



Cykeltest

Du skal lave en cykeltest – også kaldet en 'symptomlimeret arbejdstest'.

En cykeltest er en fysisk test på en motionscykel, som giver os en status på din aktuelle kondition og fysiske tilstand.

SÅDAN FOREGÅR UNDERSØGELSEN

Når du møder i ambulatoriet, bliver du modtaget af en sygeplejerske, der vil være til stede under hele undersøgelsen.

Sygeplejersken måler din puls og blodtryk, og sætter EKG-elektroder på din overkrop. Mænd cykler med bar overkrop, mens kvinder cykler med bh eller skjorte.

Selve undersøgelsen består i, at du skal cykle på en kondicykel så længe som muligt (7-15 minutter), samtidig med at belastningen gradvist øges. Det vil føles som at cykle op ad bakke. Målet er, at du cykler, så længe du kan.

Når du er færdig med at cykle, skal du blive siddende på kondicyklen i nogle minutter, indtil din puls og dit blodtryk er normalt.

Den samlede undersøgelse, inklusive forberedelse, varer cirka 45 minutter. Du må tage hjem, når du er kommet dig efter anstrengelsen.

SÅDAN FORBEREDER DU DIG

Undlad store måltider og rygning før testen

For at du kan præstere maksimalt uden at blive utilpas, anbefaler vi, at du ikke spiser større måltider eller ryger fra 2 timer før cykeltesten.

Tag tøj på, der er nemt at cykle i

Tag praktiske sko på, som er velegnede til at cykle i. Desuden let og løst tøj, fx fritidstøj. Kvinder skal køre med bh.

Undlad at smøre creme på overkroppen

Undlad at smøre creme på overkroppen før undersøgelsen, da det gør det svært at få EKG-elektroderne til at sidde fast på din hud.

Tag eventuelt en pårørende med

Det er en god idé at tage en pårørende med. Din pårørende kan ikke være til stede under selve undersøgelsen, men må gerne være der før og efter.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



Kontakt

Hjertemedicinsk Afsnit

Tlf. 97 64 08 39

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 7.00 – 19.00