

<u>Name, Vorname:</u>	<u>Datum:</u>	<u>Handzeichen:</u>
-----------------------	---------------	---------------------

## Modifizierter Test nach Tinetti

Teil I – Balancetest	Punkte
Sitzbalance/Gleichgewicht im Sitzen <input type="radio"/> Lehnt zur Seite oder rutscht im Stuhl <input type="radio"/> Sicher, stabil	0 1
Aufstehen vom Stuhl <input type="radio"/> Nicht möglich <input type="radio"/> Möglich, aber mit Hilfe <input type="radio"/> Diverse Versuche nötig, Patient rutscht nach vorn <input type="radio"/> Braucht Armelehne oder Halt (beim ersten Versuch) <input type="radio"/> In einer fließenden Bewegung	0 1 2 3 4
Unmittelbare Stehbalance (die ersten 5 Sek.) <input type="radio"/> Unsicher (macht kleine Schritte, deutliche Rumpfbewegungen) <input type="radio"/> Sicher, benötigt aber Hilfsmittel (z.B. Gehstock, etc.) <input type="radio"/> Sicher, ohne Hilfsmittel	0 1 2
Stehsicherheit/Stehbalance beim Versuch, die Füße nah beieinander zu halten <input type="radio"/> Unsicher <input type="radio"/> Sicher, aber breitspurig (> 10 cm) oder benötigt Hilfsmittel <input type="radio"/> Sicher, ohne Hilfsmittel	0 1 2
Stehen mit geschlossenen Augen (Füße so nah wie möglich beieinander) <input type="radio"/> Unsicher <input type="radio"/> Sicher	0 1
Drehung um 360° mit offenen Augen <input type="radio"/> Unsicher (Schwanken, Korrekturschritte, nur mit Hilfsmittel oder Halt) <input type="radio"/> Diskontinuierliche Bewegung/Schritte <input type="radio"/> Kontinuierlich und sicher	0 1 2
Sternalstoß (Füße so nah wie möglich beieinander; Untersucher stößt 3x mit Handteller auf das Sternum des Patienten) <input type="radio"/> Würde ohne Hilfe umfallen <input type="radio"/> Schwankt, macht Ausweichschritte, muss sich halten, greift um sich, fällt aber nicht um, hält sich <input type="radio"/> Sicherer Stand	0 1 2
Hinsetzen <input type="radio"/> Lässt sich plumpsen, schätzt Distanz falsch ein, benötigt Lehne oder Halt <input type="radio"/> Flüssige Bewegung	0 1
Punkte im Balancetest: (max. 15)	
Hilfsmittel: - Nein - Ja, _____	
Bemerkungen:	

Teil II - Gehprobe	Punkte
Schrittauslösung (Patient wird aufgefordert zu gehen)	
<input type="radio"/> Gehen ist ohne fremde Hilfe nicht möglich	0
<input type="radio"/> Patient zögert, benötigt mehrere Versuche, stockender Beginn	1
<input type="radio"/> Patient beginnt ohne zu zögern zu gehen, fließende Bewegungen	2
Schritthöhe	
<input type="radio"/> Kein selbstständiges Gehen möglich	0
<input type="radio"/> Schlurfen oder übertriebenes Hochziehen	1
<input type="radio"/> Fuß total vom Boden gelöst (max. 2,5 bis 5 cm über dem Boden)	2
Schrittlänge (Distanz zwischen Zehe des Standbeins und Ferse des Schwungbeins)	
<input type="radio"/> Weniger als eine Fußlänge	1
<input type="radio"/> Mindestens eine Fußlänge	2
Schrittsymmetrie	
<input type="radio"/> Schrittlänge variiert, Hinken	0
<input type="radio"/> Schrittlänge beidseitig gleich	1
Gangkontinuität	
<input type="radio"/> Kein selbstständiges Gehen möglich	0
<input type="radio"/> Phasen mit beiden Füßen am Boden, diskontinuierlich, Pausen dazwischen	1
<input type="radio"/> Beim Absetzen des einen Fußes wird der andere Fuß gehoben, keine Pausen	2
Wegabweichung (mindestens 3 m entlang einer imaginären Linie)	
<input type="radio"/> Kein selbstständiges Gehen möglich	0
<input type="radio"/> Schwanken, einseitige Abweichung	1
<input type="radio"/> Füße werden entlang einer imaginären Linie abgesetzt	2
Rumpfstabilität	
<input type="radio"/> Abweichung, Schwanken, Unsicherheit	0
<input type="radio"/> Rücken & Knie nicht flektiert, kein Schwanken des Rumpfes, Arme werden nicht zur Stabilisierung abgewinkelt	1
Schrittbreite	
<input type="radio"/> Gang breitbeinig oder über Kreuz	0
<input type="radio"/> Füße berühren sich beinahe beim Gehen	1
Punkte in der Gehprobe: (max. 13)	
Hilfsmittel:	
- Nein	
- Ja, _____	
Bemerkungen:	

### Gesamtpunktzahl:

#### Bewertung:

28 Punkte: Maximale Punktzahl, kein Hinweis auf Gleichgewichtsprobleme

20 – 27 Punkte: Mobilität leicht eingeschränkt, Sturzrisiko evtl. erhöht

Unter 20 Punkten ist das Sturzrisiko signifikant erhöht

15 – 19 Punkte: Mobilität leicht eingeschränkt, Sturzrisiko erhöht

10 – 14 Punkte: Mobilität mäßig eingeschränkt, Sturzrisiko deutlich erhöht

0 – 9 Punkte: Mobilität massiv eingeschränkt, Sturzrisiko massiv erhöht