

HƯỚNG DẪN CHUẨN BỊ TRƯỚC KHI TIẾN HÀNH KHÁM SỨC KHỎE TỔNG QUÁT

Để kết quả khám sức khỏe được hiệu quả và chính xác, đề nghị Quý khách làm theo những hướng dẫn sau:

I. CHUẨN BỊ THÔNG TIN

- Chuẩn bị thông tin về tiền sử bệnh lý của thân nhân và gia đình, các bệnh mạn tính như tim mạch, huyết áp, tiểu đường...
- Chuẩn bị đầy đủ các hồ sơ bệnh án, toa thuốc đã và đang sử dụng (nếu có) và mang theo khi khám.
- Viết ra giấy những vấn đề Quý khách đang quan tâm, những biểu hiện bất thường đang gặp phải.

II. XÉT NGHIỆM

2.1 Lấy máu

- Nhịn ăn, không uống nước ngọt, sữa, nước hoa quả, cà phê, các loại thuốc vitamin ít nhất 6 - 8 tiếng trước khi làm xét nghiệm máu. Các chỉ số sinh hóa máu của xét nghiệm làm sau ăn hoặc sau khi dùng các chất kích thích sẽ cho kết quả không chính xác. Nếu khát nước, Quý khách có thể uống nước lọc 50 đến 100 ml. Tránh uống rượu và hút thuốc lá trong vòng 24h trước đó.
- Người có bệnh tiểu đường không được uống thuốc viên tiểu đường hoặc chích Insulin vào buổi sáng trước khi lấy mẫu xét nghiệm.
- Người có bệnh cao áp huyết, bệnh tim mạch vẫn được uống thuốc bình thường.
- Vẫn dùng thuốc điều trị tăng huyết áp, thuốc cho bệnh tim mạch theo đơn hàng ngày.

2.2 Lấy nước tiểu

- Vệ sinh bộ phận sinh dục ngoài thật sạch sẽ với nước máy trước khi lấy nước tiểu. Lấy nước tiểu giữa dòng (Cầm lọ nước tiểu → mở nắp lọ nước tiểu ra → đi một chút nước tiểu, sau đó mới lấy phần nước tiểu giữa dòng, lấy nửa lọ là được).
- Phụ nữ trước và sau kinh kỳ 3 ngày không được lấy nước tiểu.
- Sau khi lấy mẫu nước tiểu vào lọ thử thì lau khô ráo và để vào nơi quy định để bảo quản mẫu xét nghiệm.

III. CHỤP X-QUANG VÀ SIÊU ÂM

- Tốt nhất nên nhịn ăn ít nhất 4 tiếng trước khi làm siêu âm ổ bụng.
- Trước khi siêu âm bụng, đặc biệt siêu âm phần phụ ở nữ giới hoặc tiền liệt tuyến ở nam giới, cần uống nhiều nước rồi nhịn tiểu khoảng 1 tiếng sau đó mới làm siêu âm. Bàng quang đầy sẽ giúp siêu âm thuận lợi và chính xác.

- Phụ nữ có thai hoặc nghi ngờ có thai: **KHÔNG** chụp X-quang.
- Phụ nữ đang mong đợi có thai, cần tham vấn với bác sĩ trước khi chụp X-quang.

IV. NỘI SOI

- Không ăn sáng hoặc nhịn ăn ít nhất 8 tiếng trước khi nội soi thực quản - dạ dày - tá tràng.
- Không ăn sáng hoặc nhịn ăn ít nhất 8 tiếng, làm sạch ruột bằng thụt tháo hoặc uống thuốc xổ ruột theo hướng dẫn của nhân viên y tế để nội soi trực tràng và đại tràng.

V. CÁC LƯU Ý KHÁC

- Nếu Quý khách có tật khúc xạ, hãy mang theo kính đang dùng để kiểm tra thị lực
- Để thoải mái và thuận tiện khi thăm khám, tránh mặc quần áo quá chật hoặc vấy lên thân
- Với phụ nữ cần khám phụ khoa và làm phết tế bào tử cung (Pap'smear / Thinprep), trong 2 ngày trước khi khám, tránh giao hợp, tránh sử dụng thuốc đặt âm đạo.

Chân thành cảm ơn,

PHÒNG KHÁM ĐA KHOA OLYMPUS GIA MỸ