

Indicatoren fragiliteit

(uit: KNGF richtlijn osteoporose)

- 1 onbedoeld gewichtsverlies BMI van minder dan 18,5 kg/m²
 - 2 Zwakte: een score van 75 of minder op het onderdeel 'fysiek functioneren' van de SF-36
 - 3 Vermoeidheid: een score van minder dan 55 op het onderdeel 'vitaliteit' van de SF-36
 - 4 Beperkte lichamelijke activiteit minder dan 65 minuten per dag activiteiten als fietsen, lopen of huishoudelijke activiteiten
 - 5 Traagheid: langzame loopsnelheid: Normaalwaarden loopsnelheid per geslacht en lengte
- Drempelwaardes: bij een tragere loopsnelheid voor de 4,5 meter wordt aan het fragiliteitscriterium voldaan

Mannen:

Lengte: ≤ 173 cm:

≥ 7 sec (≤ 0,64 m/s; ≤ 2,3 k/h)

Lengte: ≥ 173 cm:

≥ 6 sec (≤ 0,75 m/s; ≤ 2,7 k/h)

Vrouwen:

Lengte: ≤ 159 cm:

≥ 7 sec (≤ 0,64 m/s; ≤ 2,3 k/h)

Lengte: ≥ 159 cm:

≥ 6 sec (≤ 0,75 m/s; ≤ 2,7 k/h)

