

健康体检前注意事项

尊敬的体检客户：

您好！为了保证您体检顺利进行以及体检结果的准确性，我们希望您在体检前详细阅读以下注意事项：

1.请按预约体检日期和地点进行体检：检查前三天请您尽量保持饮食清淡、禁酒、勿食猪肝等高脂肪、高蛋白食物及猪血等血制品、含铁量过大的食物。体检前一晚上应避免熬夜和吃宵夜。

2.体检前 48 小时内不宜做剧烈运动，体检当天应停止晨练。

3.体检前一日晚 8 时后禁食，12 时后禁水，检查当日早晨需空腹采血、做腹部 B 超。

4.近期内如有计划怀孕的女士、男士或怀有身孕的妇女及可疑怀孕者，请告知医护人员，禁止做胸片、CT、骨密度、乳腺钼靶等放射性检查，腔内 B 超、直肠指检及妇科检查。人体成分检测、内脏脂肪检测孕妇禁止检查。

5.患有糖尿病、高血压、心脏病等慢性病的受检者，请随身携带药物备用，在检查时向医师说明病情及服用药物名称。心脏病、高血压、哮喘等慢性疾病患者应正常服药。年龄超过 80 岁以上及患有精神方面疾病者均需要监护人全程陪同完成体检

6.妇科检查或腔内妇科 B 超检查仅限于已婚妇女，若有性生活者要求进行检查，须由当事人签字。做妇科检查前应排空小便，女士例假期间不宜做妇科检查及尿检（月经期完后可补查）。

7.检查当天请着棉质便服和低跟软底鞋，勿穿有金属扣子的

内衣裤，勿佩戴金属饰品及隐形眼镜。

8. 妇女做妇科检查前一天请勿行房，勿进行阴道冲洗或使用塞剂（未婚者不检查此项）。

9. 做子宫、附件、膀胱、前列腺 B 超检查，需先憋尿至膀胱完全充盈再做检查（最好是不排晨尿，缩短憋尿时间）。阴道 B 超检查需先做完其他妇科检查项目后再做此项检查。

10. 老、弱、病、残、活动不能自理者，需家人陪同体检

11. 体检中您若有问题或遇到困难，请及时与导检人员联系，有其他特殊检查要求或加减项目，请随时与服务台联系。

12. 体检报告不得擅自涂改。

13. 若体检人员有晕血、晕针史等情况，请事先告知抽血护士。

14. 凡需做乳腺钼靶女性者检查尽量避开月经前期。最佳检查时间是月经来潮后 7—10 天，绝经期妇女检查时间不做特殊要求。（备孕及怀孕者不做此项检查）

15. 凡是需要做幽门螺旋杆菌 C13 检查者需要空腹、不能饮水、不能抽烟。

注：受检者需出示健康码（因疫情需接受体温测试、无健康码者进行表格填写）

温馨提示：

1、请在抽血后立即用消毒棉签或消毒棉球压在进针点上方

约 0.5cm 处，手伸直高于心脏压迫三分钟，并保持上臂衣袖宽松。

2、留取标本应注意：尿常规检查：需要保持外阴清洁并请留取中段尿标本，以确保化验结果的准确性，留取尿微量蛋白标本应尽量留取晨尿，女士留取尿标本应避免月经期（至少 3 天）。大便常规检查：可到我中心厕所留取标本，也可检查前用洁净容器留取不超过 2 小时内的标本，带至我衷心标本放置台。如大便有粘液或血液，应注意选取粘液及血液部分，以便提供准确的信息给医生。

3、所有体检项目务必在领表当日完成，过时需补查者请自行领取体检结果。