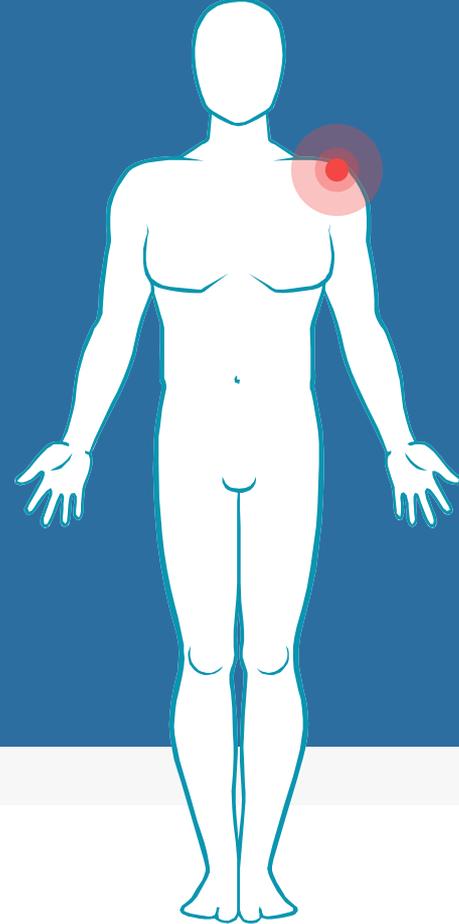


On-Call

Recursos Digitais

Processos de Rastreio



Simple, mas eficazes

- Os processos básicos de rastreio fornecem muita informação sobre a saúde e ajudam a detetar ameaças precocemente, mesmo antes do aparecimento dos sintomas, por isso deve fazê-los regularmente - pelo menos uma vez por ano.



Processos de rastreio de que todos nos devemos lembrar

- Tanto homens como mulheres devem lembrar-se de fazer exames laboratoriais básicos anualmente:
 - Morfologia;
 - Glicose;
 - Eletrólitos;
 - Ureia e creatinina;
 - Transaminases e colesterol;
 - Testes de urina.



Processos de rastreio que todas as mulheres devem fazer



- Mamografia – para prevenção do cancro da mama;
- Exame ginecológico geral;
- Citologia;
- Autoexame mamário – para prevenção do cancro da mama.

Processos de rastreio que todos os homens devem fazer



- Depois dos 50 anos, todos os homens devem examinar a glândula da próstata e fazer o exame de avaliação de PSA, ou seja, um antigénio para verificar o estado da próstata - para prevenção do cancro da próstata.

Processos de rastreio que todos os seniores devem fazer



- Raio-x ao tórax;
- Densitometria óssea – para prevenção da osteoporose;
- Visita ao oftalmologista.

Objetivos do rastreio médico

- ▶ Detetar e tratar doenças profissionais precocemente;
- ▶ Ajudar as pessoas a compreender como proteger a sua própria saúde;
- ▶ Ajudar as pessoas com compensações e outros benefícios a que tenham direito.

Onde fazê-los

- ▶ Os exames pagos podem ser realizados em laboratórios privados - não há necessidade de encaminhamento médico ou marcação prévia, nem filas de espera. Não são caros, incómodos ou demorados - basta ir ao local.
- ▶ Para realizar a maioria dos exames, deve estar em jejum.
- ▶ Se conseguir evitar ou detetar precocemente uma doença em desenvolvimento, o dinheiro que vai gastar em exames será menor do que o que gastaria a tratar-se.

Deixe a interpretação para um especialista



- ▶ Lembre-se de que os resultados devem ser interpretados por um médico. Ele pode determinar o tipo de problema usando uma combinação de outros resultados de exames e o quadro clínico do paciente, por entre uma série de outros fatores.
- ▶ Se os resultados estiverem entre os limites definidos, presume-se que esteja bem. Naturalmente, pode acontecer que o resultado de alguém esteja dentro dos limites normais e, mesmo assim, a doença pode desenvolver-se.



Erasmus+

Este projeto foi financiado com o apoio da Comissão Europeia.
A informação contida nesta publicação (comunicação) vincula exclusivamente o autor,
não sendo a Comissão responsável pela utilização que dela possa ser feita.

