

ชุดตรวจสุขภาพ สำหรับชายอายุ < 35 ปี
Checkup program for men aged < 35 years



ชื่อ (Name)

วันที่ (Date)

รายการพื้นฐานตามวัย Basic program for age group	ผลตรวจ Results		
	ปกติ Normal	เริ่มผิดปกติ Pre-disease (Change or monitor)	มีโรค Have disease (Start treatment)
ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดรอบเอว ประเมินภาวะอ้วน (BMI) Obesity assessment	18.5-22.9	23.0-24.9	≥ 25.0
วัดความดันโลหิต (Blood pressure) Blood pressure evaluation	< 120/80	120/80 – 135/85	> 135/85
นับชีพจร (Pulse) Pulse rate evaluation	50-90	40-50 or 90-100	< 40 or > 100
นับเม็ดเลือดทุกชนิด (CBC) Complete blood count			
ตรวจปัสสาวะทั่วไป (UA) Urine analysis			
ตรวจการทำงานของไต (Creatinine) Kidney function test			
ตรวจความสมบูรณ์ของเซลล์ตับ (AST, ALT) Liver cell integrity			
ตรวจไขมันในเลือด 4 ตัว (Lipid profile) Cholesterol, triglyceride, HDL, LDL levels			
ตรวจน้ำตาลในเลือดหลังอดอาหาร (FBS) Fasting blood sugar	70-99	100-125	≥ 126
ประเมินโอกาสเกิดโรคหลอดเลือดในอีกสิบปี (10-yr CV risk) Chance of vascular disease in the next 10 years www.rama.mahidol.ac.th/cardio_vascular_risk/thai_cv_risk_score/			

รายการเพิ่มเติมตามความเสี่ยง Additional tests for risk takers	ผลตรวจ Results		
	ปกติ Normal	เริ่มผิดปกติ Pre-disease (Change or monitor)	มีโรค Have disease (Start treatment)
ตรวจน้ำตาลสะสม (HbA1c) <i>Avg BS over the past 2-3 mos</i> หากเคยน้ำตาลเกิน หรือมีญาติสายตรงเป็นเบาหวาน For those who have pre-diabetes or family history of diabetes	< 5.7	5.7-6.4	≥ 6.5
ตรวจการติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี และภูมิคุ้มกัน (HBsAg, anti-HBs) Viral hepatitis B Ag & Ab หากไม่เคยตรวจและเกิดก่อนปี 2535 หรือมีคนในบ้านติดเชื้อไวรัสบี For those who have never tested or lived with a carrier			
ตรวจการติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี (anti-HCV) Viral hepatitis C Ab หากไม่เคยตรวจและตนเองเป็นพาหะของไวรัสบี หรือมีคนในบ้านติดไวรัสซี For those who have never tested and lived with an infected B or person			
ตรวจไทรอยด์เป็นพิษ (TSH, FT3) Thyrotoxicosis test ถ้าคอโต หรือมีอาการมือสั่น ใจเต้นเร็ว น้ำหนักลด For those who have resting pulse > 90/min or unexplained weight loss			
ตรวจกรดยูริกในเลือด (Uric acid) Blood uric acid level หากดื่มเบียร์บ่อย หรือเคยปวดข้อบวมบริเวณนิ้วโป้งเท้าหรือข้อเท้า For those who have intermittent big toe or ankle arthritis			
ตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (EKG) Electrocardiography (ECG) หากมีอาการหัวใจเต้นผิดปกติ For those who have intermittent palpitations			
เอกซเรย์ทรวงอก (CXR) Chest X-rays หากไอเรื้อรัง สูบบุหรี่ หรือทำงานเกี่ยวกับฝุ่น/สารเคมี For those who have chronic cough, smoke, or work with dust/chemicals			
ตรวจพยาธิในอุจจาระ (Stool exam) Stool exam for parasites หากชอบทานของดิบ ผักสด หรือน้ำแข็งตามร้านอาหาร For those who often eat uncooked food, street vegetables, street cold drink			

หากผลตรวจทั้งหมดปกติ สามารถตรวจซ้ำทุก 3-5 ปี แต่หากพบความผิดปกติ ควรติดตามผลตามแพทย์นัด ซึ่งอาจต้องตรวจถี่กว่าปีละครั้ง

If all test results are normal, the test can be repeated every 3-5 years. However, if abnormalities are found, the results should be followed up as scheduled by the doctor, which may require more frequent tests than once a year.