

2019 年地區性年長者 免費全面健康篩檢

Wise & Well 計畫為年滿 **60** 歲的成年人提供健康篩檢。



健康篩檢包括：

- 全套膽固醇檢測（總膽固醇、LDL、HDL、甘油三酯）
- 血壓
- 血糖
- 諮詢護士、營養師或運動生理學家

需要禁食 12 小時：

- 為了結果準確，**只能喝水**（不能吃東西，不能喝咖啡、茶、咳嗽糖、口香糖等）。
- 請服用有醫生處方的降壓藥和所有其他藥物。
- 等到篩檢之後可以吃東西了再使用您上午的降血糖藥物。
- 接受篩檢的早上不要鍛煉身體。
- 禁食不要超過 12 小時。

需要預約（先到先得）聯絡人：**Janel Jurosky, R.N.M.S.N.** 電話號碼：**(650) 696-3670**。我們會在 48 小時內給您回電。

日期和地點：

- 2 月 12 日：**Menlo Park Senior Center**（門羅公園耆英中心）
- 2 月 14 日：**Self-Help for the Elderly, San Mateo**（聖馬刁安老自助處）
- 2 月 25 日：**Lincoln Park Community Center**（林肯公園社區中心）