

# Làm Xét nghiệm Gắng sức

## Getting an Exercise Stress Test

Xét nghiệm gắng sức là xét nghiệm thông thường để bác sĩ dùng kiểm tra tim. Quý vị đi bộ trên máy treadmill trong khi chúng tôi đo huyết áp và nhịp tim của quý vị.

### Trước khi làm xét nghiệm

- Hỏi bác sĩ xem quý vị có được dùng thuốc thường lệ trước khi làm xét nghiệm hay không.
- Không** ăn, uống, hút thuốc hoặc dùng bất kỳ chất cà-phê-in nào **4 tiếng trước khi** làm xét nghiệm.

### Chuẩn bị Sẵn sàng

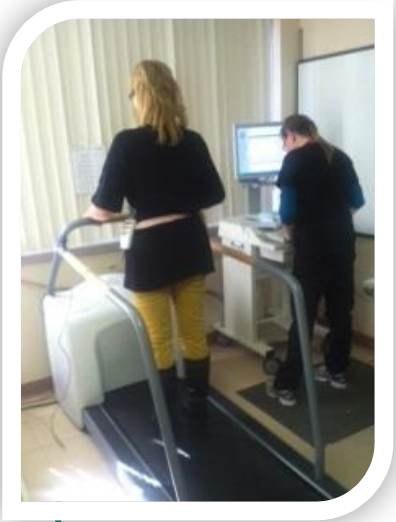
- Mang giày bằng phẳng để đi bộ.
- Mặc đồ rộng rãi thoải mái để dễ tiếp cận ngực của quý vị.

### Trong khi làm xét nghiệm

- Quý vị ký một bản chấp thuận.
- Chúng tôi dán những miếng nhỏ gọi là điện cực trên ngực quý vị và máy đo huyết áp ở cánh tay mà chúng tôi dùng để theo dõi nhịp tim và huyết áp.
- Chúng tôi chỉ cho quý vị cách đi trên máy treadmill.
- Sau đó chúng tôi yêu cầu quý vị tập đi bộ trong vài phút. Bài tập bắt đầu dễ, nhưng từ từ khó hơn.
- Xin nhớ cho chúng tôi biết nếu quý vị đau ngực, chóng mặt, mệt mỏi hoặc bất kỳ triệu chứng nào trong khi đi trên máy trong lúc làm xét nghiệm.
- Đi trên máy càng lâu càng tốt hoặc cho đến khi chúng tôi yêu cầu quý vị ngưng.

### Sau khi làm xét nghiệm

- Quý vị có thể trở lại sinh hoạt bình thường. Chúc quý vị phần còn lại của ngày vui vẻ!
- Bác sĩ của quý vị sẽ nhận được kết quả Điện tâm đồ.



### Thắc mắc? Gọi chúng tôi!

Heart Station (Trạm Tim)  
Diagnostic Center (Trung Tâm Chẩn Đoán)  
2<sup>nd</sup> Floor- Main Hospital  
(Lầu 2- Bệnh Viện Chính)  
Điện thoại: (505) 272-2403  
7 giờ sáng – 5 giờ chiều  
Sau 4 giờ chiều xin gọi  
272-2111.  
Yêu cầu gặp “Bác Sĩ Tim”  
đang trực.