ИНФОРМИРОВАННОЕ СОГЛАСИЕ

на выполнение стресс-теста

Уважаемый спортсмен!

Вам будет проведен тест на беговой дорожке. После медосмотра и снятия ЭКГ для проверки электрической активности сердца в покое Вы начнете тест с ходьбы на беговой дорожке при малой скорости и нулевом наклоне. Затем, в зависимости от точной программы, скорость или наклон (или оба вместе) дорожки будут увеличиваться с равными интервалами (от 30 секунд до 2 минут). При беге вы будете дышать через 2-хклапанную систему. Воздух будет поступать из комнаты, но выдыхаться через датчики, которые измеряют объем и концентрацию кислорода. С помощью полученных данных и некоторых формул компьютер подсчитает Ваше потребление кислорода на каждой стадии теста. При каждом повышении скорости или угла наклона все большая мышечная масса будет задействована при все большей интенсивности. Потребление кислорода будет расти линейно с увеличением нагрузки. Тест продолжается до тех пор, пока Вы или врач, который проводит исследование, не решат его прекратить.

Необходимо срочно сообщить об этом врачу и прекратить нагрузку, если во время проведения нагрузочного теста Вы почувствовали:

1. Резкую усталость, слабость
2. Резкую одышку
3. Боли в грудной клетке
4. Головную боль, головокружение, потемнение в глазах, тошноту
5. Другие резкие боли и неприятные ощущения

Возможным риском проводимого являются редкие случаю нарушения ритма, чрезмерные подъем или снижение артериального давления, приступ стенокардии и крайне малая вероятность потеря сознания. Однако, профессиональное наблюдение за Вами во время проведения нагрузочного теста с соблюдением всех мер предосторожности предохраняет Вас от возможных осложнений. Весьма мало вероятно, что меры предосторожности окажутся неэффективными, и могут потребоваться госпитализация и лечение в стационаре.

Значение, которое Вы получите от врача, будет представлено в одной из двух форм. Первая называется уровнем достигнутых Метаболических единиц, а вторая - относительное МПК.

Среднее значение МПК нетренированного мужчины около 40-48 мл/мин/кг. у женщин - 32- 33 мл/мин/кг и уменьшается с возрастом. У спортсмена, который регулярно тренируется на выносливость, этот показатель может составлять от 50-55 мл/мин/кг. Олимпийский чемпион в беге на 10000 метров будет иметь это значение около или свыше 80 мл/мин/кг! Но, важно понимать, что МПК - это генетически детерминированный показатель, с помощью тренировок его можно повысить не более, чем на 30 % от исходного, зависящего от наследственности. Повышая уровень МПК спортсмен повышает свою тренированность, функциональное состояние и расширяет физиологические резервы организма, что обязательно приведет к значительному росту спортивных результатов. Исследование крайне необходимо для оценки деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной систем во время интенсивной физической нагрузки, оценки эффективности метаболизма и клеточного дыхания, функционального состояния Вашего организма, степени восстановления и исключения возможных скрытых патологических состояний, которые невозможно выявить в состоянии покоя. Вы получите необходимые рекомендации по коррекции тренировочного процесса, питанию, фармакологическому сопровождению и восстановительным мероприятиям.

Ознакомившись с вышеизложенной информацией, имея возможность получить ответы на интересующие меня вопросы, я даю добровольное согласие выполнить нагрузочный тест.

Ознакомлен(а) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Фамилия, Имя, Отчество родителя (законного представителя)

Дата ознакомления \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_