

כלי מחקר זה נלקח מתוך [מאגר כלי המחקר](#) של קרן שלם התומכת במחקר שמטרתו
שיפור איכות החיים של אנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית והסובבים אותם.

כל המעוניין להשתמש באחד מכלי מחקר מתבקש לפנות לחוקר שערך את המחקר הרלבנטי
ולוודא את אישור השימוש בכלי מבחינת זכויות יוצרים.

שם הכלי: מבדק טינטי

פותח בשנת: 1986, על ידי: Tinetti

תורגם לעברית בשנת: לא צוין על ידי: לא צוין

1	מטרת הכלי	מבדק שפותח לשם בדיקת סיכון לנפילות על בסיס שיווי משקל והליכה בקרב מזדקנים.
2	סוג כלי המחקר	מבדק שיווי משקל.
3	אוכלוסיית היעד	במחקר של גולדשטיין, הולצר וניסים (2017), 41 מזדקנים בעלי משה.
4	אופי הדיווח	לא רלוונטי במבחנים.
5	מבנה הכלי	מטלות הביצוע מחולקות לשלושה מדדים: שיווי משקל, הליכה וסיכון לנפילות (הכולל בתוכו את שיווי משקל והליכה). מטלות 6-8 בוצעו כאשר הבודק הומד ליד הנבדק עם יד מוכנה לתמיכה על מנת למנוע נפילה במידה והנבדק מאבד שיווי משקל.
6	סוג סולם המדידה	0-1 או 0-2 עבור כל מטלה, כאשר ניקוד גבוה מעיד על עצמאות רבה יותר של הנבדק. <u>ניקוד מקסימלי להליכה</u> - 12 נקודות. <u>ניקוד מקסימלי לשיווי משקל</u> - 16 נקודות. <u>ניקוד מקסימלי לסיכון לנפילות</u> - 28 נקודות. ניקוד 19-24 מעיד על קיום סיכון לנפילות, ניקוד נמוך מ-19 מעיד על סיכון גבוה לנפילות.
7	סוג הפריטים בכלי	מטלות ביצוע
8	אורך הכלי	8 מטלות הליכה, 9 מטלות שיווי משקל
9	מהימנות	לא צוין
10	תקיפות	לא צוין

רשימת מחקרי קרן שלם אשר עשו שימוש בכלי:

מק"ט	שם המחקר
152 למחקר המלא	פרופ' אברהם גולדשטיין ¹ , פרופ' יהשיו הולצר ² , ד"ר מיכל ניסים ¹ (2017), ללכת על המים: השפעות תכנית התערבות תנועתית במים על סיכון לנפילות ויכולות קוגניטיביות-מילוליות באוכלוסייה מזדקנת עם מוגבלות שכלית התפתחותית.



[למאגר המחקרים של קרן שלם](#)

מבדק טינטי

(Tinetti, 1986)

הנחיות:

- בדיקת טינטי כוללת משימות לביצוע.
- כל משימה מקבלת ניקוד, 0, 1 או 2. ניקוד גבוה מצביע על עצמאות גבוהה יותר של הנבדק.
- סה"כ ניתן לבצע שלוש מדידות: הליכה, ש"מ ומדידה שמאחדת בתוכה הליכה וש"מ יחד.
- לבדיקת ההליכה הניקוד המקסימלי הוא: 12.
- לבדיקת שיווי המשקל הניקוד המקסימלי הוא: 16.
- לבדיקה הכוללת הניקוד המקסימלי הוא: 28.
- ניקוד כולל של הליכה+ ש"מ בין 19-24 מרמז על סיכון לנפילה. ניקוד נמוך מ-19: סיכון גבוה לנפילה.

19 נק' - סיכון גבוה לנפילה

24 נק' - סיכון לנפילה



המשימה	תאריך(1)	תאריך(2)	תאריך(3)
1 שיווי משקל בישיבה			
נשען או מחליק בכסא			0
יציב			1
2 קימה מישיבה			
לא מסוגל לקום ללא עזרה			0
מסוגל לקום, נעזר בידיו			1
מסוגל לקום, ללא שימוש בידיו			2
3 נסיונות לקום			
לא מסוגל לקום ללא עזרה			0
מסוגל לקום, זקוק ליותר מנסיון אחד			1
מסוגל, זקוק בנסיון אחד			2
4 5 שניות ראשונות של עמידה			
אינו יציב (מתנוודד, מזיז רגליו, מבצע ניעות וגו')			0
יציב, אך זקוק להליכון או תמיכה אחרת			1
יציב ללא הליכון או עזרה אחרת			2
5 שיווי משקל בעמידה			
אינו יציב			0
יציב אך עומד בבסיס רחב מעל 10 ס"מ בין העקבים + משתמש בא.עזר			1
בסיס צר + ללא א. עזר			2
6 דחיפה הנבדק עומד כשרגליו צמודות ככל האפשר, הבדק דוחף את הנבדק בסטרנום בעזרת כף ידו, 3 פעמים			
מתחיל ליפול			0
מתנדנד אך לא נופל			1
יציב			2
7 עיניים עצומות הנבדק בעמדתמוצא כמו בסעיף 6			
אינו יציב			0
יציב			1
8 סיבוב מלא (360 מעלות)			
צעדים לא רציפים			0
צעדים רציפים			1
אינו יציב (מתנוודד)			0
יציב			1
9 מעבר מעמידה לישיבה			
לא בטיחותי (שיפוט לא נכון של המרחק, נופל לכסא)			0
משתמש בידיות או מעבר לא חלק			1
בטיחותי, תנועה חלקה			2
ניקוד סופי			
שם הבדוק			

תאריך (3)	תאריך (2)	תאריך (1)		
			1 מהירות ההליכה (מיד אחרי ההוראה "לך")	1
			מהסס או מרבה בנסיגות להתחיל	0
			ללא היסוס	1
			2 אורך וגובה הצעד (העברת רגל ימין)	2
			רגל ימין אינה עוברת את רגל שמאל	0
			רגל ימין עוברת את רגל שמאל	1
			רגל ימין מתרוממת לגמרי מהרצפה	0
			רגל ימין מתרוממת לגמרי מהרצפה	1
			3 אורך וגובה הצעד (העברת רגל שמאל)	3
			רגל שמאל אינה עוברת את רגל ימין	0
			רגל שמאל עוברת את רגל ימין	1
			רגל שמאל אינה מתרוממת לגמרי מהרצפה	0
			רגל שמאל מתרוממת לגמרי מהרצפה	1
			4 סימטריה של הצעדים	4
			אורך צעד רגל ימין ורגל שמאל אינו נראה שווה	0
			אורך צעד רגל ימין ורגל שמאל נראה שווה	1
			5 רצף הצעדים	5
			הפסקות או חוסר רצף בין הצעדים	0
			הצעדים נעשים ברצף	1
			6 מסלול (לעקוב אחרי רגל אחת לאורך 3 מטר)	6
			סטייה משמעותית מהמסלול	0
			סטייה קלה עד בינונית או שימוש בעזרים	1
			ישר ללא עזרים	2
			7 תנועות הגוף	7
			מתנדנד או משתמש בעזרים	0
			ללא סטייה אבל מכופף ברכיים או גב או מנפנף ידיים	1
			ללא סטייה, לא מתנדנד, לא מכופף ברכיים, ללא נפנוף ידיים, ללא עזרים	2
			8 סגנון הליכה	8
			קיים מרחק בין העקבים	0
			עקבים כמעט צמודים בהליכה	1
			ניקוד סופי	
			שם הבודק	