

CLINICAL FRAILTY SCALE

SUOMEKSI

	1	ERITTÄIN HYVÄKUNTOISET	Elinvoimaiset, aktiiviset, energiset ja motivoituneet henkilöt. He kuntoilevat säännöllisesti ja ovat ikäryhmästään parhaassa fyysisessä kunnossa.
	2	HYVÄKUNTOISET	Henkilöt, joilla ei ole ajankohtaisia sairauden oireita, mutta joiden kunto on huonompi kuin kategoriassa 1. Usein he kuntoilevat tai ovat aktiivisia ajoittain, esim. kausiluontoisesti.
	3	HYVIN PÄRJÄÄVÄT	Henkilöt, joiden lääketieteelliset ongelmat ovat hyvin hallinnassa, mutta joilla voi olla ajoittaisia oireita. He eivät yleensä harrasta säännöllistä liikuntaa arkkikävelyä lukuun ottamatta.
	4	HAAVOITTUVAT	Henkilöt, jotka eivät tarvitse toisten apua päivittäin, mutta usein erilaiset oireet rajoittavat aktiivisuutta. Yleinen oire on hidastuminen ja/tai väsymys olo päivällä. Tämä luokka kuvaa kehittymässä olevaa toimintakyvyn heikentymistä.
	5	LIEVÄSTI HAURAA	Henkilöt, joiden toiminta on usein selvemmin hidastunutta ja jotka tarvitsevat apua vaativimmassa päivittäistoiminnossa (raha-asioiden hoito, kuluvälineiden käyttö, raskaat kotityöt). Yleensä lievä hauraus häiritsee enenevästi kaupassa käyntiä, ulkona liikkumista, ruoan valmistusta ja lääkityksestä huolehtimista sekä alkaa rajoittaa kevyiden kotitöiden tekemistä.
	6	KOHTALAISEN HAURAA	Henkilöt, jotka tarvitsevat apua kaikessa kodin ulkopuolisessa asiainnissa ja kotitöissä. Sisätiloissa heillä on usein vaikeuksia portaissa kulkemisessa, ja he tarvitsevat apua peseytymisessä ja mahdollisesti vähäistä apua pukeutumisessa (ohjauksen ja valvonnan tarve).
	7	VAIKEASTI HAURAA	ovat täysin riippuvaisia toisten avusta itsestään huolehtimisesta mistä tahansa syystä (fyysinen tai kognitiivinen). Heidän tilansa näyttää vakaalta eikä kuolemanriski ole korkea (seuraavan n. 6 kk sisällä).
	8	ERITTÄIN VAIKEASTI HAURAA	ovat täysin riippuvaisia toisten avusta itsestään huolehtimisesta ja lähestyvät elämänsä loppuvaihetta. Yleensä he eivät pysty toimimaan lievästäkään sairaudesta.
	9	KUOLEMANSAIRAAT	Henkilöt, jotka ovat elämän loppuvaiheessa. Tähän kategoriaan luetaan henkilöt, joiden elinajanodote on alle 6 kuukautta, vaikka he eivät ole muuten selvästi hauraita. (Monet voivat harrasta liikuntaa aivan elämän loppuvaiheeseen asti.)

GERASTENIAN ARVIOINTI MUISTISAIRAILLA HENKILÖILLÄ

Haurauden vaikeusaste vastaa useimmiten muistisairauden vaihetta. **Lievan muistisairauten tyypillisiä oireita** ovat edeltävien tapahtumien yksityiskohtien unohtaminen, vaikka tapahtuma itsessään on palautettavissa mieleen, samojen kysymysten tai tarinain toistaminen ja vetäytyminen sosiaalisista tilanteista.

Keskivaikeasti muistisairaila lähimisti on selvästi heikentynyt, vaikka aiemman elämän tapahtumat näyttävät olevan hyvin muistissa. He tarvitsevat hoivusta itsestään huolehtimiseen.

Vaikeasti muistisairaat eivät kykene huolehtimaan itsestään ilman toisten apua.

Hyvin vaikeasti muistisairaat ovat usein woteenomisia. Monet ovat lähes puhumattomia.

Clinical Frailty Scale © 2005-2020 Rockwood, Version 2.0 (FI).

All rights reserved. For permission: www.geriatricmedicine.research.ca

Translated with permission to Finnish by Esa Jänseen and Hanna Keminen, Tampere University, 2021.

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

