

Timed Up&Go-test

De Timed Up&Go-test (TUG) is een gemodificeerde uitvoering van de Up&Go-test. Bij de TUG is de tijdsduur van de uitvoering van de test bepalend voor de score.

Testprotocol Timed Up&Go-test

Voor de uitvoering van deze test zijn een stoel, stopwatch en lijn op de grond nodig.

De patiënt zit op een stoel met, indien mogelijk, beide handen rustend op de bovenbenen. Op het moment dat de testafnemer het startsein geeft, staat de patiënt op (al dan niet gebruikmakend van de stoelleuning). De patiënt loopt vervolgens zo snel mogelijk (maar zonder te rennen) naar het keerpunt op 3 m afstand van de stoel. Voorbij de streep keert de patiënt naar eigen keuze links of rechts om en loopt terug naar de stoel. De stopwatch wordt stopgezet als de patiënt in dezelfde uitgangshouding zit met de handen rustend op de bovenbenen.

De therapeut loopt zo nodig met de patiënt mee, maar vermijdt aanmoediging van de patiënt. Indien nodig is het toegestaan de patiënt een loophulpmiddel te laten gebruiken. De patiënt moet zonder hulp van derden kunnen lopen.¹

De gebruikte tijd in seconden wordt op een scoreformulier vermeld. Verder is het belangrijk dat de therapeut gebruikte orthesen of loophulpmiddelen vermeld.

Duur: Afhankelijk van de toestand van de patiënt. Max. 240 sec²

Score < 20 sec: de revalidant loopt zelfstandig en veilig

Score > 30 sec: er is hulp bij het lopen noodzakelijk³

Score-formulier Timed Up&Go-test

Datum

<i>TUG (weergeven in seconden)</i>				

Opmerkingen:

Bv de reden dat de test niet kon worden afgenomen:

.....
.....
.....

Literatuur:

- 1) Peppen van RPS et al. KNGF-richtlijn Beroerte. Suppl bij het Ned Tijdschr Fysiother 2004;5:31
- 2) Mathias S. et al. Balance in the elderly patient: The 'Get – up and Go' test. Arch Phys Med Rehabil 1986, 67:387
- 3) Van Wegen E.E.H. et al., Klinimetrie bij de ziekte van Parkinson. VU medisch centrum, Nederlands Paramedisch Instituut 2005