

NAAM..... Datum:

Totaal score:...../28

Evaluatie van balans en gang volgens TINETTI

BALANS	Score/ /16		GANG	Score: /12	
<u>Instructies</u>	De persoon is gezeten op een harde stoel zonder leuningen, de volgende manoeuvres worden getest.		<u>Instructies</u>	De persoon staat samen met de onderzoeker; hij stapt in de gang of in de kamer, eerst aan een gewoon tempo, dan op de terugweg in een snellere maar veilige pas (hij gebruikt eigen hulpmiddelen zoals een stok of een looprek.	
1. Zitbalans	-zakt scheef of onderuit	0	10. Inzetten van gang na startwoord	-aarzeling of verschillende pogingen -zonder aarzeling	0 1
	-zit stabiel en veilig	1	11. Paslengte en hoogte:		
2. Rechtopstaan	-onmogelijk zonder hulp	0	Re zwaaivoet	-passeert de li standvoet niet -passeert de li standvoet	0 1
	-mogelijk met armsteun	1		-komt niet los van de grond -komt los van de grond	0 1
	-mogelijk zonder armsteun	2	Li zwaaivoet	-passeert de re standvoet niet -passeert de re standvoet -komt niet los van de grond -komt los van de grond	0 1 0 1
3. Pogingen tot rechtopstaan	-onmogelijk zonder hulp -mogelijk >1poging -mogelijk met 1 poging	0 1 2	12. Pas symmetrie	-re en li staplengte zijn niet gelijk -re en li staplengte zijn gelijk	0 1
4. Balans in stand (eerste 5")	-onstabiel (wankelt, voet-en rompbewegingen)	0	13. Pas continuïteit	-haltes of discontinuïteit tussen passen	0
	-stabiel met steun (rollator, stok of dergelijke)	1		-passen lijken continu	1
	-stabiel zonder enige steun	2			

BALANS	vervolg		GANG	vervolg	
<u>Instructies</u>	De persoon is gezeten op een harde stoel zonder leuning, de volgende manoeuvres worden getest.		<u>Instructies</u>	De persoon staat samen met de onderzoeker; hij stapt in de gang of in de kamer, eerst aan een gewoon tempo, dan op de terugweg in een snellere maar veilige pas (hij gebruikt eigen hulpmiddelen zoals een stok of een looprek.	
5. Balans in stand	-onstabiel -stabiel, voetafstand >10 cm of armsteun -voeten gesloten, zonder steun	0 1 2	14. Afwijkende gang	-opvallende afwijking -middelmatige afwijking of gebruik van loophulp -rechtuit zonder loophulp	0 1 2
6. Duwtje op sternum (3x) (voeten samen)	-begint te wankelen -wankelt maar herstelt zich -stabiel	0 1 2	15. Romp	-uitgesproken rompbeweging of gebruik van loophulp -geen rompbeweging maar flexie van knieën, rug of spreiding van armen -rechttop zonder loophulp	0 1 2
7. Gesloten ogen (voeten samen)	-onstabiel -stabiel	0 1	16. Voetafstand	-hielen uit elkaar -hielen raken mekaar bijna tijdens stappen	0 1
8. 360° ronddraaien	-onregelmatige stapjes -regelmatige stapjes -onstabiel (wankelt) -stabiel	0 1 0 1			
9. Gaan zitten	-onveilig (valt, misrekening afstand) -gebruikt armen -veilige en vloeiende beweging	0 1 2			

Een score lager dan 26 wijst gewoonlijk op een probleem; hoe lager de score, hoe groter het probleem. Een score lager dan 19 wijst op een vijfvoudig risico op vallen.

Op basis van Tinetti M. : "Performance oriented assessment of mobility problems in elderly patients." *Journal of the American Geriatrics Society* 34: 119-126, 1986.