

# КРАТКОЕ РУКОВОДСТВО ПО АНАЛИЗАМ И ОБСЛЕДОВАНИЯМ ДЛЯ ЖЕНЩИН 30+

Регулярная проверка здоровья – важный аспект жизни современного человека. Многие современные женщины не всегда уделяют достаточно внимания своему здоровью и обращаются к врачу только в исключительных случаях. В то время как ежегодная оценка состояния своего здоровья позволяет своевременно обнаружить различные патологии, предотвратить развитие серьезных осложнений и поддержать достойное качество жизни. Представленный ниже чекап — это диагностический скрининг для молодых женщин 30+ лет, которые заботятся о своем здоровье и хотят быть в хорошей форме долгие годы.

- 1. Общий анализ крови с лейкоцитарной формулой и СОЭ (каждые 6мес.)**
- 2. Общий анализ мочи (не реже 1р в год)**
- 3. Биохимический анализ крови (не реже 1р в год):** АЛТ, АСТ, ГГТП, щелочная фосфатаза, креатинин, мочеви́на, мочева́я кислота, общий белок, холестерин, ЛПНП, ЛПВП, триглицериды, прямой и непря́мой билирубин, инсулин, глюкоза
- 4. Оценка уровня основных витаминов и минералов (не реже 1р в год):** витамин Д, железо сыворотки, ферритин, трансферрин, В9, В12, кальций ионизированный
- 5. Оценка уровня воспаления (ежегодно):** СРБ ультрачувствительный, гомоцистеин
- 6. Оценка состояния щитовидной железы (не реже 1р в год):** ТТГ, свободный Т4, свободный Т3, АТ-ТПО

**7. Половые гормоны (не реже 1р в год):** ЛГ, ФСГ, эстрадиол, пролактин, свободный тестостерон на 3-5 день цикла

**8. Оценка уровня стресса (ежегодно):** кортизол в слюне (не менее 3 пробирок)

**9. Копрограмма (не реже 1р в год)**

**10. Кал ПЦР на хеликобактер пилори (ежегодно)**

**11. Мазок на флору и онкоцитологию (ежегодно)**

**12. Мазок на инфекции, передаваемые половым путем, при отсутствии постоянного партнера (ежегодно)**

**13. УЗИ органов малого таза на 12-14 день цикла (ежегодно)**

**14. УЗИ молочных желез на 5-10 день цикла (ежегодно)**

**15. УЗИ органов брюшной полости с пробным завтраком (ежегодно)**

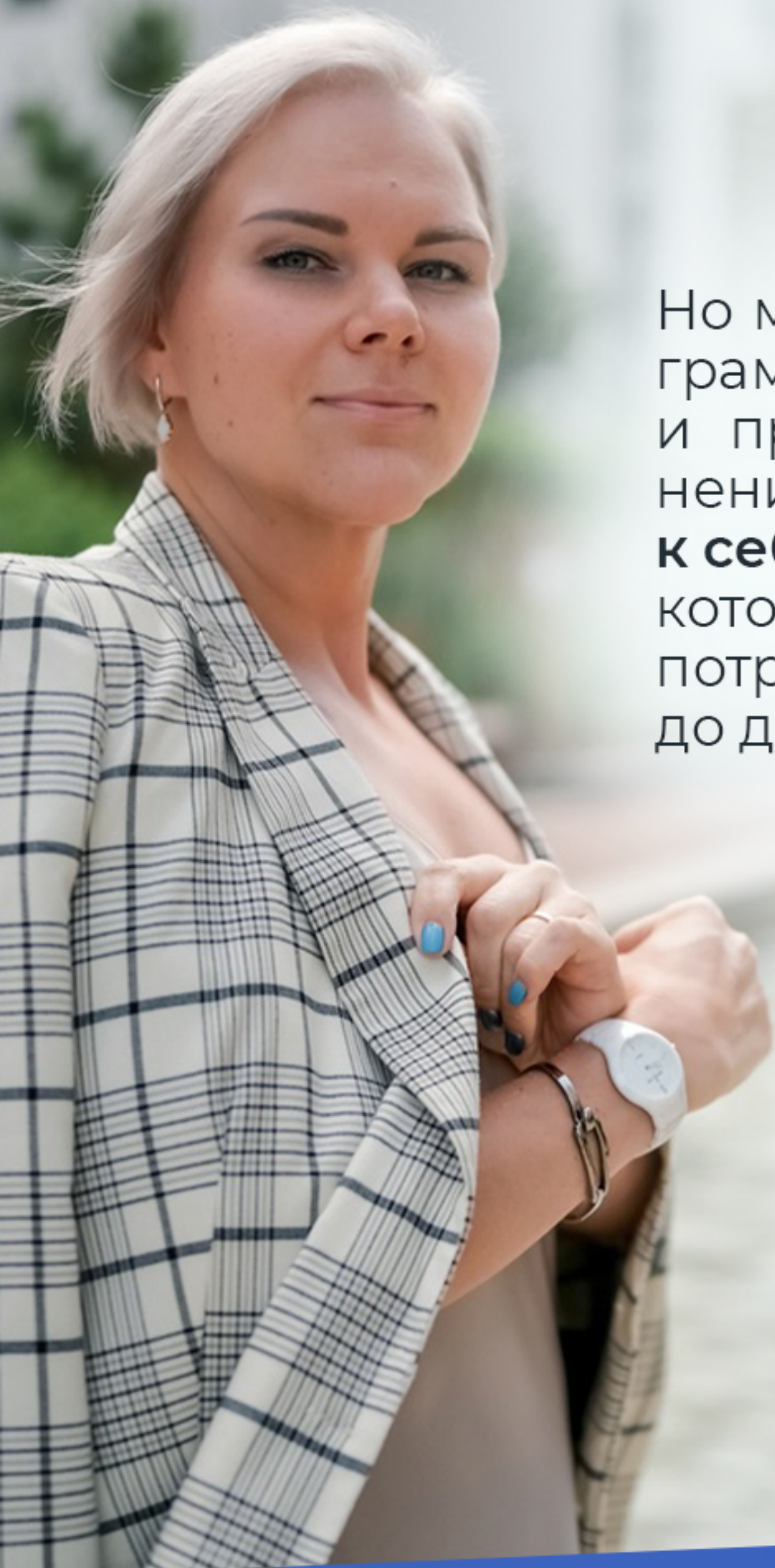
**16. ЭКГ (ежегодно)**

Большинство этих обследований можно пройти в рамках ОМС, однако не всегда это реализуемо, поэтому приходится прибегать к платным услугам. Для того, чтобы проходить обследования с хорошей скидкой в сетевых лабораториях по всей стране (инвитро, гемотест, хеликс, ситилаб), я **даю Вам 15 тысяч** на бонусный счет в приложении Hello,doc, благодаря которым Вы можете оплачивать до 25% стоимости обследования, что значительно экономит Ваше время и деньги.



15 000₽ НА АНАЛИЗЫ ПРИ ЗАГРУЗКЕ  
ПРИЛОЖЕНИЯ ПО ССЫЛКЕ:

<https://hellodoc.app/s/g7qnv/>



Но мало анализы сдать, надо уметь грамотно оценить их результаты и принять меры в случае отклонений. Для этого я **приглашаю Вас к себе на консультацию**, благодаря которой уже десятки людей имеют потрясающие результаты, вплоть до долгожданной беременности.

Всем крепкого здоровья,  
Ваш нутрициолог  
**КСЕНИЯ АЛЕКСЕЕВА**

 health\_blondinka

 health\_blondinka

   8 902-819-77-01