

Vijf meter looptest (5mlt)

Meet in de omgeving waar de test wordt afgenomen een stuk van vijf meter op. Markeer het begin en einde zodanig dat voor de patiënt en voor jou duidelijk is wat het begin en einde is. Leg de patiënt uit dat hij/zij straks 3 keer 5 meter mag gaan lopen in zijn/haar eigen tempo. Dat je de tijd op zal meten en dat je bij het begin tot 3 zal tellen, waarbij de patiënt op de derde tel mag beginnen met lopen. Wanneer de patiënt met een hulpmiddel loopt, laat de patiënt in eerste instantie, indien mogelijk, zonder hulpmiddel lopen (3x 5 meter). Daarna nogmaals met hulpmiddel (3x 5 meter).

Laat de patiënt aan het beginpunt gaan staan. Doe zelf de test een keer voor. Tel dan tot drie en laat de patiënt starten. Loop schuin achter de aangedane zijde van de patiënt mee. Stop de tijd zodra de patiënt een van de voeten op of over de vijf-meterlijn zet. Vermijdt tijdens de test verdere aanmoediging van de patiënt. Laat de patiënt na elke 5 meter even rusten (maximaal 2 min.).

Wanneer de patient met een hulpmiddel loopt, probeer dan de looptest ook uit te voeren zonder hulpmiddel.

		Tijd zonder hulpmiddel	Aantal stappen	Tijd met hulpmiddel	Aantal stappen
Tijd 5 meter meting 1 (sec.)					
Tijd 5 meter meting 2 (sec.)					
Tijd 5 meter meting 3 (sec.)					
Loophulpmiddel	0=geen 1=stok 2=rollator 3=vierpoot-stok 4=looprekje 5=anders (zie excel)				
Orthese	0=geen 1=EVO 2=KEVO 3=C1200 4=orthopedische schoen 5=anders (zie excel)				

Waar heeft de looptest plaats gevonden?