

المخاطر المترتبة على إجراء اختبار الجهد البدني

د. خالد بن صالح المزيني

(المصدر: كتاب تحت الإعداد للدكتور خالد المزيني)

يعتبر اختبار الجهد البدني (الإكلينيكي) إجراءً آمناً نسبياً، حيث أشارت بيانات من أكثر من ٢٠٠٠ مختبر (مستشفيات ومكاتب أطباء) ، استخلصت من ٥٠٠٠٠ اختبار، إلى أن معدل الوفاة أثناء اختبار الجهد البدني لم يتعدى حوالي ٥، لكل ١٠٠٠٠ اختبار جهد بدني، كما أشارت هذه البيانات إلى أن معدل الجلطات القلبية كان ٣، لكل ١٠٠٠٠ اختبار جهد. وفي دراسة سويدية (٥٠٠٠٠ اختبار جهد) أشارت النتائج إلى وجود معدل وفاة حوالي ٤، لكل ١٠٠٠٠، كما أشارت إلى وجود جلطات قلبية بمعدل ٤، ١، جلطة لكل ١٠٠٠٠. وفي إحدى المستشفيات الوقائية لم يوجد في أكثر من ٧٠٠٠٠ اختبار جهد بدني أقصى أي حالة وفاة (فقط ست حالات من المضاعفات الحادة مثل الجلطات القلبية). ولكن يجب التنويه هنا إلى أن الكثير من الدراسات التي تقوم بتفتقر البيانات المتوفرة عن مخاطر اختبارات الجهد البدني إلى التجانس ، حيث أنها (في الغالب) تحتوي على اختبارات تشخيصية واختبارات اللياقة البدنية، كما تضم أيضاً إجراءات مختلفة. بالإضافة إلى ذلك فإن هذه الدراسات تضم عينات متنوعة من الأصحاء والمرضى. في الواقع فإنه ليس من الممكن حالياً وخصوصاً مع ما نملك من معلومات أن نحدد المخاطر الناجمة عن اختبار الجهد من خلال نظام اختبار معين أو عينة من الأفراد. ولكن هذه البيانات المتوفرة تشير إلى أن معدل المضاعفات أثناء اختبار الجهد البدني قد تكون أعلى في الأفراد الذين يجرى لهم اختبارات تشخيص مقارنة هؤلاء الذين يجرى لهم الاختبارات كجزء من اختبار طبي وقائي . التالي هي جمل عامه يمكن أن نستخلصها في السلامة المتعلقة باختبار الجهد البدني الأقصى:

- خطورة الموت أثناء أو مباشرة بعد اختبار الجهد تكون $\geq ١,٠\%$.
- خطورة الجلطات القلبية أثناء أو مباشرة بعد اختبار الجهد تكون $\geq ٤,٠\%$.

• مخاطر المضاعفات التي تتطلب الذهاب إلى المستشفى (تتضمن الجلطات القلبية) تكون حوالي ١,٠%.

أما بالنسبة لما يتعلق بمخاطر اختبار الجهد دون الأقصى فتبدو أقل. فمثلاً أجري اختبار جهد بدني دون الأقصى باستخدام دراجة الجهد لحوالي ١٣٠٠٠٠٠ بالغ (العمر ١٨-٦٥ سنة) في العشر سنوات الماضية في عدة مراكز معنية بالصحة واللياقة البدنية، وقد اتبعت جميع وسائل الوقاية قبل الاختبار وتم إجراء الاختبارات بواسطة أشخاص مؤهلين. واتضح انه لم تحدث أي حالة وفاة أو مضاعفات خطيرة. لذلك يعتبر اختبار الجهد البدني دون الأقصى آمناً جداً عندما يسبق بإجراءات السلامة والوقاية المناسبين (مثل استبانة الجاهزية لأداء مجهود بدني والتي سوف يتم مناقشتها لاحقاً).