

Testkriterien zur Identifikation der Zielgruppen für Sturzprophylaxe

Um die Menschen zur Zielgruppe 1 „Ältere Menschen mit moderatem Risiko“ und zur Zielgruppe 2 „Ältere Menschen mit hohem Risiko“ zuordnen zu können, ist es hilfreich entsprechende Testkriterien zur Verfügung zu haben. Im Folgenden sind Testkriterien aufgeführt, die eine Zuordnung erleichtern.

Eine Testbatterie, die die wichtigsten motorischen Dimensionen Kraft, Ganggeschwindigkeit und Gleichgewicht abdeckt, ist die *Short Physical Performance Battery [SPPB]* von Guralnik et al. (1994 und 1995). Diese Testbatterie ist im internationalen Raum weit verbreitet mit Referenzwerten (Rolland et al., 2006; Ostir et al., 2007) für unterschiedliche Kohorten und Funktionsstadien in Bezug zu unterschiedlichen Fragestellungen. Die Testbatterie beinhaltet einen Chair Rise Test (5x vom Stuhl aufstehen und Hinsetzen), einen Test zur Messung der Ganggeschwindigkeit über 4 Meter und einen Gleichgewichtstest mit progressiver Anforderungssteigerung. Auch wenn diese Testbatterie noch nicht auf Sturzprädiktion ausgewiesen ist, so hat sich die Bundesinitiative für diese Testbatterie ausgesprochen, beruhend auf den Testgütekriterien, der Verbreitung und den eingeschlossenen Dimensionen, sowie der Möglichkeit einen Summenscore wie auch einzelne Werte in den drei Dimensionen zu erhalten.

Sinnvolle Ergänzungen zu dieser Testbatterie können der modifizierte Timed-up and Go [TUG] Test, die Tinetti Testbatterie (Tinetti 1986) und die Berg Balance Skala sein.

Zielgruppe 1: Ältere Menschen mit moderatem Risiko“

Um Menschen der Zielgruppe 1 von den Menschen abzugrenzen, die kein Sturzrisiko aufweisen, sollte folgende Testbatterie (SPPB) eingesetzt werden:

1. Die habituelle Ganggeschwindigkeit über 4 Meter (in Sekunden gestoppt)
2. Der Chair Rise Test (5x mal vom Stuhl aufstehen und wieder hinsetzen, in Sekunden gestoppt)
3. Das Gleichgewichtsvermögen im geschlossenen und Semi-tanden Stand (auch in Sekunden gemessen)

Test	Zeit
Gehtempo (habituell)	0,6 – 0,8 m/sec
Chair Rise	11-15 Sek.
Geschlossener Stand	10 Sek.
Semitandem Stand	< 10 Sek.
TUG Test (3 m)	10 – 15 Sek.

In mindestens einem der drei aufgeführten motorischen Testbereiche aus der SPPB Testbatterie sollte ein entsprechendes Defizit vorliegen, um eine Zuordnung zur Zielgruppe 1 zu rechtfertigen. Sollte in allen drei Testbereichen bessere Ergebnisse erzielt werden, dann kann der/die Betroffene nur bei

- Sturzanamnese (einen oder mehr Stürze in den letzten 12 Monaten) und/oder
- einer subjektiven Gangunsicherheit und/oder
- einer Fraktur in den letzten 10 Jahren und/oder
- erheblicher Sturzangst

an einer entsprechenden Intervention teilnehmen. Liegen keine Einschränkungen vor, dann kann die Person nicht an einem Sturzpräventionsprogramm teilnehmen.

Zielgruppe 2: „Ältere Menschen mit hohem Risiko“

Um Menschen der Zielgruppe 2 von den Menschen der Zielgruppe 1 abzugrenzen, werden auch obligatorisch die SPPB Testbatterie verwendet, allerdings unterscheiden sich die Eingruppierungswerte:

In mindestens einem der drei aufgeführten Testbereiche (Gehtempo, Chair Rise oder Gleichgewicht) sollte ein entsprechendes Defizit vorliegen, um eine Zuordnung zur Zielgruppe 2 vorzunehmen.

Sinnvolle Ergänzungen zu dieser Testbatterie können auch hier der modifizierte Timed-up and Go [TUG] Test, die Tinetti Testbatterie (Tinetti 1986) und die Berg Balance Skala sein.

Test	Zeit
Gehtempo (habituell)	< 0,6 m/sec
Chair Rise	> 15 Sek.
Geschlossener Stand	< 10 Sek
Semitandem Stand	< 10 Sek.
TUG Test (3m)	> 15 Sek.