Для оценки риска может быть использована шкала FINDRISC- высокий риск развития СД при сумме баллов 15и более.

Шкала FINDRISK (для расчёта риска развития сахарного диабета)

Вопросы расчета риска развития сахарного диабета по шкале FINDRISK Общее количество баллов			
1. Возраст		2. Индекс массы тела (ИМТ) (вес кг) : (рост м^2)= кг/м^2	
До 45 лет	0 баллов		
45-54 года	2 балла	Менее 25 кг/м^2	0 баллов
55-64 года	3 балла	25-30 кг/м^2	1 балл
Старше 65 лет	4 балла	Более 30 кг/м^2	3 балла
3. Окружность талии на уровне пупка.			
Мужчины		Женщины	
Меньше, чем 94 см	0 баллов	Меньше, чем 80 см	0 баллов
94-102 см	3 балла	80-88 см	3 балла
Больше 102 см	4 балла	Больше 88 см	4 балла
4. Как часто Вы едите овощи, фрукты или ягоды?		5. Делаете ли Вы физические упражнения ходьбу в среднем темпе по 30 минут каждый день, не менее 3 часов в течение недели?	
Каждый день	0 баллов	Да	0 баллов
Не каждый день	1 балл	Нет	2 балла
6. Принимали ли Вы когда-либо лекарства для снижения АД регулярно?		7. Был ли у Вас когда-либо уровень сахара крови выше нормы (на проф. осмотрах, во время болезни или беременности?	
Нет	0 баллов	Нет	0 баллов
Да	2 балла	Да	5 баллов
8. Был ли у Ваших родственников сахарный диабет 1 или 2 типа?			
Нет		0 баллов	
Да: дедушка/бабушка, тетя/дядя, двоюродные братья/сестры		2 балла	
Да: родители, брат/сестра или собственный ребенок		5 баллов	

Ключ к опроснику: Баллы и степень риска: < 7 низкий; 7-11 слегка повышен; 12-14 умеренный; 15-20 высокий; > 20 очень высокий.