

Delregional rutin för skörhet och användning av Clinical Frailty Scale (CFS)

Skörhet

Skörhet är ett begrepp som bättre än multisjuklighet och/eller kronologisk ålder identifierar äldre personer i behov av en noggrannare kartläggning ur ett helhetsperspektiv.

Skörhetsskattning enligt CFS

Skörhetsskattningen enligt CFS används för att bedöma den enskildes tillstånd och görs utifrån den funktion och sjukdomsbild som den enskilde har eller hade före ett eventuellt akut insjuknande. Skörhetsskattningen är endast en del av en helhetsbedömning och kan inte ensam utgöra grund för beslut om fortsatt handläggning.

Skattningsskalans begränsningar

Skattningsskalan är inte validerad för personer under 65 år.

Syfte och mål

Syftet med skattningen är att arbeta förebyggande och bedöma skörhet för att identifiera de personer som behöver en noggrannare kartläggning ur ett helhetsperspektiv och för att underlätta i vårdövergångarna. Målet är att skapa goda förutsättningar för fortsatt stöd, åtgärder och insatser för den enskilde. Detta för att optimera individens livskvalitet och höja eller bibehålla aktivitetsnivå. Sköra individer bör i så stor omfattning som möjligt erbjudas ändamålsenliga vårdinsatser i sin hemmiljö.

Införande av skattning enligt CFS

Lilla styrgruppen Sköra äldre har beslutat att CFS ska införas inom samtliga berörda verksamheter inom Närvårdssamverkan Södra Älvsborg. Arbetet med att införa CFS kommer ske i flera steg med start i utvalda verksamheter, se nedan. Det finns dock inget som hindrar att övriga verksamheter påbörjar införandet av skattning enligt CFS när det anses lämpligt.

Följande verksamheter ska göra skattning enligt CFS:










- Förebyggande team för äldre i samverkan.
- Äldresjuksköterska/äldremottagning inom regional primärvård.
- Arbetsterapeut och fysioterapeut inom regional primärvård för patienter 75 år eller äldre. Vid behov görs skattning även för yngre patienter.
- Närsjukvårdsteam och Palliativt team SÄS.

Dokumentation

Dokumentation av skattningen sker i respektive journalsystem. Information förmedlas och delas i aktuell IT-tjänst för vårdövergång i samverkan till berörda huvudmän när behov finns utifrån situation och de åtgärder som vidtas. Om skattning är gjord i kommunal eller regional primärvård läggs informationen i SAMSA under *Vårdbegäran* i avsnittet "Vidtagna åtgärder". Om skattningen är gjord på sjukhuset under ett slutenvårdstillfälle, dokumenteras detta under *Planering* i avsnittet "Utförda hälso-, sjukvårds- och omvårdnadsåtgärder vid denna vårdkontakt".

Skattning


Skattningen görs med hjälp av Clinical Frailty Scale, CFS.

CLINICAL FRAILTY SCALE		SWEDISH	
	1	MYCKET VITAL	Personer som är starka, aktiva, energiska och motiverade. De tränar regelbundet och hör till dem som är mest vitala för sin ålder.
	2	VITAL	Personer som inte har några sjukdomssymtom men som är mindre vitala än personer i kategori 1. De tränar ofta eller är emellanåt mycket aktiva , t.ex. beroende på årstid.
	3	KLARAR SIG BRA	Personer vars medicinska problem är väl kontrollerade , även om de emellanåt har symtom. De är sällan regelbundet aktiva utöver vanliga promenader.
	4	LEVER MED MYCKET LINDRIG SKÖRHHET	Denna kategori markerar en tidig övergång från fullständigt oberoende. Är inte beroende av andras hjälp i vardagen, men har ofta symtom som begränsar deras aktiviteter . Ett vanligt klagomål är att de "saknar ned" och/eller är trötta under dagen.
	5	LEVER MED LINDRIG SKÖRHHET	Dessa personer är ofta uppenbart långsammare och behöver hjälp med komplexa instrumentella aktiviteter i det dagliga livet (IADL) (ekonomi, resor, tungt hushållsarbete). Lindrig skörhet försämrar i allmänhet förmågan att handla och gå ut på egen hand, förbereda måltid, sköta medicinering och börjar begränsa lättare hushållsarbete.
	6	LEVER MED MÄTLIG SKÖRHHET	Personer som behöver hjälp med alla utomhusaktiviteter och hushållsarbete . Inomhus har de ofta problem med trappor, behöver hjälp med att tvätta sig och kan behöva minimal hjälp (uppmärksamhet, stöd) med att klä på sig.
	7	LEVER MED ALLVARLIG SKÖRHHET	Är helt beroende av andra för sin personliga vård oavsett orsak (fysisk eller kognitiv). Trots det framstår de som stabila och utan hög risk för att dö (inom ungefär 6 månader).
	8	LEVER MED MYCKET ALLVARLIG SKÖRHHET	Är helt beroende av andra för sin personliga vård , och närmar sig livets slut . De kan i allmänhet inte tillfriskna ens från en lindrig sjukdom.
	9	TERMINALT SJUK	Närmar sig livets slut. I den här kategorin ingår personer med en förväntad återstående livslängd på mindre än 6 månader , men som inte i övrigt lever med allvarlig skörhet (Många terminalt sjuka kan fortfarande träna fram till mycket nära sin bortgång).

ATT SKATTA SKÖRHHET HOS PERSONER MED DEMENS

Graden av skörhet motsvarar i allmänhet graden av demens. Vanliga symtom vid **lindrig demens** är att glömma bort detaljer om en nyligen inträffad händelse, men minnas själva händelsen, att upprepa samma fråga/berättelse och att dra sig undan socialt. Vid **måttlig demens** är närminnet mycket försämrat, samtidigt som personen kan ha god förmåga att minnas tidigare händelser i livet. De kan utföra sin personliga vård på uppmärksamhet. Vid **svår demens** kan de inte utföra sin personliga vård utan hjälp. Vid **mycket svår demens** är de ofta sängliggande. Många är praktiskt taget stumma.

Clinical Frailty Scale © 2005–2020 Rockwood, Version 2.0 (SV). Alla rättigheter förbehålles. För tillstånd: www.geriatricmedicine-research.ca
Translated with permission to Swedish by Niklas Ekerstedt, Anne-Marie Boström, Susanne Guidetti and Kristina Ahlund, Trollhättan-Linköping-Stockholm, 2020.
Rockwood K et al. A global clinical measure of fitness and frailty in elderly people. CMAJ 2005;173:489–495.



Ställningstagande

Efter att en individ har skattats enligt CFS krävs ett ställningstagande för fortsatt stöd, åtgärder och insatser för den enskilde.

- Vad är viktigt för den enskilde?
- Vilka åtgärder har den enskilde behov av?
- Behöver den enskilde hänvisas vidare och i så fall till vem?
- Vilken uppföljning är aktuell för den enskilde?

Åtgärder som rekommenderas

CFS 1–3: Ej sköra

- Ge råd kring levnadsvanor, till exempel enkla råd om kost och fysisk aktivitet. Erbjud vid behov ett FaR (fysisk aktivitet på recept).
- Informera om förebyggande hembesök/förebyggande team i aktuell kommun om detta finns.

CFS 4: Lever med mycket lindrig skörhet

- Identifiera eventuellt behov av insatser från socialtjänst. Vidta relevanta åtgärder eller förmedla kontakt med handläggare i kommunen.
- Identifiera behov av hjälp med läkemedel. Vidta relevanta åtgärder eller förmedla kontakt med vårdcentral.
- Identifiera behov av bedömning av aktivitets- och funktionsförmåga, hjälpmedel, bostadsanpassning och/eller träning. Förmedla kontakt med arbetsterapeut och/eller fysioterapeut i regional eller kommunal primärvård.
- Ge råd kring levnadsvanor, till exempel enkla råd om kost och fysisk aktivitet. Erbjud vid behov ett FaR.
- Erbjud och informera om förebyggande hembesök/förebyggande team.

CFS 5 - 6: Lever med skörhet (har ofta hemtjänst eller hjälp från anhöriga)

- Identifiera eventuellt behov av insatser från socialtjänst. Vidta relevanta åtgärder eller förmedla kontakt med handläggare i kommunen.
- Identifiera behov av hjälp med läkemedel. Vidta relevanta åtgärder eller förmedla kontakt med vårdcentral.
- Identifiera behov av bedömning av aktivitets- och funktionsförmåga, hjälpmedel, bostadsanpassning och/eller träning. Förmedla kontakt med arbetsterapeut och/eller fysioterapeut i regional eller kommunal primärvård.
- Ge råd kring levnadsvanor, till exempel enkla råd om kost och fysisk aktivitet. Erbjud vid behov ett FaR.
- Erbjud och informera om förebyggande hembesök/förebyggande team.
- Vid tecken till kognitiv svikt eller demens vidta relevanta åtgärder eller förmedla kontakt med vårdcentral. Patienter med mild demens har i regel minst CFS 5. Patienter med medelsvår demens har i regel minst 6.
- Erbjud en Samordnad individuell plan (SIP) vid behov.

CFS 7 - 8: Lever med allvarlig skörhet

- Utför riskbedömningar (t.ex. trycksår, fall, undernäring, infektion, munstatus) och vidtar relevanta åtgärder.
- Samtala om hur den senare tiden i livet ska se ut, behandlingsbegränsningar, andra önskemål och eventuell palliativ vård och upprätta plan för detta.
- Fysioterapeuter och arbetsterapeuter ska göra bedömningar och vidta lämpliga åtgärder.
- Vid tecken till kognitiv svikt eller demens vidta relevanta åtgärder eller förmedla kontakt med vårdcentral. Patienter med svår demens har i regel minst CFS 7.
- Vid behov av nya insatser förmedla kontakt med aktuell verksamhet.
- Erbjud en SIP vid behov.

CFS 9: Förväntad överlevnad mindre än 6 mån utan tecken på skörhet

- Samtala om hur den sista tiden i livet ska se ut, behandlingsbegränsningar, andra önskemål och eventuell palliativ vård och upprätta plan för detta.
- Vidta de insatser som överenskommit i den enskildes plan.

Länkar

[Att skatta skörhet - Manual och råd från Geriatriskt utvecklingscentrum](#)

Digital utbildning - 3 korta separata filmer (12, 22 respektive 14 minuter)

[Skörhet hos äldre och skörhetsbedömning med CFS](#)

Bilagor

1 Frågor vid bedömning med CFS

2 Modifierad lathund CFS

Bilaga 1

Frågor vid screening med CFS

- Blir den enskilde utmattad av att gå korta sträckor eller ramlar ofta? Om ja, minst CFS 4.
- Har den enskilde symtom av sina kroniska sjukdomar? Om ja, minst CFS 4.
- Har den enskilde symtom som begränsar aktiviteter i vardagen? Om ja, minst CFS 4
- Motionerar den enskilde regelbundet? Om ja, troligen CFS 1-4.
- Hur långt klarar den enskilde av att gå?
- Har den enskilde hemtjänst/kommunal primärvård och vad får personen i så fall hjälp med? Personer med hemtjänst har ofta CFS 5 eller mer.
- Får den enskilde hjälp av anhöriga? Behov av mycket hjälp av anhöriga? Minst CFS 5.
- Personer som bor på särskilt boende har nästan alltid minst CFS 7.
- Sköter den enskilde sin helt ADL självständigt? Om ja, troligen CFS 1–4.
- Använder den enskilde gånghjälpmedel?
- Kan den enskilde gå utomhus? Gå i trappor?
- Kan den enskilde själv sköta sin ekonomi? Denna fråga kan behöva kompletteras då en del personer kanske aldrig skött ekonomin. Fråga även om andra sysslor som kan avslöja kognitiv skörhet.
- Sköter den enskilde sina läkemedel själv?

Bilaga 2

Modifierad lathund CFS

