

Non-iskeeminen nyrkistyskoe ja ergospirometria (lihaksen energia-aineenvaihdunnan rasitustesti)

Miksi tutkimus tehdään?

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää lihasten aineenvaihduntahäiriöitä. Ergospirometrialla selvitetään myös sydän- ja keuhkokapasiteetin mahdollista rajoittuneisuutta lihastautia epäiltäessä.

Miten valmistaudun tutkimukseen?

Tule paikalle noin 15 minuuttia ennen tutkimusaikaa, jotta verenkierto- ja hengityselimistösi ehtii tasaantua.

Ota mukaan

- kuntopyöräilyyn sopiva vaatetus ja jalkineet
- naiset voivat ottaa mukaansa väljän T-paidan polkemisen ajaksi. Halutessasi voit ottaa mukaasi myös kaarituettomat liivit, esimerkiksi urheiluliivit.
- lääkelista käytössäsi olevista lääkkeistä. Jatka mahdollista säännöllistä lääkitystä normaalisti, ellei tutkimukseen lähettävä lääkäri ole toisin määrännyt.

Nautintoaineet, ruokailu ja liikunta vaikuttavat tutkimustulokseen. Tämän vuoksi sinun tulee olla ennen tutkimusta

- **kaksi tuntia** ilman tupakkaa, nuuskaa, sähkötupakkaa ja muita tupakkatuotteita
- **neljä tuntia** ilman kahvia, teetä, kola- ja muita piristäviä juomia
- **kaksi vuorokautta** ilman alkoholia

Lisäksi

- syö kevyt aamupala / ateria **noin 2-3 tuntia** ennen tutkimusta. Ravinnotta ei saa olla.
- vältä ylimääräistä valvomista ja raskasta fyysistä rasitusta tutkimusta edeltävänä vuorokautena
- tutkimusta ei tehdä ennen kuin hengityselintulehduksen (esimerkiksi flunssa) paranemisesta on kulunut kaksi viikkoa
- tutkimuksen jälkeen on mahdollisuus käydä suihkussa

Miten tutkimus tehdään?

Tutkimus on kaksiosainen: Lepovaiheen jälkeen tehdään nyrkistyskoe, jossa puristat rytmikkäästi lihasvoiman mittaamiseen tarkoitettua kahvaa kahden minuutin ajan.

Toisessa osassa poljet polkupyöräergometria, minkä aikana hengityksestäsi mitataan hengityskaasuja kasvoillesi asetettavan maskin kautta. Polkemisen aikana seurataan sydänsähkökäyrääsi ja veresi happitasoa sekä mitataan verenpainettasi. Kyynärtaipeeseen asetetusta laskimokanyylista otetaan tutkimuksen aikana verinäytteitä.

Miten kauan tutkimus kestää?

Tutkimus kestää noin kaksi ja puoli tuntia.

Mistä saan kuulla tutkimustuloksista?

Tutkimustuloksista kuulet sinua hoitavalta osastolta tai poliklinikalta.

Ohje tarkistettu 16.4.2025