

- Examenul medical de bilant

- Controalele medicale periodice fac parte din serviciile medicale asigurate de medicul de familie și au loc astfel:
- pentru copiii 0-2 ani - la externarea din maternitate, la o lună, la 2 luni, la 4 luni, la 6 luni, la 9 luni, la 12 luni, la 15 luni și la 18 luni;
- pentru copiii 2-18 ani anual
- pentru adulți - între 18 și 39 ani o dată la trei ani pentru cei fără FR și anual pentru cei cu FR prezenți, peste 40 de ani anual, în luna de naștere a pacientului sau în cursul aceluiași trimestru.

- După prima vizită a medicului la nou-născutul sănătos, acesta este încadrat într-un program de urmărire sistematică bazat pe examene de bilanț periodice.
- Fiecare examen de bilanț va consta în: anamneză, examen clinic global, efectuarea unor investigații minime în raport cu specificul grupei respective. Se vor face recomandări pentru unele teste de screening, regim de viață, consiliere pentru factorii de risc și vaccinări.
- Examenul de bilanț se încheie cu o concluzie asupra stării de sănătate a pacientului.

- **Grupa 0-10 ani**
- **A. Interventii in populatia generala**
- **Screening**
- Greutatea și înălțimea la naștere
- Tensiunea arterială
- Nivelul fenilcetonuriei (la naștere)
- T4 / TSH (la naștere)
- Pentru hemoglobinopatie (la naștere)
- Pentru retinopatia prematurului
- Pentru hipoacuzie la nou-născuții cu risc (surditate familială, prematuritate, suferință la naștere)
- Testarea vederii (la 3-4 ani)
- **Dieta si exercitii fizice**
- Promovarea alimentației la sân
- Formule îmbogățite cu fier
- Limitarea grăsimilor și colesterolului
- Menținerea balanței calorice cu accent pe fructe și legume
- (peste 2 ani)
- Activitate fizică regulată
- Evitarea folosirii unor substanțe (fumat pasiv)

- **Consiliere**

- Prevenirea accidentelor:
- folosirea scaunului de siguranță a copilului în mașină (< 5 ani)
- folosirea centurii de siguranță (>5 ani)
- cască de protecție pentru bicicliști
- evitarea mersului pe bicicletă în apropierea traficului
- oprirea focului în timpul somnului
- evitarea apei fierbinți
- protejarea ferestrelor și scărilor cu grilaje
- păstrarea în condiții de siguranță a medicamentelor, substanțelor toxice, chibriturilor
- Cursuri de educație pentru părinți

- **Sanatate dentara**

- Vizite periodice la stomatolog
- Spălatul sistematic pe dinți
- Tratatamentul sistematic al cariilor dentare

- **Imunizări**

- Vaccinare BCG
- Vaccinare DTP
- Vaccinare AP
- Vaccinare ROR
- Vaccinare anti-haemophilus influenzae tip B
- Vaccinare AHB
- Vaccinare antivaricelă

- **B. Interventii pentru populatia cu risc**
- Prematuritate sau greutate mică la naștere
- Hemoglobină / hematocrit
- Copii care provin din mame cu infecție HIV
- Testare HIV
- Populație cu domiciliu flotant / imigranți
- Hemoglobină / hematocrit, PPD
- Conacți TBC
- PPD
- Călătorii in țări tropicale
- Vaccinări specifice
- Fluorinarea inadecvată a apei
- Suplimentarea zilnică cu fluor
- Familii cu istoric de cancer al pielii
- Evitarea expunerii la soare / folosirea de soluții protectoare

- **C. Cele mai frecvente cauze generatoare de deces**
- • cauze cu origine perinatală
- • anomalii congenitale
- • sindromul morții subite
- • accidente

- **Grupa 11-24 ani**
- **A. Interventii in populatia generala**
- **Screening**
- Înălțime, greutate
- Tensiune arterială
- Testul pentru chlamidia (femei < 20 ani)
- Testul Papanicolau
- Serologie pentru rubeolă sau vaccinare (fete > 12 ani)
- **Dietă și exerciții**
- Limitarea consumului de grăsimi
- Menținerea unei balanțe calorice echilibrate
- Accent pe fructe și legume
- Consum suficient de calciu (pentru femei)
- Activitate fizică regulată



- **Sănătate dentară**
- Controale regulate la serviciul de stomatologie
- Spălarea dinților cu pastă fluorurată
- **Imunizări**
- Rapel pentru:
- DT (11-16 ani)
- AHB
- ROR (11-13 ani)
- **Consiliere**
- Prevenirea accidentelor
- Centură de siguranță
- Cască pentru bicicliști și motocicliști
- Evitarea fumatului
- Siguranța păstrării armelor de foc
- Evitarea abuzului de substanțe
- Evitarea conducerii mașinii și a inotului după consum de alcool
- Prevenirea bolilor cu transmitere sexuală
- Contracepția sarcinilor nedorite

- **B. Interventii in populatia cu risc**
- Comportament sexual cu risc
- Testare VDRL, HIV, gonoree, chlamidia
- Consum de droguri
- VDRL HIV. vaccinare AHB
- Contacti TBC
- MRF, PPD
- Transfuzii de sânge
- HIV, markeri pentru hepatite B și C
- Persoane instituționalizate sau care lucrează în laboratoare
- Vaccinare AHB, antigripală, testare PPD
- Antecedente de sarcină cu risc crescut pentru defecte de tub neural
- Administrare de acid folic
- Apa insuficient fluorinată
- Suplimentare zilnică cu f/uor

- **C. Cauzele cele mai frecvente de deces**
- • accidente
- • omucidere, sinucidere
- • neoplasme
- • boli cardiace

- **Grupa 25-64 ani**
- **A. Interventii inpopulatia generala**
- **Screening**
- TA
- Talie și greutate
- Colesterol seric (bărbați 35-65 de ani, femei 45-65 de ani)
- Test Papanicolau
- Test hemocult (> 50 de ani)
- Examenul clinic al sânilor, mamografie
- Evaluarea consumului de alcool
- Serologie / vaccinare antirubeolică (femei in perioada fertilă)
- **Consiliere**
- Abandonul fumatului
- Interzicerea consumului de droguri
- Evitarea / limitarea consumului de alcool
- Limitarea consumului de grăsimi, colesterol și menținerea balanței calorice echilibrate
- Accent pe consumul de fructe, legume și cereale
- Consum adecvat de calciu
- Activitate fizică regulată

- **Prevenirea accidentelor**
- Centură de siguranță
- Cască de protecție (bicicletă, motocicletă)
- Detectoare de fum
- Siguranța manevrării și păstrării armelor
- **Comportament sexual**
- Prevenirea BTS
- Evitarea comportamentului sexual riscant
- Mijloace contraceptive pentru evitarea sarcinilor nedorite
- **Chimioprofilaxie**
- Administrare de multivitamine și acid folic femeilor în perioada fertilă
- Profilaxie hormonală la femei în pre- și postmenopauză
- **Imunizări**
- Rapel la DT
- Anti rubeolă la femei în perioada fertilă
- **Sănătate dentară**
- Consulturi stomatologice periodice
- Spălatul corect pe dinți

- **Grupa peste 64 ani**
- **A. Interventii in populatia generala**
- **Screening**
- TA
- Talie si greutate
- Hemocult si/ sau sigmoidoscopie
- Mamografie ± examen clinic al sanilor (femei ≤ 69 ani)
- Test Papanicolau
- Screening al vederii
- Evaluarea problemelor consumului de alcool
  
- **Consiliere**
- Oprirea fumatului
- Evitarea consumului de alcool in timpul conducerii auto, inotului, etc.
- Dieta: aport adecvat de calciu (la femei) scaderea consumului de grasimi saturate si colesterol
- Activitate fizica regulate

- **Imunizari**
- Vaccinarea antipneumococica
- Vaccinarea antigripala
- Vaccinarea DT – rapel
  
- **Chimiprofilaxie**
- profilaxie hormonală la femei aflate la menopauză

- **B. Interventii in populatia cu risc**

- Comportament sexual riscant
- Testare VDRL, gonoree, HIV, chlamidia
- Injectare de droguri
- Testare VDRL, HIV, hepatită B
- Contacti TBC
- MRF, PPD
- Zone inundabile
- Vaccinare AHA
- Transfuzii de sânge
- Screening pentru HIV, hepatită B și C
- Persoane instituționalizate sau categorii profesionale expuse
- Vaccinare AHB, antigripală, testare PPD
- Antecedente de sarcină cu risc pentru defecte de tub neural
- Administrare de acid folic
- Zone gușogene
- Administrare de iod



- **Femeile insarcinate**
- **A. Interventii in populatia generala**
- **Screening**
- **Prima vizită**
- Măsurarea TA
- Determinarea Hb /Ht
- AgHBs
- VDRL
- Screening pentru chlamidia
- Serologie pentru infecția rubeolică sau vaccinare
- Screening pentru sindrom Down (> 13 săptămâni) sau amniocenteză (15-18 săptămâni, vârstă > 35 de ani)
- Oferta pentru markeri multipli de testare (15-18 săptămâni)
- Testare HIV
- Aprecierea riscului privind consumul de alcool
- Urocultură (12-16 săptămâni)

- **Consiliere**
- Oprirea fumatului; efectele fumatului pasiv
- Alcool sau alte droguri
- Nutriție - incluzând un aport adecvat de calciu și fier
- Încurajarea alăptatului
- Purtarea centurii de siguranță / folosirea scaunului de siguranță pentru copil
- Prevenirea BTS
- **Chimioproftlaxie**
- Administrarea de multivitamine cu acid folic

- **B. Interventii in populatia cu risc**
- Comportament sexual cu risc
- Screening pt. chlamidia, gonoree, HIV, AgHBs  
VDRL
- Transfuzii de sânge / manevre sângerânde
- Testare HIV, AgHBs
- Femei Rh negative
- Ac anti D (24-28 săptămâni)
- Risc pentru sindrom Down
- Oferta pt. CVS – chorionic villus sampling (trim. III)  
/ amniocenteză
- Pericol de sarcină cu defect de tub neural
- Acid folic 5 mg/zi / amniocenteză

- **Situatii in care medicul trebuie sa ramana in alerta**
- Sugar și copil mic(> 3 ani)
- Semne și simptome de hipoacuzie
- Sugar și copil
- Defecte de vedere (strabism)
- Copii
- Evitarea unor carii precoce, malocluzie dentară, pierderea prematură a molarilor de lapte, dinți strâmbi și tulburări de masticație
- Adolescenți
- Curburi patologice ale coloanei vertebrale
- Adolescenți, adulți tineri, persoane cu risc crescut pentru depresie
- Sindrom depresiv, tentative de suicid
- Fumători, consumatori de alcool
- Semne și simptome de cancer
- Vârstnici, fumători, diabetici
- Simptome de arteriopatie obliteranta membre inferioare
- Vârstnici
- Modificări ale performanțelor fizice și psihice
- Populația generală
- Leziuni ale pielii cu caracteristici maligne
- Variate forme de violență familială
- Semne și simptome datorate abuzului de droguri
- Semne datorate neîngrijirii dinților: carii, inflamație gingivală, căderea dinților