

ЧЕКАП ОРГАНІЗМУ ЗА ДОПОМОГОЮ ДОМАШНЬОЇ МЕДТЕХНІКИ ТА ОРТОПЕДИЧНИХ ВИРОБІВ

Вінницький національний технічний університет, Вінниця

Анотація

Розглянуто чекап організму як контроль та профілактику захворювань за допомогою домашньої медтехніки та ортопедичних виробів.

Ключові слова:

Чекап, здоров'я, медична техніка, ортопедичні вироби.

Abstract

The examination of the body as a control and prevention of diseases with the help of home medical equipment and orthopedic products is considered.

Keywords:

Checkup, health, medical equipment, orthopedic products.

Вступ

З віком стан здоров'я людини перестає бути настільки стабільним, як у ранньому віці. Здебільшого ці процеси розпочинаються з 25 років. Саме тому з настанням цього віку потрібно ретельніше слідкувати за станом свого здоров'я. Кожній людині потрібно робити повний чекап свого організму. Це допоможе запобігти серйозним хворобам на початкових етапах, а також допоможе підтримувати ресурси організму на достатньому рівні. Розглянемо це поняття детальніше [1, 2].

Матеріали дослідження

Чекап (від англ. check-up – перевірка) – це повне обстеження організму шляхом лабораторних та функціональних досліджень протягом лише одного дня. Параметри і показники нашого організму постійно варіюються, залежать від віку, фізичного та психічного стану, а також впливу інших чинників. Такі зміни не завжди супроводжуються погіршенням самопочуття, хоча можуть бути у високоактивній стадії розвитку. Так часто буває з хронічними або з онкологічними захворюваннями. Завдяки регулярній та різноплановій діагностиці можна виявити та запобігти цим недугам [1, 3].

Лікар Ігор Нелін рекомендує кожній людині раз на 6 місяців проводити повне обстеження свого організму. Так само варто робити скринінги, які включають розгорнутий загальний аналіз крові, аналіз рівня глюкози у венозній крові, загальний аналіз сечі. «Людям, які працюють фізично, мають підвищений рівень небезпеки на роботі, страждають від постійних стресів і недосипання, я рекомендую здавати ці аналізи щомісяця», – зауважує лікар Нелін [1]. Він радить, починаючи з 25 років, щорічно проходити обстеження організму, незважаючи на те, що людина може не мати скарг чи ознак певної хвороби.

Приватні лабораторії пропонують багато видів чекапів. На їхню раціональність впливають попередні хвороби, рекомендації лікаря, останні скарги пацієнта, а також вік і стать. Наприклад, якщо вас нічого не турбує, можна обрати універсальну програму у відповідності зосновними маркерами (вік, стать і т. д.). У стандартний профілактичний чекап входить ціла низка аналізів, завдяки яким можна оцінити багато факторів ризику для здоров'я. Серед них ризик розвитку цукрового діабету, наявність запальних, інфекційних, онкологічних, алергічних процесів в організмі, стан системи кровотворення, щитовидної залози. Важливо також контролювати роботу паращитовидних залоз, ризик розвитку серцево-судинних захворювань, функції печінки і нирок, можливість виникнення тромбозів [4, 5].

Якщо ж є якісь проблеми з певною фізіологічною системою організму, то потрібно вибрати належну програму діагностики. Наприклад, Ігор Нелін радить жінкам, починаючи з 40 років, а чоловікам – з 35 років, проходити скринінги на онкозахворювання [1]. Зазвичай, крім здачі аналізів, також можна отримати консультацію профільних лікарів, які складуть повний звіт про стан організму.

Проте не слід забувати, що крім проведення чекапів, дуже важливо щоденно стежити за станом свого здоров'я. У цьому може допомогти медична техніка домашнього використання. Це апаратура,

яка допомагає контролювати стан здоров'я та відзначати його зміни як самим хворим людям, так і тим, хто їх доглядає.

Сучасна медична техніка допомагає зберегти не лише здоров'я, а й красу. Сьогодні поширена домашня медтехніка для вимірювання показників організму, наприклад, термометр, тонометр, глюкометр. Значної популярності набули небулайзери (інгалятори) та аналогічні прилади для алергіків й астматиків – такі апарати допомагають швидко покращити самопочуття [6, 7, 8].

Існує кілька класів медичної техніки. Це пристрої для лікування хвороб (терапевтична апаратура), вимірювальна техніка (діагностична апаратура), товари для збереження краси та засоби реабілітації [9].

Деякі з цих приладів лікарі можуть рекомендувати використовувати для щоденного контролю стану організму. До цієї категорії входять вимірювальні прилади (термометри, тонометри, глюкометри, пульсоксиметри тощо) [10].

Обладнання та апаратура для лікування або збереження здоров'я – це медтехніка, яка допомагає успішно боротися з багатьма захворюваннями, як гострими, так і хронічними. Такі апарати дозволяють пришвидшити відновлення здоров'я, діючи безпосередньо на хвору частину тіла чи орган [11].

Для того щоб вести здоровий спосіб життя і підтримувати красу, можна користуватися додатковою технікою. Наприклад, спеціальні масажери та маски допоможуть розслабитись, підтримати тонус м'язів і стан шкіри. Крокомір допоможе забезпечувати денну норму рухової активності, що важливо в умовах «сидячої роботи» [6].

У разі одержання тяжкої травми або після тривалого лікування людський організм потребує відновлення. І тут знов на допомогу приходить медична реабілітаційна техніка. Вона не тільки допомагає швидко та якісно відновитися в домашніх умовах, але й приводить у тонус весь організм. Наприклад, існують певні види ортопедичного приладдя, які допомагають правильно розподіляти навантаження по хребту [11].

Але пам'ятайте: перш ніж купувати яку-небудь медтехніку, необхідно проконсультуватися з лікарем і переконатися в її якості. А лікувальна медична апаратура може допомогти лише у комплексній терапії, тож не варто зневажати порадами фахівців.

Висновок

Чекап організму – важлива частина сучасного життя для вчасного виявлення проблем зі здоров'ям, що дозволяє довше зберігати високу якість життя. Інструментальний чекап, зокрема за допомогою медичної апаратури індивідуального домашнього використання, – є перспективною сферою розвитку біомедичної інженерії, яку ще слід аналітично опрацювати для формулювання рекомендацій щодо оптимальних дій і стратегій збереження здоров'я.

Список використаної літератури

1. Біда О. Чекап організму: навіщо обстежуватись щорічно і скільки це коштує. 2021. URL : <https://hromadske.ua/ru/posts/chekap-organizma-zachem-obsledovatsya-ezhegodno-i-skolko-eto-stoit>
2. Медтехніка: яку потрібно мати вдома? 2019. URL : <https://ortop.ua/ua/stati/medtehnika-kakuu-nuzhno-imet-doma/>
3. СHECK-UP. Мережа клінік Viva. URL : <https://viva.clinic/check-up/>
4. Повне обстеження організму (чекап): що входить, навіщо і коли робити. Курортний комплекс «Rixos-Prykarpattyа». 2021. URL : <https://rixos.ua/blog/polnoe-osbledovanie-organizma-chekap-cto-vhodit-zachem-i-kogda-delat/>
5. Щорічна діагностична програма по європейським стандартам. Медичний центр «Rishon». 2021. URL : <https://rishon.com.ua/ru/chekap>
6. Домашня медтехніка – що це таке, і чому її наявність необхідна вдома у кожного. 2019. URL : <https://kiev.moygorod.ua/ru/news/6732/>
7. Яку медтехніку слід мати вдома? Аптека Life. 2019. URL : <https://apteka.life/novosti/kakuu-medtehniku-sleduet-imet-doma>
8. Головні помічники при лікуванні ЛОР-захворювань. Медтехніка. 2021. URL : <https://www.medtechnika.com.ua/articles-and-reviews/glavnye-pomoschniki-pri-lechenii-lor-zabolevanij.html>
9. Як правильно слідкувати за здоров'ям за допомогою домашньої медтехніки. 2020. URL : <https://gorlovka.ua/news/article/18737/>
10. Медтехніка: яку потрібно мати вдома? Медтехніка в Україні. 2019. URL : <https://ortop.ua/stati/medtehnika-kakuu-nuzhno-imet-doma/>
11. Як слідкувати за здоров'ям у домашніх умовах. Med36. URL : <https://med36.com/article/872>

Шереметьєва Альона Юрїївна – студентка групи БМІ-216, факультет інформаційних електронних систем, Вінницький національний технічний університет.

Науковий керівник Штофель Дмитро Хуанович – канд. тех. наук, доцент, доцент кафедри біомедичної інженерії та оптико-електронних систем, Вінницький національний технічний університет.

Sheremetieva Aliona Yu. – student of Faculty of Information Electronic Systems, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia.

Scientific supervisor Shtofel Dmytro Kh. – Cand. Sc. (Biomedical Engineering), Associate Professor at the Department of Biomedical Engineering and Optoelectronic Systems, Vinnytsia National Technical University.