

# 老年人综合健康评分体系（满分100分）

## 1. 慢性疾病（30分）

疾病	扣分权重
高血压	2
糖尿病	3
冠心病	4
脑卒中（中风）	5
骨质疏松	3
老年性痴呆	5
关节炎	3
颈椎病	2
腰椎间盘突出症	2
便秘	1

## 2. 生理指标（40分）

指标	权重	轻度异常	中度异常	重度异常	异常界限
收缩压 SBP (mmHg)	6	- 2	- 4	- 6	140 - 159 / 160 - 179 / 180
舒张压 DBP (mmHg)	6	- 2	- 4	- 6	90 - 99 / 100 - 109 / 110
空腹血糖 FPG (mmol/L)	8	- 3	- 5	- 8	6.1 - 6.9 / 7.0 / >11.1
总胆固醇 TC (mmol/L)	6	- 2	- 4	- 6	5.2 - 6.2 / 6.2 - 7.8 / 7.8
静息心率 HR (次/分)	4	- 1	- 3	- 4	50 - 59或101 - 120 / 40 - 49或121 - 130 / <40或>130
体质指数 BMI (kg/m²)	6	- 2	- 4	- 6	24.0 - 27.9 / 28.0 - 31.9 / 32.0
骨密度 T值	4	- 1	- 2	- 4	- 2.5 ~ - 1.1 / - 2.5 / < - 3.0

## 3. 认知功能（MMSE，共10分）

MMSE分数	状态	扣分
27	认知正常	0
21 - 26	轻度认知功能障碍	- 3
10 - 20	中度认知功能障碍	- 7
9	重度认知功能障碍	- 10

## 4. 排便频率（共10分）

周排便次数	状态	扣分
3次	正常	0
2次	轻度便秘	- 3
1次	中度便秘	- 6
<1次	重度便秘	- 10

5. 睡眠质量（共10分）

睡眠质量评分	状态	扣分
4－5	良好	0
3	轻度睡眠障碍	－3
2	中度睡眠障碍	－7
1	重度睡眠障碍	－10