**2021年度离退休教职工健康体检须知**

1. 体检当天凭湖南省居民电子健康卡绿码参加体检。

2. 有发热（体温≥37.3℃）、咳嗽、流涕、乏力等不适和从国外、高风险地区回长处于居家隔离期的退休职工暂缓体检。

3. 请按预约的日期进行体检。检前三天请您保持正常饮食，不要饮酒，避免剧烈运动；检前一天以清淡饮食为主，禁食血制品及含铁量过多的食物，晚上8点后禁食。

4. 体检当日着装宜简单、宽松、舒适，以方便体检。女性体检不宜化妆、穿连衣裙、连裤袜，不要佩戴金属饰物（胸部DR检查前应取下佩戴的金属性物品）；体检过程中注意保管好个人物品。

5. 高血压、心脏病、哮喘等慢性疾病教职工，受检日请照常服药。糖尿病教职工请随身携带药物，体检时餐后及时服用。

6. 采血、B超等检查项目需空腹，待上述检查项目完毕后，方可早餐。采血不宜迟于9：30。

7. 体检时请告知现病史、既往病史，因为它是判断体检者健康状况的重要参考依据。请务必按预定项目逐项检查，不要漏检。

8. 请结合5年来的体检结论咨询体检医生（必要时增加相关检查项目），以便进一步了解自身健康状况。

9. 女性月经期间不宜做妇科和小便检查，待经期结束后再补检，做妇科检查前需排空小便；男性做前列腺、膀胱检查及女性妇科B超应保持膀胱充盈(有小便)；怀孕者或可能已受孕者，请预先告知医护人员，不要做胸部DR、骨密度、妇科等检查。

10. 因工作、身体等原因当日不能完成体检项目者，请与体检中心前台联系预约续检时间。

11. 体检结论于体检项目完成后，男性职工7个工作日、女性职工10个工作日反馈（特殊情况除外）。请关注相关信息。

12. 体检中心咨询电话：88872236、88872035