

こくりこ日記

高田昭子のb2evolution blogです

アーカイブ: **2012年1月**

2012/01/19

🕒 23:45:35, カテゴリ: [日記](#), views: 980 ●

足がった。



トレッドミル運動負荷試験というものをやってきました。
なにをするかと言うと、ベルトコンベアー（スポーツジムにある、あれ。）に乗って、速度と勾配をだんだんあげていって、どこまでやれるか？あるいはその途中で胸部の痛みないか？を調べるということ。

最初は平らな道を早歩き程度からはじまる。
こまねずみのように、ちょこちょこ歩いていたら、「歩幅をもっと広げて」という指示。だんだん要領がわかってきたが、スピードと勾配の高さは2～3分ごとに上昇する。「あと2分がんばれますか？」などと小刻みに聞いてくるけれど「大丈夫です。」ということで、すべてをクリアした。

最後は階段を駆け昇るような負荷なんだよ。ひどい！

「どこか痛みはありますか？」
「胸部はありませんが、ふくらはぎが痛いです。」
「心配するような症状は出ていません。大丈夫でしょう。」とのこと。

安心して検査室を出て、会計を待つ間に、突然体がだるくなる。
ふだんから食事は2回だけなので、検査（午後2時）の前に、おなかがすいていないので、そのまま検査を受けたのがいけなかった。

こくりこ日記

高田昭子のb2evolution blog
[吸殻山383番地の家に戻る。](#)
[中央1番地に戻る。](#)

- [最新](#) (キャッシュ)
- [最新](#) (キャッシュされない)

2012年1月				
日	月	火	水	木
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
15	16	17	18	19
22	23	24	25	26
29	30	31		
<< <				

- [最近のコメント](#)

Heavy Hitters

- [Test](#) (20 visits)
- [詩の歳時記-117](#) (19 visits)
- [詩の歳時記-82](#) (19 visits)
- [詩の歳時記-56](#) (19 visits)
- [花守](#) (19 visits)
- [Walking1日目.](#) (18 visits)
- [引用文-23・あきらめ](#)
- [詩の歳時記-274](#) 「あ」 (18 visits)
- [詩の歳時記-253](#) 「柳」 (18 visits)
- [詩の歳時記-123](#) 「桜」 (18 visits)
- [ペルギーノ展](#) (18 visits)
- [詩の歳時記-353](#) 「冬」 (18 visits)

検索

- 全ての語
- いずれかの語

どうしていいのか判断がつかず、水と甘いものを売店で買って、お行儀の悪いなどと考える余地はない。食べてのんで、しかしだるさは治らない。

そのままバスに乗って帰宅。バスを降りる時、足がつった。疲れは最高潮！それでも最小限の夕飯の食材を買って足を引きずりながら帰宅。主婦はえらい!!!

疲れたのでおやすみなさい。

[2 コメント](#)・[編集](#)



2012/01/16

🕒 15:18:32, カテゴリ: [日記](#), views: 846 🇯🇵

トレッドミル運動負荷試験



「エコー検査」は異常なしという結果が出た。これでいいのかと思っていたら次は「トレッドミル運動負荷試験」というものを19日に受ける。つまり、エコー検査は静かに寝た状態で行う。それで異常がなければ、「負荷」をかけても大丈夫ということで、次の本当の検査となるわけ。

つまり、動物実験みたいなもの。素直にそれを受けるのは、亡母が狭心症で苦しんだ現場を何度もみていて、何度も救急車を呼んだ経験があるから。

この年齢になれば、子供に迷惑をかけない生き方をしなくては、というわけで.....。

• [編集](#)



🔍 フレーズ

検索

カテゴリ

- [All](#)
- [百人百詩](#) (100)
- [詩の歳時記](#) (365)
- [詩日記](#) (20)
- [My Haiku](#) (49)
- [Walking](#) (13)
- [引用文](#) (31)
- [日記](#) (163)

選択

アーカイブ

- [2015年11月](#) (1)
- [2015年7月](#) (1)
- [2015年5月](#) (2)
- [2015年3月](#) (3)
- [2015年2月](#) (2)
- [2015年1月](#) (3)
- [2014年12月](#) (2)
- [2014年11月](#) (2)
- [2014年10月](#) (3)
- [2014年9月](#) (2)
- [2014年8月](#) (2)
- [2014年7月](#) (2)
- [続き...](#)

いろいろ

- [管理](#)
- [プロフィール \(admin\)](#)
- [ログアウト \(admin\)](#)

このブログの配信

- RSS 0.92: [投稿](#), [コメン](#)
- RSS 1.0: [投稿](#), [コメント](#)
- RSS 2.0: [投稿](#), [コメント](#)

■ Atom: [投稿](#), [コメント](#)

[What is RSS?](#)

powered by
b2evolution

Original template design by [François PLANQUE](#).

