



ESFORTZU-PROBAREN INGURUKO INFORMAZIO-ORRIA

Zertan datza proba?

Ahalegin bat egiten den bitartean bihotzaren eta tentsio arterialaren portaera aztertzean datza.

Nola prestatu behar dut probarako?

Ez da elikagai solidorik hartu behar azterketa egin aurreko 2 orduetan.

Arropa eroso (txandala edo antzekoa) eta zapatilak jantzita etorri.

Ez eman krema hidratatzailerik probaren egunean.

Non egingo didate proba?

5. solairuan, AUO Txagorritxuko A eremuan edo 3. solairuan, kardiologiako kontsultan, Kanpo Kontsultetako eraikinean.

Nola egingo didate proba?

Ohatilan etzango zaituzte, gorputza gerritik gora agerian duzula, larruazala prestatzeko, eta hori bularreko eta bizkarreko larruazalaren zati batzuk "igurtziz" egingo dizute. Ondoren, elektrodoak jarriko dizkizute, azterketa osoan zure elektrokardiogramaren (EKG) erregistroa ikusteko. Halaber, tentsio arteriala hartzeko mahuka bat ere jarriko dizute.

Proba amaierarik gabeko zinta gurpildun baten gainean ibiliz egiten da, eta eskuak bermatzekoa izango duzu. Bitartean, elektrokardiograma bat egingo dizute, egindako ahaleginari bihotzak ematen dion erantzuna uneoro ikusteko, eta, minutu gutxi batzuetan, tentsio arteriala hartuko dizute. Denbora igaro ahala, zintak abiadura eta inklinazioa handituko ditu, eta erizaintzako langileei esan beharko diezu noiz agertzen den mina edo molestia, agertzen bada; edo honako sintomak badituzu: zorabioa, taupadak, arnasa hartzeko zailtasuna edo nekea.

Sintomarik izan ez baduzu, proba eten egingo da ahalegin handiena egin duzunean.

Oxigeno-kontsumoa duten probetan, lehenik espirometria bat egingo dizute, biriketako atsedena-ahalmena balioesteko. Erizainek ahoko baten bidez arnasa nola hartu behar duzun adieraziko dizute. Ondoren, ariketan zehar maskara bat jarriko zaizu biriketako gaitasuna balioesteko.

Nahiko ohikoa da zorabio txiki bat sentitzea proba amaitzean, baina ohatilan atsedean hartzean berehala kentzen da.

Azterketaren iraupena aldakorra da, gutxi gorabehera 20-30 minutu bitartekoa.



Zer egin behar dut probaren ondoren?

Ez duzu zaintza berezirik behar.

Probaren emaitza zure historia klinikoan erantsiko dizute.