

dari umur dan tingkat kebugaran Anda. Bila Anda muda, sehat, dan rajin berolah raga, Anda mungkin bisa mencapai lebih dari 12 menit. Bila Anda telah memiliki penyakit jantung koroner, dalam waktu 1 – 2 menit biasanya sudah tampak perubahan rekaman EKG.

- Pemeriksaan treadmill RS Jantung dan Pembuluh Darah Harapan Kita (RSJPDHK) dilakukan oleh dokter spesialis jantung dibantu oleh paramedis yang berlatih dengan back up obat-obatan dan alat-alat medis untuk pertolongan pertama, bila terjadi hal yang tidak diinginkan selama tes fisik berlangsung.



Untuk informasi lebih lanjut mengenai treadmill test dapat mendatangi gedung GP II Lt. II RS. Jantung dan Pembuluh Darah Harapan Kita Setiap hari kerja Senin - Jumat pukul 08.00 – 16.00 WIB



**Rumah Sakit Jantung dan Pembuluh Darah Harapan Kita**

Jl. Let. Jend. S. Parman Kav. 87 Slipi - Jakarta  
Telp: (Hunting) 021 568 4093 - 021 568 1111 - 021 568 4085  
Fax: 568 4130 E-mail: info@pnjhk.go.id  
<http://www.pjnkh.go.id>



# Treadmill



Banyak pertanyaan yang muncul mengenai bagaimana cara mendeteksi dini penyakit jantung koroner pada seseorang, salah satu cara mudah dan relative murah yang ditawarkan oleh RS Jantung dan Pembuluh Darah Harapan Kita (RSJPDHK) yakni dengan melakukan treadmill test yang bertempat di Gedung Utama Lt.1.

### Apa fungsi deteksi penyakit jantung koroner?

- Mendeteksi penyakit jantung koroner pada seseorang,
- Mendeteksi adanya faktor risiko tinggi dan faktor risiko utama yang berkaitan dengan penyakit jantung koroner, seperti diabetes melitus, tekanan darah tinggi, dan kadar kolesterol tinggi.
- Mencegah penyakit jantung koroner dan serangan jantung.



### Siapa Saja Yang Perlu Melakukan Treadmill?

- Penderita dengan keluhan yang menyerupai gejala penyakit jantung, misalnya: nyeri dada, sesak napas.
- Penderita dengan faktor risiko penyakit jantung koroner (riwayat keluarga, usia lanjut, kolesterol tinggi, diabetes, hipertensi)
- Untuk evaluasi hasil pengobatan dan respon tekanan darah pada penderita hipertensi maupun evaluasi hasil pengobatan penderita

### Persiapan Sebelum Pemeriksaan

- Sebaiknya Anda tidak melakukan tes ini dalam kondisi perut kosong dan setelah makan dan setidaknya beri jarak sekitar 2 atau 3 jam setelah makan.
- Pada hari dilakukan tes treadmill hendaknya dalam kondisi yang bugar, tidak merokok, minum kopi, atau alkohol.
- Obat-obatan yang sedang Anda minum, kecuali ada petunjuk khusus dari dokter, tetap Anda minum seperti biasa.
- Umumnya di tiap rumah sakit disediakan baju khusus dan sepatu untuk tes treadmill. Bila Anda merasa lebih nyaman menggunakan milik Anda sendiri, bawalah pakaian yang longgar, dan sepatu olahraga.
- Anda akan ditemeli 10 elektroda di dada dan perut Anda.



### Perosedur Pemeriksaan Sebelum Memulai Treadmill Tes

- Tubuh anda akan dipasang sejumlah elektroda yang terhubung ke monitor.
- Pada saat sebelum, selama, dan sesudah pasien melakukan treadmill, tekanan darah akan diukur secara berkala dan EKG akan dimonitor dan direkam secara berkala.

- Pada saat pemeriksaan berlangsung ada tiga tingkat kecepatan dan tanjakan, awalnya hanya jalan santai kemudian tiap tiga menit kecepatan dan tanjakan akan meningkat, demikian seterusnya sesuai dengan protokol yang dipakai.
- Apabila selama pemeriksaan pasien merasa sesak napas, kaki lelah, pusing atau didapatkan kelainan pada monitor EKG dan perubahan tekanan darah yang tidak normal maka dokter akan memberhentikan test ini.
- Lamanya tes mulai dari penempelan elektroda, tes treadmill, dan pencabutan elektroda biasanya tidak lebih dari setengah jam. Lama Anda berjalan (atau berlari) biasanya tergantung

