



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

«Встань и иди» тест и «Встань и иди тест на время»

Название на русском языке: «Встань и иди» тест и «Встань и иди тест на время»

Оригинальное название: Get up and go test, Timed up and go test – TUG

Источник: J Am Geriatr Soc 1991, 39:142-48; Phys Ther 2000, 80:896-903

Условие: пациент может использовать средства опоры во время ходьбы.

Исходное положение: сидя на стуле стандартной высоты (не более 46 см).

Инструкция:

1. Встать со стула;
2. Пройти 3 метра до линии;
3. Развернуться;
4. Дойти до стула обратно;
5. Сесть на стул.

Интерпретация результатов:

- высокий риск падений определяется, если общее время выполнения теста для пожилого человека составила ≥ 12 сек.