GOKVI
Gottsegen György Országos Kardiovaszkuláris Intézet

KARDIOVASZKULÁRIS RIZIKÓSZŰRÉS ÉS GONDOZÁS 18 ÉVES KOR ALATT

Név:	.....
TAJ szám:	.....
Születési idő:	.....
Életkor:	.....
Vizsgálatot végző neve:	.....
Vizsgálat dátuma:	.....

ÚJSZÜLÖTTKORI ANAMNÉZIS
Születési testtömeg (kg)
Gesztációs hét
Meddig kapott kizárólagosan anyatejet (hét)

CSALÁDI ANAMNÉZIS
Korai kardiovaszkuláris (KV) esemény a családban
(egyenes ágú rokon: anya, apa, testvér, gyermek, aki ha férfi <55 év, ha nő<65év életkorban ért szívinfarktus vagy agyi történés) (igen/nem/nem tudom)

ANTROPOMETRIÁS ADATOK
Testsúly kg
Testmagasság percentilis értéke
BMI percentilis értéke
mérési eredmény megítélése (kóros/nem kóros)

VÉRNYOMÁS (szisztolés/diasztolés és pulzus külön-külön adatként rögzítve
kivizsgálás alatt igen/nem
vérnyomás percentilis értéke. (lsd.csatolmányok)
Vérnyomás percentilis eredmény megítélése (kóros, nem kóros)

VÉRCUKOR
kezelés alatt (igen/nem)

ÖSSZ-KOLESZTERIN (mmol/l) (félévnél nem régebben rögzített adat elfogadható) Legyen külön jelölési lehetőség, hogy kezelés alatt (igen/nem)

HDL-KOLESZTERIN
vizsgálati eredmény értéke (mmol/L)

LDL-KOLESZTERIN
vizsgálati eredmény értéke (mmol/L)

TRIGLICERID
vizsgálati eredmény értéke (mmol/L)
kezelés alatt (igen/nem)

ÉLETMÓD
Dohányzás

Jelenleg dohányzik-e a családból valaki a lakásban, autóban, ahol a gyermek is tartózkodhat? (igen, nem)

Dohányzik-e jelenleg:

igen, naponta
igen, alkalmanként
soha nem dohányoztam
nem, kevesebb mint egy éve hagytam abba
nem, több, mint egy éve hagytam abba

Átlagosan hány cigarettát szív el naponta (Megj.: törzskarton tartalommal megegyező kérdés, a válaszlehetőségek ott nem szerepelnek)

a) 0
b) 1-9 szál között
c) 10-19 szál között
d) 20 szál feletti

Megjegyzés mező (amennyiben nem cigarettát szív, annak leírása)

KÉRDŐÍV

Fizikai aktivitást befolyásoló tényezők felmérése
6-18 éves korosztály

Érdeklődésünk arra irányul, hogy felmérjük, **milyen jellegű fizikai aktivitást végez a gyermek a mindennapi élete során**. A kérdések a **legutolsó 7 nap során** végzett fizikai aktivitásra irányulnak.

Ez nem egy teszt, nincsenek jó és rossz válaszok, fontos, hogy minden kérdésre őszintén és pontosan válaszoljon. Az elmúlt héten végzett aktivitásokra vagyunk kíváncsiak, lehet ez bármilyen mozgásforma, ami **fáradtságot vagy izzadtságot okozott, emelte a légzésszámot/légzésszámot** (például sport, tánc, játék, gyors séta, kirándulás stb.).

1. Végezted az alábbi tevékenységeket az elmúlt héten szabadidődben? Ha igen, hány alkalommal?

		Nem (1)	1-2 alkalom (2)	3-4 alkalom (3)	5-6 alkalom (4)	7 alkalommal vagy többször (5)
a	Ugrálás					
b	Evezés					
c	Görkorcsolya					
d	Fogócska					
e	Gyaloglás					
f	Biciklizés					
g	Kocogás, futás					
h	Aerobic					
i	Úszás					
j	Tánc					
k	Tollaslabda					
l	Gördeszkázás					
m	Labdarúgás					
n	Gyeplabda					
o	Röplabda					
p	Floorball					
q	Kosárlabda					
r	Korcsolyázás					
s	Jéghoki					
t	Egyéb:					

2. Az elmúlt héten az iskolai testnevelés órákon hányszor voltál nagyon aktív?
(1) nincs testnevelés órám
(2) szinte soha
(3) néha
(4) gyakran
(5) mindig

3. Az elmúlt héten mit csináltál leggyakrabban a szünetben?
(1) beszélgettem, olvastam, házifeladatot írtam
(2) álldogáltam, sétáltam
(3) szaladgáltam vagy játszottam egy kicsit
(4) sokat szaladgáltam és játszottam
(5) legtöbbször szaladgáltam és játszottam

4. **Az elmúlt héten általában mit csináltál ebédszünetben, miután megebédeltél?**
   (1) beszélgettem, olvastam, házifeladatot írtam
   (2) álldogáltam, sétáltam
   (3) szaladgáltam vagy játszottam egy kicsit
   (4) sokat szaladgáltam és játszottam
   (5) legtöbbször szaladgáltam és játszottam

5. **Az elmúlt héten hány napon volt aktív programod iskola után? (pl. sport, tánc, játszótéren szaladgálás, biciklizés, gyors séta, kirándulás stb.)**
   (1) egyszer sem
   (2) egyszer
   (3) 2 vagy 3 alkalommal
   (4) 4 alkalommal
   (5) 5 alkalommal

6. **Az elmúlt héten hány napon volt aktív programod este?**
   (1) egyszer sem
   (2) egyszer
   (3) 2 vagy 3 alkalommal
   (4) 4 vagy 5 alkalommal
   (5) 6 vagy 7 alkalommal

7. **Az elmúlt hétvégén hányszor volt valamilyen aktív programod?**
   (1) egyszer sem
   (2) egyszer
   (3) 2 vagy 3 alkalommal
   (4) 4 vagy 5 alkalommal
   (5) 6 vagy több alkalommal

8. **Ha az elmúlt hétre gondolsz, az alábbi 5 állítás közül melyik illik rád legjobban?**
   (1) Az összes szabadidőmben vagy a legnagyobb részében olyan dolgot csináltam, ami nem volt nagyon megerőltető.
   (2) A szabadidőmben néha (1-2 alkalommal) sportoltam. Például futás, úszás, biciklizés, aerobic.
   (3) A szabadidőmben gyakran (3-4 alkalommal) sportoltam.
   (4) A szabadidőmben eléggé gyakran (5-6 alkalommal) sportoltam.
   (5) A szabadidőmben nagyon gyakran (7 alkalommal vagy többször) sportoltam.

9. **Az elmúlt héten naponta mennyit sportoltál, táncoltál, vagy volt aktív programod?**

	Nem sportoltam (1)	Keveset (2)	Átlagosan (3)	Sokat (4)	Nagyon sokat (5)
Hétfő					
Kedd					
Szerda					
Csütörtök					
Péntek					
Szombat					
Vasárnap					

10. **Az elmúlt héten voltál beteg, vagy történt-e olyan, ami miatt nem tudtál úgy sportolni, ahogy szoktál?**
   - Igen. Ha igen, mi volt az?
   - Nem.

ÉRTÉKELÉS

1. kérdés:
Nem – 1 pont
1-2 alkalom – 2 pont
3-4 alkalom – 3 pont
5-6 alkalom – 4 pont
7 alkalommal vagy többször – 5 pont

2-8 kérdés:
A legkisebb fizikai aktivitást jelentő válasz 1 pont, a legtöbb fizikai aktivitást jelentő válasz 5 pont.

9. kérdés:
Nem sportoltam – 1 pont
Keveset – 2 pont
Átlagosan – 3 pont
Sokat – 4 pont
Nagyon sokat – 5 pont

10. kérdés:
A válasz nem része a pontszámításnak, ezzel azok a gyerekek azonosíthatók, akik a megszokottól eltérő fizikai aktivitással töltötték az elmúlt hetet.

A válaszok alapján adott pontszámok átlaga adja meg a fizikai aktivitás szintjét:

1 pont – alacsony fizikai aktivitási szint
2 pont – mérsékelt fizikai aktivitási szint
3 pont – átlagos fizikai aktivitási szint
4 pont – átlag feletti fizikai aktivitási szint
5 pont – magas fizikai aktivitási szint

KÉRDŐÍV

Táplálkozási szokások
6-18 éves korosztály

Milyen gyakran fogyaszt zöldséget vagy gyümölcsöt?

a) mindennap
b) nem mindennap

Milyen gyakran fogyasztja a következő élelmiszereket?

Édességek (pl. csokoládé, cukorka, keksz, nápolyi, édes kétszersült, müzliszelet, jégkrém, fagylalt, cukros rágógumi, cukrászsütemény stb.)

a) hetente <3 alkalommal
b) hetente >4 alkalommal

Sós rágcsálnivaló (pl. sós olajos magvak, sósmogyoró, chips, sós keksz, ropi, sajtos tallér, krékerek, ízesített kölesgolyó stb.)

a) hetente <3 alkalommal
b) hetente >4 alkalommal

Cukros üdítőital (pl. kóla, szénsavas narancs, gyömbér, jeges tea, 12% és 25%-os gyümölcslevek, szörpök stb.)

a) hetente <3 alkalommal
b) hetente >4 alkalommal

Energiaital

a) hetente <3 alkalommal
b) hetente >4 alkalommal

Táplálkozás státusz értékelése:

zöldség gyümölcs mindennapi fogyasztása javasolt
a további kérdések esetén a $\leq$3 alkalommal történő fogyasztás a javasolt

Egyéb értékek esetén beavatkozás szükséges

INTERVENCIÓS OSZTÁLYOZÁS

A Egészséges életmód, rizikófaktorok nélkül
B Egészségtelen életmód, rizikófaktorok nélkül
C Egészségtelen életmód, rizikófaktorokkal
C1 Egészséges életmód, rizikófaktorokkal
D Manifeszt betegség, vagy kezelt rizikófaktor

Fenti osztályozások esetén:

Egészséges életmód, ha

ha nem dohányzik és passzív dohányzásnak sincs kitéve
mozgása aktív osztályban van és
táplálkozásában mindennap eszik zöldséget vagy gyümölcsöt és heti <3 alkalommal eszik nem kívánatos (cukros, sós, energiadús ital) táplálékot.

Bármelyik paraméter esetén ellenkező érték, egészségtelen életmód osztályt eredményez