



**Pomiary ciśnienia tętniczego:**

1. skurczowe: a) |\_|\_|\_|, b) |\_|\_|\_|, c) |\_|\_|\_|, d) |\_|\_|\_| średnia (b+d)/2 |\_|\_|\_|
2. rozkurczowe: a) |\_|\_|\_|, b) |\_|\_|\_|, c) |\_|\_|\_|, d) |\_|\_|\_| średnia (b+d)/2 |\_|\_|\_|
3. tętno (30s x 2) a) |\_|\_|\_|, b) |\_|\_|\_|, c) |\_|\_|\_|, d) |\_|\_|\_|

**Wyniki badań biochemicznych:**

1. cholesterol całkowity |\_|\_|\_| mg/dl,
2. cholesterol HDL |\_|\_|\_| mg/dl,
3. cholesterol LDL |\_|\_|\_| mg/dl,
4. trójglicerydy |\_|\_|\_| mg/dl,
5. glukoza na czczo |\_|\_|\_| mg/dl

**Ocena ryzyka chorób układu krążenia:**

1. ryzyko incydentu sercowo–naczyniowego wg algorytmu **SCORE**: |\_|

**Zalecenia dla pacjenta:**

1. Badanie zgodne z zalecanym interwałem - TAK |\_|
2. Pacjenta skierowano na edukację (badanie zgodne z ustalonym interwałem) - TAK |\_|

.....  
*dane edukatora*

3. Pacjenta skierowano na dalszą diagnostykę i leczenie do poradni specjalistycznej - TAK |\_| :

.....  
*specjalność medyczna poradni specjalistycznej*

4. Pacjent pod kontrolą lekarza POZ poza programem - TAK |\_|

Ad. 2 Edukacja dotyczyła:.....  
.....  
.....

.....  
data i podpis przeprowadzającego edukację

.....  
podpis świadczeniobiorcy

.....  
data badania

.....  
pieczęć i podpis lekarza

Uwagi:.....  
.....

**Zgoda świadczeniobiorcy na przetwarzanie danych**

Nr telefonu komórkowego: .....

Nr telefonu stacjonarnego: .....

Adres e-mail: .....

Wyrażam zgodę na przetwarzanie mojego numeru telefonicznego oraz adresu e-mail, otrzymywanie za pośrednictwem telefonii komórkowej oraz poczty elektronicznej informacji medycznych oraz gromadzenie i przetwarzanie przez Narodowy Fundusz Zdrowia z siedzibą w Warszawie przekazanych przeze mnie danych dla potrzeb realizacji profilaktycznych programów zdrowotnych.

.....  
data

.....  
podpis świadczeniobiorcy

**Informacja o czynnikach ryzyka chorób układu krążenia:**

- Płeć:** płeć męska oraz kobiety po menopauzie
- Wiek:** mężczyźni > 45 lat, kobiety > 55 lat
- Palenie tytoniu:** powyżej 1 papierosa dziennie
- Nadciśnienie tętnicze:** RRs - 140 mmHg i/lub RRs - 90 mmHg i powyżej w dwóch niezależnych pomiarach oraz pacjenci leczeni z powodu nadciśnienia tętniczego
- Zaburzenia lipidowe:** stężenie cholesterolu całkowitego TC > 190 mg/dl, LDL > 115 mg/dl, HDL <40 mg/dl dla mężczyzn, HDL <46 mg/dl dla kobiet, triglicerydów TG > 150 mg/dl
- Cukrzyca:** glikemia na czczo:  powyżej 125 mg/dl lub w przygodnym pomiarze: 200 mg/dl i powyżej
- Otyłość :** wskaźnik masy ciała - BMI - 30 kg/m<sup>2</sup> i powyżej
- Mała aktywność fizyczna:** aktywność ruchowa (np. spacer, marsze, bieganie, jazda na rowerze, pływanie, aerobik) rzadziej niż 3 razy w tygodniu po 30 minut

### **Ocena globalnego ryzyka wystąpienia incydentu sercowo-naczyniowego:**

Ryzyko dla osób w wieku 35 lat jest oceniane według algorytmu zawartego w przedziale wiekowym oznaczonym liczbą 40, dla osób w wieku 45 lat w przedziale wiekowym oznaczonym liczbą 50, zaś dla osób w wieku 55 lat w przedziale wiekowym oznaczonym liczbą 55.

**Uwaga!** Ryzyko wystąpienia incydentu naczyniowo-sercowego może być istotnie wyższe od oszacowanego na podstawie algorytmu **SCORE**:

1. u osób z silnie obciążającym wywiadem rodzinnym przedwczesnego występowania chorób układu krążenia;
2. u osób z niskim stężeniem cholesterolu HDL, upośledzoną tolerancją glukozy, podwyższonym stężeniem triglicerydów, białka C-reaktywnego, fibrynogenu, homocysteiny, apolipoproteiny B lub Lp (a);
3. u osób otyłych, u osób prowadzących siedzący tryb życia.

## TABLICA SCORE DLA POLSKI

kobiety

mężczyźni

niepalące

palące

niepalący

palący

wiek

Ciśnienie tętnicze skurczowe (mm Hg)	kobiety					mężczyźni														
	niepalące		palące			niepalący		palący												
180	10	12	14	17	20	20	23	27	31	36	19	23	26	31	36	36	41	47	53	59
160	7	8	10	12	14	14	17	19	23	27	14	17	19	23	27	26	31	35	41	46
140	5	6	7	8	10	10	12	14	16	19	10	12	14	16	19	19	22	26	30	35
120	3	4	5	6	7	7	8	10	12	14	7	8	10	12	14	14	16	19	22	26
180	5	6	7	9	10	10	12	14	17	20	13	15	17	20	24	24	28	32	37	43
160	4	4	5	6	7	7	9	10	12	14	9	10	12	15	17	17	20	24	28	32
140	2	3	4	4	5	5	6	7	8	10	6	7	9	10	12	12	14	17	20	23
120	2	2	2	3	3	3	4	5	6	7	4	5	6	7	9	9	10	12	14	17
180	3	3	4	4	5	5	6	8	9	11	8	10	11	13	16	16	19	22	26	30
160	2	2	3	3	4	4	4	5	6	7	6	7	8	9	11	11	13	16	18	22
140	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5	4	5	6	7	8	8	9	11	13	16
120	1	1	1	2	2	2	2	3	3	4	3	3	4	5	5	6	7	8	9	11
180	2	2	2	3	3	3	4	4	5	6	5	6	7	9	10	10	12	15	17	20
160	1	1	2	2	2	2	3	3	4	4	4	4	5	6	7	7	9	10	12	14
140	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	3	4	4	5	5	6	7	9	10
120	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	3	4	4	4	5	6	7
180	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3	4	4	5	5	6	8
160	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	4	4	5
140	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3	4
120	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3

4 5 6 7 8  
(mmol/l)  
150 190 230 270 310  
(mg/dl)

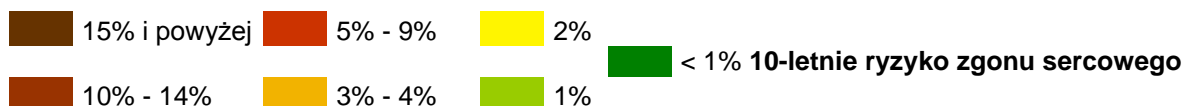
4 5 6 7 8  
(mmol/l)  
150 190 230 270 310  
(mg/dl)

4 5 6 7 8  
(mmol/l)  
150 190 230 270 310  
(mg/dl)

4 5 6 7 8  
(mmol/l)  
150 190 230 270 310  
(mg/dl)

cholesterol całkowity

cholesterol całkowity



Źródło: „Podręcznik Polskiego Forum Profilaktyki” Tom 1 - Praca zbiorowa pod redakcją prof. dr. hab. Piotra Podola, Wydawnictwo Medycyna Praktyczna, Kraków 2007