

# แบบประเมินคัดกรองปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุ โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ (ADL for Colorectal cancer)

ชื่อ นาย/นาง/น.ส..... นามสกุล..... HN.....  
 ว/ด/ป ที่ประเมิน.....แพทย์ผู้ประเมิน.....ว. ....

## 1. ความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน ดัชนีบาร์เธลแอคทีแวล (Barthel Activities of Daily Living: ADL)

### (1) รับประทานอาหารเมื่อเตรียมสารไว้ให้เรียบร้อยต่อหน้า

- ☐ 0 คะแนน ไม่สามารถตักอาหารเข้าปากได้  
☐ 1 คะแนน ตักอาหารเองได้ แต่ต้องมีคนช่วย เช่น ช่วยใช้ช้อนตักเตรียมไว้ให้ หรือตัดเป็นชิ้นเล็กๆ ไว้ล่วงหน้า  
☐ 2 คะแนน ตักอาหารและช่วยตัวเองได้เป็นปกติ

### (2) การล้างหน้า หวีผม แปรงฟัน โกนหนวดในระยะเวลา 24-48 ชั่วโมงที่ผ่านมา

- ☐ 0 คะแนน ต้องการความช่วยเหลือ  
☐ 1 คะแนน ทำได้เอง (รวมทั้งที่ทำได้เองถ้าเตรียมอุปกรณ์ไว้ให้)

### (3) ลุกนั่งจากที่นอน หรือจากเตียงไปยังเก้าอี้

- ☐ 0 คะแนน ไม่สามารถนั่งได้ (นั่งแล้วจะล้มเสมอ) หรือต้องใช้คน 2 คนช่วยกันยกขึ้น  
☐ 1 คะแนน ต้องการความช่วยเหลืออย่างมากจึงจะนั่งได้ เช่น ต้องใช้คนที่แข็งแรงหรือมีทักษะ 1 คน หรือใช้คนทั่วไป 2 คนพยุง

หรือดันขึ้นมาก็จะนั่งอยู่ได้

- ☐ 2 คะแนน ต้องการความช่วยเหลือบ้าง เช่น บอกให้ทำตามหรือช่วยพยุงเล็กน้อย หรือต้องมีคนดูแลเพื่อความปลอดภัย  
☐ 3 คะแนน ทำได้เอง

### (4) การใช้ห้องน้ำ

- ☐ 0 คะแนน ช่วยตัวเองไม่ได้  
☐ 1 คะแนน ทำเองได้บ้าง (อย่างน้อยทำความสะอาดตัวเองได้หลังจากเสร็จธุระ) แต่ต้องการความช่วยเหลือในบางสิ่ง  
☐ 2 คะแนน ช่วยเหลือตัวเองได้ดี (ขึ้นนั่งและลงจากโถส้วมเองได้ ทำความสะอาดได้หลังจากเสร็จธุระ ถอดใส่เสื้อผ้าได้เรียบร้อย)

### (5) การเคลื่อนที่ภายในห้องหรือบ้าน

- ☐ 0 คะแนน เคลื่อนที่ไปไหนไม่ได้  
☐ 1 คะแนน ต้องใช้รถเข็นช่วยตัวเองให้เคลื่อนที่ได้เอง(ไม่ต้องมีคนเข็นให้) และจะต้องเข้าออกมห้องหรือประตูได้  
☐ 2 คะแนน เดินหรือเคลื่อนที่โดยมีคนช่วย เช่น พยุง หรือบอกให้ทำตาม หรือต้องให้ความสนใจดูแลเพื่อความปลอดภัย  
☐ 3 คะแนน เดินหรือเคลื่อนที่ได้เอง

### (6) การสวมใส่เสื้อผ้า

- ☐ 0 คะแนน ต้องมีคนสวมใส่ให้ ช่วยตัวเองแทบไม่ได้หรือน้อย  
☐ 1 คะแนน ช่วยตัวเองได้ประมาณร้อยละ 50 ที่เหลือต้องมีคนช่วย  
☐ 2 คะแนน ช่วยตัวเองได้ดี (รวมทั้งการติดกระดุม รูดซิป หรือใส่เสื้อผ้าที่ดัดแปลงให้เหมาะสมก็ได้)

### (7) การขึ้นลงบันได 1 ชั้น

- ☐ 0 คะแนน ไม่สามารถทำได้  
☐ 1 คะแนน ต้องการคนช่วย  
☐ 2 คะแนน ขึ้นลงได้เอง (ถ้าต้องใช้เครื่องช่วยเดิน เช่น Walker จะต้องเอาขึ้นลงได้ด้วย)

### (8) การอาบน้ำ

- ☐ 0 คะแนน ต้องมีคนช่วยหรือทำให้ ☐ 1 คะแนน อาบน้ำได้เอง

### (9) การกลั้นการถ่ายอุจจาระ ใน 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา

- ☐ 0 คะแนน กลั้นไม่ได้ หรือต้องการการสวนอุจจาระอยู่เสมอ ☐ 2 คะแนน กลั้นได้เป็นปกติ  
☐ 1 คะแนน กลั้นไม่ได้บางครั้ง (ไม่เกิน 1 ครั้งต่อสัปดาห์)

### (10) การกลั้นปัสสาวะในระยะเวลา 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา

- ☐ 0 คะแนน กลั้นไม่ได้ หรือใส่สายสวนปัสสาวะ แต่ไม่สามารถดูแลเองได้ ☐ 2 คะแนน กลั้นได้เป็นปกติ  
☐ 1 คะแนน กลั้นไม่ได้บางครั้ง (ไม่เกินวันละ 1 ครั้ง)

คะแนนรวม ADL (เต็ม) 20 คะแนน	แปลผล
0 - 4 คะแนน	ภาวะพึ่งพาโดยสมบูรณ์ : very low initial score, total dependence
5 - 8 คะแนน	ภาวะพึ่งพารุนแรง : low initial score, severe dependence
9 - 11 คะแนน	ภาวะพึ่งพานกลาง : intermediate initial score, moderately severe dependence
12 - 20 คะแนน	ไม่เป็นการพึ่งพา : intermediate high, mildly severe dependence, consideration of discharging home

ผลการประเมิน รวม.....คะแนน

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน