

SUMAC-NL

NEDERLANDSTALIGE 'SAFE USE OF MOBILITY AIDS CHECKLIST'
ROLLATORGEBRUIK

J. Kroesen msc. Dr. H. Hobbelen Dr. H. Drenth

HANZE HOGESCHOOL | LECTORAAT HEALTHY AGEING, ALLIED HEALTH CARE AND NURSING

ORIGINELE INSTRUMENT: HUNTER SW, DIVINE A, OMANAA H, MADOU E, HOLMES J. DEVELOPMENT, RELIABILITY, AND VALIDITY OF THE SAFE USE OF MOBILITY AIDS CHECKLIST (SUMAC). 2020

Taak 1: transfer van zit naar stand

Testprocedure:

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

Fysiek functioneren				Interactie met loophulpmiddel		
	Score				Score	
	0	1	2		0	1
Transfer van zit naar stand						
Van zit naar stand uit stoel (1 poging)	Niet in staat	In staat om uit te voeren met gebruik van armen	Zelfstandig, geen gebruik van handen	Rollator is recht naar voren en binnen handbereik gepositioneerd		
Pogingen zit naar stand	Niet in staat om zelfstandig uit te voeren	In staat om uit te voeren, maar in >1 poging	In staat om uit te voeren binnen 1 poging	De rollator is op zijn remmen gezet		
Direct in balans bij staan (eerste 5 sec.)	Staat niet stil, verliest balans of is bijna uit evenwicht	Staat niet stil, gebruikt handen voor steun	Stevig zonder steun van handen	Reikt met 1 hand naar de rollator om de handvaten te grijpen tijdens staan		
				De voeten blijven binnen de basis van de rollator		
				Staat in rechtopstaande houding		
				Staat in goede balans voordat de remmen van de rollator worden gehaald		
				Cueing (omgekeerd scoren: yes=0, no=1)(op elke moment van de taak)		
Opmerkingen				Opmerkingen		

Score fysiek functioneren taak 1: ____ Interactie met loophulpmiddel score taak 1: ____ (Een hogere score betekend een betere functie)

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

Testprocedure:

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

Fysiek functioneren				Interactie met loophulpmiddel		
	Score				Score	
	0	1	2		0	1
Lopen met een draai om vervolgens te gaan zitten						
Loopt met een draai goed in lijn met de stoel om te gaan zitten	Niet in staat zonder fysieke assistentie of staat niet zelfstandig recht voor de stoel	Draait langzaam met meerdere kleine stapjes om de balans te houden tijdens het draaien	Zelfstandig, loopt stevig zonder verlies van balans en met gelijke stappen	Voeten blijven binnen de basis van de rollator		
Loopt achterwaarts zodat de stoel gevoeld wordt in de knieholte	Niet in staat zonder fysieke assistentie of loopt niet zelfstandig achteruit	Langzaam, met ongelijke stappen en staat niet stevig	Zelfstandig, loopt stevig zonder verlies van balans en met gelijke stappen	Houd de handen aan de handvaten tijdens het draaien		
Stand naar zit	Verkeerde inschatting van de afstand tot de stoel of laat zich in de stoel vallen	Gebruikt armen óf niet vloeiend uitgevoerd	Zakt vloeiend en gecontroleerd in de stoel zonder gebruik van armen	Blijft recht op staan		
				Voeten stoten niet tegen de rollator		
				De remmen worden op de rollator gezet voorafgaand aan het zitten gaan		
				Reikt met één hand per keer naar de armleuning van de stoel		
				Cueing (omgekeerd scoren: yes=0, no=1)(op elke moment van de taak)		
Opmerkingen				Opmerkingen		

Score fysiek functioneren taak 2: _____ Interactie met loophulpmiddel score taak 2: _____ (Een hogere score betekend een betere functie)

Taak 3: lopen op een vlakke ondergrond

Testprocedure:

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

Benodigdheden: pionnen

Fysiek functioneren				Interactie met loophulpmiddel		
	Score				Score	
	0	1	2		0	1
Lopen op een vlakke ondergrond						
Start van het lopen	Twijfelachtig en meerdere pogingen	Geen twijfel		Voeten blijven binnen de basis van steun		
Paslengte-rechts	Rechter voet komt niet voorbij linker voet	Rechter voet komt voorbij de linker voet		Voeten stoten niet tegen de rollator		
Pashoogte-rechts	Rechter voet komt niet volledig van de vloer	Rechter voet komt volledig van de vloer		Handhaaft een recht opstaande positie		
Paslengte-links	Linker voet komt niet voorbij de rechter voet	Linker voet komt voorbij de rechter voet		Rollator botst niet met obstakels in de omgeving		
Pashoogte-links	Linker voet komt niet volledig van de vloer	Linker voet komt volledig van de vloer		Houd controle over de rollator		
Passymmetrie	Linker stappen zijn niet gelijk aan rechts	Links gelijk aan rechts		Cueing (omgekeerd scoren: yes=0, no=1)(op elke moment van de taak)		
Pas continuïteit	Stopt of discontinuïteit tussen stappen	Continue stappen				
Aanhouden van pad	Wijkt af van de rechte lijn	Kleine tot matige afwijking van de rechte lijn	Geen afwijkingen van de rechte lijn			
Romp	Slingeren van romp	Geen slingeren van romp, maar wel flexie van romp en/of knieën	Geen slingeren, geen flexie van knieën of romp			
Loopafstand	Minder dan 5m.	5-30m 30-50m	>50m			
Zelfstandig lopen	Met meer dan een minimale fysieke assistentie	Minimale fysieke assistentie van 1 persoon	Zelfstandig			
Opmerkingen				Opmerkingen		

Score fysiek functioneren taak 3: ____ Interactie met loophulpmiddel score taak 3: ____ (Een hogere score betekend een betere functie)

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

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

Benodigheden: één pion

Fysiek functioneren				Interactie met loophulpmiddel		
	Score				Score	
	0	1	2		0	1
Lopen en over de schouder kijken, om en om						
	Grote vertraging in loopsnelheid, stagneert/verliest balans, of stopt	Kleine vertraging in loopsnelheid binnen een soepele looppas	Kan om en om over de schouders kijken zonder verandering in loopsnelheid	Voeten blijven binnen de basis van steun		
				Voeten stoten niet tegen de rollator		
				Handhaaft een recht opstaande positie		
				Rollator botst niet met obstakels in de omgeving		
				Houd controle over de rollator		
				Cueing (omgekeerd scoren: yes=0, no=1)(op elke moment van de taak)		
Totaal:				Totaal:		
Opmerkingen				Opmerkingen		

Score fysiek functioneren taak 4: _____ Interactie met loophulpmiddel score taak 4: _____ (Een hogere score betekend een betere functie)

Taak 5: lopen met een extra cognitieve taak

Testprocedure: De deelnemer loopt 6 meter over een vlakke ondergrond op een zelf bepaalde comfortabele snelheid. Bij de pion draait de deelnemer zich om 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.

Benodigheden: twee pionnen op 6 meter van elkaar

Fysiek functioneren					Interactie met loophulpmiddel		
	Score					Score	
	0	1	2	3		0	1
Lopen met een extra cognitieve taak							
Cognitieve taak: _____							
	Niet in staat om beide taken tegelijkertijd uit te voeren, stopt met lopen	Niet in staat om beide taken tegelijkertijd uit te voeren, stopt de tweede taak	In staat om beide taken tegelijkertijd uit te voeren, vertraagd in lopen of praten, minimale balansverlies	In staat om beide taken tegelijkertijd uit te voeren zonder verandering in lopen of praten, geen balansverlies	Voeten blijven binnen de basis van steun		
					Voeten stoten niet tegen de rollator		
					Handhaaft een recht opstaande positie		
					Rollator botst niet met obstakels in de omgeving		
					Houd controle over de rollator		
					Cueing (omgekeerd scoren: yes=0, no=1)(op elke moment van de taak)		
Totaal:					Totaal:		
Opmerkingen					Opmerkingen		

Score fysiek functioneren taak 5: _____ Interactie met loophulpmiddel score taak 5: _____ (Een hogere score betekend een betere functie)

Taak 6: lopen en ontwijken van obstakels

Testprocedure: 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.

Benodigdheden: 2 pionnen

Fysiek functioneren				Interactie met loophulpmiddel		
	Score				Score	
	0	1	2		0	1
Lopen en ontwijken van obstakels						
	Niet in staat om pionnen te ontwijken en heeft fysieke assistentie nodig	In staat om obstakels te ontwijken maar de snelheid van het lopen neemt af en de stappen veranderen	In staat om de obstakels te ontwijken zonder afwijkingen in looppatroon	Voeten blijven binnen de basis van steun		
				Voeten stoten niet tegen de rollator		
				Handhaaft een recht opstaande positie		
				Rollator botst niet meet obstakels in de omgeving		
				Houd controle over de rollator		
				Cueing (omgekeerd scoren: yes=0, no=1)(op elke moment van de taak)		
Totaal:				Totaal:		
Opmerkingen				Opmerkingen		

Score fysiek functioneren taak 6: _____ Interactie met loophulpmiddel score taak 6: _____ (Een hogere score betekend een betere functie)

Taak 7: lopen door een openstaande deur

Testprocedure: De deelnemer loopt door een deuropening met openstaande deur op een zelfgekozen comfortabele snelheid. De deelnemer loopt zo'n 6 meter, waarbij de deuropening het midden is.

Benodigheden: een deuropening

Fysiek functioneren				Interactie met loophulpmiddel		
	Score				Score	
	0	1	2		0	1
Lopen door een openstaande deur						
	Grote vermindering in loopsnelheid, stagneert/verliest balans of stopt	Kleine vermindering in loopsnelheid maar houdt een soepel gangpatroon	Geen verandering in loopsnelheid en soepel gangpatroon	Voeten blijven binnen de basis van de rollator		
				Houd handen aan de handvaten van de rollator		
				Handhaaft een rechtopstaande positie		
				De rollator maakt geen contact met de deuropening		
				Cueing (omgekeerd scoren: yes=0, no=1)(op elke moment van de taak)		
Totaal:				Totaal:		
Opmerkingen				Opmerkingen		

Score fysiek functioneren taak 7:_____ Interactie met loophulpmiddel score taak 7:_____ (Een hogere score betekend een betere functie)

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

Testprocedure: De deelnemer loopt richting een deur die hij/zij van zich af moeten duwen om te openen. Eenmaal aangekomen bij de deur wordt deze geopend, loopt de deelnemer er doorheen en sluit hij/zij deze weer.

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

Fysiek functioneren				Interactie met loophulpmiddel		
	Score				Score	
	0	1	2		0	1
Openen en lopen door een deur die naar buiten open gaat						
	Grote vermindering in loopsnelheid, stagneert/verliest balans of stopt	Kleine vermindering in loopsnelheid maar houdt een soepel gangpatroon	Geen verandering in loopsnelheid en soepel gangpatroon	Benaderd de deur in een hoek zodat hij/zij staat aan de kant waar de deur open moet (staat aan de kant van de deurklink)		
				Reikt naar de deurklink met de dichtstbijzijnde hand en duwt de deur open zonder de balans te verliezen of te steunen op de rollator		
				Opent de deur ver genoeg om er met zowel lichaam als rollator door heen te kunnen		
				Loopt door de deuropening zonder te botsen met de deurpost met het lichaam of de rollator		
				Eenmaal vrij van de deur, is deelnemer in staat de deur binnen handbereik te sluiten zonder tegen het lichaam of de rollator te botsen of met één hand de rollator voort te moeten duwen		
				Voeten blijven binnen de basis van de rollator		
				Voeten botsen niet tegen de wielen van de rollator		
				Handhaaft een rechtopstaande positie		
				Cueing (omgekeerd scoren: yes=0, no=1)(op elke moment van de taak)		
Totaal:				Totaal:		
Opmerkingen				Opmerkingen		

Score fysiek functioneren taak 8: _____ Interactie met loophulpmiddel score taak 8: _____ (Een hogere score betekend een betere functie)

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

Testprocedure: De deelnemer loopt richting een deur die naar je opent. 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

Fysiek functioneren				Interactie met loophulpmiddel		
	Score				Score	
	0	1	2		0	1
Openen en lopen door een deur die je naar je toe moet trekken						
	Grote vermindering in loopsnelheid, stagneert/verliest balans of stopt	Kleine vermindering in loopsnelheid maar houdt een soepel gangpatroon	Geen verandering in loopsnelheid en soepel gangpatroon	Benaderd de deur in een hoek zodat hij/zij staat aan de kant waar de deur open moet (staat aan de kant van de deurklink		
				Reikt naar de deurklink met de hand die het dichtste bij is en trekt de deur open zonder de balans te verliezen of de te steunen op de rollator		
				Opent de deur breed genoeg om er met zowel lichaam als rollator door heen te kunnen		
				Houd beide handen op de rollator terwijl er door de deuropening wordt gelopen		
				Loopt door de deuropening zonder te bosten met de deurpost met of deur met lichaam of rollator		
				Eenmaal vrij van de deur, is deelnemer in staat de deur binnen handbereik te sluiten zonder tegen het lichaam of de rollator te botsen of met één hand de rollator voort te moeten duwen		
				Voeten blijven binnen de basis van de rollator		
				Voeten botsen niet tegen de wielen van de rollator		
				Handhaaft een rechtopstaande positie		
				Cueing (omgekeerd scoren: yes=0, no=1)(op elke moment van de taak)		
Totaal:				Totaal:		
Opmerkingen				Opmerkingen		

Score fysiek functioneren taak 9: ____ Interactie met loophulpmiddel score taak 9: ____ (Een hogere score betekend een betere functie)