

Test ryzyka SEDRISK

Ocena ryzyka stanu przedcukrzycowego/cukrzycy typu 2

Zasady interpretacji testu ryzyka przedcukrzycowego/cukrzycy typu 2:

1. Jeżeli u osoby badanej występuje **minimum JEDEN z poniższych czynników ryzyka stanu przedcukrzycowego/cukrzycy typu 2** (odpowiedź „tak”) zaleca się dwukrotne badanie stężenia glukozy na czczo (badanie w osoczu krwi żyłnej, każde innego dnia) i/lub wykonanie doustnego testu tolerancji glukozy (OGTT) lub oznaczenie wskaźnika HbA1c (hemoglobiny glikowanej).
2. Jeżeli u osoby badanej występuje **minimum JEDNA odpowiedź „nie wiem”** zaleca się przeprowadzenie edukacji w celu pogłębienia wiedzy w określonym temacie.
3. Wszystkie **osoby po 45. roku życia** powinny badać parametry gospodarki węglowodanowej co 3 lat w celu wczesnego rozpoznania stanu przedcukrzycowego/cukrzycy typu 2. Jeżeli u osoby badanej w tej grupie wiekowej występuje **minimum JEDEN z poniższych czynników ryzyka stanu przedcukrzycowego/cukrzycy typu 2** (odpowiedź „tak”) zaleca się prowadzić badania co roku w celu wczesnego rozpoznania choroby.

TEST SEDRISK

wiek powyżej 45 lat	tak	nie		ile?
nadwaga lub otyłość BMI \geq 25 kg/m ²	tak	nie		ile?
obwód talii \geq 80 cm - kobiety \geq 94 cm - mężczyźni	tak	nie		ile?
cukrzyca występująca w rodzinie rodzice lub rodzeństwo	tak	nie		nie wiem
mało aktywny tryb życia aktywność fizyczna mniej niż 3 razy w tygodniu przez 30 min	tak	nie		nie wiem
odżywianie nieodpowiednie do warunków fizycznych/trybu życia/zalecanej terapii	tak	nie		nie wiem
choroby układu sercowo-naczyniowego stan po zawale mięśnia sercowego i/lub udarze mózgu	tak	nie		nie wiem
nadciśnienie tętnicze	tak	nie		nie wiem
dyslipidemia stężenie HDL < 40 mg/dl (1,0 mmol/l) i/lub trójglicerydów > 150 mg/dl (1,7 mmol/l)	tak	nie		nie wiem
stwierdzony stan przedcukrzycowy	tak	nie		nie wiem
kobieta, która urodziła dziecko o masie ciała powyżej 4 kg	tak	nie	nie dotyczy	nie wiem
przebyta cukrzyca ciążowa	tak	nie	nie dotyczy	nie wiem
kobieta z zespołem policystycznych jajników	tak	nie	nie dotyczy	nie wiem