

Timed Up and Go - TUG

Målgrupp	Äldre personer, 65+
Syfte	Bedöma generell balans, gång och funktionell rörelseförmåga.
Mätområde	Gång, förflyttning och balans
Mätområde enligt ICF	Aktivitet, delaktighet
Tidsåtgång	5 minuter
Utrustning	En standardhög stol med armstöd (ca 45-46 cm), uppmätt sträcka på 3 meter som markeras med tejp som avviker från golvet färg, tidtagarur
Typ av test	Funktionellt test
Reliabilitet/Validitet	1. Podsiadlo D, Richardson S. the timed "Up&Go": a test of basic functional mobility for frail elderly persons. J Am Geriatr Soc 1991;39:142-148. 2. Schoppen T, Boonstra A, Groothoff JW, de Vries J, Göeken LNH, Eisma WH. The Timed "up and Go" Test: Reliability and Validity in Persons With Unilateral Lower Limb Amputation. Arch Phys Med Rehabil 1999;80:825-828. 3. Lundin-Olsson L, Nyberg L, Gustafsson Y. Attention, Frailty, and Falls: The Effect of a Manual Task on Basic Mobility. J Am Geriatr Soc 1998;46:758-761. 4. Simmonds MJ, Olsson SL, Jones S, Hussein T, Lee E, Novy D, Radwan H. Psychometric Characteristics and Clinical Usefulness of Physical Performance Test in Patients With Low Back Pain. Spine 1998;23(22):2412-2421. 5. Hansen K, Mahoney J, Palta M. Risk Factors for Lack of Recovery of ADL Independence After Hospital Discharge. J Am Geriatr Soc 1999;47:360-365. 6. Shumway-Cook A, Brauer S, Woollacott M. Predicting the Probability for Falls in Community-Dwelling Older Adults Using the Timed Up & Go Test. Physical Therapy 2000;80(9):896-903. 7. Morris S, Morris ME, Iansek R. Reliability of Measurements Obtained With the Timed "Up & Go" Test in People With Parkinson Disease. Physical Therapy 2001;81(2):810-818.
Referensvärden	≤10 sek = normal, inga problem med förflyttning el. balans. 11-20 sek = oberoende i förflyttning utomhus/inomhus. 21-29 sek = "grå zon", stor variation i funktionell förmåga. Mer än 30 sek = hjälpberoende. <i>Tiden anses kunna predicera fall om den överskrider ett visst värde. För friska, hemmaboende äldre anses den ligga på mer än eller lika med 14-16 sek.</i>

Manual <http://www.rehabmeasures.org/PDF%20Library/Timed%20Up%20and%20Go%20Test%20Instructions.pdf>

Här finns oxå mkt info om specifika diagnosgrupper.

Timed Up and Go formulär

Namn: _____

Gånghjälpmedel: _____

Date: _____

TUG Time: _____

Date: _____

TUG Time: _____

Date: _____

TUG Time: _____

Date: _____

TUG Time: _____

Date: _____

TUG Time: _____