

Metabolikus szindróma gyógyszerészi prevenció adatlap
3 példányos gyógyszerész-orvos-GYGSZB

Beteg neve:..... telefon:.....

Beteg címe:.....

Háziorvos neve:..... telefon:.....

Gyógyszertár:..... gyógyszerész:.....

Beteg kódja: neme: férfi nő születési éve: / prev.dátum:.....év.....hó.....nap

I. Általános rizikótényezők

- Dohányzás** **fizikai inaktivitás**:hetente kevesebb mint 5 alkalommal végez legalább 30 perc időtartamú közepes intenzitású, vagy 3 alkalommal legalább 20 percig nagy intenzitású mozgást
- Életkor** férfiak>45 év **családi halmozottság**:első fokú hozzátartozók között 2-es típusú cukorbetegség, stroke, szívinfarktus, angina férfiak esetében 55 éves, nők esetében 65 éves kor előtt

- II. Hypertonia** műszer:.....
-kar ellenőrzés 1 év
...../..... ($<139/<89$ Hgmm)
- Hgmm ellenőrzés 1 hó életmód vált.
(140-159/90-99 Hgmm)
- orvoshoz irányítás
($\geq 160/\geq 100$ Hgmm)

- III. Diabetes mellitus** műszer:.....
-mmol/l éhgyomri
(8 óra koplalás) ellenőrzés 1 év
(éh: $<5,6/pp.<7,8$ mmol/l)
- orvoshoz irányítás
.....mmol/l random (éh: $\geq 5,6/pp.\geq 7,8$ mmol/l)
(étkezés után.....órával)

- IV. Dyslipidaemia** (a legrosszabb értéket kell figyelembe venni) műszer:.....
-idő étkezés óta Ellenőrzés 1 év múlva
-mmol/l TC (TC $< 5,2$ mmol/l; LDL-C $<2,6$ mmol/l; HDL-C $\geq 1,6$ mmol/l; TG $<1,7$ mmol/l)
-mmol/l LDL-C Ellenőrzés 1 hó múlva, életmódvált.
-mmol/l HDL-C (TC=5,2-6,2 mmol/l; LDL-C=2,6-3,3 mmol/l; TG=1,7-2,3 mmol/l)
-mmol/l TG Orvoshoz irányítás
(TC $> 6,2$ mmol/l; LDL-C $>3,3$ mmol/l; HDL-C $<1,0$ mmol/l; TG $>2,3$ mmol)

- V. Obesitas** (a legrosszabb értéket kell figyelembe venni) műszer:.....
-cm háskörfogat (HKF) Ellenőrzés 1 év múlva BMI <25 kg/m²; HKF(ff/nő) <94 cm; <80 cm
-kg testsúly Ellenőrzés 3 hó múlva, életmódvált
-cm testmagasság BMI=25-34,9 kg/m²; HKF(ff/nő)=94-102cm; 80-88cm
-kg/m² BMI Orvoshoz irányítás BMI ≥ 35 kg/m²; HKF(ff/nő) >102 cm; >88 cm

VI. Metabolikus szindróma

- | | | | | |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------|
| Hypertonia | Diabetes mellitus | Dyslipidaemia | Dyslipidaemia | Obesitas |
| <input type="checkbox"/> Diagnosztizált | <input type="checkbox"/> Diagnosztizált | <input type="checkbox"/> Diagnosztizált | <input type="checkbox"/> Diagnosztizált | <input type="checkbox"/> HKF(ff/nő) >102 cm |
| <input type="checkbox"/> Patikai mérés | <input type="checkbox"/> Patikai mérés | <input type="checkbox"/> Patikai mérés | <input type="checkbox"/> Patikai mérés | <input type="checkbox"/> HKF(nő) > 88 cm |
| $\geq 130/\geq 85$ Hgmm | Éh.: $\geq 5,6$ mmol/l | HDL-C(ff/nő) $<1,0$ mmol/l | TG $\geq 1,7$ mmol/l | |
| | | HDL-C(nő) $<1,3$ mmol/l | | |

Javasolt életmód változtatás (szóbeli, írásbeli motiváció)

- Fizikai aktivitás fokozása diéta testsúlycsökkentés dohányzás elhagyása

Orvoshoz irányítás

- Mért anyagcsereparaméter miatt
- 3, vagy több kritérium fennállása esetén metabolikus szindróma
- 2 kritérium metabolikus szindróma és 2 vagy több kritérium az általános rizikótényezőkből

Kontroll

- Időpont1: megjelent diagnózis, életmódvált. teljesen részben nem történt meg
- Időpont2: megjelent diagnózis, életmódvált. teljesen részben nem történt meg
- életmódvált. sikertelenség miatt orvoshoz irányítás

Az irányítási értékek nem diagnosztizált betegekre vonatkoznak!