

長者功能自評量表-家屬評估版



◆ 量表說明：

人老了一定會失能嗎？您知道可以延緩失能發生嗎？

世界衛生組織(WHO)提出延緩失能的關鍵，需要管理六大面向的內在能力：「認知、行動、營養、視力、聽力及憂鬱」。國民健康署據此發展本量表，透過簡單的測驗，可以了解自我功能的狀況，及早介入處理，進而延緩失能。

若您家中有65歲以上長輩(原住民提早至55歲)，請利用背面量表，評估長輩的身心狀況。

長者基本資料

姓名：_____ 出生年：_____ 性別：男 女

手機：_____ 無，聯絡電話：_____

現居地址：_____縣(市) _____鄉鎮市區 具原住民身分：是 否

第1次使用本量表評估：是

否，前次評估日期：_____年 _____月

本量表回收後，相關資料將作為衛生單位政策評估及查詢或個案追蹤健康管理使用。

長者同意請簽名或蓋章(手印)：_____

長者功能自評量表-家屬評估版



評估日期：_____年____月____日

項目	題目	評估結果
認知功能	1. 您是否覺得長輩近一年來有記憶減退現象?	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
行動功能	2. 椅子起身測試：長輩雙手抱胸，完成連續起立坐下5次。 • 需要幾秒？ • 是否大於12秒？	_____秒 <input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
營養不良	3. 詢問長輩在非刻意減重的情況下，過去三個月，體重是否減輕3公斤或以上?	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	4. 詢問長輩過去三個月，是否曾經食慾不好?	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
視力障礙	5. 詢問長輩眼睛看遠、看近或閱讀是否有困難？ (此題回答「是」，請答題目5-1.；此題回答「否」，請跳答題目6.)	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	5-1. 詢問長輩過去1年是否"曾"接受眼睛檢查？	<input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否
聽力障礙	6. 詢問長輩聽力是否出現以下"任一種"情況？ • 電話或手機交談時聽不清楚，或因為沒聽到鈴聲常漏接電話？ • 看電視/聽收音機時，常被家人或朋友說音量開太大聲？ • 與人交談時，常需要對方提高說話音量或再說一次？ • 因為聽力問題而不想去參加朋友聚會或活動？	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
憂鬱	7. 詢問長輩過去兩週，是否常感到厭煩(心煩或「阿雜」)，或覺得生活沒有希望？	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
	8. 詢問長輩過去兩週，是否減少很多的活動和原本感興趣的事？	<input checked="" type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否

- 以上功能評估結果如有異常(也就是您有勾選灰底處)，可於長輩回診時請教醫師，若暫時沒有尋求相關協助，可參考以下健康資訊，或查找以下住家附近可利用的社區資源及課程。

健康資訊QR CODE連結

認知



微電影-認知篇



失智是什麼



行動



微電影-行動篇



高齡健康操



營養



微電影-營養篇



均衡飲食帶動跳



憂鬱



微電影-憂鬱篇



認識老年憂鬱症



聽力



微電影-聽力篇



視力



微電影-視力篇



哪裡有適合長者使用的社區資源及課程?

