

1. Skala VES-13<sup>1</sup>

Lp.	OCENIANE OBSZARY		OCENA
1	Wiek	60-74	0
		75-84	1
		85+	3
2	Samooocena stanu zdrowia	Wspaniałe lub dobre	TAK = 0
		Przeciętne lub złe	TAK = 1
3	Znaczne trudności w wykonywaniu następujących czynności lub ich wykonanie jest niemożliwe	Pochylanie, kucanie, klękanie	Tak/Nie
		Podnoszenie, dźwiganie przedmiotów o wadze 4,5 kg	Tak/Nie
		Sięganie lub wyciąganie ramion powyżej barków	Tak/Nie
		Pisanie lub utrzymywanie drobnych przedmiotów	Tak/Nie
		Przejsięcie 400 metrów	Tak/Nie
		Ciężka praca domowa, mycie podłóg lub okien	Tak/Nie
	Jeżeli dwie (lub więcej) odpowiedzi są pozytywne, należy przyznać maksimum 2 punkty, a jeśli jedna to 1 punkt		.....pkt (0-2 pkt)
4	Z powodu złego stanu zdrowia lub ograniczeń w sprawności ma trudności z wykonywaniem następujących czynności lub ich nie wykonuje wykonanie jest niemożliwe	Zakupy produktów na potrzeby własne, np. produkty toaletowe, leki	Tak/Nie
		Rozporządzanie własnymi pieniędzmi: śledzenie wydatków, opłacanie rachunków	Tak/Nie
		Przejsięcie przez pokój ( również przy pomocy kuli, laski lub balkonika)	Tak/Nie
		Wykonywanie lekkich prac domowych (zmywanie naczyń, ścieranie kurzu)	Tak/Nie
		Kąpiel (w wannie lub pod prysznicem)	Tak/Nie
	Jeżeli choć jedna odpowiedź jest pozytywna, to należy przyznać 4 punkty (maksimum)		.....pkt (0 lub 4 pkt)
SUMA PUNKTÓW OCENY			..... maksimum =10

\* Uzyskanie 3 lub więcej punktów wskazuje na ryzyko znacznego pogorszenia stanu zdrowia, sprawności funkcjonalnej w ciągu najbliższych dwóch lat.

.....  
Data, nadruk lub pieczęta  
zawierająca imię i nazwisko, numer  
prawa wykonywania zawodu oraz  
podpis lekarza

<sup>1</sup> Skala zaadoptowana przez Zespół Ekspertów ds. Gerontologii przy Ministerstwie Zdrowia. Standardy postępowania w opiece geriatrycznej. Gerontologia Polska. Zalecenia i standardy postępowania z 2013 r., tom 21, nr 2.