

Testprotocol Zes Minuten Wandeltest (6MW)

Butland et al., 1989

Uitvoering en instructie:

De onderzoeker doet de patiënt de borstband om (de patiënt mag dit ook zelf doen).

De onderzoeker noteert de **rustpols**.

De patiënt start vanuit stilstand op het gemarkeerde startpunt.

De onderzoeker zegt:

Na het startsein loopt u in een voor U comfortabel tempo zo lang mogelijk door de zaal tot de tijd om is. Ik loop met u mee. Na 3 minuten geef ik aan hoeveel tijd verstreken is en nog rest. Ik tel tot 3, bij drie mag u gaan lopen. Eén, twee,drie.

De onderzoeker loopt schuin achter de patiënt om niet het tempo te bepalen.

Na 3 minuten zegt de onderzoeker:

U heeft nu 3 minuten gelopen en nog 3 minuten te gaan.

Ongeveer 15 seconden voor het einde van de test geeft de onderzoeker de resterende tijd aan en zegt:

Nog 15 seconden; wilt u over 15 seconden direct stoppen als ik dat zeg?

Direct na het **stopteken** noteert de onderzoeker de **hartfrequentie** en meet vanaf de dichtstbijzijnde markering met de rolmaat de totaal afgelegde **loopafstand** en noteert deze op het scoreformulier. Eventuele **opmerkingen** worden op het testformulier vermeld.

Scoring:

De onderzoeker scoort op het testformulier op de hierboven aangegeven momenten de hartfrequentie (in slagen per minuut) en de totaal gelopen afstand (in meters). Daarna rekt hij het verschil uit tussen de inspanningspols en de rustpols en noteert de uitkomst bij BABI (beats above baseline index)

Daarnaast noteert hij de gebruikte orthesen en loophulpmiddelen en de door de patiënt gebruikte cardiale medicatie.

Scoreformulier Zes Minuten Wandeltest (6MW)

o.a. Butland et al, 1989

Naam patiënt:

Naam behandelaar:

datum	onderzoeker	rustpols slagen per minuut (s/m)	Inspanningspols (s/m)	BABI (beats above baseline index)	afstand (meters)	loop-hulpmiddel	orthese	cardiale medicatie

opmerkingen