



خدایا! کارم را بر من آسان گردان

سوره مبارکه طه آیه ۲۶



Comprehensive Geriatric Assessment

۱۴۰۱/۱۰/۱۰

By Dr Ali Dadgari

ارزیابی جامع سلامت سالمندان



Functional Assessment

By Dr Ali Dadgari



اهداف آموزشی دوره

توانایی عملکردی در سالمندان را تشریح نماید

آزمون های عملکردی را توضیح دهد

آزمون های عملکردی را روی بیمار خود انجام دهد



❖ ارزیابی جامع سالمندی (CGA) به عنوان یک فرآیند **تشخیصی** و **درمانی** چند رشته‌ای تعریف می‌شود که محدودیت‌های جسمانی، روانی اجتماعی و عملکردی یک سالمند ضعیف را شناسایی می‌کند تا برنامه‌ای **هماهنگ** برای **حداکثر رساندن سلامت** به موازات افزایش سن ارائه کند.



❖ **"سندرم سالمندی"** اصطلاحی است که اغلب برای اشاره به حالات اختلال سلامت رایج در افراد مسن استفاده می‌شود که در دسته‌های بیماری‌های مبتنی بر ارگان مجزا قرار نمی‌گیرند و اغلب دلایل چند عاملی دارند.

❖ این لیست شامل شرایطی مانند اختلال شناختی، دلیریوم، بی‌اختیاری ادراری، سوءتغذیه، زمین خوردن، اختلالات راه رفتن، زخم فشاری، اختلالات خواب، نقص حسی، خستگی و سرگیجه است. این شرایط در افراد مسن شایع است و ممکن است تاثیر زیادی بر کیفیت زندگی و ناتوانی داشته باشد.

❖ سندرم های سالمندی را می توان با ارزیابی جامع سالمندی به بهترین نحو شناسایی کرد.



استفاده از آنتی بیوتیک ، بیماری همزمان، هیپرلیپیدمی، سن بالاتر از ۸۰ سال
درد قفسه (CP) در سالمندان مبهم گزارش می شود یا گزارش نمی شود

کاهش گاردینگ در التهابات شکمی
مبهم بودن تب

محو شدن rebound tenderness



پلی فارمسی

عوارض دارویی (ADR)

استفاده از آنتی بیوتیک ، بیماری همزمان، هیپرلیپیدمی، سن بالاتر از ۸۰ سال



❖ اهداف ارزیابی جامع سالمندی (CGA):

- ❖ ارائه راه حلی بلندمدت برای بیماران "مدیریت سخت" "hard to manage" / با چندین پزشک و /یا ویزیت در اورژانس و پذیرش در بیمارستان.
- ❖ تمرکز بر بهبود /حفظ توانایی عملکردی و نه لزوماً "Cure"؛
- ❖ کمک در تشخیص مشکلات مرتبط با سلامتی؛
- ❖ طراحی برنامه هایی را برای درمان و مراقبت های بعدی.
- ❖ برنامه ریزی برای هماهنگی مراقبت.
- ❖ شناسایی نیاز به مراقبت طولانی مدت در صورت اقتضا.
- ❖ و جلوگیری از بستری مجدد در بیمارستان.



❖ موارد زیر مؤلفه‌های ضروری ارزیابی جامع سالمندی در نظر گرفته می‌شوند:

- (1) تشخیص‌ها و مشکلات بر اساس شرح حال، معاینه فیزیکی و آزمایش‌های تشخیصی مناسب. ارزیابی شامل سلامت دهان، بینایی، شنوایی و راه رفتن / حالت بدن
- (2) (۲) بررسی دقیق همه داروهای تجویزی با/بدون نسخه از جمله مکمل‌ها/گیاهان با توجه به عوارض جانبی و تداخلات احتمالی دارو-دارو/دارو-غذا.
- (3) (۳) ارزیابی تغذیه از جمله یادآوری رژیم غذایی، اندازه‌گیری‌های آنتروپومتریک، و آزمایش‌های آزمایشگاهی در صورت لزوم.
- (4) (۴) سابقه بی‌اختیاری ادرار /مدفوع؛
- (5) (۵) ارزیابی عملکرد روده.



- ❖ موارد زیر مؤلفه‌های ضروری ارزیابی جامع سالمندی در نظر گرفته می‌شوند:
- ❖ (۶) ارزیابی توانایی و ظرفیت شناختی برای تصمیم‌گیری آگاهانه.
- ❖ (۷) سلامت روانی/عاطفی؛
- ❖ (۸) توانایی‌های عملکردی (فعالیت‌ها و فعالیت‌های ابزاری زندگی روزمره] به ترتیب ADL و IADL). ارزیابی خطر سقوط.
- ❖ (۹) ارزیابی در مورد توانایی پایبندی به برنامه مراقبت تجویز شده.
- ❖ (۱۰) نیازها/باورهای معنوی؛
- ❖ (۱۱) ساختار حمایتی موجود جامعه.
- ❖ (۱۲) محیط زندگی فعلی و پیش بینی شده آینده؛
- ❖ (۱۳) مسائل حقوقی از جمله وصیت نامه زندگی، وکالت نامه، و مسائل پایان عمر. و



ADL

فعالیت توضیح: امتیاز صفر یا یک	استقلال (1 امتیاز) مستقل است و بدون نیاز به کمک انجام می دهد	وابستگی (0 امتیاز) نیاز به کمک و حمایت دارد
استحمام امتیاز: _____	(1 POINT) Bathes self completely or needs help in bathing only a single part of the body such as the back, genital area or disabled extremity	(0 POINTS) Need help with bathing more than one part of the body, getting in or out of the tub or shower. Requires total bathing
لباس پوشیدن امتیاز: _____	(1 POINT) Get clothes from closets and drawers and puts on clothes and outer garments complete with fasteners. May have help tying shoes.	(0 POINTS) Needs help with dressing self or needs to be completely dressed.
اجابت مزاج امتیاز: _____	(1 POINT) Goes to toilet, gets on and off, arranges clothes, cleans genital area without help.	(0 POINTS) Needs help transferring to the toilet, cleaning self or uses bedpan or commode.
جابجایی امتیاز: _____	(1 POINT) Moves in and out of bed or chair unassisted. Mechanical transfer aids are acceptable	(0 POINTS) Needs help in moving from bed to chair or requires a complete transfer.
اختیار کنترل ادرار و مدفوع امتیاز: _____	(1 POINT) self control over urination and defecation.	(0 POINTS) Is partially or totally incontinent of bowel or bladder
تغذیه امتیاز: _____	(1 POINT) Gets food from plate into mouth without help. Preparation of food may be done by another person.	(0 POINTS) Needs partial or total help with feeding or requires parenteral feeding.



WHAT ARE iADLs?

The Instrumental Activities of Daily Living

Cooking



Cooking, planning, and preparing meals

House Cleaning



Keeping living space free of clutter and dirt

Taking Medication



Taking medications as prescribed

Laundry



Washing linens, towels, and articles of clothing

Shopping



Purchasing groceries, clothing, and other items

Personal Finances



Paying bills and budgeting accurately

Communication



Making and returning telephone calls

Transportation



Driving a car, calling a cab, using public transportation



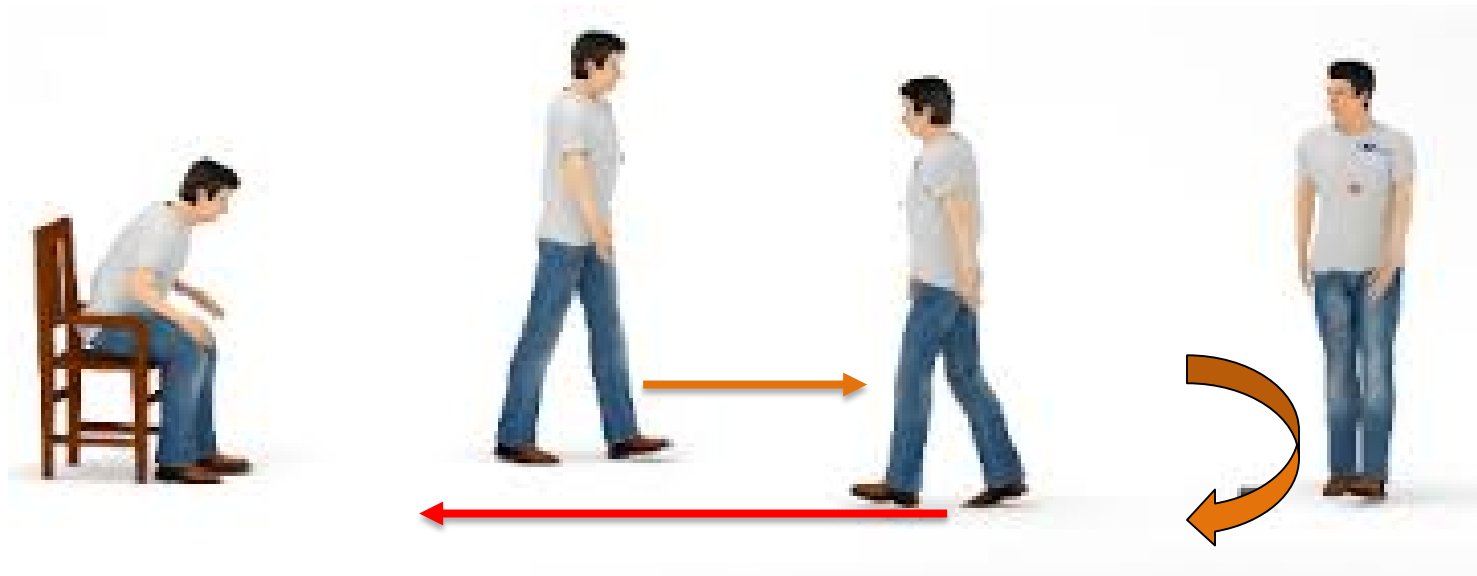
Frailty

کاهش وزن (BMI)
ضعف
سرعت کم راه رفتن

کم خونی



Timed Up and Go Test: TUGT



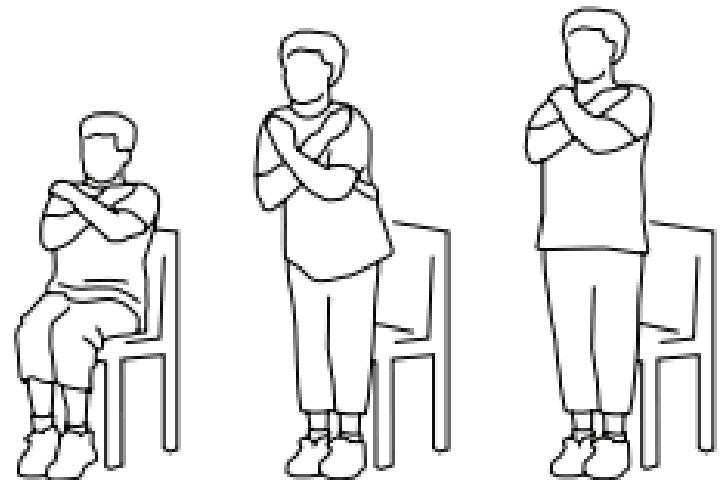


The six minute walking test (6MWT)



400-700m

Chair Stand Test





نمره 0-4	معیارها	ردیف
	نشستن به ایستادن	1
	ایستادن بدون حمایت	2
	نشستن بدون حمایت	3
	ایستاده به نشستن	4
	جابجایی	5
	ایستادن با چشم بسته	6
	ایستادن با پای کنار هم	7
	خم شدن به جلو با دست باز	8
	برداشتن اشیاء از زمین	9
	چرخیدن و نگاه به عقب	10
	چرخش 360 درجه	11
	گذارن متناوب پاها روی سه پایه	12
	ایستادن با یک پا در جلو	13
	ایستادن روی یک پا	14

Berg Balance Test

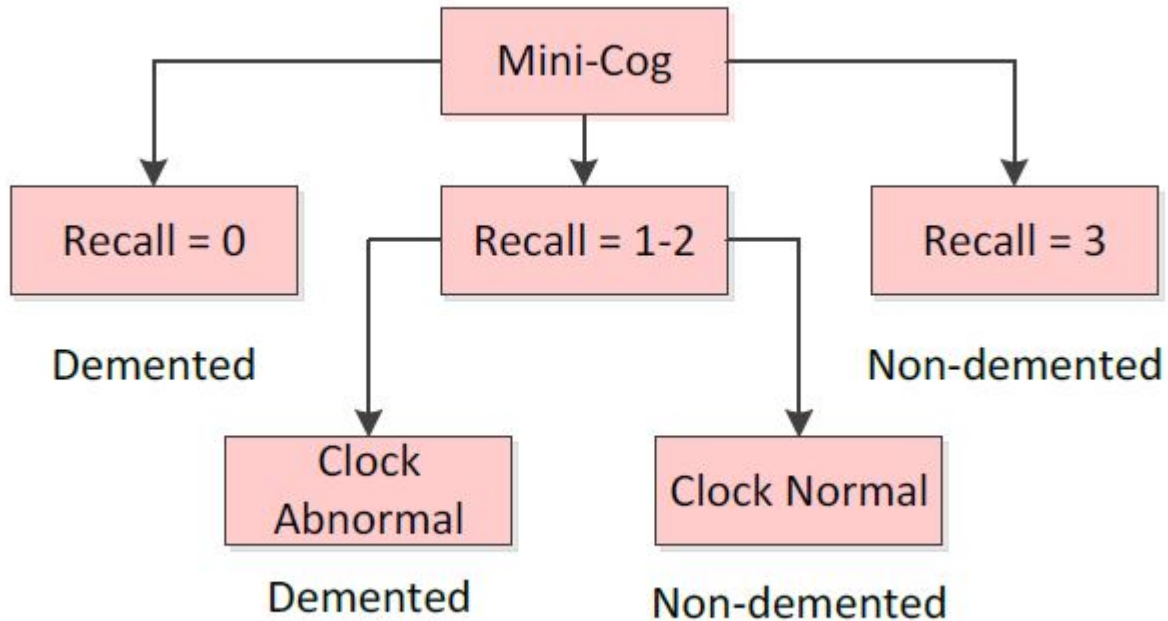
معیار تعادل در سالمندان با

آزمون برگ



Mini-Cog

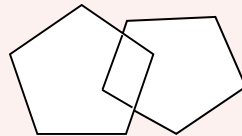
درخت
دریا
فروتنی





MMSE

گویه ها	نمره	حداکثر
امسال چه سالی است؟ چه فصلی است؟ کدام ماه است؟ کدام روز ماه است؟ چه روز هفته است؟	5	5
اینجا کجاست؟ کشور-استان- شهر ؟ بیمارستان....؟	5	5
سه کلمه را به طور واضح بیان کنید، مثل توپ، دریا، فروتنی از بیمار بخواهید این کلمات را بلافاصله بعد از شما تکرار کند. اگر بیمار نمی تواند کلمات را تکرار کند، اول با راهنمایی هر کلمه را به یاد او بیاورید مثل در مورد توپ بگویید وسیله بازی، در مورد دریا بگویید محل آبتنی و در مورد فروتنی بگویید یک صفت پسندیده انسانی به معنی تواضع این کار را تکرار کنید تا بیمار بتواند این سه کلمه را تکرار کند. تعداد دفعات تکرار را در نظر بگیرید.	5	5
از عدد 100 شروع کنید و هفت تا هفت تا از آن کم کنید، 100، 93، 86، 79، 72 کلمه دیوار را برعکس حرف به حرف بگویید. ر - ا - و - ی - د قبلا سه کلمه را به شما گفتم آیا می توانید آن ها را به یاد آورید. مراحل را مثل بالا تکرار کنید	5	5
دو شی ساده مثل ساعت و خودکار را به بیمار نشان دهید و از او بخواهید نام آن ها را بگوید	2	2
از بیمار بخواهید این عبارت را تکرار کند " بی هیچ اما شاید"	1	1
به بیمار یک کاغذ ساده بدهید و از او بخواهید کاغذ را از وسط تا بزند و روی زمین بگذارد	3	3
این متن را روی کاغذ بنویسید از بیمار بخواهید دستور را بخواند و اجرا کند "چشم هایت را ببند"	1	1
از بیمار بخواهید یک جمله ساده بنویسد. جمله باید فاعل و فعل داشته باشد.	1	1
از بیمار بخواهید تا عکس زیر را بکشد. بیمار باید بتواند دو پنج ضلعی متداخل بکشد. وجود 10 زاویه الزامی است.	1	1



= نمره کل

30

