

Tầm soát sức khỏe tổng quát sau Tết



Vì sao cần kiểm tra sức khỏe tổng quát sau Tết?

Tết luôn là dịp để nhiều người thư giãn, ăn uống “thả ga” cùng với chế độ sinh hoạt không hợp lý. Điều này ảnh hưởng không nhỏ đến sức khỏe của nhiều người. Do đó, việc tầm soát sức khỏe định kỳ đầu năm là điều quan trọng, giúp bạn hiểu rõ tình trạng sức khỏe của mình để có kế hoạch cho cả năm vui vẻ, an lành và phòng ngừa bệnh tật trong năm mới.

Khám sức khỏe tổng quát sau kỳ nghỉ Tết Nguyên Đán là một việc làm quan trọng vì các lý do sau:

- *Thay đổi chế độ ăn uống:* Trong dịp Tết, khẩu phần ăn thường thay đổi, có thể dẫn đến tăng cân, rối loạn tiêu hóa hoặc các vấn đề liên quan đến đường huyết và cholesterol.
- *Căng thẳng và mệt mỏi:* Thời gian nghỉ lễ có thể kéo theo sự căng thẳng và mệt mỏi. Khám sức khỏe giúp đánh giá tình trạng thể lực và tinh thần.
- *Phát hiện sớm bệnh:* Khám sức khỏe tổng quát giúp phát hiện sớm các bệnh lý tiềm ẩn, từ đó có biện pháp điều trị kịp thời.
- *Đánh giá tình trạng sức khỏe tổng thể:* Kiểm tra các chỉ số cơ bản như huyết áp, đường huyết, lipid máu để có cái nhìn tổng quan về sức khỏe.
- *Đề phòng các bệnh mùa xuân:* Sau Tết, thời tiết thay đổi có thể làm gia tăng các bệnh như cúm, dị ứng. Khám sức khỏe giúp phòng ngừa và điều trị kịp thời.
- *Tạo thói quen chăm sóc sức khỏe:* Khám sức khỏe định kỳ hình thành thói quen chăm sóc sức khỏe, giúp mọi người ý thức hơn về tình trạng sức khỏe của bản thân.

Khám sức khỏe tổng quát là một cách tốt để khởi đầu một năm mới khỏe mạnh và tràn đầy năng lượng

Theo khuyến cáo của Bộ Y tế, mọi người nên kiểm tra sức khỏe định kỳ 6 tháng/ lần để phát hiện bệnh sớm. Tùy vào kinh tế gia đình, đặc thù công việc mà mỗi người sẽ có khoảng thời gian kiểm tra sức khỏe định kỳ khác nhau. Tuy nhiên, khám sức khỏe đầu năm có những lợi ích sau:

- Đánh giá tình trạng sức khỏe sau kỳ nghỉ Tết.
- Phát hiện sớm bệnh lý (nếu có).
- Điều trị kịp thời, hiệu quả cao.
- Tiết kiệm chi phí khám, chữa bệnh.
- An tâm sức khỏe để làm việc và tận hưởng cuộc sống cho cả năm vui vẻ.

Để buổi khám tầm soát sức khỏe tổng quát diễn ra thuận lợi, Quý khách cần nắm các bước quan trọng như sau:

BƯỚC 1: Chuẩn bị khám tầm soát sức khỏe

- Không ăn sáng, không uống các chất có đường, gas hoặc chất gây nghiện như trà, cà phê (có thể uống nước lọc) ... Để đảm bảo kết quả xét nghiệm máu và nước tiểu được chính xác.
- Sử dụng trang phục thoải mái, rộng để việc thăm khám được thuận tiện.
- Chuẩn bị các thông tin về tiền sử bệnh lý, kết quả xét nghiệm, đơn thuốc cũ (nếu có);
- Đối với nữ giới: Phụ nữ đang mang thai hoặc nghi ngờ mang thai không chụp X-quang...

BƯỚC 2: Tham khảo gói khám tầm soát sức khỏe phù hợp

- Quý khách có thể tham khảo trước các gói khám để có sự lựa chọn phù hợp cho mình và gia đình tại link <http://benhviennoitietyenbai.vn/wp-content/uploads/2025/01/Goi-Kiem-tra-suc-khoe-tong-quat-Goi-kham-sang-loc-DTD-Goi-kham-sang-loc-tuyen-giap-Goi-kham-sang-loc-Ung-thu-tuyen-giap.pdf>
- Quý khách cũng có thể đến trực tiếp bệnh viện gặp nhân viên Chăm sóc khách hàng để được tư vấn chi tiết các gói khám phù hợp với nhu cầu tầm soát sức khỏe.

BƯỚC 3: Đo chiều cao, cân nặng, huyết áp, nhịp tim, BMI, vòng bụng

- Sau khi chọn cho mình gói khám phù hợp, Nhân viên Chăm sóc khách hàng của chúng tôi sẽ hướng dẫn đo chiều cao, cân nặng, huyết áp, nhịp tim, vòng bụng.

BƯỚC 4: Thực hiện cận lâm sàng theo gói khám tầm soát sức khỏe

Một trong những bước không thể thiếu của buổi khám sức khỏe tổng quát đó là cận lâm sàng như:

- Xét nghiệm máu/nước tiểu
- Siêu âm/ Chụp X-quang
- Nội soi
- Điện tâm đồ ...

BƯỚC 5: Bác sĩ đọc kết quả, chẩn đoán và tư vấn

– Sau khi đã làm xong hết các bước trên, quý khách sẽ gặp bác sĩ Nội tổng quát để được đọc kết quả, chẩn đoán và tư vấn.

Lưu ý: Trong suốt quá trình khám tổng quát, nếu bạn có bất kỳ thắc mắc nào thì hãy trao đổi thẳng thắn với bác sĩ. Kể cả những dấu hiệu, hoặc bạn cảm thấy sức khỏe của mình ra sao. Vì một số triệu chứng cơ năng chỉ bản thân bạn mới cảm nhận được.

Bệnh viện Nội tiết tỉnh Yên Bái là địa chỉ khám tầm soát sức khỏe định kỳ uy tín trên địa bàn tỉnh Yên Bái. Với đội ngũ bác sĩ chuyên khoa dày dặn kinh nghiệm, hệ thống máy móc, thiết bị y tế được trang bị hiện đại, đáp ứng nhu cầu kiểm tra sức khỏe toàn diện cho bệnh nhân.

Vui lòng liên hệ hoặc inbox [fanpage](#) để được tư vấn dịch vụ!