

# THANG SUY YẾU LÂM SÀNG – TIẾNG VIỆT

	<b>1</b>	<b>RẤT KHỎE</b>	Những người khỏe mạnh, năng động, nhiều năng lượng và tích cực. Họ tập thể dục đều đặn và là những người khỏe nhất trong độ tuổi của họ.
	<b>2</b>	<b>KHỎE</b>	Những người <b>không có triệu chứng bệnh</b> tiến triển nhưng không khỏe bằng nhóm 1. Họ thường tập thể dục hoặc <b>đôi khi rất năng động</b> , ví dụ tùy theo mùa trong năm.
	<b>3</b>	<b>SỨC KHỎE ỔN ĐỊNH</b>	Những người có bệnh lý <b>được kiểm soát tốt</b> dù thỉnh thoảng có triệu chứng, nhưng họ <b>thường không năng động</b> ngoài việc đi lại thông thường.
	<b>4</b>	<b>SUY YẾU RẤT NHẸ</b>	Trước đây là nhóm “đề tổn thương”, nhóm này là giai đoạn chuyển biến sớm sang không còn độc lập hoàn toàn các hoạt động chức năng nữa. Dù <b>không phụ thuộc</b> vào người khác trong sinh hoạt hàng ngày nhưng các <b>triệu chứng thường gây giới hạn hoạt động</b> . Than phiền thường gặp là cảm thấy “chậm chạp” và/hoặc mệt mỏi trong ngày.
	<b>5</b>	<b>SUY YẾU NHẸ</b>	Những người <b>có biểu hiện chậm chạp rõ</b> , và cần giúp đỡ trong các hoạt động sinh hoạt hàng ngày cấp cao (tài chính, sử dụng phương tiện giao thông, làm việc nhà nặng). Thông thường, suy yếu nhẹ làm giảm dần hoạt động mua sắm, đi ra khỏi nhà một mình, nấu ăn, quản lý thuốc và bắt đầu hạn chế các công việc nhà đơn giản.
	<b>6</b>	<b>SUY YẾU TRUNG BÌNH</b>	Những người cần giúp đỡ trong <b>mọi hoạt động bên ngoài và quản lý việc nhà</b> . Trong nhà, họ khó khăn khi leo cầu thang và <b>cần giúp đỡ khi tắm</b> , có thể cần sự hỗ trợ tối thiểu (gợi ý, đứng bên cạnh) khi mặc quần áo.
	<b>7</b>	<b>SUY YẾU NẶNG</b>	Hoàn toàn phụ thuộc người khác trong việc chăm sóc bản thân do bất cứ nguyên nhân nào (thể chất hoặc nhận thức). Dù vậy, họ có vẻ ổn định và không có nguy cơ tử vong cao (trong vòng 6 tháng).
	<b>8</b>	<b>SUY YẾU RẤT NẶNG</b>	Hoàn toàn phụ thuộc người khác trong việc chăm sóc bản thân và đang bước vào giai đoạn cuối đời. Thông thường, họ không thể phục hồi ngay cả khi có bệnh nhẹ.
	<b>9</b>	<b>BỆNH GIAI ĐOẠN CUỐI</b>	Ở giai đoạn cuối đời. Nhóm này áp dụng đối với những người có <b>kỳ vọng sống &lt; 6 tháng nhưng không hẳn là người suy yếu nặng</b> . (Nhiều người giai đoạn cuối vẫn có thể vận động cho đến khi cận tử)

## DÁNH GIÁ SUY YẾU Ở NGƯỜI SA SÚT TRÍ TUỆ

Nhìn chung mức độ suy yếu thường tương ứng với mức độ sa sút trí tuệ. **Các triệu chứng thường gặp của sa sút trí tuệ nhẹ** gồm quên các chi tiết của sự kiện gần, dù vẫn nhớ sự kiện đó, thường lặp lại cùng một câu hỏi/câu chuyện và có laps với xã hội.

Trong **sa sút trí tuệ trung bình**, trí nhớ gần bị giảm nặng, mặc dù họ có thể nhớ rõ các sự kiện trong quá khứ. Họ có thể tự chăm sóc bản thân nếu được nhắc nhở.

Trong **sa sút trí tuệ nặng**, họ không thể tự chăm sóc bản thân nếu không có sự trợ giúp.

Trong **sa sút trí tuệ rất nặng**, họ thường nằm liệt giường. Nhiều người hầu như không nói chuyện.

Thang điểm suy yếu lâm sàng © 2005-2020 Rockwood, Phiên bản 2.0 (VN). Mọi quyền được bảo lưu. Liên hệ xin phép: [www.geriatricmedicineresearch.ca](http://www.geriatricmedicineresearch.ca)

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

Translated with permission to Vietnamese by Trí Văn Nguyễn, Tran To Tran Nguyễn, The Ho Ngọc Thanh, Tai Huy Kiên Phạm and Tuan Chau Nguyễn in Ho Chi Minh City, Vietnam, 2022.

