi kendine misyon edinmiştir"

