

## Prosedyre håndstyrke

---



Pasienten skal sitte på en stol med begge bena i bakken og ryggen inntil stolryggen. Overarmen skal henge ned langs truncus og albuen skal være i 90°.

**Instruksjon:** " Nå skal vi måle grepsstyrken din. Du skal holde overarmen inntil kroppen og albuen bøyd i 90°, og så skal du klemme alt du klarer i noen sekunder. Vi begynner med den hånden du skriver med, og så skal vi teste begge hender to ganger".

"Klem alt du klarer". Pasienten holder i noen få sekunder, deretter " Stopp".

Noter hvilken hånd som er dominant og begynt med denne hånden. Test to ganger på denne hånden og deretter to ganger på den andre hånden. Korrigjer pasienten dersom han/hun strekker ut albuen e.l.

Resultatet er gjennomsnittet av tester på henholdsvis høyre og venstre hånd.