

## Индекс мобильности Ривермид

Значение **индекса мобильности Ривермид** соответствует баллу, присвоенному вопросом, на который врач может дать положительный ответ в отношении пациента.

Значение индекса может составлять от 0 (невозможность самостоятельного выполнения каких-либо произвольных движений) до 15 (возможность пробежать 10 метров).

| №  | Навык   | Навык  |
|----|---|--|
| 1  | Повороты в кровати  | Можете ли вы повернуться со спины на бок без посторонней помощи?   |
| 2  | Переход из положения лежа в положение сидя  | Можете ли вы из положения лежа самостоятельно сесть на край постели?   |
| 3  | Удержание равновесия в положении сидя   | Можете ли вы сидеть на краю постели без поддержки в течение 10 секунд?   |
| 4  | Переход из положения сидя в положение стоя  | Можете ли вы встать (с любого стула) менее чем за 15 секунд и удерживаться в положении стоя около стула 15 секунд (с помощью рук или, если требуется с помощью вспомогательных средств)? |
| 5  | Стояние без поддержки   | Наблюдают, как больной без опоры простоит 10 секунд.   |
| 6  | Перемещение   | Можете ли вы переместиться с постели на стул и обратно без какой-либо помощи?  |
| 7  | Ходьба по комнате, в том числе с помощью вспомогательных средств, если это необходимо | Можете ли вы пройти 10 метров используя, при необходимости вспомогательные средства, но без помощи постороннего лица?  |
| 8  | Подъем по лестнице  | Можете ли вы подняться по лестнице на один пролет без посторонней помощи?  |
| 9  | Ходьба за пределами квартиры (по ровной поверхности)                                  | Можете ли вы ходить за пределами квартиры, по тротуару без посторонней помощи?   |
| 10 | Ходьба по комнате без применения вспомогательных средств.                             | Можете ли вы пройти 10 метров в пределах квартиры без костыля, ортеза и без помощи другого лица?   |
| 11 | Поднятие предметов с пола   | Если вы уронили что-то на пол, можете ли вы пройти 5 метров, поднять предмет, который вы уронили, и вернуться обратно?   |
| 12 | Ходьба за пределами квартиры (по неровной поверхности)                                | Можете ли вы без посторонней помощи ходить за пределами квартиры по неровной поверхности (трава, гравий, снег и т.п.)?   |

| <b>№</b> | <b>Навык</b>                | <b>Навык</b>  |
|----------|-----------------------------|---|
| 13       | Прием ванны                 | Можете ли вы войти в ванну (душевую кабину) и выйти из нее без присмотра, вымыться самостоятельно?  |
| 14       | Подъем и спуск на 4 ступени | Можете ли вы подняться на 4 ступени и спуститься обратно, не опираясь на перила, но, при необходимости, используя вспомогательные средства? |
| 15       | Бег                         | Можете ли вы пробежать 10 метров не прихрамывая, за 4 секунды (допускается быстрая ходьба)?   |