

OHJEITA JUOKSURASITUSTESTIIN TULEVILLE LAPSILLE (potilasohje)

Juoksurasitustestiä käytetään astman diagnostiikassa sekä rasisustuskestävyyden ja lääkityksen tehon arvioinnissa.

Juoksurasitustesti tehdään yleensä ulkona, joten **varustaudu säänmukaisilla lenkkivarusteilla**. Yli 15 asteen pakkasella juoksu on sisätiloissa.

Älä syö runsaasti ennen juoksua.

Juoksurasitustesti kestää noin 10 minuuttia.

Ennen testiä sinulle puetaan päälle sykemittari, joka näyttää, että juokset testin aikana riittävän kovaa.

Ennen ja jälkeen testin puhallat spirometrialaitteeseen.

Jos tutkimus tehdään diagnoosin varmentamiseksi, niin keuhkoputkia avaavien lääkkeiden käyttö tulisi lopettaa 12 tuntia ennen tutkimusta (Airomir, Buventol, Ventilastin, Ventoline).

Pitkävaikutteiset keuhkoputkia avaavat lääkkeet tulisi lopettaa 24 tuntia ennen testiä (esim. Oxis, Serevent).

Tulehdusta estävät säännöllisesti otettavat astmalääkkeet (Asmanex, Beclomet, Bufomix, Flixotide, Novopulmon, Pulmicort, Relvar, Seretide, Symbicort) lopetetaan neljä viikkoa ennen tutkimusta, ellei lääkärin kanssa ole sovittu, että lääkevaikutuksen arvioimiseksi lääkitystä jatketaan normaalisti.

Mikäli olet sairastunut äkilliseen hengitystieinfektioon/kuumeeseen, ota yhteyttä uuden ajan varaamiseksi. Tiheästi toistuva oireilu tai flunssaoireilu ei estä tutkimuksen tekoa. Infektion jälkeen juoksurasitus voidaan tehdä 4vk paranemisen jälkeen.