

注重个性化体检 避免带来伤害

美国：过度检查有五种风险 新加坡：量身打造体检项目

□本报综合报道

健康体检跟疫苗一样，是很严肃的事。当体检者没有主诉，要求健康体检，作为医生，要平衡其中的关系，既要确保提供的建议不能遗漏，又避免给人带来过度伤害。这是非常难的抉择，但作为医生，再艰难都要做好平衡，帮助体检者做出合理的推荐。

国外体检大致分两种，一种是有主诉的体检，比如病人有发烧、感冒、咳嗽等显著症状，需要做相应的检查。另一种是没有任何主诉，也就是我们常说的健康体检，更多出于预防目的，有时候人们说体检其实大多指健康体检。

本期域外之音介绍美国、日本、新加坡的健康体检行业。

【美国】

体检前须前了解病史 侧重个性化体检项目

在美国，体检前了解病史部分非常重要，只有知道你的病史，才能去有的放矢地做体检。既往病史、生活习惯、家族史、服药史等，都是需要提前告知体检医生的。

比如，有乳癌家族史的人，需要提前考虑筛查乳腺癌。如果你有多发乳腺癌家族史，比如母亲，阿姨，姐妹，甚至如果同时有卵巢癌，就应该考虑筛查BRCA 基因。如果有这个基因突变，就要考虑进一步的预防手段。

避免盲目做大量检查 过度检查有五种风险

对于体检并不是检查的项目越多越好，因为盲目地做大量项目的检查可能会有风险，其中包括五种类型的风险。

- ◆ **筛查可能造成身体损害**
比如，放射科检查含有射线，它本身就是致癌剂；有些体内的检查如内窥镜可能造成并发症。
- ◆ **筛查或造成假阳性结果**
就是说，你本来没病但是化验说你有病。这会对患者造成不必要的焦虑，或因进一步检查造成身体损害。
- ◆ **筛查或造成假阴性结果**
也就是说，你明明有病但没查出来。造成错误的安慰或保

体检筛查“三类”疾病 优化习惯改变慢性病

美国的体检一般筛查三类疾病。一是癌症筛查；二是传染病；三是慢性病。

- ◆ **防癌筛查**
包括女性乳腺癌、宫颈癌，乳腺癌主要用钼靶，宫颈癌用涂片，岁数大一些要加HPV 检查。男性岁数大的人可以考虑前列腺癌筛查，这是男性发病最高的癌症。PSA 检查，或者前列腺指检，超声等。
- ◆ **肺癌筛查**
肺癌筛查是给那些长期吸烟的高危人群做的，正常人不需要做，而且只能用低剂量CT 来筛查。普通X 光胸片筛查肺癌一般达不到早期筛查的目的。
- ◆ **结肠癌用大便潜血或肠镜来**



资料图片

【日本】

形成独立完善服务体系 满足各种需求健康检查

在日本，从临床医学分离出来的预防医学事业，已有60年历史。而其中的健康体检事业自诞生以来也已超过50年。据日本健康体检协会统计，日本当今每年接受健诊的人数达到500万人。日本健康体检事业历经长时间发展，已形成一套相对独立完善的医疗健康服务体系。从基础的血液生化检测到高端的CT、

PET-CT、MRI检测，先进的诊断及健全的医疗系统，使日本成为世界癌症防治最先进的国家之一。日本健康体检的模式是社会体系完善、覆盖率高、立法明确、针对不同年龄、不同阶层进行各种各样的健康体检，几乎每个公民每年要进行一次健康体检。为了保证高质量应对，日本制定有对全身精密体检专科医生

的认定制度，致力于培养预防医学专业人才。这也是世界上史无前例的、划时代的尝试。日本人的疾病结构随着生活方式的欧美化和老龄人口的增加而以非常短的周期变化，健康检查内容也按照这种结构变化进行应对和发展。从而，建立起了无论哪种疾病结构都能应对、满足各种需求的健康检查体系。

体检之前先要填写表格 整个过程均有专人引导

的地方做身体检查。患病的老年人得到了及时的治疗和照顾，这也是日本人长寿的原因之一。那么日本每年的体检都会做哪些检查？体检的流程又是怎样的？体检前先要填一些表格，表格内有一些提问问题。问题包括：你吸烟吗？你喝酒吗？你每两个星期运动超过30 分钟吗？与同龄人相比，你的步伐是？与其他人相比，你的用餐速度是？你睡前两个小时内的零食次数每星期是否超过3 次？你一个星期不吃早餐的次数是否超过3 次？你是否

有足够的睡眠和休息？填好表格后，在等候区等待，被叫到的受检者会被专人带到更衣室更衣。然后进行抽血、X 光检查、腹部B 超检查、胃肠X 光检查。由于日本的胃癌和大肠癌高发，所以体检中加入了胃肠X 光造影检查！这些体检过程都会有专人引导，也很注重受检者的私密性，医生都很亲和负责，所以体检过程显得比较轻松和谐，基本上让受检者没有顾虑而乐于接受体检。

【新加坡】

量身打造健康检查项目 需要时可作进一步筛检

是检查不出来的。例如，很多肿瘤的早期症状较难被发现，而体检医生一般都不熟悉病人的病史，所以一些早期的癌症很难被检查出来，医生也不容易作出正确的判断。与一般的诊所和 polyclinics 不同，医院的设备更加完善，所能够提供的体检也更加全面。好的医院还会针对受检者的个人健康需求，专门提供一系列量身打造的健康检查项目。不同年龄段的人有不同需要，需要不一样的健康检查。有些人花了大笔金钱到医院健康检查，却查不出问题，后来却发现自己患上癌症或其他疾病，可能就是因为选择了一个不合

适的体检配套，结果查不出问题。所以，医院会根据个人年龄、性别、医药史和家族病史量身定制，实现最优化的健康筛检，带给体检者个体化的健康体验。筛检结果会参考个人过往的健康趋势，以定制化报告的形式呈现；内容完整，目标明确，并推荐恰当的生活方式和保健贴士，让体检者对健康感到安心的同时，也能受益于实用的建议。对于需要的人士，医院也提供一条龙式服务，让体检者在同个地点就可以进行特约门诊或进一步的筛检。

【本文综合自网易健康（北京）、新浪网、百家号、大风号、狐大医】

上海新创文化信息中心(有资质)
伐)遗失营业执照正本,声明作废
杨明祥遗失营业执照副本,注
册号:31012600637144,声明作
废
吴林发遗失执业护士证,
31060000239963215,声明作
废
福建华通道路运输从业人员从
业资格证,资格证号:310330195010
34159,合格证号:305593,特此声
明
上海市松江区泰序理髮店遗
失营业执照副本,注册号:
310117601042477,声明作
废
上海市青浦区华新镇飞越食品
经营额遗失营业执照副本,注
册号:310115600941501,声明作
废
上海市松江区小昆山镇峰青坊
遗失营业执照正本,证编号:
23000520126590033,1341,公
告,声明作
废
上海闵行梅陇曹行大超市粮油副
食品店遗失税务登记证副本,税
号:31022319630211231501,声
明作
废
上海市浦东新区金杨镇金泉食品
经营额遗失营业执照副本,注册
号:王
东,注册号:310115603377344,证
册号:10001420126599079,声
明作
废
上海市奉贤区德兰建材经营额
失营业执照副本,统一社会信用
码:92310120041140999,声明作
废
上海市宝山区罗店镇南申东
店遗失营业执照副本,注册号:
310113600335719,声明作
废
上海市嘉定区马陆镇杨明安整
遗失食品流通许可证正本,许可
证号:593101141250010441,声
明作
废
上海市青浦区谢志祥饮品店遗
失营业执照副本,注册号:31011560102
4460,食品经营许可证副本,许可
证编号:J123101180008703,声
明作
废
浦东地区三林镇海通室内装潢部
失工商营业执照50份,代码:131000
020331,号码:03974401-03974450;老
普道发原50份,代码:0054001136,
号码:00054901-00054950,声明作
废
上海岚峰艺术设计有限公司遗
失银行开户许可证,原编号:
J29900026324203,声明作
废
上海越展广告有限公司遗失税
务登记证正本,税号:310
22975999867,声明作
废
上海国润广告有限公司遗失税
务登记证正本,税号:310
229786280880,声明作
废
上海金建企业管理咨询有限公司
遗失税务登记正本,税号:
310229594778783,声明作
废
上海利康门市场管理策划有限公
司遗失营业执照副本,证编号:
2600000251606160164,声明作
废
上海直博怡商贸有限公司遗失
营业执照副本,证编号:
24000003003060310091,声明作
废
上海市宝山区虹虹丹耀发店遗
失税务登记证,地板正本,税
号:14010019600300329,声明作
废
上海市宝山区昌鑫镇兴隆点心
店遗失营业执照副本,证编号:
280008201304260037,(34),声
明作
废
上海星广告传媒有限公司遗失
业执照正本,证号编号:28000
00020140505039,(40),声明作
废
上海市浦东新区陆家嘴街道三合
食品遗失营业执照正本,经营
者:吴利
康,注册号:31011560126528,证
册编号:
15002120116060142,(41),声
明作
废
上海欣强工艺品有限公司遗失
营业执照正本,注册号:3101132
3732;税务登记证正本,税号:
3101137003411,声明作
废
上海沪益展览展示服务有限公司
遗失营业执照正本,注册号:
3102290009023;税务登记证本
册,证号:31022991603395;组织
机构代证正
副本,代码:69160339-5,声明作
废
上海雅怡保健按摩会所遗
失营业执照正本,统一社会信用代
码:91310113841616982,声明作
废
上海市闵行区阿夏美发店遗失
业执照副本,注册号31011260099305
编号:120003204328008,声明作
废
上海市普陀区康建办公用品商
店遗失税务登记证副本,税号:
4400241197207262921,声明作
废
上海市奉贤区青仁食品店遗
失税务登记证副本,税号:310
226193011293911,声明作
废
上海锦顺广告有限公司遗失税
务登记证25份,代码131001223302,
号码:01316891-01316873,声明作
废
上海市浦东新区周浦镇成祥
建材经营额遗失国税通用机打发
票15份,代码:131001323332,号码:
17485386-17485650,声明作
废
上海浦商电器有限公司分公司
遗失税务登记证副本,税号:
310112703426040,声明作
废
上海岚町房地产开发有限公司
遗失营业执照副本,证编号:2
004000201605170049,声明作
废
上海锦顺电器有限公司遗失营业
执照正本,正本编号:270000020519
190625,副本编号:270000000150690
628,另遗失公章一枚,法人章(王个
国)一枚,刻字用章一枚,声明作
废
上海信通医疗科技有限公司遗
失上海万源隆二医院医疗器械经
营资格证,备案号:沪松食药监械
经营备字20170025号,声明作
废
上海市松江区金山镇永泰源工
艺材料加工场遗失税务登记证正
副本,税号:31010219390003404;
发票,发票专用章壹枚,声明作
废
上海市嘉定区悦悦体育场富文源酒
店遗失营业执照正本,注册号:
310114600393959;税务登记证正
副本,税号:34122319846603138,声
明作
废
上海广晋建筑装饰工程有限公司
遗失营业执照正本,注册号:
3102262
066675;税务登记证正本,税号:
310226660757957;组织机构代码正
正本,代码:66075795-1,声明作
废
上海市闵行区颛桥留明昌经营额
遗失税务登记证正本,税号:
3102231960042333,号码:16
010101,36010103-16000130,声
明作
废
上海市浦东新区城城镇智立通特
设商店遗失营业执照副本,注册
号:范旭,注册号:310115601343747,
证册编号:1100034201265149999,
(10);税务登记证正本,税号:
3423231989121104999,声明作
废
上海市浦东新区川沙镇镇康安
泰酒店遗失上海市公共场所卫生作
业证161张,注册号:50200504号,声
明作
废
上海普美技术有限公司(C318)
105671173400,遗失上海市公共
场所卫生许可证,许可证号:
大点三南浦北分公司遗失发1号33
52119133301-200-3352119133691-90
0;33521101153601-700;33520002880
1-700;33520005388301-600;33520003
88401-500-3352000288301-400;110

陆宽 遗失注销破产登
报 021-59741361
13764267378(微信同号)