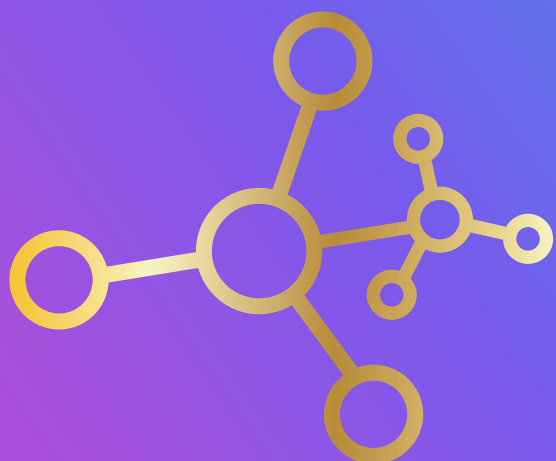


המכון לסקר, חיזוי ומניעה  
גישה חדשנית לניהול הבריאות שלך

**שיבא**  
תל השומר  
עיר הבריאות של ישראל







## המכון לסקר, חיזוי ומניעה: עכשיו בגישה חדשה, ממוקדת וחדשנית

רוח הקדמה שהוטמעה ב-DNA של שיבא מחייבת אותנו להמשיך ולחדש את שירותי המכון לסקר רפואי. עם השנים, הורחב המיקוד שלנו, לא רק למניעה ולאיתור מוקדם של מחלות אלא גם לחשיפת גורמים גנטיים וגורמי סיכון למחלות מורכבות וקריטיות.

כיום, עם כל ההתקדמות בתחום הרפואה, אנו לא רק מאריכים חיים - אנו משפרים את איכותם. השאיפה שלנו היא לא רק לספק רשימת המלצות, אלא ללוות את הנבדקים שלנו עם ייעוץ אישי של טובי המומחים ברפואה.

הרחבנו את מערך הבדיקות ואת מגוון השירותים שלנו, מתוך כוונה להעניק לכל נבדק ונבדקת חוויה אישית, **ליווי צמוד ושירות מקצועי שאין כמותו.**

## סקירה רפואית שנתית כוללת: ביקור אצל רופא פנימאי



- שאלון רפואי מורחב (יישלח טרם מועד הבדיקה השנתית)
- שיחה
- קבלת מידע רפואי
- בדיקה גופנית
- המלצות רפואיות
- שיחת סיכום בסיום יום הבדיקות

## ביקור אצל אחות



- אנמנזה ראשונית
- נטילת דם
- מדידת לחץ דם, בדיקת חדות ראייה, הרחבת אישונים
- שיחת סיכום בסיום יום הבדיקות

## בדיקות מעבדה



- ספירת דם
- תפקודי כבד
- סוכר (גלוקוז)
- פרופיל שומנים
- תפקודי כליות
- אלקטרוליטים
- חלבוני דם
- PSA (לגילוי מוקדם של סרטן הערמונית) - תלוי גיל
- CRP
- נוגדנים לאיידס (HIV) - על פי בקשת הנבדקים
- ברזל
- פריטין
- TSH
- ויטמין B12
- HbA1c - בדיקת המוגלובין מסוכרר (לאיתור נטייה לסוכרת)
- בדיקת שתן כללית (תרבית במידת הצורך, על פי הנחיה רפואית)
- בדיקת דם לרמה של ויטמין D

## בדיקת עיניים



- חדות ראייה
- בדיקת קרקעית
- לחץ תוך עיני (באמצעות מכשיר פאף-טונומטר)

## בדיקות לב



- הערכה קרדיאלית על ידי רופא סיקור הלב וביצוע א.ק.ג. במנוחה ובמאמץ (ארגומטריה)
- אקו מבוסס בינה מלאכותית - AISAP\*
- רופא ספורט
- אקו לב (אקוקרדיוגרפיה)\*
- הולטר לבבי\*

\*בהמלצה רפואית

## בדיקת BODY COMPOSITION



בדיקה של הרכב הגוף, שיעור המסה של השריר, השומן והעצב. זו בדיקה פשוטה וקצרה שמספקת מידע חשוב מעבר למשקל עצמו לשם המלצות לאורח חיים בריא.

## בדיקת סינון שמיעה



בדיקת שמיעה לשם אבחון ראשוני של ירידה בשמיעה.  
(תלוי גיל)

## רפואת הפה



בדיקה המבוצעת על ידי רופא מומחה ברפואת הפה, המיועדת לאיתור גידולים ונגעים טרום סרטניים בחלל הפה.  
(תלוי גיל)

## בדיקת קולונוסקופיה



סקירה לגילוי מוקדם של סרטן המעי הגס לה זכאים אחת לחמש שנים מעל גיל 50 (בהתאם להתוויות רפואיות). הבדיקה אינה מתבצעת ביום הסקה, אלא במועד נפרד (נדרשת לבדיקה הכנה מיוחדת).





## ייעוצים ובדיקות בירור (כלול במסגרת הסקירה השנתית וללא עלות נוספת)

- ייעוץ קרדיולוגי
- אקו לב במנוחה
- בדיקת הולטר קצב הלב במשך 24 שעות
- ייעוץ במרפאת הפרעות קצב ומרפאת אורטה, מסתמים ואי ספיקה
- ייעוץ אורתופדי - כולל צילומי רנטגן ספציפיים
- ייעוץ של מומחה לראומטולוגיה
- ייעוץ בכירורגיה כללית
- ייעוץ בכירורגיה של כלי דם
- ייעוץ רופא אף אוזן וגרון
- כולל בדיקת שמיעה במכון האודיולוגי
- ייעוץ מומחה אנדוקרינולוג
- ייעוץ פרוקטולוגי
- ייעוץ מומחה ללחץ דם - לרבות הולטר לחץ דם
- ייעוץ מומחה ריאות - לרבות בדיקת ספירומטריה
- ייעוץ של מומחה גסטרואנטרולוג
- יעוץ אלרגיה + טסטים (טסטים בתאום נפרד)
- ייעוץ מומחה לשומני דם
- ייעוץ המטולוגי
- ייעוץ תזונה על ידי דיאטנית קלינית המתמחה ברגישות למזון והפרעות בדרכי עיכול
- ליווי וייעוץ תזונתי - על פי בדיקות דם ומדדים מטבוליים, באמצעות שירות מקוון - השירות מתבצע על ידי צוות הדיאטניות של המכון
- בדיקת אורתופד לפציעות ספורט
- ייעוץ אורולוגי לרבות:
  - ציסטוסקופיה
  - בדיקת זרימת השתן
  - אולטרסאונד כליות ודרכי שתן
- ייעוץ ייחודי של דר' שלמה שגב, מומחה במחלות פנימיות, במצבים המחייבים בירור מקיף.
- אולטרא סאונד כליות ודרכי שתן\*

\*בהמלצה רפואית

## בדיקות לנשים



- ממוגרפיה\*
  - בדיקת שד על ידי כירורג/ית שד
  - אולטרסאונד שד לגילוי מוקדם של סרטן השד\*
  - בדיקה גינקולוגית
  - אולטרסאונד גינקולוגי
  - בדיקת HPV לאבחון מוקדם של סרטן צוואר הרחם
- (בדיקות ממוגרפיה ואולטרסאונד שד מומלצות החל מגיל 40 או בהמלצה רפואית בלבד)

## בדיקות צפיפות העצם



בדיקה זו מיועדת לנשים החל מגיל 50 או לאחר הפסקת וסת. הבדיקה מאפשרת לאמוד את צפיפות העצמות בגוף. תוצאות הבדיקה מזהות את קיומה של מחלת דלדול עצם ומנבאות את ההסתברות לשברים.

## איתור גידולים בעור



- בדיקת רופא/ת עור - סריקת עור חד-שנתית לאיתור גידולים

## בדיקות לבני ובנות 60 +



- בדיקת צפיפות עצם - לרבות גברים
  - אולטרסאונד של עורקי התרדמה בצוואר
  - אולטרסאונד של האאורטה הבטנית
- (הבדיקות הייחודיות יבוצעו במחזוריות של 3 שנים והן עשויות להתבצע בשני מועדים שונים).

## בדיקת הקונפוקל - אבחון מתקדם של סרטן עור



בדיקת מיקרוסקופיה קונפוקלית היא שיטת הדמיה בלתי פולשנית המשמשת לאבחון נגעי עור. הבדיקה מדמה ביופסיה עורית, אולם בשיטה אופטית וירטואלית. הבדיקה מאפשרת לרופא להגיע לדיוק גבוה באבחנה של נגעי עור ולקבוע את הטיפול המתאים.

## בדיקת CT חזה בקרינה נמוכה



הבדיקה מבטאת את מדד הסיכון בלב, שמצביע על נטייה לטרשת עורקים בלב ובו זמנית הבדיקה מאפשרת גילויים של גידולים בריאות.

## צנתור וירטואלי - CT עם חומר ניגוד



הבדיקה מדגימה את העורקים הכליליים בלב לשם אבחון טרשת עורקים.



## בדיקת צריכת חמצן מירבית (צח"מ, VO2max)

הדרך המדויקת ביותר להערכת סיבולת אירובית. הבדיקה שימושית במיוחד לרצים, רוכבי אופניים, טריאתלטים ושחיינים, בהם הפעילות היא ברובה אירובית ומתמשכת. הבדיקה מבוצעת על מסילה או אופניים נייחים תוך כדי מאמץ מתגבר. מדידה ישירה של כמות החמצן המירבית שאדם מצליח לנצל במהלך בדיקת מאמץ, מעידה מידת הכושר האירובי. בנוסף, הבדיקה מזהה את הסף האנאירובי של המתאמנים ומייעלת תכניות אימון.



## בדיקות גנטיות - בדיקה גנטית לגילוי הסיכון לחלות בסרטן

בבדיקה הגנטית נבדקת אפשרות של קיום מוטציות שכיחות ביהודים בגנים BRCA1 ו-2. נשאי הגן נמצאים בסיכון גבוה יותר לחלות בסרטן שד (לנשים) ולבלב וערמונית (לגברים). במקרה של גילוי המוטציה, ניתן לייצר תוכנית מעקב לגילוי מוקדם. אם תתגלה נשאות - תתקיים פגישה עם גנטיקאי.



## בדיקה פרמקוגנטית להתאמה אישית של טיפול תרופתי

בבדיקת דם ניתן לאפיין תגובה של כל נבדק ל-500 תרופות שאותן הוא עשוי לצרוך. בנוסף, יינתן מידע ליעילות כל תרופה ועל השפעת גומלין עם תרופות אחרות.



## בדיקת פיברוסקאן Fibroscan

פיברוסקאן היא בדיקת אולטרסאונד ייחודית, לא פולשנית, המודדת בעיקר את דרגת הצלקת בכבד (פיברוזיס) ואת כמות השומן בכבד (סטיאטוזיס). למי מיועדת הבדיקה? - במסגרת הסקר הבדיקה מיועדת במיוחד לאנשים עם כבד שומני ובמידה פחותה במחלת כבד על רקע אלכוהול, מחלות אוטואימוניות ופגיעה בדרכי המרה. תוצאות הבדיקה מספקות מידע נרחב על מצב הכבד ומאפשרות להעריך את התקדמות המחלה ואת התגובה לטיפול.



## חדש במכון - ביופסיה נוזלית (Liquid biopsy)

בדיקת דם פשוטה בה נבדקים מקטעים קטנים של DNA, שהשתחררו מתאי הגידול הסרטני לזרם הדם. לבדיקה פוטנציאל אבחוני של סרטן בהתהוותו כחלופה לביופסיה של הרקמה הגידולית. תוצאות הבדיקה יובהרו על-ידי אונקולוג במקרה של תשובה חיובית. המשך לבירור, אם יעלה הצורך, יבוצע במסגרת הסקר.



## בדיקת אפיצ'ק (EpiCheck) לזיהוי סרטן שלפוחית השתן ודרכי השתן

בדיקת שתן דיאגנוסטית לא פולשנית המשמשת לזיהוי סרטן בשלפוחית השתן המבוצעת במסגרת בדיקות הסקר. הבדיקה מיועדת לאנשים עם תסמינים המעוררים חשד לממאירות בשלפוחית השתן ויכולה לשמש תחליף לבדיקת הציסטוסקופיה הפולשנית.



\* בהמלצה רפואית

## בדיקת PHI - Prostate Health Index

בדיקת PHI היא בדיקת דם פשוטה שנועדה להעריך את הסיכון לקיומו של גידול ממאיר בערמונית. זו בדיקה מדויקת יותר מבדיקת PSA ועל כן יכולה לסייע בקבלת ההחלטה על הצורך בביצוע ביופסיה ואף לייתר אותה.



\* בהמלצה רפואית

## Sheba Longevity Medicine 3.0



החל משנת 2025 הוקם מרכז חדש בשיבא - Sheba Longevity Medicine 3.0 מרכז רפואת העתיד. במרכז Longevity יזמנו גישה מדעית מתקדמת לשיפור ושימור תפקוד פיזיולוגי וקוגניטיבי, או במילים אחרות - גיל ביולוגי. הגישה מתבססת על טכנולוגיות מתקדמות וחדשניות של בדיקות גנטיות, שימוש בשעונים ביולוגיים ובכ-400 ביומרקים (סמנים) של הזדקנות. צוות רב מקצועי מעבד ומנתח את התוצאות ובונה פרופיל ביולוגי ייחודי מקיף אישי לכל אחד ואחת. בנוסף, תכנית התערבות מותאמת אישית הכוללת לזוי שנתי לשיפור ומיקסום יכולות פיזיות וקוגניטיביות על מנת להשיב את הכוח והחיות שמאפיינים את הגיל הצעיר.

### חדש! סקירה שנתית פרימיום

מסלול סקר Longevity כולל 2 ימי בדיקה ופגישת סיכום, בפרוט הנ"ל:

#### יום 1 | יום בדיקות סקר:

- שאלון רפואי מורחב (יישלח טרם מועד הבדיקה השנתית)
- בדיקת רופא
- בדיקת רופא עיניים
- אק"ג במאמץ (ארגומטריה) ובדיקת רופא קרדיולוג
- בדיקות דם מורחבות Longevity
- בדיקת רופא עור
- בדיקת גניקולוג
- בדיקת סינון שמיעה
- סיכום רופא סקר על ממצאים והמלצות

#### יום 2 | יום בדיקות Basic Longevity:

##### המסלול כולל:

- הערכת גיל ביולוגי
- בדיקות קוגניציה
- סטמינה - חוסן גופני כולל DEXA
- לנשים - הערכת מנפאזה
- בריאות הפה
- הערכת שינה (על פי קריטריונים)

##### לאחר כשלושה שבועות:

- סיכום רופא Longevity בדשבורד ייחודי עבור המטופל, הכולל ממצאים והמלצות טיפול



## חדש! Advanced Longevity



### ביקור ראשון:

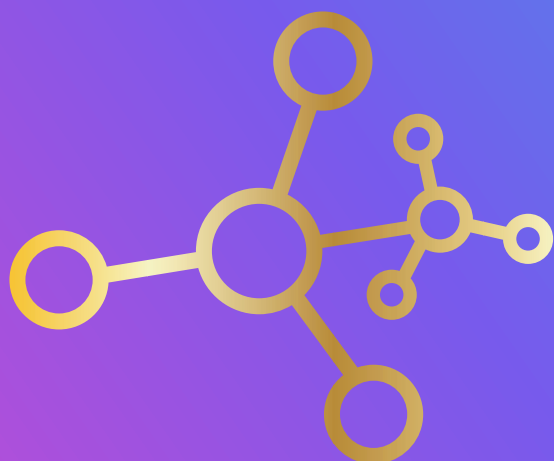
פגישה עם רופא Longevity  
הערכת גיל ביולוגי מבוסס גנטיקה ומרקרים מטבולים  
הערכת תפקוד קוגניטיבי על ידי נוירופסיכולוג  
הערכה פיזיולוגית לחוסן גופני על ידי פיזיותרפיסטים לכוח, יציבות, שווי משקל וכושר גופני  
בדיקת צפיפות עצם ו Body composition  
בדיקת הרכב גוף SECA  
בדיקת גמישות עורקים – (ABI Ankle-Brachial Index)  
בדיקת זרימת דם בכלי הדם PVW (Pulse –Wave-Velocity)  
בדיקת שמיעה  
הערכת בריאות חלל הפה – בדיקת שיננית להערכת שניים וחניכיים  
הערכת שינה ( במידת הצורך)  
נשים- הערכת מנפאזה הכולל פגישה עם גניקולוגית והערכה תפקודית כוללת

### ביקור שני:

פגישת סיכום עם רופא Longevity  
הצגת התוצאות בדשבורד ייחודי מבוסס אלגוריתם המתאר את המצב התפקודי העכשווי  
התאמת תכנית התערבות אישית

### שנת מעקב ולווי אישי

לווי שנתי הכולל אפליקציה ייעודית למרכז – האפליקציה מרכזת את כל התוצאות, ההמלצות שניתנו ומבצעת ניטור יום יומי אובייקטיבי וסובייקטיבי של המטופל לשיפור ומיקסום יכולות פיזיולוגיות וקוגניטיביות



## כדאי שתדעו

- משך הבדיקה התקופתית - לגברים עד כחמש שעות, לנשים עד כשבע שעות
- שאלון רפואי מקוון יישלח מראש, טרם ההגעה למכון
- חדש! בדיקות דימות השד וסיקור הלב מתקיימות בתוך מכון הסקר
- חנייה חינם למבקרי המכון לסקר רפואי
- לאחר נטילת הדם מוזמנים הנבדקים לארוחת בוקר טעימה, בבית הקפה של המכון
- בעת בדיקת הרופא מומלץ, בנוסף למילוי השאלון, להדגיש בעיות רפואיות אם יש כאלה
- לאחר בדיקת המאמץ (ארגומטריה) יועמדו לשירותכם מלתחות
- ניתן לצפות בתוצאות בדיקות המעבדה תוך מספר שעות מביצוע הבדיקות באתר שיבא CONNECT,
- ממצא חריג משמעותי ידווח טלפונית מצוות הסקר
- אם יעלה צורך בשיחה אישית בנוסף למכתב הרפואי, נשמח לעשות זאת בהתאם לנוחיותכם

נבדקות ונבדקים יקרים, צוות הסקר עושה כמיטב יכולתו לשמור על איזון בין הקפדה מירבית על איכות רפואית לבין התחשבות וכיבוד של זמנכם היקר. אנחנו עושים זאת תוך חתירה להתחדשות ולבחירה קפדנית של בדיקות עדכניות ואמצעי אבחון מתקדמים.

אנו מאחלים לכם בריאות ויכולת לאמץ אורחות חיים לשיפור הבריאות.

לכל שאלה ניתן לפנות בטלפון: 03-5303590 או במייל: [m.s@sheba.health.gov.il](mailto:m.s@sheba.health.gov.il)



# התכניות והבדיקות שלנו

ש"ח 2,500

**סקירה רפואית שנתית**

פירוט בעמוד 3-5

**בדיקות נוספות מותאמות אישית:**

**תוספת ייעודית לנשים**

פירוט בעמוד 6

ש"ח 500

**בדיקת רופא נשים (כולל בדיקת US ו-HPV)**

ש"ח 500

**כירורג שד, ממוגרפיה ו-US שד**

ש"ח 300

**בדיקת צפיפות העצם**

**בדיקות +60**

ש"ח 1,000

פירוט בעמוד 6

ש"ח 5,000

**סקירה שנתית פרימיום**

ש"ח 8,000

**חבילת Advanced Longevity**

**בדיקת רופא עור**

ש"ח 300 סריקת עור על ידי רופא עור מומחה לסריקת גידולים

ש"ח 950

**קונפוקל**

ש"ח 1,000

**סי. טי קרינה נמוכה**

ש"ח 3,637

**צנתור וירטואלי**

ש"ח 1,750

**בדיקת פרמקוגנטיקה**

ש"ח 700

**בדיקת פיברוסקאן**

ש"ח 560

**בדיקות גנטיות**

ש"ח 7,200

**בדיקת ביופסיה נוזלית**

ש"ח 1,725

**VO2MAX**

ש"ח 3,250

**בדיקת הפיצ'ק**

ש"ח 1,800

**בדיקת PHI**

\*הבדיקות הנוספות מתאפשרות רק כתוספת ברכישת הסקירה הרפואית השנתית בלבד