

糖尿病风险评估报告

基本信息

姓名：李某 年龄：56 岁
怀孕次数：1

1) 糖尿病病

实验室检查 (检测时间：2018 年 4 月 16 日)

血压：160/90mmHg 空腹血糖 GLU：6.15mmol/L 胰岛素：12 μ U/ml
糖化血红蛋白 HbA1c：6.5% BMI 身体质量指数：20.1 糖尿病遗传函数：0.47

糖尿病病风险评估结果

- 您 10 年内糖尿病的风险是 **6.7%** (同龄人理想值是 3.9%)，为同龄人理想值的 **1.7 倍**
- 您属于糖尿病病的**中危人群**

患者建议

1、您的糖尿病主要危险因素及理想目标值如下：

主要危险因素	您的结果	您的理想目标值
血压	160/90mmHg	<140/90mmHg
空腹血糖	6.15mmol/L	3.9-5.6mmol/L
糖化血红蛋白 HbA1c	6.5%	4%~6%
胰岛素	12 μ U/ml	5~20 μ U/ml
BMI 身体质量指数	20.1	18.5-23.9
糖尿病遗传函数	0.47	<2.5

2、健康处方：

- 调整生活规律。糖尿病属慢性病，生活规律非常重要，在身体情况允许的情况下，按时起居，有利于糖代谢。每周按时测量体重，作为计算饮食和观察疗效的依据。
- 坚持适当的活动。适当规律的活动是治疗糖尿病的一种重要手段，可采取多种活动方式。老年肥胖病人早起床后可轻度活动。建议餐后运动宜在服用降糖药或胰岛素后 1-2 小时再开始运动，以免发生低血糖。
- 保护皮肤。首先要注意个人卫生，一般情况下每周要洗澡，换衣裤 1-2 次。保持皮肤清洁，尤其是要保持外阴部清洁。每天清洗会阴部，防止发生泌尿系感染。
- 定期门诊随访，您的下次随诊时间：2018 年 6 月 16 日

检验医师：马医生 临床医师：崔医生 日期：2018 年 4 月 16 日