


Eske ou gen risk pou Dyabèt Tip 2?

TÈS RISK DYABÈT

1	Ki laj ou?	Pi piti pase 40 an (0 pwen)	Ekri pwen ou nan ti bwat la.  <input type="text"/>
		40–49 an (1 pwen)	
		50–59 an (2 pwen)	
		60 an ou plis (3 pwen)	
2	Èske ou se yon gason oswa fanm?	Gason (1 pwen)	<input type="text"/>
		Fanm (0 pwen)	
3	Si ou se yon fanm, èske doktè janm detekte ou gen dyabèt jestasyonèl?	Wi (1 pwen)	<input type="text"/>
		Non (0 pwen)	
4	Èske ou gen yon manman, papa, sè, oswa frè ki gen dyabèt?	Wi (1 pwen)	<input type="text"/>
		Non (0 pwen)	
5	Èske doktè janm detekte tansyon ou wo?	Wi (1 pwen)	<input type="text"/>
		Non (0 pwen)	
6	Èske ou fè aktivite fizik?	Wi (0 pwen)	<input type="text"/>
		Non (1 pwen)	
7	Ki kondisyon pwa kò ou?	(gade tablo sou bò dwat la)	<input type="text"/>

Wotè	Pwa (liv)		
4' 10"	119-142	143-190	191+
4' 11"	124-147	148-197	198+
5' 0"	128-152	153-203	204+
5' 1"	132-157	158-210	211+
5' 2"	136-163	164-217	218+
5' 3"	141-168	169-224	225+
5' 4"	145-173	174-231	232+
5' 5"	150-179	180-239	240+
5' 6"	155-185	186-246	247+
5' 7"	159-190	191-254	255+
5' 8"	164-196	197-261	262+
5' 9"	169-202	203-269	270+
5' 10"	174-208	209-277	278+
5' 11"	179-214	215-285	286+
6' 0"	184-220	221-293	294+
6' 1"	189-226	227-301	302+
6' 2"	194-232	233-310	311+
6' 3"	200-239	240-318	319+
6' 4"	205-245	246-327	328+
	(1 Pwen)	(2 Pwen)	(3 Pwen)

Ou peze pi piti pase sa ki nan kolòn a goch la (0 pwen)


Si ou te make 5 oswa plis pwen:

Ou gen plis risk pou gen dyabèt tip 2. Men, se sèlman doktè ou ki kapab di ou si ou gen dyabèt tip 2 oswa pre-dyabèt (yon kondisyon moun genyen avan yo gen dyabèt tip 2 kote nivo glikoz nan san yo twò wo). Pale ak doktè ou pou wè si ou bezwen fè plis tès.

Plis Ameriken Nwa, Panyòl/Latino, Ameriken Endyen, ak Ameriken Azyatik avèk Moun Pasifik yo gen dyabèt tip 2.

Moun ki twò gwo osinon peze plis pase sa yo ta dwe peze gen anpil risk. Ameriken azyatik yo gen plis menm si yo peze mwens pase rès popilasyon jeneral la (anviwon 15 pwa mwens).

Ajoute pwen ou yo.



BESE RISK OU

Nou gen yon bon nouvèl. Ou ka kontwòle risk ou pou fè dyabèt tip 2. Ou ka pran ti pa ki fè yon gran diferans epi ede ou viv yon vi ki pi long, an sante.

Si ou gen anpil risk, premye pa a se ale kay doktè ou pou wè si ou bezwen fè plis tès.

Vizite diabetes.org oswa rele 1-800-DIABETES (1-800-342-2383) pou plis enfòmasyon, konsèy, ak ide sou ti pa senp ou kapab pran pou ede bese risk ou.

Adapte nan Bang et al., Ann Intern Med 151:775-783, 2009.
Nou te valide alorit la san nou pa te mete dyabèt jestasyonèl nan modèl la.

Pou plis enfòmasyon, vizite nou nan diabetes.org/alert oswa rele 1-800-DIABETES (342-2383)