

السلطة الوطنية الفلسطينية

وزارة الصحة

بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية

الترصد التدرجي لعوامل الاختطار للأمراض المزمنة غير السارية

NCDs Risk Factors ِSTEP wise Surveillance



نظرة عامة

المقدمة:

هذا هو النموذج المرجعي لمكونات الاستقصاء الذي تقرر استخدامه في فلسطين بما يتفق مع معايير منظمة الصحة العالمية و هو مكون من:

- عناصر أساسية (مربعات غير مظلة)
- عناصر إضافية (مربعات مظلة)
- اختيارات لكل من الخطوات الأولى و الثانية و الثالثة

عناصر أساسية:

المكونات الأساسية لكل قسم تحتوي على أسئلة تستخدم في حساب متغيرات أساسية مثل:

- معدل التدخين اليومي
- المتوسط الحسابي لمعدل كتلة الجسم

ملحوظة:

يجب الإجابة على جميع أسئلة العناصر الأساسية حيث أن حذفها سوف يؤثر على نتائج التحليل

عناصر إضافية:

تحتوي عناصر الأسئلة الإضافية على معلومات تفصيلية يجب أن يتضمنها البحث للتركيز على نقطة ما. على سبيل المثال:

- استهلاك التبغ بدون دخان
- سابقة ارتفاع ضغط الدم

إرشادات الأعمدة:

يحتوي الجدول التالي على إرشادات مختصرة لكل أعمدة الاستقصاء

العمود	الوصف	وظائف حسب المكان
الرقم	لقد وضع رقم السؤال المرجعي خصيصا لمساعدة الباحث الميداني في إيجاد مكان السؤال مرة أخرى بعد تركه أو حين الحاجة إليه	إعادة ترقيم الاستقصاء بنفس الترتيب عند إتمامه
السؤال	يقرأ كل سؤال على حده للشخص المستهدف (المشارك)	<ul style="list-style-type: none"> • يتم اختيار الجزء المستخدم • يمكن استخدام أسئلة إضافية واختيارية حسب الحاجة
الاستجابة (الرد)	يحتوي هذا العمود على قائمة لجميع الاستجابات أو الردود المحتملة حيث يقوم الباحث الميداني بتظليل أو وضع دائرة حول المربع المقابل لها. و يجب إتباع تعليمات الانتقال من سؤال إلى آخر حيث توجد على يمين الاستجابات المختلفة خلال الاستقصاء	<ul style="list-style-type: none"> • يجب إضافة الاستجابات طبقا للبيانات السكانية المحلية (مثال C5) • يجب تغيير معرفات السؤال الانتقالي من رمز السؤال إلى رقم السؤال
الشفرة (الرمز)	صمم هذا العمود حتى يمكن مطابقة بيانات الاستقصاء مع الأدوات المستخدمة في إدخال البيانات – تحليل البيانات – كتيب البيانات و الاستمارة المرجعية	لا يمكن حذف أو تغيير هذا الرمز حيث أنه يستخدم كمعرف عام عند إدخال و تحليل البيانات

ملحوظة: يجب الإجابة على كل من الأسئلة الأساسية والإضافية

معلومات عن المسح

الترميز	الاستجابة	المكان والزمان
I1	_____	1 اسم المحافظة / مديرية الصحة
I2		2 اسم المدينة / القرية / المخيم
I3		3 اسم الباحث الميداني
I4	_____	4 تاريخ إكمال الاستبيان:
	السنة الشهر اليوم	

رقم الاستمارة للشخص المشترك □□□□□□□□□□ (تكتب على جميع الصفحات)

الترميز	الاستجابة	الموافقة واللغة والاسم
I5	1 نعم 2 لا إذا كانت لا، يجب إنهاء المقابلة	5 الموافقة قرأت شفهيًا للمشارك وتمت الموافقة
I6	_____ : _____ ساعة دقيقة	6 وقت بدء المقابلة (24 ساعة)
I7		7 الأسرة:
I8		8 اسم الشخص المشترك:
معلومات إضافية للمساعدة		
I9		9 رقم التليفون أو الجوال للاتصال إذا لزم الأمر:

الخطوة الأولى معلومات سكانية

الترميز	الاستجابة	الأسئلة
C1	1 ذكر 2 أنثى	10 حدد الجنس (كما تراه أمامك)؟
C2	_____ : _____ السنة الشهر اليوم إذا كان معلوما اذهب إلى C4	11 تاريخ الميلاد إذا كان الجواب لا أعرف ضع 77 77 7777
C3	_____ بالسنين	12 كم عمرك؟
C4	_____ بالسنين	13 ما هو عدد السنوات الكلي التي قضيتها في الدراسة (ما عدا سنوات الروضة)؟

الترميز	الاستجابة	معلومات سكانية (موسعة)
C5	1 لم يلتحق بأي مدرسة 2 أقل من 9 صفوف مدرسية 3 أقل من الثانوية العامة 4 شهادة الثانوية العامة 5 شهادة دبلوم 6 شهادة جامعية 7 دراسات عليا 88 رفض الإجابة	ما هو أعلى مستوى تعليمي وصلت إليه ؟ 14
C7	1 لم يتزوج 2 متزوج حالياً 3 منفصل 4 مطلق 5 أرمل 88 رفض الإجابة	ماهي حالتك الاجتماعية؟ 15

C8	1 موظف حكومي 2 موظف قطاع خاص 3 صاحب عمل خاص 4 عامل 5 طالب 6 ربة منزل 7 متقاعد 8 عاطل (قادر على العمل) 9 عاطل (غير قادر على العمل) 88 رفض الإجابة	أي من الفئات التالية يصف عملك <u>الأساسي</u> جيداً خلال الأشهر الاثني عشر الأخيرة؟ 16
C9	عدد الأشخاص	كم عدد الأشخاص الأكبر من 18 عاماً <u>بما فيهم أنت</u> الذين يسكنون في هذا المنزل؟ 17
C10a	في الأسبوع إذا اذهب إلى T1	خلال السنة الماضية كم بلغ معدل دخل الأسرة؟ املأ في <u>مكان واحد (المناسب)</u> وليس كل الاختيارات 18
C10b	أو في الشهر إذا اذهب إلى T1	
C10c	أو في السنة إذا اذهب إلى T1	
C10d	رفض الإجابة 88	
C11	1 أكثر من خمسين ألف شيكل 2 أقل من خمسين ألف شيكل و \geq أربعون ألف 3 أقل من أربعين ألف شيكل و \geq ثلاثون ألف 4 أقل من ثلاثون ألف شيكل و \geq عشرون ألف 5 أقل من عشرون ألف 77 لا أعلم 88 أرفض الإجابة	إن كنت لا تعلم بدقة ما هو دخل رب الأسرة يمكنك وضع <u>تقدير</u> سنوياً لهذا الدخل 19

الخطوة الأولى: البيانات السلوكية

استهلاك التبغ (أسئلة أساسية)			
الآن سوف أطرح بعض الأسئلة حول مختلف السلوكيات الصحية. هذه الأسئلة تتضمن مواضيع مثل التدخين، تناول الخضار والفاكهة والرياضة البدنية. لنبدأ بالتدخين أولاً:			
الترميز	الاستجابة	الأسئلة	
T1	1 نعم 2 لا اذهب إلى T6	هل تدخن حالياً السجائر، السيجار، الغليون أو الأرجيلة؟	20
T2	1 نعم 2 لا اذهب إلى T6	إذا كان الجواب نعم، هل تدخن أي من هذه المنتجات يومياً؟	21
T3	العمر (السنوات) لا أعلم 77 إذا كان معلوماً، اذهب إلى T5a	كم كان عمرك عندما بدأت التدخين <u>يوميّاً</u> ؟	22
T4a	سنوات مضت إذا كان معلوماً، اذهب إلى T5a	إذا كنت لا تذكر عمرك عندما بدأت فهل تتذكر الفترة الزمنية التي بدأت بها؟ (اختر واحدة فقط) لا أعلم 77	23
T4b	شهور مضت إذا كان معلوماً، اذهب إلى T5a		
T4c	أو أسابيع مضت		
T5a	سيجارة مصنعة	ما هو معدل تدخينك اليومي لأي من هذه الأنواع ؟ (سجل كل واحدة منها) لا أعلم 77	24
T5b	سيجارة لف		
T5c	غليون		
T5d	سيجار كبير أو سيجار صغير		
T5e	أرجيلة أذهب إلى T9		
استهلاك التبغ (أسئلة موسعة)			
الترميز	الاستجابة	الأسئلة	
T6	1 نعم 2 لا إذا كان لا، اذهب إلى T9	في الماضي، هل سبق أن دخنت يومياً؟	25
T7	العمر (سنوات) لا أعلم 77 إذا كان معلوماً، اذهب إلى T9	كم كان عمرك عندما أفلعت عن التدخين يومياً؟	26
T8a	سنوات مضت إذا كان معلوماً، اذهب إلى T9	إذا لم تعرف كم كان عمرك عندما أفلعت عن التدخين، هل تتذكر الفترة الزمنية؟ (اختر إجابة واحدة) لا أعلم 77	27
T8b	شهور مضت إذا كان معلوماً، اذهب إلى T9		
T8c	أسابيع مضت		

رقم الاستمارة للشخص المشترك لـ

T13	عدد الأيام لا أعلم 77	في خلال السبعة أيام السابقة كم عدد الأيام التي دخن فيها أحد من أسرتك في وجودك ؟	28
T14	عدد الأيام لا أعلم أو لا أعمل في مكان مغلق 77	في خلال السبعة أيام الماضية هل دخن أحد في مكان مغلق أثناء وجودك أو في مكان عملك في مبني مغلق، أثناء وجودك؟	29

التغذية (أساسية)				
الأسئلة التالية تتعلق بالخضروات والفواكه التي غالباً ما تتناولوها.				
الترميز	الاستجابة		الأسئلة	
D1	عدد الأيام لا أعلم 77	لو صفرا اذهب إلى D3	كم يوما في الأسبوع تتناول الفواكه؟	30
D2	عدد الحصص لا أعلم 77		كم حبة فواكه تتناول في اليوم الواحد؟	31
D3	عدد الأيام لا أعلم 77	لو صفرا اذهب إلى D5	كم يوما في الأسبوع تتناول الخضروات؟	32
D4	عدد الحصص لا أعلم 77		كم حصة خضروات تتناول في اليوم الواحد؟	33
التغذية (موسعة)				
D5	1 2 3 4 5 6 7 77	زيت نباتي سمن نباتي زبدة سمن حيواني زيت زيتون غير محدد لا استخدمها لا أعلم	ما نوع الزيت أو الدهون الأكثر استهلاكاً لتحضير الوجبات أو استهلاكاً للطبخ لدى الأسرة ؟ <u>اختر إجابة واحدة</u>	34
D6	عدد الأيام		في المتوسط كم عدد الوجبات التي تتناولوها في الأسبوع غير المعدة بالمنزل ؟ الوجبة إفطار، غداء، عشاء	35
	عدد الوجبات			
	لا أعلم 77			

النشاط البدني (أساسية)			
والآن سوف أسألك عن الوقت الذي تمضيه بممارسة أنواع مختلفة من النشاط البدني التي تؤديها في الأسبوع العادي. أرجو الإجابة على هذه الأسئلة حتى لو لم تكن رياضياً. فكر أولاً بالوقت الذي تمضيه في العمل. أكان بأجر أو بدون أجر، أعمال منزلية، حصاد أو صيد. (أدخل أمثلة أخرى إذا دعت الحاجة) في حالة الإجابة على الأسئلة التالية يمكن تعريف الأعمال التي تتطلب جهداً شاقاً على أنها أعمال تسبب زيادة في التنفس أو إسهال في القلب والأعمال التي تتطلب الجهد المتوسط على أنها التي تسبب زيادة طفيفة في التنفس وإسهال القلب			
الترميز	الاستجابة	الأسئلة	النشاط البدني في محيط العمل
P1	1 نعم 2 لا إذهب إلى إذا لا P4	هل نمط العمل يتوجب نشاطاً شاقاً يسبب زيادة كبيرة في التنفس وإسهال ضربات القلب مثل (الحمل الثقيل، الحفر، ورشة بناء) لمدة ثلاثون دقيقة متواصلة على الأقل؟	36
P2	عدد الأيام	كم من أيام الأسبوع العادي يتوجب عليك النشاط الشاق كجزء من عملك؟	37
P3 (a-b)	دقيقة : ساعة دقيقة : ساعة	كم من الوقت في اليوم العادي تستغرق لإنجاز هذا النشاط الشاق؟	38
P4	1 نعم 2 لا إذهب إلى P7	هل يشمل عملك أنشطة متوسطة الجهد التي تسبب زيادة طفيفة في التنفس ونبضات القلب مثل (المشي السريع حمل أشياء خفيفة الوزن) لمدة ثلاثون دقيقة على الأقل؟	39
P5	عدد الأيام	كم من أيام الأسبوع العادي يتوجب عليك بذل نشاط متوسط كجزء من عملك؟	40
P6 (a-b)	دقيقة : ساعة دقيقة : ساعة	كم من الوقت في اليوم العادي يستغرق منك القيام بنشاط متوسط كجزء من عملك؟	41
أنشطة بدنية لها علاقة بالتنقل من مكان إلى آخر			
الأسئلة التالية ليس لها علاقة بالنشاط البدني المذكور أعلاه أود أن أسألك الآن عن طريقة تنقلك من وإلى أماكن اعتيادية مثلاً إلى عملك، للتسوق، للصلاة. أو غيرها			
P7	1 نعم 2 لا إذهب إلى P10	هل تسير على الأقدام أو تركب دراجة من وإلى أماكن معينة لمدة ثلاثين دقيقة متواصلة على الأقل؟	42
P8	عدد الأيام	كم يوماً في الأسبوع العادي تستعمل الدراجة أو تسير على الأقدام من وإلى أماكن معينة؟	43
P9 (a-b)	دقيقة : ساعة دقيقة : ساعة	كم من الوقت في المجموع تستغرق للتنقل بالدراجة أو سيراً على الأقدام في اليوم العادي؟	44

أنشطة ترفيهية لا تتعلق بالعمل			
الأسئلة التالية تسأل عن النشاطات التي تقوم بها خلال وقت الفراغ والاستجمام مثلاً الرياضة أو الاستجمام. لا تتحدث عن الأنشطة البدنية المتعلقة بالعمل أو بالتنقلات. (ادخل بعض الأمثلة إذا لزم الأمر)			
الترميز	الاستجابة	الأسئلة	
P10	1 نعم 2 لا إذا لا اذهب إلى P13	هل يتضمن وقت الفراغ نشاطاً شاقاً سواء كان للرياضة أو اللياقة البدنية أو النشاط الترفيهي ويتسبب في زيادة في التنفس وعدد ضربات القلب مثل (الجري أو كرة القدم) لمدة ثلاثين دقيقة متواصلة؟	45
P11	عدد الأيام	كم يوماً في الأسبوع العادي تقوم بنشاط شاق كجزء من وقت فراغك؟	46
P12 (a-b)	دقيقة ساعة دقيقة : ساعة	كم ساعة في اليوم العادي تستغرق لإنجاز هذا النشاط ؟	47
P13	1 نعم 2 لا إذا لا اذهب إلى P16	هل يشمل وقت فراغك أنشطة متوسطة الجهد، مثل (المشي السريع، ركوب دراجة أو حمل أشياء خفيفة الوزن، سباحة، كرة اليد) لمدة ثلاثين دقيقة على الأقل؟	48
P14	عدد الأيام	كم يوماً في الأسبوع تقوم بأنشطة معتدلة كجزء من وقت الفراغ؟	49
P15 (a-b)	دقيقة ساعة دقيقة : ساعة	كم من الوقت تستغرق للقيام بهذا النشاط في يوم عادي؟	50

النشاط البدني (موسعة)			
سلوكيات الخمول البدني			
الأسئلة التالية تتعلق بوضع الجلوس أو الاستلقاء عند العمل أو في البيت والذهاب من وإلى بعض الأماكن مع الأصدقاء وهي تشمل الوقت المنقضي في الجلوس، أو السفر بالسيارة، أو الباص، أو القطار، أو القراءة، أو لعب الورق، أو مشاهدة التلفزيون لكن لا تشمل أوقات النوم			
P16 (a-b)	دقيقة ساعة دقيقة : ساعة	كم من الوقت أمضيته جالساً أو مستلقياً في اليوم العادي ؟	51

سابقة ارتفاع ضغط الدم (أساسية)			
الترميز	الاستجابة	الأسئلة	
H1	1 نعم 2 لا إذا لا اذهب إلى H6	هل سبق أن تم قياس ضغط دمك من قبل طبيب أو مقدم خدمات صحي؟	52
H2a	1 نعم 2 لا إذا لا اذهب إلى H6	هل سبق أن أخبرك الطبيب أو مقدم الخدمة الصحي أن لديك ضغط دم مرتفع؟	53
H2b	1 نعم 2 لا	هل سبق أن أخبرت بذلك في الاثني عشر شهرا السابقة؟	54

سابقة ارتفاع ضغط الدم (موسعة)			
هل تتناول حالياً أي علاجات أو نصائح وصفت لك من قبل الطبيب لعلاج ضغط الدم؟			
55	H3a	1 نعم 2 لا	أدوية أخذتها خلال الأسبوعين الأخيرين؟
	H3b	1 نعم 2 لا	نصيحة بتقليل ملح الطعام؟
	H3c	1 نعم 2 لا	نصيحة أو علاج لتخفيف الوزن؟
	H3d	1 نعم 2 لا	نصيحة أو علاج للإقلاع عن التدخين؟
	H3e	1 نعم 2 لا	نصيحة للبدء أو لزيادة النشاط البدني؟
56	H4	1 نعم 2 لا	هل سبق لك أن قابلت معالماً تقليدياً (شعيباً) لمعالجة ارتفاع ضغط الدم؟
57	H5	1 نعم 2 لا	هل تتناول حالياً أي من علاجات الأعشاب أو من العلاجات التقليدية لارتفاع ضغط الدم؟

سابقة السكري (أساسية)			
الترميز	الاستجابة	الأسئلة	
H6	1 نعم 2 لا إذا لا اذهب إلي M1	هل سبق لك قياس نسبة السكر في الدم من قبل طبيب أو مقدم خدمات صحي؟	58
H7a	1 نعم 2 لا إذا لا اذهب إلي M1	هل أخبرك الطبيب أو مقدم الخدمات الصحي أنك مصاب بالسكري أو ارتفاع السكر بالدم؟	59
H7b	1 نعم 2 لا	هل سبق أن أخبرت بذلك في الاثني عشر شهراً السابقة؟	60

سابقة السكري (موسعة)			
هل تتلقى حالياً نصائح أو علاجات من قبل طبيب لمرض السكري؟			
61	H8a	1 نعم 2 لا	الأنسولين؟
	H8b	1 نعم 2 لا	حبوب عن طريق الفم خاصة خلال الأسبوعين الأخيرين؟
	H8c	1 نعم 2 لا	حمية غذائية خاصة؟
	H8d	1 نعم 2 لا	نصيحة أو علاج لتخفيف الوزن؟
	H8e	1 نعم 2 لا	نصيحة أو علاج للإقلاع عن التدخين؟
	H8f	1 نعم 2 لا	نصيحة للبدء أو زيادة النشاط البدني؟

رقم الاستمارة للشخص المشترك

H9	1 2	نعم لا	هل سبق لك أن راجعت معالجات في الطب التقليدي (الشعبي) لمعالجة السكري؟	62
H10	1 2	نعم لا	هل تتناول حالياً أي من علاجات الأعشاب أو علاجات تقليدية للسكري؟	63

الخطوة الثانية: المقاييس البدنية

الترميز	الاستجابة	الطول والوزن (الوسط)	
M1	_____	اسم الباحث:	64
M3	_____ (سم)	طول الشخص المشترك:	65
M4	_____ (كغم)	وزن الشخص المشترك: في حال الوزن الزائد عن المقياس المستعمل - ادخل رمز 666.6	66
M5	1 2	نعم لا	67 للنساء فقط: هل أنت حامل؟
الخصر (الوسط)			
M6	_____ (سم)	محيط الخصر:	68
قياس ضغط الدم:			
M7	_____	اسم الباحث الميداني:	69
M11a	_____ (مم زئبقي)	قراءة واحدة:	70
M11b	_____ (مم زئبقي)		
M14	1 2	نعم لا	73 خلال الأسبوعين السابقين هل تناولت علاجاً بالأدوية وصفه الطبيب أو مقدم الخدمة الصحي؟

قياس ونبض القلب (موسعة)

معدل النبض			74
M16a	_____ نبضة/دقيقة	قراءة أولى؟	

الخطوة الثالثة: المقاييس الحيوية

الترميز	الاستجابة	السكر في الدم (أساسي)	
B1	1 2	نعم لا	75 هل أكلت أو شربت شيئاً غير الماء خلال الـ 12 ساعة الماضية؟
B2	_____	اسم فني المختبر؟	76
B3	_____ ساعة دقيقة _____ ساعة دقيقة	وقت سحب عينة الدم؟	77

رقم الاستمارة للشخص المشترك

B5	ملغرام / دل	نسبة السكر في الدم:	78
B6	نعم 1 لا 2	اليوم هل أخذت أنسولين أو أي علاج للسكر وصف لك من قبل الطبيب لخفض معدل السكر بالدم؟	79
الدهنيات في الدم (أساسية)			
B8	ملغرام / دل	إجمالي الكوليستيرول	80
B9	نعم 1 لا 2	في خلال الأسبوعين السابقين هل أخذت أي علاج لخفض الكوليستيرول بالدم وصف لك من قبل الطبيب	81

الدهون الثلاثية (موسعة)			
B10	ملغرام / دل	الدهون الثلاثية	82
B11	ملغرام / دل	الدهون ذات الكثافة العالية	83
LDL	ملغرام / دل	الدهون ذات الكثافة المنخفضة	84