

健康檢查常見 Q&A

檢查需知：

Q：什麼是「健康檢查」？

A：依醫界專家的說法，將「健康檢查」定義為「健康人」所做的初步疾病篩檢和危險因子評估。健康檢查可做健康狀況評估是否有潛在疾病，以能早期發現、早期治療，以減少疾病加重的機率，並了解自我身體機能，進而採行正確的生活作息、飲食習慣等以確保健康。其檢查略分為三大類：

1. 理學檢查：如身高、體重、血壓、視力、體脂肪及腰圍等身體外觀與整體的理學檢查。
2. 器官的功能性：如血液常規、血清免疫檢查、尿液檢查、心電圖、聽力、視力、肺功能等各項器官功能檢查。
3. 器官的結構性：如胸部X光、乳房攝影術、腸胃道內視鏡檢查、腹部超音波、心臟電腦斷層、腦部核磁共振等器官結構上的檢查。

Q：應該多久接受一次健康檢查較洽當？

A：目前健保局建議四十歲以上成人每三年一次健康檢查，六十五歲以上每年一次。考慮個人過去身體狀況（高血壓、糖尿病、心血管疾病、各種慢性病等）、家族病史（糖尿病、高血脂、癌症等）、地域性疾病（台灣好發的B型、C型肝炎、肝癌等），則建議每一至兩年接受一次自費全身健康檢查，以隨時了解個人的健康情況，做好健康管理。

Q：請問如果想要到健檢中心做檢查，要如何預約排檢呢？

A：有關自費健康檢查項目請連結門諾醫院首頁之健檢中心入口網站，有詳細介紹及費用說明，倘若有任何問題或想預約排檢，歡迎上班時間蒞臨本院仁愛樓二樓尊爵健檢中心洽詢，或撥健檢服務專線 03-8241211 將有專人為您服務。

Q：請問若已預約排檢，因故需延期或取消檢查，該如何辦理呢？

A：假如因特殊因故需更改檢查日期：

- 請至少於排檢日期五天前來電與我們聯繫更改日期重新排定新日期。
- 延後檢查：請您於原定檢查日至少3個工作天前，以電話聯絡本中心安排受檢日期，延期以一次為限(若遇天災或人為不可抗拒之因素不在此限)。

假如因特殊因故需取消檢查及退費：

- 請攜帶收據或刷卡文件一起到院辦理退費，需酌收手續費 300 元。
- 若臨時取消一日健檢組套排程或腸胃鏡檢查，但未退回清腸劑，請攜帶健檢費用收據或刷卡文件一起到院辦理退費，需酌收手續費 500 元。
- 預約報名後如需延期但未確定排程，將由預約繳費當日起保留三個月，若未於三個月內報到受檢，視同放棄，請恕無法退費，敬請見諒。

Q：檢查前要注意哪些事項？

A：禁食及飲食方面：

1. 檢查前一天凌晨 12 點後禁食，請不要吃任何東西與開水。
2. 檢查前三天請少吃肉類與其他含鐵類較高之食物、不要吃帶血食物（如豬血、豬肝、牛肉等），盡量避免食用含血或鐵質之食物以免影響糞便檢體之準確性；腸鏡檢查須採低渣飲食。
3. 檢查當天於報到時先行點餐(素食顧客請預先告知)，檢查後在健檢中心享用精緻餐點。

藥物及健保卡方面：

1. 若平時有服用慢性病藥物(如高血壓、心臟病、糖尿病)，請繼續服藥且隨身攜帶，並事先告知健檢中心醫護人員。
2. 檢查當天請攜帶身分證以便確認身份及健保卡以備不時之需。

穿著及個人物品：

1. 請穿無拉鍊、亮片、金屬之衣服及穿脫方便的鞋子，以配合檢查項目。

2.健檢中心提供置物櫃可存放個人衣物、隨身包等，鑰匙請自行保管，離開前請將鑰匙掛回置物櫃，但請勿攜帶貴重飾品，健檢中心無保管之責。

女性貴賓須知：

- 1.女性如有懷孕或遇生理期，請先告知健檢人員。
- 2.女性顧客排檢時，若為孕齡婦女請確定自己是否有懷孕可能，而不宜接受放射科檢查，如X光、骨質密度等，若需排檢建議在生理期過後 10 天內健檢。
- 3.若要進行子宮頸抹片的女性受檢者，受檢前三日起，請勿做陰道沖洗、使用陰道內藥物、避免盆浴，以免將有病變的細胞沖洗或掩蓋掉；檢查前一天不要有性行為、檢查日避開月經期間，以得到準確的判讀結果。
- 4.於月經期間仍然可以做健康檢查，包括抽血檢查、各項超音波及X光影像檢查、腸胃鏡等。但因經血會影響子宮頸抹片、糞便及尿液檢查之準確性，建議待月經過後兩、三天再補檢這幾項檢查。

其他：

- 1.本院提供尊爵健檢貴賓檢查當天便利停車，若停在本院門診大樓地下停車場之尊爵健檢貴賓，請持停車卷至健檢櫃檯蓋章證明。
- 2.檢查前一天請避免從事劇烈運動、熬夜及喝酒等，以避免影響檢驗報告數值。

Q：健康檢查需要多久的時間？需要住院嗎？

A：本院尊爵健檢中心有獨立的檢查空間，檢查流程順暢。檢查時間將依您選擇的套組或項目而定，以全身上級一日健檢組套舉例，約 6~8 個小時即可一天內完成，皆不需提前一天住院。

Q：檢查報告結果何時會出來，報告如何領取？

A：全身一日健檢組套，部分報告會在檢查當天完成，本中心提供醫師當日下午初步報告解說之服務。完整的書面報告將於受檢後約 14 個工作天以自取或限時掛號寄出方式交到您的手上，再安排家醫科醫師為您做詳細的報告解說。

▶無痛麻醉檢查：

Q：何謂無痛麻醉腸胃鏡檢查？

A：本院提供無痛鏡檢麻醉，是在檢查當天由手背注射一個靜脈留置管，於檢查前注射鎮靜止痛劑，同時使用監視器嚴密監測受檢者血壓、脈搏及呼吸等，並讓受檢者放鬆，檢查過程無痛，其麻醉深度遠低於一般手術之麻醉，不但降低檢查前之緊張不安，檢查結束很快清醒，也不會有不舒服的感覺。

Q：如何預約報名無痛麻醉腸胃鏡檢查呢？

A：可先電話預約或健檢本人需親自至本院尊爵健檢中心接受排檢須知說明，並於排檢日五天前受檢本人須至本中心接受麻醉前評估、填寫同意書、檢查須知衛教及繳費等。
(若預約報名當天繳費，攜帶現金不足，本院業務課批價櫃檯可提供刷卡服務)

Q：若預約大腸鏡、乙狀結腸鏡檢查應該注意什麼？

A：為了提高內視鏡檢查品質及準確性，飲食準備是很重要的一環，請確實做好低渣飲食及服用清腸劑準備，以利醫師能更清楚的為您檢查及診斷。

腸鏡檢查前飲食準備：

※檢查前三天採用低渣飲食，其基本原則：

採用低渣飲食的目的是要盡量減少食物經腸胃道消化後的渣滓，以達到減少糞便的量，一般於檢查前三天開始採用此飲食。而低渣飲食的基本原則：

1. 避免粗糙、纖維量較多之食物。
2. 避免刺激性調味品及太過油膩之食物
3. 檢查前一天凌晨 12 點起開始不能進食，除藥物外。

腸鏡檢查前清腸劑服用須知：

■耐福力散：

1. 檢查前兩日採低渣飲食，避免高纖維食物及奶製品。
2. 檢查前一天晚餐請早點吃，餐後請服用 2 顆輕瀉藥(黃色小藥丸)。
3. 檢查前一天：晚上七點請開始服用耐福力散清腸劑，以 2000 cc 開水沖泡，(請確定一整包所有粉末皆溶解完)。晚上 7 點至八點請喝完 1000 CC 已溶解之清腸劑(平均約 10 分鐘喝 200 cc)。
4. 接下來檢查當天早上 6 點-7 點再喝完剩餘之 1000 cc 清腸劑(平均 10 分鐘喝 200 cc)。
5. 一般喝下耐福力散清腸劑一小時後開始有清瀉作用，如廁後馬桶內糞液若呈透明黃色即代表清腸完畢。(作用時間約 4 小時)

食物類別	低渣飲食 √ 可食食物	x 不可以吃食物 (禁)
奶類及其製品	無	牛奶 (含添加牛奶的食物)及奶製品(包括優酪乳、養樂多、起士)皆不可食用
肉魚類	去皮、去筋的瘦肉、魚、家禽及寶寶肉鬆等	未去皮筋之肉魚類及油炸、油煎的肉魚類雞胗、鴨胗、牛筋，如：鹹酥雞、香雞排)
蛋類	水煮蛋、蒸蛋、蛋花湯	煎蛋、荷包蛋、滷製過久的硬蛋
豆類及素食製品	加工精緻的豆製品，如：豆漿、豆腐、豆花、豆乾、素雞等	油炸過的豆製品及未加工的豆類，如黃豆、綠豆、紅豆等。素料：蒟蒻及香菇製品。
五穀根莖類	白米飯、稀飯、麵條、白土司、米苔目、等	米糠、糙米、燕麥、麥麩、玉米、全麥麵包、黑麵包、地瓜、芋頭、腰果、花生、核桃、杏仁、栗子
蔬菜類	各種過濾蔬菜汁，嫩的葉菜類，去皮籽的成熟瓜類。	纖維過多的蔬菜，如：竹筍、芹菜，蔬菜的梗、莖及老葉，未烹調的蔬菜沙拉
水果類	去皮子的熟鮮果，如香蕉、木瓜、葡萄或各種過濾的無渣果汁	未過濾的果汁及粗纖維多的水果，如：蕃石榴、棗子、文旦
點心類	清蛋糕、原味仙貝、甜碗粿	加水果及堅果類之餅乾及蛋糕；油膩過甜之點心，如：沙琪瑪、綠豆糕、八寶飯等
其他	蜂蜜、黃金糖、	刺激性調味品，如：辣椒、大蒜、胡椒等；油膩調味太濃的湯，加果粒之果醬，蜜餞等

Q：若做無痛麻醉腸胃鏡檢查需注意哪些事情？

A： 選擇無痛麻醉檢查主要目的，是為了減少胃腸鏡檢查過程中的疼痛與不適有助於提升胃腸鏡之檢查品質，並提供接受鏡檢查之顧客，一個安全、舒適、消除疼痛及恐懼之新醫療服務。但基於安全上考量，以下幾點需注意並配合：

1. 麻醉後 24 小時內請勿騎乘機車或駕駛汽車。
2. 麻醉後 24 小時內請勿操作複雜的機器或工具。
3. 麻醉後 24 小時內請盡量避免危險的活動，諸如：爬樓梯、手持滾燙物品、使用電器等。
4. 麻醉後當日請勿做任何重大決定或簽署任何法定文件。
5. 除醫師處方或醫師已認可之其他處方外，請勿服用任何藥物。
6. 麻醉後 24 小時內請勿飲酒。
7. 檢查後離院應由成年親友陪伴。
8. 檢查後如有以下症狀宜停止進食並盡速回到醫院急診室就診：
 - a. 返家後兩天內如持續腹痛，排氣後症狀仍未緩解。
 - b. 持續有解血便之情形。

▶ 64 切電腦斷層及其他檢查：

Q：什麼 64 切電腦斷層掃描檢查？

64 切電腦斷層在 0.37 秒可獲 64 張圖像，可細切到 0.0625 公分間距，更小的病竈或腫瘤可以清晰呈現。再利用電腦程式處理影像，便可獲得任意切面和 3D 空間的立體影像了。做 64 切電腦斷層檢查不用住院，經由周邊靜脈注射顯影劑，就能了解心臟血管的狹窄程度及血管鈣化情況，提前預估冠狀動脈心臟病的發生機率，以及冠狀動脈狹窄程度。64 切電腦斷層掃描儀除 3D 立體冠狀動脈電腦斷層血管造影檢查以外，還有多項功能如低劑量肺部掃描檢查可篩檢肺癌、肝癌篩檢、腦部及頸動脈血管攝影檢查等。

Q：如何預約 64 切電腦斷層掃描檢查？

A：請至尊爵建檢中心報名或電話預約排檢，健檢人員會協助評估是否適合此項檢查，並確認檢查部位，目前本院 64 切電腦斷層掃描項目分部位受檢，報名 64 切電腦斷層血管攝影檢查一次以一個器官部位為主，一天內不宜安排注射過量顯影劑；檢查費用部前健保不給付屬自費品項，開放排檢有心臟、肺臟、肝臟及腦部等項目。檢查當天請準時報到，健檢人員會帶領至放射科進行檢查。心臟血管疾病僅次於癌症，高居國人十大死因的第二位，例如準內政部長廖風德及民歌才子馬兆駿於 97 年猝死，就是心血管疾病可怕的地方。

建議心臟血管疾病的高危險群，如：糖尿病、高血壓、高血脂、有抽菸習慣及肥胖等危險因子，以及有心肌梗塞家族病史者。

Q：64 切電腦斷層檢查前和檢查後要注意哪裡事項呢？

檢查前：

1. 檢查前 12 小時請勿使用含咖啡因及刺激性物質(如咖啡、酒類、茶、可樂、巧克力)，以避免心跳加快影響檢查影像。
2. 檢查前至少禁食 4 小時以上。若檢查當天有加做抽血項目，請於檢查前一天晚上 12 點後開始禁食。
3. 已有放置心臟血管支架者，於檢查時請告知健檢人員。
4. 檢查時會視情況給予受檢者維持心跳頻率穩定之藥物，若有高血壓或心臟疾病病史者，請於檢查當日繼續服藥，並將藥物攜帶在身上。檢查時盡量保持心情平穩，讓心跳頻率儘可能的低於每分鐘 70 以下。

檢查後：

1. 檢查後工作人員會帶至尊爵健檢中心休息並觀察 20~30 分鐘後，若無不適症狀即可返家。
2. 檢查後請都多喝水有助顯影劑排出體外。

Q：哪些人需要考慮 3D 立體冠狀動脈 64 切電腦斷層血管造影檢查？

- A：**
1. 沒有典型症狀的心肌梗塞中高危險群患者。典型症狀如：高體能運動時發生胸痛，呼吸困難，與異常疲累。高危險群患者：高血壓、糖尿病、高血脂、抽煙、有家族史。
 2. 有不典型症狀的心肌梗塞中低危險群患者。不典型症狀如：不運動時發生胸痛。
 3. 運動心電圖檢查結果不確定。
 4. 其他。例如：先天性冠狀動脈異常，心臟繞道手術後追蹤，或進行心導管檢查前的篩檢。

Q：何謂核磁共振檢查？檢查前後注意事項？

A：核磁共振是先進且無輻射性影像檢查工具，能提供軟組織清晰的影像，是將人體體內組織、器官之氫質子的各種磁振訊號等，經電腦設備轉繪成影像顯示出來，再根據影像的特徵及位置做為臨床診斷的根據。

檢查前注意事項：

1. 核磁共振需要利用強力磁場，這個磁場會影響體內的順磁性金屬物質，因此必須很清楚知道受檢者是否裝置人工關節、心臟節律器、人工心臟瓣膜、子宮避孕器、或者針、螺絲釘、手術針等。
2. 檢查前可進食，不影響檢查。
3. 檢查依部位不同，再加上等候時間約需 30 分鐘至 60 分鐘，故會與檢查單位先排檢。
4. 虛弱或有幽閉恐懼症患者，檢查當天務必請家屬或朋友陪同前來。

5.檢查時請穿沒有金屬及拉鍊的輕便衣褲，並取下身上所有金屬飾品，包括含磁性之卡片（如：信用卡、提款卡、員工卡）、眼鏡及活動假牙等金屬製品，以免影響檢查結果。

6.檢查部位不同，所需時間不等，所以檢查前您可以先上個廁所，以免檢查中因膀胱脹而感不適
檢查後注意事項：結束後即可進行一般日常生活。

Q：什麼是頸部超音波？什麼人需要做呢？

A：頸部超音波掃描是非侵入性、無輻射且非常安全的檢查，針對具有腦中風高危險因子的對象施以檢查，以超音波掃描頸部及腦部動脈血管，同時測量血流速度，可了解供應腦部血流的頸動脈血流量與狹窄程度、有無粥樣硬化斑塊，為缺血性腦中風篩檢最重要檢查之。

頸部超音波可分為彩色頸動脈超音波及穿顱超音波。

(一) 彩色頸動脈超音波：針對頸部所檢查之血管—兩側鎖骨下動脈、兩側總頸動脈、內頸動脈、外頸動脈、顱外椎動脈、眼動脈。

(二) 穿顱超音波：針對頭部血管檢查，如兩側中腦動脈、前腦動脈、後腦動脈、顱內椎動脈及基底動脈。

建議有頭暈、頭痛、耳鳴、眩暈、失眠、視力模糊、聽力減退、步態不穩、行動遲緩、記憶及智能減退、日常生活機能衰退、意識障礙、四肢或單側肢體無力、四肢或臉部麻木、肌肉萎縮、不自主顫抖、肢體僵硬、言語不清、吞嚥困難、頸部或肢體酸痛、家族中有人罹患高血壓、糖尿病、高血脂症、腦中風或腦瘤等之民衆做頸動脈超音波來檢測是否有潛在性的危險因子。

Q：頸部超音波如何預約及檢查注意事項？

A：頸部超音波因檢查時間約需 30-60 分，需要先與檢查單位（生理診斷科）預約，故需至少兩星期前電話或親自預約排檢，檢查當天請依約定時間準時報到。其注意事項：

- 1.檢查前後不需特別禁食，可正常進食，但檢查前兩小時禁止抽菸。
- 2.檢查時請穿寬鬆衣褲，勿著緊身或高領衣物。
- 3.檢查時勿戴隱形眼鏡。

若有其他問題請洽 尊爵健檢中心 服務專線 03-8241211 將有專人為您服務。