

PROFIL 50+

• ALAT(Alaninaminotransferază); • ASAT(Aspartataminotransferaza); • Colesterol total; • Colesterol HDL; • Colesterol LDL; • Trigliceride; • Lipide totale;	• Uree; • Urina biochimie; • Urina sediment; • Hemoleucograma; • VSH; • Creatinina; • Hemoglobina glicată; • Glucoza.
--	---

Înaintarea în vârstă: Cum ne pregătim pentru schimbările ce se produc în organism?

Toate persoanele atât femeile cât și bărbații după vârsta de 50 de ani intră într-o fază a vieții când au loc mai multe schimbări.

La bărbați una dintre acestea este reducerea producerii hormonilor masculini, în special testosteronul care declanșează o serie de schimbări la nivelul întregului organism cum ar fi scăderea masei musculare și înlocuirea țesutului adipos subcutanat.

Aceasta înseamnă nu doar așa numita burtă, dar vorbim de grăsimea viscerală, cunoscută și sub denumirea de grăsime „ascunsă” care este depozitată adânc în abdomen. Totodată are loc și procesul de depunere a plăcilor de grăsime pe peretele vaselor sangvine.

Femeile simt cu mult mai intens criza vârstei de 50 de ani pentru că trec prin schimbări hormonale importante. Intervine menopauza, care demulte ori este însoțită de indispoziții, anxietate, disconfort psihic și fizic. Menopauza presupune stoparea funcției ovariene prin încetarea secreției hormonilor sexuali feminini(progesteron si estrogen), dar și a funcției ovulatorii.

Toate acestea la un loc reprezintă un factor major în dezvoltare unor patologii cum ar fi :

- Hipertensiunea arterială;
- Stenocardie-boală care este caracterizată prin simptome de disconfort sau dureri de diferită intensitate în cutia toracică, senzații de greutate, apăsare în piept în timpul efortului fizic sau emoțional;
- Infarct miocardic;
- Accident cerebro-vascular(insult);

Totodata, după vârsta de 50 de ani crește riscul de dezvoltare a diabetului zaharat, ceea ce impune o revizuire a stilului de viață.

Specialiștii din sănătate recomandă persoanelor după vârsta de 50 de ani să țină cont de următoarele:

- Să adopte o alimentație echilibrată;
- Să limiteze fumatul și consumul de alcool;
- Să practice plimbările în aer liber;
- Să monitorizeze regulat parametrii importanți ai sănătății.