

Sairaala _____

TIMED UP AND GO -TESTI

MITTAUSLOMAKE

Nimi _____ Sotu _____ Os. _____

Mittaaja _____ Pvm _____ Os. _____

Liikkumisen apuväline (jos käytössä testissä)

Istumasta seisomaan nousu à 3m kävely à kääntyminen à kävely takaisin à istuutuminen

Ohje mitattavalle:

” Lähtömerkin saatua nouse seisomaan, kävele itsellesi luontevaa ja turvallista vauhtia tuon merkityn viivan yli, käänny, kävele takaisin ja istuudu takaisin tuolille.”

Lähtökäsky: ”Valmiina, nyt!”

Suoritukseen kulunut aika: _____ s
(0,1 sekunnin tarkkuudella)

Suorituksen arviointi asteikolla 1-5
1=normaali
2=erittäin vähän epänormaali
3=jonkin verran epänormaali
4=kohtalaisen epänormaali
5=erittäin epänormaali

Huomioita
