

## Esami del sangue e delle urine al CDI di Varese: il segreto di una prevenzione semplice ma efficace

**Pubblicato:** Lunedì 7 Ottobre 2024



La medicina di laboratorio è fondamentale per la prevenzione, permettendo di monitorare facilmente parametri chiave attraverso esami del sangue e delle urine. **Questi test forniscono un quadro accurato del nostro stato di salute, spesso rilevando patologie prima della comparsa dei sintomi.**

Anche i controlli più semplici possono fare la differenza tra una vita sana e una complicata da malattie evitabili. Grazie alla diagnostica precoce, possiamo intervenire tempestivamente, adattando la prevenzione alle esigenze specifiche in base a sesso ed età, e migliorare così la qualità della vita, sempre sotto la guida del proprio medico di medicina generale.

### **Under 40: impostare la prevenzione oggi per stare bene domani**

Per chi ha meno di 40 anni, la prevenzione è fondamentale per mantenere **una buona qualità della vita nel lungo termine**. In questa fascia d'età, le problematiche più comuni includono **disturbi metabolici e malattie infettive**.

Se abbiniamo al **controllo del peso** e alla **cessazione del fumo di sigaretta** il controllo periodico di **colesterolo, trigliceridi e glicemia** abbiamo già un'ottima base per tenere sotto controllo il rischio di sviluppare le malattie cardiovascolari e il diabete, mentre l'analisi della funzionalità tiroidea può aiutare a prevenire disordini ormonali.

**Nelle donne in età fertile** è utile monitorare i **livelli di ferro** per evitare carenze, soprattutto in presenza di cicli mestruali abbondanti, mentre **negli uomini** può essere utile un controllo dei **livelli di testosterone** per valutare la salute endocrina.

Chi è più giovane ha più frequenti **comportamenti sessuali a rischio** di malattie infettive: gli esami per le malattie sessualmente trasmissibili sono raccomandati per entrambi i sessi.

## Tra i 40 e i 60: ridurre i fattori di rischio

Superata la soglia dei 40 anni, il **rischio di malattie croniche aumenta significativamente**. Colesterolo, glicemia, e pressione arteriosa devono essere monitorati regolarmente per prevenire problemi cardiaci e metabolici.

**Le donne**, in particolare, dovrebbero fare attenzione alla **transizione verso la menopausa, con controlli mirati alla salute ossea** (densitometria ossea e livelli di calcio e vitamina D) per prevenire l'osteoporosi. Anche l'assetto ormonale merita attenzione, poiché l'equilibrio ormonale cambia drasticamente in questa fase.

**Gli uomini**, d'altra parte, in questa fase della vita dovrebbero sottoporsi a **esami periodici del PSA** (antigene prostatico specifico) per prevenire problemi alla prostata, comuni con l'avanzare dell'età.

## Over 65: longevità in salute

**Nella terza età**, la medicina di laboratorio diventa cruciale per monitorare lo stato di salute generale, tenere sotto controllo le malattie croniche e prevenirne le complicanze.

**Il controllo della funzione renale, della funzione epatica e della glicemia** permettono di tenere sotto controllo condizioni come insufficienza renale e diabete, spesso silenti ma pericolose.

Inoltre, il **monitoraggio costante dei livelli di vitamina D, calcio, e funzionalità ossea** è essenziale per prevenire le fratture, particolarmente comuni nelle persone anziane. Infine, la valutazione della **funzione tiroidea e della pressione arteriosa** restano importanti per individuare eventuali disfunzioni metaboliche e cardiovascolari.



## Il Punto prelievi CDI di via Pirandello a Varese

Gli esami vengono effettuati **nella sede di via Pirandello 31 a Varese, piano rialzato del Centro Medico SME.**

Per maggiori info <https://www.cdi.it/sede/varese-punto-prelievi-pirandello/>

Redazione VareseNews  
[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)