

健康診断を受けられる方へ

○ 健診前日、および当日の食事に注意して下さい。

前日：アルコール、脂肪分の多いもの(肉・ケーキなど)、栄養ドリンク類は避けて下さい。

当日：朝食は取らず、できるだけ空腹で受診して下さい。

コーヒー・タバコは禁止です。(水 or お茶などで、お過ごしください)

* 午後の受診の方は、朝食は軽めに摂っていただき、昼食は摂らずに受診してください。

○ 妊娠中、又はその可能性があると思われる方は、申し出て下さい。

○ 服装：着脱しやすい上下セパレート(トップスとボトムス)

避けるべき服装：ワンピースやサロペット、スリムジーンズやスキニーパンツ・ストッキングやタイツ

受診順序と各検査時の注意事項

検査順序		注意事項
1	受付 *ご持参願 マイナンバーカード (本人確認書類)	マスク着用をお願い (受付にて 1 枚 10 円で販売しております。) 問診票(記入済み)提出とマイナンバーカードで受付をお願いします。 マイナカードの無い方は、 資格確認書または本人確認ができるものをご提示ください。 外国籍の方で上記が無い場合は、在留カードのご提示をお願い致します。
2	尿検査	来院後すぐに採尿できるようにご準備ください。 出始めの尿は避け、排尿途中の中間尿を採って下さい。 注：尿に水を混ぜないで下さい。※生理中、直後の方は申し出ください。 *採尿困難な場合は、健診後または後日に検査可能ですのでお申し出ください。
3	身長・体重測定	履物を脱いで測定します。
4	血圧測定	なるべくリラックスして安静時に測定します。 (2～3回深呼吸をしてみてください) ※治療中の方は、お申し出ください。
5	視力測定	眼鏡を使用している方は、必ずご持参ください。 コンタクトレンズ使用の方は、お申し出ください。
6	聴力検査	難聴・耳の病気のある方は、お申し出ください。
7	心電図検査	腕時計・貴金属類はあらかじめ外し、靴下・パンストは脱いで下さい。 検査中は、全身の力をぬきリラックスして検査を受けて下さい。
8	採血	腕を圧迫する衣服は避けて下さい。 採血終了後は、止血するまで揉まずに5分間しっかりと押さえて下さい。
9	胸部レントゲン	ブラジャー・ネックレス・エレキバン・ボタンは外して下さい。 (Tシャツ等ボタンのついていない物の着用をお願い致します。)
10	医師の診察	既往歴及び治療中の病名を申告して下さい。

*検査順序は、前後する場合がございますのでご理解ください。

*健康診断終了後に診察や予防接種をご希望の方は、受付時にお申し出ください。

〒305-0861 つくば市谷田部 6107-14

医療法人社団 みなみつくば會 サンシャイン・クリニック

院長 金丸 修三

Tel 029-839-3333

Fax 029-839-5801