**附件3:**

**测试注意事项**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **身体成分测试** | | |
| **序号** | **测试前/中的注意事项** | **事项解读** |
| 1 | 测试前不能进行运动或其他体力劳动。 | 运动或体力劳动均会暂时改变人体内的成分分布。 |
| 2 | 测试前不能进食或饮水。 | 食物与水都会被仪器默认为脂肪（微电流无法透过肠壁或胃壁）。 |
| 3 | 测试前不能淋浴或桑拿。 | 大量出汗会改变人体的成分。 |
| 4 | 测试前，最好先去洗手间。 | 人体排泄物会降低测试准确性。 |
| 5 | 测试时，站立放松，保持安静。 | 减少人为误差。 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **骨密度测试** | | |
| **序号** | **测试前/中的注意事项** | **事项解读** |
| 1 | 测试时，环境安静，温度适宜。 | —— |
| 2 | 足部根骨周围皮肤破损或其他传染性疾病时，不建议测试。 | 确保清洁卫生。 |
| 3 | 测试前，请确保跟骨区域用酒精棉球进行了清洁。 | 影响因素 |
| 4 | 测试过程中，请不要随便移动足部。 |
| 5 | 下一位测试前，请确保对气囊进行了清洁。 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **动脉硬化风险检测** | | |
| **序号** | **测试前/中的注意事项** | **事项解读** |
| 2 | 测试前不要抽烟饮酒。 | 避免处于兴奋或抑制状态 |
| 3 | 测试前静坐休息约5分钟。 | 确保处于安静状态 |
| 4 | 保持衣服宽松轻薄，避免穿着厚重衣物测试。 | 减少信号采集误差 |
| 6 | 测试过程中，请勿移动身体，避免说话，保持放松。 | 避免人为误差 |
| 7 | 测试时，将手机等会干扰仪器工作的物品远离。 | 确保仪器稳定工作 |
| 8 | 受诊者若有以下情况请勿检测：动脉瘤，末梢循环不畅，显著的低血压与低体温，心律不齐发生率高时。 | **禁忌症** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **糖尿病风险评估** | | |
| **序号** | **测试前/中的注意事项** | **事项解读** |
| 1 | 测试前，保持小臂清洁。 | 减少  人为误差 |
| 2 | 测试过程中，确保采集点与皮肤完好接触，切勿来回移动。 |
| 3 | 测试过程中，请保持身体放松，保持安静。 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **亚健康测试** | | |
| **序号** | **测试前/中的注意事项** | **事项解读** |
| 1 | 测试前，将戒指、手表等干扰仪器的物品远离，保持手掌清洁。 | 减少  人为误差 |
| 2 | 选择与左手对应的手传感器并放在上面，确保取得最佳的感应数据。 |
| 3 | 测试中，可以把其右手放在左手上，确保测量电极与手平稳接触。 |
| 4 | 测试中，测试者避免接触其他物体影响测试结果。 |
| 8 | 测试时，室内温度最好保持在18-25度。 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **脊柱测试** | | |
| **序号** | **测试前/中的注意事项** | **事项解读** |
| 1 | 测试前，需要独立的测试区域，脱鞋并脱去上衣。 | —— |
| 2 | 测试前，保持身体清洁。 | 确保清洁卫生 |
| 3 | 测试时，室内温度最好保持在18-25度。 | 减少人为误差 |
| 4 | 测试过程中，请按照要求完成测试动作，切勿左右扭曲身体。 |