**健康体检须知**

1、体检前饮食清淡，不饮酒和暴饮暴食，尽量避免饮浓茶、咖啡等刺激性饮料；检查前1天要注意休息，避免剧烈运动，保证充足睡眠，以免影响健康体检结果。

2、体检前禁食8小时以上，避免影响血糖、血脂以及肝功能结果。

3、留取尿液标本时收集中段尿，并将尿标本及时送到指定区域存放。女性月经期应暂停尿检查。

4、胸片前请除去并妥善保管金银、玉器等饰物，已怀孕或准备怀孕的女性请预先告知，将不安排进行放射检查。

5、应主动告知医生身体上的异常状况或已患疾病。

6、全程有工作人员带队，请勿擅自离队。