附件2

**入职体检温馨提示**

**一、体检流程：**

三水区疾病预防控制中心正门口进入→测体温→填写流行病学调查表→到前台签到、登记、取单→依序缴费→开始体检→结束后离场

**二、检查前注意事项**

**1**、体检前三天，要注意饮食，不要吃过多油腻、难消化的食物，不饮酒，不要吃对肝、肾功能有损害的药物，避免进食动物血、铁剂、中药。

**2**、体检前一天要注意休息，避免剧烈运动和情绪激动，保证充足睡眠，以免影响体检结果；

**3**、如有晕针晕血，请务必在抽血前告知抽血护士。

4、体检当日早晨应禁食、禁水；检查前一天晚上12:00时后不能进食，可饮少量白开水。

**5**、受检当日请穿宽松、休闲之衣物，请勿携带贵重物品。

**三、体检过程注意事项**

**1**、**血压、心率检查**：测血压前，先静坐10分钟或以上，测量时坐正，如冬天衣袖脱下，放松心情。

**2**、**心电图检查：**检查前应安静休息5-10分钟左右。

**3**、**B超检查：**肝胆胰脾B超检查，要求当天早上空腹，肾输尿管膀胱及妇科B超检查需憋尿。B超检查完毕才可留尿标本。

**4**、**抽血检查：**抽血当天早上空腹。**建议先测血压再进行抽血。**静脉抽血后，请按压抽血点3-5分钟，以免出血。

**5**、**须在完成抽血、肝胆脾胰B超检查后方可进食早餐**。

**6**、**X光放射检查：**勿穿带有金属纽扣的衣服；请摘去项链、手机、钥匙等金属物品。

**7**、请配合医护人员完成所有检查项目，**体检完毕须将体格检查表交回护士处**，以免检查结果数据流失，影响对您健康状态评估的准确性。

**四、抽血后出现皮下血肿处理方法**

如抽血检查后出现皮下血肿情况，可于抽血后的24小时内冰敷或使用土豆切片外敷，24小时后可改用热毛巾外敷，促进皮下淤血吸收。