

# CLINICAL FRAILTY SCALE

## TURKISH

	<b>1</b>	<b>ÇOK DİNÇ</b>	Sağlam, aktif, enerjik ve motive olmuş insanlardır. Düzenli egzersiz yapma eğilimindedirler ve yaşlarına göre en formda olanlar arasındadırlar.
	<b>2</b>	<b>DİNÇ</b>	Aktif hastalık semptomu bulunmayan kişilerdir, fakat kategori 1'den daha az dinçtirler. Sık sık egzersiz yaparlar veya ara sıra, örneğin mevsimsel olarak, çok aktif olurlar.
	<b>3</b>	<b>İYİ YÖNETİLEBİLEN</b>	Ara sıra semptomatik olsalar bile, sağlık problemleri iyi kontrol edilebilen kişilerdir, fakat rutin yürüyüş dışında sıklıkla aktif değildirler.
	<b>4</b>	<b>ÇOK HAFF KIRILGANLIKLA YAŞAYAN</b>	Önceden "incinebilir" şeklinde adlandırılırdı, bu kategori tam bağımsızlıktan erken geçişi işaret eder. Bu kişiler günlük işler için başkalarına bağımlı olmamakla birlikte, genellikle semptomları aktivitelerini sınırlamaktadır. Yaygın şikayet "yavaş olmak" ve/veya gün içinde yorgun olmaktır.
	<b>5</b>	<b>KIRILGANLIKLA YAŞAYAN</b>	Sıklıkla çok belirgin şekilde yavaşlayan ve üst düzey enstrümental günlük yaşam aktivitelerinde (mali işler, ulaşım, ağır ev işleri) yardıma ihtiyaç duyan kişilerdir. Tipik olarak hafif kırılabilirlik; alış veriş yapmayı, dışarıda yalnız yürümeyi, yemek hazırlamayı, ilaç kullanmayı ve hafif ev işlerini yapmayı ilerleyici şekilde bozar.
	<b>6</b>	<b>ORTA KIRILGANLIKLA YAŞAYAN</b>	Tüm dış faaliyetlerinde ve ev işlerinde yardıma ihtiyaç duyan kişilerdir. İçeride, sıklıkla merdivenlerde sorun yaşarlar, yıkanırken yardıma ihtiyaç duyarlar ve giyinirken minimal yardıma ihtiyaç duyabilirler.
	<b>7</b>	<b>ŞİDDETLİ KIRILGANLIKLA YAŞAYAN</b>	Nedeni ne olursa olsun (fiziksel veya bilişsel) kişisel bakımlarında tamamen bağımlıdırlar. Buna rağmen stabildirler ve yüksek ölüm riski taşımazlar (6 ay içinde).
	<b>8</b>	<b>ÇOK ŞİDDETLİ KIRILGANLIKLA YAŞAYAN</b>	Kişisel bakımlarında ve yaklaşan yaşam sonu bakımlarında tamamen bağımlıdırlar. Tipik olarak, küçük bir hastalıktan bile iyileşemezler.
	<b>9</b>	<b>TERMİNAL HASTA</b>	Yaşam sonu yaklaşmıştır. Bu kategori yaşam beklentisi 6 aydan az olan ve başka türlü şiddetli kırılabilirlik yaşamayan kişiler için geçerlidir. (Pek çok terminal dönemdeki insan, ölüme çok yakın oluncaya kadar egzersiz yapabilir.)

### DEMANSLI HASTALARDA KIRILGANLIK SKORLAMASI

Kırılabilirlik derecesi genellikle demans derecesine karşılık gelir. Hafif demansın yaygın semptomları yakın tarihli bir olayın ayrıntılarını unutmak ancak olayı hatırlamayı, aynı soruyu/hikayeyi tekrarlamayı ve sosyal geri çekilmeyi içerir.

Orta demansta, yakın hafıza çok bozulmuştur; buna rağmen geçiş zamanda yaşanan olayları iyi

hatırlarlar. Telkinle kişisel bakımlarını yapabilirler.

Ciddi demansta, yardım almadan kişisel bakımlarını yapamazlar.

Çok ciddi demansta sıklıkla yatalaktır. Çoğu neredeyse sessizdir.

Clinical Frailty Scale © 2005-2020 Rockwood, Version 2.0 (TR). All rights reserved. For permission: [www.gentatric.medicineresearch.ca](http://www.gentatric.medicineresearch.ca)

Translated with permission to Turkish by Zeynep Aşık and Mehmet Özen at Antalya / Turkey.

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

