

صحة المرأة: إليك سبب أهمية إجراء الفحص البدني السنوي



صحة المرأة: إليك سبب أهمية إجراء الفحص البدني السنوي

يمكن أن تجعل محاولة التوفيق بين وظيفتك ومنزلك وحياتك الشخصية من الصعب حقًا إنجاز كل ذلك. نحن نتحدث عن تسوق البقالة، ودفع الفواتير، وتغيير الزيت، وتخصيص وقت لرؤية جميع أطبائك - كما تعلمون، كل تلك المسؤوليات التي، للأسف، تأتي جنبًا إلى جنب مع كونك بالغة.

وعندما تكونين شابة وبصحة جيدة، قد يبدو إجراء فحصك البدني السنوي مجرد عنصر آخر في قائمة فحص صحتك كامرأة لا بأس من تجاهله. لكن الأمر ليس كذلك.

تقول الدكتورة توري جانيت بيرس، طبيبة أمراض النساء والتوليد في مستشفى هيوستن ميثوديست "إن مراقبة صحتك والبقاء على اطلاع دائم على اختبارات الفحص الموصى بها يمكن أن يوفر المال والوقت، وفي النهاية، حياتك".

لذا سيداتي، انصتي جيدًا. والدكتورة موني بيرس تشرح لماذا يجب عليك تحديد موعد للفحص البدني السنوي الخاص بك - حتى لو لم يكن لديك أي مخاوف صحية.

س: ماذا يحدث أثناء الفحص البدني السنوي للمرأة؟

ج: الفحص السنوي هو فرصة للتركيز على الرعاية الوقائية. وهو منفصل عن مواعيد الطبيب التي قد تكون لديك بسبب وجود حالة مرضية أو إصابة. سيشمل الفحص الخاص بك ما يلي:

- الخدمات، مثل اللقاحات للوقاية من الأمراض
- الفحوصات، مثل التصوير الشعاعي للثدي وفحوصات الكولسترول للتحقق من وجود مشاكل صحية محتملة
- تقديم المعلومات والمشورة لمساعدتك على اتخاذ قرارات صحية سليمة

س: ما هي المسحات أو الفحوصات المتوقعة؟

ج: بعد التحدث مع طبيبك، ستحدد المسحات (أو الفحوصات) المطلوبة. بشكل عام، سيعتمد ذلك على عمرك وحالتك الصحية الحالية. قد يقترح طبيبك أيضًا إجراء فحوصات أخرى ليست جزءًا من فحصك السنوي.

س: ما الذي يجب أن أكون مستعدة لمناقشته؟

ج: سيتم سؤالك عن:

- التاريخ الطبي

- التاريخ الصحي للعائلة
- الصحة الجنسية والشركاء
- الدورة الشهرية الأخيرة (اليوم الأول من آخر دورة شهرية)
- التغيرات في صحتك، مثل الأكل أو استخدام المرحاض أو التعب أو مشاكل النوم
- تعاطي الكحول أو التبغ أو غيرها من العقاقير
- تاريخ الصحة النفسية
- العلاقة والسلامة
- الأدوية

س: هل يجب علي إعداد الأسئلة؟

ج: سيساعدك إعداد قائمة بالأسئلة على تذكر كل ما تنوين التحدث عنه. لا تشعرني بالحرج أو الخوف من طرح الأسئلة. التواصل المفتوح يبني الثقة بينك وبين طبيبك.

6 مارس 2020