

Stress Test of the Heart

A stress test is also called an exercise, heart, or cardiac stress test. This test checks how your heart works under stress and can show if there is blockage in your blood vessels. You will either be given medicine, or you will exercise on a treadmill or an exercise bike.

Your doctor has scheduled you for a stress test with:

- Medicine
- Exercise

Arrive on time for your test. Plan on being here about 2 hours. The test takes about 1 hour.

To Prepare

- For the stress test with exercise, bring walking shoes and loose-fitting clothing so you can move easily. You can wear a hospital gown.
- Do not eat solid foods for 4 hours before your test.
- You may drink water, but do not drink liquids with caffeine. Caffeine is in regular and decaf coffee, tea, chocolate, and soft drinks.
- Ask your doctor if you should take your medicines the morning of the test. If so, take with sips of water only.
- Do not smoke or use tobacco for at least 4 hours before your test. Smoking can affect your test results.

اختبار القلب مع المجهود

يسمى اختبار تحمل القلب مع المجهود أيضاً باختبار التمرينات أو اختبار القلب أو اختبار المجهود القلبي. يقيس هذا الاختبار أداء القلب تحت مجموعة من الضغوط كما يوضح الانسداد الذي قد يوجد في الأوعية الدموية. سيتم تقديم الدواء لك أو ستؤدي بعض التمرينات على المشاية المتحركة أو على دراجة التمرينات.

يحدد لك الطبيب موعداً لإجراء اختبار القلب مع المجهود بواسطة:

- الدواء
- التمرينات

احرص على الوصول في التوقيت المحدد لإجراء الاختبار. رتب جدول مواعيدك مع العلم أنك ستظل هنا لمدة ساعتين تقريباً. يستغرق الاختبار ساعة واحدة تقريباً.

الإعدادات

- لإجراء اختبار القلب مع المجهود بواسطة التمرينات، أحضر أحذية المشي المخصصة وملابس فضفاضة حتى يمكنك التحرك بسهولة. يمكنك ارتداء الرداء الخاص بالمستشفى.
- لا تأكل الأطعمة الجافة لمدة أربع ساعات قبل إجراء الاختبار.
- يمكنك شرب الماء، ولكن لا تشرب السوائل التي تحتوي على مادة الكافين. توجد مادة الكافين في القهوة العادية والقهوة منزوعة الكافين كما توجد في الشاي والشوكولاتة والمرطبات.
- اسأل الطبيب عما إذا كان ينبغي تناول أي من تلك الأدوية صبيحة اليوم المحدد لإجراء الاختبار. إذا كان الأمر كذلك، فتناول الأدوية برشقات من الماء فقط.
- لا تدخن أو تستخدم التبغ قبل إجراء الاختبار بمدة أربع ساعات على الأقل. فمن الممكن أن يؤثر التدخين على نتائج الاختبار.

- Nitroglycerin tablets or spray may be used for chest pain as needed.
- Bring a list of your medicines. Be sure to include any prescriptions and over-the-counter medicines, vitamins and herbs you take.

During the Test

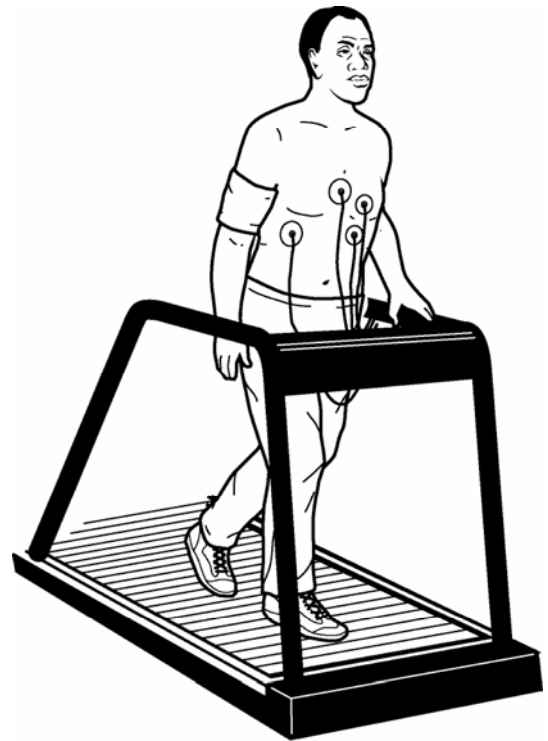
- You are asked to change into your exercise clothes or a hospital gown.
- Small pads are put on your chest to check your heart rate. For men, chest hair may need to be shaved.
- A blood pressure cuff is put on your arm. Your blood pressure and heart rate are checked often.
- Tell the staff **right away** if you have any shortness of breath or chest pain.

For a Stress Test with Medicine:

- An IV (intravenous) is put in a vein in your arm.
- The medicine that stresses your heart is put into your IV.
- When a certain heart rate is reached, the test ends.

For a Stress Test with Exercise:

- You exercise by walking on a treadmill or riding an exercise bike.
- The exercise gets harder every few minutes.
- When you are too tired or a certain heart rate is reached, the test ends.



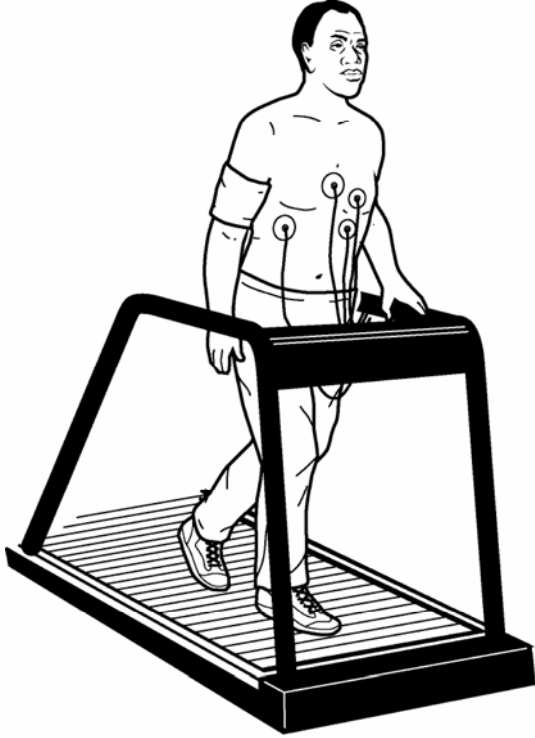
- يمكن استخدام أقراص أو بخاخة "نتروجلسرين" - عند الحاجة - لتخفيف ألم الصدر.
- احضر قائمة بالأدوية التي تتناولها. تأكد من أن هذه القائمة تضم جميع الوصفات الطبية والأدوية والفيتامينات والأعشاب الطبية التي تتناولها.

أثناء الاختبار

- سيطلب منك تغيير ملابسك وارتداء ملابس التمرينات أو رداء المستشفى.
- توضع المجسات الصغيرة على صدرك لقياس معدل نبضات القلب. وبالنسبة للرجال، قد يلزم حلق شعر الصدر.
- يتم لف رباط ضغط الدم على ذراعك. ويتم قياس ضغط الدم ومعدل نبضات القلب.
- أخبر فريق الأطباء على الفور إذا كنت تعاني من أي صعوبة في التنفس أو ألم في الصدر.

□ إجراء اختبار القلب مع المجهود بواسطة الدواء:

- يتم تعليق حقنة وريدية في ذراعك.
- يتم حقن الدواء الذي يضغط على قلبك من خلال هذه الحقنة.
- عند الوصول إلى معدل معين لنبضات القلب، ينتهي الاختبار.



□ إجراء اختبار القلب مع المجهود بواسطة التمرينات:

- أداء تمرين المشي على جهاز المشي أو ركوب دراجة التمرينات.
- تشتد صعوبة الاختبار بصورة تدريجية بعد عدد من الدقائق.
- عند التعب الشديد أو وصول القلب إلى معدل معين من النبضات، ينتهي الاختبار.

After the Test

- You are asked to sit and rest a few minutes.
- When you go home, you may return to your normal activity.
- Test results are sent to your doctor. Your doctor will share the results with you.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

ما بعد الفحص

- سيطلب منك الجلوس والاستراحة لدقائق.
- عند العودة إلى المنزل، سوف تعود إلى نشاطك العادي.
- سوف يتم إرسال نتائج الفحص إلى طبيبك. وسوف يناقش الطبيب هذه النتائج معك.

تحدث إلى الطبيب أو الممرضة إذا ساورتك أية مخاوف أو كانت لديك أية أسئلة.