

## Neutrale-0-Methode (NNM)

De neutrale-0-methode (NNM) is een manier om de bewegingsuitslag van een gewricht vast te leggen. De gewrichtshoek wordt gemeten met een goniometer. De methode van meten is door Debrunner in 1971 gestandaardiseerd. Bij deze standaardisatie wordt de 0-positie gedefinieerd vanuit de anatomische positie, dat wil zeggen: rechtop staand, hangende armen, duimen voorwaarts, voeten parallel en op heupbreedte geplaatst en de blik voorwaarts gericht.

### Testprotocol Neutrale-0-Methode

Voor het uitvoeren van de test is een goniometer nodig.

Iedere gewrichtsbeweging wordt beschreven door drie getallen, uitgedrukt in bewegingsgraden. Hierbij worden de twee eindstanden van de beweging genoteerd en de 0-positie (neutrale positie). Indien de 0-positie is gepasseerd, dan staat de 'nul' altijd in het midden. Bovendien worden vermeld: 1) betreffend gewricht; 2) betreffende zijde (links/rechts); 3) passieve en/of actieve beweging en 4) bewegingsrichting. Bijvoorbeeld: heupgewricht, rechts, beweging van flexie naar extensie; actief  $120^{\circ}/0^{\circ}/10^{\circ}$ ; passief  $130^{\circ}/0^{\circ}/15^{\circ}$ .

Indien de neutrale positie niet wordt bereikt (bijvoorbeeld als gevolg van een contractuur of pijn), dan zal de neutrale positie aan het begin of aan het eind van de notatie vermeld worden.

Bijvoorbeeld bij een  $30^{\circ}$  flexiecontractuur in het heupgewricht: heupgewricht, rechts, beweging van flexie naar extensie; actief  $120^{\circ}/30^{\circ}/0^{\circ}$ ; passief  $125^{\circ}/30^{\circ}/0^{\circ}$ .

### Scoreformulier Neutrale-0-Methode

Geef de bewegingsuitslag van ieder gewricht aan de hand van bovenstaand testprotocol schematisch weer.

Datum				
Gewricht	Links/Rechts	Bewegingsrichting: van ..... naar .....	Passief/Actief	Notatie
				..... / ..... / .....

*Opmerkingen* (bijvoorbeeld de reden dat de test niet kon worden afgenomen)

.....  
.....  
.....