## ВОПРОСНИК

по оценке знаний слушателей Школы здоровья по артериальной гипертонии

Дата « » 20 г.

Уважаемый(ая) слушатель Школы, пожалуйста, прочтите внимательно нижеследующие утверждения и отметьте, согласны ли Вы с ними, поставив галочку √ в соответствующем квадрате:

«согласен» («Да»), «не согласен» («Нет»), «затрудняюсь ответить» («Не знаю»).

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Утверждение | Ответ | | |
| Да | Нет | Не  знаю |
| 1 | Повышенным считается уровень АД 140/90 мм рт.ст. и выше |  |  |  |
| 2 | АД нужно измерять только при ухудшении самочувствия |  |  |  |
| 3 | При гипертоническом кризе необходимо принять таблетку (каптоприл или клофелин) и вызвать врача |  |  |  |
| 4 | Если гипертония хорошо переносится, то она не требует лечения |  |  |  |
| 5 | Избыточная масса тела не влияет на уровень АД |  |  |  |
| 6 | Повышению АД способствует курение |  |  |  |
| 7 | Низкая физическая активность способствует понижению АД |  |  |  |
| 8 | Наследственность повышает риск повышения АД |  |  |  |
| 9 | Ежедневное употребление небольших доз алкоголя полезно для здоровья, особенно при гипертонии |  |  |  |
| 10 | При гипертонии необходимо ограничить потребление соли до 3-5 г в сутки  (1 чайная ложкабез верха) |  |  |  |
| 11 | Для улучшения здоровья необходимо ходить пешком в умеренном темпе (с ускорением) не менее 30 минут в день |  |  |  |
| 12 | Для снижения риска осложнений гипертонии достаточно контролировать только уровень АД |  |  |  |

*Утверждения 1,3,6,7,8,10,11 – правильные, 2,4,5,9,12 – неправильные.*