

每年都体检 你会看体检报告吗



定期体检是一个好习惯。通过体检,不仅可以全面了解自己的身体状况,而且能做到有疾病早发现、早治疗,没有疾病及时消除危险因素,防患于未然。然而,很多人每年都体检,拿到体检报告后,却会被一些专业的数字和符号搞得一头雾水。体检结果正常是不是可以高枕无忧?“进一步检查”和“建议复查”有何区别……1月18日,记者对许昌市中心医院健康管理中心主任田锦芳进行了采访,请她教大家如何看体检报告。

心脑血管疾病的危险因素。这3项指标若高了,要引起重视。

存报告 纵向对比检查结果

体检后,有些细心的人特别注意各项检查结果的变化,比如血糖、血压、血脂等,会将其与往年的检查结果进行对比。田锦芳对这种做法给予了肯定。

“看体检报告不能只看有没有疾病,还要看有没有患病风险。最好把每年的体检报告保存起来,新的体检报告出来后,结合前几年的一起解读。”田锦芳建议,通过纵向对比检查结果,更有利于一些疾病的早期发现。

体检报告是体检者健康状况的概括和总结,是医生根据各科体检结果,经过综合分析开出的健康处方,对纠正不良生活习惯,预防和治疗疾病有着重要的指导意义。即使体检结果没有问题,也应该将体检报告保存起来,作为每年体检报告的对比参考。

田锦芳建议,拿到新的体检报告后,看到某项指标不在正常范围内也不必太紧张,应拿出往年的体检报告,看看身体有哪些变化。如果发现某些指标在持续升高或突然升高,要及时找医生咨询。把体检报告当成健康档案存起来,甚至把重要的身体指标制成表格,密切追踪,可以预知未来5到10年内患某种慢性病的概率。

另外,如果体检结果比正常值略低一点儿或略高一点儿,不必太过紧张,但也要重视,最好在短期内复查,看结果是否有变化。如果体检结果偏

离正常值越来越多,就要引起高度重视了。

重建议 配合医生做好健康管理

现在,人们越来越重视体检,但忽略了体检后应该做的事情。田锦芳表示,拿到体检报告后,要注意看每一项结果后面对应的健康建议,并积极咨询医生,将个人的家族病史、生活习惯等告知医生,配合体检中心做好健康管理。

体检报告通常不会直接确诊疾病,而是将各项体检结果汇总,提醒体检者复查或进一步检查。如果体检报告上有“进一步检查”的字样,说明医生怀疑可能是某种疾病,应及时到医院进行进一步检查。如果体检报告上有“建议复查”的字样,表示医生怀疑疾病在有与无之间,需要动态观察,最好在医生建议的时间内复查,以免延误病情。

田锦芳告诉记者,体检后不注重医生建议而耽误病情的案例有很多。曾经有名体检者连续做了3年体检都没有诊断出来疾病,却在第4年体检时突然查出尿毒症。翻开往年的体检报告发现,第一年的体检报告里已经有了“苗头”。在之后每年的体检报告中,医生都明确要求他到肾内科进行进一步检查。然而,他从来没有留意过医生的建议。

“体检后一定要认真阅读体检报告,看体检报告上是否提示了某方面的问题,是否有警告标志。”田锦芳强调。

市卫计委学习贯彻 市委七届八次全会精神

本报讯(记者 马晓非 通讯员 张晓辉)1月18日,市卫计委召开会议,学习贯彻市委七届八次全会精神,部署春节前有关工作,进行党风廉政教育,观看廉政教育专题片《守住第一次》。

会议指出,要全面理解消化抓落实,认真学习市委七届八次全会精神,做到学习到位、理解到位、贯彻到位。要切实提升站位抓落实,坚决把思想和行动统一到市委的决策部署上来,高标准、高质量完成各项任务。要紧贴工作实际抓落实,把落实全会精神与加快卫生健康事业高质量发展紧密结合起来,努力为群众提供更高质量的卫生健康服务。

许昌市卫计委主任印庆跃表示,要统筹安排好春节前的各项工作,认真开展“冬季送温暖”活动,集中组织市直卫生健康系统汇报年度工作完成情况和新一年度的工作谋划情况,进行落实全面从严治党主体责任述责述廉,全面做好健康扶贫工作,全面抓好安全生产和信访稳定工作。要切实加强的党风廉政建设,提高政治定力、道德定力,心存敬畏、手握戒尺,构筑起不想腐的思想堤坝。要严格执行廉洁自律准则,树立好的家风,管住自己、管好家人,从小事做起、从细节做起,带头转变作风,切实守住党员领导干部的“生命线”和干事创业的“底线”。

专家教你 区分普通感冒和流感

□本报记者 马晓非

目前,许昌和其他北方城市一样进入了流感高发期。然而,很多人分不清自己是患了普通感冒还是流感,并为此感到恐慌。1月17日,记者就此采访了许昌市疾病预防控制中心免疫规划科科长郑惠平。

普通感冒是一种常见的急性上呼吸道感染,流感是流感病毒引起的急性呼吸道感染,是一种传染性强、传播速度快的疾病。普通感冒和流感之所以不好区分,是因为两者都是由病毒引起的上呼吸道感染,通常都会有流鼻涕、咽喉肿痛、咳嗽、打喷嚏等症状。但实际上,两者之间有很大的差别。

首先,临床表现不同。“流感的全身症状比较严重,如突然畏寒、发热、头痛、全身酸痛、鼻塞、恶心、食欲不振等,婴幼儿或老年人可能并发肺炎或心力衰竭,中毒型流感患者还会表现为高热、昏迷、抽搐等,严重者可导致死亡。”郑惠平对记者说。与流感相比,普通感冒主要表现为打喷嚏、流鼻涕等,全身症状较轻,不发热或仅出现低热,一般

3至5天可痊愈。

其次,病毒不同。流感由流感病毒引起,流感病毒包括甲型、乙型、丙型等3种。普通感冒可由多种病原体引起,如鼻病毒、腺病毒、冠状病毒、呼吸道合胞病毒等,一般在人受凉、淋雨、过度疲劳后,因抵抗力下降而发病。

最后,传染性和流行特点不同。流感的传染性很强,其流行有明显的季节性和周期性。流感病毒可在患者咳嗽、打喷嚏时经飞沫传染给别人。普通感冒比流感的传染性弱得多,往往是个别、散发出现。

如何远离流感呢?“疫苗接种是预防流感的有效措施,可以显著降低接种者患流感 and 发生严重并发症的风险。”郑惠平建议,2岁以下儿童、65岁以上成年人、肥胖者、孕妇等重症流感高危人群应接种流感疫苗,且最好每年接种。

同时,要经常开窗通风,保证空气流通,尽量不要到公共场所等人群密集的场所。要注意个人卫生,勤晾晒被褥,勤洗手,不共用毛巾、手帕等,咳嗽和打喷嚏时用纸巾遮住口、鼻。

□本报记者 马晓非 文/图

找关键 轻松看懂体检报告

“一般来说,体检包括心电图、彩超、肺部影像学检查等借助设备完成的医技检查和化验检查。医技检查结果比较容易理解,如果有异常,医生会提出一些建议,给出进一步的处理意见。”田锦芳对记者说,“大家最不容易明白的,可能就是化验检查。对此,可以关注其中的一些关键指标。”

判断肝脏是否健康,一般要检测谷氨酰转氨酶、碱性磷酸酶、谷丙转氨酶、谷草转氨酶、胆红素、血蛋白以及进行肝脏B超检查。如果肝脏B超有问题,且化验肝功能也有问题,出现

肝损伤的可能性就很大。

肌酐、尿蛋白、尿酸等是肾功能的重要指标。尿素氮、尿酸升高可能是由一些肝脏以外的其他疾病或其他因素所导致,而肌酐明显升高则是肾损害所致。

血常规包括血红蛋白测定、红细胞计数、白细胞计数及白细胞分类计数、血小板计数。血红蛋白降低时,提示贫血,根据细胞大小及染色可分为小细胞性贫血、巨幼红细胞性贫血等,需要到医院进一步检查确诊。血小板减少可能是其他疾病所致,需要进一步检查。

血脂检查通常包括总胆固醇、甘油三酯、低密度脂蛋白、高密度脂蛋白。其中,危害最大的是低密度脂蛋白,是造成动脉粥样硬化的主要危险因素;其次是总胆固醇、甘油三酯,是





中国移动
China Mobile



和

孩子上大学后,还能常常见面
因为我也学会了视频聊天
谢谢你,好姑娘



为您服务

全心全意 为您服务
致敬平凡 成就卓越