



بیمارستان فوق تخصصی قلب شفا گلستان

« توصیه های لازم قبل از انجام تست ورزش »

- ۱- شب قبل از تست ورزش استحمام نمایید و استراحت کامل داشته باشید.
- ۲- در مورد استفاده از دارو با پزشک معالج مشورت نمایید .

ضمناً از مصرف داروهای زیر ۲۴ - ۴۸ ساعت قبل از انجام تست با نظر پزشک معالج خودداری شود .
متورال - آنتولول - نیتروگانتین - دیلتیازم - دیگوکسین - وراپامیل
ایزوسورباید - آملودیپین - پروپرانول (ایندرال)

- ۳- روز تست ورزش غذای سبک میل نمایید و از ۲ ساعت قبل چیزی میل ننمایید .
- ۴- از ۶ ساعت قبل سیگار نکشید .
- ۵- لباس راحت و جلو باز (پیراهن مردانه) و حوله همراه داشته باشید .
- ۶- خانمها زینت آلات همراه نداشته باشند .
- ۷- آقایان موهای سینه خود را به صورت کامل بتراشند .
- ۸- در صورت سرماخوردگی یا عفونت گلو یا دیسک کمر و عدم توانایی در راه رفتن قبل از تست ورزش اطلاع داده شود .
- ۹- آخرین نوار قلبی را همراه داشته باشید .
- ۱۰- اگر در حین انجام تست هر گونه حالت غیر عادی داشتید ، اطلاع دهید .
(مثلاً درد قفسه سینه ، سرگیجه ، تنگی نفس ، تاری دید)
- ۱۱- لطفاً رأس ساعت نوبت خود در مرکز حاضر شوید در غیر اینصورت نوبت شما لغو خواهد شد .
- ۱۲- مدارک قلبی و آخرین نوار قلب و کپی صفحه اول دفترچه را به همراه داشته باشید .
- ۱۳- بیمار زمان مراجعه همراه داشته باشد .

زمان : تاریخ : / / ۱۳ ساعت

واحد درمانگاه بیمارستان فوق تخصصی قلب شفا

داخلی ۲۶۵ ۳۲۳۳۰۹۳۰ - ۴