

Vércukormérés

A cukorbetegség oka az inzulin termelés hiánya, vagy elégtelen hatása.

Tünetei:

fokozott folyadékfogyasztás állandó szomjúságérzés miatt, fokozott vizeletürítés, és egyéb okkal nem magyarázható fogyás. A vércukormérést 45 évnél idősebbeknél, illetve a veszélyeztetett egyéneknél javasolt elvégezni. Az ujj fertőtlenítése, majd tűszúrás után, egy csepp vért érintünk a tesztcsíkhöz és pár másodperc múlva láthatjuk az értéket.



SZŰRŐVIZSGÁLATOK FONTOSSÁGA



Készült a Giligán Természetvédelmi
és Hagyományőrző Egyesület megbízásából
2016-ban.

Felelős szerkesztő: Kis-Új-Lap Kft.
Példányszám: 1000 db

A szűrővizsgálatok fontossága, az egészség védelmében, a
betegségek megelőzésében és a felderítésében rejlik.

Az emberek jelentős része nem megy el a szűrésekre, mert
attól tartanak, hogy kiderül valami, és addigi megszokott élet
megváltozik.

A kiadvány a Herman Ottó Intézet támogatásával
készült, a TP-1-2015/5998/HERMAN sz. projekt
keretén belül.



A **szűrővizsgálatok célja** az, hogy egyszerűen elvégezhető, fájdalmat nem okozó vizsgálatokkal kimutathatóvá váljanak olyan betegségek, amelyek még nem okoznak a betegnél tüneteket.

Pozitív eredmény esetén, a szűrővizsgálattal előrébb hozhatjuk a diagnózis felállítását, és a kezelést, így a gyógyítás is könnyebb lesz.

Alapjába véve a szűréssel az aktuális egészségi állapotról kaphatunk egy átfogó képet, megelőzhetjük az esetleg már kialakult, de még észre nem vett betegségek súlyosbodását.

A következő szűrővizsgálatokat végezzük egy-egy szűrés során:

- **súlymérés**
- **testzsírszázalék mérés**
- **látás vizsgálat**
- **vérnyomásmérés**
- **hallásvizsgálat**
- **vércukorszint mérés**

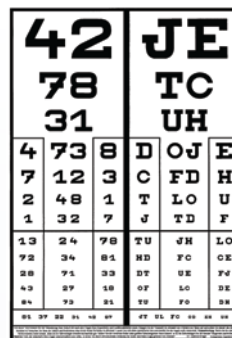
Testzsírszázalék mérés

A testzsírszázalék mérés segítségével pontos képet kaphatunk arról, hogy a testtömegünk hány százalékát teszi ki a zsírszövet. A zsír fontos a szervezet számára a mindennapi működéshez, a vázrendszert kipárnazza, védi a belső szerveket, vitaminokat tárol, a hőmérséklet-szabályozásban is részt vesz.



Látás vizsgálat

A látásvizsgálat során egy látásvizsgáló táblát, meghatározott távolságból leolvastva történik a vizsgálat.



Hallásvizsgálat

A hallásvizsgálat a halláscsökkenés megállapítására szolgál.

A halláscsökkenés évek alatt, észrevétlenül alakulhat ki. A vizsgálat egy kalibrált műszerrel történik. A méréshez egy fejhallgatót helyezünk a fejre, amelyből hangok lesznek hallhatóak. A hang észlelése után egy megbeszélt jel (pl. kar felemelése) szükséges.



Vérnyomásmérés

Vérnyomásmérés egyik legfontosabb célja, a magas vérnyomás kiszűrése.



Az erekben áramló vér, nyomást gyakorol az erek falára, ezt nevezzük vérnyomásnak. A szervezet stresszhelyzetre emeli a vérnyomást. Ha megszűnik ez a stresszhelyzet, normális esetben a vérnyomás normalizálódik. Akkor beszélünk magas vérnyomásról, ha ez a helyzet folyamatosan fent marad. Egy mérésből ezt nem állapíthatjuk meg, legalább három, különböző alkalommal mért eredmény szükséges. A 140/90 feletti vérnyomás érték, minden életkorban kóros. A tartósan magas vérnyomás károsítja az erek falát, az érlemeztesedést gyorsítja, az agyban agyvérzést, a szívben infarktust, a szemben látáskárosodást, a vese ereknél vesebetegséget okozhat.