

# ทำไมต้อง! ตรวจสุขภาพประจำปี?

การตรวจสุขภาพ เป็นเหมือนสัญญาณ  
ที่คอยเตือนให้ชีวิตปลอดภัยจากโรคร้ายให้เจ็บ

## ตรวจอะไรบ้าง?

- **ตรวจสอบระบบหัวใจ**  
มะเร็งตับ มะเร็งระบบทางเดินอาหาร  
มะเร็งปอด มะเร็งต่อมลูกหมาก

- **เอกซเรย์ทรวงอก**  
เพื่อตรวจโรค ภาวะถุงลมโป่งพอง  
เนื้องอกในปอด โรคหัวใจ  
และหลอดเลือด

- **ตรวจพิเศษอื่นๆ อาทิ**  
อัลตราซาวด์ช่องท้อง  
ตรวจสุขภาพหัวใจ ตรวจวัดการได้ยิน  
ตรวจสายตา ตรวจสุขภาพฟัน ฯลฯ

- **ตรวจนับความสมบูรณ์**  
ของเม็ดเลือด ตรวจหาโลหิตจาง  
การติดเชื้อหรือมะเร็งเม็ดเลือดขาว
- **ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด**  
ดูความเสี่ยงโรคเบาหวาน
- **ตรวจระดับไขมันในเลือด**  
ดูความเสี่ยงโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ  
เส้นเลือดสมองตีบ
- **ตรวจการทำงานของไต**  
ดูความผิดปกติของไต
- **ตรวจการทำงานของตับ**  
ดูการอักเสบหรือความผิดปกติของตับ

### Quality

- ☒ Excellent
- ☒ Good
- ☐ Average
- ☐ Poor

ที่มา : bangkokpattayahospital

## 5 เหตุผล ที่คุณไม่ควรพลาด “การตรวจสุขภาพประจำปี”

1 ป้องกันโรคร้ายตั้งแต่เนิ่นๆ

2 ติดตามและประเมิน  
ความเสี่ยงด้านสุขภาพ

3 ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม  
เพื่อสุขภาพที่ดีขึ้น

4 ลดภาระค่าใช้จ่าย  
ในการรักษาพยาบาล

5 เสริมสร้างความมั่นใจ  
และสุขภาพจิตที่ดี

### 1. ผลตรวจค่าไขมันคลอเรสเตอรอล (Cholesterol)

#### ผลตรวจค่าไขมันคลอเรสเตอรอล (Cholesterol)

|                              |                                                           |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| คอเรสเตอรอล (Cholesterol)    | ต้องไม่เกิน 200 mg/dL                                     |
| ไขมันไม่ดี (LDL-Cholesterol) | ต้องไม่เกิน 100 mg/dL                                     |
| ไขมันดี (HDL-Cholesterol)    | ผู้หญิงต้องมากกว่า 40 mg/dL<br>ผู้ชายต้องมากกว่า 50 mg/dL |

#### ความเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด

- โรคหลอดเลือดสมอง
- โรคหลอดเลือดหัวใจ



sakid

### 2. ผลตรวจค่าน้ำตาลในเลือด (Blood sugar)

#### ผลตรวจค่าน้ำตาลในเลือด (Blood sugar)

|              |                                                    |
|--------------|----------------------------------------------------|
| 70-100 mg/dL | ปกติ                                               |
| 100 mg/dL    | เสี่ยงโรคเบาหวาน                                   |
| 126 mg/dL    | เสี่ยงโรคเบาหวานสูง<br>ควรตรวจซ้ำและควรปรึกษาแพทย์ |

#### ความเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด

- โรคเบาหวาน
- โรคหลอดเลือดหัวใจ



sakid

### 3. ผลตรวจการทำงานของตับ (Liver Function Test : LFT)

#### ผลตรวจการทำงานของตับ (Liver Function Test : LFT)

| การทำงานของตับ โดยวัดค่า SGOT (Serum Glutamic Oxaloacetic Transaminase) | การติดเชื้อไวรัสในตับ โดยวัดค่า SGPT (Serum Glutamate-Pyruvate Transaminase) |
|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| ผู้ชาย 8-46 U/L                                                         | ผู้ชายมีค่าต่ำกว่า 30 U/L (หน่วยสากลต่อลิตร)                                 |
| ผู้หญิง 7-34 U/L                                                        | ผู้หญิงมีค่าต่ำกว่า 19 U/L (หน่วยสากลต่อลิตร)                                |

\*\*ถ้ามีค่าสูงเกินกว่านี้ให้รีบปรึกษาแพทย์



#### ความเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด

- ไขมันพอกตับ

sakid

### 4. ผลตรวจการทำงานของไต (Blood Urea Nitrogen : BUN)

#### ผลตรวจการทำงานของไต (Blood Urea Nitrogen : BUN)

##### การตรวจค่า BUN

ตรวจวัดค่าในเลือดจากส่วนประกอบของยูเรียในร่างกายที่ระดับไนโตรเจน

ค่าระดับปกติสำหรับผู้ใหญ่ จะอยู่ช่วง 10-20 mg/dL

##### การตรวจค่าครีเอตินิน

ดูการทำงานของไตว่ายังขับครีเอตินินออกจากปัสสาวะได้ดีอยู่ไหม

ค่าปกติสำหรับผู้ชาย 0.6-1.2 mg/dL

ค่าปกติสำหรับผู้หญิง 0.5-1.1 mg/dL

#### ความเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด

- นิ่วในปัสสาวะ
- โรคไตวาย



sakid

### 5. ผลตรวจค่ากรดยูริก (Uric Acid)

#### ผลตรวจค่ากรดยูริก (Uric Acid)

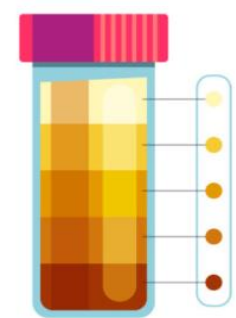
##### ค่ากรดยูริกปกติ

ผู้ชาย ไม่เกิน 5 mg/dL

ผู้หญิง ไม่เกิน 8 mg/dL

#### ความเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด

- โรคเกาต์



sakid