

# HƯỚNG DẪN CHUẨN BỊ TRƯỚC KHI KHÁM TỔNG QUÁT

Để kết quả khám tổng quát 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.
- Thông báo đầy đủ cho BS những triệu chứng bất thường mà Quý khách 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

- Mẫu nước tiểu xét nghiệm đòi hỏi phải sạch, tươi. Do đó, cần vệ sinh sạch bộ phận sinh dục ngoài với nước trước khi lấy nước tiểu.
- Bỏ phần nước tiểu đầu (sau vài giây đi tiểu), sau đó mới lấy nước tiểu giữa dòng, chứa vào lọ đựng mẫu vô khuẩn, lấy nửa lọ là được.
- Lau khô lọ và để vào nơi quy định.
- Khi đang trong thời kỳ kinh nguyệt, nếu làm xét nghiệm nước tiểu rất có thể kết quả sẽ không được chính xác, bởi mẫu nước tiểu khi lấy có thể lẫn máu kinh, khi thực hiện xét nghiệm phân tích kết quả sẽ bị ảnh hưởng. Nếu đang trong chu kỳ kinh nguyệt hoặc gần bắt đầu hoặc kết thúc chu kỳ kinh nguyệt nên thông báo với BS để chờ đến khi thực hiện xét nghiệm kế tiếp.

## III. CHỤP X-QUANG

- 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. SIÊU ÂM

- Tốt nhất nên nhịn ăn ít nhất 4 tiếng trước khi làm siêu âm ổ bụng. Đặc biệt ở bệnh nhân có nghi ngờ hoặc tiền sử bệnh lý túi mật, nhịn đói sẽ giúp cho kết quả siêu âm được chính xác hơn. Thức ăn chưa được tiêu hóa có thể cản trở sóng âm, gây khó khăn cho bác sĩ lấy được hình ảnh rõ nét.
- Trước khi siêu âm khoảng 30 - 60 phút, nên uống nhiều nước và nhịn tiểu căng. Nhịn tiểu làm căng bàng quang, giúp ích nhiều cho việc quan sát hình ảnh trong ổ bụng, đặc biệt khi siêu âm phần tử cung, tiền liệt tuyến, các cơ quan vùng hố chậu và hạ vị... Không nên cô uống quá nhiều nước trong một lúc khiến dạ dày bị giãn, ảnh hưởng tới kết quả siêu âm.
- Khi siêu âm bụng, nên mặc đồ thoải mái để có thể dễ dàng thực hiện. Với phụ nữ, sẽ kéo áo cao lên ngang ngực và kéo quần thấp xuống ngang xương mu, vì vậy không nên mặc váy liền thân.

## V. 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

## VI. CÁC LƯU Ý KHÁC

- Nếu Quý khách có tật khúc xạ, hãy mang theo kính đang dùng để kiểm tra thị lực.
- 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, không nên mặc váy liền thân.

Chân thành cảm ơn!