

# 别等生病才体检



[别等生病才体检 下载链接1](#)

著者:

出版者:清华大学出版社

出版时间:2019-3-1

装帧:

isbn:9787302511373

为什么要体检？怎么选择合适的体检项目？如何看懂你的体检报告？如何成功“骗”父母去体检？……本书涵盖了体检前、中、后的方方面面，内容丰富有料，用漫画的形式表述得轻松有趣，是一本兼具科学、趣味、实用为一体的“健康管理”佳作。

作者介绍:

体检主任之家是专业的健康管理知识科普平台，聚集了全国60000多体检行业专业人士，将繁杂、晦涩的专业健康管理知识通过有趣有料的文章、形象生动的漫画、短小精悍

的视频等简单、易懂的方式进行科普，缩短了体检机构、体检专家与大众之间的距离，让民众可以更便捷地获取专业健康管理知识，从而不断提高自身健康管理理念，共促国民健康。

## 目录: 一、体检或许比你想象的更重要 1

1. 说真的！我们为什么需要体检？ 2
2. 为什么年轻人更需要做体检？原因震惊了！ 11
3. 需要定期体检的人群，看看有你吗？ 18
4. 原来这些体检项目可以发现癌症，看完又长知识了！ 22

## 二、你适合什么样的体检？ 28

1. 如何科学体检之体检项目知多少 29
2. 不同人群的体检选择，请对号入座！ 36
3. 请给男人一点关爱，40岁以上的男性必查体检项目清单！ 41
4. 中老年人必查的体检项目 46
5. “三高”人群体检项目大全，你的家人知道吗？ 52

## 三、检前这些事儿，你必须清楚 57

1. 检前准备这点事儿，不注意可是会出大事儿的哦！ 58
2. 常规体检你必须知道的事儿 65
3. 错过就白检，这些体检项目的最佳时间表，好好收藏吧！ 69
4. 一不小心就误判，化验检查你该注意的那些事儿 74
5. 用什么来拯救你，我的血脂检查！ 81
6. 女神是怎样体检的 90
7. 小心！女同胞最容易被这些家伙盯上！ 94

## 四、如何看懂你的体检报告 99

1. 一图看懂体检报告中那些指标的含义 100
2. 体检指标异常？你可能做了个假体检！ 111
3. 说出来你们可能不信，体检查出这些病，其实不用担心！ 116
4. 体检查出轻度脂肪肝，到底该怎么办？ 122
5. 体检发现甲状腺疾病，我们该怎么办？ 128

## 五、体检误区在这里 134

1. 事关生命健康的几大体检误区，你必须清楚！ 135
2. 神一样的PET-CT，体检时到底该不该做呢？ 141

## 六、超级趣味科普 148

1. “胃病小能手”幽门螺杆菌，到底是怎样的存在？ 149
2. 如何成功把父母“骗”去体检！ 156
3. 医生没告诉你的减肥知识，颠覆你的认知！ 164
4. 终于搞懂了，糖尿病原来是这么回事儿！ 171
5. 说出来你可能不信，高血压原来是这样来的 178
6. 一起来看看“尿酸”这个磨人小妖精的前世今生！ 188
7. 10人中有9人不知道的“体检秘密”！ 196

## 七、上医治未病，预防才是王道 203

1. 19个科室医生不想让你做的事，再不知道就晚了！ 204
2. 容易引发猝死的10大恶习，你占了几条？ 214
3. 想要远离糖尿病并发症，只要你不做这种人 221
4. 癌症候选人名单，看看有你在吗？ 228
5. 如果你想离癌症远远的，就好好看看这个 237
6. 有这5个坏习惯，再年轻也会得癌症！你中了几个？ 245

· · · · · (收起)

[别等生病才体检](#) [下载链接1](#)

标签

健康

体检报告

癌症

减肥

评论

---

[别等生病才体检](#) [下载链接1](#)

书评

---

[别等生病才体检](#) [下载链接1](#)