健　康　診　断（一　般　健　診）の　御　案　内

健康診断を受ける際に、より正確な検査結果を得るためには、前日から食事などに注意する必要があります。食事以外にもポイントをまとめましたので、内容をご確認ください。

健診前日

【食事】

- **脂っこいものや消化に時間がかかる食べ物は、健診当日の中性脂肪の値や血糖値に影響を与える可能性があります。**
  夕食は、消化の良い食事を心がけ、遅くても夜9時までにすませましょう。
  その後、健診終了まで食事や飴・ガム・タバコなどは口にできません。
- **水やお茶であれば制限なく飲めます。脱水予防のためにも飲水をおすすめします。**
- **アルコールの摂取よって肝臓の機能が一時的に上昇することがあります。**
  肝臓の病気を見逃さないためにも、アルコールの摂取は控えましょう。

健診当日

【食事】

- **朝食をとらず、コーヒーや飴・ガム・タバコなども口にしないでください。**
- **水であれば制限なく飲めます。脱水予防のためにも飲水をおすすめします。**

【お薬】

- **常用薬で高血圧や心臓病、てんかん、喘息の薬を服用している方は、服用してください。**
- **糖尿病の治療薬や注射については、事前に主治医にご相談ください。**

【お持ちいただくもの】

- 必要事項を記入した**健康診査問診票**
- 現在服用中の薬がありましたら、**お薬手帳や薬の説明書**
- **眼鏡（視力測定に必要な方）**
- **マスク**

【服装について・更衣していただく場合があります】

- **レントゲン撮影の際、**発泡プリントシャツ、刺繍やレース、金具やワイヤーの入った下着ブラジャーなど適さない場合は更衣していただきます。
- **心電図検査の際、**心臓を囲むように電極を付けるため、トップスや下着を鎖骨あたりまで上げる必要があります。**ゆとりのある衣類を着用することをおすすめします。**
  手首や足首にも電極を付けるため、**タイツやストッキングは脱いでいただきます。**

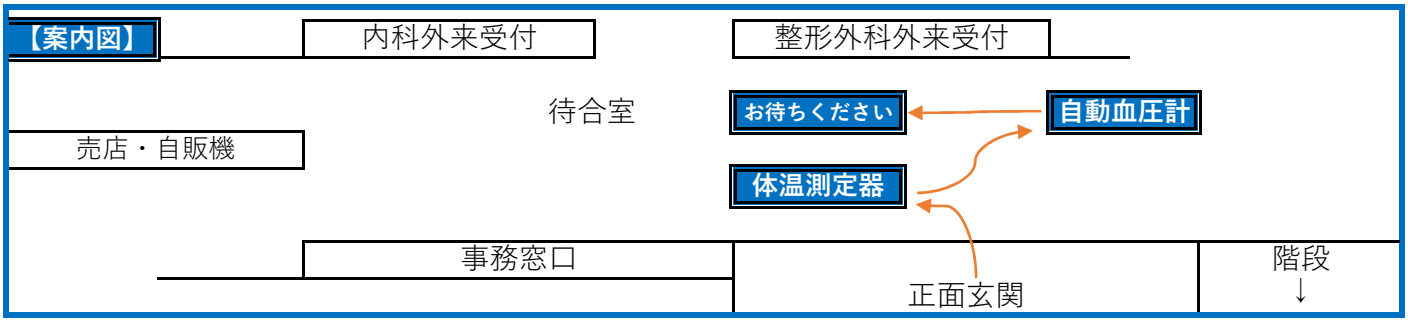
【体調不良の場合】

- **風邪症状があるなど体調の悪い方は、健康診断を受けることはできません。**
  健診担当者に連絡し、日程の変更をお願いします。

【当日の流れ（所要時間　30～50分）】

来院　・8時30分までお越しください。

体温測定器および自動血圧計（下記の案内図参照）で測定し、出てきた結果用紙を持ち整形外来受付前でお待ちください。



問診等
- 問診票、お薬手帳を提出していただきます。
- 妊娠中や妊娠の可能性がある方は、お申し出ください。（レントゲン撮影は省略します）
- 生理中および生理前後３日間の方は、お申し出ください。（尿検査は後日提出です）

更衣（必要な方）

計　測
- 身長・体重・腹囲を測定します。

胸部レントゲン撮影

採　血
- 採血で気分が悪くなる方、消毒用アルコール綿でかぶれる方は、お申し出ください。

尿検査
- 最初の尿ではなく、途中の尿（中間尿）を提出してください。

心電図検査*

聴力検査*
- 補聴器を使用されている方は、お申し出ください。

視力検査*
- コンタクトレンズを使用中の方は、装着のまま矯正視力を測定しますので、お申し出ください。

終了　お疲れ様でした。

健康診断の結果票は、健診担当者様を経由しての お渡しとなります。

***お申し込みの団体によっては健診対象外の項目もあります。**

ご不明な点がございましたら、下記までご連絡ください。

〈健康診断に関するお問い合わせ先〉　町立長沼病院　健康管理室　TEL 0123－88－2321

受付時間　10:00～16:00（土日、祝日、年末年始を除く）