

Upper Limb Assessment in Daily Living (UL-ADL)

Questionnaire d'activités quotidiennes :

Consignes

L'évaluation s'effectue avec une échelle visuelle analogique en présentation verticale. La barre est initialement au milieu du curseur (5/10 cm).

Le patient mobilise la barre de 0, quand l'activité est impossible (en bas), à 10, quand l'activité est totalement possible et effectuée sans difficultés (en haut). L'examineur visualise ensuite le score au dos de la règle.

Présenter les questions dans l'ordre indiqué. Enregistrer la réponse à une question avant de passer à la suivante. Ne pas faire de corrections après coup, c'est à dire après présentation d'autres questions.

Pour cette première partie du test, si le patient ne peut répondre parce qu'il n'a jamais testé une capacité donnée, on indique non applicable (NA). Si lors de la seconde partie du test il la réalise devant l'examineur, il obtiendra donc une note entre 0 et 10, mais on ne modifiera pas *a posteriori* l'indication NA donnée en première partie.

Dire au patient: « Je vais vous présenter des phrases, correspondant à des mouvements utilisés dans les activités de vie quotidienne. Vous me direz pour chaque activité votre capacité actuelle, dans les deux dernières semaines, à effectuer ce type d'action dans la vie quotidienne avec votre membre malade. En mobilisant la barre de 0, quand l'activité est impossible, en bas, à 10, quand l'activité est totalement possible et effectuée sans difficultés, en haut. »

1.	J'arrive à positionner mon bras confortablement avec ma main sur ma cuisse. Quand je suis assis.	
2.	J'arrive à écarter mon coude du corps pour me laver ou être lavé sous l'aisselle. Quand je suis assis.	
3.	J'arrive à étendre mon coude pour garder mon bras le long du corps (ou dans ma poche). Quand je suis debout. Si la station debout est impossible : j'arrive à étendre mon coude pour toucher mon genou sans me pencher en avant.	
4.	J'arrive à positionner mon poignet. Pour passer mon poignet dans la manche, seul ou avec l'aide de quelqu'un. Quand je suis assis (ou éventuellement debout).	
5.	J'arrive à ouvrir mes doigts avec l'aide de ma main saine. Pour me laver ou être lavé dans la main. Quand je suis assis.	
6.	J'arrive à mettre ma main sur la table sans l'aide de ma main saine. Quand je suis assis à table.	
7.	J'arrive à bloquer une feuille de papier ou un objet plat sur la table avec mon poing. Quand je suis assis à table.	
8.	J'arrive à caler un pot de yaourt en verre (ou un objet équivalent : petit verre, petit pot de confiture) dans la paume de ma main malade en m'aidant de ma main saine. Quand je suis assis à table.	
9.	J'arrive à caler un pot de yaourt en verre (ou un objet équivalent: petit verre, petit pot de confiture) dans la paume de ma main malade sans l'aide de ma main saine. Quand je suis assis à table.	
10.	J'arrive à relâcher un objet rond posé sur une table et que je tiens dans ma main malade. Sans l'aide de ma main saine. Quand je suis assis à table.	
11.	J'arrive à actionner une poignée de porte avec ma main malade. Quand je suis debout ou assis près de la porte.	
12.	J'arrive à porter un petit sac en plastique de supermarché contenant quelques objets, avec ma main malade.	
13.	J'arrive à déplacer sur une table un objet rond comme une balle de tennis en le prenant par-dessus (prendre, déplacer et lâcher). Sans l'aide de ma main saine. Quand je suis assis à table.	
14.	J'arrive à déplacer sur une table un objet circulaire comme un verre en le prenant par le côté (prendre, déplacer et lâcher). Sans l'aide de ma main saine. Quand je suis assis à table.	
15.	J'arrive à déplacer sur une table un petit objet comme un stylo en le prenant entre mon pouce et mes autres doigts (prendre, déplacer et lâcher). Sans l'aide de ma main saine. Quand je suis assis à table.	
16.	J'arrive à utiliser un couteau ou j'arrive à utiliser une fourchette avec ma main malade (couteau ou fourchette en fonction du côté malade). Sans l'aide de ma main saine. Quand je suis assis à table.	
17.	J'arrive à ouvrir une serrure de cadenas de taille standard (ou de porte) avec une clef en la prenant entre le pouce et l'index de ma main malade.	
18.	TOTAL SCORE	

Test d'activités quotidiennes :

Consignes

L'évaluation s'effectue avec une échelle visuelle analogique en présentation verticale. La barre est initialement au milieu du curseur (5/10). L'examineur mobilise la barre de 0, quand l'activité est impossible (en bas), à 10, quand l'activité est totalement possible et effectuée sans difficultés (en haut). Il visualise ensuite le score au dos de la règle.

Pour chaque capacité, l'examineur peut mimer le geste si la compréhension de la consigne est difficile, en particulier en cas d'aphasie. Un deuxième essai est autorisé en cas d'échec au premier.

Faire une évaluation globale de la capacité et des difficultés (lenteur, hypométrie, mauvais positionnement) du sujet, sur le ou les deux essais, y compris quand l'item nécessite plusieurs mouvements successifs ou coordonnés (exemple: le transport d'objet). Enregistrer la réponse à un item avant de passer au suivant. Ne pas faire de corrections après coup, c'est à dire après présentation d'autres items.

Dans les subttests impliquant des activités effectuées sur une table dans l'espace péri-personnel antérieur, le patient est assis sur une chaise (pas dans un fauteuil) face à la table, le tronc à 25-30 centimètres du bord de la table. Ses pieds doivent pouvoir se placer sous la table (attention aux bureaux médicaux). Le patient a initialement les mains posées sur les cuisses. Il peut se préparer en mobilisant passivement les doigts de sa main malade avec sa main saine. Les objets sont posés sur la table à 20 centimètres du bord, en face de l'épaule.

La présentation des items se fait dans l'ordre. Mais celle des items 3, 11, 12 et éventuellement 17 peut être regroupée en fin d'examen, pour faciliter la présentation des épreuves, assis puis debout. Pour les items 1 à 5, la mobilisation ou le positionnement peut se faire passivement ou activement ; mais on ne le précise pas dans la consigne.

Objets nécessaires à la présentation du test : feuille de papier A4, pot de yaourt en verre, balle de tennis, sac en plastique léger, verre, stylo, fourchette et couteau, clef plate et cadenas (4-5 cm de large).

Dire au patient: « Je vais vous demander de réaliser des gestes, correspondant à des mouvements utilisés dans les activités de vie quotidienne. Vous essaierez de les réaliser le mieux possible avec votre membre malade. Pour certains, vous pourrez vous aider de la main saine. Si vous n'y arrivez pas une première fois, je vous demanderai de faire un deuxième essai »

1.	Positionner le membre supérieur confortablement en position assise. Demander : « Pouvez-vous positionner votre membre le plus confortablement possible le long du corps, comme pour placer la main sur la cuisse ». Le positionnement de la main sur la cuisse est une position de repos.	
2.	Ecarter le coude du corps en position assise. Demander : « Pouvez-vous écarter le coude du corps le mieux possible, en faisant le geste de vous laver sous l'aisselle avec la main saine ».	
3.	Etendre le coude en position debout (ou éventuellement assis si station debout impossible). Demander : « Pouvez-vous laisser pendre l'avant-bras le long du corps le mieux possible en position debout » ou: « Pouvez-vous placer la main dans la poche debout en position debout ».	
4.	Positionner le poignet. Demander : « Pouvez-vous positionner le poignet le mieux possible pour passer la manche (longue) de votre habit ».	
5.	Ouvrir les doigts. Demander : « Pouvez-vous ouvrir la main le mieux possible, en faisant le geste de vous laver la paume avec la main saine ».	
6.	Mettre la main sur la table. Demander : « Pouvez-vous placer la main sur la table à 20-25 cm du bord sans vous pencher en avant ». Assis au bord de la table.	
7.	Bloquer une feuille de papier ou un objet plat sur la table avec le poing. Demander : « Pouvez-vous bloquer la feuille de papier sur la table ». Assis au bord de la table.	
8.	Caler un pot de yaourt en verre dans la paume de la main malade en s'aidant de la main saine. Demander : « Pouvez-vous caler le pot de yaourt (en verre) dans la paume de la main malade en vous aidant de la main saine ». Assis au bord de la table.	
9.	Caler un pot de yaourt en verre dans la paume de la main malade sans l'aide de la main saine. Demander: « Pouvez-vous caler le pot de yaourt (en verre) dans la paume de la main malade sans vous aider de la main saine ». Assis au bord de la table.	
10.	Relâcher une balle de tennis tenue dans la main malade. Après saisie directe ou éventuellement placement passif par la main saine ou par l'examineur. Demander : « Pouvez-vous relâcher la balle sans vous aider de la main saine ». Assis au bord de la table.	
11.	Actionner une poignée de porte. Demander : « Pouvez-vous ouvrir la porte en actionnant la poignée (horizontale) ». Debout ou assis près de la porte.	
12.	Porter un petit sac en plastique de supermarché avec la main malade. Demander: « Pouvez-vous porter le sac en plastique contenant quelques objets avec la main ». Debout ou éventuellement assis si station debout impossible.	
13.	Déplacer un objet pris par le dessus. Demander : « Pouvez-vous saisir la balle de tennis par le dessus, la déplacer vers l'extérieur de 20-25 cm puis la lâcher ». Prise globale entre les doigts et la paume de la main. Assis au bord de la table.	
14.	Déplacer un objet pris par le côté. Demander : « Pouvez-vous saisir latéralement le verre, le déplacer vers l'extérieur de 20-25 cm puis le lâcher ». Prise globale dans la première commissure. Assis au bord de la table.	
15.	Déplacer un objet pris par une pince distale. Demander : « Pouvez-vous saisir le stylo entre le pouce et les autres doigts, le déplacer vers l'extérieur de 20-25 cm puis le lâcher ». Pince pouce-index + médium termino-terminale ou termino-latérale. Assis au bord de la table.	
16.	Utiliser un couvert. Demander d'abord au sujet quel type de couvert (couteau ou fourchette) il utilise avec sa main malade lors d'une activité bi-manuelle de découpage de la viande. Ceci varie en fonction de la main malade et de la latéralité. Puis, en fonction de la réponse, demander, au choix : « Pouvez-vous saisir, directement ou en vous aidant de la main saine, la fourchette posée sur la table puis la piquer dans le bloc de pâte à modeler » ou : « Pouvez-vous saisir, directement ou en vous aidant de la main saine, le couteau et essayer de couper le bloc de pâte à modeler ». Prise globale du manche. Assis au bord de la table.	
17.	Ouvrir une serrure de cadenas avec une clef. Demander : « Pouvez-vous saisir la clef entre le pouce et l'index de votre main malade puis ouvrir le cadenas ? Celui-ci sera tenu par votre main saine ». Pince distale. Assis ou éventuellement debout.	
18.	GLOBAL SCORE	

Nom du patient :

Date de naissance : / /

Prénom :

Date de l'examen : / /