ใบความรู้ด้านสุขภาพ

สำนักปลัด

องค์การบริหารส่วนตำบลโนนโพธิ์

อบต.โนนโพธิ์ อ.เมืองอำนาจเจริญ จ.อำนาจเจริญ

วิสัยทัศน์

โครงสร้างพื้นฐานเข้มแข็ง แหล่งเกษตรอินทรีย์ มากมีภูมิปัญญาท้องถิ่น

งานประชาสัมพันธ์

สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลโนนโพธิ์

โทรศัพท์ / โทรสาร 045-525992

www.nonpho.go.th

E-mail : saononpho@gmail.com

อบต.โนนโพธิ์

4 เหตุผล ทำไมต้องตรวจสุขภาพ?

1. เพื่อค้นหาโรคที่แอบแฝง
2. เพื่อเรียนรู้ร่างกายของตนเอง
3. เพื่อประหยัดค่าใช้จ่ายในการรักษาโรค ตรวจเพื่อป้องกัน
4. เพื่อให้ทราบแนวทางในการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมต่อไป

ตรวจสุขภาพที่ดีในวันนี้
เพื่อสุขภาพที่ดีในวันข้างหน้า

PATHLAB
เราใส่ใจสุขภาพคุณ

เตรียมตัวให้พร้อม ก่อนตรวจสุขภาพ

- **พักผ่อน** 6-8 ชั่วโมง
- **งดอาหาร** 8-10 ชั่วโมง จิบน้ำเปล่าได้
- **ทานยาประจำตัวได้** ควรแจ้งเจ้าหน้าที่ก่อน
- **หากมีโรคประจำตัว** นำเอกสารติดตัวมาด้วย
- **งดสูบบุหรี่** ก่อนตรวจ
- **งดแอลกอฮอล์** อย่างน้อย 24-48 ชั่วโมง
- **แนะนำตรวจตอนเช้า** เพราะไม่อดโรย
- **สงสัยตั้งครรภ์** ควรแจ้งเจ้าหน้าที่ก่อน
- **โปรแกรมสำหรับผู้หญิง** ควรตรวจก่อน/หลัง ประจำเดือน 7 วัน
- **ใส่เสื้อผ้าสบายๆ** เพื่อสะดวกเจาะเลือด
- **ตรวจความเสี่ยงเฉพาะโรค** ควรปรึกษาศูนย์ตรวจสุขภาพก่อน
- **ควรปัสสาวะทิ้งเล็กน้อยก่อน** แล้วเก็บปัสสาวะช่วงกลาง

ขั้นตอนการตรวจสุขภาพ

๑ ตรวจสอบรายชื่อ และลำดับหมายเลขตรวจ
๒ ลงทะเบียน รับอุปกรณ์การตรวจ
๓ วัดความดันโลหิต
๔ ชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง
๕ เจาะเลือด
๖ พบแพทย์
๗ เก็บปัสสาวะ (เก็บช่วงกลางของปัสสาวะ ปัสสาวะช่วงแรกทิ้งไปก่อน)
๘ ตรวจวัดสายตา
๙ เอ็กเซย์