



การทดสอบสมรรถภาพหัวใจ ด้วยการออกกำลังกาย (Exercise stress test:EST)



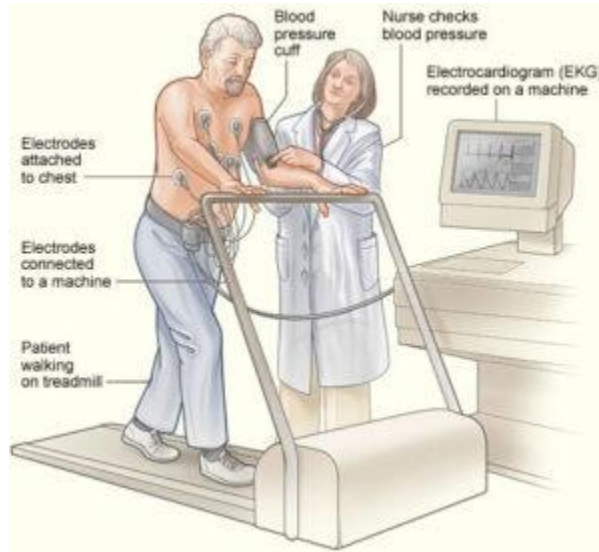
นายแพทย์ นิธิภัทร์ กตัญญกุล
นายแพทย์ อภิสสิทธิ์ สี่ดำรงวัฒนากุล
นายแพทย์ สุวิทย์ คลังเปรมจิตต์
แพทย์หญิง พิชญ์ธินันท์ จิรัชยโชติ
แพทย์หญิง แพรวโพยม อังศุสิงห์
นายแพทย์ ประเวศ รุ่งจรัส โสภา

ศูนย์โรคหัวใจและหลอดเลือด กลุ่มงานอายุรกรรม โรงพยาบาลพระนั่งเกล้า

การทดสอบสมรรถภาพหัวใจด้วยการออกกำลังกาย

(Exercise stress test:EST)

เป็นการตรวจสอบสมรรถภาพของหัวใจ โดยให้ผู้ป่วยออกกำลังกายด้วยการเดินบน สายพานเลื่อน เพื่อทดสอบว่าเมื่อหัวใจทำงานหนักขึ้น และกล้ามเนื้อหัวใจมีความ ต้องการใช้ออกซิเจนจากเลือดเพิ่มมากขึ้น จะเกิดภาวะหัวใจขาดเลือดขึ้นหรือไม่ โดยดู จากคลื่นไฟฟ้าหัวใจที่เปลี่ยนแปลง และการเกิดอาการเจ็บแน่นหน้าอก หรือเหนื่อย รวมทั้งระดับความดันโลหิตที่เปลี่ยนแปลงไปด้วย



การเตรียมตัวก่อนตรวจ

1. พักผ่อนให้เพียงพอ
2. งดสูบบุหรี่ งดรับประทานอาหารมื้อหนัก ห้ามดื่มชา กาแฟก่อนการทดสอบ อย่างน้อย 4 ชั่วโมง
3. งดยาบางตัวที่แพทย์สั่งก่อนการตรวจ
4. เตรียมรองเท้าผ้าใบ หรือรองเท้าที่เหมาะสมกับการวิ่ง

วิธีการและขั้นตอนการทดสอบ

1. ยื่นใบนัดที่ศูนย์โรคหัวใจ และหลอดเลือด ก่อนเวลานัด 30 นาที
2. ชักประวัติและวัดสัญญาณชีพ
3. เปลี่ยนเสื้อผ้าที่ทางโรงพยาบาลจัดไว้ให้
4. เจ้าหน้าที่จะติดแผ่นขั้วไฟฟ้าไว้บริเวณหน้าอก เพื่อดูอัตราการเต้นของหัวใจ พร้อมทั้งสายวัดความดันโลหิต

5. เจ้าหน้าที่จะแนะนำวิธีการทดสอบ และข้อควรระวัง
6. ผู้รับการทดสอบต้องเดินบนสายพาน โดยสายพานจะเริ่มจากช้า ๆ และเพิ่มความเร็ว และความชันของเครื่องเป็นระยะ ๆ ตามโปรแกรมที่ เหมาะสมกับสภาพของผู้ทดสอบ
7. ถ้าวิ่งไม่ไหว หรือมีอาการให้รีบแจ้งแพทย์ และห้ามหยุดวิ่งเองโดยเด็ดขาด
8. ผู้ทดสอบจะพักจนคลื่นไฟฟ้ากลับมาระดับปกติ เมื่อเสร็จสิ้นการทดสอบ สามารถทราบผลการทดสอบได้ทันที

ข้อควรระวังขณะตรวจ และหลังตรวจ

ถ้ามีความรู้สึกผิดปกติดังต่อไปนี้ ควรแจ้งแพทย์ทราบทันที

- มึนงง เวียนศีรษะ รู้สึกเหนื่อยมากกว่าระดับปกติ หายใจไม่ออก - รู้สึกอึดอัดบริเวณหน้าอก แขนหรือขากรรไกรปวดหรือเป็นตะคริวที่ขา
- ห้ามหยุดเดินเองจนกว่าเจ้าหน้าที่จะบอกให้หยุด

วันเวลาทำการ ศูนย์หัวใจและหลอดเลือด ตึก 4 (อาคารจินตามณี) ชั้น 3 เปิดทำการทุกวันจันทร์ - ศุกร์ เวลา 08.00 – 16.00 น

ติดต่อสอบถาม เบอร์โทรศัพท์ : 02-5284567 ต่อ 41306 - 41307

(ในเวลาราชการ)