

АНКЕТА

**Факторы риска артериальной гипертонии**

*(анкета экспресс-опроса населения по осведомленности о факторах риска артериальной гипертонии)*

1. Возраст
2. Пол (мужской, женский)
3. Знаете ли Вы цифры нормального артериального давления (120/80 мм рт. ст.)

 Да Нет

1. Проверяете ли Вы свое артериальное давление?

 Да Нет Часто Иногда

1. Знаете ли Вы свой уровень холестерина?

 Да Нет

1. Часто ли у Вас бывает повышенное артериальное давление?

 Не бывает Очень редко Часто

1. Имеется ли у Вас избыточный вес?

 Да Нет

1. Присутствуют ли в Вашем рационе питания свежие овощи и фрукты?

 Употребляю регулярно Иногда Нет

1. Ограничиваете ли Вы себя в употреблении животных жиров?

 Да Нет

1. Ограничиваете ли вы себя в употреблении соли?

 Да Нет

1. Употребляете ли Вы алкоголь?

 Да Нет

1. Вы курите?

 Да Нет

1. Занимаетесь ли Вы спортом, физически активны?

 Да Нет

1. Считаете ли Вы, что часто находитесь в стрессовом состоянии?

 Да Нет

1. Проходите ли Вы ежегодно профилактический осмотр?

 Да Нет