

GM T 評価方法

上肢	仰臥位	肩関節屈曲(上肢を前方に挙上)	
		3	自動運動で180°できる
		2	挙上できるが、可動域の途中まで
		1	挙上できず、筋収縮のみ (三角筋前部など)
		0	筋収縮なし
		4	肩と手首を抑え、抵抗を加えても挙上できる (肘は伸ばした状態)
		5	最大の抵抗を加えても挙上できる
体幹	仰臥位	腹筋 (股関節・膝関節屈曲位で、頭部～肩甲骨を挙上)	
		3	腕を膝付近まで伸ばした状態で、頭部～肩甲骨下角まで挙上
		2	頭部は挙上、肩甲骨わずかに挙上し、腹筋が収縮する
		1	頭部は挙上、肩甲骨は挙上できず、腹筋は収縮する。
		0	頭部、肩甲骨とも挙上せず、腹筋の収縮がみられない
		4	腕を胸に置き、頭部～肩甲骨下角まで挙上する
		5	腕を頭上に置き、頭部～肩甲骨下角まで挙上する
下肢		屈伸運動で評価 (伸筋と屈筋に差があるときは「3～4」のように表す)	
屈筋	仰臥位	3	自動で股関節・膝関節をフルレンジ屈曲できる
		2	途中まで屈曲できる
		1	屈曲できないが、筋収縮がみられる (大腿直筋、ハムストなど)
		0	筋収縮なし
		4	大腿前面下部を抑え、抵抗を加えても屈曲できる
		5	大腿前面下部を抑え、最大の抵抗を加えても屈曲できる
伸筋	仰臥位	3	股関節・膝関節屈曲位から自動でフルレンジ伸展できる
		2	途中まで伸展できる
		1	伸展できないが、筋収縮がみられる (大腿四頭筋)
		0	筋収縮なし
		4	大腿後面下部を抑えて抵抗を加えても伸展できる
		5	大腿後面下部に最大の抵抗を加えても伸展できる