

# WELLNESS

## — Check-ups

Your health is your greatest asset, and taking proactive steps to maintain it is key to living a long, vibrant life. A Wellness Check-Up is a comprehensive way to assess your overall health and catch any potential issues early. Below, we've outlined the important services included in a routine check-up and why they're essential for your well-being.

### Essential Health Screenings

#### Blood Pressure & Cholesterol Checks

Regular monitoring of your blood pressure and cholesterol levels helps prevent heart disease and stroke. High blood pressure often has no symptoms but can lead to severe complications, which is why it's important to get checked regularly.

#### Blood Sugar Levels

Routine blood sugar tests help detect early signs of diabetes. Catching this condition early can prevent complications like nerve damage, kidney disease, and cardiovascular issues.

#### Cancer Screenings (Breast, Prostate, Colon, Skin, etc.)

Early detection is crucial in cancer treatment. Regular screenings can help identify risks or signs of cancer before they develop into something more serious, increasing your chances of successful treatment.



### TB Testing & Immunizations

#### Tuberculosis (TB) Testing

TB is a contagious disease that can be life-threatening if not treated. Testing is essential, especially if you have recently traveled abroad, or have been in contact with individuals who may be at higher risk.

#### Vaccinations

Staying up to date with vaccines—like the flu shot, pneumonia vaccine, and others—helps protect you from preventable diseases and keeps your immune system strong, especially during cold and flu season.

### Cold & Cough Care

#### Persistent Cough or Sore Throat

While many coughs and sore throats are viral and resolve on their own, persistent symptoms could be a sign of something more serious like a bacterial infection, allergies, or even asthma. Early treatment helps prevent complications and speeds up recovery.

#### Cold & Flu Treatment

If you catch a cold or flu, timely treatment and care can reduce symptoms, help you recover faster, and prevent the illness from spreading to others. Our healthcare team can offer you guidance and prescribe medications to ease your symptoms.



### General Preventative Care & Assessments

#### Weight & Lifestyle Management

Maintaining a healthy weight through balanced eating and exercise lowers your risk of chronic conditions such as diabetes, hypertension, and heart disease. A wellness check gives you the opportunity to discuss your health goals and get personalized advice.

#### Vision & Skin Exams

Routine eye exams help detect conditions like glaucoma, cataracts, or vision loss, while skin checks can identify changes in moles or new growths that may be signs of skin cancer. Early detection can lead to more effective treatment.



**ELITE MEDICAL**  
Health & Wellness Center

*Healing Hands & Caring Hearts*

**Elite Medical Health & Wellness Center**  
21065 E Trimmer Springs Rd., Sanger, CA 93657  
559.554.1577  
[www.emhw.center](http://www.emhw.center)



PROVIDED BY:

*Elite*  
MEDICAL

# CHEQUEOS

## — De Bienestar

Tu salud es tu mayor activo, y tomar medidas proactivas para mantenerla es clave para vivir una vida larga y vibrante. Un chequeo de bienestar es una manera integral de evaluar tu salud general y detectar cualquier posible problema a tiempo. A continuación, hemos detallado los servicios importantes que incluye un chequeo rutinario y por qué son esenciales para tu bienestar.

### Exámenes de Salud Esenciales

#### Chequeos de Presión Arterial y Colesterol

El monitoreo regular de tu presión arterial y niveles de colesterol ayuda a prevenir enfermedades del corazón y accidentes cerebrovasculares. La presión arterial alta a menudo no presenta síntomas, pero puede llevar a complicaciones graves, por lo que es importante hacerse chequeos regularmente.

#### Niveles de Azúcar en Sangre

Las pruebas rutinarias de azúcar en sangre ayudan a detectar signos tempranos de diabetes. Detectar esta condición a tiempo puede prevenir complicaciones como daño a los nervios, enfermedades renales y problemas cardiovasculares.

#### Exámenes de Cáncer (Mama, Próstata, Colon, Piel, etc.)

La detección temprana es crucial en el tratamiento del cáncer. Los exámenes regulares pueden ayudar a identificar riesgos o señales de cáncer antes de que se conviertan en algo más grave, aumentando tus posibilidades de un tratamiento exitoso.



### Pruebas de Tuberculosis e Inmunizaciones

#### Pruebas de Tuberculosis (TB)

La tuberculosis (TB) es una enfermedad contagiosa que puede ser mortal si no se trata. Las pruebas son esenciales, especialmente si has viajado recientemente al extranjero o has estado en contacto con personas que podrían estar en mayor riesgo.

#### Vacunas

Mantenerse al día con las vacunas, como la vacuna contra la gripe, la vacuna contra la neumonía y otras, ayuda a protegerte de enfermedades prevenibles y mantiene tu sistema inmunológico fuerte, especialmente durante la temporada de frío y gripe.

### Cuidado para Resfriados y Tos

#### Tos Persistente o Dolor de Garganta

Aunque muchas tos y dolor de garganta son virales y desaparecen por sí solas, los síntomas persistentes podrían ser signo de algo más grave, como una infección bacteriana, alergias o incluso asma. El tratamiento temprano ayuda a prevenir complicaciones y acelera la recuperación.

#### Tratamiento para Resfriados y Gripe

Si te resfrías o contraes la gripe, un tratamiento oportuno puede reducir los síntomas, ayudarte a recuperar más rápido y prevenir que la enfermedad se propague a otras personas. Nuestro equipo de salud puede ofrecerte orientación y recetar medicamentos para aliviar tus síntomas.

### Cuidado Preventivo General y Evaluaciones

#### Manejo del Peso y Estilo de Vida

Mantener un peso saludable a través de una alimentación balanceada y ejercicio reduce el riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes, hipertensión y enfermedades del corazón. Un chequeo de bienestar te da la oportunidad de hablar sobre tus metas de salud y recibir consejos personalizados.

#### Exámenes de Vista y Piel

Los exámenes de vista rutinarios ayudan a detectar afecciones como el glaucoma, cataratas o pérdida de visión, mientras que los chequeos de piel pueden identificar cambios en los lunares o nuevos crecimientos que podrían ser señales de cáncer de piel. La detección temprana puede llevar a un tratamiento más efectivo.



**ELITE MEDICAL**  
Health & Wellness Center

*Healing Hands & Caring Hearts*

**Elite Medical Health & Wellness Center**  
21065 E Trimmer Springs Rd., Sanger, CA 93657  
559.554.1577

[www.emhw.center](http://www.emhw.center)



PROPORCIONADO POR:

*Elite*  
MEDICAL