

**Анкета для сотрудника на выявление хронических неинфекционных заболеваний  
и факторов риска их развития**

|  |  |                                  |                                |                               |                                     |
|--|--|----------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|
| Ф.И.О.:(возможно анонимное заполнение) |  |                                  |                                | Пол: М/Ж                      |                                     |
| Возраст: _____ лет.                    |  |                                  |                                |                               |                                     |
| 1                                      | Было ли у Вас неоднократно повышение артериального давления (выше 140/90)/артериальная гипертония?   |                                  |                                | Да<br>(1 балл)                | Нет<br>(0 баллов)                   |
| 2                                      | Было ли у Вас неоднократно повышение сахара в крови (выше 5,5 ммоль/л)/сахарный диабет?  |                                  |                                | Да<br>(1 балл)                | Нет<br>(0 баллов)                   |
| 3                                      | Было ли у Вас неоднократно повышение уровня холестерина в крови (выше 5 ммоль/л)?  |                                  |                                | Да<br>(1 балл)                | Нет<br>(0 баллов)                   |
| 4                                      | Был ли инфаркт миокарда или инсульт у Ваших близких родственников в молодом или среднем возрасте (до 65 лет у матери или родных сестер или до 55 лет у отца или родных братьев)?   |                                  |                                | Да<br>(1 балл)                | Нет<br>(0 баллов)                   |
| 5                                      | Были ли у Ваших близких родственников, в возрасте от 18 до 60 лет, злокачественные новообразования (рак желудка, кишечника, толстой или прямой кишки, полипоз желудка, кишечника, предстательной железы, молочной железы, матки, опухоли других локализаций) или семейный аденоматоз толстой кишки? (нужное подчеркнуть) |                                  |                                | Да<br>(1 балл)                | Нет<br>(0 баллов)                   |
| 6                                      | Курите ли Вы? (курение одной и более сигарет в день)   |                                  |                                | Да<br>(1 балл)                | Нет<br>(0 баллов)                   |
| 7                                      | Сколько минут в день Вы тратите на ходьбу в умеренном или быстром темпе (включая дорогу до места работы и обратно)?  |                                  |                                | До 30 минут<br>(1 балл)       | 30 минут и более<br>(0 баллов)      |
| 8                                      | Употребляете ли Вы ежедневно менее 400 граммов (или 4-5 порций) фруктов и овощей (не считая картофеля)?  |                                  |                                | Да<br>(1 балл)                | Более 400граммов<br>Нет<br>(0 балл) |
| 9                                      | Имеете ли Вы привычку подсаливать приготовленную пищу, не пробуя ее?   |                                  |                                | Да<br>(1 балл)                | Нет<br>(0 баллов)                   |
| 10                                     | Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?   |                                  |                                |                               |                                     |
|  | Никогда<br>(0 баллов)  | Раз в месяц и реже<br>(0 баллов) | 2-4 раза в месяц<br>(0 баллов) | 2-3 раза в неделю<br>(1 балл) | > 4 раз в неделю<br>(1балл)         |

Результаты оценки:

0-2 бала – низкий риск развития хронических неинфекционных заболеваний;

2-4 балла – умеренный риск развития хронических неинфекционных заболеваний;

5-7 баллов – средний риск развития хронических неинфекционных заболеваний;

8-10 баллов – высокий риск развития хронических неинфекционных заболеваний.