Анкета для граждан 75 лет и старше
для выявления хронических неинфекционных заболеваний, факторов риска, старческой астении
при диспансеризации

	Дата обследования (день, месяц, год)		
	ФИО Пол		
	Дата рождения (день, месяц, год) Полных лет		
	Поликлиника № Врач/фельдшер		
1.	Есть ли у Вас следующие хронические заболевания (состояния)?		
	1.1 гипертоническая болезнь, повышенное артериальное давление (артериальная гипертония,)?	Да	Нет
	Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения давления?	Да	Нет
	1.2 сахарный диабет или повышенный уровень глюкозы (сахара) в крови?	Да	Нет
	Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения уровня сахара?	Да	Нет
	1.3 злокачественное новообразование?	Да	Нет
	Если «Да» - указать какое?		
	1.4 повышенный уровень холестерина?	Да	Нет
	Если «Да», то принимаете ли Вы препараты для снижения уровня холестерина?	Да	Нет
	1.5 перенесенный инфаркт миокарда?	Да	Нет
	1.6. перенесенный инсульт?	Да	Нет
	1.7 хронический бронхит или бронхиальная астма?	Да	Нет
2.	Возникает ли у Вас, когда поднимаетесь по лестнице, идете в гору или спешите, или при выходе из теплого помещения на холодный воздух, боль или ощущение давления, жжения или тяжести за грудиной или в левой половине грудной клетки, с распространением в левую руку?	Да	Нет
3.	Если «Да», то проходит ли эта боль в покое через 10-20 минут или через 2-5 минут после приема нитроглицерина?	Да	Нет
4.	Возникала ли у Вас резкая слабость в одной руке и /или ноге так, что Вы не могли взять или удержать предмет, встать со стула, пройтись по комнате?	Да	Нет
5.	Возникало ли у Вас внезапное без понятных причин кратковременное онемение в одной руке, ноге или половине лица, губы или языка?	Да	Нет
6.	Возникало ли у Вас когда-либо внезапно кратковременная потеря зрения на один глаз?	Да	Нет
7.	Бывают ли у Вас отеки на ногах к концу дня?	Да	Нет
8.	Курите ли Вы? (курение одной и более сигарет в день)	Да	Нет
9.	Были ли у Вас переломы при падении с высоты своего роста, при ходьбе по ровной поверхности или перелом без видимой причины, в т.ч. перелом позвонка?	Да	Нет
10.	Считаете ли Вы что Ваш рост заметно снизился за последние	Да	Нет

	годы?		
11.	Присутствует ли в Вашем ежедневном рационе 2 и более порции фруктов или овощей (1 порция – 200 г овощей или 1 фрукт среднего размера)?	Да	Нет
12.	Употребляете ли Вы белковую пищу (мясо, рыбу, бобовые, молочные продукты) 3 раза или более в неделю?	Да	Нет
13.	Тратите ли Вы ежедневно на ходьбу, утреннюю гимнастику и другие физические упражнения 30 минут и более?	Да	Нет
14.	Были ли у Вас случаи падений за последний год?	Да	Нет
15.	Испытываете ли Вы существенные ограничения в повседневной жизни из-за снижения зрения?	Да	Нет
16.	Испытываете ли Вы существенные ограничения в повседневной жизни из-за снижения слуха?	Да	Нет
17.	Чувствуете ли Вы себя подавленным, грустным или встревоженным в последнее время?	Да	Нет
18.	Страдаете ли Вы недержанием мочи?	Да	Нет
19.	Испытываете ли Вы затруднения при перемещении по дому, улице (ходьба на 100 метров, подъем на 1 лестничный пролет)?	Да	Нет
20.	Есть ли у Вас проблемы с памятью, пониманием, ориентацией или способностью планировать?	Да	Нет
21.	Считаете ли Вы, что заметно непреднамеренно похудели за последнее время (не менее 5 кг за полгода)?	Да	Нет
22.	Если Вы похудели, считаете ли Вы, что это связано со специальным соблюдением диеты или увеличением физической активности?	Да	Нет
23.	Если Вы похудели, считаете ли Вы, что это связано со снижением аппетита?	Да	Нет
24.	Сколько лекарственных препаратов Вы принимаете ежедневно или несколько раз в неделю	До 5	5 и более

Правила вынесения заключения по результатам анкетирования граждан 75 лет и старше при диспансеризации

Номера вопросов в анкете и их предназначение	Ответ и заключение	Врачебная тактика, в том числе вне рамок диспансеризации, показания для направления на 2 этап диспансеризации
1 Выявление заболеваний в личном анамнезе	Ответ «Да» - имеется указание на наличие заболевания в личном анамнезе Ответ «Да» на вторую часть вопроса 1.1 – вероятность наличия медикаментозной гипотензивной терапии.	Уточнить документальное подтверждение заболевания (амб. карта/выписки и др.). Зарегистрировать диагноз заболевания в учетных формах. С учетом уровня АД у пациента, ответившего «Да» на вторую часть вопроса 1.1, внести информацию об эффективности гипотензивной терапии в учетно-отчетные формы.
2-3 Выявление стенокардии	Ответ «Да» на вопрос 2 или на оба вопроса – вероятность стенокардии	Провести вне рамок диспансеризации необходимые обследования в соответствии со стандартом медицинской помощи при стенокардии для уточнения диагноза. При профилактическом консультировании информировать пациента о необходимости обследования и уточнения наличия стенокардии. При проведении углубленного профилактического консультирования – учесть наличие факторов риска. Объяснить о высоком риске развития угрожающих жизни состояний при стенокардии, характерных проявлений этих состояний и необходимых неотложных мерах, включая своевременный вызов скорой медицинской помощи. Рассмотреть необходимость назначения медикаментозной терапии. Обратить внимание на сопутствующие факторы риска и важность их коррекции.
4-6 Выявление перенесенных острых нарушений мозгового	Ответ «Да» на любой из вопросов – наличие ТИА/ОНМК высоко вероятно	Направить пациента на консультацию (осмотр) к врачу неврологу для определения дальнейшего обследования (дуплексное сканирование брахицефальных артерий в рамках диспансеризации) и необходимости назначения медикаментозного лечения.

кровообращения		Информировать о высоком риске развития инсульта, о характерных проявлениях инсульта и необходимых неотложных мероприятиях, включая своевременный вызов скорой медицинской помощи. При проведении углубленного профилактического консультирования – учесть наличие факторов риска.
7 Выявление сердечной недостаточности	Ответ «Да» – вероятно наличие сердечной недостаточности	Уточнить характер жалоб, по показаниям дополнительное обследование в соответствии со стандартом медицинской помощи при хронической сердечной недостаточности вне рамок диспансеризации. Информировать граждан о высоком риске развития острой сердечной недостаточности, о ее характерных проявлениях и необходимых неотложных мероприятиях, включая своевременный вызов скорой медицинской помощи. При проведении углубленного профилактического консультирования – учесть наличие факторов риска.
Фактор риска - курение		
8 Табакокурение	Ответ «Да» – курит в настоящее время.	При проведении углубленного профилактического консультирования – учесть наличие фактора риска. Рекомендовать отказ от курения.
Риск остеопороза		
9-10 Выявление риска остеопороза	Ответ «Да» на любой вопрос – имеется риск остеопороза	При проведении углубленного профилактического консультирования – учесть наличие фактора риска. Рекомендовать вне рамок диспансеризации консультацию ревматолога или эндокринолога для определения показаний для дополнительного обследования вне рамок диспансеризации (денситометрия или рентгенография позвоночника и др.).
Фактор риска - нерациональное питание		
11, 12 Выявление нерационального питания	Ответ «Нет» на оба вопроса - нерациональное питание	При проведении углубленного профилактического консультирования – учесть наличие фактора риска.

Фактор риска – недостаточная физическая активность		
13 Выявление недостаточной физической активности	Ответ «Нет» - наличие фактора риска «низкая физическая активность «	При проведении углубленного профилактического консультирования – учесть наличие фактора риска.
Шкала «Возраст не помеха» Риск старческой астении		
14	Ответ «Да» - имеется риск падений Ответ учитывается в шкале «Возраст не помеха» при подсчете суммы баллов (ответ «Да» = 1 баллу)	Направить в рамках 2 этапа диспансеризации на осмотр (консультацию) врача-невролога. При проведении углубленного профилактического консультирования – учесть наличие фактора риска.
15	Ответ «Да» - вероятность снижения зрения. Ответ учитывается в шкале «Возраст не помеха» при подсчете суммы баллов (ответ «Да» = 1 баллу)	Направить на 2 этап диспансеризации на консультацию к врачу-офтальмологу. При проведении углубленного профилактического консультирования – учесть снижение зрения.
16	Ответ «Да» - риск снижения слуха. Ответ учитывается в шкале «Возраст не помеха» при подсчете суммы баллов (ответ «Да» = 1 баллу)	Направить на 2 этап диспансеризации на консультацию к ЛОР –врачу. При проведении углубленного профилактического консультирования – учесть снижение слуха.
17	Ответ «Да» - риск депрессии. Ответ учитывается в шкале «Возраст не помеха» при подсчете суммы баллов (ответ «Да» = 1 баллу)	Направить на 2 этап диспансеризации на консультацию к врачу-неврологу. При проведении углубленного профилактического консультирования – учесть риск депрессии.
18	Ответ «Да» - наличие проблемы с недержанием мочи. Ответ учитывается в шкале «Возраст не помеха» при подсчете суммы баллов (ответ «Да» = 1 баллу)	При показаниях рекомендовать вне рамок диспансеризации: для мужчин – осмотр (консультация) врача хирурга (врача уролога), для женщин – осмотр (консультация) врача уролога или врача акушера-гинеколога.
19	Ответ «Да» - вероятность ограничения мобильности. Ответ учитывается в шкале «Возраст не	Оценить состояние и определить причины симптоматики.

	помеха» при подсчете суммы баллов (ответ «Да» = 1 баллу)	
20	Ответ «Да» - вероятность наличия когнитивных нарушений. Ответ учитывается в шкале «Возраст не помеха» при подсчете суммы баллов (ответ «Да» = 1 баллу)	Определить показания для дополнительного обследования вне рамок диспансеризации.
21	Ответ учитывается в шкале «Возраст не помеха» при подсчете суммы баллов (ответ «Да» = 1 баллу)	Провести детальный сбор анамнеза и жалоб, физикальное обследование с учетом полученных данных с целью уточнения причин снижения веса. Определить показания для дополнительного обследования вне рамок диспансеризации.
Сумма ответов «Да» (баллов) на вопросы 14-21	Сумма баллов 3 и боле (ответов «Да» на вопросы 14-21) – имеется риск старческой астении.	Провести на 2 этапе диспансеризации углубленное профилактическое консультирование с целью профилактики старческой астении и определить показания для направления к врачу гериатру.
21-23 Вероятность онкопатологии	Ответ «Да» на вопрос 21 в сочетании с ответом «Нет» на вопрос 22 и ответом «Да» на вопрос 23- вероятность онкопатологии	Провести детальный сбор анамнеза и жалоб, физикальное обследование с учетом полученных данных с целью уточнения причин снижения веса. Определить показания для дополнительного обследования вне рамок диспансеризации.
Полипрагмазия		
24	Если пациент называет 5 и более лекарственных средств – выявлена полипрагмазия.	Контроль (ревизия) назначенного лечения и инструктаж приема лекарственных средств,

Шкала «Возраст не помеха»

Испытываете ли Вы существенные ограничения в повседневной жизни из-за снижения зрения?	Да	Нет
Испытываете ли Вы существенные ограничения в повседневной жизни из-за снижения слуха?	Да	Нет
Были ли у Вас за последний год случаи падений?	Да	Нет
Чувствуете ли Вы себя подавленным, грустным или встревоженным в последнее время?	Да	Нет
Страдаете ли Вы недержанием мочи?	Да	Нет
Испытываете ли Вы затруднения при перемещении по дому, улице (ходьба на 100 метров, подъем на 1 лестничный пролет)?	Да	Нет
Есть ли у Вас проблемы с памятью, пониманием, ориентацией или способностью планировать?	Да	Нет
Считаете ли Вы, что заметно непреднамеренно похудели за последнее время (не менее 5 кг за полгода)?	Да	Нет

Интерпретация результатов (для врачей):

Старческая астения: 3-4 положительных ответа на вопросы

Вероятность старческой астении: 1-2 положительных ответа на вопросы.

Рекомендации по профилактическому консультированию при положительных ответах на вопросы скрининговой шкалы «Возраст не помеха»

Вопрос	Возможные причины	Рекомендации
Похудели ли Вы на 5 кг и более за последние 6 месяцев?	Депрессия. Саркопения. Синдром мальтурии. Отсутствие зубов и зубных протезов. Заболевания ротовой полости, желудочно-кишечного тракта. Снижение функциональной активности. Сенсорные дефициты. Полипрагмазия. Когнитивные нарушения. Социальная дезадаптация, одиночество, низкий уровень дохода. Соматические заболевания.	Регулярная физическая активность. Рациональное питание. Направление на зубопротезирование. Направление в центры социального обслуживания, в том числе, привлечение социальной службы для организации доставки продуктов питания. Для исключения соматических причин рекомендовать обследование у лечащего врача.
Испытываете ли Вы существенные ограничения в повседневной жизни из-за снижения зрения или слуха?	Возрастные изменения органов зрения и слуха.	Направление к офтальмологу и (или) ЛОР врачу.
Были ли у Вас в течение последнего года травмы, связанные с падением?	Мышечная слабость. Нарушение походки и равновесия. Периферическая нейропатия. Лекарственные средства, влияющие на ЦНС. Антигипертензивные препараты, особенно при подборе терапии. Полипрагмазия. Снижение зрения.	Рекомендации по организации безопасного быта. Направление для коррекции зрения. Использование вспомогательных средств (трости, ходунки). Использование бедренных протекторов. Обратить внимание на правильный подбор обуви для дома (нескользкая подошва, обязательны задники) и улицы (соответствие размера,

	Болевой синдром. Когнитивные нарушения. Депрессия. Факторы окружающей среды (скользкий пол, плохое освещение, отсутствие перил, узкие ступеньки и т.д.). Опасное поведение, характерное для пожилых людей (например, переход улицы или железнодорожного полотна в неположенном месте).	использование в зимнее время противоскользящих накладок). Прием препаратов кальция (в дозе 1000-1200 мг/день и витамина Д (в дозе 800-1000 мг/сутки).
Есть ли у Вас проблемы с памятью, пониманием, ориентацией или способностью планировать?	Когнитивные нарушения.	Регулярная физическая активность. Когнитивный тренинг (выполнение упражнений, направленных на тренировку когнитивных функций, например, заучивание стихов, решение логических задач, разгадывание кроссвордов, изучение иностранных языков и т.д.). Рекомендовать специализированное консультирование гериатром/неврологом/специалистом по нарушениям памяти по результатам теста Мини-Ког.
Страдаете ли Вы недержанием мочи?	Возрастные изменения мочевых путей. Лекарственные препараты. Пролапс тазовых органов. Заболевания предстательной железы. Сопутствующие заболевания. Нарушение когнитивного и/или физического функционирования, действие психологических факторов.	Регулярная физическая активность, укрепление мышц тазового дна. Уменьшение потребления кофеин содержащих напитков. Абсорбирующее белье. Консультирование гериатра/уролога/гинеколога
Чувствуете ли Вы себя подавленным, грустным или встревоженным на протяжении последних	Полдиморбидность. Деменция. Злоупотребление седативными и снотворными средствами. Одиночество, социальная изоляция.	В случае наличия большого депрессивного расстройства и /или суицидальных мыслей – консультация психиатра. Направление пациента в территориальные центры социального обслуживания с целью организации досуга, преодоления социальной изоляции. Консультация гериатра.

недель?		
Испытываете ли Вы трудности в перемещении по дому или на улице? (ходьба до 100 метров, подъем на1 лестничный пролет)	Мышечная слабость. Заболевания суставов. Периферическая нейропатия. Заболевания ЦНС,	Регулярная физическая активность. Использование вспомогательных устройств при ходьбе (трости, ходунки, кресла-каталки). Консультация ортопеда, невролога, гериатра.

Оценка когнитивных функций с использованием теста Мини-Ког

Шаг 1. Скажите пациенту: «Слушайте меня внимательно. Сейчас я назову 3 слова. Вам нужно будет повторить их и запомнить». Выберите один из нижеперечисленных вариантов и четко произнесите 3 слова.

Вариант 1: ключ, лимон, шар.

Вариант 2: яблоко, стол, монета.

Шаг 2. Скажите пациенту: «далее я хочу, чтобы Вы нарисовали круглые часы. Расставьте все цифры, которые должны быть на циферблате». После завершения попросите пациента отметить стрелками время 11 часов 10 минут.

Шаг 3. Попросите пациента вспомнить слова из Шага 1.

Интерпретация результатов теста Мини-Ког

Воспроизведение слов _____ 0-3 балла	1 балл за каждое воспроизведенное пациентом слово.
Рисование часов _____ 0-2 балла	Правильно нарисованные часы – 2 балла. Правильно нарисованные часы содержат все необходимые цифры в правильной последовательности без дублирования; цифры 12, 3, 6 и 9 расположены в соответствующих места. Стрелки указывают на 11 и2 (11.10). Длина стрелок не оценивается. Неспособность правильно нарисовать часы или отказ – 0 баллов.
Общий балл _____ 0-5 баллов	Общий балл = балл за воспроизведение слов + балл за рисование часов. Менее 3 баллов – валидизированный скрининговый критерий деменции, но многие люди с клинически значимыми когнитивными нарушениями могут иметь более высокий балл.