

Uitvoeringsstandaard Free Running Asthma Screening Test (FRAST)

Achtergrondinformatie:

De FRAST is een test voor kinderen en adolescenten die een indicatie geeft van de aanwezigheid van inspanningsastma

Benodigheden:

Traject buiten waar ongeveer 6 min. kan worden hardgelopen wat overeenkomt met ongeveer een kilometer.

Stopwatch, peakflowmeter, invulformulier en eventueel een hartslagmeter

Testprotocol

Bij de FRAST wordt het kind gevraagd om gedurende 6 minuten hard te lopen. De piekstroom wordt voorafgaand aan de test gemeten, en 1, 5 en 10 minuten na afloop van de test. Bij de piekstroommeting blaast het kind 3 keer. De hoogste waarde wordt genoteerd. Kinderen moeten minstens 5 van de 6 minuten hebben hardgelopen om een betrouwbare waarde te krijgen met bij voorkeur een hartslag boven 170/min.

Een afwijkende FRAST wordt gedefinieerd als een afname in de piekstroom van 15 procent of meer bij minimaal 2 metingen. Kinderen mogen aangemoedigd worden, zodat zij hun maximale prestatie kunnen behalen. Bij herhaling van test zal de aanmoediging op dezelfde wijze moeten geschieden.