










Leiðbeiningar varðandi mat á hrumleika aldraðra (Clinical Frailty Scale 2.0)

Hrumleiki (e. frailty) er viðsnúanlegt ástand þar sem færni einstaklingsins er lykilatriði. Með matstækinu Clinical Frailty Scale (CFS) er hægt að leggja mat á þetta. Það er mikilvægt að undirstrika að matstækinu er ekki ætlað að standa eitt og sér heldur þarf að gera einstaklingshæft mat á hverjum og einum. Öldrunarlæknir framkvæmir matið einn eða í samstarfi við hjúkrunarfræðing í öldrunarþjónustu. Niðurstöður eru notaðar sem stuðningur við ákvörðun um meðferð. Mikilvægt er að styðjast við þessar ábendingar frá höfundum CFS.

- CFS matið miðast við venjulega færni (e. baseline state) eða færni eins og hún var 2 vikum fyrir núverandi veikindi.
- CFS byggir á klínísku mati fagaðila sem tekur tillit til þeirra þátta sem metnir eru (hreyfifærni, jafnvægi, notkun hjálpatækja til göngu, færni við að matast, klæðast, versla, elda og sjá um fjármál).
- Matstækið er sérstaklega þróað til að nota við mat og meðferð aldraðra, þ.e. 65 ára og eldri.
- Matstækið er ekki hannað til notkunar fyrir yngra fólk, t.d. fyrir fólk með fötlun eða sjúkdóm tengdu einu líffærakerfi og eru í stöðugu ástandi.
- Ef einstaklingurinn virðist falla undir tvö stig (t.d. bæði 5 og 6) veljið þá hærra stigið.
- Bent er á að höfundar eru að þróa greininga-tré fyrir CFS sem hugsað er til að bæta áreiðanleika við framkvæmd matsins.

| Mat á hrumleika aldraðra | | | Clinical Frailty Scale 2.0 | | | | |
|---|----------|-------------------------------|---|--|----------|--------------------------------|---|
|  | 1 | Í mjög góðu formi | Fólk sem hefur styrk, er virkt, orkumikið og áhugasamt. Líkleg til að stunda líkamsæfingar reglulega og eru meðal þeirra sem eru í besta líkamlega formi á þeirra aldri. |  | 6 | Lifa með miðlungs hrumleika | Fólk sem þarf aðstoð við allt sem fer fram utandyra og við heimilishald. Innandyra eiga þau oft erfitt með stiga og þurfa aðstoð við böðun og þurfa mögulega smávægilega aðstoð við að klæðast (ábendingar og einhver er til staðar). |
|  | 2 | Í góðu formi | Fólk sem ekki er með nein virk sjúkdómseinkenni en eru ekki eins vel á sig komin og í flokki 1. Þau stunda líkamsæfingar eða eru mjög virk stundum t.d. árstíðabundið. |  | 7 | Lifa með miklum hrumleika | Þarf alla aðstoð við persónulega umönnun, af hvaða ástæðu sem er (af líkamlegri eða vitrænni ástæðu). Eru þó ekki talin í bráðri hættu á að deyja (innan 6 mánaða). |
|  | 3 | Góð stjórn á eigin ástandi | Fólk með sjúkdóma sem eru undir góðri stjórn, þó að þau fái sjúkdómseinkenni stöku sinnum. Þau eru oft ekki líkamlega virk umfram það að ganga reglulega. |  | 8 | Lifa með mjög miklum hrumleika | Þarf alla aðstoð við persónulega umönnun og er að nálgast lífslok. Venjulega nær fólk sér ekki eftir væg veikindi. |
|  | 4 | Lifa með mjög vægum hrumleika | Áður flokkaðir sem „viðkvæmir“, þessi flokkur einkennir byrjandi breytingu frá því að vera fullkomlega sjálfstæður. Einkenni draga úr virkni þó að viðkomandi þurfi ekki daglega aðstoð frá öðrum. Algeng kvörtun er að vera orðin hægfara og /eða vera þreyttur yfir daginn. |  | 9 | Að nálgast lífslok | Er að nálgast lífslok. Þessi flokkur á við fólk sem er með lífslíkur sem eru < 6 mánuðir, en býr að öðru leyti ekki við mikinn hrumleika. (Margir sem eru deyjandi geta enn stundað líkamsæfingar þar til skammt er til andláts). |
|  | 5 | Lifa með vægum hrumleika | Fólk sem greinilega er orðið meira hægfara og þarfnast aðstoðar við flóknari athafnir daglegs lífs (IADL: fjármál, ferðir, erfið heimilisverk). Dæmigert er að vægur hrumleiki takmarki meir og meir það að versla og ganga einn úti, matartilbúning, lyfjatiltekt og jafnvel er geta til léttra heimilisverk byrjuð að skerðast. | <p>Stigun á hrumleika hjá fólki með heilabilunarsjúkdóm</p> <p>Staðan á hrumleika fólks er oftast í samræmi við stöðuna á heilabilunarsjúkdómi þess. Algeng einkenni í vægum heilabilunarsjúkdómi felast meðal annars í því að gleyma smáatriðum varðandi nýja atburði, þó að munað sé eftir atburðinum, endurtaka sömu spurningar/sögur og draga sig í hlé félagslega.</p> <p>Í miðlungs heilabilunarsjúkdómi er skammtíma minni mjög skert, jafnvel þó að fólk virðist muni liðna atburði í eigin lífi. Fólk getur framkvæmt persónulega umönnun með ábendingum.</p> <p>Í miklum heilabilunarsjúkdómi getur fólk ekki framkvæmt persónulega umönnun án aðstoðar. Í mjög miklum heilabilunarsjúkdómi er fólk oft rúmliggjandi. Margir geta ekki tjáð sig munnlega.</p> | | | |