

## 6 minuten looptest

### Inleiding

Binnenkort wordt u in ons ziekenhuis verwacht voor een **6 minuten looptest**. Deze vindt plaats op de afdeling longgeneeskunde van het Amphia ziekenhuis in Breda of Oosterhout. In uw uitnodiging staat aangegeven op welke locatie u moet zijn.

In deze folder leest u waar het onderzoek voor is en hoe het onderzoek verloopt.

### Wat is een 6 minuten looptest?

Met een 6 minuten looptest meten we hoeveel meter u maximaal kunt afleggen in 6 minuten wanneer u wandelt op een voor u inspannend tempo. Daarbij meten we ook wat deze inspanning doet met het zuurstofgehalte in uw bloed en de hoogte van uw hartslag.

## 1. Voorbereiding

- Kunt u door blessure of fysieke klachten geen 6 minuten wandelen, neem dan zo spoedig mogelijk contact met ons op om de afspraak te annuleren of te verzetten.
- Draag makkelijk zittende kleding en schoenen.
- Kom uitgerust aan. Verricht geen zware inspanning binnen één uur voor het onderzoek.
- Rook niet binnen één uur voor het onderzoek. Hiermee wordt ook vaperen, e-sigaret- en waterpijppgebruik bedoeld.
- Gebruik geen bedwelmende middelen binnen 8 uur voor het onderzoek.

## 2. Naar het ziekenhuis

U gaat voor dit onderzoek naar de polikliniek Longgeneeskunde.

- Locatie Amphia Breda: Route 50.
- Locatie Amphia Oosterhout: Functieafdeling 53

Meld u zich aan bij de aanmeldzuil of de balie, voordat u in de ontvangstruimte plaatsneemt.

## 3. Het onderzoek

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

Voor de looptest krijgt u een polsband om met een saturatie en hartslag meter. De sensor komt om uw vinger of aan uw oorlel. Deze sensor meet tijdens de hele wandeltest uw zuurstofgehalte en uw hartslag. Voordat u aan de looptest begint stelt de longfunctieanalist u een aantal vragen over uw kortademigheid. Daarna vraagt de analist u om de vermoeidheid in de benen en de kortademigheid op dat moment een score te geven. Dit vraagt de analist u na de test nogmaals. Bent u slecht ter been dan mag u gebruik maken van de eigen rollator of de rollator van de longfunctieafdeling.

U start de wandeltest en loopt 6 minuten heen en weer in een gang tussen twee pionnen. Het is de bedoeling dat u in deze zes minuten zoveel mogelijk meters aflegt zonder te rennen. Als u buiten adem raakt of moe wordt, mag u uw tempo aanpassen of even pauzeren. 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 en vraagt de analist u opnieuw om de vermoeidheid in de benen en de mate van kortademigheid een score te geven. De saturatie- en hartslagmeter wordt losgekoppeld en de analist stuurt het rapport door aan de arts.

Het onderzoek duurt in totaal 15 minuten.

#### 4. Na het onderzoek

Na het onderzoek hoeft u niet speciaal iets te doen of laten.

#### 5. Uitslag

U krijgt de uitslag van uw arts, tijdens een volgende afspraak.

#### **Bent u ziek, verhinderd of heeft u nog vragen?**

Bel ons, wij helpen u graag. Wij zijn bereikbaar op werkdagen van 9.00 tot 16.00 uur, op telefoonnummer 076 595 3030.

Meer lezen over longgeneeskunde bij Amphia?

[Ga naar afdeling Longgeneeskunde \(https://www.amphia.nl/afdelingen/longgeneeskunde\)](https://www.amphia.nl/afdelingen/longgeneeskunde)