



rzuciłem/am l\_l\_l lat temu, paliłem/am l\_l\_l papierosów dziennie

3) Nie, ale jestem biernym palaczem

4) Nie, nigdy nie paliłem/am

4. Przez ile minut tygodniowo uprawia Pan/i aktywność fizyczną (uwzględniając tylko wysiłki trwające co najmniej 10 min bez przerwy, w tym aktywność komunikacyjna oraz wykonywana w pracy, w domu)

1) Umiarkowaną, tj. prowadzącą do trochę szybszego oddychania i trochę szybszego bicia serca (np. noszenie lżejszych ciężarów, jazda rowerem w normalnym tempie, gra w siatkówkę lub bardzo szybki marsz)

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	łączny czas tygodniowo	_____ min
nie uprawiam	1-2 razy w tygodniu	3-4 razy w tygodniu	częściej niż 4 razy w tygodniu		

2) Intensywną, tj. wywołującą bardzo szybkie oddychanie i bardzo szybkie bicie serca (np. dźwiganie ciężkich przedmiotów, kopanie ziemi, aerobik, szybki bieg, szybka jazda rowerem).

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	łączny czas tygodniowo	_____ min
nie uprawiam	1-2 razy w tygodniu	3-4 razy w tygodniu	częściej niż 4 razy w tygodniu		

### Wyniki badania fizykalnego:

Obwód talii l\_l\_l\_l\_l cm

Masa ciała: l\_l\_l\_l, l\_l\_l kg

Wzrost: l\_l\_l\_l cm

**BMI:** l\_l\_l, l\_l

### Pomiary ciśnienia tętniczego:

Należy przeprowadzić 3 pomiary w odstępie 1-2 minut oraz dodatkowy pomiar, jeżeli pierwsze dwa pomiary różniły się o >10 mmHg. Ostateczny pomiar stanowi średnią dwóch ostatnich pomiarów.

1. skurczowe: a) l\_l\_l\_l, b) l\_l\_l\_l, c) l\_l\_l\_l średnia (b+c) /2 l\_l\_l\_l

2. rozkurczowe: a) l\_l\_l\_l, b) l\_l\_l\_l, c) l\_l\_l\_l średnia (b+c) /2 l\_l\_l\_l

**Tętno:** a) l\_l\_l\_l, b) l\_l\_l\_l, c) l\_l\_l\_l średnia (b+c) /2 l\_l\_l\_l

### Wyniki badań biochemicznych:

1. cholesterol całkowity l\_l\_l\_l mg/dl,

2. cholesterol LDL l\_l\_l\_l mg/dl,

3. cholesterol HDL l\_l\_l\_l mg/dl,

4. cholesterol nie-HDL I\_I\_I\_I mg/dl,

5. trójglicerydy I\_I\_I\_I mg/dl,

6. glukoza na czczo I\_I\_I\_I mg/dl

**Ocena ryzyka chorób układu krążenia:**

1. 10-letnie ryzyko (zakończonych i niezakończonych zgonem) epizodów chorób układu sercowo-naczyniowego wg algorytmu **SCORE 2**: I\_I\_I

**Zalecenia dla pacjenta:**

1. Badanie zgodne z zalecanym interwałem - TAK I\_I

2. Wskazana edukacja w zakresie:.....

3. Pacjenta skierowano na:

- dalszą diagnostykę i leczenie do poradni specjalistycznej - TAK I\_I :

*specjalność poradni* .....

- na konsultacje do lekarza POZ – TAK I\_I: \*\*\*

4. Pacjent pod kontrolą lekarza POZ poza programem - TAK I\_I

Uwagi:.....

.....

\* Wzór zakresu danych w dokumentacji medycznej (SIMP)

\*\* Wizyta może być osobista lub w formie teleporady

\*\*\*Wypełnia pielęgniarka