

Get-up and Go Test

Un siège droit (avec ou sans accoudoirs) est placé à 3 mètres d'un mur.

On cote l'épreuve de 1 à 5 : 1 pour les sujets ne présentant aucun signe d'instabilité ; 5 traduisant un risque permanent de chute durant le test.

L'épreuve peut-être chronométrée.

Les scores intermédiaires correspondent à une lenteur d'exécution, à des hésitations, ou à la mise en jeu de mouvements des bras ou du tronc, à une marche ébrieuse ou encore trébuchante.

Enfin, il se rassied.



1 Équilibre assis, droit
sur une chaise
(Le point noir est placé à 3 mètres)



2 Évaluation du transfert
assis-debout



3 Évaluation de l'équilibre
debout, avant la marche



4 Équilibre lors de la marche



5 Évaluation de l'équilibre lors d'un demi-tour



6 Étude de la marche, en se dirigeant vers la chaise



7 Le patient doit faire le tour de la chaise



8 Enfin, il se rassied

Le test, très rapide, paraît très sensible. Un score supérieur ou égal à 3, ou encore une durée d'exécution supérieure à 20 secondes, traduisent un risque de chute notable et doivent alerter la vigilance des soignants.

Nom du patient :
Prénom :

Date de naissance : / /
Date de l'examen : / /