

KATZ index for selvstendighet i dagliglivets aktiviteter.

Aktivitet Poeng (1 eller 0)	Selvstendighet (1 poeng) UTEN tilsyn, veiledning eller personlig assistanse.	Hjelpebehov (0 poeng) MED tilsyn, veiledning, assistanse eller hjelp til alt.
KROPPSBAD Poeng_____	(1 poeng) Gjør kroppsbad helt selv eller trenger hjelp til bading (vask) av en enkelt kroppsdelt, f.eks. ryggen, genitalia eller ikke-fungerende ekstremitet.	(0 poeng) Trenger hjelp til bading / vask av mer enn en kroppsdelt, komme seg opp i eller ut av badekar eller dusj. Trenger hjelp til all kroppsvask.
PÅKLEDNING Poeng_____	(1 poeng) Henter klær fra skap eller kommode og tar på klær og yttertøy selv, knepper knapper og drar opp glidelås. Kan trenge hjelp til å knytte skolisser.	(0 poeng) Trenger hjelp til å kle på seg eller å fullføre påkledningen.
GÅ PÅ TOALETET Poeng_____	(1 poeng) Går til toalett, setter seg på og reiser seg fra toalettet, tørker seg og kler på seg selv.	(0 poeng) Trenger hjelp til å sette seg på toalettet, tørke seg, eller bruker bekken i sengen eller bekkenstol.
FORFLYTTNING Poeng_____	(1 poeng) Flytter seg selv inn og ut av seng eller stol. Mekaniske forflytningshjelpemidler kan brukes.	(0 poeng) Trenger hjelp til å flytte seg fra seng til stol eller må forflyttes av andre.
KONTINENS Poeng_____	(1 poeng) Har fullstendig kontroll på vannlating og avføring.	(0 poeng) Er delvis eller helt inkontinent for avføring og urin.
SPISING Poeng_____	(1 poeng) Spiser selv uten hjelp. Maten kan tilberedes av andre.	(0 poeng) Trenger delvis eller helt hjelp til å få mat i seg, eller trenger ernæring intravenøst.

TOTAL POENGSKÅR _____ *6 = Høg (selvstendig person)* *0 = Lav (veldig hjelpetrengende)*

Katz, S., Down, T.D., Cash, H.R., et al. (1970). Progress in the development of the Index of ADL. *The Gerontologist*, 10, 20-30.

Oversatt til norsk januar 2018 av Britt Sjøbø (MSc) og Hans Flaatten (dr.med.), Intensivmedisinsk seksjon, Kirurgisk Serviceklinikk, Haukeland Universitetssjukehus, Bergen, Norge.