

## Meetprotocol voor fysiotherapeuten en oefentherapeuten

Algemene meetinstrumenten: Zie het [meetprotocol](#) voor de algemene meetinstrumenten

### Beroep specifieke meetinstrumenten voor fysiotherapeuten en oefentherapeuten

Naast de algemene meetinstrumenten, zijn er ook een aantal beroep specifieke meetinstrumenten die zullen worden afgenomen. Alle meetinstrumenten worden afgenomen en aangeleverd door de zorgverlener. In de tabel hieronder vindt u een overzicht van deze meetinstrumenten, en op welk tijdstip deze dienen te worden afgenomen. Verderop in dit document vindt u een korte uitleg en een link voor ieder meetinstrument.

Domein	Fysiotherapie en oefentherapie	Meetprotocol	
		Intake	Einde
Activiteiten	Patiënt specifieke klachten (PSK)*	X	X
Fysieke capaciteit	6 minuten wandeltest (6MWT)	X	X
	Optioneel: SWT incremental + endurance <sup>1</sup>		
	Optioneel: Short Physical Performance Battery <sup>2</sup>		
Spierkracht	5 times sit to stand	X	X
	Jamar handknijpkracht meter	X	X
	Optioneel: Quadricepsmeting Dynamometrie met Microfet		
Evaluatie	Evaluatie vragenlijst		X

\* Therapeut levert 3 activiteiten (open tekst) en scores (NRS) aan

1 Indien patiënt beter scoort dan 550 meter op de 6MWT

2 Indien patiënt niet of deels in staat is om een 6MWT af te nemen. Let op: er dient altijd een score voor de 6MWT ingevuld te worden, als de patiënt niet in staat is om de test uit te voeren, is deze score 0. U kunt opmerkingen toevoegen om dit te verduidelijken.

#### Domein Activiteiten

##### **Patiënt Specifieke Klachten (PSK)**

De PSK wordt toegepast om de functionele status van de patiënt te bepalen. De patiënt selecteert de 3 belangrijkste klachten op het gebied van fysieke activiteiten. Deze activiteiten moeten relevant zijn, de patiënt moet hinder ondervinden bij de uitvoering en de uitvoering moet regelmatig plaatsvinden (ten minste wekelijks). De mate waarin hinder wordt ondervonden wordt door de patiënt gescoord op een numeric rating scale (NRS). Activiteiten die de patiënt vanwege de klachten momenteel niet meer kan uitvoeren, maar wel als doel stelt om weer te hervatten, worden gescoord als een NRS 10.

Meetinstrument: zie [PDF](#)

Toelichting: zie [PDF](#)

**6 minuten wandeltest (6MWT)**

De 6MWT wordt ingezet om het gangpatroon, de loopsnelheid en het uithoudingsvermogen van patiënten te beoordelen. Gemeten wordt de maximale afstand die de patiënt binnen 6 minuten **comfortabel** kan afleggen. De patiënt mag tijdens de test gebruik maken van loophulpmiddelen en/of orthesen. De test dient bij start- en einde van de behandeling te worden afgenomen. Geadviseerd wordt de 6MWT op een afstand van **10 meter** af te nemen (en niet op een loopband of een andere afstand). Indien de patiënt niet in staat is om de volledige 6 minuten door te lopen, mag er tussendoor gerust worden: de tijd loopt ondertussen wel door. De patiënt mag het lopen hervatten indien dit mogelijk is voor de volledige 6 minuten zijn verstreken. Noteer bij de opmerkingen de periode die de patiënt gerust heeft zo duidelijk mogelijk.

Meetinstrument: zie [PDF](#)

Toelichting: zie [PDF](#)

De 6 minuten wandeltest dient altijd te worden afgenomen, ook als de patiënt niet in staat is om deze volledig uit te voeren. Indien de patiënt niet in staat is om de 6MWT volledig uit te voeren, noteer dan een score van 0 meter en neem de SPPB af. Indien de patiënt beter scoort dan 550 meter op de 6MWT, neem dan aanvullend de SWT af.

**Optioneel: Shuttle Walk Test (SWT) incremental + endurance**

<sup>1</sup>De incremental SWT (en eventueel de endurance SWT) wordt afgenomen indien de patiënt beter scoort dan 550 meter op de 6MWT.

De incremental SWT is een maximale inspanningstest die gebruikt kan worden om de functionele capaciteit of inspanningstolerantie van patiënten te bepalen. Tijdens de test legt de patiënt wandelend een parcours van 10 meter af tussen 2 pionnen met een snelheid die door geluidssignalen wordt aangegeven. De snelheid wordt steeds verder opgevoerd door het interval tussen de geluidssignalen te verkorten. De test kan gebruikt worden om een indruk te krijgen van de  $VO_2$ max. Als het voor uw patiënt haalbaar en relevant is, kunt u ervoor kiezen om de incremental SWT aan te vullen met de endurance SWT, dit is geen vereiste. Beide testen staan uitgebreid beschreven in de toelichting.

Beschikt u niet over de audiobestanden voor deze testen, dan kunt u per mail contact met ons opnemen. Wij kunnen u in contact brengen met The Physiology Academy om met korting (€10 i.p.v. €30) een licentie voor de audiobestanden te regelen.

Meetinstrument: zie [PDF](#)

Toelichting: zie [PDF](#)

**Optioneel: Short Physical Performance Battery**

<sup>2</sup> De SPPB wordt afgenomen indien de patiënt niet in staat is om een 6MWT volledig uit te voeren.

De SPPB is een functionele test die inzicht kan geven in loopsnelheid, balans en spierkracht. De test bestaat uit drie onderdelen: een looptest, een balanstest en een chair-stand test. De scores van deze testen worden opgeteld tot een totaalscore, die kan dienen als een uitkomstmaat voor fysieke capaciteit en kwetsbaarheid.

Meetinstrument: zie [PDF](#)

Toelichting: zie [PDF](#)

**Five times sit to stand (FTSTS)**

De FTSTS is een eenvoudige test om de spierkracht van patiënten te bepalen. De patiënt wordt bij deze test gevraagd om zo snel mogelijk 5 maal op te staan van de stoel en weer te gaan zitten, zonder daarbij de armen te gebruiken. De patiënt heeft indien mogelijk de armen gekruist voor de borst. **De tijd start wanneer de therapeut 'start' zegt, en stopt wanneer de patiënt voor de 5<sup>e</sup> keer rechtop staat.** De therapeut neemt de tijd in seconden op als uitkomstmaat.

Meetinstrument: zie [PDF](#)

Toelichting: zie [PDF](#)

**Jamar handknijpkracht meter**

Het meten van de maximale handknijpkracht geeft een goede inschatting van de spierfunctie en is gerelateerd aan de totale spiermassa in het lichaam. Middels deze meting kan bepaald worden of de waarden bij een patiënt binnen de normaal vallen, middels referentiewaarden voor leeftijd en geslacht. Afname van spierkracht kan een teken zijn van spierafbraak. De maximale scores van drie metingen aan beide zijden worden genoteerd als uitkomst. Vermeld hierbij welke zijde de dominante zijde is.

Meetinstrument: zie [PDF](#)

Toelichting: zie [PDF](#)

**Optioneel: Quadricepsmeting Dynamometrie (met Microfet)**

Met dit meetinstrument wordt de extensiekracht van de knie gemeten, zowel voor de linker- als de rechterknie. De uitkomst is de kracht gemeten in Newton.

Uitvoering: De patiënt zit met de heup en de knie in 90 graden, de handen liggen ontspannen op de bovenbenen. De therapeut plaatst de dynamometer net proximaal van de malleoli en vraagt de patiënt om zo krachtig mogelijk te proberen de knie te strekken. De gemiddelde scores van drie metingen aan beide zijden worden genoteerd als uitkomst.