

تست ورزش

تست ورزش عبارت است از آزمایشی که تغییرات نهفته نوار قلب را از طریق تحمل ورزش و فعالیت بدنی شدید آشکار می کند.

کسی که دچار درد قفسه سینه می شود ممکن است نوار قلب او چیز خالی را نشان ندهد اما شک بالینی پزشک به این است که رگهای قلب او گرفتگی دارد. در این موارد با انجام تست ورزش تا حد زیادی صحت و سقم این مطالب روشن می شود.

آماده سازی بیمار:

۱) در حین ورزش بهتر است بیمار لباس و کفش راحتی بپوشید و قبل از انجام تست ورزش فعالیت فیزیکی شدید انجام ندادید.

۲) از ۳ ساعت قبل از تست، ناشتا باشید و سیگار نکشیده باشید. برای بیماران دیابتی یک ساعت ناشتا بودن قبل از انجام تست کافی است و میزان انسولین نباید تغییر کند.



۱

(قرص ایندروال و بعضی داروهای قلبی خود را قبل از انجام تست بانظرپزشک معالج قطع نمایید.

۵) موهای قفسه سینه در آقایان تراشیده شود.

۶) بهتر است چند ساعت قبل از انجام تست دوش بگیرید.

روش انجام تست ورزش:

۱) پزشک سابقه بیماری قلبی شما را بررسی می کند

۲) فشار خون و نبض و نوار قلب شما در شروع تست ورزش و سپس در مراحل بعدی بطور مکرر کنترل می شود.

۳) الکترودهای مربوط به نوار قلب بر روی سینه ی شما نصب می شود.

۴) شما بر روی دستگاهی قرار می گیرید که شبیه چرخ نقاله است و یک صفحه لاستیکی متحرک و غلتان دارد.

۵) هر ۳ دقیقه شیب نوار حدود ۲٪ و سرعت حرکت آن ۱/۲ کیلومتر افزایش می یابد.

۶) مدت زمان انجام تست ورزش ۱۲-۱۰) در صورت بروز درد قفسه سینه و تنگی نفس و سردرد و سرگیجه و یا افت فشارخون تست ورزش قطع می گردد. دقیقه است.

۷) در صورت بروز درد قفسه سینه و تنگی نفس و سردرد و سرگیجه و یا افت فشارخون تست ورزش قطع می گردد.

۲

۸) در صورتی که بیمار تحمل تست ورزش را نداشته باشد با نظر پزشک، اسکن قلب انجام شود

۳



تست ورزش و اکوکاردیوگرافی

تهیه و تنظیم: واحد آموزش به بیمار

منبع: کتاب مرجع پرستاری برونر

شماره پمفلت

CCU

2

تاریخ تدوین: زمستان ۱۴۰۴

توصیه های پزشک بعد از اکوکاردیوگرافی انجام را
به خاطر بسپارید.

در اکو کاردیوگرافی، چه چیز مشاهده می شود:

(۱) اندازه و شکل قلب

(۲) قسمت دیواره یا بخشی از قلب و عدم

کارکرد صحیح آن

(۳) مشکلات دریچه ای قلب

(۴) وجود لخته خون در قلب

توصیه:

اگر سابقه بیماری قلبی دارید، برای کم کردن هزینه
درمان و نتیجه گیری بهتر،

حتما درمورد انتخاب روشهای تشخیصی، اولویت
و ترتیب انجام آنها با پزشک متخصص قلب خود
مشورت نمایید.

اکوی قلبی چیست؟

اکوی قلبی یک روش تشخیصی است که است که برای
انجام اکو نیازی به بستری شدن بیمار در بیمارستان
وجود ندارد.

هیچگونه دردی ندارد و عمل جراحی هم نمی باشد.

اکو کاردیوگرافی تستی است که جهت کمک به
پزشک به منظور تشخیص مشکلات قلبی انجام می
شود.

موارد کاربردی اکو کاردیوگرافی:

بیمارانی که دارای صداهای غیرطبیعی قلبی هستند.

هنگامی که دچار درد قفسه سینه مکرر می شوند.

بیمارانی که دچار تب روماتیسمی هستند.

نحوه انجام اکو کاردیوگرافی:

– نحوه انجام آن مانند سونوگرافی بوده و از اشعه
ایکس استفاده نمی شود.

– در ضمن انجام اکوکاردیوگرافی پزشک به دقت،
عملکرد و ساختمان قلب شما را مورد مشاهده و بررسی
قرار می دهد.