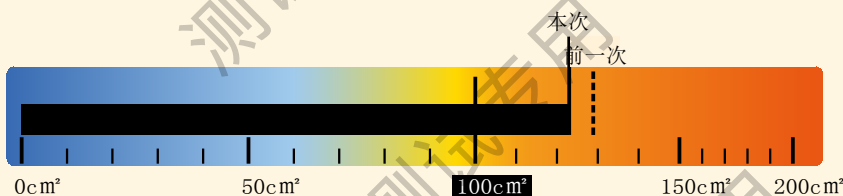


姓名 孙文召 先生/女士 年龄 39 岁 身高 172 cm 检查日 2022 年 2 月 18 日 9 时 5 分
ID 100001038803 性别 男性 体重 88.0 kg 下次检查 2022 年 3 月 日
主治医师 赵军 测量人 李梅 科室 内分泌内科 BMI 29.7

内脏脂肪检查结果

内脏脂肪面积

123 cm²(腹部皮下脂肪面积 327 cm²)

腹部截面图

多

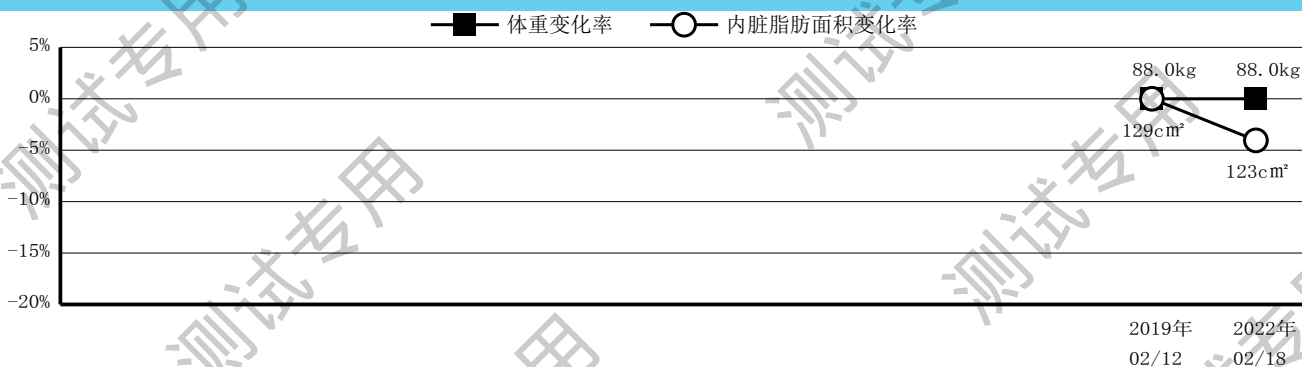


■ 内脏脂肪 ■ 皮下脂肪

100 cm² 以上是内脏脂肪型肥胖的判定标准。

※腹部截面图是根据双重阻抗法计算的数值制作的示意图。

■ 内脏脂肪面积和体重的推移



医嘱栏

内脏脂肪面积已超过100cm²，皮下脂肪也有偏多倾向。内脏脂肪有容易增加、也容易减少的特点。请注意保持饭吃八分饱，并留意运动的频率、时间。

对于检查结果，请勿自己判断，应咨询医师。

准确！安全！安心！内脏脂肪测量。

SN:VF200140A

Ver. VDI. 1. 2. 000

2249 3737 2241 3808
76521 73140 71547 72480
75542 75694 72140 72123
110977 110346 124865 123995
139755 140777 126942 127350
111023 110376 124962 124135
139788 140815 127033 127496

生活习惯病 疗养计划书 (☐首次 / ☐继续 () 次) (填写时间: 2022 年 2 月 18 日)

患者姓名： 孙文召 (☒男 / 女)

出生日期: 1982 年 8 月 27 日生 (39 岁)

主病：

☐糖尿病 ☐高血压病 ☐血脂异常症

目的：【首次】须能够理解检查结果；须能够理顺自身生活上的问题所在，并设定目标。

【继续】应能够理解重点目标的实现情况；应能够重新设定目标并按照指导对生活习惯进行改进。

| | | |
|---------|--|---|
| 【检查/问诊】 | 【检查结果】 <input checked="" type="checkbox"/> 身高 (172 cm) <input checked="" type="checkbox"/> 体重: 现在 (88.0 kg) → 目标 (kg) <input checked="" type="checkbox"/> BMI (29.7) <input type="checkbox"/> 腹围: 现在 (cm) → 目标 (cm) <input type="checkbox"/> 营养状态 (有营养不足倾向 良好 肥胖) <input type="checkbox"/> 收缩压 / 舒张压 (/ mmHg) <input checked="" type="checkbox"/> 内脏脂肪面积 (123 cm ²) <input type="checkbox"/> 运动负荷心电图 <input type="checkbox"/> 其它 () | 【血液检查项目】(采血日 月 日) <input type="checkbox"/> 血糖 (<input type="checkbox"/> 空腹时 <input type="checkbox"/> 随时 <input type="checkbox"/> 饭后 () 时间 () (mg/dl) <input type="checkbox"/> HbA1c: 现在 (%) → 目标 (%) <input type="checkbox"/> 总胆固醇 (mg/dl) <input type="checkbox"/> 中性脂肪 (mg/dl) <input type="checkbox"/> HDL胆固醇 (mg/dl) <input type="checkbox"/> LDL胆固醇 (mg/dl) <input type="checkbox"/> 其它 () |
| | 【问诊】 <input type="checkbox"/> 吃饭情况 <input type="checkbox"/> 运动情况 <input type="checkbox"/> 吸烟 <input type="checkbox"/> 其它生活 | |
| | 【目标完成情况及下一步的目标】: 与患者协商的目标 【①完成目标】: 与患者协商的目标 [] 【②行动目标】: 与患者协商的目标 [] | |

医师
签字

| | | | |
|-------------|-----|---|--|
| 【重点领域及指导项目】 | □饮食 | <input type="checkbox"/> 本次没有必要指导【继续】 <input type="checkbox"/> 适当调整食物的摄入量 <input type="checkbox"/> 增加蔬菜、蘑菇、海藻等食物纤维的摄入量 <input type="checkbox"/> 减少使用油的饭菜（油炸和炒菜等）的摄入量 <input type="checkbox"/> 节酒：〔减少（种类/数量：_____次/周）〕 <input type="checkbox"/> 零食：〔减少（种类/数量：_____次/周）〕 <input type="checkbox"/> 进餐方式：（细嚼慢咽、其它（_____）） <input type="checkbox"/> 就餐时间：早餐、午餐、晚餐有规律地进餐 | <input type="checkbox"/> 控制食盐、调味料 <input type="checkbox"/> 外出就餐时的注意事项（_____） <input type="checkbox"/> 其它（_____） <div>指导人 签字</div> |
| | □运动 | <input type="checkbox"/> 本次没有必要指导【继续】 <input type="checkbox"/> 运动处方：种类（步行_____）、频率（基本上每天/每周_____日）、强度（呼吸急促，但尚能说话 or 脉搏_____次/分钟 or _____） <input type="checkbox"/> 增加日常生活的活动量（例：每日1万步/_____） <input type="checkbox"/> 运动时的注意事项等（_____） | <div>指导人 签字</div> |
| | □吸烟 | <input type="checkbox"/> 非禁烟者【初次】 <input type="checkbox"/> 禁烟、节烟的有效性 <input type="checkbox"/> 禁烟的实施方法等 | <div>指导人 签字</div> |
| | □其它 | <input type="checkbox"/> 工作 <input type="checkbox"/> 闲暇 <input type="checkbox"/> 确保睡眠（质量/时间） <input type="checkbox"/> 减量 <input type="checkbox"/> 在家计量（步数、体重、血压、腹围等） <input type="checkbox"/> 其它（_____） | <div>指导人 签字</div> |

【用药指导】☐无处方 ☐药物说明

【疗养期间的注意事项】

【关于其它设施的使用情况】

※实施项目在 □ 中划√，在 () 填写具体内容。

患者签字

【一点建议】

维生素E具有抑制导致血管损伤的过氧化物生成，使血管保持柔软的作用。代表性食品有坚果类、硬花球花椰菜、咸鳕鱼子等。请注意热量很高的坚果类不要摄取太多！