

Prilog 1

UPITNIK PROCENE RIZIKA ZA TIP 2 DIJABETESA

1. Starost (god)			6. Da li ste ikada uzimali antihipertenzivne lekove?		
<i>Bodovi</i>	<i>Odgovor</i>		<i>Bodovi</i>	<i>Odgovor</i>	
0	< 45		0	Ne	
2	45 – 54		2	Da	
3	55 – 64				
4	> 64		7. Da li vam je ikada izmerena povišena vrednost šećera u krvi (u rutinskom pregledu, tokom bolesti ili u trudnoći)?		
			<i>Bodovi</i>	<i>Odgovor</i>	
			0	Ne	
			5	Da	
2. Indeks telesne mase (telesna težina u kg/ telesna visina u m²)			8. Da li je neko u vašoj porodici imao ili sada ima dijabetes?		
<i>Bodovi</i>	<i>Odgovor</i>		<i>Bodovi</i>	<i>Odgovor</i>	
0	< 25		0	Ne	
1	25 – 30		3	Da (deda, baba, tetka, ujak, stric ili prvi rođaci, ali ne roditelji, braća, sestre ili deca)	
3	> 30		5	Da (roditelji, braća, sestre ili dete)	
3. Obim struka (cm)					
<i>Bodovi</i>	<i>Muškarci</i>	<i>Žene</i>			
0	< 94	< 80			
3	94–102	80–88			
4	> 102	> 88			
4. Da li uobičajeno tokom dana upražnjavate najmanje 30 min. fizičke aktivnosti na poslu i/ili tokom odmora (uključujući normalnu dnevnu aktivnost)?			Rizik za razvoj tipa 2 dijabetesa u narednih 10 godina je:		
<i>Bodovi</i>	<i>Odgovor</i>				
0	Da		<i>Zbir bodova</i>	<i>Stepen rizika</i>	
2	Ne		< 7	Nizak (1 od 100 osoba će dobiti dijabetes)	
			7 – 11	Lako povišen (1 od 25 osoba će dobiti dijabetes)	
5. Koliko često jedete povrće ili voće?			12 – 14	Umeren (1 od 6 osoba će dobiti dijabetes)	
<i>Bodovi</i>	<i>Odgovor</i>		15 – 20	Visok (1 od 3 osobe će dobiti dijabetes)	
0	Svaki dan		> 20	Vrlo visok (1 od 2 osobe će dobiti dijabetes)	
1	Ne svaki dan				