

<<健康检查全书>>

图书基本信息

书名：<<健康检查全书>>

13位ISBN编号：9787538858181

10位ISBN编号：7538858180

出版时间：2008-10

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：翟文龙，冯若 编著

页数：316

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 前言

在现代社会中，健康检查越来越多地出现在人们的日常生活中，如入学、服役、招工要体检，一般单位每年也要组织体检。

但对于大多数人尤其是年轻人而言，体检的目的却是应付入学、服役、招工的要求，每年单位的体检也是履行某种仪式似的匆匆应付。

他们通常认为年纪轻轻，又没有什么大毛病，要不要检查都无所谓。

甚至有一些人觉得自己本来没病，一去医院却有病了，还不如不去检查。

而根据自己的年龄、性别和一些不甚明显的症状主动去医院做定期检查的人更是少之又少。

针对国人对于主动进行健康检查的意识的缺失，许多医学专家呼吁，要定期进行体检，做到有病早发现、早治疗。

这也是目前最有效的保健预防之道。

许多疾病，诸如高血压、糖尿病甚至癌症，如果在早期就通过体检发现，尽早地接受治疗控制病情，可以大大提高治愈率和生命质量。

认识到体检的意义并坚持定期体检非常重要，而正确选择体检项目和时间同样是非常重要的，因为只有正确地选择适合自己的体检项目，才能避免体检中出现的一些误区。

如果只在意检查项目的多寡、价钱的高低与检查速度，很可能因为检查项目不足或隔太久才受检，让一些严重疾病有机可乘；如果选择的检查项目过多、且检查得过于频繁，不仅浪费金钱浪费了精力，还让自己承受了不必要的焦虑和潜在的健康危害（过多的X线检查可能导致接受的辐射量增多）。

为了帮助读者形成定期体检的意识，根据自身情况正确选择合适的体检项目，掌握必备的体检常识以配合医生通过体检有效地获取身体健康信息。

我们编辑出版了这本《健康检查全书》，本书内容全面、信息准确，不仅为读者详细介绍了目前医院所有的体检项目及其目的，常见疾病如高血压、糖尿病等的检查方法，还告诉读者如何看懂各类检查报告、针对不同的体检项目如何做好体检准备以及体检时的重要注意事项。

此外，还解答了读者关于体检的许多疑问：诸如为什么要体检，多久进行一次体检，去哪里体检最有保障，如何选择体检项目等。

健康检查是个人保健的第一步，只有重视健康体检，积极为个人的终身健康做最佳的投资与规划，才能享受健康人生。

## <<健康检查全书>>

### 内容概要

健康检查是个人保健的第一步，只有重视健康体检，选择适合自己的体检项目，定期进行体检，才能有效地判断出身体的健康状况，及时发现疾病和治疗疾病，永保健康。

《健康检查全书》倡导了定期体检这一科学的健康观念，并对进行健康体检提出了实用有效的建议，全方位解答了诸如为什么要体检，怎样选择合适的体检项目，多久进行一次体检，体检前需要做什么样的准备，体检时需要注意什么，体检后如何读懂结果，常见疾病如高血压等通过哪些体检能发现等疑问，帮助读者掌握一些必备的体检常识，根据自身情况正确选择体检项目或体检套餐，全面把握自身健康。

本书融汇了大量医学与健康方面的最新信息，对于目前医院体检所采用的新技术、新方法和操作技术规范也作了详细介绍，以更好地满足读者需要。

## &lt;&lt;健康检查全书&gt;&gt;

## 书籍目录

第一部分 健康检查基本知识 第一章 不可忽视的健康检查 一、健康新概念 二、什么是亚健康 三、什么是健康检查 四、为什么要做健康检查 五、为什么要定期接受健康检查 六、什么人该做健康检查 七、该多久做一次健康检查 第二章 健康检查的基本知识 一、健康检查的原则 二、健康检查的类型 三、健康体检的场地和器材 四、体格检查的方法 五、体检前应做好哪些准备 六、去哪里体检最有保障 七、怎样选择适合自己的体检项目 八、影响健康检查质量的因素 九、正确解读健康检查结果 十、健康检查须知 十一、走出健康检查的种种误区 第三章 自我检查很重要 一、注意健康警报 二、自我监测的目的和内容 三、自我保健的个提示 四、健康标准的自我检测 五、小时健康自测 六、用运动指标做免费体检 七、中老年自我体质快速检验法 八、老年人的自我检查 第二部分 健康检查项目知多少 第四章 健康检查的项目 一、一般检查 二、眼科检查 三、口腔科检查 四、耳鼻喉科检查 五、儿科检查 六、内科检查 七、外科检查 八、妇科检查 九、皮肤科检查 十、神经科检查 第五章 影像学 and 电生理学检查 一、普通X线检查 二、CT检查 三、核医学检查 四、B超检查 五、核磁共振检查 六、内窥镜检查 七、心电图检查 八、脑电图检查 第六章 实验室检查项目 一、血液常规检查 二、尿液常规检查 三、粪便常规检查 四、血糖检查 五、血脂检查 六、血沉检查 七、肾功能检查 八、尿酸检查 九、血清胆红素检查 十、血清蛋白检查 十一、血液流变学检查 十二、乙肝两对半检查 十三、肿瘤标志物检查 第七章 健康检查套餐 一、入托体检 二、招工入学体检 三、普通体检套餐 四、个性化体检套餐 五、全身体检套餐 六、按照不同价格设计的体检套餐 七、费用较低的基本体检 八、费用较高的深入体检 第八章 常见疾病的预防检查 一、癌症 二、中风 三、心脏病 四、冠心病 五、高血压 六、高血脂 七、糖尿病 八、慢性肝炎 九、乙肝 十、鼻炎 十一、哮喘 十二、肺炎 十三、肺结核 十四、痛风 十五、尿毒症 十六、胃炎 十七、胆结石 十八、便秘 十九、白血病 二十、颈椎病 二十一、肩周炎 二十二、椎间盘突出症 二十三、骨质疏松 二十四、急性脊髓炎 二十五、宫颈炎 二十六、盆腔炎 二十七、子宫肌瘤 二十八、痛经 二十九、癫痫 三十、脑瘫 三十一、偏头痛 三十二、艾滋病 三十三、性病

## 章节摘录

第一部分 健康检查基本知识第一章 不可忽视的健康检查一、健康新概念健康不仅是人生的最大财富，也是生命的基石。

很多人认为健康就是“无病，无残，无伤”。

其实，这种看法是不全面的，它仅仅涉及到了人体健康中的生理健康。

1984年，世界卫生组织（WHO）提出了健康新概念，明确地指出：“健康不仅仅是没有疾病和不虚弱，而且是在身体上、心理上和社会适应能力上3个方面的一种完美状态。”

1990年，世界卫生组织在对健康的阐释中又增加了道德健康。

据此，可以得出这样一个完整、全面的健康新概念：健康是指人的生理（身体）健康、心理（精神）健康、社会健康（人际关系）和道德健康。

所以，一个真正健康的人，应该是生理、心理、社会和道德4个方面都健康，如果其中任何一项不健康，我们都不能说他是一个完全意义上健康的人。

这4个方面是紧密相连的，其中生理健康是根本。

只有维持生理的健康，其他方面的健康才有其存在的可能性和必要性，否则便是无源之水、无根之木。

那么如何维持生理健康呢？

我们不妨从古希腊的一则格言说起。

古希腊人将“了解自己”刻在神庙里警示世人，并将此看做是人类的最高智慧。

意即只有真正认识自我，才能拥有智慧。

而同时代的柏拉图也因知自己无知，而成为古希腊时代最有智慧的人。

## <<健康检查全书>>

### 编辑推荐

《健康检查全书》由黑龙江科学技术出版社出版。

健康体验的全方位指南，告诉你如何选择体检，如何体检和如何读懂体检报告。

健康体检的全方位指南，家庭必备的健康图书。

重视定期体检定期进行健康检查是世界医学界大力提倡的一种健康新理念，定期的健康检查，能及时地掌握身体的健康状况，做到有病早发现早治疗，有效提高治愈率和生命质量，或根据自身情况做出有效地预防。

忽视体检和盲目体检带来不良后果中国人对于体检的认识，主要存在着忽视体检和盲目体检两大误区。

认为自己身体没毛病就不去体检，常常导致不能及时发现和治疗疾病从而引发严重后果。

盲目体检者体检过多过频，不仅浪费金钱、精力，造成心理上的焦虑，同时还带来一定的健康危害。

掌握必备的体检常识，正确选择体检项目掌握必备的体检常识，知道哪些项目该检，什么时候检，去哪里检，怎样检，隔多久再检等，并根据自身的情况正确选择检查项目，这样才有利于医生准确获得检查结果，对身体健康状况做出科学评估，真正达到健康检查的目的——远离疾病、获得健康。

<<健康检查全书>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>