|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***1.基本信息*** | | | | |
| ***姓名：*** | ***性别****：□男□女* | ***民族：****族* | | ***身份证号：****□□□□□□□□□□□□□□□□□□* |
| ***婚姻状况：****□未婚□已婚□丧偶□离婚□其他* | | | ***受教育程度：****□小学及以下□初中□中专/高中□大专/大本□硕士及以上* | |
| ***职业（****退休前职业****）****：□国家机关、党群组织、企业、事业单位负责人□专业技术人员□办事人员和有关人员□商业、服务业人员□农、林、牧、渔、水利业生产人员□生产、运输设备操作人员及有关人员□军人□不便分类的其他从业人员* | | | | |

问卷内容：

**1. 高血压病**（血压≥140/90 mmHg或正在服用降压药）：□有□无

如果选择“有”

1.1**确诊时间**：□□□□年□□月□□日

1.2**两周内服用过降压药**：□有□无

如果选择有：

1.2.1 服药名称：

□利尿药 □安体舒通 □呋塞米□氢氯噻嗪□吲达帕胺□螺内酯□布美他尼

□钙拮抗剂 □氨氯地平□非洛地平□硝苯地平□尼群地平□拉西地平□尼卡地平□地尔硫卓

□β受体阻滞剂 □美托洛尔□普萘洛尔□阿替洛尔□比索洛尔□拉贝洛尔□塞利洛尔□卡维地洛

□ACEI □赖诺普利□福辛普利□培哚普利□依那普利 □西拉普利□雷米普利□咪达普利 □贝那普利□卡托普利

□ARB □奥美沙坦□替米沙坦□氯沙坦 □缬沙坦□厄贝沙坦

□其他

无论选择有无：

1.3 血压值（现场测量）\_\_\_\_/\_\_\_\_mmHg

**2. 血脂异常**（甘油三脂≥2.26mmol /L，或总胆固醇≥6.22mmol /L ,或低密度脂蛋白胆固醇LDL≥4.14mmol /L，或高密度脂蛋白胆固醇HDL<1.04mmol/L) ：□有 □无 □未知

如果选择“有”

2.1 **确诊时间**：□□□□年□□月□□日

**2.2异常类型**(可多选)：□总胆固醇高 □甘油三酯高 □低密度脂蛋白胆固醇高

□高密度脂蛋白胆固醇低 □类型不详

**2.3两周内服用过调脂药**：□有□无

如果选择“有”：

2.3.1 服药名称：

□他汀类 □阿托伐他汀□瑞舒伐他汀□辛伐他汀□普伐他汀□氟伐他汀

□洛伐他汀

□贝特类 □非诺贝特□吉非贝齐□苯扎贝特□氯贝特

□烟酸类 □烟酸□氧甲吡嗪□阿西莫司

□树脂类 □橡胶种子油□月见草子□水飞蓟种子油□海鱼油制剂

□胆固醇吸收抑制剂 □依折麦布

□其他

如做过血脂检查填写：

2.4甘油三酯TG \_\_\_\_\_\_\_mmol /L

2.5总胆固醇TCHO \_\_\_\_\_\_\_mmol /L

2.6低密度脂蛋白胆固醇LDL-C \_\_\_\_\_\_\_mmol /L

2.7高密度脂蛋白胆固醇HDL-C\_\_\_\_\_\_\_mmol /L

3. **糖尿病：**□有 □无

选择“有”：

3.1 **确诊时间**：□□□□年□□月□□日

**3.2 两周内服用过降糖药**：□有□无

如果选择有： 3.2.1 服药名称：

□格列奈类 □瑞格列奈□那格列奈

□α-糖苷酶抑制剂类 □阿卡波糖□伏格列波糖

□双胍类 □二甲双胍□苯乙双胍□丁二胍

□格列酮类 □吡格列酮□罗格列酮

□磺脲类 □格列本脲□格列吡嗪□格列齐特

□胰岛素 □其他

无论选择“有”“无”

3.3 空腹血糖：\_\_\_\_ mmol /L

4. **心房颤动**（房颤）**：**□有□无

如果选择“有”

4.1 **心脏病类型（可多选）：**

□冠心病  □风湿性心脏病(包括合并瓣膜病变) □瓣膜性心脏病 □心肌病□房颤 □其他类型心律失常 □其他类型心脏病

无论选择“有”“无”

**4.2心律**:□整齐□不齐

5. **吸烟史：** □有□无

6. **明显超重或肥胖（BMI≥26kg/m2）：** □是 □否

无论选择“是”“否”：

6.1 **身高**: □□□cm **体重**:□□□. □kg **BMI:**□□.□kg/m2 （注：此项自动生成）

**6.2 腰围**: \_\_\_cm臀围:\_\_\_cm腰臀比\_\_\_\_\_

7. **运动缺乏或轻体力劳动者**(运动次数<3次/周且<30分钟/次；参与工农业劳动视为有运动)：□是□否

8. **脑卒中家族史** □有 □无

9. **既往脑卒中：**□有 □无

**9.1脑卒中类型（可多选）：**□缺血性 □出血性

**9.1.1缺血性发作次数（单选）：**□1次 □2次 □≥3次

首次发作时间：□□□□年□□月□□日

末次发作时间：□□□□年□□月□□日

**9.1.2出血性发作次数（单选）：**□1次 □2次 □≥3次

首次发作时间：□□□□年□□月□□日

末次发作时间：□□□□年□□月□□日

10. **既往短暂性脑缺血发作（TIA）**□有 □无

10.1**脑缺血发作次数：**□1次 □2次 □≥3次

首次发作时间：□□□□年□□月□□日

末次发作时间：□□□□年□□月□□日

结果判断：

前八项有任意三项“是”，或者后两项有任意一项“是”，则为高位人群。

前八项有任意两项“是”，且患有高血压、糖尿病、瓣膜性心脏病中任意一项，则为中危人群。

《=2项的，没有上述慢性病的为低位人群。

针对高位人群需去医院检查：

***颈部血管超声***

***危险因子有高血压的查 同型半胱氨酸HCY***

***危险因子中有“糖尿病”的，做糖化血红蛋白HbA1c***

***心电图***

饮食运动建议：

高血压风险因子建议:

少食或不吃高脂食物

多吃富含钙的食物

严格限盐(每日摄入量为7g-8g)

多饮水，首选温开水和淡茶水，每日至少1200ml

糖尿病风险风险因子建议:

少吃水果

每餐主食应控制在7、8分饱即可

适量吃粗杂粮。每日吃50-100g粗粮

每日可以吃适量鱼肉和畜禽肉，一般控制在2两左右为好

肥胖风险因子建议:

少吃肥肉、糕点甜品、动物油、动物内脏、油炸食品、各种加工零食、碳酸饮料

每日吃1-2两粗杂粮。

进食宜慢不宜快

少食多餐控体重

血脂异常风险因子建议：

每周蛋黄摄入不超过3个

尽量不吃的食物：猪蹄、五花肉、肥肉、动物内脏、腊肉、动物皮、蟹黄、鱼子等

多吃菌藻类食物

每周泡泡山楂茶2-3次

多吃粗杂粮等富含纤维素的食物

心脏病风险因子建议：

低脂低胆固醇饮食

低糖饮食：少吃甜食

多吃富含膳食纤维的食物：新鲜蔬菜、水果、菌藻、粗粮等

□戒烟  【针对吸烟因子】

□限酒   【针对饮酒因子】

□每周体育锻炼≥3次、每次≥30分钟，并坚持形成习惯

针对中危险人群，给相应饮食运动建议即可。