

مقالات الصحة الالكترونية

عنوان المقال	تعليمات ارشادية لأداء اختبار إجهاد القلب
الكاتب	م.م. صفد رياض عصام

إن هذا الاختبار يسمى أيضاً باختبار التمرينات أو اختبار القلب أو اختبار المجهود القلبي. إذ يقيس هذا الاختبار أداء القلب تحت مجموعة من الضغوط كما يوضح الانسداد الذي قد يوجد في الأوعية الدموية خلال الاختبار سيتم تقديم الدواء للمريض أو سيطلب منه تأدية بعض التمرينات على جهاز المشي المتحرك أو على دراجة التمرينات. ويبدأ الاختبار بتحديد الموعد من قبل الطبيب لإجراء الاختبار بواسطة الدواء والتمرينات.

التعليمات الارشادية:

(1) احرص على الوصول في التوقيت المحدد لإجراء الاختبار

رتب جدول مواعيدك مع العلم أنك ستستغرق مدة ساعتين تقريباً في المستشفى ويستغرق أداء الاختبار ساعة واحدة تقريباً.

(2) أحضر تجهيزاتك معك

لأداء الاختبار يتوجب عليك إحضار أحذية المشي المخصصة وملابس فضفاضة حتى يمكنك التحرك بسهولة، كما يمكنك ارتداء الرداء الخاص بالمستشفى.

(3) التغذية والتروية

لا تأكل الأطعمة الجافة لمدة أربع ساعات قبل إجراء الاختبار ويمكنك شرب الماء، ولكن لا تشرب السوائل التي تحتوي على مادة الكافيم. (توجد مادة الكافين في القهوة العادية والقهوة منزوعة الكافين كما توجد في الشاي والشوكولاتة والمرطبات).

(4) التدخين

لا تدخن أو تستخدم التبغ قبل إجراء الاختبار بمدة أربع ساعات على الأقل، فمن الممكن أن يؤثر التدخين على نتائج الاختبار.

(5) الأدوية

احضر قائمة بالأدوية التي تتناولها وتأكد من أن هذه القائمة تضم جميع الوصفات الطبية والأدوية والفيتامينات والأعشاب الطبية التي تتناولها واسأل الطبيب عما إذا كان ينبغي تناول أي من الأدوية الخاصة بك صبيحة اليوم المحدد لإجراء الاختبار، مع مراعاة تناول الأدوية برشفات من الماء فقط.

يمكن استخدام أقراص أو بخاخة "نتروجلسرين" – عند الحاجة – لتخفيف ألم الصدر.

(6) أثناء الاختبار

- سيطلب منك تغيير ملابسك وارتداء ملابس التمرينات أو رداء المستشفى .
- توضع المجسات الصغيرة على صدرك لقياس معدل نبضات القلب .وبالنسبة للرجال، قد يلزم حلق شعر الصدر.
- يتم لف رباط ضغط الدم على ذراعك .ويتم قياس ضغط الدم ومعدل نبضات القلب .
- أخبر فريق الأطباء على الفور إذا أنت تعاني من أي صعوبة في التنفس أو ألم في الصدر.

(7) إجراء الاختبار:

لإجراء اختبار إجهاد القلب بواسطة الدواء:

- يتم تعليق حقنة وريدية في ذراعك.
- يتم حقن الدواء الذي يضغط على قلبك من خلال هذه الحقنة .
- عند الوصول إلى معدل معين لنبضات القلب، ينتهي الاختبار.

لإجراء اختبار القلب مع المجهود بواسطة التمرينات:

- أداء تمرين المشي على جهاز المشي أو ركوب دراجة التمرينات.
- تشد صعوبة الاختبار بصورة تدريجية بعد عدد من الدقائق.
- عند التعب الشديد أو وصول القلب إلى معدل معين من النبضات، ينتهي الاختبار.

(8) ما بعد الفحص

- سيطلب منك الجلوس والاستراحة لدقائق .
- عند العودة إلى المنزل، سوف تعود إلى نشاطك العادي .
- سوف يتم إرسال نتائج الفحص إلى طبيبك .وسوف يناقش الطبيب هذه النتائج معك.

تحدث إلى الطبيب أو الممرضة إذا ساورتك أية مخاوف أو كانت لديك أية أسئلة

المصادر :

International Guide Developed through a partnership of Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at: www.healthinfotranslations.com.