

Maximale handknijpkracht

BENODIGDHEDEN

- ✓ **Martin Vigorimeter** (Elmed, Addison, USA)
= Manometer verbonden met een samendrukbare rubberen peer.

Opmerking: Het toestel wordt geleverd met 3 rubberen peren. Hanteer de **grote peer** en meet de handknijpkracht van de **dominante hand** bij alle bewoners (voor standaardisatie van de krachtmeting).

PROCEDURE

- ✓ Positioneer de bewoner met schouder in adductie en neutrale rotatie, 90° gebogen elleboog, voorarm in neutrale positie en pols in lichte dorsiflexie (0-30°).
- ✓ Vraag de bewoner zo hard mogelijk in de peer te knijpen.
- ✓ Lees de druk in het systeem af op de manometer in kilopascal (Kpa).
- ✓ Noteer de hoogste score van 3 pogingen als maximale knijpkracht, aangezien deze waarde overeenkomt met de reële maximale kracht van de bewoner.
- ✓ Interpreteer het resultaat met de waarden in onderstaande tabel.

DREMPELWAARDEN HANDKNIJPKRACHT

	Mannen	Vrouwen
Zeer laag	< 71 kPa	< 41 kPa
Risico	< 71 kPa < X < 93 kPa	< 41 kPa < X < 59 kPa
Normaal	> 93 kPa	> 59 kPa

MEER INFO

Belgische Vereniging voor Gerontologie en Geriatrie (2018). Muscle Strength :
<https://geriatrie.be/media/2018/10/sarcopenia-03-muscle-strength.pdf>

Volledige richtlijn sarcopenie zoals goedgekeurd door CEBAM:
https://geriatrie.be/media/2021/02/BVGG_SARCOPENIA_GUIDELINES-3-stamp.pdf