

運動心電圖檢查說明

運動心電圖是一種壓力試驗，又稱為運動耐受力試驗 (exercise tolerance testing)，是一種評估冠狀動脈疾病及嚴重程度的一種非侵襲性方法。

測試時的運動使得運動負荷逐漸增加，讓病人的心跳速率和收縮期血壓能安全的逐漸上升，而病人的血壓和心跳速率的乘積，稱作雙重乘積(double product)，是心肌氧氣消耗量很好的一個指標。

如果心肌需氧量超過供給量，那麼心電圖就會出現心肌缺血的變化 (有時候是症狀)。

如果有嚴重的冠狀動脈疾病 (一條或數條)，到達心肌的血流量受到限制，也使得氧氣的供給受到限制。

雖然罹患冠狀動脈疾病的病人休息時的心電圖可能是正常的，但是在運動時因為氧氣需求量提高，可能使臨床上還沒有症狀表現的冠狀動脈疾病表現出來。

目的

- ◎ 早期偵測或評估冠狀動脈疾病：有心臟病家族史、糖尿病、高血壓及高血脂症患者於健檢時做運動心電圖檢查，約可找出七成無症狀的冠狀動脈性疾病。
- ◎ 評估心肺功能：現代人大部分工作忙碌且缺乏運動，我們可藉此檢查來評估心肺功能，以瞭解體能及耐力，繼而調整自己日常生活運動量，降低發病的風險。
- ◎ 日常生活中常感到心悸、胸悶、呼吸困難...等不適的人，可以藉由此項檢查確認有無心臟疾患。
- ◎ 建議男性 40 歲、女性 50 歲以上的人作健康檢查時，可選擇做運動心電圖，而在日常生活中常發生心悸、胸悶、呼吸困難等症狀的人，更要選擇此項檢查；此外，心血管疾病高危險群，如高血壓、高血脂症及心臟病家族史的人也希望能定時做運動心電圖檢查，以達到早期偵測、早期治療目的。

檢查前準備

- ⊙ 檢查前 1 至 2 小時內儘量禁食、不抽菸，且於檢查前 12 小時內不做劇烈運動。
- ⊙ 檢查時，須穿著棉質上衣及長褲。
- ⊙ 部份病人須停止服用可能影響檢查結果之藥物。
- ⊙ 檢查前先做十二導程心電圖及量血壓。
- ⊙ 詳細告知此項檢查之可能併發症及危險性。

檢查步驟

- ⊙ 於跑步機上，雙手輕扶前方扶手，記錄完整心電圖及量完血壓後，即啟動標準之運動心電圖機做檢查。
- ⊙ 依照標準的運動心電圖流程，逐步增加運動量，由第一階段開始，依接受之程度逐漸增加，最大運動量為第七階段，每階段持續 3 分鐘，於每階段中分別記錄血壓、心跳速率及心電圖。

檢查後

- ⊙ 於檢查終止後，仍須於跑步機上接受血壓測量及心電圖記錄（約 5 分鐘）至恢復運動前的狀況。
- ⊙ 檢查若發生狀況不穩定時，將立即給予處置與治療。
- ⊙ 病人於血壓心跳緩和後，沒有任何不適症狀時即可回家。