



# Inspanningstest (fietstest)

Uw behandelend arts heeft de inspanningstest (fietstest) voor u aangevraagd. Deze test geeft informatie over uw inspanningsmogelijkheden, uw bloeddruk en uw hartritme tijdens inspanning en over mogelijk zuurstoftekort in de hartspier.

## Afspraken

De afspraak voor deze dag wordt door de polikliniek assistente met u gemaakt.

Dag \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_

Tijd \_\_\_\_\_

Op de dag van de afspraak meldt u zich op de afgesproken tijd bij:

- polikliniek cardiologie Hoofddorp, volg route F1
- polikliniek cardiologie Haarlem Zuid, 1e etage
- polikliniek cardiologie Haarlem Noord, 1e etage

## Vorbereiding

- Omdat u gaat fietsen op een hometrainer, raden we u aan gemakkelijk zittende kleding en goede schoenen te dragen.
- U mag op de dag van het onderzoek geen bodylotion op uw romp gebruiken. De stickers op uw romp voor een hartfilmpje (ECG) blijven dan beter zitten.
- U gebruikt uw medicijnen zoals u dat gewend bent. Behalve wanneer uw cardioloog u anders heeft geadviseerd.

- Neem ook uw eventuele leesbril mee.
- We adviseren u om voor de test normaal te eten en drinken. Ook als u nuchter bent in verband met bloedafname is het verstandig dat u daarna iets eet voordat u aan de test begint.

## Het onderzoek

Het onderzoek wordt gedaan door een hartfunctielaborant of verpleegkundige. U maakt uw bovenlichaam bloot en neemt plaats op de hometrainer. Er worden stickers voor een hartfilmpje (ECG) opgeplakt. Ook krijgt u voor de meting van uw bloeddruk een band om uw arm. Tijdens de fietstest wordt de weerstand van de fiets iedere minuut verhoogd. Hierdoor neemt de mate van inspanning geleidelijk aan toe. Tijdens deze test worden uw bloeddruk, hartritme en ECG gecontroleerd en wordt onderzocht hoe u zich kunt inspannen.

Voor deze inspanning bestaan afhankelijk van uw leeftijd, geslacht, lengte en gewicht standaard waarden. Het is belangrijk dat u probeert een zo goed mogelijke inspanning te leveren. Ook moet u tijdens de test meteen melden als u klachten krijgt. Dit geldt vooral voor pijn of beklemming op de borst, kaken of rug, kortademigheid of duizeligheid. Ook moet u aangeven als u niet verder meer kunt. Het onderzoek kan door de laborante gestopt worden als zij dit op grond van uw hartritme, bloeddruk of ECG nodig vindt.

Na afloop van de test fietst u nog ongeveer 5 minuten uit. Daarna rust u enkele minuten waarbij uw bloeddruk, pols en ECG worden gecontroleerd. Het hele onderzoek duurt ongeveer een half uur.

## Na het onderzoek

Na de test kunt u zich oprispen. Er liggen handdoeken en washandjes klaar. U mag hierna naar huis, behalve als de test aanleiding geeft tot nader overleg met de cardioloog. Als u na afloop van het onderzoek nog een afspraak met uw cardioloog heeft, meldt u zich dan bij de balie van de polikliniek cardiologie.

## Vragen

Deze folder is een aanvulling op de informatie die u hebt gekregen van uw cardioloog. Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, stel ze dan gerust. U kunt de polikliniek cardiologie bellen van maandag t/m vrijdag tussen 8.30 -16.30 uur. Kunt u niet komen? Wilt u dit dan zo spoedig mogelijk laten weten.

Polikliniek cardiologie: (023) 224 0010.

## Waar zijn we te vinden?

### Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22  
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

### Haarlem Noord

Vondelweg 999  
2026 BW Haarlem

[www.spaarnegasthuis.nl](http://www.spaarnegasthuis.nl)

### Hoofddorp

Spaarnepoort 1  
2134 TM Hoofddorp

[info@spaarnegasthuis.nl](mailto:info@spaarnegasthuis.nl)