

健康体检 与 预防保健

《《 董先雨 张成琪 主编



山东大学出版社
Shandong University Press

健康体检与预防保健

董先雨 张成琪 主编

山东大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

健康体检与预防保健/董先雨,张成琪主编. — 济南:山东大学出版社,2003.9

ISBN 7-5607-2670-4

I. 健…

II. ①董…②张…

III. ①体格检查—基本知识②保健—基本知识

IV. ①R194.3②R161

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 081541 号

山东大学出版社出版发行

(山东省济南市山大南路 27 号 邮政编码:250100)

山东省新华书店经销

日照报业印刷有限公司印刷

850×1168 毫米 1/32 19.25 印张 2 插页 500 千字

2003 年 9 月第 1 版 2003 年 9 月第 1 次印刷

印数:1—6000 册

定价:30.00 元

版权所有,盗印必究

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社营销部负责调换



▲预约登记



▲健康查体



▲电子健康档案



▲健康咨询



▲营养早餐

美国 PRESTIGE II
数字胃肠检查系统



美国 VIVID7 全息彩色
多普勒超声诊断系统

PIONEER TC8080 经颅及周围
血管多普勒诊断 / 监护系统



▲美国 Discovery LS PET-CT 一体机



前 言

健康体检是 21 世纪新兴的医疗服务行业。

随着人们生活水平的不断提高、保健意识的不断增强,人们对健康也有了更为深刻的理解和要求,健康体检越来越受到社会和政府的普遍关注和重视,全国各地,尤其是广东、深圳、上海、北京等发达地区纷纷建立了规模不等的体检机构。

山东省立医院健康查体中心于 2002 年 4 月份正式成立,是山东省规模最大、技术力量最雄厚、唯一一家注册的医疗服务机构。该中心开展工作一年来,在社会各界的大力支持下,汲取全国各地兄弟省市的有关体检的先进经验,在体检工作的开展中不断增强创新意识,改变服务模式,优质高效地开展了系列的健康管理服务项目,取得了良好的社会和经济效益。为了把体检工作开展得更好,促进国内健康管理事业的发展,更好地为社会提供健康管理服务,由该中心主任、医学影像专家、硕士生导师

张成琪汇集山东省立医院知名专家教授和具有丰富体检经验的查体中心工作人员一起编写了《健康体检与预防保健》一书。

该书本着实用性强、简明扼要、通俗易懂的原则,注重实践经验,客观真实地介绍了体检工作开展的情况及体检中各种常见病的预防保健知识。该书分概述篇、专业知识篇、预防保健篇三部分,可以使读者在短时间了解有关健康体检概况及各种疾病的保健要点和措施。

本书在编写过程中得到了有关领导、专家教授和同行们的支持,在此表示感谢。因该书涉及面广,为了突出各部分、各专业的特点,我们根据各部分、各专业的不同特点采用了不拘格式的书写形式和写作风格。

由于编写时间仓促及我们水平有限,书写不当、缺点和错误之处在所难免,恳请同道及广大读者批评指正。

编 者

2003. 10

目 录

第一篇 概述

第一章 健康体检概论.....	(3)
第一节 健康体检的概念.....	(3)
第二节 健康体检的分类.....	(4)
第三节 健康体检的意义.....	(6)
第二章 健康体检的组织管理.....	(8)
第一节 健康体检的管理体制.....	(8)
第二节 健康体检的管理特点	(14)
第三节 计算机技术在健康体检业务中的应用	(19)
第三章 健康体检基本知识	(32)
第一节 体检中心的布局设置及影响体检质量的 相关因素	(32)

第二节 体检内容及常用体检项目介绍	(33)
-------------------------	------

第三节 体检流程及体检注意事项	(38)
-----------------------	------

第二篇 专业知识

第四章 常规体格检查	(43)
------------------	------

第一节 内科检查	(43)
----------------	------

第二节 外科检查	(47)
----------------	------

第三节 耳鼻喉科检查	(50)
------------------	------

第四节 眼科检查	(55)
----------------	------

第五节 口腔科检查	(64)
-----------------	------

第六节 皮肤科检查	(69)
-----------------	------

第七节 神经科检查	(74)
-----------------	------

第五章 临床化验检查	(85)
------------------	------

第一节 常规化验检查	(85)
------------------	------

第二节 功能化验检查	(107)
------------------	-------

第三节 特殊化验检查	(144)
------------------	-------

第六章 各种功能及影像检查	(163)
---------------------	-------

第一节 常规检查	(163)
----------------	-------

第二节 特殊项目检查	(231)
------------------	-------

第三篇 预防保健

第七章 常见病预防与保健·····	(285)
第一节 内科常见病预防与保健·····	(285)
第二节 外科常见病预防与保健·····	(312)
第三节 耳鼻喉科常见病预防与保健·····	(337)
第四节 眼科常见病预防与保健·····	(348)
第五节 口腔科常见病预防与保健·····	(362)
第六节 皮肤科常见病预防与保健·····	(371)
第七节 神经科常见病预防与保健·····	(399)
第八章 女性体检与预防保健·····	(430)
第一节 生殖健康·····	(430)
第二节 女性定期体检的重要意义·····	(437)
第三节 女性体检内容·····	(442)
第四节 特殊辅助检查·····	(447)
第五节 妇科常见病的预防与保健·····	(449)
第九章 小儿体检与保健预防·····	(458)
第一节 生长发育的一般规律·····	(458)
第二节 影响生长发育的因素·····	(459)
第三节 体格发育·····	(461)

第四节	全身各系统的发育·····	(468)
第五节	中枢神经系统、心理发育·····	(471)
第六节	儿童神经心理发育的评价·····	(478)
第七节	体格生长偏离·····	(481)
第八节	儿童心理发育与行为问题·····	(482)
第九节	儿童预防保健·····	(486)
第十节	儿科病史和体格检查·····	(497)
第十一节	营养基础·····	(505)
第十二节	婴儿喂养·····	(512)
第十三节	营养性疾病·····	(523)
第十章	亚健康与预防保健·····	(547)
第一节	亚健康概述·····	(548)
第二节	亚健康的检测和诊断·····	(560)
第三节	亚健康的预防保健·····	(567)
第十一章	21 世纪健康生活方式·····	(574)
第一节	关于健康·····	(574)
第二节	健康状况自测·····	(583)
第三节	饮食与健康·····	(589)
第四节	锻炼与健康·····	(596)

第一篇 概 述

第一章 健康体检概论

第一节 健康体检的概念

健康是人类生存发展的要素，它属于社会和个人。随着科学的发展和时代的变迁，人类由于荒灾、瘟疫、贫困、生活条件等引起的各种疾病已大为减少，但现代社会的竞争和快节奏给人类带来的前所未有的心理压力，以及伴随着生活条件的改善、生活行为不当而引起的疾病如高血压、冠心病、脂肪肝、糖尿病、癌症等发病率却日渐增多。据统计在社会人群中病人占社会总群体的15%，其余的85%为健康和亚健康群体。

健康与疾病之间不存在一个明确的界限，一个人体内可能潜伏着病理性的缺陷或功能不全，而在表面仍然是健康的，有的人只有在出现症状的时候才认为自己生病。而有些疾病如癌症一旦出现症状时，往往已进入晚期，这也是我们提出定期进行健康体检的意义。

健康体检医学是近几年兴起的一门新学科，它伴随着一种新的医学理论“亚健康”而迅速崛起。健康体检就是对社会人群——健康和亚健康群体进行健康查体，其目的是为了早期发现身

体潜在的疾病，以便早期诊断、早期治疗，从而达到预防保健和养生的目的。这里所说的健康体检与医生对门诊或住院病人所进行的体格检查有很大的区别。健康体检主要是面对社会中绝大多数没有主观症状的受检者，通过医学检查，尽可能地发现不易察觉的疾病或疾病隐患，从而达到有病早治，无病预防的目的。因此，健康体检项目的设置及体检结果都应比较全面，这样才可以反映出受检者整体的健康状况。而医生对门诊或住院病人进行的查体是医生为了确诊、制定治疗方案而进行的体格检查，其检查的目的和内容主要是根据体征而确定的。

健康体检医学的兴起并非偶然，它顺应了当代医学模式由“生物医学”向“社会医学”转变的趋势，是现代人对健康本质认识的不断深化、注重健康新思维的充分体现，它已成为预防保健、健康教育和健康促进的重要举措之一。

第二节 健康体检的分类

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。

一、预防保健性体检

预防保健性体检是人们自发地通过医学手段对身体进行的定期全面检查，以了解身体的整个健康状况，达到对疾病早期发现、早期诊断、早期治疗的目的。

1. 根据体检群体不同可分为单位体检和个人体检。单位体检是指单位或部门每一年或者两年为本单位职工组织的定期健康检查，是单位组织的有计划、有规律的体检。个人体检是根据体检者的自身情况，选择相应的体检项目进行体检。

2. 根据不同地区不同经济状况或个人的要求不同，按照体

检费用高低可分为 ABCDEF 等不同体检系列。地区经济发展程度的不一样,社会文化和生活方式的差异以及人们的保健意识强弱不同,选择体检项目、体检内容也有所差别。

3. 按照体检者的性别和年龄不同可分老人体检、女性体检、儿童体检等。

4. 针对某些特殊项目设定的特色体检。如肿瘤系列检查、内分泌检测、PET-CT 特需体检等。

5. 按照体检者原发疾病的种类不同开展的单病种体检。如心脑血管疾病、糖尿病、高血压病、冠心病的检查等。

6. 另外还可设住院体检、旅游体检。随着社会竞争日益激烈,人们在工作中的压力也越来越大,住院体检也受到了广泛关注,即体检者可以在体检所在地住下,边体检边休养。旅游体检指将健康体检作为旅行的一部分,在旅游时间内抽出一天或半天时间进行健康体检。

二、社会性体检

社会性体检是出于社会因素,按照国家制定的有关政策文件要求,对从事相关专业的人员进行的上岗前、上岗期间、离岗前的定期或不定期检查、应急性职业健康检查及人们因某种特定行为、求职就业、从事特殊行业工作等进行的体格检查,都属于社会体检的范围。如学生入学体检、入托体检,招工体检、出入境体检、出国体检、征兵体检、婚前体检、驾驶员体检等。

三、鉴定性体检

鉴定性体检是指职工因工伤、职业病致残程度进行鉴定或某些体检结果(尤其是社会性健康体检)存在异议需进一步检查鉴定而进行的健康体检。

四、科研性健康体检

科研性健康体检是指根据科研设计要求,对某些人群、某些项目进行的有针对性的体格检查。

第三节 健康体检的意义

1. 可早期发现身体潜在的疾病。对社会人群进行定期健康体检使受检人员在没有主观症状的情况下发现身体潜在的疾病,以早期发现、早期诊断、早期治疗疾病,从而达到预防保健和养生的目的。

2. 是制定疾病防治措施和卫生政策的重要依据。利用健康体检的大量体检资料数据,通过卫生统计、医学科研方法,对某地区、某群体的健康状况及疾病发病情况和流行趋势进行统计分析,为制定卫生政策法规等提供科学依据。

3. 对规范人们的生活行为和健康生活方式具有重要的意义。通过健康体检异常指标的分析,了解引起疾病隐患的相关因素,规范人们的生活行为与方式,提高人们的健康生活质量,延长人们的平均寿命。

4. 社会性体检是发现某些职业禁忌证或某些人群的传染病、遗传病,保证正常工作和生活的重要手段。

(1) 招生、招工、招聘公务员、征兵等体检是一项必不可少的工作,健康的体格对他们适应新环境、新工作作为保障是十分重要的,也是培养合格人才的重要条件。

(2) 对从事出入境、食品和公共场所的工作人员进行体检,能及时发现他们中的传染病,是控制传染、切断传播途径的重要措施,从而使社会人群免受传染,同时也能保证被检者身体健康。