109年度長庚大學教職員健檢注意事項

☆日　　期 ⇨ 109 年 9 月 1 日- 9 月 7 日（不含星期六、日）

☆時　　間 ⇨ 上午 8：00-12：00（11：30截止報到）

下午 13：00-15：00（14:30截止報到）

☆檢查地點 ⇨ 長庚大學第二醫學大樓B2臨床技能與模擬中心

注意事項：

★請依健檢時間表準時參加，報到後，不須按照流程表單順序，即可開始各項站別健檢。

★攜帶證件：檢查當日請帶健保卡，穿著輕便服裝，勿攜帶貴重物品。

☆飲食：1.抽血需空腹八小時(少量開水除外)，以免影響抽血及結果，有服用慢性藥物者(如血壓藥)請照常服用藥物(唯服用降血糖藥物者，如未進食，不能吃降血糖藥物)。

2.檢查前三天避免熬夜、喝酒等其他刺激食物，儘量飲食清淡，以免影響檢驗指數。

☆衣著：1.請穿著輕便服裝，勿穿著有拉鍊、釦子、亮片、浮水印之上衣，檢查時請將項鍊、飾品、金屬物品取下，上衣口袋勿放置任何物品，以免影響X光檢查。

☆女性：1.遇生理期者，請告知報到站人員，並註明在流程表單上。

2.若您於生理期期間留尿液檢體，可能會造成尿潛血、尿白血球的檢驗數值異常，當您收到健檢報告時，請留意這兩項檢驗數值。

3.已懷孕或疑似懷孕者，則不做X光、腰圍之檢查，並請告知報到站人員。

4.為避免X光檢查誤判，請女性同仁健檢當日儘可能穿著無背鉤、鋼圈、塑膠扣環之內衣，建議穿著一體成形之運動型內衣，未配合穿著者，健檢當天X光車會備有檢查服，請更換衣服後檢查。

5.請穿著方便穿脫之鞋襪，勿穿連身裙。

☆其他：1.量血壓前，請先休息5分鐘，並放鬆心情。

2.抽血時請放鬆心情，完畢後請立即於抽血處棉球上按壓5分鐘，請勿揉抽血處。(若有血腫或瘀血請加壓並告知醫護人員：48小時後，再用毛巾熱敷即可。)

3.配戴眼鏡者請攜帶眼鏡以便檢查視力。

4.檢查前請核對基本資料是否正確，先填寫健康問卷，並帶著飽足的精神前往受檢。

主辦單位：長庚大學 環保暨安全衛生室　　聯絡人：李雪鳳　職護 分機413-3884

協辦單位：林口長庚紀念醫院健康管理科　　聯絡人: 伍玉玲護理師 電話(03)3196200轉3397

~祝 您 健 康~