

TEST PODIZANJA PETE U STOJEĆEM STAVU KAO KRITERIJ ZA OCJENU PLANTARNE FLEKSIJE STOPALA

Manualni mišićni test koji se koristi ispitivačevim otporom dugo je vremena bio standardni test za ocjenu mišićne snage. Uporabom ekstremiteta kao poluge kliničari su bili u mogućnosti da učinkovito upotrijebe otpor na sve mišićne skupine osim na mišićnu skupinu plantarnih fleksora.

Namjera ove studije bila je procijeniti optimalni broj podizanja pete u stojećem stavu, u ispitanika koji su bez komplikacija to mogli učiniti, a u svrhu ocjene mišićne snage plantarnih fleksora.

U studiji su sudjelovala 203 ispitanika (122 muškarca i 81 žena) u dobi od 20 do 59 godina. Promatrana je sposobnost ispitanika da izvedu test podizanja pete u stojećem stavu. Od svakog se ispitanika tražilo da taj test ponovi onoliko puta koliko najviše može. Pri izvođenju testa promatrao se položaj tijela i donjih ekstremiteta ispitanika. Testiranje je provedeno na dominantnoj nozi. Desna noga bila je dominantna za oba roda (94% za muškarce i 95% za žene).

Srednja vrijednost broja podizanja pete bila je 27,9 (SD=11,1, minimum=6, maksimum=70) za sve ispitanike. Preporuka je te studije da test podizanja pete u stojećem stavu postane kliničkom metodom izbora za ocjenjivanje mišićne snage plantarnih fleksora stopala, a optimalni je kriterij za ocjenu normalne mišićne snage plantarnih fleksora mogućnost ispitanika da test ponovi 25 puta (Lunsford BR, Perry J: The Standing Heel-Rise Test for Ankle Plantar Flexion:Criterion for Normal. Physical Therapy 1995;75(8):694-698).

Dr. Dubravka Teskara