体 检 注 意 事 项

1．检前三天请注意饮食：不吃高脂、高蛋白食物，不饮酒，不要吃对肝、肾功能有损害的药物。建议体检前一天不吃或少吃水果，尤其是葡萄或含维生素C成分较高的水果。

2．从受检前一天晚上8时起，避免进食和剧烈运动，保持充足睡眠。休息不好会影响血糖、血脂、血压。

3．受检当日早晨，禁食、禁水（慢性病患者需要长期服用的药物，请少量清水送服）。

4．不要化妆，装饰会影响医生对疾病的判断。受检者检前应对口腔、鼻腔、外耳道等处自我进行清洁，不清洁容易使一些疾病漏诊。

5．不要穿过于复杂的服装，以方便穿、脱。；男士最好不要穿高领套头衫、紧袖上衣、紧腿裤子等，以防造成不必要的麻烦。

6．受检当日请不要佩戴金属饰物，随身物品请妥善保管；为进一步了解您的健康状况，敬请预先全面填写健康问卷及既往史，带上有效身份证件及相关病历资料。

7．需做泌尿及生殖系统（即肾、输尿管、膀胱、前列腺、）B超检查时，则需把空腹项目做完后在进行喝水憋尿，使膀胱充盈后才能进行。

8.体检时间：每周一至周日上午7:30-12:00。空腹采血最佳时间在早上7:30-9:00，过迟会因体内生理性内分泌激素的影响而使血液状态发生变化。虽仍是空腹采血，但检测值容易失真，失去体检的意义。故请参检人员务必于早上九点前到达本中心进行登记体检。（体检带好身份证）