

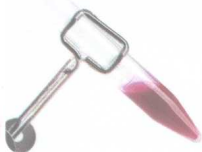
健康体检

JIANKANG TIJIAN
YIBENTONG

一本通



主 编 张春改 黄 静



疾病源自无知 健康就是力量



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

健康体检

JIANKANG TIJIAN
YIBENTONG

一本通

主 编 张春改 黄 静
编 者 喻 薇 李春涛
王 恺 何健平
张 军



 人民軍醫出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

健康体检一本通/张春改,黄静主编. —北京:人民军医出版社,2010.8

ISBN 978-7-5091-3398-9

I. ①健… II. ①张…②黄… III. ①体格检查—基本
IV. ①R194.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 008468 号

策划编辑:李鸿涛 文字编辑:王赫男 责任审读:余满松

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)64787161—817

网址:www.pmmp.com.cn

印刷:京南印刷厂 装订:桃园装订有限公司

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:6.5 字数:120千字

版、印次:2010年8月第1版第2次印刷

印数:10001~11000

定价:15.80元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内容提要

本书系统介绍了健康体检的知识与原则。分别从常规检查项目、影像学检查、电生理学检查、实验室检查等方面，向广大读者一一讲解体检项目的含义和作用。为了帮助读者更好地阅读与理解，书中穿插了很多贴近生活的小知识与问答。本书正文后附有相关索引，以帮助读者更好地使用本书。本书同时也是一本家用化验结果自查手册。

前言

自从2003年SARS肆虐之后，国人越来越重视自身的健康。健康管理这一概念，逐渐走入了寻常百姓家。根据我国最新《健康管理师国家职业标准》一书中的定义，健康管理就是对个体或群体的健康进行全面监测、分析、评估，提供健康咨询和指导以及对健康危险因素进行干预的全过程。从健康管理的定义来看，定期进行体检并准确了解体检报告各项指标的含义无疑是健康管理的第一步。然而，体检报告里很多内容都是专业术语，相信绝大多数读者，都会对报告里的一些数值、符号和结论有不知所措的感觉。帮助读者们看懂体检报告每一项的含义，这是本书出版的根本目的。

本书的开篇部分，向广大读者介绍了体检的基础知识及重要性，之后按照体检的项目和顺序划分为“常规检查项目”、“影像学检查”、“电生理学检查”等12个部分。每部分下，都有医生详细解释的若干小项，不仅介绍了各项检查的意义和作用，还为读者仔细解读各项体检结果隐含的健康危险因素。

对于已经定期进行或将要进行体检的读者，这是一本可靠可信的参考图书。对于还没有进行体检的读者，这本书也有很重要的价值。本书会指导你如何关注自身健康，如何管理自身健康。

最后要告诉广大读者的是，体检不等于看病。看病是针对疾病进行的检查、诊断和采取有针对性的治疗措施的过程。体检则是在医学检查的基础上，根据检查结果对健康状况作出分析和评估。所以，体检检出异常以后要及时到医院进行诊断和治疗。

由于水平有限，本书难免存在一些不足之处。恳请广大读者不吝赐教，我们会不断修订完善。

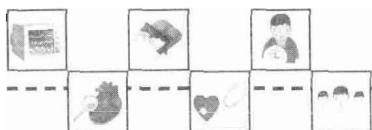
希望广大读者通过阅读本书，获得健康管理的有效知识，达到改善健康的终极目的。

编者

目 录

善待自己，从健康体检开始.....	2
健康是人生的最大财富.....	2
疾病有治疗的关键期.....	2
体检常识.....	4
体检前的准备.....	4
体检的注意事项.....	4
怎样分析相关检测结果.....	5
体检结果异常要复查.....	6
怎样看化验单上的(+)、(-)	7
检查项目合理选择，要有针对性.....	7
儿童期体检特点.....	8
中青年男性体检的特点.....	9
中青年女性体检的特点.....	10
中老年人常规体检必查项目.....	10



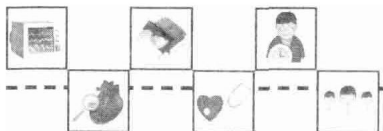


婚前体检.....	13
入托体检.....	13
高考常规体检.....	13
服务行业体检.....	14
一般招工体检.....	14
职业病体检.....	14
艾滋病的初筛检查.....	16
出国体检.....	16
如何选择各类体检“套餐”	18
依据自己健康情况制订体检“套餐”	18
普通体检项目.....	18
常规体检项目	19
高端体检项目（女）	20
高端体检项目（男）	23
体检常规检查项目.....	28
一般检查.....	28

身高—体重—体脂肪率测定（FAT）

眼科检查·····	32
眼睑—结膜和巩膜—泪囊—眼球外形和运动—眼 压—视力—色觉—眼底—晶状体	
口腔科检查·····	35
耳鼻喉科检查·····	37
耳—鼻—咽喉	
内科检查·····	40
血压—脉搏—呼吸—心脏检查—肺脏检查—腹部 检查	
外科检查·····	46
皮肤—浅表淋巴结—颈部检查—乳房检查—腹壁 检查—脊柱—四肢—肌肉—肛门、直肠—外生殖器检 查—前列腺检查	
骨密度检查·····	52
妇科检查·····	52
外阴检查—阴道检查—阴道分泌物检查—子宫颈 检查—子宫检查—附件—妇科肿瘤标志物化验检查	
影像学检查·····	59
胸部X线检查·····	59
腹部X线检查·····	59





脊柱X线检查	59
CT检查	60
超声检查.....	61
磁共振检查（MR）	69
内镜检查.....	69
电生理学检查.....	71
心电图检查（心电图动态监测）	71
脑电图检查.....	74
脑血流图检查.....	74
肌电图检查.....	75
肺功能检查.....	75
肺容量测定（静态肺容量）—通气功能测定（动态肺容量）—吸气分布均匀性测定—肺弥散功能测定—通气／血流比例测定	
实验室检测.....	80
血常规检测.....	80
红细胞（RBC）计数—血红蛋白（Hb）—白细胞（WBC）计数—白细胞分类—血细胞比容检测—红细胞三项平均值—红细胞体积分布宽度（RDW）—网织红细胞计数—血小板计数检测—血小板分布宽度	

(PDW) — 血小板平均容积 (MPV) — 红细胞沉降率检测

尿液检测..... 89

尿沉渣检测 — 尿液潜血 (BLO) — 尿胆红素 (BIL) — 尿胆原 (UBG) — 尿酮体 (KET) — 尿蛋白 (PRO) — 尿液亚硝酸盐 — 尿糖 (GLU) — 尿液酸碱度 — 尿比重测量 (SG) — 尿液白细胞 — 尿液红细胞 — 尿沉渣管型 — 尿沉渣结晶检测

粪便检验..... 98

前列腺液检查..... 100

精液常规检验..... 102

肝功能检查..... 104

丙氨酸氨基转移酶 (ALT) — 天冬氨酸转移酶 (AST) — γ -谷氨酰转移酶 (γ -GT) — 血清总胆红素 (TB) 和直接胆红素 (IB)、间接胆红素 (DB) 测定 — 血清总蛋白 (TP)、白蛋白 (A)、球蛋白 (G) — 总胆汁酸 (TBA) 测定 — 血清5-核苷酸酶 (5-NT) — 血清拟胆碱酯酶 — 血清单胺氧化酶 (MAO)

病毒性肝炎血清标志物测定..... 112

甲型肝炎病毒抗体测定 — 乙型肝炎病毒标志物测





定—丙型肝炎病毒标志物测定—丁型肝炎病毒标志物
测定—戊型肝炎病毒标志物测定

肾功能检测..... 120

 尿素氮（BUN）—血清肌酐（Cr）—血清尿酸
 （UA）

血清脂质检测..... 124

 总胆固醇（TC）检测—三酰甘油（TG）—高密
 度脂蛋白胆固醇（HDL-C）—低密度脂蛋白胆固醇
 （LDL-C）

糖代谢疾病相关检验..... 129

 血清葡萄糖—葡萄糖耐量试验（CTT）—胰岛素
 及胰岛素释放试验

电解质检测..... 135

 钙（Ca）—磷（P）—铁（Fe）—镁（Mg）—钾
 （K）—钠（Na）—氯（Cl）

感染性疾病相关化验检验..... 143

弓形虫抗体检查..... 143

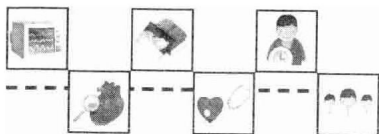
人类免疫缺陷病毒抗体检查..... 143

胃幽门螺杆菌（HP）抗体检查 145

梅毒螺旋体检查..... 145

C反应蛋白测定 (CRP)	146
女性性腺器官功能检测.....	148
促卵泡生成素检测 (FSH)	148
促黄体生成素检测 (LH)	150
雌二醇检测 (E_2)	152
孕酮检测 (P)	153
男性激素检测.....	155
睾酮 (T) 检测	155
甲状腺疾患检测.....	157
游离T4检测	157
血清总T4检测	158
游离T3检测	159
促甲状腺激素检测.....	160
生长激素检测.....	161
肿瘤标志物检测.....	162
甲胎蛋白检测 (AFP)	162
癌胚抗原检测 (CEA)	163
癌抗原检测19-9 (CA9-19)	164





癌抗原检测50 (CA50)	165
癌抗原检测242 (CA242)	166
癌抗原检测125 (CA125)	166
癌抗原检测15-3 (CA15-3)	167
总前列腺特异抗原检测 (PSA)	168
组织多肽抗原检测 (TPA)	171
鳞状上皮细胞癌抗原 (SCC) 检测	171
α -L-岩藻糖苷酶 (AFU) 检测	172
神经元特异性烯醇化酶 (NSE) 检测	172
细胞角蛋白19片段抗原检测 (CYFRA21-1)	173
酸性磷酸酶测定 (ACP)	174
β_2 微球蛋白检测 (β_2 -MG)	174
降钙素检测 (CT)	176
血清肿瘤相关的激素测定	176
附录	179
索引	183

本书使用说明

本书适用于：

- ◎ 体检报告看不明白时。
- ◎ 拿了异常报告不知怎么办时。
- ◎ 拿了医院检查结果没听明白医生的嘱咐时。

本书也适用于医院的检查结果吗？

- ◎ 适用。本书介绍的检查项目多于一般体检项目，所以既可用于体检报告，又适用于医院的各类检查。

本书主要介绍了什么？

- ◎ 告诉你去体检时怎样选择体检项目。
- ◎ 介绍了各种检查的正常值、出现异常可能发生的疾病，指导你怎样做进一步的检查。

本书介绍了哪些种类的检查？

- ◎ 介绍了体检常规检查（眼科、口腔科、耳鼻喉科、内科、外科、妇科）、影像学检查、电生理学检查、实验室检测等。

本书介绍的影像学类检查包括哪些？

- ◎ 包括X线检查、CT检查、超声检查、磁共振检查、内镜检查。

本书介绍的电生理学类检查包括哪些？

- ◎ 包括心电图、脑电图、脑血流图、肺功能检查。

本书介绍的实验室类检测包括哪些？

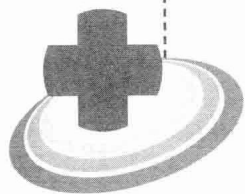
- ◎ 包括血、尿、便、精液的各项检查。

拿着体检结果如何查看本书？

- ◎ 先查找检查的种类，然后查找相应的项目。
- ◎ 找书后索引，按检查项目头一个字的汉语拼音查找。

读这本书应关注哪些要点？

- ◎ 不要只关注正常值，还要阅读我们关于异常的分析。
- ◎ 不要忽视尿液、大便的异常。
- ◎ 特别要注意肿瘤标志物检测的结果。



善待自己，从健康体检开始

● 健康是人生的最大财富

身体健康，长命百岁，是每个人的愿望，是永恒的主题。尤其是今天，长寿更是人们追求的目标。随着生活水平的提高、医学模式的转变，人们对健康要有新的认识，不要在身体出现了症状才看医生，这是消极的方法。有很多人身体已处在亚健康的状况，自己却浑然不知，以致逐渐加重，到了不能忍受的程度才到医院检查，此时发现病情已相当严重，要花费大量的金钱治疗，有的甚至终身与药为伴，而且得不到理想的效果。

在发达国家，国民的健康意识普遍很强。例如，布什在9年前体检时发现大肠内有良性息肉，在检查之前他并没有感到任何不适，可见体检非常必要。体检期间布什把手中的工作暂时移交给副总统切尼。说明总统工作虽然繁忙，但也不应忽视自己的健康。健康是生活和工作的基础，是人生最大的财富。

● 疾病有治疗的关键期

疾病如果能早期发现、早期治疗，就能缩短治疗时间、提高治愈率、减少治疗费用，疾病早期治疗是提高生命质量的关键期。定期健康体检是早期发现疾病的必要手段。近两年，肺结核和乙型肝炎这两种传染性很强的疾病发病率很高，尤其近年肺结核的发病率明显上升，每次集体体检，都能查出一些肺结核和乙肝的病人，甚至能查出几例癌症患者。例如，某处长原来不过是脂肪肝，患脂肪肝的人不少，也没什么症状，他也就没当回事。因为轮换到基层锻炼3年，他

没顾上体检；3年后回机关，发现脂肪肝已经发展为肝硬化了。脂肪肝经过治疗、观察和改变生活方式是能够治愈的，而肝硬化就不那么简单了。这位处长错过了治疗的关键期。又如一些早期、未转移的“小癌”治疗效果往往很好，有的能够痊愈，但发展到了晚期，情况就不妙了。因此，每年一次的体检是必要的，体检可以及早发现身体的隐患，给你提出警示，提醒你尽早接受治疗。



健康定义

1984年世界卫生组织在其《宪章》中首次明确了什么是健康：健康不仅仅是没有疾病和虚弱状态，而是身体上、心理上和社会适应能力上三方面的完美状态。人们对健康概念理解的变化，引导现代医学从以前只关心病人身体疾病的生物医学模式转向生物—心理—社会医学模式，不但关注躯体疾病，更关注心理疾病以及造成身心疾病的社会环境。

1990年世界卫生组织又在健康的定义中加入了道德健康的含义。所谓道德健康就是指能够以不损害他人权益来满足自己的需要，能够按照社会认可的道德行为规范约束自己及支配自己的思维和行为，具有辨别真伪、是非、善恶、荣辱等观念的能力。

2000年，世界卫生组织对健康的定义中又加入了生殖健康的含义：一个人只有躯体健康、心理健康、良好的社会适应能力、道德健康和生殖健康等五方面都具备才称得上是健康。

