

## הסבר והנחיות לבדיקת מאמץ נשימתית

### (מקום ביצוע – מרפאת ריאות ילדים)

שלום רב,

הנך מוזמן/ת לביצוע בדיקת מאמץ נשימתית.

הבדיקה מתחילה בתפקוד נשימה במנוחה ולאחר מכן תבצע/י בדיקת מאמץ גופני מבוקר, בעוצמה עולה, על הליכון/אופניים במשך כ-10 דקות, המאמץ הגופני יותאם לגיל ולמצב הגופני והרפואי ומטרתו להגיע לדופק מואץ מקסימלי שנקבע מראש.

לאורך כל שלבי הבדיקה יבוצע ניטור : דופק וסטורציה (ריוון חמצן בדם) על ידי חיישן מולבש באצבע.

לאחר המאמץ יבוצעו תפקודי נשימה בפרקי זמן שנקבעו מראש. אורך הבדיקה הכוללת הוא כ-30 דקות.

יש חשיבות גדולה לכך שתמשיך/י בבדיקה במלוא יכולתך על מנת שנוכל לקבל נתונים מדויקים ואיכותיים שישרתו אותך.

#### הכנה הנדרשת לבדיקה:

- ✓ יש להימנע משימוש באנהלציות/משאפים של מרחיבי סימפונות רגילים (כמו וינטוליין/בריקלין/סאלבוטרם....) 8 שעות לפני הבדיקה.
- ✓ יש להימנע משימוש במשאפים שמכילים מרחיבי סימפונות ארוכי טווח (כמו סימביקורט, סיריטייד, רלוואר, אוקסיס....) 48 שעות לפני הבדיקה.
- ✓ יש להפסיק טיפול בנוגדי לויקוטריינים (כמו סינגולייר) 24 שעות לפני הבדיקה.
- ✓ יש להימנע משימוש במשאפים של סטרואידים שבוע לפני הבדיקה.
- ✓ רצוי להיות בצום מאוכל כשעתיים לפני הבדיקה.
- ✓ ניתן לשתות מים צלולים.
- ✓ יש להימנע ממאמץ גופני משמעותי ומשתיית קפה בבוקר יום הבדיקה.
- ✓ יש להימנע מעישון בשלוש השעות טרם ביצוע הבדיקה.
- ✓ יש להגיע עם נעליים נוחות (רצוי נעלי ספורט) ובגדים נוחים לביצוע ריצה או רכיבה על אופניים.
- ✓ בנות מתבקשות להגיע עם חזיית ספורט (גוזיה) ויכולת לאסוף את השיער (קוקיה).
- ✓ מומלץ להביא בקבוק מים אישי לשתיה.
- ✓ באם הינך מתחת לגיל 18 שנים יש להגיע לבדיקה עם הורה מלווה (!).
- ✓ לבדיקה יש להביא:

**Pediatric Pulmonary Unit.**

**Center for Exercise Medicine.**

The Baruch Padeh Medical Center, Poriya.

**היחידה לריאות ילדים.  
המרכז לרפואת מאמץ.  
מרכז רפואי ע"ש ברוך פדה, פוריה.**



○ מסמכים רפואיים רלוונטיים.

○ התחייבות כספית מקופת החולים (קוד משרד הבריאות 94620).

לכל שאלה ניתן לפנות בטלפון: 04-6652746 או במייל: [oamzaleg@poria.health.gov.il](mailto:oamzaleg@poria.health.gov.il)

**צוות המרפאה מאחל לכם בדיקה מוצלחת**