

DOPOLNITEV ČLANKA: ČASOVNO MERJENI TEST VSTANI IN POJDI: PREGLED LITERATURE. FIZIOTERAPIJA 2013; 21 (1): 83–47.

Časovno merjeni test vstani in pojdi (angl. timed up and go test - TUG) je preprost in poceni merilni inštrument, ki je namenjen ocenjevanju osnovne premičnosti, predvsem starejših ljudi, saj vključuje vsakodnevne gibe, kot so vstajanje s stola, hojo, obrat in usedanje na stol (1). Navodila so v delu, v katerem avtorji omenjajo oznako trimetrške razdalje, precej ohlapna, saj dovoljujejo uporabo dobro vidnega lepilnega traku ali kakšno drugo dobro vidno oznako (1). Prav zato se v literaturi pri obratu pojavljata dve različici izvedbe testa, prva z oznako na tleh pri razdalji treh metrov, kjer se mora preiskovanec obrniti, in druga z drugo oznako (po navadi stožec) na razdalji treh metrov, okoli katere mora preiskovanec hoditi. Torej je bila strategija obrata prepuščena preiskovalcu, ki izbere oznako razdalje treh metrov, in posledično preiskovancu, ki test opravi bolj ali manj varno. Nedvomno je obrat s korakanjem lažja in varnejša oziroma stabilnejša strategija obračanja, ker je podporna ploskev med obračanjem veliko večja

kot pri obratu na mestu (2). Varnejša in lažja izvedba obrata pa ima po drugi strani za posledico pomembno daljši čas, ki je potreben za izvedbo testa (3). Časovno merjeni test vstani in pojdi lahko izvajamo v obeh različicah obrata, vendar je pomembno, da se ta podatek dokumentira.

Miroljub Jakovljevič

LITERATURA

1. Podsiadlo D, Richardson S (1991). The Timed "Up & Go": a test of basic functional mobility for frail elderly persons. *J Am Geriatr Soc* 39: 142–8.
2. Hase K, Stein RB (1999). Turning strategies during human walking. *J Neurophysiol* 81: 2914–22.
3. Bergmann JH, Alexiou C, Smith IC (2009). Procedural differences directly affect timed up and go times. *J Am Geriatr Soc* 57(11): 2168–9.

Univerza v Ljubljani, Zdravstvena fakulteta, Ljubljana

Korespondenca/Correspondence: viš. pred. dr. Miroljub Jakovljevič, viš. fiziot., univ. dipl. org.; e-pošta: miroljub.jakovljevic@zf.uni-lj.si

Prispelo: 15.07.2013

Sprejeto: 12.08.2013

Uredništvo

Glavna in odgovorna urednica

Tehnična urednica

Uredniški odbor

doc. dr. Urška Puh, dipl. fiziot.

asist. dr. Polona Palma, dipl. fiziot., prof. šp. vzg.

doc. dr. Alan Kacin, dipl. fiziot.

viš. pred. mag. Sonja Hlebš, viš. fiziot., univ. dipl. org.

viš. pred. dr. Miroljub Jakovljevič, viš. fiziot., univ. dipl. org.

viš. pred. mag. Darija Ščepanović, viš. fiziot.

mag. Tine Kovačič, dipl. fiziot.

Založništvo

Izdajatelj in založnik

Društvo fizioterapevtov Slovenije – strokovno združenje

Linhartova 51, 1000 Ljubljana

Naklada

550 izvodov

ISSN

1318-2102

Lektorica

Vesna Vrabič

Tisk

Grga, grafična galanterija, d.o.o., Ljubljana

Področje in cilji

Fizioterapija je nacionalna znanstvena in strokovna revija, ki objavlja recenzirane prispevke z vseh področij fizioterapije (mišično-skeletna fizioterapija, nevrofizioterapija, kardio-respiratorna fizioterapija, fizioterapija za zdravje žensk, fizioterapija starejših in drugo), vključujoč vlogo fizioterapevtov v preventivni dejavnosti, akutnem zdravljenju in rehabilitaciji. Obsega tudi širša področja telesne dejavnosti in funkcioniranja ter zmanjšane zmožnosti in zdravja zaradi bolečine. Namenjena je fizioterapevtom, pa tudi drugim zdravstvenim delavcem in širši javnosti, ki jih zanimajo razvoj fizioterapije, učinkovitost fizioterapevtskih postopkov, standardizirana merilna orodja in klinične smernice na tem področju.

Fizioterapija objavlja le izvirna, še neobjavljena dela v obliki raziskovalnih prispevkov, kliničnih primerov, preglednih prispevkov ter komentarjev in strokovnih razprav. Izhaja dvakrat na leto, občasno izidejo suplementi.