

## HASTALIKLARI OLUŞMADAN ÖNLEMENİN TEDAVİDEN ÇOK DAHA KOLAYDIR

Yaşamınızdaki tercihlerinizin sağlıklı kalabilmenizde önemli bir rol oynadığını unutmayın. Öncelikle bireysel risk faktörlerinizi belirleyip yaşam tarzınızda daha sağlıklı düzenlemeler yapabilirsiniz. İlke olarak;

- Sigara kullanmamaya, kullanıldığı ortamlarda bulunmamaya özen gösterin,
- Sağlıklı beslenmenin anlamını kavrayın ve yaşamınızın bir parçası haline getirin,
- Günde 1 bardak kırmızı şarap ya da eş değerinden fazla alkol almamaya çalışın,
- Spora ve egzersize mutlaka zaman ayırın,
- Stresten uzak durun,
- Güvenli cinsel yaşam ilkelerini benimseyin,
- Önlenebilir kazalara karşı (ev kazaları, trafik kazaları gibi) risklerinizi en aza indirin,
- Tüm yaşam alanlarınızda temizliğe özen gösterin,
- Koruyucu sağlık hizmetleri için doktorunuzu düzenli olarak ziyaret edin, periyodik muayene ve testlerinizi aksatmayın.



Sağlık kontrolü, hiçbir şikayet ve belirti olmasa da, düzenli aralıklarla yaptırılması gereken bir taramadır.

Kişilerin sağlık risklerinin daha farklı olduğu göz önünde bulundurularak; yaş, cinsiyet, yaşam tarzı ve ailevi yatkınlıklarına göre de özel programlar hazırlanabilir.

### Ankara | Kavaklıdere

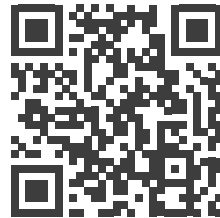
Remzi Oğuz Arık Mah. Atatürk  
Bulvarı No: 237/39 06680  
ANKARA  
Tel : 0 312 468 95 41  
Fax : 0 312 426 99 56



## ÜCRETSİZ DANIŞMA HATTIMIZ

0 800 314 73 93  
444 D LAB | 444 3 522  
0 312 427 81 74  
info@duzen.com.tr  
www.duzen.com.tr

Web



Bize Ulaşın



# Tüm Babalarımızın Babalar Günü Kutlu Olsun.



# BU YIL DA ANNELER VE BABALAR GÜNLERİNDE SEVDİKLERİNİZE SAĞLIKLI HEDİYELER VERMEK İÇİN ÖZEL PANELLERİMİZ

## ANNELERİMİZE

### Osteoporoz Kontrol Paneli

#### •Biyokimyasal Testler

Açlık Kan Şekeri

İnsülin Direnci

Alkalem Fosfataz

S-TSH

Kalsiyum (Serum)

Fosfor (Serum)

Total Kolesterol

HDL ve LDL Kolesterol

Trigliserit

25- OH Vit D3

Vit B12

Sedimentasyon Hızı

CRP

Tam Kan Sayımı

Kemik Mineral Dansite (Spine AP ve Femur)

#### •Vücut kitle indeksi, tansiyon ve bel çevresi ölçümü

#### •Menopoz Sonrası Değerlendirme ve Osteoporoz Taraması

Yukarıdaki osteoporoz taramasına ilaveten;

Dijital Mamografi (çift taraflı) ve Meme Tomosentez

Meme USG (çift taraflı)

Vajinal Ultrasonografi

Üst Abdominal Ultrasonografi

**\*Fizik muayene, sonuçların yazılı değerlendirilmesi ve öneriler tüm panellerimize dahildir.**

## BABALARIMIZA

### 40 Yaş Üstü Erkek Sağlık Taraması

#### •Biyokimyasal Testler

Açlık Kan Şekeri

İnsülin Direnci

S-TSH

25-OH Vit D3

Vit-B12

Kreatinin

Alt,AST,GGT

Tam Kan Sayımı

Homosistein

Total Kolesterol

HDL ve LDL Kolesterol

Trigliserit

CRP

Tam İdrar Tahlili

#### •Vücut kitle indeksi, tansiyon ve bel çevresi ölçümü

#### •Prostat Spesifik Antijen (Total PSA) Görüntüleme Testleri

Tüm Batın Ultrasonografisi

Akciğer Grafisi

EKG

## HEPİMİZE

### Ön Sağlık Taraması 1

#### •Biyokimyasal Testler

Açlık Kan Şekeri

İnsülin Direnci

Vit B12

Tam Kan Sayımı

CRP

Homosistein

Total Kolesterol

HDL ve LDL Kolesterol

Trigliserit

ALT, AST

Kreatinin, Ürik Asit

Tam İdrar Tahlili

### Ön Sağlık Taraması 2

#### Ön Sağlık Taraması 1 ve ilaveten;

#### • Görüntüleme Testleri

Tüm Batın Ultrasonografisi

Akciğer Grafisi

EKG

#### •Vücut kitle indeksi, tansiyon ve bel çevresi ölçümü

## ÇOCUKLARIMIZA

### Çocuk Check-Up Panelimiz

Özgeçmiş, soy geçmiş değerlendirmesi ve fiziki ölçümler,

Tam kan sayımı, Tam idrar tahlili, Boğaz Kültürü  
Gaita analizi (parazit),

Biyokimyasal sağlık kontrolü: Açlık kan şekeri, İnsülin

Direnci, Total kolesterol, HDL kolesterol, ALP, AST,

ALT, Kalsiyum, Fosfor, BUN, Kreatinin, Sedimentasyon

Hızı, CRP, ASO, RF

Akciğer Grafisi

