

Sex minuters gångtest

Det har reserverats en tid för er på Vasa Centralsjukhus fysiatriska polikliniken för ett sex minuters gångtest. Med ett sex minuters gångtest bedömer vi din aktuella prestationsförmåga.

Förberedelser inför testet

- Undvik ansträngande träning och tunga måltider två timmar före testet.
- Om inte annat anges kan du ta dina eventuella läkemedel normalt samma dag som testet.
- Använd passande kläder och skor för gångtestet.
- Ta bort nagellack och lös naglar före testet eftersom de stör mätarens funktion i testet.

Beskrivning av testet

- Under testet skall du gå så långt du hinner på sex minuter utan att äventyra din hälsa.
- Testet utförs inomhus under övervakning av en fysioterapeut.
- Det är tillåtet under testets gång att sakta ner eller stanna.
- Gånghjälpmedel är tillåtna.

Reservera cirka en timme för testbesöket. Om du kommer till testet med en lungläkarens remiss och behovet av syrebehandling skall bedömas, bör minst två timmar reserveras för testet.

Om du blir sjuk eller den nämnda tiden inte passar, vänligen ta kontakt så att vi kan hitta en passande tidpunkt.

Välkommen!