

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](#)