**PERSONAS PAŠAPRŪPES UN MOBILITĀTES SPĒJU NOVĒRTĒJUMS**

**Bartela indekss**

|  |  |
| --- | --- |
| **Pašaprūpes un mobilitātes aktivitātes** | **Punkti** |
| 1. **Ēšana** | |
| pilnībā atkarīgs no citas personas palīdzības | 0 |
| spēj ēst pasniegtu ēdienu ar citas personas palīdzību | 1 |
| patstāvīgi spēj ēst pasniegtu parastas konsistences ēdienu, dara to saprātīgā laikā | 2 |
| 1. **Pārsēšanās (no gultas uz krēslu/riteņkrēslu un atpakaļ)** | |
| nespēj mainīt pozu no guļus uz sēdus, pilnībā atkarīgs no citas personas palīdzības | 0 |
| spēj piecelties sēdus un pārsēsties no gultas uz krēslu ar lielu citas personas fizisku palīdzību | 1 |
| spēj piecelties sēdus un pārsēsties no gultas uz krēslu ar nelielu citas personas fizisku palīdzību | 2 |
| patstāvīgi spēj piecelties sēdus un pārsēsties no gultas uz krēslu un atpakaļ | 3 |
| 1. **Mobilitāte (staigāšana vai pārvietošanās ar riteņkrēslu vismaz 50 m distancē)** | |
| nespēj staigāt un pārvietoties ar riteņkrēslu | 0 |
| spēj staigāt un/vai pārvietoties ar riteņkrēslu ar lielu citas personas fizisku palīdzību | 1 |
| spēj staigāt un/vai pārvietoties ar riteņkrēslu ar nelielu citas personas fizisku palīdzību | 2 |
| patstāvīgi spēj staigāt vai pārvietoties ar riteņkrēslu | 3 |
| 1. **Kāpnes un citi alternatīvi augstuma pārvarēšanas ceļi** | |
| nespēj pārvietoties pa kāpnēm vai lietot citus alternatīvus augstuma pārvarēšanas ceļus | 0 |
| spēj pārvietoties pa kāpnēm ar citas personas fizisku vai vārdisku palīdzību | 1 |
| patstāvīgi spēj kāpt pa kāpnēm | 2 |
| 1. **Ģērbšanās** | |
| nespēj noģērbties un apģērbties, pilnībā atkarīgs no citas personas palīdzības | 0 |
| spēj apģērbties un noģērbties ar citas personas palīdzību | 1 |
| patstāvīgi spēj noģērbties un apģērbties, dara to saprātīgā laikā | 2 |
| 1. **Rūpes par izskatu (sejas, matu un zobu kopšana)** | |
| nespēj patstāvīgi veikt sejas, matu, zobu kopšanu, nepieciešama citas personas palīdzība | 0 |
| patstāvīgi spēj veikt sejas, matu, zobu kopšanu | 1 |
| 1. **Visa ķermeņa mazgāšana** | |
| nespēj patstāvīgi iekāpt un/vai izkāpt no vannas/dušas, nomazgāt un noslaucīt ķermeni | 0 |
| patstāvīgi spēj iekāpt un/vai izkāpt no vannas/dušas, nomazgāt un noslaucīt ķermeni | 1 |
| 1. **Vēdera izeja** | |
| nespēj fizioloģiski kontrolēt vēdera izeju, aktivitātes veikšanu nodrošina aprūpētājs | 0 |
| atsevišķos gadījumos (ne biežāk kā reizi nedēļā) nespēj kontrolēt vēdera izeju | 1 |
| kontrolē vēdera izeju fizioloģiski | 2 |
| 1. **Urinācija** | |
| nespēj fizioloģiski kontrolēt urīnpūšļa iztukšošanu | 0 |
| atsevišķos gadījumos (ne biežāk kā reizi dienā) nespēj kontrolēt urīnpūšļa iztukšošanu | 1 |
| kontrolē urīnpūšļa iztukšošanos, citas personas palīdzība nav nepieciešama | 2 |
| **10. Tualetes lietošana** | |
| nespēj patstāvīgi lietot tualeti, pilnībā atkarīgs no citas personas palīdzības | 0 |
| spēj lietot tualeti ar nelielu citas personas palīdzību | 1 |
| patstāvīgi spēj ieiet tualetē un iziet no tās | 2 |
| **Kopējais punktu skaits** | |