

# 定期体检好处多

如果没有健康，一切都是空谈，而体检就是保护健康的利器，好处有很多。

可早期发现身体潜在的疾病。定期体检可以帮助我们发现体内隐藏的疾病，因为有些疾病早期没有症状，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，早期发现、早期诊断、早期治疗，从而达到预防保健和养生的目的。

可以明确了解自己身体处于何种状态。人类身体分为三类健康状态：第一种状态是健康人，这类人需要的是健康促进；第二种是亚健康状态，身体内存在某些致病因素，需要健康管理，消除致病隐患，向健康转归；第三种状态为患病个体，发现早期疾病，需要上医院就医。

促进生活方式的改变。随着人们生活水平的提高，生活方式病越来越被人们所重视，体检可为这类患者敲响警钟，改变自己的生活方式，避免疾病的发生。

合理制定疾病预防、治疗措施。利用健康体检的资料数据，对单一个体的健康状况及疾病的发病情况进行合理分析，为其制定合理科学的治疗措施。

帮你建立健康档案。很多人体检完毕之后，将体检报告

随手乱丢，觉得没有查出问题，就没有保留的必要。医生经常提到要“动态观察”检查结果，因此，体检报告要好好保管，切勿乱扔。因为通过对比上一年体检报告能够发现一年来身体状况的变化，确定有无某种疾病倾向，尽早引起注意，进行防治。

## 相关链接

### 体检小贴士

体检前多吃清淡食物，海产品、内脏、血制品以及“三高”食品都会影响检测结果，另外，维生素C也会对血糖、尿糖的化验有影响。

为了保证血液检查正常，抽血前6~8小时要空腹，口渴也要少喝水。

采血时间别太晚，一般在8点左右，最晚不要超过9点。因为即使没吃东西，时间较晚的话，体

内分泌的激素也会影响血糖检测。

做膀胱、前列腺以及妇科B超前一定不要排尿，尿液充足才能保证检查准确。做这些检查前要多多喝水。

女性做妇科检查和验尿一定要避开生理期。

有病史或处在治疗期的小伙伴要带上相关报告，给体检医生参考。

其他症状:疾病终末期,患者往往表现出消瘦、贫血、发热、恶病质等全身衰竭症状。

提醒女性朋友,尤其是老年女性,不要认为自己绝经了就不会得宫颈癌,而忽视一些早期症状。

市六院提供



### 答疑解惑

栏目  
协办

**漯河市第六人民医院**  
(漯河市心血管病医院)

地址: 市区八一路东段83号 电话: 0395-5966002

市六院健康管理(体检)中心是省卫生厅首批准入的具有健康体检资质的医疗单位。总面积2000平方米,分为男宾、女宾两个体检区。配备有国内外先进的医学检测设备80余台,拥有设备齐全的流动健康体检车一辆。临床体检技术人员涵盖内、外、妇、儿、肿瘤、影像、超声、检验等20多个专业。体检项目300多项,年体检量3万余人次。体检服务覆盖全市及周边地区200多家企事业单位,还可为受检单位制定健康管理方案,提供一对一健康教育指导及上门体检、健康教育讲座等健康服务。

## 正确认识尿路结石

什么是尿路结石?凡是发生在人体肾脏、输尿管、膀胱、尿道部位的结石统称为尿路结石。其中肾结石、输尿管结石被称为上尿路结石;膀胱结石、尿道结石称为下尿路结石。尿路结石看起来很像“石头”,其实主要是由无机盐和有机盐以及酸组成,大部分为晶体状态。由于结石发生的部位、病因、年龄、性别、成分不同,预后也有很大不同。那么,尿路结石是怎样形成的呢?

形成尿路结石的原因很多,主要有以下几个方面:生活环境,地区气候差异,饮水水质,进食动物蛋白过多,先天性酶欠缺,长期卧床,代谢异常,饮食习惯,长期服用药物,尿路梗阻、狭窄、感染等都是结石形成的原因。

尿路结石的主要症状有腰、腹疼痛和血尿,多为突发的腰、腹部疼痛或排尿疼痛,疼痛剧烈如刀割,缓解后如常人一般。可伴有血尿,多为镜下血尿,因肉眼不可见,很多患者疼痛缓解后认为没事,疏于就医,结果结石越长越大,甚至引起血尿,肾积水、感染,严重者导致肾

功能衰竭、尿毒症。

柳江医院提供

### 柳江医院特色专科

### 微创泌尿外科

地址: 漯河市柳江路6号 电话: 15703956120

(漯)医广【2020】第07-29-013号

### 本期解答专家



赵勇,主治医师,漯河柳江医院微创泌尿外科主任。市第一届、第二届微创外科专业委员会委员,市首届血管外科专业委员会委员,市第二届、第三届显微外科专业委员会委员。曾先后在河南科技大学第一附属医院、省人民医院、郑州大学第二附属医院进修学习。

## 健康提醒

### 学会贴膏药 记住这三步

第一步:选药要对症。每种膏药都有独特的药理作用,不可滥用。很多时候在膏药作用下,疼痛确实得到缓解,可真正的病情或许就被掩盖了。因此贴膏药前最好先咨询医生。

第二步:方法要正确。在

贴膏药前,应先用热毛巾将患处或穴位处皮肤擦净拭干再贴。同时尽可能避开汗毛较多的地方,否则不仅粘贴不紧,还会在揭时带起汗毛引起疼痛。

第三步:有禁忌症者切勿滥用。患处有红肿及溃烂时不宜

贴,以免发生化脓性感染。平时运动或劳动时不慎造成肌肉挫伤或关节、韧带拉伤时,不要使用有活血散瘀作用的膏药。此外,含有麝香、乳香、红花、没药、桃仁等活血化瘀成分的膏药,孕妇均禁用。

晚综

## 图片新闻



9月23日,市中心血站组织志愿者对门前人行道和绿化带开展卫生整治。

刘艳摄

## 健康有道

### 少弯腰可防腰椎病

近年来,二孩妈妈成为腰椎病的高发人群。建议宝妈抱孩子时,先蹲下来抱住,再双手、腹部、下肢配合腰部一起用力站起,从而减少腰部的负重。可坐着给宝宝换尿布、穿

衣服,不要站着俯身给宝宝换尿布、穿衣服。在孩子不需要抱着时,应尽量休息。很多老年人也是带孙主力,老年人腰椎问题本就不少,带孙时更要注意防范。

据《生活报》



## 大参林 中秋、国庆双重大礼

购物满10元送10元券再送洗洁精1瓶或抽纸1盒

9月25日至10月8日,喜迎“双节”送礼再送券,购物满68元送洗洁精4斤或3包抽纸,再送50元券;满128元送洗衣液6斤或维达纸巾1提,再送100元券;满268元送电热水壶1个或奥丁蒸锅1台,再送300元券;满438元送花生油4升或电饭煲1台,再送500元券。蒲地蓝消炎片、小儿七星茶颗粒、肠炎宁胶囊第二件5折。生命一号、六味地黄丸、阿胶补血口服液购满199减100元。

疫情提醒:外出请您记得戴口罩,勤洗手,少聚集,室内多通风;如有发热症状需及时就医。大参林4000多家门店欢迎新老顾客光临!

## 大参林

### 周三、周六会员日

多重赠礼 多重优惠





## 漯河啄木鸟牙科

### 漯河啄木鸟口腔门诊部

电话: 2690120 (漯)医广【2020】第05-07-003号

地址: 市区人民东路479号(人民路与解放路交叉口西行50米路北)