










CLINICAL FRAILTY SCALE GREEK

	1	ΣΕ ΠΟΛΥ ΚΑΛΗ ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	Ανθρώποι που είναι εύρωστοι, δραστήριοι, ενεργητικοί, δυναμικοί, με κίνητρα. Τείνουν να ασκούνται τακτικά. Βρίσκονται μεταξύ των πιο φορμαρισμένων για την ηλικία τους.
	2	ΣΕ ΚΑΛΗ ΦΥΣΙΚΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ	Ανθρώποι που δεν έχουν συμπτώματα ενεργού νόσου αλλά είναι σε λιγότερο καλή φυσική κατάσταση από την κατηγορία 1. Συχνά ασκούνται ή είναι πολύ δραστήριοι περιστασιακά, π.χ. εποχικά.
	3	ΤΑ ΚΑΤΑΦΕΡΝΕΙ ΚΑΛΑ	Ανθρώποι των οποίων τα ιατρικά προβλήματα είναι καλά ελεγχόμενα , ακόμα και αν περιστασιακά είναι συμπτωματικοί, αλλά συχνά δεν είναι δραστήριοι συστηματικά πέρα από το περπάτημα ρουτίνας.
	4	ΖΩΝΤΑΣ ΜΕ ΠΟΛΥ ΗΠΙΑ ΕΥΠΑΘΕΙΑ	Προηγουμένως «ευάλωτοι», αυτή η κατηγορία σηματοδοτεί την αρχική μετάβαση από την πλήρη ανεξαρτησία. Ενώ δεν εξαρτώνται από άλλους για καθημερινή βοήθεια, συχνά τα συμπτώματά τους περιορίζουν τις δραστηριότητές τους . Ένα σύνηθες παράπονό τους είναι ότι γίνονται πιο αργό και/ή ότι είναι κουρασμένοι κατά τη διάρκεια της ημέρας.
	5	ΖΩΝΤΑΣ ΜΕ ΗΠΙΑ ΕΥΠΑΘΕΙΑ	Ανθρώποι που συχνά έχουν γίνει εμφανώς πιο αργό και χρειάζονται βοήθεια με τις υψηλών απαιτήσεων λειτουργικές δραστηριότητες της καθημερινής ζωής (οικονομικά, μετακίνηση, δύσκολη οικιακή εργασία). Τυπικά η ήπια ευπάθεια σταδιακά δυσχεραίνει τα ψώνια, το περπάτημα έξω μόνος, την ετοιμασία του γεύματος, την διαχείριση της φαρμακευτικής αγωγής και αρχίζει να περιορίζει τις ελαφρές οικιακές εργασίες .
	6	ΖΩΝΤΑΣ ΜΕ ΜΕΤΡΙΑ ΕΥΠΑΘΕΙΑ	Ανθρώποι που χρειάζονται βοήθεια σε όλες τις εξωτερικές δραστηριότητες και στο νοικοκυριό . Εντός, συχνά έχουν προβλήματα με τα σκαλιά και χρειάζονται βοήθεια με το πλύσιμο και μπορεί να χρειάζονται ελάχιστη βοήθεια (καθοδήγηση, το να είναι κάποιος δίπλα) με το ντύσιμο.
	7	ΖΩΝΤΑΣ ΜΕ ΣΟΒΑΡΗ ΕΥΠΑΘΕΙΑ	Πλήρως εξαρτώμενοι για την προσωπική τους φροντίδα από οποιαδήποτε αιτία (σωματική ή γνωστική). Ακόμα και έτσι, δείχνουν σταθεροί και όχι σε υψηλό κίνδυνο να πεθάνουν (εντός περίπου 6 μηνών).
	8	ΖΩΝΤΑΣ ΜΕ ΠΟΛΥ ΣΟΒΑΡΗ ΕΥΠΑΘΕΙΑ	Πλήρως εξαρτώμενοι για την προσωπική τους φροντίδα και πλησιάζοντας το τέλος της ζωής . Τυπικά δεν μπορούν να αναρρώσουν ακόμα και από ασήμαντη ασθένεια.
	9	ΤΕΛΙΚΟΥ ΣΤΑΔΙΟΥ ΑΣΘΕΝΕΙΣ	Πλησιάζοντας το τέλος της ζωής. Αυτή η κατηγορία ισχύει για ανθρώπους με προσδόκιμο ζωής <6 μήνες , οι οποίοι σε διαφορετική περίπτωση δεν ζουν με σοβαρή ευπάθεια (πολλοί τελικού σταδίου άνθρωποι μπορούν να ασκούνται ακόμα και πολύ κοντά στον θάνατο).

ΒΑΘΜΟΛΟΓΩΝΤΑΣ ΤΗΝ ΕΥΠΑΘΕΙΑ ΣΕ ΑΝΘΡΩΠΟΥΣ ΜΕ ΑΝΟΙΑ

Ο βαθμός της ευπάθειας σε γενικές γραμμές αντιστοιχεί στον βαθμό της άνοιας.

Τα συνήθη **συμπτώματα στην ήπια άνοια** περιλαμβάνουν το να ξεχνάμε τις λεπτομέρειες ενός πρόσφατου γεγονότος, παρότι θυμόμαστε το ίδιο το γεγονός, το να επαναλαμβάνουμε την ίδια ερώτηση/ιστορία και η κοινωνική απόσυρση.

Στην **μέτρια άνοια** η πρόσφατη μνήμη είναι πολύ εξασθενημένη,

ακόμα και αν μπορούν να θυμηθούν καλά τα περασμένα γεγονότα της ζωής τους. Μπορούν να πραγματοποιήσουν την προσωπική τους φροντίδα με παρακίνηση.

Στην **σοβαρή άνοια** δεν μπορούν να πραγματοποιήσουν την προσωπική τους φροντίδα χωρίς βοήθεια.

Στην **πολύ σοβαρή άνοια** συχνά είναι κατάκοιτοι. Πολλοί ουσιαστικά δεν μιλούν.

Clinical Frailty Scale © 2005-2020 Rockwood, Version 2.0 (EL). All rights reserved. For permission: www.genetic.medicineresearch.ca

Translated with permission to Greek by Vretos I., Voukelatou P., and Nikiak D., Athens, Greece, 2021.

Rockwood K et al. A global clinical measure of fitness and frailty in elderly people. CMAJ 2005; 173: 489-495.

