

Rivermead Activities of Daily Living Scales

Selbstversorgung:

Trinken	Eine heiße, voll gefüllte Tasse, ohne mehr als 1/8 zu verschütten
Zähneputzen	Aufschrauben der Tube, Zahnpasta herausdrücken, auf die Zahnbürste geben, Wasserhahn bedienen
Haare kämmen	präsentabel aussehen
Gesicht/Hände waschen	am Waschbecken (nicht Schüssel), einschließlich der Bedienung des Stöpsels und des Wasserhahns und selbständiges Abtrocknen
Make-Up oder Rasieren	Rasieren mit der vom Patienten bevorzugten Methode
Essen	eine Scheibe Käse auf einem Brot mit Messer und Gabel
Ausziehen	Morgenmantel, Schlafanzug/Nachthemd, Socken und Schuhe
Mobilität im Hause	von einem Raum in den anderen. Linksdrehung. Distanz 10 m
Transfer Bett -> Stuhl	vom Liegen unter der Bettdecke auf einen Stuhl mit Armlehne in Reichweite
Toilettenbenutzung	Mobilität zur Toilette (< 10 m). Einschließlich Hose, Unterwäsche, Reinigung und Transfer
Mobilität außer Haus	eine Strecke von 50 m, einschließlich einer Rampe hinauf und durch eine Tür gehen
Anziehen	Beinhaltet nicht das Bereitlegen der Kleidung. Kleidung in unmittelbarer Reichweite auf einem Stapel
Waschen in der Badewanne	Imitieren der Bewegung, d.h. fähig, den ganzen Körper zu waschen. Fähigkeit der Bedienung des Stöpsels und des Wasserhahns
Aus-/Einsteigen Badewanne	leere Badewanne
Ganzkörperwäsche	Nicht in der Badewanne – am Waschbecken (nicht mit Schüssel). Patient muß fähig sein, den „guten“ Arm zu waschen, aufzustehen und die Zehen aus einer sitzenden Position zu berühren, um sich überall waschen zu können
Transfer vom Boden ->	Stuhl vom Liegen auf einen gepolsterten Stuhl ohne Armlehnen, Sitzhöhe 45 cm

Haushalt 1:

Zubereitung heißer Getränke	Füllen eines elektrischen Wasserkochers, alles steht auf der Arbeitsfläche bereit
Zubereitung eines Imbiss	Käse auf Brot. Materialien stehen in einfacher Reichweite.
Umgang mit Geld	Waschen und Reinigen der Arbeitsfläche Münzen einem Paket Zucker, Cornflakes (Haferflocken) und Margarine zuordnen. Von 50 c -> 34 c, von 1 € -> 72 c und von 5 € -> 3,21 € herausgeben lassen.
Aus-/Einsteigen Auto	Vordersitz irgendeines Autos (außer Sportwagen)
Essenszubereitung	Kartoffeln schälen, Wurst braten. Gefrorenes Gemüse aus dem Gefrierschrank. Büchse/Konservendose öffnen
Einkäufe tragen	250 g Butter, 500 g Koservendose und Geld
Straße überqueren	Überqueren einer Straße mit Bordstein an Ampel ohne Zebrastreifen.
Selbständig zum Einkaufen zu gelangen	Entfernung 1 km
Öffentliche Verkehrsmittel	Bus fahren. Mindestens 2 km mit einem Minimum von 3 Haltestellen

Haushalt 2:

Waschen	Unterwäsche im Spülbecken waschen
Bügeln	nicht mit Dampfbügeleisen. Entsprechend Oberfläche bereitstellen (Brett oder Tisch)
Leichtes Putzen	Putzen und Aufräumen einer Oberfläche, 30 bis 90 cm hoch
Wäsche aufhängen	an Stangen abseits von Waschbecken, ohne Wäscheklammern
Betten machen	Bettdecke auf das Bett, glatt streichen und zurückfalten
Ausgedehntes Putzen	Saugen, Fegen und Kehrschaufel, 9 m ² Raum, Esszimmerstühle bewegen

Whiting and Lincoln 1980, Lincon and Edmans (Übersetzung: B.Hauptmann)