

## Inspanningsfietstest sportgeneeskunde

### Folder inspanningsfietstest sportgeneeskunde

### Inleiding inspanningsfietstest sportgeneeskunde

U heeft een afspraak op de functieafdeling voor een fiets-ergometrie. Dit onderzoek laat zien hoe uw hart reageert op maximale inspanning tijdens het fietsen. De elektrische activiteit van het hart wordt zichtbaar op een monitor. De hartfunctielaborant bekijkt dit continue. De registratie op de monitor laat bijvoorbeeld zien of er een zuurstoftekort in de hartspier is. Er is ook precies te zien bij welke inspanning het zuurstoftekort ontstaat.

Tijdens het onderzoek wordt er continu een hartfilmpje (ECG) gemaakt. Eventuele andere onregelmatigheden in de activiteit van het hart worden hierop ook waargenomen. De reactie van uw bloeddruk op de inspanning wordt gecontroleerd. Daarom wordt elke twee minuten automatisch uw bloeddruk gemeten.

Naast de gewone fiets-ergometrie, is het ook mogelijk om op de functie afdeling een VO2 Max test te doen. Daarbij wordt er dan tegelijkertijd via een soort pilotenmasker gemeten hoe de zuurstofopname via de longen is. Op deze manier kan er gekeken worden hoe de longen functioneren tijdens inspanning. Deze informatie kan voornamelijk voor (duur) sporters interessant zijn.

### Vorbereiding op de fiets-ergometrie

Om u goed voor te bereiden op het onderzoek staan hieronder wat tips:

- eet voldoende om genoeg energie voor het fietsen te hebben
- vanaf 1 uur voor het onderzoek eet u geen zware maaltijden meer
- draag makkelijke kleding. Neem eventueel een sportbroek en sportschoenen (geen clickpedalen) mee.

### Het fiets-ergometrie onderzoek

Tijdens het onderzoek fietst u op een soort hometrainer. U ontbloot uw bovenlichaam en neemt plaats op de hometrainer. De hartfunctielaborant plakt een aantal elektroden op uw borst en rug om het hartfilmpje te kunnen maken. Een elektrode is een kleine rubber dop, die vacuüm zuigt op uw huid. De elektrode is verbonden met een ECG-apparaat. Om uw bovenarm krijgt u een band om de bloeddruk te meten.

Bij een VO2 Max test krijgt u tevens een masker over uw gezicht om de zuurstof opname te meten. Daarna begint u te fietsen. U moet steeds zwaarder trappen. De hartfunctielaborant vertelt u steeds wat er gebeurt en geeft u instructies.

Het onderzoek is verder volkomen pijnloos en duurt ongeveer twintig tot dertig minuten.

### Na het onderzoek

- U kunt zich op de functieafdeling opfrissen aan de wastafel. Een handdoek en washandje liggen voor u klaar. Of u kunt zich eventueel douchen op de afdeling fysiotherapie route 108.
- Na het onderzoek kunt u uw gewone werk weer doen.

### De uitslag

U krijgt van de specialist de uitslag van het onderzoek direct na afloop van de fietstest.

### Vragen

Bij vragen kunt u contact opnemen met de afdeling Sportgeneeskunde 088 70 68 555.