

שבוע הפיזיותרפיה 2021 – כל הערכה

sit to stand test

יש לשים כיסא בגובה סטנדרטי ללא ידיות צמוד לקיר.
המטופל יושב על הכיסא עם כפות רגליים על הרצפה.
ידי המטופל בהצלבה על בית החזה.

המטופל מתבקש לקום לעמידה מלאה (יישור מלא של הברכיים), בזמן הישיבה יש לגעת עם הישבן במושב הכיסא.

ההנחיה למטופל:

"קום מישיבה לעמידה מספר הפעמים הרב שאתה יכול בחצי דקה"

*אם מטופל הצליח לקום ולא הספיק להתיישב לפני שנגמר יש לספור זאת כחזרה מלאה.

לקריאה נוספת על המבחן

<https://www.sralab.org/rehabilitation-measures/30-second-sit-stand-test>