

Vejledning i gennemførelse af incr SWT (gangtest med stigende intensitet)

Udstyr

- Compact Disk (CD) afspiller
- CD
- 2 Kegler
- Pulsoxymeter.

Forberedelse

Instruktionerne til patienten bliver givet i begyndelsen af CD'en.

Der findes også en kalibreringsperiode på 1 minut i begyndelsen af CD'en, som bruges før hver SWT for at opretholde nøjagtigheden af testen.

Instruktionerne til patienten er standardiseret – ”gå i langsomt tempo med det formål at dreje rundt om keglen ved hver ende, når du hører signalet (bippet). Du skal fortsætte med at gå, indtil Du føler, at Du ikke er i stand til at vedligeholde den nødvendige hastighed uden at blive urimeligt forpustet”.

CD'en startes

Der er et tre dobbelt bip i starten. Derefter udsender CD'en et enkelt bip med regelmæssige intervaller.

Efter hvert minut øges ganghastigheden med en lille stigning, således at patienten skal gå hurtigere; dette indikeres ved et trefoldigt bip.

Den første ganghastighed refereres til som niveau 1, den anden som niveau 2 osv. Hvert niveau indeholder et antal længder (af hver 10 meter), antallet indikeres af hastigheden på det niveau.

For at hjælpe patienterne med at fastsætte den første meget langsomme ganghastighed, går den som leder testen ved siden af i det første minut.

Afslutning af testen

Testens afslutning defineres som det tidspunkt hvor patienten bliver forpustet til at vedligeholde den nødvendige hastighed. Det betyder i praksis at patienten er mere end 0,5 meter fra keglen når bippet lyder.

Hvis patienten er mindre end 0,5 meter fra keglen, når bippet lyder, kan patienten dog godt fortsætte på en ny 10 meters længde for at se om han/hun kan genindvinde den ”tabte” distance. Hvis han/hun ikke er i stand til at gøre dette, afbrydes testen.

Testen skal også afbrydes, hvis patienten viser af få det dårligt eller hvis saturationen falder til under 80%.

Registrering af resultatet

Antallet af gennemførte længder noteres (se skema). Herved kan den afstand, som patienten gik, beregnes. Umiddelbart efter afslutningen scores åndenød ved hjælp af en Borg skala.