

Шкала активностей повседневной жизни Ривермид

Пункт	Без помощи	Вспомогательные приспособления
Самообслуживание		
1. Питье (полная чашка горячей жидкости, пролить допускается не более 1/8 части содержимого чашки)		
2. Чистка зубов (выдавить зубную пасту, нанести ее на щетку, включить водопроводный кран)		
3. Причесывание (достижение ухоженного вида)		
4. Мытье лица/рук (открывание крана, пользование мылом, вытирание)		
5. Бритье/макияж (бритье осуществляется тем способом, к которому привык больной)		
6. Прием пищи (умение пользоваться ножом, вилкой и пр.)		
7. Раздевание (снятие платья, пижамы, носков и ботинок)		
8. Передвижение по квартире (перемещение из одной комнаты в другую с преодолением расстояния не менее 10 м, повороты)		
9. Перемещение с кровати на стул (из положения лежа, будучи укрытым одеялом, переместиться на кресло, которое находится поблизости)		
10. Посещение туалета (дойти до туалета, управиться с одеждой, выполнить необходимые гигиенические процедуры, привести в порядок одежду)		
11. Перемещение за пределами квартиры (преодоление расстояния 50 м, включая наклонные поверхности, перемещение через дверные проемы)		
12. Одевание (не имеются в виду праздничные наряды; одежда должна находиться поблизости, сложенная в стопку, но не в определенном порядке; умение застегивать пуговицы, кнопки, завязывать шнурки)		
13. Мытье в ванне (умение вымыть все тело; пользоваться краном, затычкой в ванне)		
14. Вхождение в ванну и выходение из ванны (ванна не наполнена водой)		
15. Мытье всего тела не в ванне, а пользуясь тазом с водой (в том числе достать из положения сидя стопы и вымыть их, вымыть здоровую руку)		
16. Перемещение с пола на стул (из положения лежа сесть на обычный стул без подлокотников с высотой сиденья 45 см)		
Бытовая активность		
17. Приготовление горячего напитка (заполнение водой электрического чайника, приготовление чая)		
18. Приготовление легкой закуски — бутерброда с сыром при условии, что все необходимое находится поблизости, мытье посуды и вытирание стола		
19. Умение производить денежные расчеты (подсчет денег, необходимых для уплаты, например, за батон хлеба, упаковку масла и коробку сахара; получение		

сдачи, например, 34, 50, 72 коп. с 1 руб., 3 руб. 21 коп. с 5 руб.)		
20. Посадка в легковой автомобиль и высадка из машины (переднее сиденье машины любой марки, за исключением спортивной модели)		
21. Приготовление пищи (очистить одну картофелину, поджарить кусок колбасы, разморозить замороженные в морозильнике овощи, открыть банку консервов)		
22. Доставка покупок из магазина домой (принести 250 г масла, банку весом 500 г, сдачу)		
23. Умение перейти дорогу (переход улицы на сигнал светофора, перешагивание бордюра тротуара)		
24. Посещение магазина (дойти до магазина и обратно, преодолев расстояние 1 км)		
25. Пользование общественным транспортом (поездка на автобусе на расстояние не менее 2 км и не менее трех автобусных остановок)		
Домашнее хозяйство II		
26. Стирка (ручная стирка нижнего белья в тазу)		
27. Глажение белья (утюгом без пара, с приготовлением места для глажения на столе или гладильной доски)		
28. Легкая уборка (протираание поверхностей, находящихся на высоте 30—90 см)		
29. Вывешивание выстиранного белья (на перекладине или веревке, расположенной в пределах квартиры, не использовать крючки)		
30. Приготовление постели (застилание постели высотой около 50 см простыней и одеялом, расправление складок)		
31. Более тщательная уборка (уборка комнаты площадью 3 м 2 с использованием пылесоса, подметание с применением щетки и совка для мусора, с передвижением только стульев)		
Всего:		