

Inleiding

Zes minuten looptest



Binnenkort komt u naar het ziekenhuis voor een zes minuten looptest. Hier krijgt u meer informatie over de voorbereiding op de looptest en wordt in een animatie uitleg gegeven over het verloop van de looptest.

Vorbereiding

Regels voor het onderzoek



Op de dag van het onderzoek moet u zich houden aan de volgende regels:

- Minimaal 4 uur voor het onderzoek mag u niet roken.
- Minimaal 12 uur voor het onderzoek mag u geen alcohol gebruiken.
- Het is verstandig om tot 30 minuten voor het onderzoek niet te sporten of andere zware lichamelijke inspanning te verrichten.
- U mag gewoon eten, maar het is verstandig om geen zware maaltijd te eten.
- U mag uw eigen medicatie gewoon blijven gebruiken.

Wat neemt u mee?



- Een geldig legitimatiebewijs (identiteitskaart, rijbewijs, paspoort).
- Een lijstje met de medicijnen die u gebruikt. Dit wordt een AMO (Actueel Medicatie Overzicht) genoemd.

Neem goede schoenen mee



Neem schoenen mee waar u goed op kunt lopen.

Overige hulpmiddelen



Gebruikt u bijvoorbeeld een rollator of wandelstok? Neem deze dan mee naar het ziekenhuis.

Rolstoel



Patiënten die zich maar beperkt kunnen inspannen, kunnen bijvoorbeeld met een rolstoel naar het parcours gebracht worden.

Looptest

Zes minuten looptest

Video voice-over

Om uw conditie te onderzoeken kan uw zorgverlener de zes minuten looptest voorstellen. Tijdens deze looptest kijkt de zorgverlener hoe ver u kunt lopen in zes minuten. Zo wordt uw conditie onderzocht.

De looptest wordt gedaan op een vaste plek in het ziekenhuis. Voordat de test begint, krijgt u een sensor op uw vinger om uw hartslag en het zuurstofgehalte in uw bloed te meten. Vervolgens start het onderzoek en gaat u op een parcours zes minuten lopen. U bepaalt zelf uw tempo. Als u buiten adem raakt, mag u het wat langzamer aan doen. Nadat u zes minuten heeft gelopen, geeft de

zorgverlener u een seintje dat het onderzoek klaar is. Het zuurstofgehalte in uw bloed en uw hartslag worden opnieuw gemeten.

De zorgverlener meet de afstand die u in zes minuten heeft gelopen. Meestal doet u deze test voor en na een behandeling. Daardoor kan de zorgverlener het effect van de behandeling op uw conditie meten.

Het onderzoek duurt ongeveer 20 tot 30 minuten



Het onderzoek inclusief voorbereiding duurt ongeveer 20 tot 30 minuten.

Na het onderzoek

De uitslag van het onderzoek



De uitslag van het onderzoek krijgt u van uw zorgverlener. Het verwerken van de meetresultaten duurt meestal een aantal dagen.