



健康检查的种类

健康事实简介



简单易读

目录 页码

预防性健康	1
年度健康检查	2
疫苗	4
牙医	5
眼睛	6
听力	7
癌症筛查	8
总结	14

警示—本事实简介内有一些裸照。

预防性健康



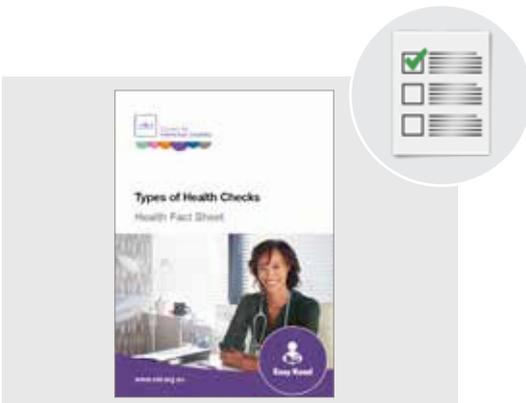
预防性健康是指让您保持健康的医疗保健措施。



这是尽早发现疾病的方法。

这样疾病就不会恶化。

例如做健康检查。



本资料向您介绍不同种类的健康检查。

年度健康检查



年度健康检查就是医生每年为您做1次健康检查。



医生会检查您身体的不同部位。



您可能需要找其他人来做其他检查, 例如

- 血液测试
- 皮肤检查
- 骨骼检查



医生会告诉您需要做哪些检查。



打电话给您的医生进行年度健康检查。

要求一个时间较长的预约。



您的医生可能会要求您在年度健康检查前填写一张表格。

您可以在家里填写表格。

您可以请别人协助填写表格。



您应该每年做一次健康检查。

即使自我感觉很好, 您也应该每年做一次健康检查。



这里有更多关于年度健康检查的信息

www.cid.org.au/resource/yearly-health-check-fact-sheet

疫苗



疫苗是一种预防您生病的药物。

疫苗可以帮助您的身体对抗疾病。

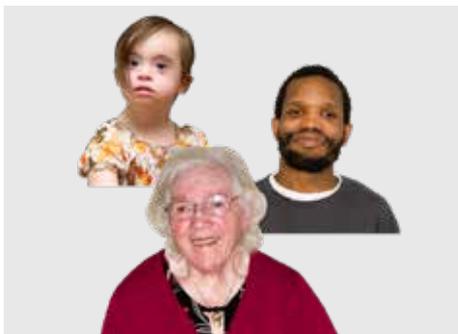
许多疫苗是通过打针来接种的。



针对不同的疾病有不同的疫苗。

流感疫苗是其中1种。

还有很多其他疫苗。



有些疫苗是针对儿童的。

有些疫苗一年接种1次。

有些疫苗您需要时不时接种一次。



接种所需要的疫苗是很重要的。

这将帮助您保持健康。

您的医生会告诉您，您需要接种什么疫苗。

牙医



牙医可以帮助您保持牙齿和口腔健康。



牙齿问题可导致其他健康问题。



及早发现牙齿问题是件好事。



最好每6个月看一次牙医。

眼睛



验光师是对眼睛非常了解的医疗工作者。

验光师可以检查您的眼睛。



他们可以检查您的眼睛是否有问题。

他们会告诉您，您是否需要戴眼镜。



他们会告诉您，您是否需要眼睛方面的其他帮助。



最好每2年检查一次眼睛。

听力



听觉矫正专家是对听力非常了解的医疗工作者。



听觉矫正专家可以检查您的听力。



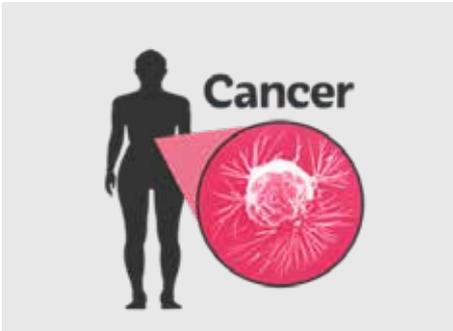
如果您有听力问题, 听觉矫正专家可以提供帮助。

他们可以告诉您, 您是否需要助听器。



询问您的医生您是否应该检查听力。

癌症筛查



检查身体是否有癌症迹象是很重要的。

这种检查被称为**癌症筛查**。



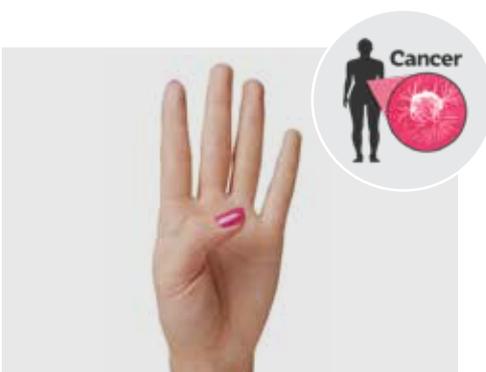
有些癌症筛查用手完成。

您可以让您的医生来检查。

让您的医生向您演示怎么做。



有些癌症筛查要用机器完成。



下面我们将解释不同类型的癌症筛查。

乳腺癌筛查



检查乳房看看乳房是否有变化是很重要的。

乳房的变化可能是癌变。

但并不是所有的变化都是癌症。



您可以用手来检查乳房。

您的医生可以为您检查乳房。

您的医生可以为您演示如何检查乳房。



最好每月检查1次乳房。



如果发现变化, 告诉您的医生。



过了50岁后, 还有额外的乳房检查。



这项检查叫做**乳房x光检查**。

乳房x光检查就是用机器检查您的乳房。



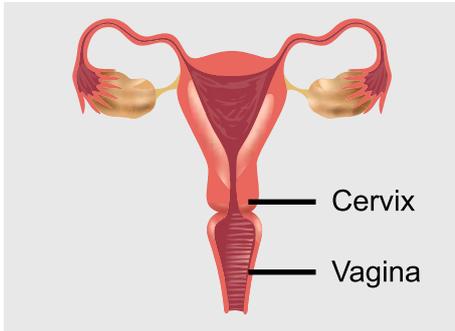
过了50岁后, 应该每2年做一次乳房x光检查。



这里有更多关于乳房x光检查的信息。

[www.fpnsw.org.au/justchecking/
easyenglish](http://www.fpnsw.org.au/justchecking/easyenglish)

子宫颈筛查



子宫颈在体内阴道的顶部。

您的子宫颈在您身体内阴道的顶部。



您的医生可以检查您的子宫颈是否有癌症。

这项检查被称为**子宫颈筛查检查**。

有些人称之为**巴氏涂片检查**。



检查时, 您要平躺。

您的医生会通过阴道查看您的子宫颈。

他们会用棉签在子宫颈取样。



这里有更多关于子宫颈筛查的信息。

www.fpnsw.org.au/justchecking/easyenglish

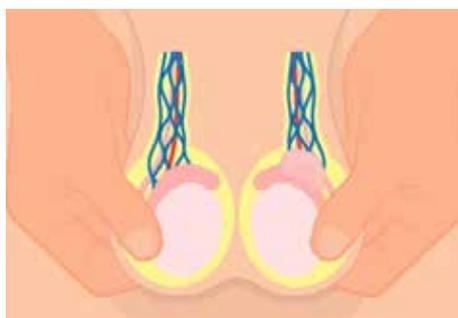
睾丸筛查



睾丸也被称为蛋蛋。

检查蛋蛋看看是否有变化是很重要的。

蛋蛋的变化可能是癌变。



您可以用手检查蛋蛋。

您的医生可以帮您检查蛋蛋。

您的医生可以向您演示如何检查。



您应该每月检查一次蛋蛋。

如果注意到任何变化,告诉您的医生。



这里有关于如何检查蛋蛋的信息。

<https://be.macmillan.org.uk/be/p-23345-how-to-check-your-balls-testicles.aspx>

肠癌筛查



肠道也被称为肠。

肠道产生大便。



您在50岁后应该检查肠道是否有癌变。



您会收到寄给您的检查用具。

您收集一点大便。

您把它送回进行化验。



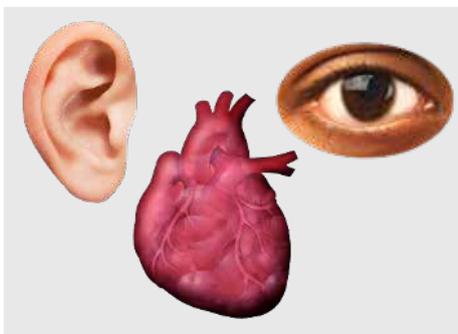
这里有更多关于肠道筛查的信息。

[www.fpnsw.org.au/justchecking/
easyenglish](http://www.fpnsw.org.au/justchecking/easyenglish)

总结



您可以做很多事情来维持健康。



检查身体不同部位是有好处的。

经常检查健康状况是有好处的。



检查可以尽早发现疾病。

检查可以帮助您保持健康。



和您的医生聊聊健康检查。

每年至少做1次健康检查。

CID健康事实简介



这里有关于**年度健康检查**的信息

www.cid.org.au/resource/yearly-health-check-fact-sheet



这里有关于**您享有良好医疗保健服务的权利**的信息

www.cid.org.au/resource/your-right-to-good-health-care-fact-sheet



这里有关于**牙齿护理**的信息

www.cid.org.au/resource/caring-for-your-teeth-fact-sheet



还有许多其他的健康情况说明书。

你可以从

www.cid.org.au/resource-category/health
获得

其他健康事实简介



以下是其他一些简单易读的健康事实简介



这里有更多关于癌症检查的信息

www.fpnsw.org.au/justchecking/easyenglish



这里有更多关于血液测试的信息

<https://aci.health.nsw.gov.au/resources/intellectual-disability/hospitalisation/say-less-show-more>



这里有更多关于x光和其他检查的信息

<https://aci.health.nsw.gov.au/resources/intellectual-disability/hospitalisation/say-less-show-more>



联系CID



1800 424 065



info@cid.org.au



www.cid.org.au



facebook.com/NSWCID



twitter.com/CIDvoice



instagram.com/council_intellectualdisability

本说明书制作于2021年。

第11页里1张图片的使用得到了新南威尔士州家庭生育计划部门的许可。

本资料由澳大利亚政府卫生部 (Department of Health) 出资编制。