**Toimintakyvyn mittarit Jyllin Kodilla:**

**BARTHEL**

* **Vanhin ja käytetyin fyysisen toimintakyvyn mittari. Kehitetty alun perin aivohalvauspotilaan toimintakyvyn mittaamiseen, mutta soveltuu myös dementoituneen fyysisen toimintakyvyn mittaamiseen.**
* **Testin etuja ovat sen yksiselitteisyys ja arvion nopeus. Kokeneilta testin tekijöiltä testin tekoon kuluu noin 5 minuuttia.**

**MMSE (Mini-Mental State Examination)**

* **Lyhyt muistin ja tiedonkäsittelyn arviointiin tarkoitettu ns.minitesti.Testi soveltuu edenneen dementia-asteisen muistisairauden seulontaan ja seurantaan. Testi ei kumminkaan sovellu varhaisen tai lievän muistisairauden seulontaan.**
* **Suoritusaikaa testin tekoon kuluu noin 10-15 minuuttiin.**
* **Testi heijastaa testattavan kielellisiä kykyjä, orientaatiota, mieleen painamista ja palauttamista, tarkkaavaisuutta, toiminnanohjausta, laskutaitoa ja hahmotuskykyä.**
* **Testin kokonaispistemäärä on 30. Jos testattava on saanut 24 pistettä tai vähemmän niin testattavan muisti on yleensä poikkeava.Kun testitulos näyttää 25-30 on tehtävä jatkoselvittelyjä esimerkiksi Gerad – kognitiivinen tehtäväsarjalla.**

**GDS 30 (Geriatrinen Depressioasteikko)**

* **Kehitetty iäkkäiden henkilöiden masennuksen arviointia varten. GDS –testin kehitystyössä painotettiin asteikon täyttämisen helppoutta.**
* **Alkuperäisestä 30 (kyllä/ei) kysymystä käsittävästä asteikosta on myöhemmin kehitetty 15,10 ja 4 kysymyksestä koostuvat suppeammat arviointiasteikot.**
* **Testi on enimmäkseen itsearviointiasteikko, jota toinen henkilö voi täyttää asteikon luettuaan kysymykset ääneen tutkittavalle.**
* **Testi soveltuu parhaiten depression seulontamittariksi vanhuksilla.**
* **Tulokset: 0-10 normaali, 11-20 lievä depressio ja 21-30 keskivaikea/vaikea depressio.Testin tekemiseen kuluu vähintään 15minuuttia.**

**MNA (Mini- Nutritional Assesment)**

* **Säännöllinen painon seuranta on yksinkertaisin tapa seurata ravitsemustilaa.**

**Mitä nopeampaa suurempaa tahaton laihtuminen on, sitä suurempi syy on epäillä ravitsemustilan heikkenemistä.**

* **suositeltava painoindeksi ikääntyneille on 24-29**
* **Yli 65-vuotiaiden ravitsemusarviointiin kehitetty validoitu testi, joka jakaa ikääntyneet kolmeen ryhmään jotka ovat seuraavat:**
* **virheravitsemuksesta kärsivät**
* **virheravitsemuksen riskissä oleviin**
* **hyvä ravitsemustilaisiin.**

**Fysioterapeutin käyttämä:**

**BERG – Tasapainotesti (Berg Balance Scale (BBS)**

* **Käytetään iäkkäiden toiminnallisen tasapainon kehityksen ja hoidon vaikutuksen arvioimisen tarkkailuun. Testiä on käytetty myös erilaisiin neurologisia sairauksia (aivohalvaus, MS-tauti, Parkinsonin tauti). sairastavien henkilöiden tasapainon arvioinnissa selä seulontatutkimuksissa ja kaatumisia ennustavana indikaattorina.**