

Thử Nghiệm Tim Gắng Sức

Stress Test of the Heart

A stress test is also called an exercise, heart or cardiac stress test. This test checks how your heart works under stress and can show if there is blockage in your blood vessels.

You will either be given medicine, or you will exercise on a treadmill or an exercise bike.

Your doctor has scheduled you for a stress test with:

- Medicine
- Exercise

Arrive on time for your test. The test takes about 1 hour. Plan on being here about 2 hours.

To Prepare

- For the stress test with exercise, bring walking shoes and loose-fitting clothing so you can move easily. You can wear a hospital gown.
- Do not eat solid foods for 4 hours before your test.
- You may drink water, but do not drink liquids with caffeine. Caffeine is in regular and decaf coffee, tea, chocolate and soft drinks.
- If you are to take your medicines the morning of the test, take them with sips of water only.
- Do not smoke or use tobacco for at least 4 hours before your test. Smoking can affect your test results.
- Nitroglycerin tablets or spray may be used for chest pain as needed.

Thử nghiệm gắng sức còn gọi là thử nghiệm tập thể dục, tim hay tim gắng sức. Thử nghiệm này để xem tim của quý vị làm việc ra sao khi phải hoạt động nhiều và xem các mạch máu có bị nghẽn hay không. Quý vị sẽ được cho thuốc, hay sẽ tập trên máy chạy bộ hoặc chạy xe đạp tại chỗ.

Bác sĩ đã ấn định quý vị làm thử nghiệm gắng sức bằng:

- Thuốc
- Tập thể dục

Đến đúng giờ để làm thử nghiệm. Thử nghiệm mất khoảng 1 giờ. Nên hoạch định cho thời gian ở đây khoảng 2 giờ.

Chuẩn bị

- Đối với thử nghiệm gắng sức bằng tập thể dục, mang giày đi bộ và mặc quần áo rộng rãi để quý vị có thể cử động dễ dàng. Quý vị có thể mặc áo choàng của bệnh viện.
- Không ăn thức ăn đặc trong 4 giờ trước khi làm thử nghiệm.
- Quý vị có thể uống nước, nhưng không dùng chất lỏng có caffein. Có chất caffein trong cà phê bình thường và cà phê không có caffein, trà, sô cô la, và nước ngọt sô đa.
- Nếu quý vị có dùng thuốc vào buổi sáng ngày làm thử nghiệm, chỉ nên dùng với vài hớp nước thôi.
- Không hút hay dùng thuốc lá trong ít nhất 4 giờ trước khi làm thử nghiệm. Hút thuốc có thể ảnh hưởng đến kết quả thử nghiệm.
- Có thể dùng viên hay chai xịt nitroglycerin để trị đau ngực khi cần thiết.

- Bring a list of your medicines. Be sure to include any prescriptions and over-the-counter medicines, vitamins and herbs you take.

During the Test

- You are asked to change into your exercise clothes or a hospital gown.
- Small pads are put on your chest to check your heart rate. For men, chest hair may need to be shaved.
- A blood pressure cuff is put on your arm. Your blood pressure and heart rate are checked often.
- **Tell the staff right away** if you have any shortness of breath or chest pain.

☐ For a Stress Test with Medicine:

- An IV (intravenous) is put in a vein in your arm.
- The medicine that stresses your heart is put into your IV.
- When a certain heart rate is reached, the test ends.

☐ For a Stress Test with Exercise:

- You exercise by walking on a treadmill or riding an exercise bike.
- The exercise gets harder every few minutes.
- When you are too tired or a certain heart rate is reached, the test ends.

- Mang theo danh sách các loại thuốc của quý vị. Nhớ đem bất cứ toa thuốc và thuốc bán tự do, sinh tố và dược thảo nào mà quý vị dùng.

Trong lúc thử nghiệm

- Quý vị phải thay đồ tập thể dục hay áo choàng bệnh viện.
- Nhân viên sẽ đặt những miếng dán nhỏ lên ngực của quý vị để kiểm tra nhịp tim. Đối với đàn ông, có thể cần phải cạo lông ngực.
- Đeo dải quấn đo huyết áp lên cánh tay của quý vị. Nhịp tim và huyết áp của quý vị được kiểm tra thường xuyên.
- **Nói cho nhân viên biết ngay** nếu quý vị thở hổn hển hay đau ngực.

☐ Đối với thử nghiệm gắng sức bằng thuốc:

- Truyền nước biển vào tĩnh mạch nơi cánh tay của quý vị.
- Thuốc ép tim được truyền qua tĩnh mạch.
- Khi đạt tới nhịp tim nào đó, thử nghiệm kết thúc.

☐ Đối với thử nghiệm gắng sức bằng tập thể dục:

- Quý vị tập thể dục bằng cách đi bộ trên máy chạy bộ hay chạy xe đạp tại chỗ.
- Tập căng hơn mỗi vài phút.
- Khi quý vị quá mệt hay đạt đến nhịp tim nào đó, thử nghiệm kết thúc.

After the Test

- You are asked to sit and rest a few minutes.
- When you go home, you may return to your normal activity.
- Test results are sent to your doctor. Your doctor will share the results with you.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

Sau thử nghiệm

- Quý vị cần ngồi xuống và nghỉ ngơi trong vài phút.
- Khi về nhà, quý vị có thể hoạt động bình thường trở lại.
- Kết quả thử nghiệm được gửi tới cho bác sĩ của quý vị. Bác sĩ sẽ cho quý vị biết kết quả

Bàn với bác sĩ hay y tá nếu quý vị có bất cứ thắc mắc hay lo lắng nào.