



روش محاسبه خطر احتمال ابتلا به دیابت

در کشور بیش از سه میلیون نفر مبتلا به دیابت هستند و نیمی از آنها خودشان نمی دانند.

دیابت یک بیماری جدی است که در صورت عدم کنترل قند خون در محدوده طبیعی می تواند منجر به ناییبایی - بیماری های قلبی - سکنه مغزی - نارسایی کلیه - قطع عضو و... شود.

دیابت می تواند بدون علامت بوده یا بعضی از علائم زیر را داشته باشد:

- ۱- تشنگی بیش از حد
- ۲- تاری دید ممتناوب
- ۳- دفع ادرار مکرر
- ۴- کاهش وزن غیر قابل توجیه
- ۵- خستگی غیر معمول یا خواب آلودگی
- ۶- خارش بدن و...

احتمال ابتلای شما به دیابت بیشتر است اگر:

- ۱- سن شما بیش از ۴۵ باشد
- ۲- اضافه وزن داشته باشید
- ۳- فشار خون شما بالا باشد
- ۴- سابقه خانوادگی دیابت داشته باشید

آموزش و تشخیص به موقع اساس درمان دیابت هستند. (جدول شماره ۱)

شما با پاسخ به سوالات زیر می توانید تشخیص دهید که آیا در معرض ابتلا به دیابت هستید یا خیر.

اگر جواب سوال مثبت بود نمره ثبت شده را به خودتان بدهید و اگر جواب منفی بود نمره صفر بدهید:

۱	سن من ۶۵ یا بیشتر است	آری ۹ نمره.....
۲	سن من بین ۴۵ تا ۶۴ سال است	آری ۵ نمره.....
۳	سن من کمتر از ۴۵ سال است و فعالیت محدود یا عدم فعالیت روانه دارم	آری ۵ نمره.....
۴	وزن من معادل یا بالاتر از وزن نوشته شده در جدول شماره ۲ است	آری ۵ نمره.....
۵	یکی از والدینم مبتلا به دیابت هستند	آری ۱ نمره.....
۶	خواهرم یا برادرم مبتلا به دیابت هستند	آری ۱ نمره.....
۷	زنی هستم که وزن فرزندم هنگام تولد بیشتر از ۴ کیلوگرم بوده است	آری ۱ نمره.....
	مجموع نمرات شما	مجموع.....

نمرات ۱۰ یا بیشتر:

اگر نمره ۱۰ یا بیشتر کسب کرده اید شما در معرض خطر جدی ابتلا به دیابت هستید. اگر شما دیابت داشته باشید فقط پزشک می تواند تشخیص دهد و برای اطمینان به پزشک مراجعه کنید.

نمرات بین ۳ تا ۹:

چنانچه نمره کسب شده بین ۳ تا ۹ باشد احتمال کمتری وجود دارد که مبتلا به دیابت باشید ولی نباید به آن بی توجهی کنید. حفظ وزن مطلوب - ورزش مستمر و رعایت رژیم غذایی سالم، خطر ابتلا به دیابت را کاهش می دهد.

بنام یزدان

آزمایشگاه تشخیص پزشکی

پارسه

Parseh Medical Lab.



این جدول صرفاً مربوط به وزن و قد افراد در معرض خطر دیابت است و وزن مطلوب نمی باشد (جدول شماره ۲)

وزن (کیلو گرم) بدون کفش و لباس	قد (سانتی متر) بدون کفش		قد (سانتی متر) بدون کفش
۸۰/۲	۱۷۳	۵۸/۵	۱۴۷
۸۲/۵	۱۷۵	۶۰/۳	۱۵۰
۸۵/۳	۱۷۸	۶۲/۶	۱۵۲
۸۷/۵	۱۸۰	۶۴/۹	۱۵۵
۹۰/۲	۱۸۳	۶۶/۷	۱۵۷
۹۲/۵	۱۸۵	۶۸/۹	۱۶۰
۹۵/۳	۱۸۸	۷۱/۲	۱۶۳
۹۷/۹	۱۹۰	۷۳/۵	۱۶۵
۱۰۰	۱۹۳	۷۵/۸	۱۶۸
		۷۸	۱۷۰

خدمت به همنوع وظیفه هر انسانی می باشد بیایم دست در دست یکدیگر به این وظیفه بهتر عمل کنیم.

همسایه گرامی:

چنانچه مایل هستید **نشریه ماهیانه آزمایشگاه پارسه (نماپ)** را به طور رایگان دریافت نمایید.

خواهشمندیم فرم زیر را تکمیل و به طور حضوری به آزمایشگاه تحویل دهید.

آزمایشگاه پارسه به منظور قدردانی در ازای تحویل فرم تکمیل شده یک **آزمایش قند خون رایگان** برای شما انجام می دهد. برای این منظور به مدت ۱۰ تا ۱۲ ساعت ناشتا بوده و قبل از ساعت ۱۲ ظهر به آزمایشگاه مراجعه کنید.

نشانی دقیق پستی:

خیابان:

کوچه:

واحد:

طبقه:

پلاک:

نام و نام خانوادگی:

کد پستی:

تلفن تماس (در صورت تمایل):

تهران - خیابان جناح - بالاتر از بلوار شهید گلاب - نرسیده به فلکه دوم صادقیه - نش کوچه عابدزاده

ساختمان پزشکان پارسه - طبقات اول تا چهارم - تلفن و دورنگار: ۵ - ۴۴۲۸۷۶۳۲

www.ParsehLab.com www.ParsehLab.net info@parsehlab.com