



Riscograma adultului asimptomatic cu vârsta 18- 39 ani

Data _____ Nume _____ Prenume _____ CNP

Evaluarea comportamentelor cu impact global asupra sănătății (stilul de viață)

- Fumător DA NU Pachete/an
- Chestionar AUDIT - C _____ scor
- Activitate fizică DA NU tipul: _____
-
- Dietă _____
- Sfat minimal pentru schimbarea comportamentelor DA NU

Evaluarea Riscului Oncologic

- Factorii de risc:
 - AP și AHC de neo la rudele de gr.I - DA NU
 - expunerea azbest, aniline, stil de viață, etc DA NU
 - eligibil pentru screening in PN? DA NU (daca da, **trimite**)
 - persoană cu risc înalt pentru cancer mamar, colorectal, ovarian, etc? DA NU (daca da, **trimite**)
 - femeie 25 - 39 ani - data ultimului test PAP -- / -- / --

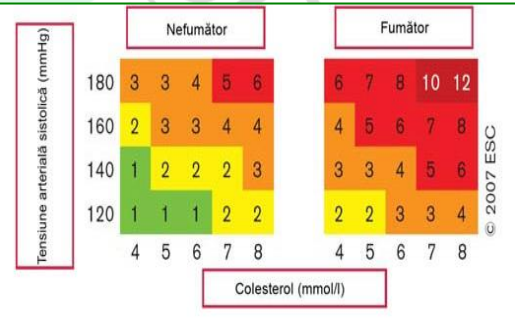
Evaluarea Riscului Cardiovascular (RCV)

TA = ___ / ___ mm Hg IMC = _____
 - dacă > 140/90 mm Hg **Creat** = _____
 - dacă IMC > 30
 - deces BCV în AHC < 55 ani la B < 65 ani la F și/ sau
 - dacă AHC dislipidemii familiale

Col T = _____
Glu = _____

- SCORE < 1% - reevaluare la trei ani
- Score 1 - 5% - recomandări stil viață, evaluare anual
- Score ≥ 5% - merge la management de caz

Încadrare în grupă de risc dacă este cazul
 Dacă există riscuri: schimbare a stilului de viață.
 Atenție la excepții (BCV, BCR, DZ 1,2, Factori risc foarte înalți) - direct management de caz



(* o băutură standard (BS) conține 12 g alcool pur și este echivalentă cu 1 doză de bere 330ml, 1 pahar vin a 125ml sau 1 pahar de țărnie a 40ml)

Evaluarea riscurilor privind Sănătatea Mintală

Consumul problematic de alcool (testul AUDIT-C)

1. Cât de des consumați o băutură conținând alcool?
 - a. niciodată - 0 puncte
 - b. lunar sau mai rar - 1 punct
 - c. 2 - 4 ori pe lună - 2 puncte
 - d. 2 - 3 ori pe săptămână - 3 puncte
 - e. 4 sau mai multe ori pe săptămână - 4 puncte
 2. Câte BS* consumați într-o zi obișnuită, atunci când beți?
 - a. una sau două - 0 puncte
 - b. trei sau patru - 1 punct
 - c. cinci sau șase - 2 puncte
 - d. șapte sau nouă - 3 puncte
 - e. zece sau mai mult - 4 puncte
 3. Cat de des beți 6 sau mai multe BS la o singură ocazie?
 - a. niciodată - 0 puncte
 - b. lunar sau mai rar - 1 punct
 - c. lunar - 2 puncte
 - d. săptămânal - 3 puncte
- zilnic sau aproape zilnic - 4 puncte

SCOR: __ > 4 (B) și > 3 (F) = consum inadecvat

Screening-ul depresiei

1. V-ati pierdut interesul sau plăcerea pentru activitățile obișnuite în ultima lună ?
 DA NU
 2. V-ați simțit trist, demoralizat sau neajutorat în ultima lună ?
 DA NU
- *DA la ambele - trimitere psihiatrie.**

Sănătatea reproducerii

- intenția de sarcină DA NU (F)
- utilizarea unei metode de contracepție; DA NU
- situația de cuplu (stabil, nou, relații multiple)
- consiliere în cabinet / planificare familială pentru femeile care nu doresc să rămână însărcinate și nu folosesc nicio metodă contraceptivă;
- acid folic pentru femeile care planifică o sarcină