

报告单



编 号	17422623170001
姓 名	13021304480
性 别	女
年 龄	58
证件号码	12010*****0025
手机号码	130****4480
日 期	2025-03-18

(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

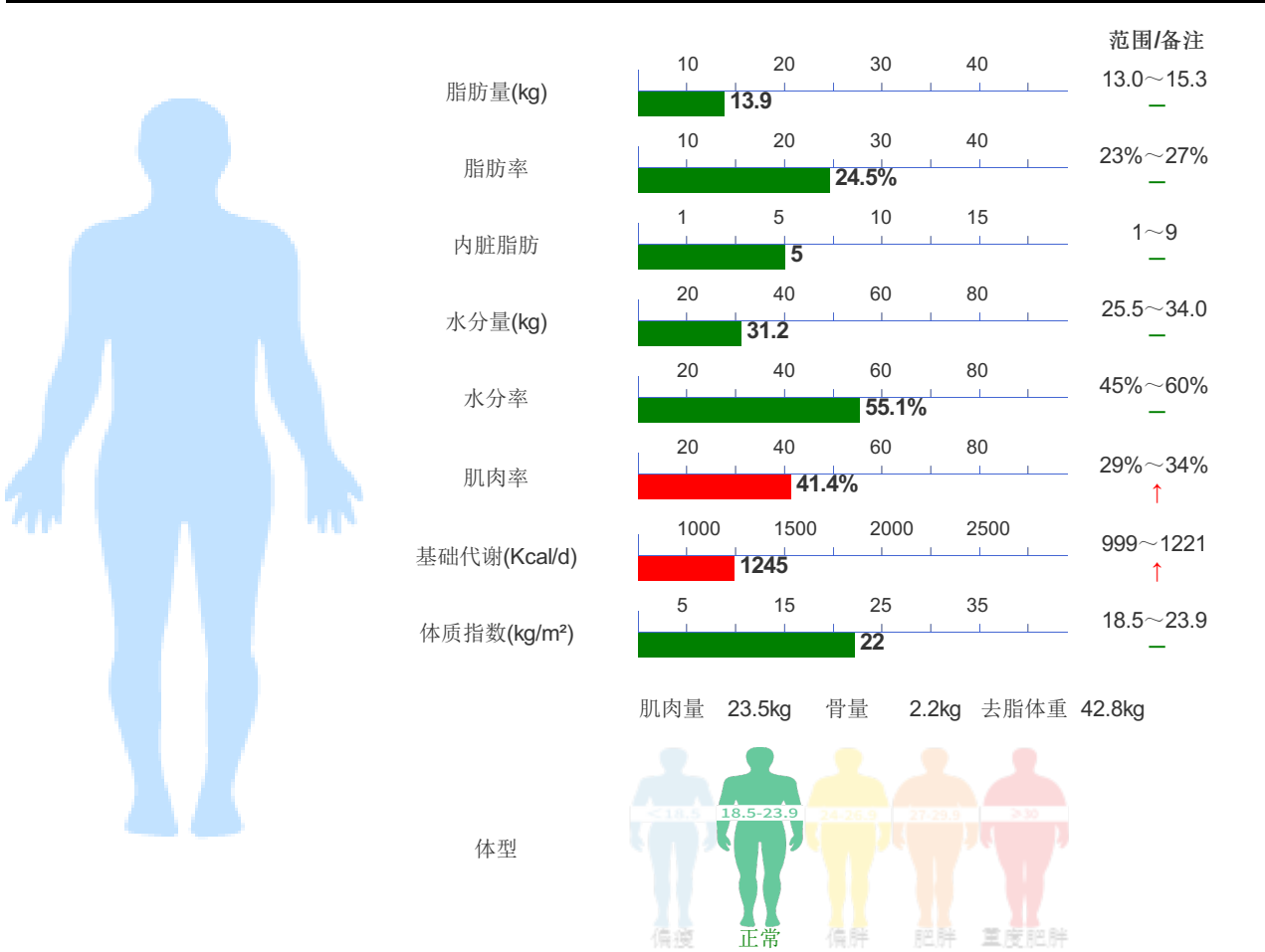
测量项	测量结果	参考	单位	备注
身高	160.4	—	cm	—
体重	56.7	49.86~60.94	kg	—
体质指数(BMI)	22	18.5~23.9	kg/m²	—
脂肪率	24.5%	23%~27%	—	—
脂肪量	13.9	13.0~15.3	kg	—
去脂体重	42.8	—	kg	—
水分率	55.1%	45%~60%	—	—
水分量	31.2	25.5~34.0	kg	—
骨量	2.2	—	kg	—
肌肉量	23.5	—	kg	—
肌肉率	41.4%	29%~34%	—	↑
内脏脂肪	5	1~9	—	—
基础代谢	1245	999~1221	kcal/d	↑
体型	正常	—	—	—
体温	36.4	36.1 ~ 37	℃	—
血氧饱和度	99	95%~100%	%	—
脉率	75	60~100	次/分	—
血流灌注指数	13	—	‰	—
腰围	78	—	cm	—
臀围	93	—	cm	—
腰臀比	0.84	<0.85	—	—
收缩压(高压)	152	90~139	mmHg	↑
舒张压(低压)	72	60~89	mmHg	—
脉搏	78	60~100	次/分	—
血糖(空腹血糖)	8.4	4.4~6.1	mmol/L	↑
尿酸	0.25	0.089~0.357	mmol/L	—
心率	71	60~100	次/分	—
总胆固醇(血脂)	3.22	<5.18	mmol/L	—
甘油三酯	1.73	<1.7	mmol/L	↑
高密度脂蛋白	1.21	≥1.04	mmol/L	—
低密度脂蛋白	1.22	<3.37	mmol/L	—
TC/HDL(总胆固醇/高密度脂蛋白)	2.66	<5		—

(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

分项指标建议

人体脂肪

【释义】脂肪是常见的食物营养素之一，亦是三种提供能量的营养之一。食物中的脂肪在肠胃中消化，吸收后大部分又再度转变为脂肪。它主要分布在人体皮下组织（皮下脂肪），大网膜、肠系膜和肾脏周围（内脏脂肪），血管壁等处。体内脂肪的含量常随营养状况、能量消耗等因素而变动。



脂肪率曲线图

24.5

2025-03-18

(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

分项指标建议

血压

【释义】血压是当心脏将血液泵送到身体周围时，循环血液施加在动脉壁上的力。平均血压读数可能会因年龄而异。随着年龄的增长，他们的血压升高的可能性更高。这是因为血管随着年龄的增长而变得僵硬，从而导致血压升高。

测量结果

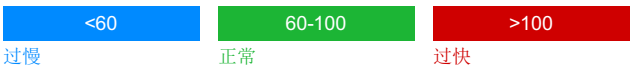
收缩压 152 mmHg ↑



舒张压 72 mmHg

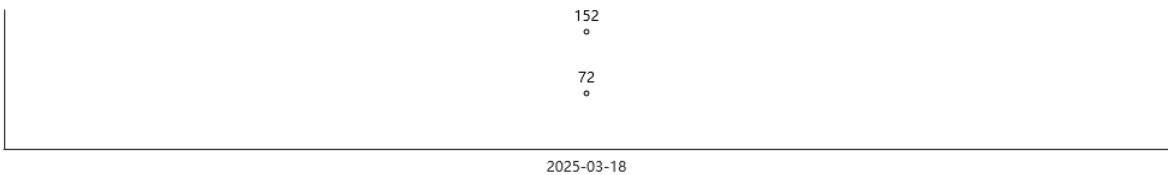


脉搏 78 次/分

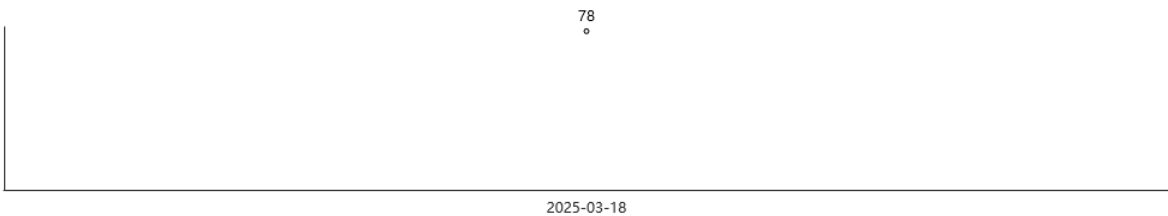


血压曲线图

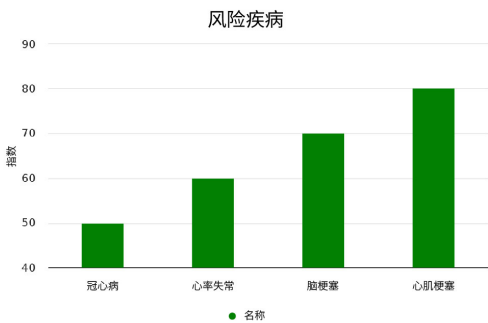
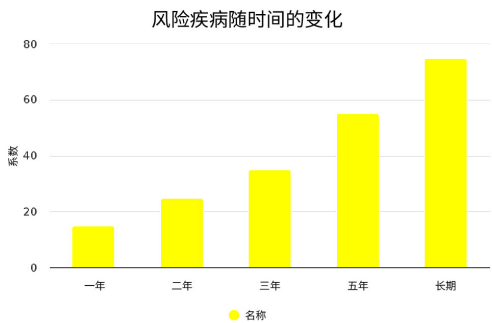
— 收缩压 --- 舒张压



脉搏曲线图



风险评估



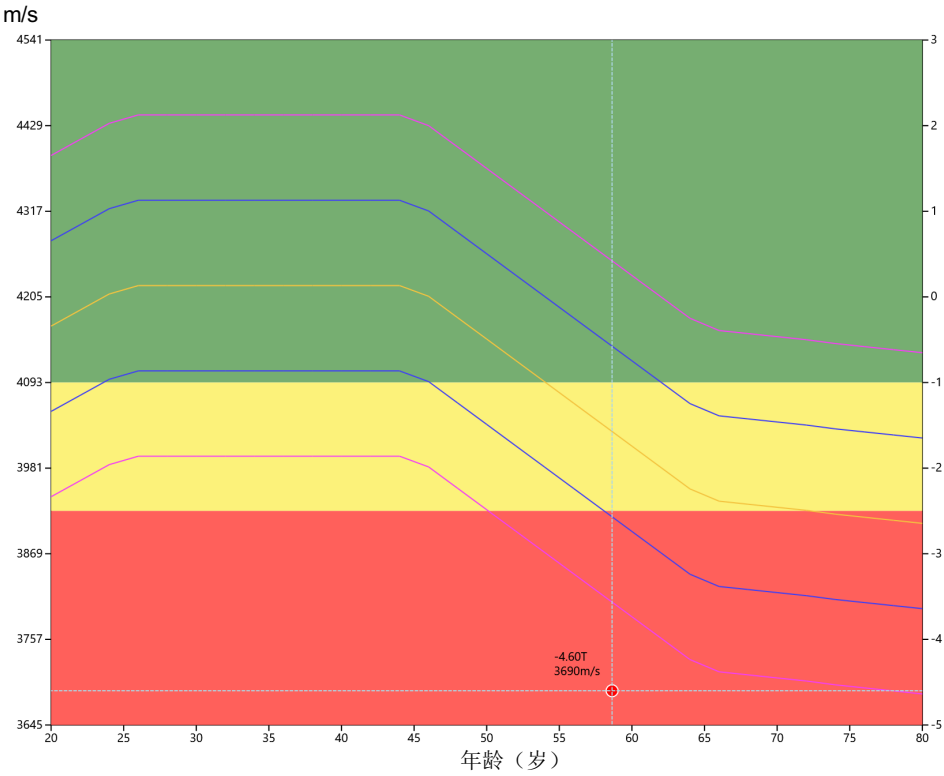
(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

分项指标建议

骨密度

【释义】无

【参考范围】骨质情况良好（T值 ≥ -1 ），骨质情况一般（ $-2.5 \leq \text{T值} < -1$ ），骨质疏松（T值 < -2.5 ）。



测量结果:	骨质疏松
测量部位	左侧桡骨远端 1/3处
T值	-4.6
Z值	-2.9
骨龄预测	62岁
SOS	3690

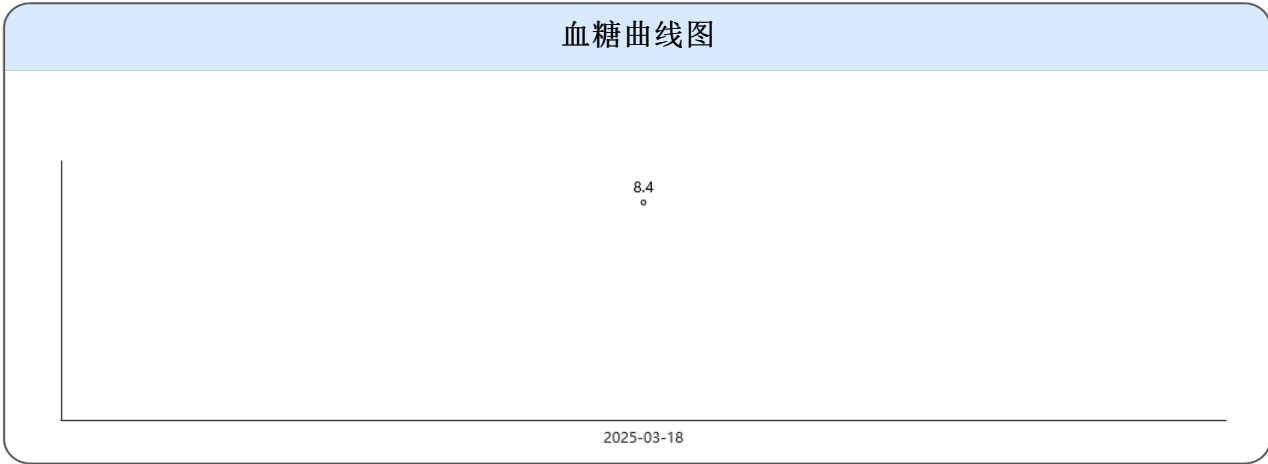
(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

分项指标建议

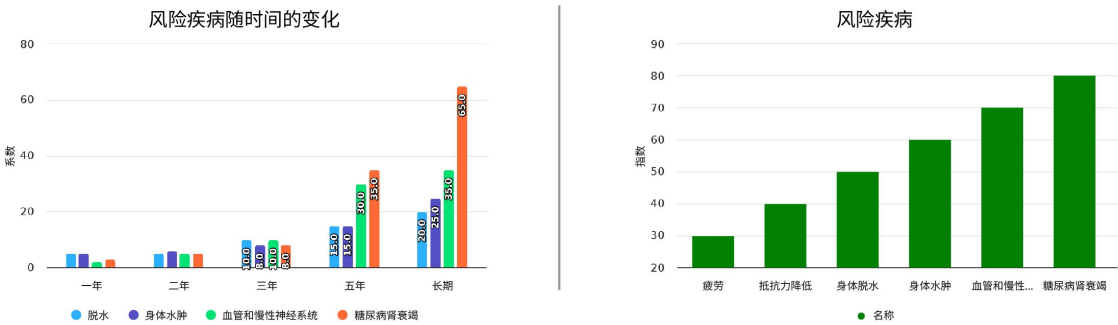
血糖

测量结果

血糖(空腹血糖)	 8.4 ↑	4.4~6.1mmol/L
【释义】血液中的糖份称为血糖，绝大多数情况下都是葡萄糖（英文简写Glu）。体内各组织细胞活动所需的能量大部分来自葡萄糖，所以血糖必须保持一定的水平才能维持体内各器官和组织的需要。		



风险评估



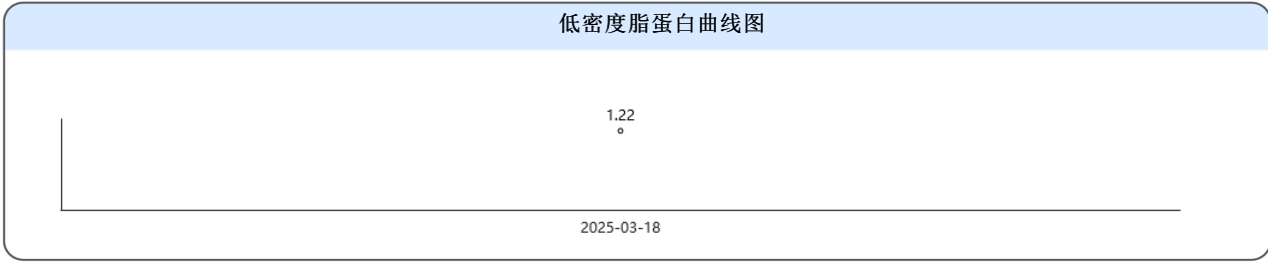
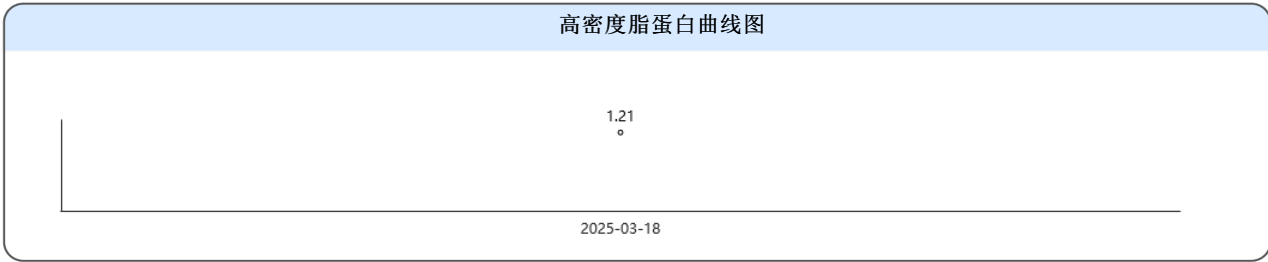
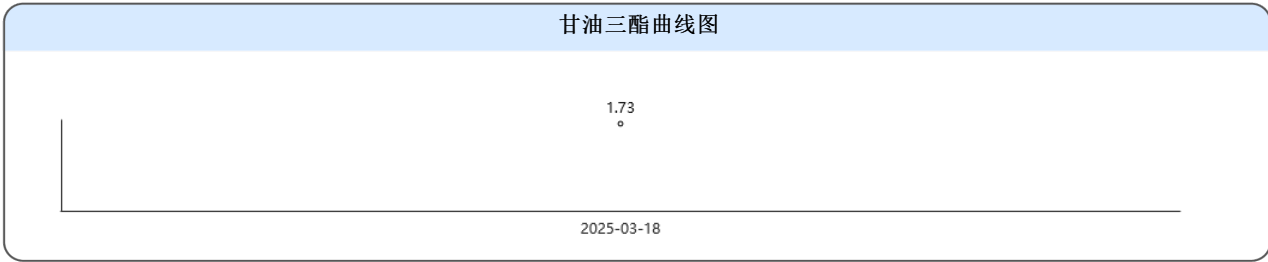
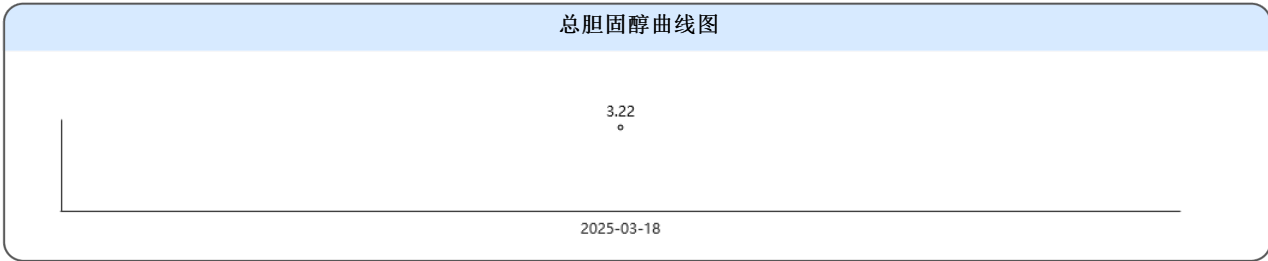
(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

分项指标建议

血脂四项

测量结果

甘油三酯	 1.73↑	<1.7mmol/L
高密度脂蛋白	 1.21	≥1.04mmol/L
低密度脂蛋白	 1.22	<3.37mmol/L
总胆固醇	 3.22	<5.18mmol/L
【释义】血脂是血液中的脂类和类脂的总称，其中甘油三酯属于脂类，主要功能是供应能力和储存能量 类脂包括总胆固醇、磷脂、类固醇和糖脂等功能是维持生物膜的正常结构和功能		



(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)

心电图报告单

6 x 2 + 1R

[心电图特征]

[心电图诊断]

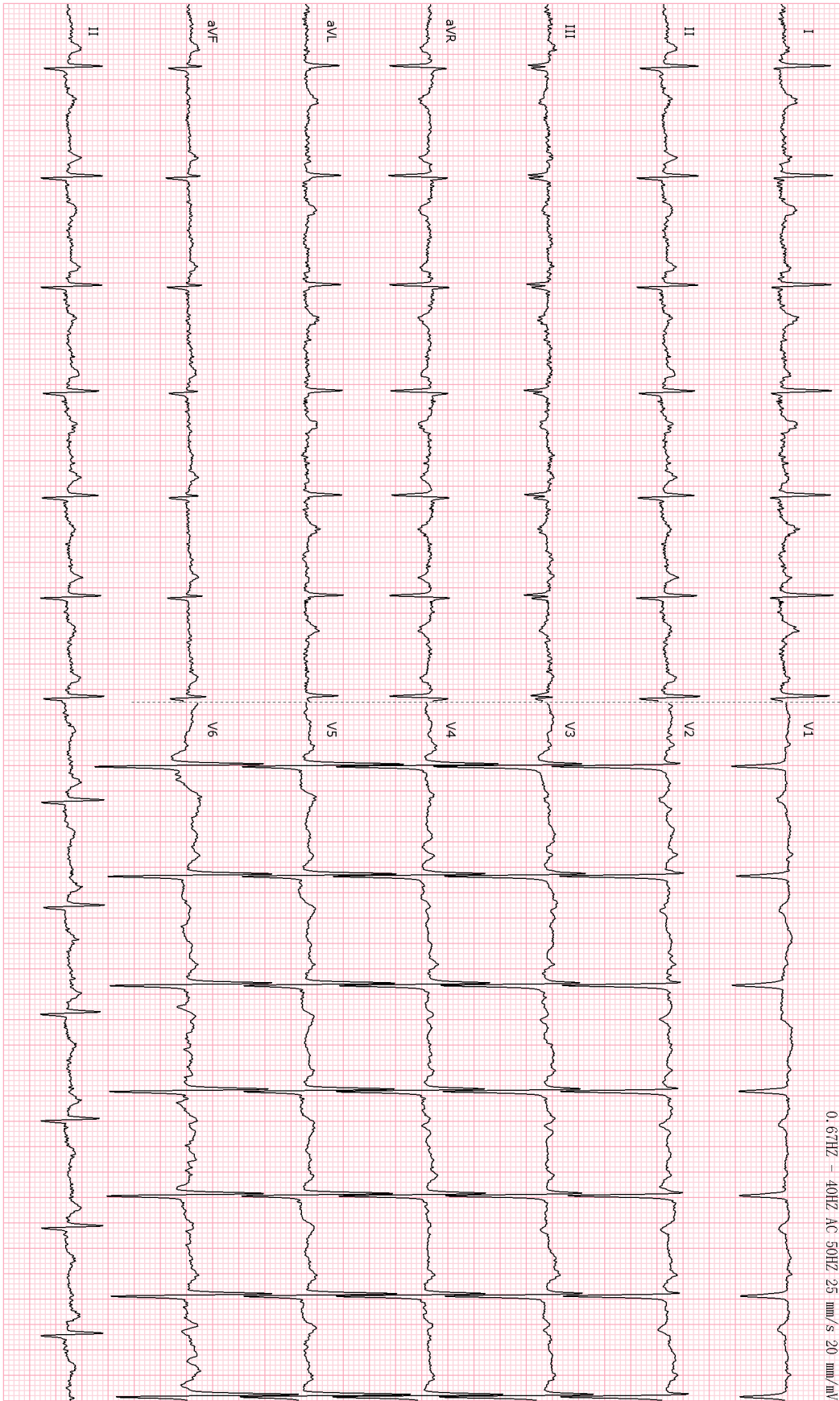
姓名: 13021304480
ID: 13021304480

HR: 71 bpm
RR: 845 ms
P/QRS/T: 400/434 ms
58/-24/-10 °

** 正常心电图 **
窦性心律

性别: 女
年龄: 58 岁
PR: 158 ms
P/QRS: 118/88 ms
RV5/SV1: 0.937/-0.475 mV
RV5+SV1: 1.412 mV

打印时间: 2025-03-18 09:28:18



检查医生: 检查医生

检查日期: 2025-03-18 09:27:23

诊断医生: 审核医生

审查日期: 2025-03-18 09:27:23

注: 所有参数和结论需经医生最终确认

(本次测量仅供参考, 不作为诊断依据)

中医体质辨识

检测结果:基本是平和质 倾向是阳虚质 倾向是气郁质

【什么是中医体质检测？】

中医体质学者根据人体形态结构、生理功能、心理特点及反应状态，对人体体质进行了分类，制订出中医体质量表及《中医体质分类与判定》标准。该标准应用了中医体质学、遗传学、流行病学、心理测量学、数理统计学等多学科交叉的方法，经中医体质专家、临床专家、流行病学专家多次讨论论证而建立，并在全国范围内进行了21948例流行病学调查，显示出良好的适应性、可行性。

中医体质分以下九种：血淤体质、特禀体质、气郁体质、平和体质、湿热体质、痰湿体质、气虚体质、阴虚体质、阳虚体质。每个人所处的环境不同，日常生活不同，体质也不同，认清自己的体质，才能对症下药。

基本是平和质：

体质概要：阴阳气血调和，以体态适中、面色红润、精力充沛等为主要特征

调摄原则：顺其自然，适当运动，营养丰富，处事中正。

环境起居：睡卧顺应四时，不需药物调摄，可坚持按足三里、涌泉等保健穴位。

倾向是阳虚质：

总体特征：阳气不足，以畏寒怕冷、手足不温等虚寒表现为主要特征。

常见表现：平素畏冷，手足不温，喜热饮食，精神不振，舌淡胖嫩，脉沉迟

调摄原则：避免劳累，食宜甘温，药宜温补。

形体运动：动作宜柔缓。根据个人体力选择太极拳（剑）、五禽戏、八段锦、散步、慢跑或放风筝、打门球等。不宜作剧烈运动，避免激烈的竞赛及冬泳等。

饮食调理：常吃生姜、韭菜、荔枝、菠萝、桃、羊肉、狗肉等，少吃冰激凌、西瓜、梨等生冷之品。

补阳药膳：当归生姜羊肉汤。韭菜炒胡桃仁。

药物调养：宜用巴戟天、肉苁蓉、补骨脂、杜仲、菟丝子、狗脊等。可选用金匮肾气丸，脾阳虚者可选择理中丸或附子理中丸。

：可按揉足三里、合谷、涌泉穴。艾灸（关元、大椎、命门），拔罐（肺俞、风门）。

：阳虚体质者可坚持每晚用热水（40~45度）泡脚15分钟，以温阳驱寒。

倾向是气郁质：

常见表现：神情抑郁，情感脆弱，烦闷不乐，舌淡红，苔薄白，脉弦。心理特征：性格内向不稳定、敏感多虑。

发病倾向：易患脏躁、梅核气、百合病及郁证等。

对外界环境适应能力：对精神刺激适应能力较差；不适应阴雨天气。

调摄原则：形神宜动，食宜辛温，药宜理气。

环境起居：春天早睡早起，夏天晚睡早起、适当午睡，秋天早睡早起，冬天早睡晚起。睡卧顺应四时：“春夏养阳”则春天宜早睡早起，夏天宜晚睡早起，因夏天昼长夜短故要适当午睡；“秋冬养阴”则秋天宜早睡早起，冬天宜早睡晚起。应多走出户外，舒展形体，放松心情。不钻牛角尖，不郁闷。

形体运动：尽量进行户外活动，适度加大运动量，如跑步、登山、打乒乓球、打羽毛球、扭秧歌、跳交谊舞等。有意识学习某一项技术性体育项目，定时进行练习。

精神调适：培养乐观向上的情绪，宜常看喜剧、滑稽剧、励志电影、电视，听相声，勿看悲剧。阴雨雾霾天气要设法调节好情绪。常和朋友聊天、培养新的爱好，及时宣泄不良情绪。

饮食调理：宜饮花茶，少量饮酒。宜常吃茴香、佛手、萝卜、橙子、柑子、刀豆、金橘等。少吃酸菜、乌梅、石榴、青梅、杨梅、酸枣、李子、柠檬等。药膳宜用橘皮粳米粥（橘皮50g、粳米100g）或山药佛手冬瓜汤（山药50克、佛手50克、冬瓜150克）。少吃油盐。

药物调养：可用香附、香橼、柴胡、枳壳、麦芽、青皮、陈皮等。中成药可选用逍遥丸、柴胡疏肝散、越鞠丸等。

：对于气郁质者，中成药可选用逍遥丸、柴胡疏肝散、越鞠丸等。7.每天叩拍膻中穴10~30次，或进行5分钟推腹法。也可点按内关、太冲、期门等穴位。

（本次测量仅供参考，不作为诊断依据）

健康建议

高血压

饮食：高血压患者每天食盐量不超过**3g**；膳食清淡少盐少油；荤素搭配，均衡饮食；增加含钾丰富的食物，如芹菜、冬菇、丝瓜、莴笋等。尽量采用凉拌、蒸、煮、炖、焖的烹调方式。

运动：肥胖兼高血压的人群，应先控制体重，争取将BMI控制在**18.5—23.9kg/m²**之间，腰臀比男性 **< 0.9**、女性 **< 0.85**。每周**3~5次30分钟**以上的快走、慢跑等有氧运动

生活方式：建立良好的生活习惯，三餐定时定量，忌进餐过早或过晚，忌一次性吃太多；戒烟限酒；不吃或少吃含糖饮料、曲奇饼干、芝士等休闲加工食品。

心理：减轻精神压力，保持心理平衡

基础代谢偏高

基础代谢偏高者多见于甲状腺功能亢进者，注意规律作息，规律饮食，增强信心，保持良好的精神状态。

血糖偏高

高血糖是糖尿病的前期，易导致急慢性并发症的发生：如抵抗力下降、肾功能受损、视网膜病变、动脉硬化等

饮食：严格控制糖分摄入，选择生糖指数低的食物，如杂豆、荞麦、魔芋、苦瓜、海带、柚子、杨桃等。多吃蔬菜，蔬菜中所含的维生素矿物质可以很好的提高机体的抗氧化能力，防止糖尿病并发症。多吃豆类、蔬菜类，其中的膳食纤维可以降低餐后血糖。饮酒不利于血糖的控制，血糖控制不佳时应忌酒。

运动：进行有规律的运动，可以增加胰岛素的敏感性，很好的控制血糖。

生活习惯：在外就餐时控制饮酒；点菜忌点糖醋类油煎油炸类的菜肴。

血脂偏高

饮食：血脂症高的饮食原则是“四低一高”即低热量、低脂肪、低胆固醇、低糖、高纤维膳食。可以多吃鱼类；多吃新鲜的水果和蔬菜，如苹果等；多吃含钙的食物有：奶制品、豆制品、花生、红枣、海带、黑木耳、核桃等。

运动：运动强度通常以运动后的心率水平来衡量运动量的大小，适宜的运动强度一般是运动后的心率控制在个人最大心率的**80%**左右。运动形式以中速步行、慢跑、游泳、跳绳、做健身操、骑自行车等有氧活动为宜。每次运动开始之前，应先进行**5~10min**的预备活动，使心率逐渐达到上述水平，然后维持**20~30分钟**。运动完后最好再进行**5~10min**的放松活动。每周至少活动**3~4次**。

(本次测量仅供参考，不作为诊断依据)