

## INFORMACE A POKYNY PŘED VYŠETŘENÍM – Spiroergometrie

### Účel vyšetření:

Vyšetření zátěžového testu na kole, běhátku či trenažeru slouží k posouzení fyzické kondice, funkční kapacity kardiovaskulárního systému, respiračního systému a svalového aparátu. Výsledky testu jsou využity pro diagnostiku a monitorování tréninkového procesu. **Test není sportovní prohlídkou** (neslouží pro posouzení zdravotního stavu)!

### Popis testu a jeho průběh:

Spirometrický zátěžový test **do maxima** je vyšetření, které poskytuje objektivní informace o úrovni fyzické zdatnosti a výkonnosti kardiovaskulárního a dýchacího systému, konkrétně o jejich odpovědi na fyzickou zátěž. Během testu se měří objem a složení vdechovaného a vydechovaného vzduchu, což umožňuje určit spotřebu kyslíku a plicní kapacitu při maximální zátěži. Testovaný má nasazenou dechovou masku, hrudní pás pro monitorování srdeční frekvence a absolvuje specifický zátěžový protokol se stupňovanou zátěží na kole, běhátku či trenažeru až do subjektivně tolerovatelného maxima.

Test zahrnuje:

- měření **antropometrických ukazatelů** (výška, hmotnost, tělesná skladba, sílu stisku ruky),
- klidovou spirometrii a **zátěžovou spiroergometrii**,
- **sledování srdeční frekvence** pomocí hrudního pásu,
- **kapilární odběry krve z ušního lalůčku a prstu** pro stanovení koncentrace laktátu a stavu acidobazické rovnováhy před, během a po testu.

Po celou dobu je přítomna kvalifikovaná osoba dohlížející na průběh testu. Odběry provádí odborně způsobilý pracovník.

### Chování před testem:

Test je určen **zdravému a odpočatému jedinci**. V případě akutního onemocnění, únavy či jiného omezení nebude test proveden.

Doporučení:

- minimálně **24 hodin před testem** neabsolvovat intenzivní trénink,
- minimálně **12 hodin před testem** nekonzumovat alkohol ani nekouřit,
- **2 hodiny před testem** nejíst těžké jídlo, nepít kávu.

Vyšetření lze provádět od 15 let. **U osob mladších 18 let vyžadujeme přítomnost zákonného zástupce nebo jiného odpovědného dospělého (např. trenér).**

### Možné následky a rizika:

Zátěžový test do maxima může způsobit přechodnou **únavu, pocení, mírné závratě** nebo **svalové vyčerpání** zejména u netrénovaných osob. Závažné komplikace jsou u zdravých jedinců vzácné. Nejčastěji jde o nepřiměřenou dušnost, mdloby a závratě po ukončení testu. Na běžeckém pásu může v důsledku únavy dojít při zhoršené koordinaci k pádu. V případě jakýchkoliv potíží bude test okamžitě přerušeno.

### Kontraindikace:

Vyšetření není možné pro osoby s akutními onemocněními, těžkými srdečními nebo respiračními onemocněními nebo dalšími zdravotními problémy, které by mohly být zátěží zhoršeny.

*S případnými dotazy se na nás neváhejte obrátit.*

*Tým fyziologické laboratoře CASRI*