

# Manual- PPAS

---

## PPAS, postural kontroll i ryggeleie

Evnen til å opprettholde og endre stilling, dvs. å stabilisere kroppen opp mot tyngdekraften under statiske og dynamiske forhold, vurderes etter en 7-delt skala. De to laveste **nivåene 1 og 2** innebærer at personen ikke har forutsetninger for å opprettholde stillingen. Skillet mellom nivå 1 og 2 er om personen kan rettes ut og plasseres i ryggeleie av noen andre (nivå 2) eller om personen, pga. fikserte feilstillinger, ikke kan rettes ut og plasseres i ryggeleie med støtte (nivå 1). **Nivå 3-7** innebærer at personen har en viss grad av postural kontroll, dvs. kan opprettholde eller endre stilling uten støtte eller hjelp.

Personen instrueres til å legge seg på ryggen og å sette seg opp igjen, det vil si å bevege seg inn og ut av ryggeleie. Dersom personen ikke kan dette selv, plasseres han/hun i ryggeleie og instrueres ut fra sine kognitive, språklige og motoriske evner til å bli liggende uten støtte, initiere fleksjon av bolen, gjøre en lateral tyngdeoverføring, og komme tilbake til utgangsstilling, sette seg opp (dvs. bevege seg ut av stillingen).

### Nivå:

- 1- Kan ikke rettes ut og plasseres i ryggeleie
- 2- Kan rettes ut og plasseres i ryggeleie, men trenger støtte
- 3- Kan ligge på ryggen uten støtte, men ikke bevege seg
- 4- Kan initiere fleksjon av bolen (stabilisere bolen for å løfte hodet eller knærne)
- 5- Kan gjøre lateral tyngdeoverføring og komme tilbake til utgangsstilling (rulle til siden)
- 6- Kan bevege seg ut av ryggeleie (bytte stilling, f.eks. rulle over på magen eller opp til sittende)
- 7- Kan bevege seg inn og ut av ryggeleie (f.eks. til sittende og tilbake til ryggeleie)

## PPAS, asymmetrier i ryggeleie

Personen instrueres til å ligge på ryggen så rett som mulig, eller plasseres så rett som mulig i ryggeleie og slappe av.

Marker 1 poeng= ja for symmetri, 0 poeng= nei for asymmetri (totalt 0-6 poeng pr. del).

Vurder frontalplanet:

- Er hodet i midtstilling eller avviker det fra midtstilling?
- Er bolen symmetrisk eller er det asymmetri i form av deviasjon eller rotasjon? Ved usikkerhet, sammenlign avstand fra skuldrene til bekkenet.
- Er bekkenet i nøytral stilling eller er det tiltet eller rotert?
- Er bena fra hverandre og i nøytral stilling i forhold til bekkenet, eller er det tendens til kryssing, windswept eller rotasjon?
- Hviler armene avspent langs sidene eller er de anspent og brukes for å balansere? Er de styrt av reflekser, tonus eller ufrivillige bevegelser?
- Er det jevn vektfordeling eller belastes den ene kroppshalvdelen mer enn den andre?

Vurder sagittalplanet:

- Er hodet i midstilling eller avviker det fra midstilling, fremover eller bakover?
- Er bolen i nøytral stilling, eller er det tendens til kyfose eller hyperekstensjon?
- Er bekkenet i nøytral stilling, eller er det tiltet fremover/ bakover?
- Er bena rette med strake hofter og knær?
- Hviler føttene i nøytral stilling, dvs. avspente i lett plantarfleksjon?
- Er det jevn vektfordeling?

## PPAS, postural kontroll i mageleie

Evnen til å opprettholde og endre stilling, dvs. å stabilisere kroppen opp mot tyngdekraften under statiske og dynamiske forhold, vurderes etter en 7-delt skala. De to laveste **nivåene 1 og 2** innebærer at personen ikke har forutsetninger for å opprettholde stillingen. Skillet mellom nivå 1 og 2 er om personen kan plasseres i mageleie av noen andre, med støtte (nivå 2) eller om personen pga. fikserte feilstillinger ikke kan plasseres i mageleie (nivå 1). **Nivå 3-7** innebærer at personen har en viss grad av postural kontroll, dvs. kan opprettholde eller endre stilling uten støtte eller hjelp.

Personen instrueres til å legge seg på magen på benken med armene løftet til midstilling, overarmene hviler, ca. 90 ° i albuen. Føttene hviler på utsiden av benken, hvis mulig. Dersom personen ikke kan legge seg på magen selv, plasseres han/hun i mageleie og instrueres ut fra sine kognitive, språklige og motoriske evner til å bli liggende uten støtte, initiere ekstensjon av bolen (løfte hodet), gjøre en lateral tyngdeoverføring og komme tilbake til utgangsstilling (rulle til siden), bevege seg ut av mageleie (f.eks. rulle til ryngleie), bevege seg ut og inn fra mageleie (f.eks. til firefotstående og tilbake).

Nivå:

1. Kan ikke rettes ut og plasseres i mageleie
2. Kan plasseres i mageleie, men trenger støtte
3. Kan opprettholde mageleie, men ikke bevege seg
4. Kan initiere ekstensjon av bolen (løfte og bevege hodet fritt).
5. Kan gjøre tyngdeoverføring sideveis og komme tilbake til utgangsstilling (rulle til siden)
6. Kan bevege seg ut av mageleie (f.eks. rulle til ryngleie)
7. Kan bevege seg inn og ut av mageleie (f.eks. til firefotstående og tilbake)

## PPAS, asymmetrier i mageleie

Personen instrueres til å ligge på magen så rett som mulig, eller plasseres så rett som mulig i mageleie og slappe av.

Marker 1 poeng= ja for symmetri, 0 poeng= nei for asymmetri (totalt 0-6 poeng pr. del).

Vurder frontalplanet:

- Ligger hodet til en av sidene?
- Er bolen symmetrisk eller er det asymmetri i form av deviasjon eller rotasjon? Ved usikkerhet, sammenlign avstand fra skuldrene til bekkenet.
- Er bekkenet i nøytral stilling eller er det tiltet eller rotert?

- Er bena fra hverandre og i nøytral stilling i forhold til bekkenet eller er det tendens til kryssing, rotasjoner?
- Hviler armene i midtstilling med 90° i albue, eller er de anspent? Er armene styrt av reflekser, tonus eller ufrivillige bevegelser?
- Er det jevn vektfordeling eller belastes den ene kroppshalvdelen mer enn den andre?

Vurder symmetri/asymmetri i sagittalplanet:

- Er bolen i nøytral stilling, eller er det tendens til kyfose eller hyperekstensjon?
- Er bekkenet i nøytral stilling, eller er det tiltet fremover/ bakover?
- Er hoftene strake (føttene utenfor benken) eller er det tendens til fleksjon?
- Er knærne strake (føttene utenfor benken) eller er det tendens til fleksjon?
- Hviler armene i midtstilling med ca. 90° i albue, eller er de anspent og i avvikende stilling?
- Er det jevn vektfordeling (gjennom skulderbue og bekken)?

## PPAS, postural kontroll i sittende

Evnen til å opprettholde og endre stilling, dvs. å stabilisere kroppen opp mot tyngdekraften under statiske og dynamiske forhold, vurderes etter en 7-delt skala. De to laveste **nivåene 1 og 2** innebærer at personen ikke har forutsetninger for å opprettholde stillingen. Skillet mellom nivå 1 og 2 er om personen kan plasseres i sittende på benk av noen andre (nivå 2) eller om personen pga. fikserte feilstillinger ikke kan plasseres i sittende med støtte (nivå 1). **Nivå 3-7** innebærer at personen har en viss grad av postural kontroll, dvs. kan opprettholde eller endre stilling uten støtte eller hjelp.

Personen instrueres til å sette seg på benken og å reise seg opp igjen, dvs. kan bevege seg ut og inn av sittende. Dersom personen ikke kan dette selv, plasseres han/hun i sittende, og instrueres ut fra sine kognitive, språklige og motoriske evner til å bli sittende uten støtte, kan bevege seg frem og tilbake innenfor understøttelsesflaten, gjøre en lateral tyngdeoverføring og komme tilbake til utgangsstilling, reise seg opp (dvs. bevege seg ut av stillingen).

### Nivå:

- 1- Kan ikke plasseres i sittende.
- 2- Kan plasseres i sittende, men trenger støtte
- 3- Kan sitte uten støtte, men ikke bevege seg
- 4- Kan bevege bolen litt frem og tilbake innenfor understøttelsesflaten
- 5- Kan gjøre lateral tyngdeoverføring og komme tilbake til utgangspunktet (fra den ene bekkenhalvdelen til den andre)
- 6- Kan bevege seg ut av sittende (bytte stilling, f.eks. ta tyngde på føttene og løfte setet fra benken)
- 7- Kan bevege seg ut og inn av sittende (f.eks. til stående og tilbake til sittende)

## PPAS, asymmetrier sittende på benk

Personen instrueres til å sitte så rett som mulig, eller plasseres så rett som mulig i sittende og slappe av. Angi om personen vurderes sittende med eller uten støtte. Dersom benken ikke er høyderegulerbar, bruk gjerne en krakk e.l. for å støtte føttene i riktig høyde, hvis ikke påvirkes hofte-, kne- og fotvinkel.

Marker 1 poeng= ja for symmetri, 0 poeng= nei for asymmetri (totalt 0-6 poeng pr. del).

Vurder frontalplanet (forfra og bakfra):

- Er hodet i midtstilling eller avviker det fra midtstilling?
- Er bolen symmetrisk, eller er det asymmetri i form av deviasjon eller rotasjon? Ved usikkerhet, sammenlign avstand fra skulder til bekken.
- Er bekkenet nøytralt eller er det tiltet/rotert?
- Er bena fra hverandre og i nøytral stilling i forhold til bekkenet, eller er det tendens til kryssing, windswept eller rotasjon?
- Hviler armene avspent langs sidene eller er de anspente? Brukes de for å balansere? Er de styrt av reflekser, tonus eller ufrivillige bevegelser?
- Er det jevn vektfordeling, eller belastes den ene bekkenhalvdelen mer enn den andre?

Vurder sagittalplanet:

- Er hodet i midtstilling eller avviker det fra midtstilling, bøyes forover eller bakover?
- Er bolen i nøytral stilling eller er det tendens til kyfose eller hyperekstensjon?
- Er bekkenet i nøytral stilling eller tilter det forover eller bakover?
- Er begge hoftene bøyd (ca. 90 grader)?
- Er begge knærne bøyd (ca. 90 grader)?
- Er begge føttene i nøytral stilling med fotsålene i gulvet eller er det spissfot eller annen feilstilling?

## PPAS, postural kontroll i stående

Evnen til å opprettholde og endre stilling, dvs. å stabilisere kroppen mot tyngdekraften under statiske og dynamiske forhold, vurderes etter en 7- delt skala. De to laveste **nivåene 1 og 2** innebærer at personen ikke har forutsetninger for å opprettholde stillingen. Skillet mellom nivå 1 og 2 er om personen kan rettes ut og plasseres i stående av noen andre (nivå 2), eller om personen pga fikserte feilstillinger eller annet ikke kan plasseres i stående med støtte (nivå 1). **Nivå 3-7** innebærer at personen har noe postural kontroll, dvs. kan opprettholde eller endre stilling uten støtte eller hjelp.

Personen instrueres til å stå. Dersom personen ikke kan dette selv, plasseres han/hun i stående og instrueres ut ifra sine kognitive, språklige og motoriske evner til å bli stående uten støtte, bevege bolen frem og tilbake innenfor understøttelsesflaten, gjøre en lateral tyngdeoverføring og komme tilbake til utgangsstilling, flytte en fot frem, gå og stoppe.

Nivå:

- 1- Kan ikke rettes ut og plasseres i stående.
- 2- Kan rettes ut og plasseres i stående, men trenger støtte
- 3- Kan stå uten støtte, men ikke bevege seg
- 4- Kan bevege bolen litt frem og tilbake innenfor understøttelsesflaten
- 5- Kan gjøre lateral tyngdeoverføring og komme tilbake til utgangsstilling (fra ene foten til den andre)

- 6- Kan bevege seg ut av stående stilling (f.eks. flytte en fot frem)
- 7- Kan bevege seg i stående (f.eks. gå og stoppe)

## PPAS, asymmetrier i stående

Personen instrueres til å stå så rett som mulig, eller plasseres i stående så rett og avspent som mulig. Angi om personen vurderes i stående «uten støtte» eller «med støtte», jfr. nivåene. Støtte kan være av en annen person, eller ekstern støtte som f.eks. gelender, rullator eller annet ståhjelpemiddel.

Marker 1 poeng= ja for symmetri, 0 poeng= nei for asymmetri (totalt 0-6 poeng pr. del).

Vurder frontalplanet (forfra og bakfra):

- Er hodet i midtstilling eller avviker det fra midtstilling?
- Er bolen symmetrisk eller er det asymmetri i form av deviasjon eller rotasjon? Ved usikkerhet sammenlign avstand fra skulder til bekken.
- Er bekkenet nøytralt eller er det tiltet eller rotert?
- Er bena fra hverandre og i nøytral stilling i forhold til bekkenet, eller er det tendens til kryssing, windswept?
- Hviler armene avspent langs sidene eller er de anspente? Brukes de for å balansere? Er de styrt av reflekser, tonus eller ufrivillige bevegelser?
- Er det jevn vektfordeling eller belastes den ene benet mer enn den andre?

Vurder sagittalplanet:

- Er hodet i midtstilling (loddlinjen) eller bøyes det fremover eller bakover?
- Er bolen i nøytral stilling eller er det tendens til kyfose eller hyperekstensjon?
- Er bekkenet i nøytralt eller er det tiltet fremover/ bakover?
- Er begge bena rette med strake hofter og knær?
- Er begge føttene i nøytral stilling med fotsålene i gulvet eller er det feilstillinger?
- Er vekten jevnt fordelt eller er all vekt på forføtter eller på hæler?

Psychometric evaluation of the Posture and Postural Ability Scale for children with cerebral palsy. Elisabet Rodby-Bousquet<sup>1</sup>, Måns Persson-Bunke and Tomasz Czuba. *Clinical Rehabilitation* 2016, Vol. 30(7) 697–704

Interrater reliability and construct validity of the Posture and Postural Ability Scale in adults with cerebral palsy in supine, prone, sitting and standing positions. Elisabet Rodby-Bousquet, Atli Ágústsson, Guðný Jónsdóttir, Tomasz Czuba, Ann-Christin Johansson and Gunnar Hägglund. *Clin Rehabil* 2014 28: 82 originally published online 28 November 2012

Norsk oversettelse ved Rønnaug Sletten Rud, Tone-Lise Løvsletten, Inger Lise Rorgemoen, Tove Karin Johansen, Hege Marit Lund, fysioterapeuter og ergoterapeuter, Habiliteringstjenesten i Oppland 2016 ©