

แบบคัดกรองสำหรับอายุ 18-60 ปี

วัด.....

อำเภอ.....จังหวัด

รหัสวัด

รหัส

แบบสอบถาม

ข้อมูลส่วนตัว

เลขบัตรประชาชน - - - -

1.ชื่อ-นามสกุล.....

2.วัน/เดือน/ปี เกิด/...../..... อายุปี

แบบสรุปการตรวจสุขภาพทั่วไป

3. น้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....เซนติเมตร

BMI < 18.5(น้อยไป) 18.5- 23 (พอดี) 23.1-29.9 (น้ำหนักเกิน) 30 (อ้วน)4. วัดรอบเอว.....เซนติเมตร (ไม่เกิน 90 ซม.) ปกติ ผิดปกติ

5. ความดันโลหิต.....mm.Hg ชีพจร.....ครั้ง/นาที

6. ความผิดปกติของสายตาหรือไม่

- ☐ 1.ไม่มี
- ☐ 2.มี (โปรดระบุ).....

7. ความผิดปกติของช่องปากและฟันหรือไม่

- ☐ 1. ไม่มี
- ☐ 2. มี (โปรดระบุ).....

8.ตรวจการได้ยิน Finger rub

- ☐ 1.ไม่มีปัญหา
- ☐ 2.มีปัญหา (โปรดระบุโรค/อาการ).....

9.การสูบบุหรี่

- ☐ 1.ไม่สูบ
- ☐ 2.สูบ ☐ ติดบุหรี่น้อย ☐ ติดบุหรี่ปานกลาง ☐ ติดบุหรี่มาก

10.การสัมผัสสารอันตราย

- ☐ 1.ไม่เคย
- ☐ 2.เคย (โปรดระบุสาเหตุ).....

11.การประเมินภาวะซึมเศร้าด้วย 2 คำถาม

- ☐ 1.ปกติ
- ☐ 2.ไม่ปกติ (ให้ทำการประเมินด้วยแบบประเมินโรคซึมเศร้าแบบ9คำถาม)

12.การประเมินโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด

- ☐ ต่ำ ☐ ปานกลาง ☐ สูง ☐ สูงมาก ☐ สูงอันตราย

13. การตรวจระดับน้ำตาลในเลือด (DTX หรือ FBS)

- ☐ ปกติ ☐ เสี่ยง ☐ ป่วย

ลงชื่อ.....ผู้ตรวจ

สรุปผลการตรวจขั้นพื้นฐาน

- ☐ 13. Healthy (ไม่พบความผิดปกติ)
- ☐ 14. Asymptomatic Diseases (มีภาวะเสี่ยงต่อการเป็นโรค).....
- ☐ 15. Clinical Diseases (เป็นโรค)

หมายเหตุ X-ray ปัส 1 ครั้ง

แบบประเมินภาวะซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย

ขอแนะนำ ให้ผู้ประเมินกาเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับคำตอบของผู้รับบริการ

เน้นการถามถึงอาการที่เกิดขึ้นในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาจนถึงวันสัมภาษณ์

ขณะสอบถามถ้าผู้สูงอายุไม่เข้าใจให้ถามซ้ำ ไม่ควรอธิบายเพิ่มหรือขยายความเพิ่มเติม ควรถามซ้ำจนกว่า

ผู้สูงอายุจะตอบตามความเข้าใจของตัวเอง

แบบประเมินภาวะซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q)

ลำดับที่	คำถาม	มี	ไม่มี
1	ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาวันนี้ท่านรู้สึกหดหู่ เศร้า หรือท้อแท้สิ้นหวังหรือไม่		
2	ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาวันนี้ท่านรู้สึก เบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลินหรือไม่		

การพิจารณา ถ้าตอบ ไม่มี ทั้ง 2 ข้อ แสดงว่าปกติ

ให้แจ้งผลและแนะนำความรู้เรื่องโรคซึมเศร้า

ถ้าตอบ มี ข้อใดข้อหนึ่งหรือทั้ง 2 ข้อ แสดงว่า มีความเสี่ยงต่อโรคหรือมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า ให้

ทำการประเมินด้วยแบบ 9Q ต่อ

การประเมินโอกาสเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด

การประเมินทำนายโอกาสเสี่ยงที่จะเป็นโรคกล้ามเนื้อหัวใจตาย (myocardial infarction) และโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต (stroke) ในระยะเวลา 10 ปีข้างหน้า โดยใช้ตารางสี (color chart) ที่ประกอบด้วยข้อมูลปัจจัยเสี่ยงหลัก ได้แก่

1. อายุ
2. เพศ
3. การเป็นเบาหวาน
4. การสูบบุหรี่
5. ค่าระดับความดันโลหิตตัวบน (systolic BP)
6. ค่าระดับไขมันโคเลสเตอรอล (cholesterol) ในเลือด
7. ภาวะอ้วนลงพุง (การที่เส้นรอบเอว มากกว่าค่า ส่วนสูงหาร 2)

การแปลผลโอกาสเสี่ยงที่จะเป็นโรคกล้ามเนื้อหัวใจตาย (myocardial infarction) และโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต (stroke) ในระยะเวลา 10 ปีข้างหน้า แบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

< 10%	ต่ำ
10%-<20%	ปานกลาง
20%-<30%	สูง
30%-<40%	สูงมาก
>40%	สูงอันตราย

สำหรับ android สามารถดาวน์โหลด application ได้ที่ Thai CV risk score (TCVRS)

สำหรับ i-phone สามารถดาวน์โหลด application ได้ที่ Thai CV risk calculator

ขั้นตอนประเมินโอกาสเสี่ยงโดยการใช้ตารางสี

- ขั้นตอนที่ 1 สถานบริการมีบริการตรวจหา cholesterol ในเลือดหรือไม่ ถ้าไม่มีบริการตรวจหา cholesterol ให้ใช้ตารางสีที่ 1 ถ้ามีใช้ตารางสีที่ 2
- ขั้นตอนที่ 2 เลือกตารางว่าเป็นโรคเบาหวานหรือไม่
- ขั้นตอนที่ 3 เลือกเพศชาย
- ขั้นตอนที่ 4 เลือกการสูบบุหรี่ ว่าสูบบุหรี่หรือไม่สูบบุหรี่
ผู้ที่ยังคงสูบบุหรี่ ยาเส้น ยาสูบ บุหรี่ซิการ์เรต บุหรี่ซิการ์ ในปัจจุบัน และผู้ที่หยุดสูบบุหรี่ไม่เกิน 1 ปี ก่อนการประเมิน เลือก ช่องสูบบุหรี่

- ขั้นตอนที่ 5 เลือกช่วงอายุ

< 40-49	40
50-54	50
55-59	55
60-64	60
65 ปีขึ้นไป	65

- ขั้นตอนที่ 6 เลือกค่า systolic blood pressure โดยใช้จากการวัด 2 ครั้ง 2 ช่วงเวลาห่างกันอย่างน้อย 1 สัปดาห์ (ไม่ใช่ก่อนการรักษา)

<120 - 139	120
140 - 159	140
160 - 179	160
180 ขึ้นไป	180

- ขั้นตอนที่ 7 เลือกค่ารอบเอว : หนว่ย ซม. น้อยกว่า หรือมากกว่าส่วนสูงหาร 2

- ขั้นตอนที่ 8 ค่า cholesterol กรณีทราบค่า cholesterol

< 160 - 199	160
200 - 239	200
240 - 279	240
280 - 319	280
320 ขึ้นไป	320

ตารางที่ 1 กรณีไม่ทราบผลโคเลสเตอรอล (cholesterol) ในเลือด

ผู้ที่เป็นเบาหวาน									
อายุ (ปี)	ชาย		หญิง		ชาย		หญิง		ความดันโลหิต ตัวบน (มม.ปรอท)
	ไม่สูบบุหรี่	สูบบุหรี่	ไม่สูบบุหรี่	สูบบุหรี่	ไม่สูบบุหรี่	สูบบุหรี่	ไม่สูบบุหรี่	สูบบุหรี่	
65									180
									160
									140
									120
60									180
									160
									140
									120
55									180
									160
									140
									120
50									180
									160
									140
									120
40									180
									160
									140
									120
ผู้ที่ไม่เป็นเบาหวาน									
อายุ (ปี)	ชาย		หญิง		ชาย		หญิง		ความดันโลหิต ตัวบน (มม.ปรอท)
	ไม่สูบบุหรี่	สูบบุหรี่	ไม่สูบบุหรี่	สูบบุหรี่	ไม่สูบบุหรี่	สูบบุหรี่	ไม่สูบบุหรี่	สูบบุหรี่	
65									180
									160
									140
									120
60									180
									160
									140
									120
55									180
									160
									140
									120
50									180
									160
									140
									120
40									180
									160
									140
									120
น้อยกว่า		มากกว่า	น้อยกว่า	มากกว่า	น้อยกว่า	มากกว่า	น้อยกว่า	มากกว่า	
ส่วนสูง/2		ส่วนสูง/2	ส่วนสูง/2	ส่วนสูง/2	ส่วนสูง/2	ส่วนสูง/2	ส่วนสูง/2	ส่วนสูง/2	
(ซ.ม.)		(ซ.ม.)	(ซ.ม.)	(ซ.ม.)	(ซ.ม.)	(ซ.ม.)	(ซ.ม.)	(ซ.ม.)	

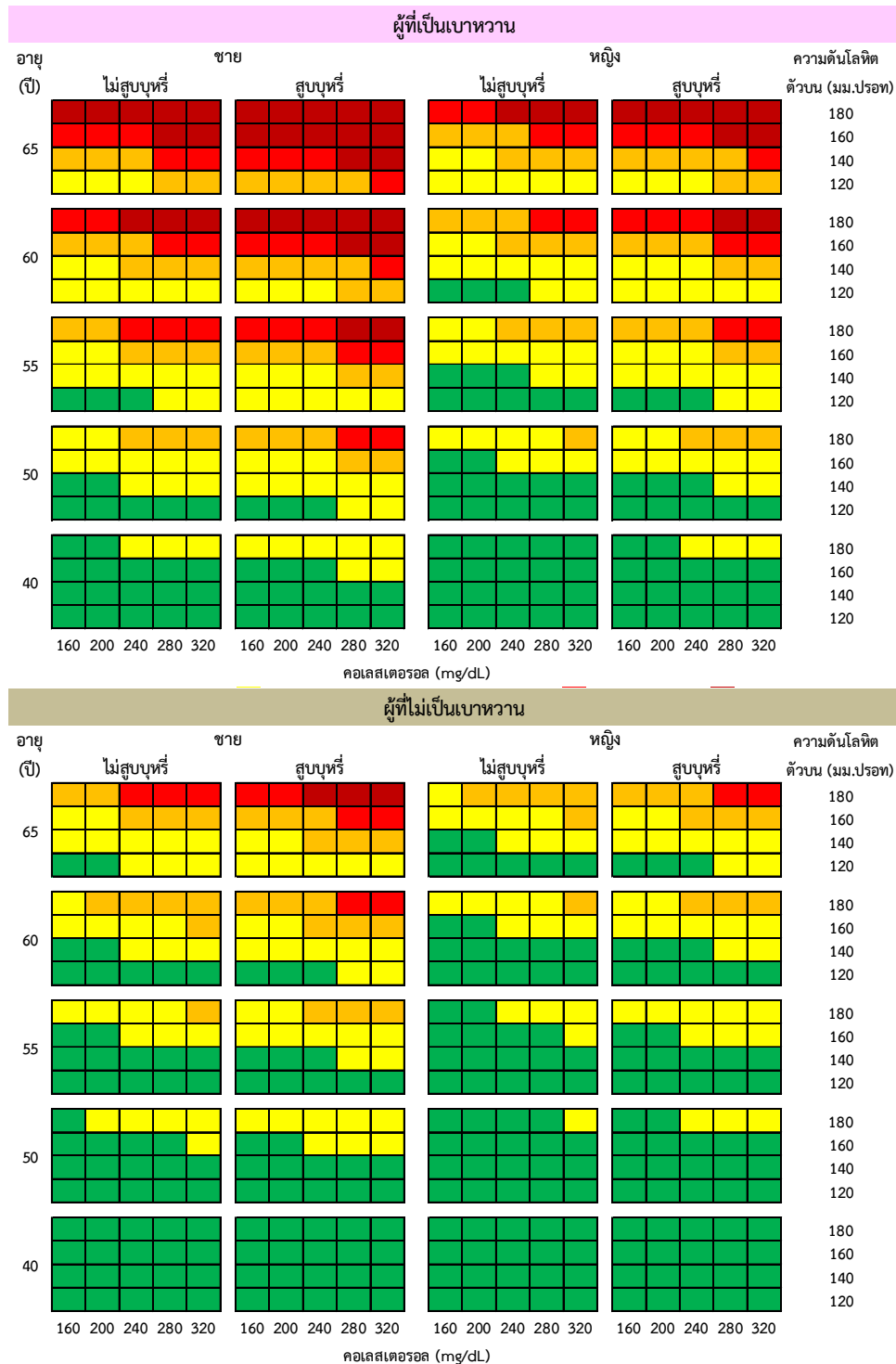
ที่มา : Thai CV risk score, โครงการศึกษาระยะยาวเพื่อหาอิทธิพลของปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด 2528-2558 (เป็นการปรับตารางสีจากเดิมที่ใช้ข้อมูลระดับภูมิภาคขององค์การอนามัยโลก มาใช้ข้อมูลของประเทศไทยที่มีอยู่แทน)

การแปลผลระดับโอกาสเสี่ยง

แถบสีจะบอกถึงโอกาสเสี่ยงที่จะเป็นโรคกล้ามเนื้อหัวใจตาย (myocardial infarction) และโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต (stroke: fatal, non-fatal) ใน 10 ปีข้างหน้า

	< 10%		10%-<20%		20%-<30%		30%-<40%		>40%
ต่ำ		ปานกลาง		สูง		สูงมาก		สูงอันตราย	

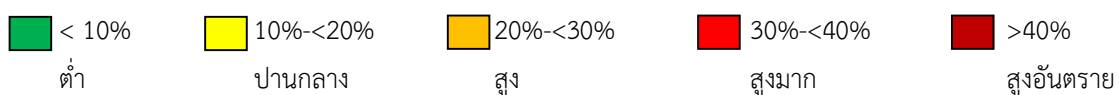
ตารางที่ 2 กรณิ~~ที่~~ทราบผลโคเลสเตอรอล (cholesterol) ในเลือด



ที่มา : Thai CV risk score, โครงการศึกษาระยะยาวเพื่อหาอิทธิพลของปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด 2528-2558 (เป็นการปรับตารางสีจากเดิมที่ใช้ข้อมูลระดับภูมิภาคขององค์การอนามัยโลก มาใช้ข้อมูลของประเทศไทยที่มีอยู่แทน)

การแปลผลระดับโอกาสเสี่ยง

แถบสีจะบอกถึงโอกาสเสี่ยงที่จะเป็นโรคกล้ามเนื้อหัวใจตาย (myocardial infarction) และโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต (stroke: fatal, non-fatal) ใน 10 ปีข้างหน้า



ทั้งนี้ **โอกาสเสี่ยงอาจสูงกว่าที่ประเมิน** ได้ เนื่องจากปัจจัยอื่นๆ

1. รับประทานผัก ผลไม้ น้อย
2. ความอ้วน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง อ้วนลงพุง
3. วิถีชีวิตนั่งๆนอนๆ
4. ประวัติครอบครัวญาติสายตรง (first degree relative) ได้แก่ พ่อ แม่ พี่หรือน้องท้องเดียวกัน การได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจ (coronary heart disease) หรือโรคหลอดเลือดสมอง (stroke) ก่อวัยอันควร คือ ก่อนอายุ 55 ปี ในชาย และก่อนอายุ 65 ปี ในหญิง ซึ่งกำลังรับการรักษาอยู่หรือไม่ก็ได้
5. ได้รับยาลดความดันโลหิต
6. ระดับไขมัน Triglycerides สูง มากกว่า 180 มก./ดล.
7. ระดับ HDL ต่ำกว่า 40 มก./ดล. ในชาย
8. มีการเพิ่มขึ้นของ C-reactive protein, fibrinogen, homocysteine, apolipoprotein B, Lp (a), fasting impaired glucose หรือ impaired glucose tolerance
9. มี microalbuminuria (จะเพิ่มโอกาสเสี่ยงใน 5 ปี อีก 5% ในผู้ที่เป็เบาหวาน)
10. มีระดับน้ำตาลในเลือดสะสม (HbA1c) มากกว่า 7%
11. Premature menopause
12. เศรษฐฐานะต่ำ

แบบทดสอบวัดระดับการติดนิโคติน

โปรดตอบคำถามต่อไปนี้ตามความจริงโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในกรอบ หน้าคำตอบที่ตรงกับคุณมากที่สุด

แบบทดสอบวัดระดับการติดนิโคติน	คะแนน
1. โดยปกติท่านสูบบุหรี่กี่มวนต่อวัน (Fagerstrom Test for Nicotine Dependence) ☐ 10 มวนหรือน้อยกว่า (0 คะแนน) ☐ 11-20 มวน (1 คะแนน) ☐ 21-30 มวน (2 คะแนน) ☐ 31 มวนขึ้นไป (3 คะแนน)	
2. หลังตื่นนอนตอนเช้าท่านสูบบุหรี่มวนแรกเมื่อไร ☐ มากกว่า 60 นาที หลังตื่นนอน (0 คะแนน) ☐ 31-60 นาที หลังตื่นนอน (1 คะแนน) ☐ 6-30 นาที หลังตื่นนอน (2 คะแนน) ☐ ภายใน 5 นาที หลังตื่นนอน (3 คะแนน)	
3. ท่านสูบบุหรี่จัดในช่วง 2-3 ชั่วโมง หลังตื่นนอน (สูบบุหรี่มากกว่าในช่วงเวลาอื่นของวัน) ☐ ไม่ใช่ (0 คะแนน) ☐ ใช่ (1 คะแนน)	
4. บุหรี่มวนไหนที่ท่านคิดว่าเลิกลายที่สุด ☐ มวนอื่นๆ ระหว่างวัน (0 คะแนน) ☐ มวนแรกในตอนเช้า (1 คะแนน)	
5. ท่านรู้สึกอึดอัด กระวนกระวาย หรือลำบากใจไหมที่ต้องอยู่ในเขต “ปลอดบุหรี่” เช่น รถโดยสาร ☐ ไม่รู้สึกลำบากใจ (0 คะแนน) ☐ รู้สึก (1 คะแนน)	
6. ท่านคิดว่าท่านยังต้องสูบบุหรี่ แม้จะป่วยนอนพักรักษาตัวในโรงพยาบาล ☐ ไม่ใช่ (0 คะแนน) ☐ ใช่ (1 คะแนน)	
รวม	

การประเมินผลแบบทดสอบวัดระดับการติดนิโคติน แบ่งเป็น 3 ระดับคะแนน ดังนี้

- คะแนนรวมทุกข้อ 0-3 แสดงว่า เป็นผู้ติดบุหรี่น้อย
- คะแนนรวมทุกข้อ 4-5 แสดงว่า เป็นผู้ติดบุหรี่ปานกลาง
- คะแนนรวมทุกข้อ 6-10 แสดงว่า เป็นผู้ติดบุหรี่มาก (ติดนิโคตินซึ่งเป็นการติดทางร่างกาย)