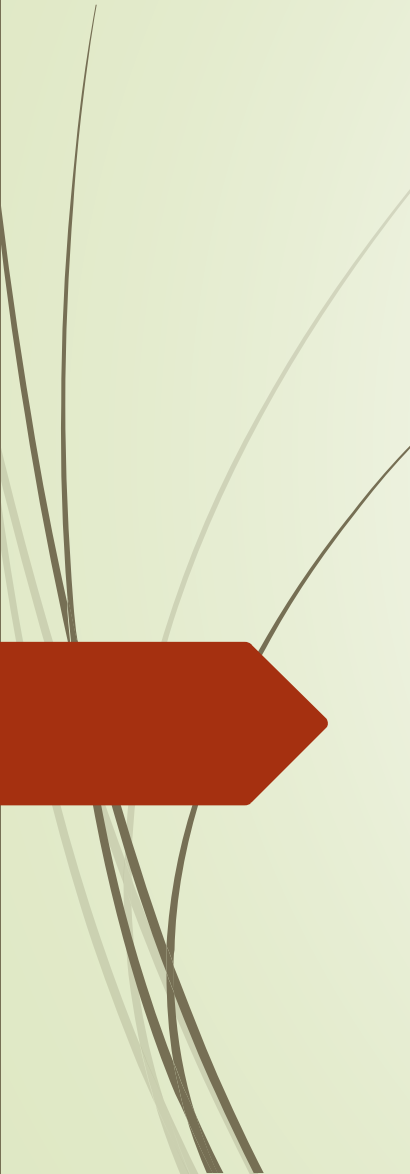


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



پویش ملی غربالگری دیابت و پرفشاری خون
برای ارتقای سلامت خانواده

آذر ۱۴۰۲

شیوع فشار خون در ایران و اصفهان

➤ در مطالعه سال ۹۹ : شیوع فشار خون ۳۳/۶۳٪ است.

➤ در حال حاضر بالای ۲۳ میلیون نفر از افراد بالای ۱۸ سال مبتلا به فشار خون هستند.

➤ در استان اصفهان ۱/۲۲۰/۰۰۰ هزار نفر بیمار در افراد بالای ۱۸ سال هستند

➤ **شیوع بسیار بالای فشارخون :**

در جهان از هر 5 نفر 1 نفر به فشارخون بالا مبتلا است

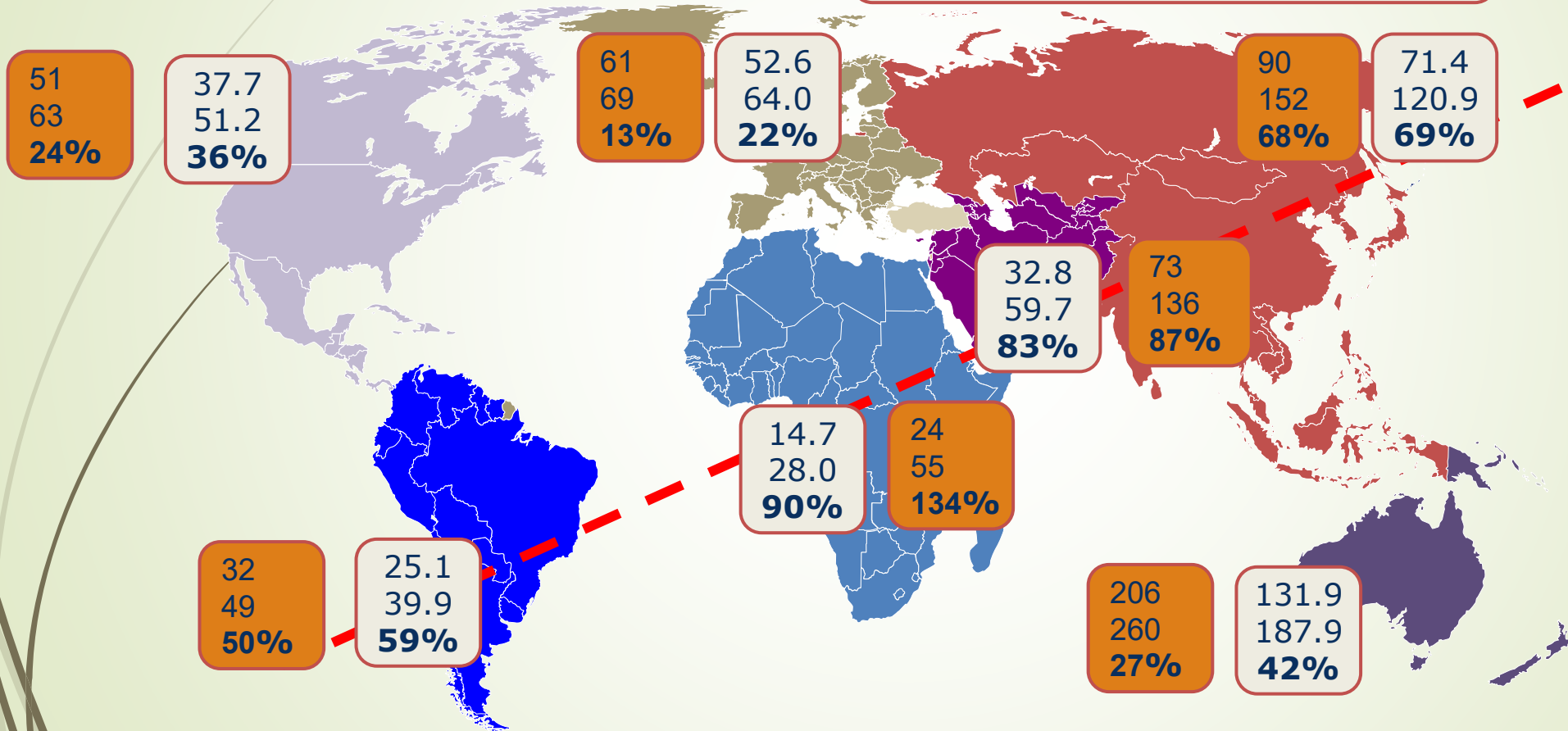
در ایران و استان اصفهان از هر 3 نفر یک نفر

سالانه ده میلیون نفر در جهان به علت فشارخون بالا فوت می کنند.

Global projections for the diabetes epidemic: 2011–2030 (millions)

World 2011 = 366 million
2030 = 552 million
Increase 51%

پاکس رنگ آبی مربوط به پیش بینی 2045



Adapted from International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas, 5th edn. Brussels, Belgium: International Diabetes Federation, 2011. www.idf.org/diabetesatlas

شیوع در ایران و اصفهان

در مطالعه سال ۹۹ : شیوع دیابت ۱۳/۶۸٪ است.

در ایران طی نزدیک به ۱۵ سال شیوع دیابت دو برابر شده است.

در حال حاضر ۷/۵ میلیون نفر از افراد بالای ۲۵ سال مبتلا به دیابت هستند.

در استان اصفهان ۴۵۰ هزار نفر بیمار در افراد بالای ۲۵ سال هستند

شیوع بسیار بالای دیابت:

در جهان از هر ده نفر یک نفر مبتلا به دیابت است

در ایران و استان اصفهان از هر ۷ نفر یک نفر

در هر سال در جهان ۶/۷ میلیون نفر به علت دیابت فوت می کنند این عدد برابر با کل مرگ و میر کرونا در سه سال به اضافه کل مرگ و میر ایدز، سل و مالاریا در یک سال است.

تعداد	درصد	گزارش دیابت
450000	%13.68	شیوع دیابت در استان اصفهان
60000	% 14	بیمار مبتلا به دیابت که از بیماری خود اطلاعی ندارند
90000	% 23	بیمار مبتلا به دیابت که دارو مصرف نمی کند
200000	% 65	بیمار مبتلا به دیابت که دارو مصرف می کند اما کنترل نشده است
350000	% 77	جمع بیماران بدون اطلاع از بیماری، بدون درمان و کنترل نشده

تعداد	درصد	گزارش فشارخون بالا
1220000	%33.63	شیوع فشارخون در استان اصفهان
400000	%33	بیمار مبتلا به فشار خون که از بیماری خود اطلاعی ندارند
350000	%43	بیمار مبتلا به فشارخون بالا که دارو مصرف نمی کند
280000	%60	بیمار مبتلا به فشار خون بالا که دارو مصرف می کند اما کنترل نشده است
1030000	% 84	جمع بیماران بدون اطلاع از بیماری، بدون درمان و کنترل نشده

پویش ملی غربالگری دیابت و پرفشاری خون برای ارتقای سلامت خانواده

اهداف کلی:

- افزایش نسبت شناسائی و شروع مراقبت و درمان در بیماران مبتلا به دیابت و پرفشاری خون در کشور
- افزایش آگاهی جامعه نسبت به عوامل خطر، پیامدها و اهمیت تشخیص زودرس و کنترل دیابت و پرفشاری خون

اهداف اختصاصی

➤ ۱- اندازه گیری فشارخون افراد ۱۸ سال و بالاتر (تقریباً ۸۶۰/۰۰۰/۲ نفر)

➤ ۲- شناسائی افراد با احتمال ابتلا به فشارخون بالا (۱۰٪، تقریباً ۲۸۶/۰۰۰ نفر از ۴۰۰ هزار نفری که از بیماری خود خبر ندارند بر اساس مطالعه استپس)

➤ ۳- افزایش نسبی مراقبت بیماران مبتلا به فشارخون (مراقبت حداقل ۴۰٪ از بیماران در سه ماه)

➤ ۴- افزایش نسبی آگاهی افراد ۱۸ سال و بالاتر در خصوص پیشگیری و کنترل پر فشاری خون و دیابت

اهداف اختصاصی

۵- اندازه گیری قندخون افراد ۱۸ تا ۴۰ سال و بالاتر دارای حداقل یک عامل خطر و افراد بالای ۴۰ سال (تقریباً ۲/۸۶۰/۰۰۰ نفر)

۶- شناسائی افراد با احتمال ابتلا به دیابت (۵٪، تقریباً ۱۴۳ هزار نفر، در استان اصفهان ۶۰ هزار نفر باید شناسایی شوند)

۷- افزایش نسبی مراقبت بیماران مبتلا به دیابت (مراقبت حداقل ۴۵٪ از بیماران در سه ماه)

۸- شناسائی افراد با احتمال ابتلا به پره دیابت (تقریباً ۱۴۳ هزار نفر)

۹- افزایش نسبی مراقبت پره دیابت در بیماران ثبت شده در سیستم به میزان ۷۰٪ (در ۶ ماهه دوم امسال به عدد ۳۵٪ برسیم)

جمعیت هدف، زمان

➤ گروه هدف

کلیه افراد ۱۸ سال و بالاتر ایرانی ساکن در کشور (ارائه خدمت به مراجعه کنندگان غیر ایرانی بلامانع است)

➤ تعریف گروه هدف ۱۸ سال و بالاتر

فرد ۱۸ سال و بالاتر شامل فردی است که تاریخ تولد او قبل از ۲۰/۸/۱۳۸۴ باشد و در تاریخ مقرر به پایگاه های برنامه ملی مراجعه کند.

➤ زمان

از تاریخ ۲۰ آبان ۱۴۰۲ لغایت ۱۵ دی ماه ۱۴۰۲

محل اجراء

➤ محل اجراء

پویش ملی غربالگری دیابت و پرفشاری خون برای ارتقای سلامت خانواده در شبکه های بهداشتی درمانی روستایی و شهرهای با جمعیت کمتر از ۲۰ هزار نفر و ۹۳ شهر مجری پزشک خانواده شهری به میزان ۱۰۰ درصد جمعیت هدف **(یک میلیون نفر)**

در شهرهای با جمعیت ۲۰ هزار نفر و بیشتر غربالگری دیابت و پرفشاری خون علاوه بر شبکه های بهداشتی درمانی با جلب مشارکت بخش خصوصی و سایر سازمان ها و نهادها و صنایع و مشاغل با اعزام تیم های سیار و برپایی ایستگاه در صورت لزوم به میزان ۷۰ درصد جمعیت هدف **(۱۸۰۰۰۰۰ نفر)**

در استان اصفهان ۲۸۰۰۰۰۰ نفر باید غربالگری شوند

روش اجراء

- **فراخوان** ملی از طريق رسانه ملی و ساير رسانه ها
- **فراخوان** ملی از طريق پيامک
- فراخوان از طريق پایگاه های اينترنتی و **فضای مجازی و توليد پلاکارد، پوستر، بنر** و با استفاده از ظرفیت های ساير سازمان ها و نهاد های کشور
- هنگام فراخوان اعلام شود **آزمایش قند خون** از ۶ ماه قبل مورد قبول است. هنگام فراخوان **ناشتا بودن** ذکر شود.
- اگر فرد ناشتاست و دستگاه خودپایشی قندخون موجود است، با استفاده از آن قند خون را کنترل کنید. اگر فرد نتیجه آزمایش قند خون را که در فاصله زمانی کمتر از ۶ ماه پیش انجام شده، با خود به همراه دارد، می توانید با مشاهده نتیجه آزمایش مقدار قند خون را ثبت نمایید. اگر هیچیک از موارد فوق در دسترس نبود یا فرد ناشتاست، وی را برای انجام آزمایش قند خون به آزمایشگاه ارجاع دهید. (اگر سن فرد بالای ۳۰ سال است علاوه بر قند خون آزمایش کلسترول نیز درخواست نمایید).
- اگر در زمان غربالگری آزمایش قند خون ناشتا امکان پذیر نباشد و آزمایش درخواست شود، نتیجه آزمایش که طی روزهای آتی مشخص خواهد شد را در افراد بالای ۳۰ سال در خدمت خطرسنجی قلبی عروقی ثبت نمایید.

روش اجراء

- ثبت اطلاعات فردی و تکمیل پرسشنامه توسط بهورزان، مراقبین سلامت، ماماها، سایر کارکنان بهداشتی درمانی و داوطلبین همکار در سامانه سیب
- پرسشگری: مشخصات فردی، شرح حال مختصر از نظر ابتلا به سکته قلبی، مغزی، دیابت یا فشارخون بالا، سابقه خانوادگی بیماری های فوق
- معاینه بالینی (اندازه گیری قد، وزن، قند و فشارخون)
- اندازه گیری **فشار خون** یک نوبت (در صورت نرمال بودن) یا دو نوبت (در صورت بالاتر از ۱۴۰/۹۰) برای بالای ۱۸ سال
- اندازه گیری **قند خون افراد بالای ۴۰ سال** در آزمایشگاه یا با دستگاه گلوکومتر یا نتیجه آزمایش ۶ ماه اخیر
- اندازه گیری **قند خون** در افراد ۱۸ تا ۴۰ سال **دارای حداقل یک عامل خطر** (اضافه وزن یا چاقی، سابقه خانوادگی مثبت دیابت، ابتلا به فشار خون و یا فشار خون اخیر بالای ۱۴۰/۹۰، سابقه دیابت بارداری و افراد کم تحرک (کمتر از ۱۵۰ دقیقه تحرک متوسط تا شدید منظم در هفته)

روش اجراء

- اندازه گیری قند خون در آزمایشگاه انجام میشود.
- انجام غربالگری با دستگاه گلوکومتر (مطابق استاندارد اعلام شده در راهنما) در صورتیکه آزمایش در خانه بهداشت یا پایگاه سلامت یا مرکز خدمات جامع سلامت (درمانگاه - بیمارستان) توسط پرسنل مرتبط (بهورز - مراقب سلامت - پزشک - پرستار) انجام شود بلامانع است.
- در ایستگاه ها آزمایش قند خون انجام نخواهد شد و صرفاً افراد در معرض خطر دیابت شناسایی شده و به واحدهای بهداشتی - درمانی برای آزمایش معرفی خواهند شد.

روش اجراء

- تحويل تركت آموزشى به افراد سالم، مشكوك به پرفشارى خون و ديابت و بيماران مبتلا به فشار خون بالا يا ديابت توسط بهورزان، مراقبين سلامت، ماماها، ساير كاركنان بهداشتى درمانى و داوطلبين همكار
- مطالب آموزشى بصورت الكترونيك براى شركت كندگان متناسب با وضعيت سلامت يا بيمارى ارسال خواهد شد (در صورت وجود شماره تماس معتبر) و يا به ساير روش ها (كتابچه- پمفلت و ..) در اختيار شركت كندگان قرار خواهد گرفت.
- آموزش و اجراء برنامه خودمراقبتى به افراد سالم، مشكوك به پرفشارى خون و ديابت و بيماران مبتلا به پرفشارى خون يا ديابت توسط بهورزان، مراقبين سلامت، ماماها، ساير كاركنان بهداشتى درمانى و داوطلبين همكار
- ارجاع فورى يا غيرفورى به پزشك مركز خدمات جامع سلامت در افراد مشكوك و بيماران مبتلا به ديابت يا پرفشارى خون با تكميل و تحويل فرم ارجاع (توسط بهورزان، مراقبين سلامت، ماماها، ساير كاركنان بهداشتى درمانى و داوطلبان سلامت)

نحوه اجرا

1- غربالگری در مراکز و پایگاه ها و خانه ها

2 - غربالگری در درمانگاه های خصوصی و مطب ها

3- غربالگری در بیمارستان ها و درمانگاه های تحت پوشش سازمان ها و مراکز

(مانند کلیه بیمارستان های دولتی و خصوصی و مراکز درمانی وابسته به شرکت مخابرات، شرکت نفت، بانک ملی، مراکز نظامی ارتش و سپاه،) غربالگری توسط نیروهای بهداشتی تحت پوشش همان مراکز انجام خواهد شد. پیگیری و تایید بیماری و موارد مشکوک و مراقبت بیماران نیز در همان مراکز یا با دریافت فرم ارجاع و مراجعه به مراکز خدمات جامع سلامت نزدیک محل زندگی فرد انجام خواهد شد.

4- غربالگری در مناطق تجمعی

5- غربالگری در کارگاه ها و کارخانه ها

6- غربالگری در محل های ادارات دولتی و خصوصی



اندازه گیری فشارخون

➤ اندازه گیری فشارخون نوبت اول از طریق گوشی (در صورتی که فشارسنج دیجیتالی نباشد)

➤ در صورتی که فشارخون مساوی یا بیشتر از $140/90$ میلی متر جیوه باشد اندازه گیری فشارخون نوبت دوم

➤ محاسبه میانگین فشارخون دو نوبت آخر



- بهتر است فشار خون از دست راست گرفته شود.
- فرد آرامش داشته باشد (بدون صحبت هر دو نفر یا کار با وسایل الکترونیکی)
- از نیم ساعت قبل چای، قهوه، غذا، سیگار و الکل مصرف نشده و ورزش نکرده باشد
- ۵ دقیقه قبل از اندازه گیری استراحت داشته باشد
- فشار سنج مناسب با بازوی فرد انتخاب شود
- فشارخون در وضعیت نشسته و تکیه داده شده اندازه گیری شود
- دست دارای تکیه گاه باشد و کاف هم سطح قلب (وسط جناق سینه) بسته شود.
- وسط کاف در وسط چین آرنج باشد.
- لبه پایینی کاف دو انگشت بالاتر از چین آرنج باشد
- کاف طوری روی بازوی لخت بسته شود که یک انگشت زیر آن برود
- پاها دارای تکیه گاه باشد و روی هم انداخته نشود.
- مثانه خالی باشد

➤ در صورت اندازه گیری فشارخون در وضعیت نشسته روی زمین، پاها دراز باشد

نکات مهم در اندازه گیری فشارخون



فرم ثبت اطلاعات

پرسشنامه بسیج ملی **دیابت** و **فشارخون بالا**



سوالات کلی و شناسایی

1. نام و نام خانوادگی شناسنامه ای، تاریخ تولد، کد ملی
2. تلفن همراه: ثبت شماره تلفن همراه برای پیگیری های بعدی الزامی است. شماره تماس تلفن فرد یا یکی از آشنایان یا خویشان وی در این قسمت درج می شود. در صورتی که شماره متعلق به خود فرد نیست ، حتماً نام و نسبت آن فرد در همین قسمت درج گردد .
3. جنسیت فرد با علامت ضربدر در خانه های مرد یا زن
4. اگر مراجعه کننده خانم است، آیا در حال حاضر باردار است؟



سابقه بیماری

1. سابقه سکته قلبی، سکته مغزی، فشارخون بالا، دیابت

2. در صورت ابتلا به دیابت یا فشارخون بالا:

آیا برای بیماری دیابت، تحت درمان دارویی هستید؟

آیا برای بیماری فشارخون بالا، تحت درمان دارویی هستید؟



معاینات

- ثبت فشارخون
- میزان قد فرد برحسب سانتی متر / وزن فرد برحسب کیلوگرم
- با استفاده از فرمول، نمایه توده بدنی را محاسبه و ثبت نمایید. (تقسیم وزن به کیلوگرم بر مجذور قد به سانتی متر در اکسل و به متر در فرم کاغذی)
- اضافه وزن: اگر مقدار نمایه توده بدنی ۲۵ تا ۳۰ محاسبه گردد در این خانه مربوطه بزنید.
- چاقی: اگر مقدار نمایه توده بدنی ۳۰ و بیشتر محاسبه گردد در این خانه مربوطه بزنید
- سابقه خانوادگی دیابت در پدر یا مادر یا خواهر یا برادر (افرادی که در حیات نیستند را هم شامل می شود).
- اگر خانم است، سابقه دیابت بارداری داشته است؟ اگر در حال حاضر باردار و مبتلا به دیابت بارداری است، پاسخ مثبت تلقی می شود.
- کم تحرکی: اگر فردی کمتر از ۱۵۰ دقیقه فعالیت بدنی متوسط یا ۷۵ دقیقه فعالیت بدنی شدید منظم در طول هفته داشته باشد بعنوان کم تحرک در خانه مربوطه تیک بزنید.
- مقدار قند ناشتا - میلیگرم در دسی لیتر



نتیجه غربالگری فشار خون :

1. " سالم " کمتر از ۱۲۰/۸۰ "
 2. " پیش فشار خون بالا " ۱۲۰ تا کمتر از ۱۴۰ سیستول روی ۸۰ تا کمتر از ۹۰ دیاستول "
 3. " مشکوک به فشار خون ۱۴۰ روی ۹۰ و بالاتر "
 4. بیمار شناخته شده قبلی
- بر حسب مقدار میانگین فشار خون اندازه گیری شده در خانه های مربوط تیک بزنید

نتیجه غربالگری دیابت:

1. " سالم " کمتر از ۱۰۰ میلیگرم در دسی لیتر "
 2. " پره دیابتی " مساوی ۱۰۰ تا ۱۲۵ " اگر از دستگاه گلوکومتر استفاده می شود ۱۰۰ تا ۱۴۰ پره دیابت
 3. " مشکوک به دیابت " ۱۲۶ و بالاتر " اگر از دستگاه گلوکومتر استفاده می شود بالاتر از ۱۴۰ دیابت است
 4. سابقه بیماری دیابت
- بر حسب مقدار قند خون اندازه گیری شده در خانه های مربوط تیک بزنید.



➡ اقدام:

1. «ارجاع غیرفوری
2. ارجاع فوری
3. اورژانس در برخی شرایط حاد که فشارخون یا قند خون خیلی زیاد یا خیلی کم است
4. هیچ کدام

➡ آموزش:

1. حضوری
2. تحویل پمفلت
3. سایر



➤ **فرم ارجاع فوری مراجعین به پزشک در مراکز بهداشتی درمانی**

➤ مرکز خدمات جامع سلامت:

➤ با سلام

➤ خانم/آقای که در " بسیج ملی غربالگری دیابت و فشار خون " به خانه/پایگاه سلامت/مرکز غربالگری مراجعه کرده و در بررسی انجام گرفته دارای فشارخون بالا (..... میلی متر جیوه). یا علائم خطر ابتلا به دیابت می باشد، جهت بررسی به آن مرکز معرفی می گردد.

➤ نام و نام خانوادگی پرسشگر

➤ تاریخ و امضا

➤ بسمه تعالی

➤ **بسیج ملی غربالگری دیابت و فشار خون – سال ۱۴۰۲**

➤ **فرم ارجاع غیر فوری مراجعین به پزشک در مراکز بهداشتی درمانی**

➤ مرکز خدمات جامع سلامت:

➤ با سلام

➤ خانم/آقای که در " بسیج ملی غربالگری دیابت و فشار خون " به خانه/پایگاه سلامت/مرکز غربالگری مراجعه کرده و در بررسی انجام گرفته دارای فشارخون بالا (..... میلی متر جیوه). یا علائم خطر ابتلا به دیابت می باشد، جهت بررسی به آن مرکز معرفی می گردد.

➤ نام و نام خانوادگی پرسشگر

➤ تاریخ و امضا

اقدامات بعد از تکمیل پرسشنامه و اندازه گیریهای جسمی

- بعد از اندازه گیری فشارخون و تکمیل پرسشنامه، بر حسب نتایج پاسخ های پرسشنامه و نتایج اندازه گیری، اقدامات زیر را انجام دهید:
- **الف) اگر فرد سابقه فشارخون بالا داشته باشد: (ارایه محتوای آموزشی ترکت زرد رنگ)**
- اگر فشارخون نوبت اول یا میانگین فشارخون دو نوبت فرد کمتر از 90 / 140 میلی متر جیوه باشد چون فشارخون بیمار کنترل شده است، نیاز به ارجاع بیمار نیست ولی به عنوان یک بیمار مبتلا به فشارخون بالا (و هم چنین فرد در معرض خطر بیماری قلبی عروقی) برای دریافت خدمات "مراقبت ماهانه فشارخون غیرپزشک" و "مراقبت سه ماهه فشارخون بالا توسط پزشک" فرد را به پایگاه سلامت محل زندگی معرفی نمایید. (ارجاع و پیگیری)
- در صورتی که فشارخون 140/90 میلی متری متر جیوه تا 180/110 میلی متری متر جیوه باشد، به فرد توصیه شود داروهای خود را به طور منظم مصرف کند و به پزشک نزدیک ترین مرکز سلامت محل زندگی خود ظرف مدت دو هفته مراجعه کند.
- اگر فشارخون فرد 180/110 میلی متری متر جیوه تا 220/120 میلی متری متر جیوه باشد، به فرد توصیه شود داروهای خود را به طور منظم مصرف کند و به پزشک نزدیک ترین مرکز سلامت محل زندگی خود در کمتر از 24 ساعت مراجعه کند.
- اگر فشارخون سیستول 220 میلی متری متر جیوه و بیشتر و یا فشارخون دیاستول 120 میلی متری متر جیوه و یا بیشتر باشد، فرد با فشارخون بالای بحرانی محسوب شده و فوراً به بیمارستان اعزام و یا با اورژانس 115 تماس حاصل گردد.

شرایط ارجاع به پزشک

■ **(ب) اگر فرد سابقه فشارخون بالا نداشته باشد:**

■ اگر فشارخون کمتر از 80 / 120 میلی متر جیوه تا 90/140 میلی متر جیوه باشد، فرد در وضعیت پیش فشارخون بالاست و لازم است یک سال بعد مورد ارزیابی فشار خون یا خطرسنجی قلبی عروقی قرار گیرد. به این فرد آموزش حفظ شیوه زندگی سالم یا اصلاح شیوه زندگی ارائه شود. (ارایه محتوای آموزشی ترکت سبز رنگ)

■ در صورتی که فشارخون 90/140 میلی متر جیوه و بالاتر باشد، فرد مشکوک به بیماری فشارخون بالا محسوب شده و به فرد توصیه شود برای بررسی بیشتر و تعیین ابتلا به بیماری فشارخون بالا به پزشک مراجعه کند. (ارایه محتوای آموزشی ترکت آبی رنگ)

■ چه فرد سابقه فشارخون بالا داشته باشد و چه بدون سابقه باشد، در صورتی که فشارخون بالای 110/180 میلی متر جیوه تا 120/220 میلی متر جیوه باشد ارجاع فوری به پزشک و در صورتی که فشارخون 120/220 میلی متر جیوه و بالاتر باشد، فشارخون بحرانی محسوب شده و لازم است فوراً به بیمارستان اعزام و یا با اورژانس 115 تماس حاصل گردد.

غربالگری دیابت

- ▶ اگر فرد دارای اضافه وزن یا چاقی است و یا سابقه خانوادگی دیابت وجود دارد، سابقه فشارخون دارد یا در این غربالگری فشارخون 140 روی 90 یا بالاتر است و یا خانمی است که در بارداری قبلی تجربه دیابت بارداری را داشته و نهایتاً افراد کم تحرک در معرض خطر دیابت هستند و هر چه سن بیشتری داشته باشند میزان احتمال به دیابت بیشتر می گردد.
- ▶ برای این افراد و افراد بالای 40 سال آزمایش قند ناشتا درخواست کنید. اگر گلوکومتر در اختیار دارید با اندازه گیری قند ناشتا احتمال ابتلا به دیابت مشخص می گردد. نتیجه قند خون ناشتا 140 میلی گرم در دسی لیتر و بالاتر برای بررسی بیشتر به آزمایشگاه ارجاع می گردد.
- ▶ افرادی که نتیجه آزمایش قند ناشتای وریدی (آزمایشگاهی) 126 میلی گرم در دسی لیتر و بالاتر دارند را به پزشک ارجاع دهید. تکرار آزمایش در روز دیگری و بالاتر از 126 میلی گرم در دسی لیتر بودن قند ناشتا، مهر تاییدی بر ابتلا به دیابت است.

الف- اگر فرد سابقه دیابت داشته باشد:

در صورتی که میزان قند خون ناشتا با گلوکومتر 140 میلی گرم در دسی لیتر و بالاتر باشد، فرد مبتلا به دیابت با کنترل نامطلوب طبقه بندی می گردد و جهت پیگیری های بعدی به پزشک ارجاع شود.

در صورتی که میزان قند خون ناشتا 70 تا 130 میلی گرم در دسی لیتر در نتیجه آزمایش وریدی قند خون ناشتا (کمتر از 6 ماه گذشته) باشد، فرد مبتلا به دیابت با کنترل مطلوب طبقه بندی می گردد. به این گروه نیز توصیه می شود برای ادامه مراقبت ها به پایگاه سلامت و مراکز خدمات جامع سلامت مراجعه نمایند. خدمات مراقبت ماهانه دیابت توسط غیرپزشک و مراقبت سه ماهه دیابت توسط پزشک در وعده های مقرر قابل ارایه می باشد.

ب- اگر فرد سابقه دیابت نداشته باشد:

در صورتی که میزان قند خون ناشتا با گلوکومتر 140 میلی گرم در دسی لیتر و بالاتر باشد، فرد مبتلا به دیابت طبقه بندی می گردد. پس از انجام آزمایش وریدی قند ناشتا لازم است جهت تشخیص قطعی به پزشک مراجعه کند.

در صورتی که میزان قند خون ناشتا با گلوکومتر 100 تا 140 میلی گرم در دسی لیتر باشد، فرد پره دیابت (اختلال قند ناشتا) طبقه بندی می گردد. اگر فرد 30 سال و بالاتر بود خدمت مراقبت پره دیابت ارائه گردد.

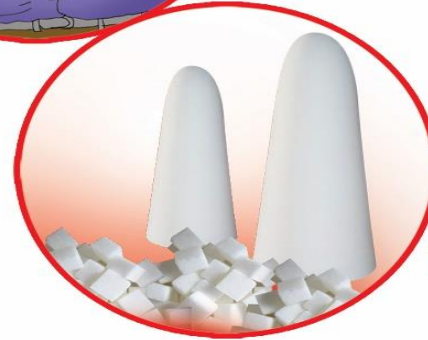
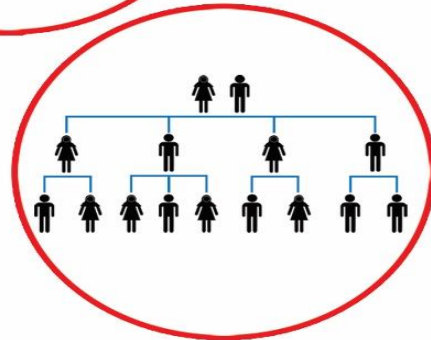
در صورتی که میزان قند خون ناشتا 126 میلی گرم در دسی لیتر و بالاتر در نتیجه آزمایش قند خون ناشتا (کمتر از 6 ماه گذشته) باشد، فرد مشکوک به ابتلا دیابت طبقه بندی می گردد. لازم است جهت تشخیص قطعی به پزشک مراجعه کند.

در صورتی که میزان قند خون ناشتا 100 تا 126 میلی گرم در دسی لیتر باشد، در نتیجه آزمایش قند خون ناشتا (کمتر از 6 ماه گذشته) باشد، فرد پره دیابت (اختلال قند ناشتا) طبقه بندی می گردد. اگر فرد 30 سال و بالاتر بود خدمت مراقبت پره دیابت ارائه گردد.

پیگیری بیماران مبتلا به دیابت و پرفشاری خون شناسایی شده

- کلیه افراد با قند خون یا فشار خون غیر طبیعی تحت پیگیری و مراقبت قرار خواهند گرفت.
- توصیه های اصلاح شیوه زندگی برای بهبود وضعیت سلامت افراد برای همه شرکت کنندگان در پویش ملی ارائه خواهد شد.
- مراقبت و پیگیری افراد با پرفشاری خون و یا قند خون بالای شناسایی شده تا تشخیص قطعی و شروع درمان غیردارویی یا دارویی مطابق دستورالعمل های ملی انجام خواهد گرفت. مراقبت و ادامه درمان بیماران قدیمی نیز مطابق برنامه های جاری و طبق دستورالعمل های کشوری ادامه خواهد یافت.
- کلیه بیمارانی که بنا به دلایل مختلف نیازمند ارجاع به سطح ۲ هستند با هماهنگی قبلی که با معاونت درمان بعمل آمده است به سطح ۲ ارجاع می گردند.

عوامل موثر بر ایجاد فشار خون بالا



عوامل خطر بروز دیابت نوع 2



- تغذیه نامناسب
- زندگی کم تحرک
- اضافه وزن و چاقی
- مصرف دخانیات
- سن بالای ۳۵ سال
- سابقه دیابت در خانواده درجه یک
- فشارخون بالا
- اختلال چربی های خون
- دیابت بارداری
- پره دیابت
- سندروم تخمدان پلی کیستیک
- نژاد پرخطر
- سابقه بیماری قلبی عروقی
- فشارخون بالا
- HDL کمتر از ۳۵ و TG بالاتر از ۲۵۰
- سایر شرایط همراه با مقاومت به انسولین مثل آکانتوزیس نیگریکانس
- کسانی که HIV دارند

با تشکر از توجه شما

موفق باشید

