

Deze versie van het meetinstrument is afkomstig uit de KNGF-richtlijn Ziekte van Parkinson (2016)

Five Times Sit to Stand (FTSTS)

Benodigheden

- Stoel met armleuningen en een gangbare zithoogte (43-45 cm)
- Stopwatch

Algemene instructies

- Laat de persoon met de Ziekte van Parkinson (ZvP) op de stoel zitten, armen gekruist voor de borst, rug tegen de rugleuning
- Controleer of de stoel vrij staat (en dus geen muur of mat raakt)
- Doe voor wat de bedoeling is, om er zeker van te zijn dat de persoon de instructies begrijpt
- De persoon hoort de rugleuning tijdens de test niet te raken, maar het is geen probleem als dat wel gebeurt
- Start de tijdregistratie zodra u 'Af' zegt, en stop de tijd zodra de persoon voor de vijfde keer met de billen de stoel raakt
- Als het niet lukt om zonder hulp of gebruik van de armen vijfmaal te gaan staan en zitten, is de persoon niet geslaagd voor de test
- Probeer tijdens de test niet te praten met de persoon met de ZvP, aangezien dat de snelheid kan verlagen

Instructies voor de persoon met de ZvP:

"Het is de bedoeling dat u zodra ik 'Af' zeg, vijf keer achter elkaar zo snel mogelijk gaat staan en weer zitten. Let erop dat u steeds helemaal rechtop gaat staan, met zo goed mogelijk gestrekte benen en dat u tussendoor niet met uw rug tegen de rugleuning komt"

Datum: _____

Naam persoon met ZvP: _____ Naam fysiotherapeut: _____

Testomstandigheden:

- Tijdstip: _____
- Tijd sinds laatste medicatietoediening: _____
- Gebruikte medicatiedosis: _____
- On- of off-fase, indien van toepassing: _____
- Testlocatie: _____
- Zithoogte stoel: _____

Score: _____ seconden

Verhoogd valrisico: >16 sec