

日常生活活動功能（ADL）（巴氏量表）

項 目	分 數	內 容
進 食	10 5 0	☐ 自己在合理的時間內（約十秒鐘吃一口）可用筷子取食眼前食物。若需使用進食器具時，應會自行穿脫。 ☐ 需別人穿脫輔具或只能用湯匙進食。 ☐ 無法自行取食或耗費時間過長。
在輪椅與床位間的移位	15 10 5 0	☐ 可獨立完成，包括輪椅的剎車及移開踏板。 ☐ 需要稍微的協助（例如：予以輕扶以保持平衡）或需要口頭指導。 ☐ 可自行從床上站起來，但移位時仍需別人幫忙。 ☐ 需別人幫忙方可坐起來或需由兩人幫忙方可移位。
個人衛生	5 0	☐ 可獨立完成洗臉、洗手、刷牙及梳頭。 ☐ 需別人幫忙。
上廁所	10 5 0	☐ 可自行進出廁所，不會弄髒衣物，並能穿好衣服。使用便盆者，可自行清理便盆。 ☐ 需幫忙保持姿勢的平衡，整理衣物或使用衛生紙。使用便盆者，可自行取放便盆但須仰賴他人清理。 ☐ 需要別人幫忙。
洗澡	5 0	☐ 可獨立完成（不論是坐浴或淋浴） ☐ 需要別人幫忙。
行走於平地	15 10 5 0	☐ 使用或不使用輔具皆可獨立行走50公尺以上。 ☐ 需稍微扶持或口頭指導方向可行走50公尺以上。 ☐ 雖無法行走，但可獨立操縱輪椅（包括轉彎、進門及接近桌子，床沿）並可推行輪椅50公尺以上。 ☐ 需要別人幫忙。
上下樓梯	10 5 0	☐ 可自行上下樓梯（允許抓扶手、用拐杖）。 ☐ 需稍微幫忙或口頭指導。 ☐ 需要別人幫忙。
穿脫衣服	10 5 0	☐ 可自行穿脫衣服、鞋子及輔具。 ☐ 在別人幫忙下，可自行完成一半以上的動作。 ☐ 需要別人幫忙。
大便控制	10 5 0	☐ 不會失禁，並可自行使用塞劑。 ☐ 偶爾會失禁（每週不超過一次）或使用塞劑時需人幫助。 ☐ 需要別人幫忙。
小便控制	10 5 0	☐ 日夜皆不會尿失禁，或可自行使用並清理尿套。 ☐ 偶爾會失禁（每週不超過一次）或尿急（無法等待便盆或無法及時趕到廁所）或需要別人幫忙處理尿套。 ☐ 需要別人幫忙。
總 分		
備 註	0~20分 完全依賴 21~61分 嚴重依賴 62~90分 中度依賴 91~99分 獨 立	

