

L'électrocardiogramme à l'effort - L'ECG d'effort



Votre médecin vous a prescrit cet examen pour mieux connaître l'état de votre cœur quand vous faites un effort. Cette fiche vous explique comment se fait l'examen et comment vous y préparer.

À quoi sert cet examen ?

L'ECG d'effort est aussi appelé l'épreuve d'effort ou l'épreuve du tapis roulant. Il sert à étudier l'activité électrique du cœur quand vous faites un effort. Cela peut permettre de détecter des problèmes cardiaques qu'on ne voit pas avec un ECG au repos.

L'ECG d'effort sert surtout à évaluer s'il y a un risque de crise cardiaque. En effet, il permet de voir si le passage du sang est bloqué dans les artères qui nourrissent le cœur : les coronaires.

Il peut servir aussi à voir si votre cœur bat à un rythme irrégulier (arythmie) quand vous faites un effort.

En quoi consiste l'examen ?

L'ECG d'effort se fait avec des petits capteurs (des électrodes) placés sur la peau. Ceux-ci enregistrent l'activité électrique de votre cœur pendant que vous marchez sur un tapis roulant (ce n'est pas de la course). La vitesse et la pente du tapis augmentent peu à peu.

Quels sont les risques liés à l'examen ?

L'examen est sécuritaire et sans douleur. Pendant le test, un technologue et un cardiologue vous surveillent.

Y a-t-il des contre-indications à l'examen ?

Il n'y en a pas, sauf si vous n'arrivez pas à marcher sur un tapis roulant à vitesse et à pente croissantes pendant quelques minutes.

Quand dois-je faire l'examen ?

On communiquera avec vous pour vous donner la date et l'heure de votre examen.

Celui-ci a lieu en électrophysiologie cardiaque au CHUM (voir l'adresse à la page 3).



Comment dois-je me préparer?

- > Prenez un repas léger 2 heures avant l'examen : des toasts ou un sandwich ou un yogourt avec des fruits (évités les repas trop copieux avec des sauces riches ou sucrées).
- > Prenez tous vos médicaments comme d'habitude. Votre médecin vous dira s'il y en a que vous devez arrêter avant l'examen. Apportez votre liste de médicaments.
- > Ne vous mettez pas de crème, d'huile ou de poudre sur le thorax.
- > Apportez de bonnes chaussures de marche et un pantalon confortable (qui permet de bien marcher).
- > Prévoyez un sac pour vos vêtements.

Comment se déroule l'examen?

- > Vous enlevez d'abord tous vos vêtements du haut (soutien-gorge compris), puis vous mettez une jaquette d'hôpital. Vous mettez aussi à ce moment-là vos chaussures de marche et votre pantalon confortable.



- > Dans la salle d'effort (avec le tapis roulant) le technologue place des électrodes sur votre thorax. Prévenez-le si vous êtes allergique aux adhésifs.

- > Les électrodes sont reliées au système d'enregistrement.
- > On vous fait coucher sur le dos pour un ECG au repos afin de savoir comment votre cœur fonctionne au repos.
- > Le cardiologue vient évaluer votre situation et comprendre ce que votre médecin traitant recherche.
- > Vous allez ensuite sur le tapis roulant et on vous explique comment il fonctionne (au besoin, le technologue vous fait une démonstration).

- > Le tapis se met en route et vous commencez à marcher. Toutes les 2 ou 3 minutes, le tapis accélère et la pente (inclinaison du tapis) augmente.



- > Prévenez le technologue si vous ressentez une douleur au thorax, un malaise, un étourdissement ou si vous voulez arrêter le tapis. **En aucun cas ne descendez du tapis pendant qu'il fonctionne.** Dites au technologue que vous ne pouvez pas continuer, et il arrêtera le tapis.
- > Pendant toute la durée de l'examen, on enregistre l'activité électrique du cœur et on prend votre tension à peu près toutes les 5 minutes.



- > En général, on arrête l'examen quand vous êtes trop essoufflé ou trop fatigué pour continuer. Le cardiologue ou le technologue peuvent décider d'arrêter l'examen avant la fin s'ils jugent par exemple que vous ne pouvez plus marcher sur le tapis de façon sécuritaire ou que votre tension augmente trop.
- > À l'arrêt du tapis roulant, vous serez peut-être un peu étourdi. C'est tout à fait normal. On poursuit l'enregistrement encore 3 à 5 minutes après l'arrêt pour être sûr que votre tension et la fréquence de votre cœur redeviennent normales.

Combien de temps dure l'examen?

Prévoyez 30 minutes pour toutes les étapes.

Quels résultats peut-on attendre?

Il est possible que l'examen ne soit pas concluant pour différentes raisons (effort insuffisant, anomalie électrique déjà présente sur votre ECG au repos, apparition d'anomalies, etc.). Au besoin, d'autres examens seront prescrits pour compléter le bilan.

Si certains résultats demandent une action urgente, ils seront envoyés tout de suite à votre médecin. Le rapport complet lui sera envoyé dans un maximum de 2 à 3 semaines.



Comment prendre un rendez-vous?

En personne au :

> **Service d'électrophysiologie cardiaque**
Pavillon C, 8^e étage
1000, rue Saint-Denis, Montréal, H2X 0C1

Par télécopieur au :

> **514 412-7173**

À qui m'adresser pour obtenir de l'aide ou annuler ou déplacer un rendez-vous?

Contactez la Clinique de cardiologie, du lundi au vendredi, entre 8 h et 16 h :

> **514 890-8226**



RESSOURCES UTILES

Site internet pertinent :
> **icardio.ca**

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site
chumontreal.qc.ca/fiches-sante



Questions

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca

