

Bijlage D1 - De Functionele F-testen

MANUAL MUSCLE TESTING vlgd de richtlijnen v/d MEDICAL RESEARCH COUNCIL

Het betreft hier de klassieke waarden van 0 tot 5 voor de manuele weerstandstesten.

100%	5	N	Normaal	Volledige bewegingsbaan tegen zwaartekracht met volledige weerstand (Eng. "N" = "Normal" = "Complete range of motion against gravity with full resistance")
75%	4	G	Goed	Volledige bewegingsbaan tegen zwaartekracht met enige weerstand (Eng. "G" = "Good" = "Complete range of motion against gravity with some resistance")
50%	3	M	Matig	Volledige bewegingsbaan tegen zwaartekracht (Eng. "F" = "Fair" = "Complete range of motion against gravity")
25%	2	Z	Zwak	Volledige bewegingsbaan met uitschakeling van de zwaartekracht (Eng. "P" = "Poor" = "Complete range of motion with gravity eliminated")
10%	1	P	Spoor	Sporen van lichte contractie. Geen gewrichtsbeweging (Eng. "Trace" = "Evidence of slight contractility. No joint motion")
0%	0	0	Zero	Geen spoor van contractie (Eng. "Zero" = "No evidence of contractility")
S or SS				Spasme of ernstig spasme (Eng. Spasm or severe spasm")
C or CC				Contractuur of ernstige contractuur (Eng. Contracture or severe contracture")

Referenties:

- Daniels and Worthingham. *Muscle testing. Techniques of manual examination.* 3d edition, W.B. Saunders Company
- Committee on after-effects, National Foundation for infantile paralysis, Inc. *Muscle examination*, revised March 1946

DE TIMED UP & GO-TEST – TIMED CHAIR STANDS

▪ **Timed Get Up and Go**

De te onderzoeken patiënt zit op een stoel met een rugleuning en de armen steunen op de armleuningen. Hij wordt verzocht recht te staan, drie meter te wandelen tot aan een lijn of een merkteken, zich 180° om te draaien, terug te komen naar de stoel en te gaan zitten. Het gebruik van een hulpmiddel (bijvoorbeeld een wandelstok of een looprek) is toegestaan. De patiënt mag dat hulpmiddel met de handen vasthouden bij het begin van de test.

Het begin en het einde van de tijd wordt gemeten wanneer de patiënt met de rug tegen de rugleuning van de stoel zit.

Een praktische proef is aanbevolen om de patiënt vertrouwd te maken met de test.

De score is hoger dan 20 seconden.

Podsiadlo D. en Richardson S.: The timed "up and go": A test of basic functional mobility for frail elderly persons. JAGS 1991; 39:142-148

▪ **Timed chair stands**

De te onderzoeken patiënt zit met de armen gekruist over de borstkas op een stoel met een rugleuning en zonder armleuningen. Hij wordt verzocht recht te staan en vijfmaal na elkaar zo snel als mogelijk te gaan zitten zonder de armen te gebruiken.

Het gebruik van een hulpmiddel is niet toegestaan.

Een praktische proef is aanbevolen om de patiënt vertrouwd te maken met de test.

De score is hoger dan 14 seconden.

Guralnik J.M., Ferrucci L., Simonsick E.M., Salive M.E., Wallace R.B.: Lower-extremity function in persons over the age of 70 years as a predictor of subsequent disability. N Engl J Med 1995; 332(9): 589-9.

DE TINETTI-TEST - Toelichting

De Tinetti-test is voor het eerst gepubliceerd in 1986, en wordt in de internationale literatuur herhaaldelijk geciteerd. Hij kent een interbeoordelaarsbetrouwbaarheid van 85% +/- 10%, en de correlatiecoëfficiënt van de Tinetti-evenwichtsscore met de Berg Balance Score bedraagt $r = .91$.

De test bestaat uit twee delen: een evenwichtstest op 16 en een gangtest op 12.

Beide scores worden samengeteld om tot een score op 28 te komen.

Het wordt algemeen aanvaard dat een score van 19 of minder op een hoog valrisico duidt, een score tussen 19 en 24 op een matig valrisico en een score tussen 25 en 28 op een klein valrisico. Hier stemt de bepaling uit de nomenclatuur (score < 20) dus overeen met de internationale consensus.

Referenties:

1. Tinetti ME. Performance oriented assessment of mobility problems in elderly patients, *Journal of the American Geriatric Society*, 34:119-126, 1986;
2. Shumway-Cook A., Woollacott M.H. *Motor Control Theory and Practical Applications*. Lippincott Williams & Wilkins, 2nd edition, 2001
3. Susan L. Whitney. Antwerp course on vestibular rehabilitation, cursustekst. Universiteit Antwerpen, 16-14/12/2000;
4. Woollacott M.H., Shumway-Cook A. Ch.7 Clinical and research methodology for the study of posture and balance- in : ed. Masden J.C., Sudarsky L., Wolfson L. *Gait disorders of aging. Falls and therapeutic strategies*. Lippincott-Raven 2001.

Opmerking

Situaties die een gangrevalidatie noodzakelijk maken voor rechthebbenden vanaf hun 65ste verjaardag, die al eens gevallen zijn met risico op herhaling:

te objectiveren door de behandelend geneesheer en kinesitherapeut aan de hand van:

- 1) de "Timed up & go" test, met een score hoger dan 20 seconden; en
- 2) een positief resultaat op ten minste één van twee volgende tests, die allebei moeten worden verricht :
 - (01) de "Tinetti" test, met een score kleiner dan 20/28;
 - (02) de "Timed chair stands" test, met een score hoger dan 14 seconden.

De objectivering gebeurt met een uitgebreid bilan met medisch en kinesitherapeutisch verslag, ondertekend door de behandelende geneesheer en de kinesitherapeut. Dit bilan omvat onder meer de indicatie voor de oefeningen, beschrijving van de locomotorische toestand aan de hand van hoger beschreven testen, vermelding van de co-morbiditeit en van het medicatiegebruik en de gedetailleerde beschrijving van het oefenprogramma.