



Assessment zu Osteoporose

Die individuelle Intensität der Einschränkungen bei Patienten mit Osteoporose ist mit mehreren Möglichkeiten zu analysieren. Gängige, validierte Untersuchungsoptionen sind z. B. der „Mini-Mental-State“ (wenn Anzeichen von kognitiven Störungen vorliegen), der „Time-Standing-Test“ (Kraft- Funktionsanalyse durch 10-maliges Setzen und Aufstehen), das „One-Repitition-Maximum“ (Test der einmaligen Maximalkraft) und das „Hand-Held-Dynamometer“ (erfasst die maximale Muskelkraft). Die Wahl der Assessments leitet sich von der Klassifizierung des Patienten ab. Als Konsequenzen der körperlichen Degeneration zu nennenden Funktions- und Aktivitätseinschränkungen, sowie zur Bewältigung dieser die Physiotherapie **ihre Qualität nachgewiesen hat, werden die nachfolgenden zwei Optionen herangezogen:**

Assessment zur Greifkraft

| Versuche | Zeit pro Messung | Erreichte Kraft in kg |
|----------|------------------|-----------------------|
| 1 | Sekunde | |
| 2 | Sekunde | |
| 3 | Sekunde | |

Auswertung: Die Griffkraft wird über drei einzelne Versuche gemessen und dokumentiert. Im Anschluss wird der Mittelwert herangezogen. Weniger als 26 kg im Mittel werden bei Männern als schwach und Werte zwischen 26 und 32 kg als normal eingestuft. Bei Frauen wird eine Griffkraft von 16 bis 20 kg als mittelmäßig und unter 16 kg als schwach eingestuft.

Resultat: Patientenleistung: 14,33 kg

Interpretation: ungenügende Kraftfähigkeit

Fragebogen zur Aktivität im Alltag.

| Bitte kreuzen Sie die für Sie zutreffende Antwort der jeweiligen Frage an (bitte nur eine Angabe pro Frage)! | | | |
|--|---|-------------------------|--|
| 1 | Wie oft betätigen Sie sich in der Woche so stark, dass sie außer Atem kommen oder schwitzen (z. B. schweres Heben, Joggen, Radfahren, Gartenarbeit, Aerobic)? | Nie | |
| | | 1 - 2-mal pro Woche | |
| | | 3-mal pro Woche | |
| 2 | Wie oft belasten Sie sich durchschnittlich in der Woche, dass Ihre Herzfrequenz stark erhöht ist oder Sie stark atmen müssen? | Nie | |
| | | 1 - 2-mal pro Woche | |
| | | 3 - 4-mal pro Woche | |
| 3 | Wie viel Zeit benötigen Sie, um sich 10-mal von einer sitzenden (Hocker) in eine stehende Position zu bewegen? | Mehr als 1 Minute | |
| | | Weniger als 1 Minute | |
| | | Weniger als 40 Sekunden | |
| | | Weniger als 25 Sekunden | |

Auswertung: Die meisten Punkte (3 Punkte) werden bei der ersten Frage auf die letzte Antwortmöglichkeit gegeben und reduzieren sich jeweils um einen Punkt bis 1. Die meisten Punkte (4 Punkte) werden bei der zweiten Frage ebenfalls auf die letzte Antwortmöglichkeit gegeben und reduzieren sich jeweils um einen Punkt bis 1 (= Kreuz bei der ersten Antwortmöglichkeit). Bei der dritten Frage gilt dasselbe Prozedere wie bei der Beantwortung der zweiten Frage (selbe Punktzahlen und Reihenfolge, 4 - 0). Maximale Punktzahl = 11, bei 6 oder weniger erreichten Punkten ist der Patient als zu wenig aktiv einzustufen.

Resultat: 7/11

Interpretation: