

评估报告

Assessment Report

姓名： 崔坤利
性别： 男
年龄： 35
单位： 个人
日期： 2016年8月27日

目录 contents

病症指导建议	3
下次体检推荐	5
养生保健方案	6
重点指标趋势	7
中医体质辨识报告	9

病症指导建议



中康国际体检中心
China Healthcare International Physical Examination Center

姓名	崔坤利	性别	男	医生	杨薇
编码	101203	年龄	35	日期	2016-8-27

根据您本次的体检情况，现将所有体检结论及指导建议汇总如下：

1. 乙肝表面抗体阳性

问题等级：一般问题

【康复建议】

是一种保护性抗体。阳性表示既往感染过乙肝病毒且已产生免疫力或接种乙肝疫苗后产生免疫效果。

2. 尿胆红素阳性

问题等级：一般问题

【康复建议】

单纯升高，可能与尿液放置时间过长、尿浓缩有关，如尿胆原和尿胆红素与肝功同时增高，多提示有黄疸存在，有助于黄疸的诊断和鉴别诊断。

补充说明

详细情况请参见您的体检报告中分科体检的体征描述和小结。如有问题请及时与您的医生取得联系。

主检建议

科室结论：

1. 检验科：

(1) 乙肝五项定性：乙肝表面抗体定性：阳性、乙肝两对半结论：第2项阳性；(2) 尿常规11项：尿胆红素：1+ 17u↑；

2. 一般检查：

(1) 收缩压：108mmHg；(2) 舒张压：69mmHg；(3) 血压结论：正常血压；(4) 身高：178.0cm；(5) 体重：77.9kg；

3. 内科：

内科体检未见异常

4. 外科：

外科体检未见异常

5. 心电图室：

正常心电图

6. 彩超：

『甲状腺彩超』所见：

甲状腺：左、右侧叶及峡部大小正常，轮廓规整，实质回声均匀。

CDFI：腺体内血流显示未见异常。

『甲状腺彩超』提示：

甲状腺超声目前未见明显异常

『肝胆胰脾双肾彩超』所见：

肝脏：各径大小正常，轮廓规整，表面光滑，管腔结构显示清晰，肝实质回声均匀。

CDFI：肝内血流显示正常。

胆囊：各径大小正常，形态规整，囊壁光滑不增厚，胆汁透声可。

胰腺：各径大小正常，形态规整，表面光滑，实质回声均匀，主胰管内径未见扩张。

脾脏：各径大小正常，脾实质回声均匀，脾门部脾静脉不增宽。

双肾：各径大小正常，轮廓规整，肾实质回声均匀，集合系统未见明显液性分离。

CDFI：双肾血流灌注良好。

『肝胆胰脾双肾彩超』提示：

病症指导建议



中康国际体检中心
China Healthcare International Physical Examination Center

姓名	崔坤利	性别	男	医生	杨薇
编码	101203	年龄	35	日期	2016-8-27

肝、胆、胰、脾、双肾超声目前未见明显异常

『前列腺彩超』所见：

前列腺：各径大小正常，形态规整，实质回声均匀，未见异常回声光团。

『前列腺彩超』提示：

前列腺超声目前未见明显异常

7. 放射科(X线)：

『数字胸透』所见：

胸廓对称，所见肋骨、锁骨骨质结构未见异常。双肺纹理走行自然，双肺野未见异常密度影；双肺门及纵隔结构未见异常；心影大小、形态正常；双膈面光整，肋膈角锐利。

『数字胸透』提示：

心肺未见异常。

阳性汇总：检验科：

(1) 乙肝五项定性：乙肝表面抗体定性：阳性、乙肝两对半结论：第2项阳性；(2) 尿常规11项：尿胆红素：1+ 17u↑；

康复建议：1. 尿胆红素阳性：单纯升高，可能与尿液放置时间过长、尿浓缩有关，如尿胆原和尿胆红素与肝功同时增高，多提示有黄疸存在，有助于黄疸的诊断和鉴别诊断。2. 乙肝表面抗体阳性：是一种保护性抗体。阳性表示既往感染过乙肝病毒且已产生免疫力或接种乙肝疫苗后产生免疫效果。

健康知识：

乙肝表面抗体阳性：

1、基本知识：

对乙肝病毒有抵抗力是指体内存在乙肝病毒表面抗体，不容易受到乙肝病毒的感染。乙肝病毒表面抗体是以乙型肝炎病毒为免疫原产生的特异性抗体，是对乙肝病毒免疫和保护性抗体，有良好的中和作用，打乙肝疫苗的目的就是让它产生表面抗体，一些人即便没有打疫苗，也会在感染病毒后，主动产生表面抗体，这是一件好事。

乙肝两对半检查如果呈现下列三种状态之一者，都说明对乙肝病毒产生了免疫作用：

		第一种1类型	第二种1类型
第三种1类型			
1	HBsAg		
2	HBsAb	+	+
+			
3	HBeAg		
4	HBeAb		
+			
5	HBcAb		+
+			

2、乙肝疫苗的免疫作用能够持续多久？

乙肝表面抗体不是终身存在的抗体，是一种消耗性的抗体，滴度会慢慢降低甚至消失。

对于成年人注射乙肝疫苗产生的抗体，据统计表明，80%的人可存在3-

5年，有少部分人存在时间较短，亦有少部分人存在时间很长，甚至终身存在。所以即使体内存在乙肝表面抗体，仍应定期检查乙肝两对半，如表面抗体消失，就要随时注射乙肝疫苗。

下次体检推荐



姓名	崔坤利	性别	男	医生	杨薇
编码	101203	年龄	35	日期	2016-8-27

每次体检必查项目：

一般情况	内科	外科	眼科
耳鼻喉科	血常规	尿常规	口腔科
血生化（肝肾功能、血脂、血糖）	B超（肝胆脾胰肾）	心电图	胸片

特殊检查的参考规则：

项目类型	检查条件	检查项目
肿瘤筛查	-	AFP, PSA, CA199, CA153, CEA
亚健康检测	时常感觉疲劳、力不从心	人体成分分析、体质、体能体检
心理科	压力较大，或感觉健康状况差	心理测试或咨询
性传播疾病	有性行为起	淋球菌、梅毒筛查试验、艾滋病抗体等
肺功能检查	吸烟或慢性阻塞性肺部疾病病史	肺功能检查
眼压眼底检查	高血压病和或糖尿病史	眼压眼底检查
动态心电图	有心律失常病史	动态心电图
糖尿病相关	30岁，或家族中有糖尿病患者	空腹血糖、餐后2小时血糖、糖化HB、胰岛素等
颈椎正侧位片	30岁以上、有症状	颈椎正侧位片
腰椎正侧位片	30岁以上、有症状	腰椎正侧位片

养生保健方案



中康国际体检中心
China Healthcare International Physical Examination Center

姓名	崔坤利	性别	男	医生	杨薇
编码	101203	年龄	35	日期	2016-8-27

祖国传统医学认为人的健康有其生理发展的时间顺序，即出生、成长、壮盛、衰老和死亡五个时期，每个时期都有特定的生理规律，认识客观存在规律，进行相应的养生保健，可以起到强身健体，提高生活质量

您的生理周期： 32-40之间

黄帝内经《素问·上古天真论》有曰：丈夫…四八，筋骨隆盛，肌肉满壮；五八，肾气衰，发堕，齿槁；

意思是说男性从生理角度来讲，在32-40之间，其主要的原因是肾气充盈到极点，所以32-40岁的男性应该适度进行力量型锻炼。

四季养生	养生原则
春季养生	力戒暴怒，更忌情怀忧郁。应踏青问柳，登山赏花。起居方面，要早睡早起，晨起散步。饮食方面适当食用辛温升散的食物，如麦、枣、花生、葱、香菜等。
夏季养生	注意调养心神，可晚些入睡，早些起床，饮食宜清淡，且应注意卫生。西瓜、绿豆汤、乌梅小豆汤是解渴消暑的佳品，但不宜冰镇。
秋季养生	秋季要保持乐观情绪，重阳登高，可开阔心胸，颐养心神。早睡早起，注意酌情增减衣物，防止感冒。秋季尽量多吃酸味水果和芝麻、糯米、蜂蜜、枇杷等柔润食物，以益胃生津。
冬季养生	冬季要保持精神安静，早睡晚起，保证充分的睡眠时间。冬季是进补的最好时机，进补应以食补为主，可食用谷类、羊肉、鳖、龟、木耳等食品。冬季还应该适度锻炼，但要避免在大风、大寒、大雪、雾露中锻炼。

养生抗衰方案

运动：32-40岁的（28-35）人工作、生活、精神压力较大，运动机会较少，所以此年龄段劳动力人口经常会感到疲劳。适量的运动可以缓解疲劳，除了打篮球、跑步、游泳等有氧运动，适量的力量型运动更加有助于生理和心理的放松，每周2-3次，每次10-20分组的力量型锻炼即可起到明显效果。

重点指标趋势



中康国际体检中心
China Healthcare International Physical Examination Center

姓名	崔坤利	性别	男	医生	杨薇
编码	101203	年龄	35	日期	2016-8-27

一、体重指数

【医学解释】体重指数（BMI）是国际公认的一种评定肥胖程度的方法。大量研究表明，超重和肥胖会增加糖尿病、高血压、心脏病、中风等多种疾病的患病风险。

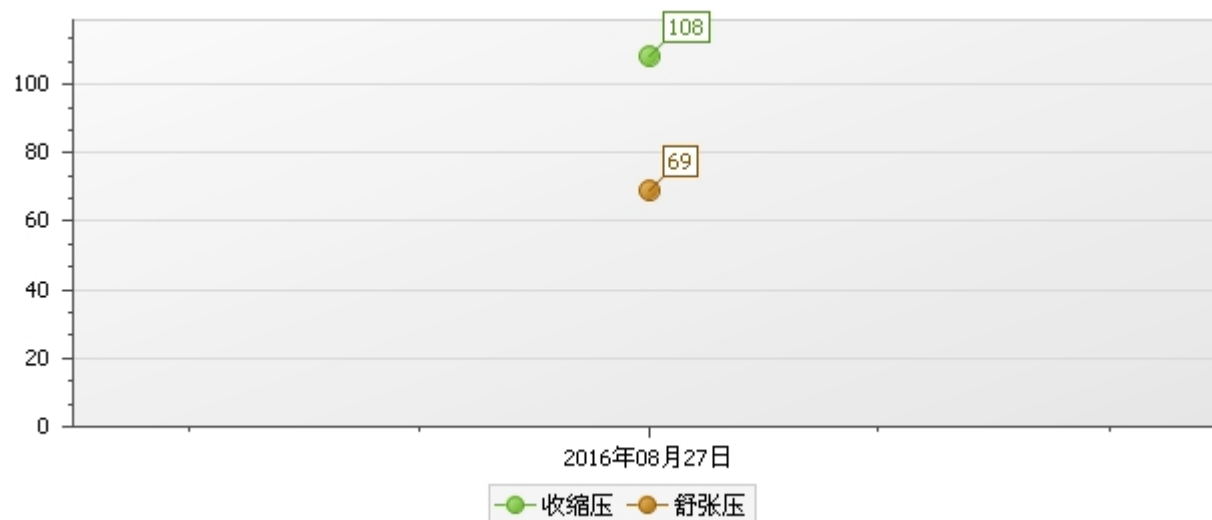
【判断标准】消瘦：BMI<18.5，正常：18.5≤BMI<24，超重：24≤BMI<28，肥胖：BMI≥28。



二、血压

【医学解释】血压是指血管内血液对于单位面积血管壁的侧压力，通常所说的血压是指动脉血压。高血压是导致心脑血管、肾脏疾病发生和死亡的最主要的危险因素。

【判断标准】正常血压：收缩压<120和舒张压<80，正常高值：收缩压（120~139）和/或舒张压（80~89），高血压：收缩压≥140和舒张压≥90，单纯收缩期高血压：收缩压≥140和舒张压<90。



重点指标趋势



中康国际体检中心
China Healthcare International Physical Examination Center

姓名	崔坤利	性别	男	医生	杨薇
编码	101203	年龄	35	日期	2016-8-27

三、空腹血糖

【医学解释】空腹血糖（GLU）是指在隔夜空腹（至少8~10小时未进任何食物，饮水除外）后，所测定的静脉血浆葡萄糖值。糖尿病史由于胰岛素分泌及（或）作用缺陷引起的以血浆葡萄糖升高为特征的代谢疾病群。

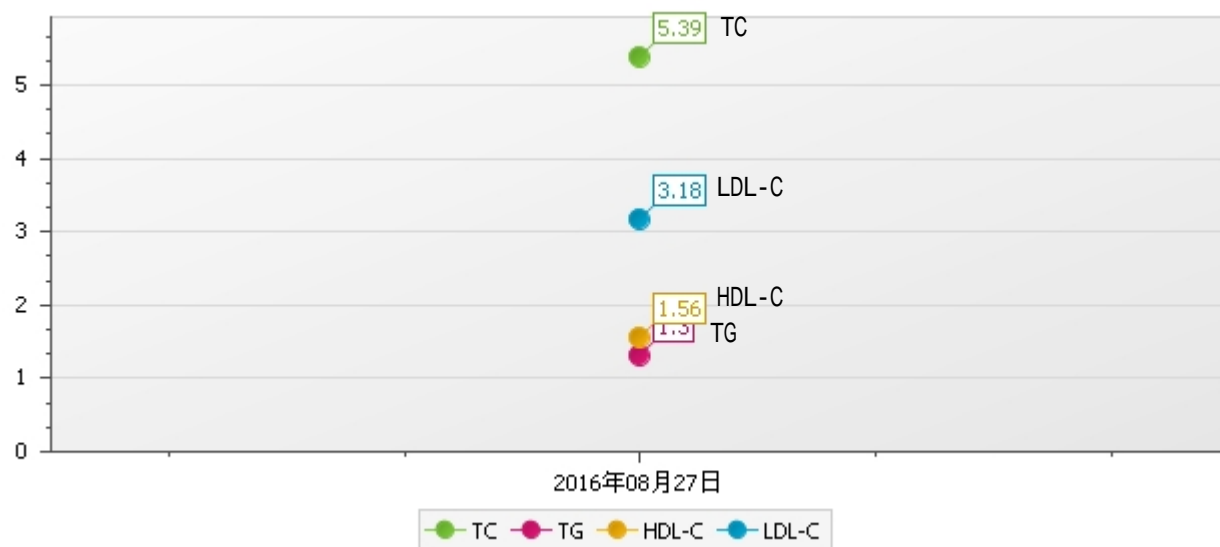
【判断标准】正常血糖： $<6.1\text{mmol/L}$ ，空腹血糖受损（IGR）： $6.1\sim 6.9\text{mmol/L}$ ，糖耐量受损（IGT）：餐后2小时血糖 $7.8\sim 11.0\text{mmol/L}$ 。空腹血糖 ≥ 7.0 即可诊断为糖尿病。



四、血脂

【医学解释】血脂是血浆中的胆固醇、甘油三酯和类脂等的总称。血脂异常通常是指血浆中胆固醇和（或）甘油三酯升高。实际上高脂血症也泛指包含低高密度脂蛋白胆固醇血症在内的各种血脂异常。

【判断标准】正常范围：总胆固醇（TC） $<5.18\text{mmol/L}$ ，甘油三酯（TG） $<1.07\text{mmol/L}$ ，低密度脂蛋白胆固醇（LDL-C） $<3.37\text{mmol/L}$ ，高密度脂蛋白胆固醇（HDL-C） $\geq 1.04\text{mmol/L}$ 。



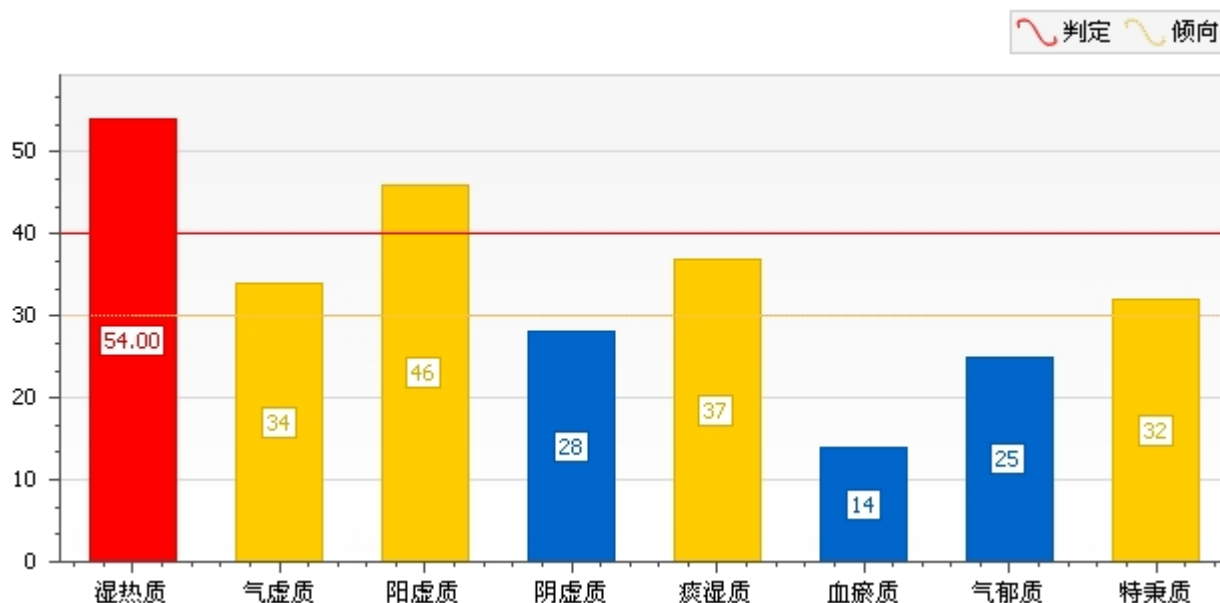
中医体质辨识报告



中康国际体检中心
China Healthcare International Physical Examination Center

姓名	崔坤利	性别	男	医生	杨薇
编码	101203	年龄	35	日期	2016-8-27

中医体质类型是按照中华中医药学会发布的《中医体质分类与判定》标准进行辨识的。以下内容是根据您填写的量表，经系统处理后得出的结论。请您认真阅读以下内容，并按调理指导方案



1. 体质定义

您的体质是：湿热质（兼有阳虚质，有痰湿质、气虚质、特禀质的倾向）

2. 体质分析

【形体特征】

形体偏胖。

【心理特征】

性格多急躁、易怒。

【常见表现】

面垢油光、易生痤疮粉刺、舌质偏红苔黄腻、容易口苦口干、身重困倦、心烦懈怠、眼筋红赤、大便燥结或粘滞、小便短赤、男易阴囊潮湿、女易带下量多、脉象多见滑数。

【对外界环境适应能力】

对湿环境或气温偏高，尤其夏末、秋初，湿热交蒸气候较难适应。

【发病倾向】

疮疖、黄疸、火热病症。

3. 调养指导

【精神调养】

中医体质辨识报告



中康国际体检中心
China Healthcare International Physical Examination Center

姓名	崔坤利	性别	男	医生	杨薇
编码	101203	年龄	35	日期	2016-8-27

学习心理美容、静养心神、学习儒释道等传统养生文化，增强文化底蕴和生命的内聚力、掌握一些释放不良情绪的方法，例如，节制法、疏泄法、转移法、情志相胜法等、练习瑜伽、气功、太极拳、舒展优雅的舞蹈、经常做深呼吸，将气息吸至小腹部、多听流畅悠扬舒缓有镇静作用的音乐。

【起居调养】

起居有常、避免过于劳作、居住环境空气流通、避免熬夜、居住环境干燥、盛夏暑湿较重的季节，减少户外活动的时、戒烟限酒、睡眠充足。

【运动调养】

跑步、打球、爬山、游泳、武术、适合大强度，大运动量的运动、避开暑热环境，选择凉爽时锻炼。

【饮食调养】

羊肉〔忌〕、韭菜〔忌〕、绿豆、辣椒〔忌〕、赤小豆、肥肉〔忌〕、芹菜、黄瓜、藕、胡椒〔忌〕、花椒〔忌〕、火锅〔忌〕、烹炸〔忌〕、烧烤〔忌〕。

【中药调养】

甘草、车前草、淡竹叶、防风、滑石、藿香、鸡骨草、龙丹、木棉花、石膏、溪黄草、茵陈、甘露消毒丹、龙胆泻肝丸、清热祛湿冲剂、溪黄草冲剂。

【经络调养】

【胆经】

阳陵泉。

【肝经】

太冲。

【脾经】

阴陵泉、三阴交。

【膀胱经】

肝俞、胃俞。

【药膳调养】

雪羹汤、田鸡煲冬瓜。

4. 药膳指导

田鸡煲冬瓜

【配料】冬瓜900克，田鸡600克，生姜1片，冬菇25克。【制法】冬瓜去瓢洗净，切厚块。田鸡洗净斩段，用少许姜汁腌10分钟，用凉水涮过。冬菇浸软去蒂擦干水。把适量水煮沸，放入冬瓜、田鸡、姜，煮沸后，以慢火煲40分钟，下冬菇再煲15分钟，加盐调味即成。【服法】佐餐食。【效用】田鸡有清热泻火、解毒养阴之效；冬瓜可清热利尿。



雪羹汤

中医体质辨识报告




中康国际体检中心
China Healthcare International Physical Examination Center

姓名	崔坤利	性别	男	医生	杨薇
编码	101203	年龄	35	日期	2016-8-27

【原料】连皮荸荠360g，海蜇头120g。【制法】先将海蜇头充分浸泡去除盐分，与洗净的荸荠共煮汤。【应用】佐餐食用。【功效】养阴润燥，清肺化痰。





青岛中康国际体检中心

地址:青岛城阳区正阳路3号

电话: 0532-68957999