

CalOptima Health

قائمة التحقق من الصحة الخاصة بالبالغين

ما يجب معرفته قبل زيارة العافية السنوية الخاصة بك

هل تعلم أنه يمكنك تقليل فرص إصابتك بمرض مزمن وتحسين نوعية حياتك؟ قم بدور فعال في صحتك من خلال جدولة زيارة العافية السنوية الخاصة بك اليوم!

فيما يلي قائمة بالفحوصات والاختبارات الصحية الشائعة التي قد يطلبها طبيبك. راجع القائمة وأسأله طبيبك إذا كانت هذه مناسبة لك.

متى أحتاجه؟ (التاريخ)	مكتمل؟ (اختر المربع)	زيارة العافية السنوية
	<input type="checkbox"/>	الفحص البدني والمراجعات: <ul style="list-style-type: none"> <input checked="" type="checkbox"/> التاريخ الصحي <input checked="" type="checkbox"/> مؤشر كتلة الجسم <input checked="" type="checkbox"/> التوجيهات المسبقة <input checked="" type="checkbox"/> الطول و الوزن <input checked="" type="checkbox"/> ضغط الدم
متى أحتاجه؟ (التاريخ)	مكتمل؟ (اختر المربع)	اللقاحات (الجرعات)
	<input type="checkbox"/>	الانفلونزا (flu)
	<input type="checkbox"/>	COVID-19
	<input type="checkbox"/>	المكورات الرئوية
	<input type="checkbox"/>	الكتاز الخناق والسعال الديكي (Tdap)
	<input type="checkbox"/>	التطاقي (القوباء المنطقية)
	<input type="checkbox"/>	اللقاحات الأخرى (أسأل طبيبك عن الجرعات الأخرى التي قد تحتاجها)

كشف: المعلومات للأغراض التعليمية فقط ولا تحل محل المشورة الطبية المتخصصة. إذا كان لديك أي أسئلة، يرجى الإتصال بطبيبك.
لا تحتاج إلى إرسال قائمة التحقق هذه إلى CalOptima Health. يرجى الاحتفاظ بها لسجلاتك.

متى أحتاجه؟ (التاريخ)	مكتمل؟ (اختر المرئي)	فحوصات لمساعدة طبيبك على متابعة حالتك الصحية:
	<input type="checkbox"/>	سرطان عنق الرحم (مسحة عنق الرحم) للبالغين الذين تتراوح أعمارهم بين 21 إلى 65 عاماً والذين لديهم عنق الرحم
	<input type="checkbox"/>	سرطان الثدي (تصوير الثدي بالأشعة السينية) للنساء من عمر 50 إلى 74 عاماً (النساء تحت سن 50: تحدي مع طبيبك)
	<input type="checkbox"/>	سرطان القولون لدى البالغين الذين تتراوح أعمارهم بين 45 إلى 75 عاماً
	<input type="checkbox"/>	سرطان الرئة لدى البالغين الذين تتراوح أعمارهم بين 50 إلى 80 عاماً والذين لديهم تاريخ من التدخين المفرط

متى أحتاجه؟ (التاريخ)	مكتمل؟ (اختر المرئي)	إذا كنت مصاباً بمرض السكري، اسأل طبيبك عن هذه الاختبارات:
	<input type="checkbox"/>	الهيماجلوبين A1C فحص السكر التراكمي (HbA1C)
	<input type="checkbox"/>	فحص شبكة العين (للكشف عن المشاكل المتعلقة بمرض السكري)
	<input type="checkbox"/>	الادرار (الفحص البروتين)
	<input type="checkbox"/>	الكوليسترول الضار
	<input type="checkbox"/>	القدم (للكشف عن المشاكل المتعلقة بمرض السكري)

متى أحتاجه؟ (التاريخ)	مكتمل؟ (اختر المرئي)	قد يوصي طبيبك بهذه الفحوصات والاختبارات:
	<input type="checkbox"/>	الكوليسترول
	<input type="checkbox"/>	الأسنان
	<input type="checkbox"/>	هشاشة العظام
	<input type="checkbox"/>	السمع
	<input type="checkbox"/>	فحوصات العيون الروتينية
	<input type="checkbox"/>	سكر الدم الصائم
	<input type="checkbox"/>	الفحوصات المخبرية الخاصة بحالتك الصحية (اسأل طبيبك عن تلك التي تحتاجها)
	<input type="checkbox"/>	الاصابات المنقلة جنسياً (STIs)



لمزيد من المعلومات ، اتصل بخدمة العملاء على الرقم المجاني (TTY 711) 1-888-587-8088 ، من الاثنين إلى الجمعة ، من الساعة 8 صباحاً حتى 5:30 مساءً لدينا موظفين يتحدثون لغتك. يرجى زيارتنا على www.caloptima.org/healthandwellness