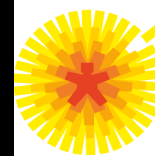




# Den ældre skrøbelige patient i almen praksis

Anne Holm, lektor, seniorforsker, praktiserende læge



**VID**

Netværk for  
viden og kompetencer  
i almen praksis

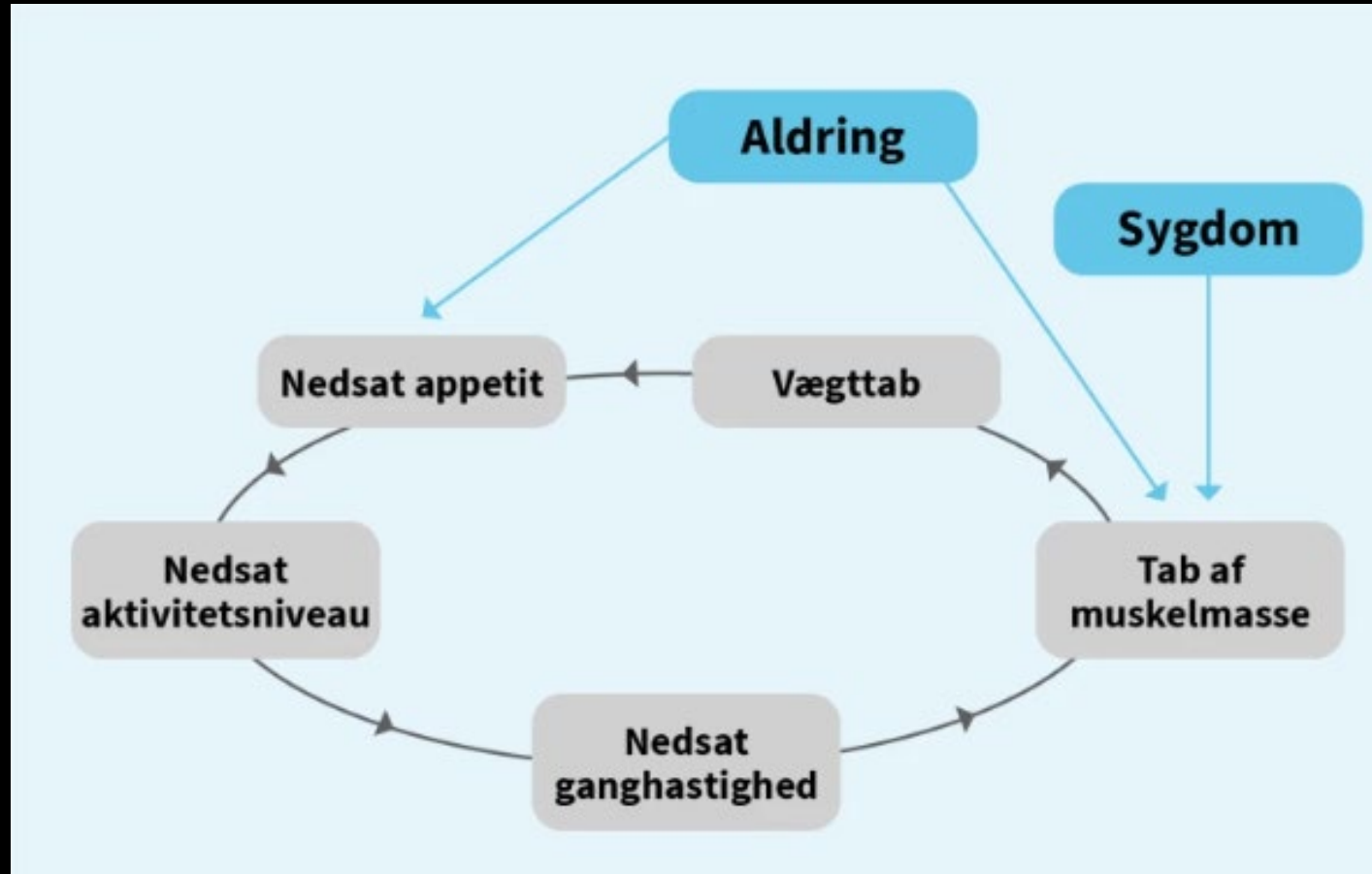
Bjarne er 82 år. Han mistede sin hustru for ét år siden. Han plejer at kontakte jer selv med mindre problemer. Han har ingen kendte sygdomme. Nu kommer han sammen med sin datter, der synes hendes far “falder af på den”.

**Refleksion:** Hvordan vurderer du skrøbelighed?



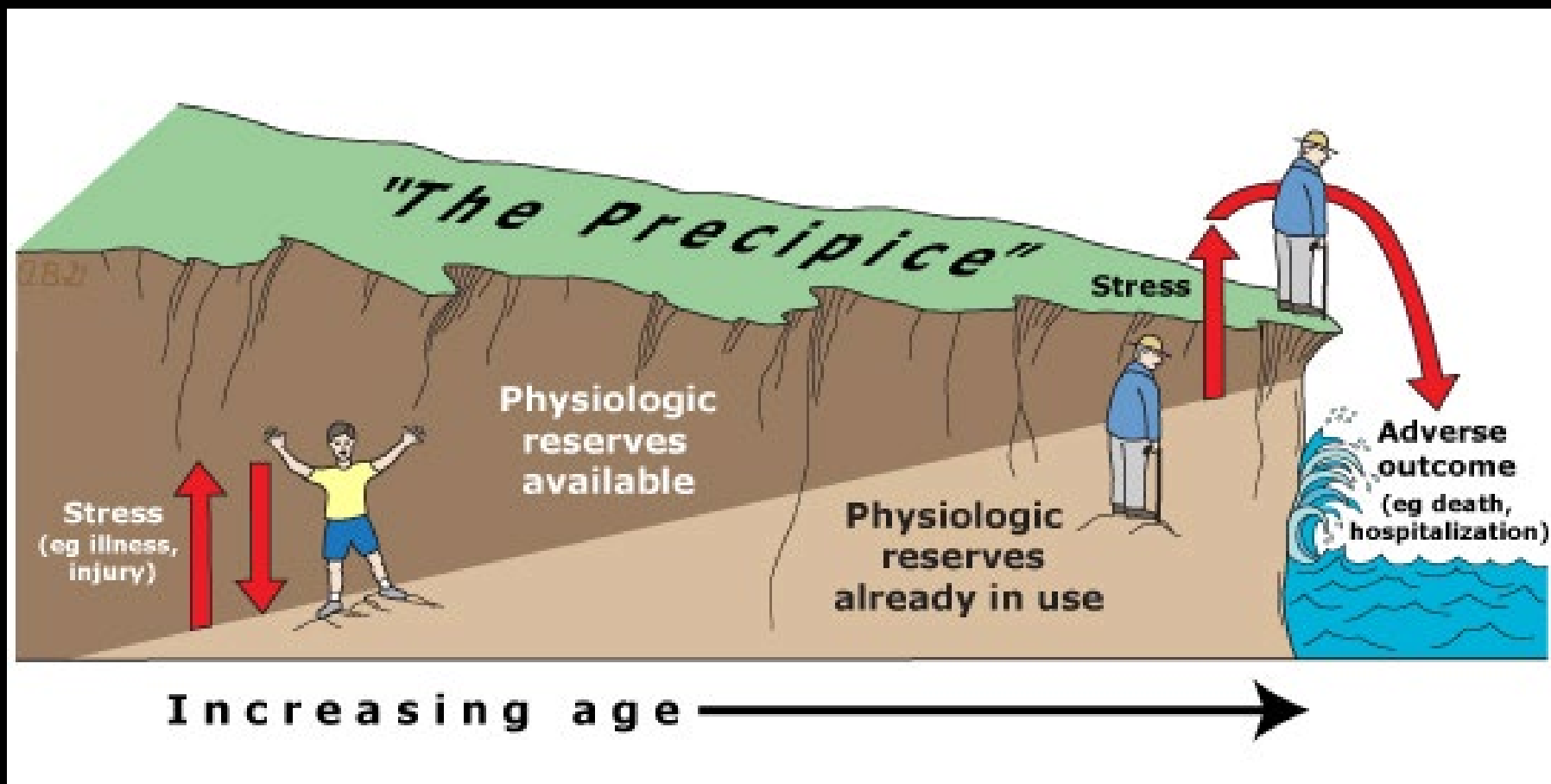
Hvad er skrøbelighed?

## “En spiral af funktionstab”



Hvad er skrøbelighed?

“En afgrund”





1

2

3

4

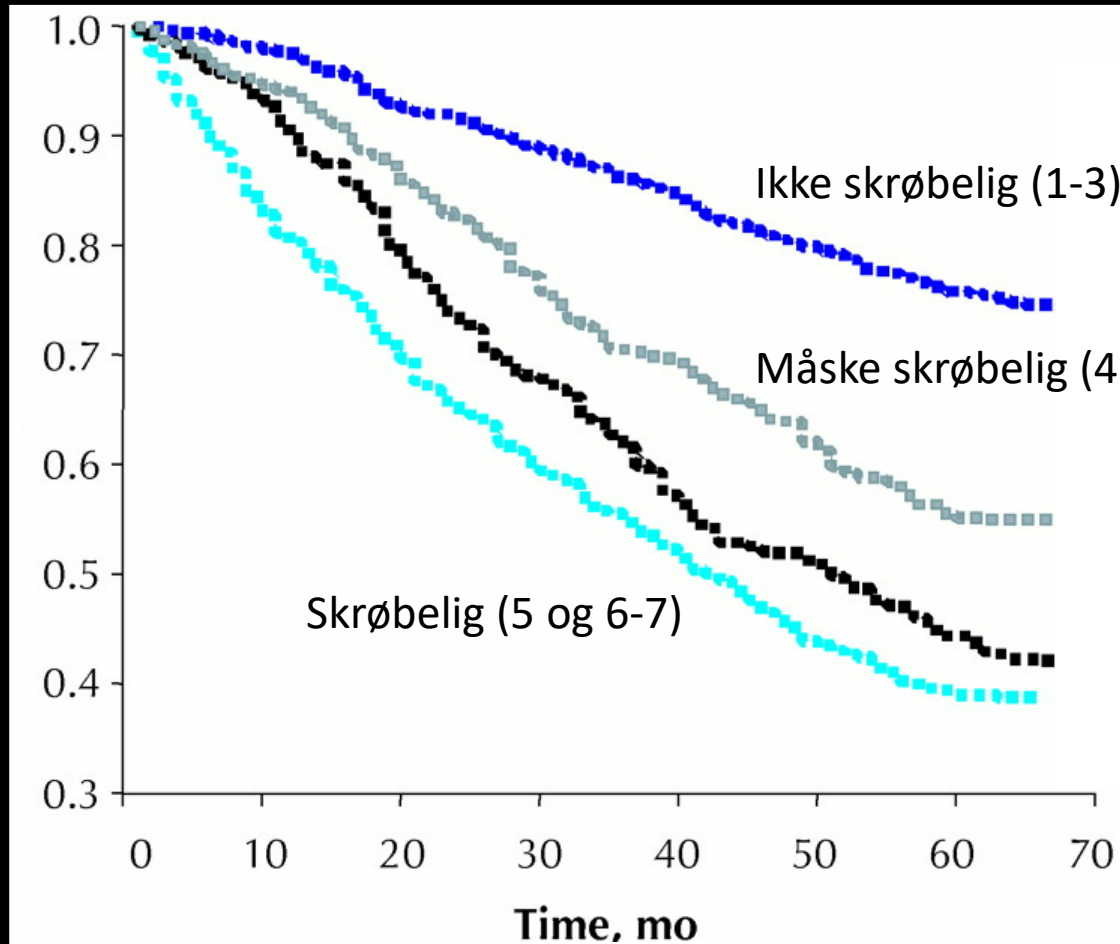
5

6

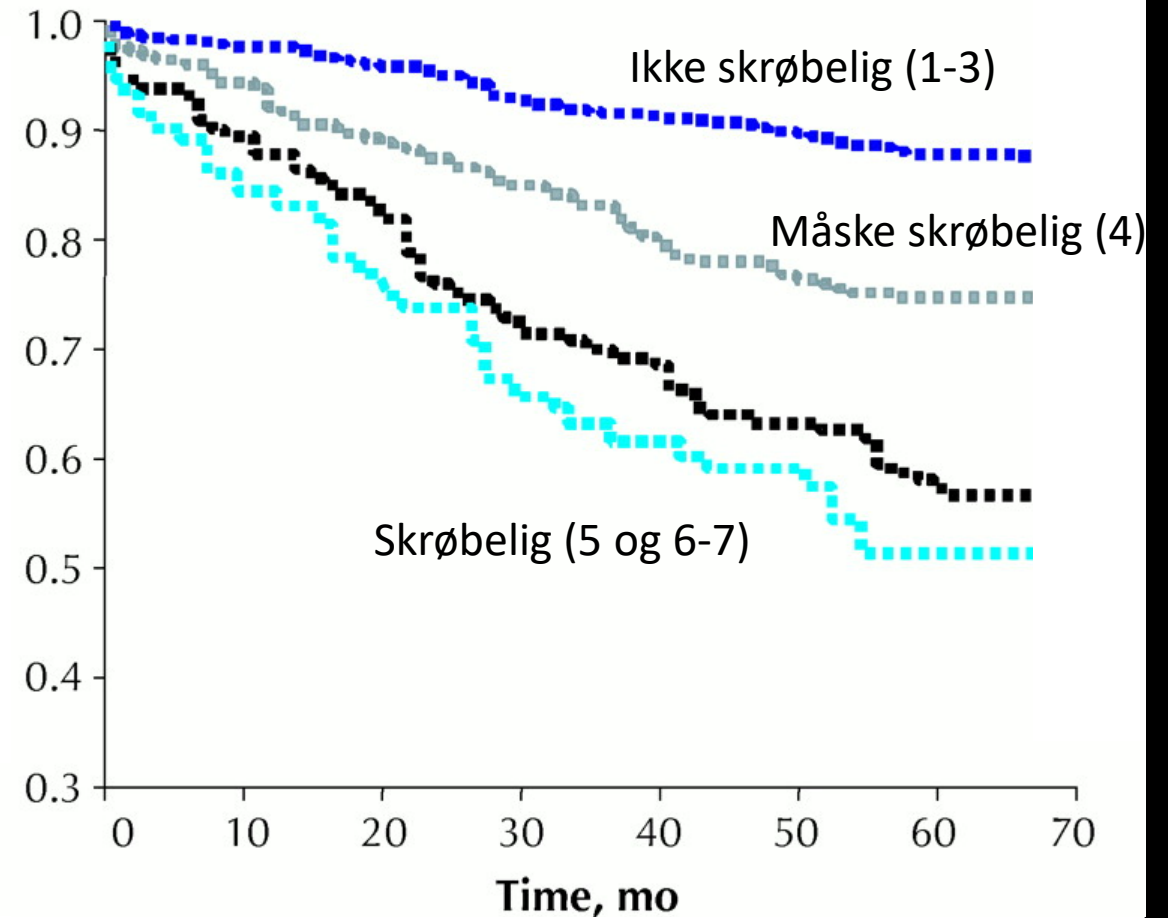
7

# Hvad er skrøbelighed?

## Overlevelse



## Indlæggelse på plejehjem



# Hvordan vurderer du skrøbelighed?

## Fysisk

F.eks. klager over træthed

## Kognitivt/psykisk/socialt:

F.eks. Møder op med børn/pårørende

## Administrativt

Hjemmeplejen alarmerer

Har mistet sin ægtefælle

”Ville du betragte denne patient som skrøbelig, hvis skrøbelighed er defineret som et tab af funktion inden for flere områder (fysisk, psykisk og socialt) med øget risiko for plejehjemsanbringelse og død?”

| CLINICAL FRAILTY SCALE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>1</b> | <b>MEGET GOD FORM</b><br>Mennesker der er robuste, aktive, energiske og motiverede. De motionerer typisk regelmæssigt og er blandt dem i bedst form for deres alder.                                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>2</b> | <b>GOD FORM</b><br>Mennesker uden aktive symptomer på sygdom, men i mindre god form end kategori 1. Ofte motionerer de eller er meget aktive en gang imellem, f.eks. på bestemte årstider.                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>3</b> | <b>KLARER SIG GODT</b><br>Mennesker med velkontrollerede sygdomsproblemer, selvom de indimellem har symptomer. Ofte er de ikke regelmæssigt aktive udover rutinemæssige gåture.                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>4</b> | <b>LEVER MED MEGET MILD SKRØBELIGHED</b><br>Denne kategori markerer en begyndende overgang fra komplet uafhængighed. Mennesker der ikke er afhængige af andre til daglige gøremål, men som ofte har symptomer, der begrænser aktiviteterne. En almindelig klage er at føle sig "langsom" eller træt i løbet af dagen.                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>5</b> | <b>LEVER MED MILD SKRØBELIGHED</b><br>Mennesker der ofte er mere tydeligt langsomme, og har behov for hjælp til komplekse daglige gøremål (Instrumental Activities of Daily Living – økonomi, transport, hovedrengøring). Typisk vil mild skrøbelighed i stigende grad hæmme indkøb, gåture alene udenfor, madlavning, medicin og begynde at begrænse let husarbejde. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>6</b> | <b>LEVER MED MODERAT SKRØBELIGHED</b><br>Mennesker der har behov for hjælp til alle udendørs aktiviteter og med at holde hus. Ofte har de problemer med indendørs trappegang og behøver hjælp til at gå i bad og kan eventuelt have brug for minimal hjælp til påklædning (stikord, let støtte ved behov).                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>7</b> | <b>LEVER MED SVÆR SKRØBELIGHED</b><br>Fuldstændig afhængige af hjælp til egenomsorg, uanset årsag (fysisk eller kognitiv). Alligevel virker de stabile og ikke i høj risiko for at dø inden for ca. 6 måneder.                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>8</b> | <b>LEVER MED MEGET SVÆR SKRØBELIGHED</b><br>Fuldstændig afhængige af hjælp til personlig pleje og nærmer sig livets afslutning. Typisk vil de ikke engang komme sig efter let sygdom.                                                                                                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>9</b> | <b>TERMINALT SYG</b><br>Mennesker der nærmer sig livets afslutning. Denne kategori gælder mennesker med en forventet levetid på mindre end 6 måneder, som ikke lever med svær skrøbelighed i øvrigt (Mange terminalt syge mennesker kan stadig motionere helt indtil livets afslutning).                                                                              |
| <b>BEDØMMELSE AF SKRØBELIGHED HOS MENNESKER MED DEMENS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Mennesker med demens er skrøbelige (scorer altid minimum 5) og graden af skrøbelighed svarer som regel til graden af demens. Typiske symptomer ved mild demens er at glemme detaljer om en nylig begivenhed, selvom man kan huske selve begivenheden og at gentage det samme spørgsmål/historie og social tilbagetrækning.                                                                                    |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Ved moderat demens er hukommelsen for nylige begivenheder svært nedsat, selvom man kan huske gamle minder tydeligt. Man kan udføre personlig pleje med vejledning.                                                                                                                                                                                                                                            |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Ved svær demens kan man ikke udføre personlig pleje uden hjælp.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Ved meget svær demens er man ofte sengeliggende. Mange er nærmest ophørt med at tale.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|  <b>DALHOUSIE UNIVERSITY</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                             |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Clinical Frailty Scale © 2005-2020 Rockwood, Version 2.0 (EN). All rights reserved. For permission: <a href="http://www.geriatricmedicine.ca">www.geriatricmedicine.ca</a><br>Rockwood K et al. A global clinical measure of fitness and frailty in elderly people. CMAJ 2005;173:489-495.<br>Danish Version 2.0, 2020, translated by Anders Fournaise and Søren Kæll Nissen, University of Southern Denmark. |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

# Hvad skal vi bruge det til?

## Tværasektorielt

- Ved henvisning til geriatrisk udredning (“fald i funktionsevne, cfs 2 for 6 mdr siden, nu 4”, klager over...)
- Ved henvisning til kommunal genoptræning
- Ved indlæggelse

## I praksis

| CFS-score                        | Håndtering i praksis                                      |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| <b>Ikke skrøbelig (CFS 1–3)</b>  | Som yngre.                                                |
| <b>Lidt skrøbelig (CFS 4–5)</b>  | Reversibelt?<br>Træning/kost?<br>Ellers juster behandling |
| <b>Meget skrøbelig (CFS 6–8)</b> | Træning/kost.<br>Juster behandling.                       |

# Hvad skal vi bruge det til?

## CFS-score

## Håndtering i praksis

### **Ikke skrøbelig (CFS 1–3)**

Som yngre – dog lidt tættere opfølgning efter indlæggelser ol.

### **Lidt skrøbelig (CFS 4–5)**

Fokus på kost og træning.

Akut sygdom kan have en atypisk sygdomspræsentation.

Medicingennemgang mindst én gang årligt.

Opsøgende hjemmebesøg én gang årligt vil som regel være indiceret.

Samtale med patient og pårørende om ønsker til den sidste tid.

### **Meget skrøbelig (CFS 6–8)**

Fokus på kost og træning af muskelstyrke.

Akut sygdom vil ofte have en atypisk sygdomspræsentation.

Medicingennemgang mindst én gang årligt og som regel oftere.

Opsøgende hjemmebesøg én gang årligt (to gange ved demenssygdom) vil næsten altid være indiceret.

Samtale med patient og pårørende om ønsker til den sidste tid og om behandlingsniveau.

Opfølgende besøg efter udskrivelse, evt. med hjemmepleje og familie.

Overveje om forebyggende medicinsk behandling stadig er indiceret.