

## Inledning

Med Jamar handdynamometer mäts styrka i helhandgrepp. Mätmetoden ingår i manual för handstatus, utarbetat av utvecklingsgrupp Hand, Samrehab och Rehab Söder. Det kan användas för test före och efter intervention på individnivå i deskriptivt och evaluativt syfte.

En begränsning med testet är att det inte mäter svag greppstyrka.

## Mätområde (ICF)

Kroppsfunktion/Kroppsstruktur.

## Målgrupp

Jamar handdynamometer är ett allmänt funktionstest.

## Typ av mätmetod

Standardiserat funktionstest.

## Tidsåtgång

Ca 5 minuter.

## Indikation

Vid nedsatt handstyrka och för att identifiera eventuell sidoskillnad.

## Kontraindikation

Patienter som inte får belasta sin hand efter operation eller skada  
Observera att smärta och/eller nedsatt rörlighet kan påverka mätresultatet.

## Utformning

*Denna rubrik skulle jag vilja ta bort*

## Utrustning

- Jamar handdynamometer
- Bord
- Höj-och sänkbar stol

## Instruktion till bedömaren

- Patienten sittande i följande position:
  1. Axel adducerad men inte tryckt intill kroppen
  2. Armbåge flekterad 90°
  3. Neutralposition pronation/supination
  4. Handed dorsalextenderad 0-30°
  5. Ulnardeviation 0-15°
- Stöd under handdynamometern, med din hand eller mot bordet
- Greppstorlek 2 (välj annan storlek om det passar patientens hand bättre. Ange storlek).
- Resultatet visas i kilogram
- Låt patienten prova först och försäkra dig om att instruktionen är korrekt uppfattad. Vänta sedan en minut innan du gör den egentliga bedömningen.

- Mät 3 ggr/hand. Börja med oskadad hand, fortsätt med skadad, därefter den oskadade igen osv. Notera alla 3 värdena och/eller medelvärdet av dessa.

## Instruktion till patient

Kommando till patienten:

- Ta i så mycket du kan, lite till, lite till .....och slappna av!

## Manual och protokoll

Specifikt protokoll finns inte, ingår i handstatus

## Poängbedömning

Normalvärden finns, se bilagor nedan för vuxna respektive barn.



Normalvärden för  
handstyrka vu...



Normalvärden för  
handstyrka ba...

## Dokumentation

Medelvärde för respektive hand anges i kg. Notera eventuella avvikelser från standardiserat mätsätt

## Övrigt

Kalibrering av Jamar handdynamometer rekommenderas 1 gång/år

## Referenser

Fess E.E., Moran C. (1992). Clin Assessment Recommendations. Am Soc Hand Therapiests, Sec ed. Chicago: The Society  
Hamilton A., Balnare R., Adams R., (1994). Grip strength testing reliability. J of Hand Therapy 7:163-170