

預防及延緩失能照護計畫 前(後)測 Kihon Checklist-填表說明

評估原則：

- 1.請長者不需要過度思考，就主觀想法作答。答案是否適合，由此25題項的施測者來判斷。
- 2.針對沒有期間限制的題項，請長者依目前情況來作答。
- 3.針對習慣性的題項，含頻度在內，請長者依自己的判斷作答。
- 4.各題項的詳細含意如下，可依各地區的實際情況做適當的詮釋，但請不要變更題項的表現形式。

No.	項目	基本確認項目調查題項之詳細含意
1~5項是針對日常生活之相關行為		
1	平常是否獨自1人搭公車或電車外出？	詢問在沒有家人陪伴下，是否會1個人搭公車或電車外出。若當地沒有公車或電車，改以其他公共交通工具來詢問。另外，也包含1個人駕駛自用車外出的情況。
2	是否自行購買日常用品？	詢問是否可以獨自外出去購買日常用品（例如，正確無誤的購買所需物品）。次數方面，請本人自行判斷。若只是打電話去訂購，則請施測者勾選「不」的答案。
3	是否自行去銀行提款？	詢問是否可以自己存錢、提款。包含在銀行窗口辦理各項手續，請對象者自行判斷，若可以自行管理金錢，就請勾選「是」。若必須仰賴家人來存提金錢，就請勾選「不」。
4	是否會拜訪朋友家？	詢問是否會到朋友家拜訪。不包含僅以電話互相交流。也不包含拜訪其他家人的家或親戚家。
5	是否會找家人或朋友商量事情？	詢問是否會找家人或朋友商量事情。沒有直接面談，僅以電話商量的情況，請勾選「是」。
6~10項是針對肌肉骨骼系統的功能。		
6	是否可以不攙扶樓梯扶手或牆壁上樓？	詢問是否可以在不攙扶樓梯扶手或牆壁的情況下自行上樓。上樓時偶爾扶一下扶手的情況，請勾選「是」。即使可以不藉由攙扶扶手等外力上樓，卻還是習慣性一定要扶著東西的情況，請勾選「不」。
7	是否從椅子上起身時，可以不需攙扶任何輔助用具？	從坐在椅子上的狀態可以不需要攙扶任何輔助用具站起身嗎。若只是偶爾攙扶一下，請勾選「是」。
8	是否可持續步行15分鐘左右？	詢問是否可以步行持續15分鐘以上。室內、室外不拘。
9	過去1年是否曾經跌倒？	詢問這1年來是否曾經「跌倒」。
10	是否對於跌倒會感到相當不安？	現在對於跌倒會不會感到很不安，請對象者依主觀感受回答。
11~12項是針對營養不良情況的題項。		
11	這6個月內體重減輕2~3公斤嗎？	詢問這6個月來體重是否減輕2~3公斤以上。若減輕2~3公斤以上並非6個月內，而是更長的期間內，請勾選「不」。
12	* BMI ≤ 18.5嗎？ 體重(kg)；BMI〔體重(kg) / 身高(m) ² 〕	以整數記載身高與體重。體重是1個月內量的，身高是過去測量的也沒有關係。
13~15項是針對口腔功能。		
13	跟半年前比起來，更無法吃較硬的東西？	詢問和半年前相比，是否覺得固體食物比較難以下嚥。如果超過半年以上就已經難以下嚥，且狀況沒有什麼改變的話，請勾選「不」。
14	喝茶或喝湯時，是否會噎到？	喝茶或喝湯等液體時，是否會噎到，請對象者依主觀經驗回答。
15	是否常感到口渴？	是否會很在意口渴的現象，請對象者依主觀經驗回答。
16~17項是針對社會退縮(足不出戶、宅男宅女)的問題。		
16	是否每週至少出門一次？	一星期外出的次數，請以過去1個月內外出的次數來平均。
17	外出的次數是否比去年減少？	和去年外出次數相比，若今年外出次數減少，請勾選「是」。
18~20項是針對認知傾向的問題。		
18	是否有健忘現象，例如被周遭的人說『怎麼老是問同樣的事呢？』等？	就算對象者本人真有健忘的傾向，但不曾被周遭人提醒過、問過的話，就請勾選「不」。
19	是否自行查詢電話號碼、撥打電話？	詢問是否會想辦法自己查詢電話號碼，自己撥打電話。若是向他人詢問電話號碼，請他人代撥，自己只是接聽電話的情況，請勾選「不」。
20	是否曾經發生過不知道今天是幾月幾日的情形？	請對象者依本人主觀感受回答是否會有不曉得今天是幾月幾號的時候。僅知道幾月或僅知道幾號的情況，請勾選「是」。
21~25項是針對憂鬱(鬱卒)傾向的問題。		
21	近兩週內，是否覺得每天的生活缺乏充實感？	口語意涵，請對象者依個人主觀感受回答這2週來的情況。
22	近兩週內，對於以前感興趣的事情開始覺得無趣、乏味？	
23	近兩週內，有無以前做起來覺得輕鬆自如之事，現在卻覺得吃力或厭煩？	
24	近兩週內，是否覺得或認為自己是個無用之人？	
25	近兩週內，有無不明所以地感到疲累或倦怠？	