

Name:

Unt.Dat.:

Timed up and Go

Der Patient sitzt aufrecht in einem Stuhl, Rücken angelehnt, Hände auf den Oberschenkeln. Der Patient wird instruiert aufzustehen, in seiner üblichen Geschwindigkeit (mit Hilfsmittel ➤ aufschreiben!) 3 m zu gehen, umzudrehen und sich wieder so hinzusetzen wie er zuvor gesessen ist. Der Bewegungsablauf darf demonstriert bzw. geübt werden. Die benötigte Zeit wird gemessen.

Hilfsmittel	
Zeit	

< 10 Sekunden: uneingeschränkt

11-19: geringe Einschränkung, aber keine Einschränkung für Erfordernisse im täglichen Leben

20-29: Grenzbereich: bereits Einschränkungen der Mobilität und z.T. bereits Einschränkungen bei Erfordernissen im täglichen Leben, Gehgeschwindigkeit liegt noch bei ca. 0,5 m/s

> 30 sek: ausgeprägte Einschränkung, vermehrte personelle Hilfe in vielen Lokomotionsaufgaben des tägl. Leben notwendig.