

## C: Vurdering af muskelfunktion

### Formål

Vurdering af patientens muskelstyrke og muskelfunktion samt basismobilitet.

### Definition af begreber

TUG: Timed Up and Go. Test for muskelfunktion og basismobilitet

HGS: Håndgrebsstyrke

### 1. Håndgrebsstyrke

Patientens muskelstyrke måles med et hydraulisk hånddynamometer. Har man ikke dette udstyr, anvendes TUG test.



- Patienten måles siddende på en stol (alternativt liggende i sengen)
- Sæt dynamometerets håndtag i position 2 som på billedet.
- Overarmen holdes ned langs siden, albuen bøjes 90°, håndledet holdes i neutral position.
- Mål 3 gange på hver arm med 10-15 sek. pause mellem målingerne og noter den bedste værdi.

### 2. Timed Up and GO (TUG)

Testen måler den tid det tager patienten at rejse sig fra en almindelig stol med armlæn, gå 3 meter, vende om, gå tilbage til stolen og sætte sig igen.

- Redskaber: Stol med sædehøjde ca. 46 cm og et stopur. Der benyttes en opmålt bane på 3 meter målt fra forreste stoleben. Der skal være god plads på begge sider af banen, så patienten selv kan vælge om der vendes venstre-om eller højre-om. Banen bør derfor ikke placeres langs en væg. Evt. gangredskabet er det, som patienten bruger til dagligt.
- Forberedelse: Patienten er iført sit vante fodtøj og bruger sit sædvanlige gangredskab (stokke, rollator, ingenting). Patienten sidder med ryggen mod stolens ryglæn, armene hvilende på armlænene og gangredskabet inden for rækkevidde. Der gives ikke personstøtte.
- Instruktion: På kommandoen: "Parat-Gå" rejser testpersonen sig og går i et hurtigt, men sikkert tempo til en linje på gulvet 3 meter væk og vender om (mindst 1 fod skal berøre stregen), går tilbage til stolen og sætter sig igen. For at blive bekendt med testen udfører patienten hele testen én gang, før der tages tid.
- Tidtagning: Til tidtagningen bruges et stopur. Tiden startes på "gå", også selvom patienten venter lidt med at rejse sig. Tiden stoppes, når patientens bagdel berører stolesædet igen. Armene behøver ikke at hvile på armlænet.

## Tolkning

Patientens testresultater vurderes i forhold til de vejledende referencer og bruges til at følge patienten.

Vejledende reference for håndgrebsstyrke (HGS) <sup>1</sup>				
	Kvinder		Mænd	
Alder	Højre (kg)	Venstre (kg)	Højre (kg)	Venstre (kg)
20-24	27-34	23-33	45-62	39-56
25-29	30-38	27-35	44-64	41-59
30-34	29-39	29-34	44-62	40-58
35-39	29-38	26-35	44-63	44-59
40-44	28-38	25-34	47-61	43-57
45-49	29-39	26-36	43-58	40-57
50-54	27-35	24-34	44-57	39-51
55-59	26-34	25-30	37-51	34-48
60-64	22-30	19-27	37-47	33-44
65-69	23-29	20-26	35-48	32-44
70-74	21-28	19-26	32-45	30-42
≥ 75	16-20	15-18	23-31	25-35

Vejledende reference for Timed up and go (TUG) <sup>2</sup>	
Alder (år)	TID (sek.)
< 60	Ingen reference
60-69	7,1-9,0
70-79	8,2-10,2
80-99	10,0-12,7

## Svarafgivelse

Svararket afleveres til den rekvirerende læge eller sygeplejerske i ambulatoriet.