



ГБОУ ВПО ПЕРВЫЙ МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ И.М. СЕЧЕНОВА МИНЗДРАВА
РОССИИ

Кафедра спортивной медицины и медицинской реабилитации



Тредмил-тест

Докладчик: студентка 5 курса
Павлова Екатерина Алексеевна

Москва
2016

Тредмил-тест. Что это?

Это один из методов диагностики широко используемый в кардиологии для диагностики ишемической болезни сердца.

При этом тест позволяет выявлять заболевание на самых ранних стадиях, когда человек ещё даже не подозревает о его существовании.



- **Тредмил-тест** - заключается в проведении электрокардиографического исследования во время физической нагрузки на специальной беговой дорожке – тредмиле. Для оценки характера реакции на физическую нагрузку, а также переносимости физических нагрузок со стороны сердца и кровеносных сосудов.





- ❖ Функциональное тестирование является неотъемлемой частью тренировочного процесса ориентированного на результат.
- ❖ Данный метод диагностики используется для:
 - оценки работоспособности,
 - определения эффективности тренировочного процесса.



- Благодаря данным регулярного функционального тестирования, можно отслеживать изменения (как улучшение, так и падение) физической работоспособности по ходу подготовки.



Показания для проведения пробы



Лица без заболеваний сердца

- Определение толерантности к физической нагрузке
- Профессиональный отбор
- Выявление лиц с гипертензионной реакцией на нагрузку, то есть когда при физической нагрузке резко повышается АД - группа риска гипертонической болезни
- Выявление и идентификация нарушений ритма сердца
- При наличии нарушений липидного обмена - выявление "скрытой" недостаточности кровоснабжения сердца - выявление начальных проявлений атеросклероза коронарных артерий и ИБС.

Лица с заболеваниями сердца и сосудов - боли в области сердца - изменения ЭКГ

- Выявление и идентификация нарушений ритма
- Выявление "скрытых" эпизодов недостаточности кровоснабжения миокарда - ишемии - диагностика ИБС и других заболеваний сердца.
- У пациентов с диагнозом ИБС - определение индивидуальной толерантности физической нагрузки - определение функциональной стенокардии.
- Подбор и оценка эффективности лечебных и реабилитационных мероприятий у больных ИБС, в том числе после перенесенного инфаркта миокарда.
- Экспертиза трудоспособности пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Противопоказания для проведения пробы



Абсолютные противопоказания:

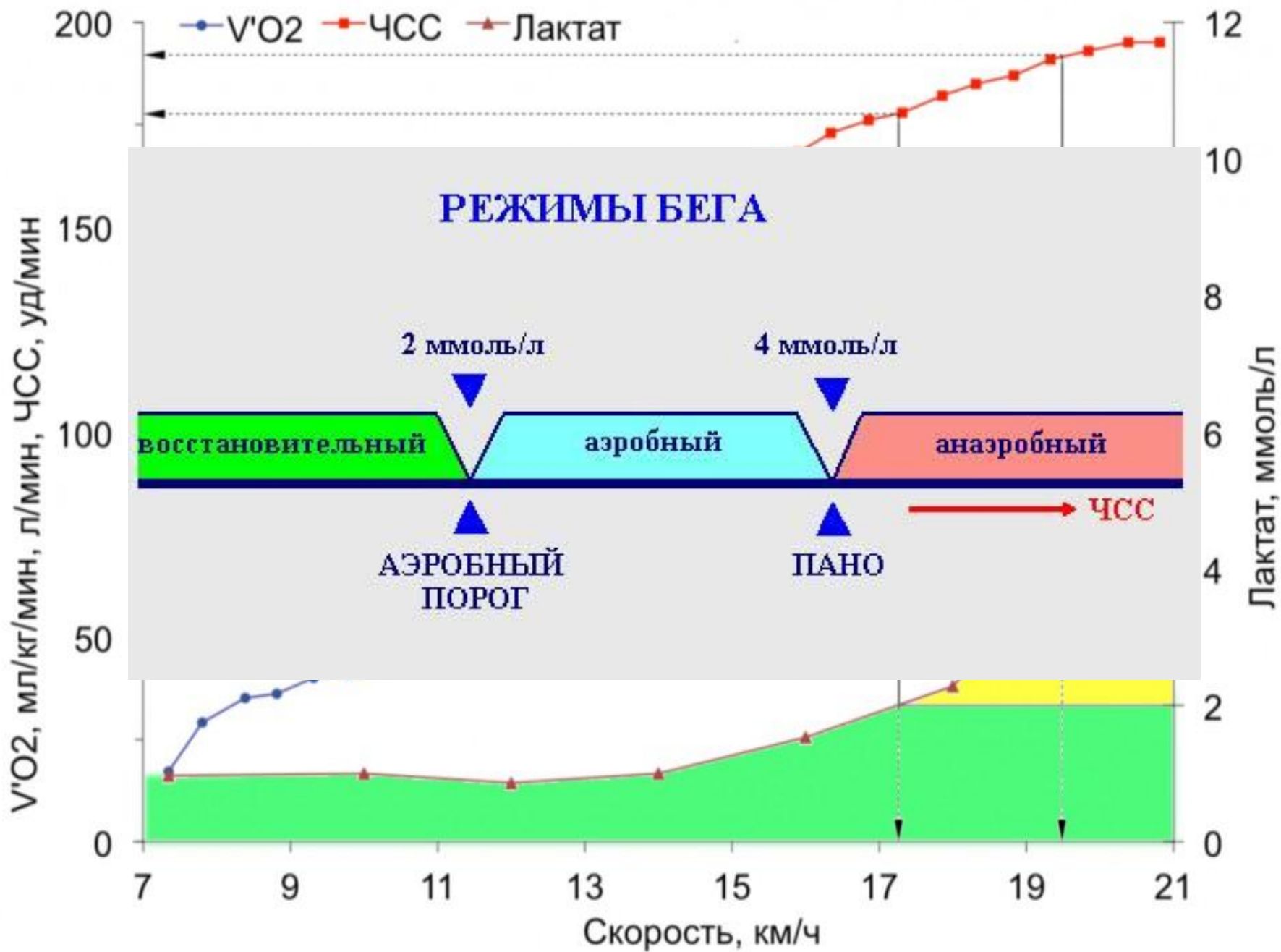


- Острый инфаркт миокарда (в течении первых 2.
- Нестабильная стенокардия
- Аритмии, не поддающиеся медикаментозной коррекции с нарушением гемодинамики
- Клинически значимый аортальный стеноз
- Тяжёлая сердечная недостаточность, не поддающаяся медикаментозной коррекции
- Тромбоэмболия лёгочной артерии или инфаркт лёгкого
- Подозрение на расслаивающую аневризму аорты
- Миокардит, перикардит, эндокардит или подозрение на их наличие
- Тяжёлые инфекции, почечная недостаточность, тиреотоксикоз и другие тяжёлые заболевания, которые могут повлиять на выполнение пробы или обостриться на фоне её проведения
- Психические заболевания, делающие невозможным выполнение пробы

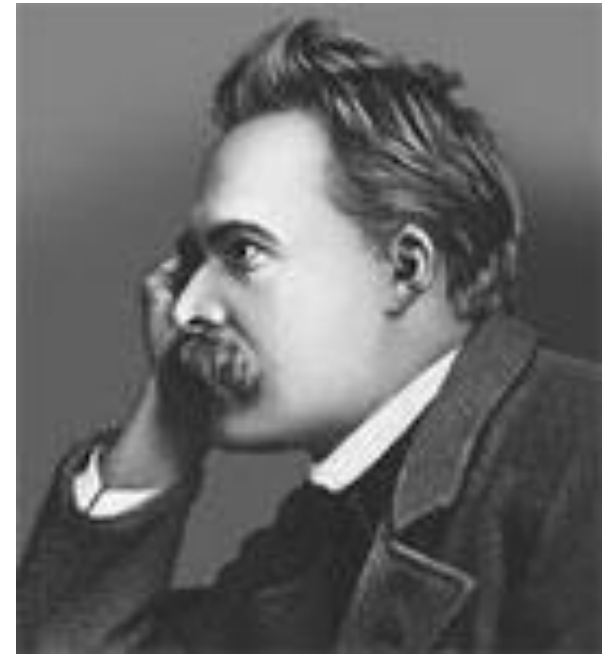
Относительные противопоказания:

- Стеноз ствола левой коронарной артерии или эквивалентное ему поражение
- Клапанные пороки сердца с умеренной степенью стенозирования
- Повышение систолического артериального давления до 200 мм рт. ст. или диастолического артериального давления до 110 мм. рт. ст.
- Гипокалиемия, гипомагниемия и др. электролитные нарушения
- Неадаптивная электрокардиостимуляция
- Атриовентрикулярная блокада II степени и выше
- Желудочковая экстрасистолия с частыми, парными экстрасистолами
- Аневризма левого желудочка
- Сахарный диабет, тиреотоксикоз, гипотиреоз и т. д. в стадии декомпенсации
- ВИЧ, гепатит и другие хронические инфекции
- Болезни опорно-двигательного аппарата, коллагенозы, неврологические заболевания, при которых физическая нагрузка может привести к обострению
- Поздние сроки беременности и её осложнения





«Все, что нас не убивает,
делает нас сильнее»
Фридрих Ницше



Если перейдешь меру, то
самое приятное станет
неприятным». Демокрит

ЧСС макс. = 205 – 0,74 x Возраст(годы)

Занятия в спортзале должны проходить под строгим контролем пульса.

Человеку, только еще начинающему заниматься, рекомендуется придерживаться значения в 70% от порогового значения частоты сердечных сокращений.



Пример:

32
года
Возраст начинающей спортсменки

$$209 - 0,73 \times 32 = 185,32$$



185,32

Максимальная ЧСС

Вычисляем оптимальную ЧСС:

$$185,32 \times 0,70 = 129,6$$



130

Т.е. в ходе тренировок ей не стоит загонять свой пульс выше 130 ударов в мин.

ЧСС = 180 - возраст в годах



ГБОУ ВПО ПЕРВЫЙ МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ И.М. СЕЧЕНОВА МИНЗДРАВА РОССИИ
Кафедра спортивной медицины и медицинской реабилитации



Спасибо за внимание!