

Women's Health Screenings and Exams

Taking care of yourself today is your key to a healthier, brighter tomorrow.

Women's health screenings and exams are your trusted allies in this journey. They're not just regular checkups; they're your partners in maintaining good health. These tests can catch problems even before they cause any symptoms, helping you stay on the path to better health.



If you're a woman between 18 and 39, below are some simple guidelines to keep you feeling your best. Talk with your primary care doctor to make sure you're up to date on what's right for you. It can make a world of difference.

- Blood pressure – once a year if your blood pressure is normal (120/80).
- Breast cancer – clinical breast exam every 3 years.
- Cervical cancer - women ages 21 to 29 should have a Pap test every 3 years. Women ages 30 to 65 should have a Pap test every 5 years.
- Diabetes - at least every 3 years. Testing in pregnancy after the 24th week.
- Hepatitis C - anyone at higher risk should be screened at routine exams.
- HIV – at routine exams and in all pregnant people.
- Obesity – at routine exams.
- Vision – at least one full exam in your 20s, and 2 in your 30s.
- STI (sexually transmitted infection) prevention – at routine exams.
- Skin cancer – at routine exams.
- Use of tobacco – at routine exams.



Contact Us Today

For more information, visit: equalityhealth.com



EQUALITY HEALTH

Exámenes y Exámenes de Salud de la Mujer

Cuidar de ti misma hoy es la clave para un mañana más saludable.

Las pruebas y exámenes de salud para mujeres son tus aliados de confianza en este viaje. No son simplemente chequeos regulares; son tus compañeros en el mantenimiento de una buena salud. Estas pruebas pueden detectar problemas incluso antes de que causen síntomas, ayudándote a mantener el rumbo hacia una mejor salud.



Si eres una mujer entre 18 y 39 años, a continuación te proporcionamos algunas pautas simples para que te sientas en tu mejor forma. Habla con tu médico de atención primaria para asegurarte de estar al día en lo que es adecuado para ti. Esto puede hacer una gran diferencia.

- Presión arterial: una vez al año si tu presión arterial es normal (120/80).
- Cáncer de seno: examen clínico de mama cada 3 años.
- Cáncer de cuello uterino: las mujeres de 21 a 29 años deben hacerse una prueba de Papanicolaou cada 3 años. Las mujeres de 30 a 65 años deben hacerse una prueba de Papanicolaou cada 5 años.
- Diabetes: al menos cada 3 años. Pruebas durante el embarazo después de la semana 24.
- Hepatitis C: cualquier persona en mayor riesgo debe hacerse la prueba en exámenes de rutina.
- VIH: en exámenes de rutina y en todas las personas embarazadas.
- Obesidad: en exámenes de rutina.
- Visión: al menos un examen completo en los años 20 y 2 en tus 30.
- Prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS): en exámenes de rutina.
- Cáncer de piel: en exámenes de rutina.



¿Necesitas más información?

Visita: equalityhealth.com