

FRAILTY SCHAAL

	1. Zeer fit – Mensen die krachtig, actief, energiek en gemotiveerd zijn. Deze mensen oefenen/trainen regelmatig. Ze behoren tot de fitste mensen van hun leeftijd.	<input type="checkbox"/>
	2. Fit – Mensen die geen actieve ziektesymptomen hebben, maar die minder fit zijn dan in categorie 1. Ze bewegen of trainen vaak, of zijn meer actief tijdens seizoensgebonden activiteiten.	<input type="checkbox"/>
	3. Zelfredzaam – Mensen met medische problemen die goed onder controle zijn, maar die niet regelmatig actief zijn, anders dan de dagelijkse wandelingen.	<input type="checkbox"/>
	4. Laag risico op kwetsbaarheid – Mensen die, hoewel ze niet afhankelijk zijn van anderen voor de dagelijkse hulp, vaak klachten hebben die hun dagelijkse activiteiten beperken. Een veelgehoorde klacht is: 'traag' en/of moe zijn gedurende de dag.	<input type="checkbox"/>
	5. Licht kwetsbaar – Deze mensen zijn vaak duidelijk trager (met lopen of denken) en hebben hulp nodig bij complexere dagelijkse activiteiten (financiën, vervoer, zwaar huishoudelijk werk, medicatie). Typisch is dat de lichte kwetsbaarheid hen het winkelen, alleen buiten wandelen, de maaltijdbereiding het huishoudelijk werk in toenemende mate belemmert.	<input type="checkbox"/>
	6. Matig kwetsbaar – Mensen hebben hulp nodig bij alle activiteiten buitenshuis en bij het huishouden. Binnenshuis hebben ze vaak problemen met traplopen en is er hulp nodig bij douchen en eventueel minimale hulp (aansporen) bij aankleden.	<input type="checkbox"/>
	7. Ernstig kwetsbaar – Mensen die volledig afhankelijk zijn bij hun persoonlijke verzorging, ongeacht de reden (fysiek of mentaal). Ze lijken stabiel en er is geen hoog risico op overlijden (binnen 6 maanden).	<input type="checkbox"/>
	8. Zeer ernstig kwetsbaar – Mensen zijn volledig afhankelijk, het einde van het leven nadert. Kenmerkend is dat ze niet meer kunnen herstellen, zelfs niet van een milde ziekte.	<input type="checkbox"/>
	9. Terminaal – Het einde van het leven nadert. Deze categorie is alleen van toepassing op mensen met een levensverwachting van minder dan 6 maanden.	<input type="checkbox"/>