

GFI – Groningen Frailty Index vragenlijst

Deze test gaat over uw situatie van afgelopen maand. U kunt de vragen met “ja”, “nee” of “soms” beantwoorden. Met zelfstandig bedoelen we: zonder enige vorm van hulp van een ander. Het gebruik maken van hulpmiddelen als een stok, rollator, rolstoel, geldt als zelfstandig.

1. Kunt u geheel zelfstandig boodschappen doen?	Ja (0)		Nee (1)
2. Kunt u geheel zelfstandig buitenshuis lopen?	Ja (0)		Nee (1)
3. Kunt u zich geheel zelfstandig aan- en uitkleden?	Ja (0)		Nee (1)
4. Kunt u geheel zelfstandig van en naar het toilet gaan?	Ja (0)		Nee (1)
5. Als u een rapportcijfer zou moeten geven voor uw lichamelijke fitheid, waarbij een 1 staat voor heel slecht en een 10 staat voor uitstekend, wat zou dit cijfer dan zijn?		0- 6 = (1) 7-10 = (0)	
6. Ondervindt u problemen in het dagelijks leven doordat u slecht ziet?	Ja (1)		Nee (0)
7. Ondervindt u problemen in het dagelijks leven doordat u slecht hoort?	Ja (1)		Nee (0)
8. Bent u de afgelopen 6 maanden veel afgevallen zonder dat u dat wilde?	Ja (1)		Nee (0)
9. Gebruikt u op dit moment 4 of meer verschillende soorten medicijnen?	Ja (1)		Nee (0)
10. Heeft u klachten over uw geheugen?	Ja (1)	Soms (0)	Nee (0)
11. Ervaart u wel eens een leegte om u heen?	Ja (1)	Soms (1)	Nee (0)
12. Mist u wel eens mensen om u heen?	Ja (1)	Soms (1)	Nee (0)
13. Voelt u zich wel eens in de steek gelaten?	Ja (1)	Soms (1)	Nee (0)
14. Heeft u zich de laatste tijd somber of neerslachtig gevoeld?	Ja (1)	Soms (1)	Nee (0)
15. Heeft u zich de laatste tijd nerveus of angstig gevoeld?	Ja (1)	Soms (1)	Nee (0)

Totaalscore:

Uitleg score:

Tel de nullen en enen op tot een totaalscore van minimaal 0 en maximaal 15. Let op: de scoring van vraag 10 kijkt af. Als u op deze lijst 4 punten of meer scoort wordt u gezien als kwetsbaar. Als u op de eerste 4 vragen punten scoort en u heeft geen partner die u kan helpen, is het raadzaam om professionele hulp te zoeken. U kunt bijvoorbeeld contact opnemen met uw huisarts. Aan sommige vormen van kwetsbaarheid is niets te doen, maar dit is niet in alle situaties zo.

Bij gebruik van de GFI dient naar één van de bronartikelen verwezen te worden:

Langerhans. (2021, januari). *GFI*. Opgehaald van Diabetes2: <https://www.diabetes2.nl/wp-content/uploads/2021/01/GFI.pdf>

Steverink, N., Slaets, J.P.J., Schuurmans, H., & Lis, M. van (2001). Measuring frailty: development and testing of the Groningen Frailty Indicator (GFI). *The Gerontologist*, 41, special issue 1, 236-237.

Schuurmans, H., Steverink, N., Lindenberg, S., Frieswijk, N., & Slaets, J.P.J. (2004). Old or frail: what tells us more? *Journals of Gerontology: Medical Sciences*, 59A, 962-965.