

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي  
خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ  
وَالَّذِي جَعَلَ مِنَ  
الْمَاءِ الْحَيَاةَ كُلَّ  
شَيْءٍ حَيٍّ إِنَّهُ لَعَلِيمٌ

# *metabolic syndrome & hypertension*

- Dr. ehsan sekhavati moghadam
- Dr. mehrzad naseri

## *Patient history -1*

CC: -

- Male
- 56 years
- Smoker (15 cigarette /day from 20 years ago)
- HTN (for 6 years ago)

DH: tab Atenolol 50 mg/BD& tab hydrochlorothiazide 25mg ½ daily (nightly)

FH: -

P.E: weight= 85 kg

height=170 cm

PR= 74

BP=155/90

waist circumference= 98 cm

BMI=29/4

ويزیت فرزاد بلوچی  
فرزاد بلوچی  
56 سال و 10 ماه و 23 روز  
مشاهده سوابق  
انتخاب تصویر

ثبت شکایت

CC (شکایت اصلی)

999: سایر (متن آزاد) ✕

PI (شرح مشکل)

تجدید نسخه

Text area for PI (شرح مشکل)

ذخیره

download.jpg Show all

ویزیت فرزاد بلوچی

فرزاد بلوچی  
56 سال و 10 ماه و 23 روز  
مشاهده سوابق

- شرح حال بیمار
- دستگاه بدن
- معاینه فیزیکی
- معاینه وضعیت روانی
- تشخیص
- تجویز دارو
- اقدام
- پاراکلینیک

فشار خون سیستولیک	فشار خون دیاستولیک	درجه حرارت	تعداد نبض	وزن	قد	تعداد تنفس	نمایه توده بدنی
mm/Hg 155 (1399/10/04)	mm/Hg 90 (1399/10/04)	برای ثبت کلیک کنید	74 در دقیقه (1399/10/04)	85 کیلوگرم (1399/10/04)	170 سانتی متر (1399/10/04)	برای ثبت کلیک کنید	---

شکایت/علت مراجعه: 999: سایر (متن آزاد)

تجدید نسخه

شرح حال بیمار

تایید نهایی و پایان ویزیت

توصیه و یادداشت

پیگیری برای دیگران

پیگیری برای خودم

مشاوره / ارجاع

download.jpg

Show all

- ویزیت
- فهرست مراقبت ها
- واکسیناسیون
- فهرست پیگیری ها
- فهرست تماس ها
- سفیران سلامت

ویزیت فرزند بلوچی

فرزاد بلوچی  
56 سال و 10 ماه و 23 روز  
مشاهده سوابق  
انتخاب تصویر

- شرح حال بیمار | دستگاه بدن | معاینه فیزیکی | معاینه وضعیت روانی | تشخیص | تجویز دارو | اقدام | پاراکلینیک

فشار خون سیستولیک	فشار خون دیاستولیک	درجه حرارت	تعداد نبض	وزن	قد	تعداد تنفس	نمایه توده بدنی
155 mm/Hg (1399/10/04)	90 mm/Hg (1399/10/04)	برای ثبت کلیک کنید	74 در دقیقه (1399/10/04)	85 کیلوگرم (1399/10/04)	170 سانتی متر (1399/10/04)	برای ثبت کلیک کنید	---

شکایت/علت مراجعه: 999: سایر (متن آزاد)  
تجدید نسخه

شرح حال بیمار

- مشاوره / ارجاع | پیگیری برای خودم | پیگیری برای دیگران | توصیه و یادداشت | تایید نهایی و پایان ویزیت



فرزاد باوچی  
56 سال و 10 ماه و 23 روز  
مشاهده سوابق

فهرست مراقبتها

جستجو

مراقبت های انجام نشده    مراقبت های انجام شده    مراجعه با شکایت

- فرایند تشخیص، درمان بیماری آسم - پزشک
- پیگیری و مراقبت بیمار مبتلا به آسم - پزشک
- تشخیص و درمان (فاز سوم) COVID19 - پزشک
- مراقبت دوره ای پزشک (شرح حال روانپزشکی)
- تشخیص زودهنگام و غربالگری سرطان روده بزرگ - ویزیت اول (پزشک)
- تشخیص زودهنگام و غربالگری سرطان روده بزرگ - ویزیت دوم (پزشک)
- ارزیابی عوامل خطر بیماری قلبی و عروقی در مردان (30 تا 59 سال - پزشک)
- ارزیابی فشار خون در مردان (30 تا 59 سال - پزشک)
- ویزیت اول پزشک (شرح حال روانپزشکی)
- ارزیابی چربی های خون (30 تا 59 سال - پزشک)
- ارزیابی از نظر دیابت در مردان (30 تا 59 سال - پزشک)



تشخیص زود هنگام و غربالگری سرطان روده بزرگ - ویزیت دوم (پزشک)

- ارزیابی عوامل خطر بیماری قلبی و عروقی در مردان (30 تا 59 سال - پزشک)
- ارزیابی فشار خون در مردان (30 تا 59 سال - پزشک)
- ویزیت اول پزشک (شرح حال روانپزشکی)
- ارزیابی چربی های خون (30 تا 59 سال - پزشک)
- ارزیابی از نظر دیابت در مردان (30 تا 59 سال - پزشک)
- ارزیابی چاقی (30 تا 59 سال - پزشک)
- استئوآرتریت زانو (30 تا 59 سال - پزشک)
- استئوپروز مردان (30 تا 59 سال - پزشک)
- استئوآرتریت مفصل لگن (30 تا 59 سال - پزشک)
- کمردرد (30 تا 59 سال - پزشک)
- ارزیابی بیماری های تنفسی (آسم) (30 تا 59 سال - پزشک)
- پرسشنامه تشخیص افتراقی COPD و آسم
- واکسیناسیون تاخیری افراد بالای 18 سال - فاقد سابقه ایمن سازی - نوبت دوم (پزشک)
- واکسیناسیون تاخیری افراد بالای 18 سال - فاقد سابقه ایمن سازی - نوبت سوم (پزشک)
- ایمنسازی با واکسن توام بزرگسالان (مبتنی بر درخواست)



EN خروج

مدیریت سامانه ثبت نام و سرشماری ارائه خدمت ثبت وقایع آزمایش ها گزارش ها پیام ها گزارشهای دوره ای

ردیف	نام خدمت گیرنده	شماره ملی خدمت گیرنده	آزمایش	تاریخ آزمایش	نام ثبت کننده	
1	فرزاد بلوچی	5259447069	Fasting Blood Sugar (FBS) Fasting Blood Sugar (FBS)	1399/10/04	مهرزاد ناصری	109
2	فرزاد بلوچی	5259447069	Serum Triglycerides Triglycerides	1399/10/04	مهرزاد ناصری	200
3	فرزاد بلوچی	5259447069	Serum HDL-Cholesterol HDL Cholesterol	1399/10/04	مهرزاد ناصری	40
4	فرزاد بلوچی	5259447069	Serum Cholesterol Total Cholesterol	1399/10/04	مهرزاد ناصری	200
5	فرزاد بلوچی	5259447069	Serum LDL-Cholesterol LDL Cholesterol	1399/10/04	مهرزاد ناصری	120
6	فرزاد بلوچی	5259447069	Serum Uric acid Uric Acid	1399/10/04	مهرزاد ناصری	8
7	فرزاد بلوچی	5259447069	Serum Creatinine Creatinine	1399/10/04	مهرزاد ناصری	1.2
8	فرزاد بلوچی	5259447069	Serum Glutamic Oxaloacetic Transaminase(SGOT) Serum Glutamic Oxaloacetic Transaminase(SGOT)	1399/10/04	مهرزاد ناصری	28
9	فرزاد بلوچی	5259447069	Serum Glutamic Pyruvic Transaminase(SGPT) Serum Glutamic	1399/10/04	مهرزاد ناصری	30



EN

ق.ظ 02:34  
۲۰۲۰/۲۴/۱۲

## Five definitions of the metabolic syndrome

Parameters	NCEP ATP3 2005*	IDF 2006	EGIR 1999	WHO 1999	AACE 2003
Required		Waist $\geq 94$ cm (men) or $\geq 80$ cm (women) <sup>¶</sup>	Insulin resistance or fasting hyperinsulinemia in top 25 percent	Insulin resistance in top 25 percent <sup>Δ</sup> ; glucose $\geq 6.1$ mmol/L (110 mg/dL); 2-hour glucose $\geq 7.8$ mmol/L (140 mg/dL)	High risk of insulin resistance <sup>◊</sup> or BMI $\geq 25$ kg/m <sup>2</sup> or waist $\geq 102$ cm (men) or $\geq 88$ cm (women)
Number of abnormalities	$\geq 3$ of:	And $\geq 2$ of:	And $\geq 2$ of:	And $\geq 2$ of:	And $\geq 2$ of:
Glucose	$\geq 5.6$ mmol/L (100 mg/dL) or drug treatment for elevated blood glucose	$\geq 5.6$ mmol/L (100 mg/dL) or diagnosed diabetes	6.1-6.9 mmol/L (110-125 mg/dL)		$\geq 6.1$ mmol/L (110 mg/dL); $\geq 2$ -hour glucose 7.8 mmol/L (140 mg/dL)
HDL cholesterol	$< 1.0$ mmol/L (40 mg/dL) (men); $< 1.3$ mmol/L (50 mg/dL) (women) or drug treatment for low HDL-C <sup>§</sup>	$< 1.0$ mmol/L (40 mg/dL) (men); $< 1.3$ mmol/L (50 mg/dL) (women) or drug treatment for low HDL-C	$< 1.0$ mmol/L (40 mg/dL)	$< 0.9$ mmol/L (35 mg/dL) (men); $< 1.0$ mmol/L (40 mg/dL) (women)	$< 1.0$ mmol/L (40 mg/dL) (men); $< 1.3$ mmol/L (50 mg/dL) (women)
Triglycerides	$\geq 1.7$ mmol/L (150 mg/dL) or drug treatment for elevated triglycerides <sup>§</sup>	$\geq 1.7$ mmol/L (150 mg/dL) or drug treatment for high triglycerides	or $\geq 2.0$ mmol/L (180 mg/dL) or drug treatment for dyslipidemia	or $\geq 1.7$ mmol/L (150 mg/dL)	$\geq 1.7$ mmol/L (150 mg/dL)
Obesity	Waist $\geq 102$ cm (men) or $\geq 88$ cm (women) <sup>¥</sup>		Waist $\geq 94$ cm (men) or $\geq 80$ cm (women)	Waist/hip ratio $> 0.9$ (men) or $> 0.85$ (women) or BMI $\geq 30$ kg/m <sup>2</sup>	
Hypertension	$\geq 130/85$ mmHg or drug treatment for hypertension	$\geq 130/85$ mmHg or drug treatment for hypertension	$\geq 140/90$ mmHg or drug treatment for hypertension	$\geq 140/90$ mmHg	$\geq 130/85$ mmHg

NCEP: National Cholesterol Education Program; IDF: International Diabetes Federation; EGIR: Group for the Study of Insulin Resistance; WHO: World Health Organization; AACE: American Association of Clinical Endocrinologists; HDL: high density lipoprotein; BMI: body mass index.

\* Most commonly agreed upon criteria for metabolic syndrome (any three of five risk factors).

¶ For South Asia and Chinese patients, waist  $\geq 90$  cm (men) or  $\geq 80$  cm (women); for Japanese patients, waist  $\geq 90$  cm (men) or  $\geq 80$  cm (women).

Δ Insulin resistance measured using insulin clamp.

◊ High risk of being insulin resistant is indicated by the presence of at least one of the following: diagnosis of CVD, hypertension, polycystic ovary syndrome, non-alcoholic fatty liver disease or acanthosis nigricans; family history of type 2 diabetes, hypertension or CVD; history of gestational diabetes or glucose intolerance; nonwhite ethnicity; sedentary lifestyle; BMI  $\geq 25$  kg/m<sup>2</sup> or waist circumference  $\geq 94$  cm for men and  $\geq 80$  cm for women; and age  $\geq 40$  years.

§ Treatment with one or more of fibrates or niacin.

¥ In Asian patients, waist  $\geq 90$  cm (men) or  $\geq 80$  cm (women).



## THERAPY

### Lifestyle modification

- Diet
- Exercise

### Prevention of type 2 diabetes

- Oral hypoglycemic agents

### Cardiovascular risk reduction

- Lipid lowering
- Antihypertensive therapy

metabolic  
of Health  
ociety

inactivity)  
al activity

style

diabetes  
ndrome is  
insulin

### ارزیابی چاقی (30 تا 59 سال - پزشک)

قد	سانتیمتر	170
وزن	کیلوگرم	85
دور کمر	سانتیمتر	98
مصرف دخانیات	<input checked="" type="radio"/> بلی <input type="radio"/> خیر	
سابقه فشار خون بالا	<input checked="" type="radio"/> بلی <input type="radio"/> خیر	
سابقه چربی خون بالا	<input checked="" type="radio"/> بلی <input type="radio"/> خیر	
سابقه سکته مغزی	<input checked="" type="radio"/> بلی <input type="radio"/> خیر	
سابقه دیابت	<input checked="" type="radio"/> بلی <input type="radio"/> خیر	
نفروپاتی (GFR کمتر از 60 میلی لیتر در دقیقه)	<input checked="" type="radio"/> بلی <input type="radio"/> خیر	
سابقه سکته قلبی	<input checked="" type="radio"/> بلی <input type="radio"/> خیر	

بعدی



بازگشت

ارزیابی چاقی (30 تا 59 سال - پزشک)

تشخیص

- اضافه وزن با خطر سلامتی متوسط تا بالا
- نمای توده بدنی 29.41
- امتیاز ارزیابی غیر پزشک برای میانسال -1

اقدامات

- رژیم غذایی و تمرینات بدنی برای کاهش وزن نیم کیلو در هفته
- بعد از 3 ماه پیگیری شود چنانچه کاهش وزن نداشت، ادامه دستورات غذایی و ارجاع به پزشک متخصص داخلی برای بررسی بیشتر

تاریخ پیگیری بعدی 1400/01/04

توضیحات

تایید نهایی

ارجاع

مرکز بهداشت و درمان مرکز خدمات جامع سلامت روستایی نیکان / ارجاع : فرزند بلوچی

استعلام بیمه

ارجاع به ...

مرکز خدمات جامع سلامت روستایی نیکان

نقش

کارشناس تغذیه

توضیحات

بیمار مبتلا به سندرم متابولیک و افزایش فشار خون است

انصراف

ارجاع

تشخیص

- اضافه وزن با خطر سلامتی
- نمای توده بدنی 29.41
- امتیاز ارزیابی غیر پزشک بر

اقدامات

- رژیم غذایی و تمرینات بدنی
- بعد از 3 ماه پیگیری شود چاقی
- تاریخ پیگیری بعدی 1404/04

توضیحات

تایید نهایی

ارجاع

## *diet*

- ✓ The **Mediterranean** (high in fruits. vegetables. Nuts. whole grains and olive oil)
- ✓ **DASH** (daily sodium intake limited to 2400 mg and higher in dairy intake)
- ✓ Foods **with low glycemic index**(whole grains. fruits and vegetables and eliminating high- glycemic beverages)
- ✓ A **high fiber** diet  $\geq 30$  gr/day



## *exercise*

- Current physical activity guidelines recommended **practical. regular and moderate** regimens for exercise
- The standard exercise recommendation is a daily minimum of **30 minutes of moderate- intensity** physical activity such as brisk walking

## *Oral hypoglycemic agents*

- Biguanides (Metformin)
- Thiazolidinediones (rosiglitazone- pioglitazone)

# *QUITTING SMOKING*

- *PREPARING TO QUIT*
- *BEHAVIORAL CHANGES*
- *MEDICATIONS*
- *RELAPS*

## *Lipid lowering*

- Statin therapy

# *Anti hypertensive therapy*

- ACE inhibitors
- ARBs

