

Příloha 1 Informovaný souhlas pacienta

Informovaný souhlas pacienta

Název bakalářské práce: Porovnání testů k hodnocení stability u pacientů po poškození mozku z hlediska fyzioterapeuta

Stručná anotace BP: Cílem bakalářské práce bude zpracování a porovnání sedmi předem vybraných testů, které patří do škály nejčastěji volených standardizovaných testů stability u pacientů po poškození mozku. V praktické části budou využity 3 z těchto testů u pacientů po cévní mozkové příhodě před zahájením léčebného programu a na jeho konci. Výsledek těchto měření by měl odhalit, který z vybraných testů je pro dané pacienty vhodnější využít a jestli došlo u pacientů ke zlepšení stability.

Jméno a příjmení pacienta:

Datum narození:

Kazuistika pacienta pod číslem:

1. Já, níže podepsaný/á souhlasím s účastí v BP, jejíž výsledky budou anonymně zpracovány formou kazuistiky. Je mi více než 18 let.
2. Byl/a jsem podrobně a srozumitelně informován/a o cíli BP a jejich postupech, průběhu zpracování, a formě mé spolupráce. Byl mi vysvětlen očekávaný přínos BP.
3. Porozuměl/a jsem tomu, že svou účast mohu kdykoliv přerušit či zcela zrušit, aniž by to jakkoli ovlivnilo průběh mé další léčby. Moje účast v kazuistice BP je dobrovolná.
4. Kazuistika bude v BP uveřejněna přísně anonymně bez jakýchkoliv osobních údajů.
5. S účastí v kazuistice BP není spojeno poskytnutí žádné finanční ani jiné odměny.

Datum:

Podpis pacienta:

Podpis studenta:

Příl. 5.4 Balanční škála podle Bergové (BBS, Berg Balance Scale)

Datum: _____

Jméno: _____ Jméno fyzioterapeuta: _____

Okolnosti měření:

- Denní doba: _____
- Doba od podání léků: _____
- Dávka léků: _____
- **Zaznamenejte ON/OFF stav, je-li to příhodné:** _____
- Místo: _____
- **Člov.** _____
- Výška židle: _____

Položka a celkové skóre

- | | |
|---|-------|
| 1. Postavení ze sedu | _____ |
| 2. Samostatný stoj | _____ |
| 3. Sed bez opory | _____ |
| 4. Posazení ze stoje | _____ |
| 5. Transfery | _____ |
| 6. Stoj se zavřenýma očima | _____ |
| 7. Stoj spojný | _____ |
| 8. Natažení ruky vpřed ve stoje | _____ |
| 9. Zvednutí předmětu z podlahy | _____ |
| 10. Ohlédnutí se přes rameno vestoje | _____ |
| 11. Otočka o 360 stupňů | _____ |
| 12. Střídavé výstupy na schod//stoličku | _____ |
| 13. Tandemový stoj | _____ |
| 14. Stoj na jedné noze | _____ |
| Celkem (rozsah 0–56): | _____ |

Osoba v riziku pádu: <47,^{437,447} Minimální rozpoznatelná změna: 3 body (5% výchozí hodnoty).⁴⁷²

Vybavení:

- **Stolky.**
- **Metr/pravítko** či jiný nástroj, kterým lze změřit **5, 12,5 a 25 cm**
- Dvě židle přiměřené výšky: jedna s područkami a jedna bez nich.
- **Schod** nebo stolička výšky odpovídající výšce průměrného kroku.

Zdroj:
Berg KO, Wood-Dauphinee SL, Williams JI et al. Measuring balance in the elderly: validation of an instrument. Can J Publ Health 1992; 83 S2: 7-11.

Obecné pokyny:

- Použijte následující pokyny a u každé položky **zaznamenejte** nejhorší výkon.
- U většiny položek má osoba s PN za úkol po určitou dobu setrvat v příslušné pozici. Postupně se strhávají **body, pokut**
 - nejsou splněny požadavky na čas či vzdálenost.
 - osoba PN vyžaduje dohled.
 - osoba PN využije zevní **oporu** nebo je nutná dopomoc **fyzioterapeuta**.
- Osobě s PN musí být jasné, že cílem je při jednotlivých úkolech udržet rovnováhu.
- Rozhodnutí, na které noze bude stát **nebo jak daleko** se natáhne horní končetinou, záleží na osobě s PN.

Vyšetření

1. Postavení ze sedu

Postavte se. Snažte se postavit bez pomoci rukou.

- 4 Postaví se bez pomoci rukou a udrží samostatně stabilitu.
- 3 Udrží samostatně stabilitu, ale při postavování si pomůže rukou.
- 2 Postaví se s pomocí rukou po několika pokusech.
- 1 Vyžaduje minimální dopomoc, aby se postavil/a nebo udržel/a stabilitu.
- 0 Vyžaduje střední až maximální dopomoc, aby se postavil/a.

2. Samostatný stoj

Stůjte dvě minuty bez držení.

- 4 Dokáže bezpečně stát 2 minuty.
- 3 Dokáže stát 2 minuty pod dohledem.
- 2 Dokáže stát 30 sekund bez dopomoci.
- 1 Potřebuje několik pokusů, aby stál/a 30 sekund bez dopomoci.
- 0 Nedokáže stát 30 sekund bez dopomoci.

Dokáže-li osoba s PN stát 2 minuty bez dopomoci, dejte plné skóre i za sed bez opory. Přejděte k položce č. 4.

3. Sed bez opory zad, ale s nohama na podlaze nebo na stoličce

Sedte 2 minuty se založenýma rukama.

- 4 Dokáže bezpečně sedět 2 minuty.
- 3 Dokáže sedět 2 minuty pod dohledem.
- 2 Dokáže sedět 30 sekund.
- 1 Dokáže sedět 10 sekund.
- 0 Nedokáže sedět 10 sekund bez dopomoci.

4. Posazení ze stoje

Posadte se.

- 4 Posadí se bezpečně s minimálním použitím rukou.
- 3 Posadí se s dopomocí rukou.
- 2 Při posazení se zadní částí nohou opírá o židli.
- 1 Posadí se samostatně, ale pohyb není kontrolovaný.
- 0 Vyžaduje dopomoc, aby se posadil/a.

5. Transfery – připravte dvě židle (jednu s područkami a jednu bez) nebo lůžko a židli (s područkami)

Přesedněte si na židli s područkami. Až se na ni posadíte, přesedněte si zpět na židli bez područek/lůžko.

- o 4 Bezpečně si přesedne s minimálním pomocí rukou.
- o 3 Bezpečně si přesedne, ale jasně vyžaduje pomoc rukou.
- o 2 K přesednutí potřebuje slovní vedení a/nebo dohled.
- o 1 Vyžaduje dopomoc jedné osoby.
- o 0 Vyžaduje dopomoc nebo dohled dvou osob.

6. Samostatný stoj se zavřenýma očima

Zavřete oči a stůjte v klidu 10 sekund.

- o 4 Dokáže bezpečně stát 10 sekund bez dopomoci.
- o 3 Dokáže stát 10 sekund pod dohledem.
- o 2 Dokáže stát 3 sekundy.
- o 1 Se zavřenýma očima nedokáže stát 3 sekundy, ale stojí bezpečně.
- o 0 Potřebuje dopomoc, aby nespadl/a.

7. Samostatný stoj spojný

Dejte nohy k sobě a stůjte bez držení.

- o 4 Stoj spojný provede samostatně a stojí bezpečně 1 minutu.
- o 3 Stoj spojný provede samostatně a stojí bezpečně 1 minutu s dohledem.
- o 2 Stoj spojný provede samostatně, ale nevydrží 30 sekund.
- o 1 K provedení stoje spojného vyžaduje dopomoc, ale vydrží v něm 15 sekund.
- o 0 K provedení stoje spojného vyžaduje dopomoc a nevydrží v něm 15 sekund.

8. Natažení ruky vpřed ve stoji

Nyní předpažte ruku do 90 stupňů. Rukou s nataženými prsty se natáhněte co nejdále.

- o 4 Bez problému dosáhne rukou do vzdálenosti 25 cm.
- o 3 Dosáhne rukou do vzdálenosti 12 cm.
- o 2 Dosáhne rukou do vzdálenosti 5 cm.
- o 1 Snaží se natáhnout, ale potřebuje dohled.
- o 0 Při pokusu ztrácí stabilitu/vyžaduje zevní oporu.

Ke konečkům prstů si po přepažení do 90° připravte pravítko. Prsty by se ho při natahování neměly dotýkat. Pokud je to možné, požádejte osobu s PN, aby při natahování použila obě ruce, a zabránila tak rotaci trupu.

9. Zvednutí předmětu z podlahy ze stoji

Zvedněte botu/přezůvku na podlaze před sebou.

- o 4 Přezůvku zvedne bezpečně a snadno.
- o 3 Přezůvku zvedne, ale potřebuje dohled.
- o 2 Přezůvku nezvedne, ale natáhne se 2-5 cm od ní a samostatně udrží stabilitu.
- o 1 Přezůvku nezvedne a při pokusu potřebuje dohled.
- o 0 Není možný ani pokus/vyžaduje dopomoc, aby neztratil/a stabilitu nebo neupadl/a.

10. Ohlédnutí se přes levé a pravé rameno vestoje

Ohlédněte se přes levé rameno [vyberte předmět, za kterým se osoba s PN ohlédne], a poté přes pravé.

- o 4 Dokáže se bez obtíží ohlédnout na obě strany a správně přitom přenáší váhu.
- o 3 Dokáže se ohlédnout na jednu stranu, při ohlédnutí na druhou hůře přenáší váhu.
- o 2 Dokáže se ohlédnout jen na stranu, ale udrží rovnováhu.
- o 1 Při snaze se ohlédnout vyžaduje dohled.
- o 0 Vyžaduje dopomoc, aby neztratil/a stabilitu nebo neupadl/a.

11. Otočka o 360 stupňů

Otočte se na místě kolem dokola. Pak počkejte. Pak se otočte kolem dokola opačným směrem.

- o 4 Bezpečně se otočí o 360 stupňů za 4 sekundy a méně.
- o 3 Bezpečně se otočí o 360 stupňů za 4 sekundy a méně jen na jednu stranu.
- o 2 Bezpečně se otočí o 360 stupňů, ale otočka je pomalá.
- o 1 Vyžaduje značný dohled nebo slovní vedení.
- o 0 Při otáčení vyžaduje dopomoc.

12. Samostatné střídavé výstupy na schod nebo stoličku ve stoje

Střídavě zvedejte nohy na schod/stoličku. Úkol opakujte, dokud na schod/stoličku nepoložíte každou nohu čtyřikrát.

- o 4 Dokáže stát samostatně a bezpečně a všech 8 výstupů zvládne za 20 sekund.
- o 3 Dokáže stát samostatně a všech 8 výstupů zvládne za > 20 sekund.
- o 2 Zvládne 4 výstupy bez dopomocí, ale s dohledem.
- o 1 Zvládne > 2 výstupy a vyžaduje minimální dopomoc.
- o 0 Není možný ani pokus/vyžaduje dopomoc, aby neupadl/a.

13. Samostatný tandemový stoj – nejprve předvedte

Postavte se tak, aby jedna noha byla v ose přímo před druhou. Máte-li pocit, že to nedokážete, pokuste se udělat alespoň krok, ale takový aby byla vaše pata v ose před prsty druhé nohy (tj. tandemový krok).

- o 4 Dokáže samostatně zaujmout tandemový stoj a vydrží v něm 30 sekund.
- o 3 Dokáže samostatně zaujmout tandemový krok a vydrží tak 30 sekund.
- o 2 Udělá samostatně malý krok a vydrží tak 30 sekund.
- o 1 Pro výkrok potřebuje dopomoc, ale vydrží 15 sekund.
- o 0 Při výkroku nebo ve stoji ztratí stabilitu.

Hodnoťte 3 body, pokud: délka kroku přesáhne délku nohy a šířka kroku se přibližně rovná normální šířce kroku osoby s PN.

14. Stoj na jedné noze

Zkuste co nejdéle stát bez držení na jedné noze.

- o 4 Samostatně zvedne nohu a vydrží tak > 10 sekund.
- o 3 Samostatně zvedne nohu a vydrží tak 5-10 sekund.
- o 2 Samostatně zvedne nohu a vydrží tak 3 sekundy.
- o 1 Pokusí se zvednout nohu, nevydrží 3 sekundy, ale zůstane stát samostatně.
- o 0 Není možný ani pokus nebo vyžaduje dopomoc, aby neupadl/a.

Příl. 5.14 Mini-BESTest (Systémový test hodnocení stability; Balance Evaluation Systems Test)

Pomůcky:

- Pevná židle (nejlépe podobná židli, která osobě s PN způsobuje největší problémy a často ji používá) bez područek a koleček.
- Podložka Temper®/T-focam™: asi 10 cm silná, střední hustoty (pevnost T41).
- Nakloněná plošina.
- Stopky.
- 23cm vysoká krabice (např. krabice od bot přilepené k sobě).
- Pásky k měření a označení podlahy: 3m vzdálenost od židle.

Obecné pokyny

- Postupujte podle pokynů (kurzívou).
- Musí-li osoba s PN používat kompenzační pomůcku, danou položku hodnotte o stupeň huře.
- Pokud osoba s PN potřebuje při některé položce manuální dopomoc, hodnotte danou položku 0 body.

Datum: _____

Jméno: _____ Jméno fyzioterapeuta: _____

Okolnosti měření:

- Denní doba: _____
- Doba od podání léků: _____
- Dávka léků: _____
- **Zaznamenejte ON/OFF stav, je-li to příhodné:** _____
- Místo: _____
- **Člov.** _____
- Výška židle: _____

Dílčí a celkové skóre

Proaktivní stabilita	položky 1-3	dílčí skóre:	/ 6 =
Reaktivní stabilita	položky 4-6	dílčí skóre:	/ 6 =
Senzorická orientace	položky 7-9	dílčí skóre:	/ 6 =
Dynamická kontrola	položky 10-14	dílčí skóre:	/ 10 =
Celkem	položky 1-14	celkové skóre:	/ 28 =

Osoba v riziku pádů: < 19

1. Postavení ze sedu

Překřižte paže na prsou. Snažte se je při postavování nepoužívat, pokud to není nutné. Při vstávání se neopírejte nohama o židli. Nyní se, prosím, postavte.

- (2) Norma: Postaví se bez použití rukou a stabilitu udrží samostatně.
- (1) Střední porucha: Postaví se na první pokus s použitím rukou.
- (0) Těžká porucha: Ze židle se nepostaví bez pomoci, nebo potřebuje několik pokusů s použitím rukou.

2. Postavení na špičky

Rozkročte se na šířku ramen. Dejte ruce v bok. Pokusíte se postavit na špičky co nejvýše. Budu 3 sekundy nahlas počítat. Pokusíte se v této pozici zůstat nejméně 3 sekundy. Dívejte se přímo před sebe. Postavte se teď.

- (2) Norma: Vydrží 3 s stabilně v maximální výšce.
- (1) Střední porucha: Postaví se na špičky, ale neudrží paty v maximální výšce (když se drží za ruku, dostane se výše), nebo je v průběhu 3 s patrná instabilita.
- (0) Těžká porucha: < 3 s

Umožněte 2 pokusy a použijte lepší výsledek. Máte-li podezření, že osoba s PN nestojí na špičkách v maximální výšce, požádejte ji, aby to zkusila s držením za ruce. Ujistěte se, že se osoba s PN dívá na stabilní cíl vzdálený 1,2-3,6 m.

3. Stoj na jedné noze

Dívejte se přímo před sebe. Mějte ruce v bok. Postavte se na jednu nohu tak, že druhou nohu pokrčíte v koleni dozadu za sebe, ale vaše nohy se nesmí dotýkat nebo se o sebe opírat. Zůstanete stát na jedné noze co nejdéle. Nyní zvedněte nohu.

Levá noha: Čas v sekundách

Pokus 1: Pokus 2:

- (2) Norma: 20 s
- (1) Střední porucha: < 20 s
- (0) Těžká porucha: Nezvládne

Pravá noha: Čas v sekundách

Pokus 1: Pokus 2:

- (2) Norma: 20 s
- (1) Střední porucha: < 20 s
- (0) Těžká porucha: Nezvládne

Umožněte dva pokusy a zaznamenejte oba časy. Stopujte, jak dlouho osoba s PN ve stoji na jedné noze vydrží do maximálního času 20 s. Stopování zastavte, jakmile osoba s PN dá ruce z boků nebo se nohu dotkne podlahy. Ujistěte se, že se osoba s PN dívá na stabilní cíl vzdálený 1,2-3,6 m. Úkol opakujte na druhé noze.

Pro hodnocení použijte pokus s delší výdrží na každé straně zvlášť. K výpočtu dílčího a celkového skóre použijte [levou nebo pravou] stranu s horším výsledkem [tj. tu horší].

4. Kompenzační krok vpřed

Rozkročte se na šířku ramen, ruce dejte podél těla. Opřete se o moje ruce až za hranice vaší stability směrem dopředu. Jakmile vás pustím, udělejte cokoli, klidně i krok, abyste zabránili/a pádu.

- (2) Norma: Získá znovu stabilitu samostatně pomocí jednoho velkého kroku (je povoleno dokročení k návracení do výchozí pozice).
- (1) Střední porucha: K obnovení stability musí provést víc než jeden krok.
- (0) Těžká porucha: Vůbec neprovede krok, nebo by bez zachycení upadl/a, nebo padá spontánně.

Postavte se před osobu s PN, položte jí ruce na ramena a požádejte ji, ať se nakloní dopředu. Ujistěte se, že má před sebou dost místa na krok vpřed. Požádejte ji, aby se naklonila dopředu natolik, že se její ramena a boky dostanou před její špičky. Jakmile ucítíte, že se osoba s PN do vašich v rukou opírá celou vahou, náhle ji pusťte. Test jí musí přinutit udělat krok. Buďte připraveni osobu s PN zachytit.

5. Kompenzační krok vzad

Rozkročte se na šířku ramen, ruce dejte podél těla. Opřete se o moje ruce až za hranice vaší stability směrem dozadu. Jakmile vás pustím, udělejte cokoli, klidně i krok, abyste zabránili/a pádu.

- (2) Norma: Získá znovu stabilitu samostatně pomocí jednoho velkého kroku.
- (1) Střední porucha: K obnovení stability musí provést víc než jeden krok.
- (0) Těžká porucha: Vůbec neprovede krok, nebo by bez zachycení upadl/a, nebo padá spontánně.

Postavte se za osobu s PN, položte jí ruce na loatky a požádejte ji, ať se nakloní dozadu. Ujistěte se, že má za sebou dost místa na krok vzad. Požádejte ji, aby se naklonila dozadu natolik, že se její ramena a boky dostanou za její paty. Jakmile ucítíte, že se osoba s PN do vašich v rukou opírá celou vahou, náhle ji pusťte. Test jí musí přinutit udělat krok. Buďte připraveni osobu s PN zachytit.

6. Kompenzační krok do strany

Postavte se s nohama u sebe, ruce podél těla. Opřete se o moje ruce až za hranice vaší stability směrem do strany. Jakmile vás pustím, udělejte cokoli, klidně i krok, abyste zabránili/a pádu.

Doleva

- (2) Norma: Získá znovu stabilitu samostatně pomocí jednoho velkého kroku (křížem nebo do strany).
- (1) Střední porucha: K obnovení stability musí provést několik kroků.
- (0) Těžká porucha: Padá, nebo není schopna/schopen kroku.

Doprava

- (2) Norma: Získá znovu stabilitu samostatně pomocí jednoho velkého kroku (křížem nebo do strany).
- (1) Střední porucha: K obnovení stability musí provést několik kroků.
- (0) Těžká porucha: Padá, nebo není schopna/schopen kroku.

Postavte se bokem k osobě s PN, položte jí jednu ruku z boku na pánev a požádejte ji, aby celou svou vahou zatlačila do vaší ruky. Musí se naklonit do strany natolik, že se osa pánve dostane do strany až za zevní hranu pravého nebo (levého) chodidla, a pak ji náhle pusťte. Buďte připraveni osobu s PN zachytit.

Hodnocení: K výpočtu dílčího a celkového skóre použijte stranu s horším výsledkem.

7. Stoj (spojný); otevřené oči, pevná podložka

Dejte ruce v bok. Dejte nohy k sobě, aby se téměř dotýkaly. Dívejte se přímo před sebe. Stůjte co nejstabilněji a co nejvíce v klidu, dokud neřeknu stop.

Čas v sekundách: _____

- (2) Norma: 30 s.
- (1) Střední porucha: <30 s.
- (0) Těžká porucha: Nevládně.

Zaznamenejte, jak dlouho je osoba s PN schopna stát s nohama u sebe. Ujistěte se, že se osoba s PN dívá na stabilní cíl vzdálený 1,2-3,6 m.

8. Stoj (spojný); zavřené oči, pěnová podložka

Postavte se na pěnovou podložku. Dejte ruce v bok. Dejte nohy k sobě, aby se téměř dotýkaly. Stůjte co nejstabilněji a co nejvíce v klidu, dokud neřeknu stop. Až zavřete oči, začnu stopovat.

Čas v sekundách: _____

- (2) Norma: 30 s.
- (1) Střední porucha: < 30 s.
- (0) Těžká porucha: Nevládně.

Pomozte osobě s PN postavit se na pěnovou podložku. Požádejte ji, aby mezi pokusy z podložky sestoupila. Podložku před každým pokusem obraťte, aby si udržela svůj tvar.

9. Nakloněná plošina – zavřené oči

Postavte se na nakloněnou plošinu. Stůjte na ní špičkami směrem do kopce. Rozkročte se na šířku ramen, ruce dejte podél těla. Až zavřete oči, začnu stopovat.

Čas v sekundách: _____

- (2) Norma: Stojí samostatně 30 s a stojí kolmo k zemi souhlasně s vektorem tíhové síly.
- (1) Střední porucha: Stojí samostatně < 30 s NEBO stojí kolmo k nakloněné plošině.
- (0) Těžká porucha: Nevládně.

Jakmile subjekt zavře oči, začněte měřit. Zaznamenejte čas a případný nadměrný rozkvy.

10. Změna rychlosti chůze

Vyrazíte pohodlnou rychlostí, a jakmile řeknu „rychle“, půjdete co nejrychleji. Jakmile řeknu „pomalu“, půjdete co nejpomaleji.

- (2) Norma: Dokáže výrazně změnit rychlost chůze bez známek instability.
- (1) Střední porucha: Nedokáže změnit rychlost chůze, nebo jsou přítomny známky instability.
- (0) Těžká porucha: Nedokáže výrazně změnit rychlost chůze A ZÁROVEŇ jsou přítomny známky instability.

Nechte osobu s PN udělat 3-5 kroků pohodlnou rychlostí, a pak řekněte „rychle“. Po 3-5 dalších krocích řekněte „pomalu“.
Nechte osobu s PN udělat 3-5 dalších kroků než se zastaví.

11. Chůze s otáčením hlavy – horizontálně

Vyrazíte normální, pohodlnou rychlostí. Jakmile řeknu „doprava“, otočíte hlavu doprava a budete se dívat doprava. Jakmile řeknu „doleva“ otočíte hlavu doleva a budete se dívat doleva. Snažte se přitom jít stále přímo rovně.

- (2) Norma: otáčí hlavou beze změny rychlosti a udržuje přitom dobře stabilitu.
- (1) Střední porucha: otáčí hlavou, ale snižuje rychlost chůze.
- (0) Těžká porucha: otáčí hlavou, ale je nestabilní.

Nechte osobu s PN, aby se rozešla pohodlnou rychlostí a pak jí dávejte pokyny „vpravo“ a „vlevo“ každých 3-5 kroků. Obtíže hodnotíte při otáčení hlavy do kteréhokoliv z obou směrů. Při těžké poruše dynamiky krční páteře lze umožnit sdružený pohyb hlavy a trupu.

12. Chůze s otočkou na místě (pivotování)

Vyrazíte normální, pohodlnou rychlostí. Jakmile řeknu „otočit a stát“, co nejrychleji se otočíte na místě o 180° a zastavíte se. Po otočení byste měl/a mít nohy blízko u sebe.

- (2) Norma: Otáčí se s nohama u sebe RYCHLE (< 3 kroky) a udržuje přitom dobře stabilitu.
- (1) Střední porucha: Otáčí se s nohama u sebe POMALU (> 4 kroky) a udržuje přitom dobře stabilitu.
- (0) Těžká porucha: Nedokáže se otočit s nohama u sebe žádnou rychlostí bez instability.

Předvedte otočku na místě. Jakmile se osoba s PN rozejde pohodlnou rychlostí, řekněte „otočit a stát“. Počítejte počet kroků od pokynu „otočit“ do okamžiku, kdy osoba s PN dosáhne klidného stabilního stoje. Známkou instability může být široká база, příliš mnoho kroků nebo pohyby trupu.

13. Chůze přes překážky

Vyrazíte normální, pohodlnou rychlostí. Až dojdete ke krabici, nebudete ji obcházet, ale přefekročíte ji, a budete pokračovat v chůzi.

- (2) Norma: Přefekročí krabici s minimální změnou rychlosti chůze a udržuje přitom dobře stabilitu.
- (1) Střední porucha: Krabici přefekročí, ale šokovně o ni, NEBO jeví známky opatrnosti a zpomalí.
- (0) Těžká porucha: Krabici nepřefekročí, NEBO ji obejde.

Krabici umístíte 3 m od místa, odkud osoba s PN vyrazí. K vytvoření překážky dobře poslouží dvě spleené krabice od bot.

14. Zkouška postavení a chůze na čas (TUG) s druhotným úkolem [chůze na 3 m]

TUG: Až řeknu „ted“, vstanete ze židle, půjdete pohodlnou rychlostí až k vyznačenému místu, tam se otočíte, půjdete zpět a znovu se posadíte na židli.

Čas v sekundách: _____

TUG s druhotným úkolem: Budete postupně nahlas odečítat 3 od _____. Až řeknu „ted“, vstanete ze židle, půjdete pohodlnou rychlostí až k vyznačenému místu, tam se otočíte, půjdete zpět a znovu se posadíte na židli. Celou dobu při tom budete nahlas počítat. Čas v sekundách: _____

- (2) Norma: Žádná patrná změna v sedu, stojí ani chůzí při odečítání oproti testu TUG bez druhotného úkolu.
- (1) Střední porucha: Provádění dvou úkolů narušuje počítání nebo rychlost chůze o > 10 % oproti testu TUG bez druhotného úkolu.
- (0) Těžká porucha: Při chůzi přestává počítat, nebo se při počítání zastaví.

Požádejte osobu s PN, aby se opřela zády o židli. Začněte stopovat od okamžiku, kdy řeknete „ted“. Přestaňte stopovat, jakmile osoba s PN dosedne na židli a opře se zády. S druhotným úkolem: Vsedě zjistíte, jak rychle dokáže osoba s PN odečítat 3 od čísla mezi 100 a 90 a kolik přitom dělá chyb. Pak ji požádejte, aby odečítala 3 od jiného čísla a po několika výsledcích řekněte „ted“. Hodnoťte, jak druhotný úkol ovlivňuje počítání nebo chůzi, konkrétně dochází-li ke zpomalení (> 10 %) oproti testu TUG bez druhotného úkolu, nebo objevují-li se nové známky instability.

Priloha 4 Tinetti Performance Oriented Mobility Assessment

Hodnocení rovnováhy a chůze podle Tinettiho

I. Rovnováha

Návod k provedení: pacient sedí na pevné židli bez opětek pro ruce. Požádejte ho o provedení úkolu 1–9.

Činnost	Provedení	Bodové skóre
1 Rovnováha vsedě	- potřeže s udržením rovnováhy (nakláni se, sklouzává) - stabilní, jistý sed	0 1
2 Postavení ze sedu na židli	- neschopen bez pomoci - pomáhá si rukama	0 1 2
3 Postavení z lehu na lůžku	- neschopen bez pomoci - postaví se, ale potřebuje více pokusů - postaví se na první pokus	0 1 2
4 Rovnováha pro postavení (prvních 5 sec.)	- nejistý (kolísá, oscilace trupu, pohyby nohou), neschopen - stabilní, ale používá hůl nebo se chytá předmětu - stojí jistý, bez pomůcky a opory	0 1 2
5 Rovnováha ve stoji	- nejistý, neschopen - stojí jistý, ale o širší bázi nebo s hůlí či „chodítkem“ - stojí jistý o úzké bázi, bez opory	0 1 2
6 Stoj, udržení rovnováhy při tlaku na sternum (stoj o úzké bázi)	- začíná padat, neschopen - osciluje, nejistý, sám se udrží - stojí jistý	0 1 2
7 Stoj se zavřenýma očima (stoj o úzké bázi)	- nejistý, padá, titubuje, neschopen - jistý	0 1
8 Otáčení o 360 stupňů	- provede nesouvisle, přerušovaně, neprovede - provede plynule, jistě - nejistý, chytá se předmětu, s oporou - provede jistě	0 1 0 1
9 Posazení zpět na židli	- nejistý (neodhadne vzdálenost, dopadne na židli, pomáhá si rukama) - s pomocí paží, přerušovaně, s potížemi - provede plynule, jistě	0 1 2
Celkové skóre rovnováhy	z 16 bodů

II. Chůze

Návod k provedení: Pacient stojí vedle výtahového, na jeho pokyn projde napříč pokojem/ chodbou, nejprve obvyklým krokem, zpět co možná nejrychleji s dodržením bezpečnosti. Může používat obvyklé pomůcky (hůl, berle, „chodítko“).

Činnost	Provedení	Bodové skóre
10 Iniciacie chůze (rozejít se ihned po pokynu)	- váhání, obtíže zahájit pohyb, přestapování - rozejde se bez obtíží	0 1
11 Délka a výška kroku	a) - pravá noha se švihem nedosívá před levou - pravá noha překročí levou - pravá noha se úplně nezdvihne od podložky - normální pohyb b) - levá noha se švihem nedosívá před pravou - levá noha překročí pravou - levá noha se úplně nezdvihne od podložky - normální pohyb	0 1 1 0 1 0 1
12 Souměrnost kroku	- pravý a levý krok nesouměrně - oba kroky souměrně	0 1
13 Plynulost kroku	- přerušování plynulosti kroku - plyulá chůze	0 1
14 Udržení směru chůze	- neodrží směr chůze - mírně vybočuje, používá hůl - chůze přímá, bez pomůcky	0 1 2
15 Rovnováha trupu	- oscilace trupu, užívá pomůcky - není kolísání, ale pokrčení v kyčlích, v kolennou, pomáhá si rukama - normální poloha trupu při chůzi	0 1 2
16 Chůze	- chůze o široké bázi, paty od sebe - normální chůze	0 1
Celkové skóre chůze	ze 12 bodů
Celkové skóre rovnováhy a chůze	(z 28 bodů)

Hodnocení:

26–28 bodů normální provedení, nezvýšené riziko pádu
 <26 bodů abnormální výsledek, nutné vyšetření, léčba příčiny, rehabilitace a režimová opatření
 <19 bodů výsoké rizikové skóre, riziko pádu zvýšeno pětinásobně