

# Looptest



## Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's

Dit is de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.

Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

## Inleiding

### Zes minuten looptest



Binnenkort komt u naar het ziekenhuis voor een zes minuten looptest. Hier krijgt u meer informatie over de voorbereiding op de looptest en wordt in een animatie uitleg gegeven over het verloop van de looptest.

---

## Vorbereiding

## Regels voor het onderzoek



Op de dag van het onderzoek moet u zich houden aan de volgende regels:

- Het is verstandig om tot dertig minuten voor het onderzoek niet te sporten of andere zware lichamelijke inspanning te verrichten
- U mag gewoon eten, maar het is verstandig om geen zware maaltijd te eten
- U mag uw eigen medicatie gewoon blijven gebruiken

## Neem goede schoenen mee



Neem schoenen mee waar u goed op kunt lopen.

## Wat neemt u mee?



- De pas van uw ziektekostenverzekering
- Een geldig legitimatiebewijs (identiteitskaart, rijbewijs, paspoort)
- Een lijstje met de medicijnen die u gebruikt. Dit wordt soms ook wel een AMO (Actueel Medicatie Overzicht) genoemd

## Rolstoel



Patiënten die zich maar beperkt kunnen inspannen, kunnen bijvoorbeeld met een rolstoel naar het parcours gebracht worden. De looptest mag eventueel met een rollator gelopen worden.

# Looptest

## Zes minuten looptest



### Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

### Uitgesproken tekst van de video

Om uw conditie te onderzoeken kan uw zorgverlener de zes minuten looptest voorstellen.

Tijdens deze looptest kijkt de zorgverlener hoe ver u kunt lopen in zes minuten.

Zo wordt uw conditie onderzocht.

De looptest wordt gedaan op een vaste plek in het ziekenhuis.

Voordat de test begint, krijgt u een sensor op uw vinger om uw hartslag en het zuurstofgehalte in uw bloed te meten.

Vervolgens start het onderzoek en gaat u op een parcours zes minuten lopen.

U bepaalt zelf uw tempo.

Als u buiten adem raakt, mag u het wat langzamer aan doen.

Nadat u zes minuten heeft gelopen, geeft de zorgverlener u een seintje dat het onderzoek klaar is.

Het zuurstofgehalte in uw bloed en uw hartslag worden opnieuw gemeten.

De zorgverlener meet de afstand die u in zes minuten heeft gelopen.

Meestal doet u deze test voor en na een behandeling.

Daardoor kan de zorgverlener het effect van de behandeling op uw conditie meten.

## Het onderzoek duurt ongeveer 20 tot 30 minuten



Het onderzoek inclusief voorbereiding duurt ongeveer 20 tot 30 minuten.

# Na het onderzoek

## De uitslag van het onderzoek



De uitslag van het onderzoek krijgt u van uw zorgverlener. Het verwerken van de meetresultaten duurt meestal een aantal dagen.