附件1

**体检须知及温馨提示**

请体检对象按以下通知参加体检，体检有关事项通知如下：

一、体检时间和集合地点

2024年2月23日（周五）早上6:30前到宁波市奉化区人才服务中心二楼218会议室集合（奉化区锦屏街道锦奉大道1006号，从西面的门卫室进入乘电梯）。

二、受检人员必须空腹，并随带本人有效二代身份证、黑色水笔1支、近期2寸免冠正面照片1张，体检费用350元（现金，多还少补），所有体检费用自理。

体检对象不按规定的时间、地点参加体检的，视作放弃体检。三、体检标准

体检标准按《关于修订〈公务员录用体检通用标准（试行）〉及〈公务员录用体检操作手册（试行）〉有关内容的通知》（人社部发〔2016〕140号）、《关于印发<公务员录用体检特殊标准（试行）>的通知》（人社部发〔2010〕82号）和《关于进一步做好公务员考试录用体检工作的通知》（人社部发〔2012〕65号）等文件规定执行。

体检不合格者淘汰。

四、体检纪律

受检人员必须服从带队人员和医生的安排。随带的手机等所有通讯工具必须关闭并上交，不得向外界透露体检有关安排。不得向有关医生说情、打招呼，不得擅离体检现场，不得无理取闹。严禁弄虚作假、冒名顶替。如有不规行为，一经发现、查实，即作违纪处理。

体检结束后，所有人员仍原车返回。如自行返回的请向带队人员请假。

咨询电话：0574－88681510。

**温馨提示**

1.体检前三天请清淡饮食，勿饮酒，勿劳累，勿食用高脂膳食，谨慎服用对肝、肾有损害的药物，以免影响检查结果。

2.体检前一天要注意休息，避免剧烈运动和情绪激动，晚8时起请勿进食；保证充足的睡眠。休息不好会影响血糖、血压等。

3.体检当日起床后，禁食、禁水。如果口干，可以喝一小杯白开水。当日早上禁止饮用蜂蜜水等含糖量饮品及嚼口香糖，也不能喝别的饮料。否则会对胆囊、胰腺超声、血糖有影响。

4.体检当日须空腹，请勿携带贵重物品，请穿宽松棉质衣服，勿佩戴项链、胸花等金属饰品，女性请勿穿着连体类衣裤及长筒靴。体检当日晨留取中段晨尿（女性月经期禁止留尿，请与领队联系做待查处理）。

5.下列检查项目需空腹完成：静脉采血、腹部彩超等。

6.心电图及测量血压时：应避免精神紧张，保持心情稳定。

7.慢性病史者或手术史者，请携带病历或出院小结，并及时向医生提供既往病史，手术史等，如正在服用某些药物也应及时告之，便于分析体检资料做出结论。

8妇科检查前：应排空小便，女性例假期间，不宜做妇科检查及尿检。

9.怀孕及有可能怀孕的女性受检者，请先告知体检医生，勿做胸部胸片检查。