

modified Motion Sensitivity Test (mMST)

Alle bewegingen worden met open ogen voor een lege muur staand uitgevoerd. De symptomen moeten terugkeren naar de basiswaarde voordat de volgende beweging wordt uitgevoerd. De onderzoeker noteert de verandering in intensiteit ten opzichte van de basiswaarde nadat de beweging is uitgevoerd.

- De intensiteit van de symptomen wordt beoordeeld op een schaal van 0 (geen symptomen) tot 10 (zeer ernstige symptomen)
- De duur van de symptomen wordt als volgt beoordeeld:
 $< 5 \text{ s} = 0$; $5-10 \text{ s} = 1$; $11-20 \text{ s} = 2$; $21-30 \text{ s} = 3$; $> 30 \text{ s} = 4$
- De waarde voor een beweging is de som van de intensiteit en de duur van de symptomen

Basiswaarde van de symptomen: _____

beweging	intensiteit	duur	waarde
1. 5x horizontale hoofdbewegingen			
2. 5x verticale hoofdbewegingen			
3. 5x diagonale hoofdbewegingen naar rechts (van linksboven naar rechtsonder)			
4. 5x diagonale hoofdbewegingen naar links (van rechtsboven naar linksonder)			
5. 5x vooroverbuigen (door de knieën te buigen)			
6. 5x lichaam kwart naar rechts draaien (kijk over de rechter schouder, voeten op de grond)			
7. 5x lichaam kwart naar links draaien (kijk over de linker schouder, voeten op de grond)			
8. 1x 360° naar rechts draaien			
9. 1x 360° naar links draaien			
10. 5x VOR cancellation (volg de duimen horizontaal met een hoofd- romp draaiing van 45° in beide richtingen)			
totaalscore			

mMST-quotiënt = totaalscore x (# van bewegingen) / 14

mMST-quotiënt = _____

_____ x _____ / 14

0-10 laag; 11-30 moderaat; 31-100 sterk

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

De gemarkeerde bewegingen moeten dagelijks _____ x met een serie van _____, _____ x worden herhaald.

De duizeligheid moet slechts licht tot matig worden uitgelokt (3-5 verandering ten opzichte van de basiswaarde op de schaal van 0 tot 10). Als de duizeligheid sterker wordt uitgelokt, kunnen de oefeningen worden aangepast door langzamere bewegingen, kleinere bewegingen, minder herhalingen, langere pauzes tussen de herhalingen of door het tijdstip van de training te veranderen. Bij elke volgende serie zou de duizeligheid vergelijkbaar of zwakker moeten zijn.