

**INFORMATION FÜR PATIENTEN:**

**Spiroergometrie (evtl. mit Laktatmessung) für Patienten/Sport treibende Patienten/Sportler**

**1. Was ist eine Spiroergometrie?**

Es handelt sich hierbei um eine Belastungsuntersuchung, die der Feststellung der globalen körperlichen Leistungsfähigkeit dient, z.B. beim Laufen oder Fahrradfahren („Leistungsdiagnostik“). Man erhält durch die Messung exakte Daten über verschiedene Aspekte von Herz-Kreislaufsystem, Atmung und Muskulatur. Dadurch können bestimmte Erkrankungen genauer charakterisiert oder Beschwerden erklärt werden. Beim Sportler hat das Messergebnis Einfluss auf die Trainingssteuerung bzw. Wettkampfvorbereitung.



Bildquelle: [www.h-p-cosmos.com](http://www.h-p-cosmos.com)



Bildquelle: [www.cortex-medical.de](http://www.cortex-medical.de)

**2. Wie wird die Spiroergometrie durchgeführt?**

Es werden bei uns zwei Methoden angeboten.

a) Laufband: Der Patient/Proband läuft oder geht mit verschiedenen, zunehmenden Geschwindigkeiten oder an zunehmenden Steigungen. Es werden ein EKG und eine Atemmaske angelegt. Es erfolgt die Anlage eines Geschirrs zur Sicherung gegen Sturz. Bei zusätzlicher Laktatmessung wird nach vorher festgelegten Zeitintervallen die Bewegung für eine Messung mittels Blutabnahme aus dem Ohrläppchen unterbrochen.

b) Fahrrad: Der Patient/Proband fährt auf einem feststehenden Fahrrad. Auch hierbei werden ein EKG und eine Atemmaske angelegt. Der Tretwiderstand wird zunehmend gesteigert.

Belastet wird bis zur Erschöpfung bzw. bei Patienten bis zum Auftreten von bestimmten Abbruchkriterien.

**3. Wie muss ich mich für die Untersuchung vorbereiten?**

Treiben Sie am Tag der Untersuchung und am Vortag keinen anstrengenden Sport bzw. üben Sie keine anstrengenden körperlichen Tätigkeiten aus.

Ernähren Sie sich in den Tagen vor und am Tag der Untersuchung ausgeglichen und essen Sie ausreichend Kohlenhydrate. Keine Diät und kein Fasten vor der Untersuchung!

**4. Was muss ich zur Untersuchung mitbringen?**

Falls vorhanden bringen Sie bitte ein engsitzendes Sportunterhemd oder besser Kompressionsunterhemd mit bzw. ein enganliegendes Radtrikot.

Es besteht die Möglichkeit nach der Untersuchung zu duschen. Bitte entsprechende Utensilien mitbringen. Handtücher sind vorhanden. Laufband: Laufschuhe bzw. zum schnellen Gehen und Laufen geeignete Sportschuhe sowie luftige Sportkleidung.

Fahrrad: Ihre gewöhnliche Radkleidung bzw. zum Radfahren geeignete sportliche Kleidung. Falls vorhanden können eigene (Klick-)Pedale mit den passenden Schuhen mitgebracht werden sowie der eigene Fahrradsattel (ohne Sattelstütze).

**5. Wie lange dauert die Untersuchung?**

Die Vorbereitung nimmt ca. 15 Min. in Anspruch. Der eigentliche Test dauert mindestens etwa 10 Minuten, kann aber je nach Fragestellung auch deutlich länger werden. Anschließend erfolgt eine Besprechung von etwa 10 bis 15 Minuten.

**6. Gibt es bei der Spiroergometrie Risiken?**

Jede anstrengende sportliche Betätigung birgt ein (sehr geringes) Risiko für einen ernsthaften Zwischenfall, zum Beispiel einen Herzinfarkt. Sollte ein Zwischenfall eintreten, sind alle Vorkehrungen für eine sofortige Behandlung getroffen.

Stolpern und Stürzen auf dem Laufband soll mit geeigneter Kleidung und Sicherung durch Haltegeschirr vermieden werden.