







Clinical Frailty Scale	Norsk versjon
 <p><b>1. Veldig sprekt.</b> Personer som er robuste, aktive, energiske og motiverte. De trener vanligvis regelmessig, og er blant de mest spreke i aldergruppen.</p>	 <p><b>7. Alvorlig skrøpelig.</b> Disse personer er helt avhengig av hjelp til personlig pleie både av fysiske eller kognitive årsaker. De er ellers stabile, og har ikke stor risiko for å dø iltå en 6 måneders periode</p>
 <p><b>2. Sprekt.</b> Personer som ikke har aktive sykdomssymptomer, men er mindre spreke en kategori 1. De kan trene og være veldig aktive av og til, eks sesongpreget.</p>	 <p><b>8. Svært alvorlig skrøpelig.</b> Held avhengig til alle gjøremål, nærmer seg livets slutt. Typisk er at de ikke kommer seg selv etter mindre akutte hendelser.</p>
 <p><b>3. Klarer seg bra.</b> Personer hvis medisinske problemer er godt kontrollert, men er ikke regelmessig aktive foruten vanlige ganger.</p>	 <p><b>9. Terminalt syk.</b> I livets slutfase. Kategorien kan brukes der levetidsaktene med stor grad av sikkerhet er &lt; 6 mnd. Selv om de ikke kan kalles «frail» (skrøpelig)</p>
 <p><b>4. Sårbar.</b> Selv om de ikke er avhengig av daglig hjelp fra andre, vil symptomer begrense aktiviteter. De klager ofte over at de «svekkes» og blir fort slitne og trøtte iltå dagen.</p>	<p><b>Vurdering av skrøpeligheit hos mennesker med demens.</b></p>
 <p><b>5. Lett skrøpelig.</b> Disse er klart langsomme, og trenger hjelp til mer komplekse daglige aktiviteter (finanser, transport, vask og rengjøring, medikamenter). Vanligvis vil gruppen i økende grad ha problem med å handle eller gå utenfor huset alene, lage måltider og ordne i hjemmet.</p>	<p>Grad av skrøpeligheit sammenfaller med grad av demens. Vanlige <b>symptom på mild demens</b> omfatter det å glemme detaljer rundt en nylig hendelse, men fremdeles evne å kunne huske selve hendelsen, å gjenta de samme spørsmålene / hendelsene og sosial tilbaketrekking.</p>
 <p><b>6. Moderat skrøpelig.</b> Personer som må ha hjelp til alle aktiviteter utenfor hjemmet og med å stelle hjemmet. De har problem med trapper, trenger hjelp til bading og kan trenge litt hjelp til å kle seg.</p>	<p>I <b>moderat demens</b> er korttidsminnet svært svekket, selv om de tilsynelatende kan huske hendelser fra tidligere i livet. De kan ivareta egenomsorgen under veiledning.</p> <p>Ved <b>alvorlig demens</b> må de ha hjelp til all egenomsorg.</p>

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

Oversatt til norsk januar 2018 av Hans Flaatten (dr.med) og Britt Sjøbø (MSc), Intensivmedisinsk seksjon, Kirurgisk serviceklinikk, Haukeland Universitetssjukehus, Bergen, Norge.