

ALLEGATI

TABELLE DI RIFERIMENTO SUI FATTORI DI RISCHIO

(individuare quelli presenti e riportarli in cartella)

TABELLA FATTORI DI RISCHIO CARDIO-VASCOLARE		
Fattori di rischio modificabili	Fattori di rischio parzialmente modificabili	Fattori di rischio non modificabili
Fumo	Iperensione arteriosa	Età
Abuso di alcool	Diabete mellito	Sesso
Dieta ricca di grassi saturi, ipercalorica	Ipercolesterolemia, basso HDL, ipertrigliceridemia	Fattori genetici e predisposizione familiare
Inattività fisica	Obesità	Storia personale di malattie cardio-vascolari
	OSA ²	
	Fibrillazione atriale e eritmia	

TABELLA IPERTENSIONE		
Pressione arteriosa	Massima	Minima
Ottimale	< 120	< 80
Normale	< 130	< 85
Normale alta	130 - 139	85 - 89
Iperensione lieve	140 - 159	90 - 99
Iperensione moderata	160 - 179	100 - 109
Iperensione grave	> 180	> 110
Iperensione sistolica isolata	> 140	< 90

CLASSIFICAZIONE DEL PESO SECONDO L'INDICE DI MASSA CORPOREA (BMI)	
Classi ponderali	BMI
Sottopeso	< 18,5
Normale	18,5 - 24,9
Sovrappeso	25 - 29,9
Obesità lieve	30 - 34,9
Obesità moderata	35 - 39,9
Obesità Patologica	≥ 40

DIAGNOSI SINDROME METABOLICA (se presenti 3 o più delle seguenti caratteristiche)
1. circonferenza addominale >102 cm per uomo, >88 cm per donna
2. trigliceridemia >150 mg/dl
3. colesterolo HDL < 40 mg/dl per uomo, <50 mg/dl per donna
4. pressione arteriosa >130/85 mmhg
5. glicemia >110

TABELLE VALUTATIVE RISCHIO CARDIOVASCOLARE

DONNE DIABETICHE

NON FUMATRICI		Colesterolo mg/dl				
Età	P. A. (mmhg)	130 - 174	174 - 213	213 - 252	252 - 291	291 - 320
40 - 49	170 - 200	I	I	I	I	I
	150 - 170	I	I	I	I	I
	130 - 150	I	I	I	I	I
	90 - 130	I	I	I	I	I

FUMATRICI		Colesterolo mg/dl				
Età	P. A. (mmhg)	130 - 174	174 - 213	213 - 252	252 - 291	291 - 320
40 - 49	170 - 200	I	I	I	I	I
	150 - 170	I	I	I	I	I
	130 - 150	I	I	I	I	I
	90 - 130	I	I	I	I	I

NON FUMATRICI		Colesterolo mg/dl				
Età	P. A. (mmhg)	130 - 174	174 - 213	213 - 252	252 - 291	291 - 320
50 - 59	170 - 200	II	II	II	II	II
	150 - 170	I	I	I	I	II
	130 - 150	I	I	I	I	I
	90 - 130	I	I	I	I	I

FUMATRICI		Colesterolo mg/dl				
Età	P. A. (mmhg)	130 - 174	174 - 213	213 - 252	252 - 291	291 - 320
50 - 59	170 - 200	III	III	III	III	IV
	150 - 170	II	II	II	II	III
	130 - 150	II	II	II	II	II
	90 - 130	I	I	I	I	II

NON FUMATRICI		Colesterolo mg/dl				
Età	P. A. (mmhg)	130 - 174	174 - 213	213 - 252	252 - 291	291 - 320
60 - 69	170 - 200	III	III	IV	IV	V
	150 - 170	II	II	III	III	III
	130 - 150	II	II	II	II	II
	90 - 130	I	II	II	II	II

FUMATRICI		Colesterolo mg/dl				
Età	P. A. (mmhg)	130 - 174	174 - 213	213 - 252	252 - 291	291 - 320
60 - 69	170 - 200	V	V	V	VI	VI
	150 - 170	IV	IV	IV	V	V
	130 - 150	III	III	III	III	IV
	90 - 130	II	III	III	III	III

DONNE NON DIABETICHE

NON FUMATRICI		Colesterolo mg/dl					
Età 40 - 49	P. A. (mmhg)		130 - 174	174 - 213	213 - 252	252 - 291	291 - 320
		170 - 200	I	I	I	I	I
		150 - 170	I	I	I	I	I
		130 - 150	I	I	I	I	I
		90 - 130	I	I	I	I	I

FUMATRICI		Colesterolo mg/dl					
Età 40 - 49	P. A. (mmhg)		130 - 174	174 - 213	213 - 252	252 - 291	291 - 320
		170 - 200	I	I	I	I	I
		150 - 170	I	I	I	I	I
		130 - 150	I	I	I	I	I
		90 - 130	I	I	I	I	I

NON FUMATRICI		Colesterolo mg/dl					
Età 50 - 59	P. A. (mmhg)		130 - 174	174 - 213	213 - 252	252 - 291	291 - 320
		170 - 200	I	I	I	I	II
		150 - 170	I	I	I	I	I
		130 - 150	I	I	I	I	I
		90 - 130	I	I	I	I	I

FUMATRICI		Colesterolo mg/dl					
Età 50 - 59	P. A. (mmhg)		130 - 174	174 - 213	213 - 252	252 - 291	291 - 320
		170 - 200	II	II	II	II	III
		150 - 170	I	I	I	II	II
		130 - 150	I	I	I	I	I
		90 - 130	I	I	I	I	I

NON FUMATRICI		Colesterolo mg/dl					
Età 60 - 69	P. A. (mmhg)		130 - 174	174 - 213	213 - 252	252 - 291	291 - 320
		170 - 200	II	II	II	III	III
		150 - 170	II	II	II	II	II
		130 - 150	I	I	I	I	II
		90 - 130	I	I	I	I	I

NON FUMATRICI		Colesterolo mg/dl					
Età 60 - 69	P. A. (mmhg)		130 - 174	174 - 213	213 - 252	252 - 291	291 - 320
		170 - 200	IV	IV	IV	IV	V
		150 - 170	III	III	III	III	IV
		130 - 150	I	I	I	I	III
		90 - 130	I	I	I	I	I

UOMINI DIABETICI

NON FUMATORI		Colesterolo mg/dl					
Età 40-49	P. A. (mmhg)		130-174	174-213	213-252	252-291	291-320
		170-200	II	II	II	III	IV
150-170	II	II	II	II	III		
130-150	I	I	I	II	II		
90-130	I	I	I	I	I		

FUMATORI		Colesterolo mg/dl					
Età 40-49	P. A. (mmhg)		130-174	174-213	213-252	252-291	291-320
		170-200	III	III	III	IV	V
150-170	II	II	III	III	IV		
130-150	II	II	II	II	III		
90-130	I	I	II	II	III		

NON FUMATORI		Colesterolo mg/dl					
Età 50-59	P. A. (mmhg)		130-174	174-213	213-252	252-291	291-320
		170-200	IV	IV	IV	V	VI
150-170	III	III	III	IV	V		
130-150	II	II	III	III	IV		
90-130	II	II	II	II	III		

FUMATORI		Colesterolo mg/dl					
Età 50-59	P. A. (mmhg)		130-174	174-213	213-252	252-291	291-320
		170-200	V	V	V	VI	VI
150-170	IV	IV	V	V	VI		
130-150	III	III	IV	IV	V		
90-130	III	III	III	III	V		

NON FUMATORI		Colesterolo mg/dl					
Età 60-69	P. A. (mmhg)		130-174	174-213	213-252	252-291	291-320
		170-200	VI	VI	VI	VI	VI
150-170	V	V	VI	VI	VI		
130-150	IV	IV	V	IV	VI		
90-130	III	III	IV	V	V		

FUMATORI		Colesterolo mg/dl					
Età 60-69	P. A. (mmhg)		130-174	174-213	213-252	252-291	291-320
		170-200	VI	VI	VI	VI	VI
150-170	VI	VI	VI	VI	VI		
130-150	V	V	VI	VI	VI		
90-130	V	V	V	VI	VI		

UOMINI NON DIABETICI

NON FUMATORI		Colesterolo mg/dl					
Età 40-49	P. A. (mmhg)		130-174	174-213	213-252	252-291	291-320
		170-200	I	I	II	II	II
150-170	I	I	I	I	I	II	
130-150	I	I	I	I	I	II	
90-130	I	I	I	I	I	I	

FUMATORI		Colesterolo mg/dl					
Età 40-49	P. A. (mmhg)		130-174	174-213	213-252	252-291	291-320
		170-200	II	II	II	II	II
150-170	I	II	II	II	II	III	
130-150	I	I	I	I	II	II	
90-130	I	I	I	I	I	II	

NON FUMATORI		Colesterolo mg/dl					
Età 50-59	P. A. (mmhg)		130-174	174-213	213-252	252-291	291-320
		170-200	II	II	III	III	III
150-170	II	II	II	II	III	IV	
130-150	I	II	II	II	II	III	
90-130	I	I	I	I	II	III	

FUMATORI		Colesterolo mg/dl					
Età 50-59	P. A. (mmhg)		130-174	174-213	213-252	252-291	291-320
		170-200	III	IV	IV	V	V
150-170	III	III	III	IV	IV	V	
130-150	II	II	II	III	III	IV	
90-130	II	II	II	II	II	III	

NON FUMATORI		Colesterolo mg/dl					
Età 60-69	P. A. (mmhg)		130-174	174-213	213-252	252-291	291-320
		170-200	IV	V	V	V	V
150-170	III	IV	IV	V	V	VI	
130-150	III	III	III	IV	IV	V	
90-130	II	II	III	III	III	IV	

FUMATORI		Colesterolo mg/dl					
Età 60-69	P. A. (mmhg)		130-174	174-213	213-252	252-291	291-320
		170-200	VI	VI	VI	VI	VI
150-170	V	V	V	VI	VI	VI	
130-150	IV	IV	V	V	V	VI	
90-130	III	III	IV	IV	IV	V	

QUESTIONARIO VALUTAZIONE SONNOLENZA
EPWORTH SLEEPINESS SCALE (ESS)

✓ Che probabilità ha di appisolarsi o di addormentarsi nelle seguenti situazioni, indipendentemente dalla sensazione di stanchezza?

La domanda si riferisce alle usuali abitudini di vita nell'ultimo periodo.

Qualora non si sia trovato di recente in alcune delle situazioni elencate sotto, provi ad immaginare come si sentirebbe.

✓ Usi la seguente scala per scegliere il punteggio più adatto ad ogni situazione:

- 0 Non mi addormento mai
- 1 Ho qualche probabilità di addormentarmi
- 2 Ho una discreta probabilità di addormentarmi
- 3 Ho un'alta probabilità di addormentarmi

Situazioni

- | | | |
|--|-------|--------------------------|
| a. Seduto mentre leggo | _____ | <input type="checkbox"/> |
| b. Guardando la TV | _____ | <input type="checkbox"/> |
| c. Seduto, inattivo in un luogo pubblico (a teatro, ad una conferenza) | _____ | <input type="checkbox"/> |
| d. Passeggero in automobile, per un'ora senza sosta | _____ | <input type="checkbox"/> |
| e. Sdraiato per riposare nel pomeriggio, quando ne ho l'occasione | _____ | <input type="checkbox"/> |
| f. Seduto mentre parlo con qualcuno | _____ | <input type="checkbox"/> |
| g. Seduto tranquillamente dopo pranzo, senza aver bevuto alcoolici | _____ | <input type="checkbox"/> |
| h. In automobile, fermo per pochi minuti nel traffico | _____ | <input type="checkbox"/> |
| | Somma | _____ |

Se il punteggio totalizzato è superiore a 10 ciò è indicativo di una sonnolenza diurna eccessiva.

QUESTIONARIO DI BERLINO
(SINDROME DELLE APNEE OSTRUTTIVE NEL SONNO - OSAS)
Contrassegnare la lettera corrispondente alla risposta corretta.

CATEGORIA 1

Punto 1 Siete solito russare ?

- A Si
- B No
- C Non so

Punto 2 Se russa: il suo russare è

- A Leggermente più forte della respirazione
- B Più forte di chi parla
- C Più forte del parlare
- D Molto alto - può essere ascoltata in stanze adiacenti

Punto 3 Le capita di russare:

- A Quasi ogni giorno
- B 3-4 volte a settimana
- C 1-2 volte a settimana
- D 1-2 volte al mese
- E Mai o quasi mai

Punto 4 Il suo russare è mai interessato ad altre persone?

- A Si
- B No
- C Non so

Punto 5 Qualcuno ha notato che interrompe la respirazione durante il sonno?

- A Quasi ogni giorno
- B 3-4 volte a settimana
- C 1-2 volte a settimana
- D 1-2 volte al mese
- E Mai o quasi mai

CATEGORIA 2

Punto 6 Quante volte si sente stanco o affaticato dopo il sonno notturno?

- A Quasi ogni giorno
- B 3-4 volte a settimana
- C 1-2 volte a settimana
- D 1-2 volte al mese

Punto 7 Durante il giorno, si sente stanco, affaticato o svogliato?

- A Quasi ogni giorno
- B 3-4 volte a settimana
- C 1-2 volte a settimana
- D 1-2 volte al mese
- E Mai o quasi mai

Punto 8. Si è mai appisolato o addormentato durante la guida di un veicolo?

- | | |
|---|----|
| A | Si |
| B | No |

Punto 9. In caso affermativo, con quale frequenza si verifica il problema?

- | | |
|---|-----------------------|
| A | Quasi ogni giorno |
| B | 3-4 volte a settimana |
| C | 1-2 volte a settimana |
| D | 1-2 volte al mese |
| E | Mai o quasi mai |

CATEGORIA 3

Punto 10. Ha la pressione alta? Calcolare il BMI (Body Mass Index)

- | | |
|---|--------|
| A | Si |
| B | No |
| C | Non so |

PUNTEGGI QUESTIONARIO DI BERLINO

Tratto da: NC Netzer, Stoohs RA, CM Netzer, Clark K, Strohl KP). Utilizzo del questionario di Berlino per identificare i pazienti a rischio per la sindrome delle apnee notturne. Tabella 2 - Ann Intern Med. 5 ottobre 1999; 131 (7) :485-91.

Il questionario si compone di 3 categorie relative al rischio di apnea del sonno. I pazienti possono essere classificati ad alto rischio o basso rischio, sulla base delle loro risposte ai singoli elementi e con la valutazione complessiva nelle categorie sintomo.

CATEGORIE E PUNTEGGIO:

Categoria 1: punti 1, 2, 3, 4, 5.

Punto 1: se 'Si', assegnare 1 punto

Punto 2: se 'C' o 'd' è la risposta, assegnare 1 punto

Punto 3: se 'a' o 'b' è la risposta, assegnare 1 punto

Punto 4: se 'a' è la risposta, assegnare 1 punto

Punto 5: se 'a' o 'b' è la risposta, assegnare 2 punti

Categoria 1 è positivo se il punteggio totale è di 2 o più punti

Categoria 2: articoli 6, 7, 8 (il punto 9 va osservato separatamente).

Punto 6: se 'a' o 'b' è la risposta, assegnare 1 punto

Punto 7: se 'a' o 'b' è la risposta, assegnare 1 punto

Punto 8: se 'a' è la risposta, assegnare 1 punto

Categoria 2 è positivo se il punteggio totale è di 2 o più punti

Categoria 3 è positivo se la risposta al punto 10 è Si

(se il Body Mass Index del paziente è maggiore di 30kg/m². (il BMI deve essere calcolato; è definito come peso (kg) diviso altezza (m) al quadrato, vale a dire, kg/m²).

Ad alto rischio OSAS: 2 o più categorie positive

Basso rischio OSAS: 1 o nessuna categoria considerata positiva

INTERVENTI CORRETTIVI IN RELAZIONE AL GRUPPO DI RISCHIO CARDIO VASCOLARE

GRUPPO I: Nessun intervento

GRUPPO II: Esortazione a seguire i canoni di vita ed alimentazione corretti

GRUPPO III: Come gruppo II, in più, proposta di incontri ravvicinati per la valutazione dell'andamento del recupero dei limiti corretti (eventuale report al medico di base)

GRUPPO IV - V: Come gruppo III, eventuale approfondimento clinico di secondo livello ai fini della idoneità lavorativa, con report al medico di base

GRUPPO VI: Temporanea non idoneità al S.l.; approfondimento clinico di secondo livello per valutazione idoneità lavorativa; report al medico di base. Valutazione a regime dell'eventuale terapia fino al recupero dei valori accettabili con reinserimento in servizio attivo secondo quanto previsto dal medico competente.

CARTELLA SANITARIA

UFFICIO SANITARIO

SORVEGLIANZA SANITARIA GENERALE

- preventiva
- periodica
- a richiesta

PROMOZIONE DELLA SALUTE

Ufficio di appartenenza

Data

Gruppo

- I
- II
- III

Nome

Data di nascita

Qualifica

Cognome

Sesso

Telefono

Medico curante

Tipo di rischio

ANAMNESI FAMILIARE

ANAMNESI FISIOLÓGICA

Fumo

si

n/die

da quanti anni

no

Caffè

si

n/die

no

Alcolici

si

tipo

quantità/die

no

Sport praticati

Agonismo frequenza: _____ mesi/anni di pratica
attività _____
ultima certificazione idoneità agonistica _____

ANAMNESI LAVORATIVA

Lavoro a turni sì tipo di turno _____ da quanti anni _____ no

Sonno diurna negli ultimi 6 mesi sì punteggio ESS _____ no

ANAMNESI PATOLOGICA REMOTA

ANAMNESI PATOLOGICA PROSSIMA

ESAME OBIETTIVO

Peso (Kg) _____ **Altezza (cm)** _____
Circonferenza addome (cm) _____ **BMI (peso/altezza²)** _____
Pressione arteriosa (mmHg) _____ **Frequenza cardiaca (bpm)** _____

ORGANI ED APPARATI

ESAME VISIVO

OD

OS

Visus naturale

Visus corretto

Correzione

Senso cromatico

Visione binoculare

Campo visivo

Forle

ESAME Uditivo

(percezione voce di conversazione e voce sussurrata)

Orecchio dx, a m

Orecchio sx, a m

TEMPI DI REAZIONE (in decili)

Stimoli luminosi semplici

rapidità

regolarità

Stimoli acustici semplici

Stimoli visivi di allerta

Stimoli acustici di allerta

Stimoli visivi di vigilanza

Stimoli acustici di vigilanza

ESAMI CLINICO STRUMENTALI

I LIVELLO

II LIVELLO

COLLOQUIO PSICOLOGICO

FATTORI DI RISCHIO CARDIOVASCOLARE

modificabili

parzialmente modificabili

non modificabili

GRUPPO DI RISCHIO CARDIOVASCOLARE

PRESSIONE ARTERIOSA (gruppo di appartenenza)

CLASSIFICAZIONE PONDERALE

BMI

Classe

SINDROME METABOLICA

(caratteristiche presenti)

GIUDIZIO DI IDONEITA'

- Idoneo
- Idoneo con prescrizioni
- Idoneo con limitazioni
- Inidoneo temporaneamente
- Inidoneo permanentemente

Note

Da sottoporre a nuova visita medica il _____

Data _____

Avverso il giudizio di idoneità è ammesso ricorso all'Organo di vigilanza territorialmente competente ai sensi del comma 9 dell'art. 41 del DLgs 81/2008, entro il termine di 30 giorni

Il dipendente per presa visione

Il medico
