附表1

# 老年人生活自理能力评估表

### 

| 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 | 评分 |
| （1）进餐：使用餐具将饭菜送入口、咀嚼、吞咽等活动 | 独立完成 | — | 需要协助，如切碎、搅拌食物等 | 完全需要帮助 |  |
| 评分 | 0 | 0 | 3 | 5 |
| （2）梳洗：梳头、洗脸、刷牙、剃须、洗澡等活动 | 独立完成 | 能独立地洗头、梳头、洗脸、刷牙、剃须等；洗澡需协助 | 在协助下和适当的时间内，能完成部分梳洗活动 | 完全需要帮助 |  |
| 评分 | 0 | 1 | 3 | 7 |
| （3）穿衣：穿衣裤、袜子、鞋子等活动 | 独立完成 | — | 需要协助，在适当的时间内完成部分穿衣 | 完全需要帮助 |  |
| 评分 | 0 | 0 | 3 | 5 |
| （4）如厕：小便、大便等活动及自控 | 不需协助，可自控 | 偶尔失禁，但基本上能如厕或使用便具 | 经常失禁，在很多提示和协助下尚能如厕或使用便具 | 完全失禁，完全需要帮助 |  |
| 评分 | 0 | 1 | 5 | 10 |
| （5）活动：站立、室内行走、上下楼梯、户外活动 | 独立完成所有活动 | 借助较小的外力或辅助装置能完成站立、行走、上下楼梯等 | 借助较大的外力才能完成站立、行走、不能上下楼梯 | 卧床不起，活动完全需要帮助 |  |
| 评分 | 0 | 1 | 5 | 10 |
| 总评分 | | | | |  |

评价标准：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