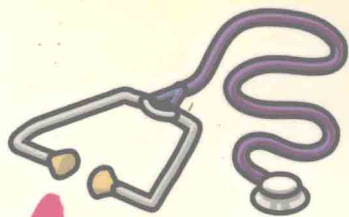




健康直通车

05



适时体检 远离疾病

段振离 编著

- ★ 关注健康从体检开始
- ★ 体检是花小钱省大钱
发现疾病小苗头
及时治疗的最好手段
- ★ 书告诉你不同人
该做哪些体检项目
何时做
么值是正常的……



中原农民出版社

健康直通车05



适时体检远离疾病

段振离 编著

中原农民出版社

图书在版编目(CIP)数据

适时体检远离疾病/段振离编著. —郑州:中原
农民出版社,2005.4
(健康直通车)
ISBN 7-80641-770-2

I. 适… II. 段… III. 体格检查—基本知识
IV. R194.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第103388号

出版社:中原农民出版社

(地址:郑州市经五路66号 电话:0371-5751257

邮政编码:450002)

发行单位:全国新华书店

承印单位:河南第二新华印刷厂

开本:890mm×1240mm A5

印张:5

字数:88千字 **印数:**1-4000册

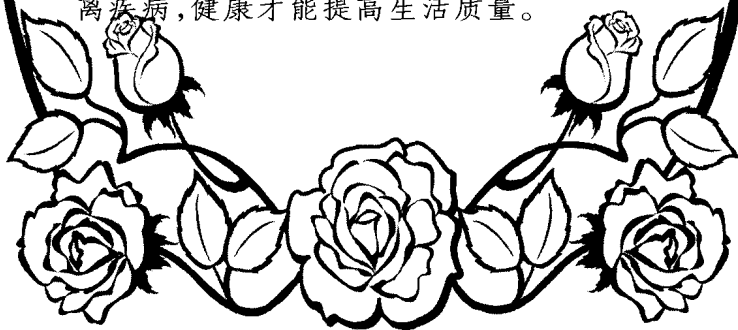
版次:2005年4月第1版 **印次:**2005年4月第1次印刷

书号:ISBN 7-80641-770-2/R·095 **定价:**10.00元

本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换

内容提要

健康的重要性是不言而喻的,相比生病到医院去检查治疗而言,定时做健康体检是花小钱发现疾病早期信号的最好手段。本书主要和读者讲讲不同年龄的人何时体检,都体检什么,体检时注意什么等。同时提醒一些常见病病人除了按常规体检外,还应该根据所患疾病有重点地检查,以保证疾病的治疗效果。由于化验检查都是用缩写字母代替的,为了方便读者自己查找,还介绍了化验检查的正常参考值、健康提示及化验项目的缩写与中文对照等。在此提醒读者朋友:自己的健康自己做主,适时体检才能远离疾病,健康才能提高生活质量。





专家在线	1	心脏病	23
健康体检	5	肺结核	24
健康体检普查项目	7	胃病	25
健康体检推荐项目	8	乙肝	26
健康体检详查项目	10	风湿性疾病	27
妇科体检普查项目	11	贫血	28
婚检普查项目	12	肾病	29
健康体检的时间	13	早期发现癌症	30
健康体检特别提示	15	化验检查正常范围	35
常见病检查	17	血液一般检查	37
糖尿病	19	红细胞的其他检查	41
肥胖症	20	血液流变学检查	45
高脂血症	21	血型鉴定与交叉配血	
高血压	22	试验	47

毛细血管脆性试验 (束臂试验)	50	粪便检查	93
出血时间测定(BT)	50	胃液检查	96
血小板计数 (PC 或 PLt)	51	十二指肠引流液 检查	100
血块收缩时间	52	痰液检查	104
凝血时间测定(C. T.)	53	脑脊液检查	109
血清凝血酶原时间 测定(SPT)	53	心肌损害相关 实验室检查	117
血浆凝血酶原时间 测定(PT)	54	血脂检查	119
尿液一般检查	55	糖尿病相关检验	123
尿液化学检查	58	甲状腺功能检查	127
尿液三杯检查	61	性病的检查	129
肾小球功能检查	62	无机离子检查	131
肾小管功能试验	65	感染免疫检测	136
血浆二氧化碳结合力 (CO ₂ CP)测定	67	免疫功能检查	140
阴道分泌物检查	69	健康检查常用项目词汇 外文缩写中文对照	145
精液检查	70		
前列腺液检查	73		
蛋白质代谢检查	75		
胆红素代谢检查	79		
血清酶学检查	82		
病毒性肝炎标志物 检测	86		





当医生已经很多年了,经常看到生离死别的场面,尤其对那些年纪轻轻的就过早离开人间,白发人送黑发人的情景更感到难受心痛,常常想如果他们早一点定期健康体检,早发现、早预防也不至于匆匆死去。有一位哲人说,人的健康是“1”,知识、财富、学历、职称、职务、地位……都是“1”后面的“0”,这些“0”越多,这个数的“数值”就越大,可以是千、万、十万、百万,乃至数十个亿,成为天文数字。然而,一旦失去健康,没有前面的“1”,那么所有的一切都变成了“0”。

民间还有流传极广的一句话:“有啥,别有病;没啥,别没钱。”言简意赅地阐明了健康的重要性。

那么如何知道自己是否健康呢?如何知道自己有没有疾病呢?仅凭感觉是不行的,因为许多疾病的早期没有任何痛苦和感觉。例如乙型肝炎表面抗原携带者、隐匿性糖尿病、早期的癌症……

近年来,癌症的发病率呈明显上升的趋势。很多我们身边的亲友和同事,昨天还在和我们谈笑风生,今天就被诊断为癌症,不久又离我们而去。的确,90%的早期癌症是没有明显症状的,必需靠专业普查才能发现。而绝大多数癌症患者都是在出现症状时才去就诊,此时往往已经发展到中晚期,失去了最佳的治疗时机。以往癌症多发生于老年群体,但是,现在情况发生了变化,癌症的发病年龄提前了15~20年,35~55岁的人成为主要发病群体。就目前的医学发展水平而言,只有早期癌症才能治愈,而只有依



靠专业的防癌普查才能发现早期癌症。

癌症仅仅是一个例子，不仅仅是癌症，任何疾病，都要早期检查，早期诊断，早期治疗，才会有良好的疗效。无病早防，有病早治，才能保障健康，延年益寿。可见进行定期的健康检查是十分必要的。如果检查一切正常，那么可以放心，并将既往的生活方式（运动、营养、心理等）继续坚持下去；如果发现一些疾病的苗头，就及时治疗，将疾病消灭在萌芽状态。

现在，定期体检已成为人们的时尚，不仅仅是机关、学校、企业、工厂、部队等组织检查，还有许多个人，自己掏腰包进行体检。要是哪个人得了大病，周围就马上会有许多人去做体检，图的是花小钱，省大钱。

在体检之后，许多人对检查结果看不明白。

有人问：“HBsAg(+)是什么意思？我没有什么痛苦感觉，是不是疾病？”

“乙型肝炎大三阳是什么？小三阳是什么？有什么意义？”

“AFP(-)是什么意思？它是检查什么的？”

“我的尿中白细胞(+),是什么疾病，有危险吗？”

.....

对于这些问题，在体检后经常会遇到的，问医生，他们都很忙，没有时间详细解答。我们在本书中除了告诉读者不同的人群何时作体检外，还将常用检查项目的正常值及提示告诉读者，帮助读者早期发现疾病，早做治疗。



健康体检就是维护健康的一道屏障。在竞争激烈的今天,虽然都知道健康是第一位的,但是仍有很多的人在身体不舒服的时候,能忍就忍,能拖就拖,以至于不能早期发现病变,甚至早期癌症,错过最佳的治疗时期。

关注健康最有效的方法莫过于健康体检。虽然健康体检的项目很多,但还是应该根据自己的家庭病史、年龄、性别、职业、身体情况等方面,有针对性地选择健康体检项目。



健康体检普查项目

▲ 内科

通过各种检查手段,检查血压和各内脏的疾病。

▲ 外科

通过视、触诊检查有无头、颈、胸、腹、外生殖器、肛门、手掌、足底等疾病。

▲ 眼耳鼻喉科

通过检查发现五官疾病及一些五官疾病的初步诊断。

▲ 肝肾功能

通过肝肾功能的检查发现有无相应疾病。

▲ 血糖

通过血糖的检查发现有无糖尿病和其他代谢性疾病。

▲ 血脂

通过血脂的检查发现有无高血脂及其相应疾病。

▲ 甲胎蛋白

主要用于发现原发性肝癌。

▲ 乙肝表面抗原

排查乙肝病人及无症状乙肝病毒携带者。

▲ B超

通过B超了解肝、胆、脾、胰、肾、输尿管、膀胱的情况,



女性可以检查内生殖系统疾病,男性可以检查前列腺疾病。

▲ 胸透

是早期发现肺癌最简单的方法之一,也是诊断呼吸系统疾病的依据。

▲ 女性

成年女性每年要进行一次妇科检查,可以初步发现妇科病。

健康体检推荐项目



▲ 尿常规

通过一般性质检查,蛋白、糖定性试验和显微镜检查,可初步了解泌尿系统的疾病,也是其他系统疾病常用的化验检查之一。

▲ 大便常规

是了解消化系统疾病的重要方法。

▲ 血生化

通过肝功能、血脂、血糖、肾脏功能等检查。可以初步排查糖尿病、肝肾疾病和其他疾病。





▲ 血压

对家族中有高血压病的人,血压常规检查是必查不可的。因为高血压病人越来越多,高血压的致残率及由它引发的心脑血管意外的死亡率占居我国疾病的首位,被称为“生命的第一杀手”。

▲ 心电图

是临床上检查心脏情况的重要方法之一,有助于对心肌缺血、心律失常的诊断,对无症状性心肌缺血和鉴别发作性心律失常更有临床诊断作用。

▲ 胸透

对长期吸烟的人及肺结核有重要的诊断价值,还可以了解肺部的其他情况,诊断各种心、肺疾病。

▲ 腹部 B 超

通过 B 超可以了解肝、胆、胰、脾、肾、输尿管、膀胱有无病变,还可以检查女性生殖系统病变,男性前列腺疾病。

▲ 乙肝五项

通过乙肝五项可以判断是否是乙肝病人及乙肝病毒携带者。

▲ 耳鼻喉科

通过耳鼻喉科检查,可以了解鼻出血、听力下降等的原因及鼻咽癌、喉癌的初步诊断。

▲ 口腔

有无龋齿、口腔溃疡病等。





▲眼科

对高血压、糖尿病等病人,眼底检查是不可缺少的。

▲妇科检查

成年女性应该每年做一次妇科检查,通常要查阴道、子宫颈、子宫、卵巢、输卵管等是否异常,这样可以及早地发现隐藏的妇科疾病,及早地进行治疗。

健康体检详查项目



在健康体检普查结果有异常之后,医生会根据检查情况进行疾病确诊检查。如作胸透检查怀疑肺癌时,可根据情况进行胸部CT、纤维支气管镜、细胞学检查等特殊检查。怀疑胃癌应作粪便隐血检查、胃液分析检查、X线钡餐检查、内窥镜检查、胃脱落细胞学检查、免疫学检查等。在这里要特别提醒读者,在体检有异常时,一定要到专科医院请医生早确诊、早治疗。



妇科体检普查项目

▲ 妇科检查

通过妇科检查,一是发现外阴有无肿瘤、炎症等;二是有无畸形、炎症、白带是否异常等;三是有无宫颈炎症、宫颈糜烂等;四是可触摸子宫的大小、形态以及子宫的位置等。

另外,在妇科检查中,未婚女性由于处女膜的原因,一般不做阴道检查。

▲ 白带常规

通过白带的检查,发现有无霉菌、滴虫等病。

▲ 宫颈涂片

主要是防癌涂片检查,如果有问题,通过此法 90% 都能查出。

▲ B 超

通过 B 超可以检查女性生殖系统疾病及节育环的位置等。

▲ 乳腺红外线

通过此项检查可以筛选乳腺良性疾病和恶性肿瘤。特别是对那些不宜行 X 线检查的年轻妇女、孕妇及需要反



复检查者。

婚检普查项目



▲ 健康体检

通过健康体检发现身体是否健康。

▲ 妇科检查 + 白带常规

检查女性生殖方面是否正常。

▲ 男性生殖检查 + 分泌物检查

检查男性生殖方面是否正常。

▲ 血常规 + 尿常规 + 淋病筛查 + 梅毒筛查 + 血清转氨酶 + 乙肝表面抗原

通过检查可发现有无传染病、性病等。

▲ X 线检查

通过 X 线检查对肺、胸膜等胸部肿瘤有重要意义。



健康体检的时间



健康检查应该多长时间进行一次,应视年龄、身体状况和疾病而定。

▲ 年龄

在正常情况下,新生儿应1~2周作一次检查;6月龄以内的婴儿,每月一次;6个月~1周岁的婴儿,每两个月检查一次;1~3岁幼儿,每半年检查一次;3~7岁,每年检查一次。检查的项目有身高、体重、行为神经测定、智能发育指数测定、运动发育指数测定等。这是指在正常情况下的健康检查,假若有了异常,如发热、咳嗽,则随时应该检查,那就是诊断疾病了。青少年每2~3年体检一次。40岁以后每年体检一次。关于检查项目,21岁以上就要定期测量血压;30岁以上定期测量血脂;40岁以上定期测量血糖。

▲ 身体状况

青壮年、身体状况良好的人,可2~3年进行一次健康体检;若身体状况欠佳,可一年体检一次。40岁以上身体状况良好者,可一年体检一次;若身体欠佳,可半年体检一次。





▲ 普查

女性乳房、妇科、肿瘤普查等,均应一年一次。

强调 3 类人必须定期检查:

▲ 白领族

一项对 6 000 多名 31 ~ 60 岁白领人员的调查发现,这个人群脂肪肝患病率高达 12.9%,肥胖症患病率高达 31.6%,高脂血症患病率为 12.8%,冠心病患病率为 3.1%,均超过一般人群。其原因是白领人员经常肥甘厚味,营养过剩,基本上不从事体力劳动,运动又很少,精神又很紧张,扰乱了机体的正常代谢,为脂肪肝和肥胖的发病提供了条件。若能每年体检一次,这些疾病就能够及早发现,及时治疗。

▲ 40 岁以上的亚健康人群

40 岁的人群,身体已逐渐出现轻度失调,随着年龄的增长,亚健康的比例会陡然升高,而且由亚健康逐渐向疾病状态转化,此时定期体检是必要的,以便早期发现疾病并早期治疗,以免将来诸病缠身。

▲ 慢性病患者

慢性病的特点是病程长、病情绵延,不会在短期内痊愈,有的甚至是“终身疾病”。他们在医生的精心治疗下,病情可能得到暂时的缓解,但缓解不等于痊愈,这些病人仍应定期进行复诊和检查。例如,糖尿病人即使是没有感觉不舒服,也要每月检查血糖一次;乙肝病人应每半年做一次肝脏 B 超检查,看病变有无好转或发展;胃溃疡病人