



Cardiopulmonaal inspannings- onderzoek

locatie Blixembosch

Libra

REVALIDATIE
AUDIOLOGIE



Als het leven een nieuwe balans vraagt

Binnenkort krijgt u een cardiopulmonale inspanningstest. Uw arts of fysiotherapeut heeft u voor een deel al verteld wat er gaat gebeuren. In deze folder leest u meer over de test en hoe u zich daarop kunt voorbereiden.

Wat meten we bij deze inspanningstest?

Bij een inspanningstest meten we welke lichamelijke inspanning uw lichaam aankan, oftewel hoe fit u bent.

U spant zich tijdens deze test in door te fietsen op een hometrainer, te lopen op een loopband of uw armen te bewegen met een arm-ergometer. We meten dan de reactie van de inspanning op uw:

- bloedsomloop
- hart
- ademhaling
- spieren
- zuurstofgehalte in het bloed

Om een zo goed mogelijk beeld te krijgen, is het belangrijk dat u zich zo optimaal mogelijk inspant.

Hoe bereidt u zich voor?

Lees de volgende punten door, zodat u goed voorbereid aan het onderzoek begint.

Wel doen

- Trek gemakkelijke kleding aan, bijvoorbeeld sportkleding.
- Eet tot 1,5 uur voor de test een goede, maar lichte maaltijd.
- Als de test in de vroege ochtend plaatsvindt, zorg dan dat u ontbeten heeft.
- Gebruikt u medicijnen? Neem die dan gewoon in, tenzij de arts die het onderzoek heeft aangevraagd, u heeft gezegd dat u dit niet moet doen.

- Neem uw actueel medicatieoverzicht mee. U kunt dit gratis halen bij uw apotheek.
- U kunt na de test douchen. Neem dus schone kleding mee. Wij hebben handdoeken voor u.
- Soms moeten we voor het maken van een hartfilmpje bij mannen wat borsthaar wegscheren. Het is fijn als u dit zelf vast van tevoren doet.

Niet doen

- Draag liever geen sieraden (ook geen oorbellen).
- Gebruik op de dag van het onderzoek geen bodylotion.
- U mag de laatste 1,5 uur voor de test niet meer eten (uitgezonderd het ontbijt), koffie drinken of roken.
- Span u niet zwaar in. Zorg dat u uitgerust aan het onderzoek begint.

Hoe verloopt het onderzoek?

1. Op de afgesproken tijd kunt u plaatsnemen in de wachtruimte van de fysiotherapie, waar de fysiotherapeut u ophaalt.
2. Voordat we de inspanningstest bij u afnemen, meten we uw gewicht, uw lengte en uw vetvrije massa. Ook maken we een hartfilmpje (ECG), als deze kortgeleden niet al elders is gemaakt. Dit duurt ongeveer 5 minuten. Daarna meten we uw bloeddruk en uw longfunctie.
3. Vervolgens gaat u op de fiets zitten en vragen we u uw bovenlichaam te ontbloten. Als u een bh draagt, mag u die aanhouden. De metingen worden uitgevoerd met een apparaat dat de in- en uitgeademde lucht meet. Hiervoor wordt een mondkapje om de mond geplaatst. U krijgt plakkers op het lichaam om de hartslag en het hartritme te volgen. Verder meten we uw bloeddruk met een band om de bovenarm.

- Dan mag u gaan fietsen. De eerste 3 minuten fietst u normaal. Daarna wordt het fietsen iedere minuut automatisch zwaarder. Het is alsof u tegen een helling op fietst die steeds steiler wordt. Probeer in hetzelfde tempo zo lang mogelijk door te blijven fietsen.
- U mag stoppen met fietsen als u aangeeft dat u echt niet meer verder kunt, of als wij aan uw waarden zien dat het genoeg is. Daarna fietst u nog ongeveer 3 tot 6 minuten uit.

Als u de test doet op de loopband of met de armergometer, wijkt de voorbereiding en uitvoering iets af.

Hoe lang duurt de inspanningstest?

Inclusief de voorbereiding duurt de test ongeveer een uur; 15 minuten daarvan bent u aan het fietsen.

Is de inspanningstest veilig?

De inspanningstest is een veilige test. Uw arts heeft u gescreend en u heeft vooraf een vragenlijst ingevuld. Zo sluiten we risicofactoren uit.

Wanneer krijgt u de uitslag?

Na ongeveer 7 werkdagen krijgt u de uitslag van uw arts of fysiotherapeut.

Meer informatie

Deze folder is een aanvulling op de mondelinge informatie van uw behandelaar. Heeft u nog vragen of mist u informatie? Neem dan contact op met uw behandelaar of kijk op onze website

www.libranet.nl.

Aan deze folder kunnen geen rechten worden ontleend.

Aantekeningen:

Aantekeningen:

Aantekeningen:

Libra

REVALIDATIE
AUDIOLOGIE



LIBRA REVALIDATIE

Toledolaan 2
5629 CC Eindhoven

Vogelsbleek 1
6001 BE Weert

Prof. Stoltehof 3
5022 KE Tilburg

Nieuwstraat 70
5691 AG Son

Kinder- en jongerencentrum Leijpark
Professor van Buchemlaan 20
5022 KB Tilburg

www.libranet.nl

088 313 20 00

