

MOBITEC-GP App

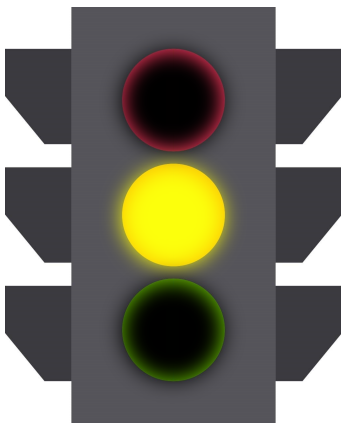
Auswertungsbericht

Die MOBITEC-GP App ermittelt die Gehgeschwindigkeit in einem 30-minütigen Spaziergang und die räumliche Mobilität in einem 7-tägigen Zeitraum.

Ihre Gehgeschwindigkeit...

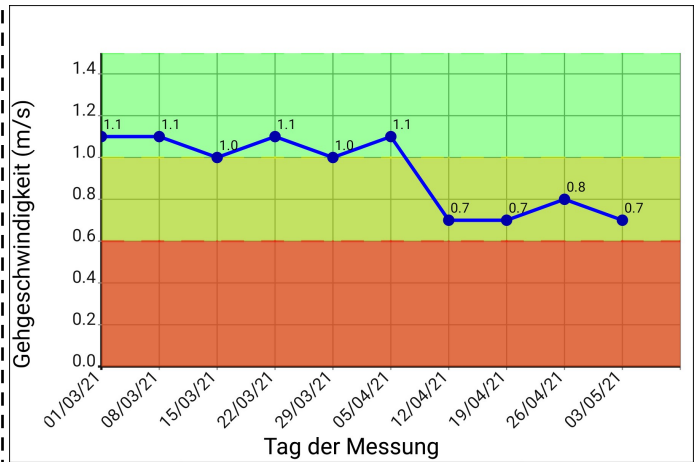
...beim letzten Spaziergang...

...betrug im Durchschnitt: **0.7 m/s (2.5 km/h)**



Ab einer Gehgeschwindigkeit von weniger als 0.6 m/s steigt die Wahrscheinlichkeit für Stürze, funktionelle Abhängigkeit und Gehunfähigkeit (Middleton et al. 2015). Permanente Veränderungen von 0.1 bis 0.2 m/s werden als "klinisch relevant" erachtet (Bohannon et al. 2014). Durch geeignetes körperliches Training kann die Gehgeschwindigkeit gesteigert werden (Hortobágyi et al. 2015).

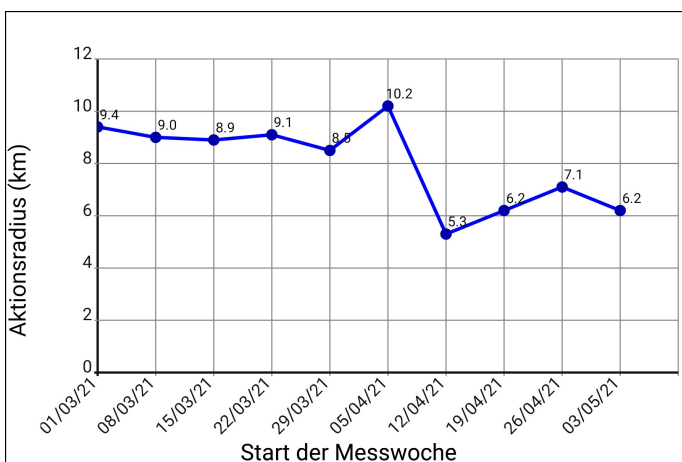
...bei den letzten 10 Spaziergängen



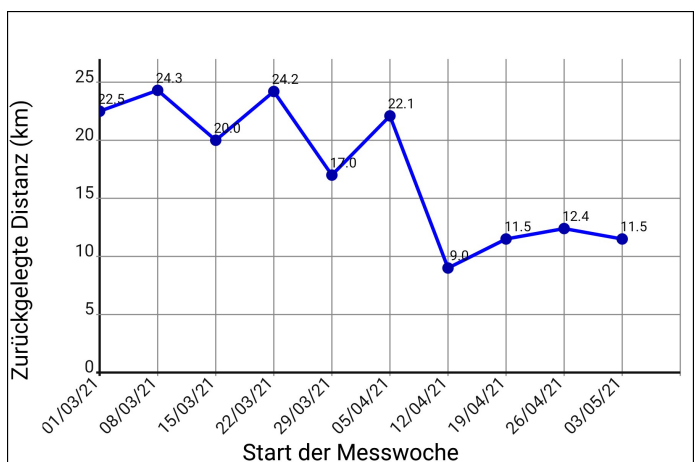
Ihre räumliche Mobilität...

...in den letzten 10 Wochen

Aktionsradius



Zurückgelegte Distanz



Der Aktionsradius bezeichnet die weiteste Entfernung von Ihrem Zuhause (Luftlinie), die Sie in der betreffenden Woche erreicht haben.

Angegeben ist die mittlere tägliche Distanz in der betreffenden Woche ausserhalb des eigenen Zuhauses. Neben Gehstrecken sind auch sämtliche Strecken enthalten, die mit Transportmitteln zurückgelegt wurden.