



6-minuten wandeltest

Longfunctie-onderzoek



Binnenkort heeft u een afspraak voor een 6-minuten wandeltest. We hebben informatie over de test voor u op een rij gezet, zodat u weet wat u kunt verwachten en u zich goed kunt voorbereiden.

Voorbereiding

Het is belangrijk dat u rustig en ontspannen aan de wandeltest begint.

- Probeert u voorafgaand aan de test geen zware lichamelijke inspanning te leveren.
- Voorafgaand aan de test mag u gewoon eten en drinken.
- Uw medicatie mag u volgens voorschrift gebruiken.
- Trek kleding aan waarin u zich goed kunt bewegen.
- Draag schoenen die niet glad zijn en waarop u gemakkelijk loopt.
- Als u gewend bent om bij het lopen een wandelstok of rollator te gebruiken, dan mag u dat bij deze test ook doen. Op de longfunctieafdeling is een rollator beschikbaar.
- Als u thuis zuurstof gebruikt, mag u dat bij deze test ook gebruiken, tenzij de longarts iets anders met u heeft afgesproken. Als uw zuurstoffles onverhoopt leegraakt, kunt u de zuurstoffles van de longfunctieafdeling gebruiken.

Wij vragen u om 15 minuten voor het onderzoek aanwezig te zijn.

Verhinderd?

Bent u verhinderd? Meldt u dit dan zo spoedig mogelijk telefonisch aan de polikliniek longgeneeskunde. U kunt meteen een nieuwe afspraak maken.

Over de test

Wat we gaan doen

Met de 6-minuten wandeltest kijken we tot welke lichamelijke inspanning u in staat bent. Tijdens het onderzoek vragen we u om in 6 minuten tijd zo ver mogelijk te wandelen. Daarbij meten we uw hartslag en het zuurstofgehalte in uw bloed.



Verloop van de test

De longfunctieanalist die het onderzoek uitvoert, legt uit wat er gaat gebeuren en wat we van u verwachten.

- Bij binnenkomst vragen we u uw handen te desinfecteren met handalcohol.
- U wordt gewogen en als uw lengte bij ons niet bekend is, meten we hoe lang u bent
- We vragen welke medicijnen u gebruikt voor uw longen.
- We meten uw bloeddruk.
- We plakken een sensor op uw voorhoofd. Deze sensor meet tijdens de hele wandeltest het zuurstofgehalte en uw hartslag.
- U start de wandeltest en loopt 6 minuten heen en weer in een gang. Het is de bedoeling dat u in deze tijd een zo groot mogelijke afstand aflegt. U mag niet rennen of joggen. Als u buiten adem raakt, of uitgeput, mag u langzamer wandelen of even stoppen en staand uitrusten. We kunnen de wandeltest eerder stoppen als u klachten krijgt of als het zuurstofgehalte onder een bepaalde waarde zakt.
- Na 6 minuten wandelen is de test afgelopen.
- We vragen u opnieuw om uw kortademigheid en vermoeidheid aan te geven.
- We meten nogmaals uw bloeddruk.

Het onderzoek duurt in totaal ongeveer 30 minuten.

De uitslag

Tijdens uw eerstvolgende bezoek aan de polikliniek bespreekt uw behandelend arts de uitslag van het onderzoek met u.

Vragen kunt u stellen aan uw behandelend arts.

Contact

Polikliniek longgeneeskunde en poli longfunctie: (010) 704 05 62.
Bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8.00 - 16.30 uur,
e-mail: poli.longziekten@erasmusmc.nl



