|  |  |
| --- | --- |
| **Identifikační štítek pacienta**  Jméno a příjmení pacienta: …………………………………….  Rodné číslo pacienta: ……………………………….………….  Datum narození (není-li RČ) ……………… Kód ZP:…………  Adresa trv. pobytu  (případně jiná adresa):…………………………………………. | **Oddělení geriatrie**  **□ 46 □ ODOP** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Datum: | |  |  |
|  | | bodové skóre | bodové skóre |
| A. Test rovnováhy | | | |
| Stoj spojný (nohy vedle sebe): | méně než 10 sekund | 0 | 0 |
| po dobu 10 sekund | 1 | 1 |
| Stoj v semitandemové pozici (pata jedné nohy vedle palce na druhé noze): | méně než 10 sekund | 0 | 0 |
| po dobu 10 sekund | 1 | 1 |
| Tandemová pozice ve stoji (pata jedné nohy vpředu před dotýkajícími se prsty druhé nohy): | méně než 3 sekundy | 0 | 0 |
| 3 – 9,99 sekund | 1 | 1 |
| více jak 10 sekund | 2 | 2 |
| B. Test rychlosti chůze | | | |
| Měření doby chůze na vzdálenost 4m obvyklým způsobem (započítáme nejrychlejší čas ze dvou pokusů): | chůze neschopen, nebo s dopomocí druhé osoby | 0 | 0 |
| více jak 8,70 sekund | 1 | 1 |
| 6,21 – 8,70 sekund | 2 | 2 |
| 4,82 – 6,20 sekund | 3 | 3 |
| méně než 4,82 sekund | 4 | 4 |
| C. Test vstávání ze židle | | | |
| Pacient sedí na židli, zkříží ruce na hrudi a postavuje se bez pomoci rukou. Měříme čas v sekundách nutný k provedení 5 postavení ze sedu do vzpřímeného stoje co nejrychleji bez pomoci rukou: | více jak 60 sekund | 0 | 0 |
| ˃16,70 sekund | 1 | 1 |
| 13,70 – 16,69 sekund | 2 | 2 |
| 11,20 – 13,69 sekund | 3 | 3 |
| méně než 11,19 sekund | 4 | 4 |
| **Celkové skóre** | |  |  |
|  | |  |  |
| Jmenovka a podpis NLZP | |  |  |

**Celkové hodnocení**

|  |  |
| --- | --- |
| 10 – 12 bodů | dobrá fyzická kondice |
| 7 – 9 bodů | snížená fyzická zdatnost, nutné klinické hodnocení a intervence „pre-frailty“ |
| 6 bodů a méně | křehký senior, vysoké riziko budoucí nesoběstačnosti |

**Zkratky:** ODOP – oddělení dlouhodobé ošetřovatelské péče