

Lisa 3. Südamehaigusega patsiendi treeningute alustamisega seotud riskihindamine

Roheline	Kollane	Punane
KÕIK allpool nimetatud kriteeriumid täidetud – VÕIB alustada treeninguid enne taastusarsti konsultatsiooni ja kardiopulmonaalset koormustesti	Vähemalt ÜKS allpool nimetatud kriteeriumitest täidetud – VÕIB alustada treeninguid, kuid taastusarsti konsultatsioon ja kardiopulmonaalne koormustest kahe nädala jooksul	Vähemalt ÜKS allpool nimetatud kriteeriumitest täidetud (kui vähemalt üks olemas) – EI VÕI alustada treeninguid enne taastusarsti konsultatsiooni ja kardiopulmonaalset koormustesti
• NYHA I, mMRC 0–1 • Tüsistumata kulg (postop/PKI) • Vererõhk < 140/80 mmHg • Rütmihäireteta • EF > 50% • Ilma jääkiskeemiata (jääkstenoose ei ole) • Ei ole aktiivset põletikku • Elektrolüüdid normis	• NYHA II, mMRC > 1 • EF < 50% • Kaasuvana HFpEF, DM2, KNH, KOK, KVA • Stabiilne korduv → roheline¹	• NYHA > II, mMRC > 2 • EF < 40% • Tursed • ICD (või muu seade) • Vererõhk > 140/80 mmHg • Jääkiskeemia (jääkstenooseid) • Elustatud • Pulmonaal-hüpertensioon • GUCH (arsti konsultatsioon kahe nädala jooksul) • Raviskeem ei ole selge • Muud probleemid, mis takistavad alustamist

DM2 – 2. tüüpi diabeet; EF – vasaku vatsakese väljutusfraktsioon; GUCH – kaasasündinud südamerikkega täiskasvanu; HFpEF – säilunud väljutusfraktsiooniga südamepuudulikkus; ICD – implanteeritav kardioverter-defibrillaator; KNH – krooniline neeruhaigus; KOK – krooniline obstruktiivne kopsuhaigus; KVA – kodade virvendusarütmia; mmHg – millimeetrit elavhõbedasammast; mMRC skaala – hingelduse hindamise skaala;

NYHA – New Yorgi südameassotsiatsiooni südamepuudulikkuse funktsionaalne klass; PKI – perkutaanne koronaarinterventsioon

¹ Südamehaige patsient, kes on juba saanud taastusravi, kuid on mingil põhjusel kutsutud tagasi või jätkab taastusraviga pikema perioodi vältel. Patsiendil on küll kaasuvad haigused, mis muidu klassifitseeriksid ta kollasesse rühma, kuid kuna tegemist on korduva ja stabiilse juhuga, kuulub ta rohelisse rühma ning võib alustada treeninguid ilma viivitusega.