



**Νικόλαος Δ. Βραχνής**

MD, PhD, FRCOG, DFFP, PCME  
Μαιευτήρας - Γυναικολόγος

Αναπλ. Καθηγητής Μαιευτικής - Γυναικολογίας  
Ιατρική Σχολή Πανεπιστημίου Αθηνών  
Επισκέπτης Καθηγητής Μαιευτικής και Ιατρικής  
Εμβρύου Πανεπιστημίου St. George's Λονδίνου

Βασιλίσσης Σοφίας 124B • 115 26 Αθήνα  
τηλ.: 210 7777442 • fax: 210 7777390  
κιν.: 6974 441144  
email: nvrachnisiatreio@hotmail.com

## ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΟ CHECK UP ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΗΛΙΚΙΑΣ 40 ΕΤΩΝ ΚΑΙ ΑΝΩ

Η πρόληψη αποτελεί την καλύτερη αντιμετώπιση όπως πολύ σωστά αναφέρει ο θυμόσοφος λαός. Για το λόγο αυτό ακόμη και αν μια γυναίκα αισθάνεται υγιής δεν πρέπει να αμελεί τον ετήσιο προληπτικό της έλεγχο.

Ανάλογα με την ηλικία και το ατομικό ιστορικό της ασθενούς προτείνονται και οι κατάλληλες προληπτικές εξετάσεις.

Σε μια γυναίκα ηλικίας 40 ετών και άνω χωρίς κάποιο υποκείμενο νόσημα ή κληρονομικό ιστορικό που έχει ξεκινήσει τη σεξουαλική της ζωή προτείνουμε:

- **Ετήσιος γυναικολογικός έλεγχος**
  - ✓ Λήψη τεστ Παπανικολάου, HPV DNA τεστ ή HPV m-RNA τεστ (κάθε πενταετία), γυναικολογική εξέταση, κολπικό υπερηχογράφημα.
  - ✓ Τακτική αυτοεξέταση μαστών, προληπτική ετήσια ψηφιακή μαστογραφία καθώς και υπερηχογράφημα μαστών
- **Προληπτικές εργαστηριακές εξετάσεις**
  - ✓ Γενική εξέταση αίματος, ταχύτητα καθίζησης ερυθρών (ΤΚΕ), σάκχαρο, ουρία, κρεατινίνη, κάλιο, νάτριο, ασβέστιο, φώσφορος, χοληστερόλη, LDL, HDL, τριγλυκερίδια, σίδηρος, φερριτίνη, τρανσαμινάσες (SGOT, SGPT), γ-GT, βιταμίνη D, ουρικό οξύ, γενική ούρων, ακτινογραφία θώρακος
- **Εκτίμηση από άλλες ειδικότητες ιατρών**
  - ✓ Ετήσιος προληπτικός οδοντιατρικός έλεγχος
  - ✓ Προληπτικός καρδιολογικός έλεγχος με ηλεκτροκαρδιογράφημα

- ✓ Στην ηλικία των 50 ετών η γυναίκα πρέπει να υποβάλλεται σε προληπτική κολonosκόπηση και ανάλογα με τα ευρήματα να επαναλαμβάνεται η εξέταση σε τακτά χρονικά διαστήματα σύμφωνα με τις οδηγίες του γαστρεντερολόγου.
- ✓ Έλεγχος της οστικής μάζας στην εμμηνόπαυση