

SEDRISK

Test ryzyka stanu przedcukrzycowego/cukrzycy typu 2

Około 1 miliona Polaków chorych na cukrzycę typu 2 nadal nie jest zdiagnozowana. Jak pokazuje praktyka kliniczna, wielu Polaków dowiaduje się, że są chorzy na cukrzycę typu 2 w sytuacji, kiedy wystąpią już u nich powikłania, zwłaszcza sercowo-naczyniowe.

W związku z tym, w celu wsparcia wszystkich stron zaangażowanych w poprawę diagnostyki cukrzycy został opracowany poniższy Test ryzyka stanu przedcukrzycowego/cukrzycy typu 2 o nazwie SEDRISK na podstawie aktualnych zaleceń klinicznych.

Zasady interpretacji

Testu ryzyka stanu przedcukrzycowego/cukrzycy typu 2- SEDRISK

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 w laboratorium, 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 prowadzić badania laboratoryjne **co 3 lata** 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 stanu przedcukrzycowego/cukrzycy typu 2.

SEDRISK - Test ryzyka stanu przedcukrzycowego/cukrzycy typu 2

1	wiek powyżej 45 lat	tak	nie		ile?
2	nadwaga lub otyłość (BMI równe lub powyżej 25kg/m ²)	tak	nie		ile?
3	obwód talii: równe lub powyżej 80 cm – kobiety, równe lub powyżej 94 – mężczyźni	tak	nie		ile?
4	cukrzyca występująca w rodzinie (rodzice bądź rodzeństwo)	tak	nie		nie wiem
5	mało aktywny tryb życia (aktywność fizyczna mniej niż 3 razy w tygodniu przez 30 minut)	tak	nie		nie wiem
6	odżywianie nieodpowiednie do warunków fizycznych / trybu życia / zalecanej terapii	tak	nie		nie wiem
7	choroby układu sercowo-naczyniowego (stan po zawale mięśnia sercowego i/lub udaru mózgu)	tak	nie		nie wiem
8	nadciśnienie tętnicze z wartością równą lub powyżej 140/90 mm Hg	tak	nie		nie wiem
9	dyslipidemia (nieprawidłowe parametry lipidowe)	tak	nie		nie wiem
10	stwierdzono już stan przedcukrzycowy a) nieprawidłowa glikemia na czczo: 100–125 mg/dl b) nieprawidłowa tolerancja glukozy: w 120. minucie OGTT: glikemia 140–199 mg/dl	tak	nie		nie wiem
11	kobieta, która urodziła dziecko o masie ciała powyżej 4 kg	tak	nie	nie wiem	nie dotyczy
12	przebyta cukrzyca ciążowa	tak	nie	nie wiem	nie dotyczy
13	kobieta z zespołem policystycznych jajników	tak	nie	nie wiem	nie dotyczy