

modified Motion Sensitivity Test (mMST)

Alle Bewegungen werden im Stehen, mit offenen Augen, vor einer leeren Wand ausgeführt. Die Symptome müssen auf den Ausgangswert zurückgehen, bevor die nächste Bewegung erfolgt. Der Untersucher notiert die Veränderung der Intensität gegenüber dem Ausgangswert, nachdem die Bewegung beendet wurde.

- Die Intensität der Symptomatik wird auf einer Skala von 0 (keine Symptome) bis 10 (sehr starke Symptome) bewertet
- Die Dauer der Symptomatik wird wie folgt bewertet:
 $< 5 \text{ s} = \underline{0}$; $5\text{-}10 \text{ s} = \underline{1}$; $11\text{-}20 \text{ s} = \underline{2}$; $21\text{-}30 \text{ s} = \underline{3}$; $> 30 \text{ s} = \underline{4}$
- Der Wert für eine Bewegung ist die Summe aus der Intensität und Dauer der Symptomatik

Ausgangswert der Symptomatik: _____

Bewegung	Intensität	Dauer	Wert
1. 5x Horizontale Kopfbewegungen			
2. 5x Vertikale Kopfbewegungen			
3. 5x Diagonale Kopfbewegungen nach rechts (von oben links nach unten rechts)			
4. 5x Diagonale Kopfbewegungen nach links (von oben rechts nach unten links)			
5. 5x Rumpf nach vorne beugen (mit Kniebeugung)			
6. 5x Körperdrehung nach rechts (Blick über die rechte Schulter, Füße fest)			
7. 5x Körperdrehung nach links (Blick über die linke Schulter, Füße fest)			
8. 1x 360° Drehung nach rechts			
9. 1x 360° Drehung nach links			
10. 5x Fixationssuppression des VOR (Folge den Daumen horizontal mit einer Kopf-Rumpf-Drehung von 45° in beide Richtung)			
Gesamtwert			

mMST-Quotient = Gesamtwert x (# der Bewegungen) / 14

mMST-Quotient = _____

_____ x _____ / 14

0-10 niedrig; 11-30 moderat; 31-100 stark

Übersetzt aus dem Original: Heusel-Gillig, L., Santucci, V., & Hall, C. D. (2022). Development and Validation of the Modified Motion Sensitivity Test. Otol Neurotol, 43(8), 944-949.

Die markierten Bewegungen sollten _____ x täglich bei einer Serienzahl von _____, _____ x wiederholt werden.

Der Schwindel sollte nur leicht bis mäßig provoziert werden (3-5 Veränderung zum Ausgangswert auf der Skala von 0 bis 10). Wird der Schwindel stärker provoziert, können die Übungen durch langsamere Bewegungen, kleinere Bewegungen, weniger Wiederholungen, längere Pausen zwischen den Wiederholungen oder indem die Tageszeit des Trainings geändert wird, modifiziert werden. Bei jeder nächsten Serie sollte der Schwindel entweder ähnlich oder schwächer sein.