

The logo for AZ Sint-Lucas Brugge features a green swoosh above the text. The text 'az' is in green, 'sint-lucas' is in blue, and 'BRUGGE' is in a smaller blue font below it.

az sint-lucas
BRUGGE

A stylized grey icon of a cyclist in a racing position, enclosed within a white oval background.

Inspanningstest

Over de test

Een maximale inspanningstest stelt zowel de recreatieve als competitieve sporter in staat zijn medisch-conditionele status te kennen.

Het medisch gedeelte omvat het controleren van de cardiologische vragenlijst en het opvolgen van het ECG ritme voor, tijdens en na inspanning. Dit stelt ons in staat om eventuele hartafwijkingen te detecteren en indien nodig door te verwijzen voor een verder cardiologisch onderzoek.

Het conditionele gedeelte omvat hartfrequentie- en lactaatmetingen per stijgende inspanningsstap. Daarnaast wordt er via een zuurstofmasker een meting uitgevoerd van uw zuurstofopname.

Op basis van al deze resultaten kunnen we een analyse maken van uw uithoudingscapaciteiten en uw conditie en advies verschaffen om uw training te optimaliseren en bijgevolg de conditie te verbeteren.

Het is mogelijk om een éénmalig advies te krijgen in het kader van de opbouw naar een conditiepiek.

Medisch-conditionele screening op de fiets of op de loopband:

- maximale progressieve inspanningstest
- screening van de cardiologische vragenlijst
- ECG voor, tijdens en na inspanning
- meting zuurstofopname
- lactaatmeting en hartfrequentie
- testanalyse en hartslagzones
- trainingsadvies en opbouwend trainingsschema

De fietsinspanningstest wordt bij voorkeur uitgevoerd op uw eigen fiets (wielrennen of mountain-bike). Indien u hierover niet beschikt, kunnen wij een fiets voorzien. Gelieve dit te vermelden bij het maken van uw afspraak.



Praktisch

De inspanningstesten worden uitgevoerd op woensdag van 12.30u tot 16.30u, onder supervisie van dr. Meirhaeghe.

Een afspraak kan gemaakt worden via het secretariaat fysische geneeskunde - reumatologie - revalidatie op T 050 36 50 30.

Prijs

170 euro

Wat brengt u mee?

- sportieve kledij
- bij een fietsinspanningstest: uw eigen fiets en klicschoenen
- de vooraf ingevulde cardiologische vragenlijst (deze wordt per mail doorgestuurd bij een telefonische afspraak)
- isotonische drank
- douchegerief

Hou er rekening mee geen zware fysieke inspanningen meer te leveren 24u voor de test. Het is aangewezen slechts een lichte maaltijd te nuttigen voldoende lang voor de test.

Contact

Secretariaat fysische geneeskunde -
reumatologie - revalidatie

T 050 36 50 30

fysio@stlucas.be

www.stlucas.be/revalidatiecentrum

Route B 050

Sportrevalidatiecentrum

T 050 36 50 50

Route B031/032

MVD-SUBREHAB-FYSIO-KINE-FOLDER. INSPANNINGSTEST (01/20) - DR. BEA MAEVAERT



algemeen ziekenhuis sint-lucas vzw
sint-lucaslaan 29, 8310 brugge
T 050 36 91 11 > info@stlucas.be > www.stlucas.be

