

Sistematski pregled djece, mladih i odraslih - obični, prošireni i menadžerski



Sistematski pregled (engl. *periodic health examination*) definira se kao liječnički pregled koji se provodi u pripadnika odabrane skupine ljudi **s ciljem procjene cjelokupnog zdravstvenog stanja pojedinca** (potpuno zdrav ili bolestan) **i utvrđivanja prisutnosti čimbenika rizika za razvoj bolesti.**

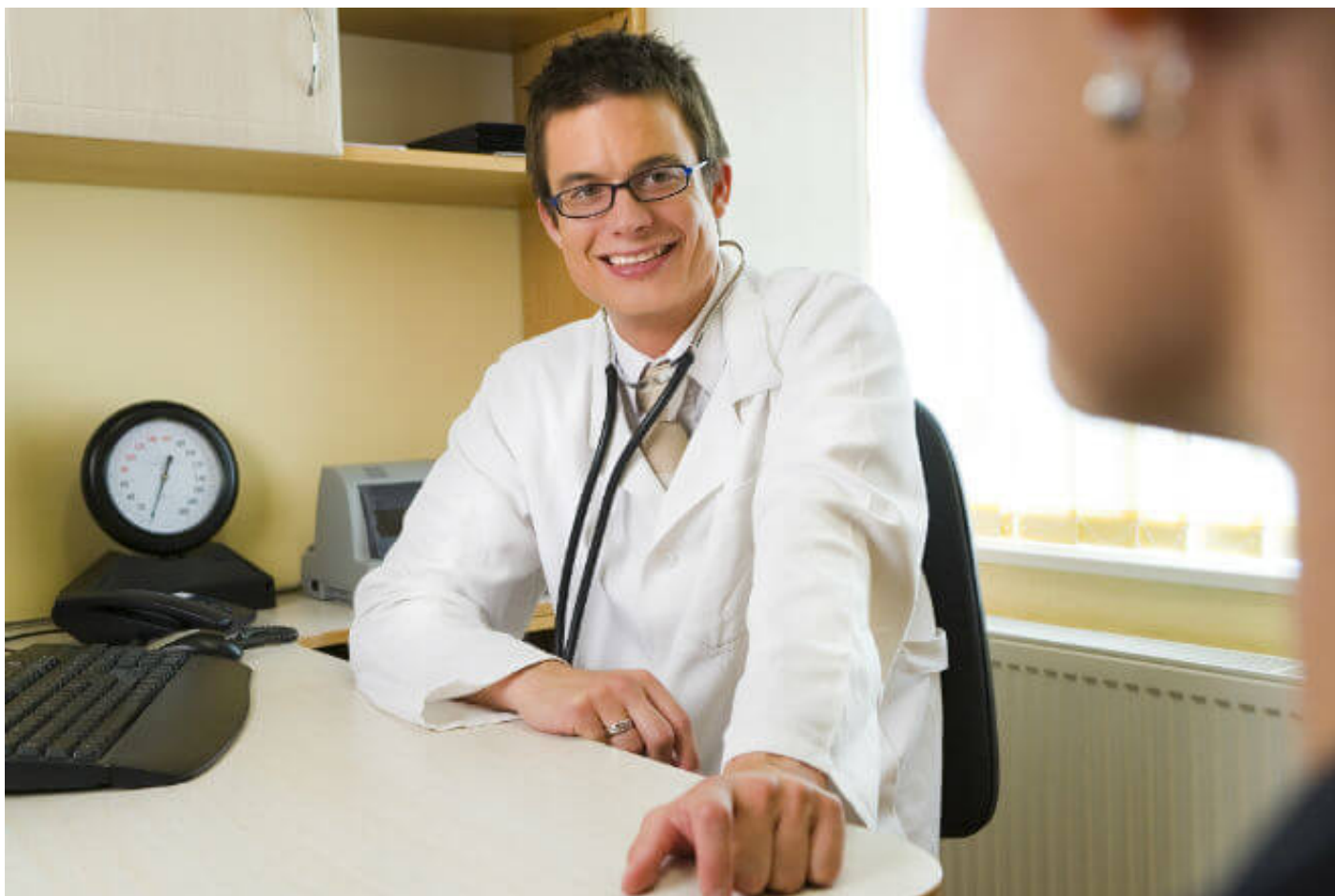
Kompletan sistematski pregled, za razliku od kliničkog pregleda ima unaprijed definiranu populaciju u koje će se provoditi pregled, kao i cilj – koji poremećaj ili bolest se želi otkriti. U pravilu, sistematskom pregledu se podvrgava velik broj osoba koje nemaju zdravstvene tegobe.

Kompletan sistematski pregled preventivni je pregled pojedinca koji se pregledava „od glave do pete“ s ciljem otkrivanja bolesti u ranom stadiju nastanka.

Kompletan sistematski pregled djece i mladih u Hrvatskoj je obavezan i pokriven je osnovnim zdravstvenim osiguranjem, a sistematski pregled odraslih ovisi o dobroj volji pojedinca ili zahtjevima poslodavca.

Sistematski pregled može biti:

- **opći pregled** (redoviti godišnji ili periodički) – pregled svih organskih sustava te određene dijagnostičke i laboratorijske pretrage za određenu dob, spol i zanimanje,
- **kontrolni pregled** – po potrebi, za dokazivanje ili odbacivanje sumnje na bolest,
- **ciljani pregled** – usmjeren na jednu bolest ili organski sustav.



Sistematski pregled djece i mladih

U Hrvatskoj, kompletan sistematski pregled djece i mladih provodi se u okviru primarne zdravstvene zaštite i **pokriven je osnovnim zdravstvenim osiguranjem**. Sistematski pregled djece i mladih provodi se s ciljem ranog otkrivanja bolesti te pripada u **preventivnu medicinu**. Otkriti problem na vrijeme i liječiti ga od početka svakako je najbolji mogući pristup liječenju.

Prvi sistematski pregled je **pregled novorođenčeta** odmah po rođenju – radi se **probir na fenilketonuriju, hipotireozu i oštećenje sluha**. Sistematski **pregled**

dojenčeta obuhvaća i **probir na razvojnu displaziju kuka**. Tijekom sistematskog pregleda provodi se i **obavezno cijepljenje** u Hrvatskoj.

Tijekom **sistematskog pregleda dojenčeta i male djece** bilježe se brojni podaci:

- tjelesni rast,
- uhranjenost,
- dojenje ili nadomjesci za majčino mlijeko,
- psihomotorni razvoj,
- vid,
- sluh,
- govor,
- oralno zdravlje,
- procijepljenost,
- provedba profilakse rahitisa (vitamin D) i anemije (željezo).

Kada dijete krene u školu, sistematski pregledi provode se u nadležnosti školske medicine. Tijekom školovanja sistematski pregled obavlja se:

- **prije upisa u prvi razred osnovne škole** – utvrđivanje psihofizičkog razvoja, socijalne i emocionalne zrelosti,
- u **petom razredu** osnovne škole – praćenje psihofizičkog razvoja i prilagodbe na predmetnu nastavu,
- u **osmom razredu** osnovne škole – utvrđivanje zdravstvenog stanja i sposobnosti s obzirom na odabir zvanja i najpogodnijeg srednjoškolskog obrazovanja,
- u **prvom razredu srednje škole** – utvrđivanje zdravstvenih rizika i rizičnih ponašanja te prilagodbe na srednju školu,
- na **prvoj godini studija** – kontrola zdravstvenog stanja, utvrđivanje zdravstvenih rizika, rizičnih ponašanja i prilagodbe na studij.



Sistematski pregledi dojenčadi, male djece i školske djece uglavnom su **opći sistematski pregledi**. Sastavni dio ovih pregleda je procjena važnih karakteristika djeteta:

- mjerenje tjelesne visine i tjelesne mase, izračunavanje indeksa tjelesne mase (BMI),
- mjerenje arterijskog tlaka,
- procjena vida, probir na daltonizam,
- procjena sluha,
- probir na [skoliozu](#) (zakrivljenost kralježnice, test pretklona),
- probir na [gušavost](#) (uvećanu štitnjaču),
- procjena spolnog razvoja (po Tanneru),
- auskultacija srca i pluća,
- procjena ponašanja, socijalizacije i prilagodbe na školu i školski uspjeh,
- poteškoće s učenjem (npr. zbog [dislalije](#), [disgrafije](#) i [disleksije](#)),
- procjena rizičnih navika i ponašanja (alkohol, pušenje, spolno ponašanje),
- procjena mentalnog zdravlja.

Cijepljenje i zdravstveni odgoj (npr. edukacija o mentalnom i reproduktivnom zdravlju, rizičnim ponašanjima) mogu se provoditi u sklopu sistematskih pregleda ili kao zasebne preventivne aktivnosti.

Većina zdrave djece će liječnika školske medicine pamti isključivo po cijepljenju. Djeca koja boluju od kroničnih bolesti (npr. [epilepsija](#), [astma](#), [cerebralna paraliza](#), psihoze...) bit će u većem doticaju s liječnicima školske medicine jer oni prate njihovu bolest i procjenjuju utječe li bolest na rad u školi i školski uspjeh.

Svrha sistematskog pregleda djece je pratiti zdravstveno stanje djeteta i uočiti moguće probleme kako bi ih na vrijeme liječili.

Podatci dobiveni iz redovitih sistematskih pregleda učenika služe za procjenu zdravlja populacije školske djece i mladih u Hrvatskoj te za usporedbu s drugim zemljama.



Sistematski pregled odraslih

Sistematski pregled odraslih **nije obavezan**, a hoće li netko pristupiti sistematskom pregledu ovisi prvenstveno o radnom mjestu, zahtjevima poslodavca i dobroj volji pojedinca.

Kardiovaskularne bolesti (bolesti srca i krvnih žila – npr. [srčani udar](#), infarkt miokarda) vodeći su uzrok smrti, što ne čudi ako bolje promotrimo čimbenike rizika koje ih pospješuju. Maligne bolesti (karcinomi, rak) su druge prema učestalosti i smrtnosti.

Kardiovaskularne bolesti - rizični čimbenici su:

- povišene masnoće u krvi (povišen kolesterol i trigliceridi),
- povišen arterijski tlak ([arterijska hipertenzija](#)),
- pušenje,
- prekomjerna konzumacija alkohola,
- šećerna bolest (dijabetes tip 2),
- debljina i pretilost (nezdrava, nepravilna i neuravnotežena prehrana),
- sjedilački način života (nedovoljno kretanje),
- stres.

S obzirom na to da **u Hrvatskoj svaka druga osoba umire zbog kardiovaskularnih bolesti**, razumjet ćete koliko je važno uočiti rizične čimbenike za nastanak ovih bolesti prije nego nastanu. Rizik raste eksponencijalno što je više rizičnih čimbenika prisutno (dva plus dva u medicini nije četiri).

Iako svi ljudi u pravilu znaju važnost kretanja, pravilne prehrane i izbjegavanja pušenja, najteže je promijeniti vlastite navike i ponašanja. **Nekima će tek razgovor s liječnikom biti presudan u donošenju odluke o promjeni životnog stila i izabiranju zdravog načina života.** Ni Vi ne bi ostali ravnodušni ako Vam npr. liječnik izračuna 15 puta veći rizik od smrti od srčanog udara u sljedećoj godini (u odnosu na pojedinca Vašeg spola i dobi koji nema rizične čimbenike), zar ne?

Učestalost zloćudnih tumora kod muškaraca:

1. Rak pluća
2. [Rak prostate](#)
3. [Rak debelog crijeva](#)

Učestalost zloćudnih tumora kod žena:

1. Rak dojke
2. [Rak debelog crijeva](#)

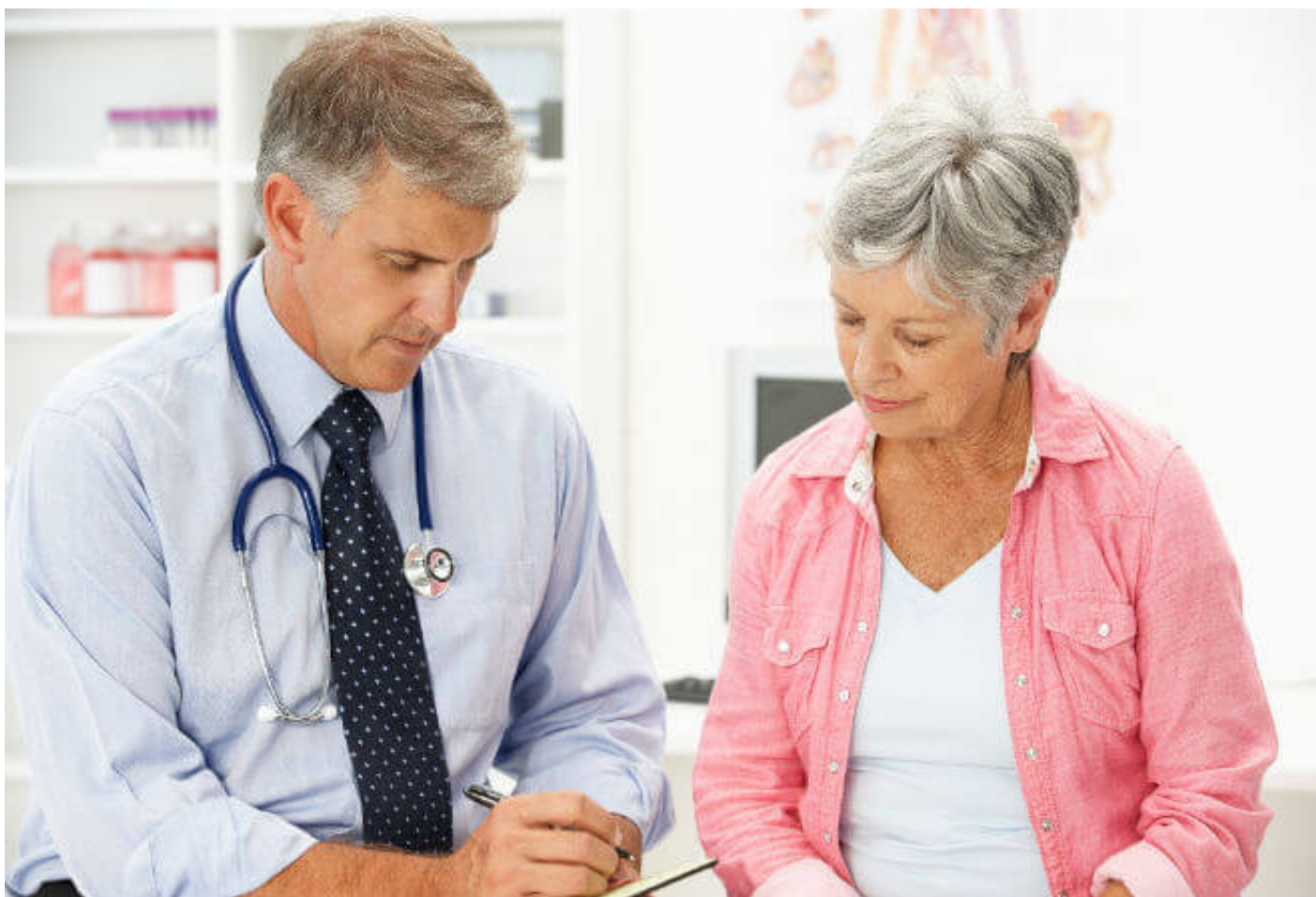
3. Rak pluća

Uspjeh liječenja i prognoza maligne bolesti prvenstveno ovisi o **pravovremenom otkrivanju bolesti**. Tumor koji je lokaliziran samo na jednom mjestu, malen u volumenu i može se odstraniti operacijom uvijek ima najbolje preživljenje.

S obzirom na to da **maligni tumori ne stvaraju nikakve simptome u ranoj fazi bolesti** (dok su mali i lokalizirani na jednom mjestu) ili su simptomi izrazito suptilni (npr. umor), **redoviti sistematski pregledi su glavno oruđe u pravovremenom otkrivanju raka**.

Sistematske preglede je preporučeno obaviti **jednom godišnje ili jednom u dvije godine**, ovisno o dobi i zdravstvenom stanju pojedinca.

Spriječiti bolest i liječiti bolest u ranoj fazi mnogo je učinkovitije i jeftinije !



Sistematski pregled za žene - osnovni, prošireni i menadžerski

Sistematski pregled žena može biti osnovni, prošireni i menadžerski.

Osnovni sistematski pregled za žene

Osnovni sistematski pregled za žene obuhvaća sljedeće pretrage:

- laboratorijske pretrage: SE, KKS, GUK, kolesterol, trigliceridi, bilirubin, AST, ALT, GGT, kreatinin, kompletan urin,
- [EKG](#) s očitanjem,
- [UZV abdomena](#),
- pregled ginekologa - [PAPA test](#), ginekološki ultrazvuk,
- UZV dojki za žene mlađe od 40 godina ili mamografija za žene starije od 40 godina,
- pregled interniste sa zaključkom.

Prošireni sistematski pregled za žene

Prošireni sistematski pregled žena sastoji se od nekoliko dijelova:

- laboratorijska dijagnostika – kompletna krvna slika (KKS), sedimentacija eritrocita (SE), CRP, natrij, kalij, kalcij, glukoza u krvi (GUK), kreatinin, urea, bilirubin, lipidogram (ukupni kolesterol, HDL kolesterol, LDL kolesterol, trigliceridi), [jetreni enzimi](#) (ALT, AST, GGT, ALP), analiza urina,
- hormoni štitnjače – T3, T4, TSH, ultrazvuk štitnjače,
- RTG srca i pluća (prema indikaciji liječnika),
- ginekološki pregled – osnovni ginekološki pregled i [PAPA-test](#) (probir na rak vrata maternice), ginekološki ultrazvuk,
- ultrazvuk dojki ili [mamografija](#) (probir na rak dojke),
- gastroenterološki pregled – [ultrazvuk abdomena](#),
- Hemokult test - analiza stolice na okultno krvarenje (probir na [rak debelog crijeva](#)),
- kardiološki pregled – [EKG](#),
- pulmološki pregled – [spirometrija](#),
- pregled oftalmologa,
- mjerenje gustoće kostiju – denzitometrija (probir na osteoporozu) za žene starije od 40 godina,
- pregled interniste sa zaključkom – mjerenje tlaka, fizikalni pregled glave, srca, pluća, trbuha i ekstremiteta uz razgovor i upoznavanje osobe.

Menadžerski sistematski pregled za žene

Menadžerski pregled za žene obuhvaća sljedeće pretrage:

- laboratorijska dijagnostika – kompletna krvna slika (KKS), sedimentacija eritrocita (SE), CRP, natrij, kalij, kalcij, glukoza u krvi (GUK), kreatinin, urea, bilirubin, lipidogram (ukupni kolesterol, HDL kolesterol, LDL kolesterol, trigliceridi), [jetreni enzimi](#) (ALT, AST, GGT, ALP), analiza urina, željezo (Fe), UIBC, TIBC
- hormoni štitnjače – T3, T4, TSH, ultrazvuk štitnjače,
- RTG srca i pluća (prema indikaciji liječnika),
- ginekološki pregled – osnovni ginekološki pregled i [PAPA-test](#) (probir na rak vrata maternice), ginekološki ultrazvuk,
- ultrazvuk dojki ili [mamografija](#) (probir na rak dojke),
- gastroenterološki pregled – [ultrazvuk abdomena](#),
- Hemokult test - analiza stolice na okultno krvarenje (probir na [rak debelog crijeva](#)),
- [tumorski markeri](#) - [CEA](#) (rak probavnog sustava), CA 19-3 (rak dojke),
- kardiološki pregled – [EKG](#),
- [ergometrija](#) / UZV srca po indikaciji liječnika,
- pulmološki pregled – [spirometrija](#),
- pregled oftalmologa,
- mjerenje gustoće kostiju – denzitometrija (probir na osteoporozu) za žene starije od 40 godina,
- color doppler krvnih žila vrata (karotida) – procjena cirkulacije mozga, prevencija [moždanog udara](#),
- pregled madeža dermatoskopom,
- pregled fizijatra za žene starije od 40 godina,
- pregled interniste sa zaključkom – mjerenje tlaka, fizikalni pregled glave, srca, pluća, trbuha i ekstremiteta uz razgovor i upoznavanje osobe.



Sistematski pregled za muškarce

Sistematski pregled muškarca može biti osnovni, prošireni i menadžerski.

Osnovni sistematski pregled za muškarce

Osnovni sistematski pregled za muškarce obuhvaća:

- laboratorijske pretrage: SE, KKS, GUK, kolesterol, trigliceridi, bilirubin, AST, ALT, GGT, kreatinin
kompletan urin,
- [EKG](#) s očitanjem,
- [UZV abdomena](#),
- pregled urologa - uzv testisa, uzv urotrakta
- pregled interniste sa zaključkom.

Prošireni sistematski pregled za muškarce

Prošireni sistematski pregled za muškarce sastoji se od nekoliko dijelova:

- laboratorijska dijagnostika – kompletna krvna slika (KKS), sedimentacija eritrocita (SE), CRP, natrij, kalij, kalcij, glukoza u krvi (GUK), kreatinin, urea, bilirubin, lipidogram (ukupni kolesterol, HDL kolesterol, LDL kolesterol, trigliceridi), jetreni enzimi (ALT, AST, GGT, ALP), analiza urina,
- hormoni štitnjače – T3, T4, TSH, ultrazvuk štitnjače,
- RTG srca i pluća (prema indikaciji liječnika),
- gastroenterološki pregled – [UZV abdomena](#),
- Hemokult test - analiza stolice na okultno krvarenje (probir na [rak debelog crijeva](#))
- kardiološki pregled – [EKG](#),
- pulmološki pregled – [spirometrija](#),
- pregled oftalmologa,
- test na PSA (prostata specifični antigen) – probir na [rak prostate](#) za muškarce starije od 40 godina,
- urološki pregled – ultrazvuk prostate i ultrazvuk urotrakta za muškarce starije od 40 godina,
- pregled interniste sa zaključkom – mjerenje tlaka, fizikalni pregled glave, srca, pluća, trbuha i ekstremiteta uz razgovor i upoznavanje osobe.

Menadžerski sistematski pregled za muškarce

Menadžerski sistematski pregled muškaraca sastoji se od:

- laboratorijska dijagnostika – kompletna krvna slika (KKS), sedimentacija eritrocita (SE), CRP, natrij, kalij, kalcij, glukoza u krvi (GUK), kreatinin, urea, bilirubin, lipidogram (ukupni kolesterol, HDL kolesterol, LDL kolesterol, trigliceridi), [jetreni enzimi](#) (ALT, AST, GGT, ALP), željezo (Fe), UIBC, TIBC, analiza urina,
- hormoni štitnjače – T3, T4, TSH, ultrazvuk štitnjače,
- RTG srca i pluća (prema indikaciji liječnika),
- gastroenterološki pregled – [UZV abdomena](#),
- [tumorski markeri](#) – [CEA](#) (rak probavnog sustava),
- Hemokult test - analiza stolice na okultno krvarenje (probir na [rak debelog crijeva](#))
- kardiološki pregled – [EKG](#),
- [ergometrija](#) / UZV srca po indikaciji liječnika,
- pulmološki pregled – [spirometrija](#),
- pregled oftalmologa,
- color doppler krvnih žila vrata (karotida) – procjena cirkulacije mozga, prevencija [moždanog udara](#),
- pregled fizijatra,

- pregled madeža dermatoskopom
- test na PSA (prostata specifični antigen) – probir na [rak prostate](#) za muškarce starije od 40 godina,
- urološki pregled – ultrazvuk prostate i ultrazvuk urotakta za muškarce starije od 40 godina,
- pregled interniste sa zaključkom – mjerenje tlaka, fizikalni pregled glave, srca, pluća, trbuha i ekstremiteta uz razgovor i upoznavanje osobe.

Sistematski pregled - cijena

Cijena sistematskog pregleda u privatnim poliklinikama ovisi o količini pretraga koje su uključene u paket. Ovdje ćemo navesti dostupne cijene za neke privatne poliklinike. Sistematski pregled - akcije su često dostupne na njihovim stranicama i raznim portalima.

Sistematski pregled - Sunce, cijene su:

- osnovni sistematski pregled za muškarce 1200 kn,
- osnovni sistematski pregled za žene 1400 kn,
- menagerski sistematski pregled za muškarce 2500 kn,
- menagerski sistematski pregled za žene 3000 kn,
- prošireni menagerski sistematski pregled za muškarce 3500 kn,
- prošireni menagerski sistematski pregled za žene 4000 kn.

Sistematski pregled Nemetova - poliklinika Aviva, cijene su:

- sistematski paket Biram zdravlje 698 kn,
- sistematski pregled - individualni osnovni za muškarce 1055 kn,
- sistematski pregled - individualni osnovni za žene 1365 kn,
- sistematski pregled - individualni prošireni za muškarce 1900 kn,
- sistematski pregled - individualni prošireni za žene 2100 kn.