



ESFORTZU - PROBA PRUEBA DE ESFUERZO

Zer da proba hau?

Proba honen helburua da bihotza nola dabilen eta arteria-tentsioa nola dagoen jakitea; horretarako, esfortzu bat eginarazi, eta azterketak egiten dira.

Zer egin behar dut probaren aurretik?

Ez duzu jaki solidorik hartu behar azterketaren aurreko 2 orduetan.

Arropa erosoak ekarri (txandala edo antzekoak), eta galtzerdiak.

Medikuari jakinarazi behar diozu zein medikamentu hartzen ari zaren.

Non egingo didate proba?

Kardiologia-kontsultan, 1. Solairuan, ospitale zaharrean.

Nola egingo didate proba?

Ohatila batean etzanda, eta biluzik gerritik gora, indarrez *igurtzi* beharko da larruazala sorbalda eta bularreko zenbait ingurune *prestatzeko*. Gero, toki zehatz horietan, kableak dituzten eranskin batzuk jarriko dizkizute.

Heldulekua daukan zinta jarrai baten gainean ibili beharko duzu. Bitartean, zure bihotzak esfortzuari nola erantzuten dion ikusteko elektrokardiograma bat egingo dizute.

Apurka-apurka, zintaren inklinazioa eta abiada areagotu egingo dira. Medikuari esan beharko diozu mina edo molestia noiz agertzen diren, agertuz gero betiere, edota zorabio, palpitazio, arnasestu edo nekerik sentitzen ote duzun.

Proba geldituko da medikuak nahikotzat jo edo pazientea gaizki sentitzen denean. Ondorengo minutuetan, ohatilan deskantsatzen duzun bitartean, elektrokardiograma eta tentsio arteriala erregistratzen segituko da.

Nahiko normala da proba bukatutakoan zorabio txiki bat sentitzea, baina ohatilan atseden hartu ondoren desagertzen da.

Zer egin behar dut probaren ondoren?

Ez da zainketa berezirik behar.

¿En qué consiste la prueba?

Consiste en estudiar el comportamiento del corazón y de la tensión arterial mientras se realiza un esfuerzo.

¿Cómo debo prepararme para la prueba?

No se deben ingerir alimentos sólidos en las 2 horas previas al estudio.

Venga preparado con ropa cómoda (chandal o similar) y calcetines.

Deberá comunicarle al médico la medicación que esté tomando en ese momento.

¿Dónde me realizarán la prueba?

En la consulta de cardiología, piso 1º Hospital viejo.

¿Cómo me realizarán la prueba?

Tendrá que desnudarse de cintura para arriba, echarse en la camilla para preparar la piel "frotando" con cierta intensidad algunas zonas de piel del pecho y espalda. Luego se le pondrán unas pegatinas con cables en puntos concretos del pecho.

La prueba se realiza caminando sobre una cinta rodante sin fin, con un apoyamanos, mientras se le realiza un electrocardiograma que permite ver en todo momento la respuesta de su corazón al esfuerzo realizado.

La cinta irá aumentando su velocidad y su inclinación a medida que pase el tiempo, debiendo decirle al médico en qué momento aparece el dolor o la molestia, si es que aparece, o si presenta mareo, palpitación, dificultad respiratoria o cansancio.

La prueba se detendrá cuando el médico lo juzgue oportuno o cuando el paciente se sienta mal, tras lo cual se le seguirá registrando el electrocardiograma y la tensión arterial, durante unos minutos más mientras descansa en la camilla.

Es relativamente frecuente sentir un ligero mareo justo al finalizar la prueba, que desaparece inmediatamente al reposar en la camilla.

¿Qué debo hacer después de la prueba?

No requiere ningún cuidado especial.