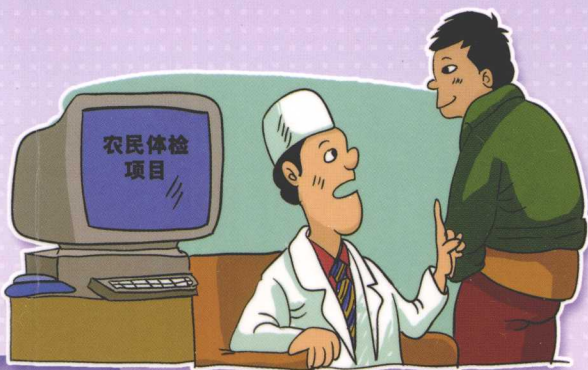


新农村

防病知识丛书

健康体检

● 主编 郑寿贵 徐润龙



人民卫生出版社

新农村

防病知识丛书

健康体检

王益编 李中书 李国良



人民卫生出版社

新农村

防病知识丛书

健康体检

主 编 郑寿贵 徐润龙

副主编 邱兆仑 黄礼兰 叶晓东

编 委 (按姓氏笔画排序)

王 琴 叶晓东 邱兆仑

应 杰 汪松波 况明亮

张 敏 郑寿贵 胡云卿

姚慧晶 徐润龙 黄礼兰

主 审 杨 敬

插 图 吴 超 郑海鸥



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

健康体检 / 郑寿贵等主编. —北京: 人民卫生出版社, 2010.1
(新农村防病知识丛书)

ISBN 978-7-117-12483-6

I. 健… II. 郑… III. 体检检查—基本知识 IV. R194.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第222274号

门户网: www.pmph.com

出版物查询、网上书店

卫人网: www.ipmph.com

护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训

新农村防病知识丛书

健康体检

主 编: 郑寿贵 徐润龙

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园3区3号楼

邮 编: 100078

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 2.75

字 数: 55千字

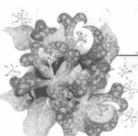
版 次: 2010年1月第1版 2010年1月第1版第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-12483-6/R·12484

定 价: 11.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)



序

60多年前，世界卫生组织（WHO）就提出了健康三要素概念：“健康不仅是没有疾病或不虚弱，且是身体的、精神的健康和社会适应良好的总称”。1989年，WHO又深化了健康的概念，认为健康包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康。1999年，80多位诺贝尔奖获得者云集纽约，探讨“21世纪人类最需要的是什么”，这些人类精英、智慧之星的共同结论是：健康！

然而，时至今日，“没有疾病就是健康”仍是很多农民朋友对健康的认识，健康意识的阙如，健康知识的匮乏，健康行为的不足，使他们最易遭受因病返贫、因病致贫。

社会主义新农村建设，是中国全面建设小康社会的基础。“要奔小康，先保健康”，没有农民的健康，就谈不上全国人民的健康。面对9亿多农民的健康问题，我们可以做得更多！

为满足农民朋友对健康知识的渴求，基层卫生专家们积累多年工作经验，从农民朋友的角度出发，陆续将有关重点传染病、常见慢性病、地方病、意外伤害等农村常见健康问题编写成普及性的大众健康丛书。首先与大众见面的是该套丛书的重点传染病系列。该丛书以问答的形式，图文并茂，通俗易懂，相信一定会为广大农民朋友所接受。

我们真诚地希望，这套丛书能有助于农民朋友比较清晰地认识“什么是健康”、“什么是健康行为”、“常见病如何预防”、“生了病该如何对待”等问题，从而做到无病先防、有病得治、病后康复，促进健康水平的提高。

拥有健康不一定拥有一切，失去健康必定失去一切！

中国工程院院士
浙江省科协主席

李天娟





前言

众所周知，健康和长寿是人类生活幸福的最高追求。有位哲人说过，健康好比“1”，事业、家庭、财产、名誉、地位等等好比“0”，当健康这个“1”存在时，后面的“0”越多，数值才越大。一旦失去前面这个“1”，后面那些“0”再多，都统统毫无意义。

近年来，随着医学模式的转变，对健康概念的重新认识，人们越来越关注自身的健康和生活质量。令人欣喜和振奋的是，党中央、国务院以人为本、体恤民情，近年来连续出台了许许多多保障人民健康的政策举措，其中在全国农村（牧区、渔村）实施新型合作医疗制度，提供基本医疗保障，定期开展健康体检等措施，是对亿万农民最直接、最有效的健康关怀。

当前，各级政府和卫生部门都为农民健康体检做好了充分准备，并已付诸实施。那么，您呢？您对健康体检了解多少，有没有也做好准备？如果您对健康体检知之不多，那么不妨静下来，好好地阅读这本书吧。本书由长期工作在疾病预防控制第一线的专家和业务骨干编写，主要向您介绍什么是健康体检，怎么参加健康体检，健康体检有哪些项目和要求，体检时要注意什么，各种检查有什么意义，怎样正确看待体检结果，为什么要保管好自己的体检资料等内容。

本着面向基层、面向农村居民、通俗易懂的原则，本书采用简明扼要、深入浅出、易读实用、图文

并茂的方式，全面介绍健康体检的目的、方法和相关知识。

编写中有幸得到了浙江省卫生厅、浙江省疾病预防控制中心、金华市中心医院、金华市人民医院有关领导和专业人员的支持与帮助，在此一并致谢。由于时间仓促、参考文献有限，书中定有疏漏和不足之处，敬请广大读者和专家学者批评指正。

编 者

二〇〇九年十月





目 录

目 录

5

1. 什么叫健康体检? 1
2. 为什么要做健康体检? 1
3. 健康体检和医疗检查有什么区别? 2
4. 健康体检有哪些种类? 3
5. 什么是农民健康体检? 4
6. 健康体检前需做好哪些准备? 4
7. 体检前的饮食有什么要求? 5
8. 体检前的运动有什么要求? 5
9. 体检时的服药有什么要求? 6
10. 体检时的穿着有什么要求? 6
11. 体检时的佩戴有什么要求? 7
12. 什么是健康体检的一般程序? 7
13. 如何合理把握体检时间? 8
14. 为什么不能随意舍弃检查项目? 9
15. 农村居民健康体检的基本项目有哪些? 9
16. 体检时应向医生提供哪些情况? 10
17. 什么叫职业史? 11
18. 什么叫既往史? 12
19. 什么叫家族史? 12
20. 为什么要测量血压? 13
21. 测血压时要注意什么? 13
22. 哪些疾病会引起血压升高或降低? 14
23. 为什么要测量身高和体重? 15
24. 怎样判断身高体重是否标准? 16



25. 内科检查包括哪些内容? 16
26. 内科检查时要注意什么? 17
27. 呼吸减慢或增快有什么意义? 18
28. 心跳的快慢有什么意义? 18
29. 什么是心脏的一般检查? 19
30. 什么是肺部的一般检查? 20
31. 什么是腹部的一般检查? 20
32. 什么是神经系统的一般检查? 21
33. 外科检查包括哪些内容? 21
34. 外科检查时要注意什么? 22
35. 甲状腺检查有什么意义? 23
36. 浅表淋巴结检查有什么意义? 24
37. 乳腺检查有什么意义? 24
38. 脊柱检查有什么意义? 25
39. 四肢关节检查有什么意义? 26
40. 男性外生殖器检查有什么意义? 26
41. 肛诊检查有什么意义? 27
42. 什么是眼科的常规检查? 28
43. 眼科检查项目包括哪些内容? 28
44. 什么是口腔科的一般检查? 29
45. 口腔科检查项目包括哪些内容? 30
46. 什么是耳鼻喉科的一般检查? 31
47. 耳鼻喉科检查项目包括哪些内容? 32
48. 什么是心电图常规检查? 33
49. 心电图检查时要注意什么? 34
50. 心电图检查结果有什么意义? 34
51. B超主要检查哪些部位? 35



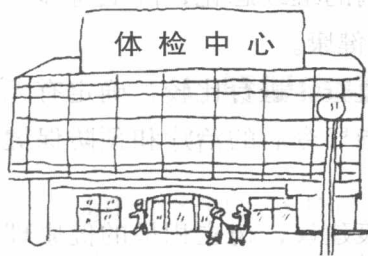
52. B超检查时要注意什么?	36
53. B超检查结果有什么意义?	36
54. 什么是胸部透视?	37
55. 胸部透视时要注意什么?	38
56. 什么是血常规化验?	38
57. 血常规检验时要注意什么?	39
58. 血常规检验结果有什么意义?	40
59. 什么是尿常规化验?	41
60. 尿常规检验时要注意什么?	42
61. 尿常规检验结果有什么意义?	43
62. 什么是大便常规化验?	44
63. 大便常规检验时要注意什么?	44
64. 大便常规检验结果有什么意义?	45
65. 什么是血脂检测?	46
66. 血脂检测时要注意什么?	47
67. 血脂检测结果有什么意义?	47
68. 什么是血糖检测?	49
69. 血糖检测时要注意什么?	49
70. 血糖检测结果有什么意义?	50
71. 乙肝表面抗原 (HBsAg) 检测有什么意义?	50
72. 如何看乙肝“两对半”?	51
73. 肝功能检测有什么意义?	52
74. 如何看肝功能检测报告?	53
75. 肾功能检测有什么意义?	54
76. 艾滋病病毒 (HIV) 抗体检测有什么意义?	55
77. HIV抗体阳性者还要做哪些检查?	56
78. 哪些是健康体检的重点人群?	56



79. 7岁以下儿童体检有什么要求? 57
80. 中小學生体检有什么要求? 58
81. 妇女体检有什么要求? 59
82. 妇女B超主要查什么? 59
83. 为什么要做白带检查? 60
84. 为什么要做宫颈刮片检查? 61
85. 中年男子体检应重点关注什么? 62
86. 老年人体检应重点关注什么? 63
87. 哪些疾病的病人需要做针对性的体检? 63
88. 高血压病病人要做哪些重点体检项目? 64
89. 冠心病病人要做哪些重点体检项目? 65
90. 糖尿病病人要做哪些重点体检项目? 66
91. 肝炎病人要做哪些重点体检项目? 67
92. 肿瘤病人要做哪些重点体检项目? 68
93. 精神病人要做哪些重点体检项目? 69
94. 肺结核病病人要做哪些重点体检项目? 70
95. 血吸虫病病人要做哪些重点体检项目? 71
96. 如何正确看待体检结论? 71
97. 如何正确看待检验报告? 73
98. 体检发现问题后怎么办? 74
99. 妥善保管体检资料有何意义? 75
100. 如何管理和使用体检资料? 75



1. 什么叫健康体检?



健康体检, 是在身体未出现疾病症状时, 主动到医院或体检中心进行的身体检查。体检医师通过感官检查和借助必要的器械、仪器检查, 以及同受

检者的语言沟通, 结合可能影响身体健康的各种因素进行综合分析、评价受检者的健康状态, 提出预防、治疗和健康干预措施。

2. 为什么要做健康体检?

定期进行健康体检是保护人体健康的一项十分重要的预防性措施, 是预防疾病发生、延缓疾病进展、实施自我保健的重要方式。通过健康体检至少你能感受到四个方面的好处。

一是能从各项检查指标和数据上观察到身体功





能的反应,了解自己身体各主要脏器的功能状态,全面地评价自己的健康状况。

二是能在早期检查出潜在的疾病,达到早发现、早诊断、早治疗目的,减少疾病的继续恶化,降低身体受损程度,最大限度地保证身体健康。

三是对原有的疾病定期复查、进行比较,确定有无加重、减轻或痊愈,有利于指导今后的治疗和预防保健工作。

四是针对专家提出的健康建议,树立积极的健康理念,改变不良的生活习惯,消除不利于健康的危险因素和生活方式,提高自身的健康水平。

3. 健康体检和医疗检查有什么区别?

健康体检和医疗检查同样是体格检查,同样是医生工作,同样是仪器检查,怎么会不一样呢?我们说,区别的关键在于健康体检和医疗检查的目的与结果不同。

健康体检的目的是“预防为主”、“治未病”,即在身体未出现不适或症状前的定期全面检查。结果是发现异常体征,从常规化验数据的量变中寻找身体质变的信息,在全面体检的基础上发现不健康的因素。

医疗检查的目的是“救死扶伤”、“治病救人”,即针对病人伤痛或疾病,围绕症状和体征进行以专科体检为主的有关检查,目的是迅速明确诊断,找出病因。结果



是医生根据伤员或病人的具体情况，采取有针对性的治标或治本医疗措施，使之摆脱外伤或疾病的困扰羁绊，甚至在生命危笃的边缘获得恢复和新生。

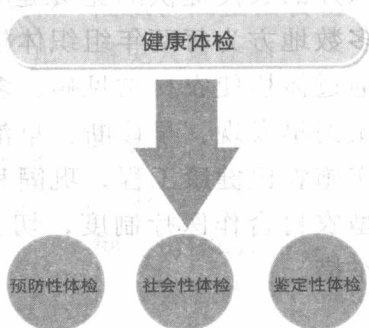
4. 健康体检有哪些种类？

健康体检根据体检的目的和性质不同，可分为以下几种类型：

预防保健性体检：即通过医学手段对身体进行定期全面检查，以了解身体的健康状况，达到对疾病早期发现、早期诊断、早期治疗的目的。

社会性体检：是按照国家有关法律法规和政策要求，对从事相关专业的人员进行的上岗前、在岗期间、离岗前的定期或不定期的检查，如对求职就业、从事食品、托幼、公共场所服务业等工作人员进行的体格检查。

鉴定性体检：是指职工因工伤、职业病或交通事故进行致残程度等情况的医学鉴定或对某些体检结果（尤其是社会性健康体检）存在异议需进一步检查而进行的体检。





5. 什么是农民健康体检?

农民健康体检属于预防保健性体检,是由政府统一领导、卫生部门牵头、有关部门协作、乡镇政府负责实施的,为参加新型农村合作医疗的农民提供的免费健康体检。多数地方为每两年组织体检一次,通过体检使农村常见病、多发病能做到早发现、早诊断、早治疗,是实施农民健康工程,巩固和完善新型农村合作医疗制度,切实保障农民身体健康的重大举措。



6. 健康体检前需做好哪些准备?

参加健康体检前几天就应当开始做一些必要的准备,特别是饮食、运动、服药、穿着等方面都要按照体检要求进行充分的准备。同时要了解体检时间、地点、体检项目,要收集以往因病就诊、手术、体检的有关资料,考虑好疑惑不解的问题,以便体检时医生掌握你过去的健康状况,并向医生提出咨询。

7. 体检前的饮食有什么要求?



体检前3天内, 保持正常饮食, 宜食清淡食物, 不吃动物内脏、猪血、牛血等油腻、高蛋白食物, 避免大量饮酒。

体检前一天晚上8点以后应禁食, 以免影响第二天空腹血糖等指标的检测。

体检当天, 需进行抽血和B超检查的, 要求空腹, 待抽血、B超检查后, 方可进食。

8. 体检前的运动有什么要求?

体检前48小时避免剧烈运动和重体力劳动, 不可情绪激动, 保证充足的睡眠, 体检当天停止晨练以免影响体检结果。