



Efip:

Bevindingen: Hoewel deze methode in principe niet bedoeld is om te classificeren wordt een afkappunt van 0,2 genoemd (score >0,2=kwetsbaar)

Transfers:

Timed Up and Go test: normgegevens:

- * >12 sec: verhoogd valrisico volgens Otago
- * <20 sec: zelfstandig lopen;
- * 20-30 sec: verdere evaluatie gewenst
- * >30 sec: hulpmiddel;
- * gezonde ouderen 6,5 tot 8,5,
- * extramuraal wonende ouderen gemiddeld:8,3;
- * intramuraal wonende ouderen gemiddeld: 28,2,
- * volwassenen na CVA 14,3

Fysieke capaciteit:

* Beoordeling VO2 max: Voor zelfstandig functioneren van ouderen moet VO2-max minimaal 12-14 ml/kg/min zijn.

Vermoeidheid:

Fatigue Severity Scale normgegevens:

- * MS 4,8
- * CVA: 4,7

Balans:

Berg Balance Scale:

- * CVA als FAC = 3 (niet bij M.Parkinson)
- * < 45: indicatie balanstraining

Poma Tinetti (o.a. M.Parkinson (Balans deel A, gangpatroon deel B))

- * deel A: max 16 ptn;
- * deel B: max 12 ptn
- * Totaalscore: < 19: 5-voudige kans op vallen

Loopsnelheid:

10 meter looptest

- * >0,58 m/s (17,2 sec over 10 m=2,1 k/h)
- * binnenshuis zelfstandig functioneren is waarschijnlijk
- * >0,77 m/s (13 sec over 10 m=2,7 k/h)
- * minimale snelheid om straat over te steken
- * normwaarde gezonde ouderen: 1,25 m/sec (4,5 k/h)

Mobiliteit, bewegen, verplaatsbaarheid en transfermogelijkheid in ADL:

Elderly Mobility Scale:

- * max score: 20
- * >14: ADL zelfstandig en veilig
- * 10-13: grensgebied onafhankelijkheid en veiligheid
- * < 10 ondersteuning nodig bij ADL

Metten van valrisico:

Timed chair-stand-test:

- * >14 sec: verhoogd valrisico

Gecombineerde Valrisico Score:

Van de verschillende valscores wordt het totaal berekend:

- * GVS groter of gelijk aan: 9 rood (sterk verhoogd valrisico)
- * GVS groter of gelijk aan: 4 geel (verhoogd valrisico)
- * GVS = 4 groen (gematigd valrisico)



Barthelindex interpretatie:

20: volledig zelfstandig in basale ADL en mobiliteit;

15-19: redelijk tot goed zelfstandig;

10-14: heeft wel hulp nodig maar doet ook veel zelf;

5-9 ernstig hulpbehoevend;

0-4 volledig hulpbehoevend