

“千人同检”“固定套餐”“只检不管”等模式有望改变

成人健康体检“国标”时隔11年更新

国家卫健委11月4日公布《成人健康体检项目推荐指引(2025年版)》(以下简称《指引》),旨在进一步规范健康体检行为,维护受检者健康权益。根据《指引》,健康体检是指通过医学手段和方法对受检者进行身体检查,了解受检者健康状况、早期发现疾病线索和健康隐患的诊疗行为。

这被认为是时隔11年对健康体检行业给出的明确、统一“新国标”。

——【解读】——

提前初筛 让体检告别“千人同检”

“过去行业常以固定套餐为核心,而《指引》强调‘基本项目+个性化加项’框架,能够让体检更加聚焦不同体检者的健康需求。”美年健康集团董事长俞熔告诉记者,“千人同检”的套餐型体检模式往往难以满足客户的健康需求,体检的本质是发现健康问题,如果能够在体检前初筛需求,再给予匹配的体检服务,将让公众获得更加高效的服务。

“《指引》中推荐的《健康体检自测问卷》,将在体检机构初步评估客户疾病风险、规范评估过程等方面发挥重要作用。”京东健康副总裁、京东健康消费医疗业务总经理吴大领表示,问卷自测结果将作为体检机构为用户提供筛查项目建议的依据之一。

AI赋能 改变“只检不管”模式

随着人工智能技术的发展,结合体检者年龄、职业、家族史、既往数据等多维度信息,对健康薄弱点进行预判并据此生成“一人一案”的体检方案成为可能。

“我们基于生成式大模型研制了人工智能个体化套餐自动生成系统。”俞熔表示,人工智能还是打通体检与治疗的关键。AI智能改变过去“只检不管”的模式,不仅提供个性化套餐,还匹配专业解读和健康干预意见,助力体检真正成为长期健康管理的起点。

“《指引》中明确提出鼓励健康体检机构充分运用信息技术为健康体检和健康管理服务提供支持,也坚定了我们以AI赋能的决心。”俞熔说。

——【链接】——

期待“新国标”带来新气象

2014年发布的《健康体检基本项目专家共识》,被业界俗称为“老指引”,在过去的十余年里对规范体检行业起到了关键作用。这次推出的“新指引”由国家卫健委公布,不仅具有权威性和强制性,而且内容丰富、针对性强。

当前,健康体检领域存在不少乱象。如部分体检机构为了追求经济利益,过度营销体检项目,设置一些不必要的检查,让受检者花费冤枉钱;还有些机构存在漏检、误检的情况,无法准确发现受检者的健康问题,严重影响了健康体检的质量和效果;一些不具备资质的机构也混入其中,扰乱了市场秩序。

“新国标”对健康体检的定义、范围、项目等进行了详细、明确的规定,是对市场乱象的及时回应,有助于规范体检机构的行为,让健康体检回归到科学、合理、规范的轨道上来。

“新国标”尤其强调系统性服务,让健康体检不再是“一锤子买卖”。过去,体检结束后医生与受

检者的联系便中断。“新国标”既通过健康体检自测问卷,使机构能够全面了解受检者的基本健康状况,对疾病风险进行初步评估,还要求建立健康档案、实施健康管理、增加了个性化的深度检查项目等。

通过这些系统性的服务,体检机构能够为受检者提供持续的健康管理和指导。新标准出台只是开始,将其落到实处才是关键。

体检机构要增强责任意识,严格按照“新国标”的要求开展体检工作,不断提升服务质量和水平;卫生健康部门应加强对体检机构的监管,建立健全监督机制,对违反“新国标”的行为进行严肃查处;受检者也要增强自我保护意识,了解“新国标”的相关内容,并依此实施监督。

健康是人生最宝贵的财富,体检则是守护这份财富的重要防线。期待健康体检“新国标”能够消除乱象,带来服务的“新气象”,让每一个受检者都能享受到科学、规范、优质的健康体检服务。

一、体检项目 有了“标准答案”

11月4日,国家卫生健康委办公厅发布《成人健康体检项目推荐指引(2025年版)》,给大家的体检划了重点,18岁以上都适用,但入职体检、婚检这些专项检查不算在内。核心分三大块:

1. 先填问卷: 给健康“画个像”

体检第一步不是抽血,而是填《健康体检自测问卷》。要写清年龄、既往病史、家族病、作息习惯,连心理健康状况都要填——这是医生判断你该加做哪些项目的关键。比如家里有糖尿病史,后续就会重点查血糖。

2. 基础项目: 人人都做的“标配”

基本体检项目包括三大类:

- **体格检查**
- **实验室检查**
- **辅助检查**

3. 个性化筛查: 高危人群要“加餐”

2025 体检新规来了!

不同年龄该查啥?

一篇说清

二、按年龄选项目: 别花冤枉钱!

不同年龄段的健康重点天差地别,照着这份攻略选准没错。

20-30岁 防传染病,订基础指标 刚工作、应酬多,重点查肝功能、血常规(防肝炎、感染),加做HPV(女性)、幽门螺杆菌(应酬多者)筛查。

30-40岁 控“四高”,查结节 代谢变慢易发胖,必须盯紧血压、血糖、血脂、尿酸。久坐族加查颈椎腰椎。现在结节检出率高,建议加做甲状腺B超和肺部CT,早发现早放心。

40-50岁 心脏和肿瘤是重点 进入慢性病高发期,除了基础项目,重点排查心血管疾病和肿瘤情况,建议加做冠脉CT、肿瘤标志物。女性建议做乳腺钼靶+妇科B超,男性查前列腺,有家族病史者提前做胃肠镜。

50岁以上 胃肠、骨骼双防护 大便隐阳性一定要做胃肠镜,建议普通人群每2-3年1次,高危者每年1次。

60岁以上 全面筛查不松懈 每年1次全套体检,重点加查听力、视力,监测慢性病控制情况,有不适及时随访专科医生。

——【相关】——

40岁+应增加这些体检项目

《指引》适用于18岁及以上的成年人群健康体检。

《指引》明确,健康体检项目主要包括健康体检自测问卷、基本体检项目、慢性病风险筛查项目等部分。健康体检自测问卷用于了解受检者基本健康状况,涵盖既往史及家族史、生活方式信息和心理健康状况等,对疾病风险进行初步评估。

基本体检项目涵盖体格检查、实验室检查和辅助检查。

其中体格检查包括身高、体重、血压等一般检查,以及内科、外科、眼科等物理检查;

实验室检查包括血常规、尿常规、肝功能等常规和生化检查;

辅助检查则包括心电图、放射检查、超声检查等,并明确40岁以上人群应增加肺功能检查、骨密度检测。

慢性病风险筛查项目则应对存在心脑血管疾病、常见恶性肿瘤、慢性呼吸系统疾病、糖尿病等疾病风险的人群,根据相应筛查与早诊早治方案,增加个性化深度检查。

综合新华社、央视、《科技日报》报道