

JENIS PEMERIKSAAN SETIAP KUMPULAN UMUR

Kumpulan Umur

18-24

25-39

40-49

50 dan ke atas



Lelaki

Kegemukan atau Obesiti (setiap tahun)

Mengukur ketinggian dan berat badan untuk mengira Indeks Jisim Tubuh (BMI) atau ukuran lilitan pinggang.

Tekanan Darah Tinggi (setiap dua tahun)

Mengukur tekanan darah.

Kencing manis (setiap tiga tahun)

Pemeriksaan darah semasa berpuasa bagi mengesan kencing manis.

Kolesterol Darah Tinggi (setiap tiga tahun)

Pemeriksaan darah semasa berpuasa dilakukan bagi mengesan kolesterol tinggi.

Barah Kolorektal

Pemeriksaan barah kolorektal boleh dilakukan menerusi dua cara:

1. Ujian Najis Imunokimia (Faecal Immunochemical Test, atau FIT) (setiap tahun)
2. Pemeriksaan kolonoskopi (Setiap 10 tahun).



Wanita

Kegemukan atau Obesiti (setiap tahun)

Mengukur ketinggian dan berat badan bagi mengira Indeks Jisim Tubuh (BMI) atau ukuran lilitan pinggang.

Tekanan Darah Tinggi (setiap dua tahun)

Mengukur tekanan darah.

Barah Pangkal Rahim (setiap tiga tahun)

Pap smear ialah ujian mudah bagi memeriksa apakah terdapat perubahan sel tidak normal di serviks.

Kencing manis (setiap tiga tahun)

Ujian darah semasa berpuasa bagi mengesan kencing manis.

Kolesterol Darah Tinggi (setiap tiga tahun)

Ujian darah semasa berpuasa bagi mengesan kolesterol tinggi.

Barah Buah Dada (setiap tiga tahun)

Ujian mamogram (X-ray buah dada) bagi memeriksa barah buah dada.

Barah Kolorektal

Pemeriksaan barah kolorektal boleh dilakukan menerusi dua cara:

1. Ujian Najis Imunokimia atau Faecal Immunochemical Test (FIT) (setiap tahun)
2. Pemeriksaan kolonoskopi (Setiap 10 tahun)

Nota: Pemeriksaan kesihatan boleh bermula pada usia lebih awal atau dijalani lebih kerap jika seseorang itu mempunyai faktor risikonya. Doktor anda orang paling sesuai memberi nasihat berhubung jenis pemeriksaan yang perlu anda lakukan.

Lungsurilah laman web www.screenforlife.sg untuk maklumat lanjut mengenai pemeriksaan kesihatan