

体检要空腹 怎样才算“空”

一年一度的体检，许多人既期待又不安。体检前有哪些注意事项？市六院体检科对空腹体检进行科普。

空腹抽血能不能吃早餐？不仅不能吃早餐，前一夜的夜宵也不可以。空腹采血，要求体检前保持8~14个小时的“空肚子”。这意味着除了早餐不能吃，前一天晚上9点以后也不能再进食。体检前注意饮食，按时作息。前一天晚上需要饮食清淡，不吃刺激和不易消化的东西，不喝酒、浓茶、咖啡等，以免影响睡眠。

空腹体检能不能喝水？能不能喝水，要看检查项目。完全不能喝：例如呼气试验、胃肠镜检查，在检查前4小时完全不能喝水，更不能进食；可以少量喝：抽血前可以喝少量的水，但不要喝奶茶、饮料、咖啡等；需要大量喝：有些检查如腹部CT检查，需要喝水使胃膨胀起来，还有泌尿系统超声、经腹妇科超声等，都需要大量喝水使膀胱充盈。

还有下面这些空腹项目，需要了解一下。

1.呼气试验
呼气试验用于检测胃内有幽门螺杆菌感染，需要完全空腹，否则药物不能与胃黏膜充分结合，会影响检查结果。患者如果近期口服抗生素，建议停药，不然容易测不出而引起漏诊。

2.超声项目
超声检查胆囊必须空腹。经过一晚的空腹，胆囊储存了

满满一袋胆汁，呈现充盈状态，最适合检查。如果进食，胆汁会排出用于消化食物，这时胆囊变瘪，如果有结石，可能会和胆囊壁重叠在一起，无法显示清楚。同时，胆囊壁是否增厚、周围脂肪间隙是否清晰也无法判断。

超声检查胰腺也必须空腹。进食后，食物和空气会干扰和损耗声波，肠蠕动也会变得更活跃，使得本来就隐藏很深的胰腺完全看不清楚。

3.生化检查
血糖、血脂这些指标在进食后会自然升高，肝功能、胰岛素等一些指标也会因进食而波动。空腹既可以避免食物里的成分和代谢对结果的干扰，又可以保证在同一标准下进行比较。如果需要做血脂检测，还须注意在抽血前3天内，避免高脂饮食、饮酒，24小时内进少量饮酒也不行。但是

空腹太久血糖会逐渐降低，不仅影响到检验结果，也可能造成低血糖，所以尽量在9:30之前抽血，然后进食。

4.影像学检查
包括增强CT、增强核磁共振在内的一部分检查。由于需要注射造影剂，进食后会引发恶心、呕吐，甚至有窒息风险，也需要空腹。

5.其他
有一部分检查会刺激到咽喉部位，引起恶心呕吐，如喉镜、胃镜、支气管镜等，所以为了安全，请空腹。有些麻醉操作也需要空腹，例如无痛胃肠镜。因为人在无意识的时候，一旦发生食物或水呛入气管，会有致命危险。市六院提供



答疑解惑

漯河市第六人民医院
(漯河市心血管病医院)
(漯)医广(2020)第05-08-004号

地址: 市区八一路东段83号 电话: 0395-5966002

■科室简介

市六院健康管理(体检)中心是河南省卫生厅首批准入的具有健康体检资质的医疗单位。中心总面积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验设备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。

健康知识

关于吃药那些事儿

把药片掰开吃、茶水饮料送药……关于吃药这件事，很多人过于随意。吃药看似很简单，里面的讲究可不少，吃不对，影响药效不说，还可能带来健康风险。下面这些用药小常识，一起来了解一下吧！

硝苯地平别掰开吃

为了吞咽方便，有些人会把药掰开服。专家提醒，药物能不能掰开服，取决于药品的剂型。比如高血压患者常用的硝苯地平控释片、缓控片都不宜掰开或碾碎服用，因为这样会破坏剂型而失去应有的缓释或控释作用。

一般缓释制剂和控释制剂都采用特殊包衣工艺，或特殊材料做成骨架结构，使药物在胃肠道缓慢释放，达到持续平稳的血药浓度。一旦掰开药片就会破坏缓释工艺结构，导致药物快速释放，体内药物浓度骤然上升，可能导致血压降幅太大，发生不良后果。

硝酸甘油最好坐着服用

硝酸甘油是很多心脏病患者的救命药。不少老人心绞痛发作时，第一反应是赶紧吃硝

酸甘油，却忽略了用药姿势。专家建议，含服硝酸甘油时，尽量采用坐姿。因为硝酸甘油有显著降压作用，站立时易导致体位性低血压发生，出现头晕甚至昏倒现象。而平卧位含服药虽不会发生体位性低血压，但因回心血量增加，心脏负荷加重，也会使药效减弱。

另外，舌下含服硝酸甘油后，心绞痛症状在1~3分钟内完全缓解才叫有效，最多可连续含服3次。若心绞痛仍然无法得到缓解，请勿再加大药量，应迅速拨打120。

吃这些药时别喝茶

有些人习惯用茶水送服药物，但吃某些药物时尽量别喝茶，以免降低药效。

比如，铁剂通常被用来补血，用于缺铁性贫血，但患者在服用铁剂时不适合喝茶。因为茶中含有鞣酸，能使铁剂如硫酸亚铁、琥珀酸亚铁片等药物发生沉淀而不易吸收。

另外，茶还可以使胃酸分泌量显著升高，从而加大对胃部溃疡面的刺激，故在服用抗酸类药物如氧化镁、碳酸钙、氢氧化铝时，不宜喝茶。茶中的



鞣酸还会减弱多潘立酮片、甲氧氯普胺等促动力药的作用。

“餐前”和“空腹”有区别

说到药的吃法，并不是所有的药都是吃完饭再吃的，还有一部分需要“餐前”服用，也有一些要“空腹”服用。

不少人会纳闷：“餐前”不就是还没吃饭，跟“空腹”不是一个意思吗？其实，餐前服用指的是吃饭前15~30分钟服药。需要餐前服用的药物，有胃黏膜保护类的、促胃动力药、降糖药等。空腹服用一般指的是餐前1小时、餐后2小时。完全空腹，指的是在清晨空腹。常见的有抑制胃酸分泌的药物、抗抑郁药物、利尿剂等药物。还有一些药物有助于睡眠、调节体内激素以及肠道，建议睡前15~30分钟服药。

专家提醒，服药时应遵医嘱，服药前最好仔细阅读说明书的注意事项，才能达到较好的疗效。据《银川晚报》

健康有道

耳鼻喉病重调理

慢性咽炎、过敏性鼻炎、耳鸣都是难缠的耳鼻喉咽喉疾病，在积极治疗的同时，还应进行自我调理。

慢性咽炎 属上呼吸道感染的一种，病程长，症状顽固，不易治愈，主要以咽异物感、咽干、咽痒、咽痛(轻中度)为主要症状。可由上呼吸道慢性炎症刺激，长期吸烟，酗酒，粉尘、有害气体的刺激，过度发声，机体免疫力下降等多种原因引起。

调理法：1.按摩，于喉结旁开1~2寸，用食指、中指、无名指沿纵向平行线上下轻轻揉按，每次10分钟，10次为1疗程；2.每日晨起或入睡前，舌抵上腭几分钟后叩齿36下，再鼓腮含漱津液9次。平时可盐水漱口，多禁声休息。

过敏性鼻炎 典型症状是频繁打喷嚏、流清水样鼻涕、鼻塞和鼻痒，少部分患者还会出现嗅觉减退的症状。主要原因是接触过敏源如花粉、尘螨、动物皮屑等。特异性体质较易发病。对已明确的过敏源，应尽量避免接触。



调理法：将双手鱼际互相摩擦至发热，再贴于鼻两侧，沿鼻根至迎香穴往返按摩至局部发热；或以两手中指于鼻梁两边按摩20~30下，令表里俱热，每日2~3次。

耳鸣 耳鸣病因复杂，且部分会导致耳聋，发病率随年龄的增长而增加。一般在夜间或安静时加重，可引起情绪波动、失眠等。

调理法：1.以手食指(或中指)放在外耳道口，轻轻揉按，两侧各15~30次，每日3次；2.用两手按耳轮，一上一下摩擦，每次做15分钟；3.平坐伸一腿屈一腿，横伸两臂，直竖两掌，向前做推门状，扭头颈左右各7次。此外，保持心情舒畅，避免噪声刺激，睡前温水泡脚。

晚综



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)