

# 6分間歩行試験（6MWT）記録用紙

6-Minute Walk Test — ATS Committee (2002)



氏名：	ID：
年齢： 歳 性別： M / F	診断名：
発症日： 年 月 日	発症からの期間：
利き手： 右 / 左 麻痺側： 右 / 左	
歩行補助具： なし / 杖 / 歩行器 / 装具 / その他：	

項目	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目
測定日					
発症後期間					
歩行距離 (m)					
休憩回数 (回)					
休憩時間合計 (秒)					
歩行補助具					
Borg RPE (自覚的運動強度)					
特記事項					

### 変化量の判定（前回との比較）

判定項目	2回目-1回目	3回目-2回目	4回目-3回目	5回目-4回目
変化量 (m)				
MDCを超えたか (Y/N)				
MCIDを超えたか (Y/N)				
地域歩行分類の変化				

### MDC 参照値（病期別）

病期	MDC	出典
急性期	54.1 m (MDC90) / 75.4 m (SDC)	Fulk 2008 / Busk 2023
亜急性期	約61 m	文献報告値
慢性期	34~37 m	Eng 2004 / Flansbjerg 2005

MCID (全体) : 65~71 m (Fulk & He, 2018) / 重症群 (<0.4 m/s) : 34~44 m / 小変化 : 20 m / 大変化 : 50 m (Perera, 2006)

### 地域歩行分類・カットオフ値 早見表

6MWT距離	分類・解釈	出典
<205 m	家庭内歩行（屋外の自立歩行は困難）	Fulk 2017
205~287 m	制限付き地域歩行（近所は可能、長距離は困難）	

≥288 m	制限なし地域歩行（ほとんどの地域活動に参加可能）	
≥304 m	歩行自立の予測（AUC = 0.905）	Kubo 2020
<332 m	転倒リスクに注意（AUC = 0.701）	Regan 2020

### FAC別 6MWT基準値（亜急性期）・規範値（健常高齢者）

FAC	FAC別基準値（Kubo, 2020）		健常高齢者規範値（Bohannon, 2007）		
	歩行能力	平均距離	年齢	男性	女性
FAC 2	身体接触を要する	141.8 m	60～69歳	572 m	538 m
FAC 3	監視・言語指示	224.5 m	70～79歳	527 m	471 m
FAC 4	平地自立	352.6 m	80～89歳	417 m	392 m
FAC 5	完全自立	448.8 m	脳卒中全体平均：284±107 m（Dunn, 2015）		

### 特記事項

.....

.....

.....

この記録用紙はBRAIN Webサイトから無料でダウンロード  
 できます。 プロトコル：ATS Committee. Am J Respir Crit Care Med. 2002;166(1):111-117.  
 カットオフ：Fulk 2017 / Kubo 2020 MDC：Eng 2004 / Flansbjerg 2005 MCID：  
 Fulk & He 2018