

שאלון ה-Falls Risk for Older People in the Community (FROP-Com) Screen

ד"ר מיכל אלבוים-גביזון BPT, PhD

החוג לפיזיותרפיה, הפקולטה למדעי הרווחה והבריאות, אוניברסיטת חיפה

העובד במסגרת הקהילה (מכון או/ו ביקורי בית) או במסגרת האשפוז האקוטי המאופיינת בתנאי לחץ וזמן.

ה-FROP-Com פותח באוסטרליה על ידי Preventive and Public Health Division, National Ageing Research Institute (NARI). כלי זה הוא למעשה גרסה מקוצרת של Falls Risk for Older People in the Community (FROP-Com), שפותח לשם הערכת גורמי הסיכון לנפילות בקרב קשישים החיים בקהילה. מפתחי השאלון בחרו בשלושה פריטים אלה דווקא, מבין 28 הפריטים שמופיעים בכלי המלא, משום שהם נמצאו בעלי יכולת הניבוי הגבוהה ביותר לנפילות.³

טווח הציונים ונקודות חתך:

טווח הציונים האפשרי של הכלי הוא 0-9 - טווח 0-3 משקף סיכון נמוך לנפילה; טווח 4-9 משקף סיכון גבוה לנפילה. ההמלצה של מפתחי השאלון היא כי אם התקבל ציון מעל 4 יש להשתמש בגרסה המלאה של ה-FROP-Com.³

מהימנות הכלי:

רמת המהימנות התוך-בודקים והבין-בודקים טובה: ICC= 0.87, 95% CI: 0.70-0.95
- ו ICC= 0.89, 95% CI: 0.75-0.96, בהתאמה.³

תוקף הכלי:

בעל יכולת ניבוי טובה של נפילות (רגישות-67.1%, ספציפיות - 66.7%) ובעל יכולת הבחנה של גופלים בקרב קשישים (רגישות-70.0%, ספציפיות-59.0%).³

הכלי נמצא מהימן ותקף גם בקרב קשישים החיים בקהילה שיש להם עבר של אירוע מוחי לכל הפחות לפני 6 חודשים ובעלי יכולת הליכה עצמאית עם או בלי אביזרי-עזר למרחק של לפחות 10 מטרים.⁴

נפילות הן תופעה שכיחה מאוד בקרב קשישים. לדוגמה, לפי נתוני משרד הבריאות לסוף שנת 2018, כ-1,000 קשישים דיווחו מידי יום על נפילה ברמת חומרה המחייבת טיפול רפואי.⁵ ישראל ממוקמת במקום השני מבין 12 מדינות שהשתתפו בסקר SHARE (בריאות, הזדקנות ופרישה באירופה) בתדירות הנפילות של קשישים.⁶ מחקרים בעולם מצביעים על שכיחות נפילה של לפחות פעם אחת בשנה אצל כ-30% מקרב בני 65 ומעלה, והשכיחות גבוהה יותר בקרב בני 80 ומעלה ומגיעה לשיעור של כ-1.50%.¹

נפילות הן אחד הגורמים העיקריים לתחלואה ותמותה בקשישים ועלולות לגרום לירידה תפקודית, לירידה באיכות חיים ולדיכאון. אחת התוצאות המשמעותיות והשליליות ביותר של נפילות בקרב קשישים היא שבירי ירך.^{2,1} בניגוד למצופה, נפילות בקרב קשישים החיים בקהילה מתרחשות לרוב בסביבת מגוריו "המוגנת" של הקשיש.¹ יתר על כן, ככל שהקשיש הולך יותר, כך שיעור הנפילות שלו קטן.¹

נמצא כי הבידוד הביתי והחברתי, כפועל יוצא של מגפת ה-COVID-19 (קורונה), משפיע לרעה על בריאותו הפיזית והפסיכולוגית של הקשיש.² לפיכך צפויות עלייה והחמרה בגורמי הסיכון לנפילות (למשל ירידה ברמת הפעילות, עלייה בחרדות, בבדידות ובתחלואה), וכפועל יוצא, גידול בשיעור הנפילות. לאור זאת, קיים צורך בבדיקות סקירה וניטור לאורך זמן של רמת הסיכון לנפילות של הקשישים. צעד זה הינו הכרחי כדי לאתר קשישים ברמת סיכון גבוהה לנפילות ולבנות תוכניות מניעה והתערבות.

במדור זה אציג את השאלון Falls Risk for Older People in the Community (FROP-Com) Screen. השאלון הקצר הזה (של שלושה פריטים בלבד), אשר נמצא תקף ומהימן, מיועד לסקירה מהירה ויעילה של רמת הסיכון לנפילות של הקשיש החי בקהילה. כלי זה ניתן לשימוש על ידי הפיזיותרפיסט

מדור כלי מדידה והערכה

תוקף של הכלי המלא:

התוקף המקביל בינוני עם מספר מבחני שיווי משקל, כגון עם מבחן ה-Timed Up and Go (r = 0.62, 95% CI: 0.54-0.68) עם הכלי-Modified Falls Efficacy Scale⁵ (r = 0.54, 95% CI: 0.42-0.58)

נמצא כי השאלון בעל יכולת הבחנה בין נופלים ללא נופלים בני אותו גיל ומין, ובעל יכולת ניבוי של נפילות בקרב קשישים החיים בקהילה.³

קישור לשאלון הסקירה ולשאלון המלא מופיע באתר של ה:

National Aging Research Institute

בכתובת <https://www.nari.net.au/frop-com>

השאלון המלא של Falls Risk for Older People in the Community (FROP-Com) מכיל הערכה של 13 גורמי סיכון מוכחים לנפילות בקרב קשישים בקהילה. כמו כן הוא כולל 25 פריטים נוספים לשלושת הפריטים שבשאלון הסקירה. לדוגמה, שאלות לגבי המצב התזונתי, סביבת המגורים, הרמה הקוגניטיבית ועוד. כל שאלה מדורגת בסולם 0-3 (מייצג את רמת הסיכון בטווח שבין "אין סיכון" לבין "סיכון רב"). ציון גבוה מעיד על רמת סיכון גבוהה. כמו כן, השאלון כולל המלצות על דרכי פעולה בהתאם לציון המתקבל.⁵

מהימנות של הכלי המלא:

נמצא כי הכלי בעל מהימנות תוך-בודקים ובין-בודקים גבוהה. (ICC = 0.93, 95% confidence interval [CI]: 0.84-0.97) ICC= 0.81, 95% CI: 0.59-0.92-1, בהתאמה.⁵

תוכן השאלון המקוצר (FROP-Com Screen)*

מספר השאלה ונושאה	תוכן השאלה	אפשרויות בחירה	הערות
1. מספר הנפילות	כמה פעמים נפלת בשנה האחרונה?	0 - נפילות 1 - נפילה 2 - נפילות 3 - נפילות ויותר	יש להפנות את השאלה לקשיש
2. התפקוד היומיומי (instrumental actives of daily living)	מהי רמת התפקוד שלך בפעילות יומיומיות, כגון בישול, עבודות בית וכביסה?	0 - עצמאות מוחלטת 1 - עם השגחה 2 - צורך בעזרה כלשהיא 3 - תלות מוחלטת	יש להפנות את השאלה לקשיש
3. שיווי המשקל	הערכה של הפיזיותרפיסט את מידת היציבות והסיכוי לאבד שיווי משקל בזמן תנועה	0 - לא נצפית חוסר יציבות 1 - חוסר יציבות קלה 2 - חוסר יציבות בינונית (נדרשת השגחה) 3 - חוסר יציבות מוחלטת (נדרשת תמיכה ידנית לשמירה על שיווי משקל)	הנבדק מתבקש לעמוד, ללכת כמה מטרים**, להסתובב ולשבת. אם הנבדק משתמש בקביעות באביזר-עזר, הוא מתבקש להשתמש בו בזמן הבדיקה.

* למיטב ידיעתי, הכלי לא תורגם עד כה לעברית; תוכן השאלון מובא כאן בתרגום חופשי של מיכל אלבוים-גביזון באישור המחברים ונמצא בתהליך תיקוף על ידיה.

** הערת המחברת - מפתחי הכלי לא ציינו כמה מטרים בדיוק מתבקש הקשיש ללכת.

מקורות:

א. ערליך, ב', טבך, נ', דונסקי, א' (2017). נפילות בקרב אזרחים ותיקים בישראל ובהשוואה בינלאומית. דוח מחקר. ירושלים: מרכז הידע לחקר הזדקנות האוכלוסייה בישראל.

1. Piau A, Mattek N, Crissey R, Beattie Z, Dodge H, Kaye J. When will my patient fall? Sensor-based in-home walking speed identifies future falls in older adults. *The Journals of Gerontology: Series A*. 2020;75(5):968-973.
2. Maltese G, Corsonello A, Di Rosa M, et al. Frailty and COVID-19: a systematic scoping review. *Journal of Clinical Medicine*. 2020;9(7):2106.
3. Russell MA, Hill KD, Day LM, Blackberry I, Gurrin LC, Dharmage SC. Development of the Falls Risk for Older People in the Community (FROP-Com) screening tool. *Age and ageing*. 2009;38(1):40-46.
4. Ng SS, Liu T-W, Kwong PW, et al. Psychometric testing of the Fall Risks for Older People in the Community screening tool (FROP-Com screen) for community-dwelling people with stroke. *PLoS one*. 2020;15(5):e0233045.
5. Russell MA, Hill KD, Blackberry I, Day LM, Dharmage SC. The reliability and predictive accuracy of the falls risk for older people in the community assessment (FROP-Com) tool. *Age and ageing*. 2008;37(6):634-639.