

## 五、健康体检告知书

### 尊敬的会员

感谢您参加远盟康健为您精心设计的“1+X健康指引建议书”。为了在健康体检过程中准确反映您身体的真实情况，请您做好如下准备：

- 1、体检当天早上不能吃饭，不能喝水，准备参加体检，建议从体检前晚8点以后避免进食、剧烈运动或情绪激动，但可少量饮白开水，保证充足的睡眠以确保检查结果的准确性。
- 2、体检前三天，要注意饮食，不要吃过多油腻食物及猪血、鸡血、海带、菠菜等食品，不要饮酒，不要服用对肝、肾功能有损害的药物以免影响检测结果，对于必服的慢性病药物则不可冒然停药。
- 3、体检进行泌尿系超声（输尿管、膀胱），男性生殖系超声（前列腺）检查，请保持膀胱充盈（即：憋尿），做此类检查的体检者可在检查前饮用白水1000—2000ml。
- 4、进行X光放射线和CT检查时，请勿穿带有扣子或金属饰物的内衣，以免影响检查的结果。
- 5、做核磁共振检查时，不能穿戴任何有金属物的衣裤，同时需要去除义齿、义眼、手表、钥匙、硬币等。磁卡、信用卡、手机等在磁场内会受到破坏，不要带入检查室内。此外，安装人工心脏起搏器者及神经刺激器者、颅内银夹及眼球内金属异物者、曾做过动脉瘤手术、心脏手术并带有人工心脏瓣膜者、癫痫患者、幽闭恐惧症患者、各种危重病患者（如外伤或意外发生的昏迷、烦躁不安、心率失常、呼吸功能不全、失血及二便失禁者）等禁止做检查。
- 6、静脉抽血后，请按压针头穿刺点3—5分钟，以防止局部皮下充血形成血肿。
- 7、进行空腹检查（如：采血、肝胆脾超声、胰腺超声、胃部超声）后，进食早餐，避免因长时间空腹引起低血糖。
- 8、体检过程中应积极配合医师的各项检查，如有疑问请及时与主检医师联系。
- 9、体检过程中请不要擅自更改体检项目，也不要遗漏您的任何一项检查，如自身需要增加体检项目，请及时与我们联系。
- 10、为了体现检查的真实性，不可与他人混检或由他人代替检查。