**健康体检须知‌**

尊敬的体检者：

欢迎您选择本院健康管理中心进行健康体检！为了确保您的体检过程顺利且结果准确，请您仔细阅读以下体检须知，并提前做好相应准备。

‌体检‌预约方式‌：请通过小程序海门区人民医院健康管理中心在线预约、拨打电话热线（0513-68189788、0513-68187688）或现场服务台提前预约体检时间。

‌携带资料‌：体检当天请携带个人有效身份证件（如身份证）及既往病历资料（如有）。

体检报到：体检当日，请您携带身份证在预约时间段内到健康管理中心一楼前台或自助机到检并打印导检单。

体检报到时间：每年3月至11月07:00-10：00、每年12月至次年2月07:30-10：00

体检地点：南通市海门区人民医院健康管理中心 (海门区人民西路253号)。

工作时间：周一至周五上午报到后至体检结束 下午（13:30-17:00）、周六上午、周日10:30前

‌一、体检前准备

‌1．**饮食注意**：请于检查前三天保持正常饮食。检查前晚宜清淡饮食，为确保空腹体检的质量，体检前一晚 20:00 以后禁食、22:00 以后禁水，并保证充足睡眠，不要饮酒，避免剧烈运动。

拟行胃镜检查者于体检前一晚 20:00后禁食、禁水。

拟行肠镜检查者，检查前三天少吃有渣、有颜色的蔬菜、水果等食物，并按照肠镜检查的注意事项做好清洁肠道准备。

2. **着装注意：**请尽量穿纯棉衣服参检，避免穿戴有金属饰品及印花衣物，女性避免穿连衣裙和连裤袜，勿化妆。

3. **影像检查（X线成像、CT检查、核磁共振成像MRI）:** 勿穿戴金属装饰(金属亮片等)的衣服(包括有钢圈内衣)，摘去手机、项链、钥匙、磁卡等所有金属物品。拟行胃肠镜检查者，建议将核磁共振(上腹部及盆腔检查)安排在胃肠镜之前。装有心脏起搏器、电子耳蜗、体内有金属植入物者请提前告知医生评估是否进行磁共振检查。

孕、哺乳期妇女、备孕者务必预先告知医护人员，禁止做放射线检查（如CT、DR）。怀孕3个月内孕妇禁做MRI，孕妇、哺乳期妇女、备孕者非必要不做MRI，病情需要由医生评估后再做。

4. **药物服用：**高血压患者在体检当天不应贸然停药，需常规服药，以便医师对目前的降压方案进行评价，可饮少量(<20ml)的温开水送服，不会影响检查结果。糖尿病或者其他慢性病患者，应随身携带药物，在采血后及时服用，以免耽误常规治疗。

胃肠镜检查前需在医生指导下停用一周以上影响凝血功能的药物。

¹³C 尿素呼气试验检测前停用质子泵抑制剂(奥美拉唑、雷贝拉唑等)等抑酸剂2周。停用抗菌药物、铋剂类药物及某些有抑菌作用的中药4周。

5. **健康问卷：**请如实填写健康问卷。

二、体检中注意事项‌

‌1. **遵守秩序‌：**请按照指引单上的项目顺序进行检查，尊重其他体检者的隐私和时间。

‌2. **如实告知‌：**在接受医生询问时，请如实告知个人健康状况、过敏史、手术史等信息。

‌3. **配合指令‌**：在进行各项检查时，请遵循医护人员的指导，保持正确的姿势，配合完成检查。

4. **抽血注意:** 有晕针晕血史的请提前告知采血工作人员，抽血后应按压抽血处，3-5分钟后方可放松(切忌揉搓针孔处)。如发生头晕、心慌、出汗等症状，请不要慌张，应平躺，就近联系工作人员。

5. **彩超检查**:检查肝、胆、脾、胰者，检查前请空腹8-12小时;检查膀胱者，及未婚女性检查子宫、卵巢者或男性检查前列腺者，请在检查前2-3小时尽量憋尿，需保持膀胱充盈。女性做阴超检查勿需憋尿。女性受检者应错开月经期，月经期间请勿留取尿液、粪便，暂缓阴超及妇科检查， 待经期结束后三天再补检。

女性检查顺序：**未婚女性** 体检当日晨憋尿  妇科彩超检查 排尿采集尿样

**已婚女性** 排尿采集尿样  妇科检查  妇科彩超检查

6. **空腹项目**:检查当日晨需空腹的检查项目有采血、上腹部彩超检查、上中腹部CT及磁共振、胃肠镜、¹³C 尿素呼气试验、人体成分分析。

有上腹部(全腹部)CT者请先做空腹项目再做CT，做前需喝水500ml-1000ml后再做检查。

若同时含有¹³C 尿素呼气试验和上腹部(全腹部)CT，则先完成¹³C 尿素呼气试验，再做上腹部(全腹部)CT。

7. **粪尿标本:** 留取尿标本时尽量留取中段尿液（男性在超声检查后留取尿液）。留取粪便标本时取清洁便盆（也可以用清洁塑料袋），排便时避免尿液排出，用粪便标本器内检便匙取脓、血、黏液部分或粪便表面、深处及粪端多处取材约5g新鲜粪便，置于粪便标本器内送检。

8. **女性检查:** 限于已婚或有性生活史的女性，排空小便(有尿检的先做尿检)。未婚女性检查时请主动告知医生，仅外检，或选择肛查。受检前日请暂停阴道用药及冲洗，避免性生活。乳腺有假体禁止做乳腺钼靶。以下检查应避开月经期:妇科检查、尿检、粪便检查、血相关(如卵巢)肿瘤标志物及胃肠镜等检查。

9. 体检过程中如有不适或紧急情况，请及时告知医护人员。

10. 体检当日请完成您检查的所有项目，若自动放弃某些检查，请在导检单上相应检测项目后面写放弃并签名，并将您的导检单交至健康管理中心前台，工作人员核查项目是否全部完成。

‌三、体检后事宜‌

1.报告领取‌：体检报告通常于检查后7-10个工作日内出具

2.平台查询报告：微信小程序查“海门区人民医院健康管理中心”点击“体检报告”查询可下载健康体检电子报告。

3.纸质报告领取：体检结束后7-10个工作日，在健康管理中心前台凭本人身份证领取。

‌4.体检报告解读‌：医生免费对体检报告进行解读及咨询。

‌5.后续跟进‌：根据体检结果，建议及时就医处理发现的健康问题，并定期复查。

‌四、特别提醒‌

1.高龄老人、有心脑血管、哮喘等疾病的老人、行动不便的老人务必要有家属陪同或单位工作人员陪同体检，避免发生意外。

2.为避免财物丢失，请不要携带贵重物品参检。

3.体检项目价格随物价部门实时调整，以当日系统价格为准。

4.一次健康体检未发现异常并不代表完全没有潜在疾病，若出现疾病症状，应及时就医。

**体检当日流程**

 体检当天凭身份证打印导检单 （前台或自助打印机处） →进入导检系统 →按导检系统分配到相应诊室到检→体检完成后将导检单交至前台处→工作人员核查项目是否全部完成

我们致力于为您提供专业、贴心的体检服务。如有任何疑问或需要帮助，请随时向现场工作人员咨询。感谢您的理解与配合，祝您体检顺利，健康常伴！

祝您在我院体检愉快!

 南通市海门区人民医院健康管理中心

 2025.01.01