

# BEST MEDICAL SERVICES

## กำหนดการตรวจสุขภาพประจำปี 2566 (รอบเก็บตก)

- วันจันทร์ที่ 4 กันยายน 2566
- เวลา 8:00 - 11.00 น.
- ณ สำนักงานใหญ่

### การเตรียมตัวก่อนตรวจสุขภาพ

1. ควรนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพออย่างน้อย 6 ชั่วโมง
2. งดรับประทานอาหารและเครื่องดื่มอย่างน้อย 8 ชั่วโมงก่อนตรวจ (สามารถจิบน้ำเปล่าได้เล็กน้อย) และงดดื่มแอลกอฮอล์อย่างน้อย 24 ชั่วโมง
3. หากท่านกำลังรับประทานยาเพื่อควบคุมความดันโลหิต ท่านสามารถรับประทานต่อได้ตามที่แพทย์แนะนำ
4. ควรสวมเสื้อผ้าที่สะดวกต่อการเจาะเลือดที่ข้อพับแขน
5. กรณีสงสัยว่าตั้งครรภ์ โปรดแจ้งให้เจ้าหน้าที่ที่ทราบเพื่องดตรวจเอกซเรย์

### การเอ็กซเรย์ (X - RAY)

1. งดใส่เครื่องประดับต่างๆที่เป็นโลหะ
2. ไม่ควรเอ็กซเรย์หากไม่แน่ใจว่าตั้งครรภ์หรือไม่ หากสงสัยว่าจะมีการตั้งครรภ์ควรแจ้งเจ้าหน้าที่ก่อนการเอ็กซเรย์



### การเตรียมตัวตรวจการมองเห็น

1. ควรมีการพักสายตาหรือหยุดสัมผัสแสงจ้าก่อนการตรวจ
2. ถ้ามีการใช้แว่นสายตา ควรนำมาพร้อมการตรวจเพื่อประเมินแว่นว่าเหมาะแก่การทำงานหรือไม่



### การเตรียมตัวตรวจการได้ยิน

ต้องไม่สัมผัสเสียงดังก่อนเข้ารับการตรวจ เพื่อหลีกเลี่ยงภาวะหูตึงที่เกิดขึ้นชั่วคราว

### การเตรียมตัวตรวจสมรรถภาพปอด

1. ไม่ออกกำลังกายก่อนมาตรวจอย่างน้อย 30 นาที
2. ไม่ควรสวมเสื้อผ้าที่รัดทรงอกและท้อง
3. งดบุหรี่อย่างน้อย 2 ชั่วโมง
4. ในผู้ที่มีโรคหืด ให้หยุดยาขยายหลอดลมก่อนตรวจ

