

## **Standardisierte Durchführung des „Grip-Strength-Test“**

benötigt wird:

- Stuhl
- Hand Dynamometer (Handgröße beachten)

Durchführung:

- 1.) Der Patient sitzt auf dem Stuhl, die Arme sind nicht abgestützt.
- 2.) Das Schultergelenk ist adduziert und befindet sich in der Neutralposition.
- 3.) Das Ellenbogengelenk ist 90 ° flektiert, der Unterarm in der Neutralposition und das Handgelenk befindet sich 0-30 ° in der Dorsalextension.
- 4.) Auf Anweisung soll der Patient das Dynamometer so fest wie möglich mit der dominierenden Hand zusammendrücken.
- 5.) Das Ganze wird drei mal wiederholt und alle drei Meßergebnisse dokumentiert.

verwendetes Gerät: Jamar Dynamometer ([www.proaktivo.de/products\\_id/1774.html](http://www.proaktivo.de/products_id/1774.html))