

Clinical Frailty Scale v2.0 – norsk versjon desember 2020

1. Veldig sprekk

Personer som er robuste, aktive, energiske og motiverte. De trener gjerne regelmessig, og er blant de sprekeste i sin aldersgruppe.

2. Sprekk

Personer som **ikke har aktive sykdomssymptomer**, men er mindre spreke enn kategori 1. De kan ofte trene eller være veldig **aktive av og til**, f.eks. sesongbasert.

3. Klarer seg bra

Personer med **velkontrollerte medisinske problemer**, selv om de kan ha symptomer av og til. De er **ikke regelmessig aktive** utover vanlig gange.

4. Lever med svært mild skrøpeligheit

Tidligere «sårbar». Denne kategorien markerer en overgang fra å være helt selvhjulpent. Selv om de **ikke er avhengig** av daglig hjelp fra andre, vil **symptomer begrense aktivitet**. De klager ofte over at de er «langsomme» og/eller blir slitne/trøtte ilt dagen.

5. Lever med mild skrøpeligheit

Disse er **mer tydelig langsomme**, og trenger hjelp til **komplekse aktiviteter** i dagliglivet (personlig økonomi, transport, tungt husarbeid). Vanligvis vil mild skrøpeligheit i økende grad føre til problemer med å handle eller gå utenfor hjemmet alene, lage mat, håndtere medisiner, og begynner å begrense lett husarbeid.

6. Lever med moderat skrøpeligheit

Personer som må ha hjelp til **alle aktiviteter utendørs** og med å **stille hjemmet**. Innendørs har de ofte problemer med trapper, trenger **hjelp til bading/dusj** og kan trenge litt hjelp til å kle på seg (veiledning, tilsyn).

7. Lever med alvorlig skrøpeligheit

Helt avhengige av hjelp til personlig stell uansett årsak (fysisk eller kognitiv). Likevel fremstår de som stabile og uten høy risiko for å dø (innen ~6 måneder).

8. Lever med svært alvorlig skrøpelighet

Helt avhengige av hjelp til personlig stell og nærmer seg livets slutt. Vanligvis vil de ikke komme seg igjen selv etter mild sykdom.

9. Terminalt syk

Nærmer seg livets slutt. I denne kategorien inngår personer med en **forventet levetid <6 måneder uten at de lever med alvorlig skrøpelighet**. (Mange terminalt syke pasienter kan være fysisk aktive inntil de er svært nær døden).

Skåring av skrøpelighet hos personer med demens

Graden av skrøpelighet tilsvarer vanligvis graden av demens (CFS 5,6,7 eller 8). Vanlige **symptomer ved mild demens** inkluderer det å glemme detaljer rundt en nylig hendelse, selv om man husker selve hendelsen, å gjenta de samme spørsmålene/historiene og sosial tilbaketrekking.

Ved **moderat demens** er korttidsminnet svært svekket, selv om de virker å huske hendelser fra tidligere i livet. De kan ivareta egenomsorg under veiledning.

Ved **alvorlig demens** må de ha hjelp til all egenomsorg.

Ved **svært alvorlig demens** er de ofte sengeliggende. Mange har mistet alt språk.

Clinical Frailty Scale © 2005-2020 Rockwood, Version 2.0 (NOR). All rights reserved. For permission: www.geriatricmedicineresearch.ca
Rockwood K et al. A global clinical measure of fitness and frailty in elderly people. CMAJ 2005;173;489-495.

Translated by Rostoft S, Engstad TT, Sjøbø B, Flaatten H.