

## Tien meter looptest (TML)

Collen F.M. et al. (1990)

DOEL(GROEP):	Diagnostisch, prognostisch, evaluatief /effectiviteit, inventariserend M.b.v. de 10 meter looptest wordt de snelheid van het comfortabel lopen gemeten over een afstand van 10 meter. Indien nodig is het toegestaan om een loophulpmiddel/orthesen te gebruiken, de patiënt moet wel zonder hulp van derden kunnen lopen. De test wordt gebruikt bij patiënten met neurologische aandoeningen en ouderen
OPBOUW:	Fysieke performance test over 10 meter op comfortabele snelheid)
AFNAMEDUUR:	Afhankelijk van de gesteldheid van de patiënt
BENODIGDHEDEN:	In Vulformulier, stopwatch, evtl loophulpmiddel/orthese
RANDVOORWAARDEN:	De test wordt op effen terrein afgenomen waarop een 10 meter afstand is gemarkeerd. De patiënt dient minimaal een FAC=3 score te hebben alvorens de TML af te nemen.
UITVOERING/INSTRUCTIE:	De patiënt start vanuit stilstand achter de gemarkeerde lijn en loopt naar de andere gemarkeerde lijn. Indien nodig, is het toegestaan een loophulpmiddel en/of orthese te gebruiken. Tegelijk met het startsein wordt de stopwatch ingedrukt en afgeklokt zodra de patiënt met één voet over de eindstreep is. NB: de therapeut loopt zo nodig met de patiënt mee, beperkt zich tot de opdracht en vermijdt verdere aanmoediging.  <u>Instructie aan patiënt:</u> Loop op een comfortabele manier naar de overkant en loop door tot over de streep. Ik tel tot drie, bij drie moet u starten: één, twee....drie.
SCORING:	De test wordt (zo mogelijk) 3 maal uitgevoerd. De gemiddelde snelheid (afstand / aantal seconden) wordt uitgerekend en genoteerd op het scoreformulier. Ook worden de gebruikte hulpmiddelen en orthesen genoteerd.
INTERPRETATIE:	Loopsnelheid > 0,58 m/sec (17,2 sec over 10 m): binnenshuis zelfstandig functioneren is waarschijnlijk. Loopsnelheid > 0,77 m/sec ( 13 sec over 10 m.): minimale snelheid om een straat over te steken

Literatuur:

1. Collen F.M, Wade DT, Bradshaw C.M. *Mobility after stroke: Reliability of measures of impairment en disability*. International Disability Studies 1990, 12: 6-9
2. Koolstra M, Smeets CJ, Harmeling-van der Wel, Kwakkel G. *Klinimetrie na een beroerte; een praktische handleiding*. Amersfoort Nederlands Paramedisch Instituut & VU medisch centrum 2004
3. van Hedel H.J.; Wierz M.; Dietz V.; *Assessing walking ability in subjects with spinal cord injury: validity and reliability of 3 walking tests* Arch Phys Med Rehabil. Feb.2005
4. Leraar P.; Miller E.; *Concurrent validity of distance walks and timed-walks in the well-elderly*, Journal of Geriatric Physical Therapy 2002
5. Rossier P.; Wade D.T.; *Validity and reliability comparison of 4 mobility measure in patients with presenting with neurologic impairment*. Arch Phys Med Rehabil. Jan. 2001
6. Burgt G.C.M.; van der Opstal M.; Nelissen L.H.; Theunissen C.T.H., Lenssen A.F.; *Klinimetrie bij CVA patienten; een onderzoek naar de intrabeoordeelaarsbetrouwbaarheid*. Nederlands Tijdschrift voor Fysiotherapie Dec 2005

## 10 METER LOOPTEST (TML)

Collen F.M. et al. (1990)

### UITVOERING EN INSTRUCTIE:

De patiënt start uit stilstand achter de eerste gemarkeerde lijn en loopt naar de tweede gemarkeerde lijn. De onderzoeker start de tijd bij "drie" en stopt zodra één van de voeten de tweede lijn raakt of passeert. De onderzoeker loopt mee tijdens de test achter de patiënt.

Voor de test zegt de onderzoeker tegen de patiënt:

*Wilt u in een voor U comfortabel tempo over de tweede lijn lopen?*

*Ik tel tot drie; bij drie moet u starten: één, twee, ..... drie.*

Tijdens de test vermijdt de onderzoeker verdere aanmoediging.

De test wordt (zo mogelijk) drie maal uitgevoerd, met tussenpozen van minstens 20 seconden en maximaal 2 minuten.

### SCORING:

De test wordt (zo mogelijk) 3 maal uitgevoerd. Bij 2 of 3 behaalde scores wordt het gemiddelde uitgerekend en genoteerd op het scoreformulier.

Ook worden de gebruikte orthesen en loophulpmiddelen genoteerd.

**10 Meter looptest (TML)**

(Collen F.M. et al, 1990)

**Naam patiënt:**

**Naam behandelaar:**

datum	Aantal sec. trial 1	Aantal sec. trial 2	Aantal sec. trial 3	gemiddelde snelheid			loop- hulpmiddel	orthese
				sec.	m/sec	km/u		

**Opmerkingen**