



# PRAŠALNIK O STOPNJI OGROŽENOSTI

## 1. STAROST IN SPOL

LETA	do 30	30-39	40-49	50-59	60-69	nad 70
MOŠKI	0	3	8	12	16	20
ŽENSKA (v rodnem obdobju)	0	0	3	6	10	14
ŽENSKA (v menopavzi, jemljem hormone)	0	0	3	6	10	14
ŽENSKA (v menopavzi, ne jemljem hormonov)	0	3	5	8	14	18

**REZULTAT:**

## 2. DRUŽINSKA OBREMENJENOST

z angino pectoris, premostitveno operacijo,  
srčnim infarktom, nenadno nenasilno smrtjo  
(oče, mama, bratje, sestre)

ODGOVOR	TOČKE
NE	0
DA (v starosti več kot 70 let)	2
DA (med 60. in 69. letom)	3
DA (med 50. in 59. letom)	4
DA (pred 50. letom)	8

**REZULTAT:**

### 3. KRVNI TLAK

<b>KRVNI TLAK (mm Hg)</b>	<b>TOČKE</b>
NE VEM	4
pod 130/85	0
130/85–139/89	2
140/90–160/100	5
več kot 160/100	10

**REZULTAT:**

### 4. KAJENJE

<b>KAJENJE</b>	<b>TOČKE</b>
NIKOLI NISEM KADIL/A	0
NE KADIM VEČ – več kot 3 leta	0
NE KADIM VEČ – manj kot 3 leta	4
NE KADIM – pasivno kajenje	2
DA – manj kot 10 cigaret na dan	4
DA – 11 do 20 cigaret na dan	6
DA – 21 do 30 cigaret na dan	8
DA – več kot 31 cigaret na dan	10

**REZULTAT:**

<b>KADILKA</b>	<b>TOČKE</b>
NE JEMLJEM kontracepcijskih tablet	0
JEMLJEM kontracepcijske tablete (pod 35 let)	4
JEMLJEM kontracepcijske tablete (35 let in več)	10

**REZULTAT:**

## 5. HOLESTEROL

<b>SKUPNI HOLESTEROL (mmol/l)</b>	<b>TOČKE</b>
NE VEM	4
pod 5,0	0
5,0–6,2	5
6,3–7,8	7
več kot 7,8	10

**REZULTAT:**

<b>HOLESTEROL HDL (mmol/l)</b>	<b>TOČKE</b>
NE VEM	4
nad 1,2	0
0,9–1,2	3
pod 0,9	7

**REZULTAT:**

## 6. SLADKORNA BOLEZEN

<b>SLADKORNA BOLEZEN</b>	<b>TOČKE</b>
NE	0
DA (moški)	5
DA (ženske)	10

**REZULTAT:**

## 7. REKREATIVNA TELESNA DEJAVNOST

<b>TELESNA DEJAVNOST V ZADNJIH 6 MESECIH</b>	<b>TOČKE</b>
NIČ	8
vsaj 3 X NA TEDEN	0
1–2 X NA TEDEN	2
1–3 X NA MESEC	6

**REZULTAT:**

## 8. TELESNA TEŽA

OCENA NA OSNOVI INDEKSA TELESNE MASE	TOČKE
PRESUH	0
NORMALNA TEŽA	0
MEJNA TEŽA	2
PRETEŽAK	4
DEBEL	6

**REZULTAT:**

SUBJEKTIVNA OCENA	TOČKE
PRIMERNA telesna teža	0
PREVELIKA telesna teža	2

**REZULTAT:**



### REZULTAT

SEŠTEVEK TOČK	OGROŽENOST
18 in manj	ZELO MAJHNA
med 19 in 26	MAJHNA
med 27 in 39	SREDNJA
med 40 in 52	VELIKA
53 in več	ZELO VELIKA

Vprašalnik izpolnite in rezultat ovrednotite skupaj z zdravnikom.