

Швидкість ходьби (GV)

Комплексний геріатричний тест для розробки профілів ризику і планів по догляду за геріатричними хворими. Тест GV оцінює швидкість ходьби в метрах за секунду протягом короткого періоду часу.

Інструкції:

Проводити тест GV легко. Просто відзначте пряму лінію довжиною 20 метрів. Потім відзначте перші і останні 5 метрів. Хоча Ви попросите пацієнта пройти всі 20 метрів, враховуються тільки середні 10 метрів. Перші і останні 5 метрів використовуються для виключення періодів прискорення і сповільнення. Тест найкраще проводити, коли пацієнт відволікся від самого тесту. Рекомендується на підлозі зробити тонкі (малопомітні) лінії старту та фінішу і обрати безшумний секундомір. Як згадувалося раніше, пацієнт отримує вказівку йти із самостійно обраною швидкістю. Інструкції прості: «Пройдіться (вказавши орієнтир) з такою швидкістю, за якої Ви почуваетесь комфортно і безпечно». Відлік часу починається, як тільки перша частина будь-якої нижньої кінцівки проходить позначку 5-метрової відстані. Від лікаря вимагається йти безпосередньо поряд з пацієнтом, щоб зафіксувати, коли пацієнт проходить «через» невидиму контрольну лінію. Час зупиняється, як тільки перша частина будь-якої нижньої кінцівки проходить 15-метрову лінію. Швидкість обчислюється як відстань, поділена на час. Наприклад, якщо пацієнт проходить 10 метрів за дев'ять секунд, розрахунок наступний: 10 (відстань в метрах) ділиться на дев'ять (число секунд). Швидкість цього пацієнта становить 1,1 метра за секунду. Існує багато он-лайн калькуляторів, які роблять розрахунок автоматично.

Інтерпретація результатів:

- Нормальний діапазон швидкості прогулянкового кроку становить від 1,2 до 1,4 метра за секунду
- Якщо пацієнти проходять 10 м протягом 50 секунд (що становить 0,4 милі (0,6 км)/годину), то вважається, що пацієнти здатні пересуватися в межах свого домашнього господарства
- Якщо пацієнти проходять 10 м за 17–25 секунд (тобто 0,92–1,3 миль (1,5–2,1 км)/години), пацієнти здатні пересуватися в межах свого мікрорайону
- Якщо пацієнти проходять 10 м менше ніж за сім секунд (це було б більше, ніж 3 милі (4,8 км)/год), пацієнти мають можливість перетнути вулицю. Це вважається нормальною швидкістю ходьби.
- Швидкість ходьби передбачає необхідність реабілітації відповідно до інтенсивності ураження
- Швидкість ходьби може бути використана для визначення ефективності конкретної програми реабілітації

- Показник швидкості ходьби може бути використаний в якості замінника якості ходи; чим швидше ходьба, тим, як правило, вища якість ходи.