

## ชุดตรวจสุขภาพ สำหรับชายวัย 35-50 ปี

### Checkup program for men aged 35-50 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 ประเมินภาวะอ้วน (BMI) obesity assessment	18.5-22.9	23.0-24.9	25.0 up
วัดความดันโลหิต (Blood pressure) Blood pressure evaluation	< 120/80	120/80 – 135/85	135/85 up
นับชีพจร (Pulse)                      Pulse rate evaluation	50-90	40-50 or 90-100	< 40 or > 100
นับเม็ดเลือดทุกชนิด (CBC)                      Complete blood count			
วิเคราะห์ปัสสาวะโดยรวม (UA)                      Urine analysis			
ตรวจการทำงานของไต (Creatinine)                      Kidney function test			
ตรวจการทำงานของตับและน้ำดี (ALT, Bilirubin) Liver cell and bile duct evaluation			
ตรวจระดับกรดยูริกในเลือด (Uric acid)                      Uric acid level			
ตรวจไขมันในเลือด 4 ตัว (Lipid profile) Cholesterol, triglyceride, HDL, LDL levels			
ตรวจน้ำตาลในเลือดหลังอดอาหาร (FBS)                      Fasting blood sugar	70-99	100-125	126 up
เอกซเรย์ทรวงอก (CXR)                      Chest X-rays			
ตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ (EKG)                      Electrocardiography (ECG)			
ประเมินโอกาสเกิดโรคหลอดเลือดในอีกสิบปี (10-yr CV risk) Chance of vascular disease in the next 10 years <a href="https://tools.acc.org/ascvd-risk-estimator-plus/">https://tools.acc.org/ascvd-risk-estimator-plus/</a>			

รายการเพิ่มเติมตามความเสี่ยง Additional tests for risk takers	ผลตรวจ Results		
	ปกติ Normal	เริ่มผิดปกติ Pre-disease (Change or monitor)	มีโรค Have disease (start treatment)
<b>ตรวจน้ำตาลสะสม (HbA1c) Avg BS over the past 2-3 mos</b> ถ้าเคยมีน้ำตาลเกินหรือมีญาติสายตรงเป็นเบาหวาน For those who have pre-diabetes or family history of diabetes	< 5.7	5.7-6.4	6.5 up
<b>ตรวจการติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี และภูมิคุ้มกัน (HBsAg, anti-HBs) Viral hepatitis B Ag &amp; Ab</b> ถ้าไม่เคยตรวจ และมีคนในบ้านติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี For those who have never tested and lived with a carrier			
<b>ตรวจการติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี (anti-HCV) Viral hepatitis C Ab</b> ถ้าไม่เคยตรวจ และมีคนในบ้านติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี For those who have never tested and lived with an infected person			
<b>คัดกรองโรคในช่องท้อง (AFP) Alpha-fetoprotein</b> แทนการทำอัลตราซาวด์ช่องท้อง For abdominal disease screening			
<b>อัลตราซาวด์ช่องท้อง (U/S whole abdomen)</b> ถ้ายังไม่เคยทำมาก่อน ถ้าเคยตรวจแล้วปกติควรทำซ้ำทุก 5 ปี For those who never done. If ever and normal, repeat every 5 yrs			
<b>ตรวจไทรอยด์ (TSH, T3, FT4) Thyroid function test</b> ถ้ามีคอโต มือสั่น ใจเต้นเร็ว หรือเชื่องซึม ไม่มีแรง For those who have goiter, tremor, palpitation or lethargy/fatigue			
<b>ตรวจพยาธิในอุจจาระและคัดกรองมะเร็งลำไส้ใหญ่ (Stool exam &amp; occult blood)</b> For parasite check and colon polyps/cancer screening			
<b>ส่องกล้องลำไส้ใหญ่ (Colonoscopy)</b> ถ้าพบเม็ดเลือดแฝงในอุจจาระ หรืออุจจาระเป็นเลือดปนากาก For those who found occult blood in stool or pass stool with blood			
<b>ส่องกล้องกระเพาะอาหาร (EGD) Endoscopy or upper GI-tract</b> ถ้าปวดหรือแสบร้อน ที่ลิ้นปี่หรือหน้าอก บ่อย ๆ For those who often have epigastric pain/burning			
<b>ตรวจหัวใจขณะออกแรง (EST) Exercise stress test</b> ถ้ามีอาการแน่นอกตอนทำงาน, เดินไกล, หรือหลังทานอาหาร For those who have chest pain upon exertion or after a large meal			