

## 2021长春国际冰雪马拉松

### 参赛运动员赛前体检筛查及自我评估

#### 一：有过下列表现之一者不建议参加马拉松

- 1、有明确的猝死尤其是心脏性猝死家族史的人员。
- 2、有经常感到自己的心在跳（运动、情绪激动、饮酒等因素除外）。
- 3、有经常觉得心前区有胸闷、气短、心前区紧缩感，一过性的，一般症状发生时间不超过 10 分钟就可以缓解。
- 4、有夜间睡眠经常被憋醒，做起来深呼吸后缓解。
- 5、有很明确的心肌炎、风心病、高心病、冠心病的病史。

#### 二：半程以上运动员需要提供 **2020年 1月 10日**及以后的医学体检报告

- 1、提供血压、脉搏等常规体检，是否有猝死家族史很重要。
- 2、提供常规心电图检查，如果经常感到自己心慌，建议其提供动态心电图。
- 3、半程及全程运动员**建议**其提供当年心脏彩色 B 超检查。

#### 三：医学体检报告结论不能参赛的标准

- 1、血压明显超出正常范围（高压 130—90mmhg ， 低压 90—60 mmhg）。
- 2、心电图提示：心率每分钟明显高于 100 次或者低于 60 次（专业训练除外），或提示危险型有心律失常、或者明显的心肌缺血等。
- 3、心脏彩色 B 超提示有明确的心脏结构及功能异常。

## 2021长春冰雪马拉松体检表

Physical Examination Report , 2021 Changchun International Ice and Snow Marathon

|  |                       |                  |                  |
|--|-----------------------|------------------|------------------|
| 姓名 Name  |                       | 照片<br>Photo      |                  |
| 证件号 ID Number  |                       |                  |                  |
| 性别<br>Gender   | 出生日期<br>Date of Birth |                  |                  |
| <b>自述项目 Self-Reported Items</b>                      |                       |                  |                  |
| 病史<br>Medical History                                |                       |                  |                  |
| 有无猝死家族史<br>Family History Of Sudden Death            |                       |                  |                  |
| <b>必检项目 Physical Examination Items</b>               |                       |                  |                  |
| 血压<br>Blood Pressure                                 |                       | 心率<br>Heart Rate |                  |
| 心电图诊断<br>ECG Diagnosis                               |                       |                  |                  |
| <b>推荐检查项目 Recommended Physical Examination Items</b> |                       |                  |                  |
| 心脏超声诊断(彩超)<br>UCG Diagnosis<br>Ultrasonic Cardiogram |                       |                  | <b>医保<br/>项目</b> |
| 体检医院<br>Signed By Hospital<br>(盖章)                   | 检查日期 Date             |                  |                  |

体检医院要求：能开展相关项目有资质的医院（含专业体检机构和社区医疗机构）。

关于医院盖章：使用各机构 2020 年体检报告的，**可不**盖章。但报告必须有**医院盖章页、各  
项目内容页。**