

健康体检注意事项

检前

- 1、体检前 3 天保持正常清淡饮食，避免暴饮暴食，体检前 1 天不要饮酒及任何含酒精的饮料，避免高脂肪高蛋白高糖食物，及过多食用海鲜及动物内脏，避免浓茶咖啡等刺激性饮料；体检前 1-2 天保持充足睡眠，避免熬夜，避免剧烈运动，否则可能会影响检查结果的准确性。
- 2、体检当天需要空腹，体检前一天晚上十点以后勿进食（少量白开水可以），一般在 9:30 以前采血最佳。做妇科彩超、前列腺彩超需胀尿(膀胱充盈)，建议起床后尽量不要解小便以方便体检，待做完该项检查后留取尿液标本。
- 3、高血压、糖尿病、心脏病等慢性病患者应随身携带药物，在完成采血及其他空腹体检项目后及时服用，以免耽误常规治疗，必要时咨询专科医生。
- 4、体检当日请着宽松轻便服装，不要穿带有金属扣的内衣、不要佩戴金属首饰，女性体检客户当天不要穿着连体衣、连衣裙及连裤丝袜。
- 5、女性体检应避开月经期，体检前 3 天避免性生活或阴道上药，以免影响妇科检查结果及尿常规，大便常规结果；如已怀孕或可能怀孕者请预先告知医务人员避免进行 X 光、CT 等辐射检查；未婚女性不宜进行妇科检查。
- 6、C13/C14 检查前需要停用抗生素 4 周、治疗胃病的药物质子泵抑制剂如奥美拉唑，及 H2 受体阻断剂如西咪替丁等药物 2 周以避免出现假阴性。

检中

- 1、顺序安排:先做需要空腹体检的项目，如采血、肝胆彩超、C13/C14 等检查，再做不需要空腹的体检项目。
- 2、子宫附件及泌尿系彩超（双肾、输尿管、前列腺）需要胀尿（膀胱充盈），尿常规检查需要在做完以上彩超检查后进行留取。
- 3、检中应如实提供个人病史、手术史、家族史等信息及正在服用的药物和身体状况，

体检过程中有任何不适要及时告知医生。

4、需要增加体检项目的体检客户，可到体检接待区咨询增加体检项目。

5、心电图、心脏彩超及测量血压等检查前请保持安静休息 10-15 分钟，避免精神紧张和情绪激动。

检后

1、体检结束后应及时补充能量，饮水、吃早餐以避免发生低血糖。