

Juoksumattorasitustesti

Juoksurasitustestiä käytetään astman diagnostiikassa sekä rasituskestävyyden että lääkityksen tehon arvioinnissa. Juoksurasitustesti tehdään juoksumatolla, joten varustaudu **puhdaspohjaisilla lenkkitosuilla**. Älä syö runsaasti ennen juoksua.

Juoksurasitustestin juoksuosuus kestää kuusi minuuttia. Tutkimukseen kannattaa varata aikaa vähintään yksi tunti, sillä valmisteluihin, puhalluksiin ja siirtymisiin kuluu aikaa.

Ennen tutkimusta sinulle laitetaan sykemittari, joka näyttää, että juokset tutkimuksen aikana riittävän kovaa. Ennen ja jälkeen tutkimuksen puhallat spirometria laitteeseen.

Jos tutkimus tehdään diagnoosin varmentamiseksi, niin

- **keuhkoputkia avaavien** lääkkeiden käyttö tulisi lopettaa **12 tuntia ennen** tutkimusta (esimerkiksi Airomir, Buventol ja Ventoline).
- **pitkävaikutteiset keuhkoputkia avaavat** lääkkeet tulisi lopettaa 48 tuntia ennen tutkimusta (esimerkiksi Oxis, Serevent).
- **leukotrieeniantagonistit** lopetetaan kolme vuorokautta ennen tutkimusta (esimerkiksi Montelukast ja Singulair)
- **tulehdusta estävät** säännöllisesti otettavat astmalääkkeet (esimerkiksi Asmanex, Budesonid, Bufomix, Flixotide, Pulmicort, Relvar, Seretide, Symbicort) lopetetaan **4 viikkoa ennen** tutkimusta, ellei lääkärin kanssa ole sovittu, että lääkevaikutuksen arvioimiseksi lääkitystä jatketaan normaalisti

Testin tekohetkellä tulee olla terve, edellisestä flunssasta pitää olla vähintään kaksi viikkoa. Jos lapsi on ennen tutkimusta sairastunut, ottakaa yhteyttä uuden ajan varaamiseksi.