



zoī LIFE

Liste des examens

SOMMAIRE

p. 2	Bilan du stress oxydatif	p. 7	DEXA Scan
	Bilan cardiovasculaire		Scanner CBCT
	Bilan nutritionnel		Scanner de la rétine et du nerf optique (OCT)
p. 3	Bilan des neurotransmetteurs		Électrocardiogramme
	Bilan physiologique et psychologique du stress		Tensiomètre
	Bilan hématologique et immunitaire	p. 8	Force de préhension
p. 4	Bilan vitaminique		Analyse des gaz expirés
	Bilan inflammatoire et électrophorèse des protéines		Spirométrie
	Marqueurs tumoraux		Dépistage tonal
	Bilan viral et bactérien		Acuité visuelle
p. 5	Bilan endocrinien	p. 9	Examen clinique 360°
	Bilan hépatique		Antécédents personnels et familiaux
	Bilan rénal et urologique		Bilan du sommeil
	Bilan de l'équilibre hydrominéral		Bilan de l'activité physique
p. 6	Échographie vasculaire	p. 10	Bilan dermatologique
	Échographie cervicale		Bilan de la santé sexuelle
	Échographie abdominale		Bilan de l'exposition aux polluants
	Échographie pelvienne		

BILAN DU STRESS OXYDATIF

Le profil du stress oxydatif offre une fenêtre sur l'équilibre fragile entre les radicaux libres et les antioxydants dans le corps, reflétant ainsi la santé cellulaire et le risque potentiel de maladies chroniques. En évaluant les niveaux de coenzyme Q10, de cuivre, de zinc, de GPX, de SOD, de sélénium et d'autres marqueurs, les médecins peuvent anticiper les risques associés à un stress oxydant élevé, notamment les maladies cardiovasculaires, le diabète, le cancer et les maladies neurodégénératives.

Biologie

- Pouvoir antioxydant total
- Pouvoir antioxydant calculé
- Pouvoir antioxydant mesuré
- Glutathion peroxydase (GPX)
- Superoxyde dismutase (SOD)
- Coenzyme Q10
- Zinc
- Sélénium
- Cuivre
- Rapport Cuivre sur Zinc
- Homocystéine
- Anticorps anti-LDL oxydées IgG
- 8OH-D Guanosine
- Rapport 8OH-D Guanosine sur Créatinine

BILAN CARDIOVASCULAIRE

Le profil cardiovasculaire permet une évaluation détaillée de la fonction cardiaque en détectant les signes précoces de détresse myocardique (le muscle cardiaque) ou d'insuffisance cardiaque. En mesurant notamment le NT-pro-BNP (N-terminal pro-B-type natriuretic peptide), un marqueur clé de la surcharge ventriculaire, il est possible d'identifier un risque accru d'événements cardiaques majeurs. Cette approche permet de dépister précocement des affections telles que l'infarctus du myocarde, l'insuffisance cardiaque ou certaines cardiomyopathies à un stade silencieux, facilitant ainsi une prise en charge précoce et personnalisée.

Biologie

- NT-pro-BNP (N-terminal pro-B-type natriuretic peptide)

BILAN NUTRITIONNEL

Le bilan nutritionnel repose sur le croisement des données liées au dosage exhaustif des nutriments (lipides, acides gras, glucides et protéines) et à l'évaluation approfondie des habitudes et préférences alimentaires.

Son analyse permet d'évaluer de manière extrêmement granulaire l'état nutritionnel d'un individu, fournissant des informations capitales sur son régime alimentaire et sa santé métabolique telles que par exemple :

- La qualité des graisses qu'il consomme, offrant des indications sur le risque de maladies cardiovasculaires et métaboliques.
- Sa capacité à réguler le sucre dans le sang, offrant des indices sur le risque de diabète et de dysfonctionnement métabolique.
- Ses potentielles réactions alimentaires retardées sur la base des aliments auxquels il peut être sensible.

Biologie

- Glycémie à jeun
- Hémoglobine A1c (HbA1c)
- Résistance à l'insuline (HOMA)
- Index QUICKI
- Estimation glycémie moyenne
- Glycosurie
- Triglycérides
- Cholestérol total
- Cholestérol HDL
- Cholestérol LDL
- Cholestérol non HDL
- Triglycerides sur Cholestérol HDL
- Indice athérogénique
- Apolipoprotéine A1
- Apolipoprotéine B
- Rapport Apolipoprotéine A1 sur Apolipoprotéine B
- Lipoprotéine (a)
- Oméga-3 Totaux
- Oméga-6 Totaux
- Index oméga-3
- Index lipémie
- Index hémolyse
- Rapport AA/EPA
- Rapport oméga-6/oméga-3
- Acide gammalinoléique
- Acide dihomogammalinoléique
- Acide arachidonique
- Acide alphasélinoléique
- Acide eicosapentaénoïque
- Acide docosahexaénoïque
- Acide arachidonique
- Acide myristique
- Acide palmitique
- Rapport LN/DGLA
- Acide stéarique
- Acide palmitoléique
- Acide cis-vaccénique
- Acide oléique
- Acide eicosatriénoïque
- Acide eicosatriénoïque
- Acide trans-vaccénique
- Acide trans-palmitoléique
- Acide ruménique
- Acide élaïdique
- Acide linoléique conjugué 2 C18:2 (10t,12c)
- Acide linoléique conjugué 3 C18:2 (9 cis, 12 trans)

Anamnèse

- Évaluation de votre nutrition avec votre médecin

BILAN DES NEUROTRANSMETTEURS

Le bilan des neurotransmetteurs, comprend l'évaluation des niveaux de dopamine, d'adrénaline, de sérotonine et de noradrénaline, offrant un aperçu essentiel du fonctionnement du système nerveux et de la santé mentale d'un individu. Ce bilan est une clé essentielle pour comprendre le fonctionnement de son propre corps, jour après jour. En effet, acteurs majeurs dans la régulation de l'humeur, du stress, du sommeil, de l'apprentissage et de la mémoire, l'analyse des neurotransmetteurs permet d'identifier de potentiels déséquilibres pouvant contribuer à des troubles tels que la dépression, l'anxiété, les troubles du sommeil et les troubles de l'attention.

Biologie

- Dopamine
- 3,4-Dihydroxyphénylacétique (3,4 DOPAC)
- Acide homovanillique
- Méthoxy-4-hydroxyphénylglycol (MHPG)
- Acide vanillylmandélique (VMA)
- Sérotonine
- Acide 5-hydroxyindoleacétique (5-HIAA)
- Rapport Acide homovanillique sur Acide 5-hydroxyindoleacétique (HVA/5-HIAA)
- Adrénaline
- Noradrénaline

BILAN PHYSIOLOGIQUE ET PSYCHOLOGIQUE DU STRESS

Ce bilan permet d'établir de manière précoce la capacité de chacun à absorber le stress auquel il/elle est soumis(e), pour pouvoir adopter des mesures de gestion du stress, notamment en termes de mode de vie, permettant ainsi de maintenir un équilibre hormonal sain et de prévenir des problèmes de santé plus sérieux.

Il repose sur le croisement de plusieurs paramètres :

- Le dosage des concentrations en cortisol et en DHEA au cours de la journée, évaluant l'expression biochimique du stress dans l'organisme.
- L'analyse de la variabilité de la fréquence cardiaque (VFC), reflétant l'adaptabilité du système nerveux autonome, qui contrôle la réponse du cœur aux stress divers.
- L'évaluation du niveau de stress perçu, des symptômes émotionnels, des habitudes de sommeil, des relations interpersonnelles et des stratégies de gestion du stress.

Biologie

- Cortisol réveil
- Cortisol réveil + 30 min
- Rapport Cortisol réveil + 30 min sur Cortisol réveil (CAR)
- Cortisol 20h
- DHEAs 20h
- Rapport Cortisol 20h sur DHEAs 20h

- Rapport Cortisol réveil sur Cortisol 20h

Examens médico-techniques

- Variabilité de la fréquence cardiaque (VFC)

Anamnèse

- Evaluation du stress avec votre médecin

BILAN HÉMATOLOGIQUE ET IMMUNITAIRE

Le bilan hématologique et immunitaire évalue les éléments du sang et du système immunitaire tels que la NFS, les plaquettes, le fer, le zinc, etc. Ces analyses permettent de détecter des pathologies telles que l'anémie, les infections, certains déficits nutritionnels ou en immunoglobulines, qui peuvent affecter l'état de santé général.

Biologie

- Hémoglobine
- Hématocrite
- Érythrocytes
- Volume corpusculaire moyen (MCV)
- Concentration moyenne en hémoglobine corpusculaire (CCMH)
- Leucocytes
- Neutrophiles
- Mean Corpuscular Hemoglobin (MCH)
- Lymphocytes
- Neutrophile sur Lymphocytes
- Monocytes
- Eosinophiles
- Basophiles
- Plaquettes
- Volume plaquettaire moyen (MPV)
- Fer
- Capacité totale de fixation du fer (CTFF)
- % Saturation de la transferrine
- Ferritine
- Transferrine
- Rapport Fer sur Transferrine
- Zinc

BILAN VITAMINIQUE

Ce bilan permet de détecter de potentielles carences en vitamines B9, A, E, D, ou encore B12, susceptibles d'être à l'origine de troubles variés :

- La vitamine B9 est essentielle pour le développement cellulaire et peut prévenir des malformations congénitales.
- La vitamine A est vitale pour la santé des yeux.
- La vitamine E est clé pour la protection cellulaire contre les dommages oxydatifs.
- La vitamine D joue un rôle clé dans la santé osseuse et immunitaire, permet de prévenir l'ostéoporose et augmente la résistance aux infections.
- La vitamine B12 est cruciale pour la production de globules rouges et la fonction neurologique.

Biologie

- Vitamine A
- Vitamine B12
- Vitamine B9 (Folates)
- Vitamine D
- Vitamine E
- Vitamine E sur Cholestérol total

BILAN INFLAMMATOIRE ET ÉLECTROPHORÈSE DES PROTÉINES

Essentiels pour évaluer l'état inflammatoire du corps et la composition des protéines dans le sang, ils contribuent à dépister diverses pathologies telles que les maladies inflammatoires, les infections, les maladies auto-immunes, les maladies cardiovasculaires et hépatiques, ainsi que certains cancers.

Biologie

- | | | |
|----------------------|--|--|
| • Protéines totales | • Gamma globulines | • Acide hyaluronique |
| • Albumine | • Protéine C réactive (CRP) ultra-sensible | • Rapport Gamma-globulines sur Protéines totales |
| • Alpha-1 globulines | • Récepteur soluble de l'urokinase plasminogène activateur (suPAR) | |
| • Alpha-2 globulines | | |
| • Bêta globulines | | |

MARQUEURS TUMORAUX

Le bilan des marqueurs tumoraux consiste à doser certaines substances produites par l'organisme, ou par les cellules cancéreuses elles-mêmes, en réponse à un processus tumoral. Le marqueur ACE (antigène carcino-embryonnaire) est analysé. Bien que non spécifique, une élévation de ce marqueur peut orienter vers une surveillance ou un approfondissement diagnostique, notamment dans le cadre de certains cancers digestifs. Ce dosage s'interprète toujours en lien avec le contexte clinique et les autres examens biologiques et d'imagerie.

Biologie

- Antigène Carcino Embryonnaire (ACE)

BILAN VIRAL ET BACTÉRIEN

Ce bilan est essentiel pour détecter des infections causées par des agents infectieux tels que le virus d'Epstein-Barr (EBV), le cytomégalovirus (CMV), les virus de l'herpès simplex, le virus de l'hépatite C, le virus de l'immunodéficience humaine (VIH), le virus de l'hépatite B (HBV), l'infection à Chlamydia. L'analyse de ce bilan aide à identifier les pathogènes susceptibles d'être responsables de pathologies variées, allant de maladies bénignes comme la mononucléose à des affections plus sérieuses pouvant être causées par ces agents infectieux.

Biologie

- | | |
|------------------------------|---|
| • Virus Epstein-Barr (EBV) | • Virus de l'immunodéficience humaine (VIH) |
| • Cytomégalovirus (CMV) | • Virus Hépatite B (HBV) |
| • Virus Hèrpes simplex (HSV) | • Infection à Chlamydia |
| • Virus Hépatite C (HCV) | |

BILAN ENDOCRINIEN

Le bilan endocrinien évalue le fonctionnement de quatre axes principaux :

- Thyroïdien avec la mesure de la TSH, la T3 libre, la T4 libre, la T3 urinaire, l'iode.
- Surrénalien avec l'analyse de la prégnénolone et de la DHEA sulfate.
- Pancréatique avec l'insuline.
- Gonadique avec l'évaluation du niveau de testostérone, SHBG et de FSH.

Biologie

- | | | |
|---------------|--------------------------------|------------------------------|
| • TSH | • Iode | • % Testostérone libre |
| • T3 libre | • Prégnénolone | • Testostérone biodisponible |
| • T4 libre | • DHEA sulfate | • % Testostérone liée |
| • T3 urinaire | • Testostérone totale | • SHBG |
| • T3 totale | • Testostérone libre | • FSH |
| • Iodurie | • % Testostérone biodisponible | • Insuline |

BILAN HÉPATIQUE

Le bilan hépatique évalue la santé du foie en mesurant des marqueurs tels que les enzymes (SGOT, SGPT), la phosphatase alcaline, les gamma-GT et la bilirubine totale et directe. Des niveaux anormaux de ces marqueurs peuvent indiquer divers troubles hépatiques, tels qu'une hépatite, une stéatose hépatique ou encore une cirrhose.

Biologie

- | | |
|--------------------------|------------------------|
| • ASAT (SGOT) | • Bilirubine totale |
| • ALAT (SGPT) | • Bilirubine directe |
| • Phosphatases alcalines | • Bilirubine indirecte |
| • Gamma-GT | |

BILAN RÉNAL ET UROLOGIQUE

Le bilan rénal et urologique évalue la santé des reins et du système urinaire à travers des tests comme la créatinine, le calcul du DFG, la cystatine C, l'acide urique, la protéinurie, l'hématurie, la leucocyturie, le pH urinaire et le PSA.

Son analyse permet la détection précoce de pathologies telles que l'insuffisance rénale, la goutte, les infections urinaires ou encore le cancer de la prostate.

Biologie

- | | |
|----------------------|-----------------------------------|
| • Créatinine (sang) | • PSA libre |
| • Créatinine (urine) | • Rapport PSA libre sur PSA total |
| • eDFG (CKD-EPI) | • Protéinurie |
| • Cystatine C | • Hématurie |
| • Acide urique | • Leucocyturie |
| • PSA | • pH urinaire |

BILAN DE L'ÉQUILIBRE HYDROMINÉRAL

Le bilan de l'équilibre hydrominéral évalue les niveaux de sodium et de chlorures dans le corps, des électrolytes essentiels à de nombreuses fonctions physiologiques, comme la régulation de la pression osmotique, du pH sanguin et de la fonction musculaire. Diverses pathologies telles que la déshydratation, l'insuffisance rénale ou les déséquilibres hormonaux peuvent être à l'origine de déséquilibres électrolytiques pouvant entraîner des complications graves, comme des problèmes cardiaques, neurologiques ou rénaux.

Biologie

- Sodium
- Chlorures
- Potassium

ÉCHOGRAPHIE VASCULAIRE

L'échographie vasculaire permet d'examiner les vaisseaux sanguins de différentes parties du corps, à la recherche de sténoses, de plaques, de dilatations anormales appelées anévrismes, ou encore de dissections. Cette technologie permet également de mesurer la vitesse du flux dans les vaisseaux.

Elle permet de dépister des pathologies telles que l'artérite des membres inférieurs, les sténoses de la carotide, les maladies disséquantes et anévrismales.

Imagerie

- Carotide commune droite et gauche
- Carotide interne droite et gauche
- Aorte abdominale
- Fémorale commune droite et gauche

ÉCHOGRAPHIE CERVICALE

L'échographie cervicale permet d'examiner la thyroïde, les ganglions lymphatiques et d'identifier de potentielles anomalies, telles que des nodules thyroïdiens, des kystes ou des masses anormales.

Cet examen permet au médecin de diagnostiquer rapidement des pathologies telles que des maladies thyroïdiennes ou des infections des ganglions lymphatiques.

Imagerie

- Adénopathies
- Lobes thyroïdiens droit et gauche
- Isthme thyroïdien

ÉCHOGRAPHIE ABDOMINALE

L'échographie abdominale permet de visualiser le foie, la vésicule biliaire, les reins, la rate, le pancréas et les voies biliaires et de détecter des anomalies telles que des kystes, des calculs, des tumeurs ou des dilatations des voies biliaires. Elle permet par exemple de diagnostiquer des affections comme la lithiase biliaire, la cirrhose et certaines infections ou tumeurs abdominales.

Imagerie

- Rate
- Foie
- Voies biliaires
- Vésicule biliaire
- Graisse inter hépato-rénale
- Pancréas
- Épanchement abdominal
- Reins droit et gauche
- Hernie inguinale

ÉCHOGRAPHIE PELVIENNE

L'échographie pelvienne permet d'examiner l'utérus, les ovaires, la vessie et la prostate. Elle permet de détecter des anomalies sur ces organes telles que des kystes, des fibromes, des tumeurs, des liquides anormaux ou encore des infections.

Imagerie

- Vessie
- Épanchement de Douglas
- Utérus
- Ovaires
- Prostate

DEXA SCAN

Ce scan permet d'acquérir des images hautement informatives sur la structure osseuse et la composition corporelle :

- La densité minérale osseuse (en particulier celle de la colonne vertébrale et des hanches) est un paramètre crucial pour estimer le risque de fracture. Elle permet également de prévenir des pathologies liées au vieillissement telles que l'ostéoporose et la sarcopénie.
- La répartition de la masse grasse, de la masse maigre, ainsi que du tissu adipeux viscéral (TAV), du tissu adipeux sous-cutané (TAS), de la dépense énergétique au repos (DER) et de l'index musculaire squelettique (IMS) sont, eux, des indicateurs importants à suivre pour prévenir l'obésité, le diabète, les maladies cardiovasculaires, ainsi que les troubles métaboliques.

Imagerie

- Densité minérale osseuse (DMO)
- Contenu minéral osseux (CMO)
- Masse grasse
- Masse maigre
- Tissu Adipeux Viscéral (TAV)
- Tissu Adipeux Sous-cutané (TAS)
- Dépense Énergétique au Repos (DER)
- Index Musculaire Squelettique (IMS)

SCANNER CBCT

Grâce à sa capacité à produire des images tridimensionnelles de haute précision, le scanner CBCT offre aux médecins une visualisation détaillée des structures internes du corps.

Cette technologie, low dose, permet notamment de détecter diverses anomalies et pathologies, telles que des tumeurs pulmonaires, des sinusites et des infections dentaires profondes.

Imagerie

- Poumons
- Sinus
- Dents

SCANNER DE LA RÉTINE ET DU NERF OPTIQUE (OCT)

La Tomographie en Cohérence Optique (OCT), s'est imposée comme une technique de pointe pour l'examen de la rétine et du nerf optique, sans nécessiter de dilatation pupillaire. Grâce à sa haute résolution d'imagerie, elle offre une visualisation précise des tissus rétinien, permettant ainsi le diagnostic et le suivi de nombreuses affections oculaires telles que la dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA), le glaucome, etc.

Plus qu'un simple outil de dépistage des pathologies oculaires, l'OCT révèle des signes précoces de dysfonctionnement cellulaire rétinien jusqu'à 10 ans avant l'apparition de pathologies neurodégénératives et cardiovasculaires offrant ainsi un aperçu du vieillissement général et des risques potentiels pour la santé neurologique, cardiovasculaire et métabolique.

Imagerie

- Région maculaire
- Région papillaire
- OCT-A maculaire
- OCT-A papillaire

ÉLECTROCARDIOGRAMME

L'électrocardiogramme (ECG) est un outil essentiel en médecine pour évaluer la santé cardiaque. Réalisée avec un appareil de dernière génération, cette méthode enregistre l'activité électrique du cœur à travers de simples capteurs placés sur la peau, permettant de visualiser le rythme cardiaque et de détecter avec précision des anomalies telles que les arythmies, les infarctus du myocarde ou d'autres dysfonctionnements cardiaques.

TENSIOMÈTRE

La mesure de la pression artérielle est un indicateur clé du fonctionnement du cœur et des vaisseaux sanguins. Elle permet de détecter l'hypertension artérielle, souvent asymptomatique et silencieuse mais également facteur de risque important pour les maladies cardiaques, accidents vasculaires cérébraux et autres complications graves.

FORCE DE PRÉHENSION

Réalisée à l'aide d'un dynamomètre, cet examen mesure la force musculaire de la main et de l'avant-bras. Mais au-delà de la force musculaire, cette mesure sert également de baromètre pour la santé générale. Elle contribue notamment à l'évaluation des risques de maladies chroniques comme les maladies cardiovasculaires et le diabète.

ANALYSE DES GAZ EXPIRÉS

L'analyse des gaz expirés est une méthode diagnostique non invasive qui évalue les concentrations de différents gaz présents dans l'expiration, notamment l'hydrogène (H₂), le sulfure d'hydrogène (H₂S), l'oxyde nitrique (NO), ainsi que divers composés organiques volatiles (COV).

Cette technique permet de détecter des déséquilibres métaboliques et microbiens dans le tractus gastro-intestinal, fournissant ainsi des informations précieuses sur la santé digestive et le métabolisme. Une élévation de l'hydrogène expiré peut, par exemple, indiquer une malabsorption de certains hydrates de carbone, comme le lactose, tandis que des niveaux élevés de sulfure d'hydrogène peuvent être associés à des troubles gastro-intestinaux, tels que la maladie de Crohn ou le syndrome de l'intestin irritable. De même, des variations dans les niveaux d'oxyde nitrique peuvent être liées à des conditions inflammatoires ou infectieuses dans le tractus respiratoire ou digestif.

Biologie

- Dihydrogène (H₂)
- Sulfure d'hydrogène (H₂S)
- Composés organiques volatiles (COV)
- Oxyde nitrique (NO)

SPIROMÉTRIE

Cet examen permet de mesurer la quantité et la vitesse de l'air inhalé et expiré. Il fournit des informations essentielles sur la capacité pulmonaire, la fonction des voies respiratoires et la présence éventuelle de maladies pulmonaires obstructives ou restrictives. En analysant des paramètres tels que le volume expiratoire maximal en une seconde (VEMS), la capacité vitale forcée (CVF) et le rapport VEMS/CVF, la spirométrie permet de détecter des affections telles que l'asthme, la bronchopneumopathie chronique obstructive (BPCO), la fibrose pulmonaire ou les troubles de l'obstruction des voies respiratoires supérieures.

DÉPISTAGE TONAL

A travers l'exposition à des sons de différentes intensités et fréquences, cette procédure évalue la capacité à percevoir les sons à des niveaux considérés comme normaux. Les résultats ainsi obtenus sont déterminants pour identifier divers troubles ou perte auditive potentiellement due à l'exposition au bruit, aux infections, à la presbycousie ou à d'autres causes d'altérations de l'audition.

ACUITÉ VISUELLE

L'acuité visuelle est une mesure essentielle de la capacité d'une personne à percevoir les détails avec netteté et clarté, que ce soit de loin ou de près. Obtenue en testant la capacité d'une personne à distinguer des objets à différentes distances et tailles, à l'aide d'un tableau d'optotypes standardisés, l'acuité visuelle de loin est un indicateur important de la santé oculaire et de la qualité de la vision. L'acuité visuelle de près permet d'apprécier la capacité à voir nettement à courte distance, notamment lors de la lecture, grâce à une charte de lecture appelée planche de Parinaud. Une acuité visuelle réduite peut révéler des troubles fréquents tels que la myopie, l'hypermétropie, l'astigmatisme ou encore la presbytie, ainsi que des pathologies oculaires plus sévères comme la cataracte ou la dégénérescence maculaire. Elle constitue donc un indicateur clé de la santé oculaire et de la qualité de la vision.

EXAMEN CLINIQUE 360°

Réalisé par le médecin, l'examen clinique comprend un échange approfondi combiné à une série d'examens physiques avec palpations et auscultations exhaustives, visant à identifier les signes de maladies, de blessures ou de déséquilibres physiologiques. Cette évaluation holistique, couvrant tous les aspects du corps de manière approfondie, permet d'évaluer la santé cardiovasculaire, respiratoire, neurologique, musculo-squelettique, ainsi que des systèmes digestif, urinaire et endocrinien et de détecter précocement de potentiels de troubles médicaux.

Clinique

- Température
- Poids
- Tour de taille
- Examen buccal (gencive, aphtes, présence de bactéries : *Propionibacterium* acnes, *Fusobacterium* + *Porphyromonas gingivalis*)
- Examen des phanères (cheveux, ongles, poils)
- Examen oculaire
- Examen cutané (visage et corps)
- Examen des paires crâniennes
- Examen du cou
- Tour de cou
- Examen des clavicules
- Examen de la musculature (triceps, biceps, quadriceps)
- Examen des mains (y compris thénar et hypothénar)
- Examen cardiovasculaire (pouls)
- Examen abdominal
- Examen postural
- Examen des pieds
- Examen pulmonaire
- Examen des régions axillaires
- Examen des fosses lombaires
- Examen mammaire

ANTÉCÉDENTS PERSONNELS ET FAMILIAUX

L'analyse des antécédents constitue une pierre angulaire de l'évaluation médicale, visant à cerner le profil de risque d'un individu face à diverses pathologies. Cet examen exhaustif scrute les antécédents médicaux du patient ainsi que ceux de sa famille, mettant en lumière les facteurs de risque génétiques et environnementaux pouvant impacter sa santé comme par exemple les affections cardiovasculaires, le diabète, le cancer, les troubles neurologiques et bien d'autres.

Anamnèse

- Évaluation de vos antécédents personnels et familiaux avec votre médecin

BILAN DU SOMMEIL

Ce bilan analyse de manière exhaustive à la fois les habitudes de sommeil (durée et qualité) mais aussi au travers des méthodologies Epworth et STOP-BANG, la présence éventuelle de troubles sous-jacents tels que l'apnée du sommeil, l'insomnie ou le syndrome des jambes sans repos. Ces derniers pouvant augmenter significativement le risque de maladies cardiovasculaires, de troubles cognitifs ou de l'humeur, il est important de les détecter au plus tôt.

Anamnèse

- Évaluation de votre sommeil avec votre médecin

BILAN DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

L'évaluation détaillée de l'activité physique est une composante clé de l'analyse de la santé globale. Une activité insuffisante ou excessive, ainsi que des comportements sédentaires prolongés, augmentent significativement les risques de développer des problèmes de santé, tels que l'obésité, les maladies cardiovasculaires, le diabète de type 2 et les troubles musculo-squelettiques. Ce bilan permettra au médecin de vous recommander un plan d'activité physique personnalisé en terme de type d'exercice, fréquence, durée, intensité (zone d'effort et fréquence cardiaque).

Anamnèse

- Évaluation de votre activité physique avec votre médecin

BILAN DERMATOLOGIQUE

Ce bilan permet d'examiner la santé de la peau, des cheveux, et des ongles et de détecter les signes précoces de problèmes cutanés. Il repose sur le croisement d'un examen clinique avec l'analyse des antécédents médicaux cutanés, des habitudes de soins de la peau et des cheveux, l'exposition au soleil, les allergies cutanées, et les symptômes tels que les rougeurs, les démangeaisons, les lésions cutanées, ou autres anomalies.

En identifiant les facteurs de risque de maladies de la peau telles que l'eczéma, le psoriasis, les infections fongiques, les allergies cutanées et le cancer de la peau, le médecin pourra proposer des conseils préventifs personnalisés, des recommandations de soins de la peau, des cheveux et des ongles adaptées, et des dépistages réguliers pour prévenir les complications et promouvoir une santé dermatologique saine à long terme.

Clinique

- Examen clinique dermatologique avec votre médecin

BILAN DE LA SANTÉ SEXUELLE

Ce bilan permet de répondre de manière personnalisée aux besoins spécifiques de chacun tout au long des phases de leur vie sexuelle et reproductive.

Il inclut une prise en charge des transitions hormonales comme la ménopause chez les femmes et l'andropause chez les hommes, une revue des options de contraception, une analyse du cycle menstruel et un accompagnement au niveau de la fertilité dans le cadre d'un projet de parentalité.

Anamnèse

- Évaluation de votre santé sexuelle avec votre médecin

BILAN DE L'EXPOSITION AUX POLLUANTS

Ce bilan permet d'évaluer l'ensemble des sources potentielles de pollution auxquelles nous sommes exposés. De la pollution cosmétique, à la pollution domestique, alimentaire ou encore environnementale, tous les symptômes associés à ces expositions seront analysés. La pollution par les métaux lourds sera tout particulièrement analysée, afin de détecter d'éventuelles intoxications au mercure, à l'arsenic ou encore au nickel. Qu'elle soit due à la pollution atmosphérique, l'eau contaminée, des produits cosmétiques, des matériaux de construction domestiques ou encore à l'alimentation, l'exposition à ces substances toxiques peut entraîner des conséquences sanitaires graves, comme des troubles neurologiques, des maladies cardiovasculaires, des dysfonctionnements rénaux et hépatiques, ainsi que des troubles du développement chez les enfants.

Biologie

- Arsenic
- Nickel
- Mercure

Anamnèse

- Évaluation de votre exposition aux polluants avec votre médecin