附件3

体检注意事项

体检期间听从安排，不允许大声喧哗，私自离队。具体注意事项如下：

1.体检前三日保持正常饮食，不吃过于油腻、高蛋白食品，不要饮酒，晚上应早休息，避免疲劳。检查前一天晚8时后不再进食，避免剧烈运动，保持充足睡眠，体检当天停止晨练。

2.检查当日早晨禁食、禁水。空腹参加体检，行采血、腹部B超后方可进食。

3.怀孕女性受检者，请勿接受放射线和妇科的检查，请听从医生建议，另行补检。哺乳期女性受检者，接受放射线检查后，暂停哺乳三至五日。

4.女性做妇科检查前应排尽小便，须提前告知医生月经史（初潮年龄+末次月经时间），生理期女性留取尿液标本时，留中段尿即可，行妇科检查时、听取医生意见。

5.检查当天请着轻便服装和低跟软低鞋，勿穿有金属扣子之内衣裤，勿携带贵重饰品，女性尽量不要穿连衣裙、连裤袜，男士不要打领带。

6.女性做检查前一天请勿行房，勿行阴道冲洗或使用塞剂。

7.女性做B超前需憋足小便（抽血后可饮水，最好是不排晨尿，缩短憋尿时间），男性不做特殊要求，只需有一点尿感即可。

8.体检当日勿咀嚼槟榔、口香糖，勿佩戴隐形眼镜。

9.全部检查项目完毕后由工作人员带至前台一一核对是否漏项，确认无误后方可离场。

10.若现场有任何疑问，请及时与现场工作人员联系。