

Testen Sie Ihr Diabetesrisiko!

	Ja	(Punkte)	Nein	(Punkte)
Ich bin zwischen 40 und 60 Jahre alt		1 P.		0 P.
Ich bin über 60 Jahre alt		3 P.		0 P.
Ich habe Geschwister mit Diabetes		2 P.		0 P.
Mein Vater oder Mutter hat Diabetes		1 P.		0 P.
Ich habe deutliches Übergewicht		3 P.		0 P.
Ich treibe wenig Sport		2 P.		0 P.
Ich habe bereits einen erhöhten Blutzuckerspiegel		1 P.		0 P.
Ich habe in letzter Zeit vermehrt Durst		3 P.		0 P.
Ich musste in letzter Zeit vermehrt Wasser lassen		3 P.		0 P.
Ich bin in letzter Zeit sehr müde		1 P.		0 P.
Ich habe in letzter Zeit aus unerklärlichen Gründen Gewicht verloren		3 P.		0 P.
Ich sehe immer wieder verschwommen		2 P.		0 P.
Ich habe ein Kind von über 4000 g geboren		2 P.		0 P.

Auswertung:

Unter 3 Punkte:	sehr geringes Risiko
3 – 6 Punkte:	leicht erhöhtes Risiko
7 – 11 Punkte:	mäßiges Risiko – Messung des Nüchternblutzuckers empfohlen
12 – 16 Punkte:	deutliches Risiko – Messung des Nüchternblutzuckers sehr empfohlen
17 – 20 Punkte:	hohes Risiko – unbedingt Nüchternblutzucker messen lassen
21 – 27 Punkte:	sehr hohes Risiko – dringend Nüchternblutzucker messen lassen