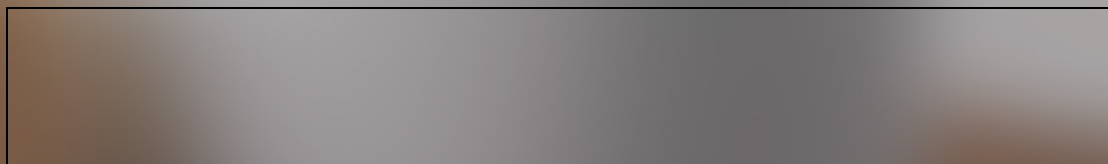




日常生活活动能力 评定





复习题

- ADL的定义及内容
- 常用ADL的评定方法



定义

■ 狭义ADL:

- 指人们为了维持生存及适应生存环境而进行的一系列最基本的、最具有共性的活动;
- 包括: 进食、穿衣、洗澡、大小便控制、行走, 即衣、食、住、行、个人卫生;
- 是个人生活独立的基础。



■ 广义ADL：

- 指一个人在家庭、工作机构及社区里自己管理自己的能力；
- 除了包括最基本的生活能力之外，还包括与他人交往的能力，以及在经济上、社会上和职业上合理安排自己生活方式的能力。
- ADL的独立应包括家居独立、工作独立和社区独立。



评估基础

- ADL可以最基本地反映一个个体的综合运动能力，客观地评价个体的精细、协调、控制能力和感知认知功能；
- 完成ADL能力的基础：



1、身体条件:

- 有随意运动功能，能按个体的要求完成各种随意活动；
- 有精细地协调、控制躯体、肢体和手功能的能力，能完成各种复杂和高难度的活动，如刷牙、骑车等活动；
- 有控制身体平衡和稳定的功能，保证患者完成各种活动，如坐位下穿衣、行走、上下楼；



- 具备大脑的高级功能，包括言语、感知、认知功能，以处理交流、对话、社交等复杂的日常活动，如打电话、用钱买物等；
- 具备人体解剖学上的完整性和对称性；
- 具有接受外界信息的一般感觉和特殊感觉；



- 保持躯体、四肢肌肉的肌张力和肌力，MMT在3级以上，才具备完成ADL能力；
- 保持全身关节的活动范围及人体的功能位，能够使机体完成各种日常功能活动；
- 具备完成ADL能力的心肺功能；对于心肺功能差的患者，ADL会不同程度地受到限制。



2、环境条件：

- 适当的环境改造可能改变患者的ADL能力；
- 下肢功能障碍的患者，住高楼不如住平房方便，甚至会形成制约患者活动的原因；完全下蹲困难的患者，用坐厕可以自己解决大小便，用蹲厕则无法自行大小便。
- 在进行ADL评定时，必须考虑环境因素。



3、补偿和替代装置：

- 对肢体功能丧失或肢体残缺的患者，其ADL能力会完全或大部分受限；
- 此时采用补偿或替代方法，如对生活用具进行改造，肢体矫形器、假肢的应用，拐杖和轮椅等辅助具的代偿，可以使完全失去生活能力的患者恢复ADL自理。



ADL的内容

1、运动方面：

■床上运动：

- ①床上体位：保持在良好位置下的仰卧位、侧卧位和俯卧位；
- ②床上体位转换：床上翻身及卧-坐；
- ③床上移动：上、下、左、右移动。



■ 轮椅上运动和转移:

- ①乘坐轮椅: 床-轮椅或轮椅-坐椅之间的相互转移, 以及乘坐轮椅进出厕所或浴室;
- ②使用轮椅: 对轮椅各部件的识别与操纵, 轮椅的保养与维修。



■ 使用或不使用专门设备的室内、室外行走：

- ① 室内行走：在地板、地毯或水泥地面上行走；
- ② 室外行走：在水泥路、碎石路或泥土路面上行走，上下台阶和楼梯；
- ③ 借助助行器行走：使用助行架、手杖、腋杖，穿戴支架、矫形器或假肢行走。



- **公共或私人交通工具的使用：**骑自行车、摩托车，上下汽车，驾驶汽车等。



2、自理方面：

- **更衣：**包括穿脱内衣、内裤、套头衫、开衫、罩裤、鞋袜，穿脱假肢支具，扣钮扣，拉拉链，系腰带、鞋带，打领带等；
- **进食：**主要包括餐具的使用以及咀嚼、吞咽能力等。如持筷夹取食物，用调羹舀取食物，用刀切开食物，用叉叉取食物，用吸管、杯或碗饮水、喝汤等；



- **个人清洁**：包括洗漱（刷牙、洗脸、漱口、洗发、洗澡、洗手）和修饰（梳头、刮脸、修指甲、化妆等）；
- **上厕所**：包括使用尿壶、便盆或进入厕所大小便及便后会阴部的清洁、衣物的整理、排泄物的冲洗等。



3、交流方面：包括打电话、阅读、书写，使用计算机、录音机，识别环境标记等。

4、家务劳动方面：包括购物、备餐，保管和清洗衣物，清洁家居，照顾孩子，安全使用生活用品、家用电器及收支预算等。



ADL分类

- **基本ADL (BADL)**: 用于康复医学评定, 主要是了解患者应用最基本的、粗大的、无需利用工具的日常生活活动;
- **躯体性ADL (PADL)**: 在BADL中, 有一些只涉及躯体的功能而不涉及言语、认知等方面的活动称PADL, 是在每日生活中与穿衣、进食、保持个人卫生等自理活动和坐、站、行走等身体活动有关的基本活动;



- **工具性ADL (IADL)**：是指人们在社区中独立生活所需的、要借助工具完成的较高技能，如做家务、采购、开车、处理个人事物等。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/227014043006006162>