

## **ΕΙΔΙΚΑ ΠΑΚΕΤΑ EUROLIFE**

### **1. ΠΑΚΕΤΟ ΟΣΤΙΚΗΣ ΠΥΚΝΟΤΗΤΑΣ**

#### **ΠΕΡΙΛΗΨΗ:**

Καλύπτονται μετρήσεις οστικής μάζας προκειμένου να διαπιστωθεί εάν ανήκει κάποιος σε ομάδα κινδύνου για ύπαρξη σπασμένων οστών λόγω οστεοπόρωσης. Η οστεοπόρωση είναι μια νόσος κατά την οποία τα κόκκαλα γίνονται αδύναμα και εύθραυστα. Σε γενικές γραμμές, όσο χαμηλότερη είναι η οστική πυκνότητα, τόσο μεγαλύτερος είναι ο κίνδυνος για κατάγματα οστών. Τα αποτελέσματα των εξετάσεων μέτρησης οστικής μάζας θα βοηθήσουν τον ενδιαφερόμενο και τον γιατρό να επιλέξει τον αποτελεσματικότερο τρόπο για να διατηρηθούν τα κόκκαλα του υγιή και γερά.

<b>1. ΠΑΚΕΤΟ ΟΣΤΙΚΗΣ ΠΥΚΝΟΤΗΤΑΣ</b>
Μέτρηση Οστικής Πυκνότητας με DPX
Ca αίματος
25OH Vitamin D
Μέτρηση Πάχους Κολαγόνου Δέρματος

### **2. ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΤΟΥ ΜΑΣΤΟΥ (ΜΑΣΤΟΓΡΑΦΙΑ)**

#### **ΠΕΡΙΛΗΨΗ:**

Ο καρκίνος του μαστού είναι ο συνηθέστερος μη-δερματικός καρκίνος στις γυναίκες και η δεύτερη κύρια αιτία θανάτου στις γυναίκες στις .Κάθε γυναίκα κινδυνεύει από την εμφάνιση καρκίνου του μαστού και ο κίνδυνος αυξάνεται όσο αυξάνεται και η ηλικία. Συνήθως αντιμετωπίζεται επιτυχώς όταν γίνεται έγκαιρη διάγνωση. Θα καλύπτονται εξετάσεις προσυμπτωματικού ελέγχου καρκίνου του μαστού (μαστογραφίες) και ψηφιακές τεχνολογίες ελέγχου καρκίνου του μαστού.

<b>A. ΠΑΚΕΤΟ ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΚΑΤΩ ΤΩΝ 40 ΕΤΩΝ</b>
Ελαστογραφία-Υπέρηχοι
Κλινική εκτίμηση με υπερήχους
Γυναικολογική εκτίμηση
Ψηλάφηση μαστών από ειδικό
Ca 125

<b>B. ΠΑΚΕΤΟ ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ ΓΙΑ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΑΝΩ ΤΩΝ 40 ΕΤΩΝ</b>
Ελαστογραφία-Υπέρηχοι
Κλινική εκτίμηση με υπερήχους
Γυναικολογική εκτίμηση
Ψηλάφηση μαστών από ειδικό
Ca 125
Ψηφιακή Μαστογραφία

**3. ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΗΣ ΝΟΣΟΥ (ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ)**

**ΠΕΡΙΛΗΨΗ:**

Το πρόγραμμα καλύπτει εξετάσεις προσυμπτωματικού ελέγχου καρδιαγγειακής νόσου οι οποίες ελέγχουν/ανιχνεύουν την χοληστερόλη και συναφή επίπεδα λίπους στο αίμα (λιπίδια). Υψηλά επίπεδα χοληστερόλης δύνανται να αυξήσουν τον κίνδυνο για καρδιακά νοσήματα και εγκεφαλικά επεισόδια. Μέσω των εξετάσεων προσυμπτωματικού ελέγχου διαπιστώνεται εάν έχετε υψηλή χοληστερόλη.

<b>3. ΠΑΚΕΤΟ ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΗΣ ΝΟΣΟΥ (ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ)</b>
Χοληστερόλη
HDL, LDL, τριγλυκερίδια
Triplex Καρδιάς
Οδηγίες

**4. ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΤΟΥ ΤΡΑΧΗΛΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΚΟΛΠΟΥ**

**ΠΕΡΙΛΗΨΗ:**

Το πρόγραμμα καλύπτει το τεστ Παπανικολάου (Pap test) και γυναικολογικές εξετάσεις για τον έλεγχο καρκίνου του τραχήλου και του κόλπου. Ως μέρος της γυναικολογικής εξέτασης, το πρόγραμμα καλύπτει και μια κλινική εξέταση στήθους για το ενδεχόμενο καρκίνου του μαστού.

<b>ΠΑΚΕΤΟ ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΤΟΥ ΤΡΑΧΗΛΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΚΟΛΠΟΥ</b>
PAP-TEST
Γυναικολογική εκτίμηση
Ψηλάφηση μαστών

## 5. ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΤΟΥ ΠΑΧΕΟΣ ΕΝΤΕΡΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΟΡΘΟΥ

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ:

Το πρόγραμμα θα καλύπτει εξετάσεις προσυμπτωματικού ελέγχου καρκίνου του παχέος εντέρου και ορθού προκειμένου να διαπιστώσει την ύπαρξη προ-καρκινικών πολύποδων (όγκοι στο κόλον) με στόχο να αφαιρεθούν πριν εξελιχθούν σε καρκινικοί και να διαπιστωθεί τυχόν καρκίνος του παχέος εντέρου ή ορθού σε πρώιμο στάδιο, όταν η θεραπεία έχει μεγαλύτερες πιθανότητες επιτυχίας. Όσο πιο νωρίς διαπιστωθεί ο καρκίνος του παχέος εντέρου και του ορθού, τόσο πιο αποτελεσματική μπορεί να είναι η αντιμετώπισή του.

### ΜΕΤΡΟΠΟΛΙΤΑΝ !

ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΤΟΥ ΠΑΧΕΟΣ ΕΝΤΕΡΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΟΡΘΟΥ	
Κολonosκόπηση	
Αιμοσφαιρίνη κοπράνων (FIB ανθρώπου)	

## 6. ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΔΙΑΒΗΤΗ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΑΥΤΟ-ΕΛΕΓΧΟΥ

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ:

Ο διαβήτης είναι μια ιατρική πάθηση κατά την οποία ο οργανισμός δεν παράγει αρκετή ινσουλίνη ή έχει μειωμένη αντίδραση στην ινσουλίνη. Ο διαβήτης προκαλεί αύξηση του σακχάρου αίματος λόγω του ότι απαιτείται ινσουλίνη για την ορθή λειτουργία του σακχάρου. Υψηλό σάκχαρο αίματος είναι επιβλαβές για την υγεία. Το Πρόγραμμα Β καλύπτει έναν προσυμπτωματικό έλεγχο για διαβήτη για τα άτομα που ανήκουν σε ομάδα υψηλού κινδύνου για διαβήτη. Για ανθρώπους με διαβήτη, το Πρόγραμμα Β καλύπτει σχετική υποστηρικτική εκπαίδευση για να βοηθήσει τους πάσχοντες να διαχειριστούν την πάθησή τους.

ΠΑΚΕΤΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΔΙΑΒΗΤΙΚΩΝ
Σάκχαρο
Γλυκοζυλιωμένη αίματος Hb
Γενική ούρων
Οφθαλμολογική έλεγχου βυθοσκόπησης-πίεσης
Υπερηχογράφημα νεφρών
Αγγειολογικός έλεγχος κάτω άκρων (doppler αρτηριών κάτω άκρων)

## 7. ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΓΛΑΥΚΩΜΑΤΟΣ

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ:

Το γλαύκωμα είναι μια ασθένεια όρασης που προκαλείται από υψηλή πίεση στο μάτι. Εξελίσσεται σταδιακά χωρίς προειδοποίηση και συχνά χωρίς να εμφανίζονται συμπτώματα. Ο ενδεδειγμένος τρόπος για άτομα που κινδυνεύουν να εμφανίσουν γλαύκωμα να προστατεύσουν τον εαυτό τους είναι να διενεργούν τακτικά εξετάσεις όρασης.

### ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ ΓΛΑΥΚΩΜΑΤΟΣ

Οφθαλμολογική εκτίμηση

## 8. ΙΑΤΡΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ:

Το Πρόγραμμα δυνητικά καλύπτει ιατρική διατροφική θεραπεία εάν έχετε διαβήτη ή νεφρική ασθένεια και ο γιατρός σας, σας παραπέμπει για τη συγκεκριμένη υπηρεσία. Οι υπηρεσίες αυτές μπορούν να παρασχεθούν από έναν διαπιστευμένο διαιτολόγο ή επαγγελματία διατροφολόγο εγκεκριμένο από το Πρόγραμμα και περιλαμβάνει μια διατροφολογική αξιολόγηση και υπηρεσία συμβουλευτικής προκειμένου να ελέγχετε το διαβήτη ή την νεφρική ασθένεια.

### ΙΑΤΡΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

3-4 ατομικές υπηρεσίες συμβουλευτικής

Χοληστερόλη

Τριγλυκερίδια

Γενική αίματος

## 9. ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ ΚΑΙ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ:

Το Πρόγραμμα Β καλύπτει εντατική συμπεριφορική θεραπεία για παχύσαρκα άτομα, δηλαδή με δείκτη μάζας σώματος 30 ή και περισσότερο.

### ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ ΚΑΙ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗΣ

Δείκτης μάζας σώματος με DEXA

4 συναντήσεις τον 1<sup>ο</sup> μήνα

2 φορές τον 2<sup>ο</sup> μήνα

1 συνάντηση τον μήνα από τον 7<sup>ο</sup> μήνα

12 BMI μετρήσεις

## 10. ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΤΟΥ ΠΡΟΣΤΑΤΟΥ

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ:

Ο καρκίνος του προστάτη μπορεί να διαπιστωθεί μέσω της εξέτασης για ανίχνευση της ποσότητας PSA (Prostate Specific Antigen – Ειδικό Αντιγόνο Προστάτη ) στο αίμα. Εναλλακτικά, ο καρκίνος του προστάτη μπορεί να διαπιστωθεί μέσω της φυσικής εξέτασης του ορθού από τον ιατρό. Το Πρόγραμμα καλύπτει και τους δύο τύπους εξετάσεων.

### ΠΡΟΣΥΜΠΤΩΜΑΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΚΑΡΚΙΝΟΥ ΤΟΥ ΠΡΟΣΤΑΤΗ

Διορθικό υπερηχογράφημα προστάτου με ελαστογραφία

Εξέταση PSA

Κλινική εκτίμηση από ειδικό ουρολόγο

## 11. ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗ ΕΠΙΣΚΕΨΗ «ΚΑΛΩΣΟΡΙΣΑΤΕ ΣΕ ΕΝΑΝ ΟΡΘΟ-ΒΙΟ»

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ:

Το Πρόγραμμα καλύπτει άπαξ μία προληπτική επίσκεψη κατά τη διάρκεια του πρώτου δωδεκαμήνου μετά την εγγραφή σας στο Μέρος Β. Η επίσκεψη αυτή αποκαλείται Προληπτική Επίσκεψη. Αποτελεί μία καλή ευκαιρία για να ενημερωθείτε για τις τρέχουσες σημαντικές εξετάσεις, ελέγχους και εμβόλια και να συζητήσετε με τον γιατρό σας για το οικογενειακό σας ιστορικό και τρόπους να παραμείνετε υγιείς.

ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗ ΕΠΙΣΚΕΨΗ	
Λήψη ιατρικού και οικογενειακού ιστορικού υγείας από παθολόγο και ψηφιακή καταγραφή ΟΡΘΟKey	
Βιολογική ηλικία αγγείων (Cardiovision)	
Υπολογισμός του δείκτη μάζας σώματος (BMI)	
Απλή εξέταση όρασης	
Έλεγχος γλυκοζυλίωσης-προδιάθεσης	
Ιατρικές οδηγίες-health key	
Υπερηχογραφικός έλεγχος Head to toe	
Διατροφικές οδηγίες	

## 12. ΕΤΗΣΙΑ ΕΠΙΣΚΕΨΗ «ΕΥΕΞΙΑ» (“WELLNESS” VISIT)- PREVENTION IN AGING

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ:

Εφόσον υπάγετε στο Μέρος Β για περισσότερο από 12 μήνες, μπορεί να αξιοποιήσει την ετήσια προληπτική υπηρεσία “ PREVENTION IN AGING ” για να διαμορφωθεί ή να επικαιροποιηθεί ένα εξατομικευμένο πρόγραμμα πρόληψης σύμφωνα με την υφιστάμενη κατάσταση υγείας και τους υπάρχοντες παράγοντες κινδύνου. Η επίσκεψη αυτή περιλαμβάνει:

ΕΤΗΣΙΑ ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΕΥΕΞΙΑΣ	
Αξιολόγηση κινδύνου υγείας ("έξυπνες" εξετάσεις)	
Λήψη ιατρικού και οικογενειακού ιστορικού υγείας	
Διαμόρφωση ή επικαιροποίηση των υφισταμένων παροχών και συνταγών	
Μέτρηση ύψους, βάρους, αρτηριακής πίεσης και άλλες συνήθεις μετρήσεις (BMI)	
Διαπίστωση τυχόν γνωστικής ζημίας/δυσλειτουργίας	
Εξατομικευμένες συμβουλές υγείας	
Προσωπική κατάσταση με παράγοντες κινδύνου και επιλογές θεραπειών/αντιμετώπισης	
Πρόγραμμα προσυμπτωματικών ελέγχων (υπό τη μορφή λίστας) με τις ενδεδειγμένες/κατάλληλες προληπτικές υπηρεσίες	

## 5<sup>ο</sup> ΜΕΡΟΣ: PREVENTION IN AGE

### 13. PREVENTION IN AGE

#### ΠΕΡΙΛΗΨΗ:

#### ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗ- ΑΝΑΓΕΝΝΗΤΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ

#### PREVENTION IN AGING

**Ποιος είναι ο ρόλος της πρωτογενούς πρόληψης και πόσο καθοριστική είναι για την υγεία μας;**

**Πρόληψη: όλοι την αποδέχονται – λίγοι την εφαρμόζουν** 'σε πολλές καταστάσεις στη ζωή, σε ατομικό και σε κοινωνικό επίπεδο. Στην Υγεία, η σημασία της είναι αποφασιστική, ακόμη και η καλύτερη θεραπεία δεν είναι δυνατόν να συγκριθεί με την Πρόληψη.

**Γιατί όμως η εφαρμογή της είναι τόσο δύσκολη;**

Η απάντηση είναι απλή, όσο και αποκαλυπτική: διότι η πραγματική, πρωτογενής Πρόληψη προϋποθέτει αλλαγή στη συμπεριφορά και στον τρόπο ζωής.

Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι η Ιπποκρατική αντίληψη «Κάλλιον το προλάμβανε ή το θεραπεύειν» , έχει γίνει σήμερα κοινή συνείδηση. Θα πρέπει να σημειώσουμε όμως ότι μέχρι την διαμόρφωση της σημερινής αντίληψης για την προληπτική ιατρική που με απλά λόγια και ευρεία έννοια είναι κάθε παρέμβαση που αποσκοπεί στην παρεμπόδιση εμφάνισης ή και ανάπτυξης νόσου, στην παράταση της ζωής και στην προαγωγή της σωματικής αλλά και ψυχικής υγείας του ατόμου, έχει διανυθεί μακρύς και δύσκολος δρόμος. Στον δρόμο αυτό υπήρξαν σημαντικοί σταθμοί, κυριότεροι από τους οποίους είναι η επιτυχής αντιμετώπιση των λοιμωδών νοσημάτων (εμβολιασμοί κ.λ.π ) που οδήγησαν στην ουσιαστική εξάλειψη σοβαρών επιδημιών και η αντιμετώπιση – εξαφάνιση στερητικών νόσων.

Παρόλα αυτά σήμερα βρισκόμαστε αντιμέτωποι με ειδικού τύπου επιδημίες, όπως επίσης και με **‘πολιτισμένες ασθένειες και παθήσεις’**, όπως αυτές του καρδιαγγειακού συστήματος, ο καρκίνος, ο διαβήτης , τα επαγγελματικά νοσήματα, οι ψυχικές διαταραχές και κοντά σ’ όλα αυτά, τα τροχαία ατυχήματα, η κάθε είδους βία και τα ναρκωτικά που αποτελούν την μεγάλη μάστιγα που υπονομεύει την νεολαία και επομένως το μέλλον.

Δεν υπάρχει καμία αμφιβολία ότι για όλα αυτά ευθύνεται ο σύγχρονος άνθρωπος με την στρεβλή ανάπτυξη του πολιτισμού που επέβαλε ή που του επέβαλαν και την μανία τελικά αυτοκαταστροφής που τον διακατέχει. Δεν υπάρχει, επίσης, καμία αμφιβολία ότι όλα αυτά που αναφέρθηκαν είναι δυνατόν να προληφθούν και μάλιστα σε μεγάλο βαθμό. **Για να γίνει όμως αυτό, πρέπει όλοι μας να αλλάξουμε νοοτροπία και φιλοσοφία.**



**Τι περιλαμβάνει ο έλεγχος που πραγματοποιείτε εσείς σαν Ειδικός Παθολόγος με την εμπειρία και τις αξιώσεις σας, σαν ο πλέον ο ειδικός σε Ευρωπαϊκή κλίμακα σε θέματα Πρόληψης και Αναγεννητικής Ιατρικής και πώς βοηθά στην πράξη;**

Είναι ένα ερώτημα με το οποίο ασχολούνται πυρετωδώς στα ερευνητικά εργαστήρια όλου του κόσμου, προσπαθώντας να ανακαλύψουμε την άκρη στο νήμα της προληπτικής και αναγεννητικής ιατρικής. Πλέον είμαστε σε θέση να εξετάζουμε με επιτυχία στα ιατρεία μας με λεπτομέρεια και εξατομικευμένα με ειδικές εξετάσεις και να δίδουμε ειδικό πλάνο υγείας στους ενδιαφερόμενους.

Θα πρέπει να γνωρίζουμε ποιοι είναι οι λόγοι που επιταχύνουν την διαδικασία αυτή και να παρέμβουμε σε εξατομικευμένο επίπεδο με συνταγές ζωής.

#### **Παράγοντες :**

\* Οξειδωτικό στρες: Οι ελεύθερες ρίζες, ασταθή μόρια, εμπλέκονται σε όλες τις ασθένειες που αποκτάμε μεγαλώνοντας.

\* Χρόνια φλεγμονή: Όλο και περισσότερα προβλήματα υγείας, από την αρθρίτιδα έως το έμφραγμα, ανακαλύπτουμε ότι σχετίζονται με μια φλεγμονή που χειροτερεύει καθώς περνούν τα χρόνια.

\* Γλυκοζυλίωση: Μεγάλο ποσοστό της γήρανσης οφείλεται στη ζάχαρη στο αίμα, η οποία προσκολλάται στις πρωτεΐνες σχηματίζοντας τα επιβλαβή AGES.

\* Ορμονικές ανισορροπίες: Καθώς μεγαλώνουμε, οι ορμόνες μας, που ρυθμίζουν τα πάντα στο σώμα, απορρυθμίζονται, προκαλώντας ασθένειες που σχετίζονται με το γήρας, όπως κατάθλιψη, οστεοπόρωση, μείωση λίμπιντο.

\* Μεταλλάξεις στο DNA: Με τα χρόνια, τα συστήματα «επιδιόρθωσης» του DNA χαλάνε και οδηγούμαστε σε ασθένειες.

\* Μειωμένο ανοσοποιητικό σύστημα: Το οπλοστάσιο του οργανισμού μας ενάντια στους ιούς, τα βακτήρια και όλους τους εξωγενείς εχθρούς ατονεί.

#### **Ανεξάρτητα του ρυθμού γήρανσης τα γεγονότα είναι:**

- Ο εγκέφαλος συρρικνώνεται και υπάρχει σταδιακή μείωση στις γνωστικές λειτουργίες εστίασης και μνήμης που δεν γίνεται αντιληπτή αρχικά.
- Η όραση επιδεινώνεται με εμφάνιση πρεσβυωπίας, καταρράκτη, δυσκολία προσαρμογής στο σκοτάδι εκφύλιση Ωχρας.
- Το δέρμα χάνει ελαστικότητα και το κολλαγόνο αρχίζει να διασπάται και λεπταίνει, επουλώνεται με αργότερο ρυθμό και έχουμε εκχυμώσεις πιο εύκολα. Οι τρίχες λεπταίνουν, το λίπος αυξάνει, ενώ η μυϊκή και οστική μάζα ελαττώνεται με αποτέλεσμα ελάττωση της ισχύος, οστεοπόρωση και κόπωση.

- Τα νεφρά ελαττώνονται σε μέγεθος και λειτουργία και η ουροδόχος κύστη χάνει την ελαστικότητα της με αποτέλεσμα ακράτεια.
- Η καρδιά η οποία έχει συσπασθεί ήδη εκατομμύρια φορές όταν φθάσουμε στα πενήντα οι πιθανότητες καρδιακού επεισοδίου και καρδιακής κάμψης αυξάνονται.
- Οι πνεύμονες χάνουν ελαστικότητα και η αναπνευστική ικανότητα ελαττώνεται 20%.
- Το πάγκρεας παράγει λιγότερη ινσουλίνη και ο διαβήτης είναι πιο συχνός.

Οι επιστήμονες που ασχολούμαστε με την προληπτική ιατρική είναι ποιο πλούσιοι από γνώση και είναι σημαντικό να αναφέρουμε ότι πλέον οι παράγοντες αυτοί μετριούνται σε εξειδικευμένα κέντρα πρόληψης θα τολμούσαμε να πούμε ότι είναι η νέα μέθοδος εξωστρέφειας της προληπτικής ιατρικής .

**ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ: Το σώμα μας είναι η πιο καλοσχεδιασμένη μηχανή για αυτό δεν περιμένουμε να μην έχει φθορά και αυτή την φθορά θα θέλαμε να προλάβουμε. Είναι καθαρά προσωπική υπόθεση!!!!**

13A. GOLDEN REGENERATE
REGENERATE ORTHO D
Λεπτομερειακό ιατρικό ιστορικό και καταχώρηση στο health key
Κλινική εξέταση και λήψη αρτηριακής πίεσης
Αρτηριακή Δυσκαμψία και σφυγμικό κύμα
AGEs (Advanced Glycation End Products)
Σύσταση Σώματος και Θερμιδομετρία
Πάχος Κολλαγόνου Δέρματος
Η.Κ.Γ. & Αυτόνομο Νευρικό Σύστημα
Μέταλλα, Ιχνοστοιχεία & Βαρέα Μέταλλα (διαδερμικά)
Τρίπλεξ καρωτίδων (έσω- μέσο χειτόνας)
Τρίπλεξ κοιλιακής αορτής
Ψηφιακή θερμογραφία σώματος
Βιταμίνη D3 (25OHBITAMINHD)
Fatty Acid profile
TSH
Cortisol
Insulin
Igf-1
Δερματολογικός έλεγχος ποιότητας δέρματος
Οφθαλμολογικός έλεγχος

**ΓΥΝΑΙΚΕΣ**

FSH
E2
Progesterone
CEA 125

**ΑΝΔΡΕΣ**

LH
T.Testosterone
SHBG
PSA

**ΕΛΕΓΧΟΣ ΓΟΝΙΔΙΩΝ ΠΟΥ ΕΜΠΛΕΚΟΝΤΑΙ  
ΣΤΟΝ ΤΡΟΠΟ ΥΓΙΟΥΣ ΓΗΡΑΝΣΗΣ (ΑΝΔΡΕΣ,  
ΓΥΝΑΙΚΕΣ)**

Δυσανεξία στη Γλουτένη και στη Λακτόζη

**ΓΥΝΑΙΚΕΣ**

BRCA1
BRCA2

Λεπτομερειακό ιατρικό ιστορικό και καταχώρηση στο health key
Κλινική εξέταση και λήψη αρτηριακής πίεσης
Αρτηριακή Δυσκαμψία και σφυγμικό κύμα
AGEs (Advanced Glycation End Products)
Σύσταση Σώματος και Θερμιδομετρία
Κολλαγόνο δέρματος (collagenoson)
Η.Κ.Γ. & Αυτόνομο Νευρικό Σύστημα
Μέταλλα, Ιχνοστοιχεία & Βαρέα Μέταλλα (διαδερμικά)
Τρίπλεξ καρωτίδων (έσω- μέσο χειτόνας)
Τρίπλεξ κοιλιακής αορτής
ψηφιακή θερμογραφία σώματος
βιταμίνη D3 (25OHBITAMINHD)
Σιωπηλή φλεγμονή ω6/ω3
TSH
Cortisol

Insulin
Igf-1
Δερματολογικός έλεγχος ποιότητας δέρματος
Οφθαλμολογικός έλεγχος
<b>ΓΥΝΑΙΚΕΣ</b>
FSH
E2
Progesterone
CEA 125
<b>ΑΝΔΡΕΣ</b>
LH
T.Testosterone
SHBG
PSA

Λήψη ιστορικού και καταχώρηση στο Health Key
Καρδιολογική εκτίμηση και Triplex καρδιάς
Δοκιμασία κοπώσεως, Εργο-σπιρομετρία, Εκτίμηση Φυσικής Κατάστασης

Πληροφορίες: [www.orthobiotiki.com](http://www.orthobiotiki.com) , τηλ.210-3230000

i