

# Anstrengelses test

## Din forberedelse til testen

### Medicin før undersøgelsen?

En del medicin påvirker resultatet og du skal derfor holde pause med følgende, med mindre du har fået besked om andet eller ikke kan undvære medicinen:

Disse inhalatorer (blå) må ikke tages 8 timer før:

- Airomir, Airsalb
- Bricanyl, Terbutalinsulfat
- Buventol
- Salamol
- Salbutamol
- Ventoline, Ventolin

Disse inhalatorer må ikke tages på testdagen:

- Aerobec, Junik, Qvar
- Alvesco
- Asmanex
- Budosonid, Budohal, Budevar
- Flixotide, Flutide
- Giona, Beclomet
- Miflonide
- Pulmicort, Spirocort

Disse inhalatorer må ikke tages 24 timer før:

- Atrovent, Ipratropiumbromid
- Berodual, Combivent, Duovent

Disse inhalatorer må ikke tages 48 timer før:

- Atimos
- Aerivio
- AirFluSal, AirFluSan
- Bufomix
- DuoResp
- Flutiform
- Foradil, Delnil, Formo, Formoterol
- Innovair
- Oxis, Oxez
- Relvar (gul)
- Serevent, Dilamax
- Seretide, Salmex (lilla)
- Symbicort (rød)

Disse inhalatorer må ikke tages 48 timer før:

- Braltus, Bretaris, Eklira, Incruse, Seebri, Spiriva, Srivasso
- Anoro, Duaklir, Spiolto, Ultibro

Disse tabletter må ikke tages 3 døgn før:

- Antihistaminer (allergitabletter)

Disse tabletter må ikke tages 24 timer før:

- Singulair, Montelukast

### Andre forhold før anstrengelses testen

Hensigtsmæssigt tøj og sko til løb samt håndklæde medbringes. Undgå tungt måltid før test.

Specielt energisk motion, men også rygning kan påvirke resultatet, og bør derfor undgås på testdagen.

## Anden information om anstrengelses testen

### Hvorfor udføres en anstrengelses test?

I de fleste tilfælde bruges testen for at være med til at afgøre, om der er tale om anstrengelsesudløst astma. I så fald udføres testen med den nedenfor beskrevne standardiserede internationale metode.

### Hvordan foretages testen?

Testen foretages på løbebånd. Du skal sammenlagt løbe 6-8 minutter, hvoraf 4-6 minutter skal foregå ved 80-90 % af din maksimale arbejdskapacitet. Løbebåndets hastighed og hældning indstilles med henblik på at du anstrænger dig som planlagt, d.v.s. løber med en tilpas høj puls og anstrænger dig så meget du kan i 4-6 minutter.

Før testen og gentagne gange efter selve løbet (op til 30 minutter) måles din lungefunktion, der bruges til at vurdere om der kommer en sammentrækning af de små luftrør, hvilket tyder på astma og kan medføre åndenød. Før og under testen måles din puls og iltindholdet i blodet.

Du får en næseklemme på under testen.

Udløser undersøgelsen et fald i lungefunktionen, kan du få luftrørsudvidende astmamedicin, og lungefunktionen vil efter en tid igen blive normal.

### Hvor længe varer testen?

Ca. 45 minutter.

### Hvem udfører testen?

En af vore læger eller lægestuderende.

### Er det farligt? Er der bivirkninger?

Undersøgelsen er ikke farlig, når den foretages hos hjerterask.

Testen kan medføre åndenød, piben i brystet og hoste, der i enkelte tilfælde kan være udtalt; dette går væk af sig selv eller behandles inden du går hjem.

For at modvirke alvorlige fald på løbebåndet benyttes sikkerhedssele, der forbindes til krog i loftet.

### Hvornår kan testen ikke foretages?

Hvis du p.g.a. problemer med bevægeapparatet ikke kan løbe, ved nylig forkølelse eller lungebetændelse eller ved meget nedsat lungefunktion kan testen ikke foretages. Vurdering af evt. hjertesygdom er altid foretaget af lægen, men har du siden planlægning af testen fået hjertesygdom eller fået mistanke herom, skal du tale med lægen før testen udføres.

Patienter med ukontrolleret blodtryk, som har haft slagtilfælde eller hjerteanfald inden for 3 måneder eller har udposning af blodkar (aneurisme) må under ingen omstændigheder få foretaget anstrengelses test; det samme gælder gravide.

Operation - specielt i brystkassen, maven eller øjne - kan udgøre et problem; afhængig af operationen drejer det sig om operation 2-12 uger før testen.

### Efter testen

Du kan selv køre hjem. Du kan fortsætte med din sædvanlige medicin umiddelbart efter testen.