

როდის უნდა მიმართოთ ექიმს?

1. გართულებები ტესტის დროს

• თუ სტრეს ტესტის დროს ან მის შემდეგ იგრძნობთ ძლიერ ტკივილს გულში, გართულებულ სუნთქვას ან სხვა სერიოზულ სიმპტომებს, აუცილებლად მიმართეთ ექიმს. ეს შესაძლოა მიუთითებდეს გულის მდგომარეობის გართულებაზე, რომელიც საჭიროებს დაუყოვნებლივ ყურადღებას.

2. ტესტის რეგულარობა

• თქვენი ჯანმრთელობის მდგომარეობიდან გამომდინარე, ექიმმა შეიძლება გირჩიოს სტრეს ტესტის რეგულარულად ჩატარება, განსაკუთრებით თუ გაქვთ გულის დაავადებების ისტორია ან სხვა კარდიოვასკულარული პრობლემები.

დასკვნა

გულის სტრეს ტესტი არის მნიშვნელოვანი პროცედურა, რომელიც ეხმარება გულის დაავადებების გამოვლენას და მართვას. ეს ტესტი ექიმს აძლევს დეტალურ ინფორმაციას თქვენი გულის მუშაობის შესახებ და დაგეხმარებათ ჯანმრთელობის უკეთეს მართვაში. თუ გაქვთ რაიმე შეკითხვა ან შეშფოთება სტრეს ტესტთან დაკავშირებით, მიმართეთ თქვენს ექიმს.

მნიშვნელოვანი შენიშვნა: ამ მასალაში მოცემული ინფორმაცია არის საგანმანათლებლო მიზნებისთვის და არ ცვლის პროფესიულ სამედიცინო რჩევას.

პროფესორი გიორგი ფხაკაძე, საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ინსტიტუტი, საქართველოს პაციენტთა საბჭოს ინიციატივა. "გულის სტრეს ტესტი: გულ-სისხლძარღვთა ჯანმრთელობის დიაგნოსტიკა (კარდიოლოგია)". თბილისი: საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ინსტიტუტი; 2024. 4 p. (PHIG-004)



შენიკიმი



გულის სტრეს ტესტი: გულ-სისხლძარღვთა ჯანმრთელობის დიაგნოსტიკა (კარდიოლოგია)

საინფორმაციო ბუკლეტი



გულის სტრეს ტესტი: გულ-სისხლძარღვთა ჯანმრთელობის დიაგნოსტიკა – საინფორმაციო ბუკლეტი (კარდიოლოგია)

გულის სტრეს ტესტი არის მნიშვნელოვანი დიაგნოსტიკური პროცედურა, რომელიც გამოიყენება გულის დაავადებების გამოვლენისთვის. ეს ტესტი მიზნად ისახავს გულ-სისხლძარღვთა სისტემის შეფასებას ფიზიკური აქტივობის დროს.

სტრეს ტესტი დაგეხმარებათ გაიგოთ, როგორ მუშაობს თქვენი გული დატვირთვისას და არის თუ არა რაიმე პრობლემა, რომელიც ექიმმა უნდა გამოიკვლიოს. ეს ბუკლეტი მოგანვდით ინფორმაციას, თუ რას მოიცავს გულის სტრეს ტესტი, როგორ უნდა მოემზადოთ და რას უნდა ელოდოთ პროცესის დროს.

რა არის გულის სტრეს ტესტი?

1. ტესტის მიზანი

• გულის სტრეს ტესტი აკვირდება, როგორ მუშაობს თქვენი გული ფიზიკური აქტივობის დროს, როგორიცაა სირბილი ან ველოსიპედის ტრიალი. ეს პროცედურა ეხმარება ექიმს დიაგნოზის დასამტკიცებლად ან იმის დასადგენად, არის თუ არა გულის სისხლძარღვებში რაიმე დაბლოკვა, რომელიც ხელს უშლის სისხლის ნაკადს.

2. რატომ ტარდება?

• სტრეს ტესტი გამოიყენება გულის დაავადებების, მაგალითად, კორონარული არტერიული დაავადებებისა და გულის რითმის დარღვევების გამოსაკვლევად. ის ასევე მნიშვნელოვანია მაშინ, როცა განიცდით ტკივილს გულმკერდში ან გაქვთ სუნთქვის გართულებები.

როგორ ტარდება სტრეს ტესტი?

1. ფიზიკური დატვირთვა ტესტის დროს

• ტესტის დროს თქვენ იქნებით დაკავშირებული აპარატთან, რომელიც აკონტროლებს თქვენს გულისცემას, სისხლის წნევას და ჟანგბადის დონეს სისხლში. თქვენ ივლით სარბენ ბილიკზე ან ველოსიპედით ტრიალებთ, თანდათან გაზრდილი სიჩქარით. პროცედურა გრძელდება 10-15 წუთი, სანამ თქვენი გული არ მიაღწევს მაქსიმალურ დატვირთვას.

2. შედეგების მონიტორინგი

• ტესტის დროს ექიმი აკონტროლებს, თუ როგორ რეაგირებს თქვენი გული ფიზიკურ დატვირთვაზე. გულის პულსი, წნევა და ელექტროკარდიოგრამა (EKG) აჩვენებს, როგორ მუშაობს თქვენი გული და არის თუ არა რაიმე ნიშნები, რომლებიც გულის დაავადებაზე მიანიშნებს.

როგორ მოვემზადოთ გულის სტრეს ტესტისთვის?

1. კომფორტული ტანსაცმელი

• ტესტისთვის აუცილებელია, რომ ატაროთ კომფორტული ტანსაცმელი და ფეხსაცმელი, რომელიც არ შეგიშლით ხელს ფიზიკური დატვირთვის დროს. მოერიდეთ მძიმე საკვებს ტესტის წინ, თუმცა აუცილებელია მიიღოთ წყალი და საკმარისი ენერჯია ტესტის ჩასატარებლად.



2. წინასწარი რეკომენდაციები

• ექიმმა შეიძლება მოგთხოვოთ, რომ შეწყვიტოთ გარკვეული მედიკამენტების მიღება ტესტის წინ, რადგან მათ შესაძლოა გავლენა მოახდინონ შედეგებზე. აუცილებლად გაიარეთ კონსულტაცია ექიმთან, თუ გაქვთ რაიმე სპეციალური დიეტა ან მედიკამენტები.

რას უნდა ველოდოთ სტრეს ტესტის შემდეგ?

1. შედეგების განხილვა

• სტრეს ტესტის შემდეგ ექიმი გააანალიზებს მონაცემებს და შეაფასებს, როგორ მუშაობდა თქვენი გული დატვირთვის დროს. შედეგების მიხედვით ექიმი განიხილავს, არის თუ არა საჭირო დამატებითი გამოკვლევები, მედიკამენტები ან მკურნალობა.

2. შესაძლო სიმპტომები ტესტის შემდეგ

• ტესტის შემდგომი სიმპტომები: უმეტეს პაციენტებს სტრეს ტესტის შემდეგ არ ექმნებათ სერიოზული პრობლემები, თუმცა შეიძლება იგრძნოთ მცირე დაღლილობა ან სისუსტე, რაც ჩვეულებრივ სწრაფად გაივლის.