

## 老年人生活自理能力评估表

该表为自评表，根据下表中5个方面进行评估，将各方面判断评分汇总后，0～3分者为可自理；4～8分者为轻度依赖；9～18分者为中度依赖；≥19分者为不能自理。

| 评估事项、内容与评分                   | 程度等级          |                                 |                              |                     |      |
|------------------------------|---------------|---------------------------------|------------------------------|---------------------|------|
|                              | 可自理           | 轻度依赖                            | 中度依赖                         | 不能自理                | 判断评分 |
| 进餐：使用餐具将饭菜送入口、咀嚼、吞咽等活动<br>评分 | 独立完成<br>0     | —<br>0                          | 需要协助，如切碎、搅拌食物等<br>3          | 完全需要帮助<br>5         |      |
| 梳洗：梳头、洗脸、刷牙、剃须、洗澡等活动<br>评分   | 独立完成<br>0     | 能独立地洗头、梳头、洗脸、刷牙、剃须等；洗澡需要协助<br>1 | 在协助下和适当的时间内，能完成部分梳洗活动<br>3   | 完全需要帮助<br>7         |      |
| 穿衣：穿衣裤、袜子、鞋子等活动<br>评分        | 独立完成<br>0     | —<br>0                          | 需要协助，在适当的时间内完成部分穿衣<br>3      | 完全需要帮助<br>5         |      |
| 如厕：小便、大便等活动及自控<br>评分         | 不需协助，可自控<br>0 | 偶尔失禁，但基本上能如厕或使用便具<br>1          | 经常失禁，在很多提示和协助下尚能如厕或使用便具<br>5 | 完全失禁，完全需要帮助<br>10   |      |
| 活动：站立、室内行走、上下楼梯、户外活动<br>评分   | 独立完成所有活动<br>0 | 借助较小的外力或辅助装置能完成站立、行走、上下楼梯等<br>1 | 借助较大的外力才能完成站立、行走，不能上下楼梯<br>5 | 卧床不起，活动完全需要帮助<br>10 |      |
| 总得分                          |               |                                 |                              |                     |      |