

# 体检须知

## 体检前：

1. 准备参加体检，建议从检查前的晚上 8 点钟后避免进食和剧烈运动，保持充足的睡眠；
2. 女性体检要避开月经期；
3. 体检前几天，要注意饮食，不要吃过多油腻、不易消化的食物，不饮酒，不要吃对肝脏、肾脏功能有损害的药物；
4. 注意保持血压的稳定；慢性病人长期用药者不可随意停药，体检时要告知医生所服药物种类名称剂量；
5. 若平时佩戴眼镜，一定要戴眼镜去体检；
6. 体检当日，不要化妆，不要穿连衣裙，不要穿连裤袜，要衣着宽松；
7. 体检当日的早晨应当禁食、禁水；
8. 进行泌尿系彩超和妇科彩超检查，请保持膀胱充盈（胀尿）；
9. 女性需要妇检，检查前请排空小便。
10. 如果正在妊娠，请不要参加 X 光、DR 的检查；
11. 女性在月经期内请不要留取尿液标本及妇检，月经期后三天再补作检查。

## 体检中：

1. 持本人**身份证**到前台领取体检单及体检条码，从抽血区开始体检流程，按导检单项目明细对照指示标识选择体检科室，保持肃静排队候检。
2. 体检过程中有问题及时与导检联系，应积极配合医生的各项检查，不要因为害羞而自动放弃某些体检项目。
3. 体检过程中不要擅自更改体检项目，也不要遗漏您的任何

一项检查，更不能替检。

### 体检后：

1. 如果检查结果反映出您的健康状况存在问题，请根据医生的建议和指导及时就医，并且合理地安排好您目前的生活作息和习惯；

2. 如果您此次检查身体状况良好，请保持您良好的生活习惯，并且定期给您的身体作一次全面检查；

3. 请您保存好体检结果，以便和下次体检结果作对照，也可作为您就医时的资料并启动检后健康管理程序。