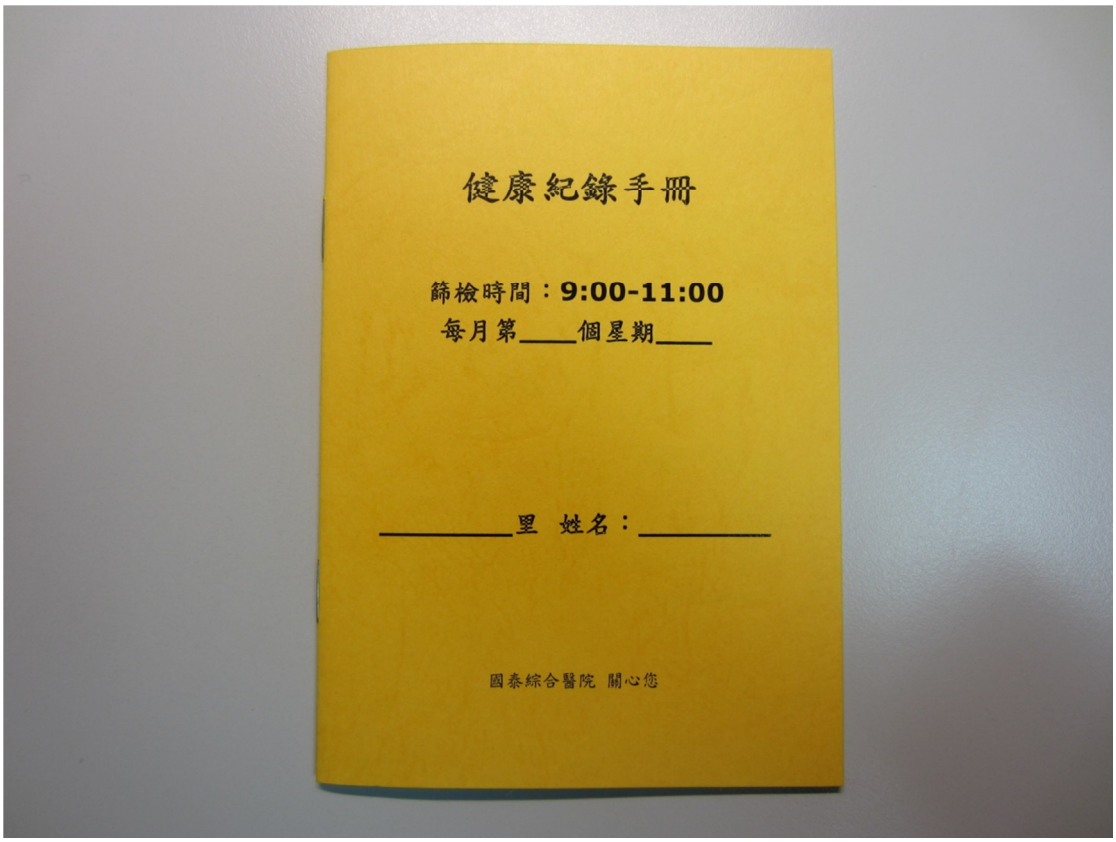
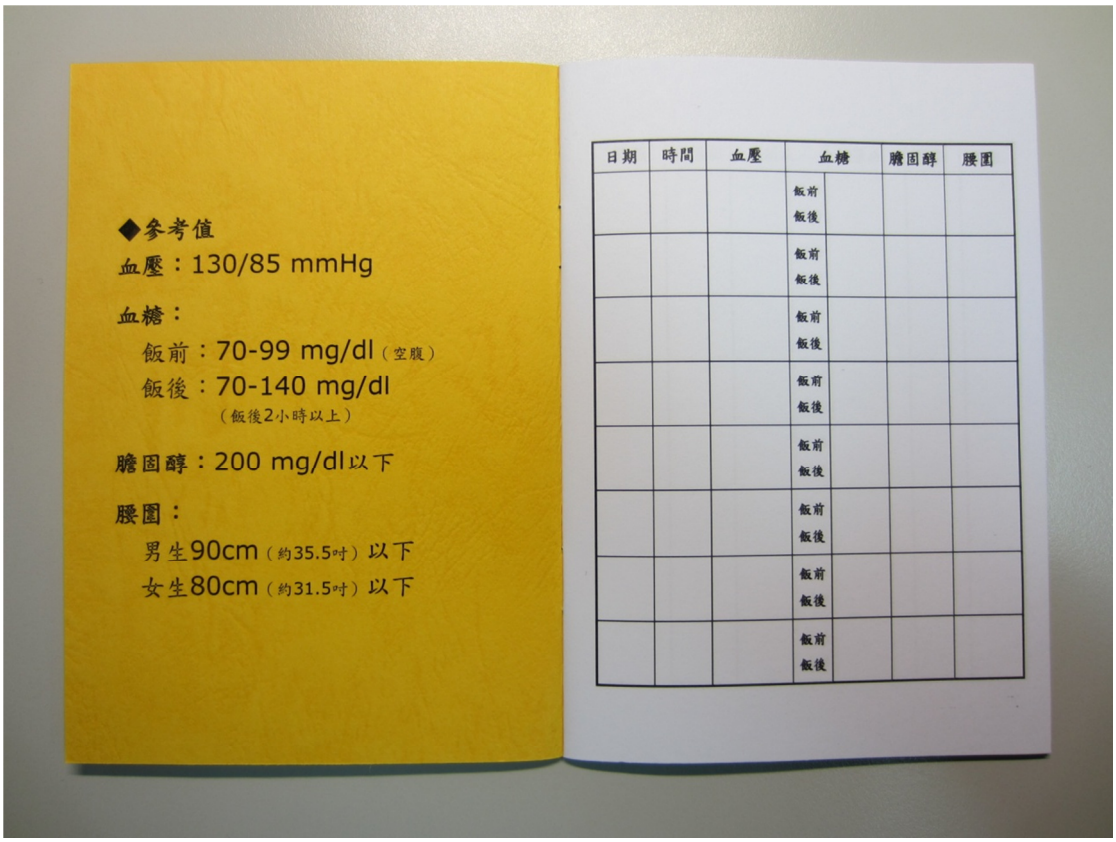

健康紀錄手冊
篩檢時間：9:00-11:00
每月第____個星期____
_____里 姓名：_____
國泰綜合醫院 關心您


◆參考值
血壓：130/85 mmHg
血糖：
飯前：70-99 mg/dl（空腹）
飯後：70-140 mg/dl
（飯後2小時以上）
膽固醇：200 mg/dl以下
腰圍：
男生90cm（約35.5吋）以下
女生80cm（約31.5吋）以下
日期
時間
血壓
血糖
膽固醇
腰圍
飯前
飯後