

FICHE D'INFORMATION

Test de marche de 6 minutes

En quoi consiste cet examen ?

Il s'agit d'effectuer la plus longue distance à la marche sur terrain plat en 6 minutes.

Les paramètres mesurés pendant le test sont la fréquence cardiaque et la saturation transcutanée en oxygène à l'aide d'un capteur placé au bout du doigt. En fin de test, l'essoufflement et la fatigue musculaire sont évalués.

Selon la prescription médicale, ce test peut être réalisé en air ambiant ou sous oxygène.

Quelle est son utilité ?

Ce test évalue la capacité à l'effort à partir d'une activité physique élémentaire de la vie quotidienne. Il ne remplace pas l'épreuve d'effort maximale sur cyclo-ergomètre ou tapis roulant, qui permet, elle, de discriminer quels sont les facteurs limitant l'effort : le souffle, le cœur, les muscles.

Quelles sont les précautions à prendre pour la réalisation de cet examen ?

Vous devez être habillé confortablement et chaussé de manière appropriée à la marche

Pendant toute la durée de l'examen, une infirmière vous accompagnera et le test sera immédiatement interrompu en cas de douleurs thoraciques, ou d'essoufflement que vous jugerez trop important.