

ADL IGAPÄEVATOIMINGUD

Märgi tegelikule toimingute sooritamisele vastav vastus, arvestades indiviidi tegevusi viimase 7 päeva jooksul.

Igapäevatoimingud – ADL <i>Hinda viimase 7 päeva jooksul</i>	Funktsionaalne staatus 0-4 0 - Sõltumatu 1- Mõningane abi 2- Oluline abi 3- Täielikult sõltuv 4- Toimingut ei esinenud	Vajadus rahuldatud jah/ei /osaliselt)
Üle keha pesemine (vannis, dušši all)		
Isiklik hügieen (kammib juukseid, peseb hambaid jms)		
Riietumine		
Liikumine (jalgsi või ratastooliga)		
Siirdumine tualetti (kuidas liigub tualettruumi ja tagasi)		
Tualeti kasutamine (puhtuse pidamine, mähkmete, abivahendite kasutamine)		
Liikumine voodis (kuidas tõuseb istuma, keerab, muudab asendit)		
Söömine		

ADL hindamisel 0-4

0	Sõltumatu	ei vajanud abi, korraldamist või järele vaatamist teiste poolt – VÕI – vajab abi, korraldamist või juhendamist ainult 1 või 2 korda viimase 7 päeva jooksul (ükskõik millise ülesande või kaasülesande puhul).
1	Mõningane abi (sh juhendamine ja korralduslik abi)	isik osales toimingutes, kuid vajab mõnikord teiste abi. Võimalik on hinnata ka korralduslikku abi ja juhendamist. <ul style="list-style-type: none"> • Korralduslik abi – vajab eseme või abivahendi toomist või käeulatusse paigutamist 3 või rohkem korda. (Näited: hügieeni jaoks – toodi kauss või hügieenitarbed; liikumise jaoks – käimisraami kätteandmine või ratastooli rataste lukustamine; söömise jaoks – liha lõikamine, karpide avamine; riietumise jaoks – riide kapist väljavõtmine ja voodile laotamine; vannis käimise jaoks – vannitarvete asetamine vanni kõrvale.) • Juhendamine – vajab järele vaatamist, julgustamist või juhendamist meeldetuletamist 3 või rohkem korda viimase 7 päeva jooksul.
2	Oluline abi	isik osales toimingutes, kuid vajab kogu aeg teiste abi.
3	Täielikult sõltuv	toimingute sooritamine täielikult teiste poolt kogu perioodi

		jooksul
4	Toimingut esinenud ei	viimase seitsme päeva jooksul ei sooritatud ADL-i ja IADL-i toiminguid isiku ega teiste poolt. Spetsiifilised toimingud puudusid täielikult (sõltumata võimekusest).

ADL-i toimingute sooritamise hindamisel hinda toimingud, mida patsient tegelikult sooritas.

- a) **Üle keha pesemine** – kuidas patsient peseb ennast üle kogu keha vannis, saunas, duši all või käsnaga. Kuidas iga kehapiirkond saab pestud: käsivarred, reied, sääred ja labajalad, rindkere, kõht, lahkliha piirkond.
- b) **Isiklik hügieen** – kuidas patsient kammib juukseid, peseb hambaid, ajab habet, meigib, peseb/kuivatab nägu ja käsi (väljaarvatud vannis/duši all käimine).
- c) **Ülakeha riietamine** – kuidas patsient riietub ja lahti riietub vööst kõrgemal (tänavariided, aluspesu). Kaasa arvatud proteesid, ortoosid, kinnitid, pulloverid jne.
- d) **Alakeha riietamine** - kuidas patsient riietub ja lahti riietub vööst allpool (tänavariided, aluspesu). Kaasa arvatud proteesid, ortoosid (nt tugisukad), rihmad, püksid, seelik, kingad, kinnitid.
- e) **Liikumine kodus** – kuidas patsient liigub kodukeskkonnas (kui isik on ratastoolis, siis liikumine ratastooliga) (välja arvatud trepid).
- f) **Siirdumine tualetti** – kuidas patsient liigub tualettruumi või potitoolile ja sealt tagasi
- g) **Tualeti kasutamine** – kuidas patsient kasutab tualettruumi, potitooli, siibrit, uriinipudelit, liigub tualetipotile ja sealt ära, ennast puhastab, pärast tualeti kasutamist (kaasa arvatud puhastamine pärast inkontinentsiepisoodi), kasutab spetsiaalseid abivahendeid (stoom, kateeter), korrastab riideid.
- h) **Liikumine voodis** – kuidas patsient tõuseb istuma ja heidab lamama, keerab küljele ja muudab kehaasendit voodis.
- i) **Söömine** – kuidas patsient sööb ükskõik mil viisil, kaasa arvatud sondiga.

Allikas: Koduõendusloo täitmise juhend. (2012). Eesti Õdede Liit. Koduõdede seltsing.
<http://www.ena.ee/index.php/dokumendid-tervishoius>