

KATZ'I INDEKS – sõltumatus igapäevaelutoimingute sooritamisel (ADL)

Tegevused Punktid (1 või 0)	Sõltumatus (1 punkt) ILMA kõrvalabita ja juhendamiseta	Sõltuvus (0 punkti) KOOS juhendamisega, isikliku abistamisega või täieliku hooldusega
PESEMINE Punktid: _____	(1 PUNKT) Peseb ennast täielikult ise või vajab abi ainult üksikute kehaosade pesemisel nagu selg, suguelundite piirkond või jalad	(0 PUNKTI) Vajab abi rohkem kui ühe kehaosa pesemisel, vajab abi vanni või duši alla saamisel. Vajab täielikku pesemist
RIIETUMINE Punktid: _____	(1 PUNKT) Saab riided kapist kätte, paneb selga nii pesu kui ka pealmised riided ning kinnitab lukud/haagid/nööbid. Võib abi vajada jalanõude jalgapanekul.	(0 PUNKTI) Vajab abi riietumisel või vajab täielikku riietamist.
TUALETI KASUTAMINE Punktid: _____	(1 PUNKT) Läheb tualetti, saab tualetti sise ja välja, tuleb toime riietumise ja enese puhastamisega ilma kõrvalabita.	(0 PUNKTI) Vajab abi tualetti minekul, enese puhastamisel või kasutab siibrit või potitooli.
LIIKUMINE Punktid: _____	(1 PUNKT) Liigub ilma abita voodisse ja voodist välja, toolile ja toolilt ära. Võib kasutada abi mehhaaniliste liikumisvahendite kasutamisel (ratastool)	(0 PUNKTI) Vajab abi liikumisel toolilt voodisse ja vastupidi või vajab liigutamisel, nihutamisel täielikku kõrvalabi.
KONTINENTS Punktid: _____	(1 PUNKT) Urineerimise ja defekatsiooni toimingud on täielikult enesekontrolli all	(0 PUNKTI) Osaline või täielik põie või soole inkontinentsus
SÖÖMINE Punktid: _____	(1 PUNKT) Saab toidu taldrikult suhu ilma abita. Toidu valmistamine võib toimuda kellegi teise poolt.	(0 PUNKTI) Vajab osalist või täielikku abi söömisel või vajab parenteraalset toitmist.

Punktid kokku: _____

Punktisumma 6 = kõrge, hinnatav on iseseisev, sõltumatu

Punktisumma 0 = madal, hinnatav on täiesti sõltuv

Katz Index of Activities of Daily Living. (2019). Best Practices in Nursing Care to Older Adults. General assessment series. The Hartford Institute for Geriatric Nursing, New York University Rory Meyers College of Nursing. <https://consultgeri.org/try-this/general-assessment/issue-2.pdf>