台灣中文版 跌倒自覺風險量表

Falls Efficacy Scale International – FES-I

現在我們想詢問您一些問題,是關於您留心可能跌倒的程度。填寫時,請回想您 通常如何做這些活動,如果目前沒有在做這項活動 (譬如有人幫您購物),請您假想 若是做這項活動時,會留心可能跌倒的程度。

對於以下每項活動,請勾選最接近您覺得做這項活動時,會留心可能跌倒的程度。

		一點都不會	稍微會	相當	極度
		留心	留心	留心	留心
1	清理房子(譬如掃地、吸地板或撢灰塵)	1	2	3	4
2	穿脫衣服	1	2	3	4
3	準備簡單餐點	1	2	3	4
4	泡澡或淋浴	1	2	3	4
5	去商店購物	1	2	3	4
6	從椅子站起來或坐下	1	2	3	4
7	上下樓梯	1	2	3	4
8	在家附近走動	1	2	3	4
9	拿高於頭頂或放在地上的東西	1	2	3	4
10	趕在鈴聲結束前去接聽電話	1	2	3	4
11	走在易滑的地面 (譬如潮濕或結冰)	1	2	3	4
12	拜訪親友	1	2	3	4
13	走在人潮擁擠的地方	1	2	3	4
14	走在不平的地面(譬如碎石路或維修不	. □	2	2	4
	良的人行道)	1	2	3	4
15	上下斜坡	1	2	3	4
16	外出參加社交活動 (譬如宗教活動、家	1	2	2	4
	族團聚或社團集會)	1	2	3	4

FES-I translated to Taiwan Chinese by Huey-Wen Liang and Yi-Shiung Horng from Yardley L, Todd C, et al. 2005; doi:https://doi.org/10.1093/ageing/afi196