

Las mujeres y atención regular

Las mujeres deben recibir un frotis de PAP 3 años después de actividad sexual y anualmente después de eso. El frotis de PAP busca cambios en el cerviz para prevenir el desarrollo de cáncer. Este examen incluirá un examen del seno.

Desde la edad 50, o más pronto si tiene un pariente (padre o hermano/a) quién tuvo cáncer del seno, las mujeres deben recibir los mamogramas cada 1-2 años. También los mamogramas deben ser hechos para mujeres que encontró una masa u otra anomalía en el seno para ayudar de determinar si el problema representa cáncer del seno o no.

Mencione cualquier duda o cambio en su salud en cada visita.

Los hombres y atención regular

Los hombres deben recibir los exámenes de próstata cada 2 de 3 años entre las edades de 20 y 30 años. A la edad de 40 años, los hombres deben recibir un examen de próstata cada año, o más frecuentemente si hay una historia de cáncer en la familia. El examen de próstata busca cambios en la próstata para prevenir el cáncer.

Mencione cualquier duda o cambio en su salud en cada visita.



415 East Ohio St., Suite 300
Pittsburgh, PA 15212
412-456-1877

www.consumerhealthcoalition.org

Gracias al PA Medical Society por hacer posible esta publicación.



Mantener buena salud: Exámenes físicos anuales y lo que debe saber



¿Por qué son importantes los exámenes físicos?



-Los exámenes físicos ayuda en la prevención de problemas de salud en el futuro por descubrir problemas antes. Además, durante el examen, el medico se preguntará sobre la historia medica familiar. Si su familia tiene una historia de cierta enfermedad, su doctor puede darle información en como minimizar el riesgo.

-La información recibida en el examen será usada para seguir cualquier cambio en su salud luego.

-Los exámenes regulares le permite la oportunidad desarrollar una relación mejor con su doctor. Esto es el momento para preguntarle cualquier pregunta o duda que tiene sobre su salud.

-Si tiene problemas médicos crónicos, como asma o diabetes, los exámenes físicos regulares ayudará asegurar que los problemas son bien controlados.

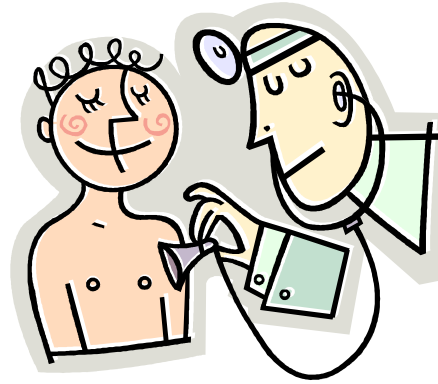
Lo que debe traer al examen

1. Una lista de preguntas que tiene para el doctor
2. Una lista de las medicamentos que está tomando, incluyendo el dosis y a qué hora las toma
3. Una historia de las vacunas colocadas, incluso cuáles y cuándo se colocó
4. Los nombres de los doctores que ha visto y los registros médicos
5. Una historia de tratamiento urgente, cirugías, o hospitalizaciones



Lo que debe anticipar en el examen

- Papeles. Este preparado para llenar papeles sobre toda su historia médica, los medicinas que está tomando, y tratamiento en el pasado.
- Un examen físico del todo cuerpo. El médico se examinará de la cabeza al pie.
- La corazón, los pulmones, los ojos, las orejas, la nariz, y la boca. También el doctor puede analizar su sangre si es necesario.
- Preguntas. El medico se preguntará preguntas especificas sobre su salud, como su dieta, actividad sexual, y practicas del ejercicio. Cuenta los eventos grande de la vida, incluso si son temas sensibles porque son importantes en su salud mental también.



¿Cada cuanto debo ir para un examen físico?



Se recomienda que todos van al doctor por lo menos una vez por año. **Si no tiene seguro médico, llame al Consumer Health Coalition al 412-456-1877, ext. 205 para buscar una clínica gratis o barata para recibir un examen físico.** Se habla español.