

* 職員健康診断の注意事項 *

健康診断は、自分の健康状態を知って生活習慣病を予防したり、隠れた病気を発見するためにおこなわれます。

ご自身の『健康づくり』へお役立て下さい。

【健診の前日】

- アルコール類を控えて、夕食を午後9時までに済ませて下さい。
(糖分や脂肪の多い飲食物は避けましょう)
- 夜ふかしせずに十分に睡眠をとって下さい。

【健診の当日】

- 検査は空腹(10時間以上あける)が望ましいので、朝食を抜いて受診して下さい。
- お水以外の水分はとらないで下さい。
- 着脱しやすい服装で受診して下さい。
- 尿検査がありますので直前のトイレは控えて下さい。

【胃検査を受診される方】

▼検査前日の注意

- 検査前日は、夕食を午後9時までに済ませて下さい。
(お休みになるまで、お水は大丈夫です)

▼検査当日の注意

- 朝食、お茶、ガム、飴、タバコ等は一切とらないで下さい。
※ただし脱水予防のため、検査2時間前までに、コップ1杯(200ml)程度の水をお飲み下さい。

【内服薬について】

主治医に許可された薬(血圧の薬・狭心症・心筋梗塞・不整脈などの心臓治療薬・抗てんかん薬)は検査の2時間前までにコップ1杯の水で服用して下さい。

- 胃薬・糖尿病の薬の内服、インスリン注射の使用は控えて下さい。
- その他のお薬を内服している方は、主治医にご相談して下さい。

※受診票に添付されている『胃部X線(バリウム)検査を受けられる方へ』をお読みになり受診して下さい。