

## Informatie over:

# 6-minuten looptest

Uw specialist heeft één of meer onderzoeken op de afdeling Longfunctie voor u aangevraagd. In deze folder kunt u de belangrijkste zaken nog eens rustig nalezen. Het is goed daarbij te bedenken dat het gaat om algemene informatie. Omstandigheden en ervaringen kunnen van patiënt tot patiënt verschillen. We vertellen u aan welke zaken u moet denken, hoe u zich voorbereidt op het onderzoek en wat het onderzoek inhoudt.

### Het onderzoek

Door middel van de 6-minuten looptest kan er gekeken worden naar uw inspanningsvermogen. U wordt gevraagd 6 minuten stevig, maar wel in uw eigen tempo heen en weer te lopen in de gang. Het is niet de bedoeling om te gaan rennen. Het aantal meters dat u loopt in die 6 minuten wordt opgenomen. Verder worden uw hartslag en de zuurstofverzadiging in uw bloed gemeten met behulp van een metertje op uw vinger. Ook wordt u regelmatig gevraagd hoe het gaat met de kortademigheid en of u vermoeid bent. Indien u loopt met een rollator, een kruk of een stok, of wanneer u zuurstof uit een fles gebruikt, mag u die gedurende de test ook gebruiken. Tijdens het onderzoek vertelt de longfunctieanalist u stap voor stap wat er gaat gebeuren en wat hij/zij van u verwacht.

### Vorbereiding op het onderzoek

- U mag gewoon eten en drinken voor het onderzoek.
- Het is belangrijk dat u rustig en ontspannen aan het onderzoek begint. Komt u daarom op tijd, zodat u even kunt bijkomen in de wachtruimte.
- Draag comfortabel schoeisel waar u goed op kunt lopen.
- U mag zich voorafgaand aan het onderzoek niet fors inspannen.
- U mag eventuele medicijnen voor de longen gewoon blijven gebruiken, evenals alle andere medicijnen!
- Een uur voor de test niet roken.
- Vier uur voor de test geen alcohol gebruiken.
- 30 minuten voor de test geen zware lichamelijke inspanning.
- Twee uur voor de test geen zware maaltijd.
- Draag geen knellende kleding.
- Een longfunctieonderzoek is niet pijnlijk, maar wordt soms wel als belastend ervaren. Ziet u ergens tegen op, ervaart u tijdens het onderzoek pijn of ongemak of heeft u vragen, geeft u dit dan aan bij de longfunctieanalist die het onderzoek uitvoert. De longfunctieanalist zal u tijdens het onderzoek zo goed mogelijk coachen om zo eruit te halen wat voor u maximaal is.

### Begeleider/kinderen meenemen

U kunt, wanneer u dit prettig vindt, iemand meenemen naar het ziekenhuis. Deze persoon mag niet aanwezig zijn bij het onderzoek. Hij/zij kan wachten in de wachtruimte. Ook kinderen mogen niet bij het onderzoek aanwezig zijn. Wij adviseren u om kinderen thuis te laten, tenzij u begeleiding hebt.

### De uitslag

De uitslag van het onderzoek krijgt u van uw specialist. U krijgt een afspraak voor dit gesprek. De specialist bespreekt met u het vervolg.

Informatie over:

# 6-minuten looptest

## **Waar meldt u zich?**

De afdeling Longfunctie bevindt zich bij de polikliniek Longziekten (B25). U kunt zich melden bij de receptie van de polikliniek Longziekten.

## **Contact**

Heeft u nog vragen of wilt u graag nog wat specifiekere informatie, neemt u dan contact op met de polikliniek Longziekten via 020-755 7031.