

Handleiding SUMAC-NL voor het gebruik van een rollator

Introductie:

De Safe Use of Mobility Aid Checklist (SUMAC) is meetinstrument voor het evalueren van de loopveiligheid bij mensen met dementie zodat een beter advies gegeven kan worden ten aanzien van rollator gebruik. De SUMAC-NL bestaat uit negen taken. Om de loopveiligheid te evalueren is de SUMAC verdeeld in twee secties: 'fysiek functioneren' en 'interactie met loophulpmiddel'. De totale score van beide secties zal uiteindelijk in een indruk geven van de loopveiligheid met een rollator van de betreffende deelnemer. In het geval van de sectie 'interactie met loophulpmiddel' is de rollator het gebruikte hulpmiddel.

Beide secties hebben verschillende criteria die gescoord moeten worden. De som van deze individuele scores geven de score voor elke sectie binnen één taak. Wanneer de beoordeling klaar is worden scores per sectie bij elkaar opgeteld. Je krijgt dan een totale score voor de sectie 'fysiek functioneren' (0-40) en van de sectie 'interactie met loophulpmiddel' (0-63).

Taken:

1. Transfer van zit naar stand
2. Lopen met een draai om vervolgens te gaan zitten
3. Lopen op een vlakke ondergrond
4. Lopen en over de schouder kijken, om en om
5. Lopen met een extra cognitieve taak
6. Lopen en ontwijken van obstakels
7. Lopen door een openstaande deur
8. Openen en lopen door een deur die naar buiten open gaat
9. Openen en lopen door een deur die je naar je toe moet trekken

Benodigde tijd voor uitvoeren van de evaluatie: 10 minuten

Benodigde materialen:

- Standaard stoel met armleuningen
- Twee smalle pionnen
- Een standaard deuropening (met een deur die niet zelf sluit)

Benodigde ruimte: 6 meter

Psychometrische eigenschappen van Engelse SUMAC:

- Interbeoordelaarsbetrouwbaarheid
 - o ICC: 0.92 (0.81, 0.98), $p < 0.001$
 - o ICC: 0.82 (0.54, 0.95), $p < 0.001$
- Test-hertest betrouwbaarheid
 - o ICC: 0.89 (0.81, 0.94), $p < 0.001$
 - o ICC: 0.88 (0.79, 0.93), $p < 0.001$
- Standard Error of Measurement
 - o PF = 1.31, EQ = 1.93
- Minimum Detectable Change (MDC95)
 - o PF = 3.64, EQ = 5.35

Taak 1: Transfer van zit naar stand

De geteste deelnemer start in een zittende positie op een standaard stoel met armleuningen. Op het commando 'gaan', komt degene tot stand en loopt 6 meter op een vlakke ondergrond op een voor zichzelf comfortabele snelheid. Vervolgens draait de deelnemer zich om en loopt terug naar de stoel en gaat weer zitten. De evaluatie van taak 1 en 2 kunnen beide in deze handeling worden beoordeeld.

Benodigdheden: standaard stoel met armleuningen

Cueing:

- Veiligheidsherinneringen (eerst de rollator van de rem halen voor er gestart wordt met lopen)
- De deelnemer helpen te herinneren met hetgeen ze moeten uitvoeren
- De deelnemer aan te moedigen om de hoofdbewegingen te doen of de cognitieve taken uit te voeren
- Helpen te herinneren dat ze een extra cognitieve taak doen (zoals vragen bij welk getal ze zijn als je ze laat tellen terwijl ze lopen)
- Non-verbale cueing zoals aanwijzingen geven welke richting te moeten lopen

Als één van de bovenstaande acties nodig zijn dan wordt er een 0 gescoord onder



Start in zittende positie

Zorg dat de remmen zijn ingeschakeld

Zorg dat de rollator binnen handbereik staat



Staan gaan

Reikt met één hand per keer naar rollator

De voeten blijven binnen de basis van de rollator



Staande positie

Heeft een rechte houding

Waarborgt de balans voordat remmen wordt uitgeschakeld

Taak 2: lopen met een draai om vervolgens te gaan zitten

De geteste deelnemer start in een zittende positie op een standaard stoel met armleuningen. Op het commando 'gaan', komt degene tot stand en loopt 6 meter op een vlakke ondergrond op een voor zichzelf comfortabele snelheid. Vervolgens draait de deelnemer zich om en loopt terug naar de stoel en gaat weer zitten. De evaluatie van taak 1 en 2 kunnen beide in deze handeling worden beoordeeld.

Benodigdheden: standaard stoel met armleuningen

Veiligheid:

Let altijd op de veiligheid van de deelnemer. Dit betekent dat je altijd assistentie verleent wanneer de deelnemer op een onveilige manier de taken uitvoert.

Voorbeelden:

- De deelnemer loopt bij de rollator weg als hij/zij wil gaan zitten
- De deelnemer zet de rollator niet op de rem voor het zitten gaan
- De deelnemer staat niet op de juiste manier voor de stoel
- De deelnemer verliest zijn/haar balans bij het uitvoeren van de draai



Lopen naar stoel

Nadert de stoel en begint te draaien

De voeten blijven binnen de basis van de rollator



Draaien

Voeten stoten niet tegen de rollator

Let op onvastheid of kleine stapjes om het evenwicht te bewaren



Naderen van het zitten

Heeft een rechte houding

Onafhankelijke, continue stappen achterwaarts tot de benen de stoel raken



Zitten

Schakelt de remmen in voor het zitten gaan

Reikt met één hand per keer naar de armleuningen



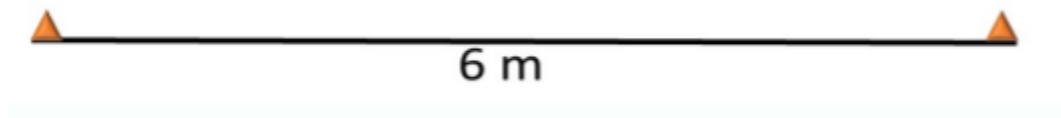
Eindigt in zittende positie

Zakt soepel en gecontroleerd in een zittende positie

Taak 3: Lopen op een vlakke ondergrond

De deelnemer start in een staande positie en loopt over een vlakke ondergrond op een zelf bepaalde comfortabele snelheid gedurende 60 meter.

Benodigdheden: pionnen



De deelnemer voltooit de 60 meter door 10 rondjes om de pionnen te lopen die 6 meter uit elkaar staan.

Houd rekening met:

Tijdens het lopen op een vlakke ondergrond (taak 3):

Als de deelnemer meer dan minimale assistentie nodig heeft of niet minstens 5 meter kan lopen (een score van 0 op deze taken), dan wordt de test gestopt.

Deze twee items representeren de minimaal benodigde functies om de SUMAC uit te voeren. Als een deelnemer deze taken niet kan uitvoeren, is het voor hen niet mogelijk om de rest van de taken uit te voeren.



Om op te letten:

Start de deelnemer direct met lopen?

Passeert en landt elke zwaaivoet voorbij de staande voet?

Is elke voet volledig vrij van de vloer zonder dat de tenen schaven of de hielen slepen?

Is elke staplengte gelijk?

Neemt de deelnemer continue stappen zonder te stoppen?

Heeft de participant afwijking ten opzichte van het rechte gaan?
Indien ja, hoeveel wijkt de deelnemer af van het rechte gaan?

Loopt de deelnemer in een geflecteerde houding afwijkend van hun natuurlijke houding?

Taak 4: lopen en over de schouder kijken, om en om

De deelnemer loopt 6 meter over een vlakke ondergrond op een zelf bepaalde comfortabele snelheid. Vervolgens loopt de deelnemer om een pion loopt 6 meter terug terwijl het hoofd gedraaid wordt van links naar rechts en vice versa.

Benodigheden: twee pionnen

Om rekening mee te houden voor sectie 'interactie met loophulpmiddel'

Basis van steun bij de rollator: zorg dat de deelnemer goed en stevig achter de rollator staat. Let er bij het draaien op dat de deelnemer niet met de voeten tegen de wielen van de rollator aan komt.

Als de deelnemer een kyfotische houding heeft, kijk dan naar afwijkingen ten opzichte van zijn/haar normale houding.

Als de deelnemer te ver van de rechte looplijn afwijkt of als ze de rollator te ver van zich af houden dan wordt dit gezien als het verliezen van de controle.



Fysiek functioneren:

Let op veranderingen in loopsnelheid -of patroon in vergelijking met het normale lopen in taak 3.

Merk op dat deelnemer moet stoppen met lopen of met draaien, struikelt of het evenwicht verliest

Interactie met loophulpmiddel

Voeten blijven binnen de basis van rollator

Voeten stoten niet tegen de rollator

De deelnemer houdt een rechtopstaande houding

Geen contact met obstakels

Houd controle over de rollator

Taak 5: Lopen met een extra cognitieve taak

De deelnemer loopt 6 meter over een vlakke ondergrond op een zelf bepaalde comfortabele snelheid. Vervolgens loopt de deelnemer om een obstakel/pion en loopt terug terwijl er een cognitieve taak wordt uitgevoerd. De moeilijkheid van de taak wordt aangepast aan de mogelijkheden van de deelnemer. Geef op het scoreformulier aan welke taak je hebt gebruikt.

Benodigdheden: twee pionnen, 6 meter uit elkaar

Kiezen van cognitieve taak:

Bepaal wat het hoogste activiteitsniveau is van de deelnemer in zit. De moeilijkheid van de taak is belangrijk voor het testen. Geef op het score formulier duidelijk aan welke cognitieve taak je hebt gebruikt.

Volgorde taken

- Terugtellend met stappen van 1
- Terugtellend met stappen van 3
- Terugtellend met stappen van 7

Of:

- Het alfabet opnoemen van A-Z
- Het alfabet opnoemen van Z-A
- Spreekvaardigheidstaak
 - o Woorden opzeggen die met een bepaalde letter beginnen
 - o Woorden opzeggen binnen bepaalde categorieën (bijv. dieren)

Enkele taak:

Laat de deelnemer een cognitieve taak uitvoeren in zit. Het uitvoeren van de taak helpt je kiezen welke taak de deelnemer uit moeten voeren tijdens taak 5.

Als je een taak kiest waarbij de deelnemer getallen van elkaar moet aftrekken, laat de deelnemer dan aftrekken vanaf 100 met stappen van 10.

Als je kiest voor een spreekvaardigheidstaak, laat de deelnemer dan de eerste 10 letters van het alfabet opnoemen.

Neem de hiërarchie van de taken door met de deelnemer tot de moeilijkste taak voor de deelnemer wordt bereikt. Je meet: tijd tot completeren van taak en aantal fouten

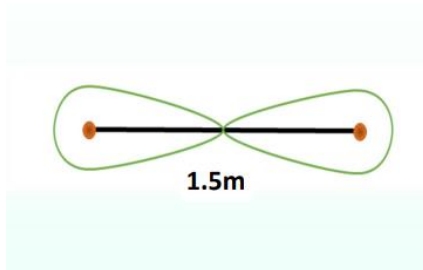
Nota bene:

- Als de deelnemer reminders nodig heeft tijdens de taak dan geldt dit als cueing
- Als de deelnemer beide taken niet kan afmaken in één keer:
 - o Stopt met tellen (scoor een 1 voor houding)
 - o Stopt met lopen (scoor een 0 voor houding)

Taak 6: lopen en ontwijken van obstakels

De deelnemer loopt in een patroon dat een 8 vormt door twee pionnen die 1.5 meter uit elkaar staan. De deelnemer loopt dit patroon 2 keer om deze taak te volbrengen.

Benodigheden: 2 pionnen



Zorg dat de deelnemer:

- Controle blijft houden over de rollator en blijft lopen in een goede, rechte houding en dat de voeten binnen de basis van de rollator blijven
- Geen contact maakt met de obstakels

Fysieke functioneren:

De score van taak 4 t/m 9 wordt gedaan door de taken te vergelijken met het normale gangpatroon van de deelnemer zoals getoond in taak 3.

Let op het volgende:

- Vermindering van snelheid van het looppatroon
- Onbalans
- Veranderingen in looppatroon
- Stoppen of haperingen in het looppatroon

Taak 7: lopen door een openstaande deuropening

De deelnemer loopt door een deuropening met openstaande deur op een zelfgekozen comfortabele snelheid. De deelnemer loopt in totaal zo'n 6 meter, waarbij de deuropening zich in het midden bevind

Benodigheden: een standaard deuropening

Tips:

- Leg uit dat de deelnemer recht door moet blijven lopen na het passeren van de deur
- Geef aan welke kant de deelnemer op moet lopen in het geval dat er geen ruimte is om 3 meter door te blijven lopen na de deuropening

Let op:

- Verminderen van de snelheid of stoppen bij het passeren van de deuropening. Dit heeft invloed op de 'fysiek functioneren' sectie van deze test.
 - o Geef cues indien nodig en geef dit weer in de score
- Het naar de deur willen reiken door de deelnemer, zijn of haar handen van de rollator haalt of contact maakt met de deuropening

Taak 8: Openen en lopen door een deur die naar buiten open gaat

De deelnemer loopt richting een deur die hij/zij van zich af moeten duwen om te openen. Vervolgens opent de deelnemer de deur, loopt door de opening en sluit de deur.

Benodigheden: voer deze taak uit bij een deur die niet vanzelf sluit



- De deelnemer benaderd de deur met het gezicht richting de deurklink
- Reikt naar de deurklink met dichtstbijzijnde hand en duwt de deur open zonder balansverlies
- Opent de deur breed genoeg om comfortabel door te lopen met lichaam en rollator
- Houdt beide handen op rollator bij het lopen en lichaam of rollator komt niet in contact met de deurpost



- Heeft de deur binnen bereik van de armen
- Kan de deur sluiten zonder botsen met lichaam of rollator
- Hoeft niet te lopen met één hand op de rollator om de deur te sluiten
- Houdt de voeten binnen de basis van de rollator en houdt een rechtopstaande houding

Taak 9: Openen en lopen door een deur die je naar je toe moet trekken

De deelnemer loopt richting een deur die hij/zij naar zich toe moet trekken om te openen. Vervolgens opent de deelnemer de deur, loopt door de opening en sluit de deur.

Benodigdheden: voer deze taak uit bij een deur die niet vanzelf sluit.

Beperkingen als gevolg van de omgeving:

Deze taak wordt het liefst uitgevoerd in een omgeving die genoeg ruimte biedt om de taak op een veilige en juiste manier uit te kunnen voeren. Het kan echter zo zijn dat de taken worden uitgevoerd in een omgeving die beperkingen veroorzaken waar de therapeut geen invloed op kan hebben. Dit zal vooral zo zijn wanneer de taken worden uitgevoerd bij de deelnemer thuis.

Voorbeeld: wastafel of badkuip dat de benadering van een deur in de juiste hoek tegen gaat.

Mocht zo'n situatie zich voor doen, dan geeft de beoordelaar een score 0 op dit element.



- De deelnemer benaderd de deur met het gezicht richting de deurklink
- Reikt naar de deurklink met dichtstbijzijnde hand en trekt de deur open zonder balansverlies
- Opent de deur breed genoeg om comfortabel door te lopen met lichaam en rollator
- Houdt beide handen op rollator bij het lopen



- Heeft de deur binnen bereik van de armen
- Kan de deur sluiten zonder botsen met lichaam of rollator
- Hoeft niet te lopen met één hand op de rollator om de deur te sluiten
- Houdt de voeten binnen de basis van de rollator en houdt een rechtopstaande houding