

10 metrowy test marszowy chodu dla dzieci

10MWT(meter walk test)

Test 10 metrowy korytarzowy służy do oceny prędkości chodu.

Jest narzędziem aktualnym, czułym i korelującym z zdolnościami funkcjonalnymi oraz równowagą.

Posiada potencjał do prognozowania przyszłościowego stanu zdrowotnego i funkcjonalnego pacjenta.

Służy do oceny czasu potrzebnego dziecku na pokonanie 10 metrowego odcinka.

Badanie można wykonać w dwóch próbach

1. Pierwsza próba ocenia swobodną prędkość chodu
2. Próba druga jak najszybsze dotarcie do celu mierzoną w sekundach.

Wykonanie:

Przed przystąpieniem do testu pacjent spoczywa na krześle w pozycji siedzącej.

W tym czasie terapeuta dokonuje instruktarzu w jaki sposób będzie przebiegał test i co jest zadaniem pacjenta.

Instruktarz zawiera następujące informacje:

- test będzie wykonywany dwukrotnie,
- podczas testowania nie należy biegać,
- stopy powinny być ustawione przed linią startu,
- pomiar czasu rozpoczyna się po wydaniu przez terapeutę komendy „start”,
- test kończy się w momencie przekroczenia linii końcowej.

Trasa marszu powinna być wyznaczona wokół prostokąta o bokach 10m x 5m.

Linia startu oraz linia końcowa powinny być zaznaczone taśmą samoprzylepną.

Po instruktarzu pacjent ma możliwość przyswojenia sobie wyżej wymienionych elementów wykonując jedną próbę.

Czas uzyskany z próby swobodnej oraz próby szybkościowej jest odnotowywany na karcie badań.

Wyniki:

Zdrowe dzieci wykonują ten test 1.2-1.5 m/sec

Opracowanie : E.Nowak

Bibliografia

Wolf SL, Catlin PA, Gage K, Gurucharri K, Robertson R, Stephen K. Establishing the reliability and validity of measurements of walking time using the Emory Functional Ambulation Profile. Phys Ther. 1999;79(12):1122-33.