附件2：

**天津医院健康管理科单位体检注意事项**

尊敬的体检客户：

您好！欢迎您到天津医院健康管理科。为了您能顺利体检，请注意以下查体事项：

**请体检者携带本人有效身份证件前来参加本次体检！！**

1. **体检前注意事项：**

（一）体检前3日内保持正常饮食，不要大吃大 喝，不吃太甜、太咸、过于油腻、高蛋白食品及大量海产品，不要饮酒及浓茶、咖啡等刺激性食物，晚上应该早休息，避免疲劳及情绪激动。

**各类食物可能对体检造成的影响：**

1.含嘌呤类的食物：如动物内脏、海鲜类食品，会影响血尿酸的检测。

2.含糖过高的食物：对血糖、尿糖的检测有一定影响。

3.高蛋白食品：对肾脏功能检测有一定影响。

4.高脂肪食品：影响血脂的检测。

（二）体检前需禁食至少8小时，否则将影响血糖、血脂、肝功能（但饮少量清水，送服平时服用的药物，不会影响体检结果）。

（三）体检前3天不要服用非必需药物，因各种药物在体内作用可能会影响到体检的准确性

（四）体检前勿贸然停药：如高血压病患者每日清晨服降压药，是保持血压稳定所必须的，贸然停药或推迟服药会引起血压骤升，发生危险。按常规服药后再测血压，体检医生也可对目前的降压方案进行评价。服用少量降压药对化验的影响是轻微的，所以高血压患者应在服完降压药物后体检。对糖尿病或者其他慢性病患者，也应在采血后及时服药，不可因体检而干扰常规治疗。

**二、体检中注意事项：**

（一）体检时间为早上7:30开始，请在当日早7:30—10:30持本人身份证在体检中心前台领体检表，太晚空腹采血会因为体内生理性分泌激素的影响，使血糖值失真，所以受检者应尽早采血，不要轻易误时。静脉采血时心情要防松，抽血后立即压迫针孔五分钟，防止出血，勿揉局部。因个别人需较长时间才能凝血，若出现小片青紫，待24小时后进行局部热敷，会慢慢吸收。如有晕血史，请提前告知采血人员。

（二）体检当天不要化妆，否则可能影响医生判断（如贫血、心脏疾病、呼吸系统疾病等）。
（三）穿着简单衣物，女性勿穿连衣裙、高筒袜、连裤袜，男性不要打领带，穿高领套头衫或紧身衣。体检当日最好不要佩戴项链等饰品，不要穿带金属物品的衣服，女性内衣尽量不要带钢托。
（四）体检当日不要带贵重的物品，如有丢失后果自负。
（五）精神放松，用一种平常的心态参加体检，切忌紧张，以使检查结果得到客观、真实的反映。
（六）做X线检查时，宜穿棉布内衣，勿穿带有金属钮扣的衣服、文胸，请摘除项链、手机、笔、钥匙等物品。拟在半年内怀孕的夫妇及已怀孕的女士，请勿做X线检查。
（七）做前列腺、子宫、附件彩超时请勿排尿，如无尿需饮水至膀胱充盈。
（八）心电图检查前应安静休息5分钟左右，不能在跑步、饱餐、冷饮或吸烟后进行检查，这些因素都可以导致心电图异常，从而影响对疾病的判断。
（九）做尿常规留取尿标本时，需要保持外阴清洁并留取中段标本，以确保化验结果的准确性，女士留取尿标本应避开月经期（至少经后3天）。
（十）女士做妇科检查（宫颈癌筛查），请避开经期，筛查前24小时阴道不上药、不冲洗、不过性生活。未婚女性不做该项检查。在月经期的女性，到前台预约时间，延期检查。

（十一）在体检过程中，向体检医生提供尽可能全面准确的疾病病史。
（十二）请配合医生检查，务必按预定项目逐科、逐项检查，不要漏检，如您拒绝某项检查，须签字认可。
（十三）中心提供免费早餐和免费存包服务。
（十四）行动不便者，体检时需家属陪同。

**三、体检后注意事项：**

（一）体检完后请将体检表交回前台，否则此人的体检报告无法如期发放。

（二）如果在当次体检中身体状况良好，请保持良好的生活习惯，并定期进行全面检查。

（三）如果体检结果反映出您的健康状况存在问题，请根据体检医生建议对异常指标进行复查、进一步检查或就医。

（四）当检查方法不足以作为诊断根据时，必须到医院做进一步检查。

（五）当体检结果提示有疾病，需要治疗，应及时就医，以明确诊断疾病，以免耽误疾病治疗。

请于体检前1-2天进行预约

预约电话：022-60910694

体检中心地址：河西区解放南路406号天津市天津医院二楼健康管理科（可乘坐门诊大厅17、18号电梯）