

TOP 养生 | 感恩节特刊

体检套餐 父母安心过晚年

慢性非传染性疾病预防、肿瘤筛查、口腔检查莫错过

滴水之恩
涌泉相报

一个懂得感恩的人，一定会成功的

感恩节送礼物，不少子女都犯了难：山珍海味多吃不完，浪费了太可惜；各式的营养品礼盒虽好看，但中看不中用……其实，给老人选礼物有个原则，“雪中送炭”比“锦上添花”更实在。

随着父母一天天变老，儿女们最大的希望就是他们能“身体健康、长命百岁”。因此，每年送一份“体检套餐”，保证父母身体及时“查漏补缺”，成了很多人尽孝心的特殊方式。然而带父母体检需要检查哪些项目？琳琅满目的体检机构该如何选择？让人眼花缭乱的体检套餐该选哪一种？专家教您为爸妈订个合适的“体检套餐”。

郑州晚报记者 李鹏云

■相关链接

中老年人
体检项目推荐

基本项目

是任何体检套餐都包括的，这其中有身高、体重、视力、血压、胸片(或胸透)、心电图等项目。

内科项目

体检以内科疾病为主，在内科血液生化检查方面，肝功能和血脂检查很重要，基本上可以反映检查者的一些主要问题。

外科项目

肝、胆、脾的B超检查必须做。

肛门检查千万不可嫌麻烦而忽略，因为它往往可以发现常见的前列腺肥大和直肠癌。

此外，老人体检者还应检查防癌三项(甲胎蛋白AFP、癌胚抗原CEA、EB病毒抗体EBV-IgA)；同时老人血脂高的情况多，血脂检查应加高密度脂蛋白和低密度脂蛋白测定，肝功检查应为12项，检查的指标更详细。

体检套餐多，让人眼花缭乱

近日，小常一直筹划着给年迈的父母做次全面体检。为了保证效果，不让体检流于形式，小常专门在网上搜索了许多体检方面的信息。没想到，这些信息反而让小常拿不定主意了。

像小常一样，打算给父母订做健康体检的人越来越多。其中以中老年为主，且自费体检者人数上升很快。与

此同时，人们在体检方面出现的困惑也越来越多。调查发现，这些困惑主要来自三个方面：

首先，体检机构众多，难以作出选择。目前的体检中心大概可分为两种：一种是一、二、三级医院开设的，即传统的体检机构；另一种则是独立于医院的专门的体检机构。大医院的

体检中心一般人较多，收费也相应较高；市面上的民营体检机构服务周到，可体检质量让人担心，生怕出现误检。

其次，体检套餐让人眼花缭乱。每家体检机构都会提供多种套餐，仅针对老年人的就有“夕阳红套餐”、“中老年人特制套餐”、“父母体检套餐”……每种套餐所包含的项

目不同，价格也从300~5000元不等。究竟哪些是老年人的必检项目，哪些根本没有必要，让人一头雾水。选择项目少便宜的，怕漏检，起不到作用；选贵的，怕花了冤枉钱，还查不到点子上。

最后，体检报告出来后，面对专业的体检结果，很多人看不懂，又不知道该找谁咨询。

综合性医院，老人体检有保证

中老年人群随着年龄的增加，身体的组织、器官功能开始退化，抵抗力也会有所下降，各种疾病的发病率随之增加，所以对于中老年人来说预防疾病显得十分重要。预防疾病的重要手段之一就是定期体检，它可以帮助我们及时

了解身体的健康状况，了解潜在的危险因素，并有针对性地采取措施延缓或预防。而在生活中，老人大多舍不得自己花钱去体检，但如果是子女送的体检卡，老人肯定不会浪费掉。

在为父母定制体检之前，

选择一个合适的体检机构很重要。不同的体检机构，用做检验仪器的精确程度不同，操作仪器和把控各个体检环节的医师技术也不同，提供咨询引导的服务人员的专业度也不同……这些差距都存在于各个体检机构之

间。

“在综合性大型医院体检有一个明显优势，即如果老人在体检过程中发现了身体病症，若在医院就诊，就能不再重复已经检查过的项目。”河南中医学院一附院体检中心主任赵惠利说。

体检套餐，并非越贵越好

据了解，目前各大医院专为老年人提供的体检项目多达几千项，由此组成的细致程度不同、侧重不同、价位不同

的套餐，更是多种多样。

“我们医院为老年人提供的体检套餐，既有600~900元的经济实惠型，也有上千元甚

至万元的更加全面细致的体检。”赵惠利建议，老年人应根据自己所处的年龄段、自身身体状况以及经济条件，选择最适合自己的体检套餐。

“在体检中心咨询台，护士会依据体检者历年的体检情况和身体情况，给出体检项目和体检套餐的相关建议。一般情况下，老年人在基本体检项目之余，如果自身某些方面常有不适，可以增加一些有针对性的检查。我们建议，

年纪越大的老人在体检时，选择的项目尽量更全面。”赵惠利说。

“但体检项目并非越贵越好，适合自己即可。”随着检验手段的进步，新的技术和仪器不断推出，而医院体检项目众多，仪器分工明确，不同仪器之间并没有可比性，也并非越贵越好，因为昂贵的仪器检查项目未必是老人需要的。

从目前来看，医院为老人提供的体检项目，都是经过临床实践证明过的、具有临床意义的项目。

老人体检
心血管病、恶性肿瘤莫放过

老人体检与年轻人大有不同。“老年人的患病概率远远高于年轻人，在体检方面应比年轻人更加细致和全面。另外，老年人患心脑血管、肿瘤疾病的概率远远高于年轻人，应该比年轻人多增加这些方面的体检项目。”赵惠利建议。

体检项目，既包括基本的内科外科、心电图、肝功血脂等，还应有更细致的脑部、心脏等各器官的检查。“比如检查脑部供血情况，做个脑CT。再比如心电图如有异常，我们会建议老人进一步做心脏超声检查。”

另外，老年人患肿瘤疾病的风险更高，建议老人体检要增加肿瘤筛查项目。“对各类器官的肿瘤筛查很有必要，比如肺部肿瘤筛查并非针对抽烟人群，凡是上了年纪的老年人我们都建议做一做必要的肿瘤筛查。”

常规检查的重点项目包括：

慢性非传染性疾病预防 现在有糖尿病、高血压病和心脏缺血性疾病为代表的慢性非传染性疾病，发病率呈井喷的态势大幅度增加，已经成为危害人们健康的主要疾病。通过对血糖、血压和血脂的检查可以及早了解疾病情况和危险因素。

肿瘤筛查 很多肿瘤的发病率是伴随着年龄的增长而明显升高的，通过项目的合理组合，可以实现对一部分肿瘤的早发现早治疗。

口腔检查 牙不痛并不意味着口腔没有问题，如果等有不舒适再去就诊，就只能进行补救了。所以定期的口腔科检查和口腔保健，是预防口腔疾患保护牙齿健康的有效手段。例如，刷牙时流血、口臭、牙齿松动、吃热的食物会敏感和酸痛等，都说明牙齿存在问题。建议有这些症状时就应该找口腔医生检查和治理。

