

## JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO PRÓBY WYSIŁKOWEJ?

**Próba wysiłkowa to badanie** elektrokardiograficzne pozwalające na ocenę wydolności fizycznej organizmu i zdiagnozowanie przyczyn dolegliwości bólowych w obrębie klatki piersiowej. Próba wysiłkowa pozwala określić, czy u danego pacjenta występuje choroba niedokrwienna serca. Pozwala też ocenić stan pacjenta, który przeżył zawał serca.

**Próba wysiłkowa to badanie** nieinwazyjne i niewymagające specjalnych przygotowań. Pacjent rozbiera się do pasa. Do jego klatki piersiowej przyczepiane są elektrody jak w zwykłym badaniu EKG. Następnie pacjent rozpoczyna ćwiczenie na bieżni lub na rowerku stacjonarnym. Podczas wysiłku fizycznego wykonywany jest zapis EKG pokazujący ewentualne nieprawidłowości w pracy mięśnia sercowego. Następnie wykonywane jest badanie EKG spoczynkowe w 1, 3, 6 i 9 minucie po tym, jak pacjent zakończy ćwiczenie na bieżni lub rowerze stacjonarnym

**Na 12 godzin przed badaniem** należy unikać wysiłku fizycznego.

**Pacjent przez 3 godziny przed badaniem** nie powinien palić papierosów, jeść, pić mocnej kawy czy herbaty. Przyjmowane leki należy przyjąć lub odstawić zgodnie z zaleceniami lekarza kierującego.

**Przed badaniem należy** zgłosić wykonującemu badanie aktualnie przyjmowane leki oraz przebyte choroby serca.

**W czasie badania należy** natychmiast zgłosić wszelkie nagłe dolegliwości (np. ból w klatce piersiowej, duszność itp.)

**Po badaniu wskazany jest** kilkunastominutowy odpoczynek w poczekalni przed gabinetem.