

全家庭体检建议

全家庭体检内容汇总表

体检维度	具体人群	核心检查项目	检查频次
一、体检基础项（所有人必查）	全年龄段（含儿童青少年，儿童青少年以学校统一体检为主，无需额外体检）	1. 问卷调查：运动情况、营养问卷、睡眠问卷、抑郁/焦虑问卷 2. 物理化学检查：身高、体重、腰围、臀围、血压、脉搏；血尿便常规、肝功、肾功、血脂四项（甘油三酯、胆固醇、低密度/高密度脂蛋白）、血糖（空腹+糖化血红蛋白）、尿酸 3. 影像学检查：胸片、腹部超声	身高每年1次，其他符合“大体检”频次 文“体检频次建议
二、年龄&性别针对项（差异化必查）	18-39岁女性	1. 基础项所有内容 2. 宫颈癌筛查：21岁起启动，21-29岁每3年1次；30-65岁每3年宫颈涂片/每5年HPV检测/每5年涂片+HPV联合检测 3. 糖尿病筛查（35岁起）：空腹血糖+糖化血红蛋白 4. 牙科检查：口腔检查+清洁 5. 眼科检查：视力及眼底评估 6. 传染病筛查：衣原体、淋病、HIV（15-65岁至少1次）、丙肝（18-79岁至少1次）	1. 宫颈癌筛查：按次 2. 糖尿病筛查（家族史/高血压每年1次，无风险 3. 牙科：每年 4. 眼科：40岁每年1次，有视力问题
	18-39岁男性	同“18-39岁女性”，仅剔除“宫颈癌筛查”	同“18-39岁女性” 颈癌筛查相关频次
	40-64岁女性	1. 18-39岁女性所有内容 2. 新增：乳腺癌筛查（乳房X光）、结直肠癌筛查、肺癌筛查（低剂量CT）、骨质疏松症筛查	1. 乳腺癌：50-74岁每年1次，50岁以下自选 直肠癌：45-75岁每年1次 潜血+免疫化学检测 肠镜），45岁以下（息肉家族史等）

			 3. 肺癌：50-1 烟史/现吸烟/15年 年1次低剂量CT<b 松：50-64岁必查， 有风险按需查
	40-64岁男性	同“40-64岁女性”，将“乳 腺癌筛查”替换为“前列腺癌 筛查（直肠指检+前列腺超声 +PSA检测）”	1. 前列腺癌：55-6 查，其他年龄段不 2. 其余项目频 64岁女性”
	65岁以上女性	1. 40-64岁女性所有内容 2. 新增：听力测试	1. 听力测试每年1 余项目频次同“40 性”
	65岁以上男性	1. 65岁以上女性所有内容 2. 新增：腹部超声（筛 查腹主动脉瘤）	1. 腹部超声每年1 余项目频次同“65 性”
三、专项检查（X项，按需选择）	有特定疾病怀疑/已患病者	1. 癌症筛查： - 肺癌：低 剂量CT（优先）、肿瘤标志 物、肺癌相关自身抗体 - 结直肠癌：FIT-DNA检测/免 疫潜血/全结肠镜（优先）、 Septin9基因检测（可选） - 胃癌：幽门螺杆菌检测 +血清胃蛋白酶原+电子胃镜 （优先）、磁控胶囊胃镜（可 选） - 肝癌：肝脏B超 +肝功（基础） - 前列腺 癌：直肠指检+超声（基 础）、PSA检测（优先）、前 列腺MRI（可选） 2. 慢性 病筛查： - 慢阻肺：肺功 能检查（优先）、胸部CT （可选） - 2型糖尿病： 口服葡萄糖耐量试验+餐后2h 血糖（优先）、皮肤糖基化终 产物检测（可选） - 慢性 肾病：血清胱抑素C+肾小管 功能检测（可选） 3. 评 估类： - 心理健康：SCL- 90/SDS/SAS量表（优先） - 免疫功能：淋巴细胞亚 群检测（优先）、免疫球蛋白 （可选）	按需进行（如癌症 个月复查，慢性病 监测）

四、体检频次建议	20-40岁人群	1. 必查：血压、血脂、体重指数 2. 大体检（含基础项+性别针对项）	1. 血压、血脂、体 年1次 2. 大体 年1次
	40岁以上人群	大体检（含基础项+性别针对 项+按需专项）	每年1次
五、注意事项	全人群	1. 避免过度体检：不推荐常规 基因测序（仅单基因遗传病家 族史/肿瘤靶向治疗需做）、 不推荐PET-CT早筛（不如钼 靶/便潜血等精准） 2. 机构选择：优先公立三级医院体 检中心（医护经验丰富） 3. 项目原则：未提及项 目大概率为“智商税”，无需 选择	-

（注：文档部分内容可能由 AI 生成）