

Stoletest/ 30 sek. Rejse-sætte-sig-test (RSS)

Har til formål at vurdere styrken i underekstremiteterne.

Ved testen skal personen rejse og sætte sig fra en stol flest muligt antal gange på 30 sekunder uden brug af armlæn. Hvis det ikke er muligt: modificeret udgave, hvor støtte er tilladt.

Normal værdier RSS:

Alder	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89
Kvinder	12-17	11-16	10-15	10-15	9-14	8-13
Mænd	14-19	12-18	12-17	11-17	10-15	8-14

Reference: <https://www.sundhed.dk/sundhedsfaglig/information-til-praksis/hovedstaden/almen-praksis/patientforloeb/forloebbeskrivelser-icpc/a-alment-og-uspecificeret/geriatiske-funktionstests/>