出生到17岁

为了您的最佳健康而携手合作

健康维护指引：
体检、筛查和免疫接种

2026年

关键：

建议

这些建议基于美国预防服务特别工作组（USPSTF）、美国放射学会、加州卫生部和西海岸健康联盟制定的指引，已被认定具有高度的确定性，其净效益是中等到可观。

注：年度乳腺癌筛查尽管并不是USPSTF的建议项目，但根据国家癌症综合网络的建议，属于Sutter Health最佳实践。

性别：使用的“男性”和“女性”词语并非指性别认同。请考虑您出生时的性别以及目前的生理结构，并咨询您的医生。

个人化/病人与临床医生共同决定

可选项目对某些病人来说是合适的。与您的医护团队讨论这些项目是否有利于您的健康。

对于有个人或家族健康风险，或服用某些药物的病人，这些指引可能会有所不同。

对于某些有高风险或特殊风险的病人，可能有独特或额外的建议。请咨询您的医生。

新 = 2026年更新版或变更版指引

随时了解最新消息

对建议的变更贯穿全年。扫描以查看最新建议：**sutterhealth.org**

体检

1、2、4、6、9、12、15和18个月大时的检查。从2岁到17岁的年度检查，包括30个月时的检查。

筛查测试

血压：3岁以后每年检查一次。

衣原体和淋病：16至24岁有性生活的女性每年检查一次。

HIV：15岁及以上；有风险者从更小的年纪开始。

肥胖症：从6岁开始监测。

新 **梅毒：**15岁及以上；有风险者从更小的年纪开始。

视力：3-5岁至少检查一次。

免疫接种

两个月的系列疫苗最早可以在6周时接种。

	月龄								年龄			
年纪	出生	1	2	4	6	12	15	18	2	4-5	11	16
乙型肝炎	●	●			●							
流感嗜血菌B型			●	●	●	●						
脊髓灰质炎			●	●	●					●		
白喉、破伤风和无细胞百日咳			●	●	●		●			●		
轮状病毒			●	●	●							
肺炎球菌			●	●	●	●						
百白破或白破											●	
麻疹、腮腺炎和风疹						●				●		
水痘						●				●		
甲型肝炎						●		●				
流感（每年一次）					●			●	●	●	●	●
脑膜炎球菌结合疫苗											●	●
人乳头瘤病毒（HPV）											●	

COVID：所有符合规定的年龄都应该按照CDC、CDPH、WCHA、AAP和AAFP指引建议的剂量和日程安排接种疫苗。

人乳头瘤病毒（HPV）：11至14岁应接受两剂系列疫苗（最早可以从9岁开始），15至26岁应接受三剂系列疫苗。

流感：6个月到不满9岁的儿童，如果一生中没有接种过至少两剂流感疫苗，则需要接种两剂流感疫苗，中间至少间隔四个星期。之后每年仅需要接种一剂流感疫苗。

肺炎球菌：如果病人不满19岁，可以使用PCV20或PCV15，按照目前建议的日程安排完成免疫接种。

咨询和评估主题

焦虑症：从8岁开始。

抑郁症：从12岁开始。

家庭暴力：从12岁开始。

性传播感染：从11岁开始。

皮肤癌：从6岁开始。

使用烟草，包括吸食电子烟：从11岁开始。

个人化/病人与临床医生共同决定

人乳头瘤病毒（HPV）：在9岁讨论。

B型脑膜炎球菌疫苗：16至23岁。

18至39岁

健康检查

检查血压，筛查健康体重并评估整体健康状况。

筛查测试

血压：每三至五年检查一次（有风险因素者每年检查一次）。

衣原体和淋病：16至24岁有性生活的女性每年检查一次。

糖尿病：根据风险因素进行筛查。

丙型肝炎：在18至79岁之间至少检查一次。

HIV：在15至65岁之间至少检查一次。

肥胖症：在整个成年期定期监测。

新 **梅毒：**在15至44岁之间至少检查一次。

癌症筛查

宫颈癌筛查选项：从21岁开始每三年做一次宫颈涂片检查。30岁及以上者可以选择每五年进行一次高危型HPV检测，宫颈涂片检查可做可不做。

免疫接种

COVID：所有符合规定的年龄都应该按照CDC、CDPH、WCHA、AAP和AAFP指引建议的剂量和日程安排接种疫苗。

乙型肝炎：所有19至59岁未接种疫苗的成年人，以及60岁或以上有HBV风险因素的人，应根据疫苗或身体情况接种二、三或四剂乙肝疫苗。

人乳头瘤病毒（HPV）：未接种疫苗的15至26岁者应接受三剂系列接种。

流感：每年接种一次流感疫苗。

麻疹、腮腺炎和风疹（MMR）：19至39岁的成年人，其病历应至少有接种一剂疫苗的记录。

肺炎球菌：年龄在19至49岁并且有某些基础疾病的人，仅使用PCV20，仅使用PCV21，或者使用PCV15和PPSV23完成疫苗系列接种。

带状疱疹：所有50岁及以上和19至49岁免疫力低下的成年人应接受两剂系列疫苗。

百白破/白破（破伤风、白喉和百日咳/破伤风和白喉）：65岁以下的成年人应接种一剂百白破疫苗，此后每10年接种一次白破或百白破加强剂。

水痘：1980年或以后出生的成年人应接种疫苗。

咨询和评估主题

酒精使用

焦虑症

抑郁症

家庭暴力

性传播感染

皮肤癌

使用烟草，包括吸食电子烟

不健康的药物使用

个人化/病人与临床医生共同决定

HPV疫苗：27至45岁。

B型脑膜炎球菌疫苗：16至23岁。

40至49岁

健康检查

检查血压，筛查健康体重并评估整体健康状况。

筛查测试

血压：每年检查一次。

胆固醇：每五年检查一次。

糖尿病：根据风险因素进行筛查。

丙型肝炎：在18至79岁之间至少检查一次。

HIV：在15至65岁之间至少检查一次。

肥胖症：在整个成年期定期监测。

新 **梅毒：**在15至44岁之间至少检查一次。

癌症筛查

乳腺癌：每年做一次乳房X光检查。

宫颈癌筛查选项：每三年做一次宫颈涂片检查，或者每五年做一次高危型HPV检测，宫颈涂片检查可做可不做。

结肠癌：首选筛查选项 - 从45岁开始，每10年做一次结肠镜检查、每年做一次粪便免疫化学测试（FIT），或者每10年做一次乙状结肠镜检查附加每年做一次FIT测试。其他选项 - 每五年做一次CT结肠造影，或每三年做一次FIT/DNA测试。

免疫接种

COVID：所有符合规定的年龄都应该按照CDC、CDPH、WCHA、AAP和AAFP指引建议的剂量和日程安排接种疫苗。

乙型肝炎：所有19至59岁未接种疫苗的成年人，以及60岁或以上有HBV风险因素的人，应根据疫苗或身体情况接种二、三或四剂乙肝疫苗。

流感：每年接种一次流感疫苗。

麻疹、腮腺炎和风疹（MMR）：40至49岁的成年人，其病历应至少有接种一剂疫苗的记录。

肺炎球菌：年龄在19至49岁并且有某些基础疾病的人，仅使用PCV20，仅使用PCV21，或者使用PCV15和PPSV23完成疫苗系列接种。

带状疱疹：所有50岁及以上和19至49岁免疫力低下的成年人应接受两剂系列疫苗。

百白破/白破（破伤风、白喉和百日咳/破伤风和白喉）：65岁以下的成年人应接种一剂百白破疫苗，此后每10年接种一次白破或百白破加强剂。

咨询和评估主题

酒精使用

焦虑症

抑郁症

家庭暴力

性传播感染

皮肤癌

使用烟草，包括吸食电子烟

不健康的药物使用

个人化/病人与临床医生共同决定

HPV疫苗：27至45岁。

50至74岁

健康检查

检查血压，筛查健康体重并评估整体健康状况。

筛查测试

血压：每年检查一次。

骨质密度：女性从65岁开始检查。

胆固醇：每五年检查一次。

糖尿病：根据风险因素进行筛查。

丙型肝炎：在18至79岁之间至少检查一次。

HIV：在15至65岁之间至少检查一次。

肥胖症：在整个成年期定期监测。

癌症筛查

乳腺癌：每年做一次乳房X光检查。

宫颈癌筛查选项：每三年做一次宫颈涂片检查，或者每五年做一次高危型HPV检测，宫颈涂片检查可做可不做，直至65岁。

结肠癌：首选筛查选项 - 每10年做一次结肠镜检查、每年做一次粪便免疫化学测试（FIT），或者每10年做一次乙状结肠镜检查附加每年做一次FIT测试。其他选项 - 每五年做一次CT结肠造影，或每三年做一次FIT/DNA测试。

肺癌：有20包年烟史且目前吸烟或在过去15年内戒烟的50至80岁成年人每年筛查一次。

免疫接种

COVID：所有符合规定的年龄都应该按照CDC、CDPH、WCHA、AAP和AAFP指引建议的剂量和日程安排接种疫苗。

乙型肝炎：所有19至59岁未接种疫苗的成年人，以及60岁或以上有HBV风险因素的人，应根据疫苗或身体情况接种二、三或四剂乙肝疫苗。

流感：每年接种一次流感疫苗。

麻疹、腮腺炎和风疹（MMR）：50至59岁的成年人，其病历应至少有接种一剂疫苗的记录。

肺炎球菌：仅使用PCV20，仅使用PCV21，或者使用PCV15和PPSV23完成疫苗系列接种。

新 **呼吸道合胞病毒（RSV）：**年龄在50至74岁并且有某些基础疾病的人，应该接受单剂RSV疫苗。

带状疱疹：所有50岁及以上的成年人应接受两剂系列疫苗。

百白破/白破（破伤风、白喉和百日咳/破伤风和白喉）：每10年接种一次百白破或白破加强剂。

咨询和评估主题

酒精使用

焦虑症：一直检查到64岁。

抑郁症

家庭暴力

预防跌倒：从65岁开始。

性传播感染

皮肤癌

使用烟草，包括吸食电子烟

不健康的药物使用

个人化/病人与临床医生共同决定

腹主动脉瘤筛查：65至75岁的男性。

前列腺癌筛查：55至69岁。

75岁和以上

健康检查

检查血压，筛查健康体重并评估整体健康状况。

筛查测试

血压：每年检查一次。

丙型肝炎：在18至79岁之间检查一次。

肥胖症：在整个成年期定期监测。

癌症筛查

肺癌：有20包年烟史且目前吸烟或在过去15年内戒烟的50至80岁成年人每年筛查一次。

免疫接种

COVID：所有符合规定的年龄都应该按照CDC、CDPH、WCHA、AAP和AAFP指引建议的剂量和日程安排接种疫苗。

乙型肝炎：所有19至59岁的成年人和60岁或以上有HBV风险因素的人，应根据疫苗或病情接种二、三或四剂乙肝疫苗。

流感：每年接种一次流感疫苗。

肺炎球菌：仅使用PCV20，仅使用PCV21，或者使用PCV15和PPSV23完成疫苗系列接种。

呼吸道合胞病毒（RSV）：75岁及以上者应该接受单剂RSV疫苗。

带状疱疹：所有50岁及以上的成年人应接受两剂系列疫苗。

百白破/白破（破伤风、白喉和百日咳/破伤风和白喉）：每10年接种一次百白破或白破加强剂。

咨询和评估主题

酒精使用

抑郁症

家庭暴力

预防跌倒：从65岁开始

性传播感染

皮肤癌

使用烟草，包括吸食电子烟

不健康的药物使用

个人化/病人与临床医生共同决定

腹主动脉瘤筛查：65至75岁的男性。

乳腺癌筛查：75岁以上。

结肠癌筛查：76至85岁。

Sutter Health

2200 River Plaza Drive
Sacramento, CA 95833
sutterhealth.org

25-SHSO-007400-SCH