



МОСКОВСКИЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ
ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ
ДЕПАРТАМЕНТА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ МОСКВЫ

Тест ARAT

Название на русском языке: Тест ARAT

Оригинальное название: The Action Research Arm Test

Источник: Lyle, Ronald C.. A performance test for assessment of upper limb function in physical rehabilitation treatment and research. International Journal of Rehabilitation Research 4(4):p 483-492, December 1981.

Назначение: оценивает возможности подъема предметов различного размера на высоту около 37 см, перемещения предмета цилиндрической формы на расстояние 37,5 см при помощи щипкового захвата, поднимание объектов различного размера, которые удерживаются I и III пальцами, и выполнение трех глобальных движений верхней конечности. Каждая конечность оценивается отдельно.

ARAT представляет собой стандартизованную порядковую шкалу, основанную на предположении о том, что сложные движения ВК, используемые в повседневной жизни, можно разложить на четыре составляющие: захват, сжатие, щипок и менее дифференцированные движения — разгибание и сгибание в локтевом и плечевом суставах.

Каждая конечность оценивается отдельно.

Выполнение заданий ARAT оценивается по 4-балльной шкале от 0 до 3 баллов: движение оценивается в 3 балла, если задача выполнена нормально; в 2 балла — выполнена, но чрезмерно долго, с большим трудом или плохо скоординированными движениями; в 1 балл — выполнена частично, и 0 — не выполнена вообще.

Суммарное значение в 57 баллов является ВК.

ARAT имеет высокую надежность и достоверность, время проведения теста составляет от 8 до 10 мин.

I	Шаровой захват	Баллы
1	взять и удержать в руке деревянный кубик с длиной грани 10см.	
2	взять и удержать в руке деревянный кубик с длиной грани 2,5см	
3	взять и удержать в руке деревянный кубик с длиной грани 5см	
4	взять и удержать в руке деревянный кубик с длиной грани 7,5см	
5	взять и удержать в руке деревянный шар диаметром 7,5см	
6	взять и удержать в руке камень размерами 10*2,5*1 см	
	Максимум - 18 баллов, минимум - 0 баллов.	
II	Цилиндрический захват	
1	перелить воду из стакана в стакан.	
2	взять и удержать в руке трубку диаметром 2,5 см	
3	взять и удержать трубку диаметром 1см и длиной 16 см	
4	взять и удержать шайбу диаметром 3,5см, надетую на болт	
	Максимум - 12 баллов, минимум - 0 баллов.	
III	Щипковый захват	
1	Взять и удержать первым (большим) и четвертым (безымянным) пальцами шарик диаметром 6 мм.	
2	Взять и удержать первым (большим) и вторым (указательным) пальцами шарик диаметром 1,5см.	
3	Взять и удержать первым (большим) и третьим (средним) пальцами шарик диаметром 6 мм.	
4	Взять и удержать первым (большим) и вторым (указательным) пальцами шарик диаметром 6 мм.	
5	Взять и удержать первым (большим) и третьим (средним) пальцами шарик диаметром 1,5см.	
6	Взять и удержать первым (большим) и четвертым (безымянным) пальцами шарик диаметром 1,5см.	
	Максимум - 18 баллов, минимум - 0 баллов	
IV	Крупные движения руки (в основном, проксимальный отдел руки)	
1	положить ладонь руки на затылок	
2	положить ладонь руки на макушку головы	
3	поднести ладонь ко рту	
	Максимум - 9 баллов, минимум - 0 баллов	