

IMF

Spesifikk poengberegning

Generell bevegelighet og muskelfunksjon

1. Sittende med 90° i hoftelodd	0 = helen kan plasseres oppå motsatt kne 1 = helen kommer halvveis opp på motsatt legg 2 = helen kommer ikke halvveis opp på motsatt legg.
2. Generell gangfunksjon innendørs	0 = uten problemer 1 = går med noe problemer 2 = uttalte gangproblemer og benytter ganghjelpemiddel

Muskelstyrke

3. Sittende på 45 cm høyde. Reise seg opp på et ben med det andre benet som balansestøtte (helen i tilnærmet linje med tærne på testbenet) og uten håndstøtte. Testbenets hel plasseres under / litt bak stolokanten	0 = uten problemer 1 = med problemer 2 = greier ikke
4. Stående, gå opp og en psoaspute (30 cm) med høyre, respektive venstre ben først og uten håndstøtte.	0 = uten problemer 1 = med problemer 2 = greier ikke
5. Stående bilateral knefleksjon med hele ryggen inntil vegg, og helene 15 cm fra vegg. Pasienten skal klare både fleksjon og oppreisning. Vinkelmåling med goniometer.	0 = $\geq 90^\circ$ 1 = $45^\circ - 90^\circ$ 2 = $0^\circ - 44^\circ$
6. Krokkliggende (ryggkliggende med flekterte knær), føttene og overarmene på benken, underarmer mot magen. Bekkenløft, og deretter ekstensjon av først høyre kneledd, så tilbake til krokkliggende, og det samme med venstre side. Benet skal ikke hvile mot underlaget ved ekstensjon.	0 = uten problemer 1 = orker ikke å løfte helt opp 2 = klarer ikke

Balanse og koordinasjon

7. Stå på et ben. Åpne øyne, blikket rett fram i øynehøyde.	0 = ≥ 30 sek 1 = 15 – 29 sek 2 = 0 – 14 sek
8. Stå med føttene tett sammen. Øynene lukket.	0 = 0 = ≥ 30 sek 1 = 15 – 29 sek 2 = 0 – 14 sek
9. Gange på 2 m linje. Plasser den ene foten rett foran den andre.	0 = uten problemer 1 = med problemer 2 = greier ikke
10. Funksjonell gange på stedet med vekselvis motsatt arm- og benløft i raskt tempo i 15 sekunder. Pasienten får prøve en gang med hver diagonal for at bevegelsen skal kunne utføres på riktig måte.	0 = ≥ 15 ganger 1 = 8 – 14 ganger 2 = 0 – 7 ganger

Utholdenhet

11. Krokryggkliggende (se nr 6). Utføres ved at glutealmuskulaturen kontraheres og deretter løftes bekkenet.	0 = ≥ 30 sek 1 = 15 – 29 sek 2 = 0 – 14 sek
12. Ryggkliggende. Enkelt benløft til 30 – 45° med ekstendert kne og ankel i nullstilling. Dynamisk løft i raskt tempo i 15 sek.	0 = ≥ 12 ganger 1 = 6 – 11 ganger 2 = 0 – 5 ganger
13. Sideliggende med øverste trochanter rettet mot taket og det underste benet flektert. Dynamisk abduksjon til horisontalplanet i raskt tempo i 15 sekunder.	0 = ≥ 12 ganger 1 = 6 – 11 ganger 2 = 0 – 5 ganger