

健康檢查報到須知

報到時須攜帶之證件與文件

☐ 身分證明文件

1. 身分證、護照或居留證 2. 健保卡

☐ 健康問卷 (線上)

【需提供勞檢表者，請完成健康問卷所附勞工體檢問卷填寫，方可提供】

請於檢查前三日完成，填答內容將和此次檢查結果做整體分析，以做為個人化完整評估。

☐ 檢查及麻醉同意書

請將內容填寫完整，於當日報到時一併繳交，若有疑問，當日可詢問工作人員。

檢查須知

☐ 請於檢查當日凌晨零時開始禁食禁水 (包含食物、口香糖、菸品等) 直到檢查完成為止 (使用清腸藥除外)。

☐ 若耳溫或額溫 $\geq 37.8^{\circ}\text{C}$ 或有急性呼吸道症狀時，請另行安排檢查時間。

為配合當日相關檢查：

- 請勿配戴隱形眼鏡，以有框眼鏡為佳。
- 請勿在身上塗抹任何物品，例如：除臭劑、止汗劑、粉劑、護膚乳液、護膚霜等，以免影響影像報告品質與判讀結果。
- 請勿佩戴首飾、耳環、戒指等，若無法卸除，請先告知本診所人員。
- 請卸除指甲油、光療指甲及水晶指甲等，以免影響生命徵象監測及生理檢查數據。

☐ 為確保受檢者的隱私及服務品質，陪同家屬請於休息區等待，勿進入檢查區。

☐ 若需變更健檢日期、健檢套組、加選或更換檢查項目時，請提前一週來電告知。

☐ 本診所接受金融卡轉帳及信用卡刷卡服務，若需攜帶大量現金與貴重物品，請自行妥善保管，本診所不負相關保管責任。

地址 | 台北市敦化南路一段 205 號 1F/ B 1

捷運：捷運忠孝敦化站 7 號 (手扶梯)、8 號出口 (樓梯)

公車：忠孝敦化路口站、捷運忠孝敦化站

電話 | 02-2721-2821

網址 | www.healthspan.com.tw



女性檢查注意事項：

- ☐ 請避免於生理期間安排檢查，影響檢查結果；欲作子宮頸抹片檢查之婦女，前一天不可行房，不可執行陰道沖洗或使用陰道塞劑。
- ☐ **懷孕及可能懷孕之女性受檢者**，請先告知本診所人員，並勿做 X 光檢查、身體組成分析及骨質密度檢查等放射性檢查。

內視鏡（胃鏡、大腸鏡）檢查前須知

- ☐ **正在服用保健食品者：**檢前一週請停用活血保健相關食品，如：魚油、銀杏、納豆、紅麴、人蔘、靈芝、中藥。
- ☐ **正在哺乳者：**如有安排無痛內視鏡檢查，檢後 24 小時建議排空乳汁、不要哺乳。
- ☐ **正在服用抗凝血或抗血小板相關藥物者：**請開立處方醫師評估是否能停藥七天，如不能停藥者，則不建議執行內視鏡處置（切片或息肉切除術）。【以下為相關藥物舉例，未列出全部：Acetylsalicylic acid(Aspirin 阿斯匹靈)、Bokey (伯基)、Clopidogrel(Plavix 保栓通)、Ticagrelor(Brilinta 百無凝)、Coumadin (可邁丁)、Dabigatran (Pradaxa 普栓達膠囊)、Rivaroxaban(xarelto 拜瑞妥)】
- ☐ **正在服用糖尿病口服藥 / 注射型胰島素者：**檢查前一天晚上 21:00 以後及當天早上，請勿服用或注射。但需請您檢查當日攜帶藥物及胰島素前來，空腹檢查項目完成後可視情況使用。
- ☐ **如有使用瘦瘦筆或減重針：**請主動告知本診所人員，並依下列指示停藥
使用胰妥讚、易週糖、週纖達、善纖達、胰妥善的客戶，請於檢查前一週停用。
- ☐ **正在服用慢性病用藥者：**如心臟病、高血壓、心律不整、甲狀腺疾病等，服藥時請以不超過 30cc 溫開水，於檢查當日凌晨 5:00 前服用，之後則不建議再服用任何藥物。
- ☐ **正在使用鼻或喉噴劑者：**請依原處方時間使用，不需停用。
- ☐ **其他平日規律服用之藥物：**當日請攜帶至本診所，經醫護人員評估後，依指示時間服用。
- ☐ **平時有使用睡眠呼吸器：**請帶至本診所備用。
- ☐ **如有使用氣喘噴劑備藥者：**請帶至本診所備用。
- ☐ 為確保您的安全，無痛內視鏡檢查完成後，**回程請勿自行開車、騎車或乘坐機車後座。**
- ☐ 檢查當日，如您未能完成清腸或未於排定檢查時間報到，因而取消或改期檢查，將有衍生費用需您另外付費（如：清腸藥、低渣代餐包）。

麻醉前須知

若有以下狀況將會增加麻醉風險，請提前告知本診所人員。

1. 未依規定時間空腹者或未依指示停藥。
2. 病態性肥胖者 (BMI 身體質量指數 ≥ 40)。
3. 呼吸道構造異常或者嚴重呼吸中止症候群者、重度慢性肺病或處於急性發作者。
4. 對麻醉藥物曾有過敏反應者或曾經麻醉醫師評估後不適合麻醉者。
5. 年齡大於 80 歲以上者。
6. 一個月內曾發生中風者。
7. 一個月內有接受手術者，請和您的手術醫師討論過後再行安排麻醉相關檢查。
8. 三個月內胃部有施打肉毒桿菌或置放胃部水球的客戶，不適合鎮靜麻醉。
9. 六個月內曾罹患急性心肌梗塞、心絞痛或嚴重心律不整者。

大腸鏡檢查前之低渣飲食

低渣飲食，請避免如全穀雜糧、蔬菜、水果及乳品等，為了大腸鏡順利檢查，請前三日起避免食用。而每日飲水量為每公斤體重 35-40 ml 計算，約 2,000ml。

可以進食的飲食



白稀飯



白吐司



白饅頭



白麵線、白麵條



海綿蛋糕
(不含牛奶)



去皮的魚肉



蒸蛋



蛋花湯

不可以進食的飲食



蔬菜、水果



奶類製品



高纖豆漿



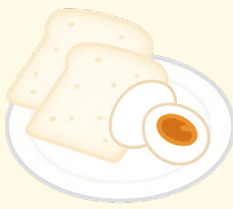
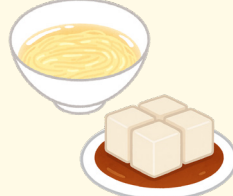
茶葉蛋、鐵蛋

食譜範例

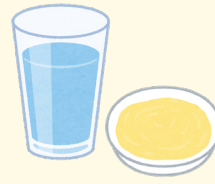
檢查前 **3 天** 日期 _____

早餐	午餐	晚餐	點心
			
白饅頭 + 蒸蛋	白飯 + 去皮舒肥雞肉	白粥 + 雞絞肉	海綿蛋糕 + 運動飲料

檢查前 **2 天** 日期 _____

早餐	午餐	晚餐	點心
			
去邊白吐司 + 溏心蛋	白粥 + 清蒸魚片 (去皮) 無油過濾清湯	清湯麵 + 嫩豆腐 不油蔥可醬油	海綿蛋糕 + 運動飲料

檢查前 **1 天** 日期 _____

早餐	午餐	晚餐	點心
			
運動飲料	冬瓜茶 完全清澈包裝蘋果汁	雞精 完全清澈包裝蘋果汁	無油過濾清湯 水



大腸鏡檢查後，需要更詳細個人營養資訊，
請您預約自費營養門診，讓腸胃更健康！

大腸鏡檢查清腸藥服用時間點

檢查日期及時間為：日期：____年____月____日____時____分

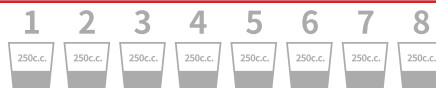
服用清腸藥：☐保可淨 ☐其它：_____

上午檢查：前 1 天晚上 5 點喝 1 包，檢查當天早上 4 點喝 1 包。

檢查前一週	保水	- 體內組織細胞水份不足會影響清腸效果 - 大腸鏡檢查前一週，請依國健署建議，每天補足 1,500~2,000c.c. 水份
檢查前三天	低渣飲食	檢查 前三天 開始低渣飲食
檢查前一天	清流質飲食或代餐	無渣無奶飲料，例如：運動飲料、濾渣清湯、蜂蜜水、冬瓜茶
17:00	服藥	服用排便藥 2 顆
17:00	服藥第一劑 保可淨	- 在杯中加入常溫冷水約 150c.c.，倒入一包保可淨散劑，攪拌至完全溶解（約 3~5 分鐘，溶解過程，水溫會略為上升） - 溶解後，立即喝完所有藥液
18:00 ~ 22:00	補水 1,250c.c.~ 2,000c.c.	- 服藥 1 小時後，陸續補充 1,250~2,000c.c. 水份（5~8 杯） - 約半小時 1 杯（250c.c.），3~4 小時內完成補水 - 水份補充以白開水為主，可搭配運動飲料及清湯（無油過濾清湯） 方便計算水量，每喝完一杯請在杯上打 ✓
約服藥後 3 小時	排便	- 儘量蹲坐馬桶，促進便意產生，蹲坐馬桶可用椅凳墊高以利排便（如右圖） - 多走動、按摩腹部（順時針方向），以溫水沖肛門刺激排便 - 期間會有數次排便
檢查當天	禁食	除清腸藥水及慢性疾病用藥外，請勿進食
04:00	服藥第二劑 保可淨	泡製方式，同第一劑
約服藥後 30 分鐘	補水 1,000c.c.	- 服藥 30 分鐘後，陸續補充 250c.c. 白開水至少 3 次（750c.c.） 方便計算水量，每喝完一杯請在杯上打 ✓
約服藥後 1 小時	排便	輔助排便方式同第一劑，儘量排空
05:00	禁水	檢查前 4 小時之內，就不可再喝水



（勿直接服用粉劑）



清腸良好

