

เครื่องมือวัดระดับภาวะเปราะบางทางคลินิก (ฉบับภาษาไทย) - THAI

	1	สุขภาพแข็งแรงมาก	เป็นผู้ที่มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง กระฉับกระเฉง เปี่ยมด้วยพลัง และมีแรงจูงใจ ผู้ซึ่งอยู่ในกลุ่มนี้มักจะออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และจัดเป็นผู้ที่มีสุขภาพแข็งแรงที่สุดในช่วงอายุนั้นๆ
	2	สุขภาพแข็งแรง	เป็นผู้ที่요ังไม่มีอาการการเจ็บของโรค แต่มีสุขภาพที่แข็งแรงน้อยกว่ากลุ่มที่ 1 ผู้ที่อยู่ในกลุ่มนี้มักจะออกกำลังกายบ่อยๆ หรือ ทำกิจกรรมด้วยความกระฉับกระเฉงเป็นครั้งคราว เช่น ตามฤดูกาล
	3	มีโรคประจำตัวซึ่งควบคุมได้ดี	ผู้ที่สามารถดูแลปัญหาสุขภาพของตนเองได้ดี แม้อาจจะมีอาการของโรคเป็นครั้งคราว ผู้ที่อยู่ในกลุ่มนี้มักจะไม่ค่อยกระฉับกระเฉง และไม่ค่อยทำกิจกรรมอื่น นอกจากการเดินเป็นประจำ
	4	ใช้ชีวิตด้วยภาวะเปราะบางเล็กน้อยมาก	เดิมเรียกกลุ่มนี้ว่า "กลุ่มเสี่ยง" ผู้ที่จัดอยู่ในกลุ่มนี้จะเริ่มมีความสามารถในการพึ่งพาตนเองที่ลดลงจากเดิมซึ่งเคยทำได้อย่างสมบูรณ์ แม้ว่าผู้ที่อยู่ในกลุ่มนี้ไม่จำเป็นต้องพึ่งพาผู้อื่นในการใช้ชีวิตประจำวัน อย่างไรก็ตามมักจะมีการของโรคที่ทำให้การทํากิจกรรมเป็นไปได้อย่างจำกัด และมักจะมีความรู้สึกลัวว่าทำอะไรช้าลง หรือ รู้สึกเหนื่อยระหว่างวัน
	5	ใช้ชีวิตด้วยภาวะเปราะบางเล็กน้อย	ผู้ที่อยู่ในกลุ่มนี้มักจะเคลื่อนไหวช้าลงอย่างเห็นได้ชัด และจำเป็นต้องได้รับความช่วยเหลือในการทำกิจวัตรประจำวันโดยใช้เครื่องมือที่จับห้อย (การเดิน, การเดินทาง, การทำงานบ้านหนักๆ) ทั้งนี้มีผู้ที่มีภาวะเปราะบางเล็กน้อยมีอาการมากขึ้น ก็จะเริ่มสูญเสียความสามารถในการทำกิจกรรมอื่นๆ ด้วย เช่น การจ่ายซื้อของและการเดินออกนอกบ้านโดยลำพัง, การเตรียมอาหาร, การจัดยา และเริ่มไม่สามารถทำงานบ้านเล็กๆ น้อยๆ ได้
	6	ใช้ชีวิตด้วยภาวะเปราะบางปานกลาง	ผู้ที่อยู่ในกลุ่มนี้มักจะต้องการความช่วยเหลือในการทำกิจกรรมภายนอกบ้านทั้งหมด รวมถึงกิจกรรมภายในบ้านด้วย ซึ่งผู้ปวยมักจะมีปัญหาในการขึ้นบันได และต้องการความช่วยเหลือในการอาบน้ำ และอาจจะต้องการความช่วยเหลือเล็กน้อยในการแต่งตัว (ให้คำแนะนำ, เตรียมพร้อมช่วยเหลือ)
	7	ใช้ชีวิตด้วยภาวะเปราะบางรุนแรง	จำเป็นต้องพึ่งพาผู้อื่นในการดูแลตนเองโดยสมบูรณ์ ไม่ว่าจะเกิดจากสาเหตุก็ตาม (ทางด้านร่างกาย หรือ ทางด้านพุทธิปัญญา) ทั้งนี้ผู้ที่อยู่ในกลุ่มนี้ยังคงมีสุขภาพคงที่ และมีความเสี่ยงที่จะเสียชีวิตในช่วง 6 เดือนข้างหน้าไม่มากนัก
	8	ใช้ชีวิตด้วยภาวะเปราะบางรุนแรงมาก	จำเป็นต้องพึ่งพาผู้อื่นในการดูแลตนเองโดยสมบูรณ์และกำลังเข้าสู่ระยะสุดท้ายของชีวิต โดยทั่วไปผู้ที่อยู่ในกลุ่มนี้มักจะไม่สามารถฟื้นตัวจากการเจ็บป่วยแม้เพียงเล็กน้อยได้
	9	เจ็บป่วยระยะสุดท้าย	กำลังเข้าสู่ระยะสุดท้ายของชีวิต กลุ่มนี้ใช้กับผู้ที่คาดว่าจะมีชีวิตอยู่ไม่เกิน 6 เดือน ทั้งนี้ผู้ที่อยู่ในกลุ่มนี้ไม่มีโรคที่มีภาวะเปราะบางรุนแรง (ผู้ปวยระยะสุดท้ายจำนวนมากรังสามารถออกกําลังกายได้จนกระทั่งก่อนเสียชีวิตไม่นาน)

การให้คะแนนภาวะเปราะบางในผู้ป่วยโรคสมองเสื่อม

ระดับความรุนแรงของภาวะเปราะบางมักจะสัมพันธ์กับระดับความรุนแรงของโรคสมองเสื่อม อาการที่พบบ่อยในผู้ป่วยโรคสมองจะระดับ ได้แก่ การพลัดลืมรายละเอียดของเหตุการณ์ที่เพิ่งเกิดขึ้น แม้ว่าจะสามารถจำเหตุการณ์นี้ได้ การานหรือพูดเรื่องเดิมซ้ำๆ และการแยกตัวจากสังคม

ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมระยะกลาง จะพบว่าสามารถจำระยะสั้นของผู้ป่วยจบพวก

อย่างมาก ถึงแม้ว่าผู้ป่วยจะสามารถจดจำเหตุการณ์ในอดีตได้ดี ทั้งนี้ผู้ป่วยยังคงสามารถดูแลตนเองได้ดี เมื่อได้รับการกระตุ้น

ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมระยะรุนแรง จะพบว่าผู้ป่วยไม่สามารถดูแลตนเองได้หากไม่ได้รับตามช่วยเหลือ

ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมระยะรุนแรงมาก จะพบว่าผู้ป่วยมักจะติดเตียงและไม่พูดจาสื่อสาร

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

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

Translated with permission into Thai by Saran Thanapueblwong, MD and Smuch Siramongkhakorn, MD Division of Geriatric Medicine, Department of Medicine, Faculty of Medicine Ramathabodi Hospital, Mahidol University, 2024

