உங்கள் மருத்துவரிடம், நீங்கள் தெரியப்படுத்த வேண்டியவை:

1. உடற்பயிற்சியை சிரமமாக்கக்கூடிய உடல்நலப் பிரச்சனைகள் இருந்தால் : உதாரணம்: முதுகுவலி.
2. உங்களுக்குக் காய்ச்சல், கிருமித்தொற்று, அல்லது ஏதேனும் நோய் இருந்தால், நீங்கள் பரிசோதனையைச் செய்யக்கூடாது.
3. உயர் இரத்த அழுத்தத்திற்கு, மற்றும்/அல்லது இதய நோய்க்கு, நீங்கள் உட்கொள்ளும் மருந்துகளில் இதயத்துடிப்பைக் குறைக்கக்கூடிய ஏதேனும் மருந்துகள் இருந்தால், இந்த மருந்துகளைப் பரிசோதனைக்கு முந்திய 24 முதல் 48 மணி நேரம்-வரை உட்கொள்ளக்கூடாது. குறிப்பிட்ட மருத்துவச் சூழ்நிலைகளுக்கு மட்டுமே விதிவிலக்குண்டு. தயவுசெய்து உங்கள் மருத்துவரிடம் கேட்டறியவும்.

உடற்பயிற்சிவழி மின்னொலி இதய வரைவு பரிசோதனைக்குத் தயார்ப்படுத்துதல்:

1. பரிசோதனைக்கு முன்பாகக் குறைந்தது 2 மணி நேரத்திற்கு வயிறு நிறைய சாப்பிடுவதைத் தவிர்க்கவும்.
2. தனித்தனி மேல்சட்டையும் கால்சட்டையும், பரிசோதனைக்கு உகந்த விளையாட்டுக் காலணிகளும் அணிந்துகொண்டு வரவும்.

உத்தேச அபாயங்கள் என்னென்ன?

ஊடொலி பரிசோதனை மிகவும் பாதுகாப்பானது. இதனால் விபரீத விளைவுகள் நேர்ந்ததில்லை.
உடற்பயிற்சி பரிசோதனை பொதுவாக மிகவும் பாதுகாப்பானது. பெரும்பாலான பக்கவிளைவுகள் சாதாரணமானவை. ‘ ட்ரட்மில் ’ இயந்திரத்திலிருந்து கீழே விழுவதால் ஏற்படும் காயங்கள் போன்றவை அவற்றுள் அடங்கும். மோசமான பக்கவிளைவுகள் நேர்வது அரிது. பரிசோதனையின்போது இதயத் தொழில்நுட்பாளர் உங்களை அணுக்கமாகக் கண்காணிப்பார்.

முடிவுகள் எனக்கு எப்போது தெரியவரும்?

மேற்பார்வையிடும் மருத்துவரால் பரிசோதனை முடிந்த உடனேயே முன்னோட்ட முடிவுகளை உங்களிடம் தெரிவிக்கமுடியும். இறுதி முடிவுகளைப்பற்றியும், மற்றும் உங்களின் அடுத்த கட்ட சிகிச்சைபற்றியும் உங்கள் மருத்துவருடனான அடுத்த வெளிநோயாளி சந்திப்பின்போது, கலந்து பேசப்படும்.

மாடி 3 TTSH மருத்துவ நிலையம்

- இதய சிகிச்சை நிலையம்
- 3A (இதய சிகிச்சை, இதய அசைவியக்கச் சேவைகள், இதய மறுவாழ்வு உடற்பயிற்சிக்கூடம்)
- 3B (இதய ஏட்ரியம், இதய படமெடுப்பு நிலையம்)

மாடி 3 அவசர சிகிச்சைப்பிரிவு (A&E) கட்டடம்

- இதய ஊடுருவல் ஆய்வுக்கூடம்

தொடர்புக்கு:

6537 7000 (அனைத்து முன்பதிவுகளுக்கும்)

Scan the QR Code with your smart phone to access the information online or visit https://www.ttsh.com.sg/Patients-and-Visitors/Medical-Services/Cardiology/Pages/default.aspx

Tan Tock Seng HOSPITAL
National Healthcare Group

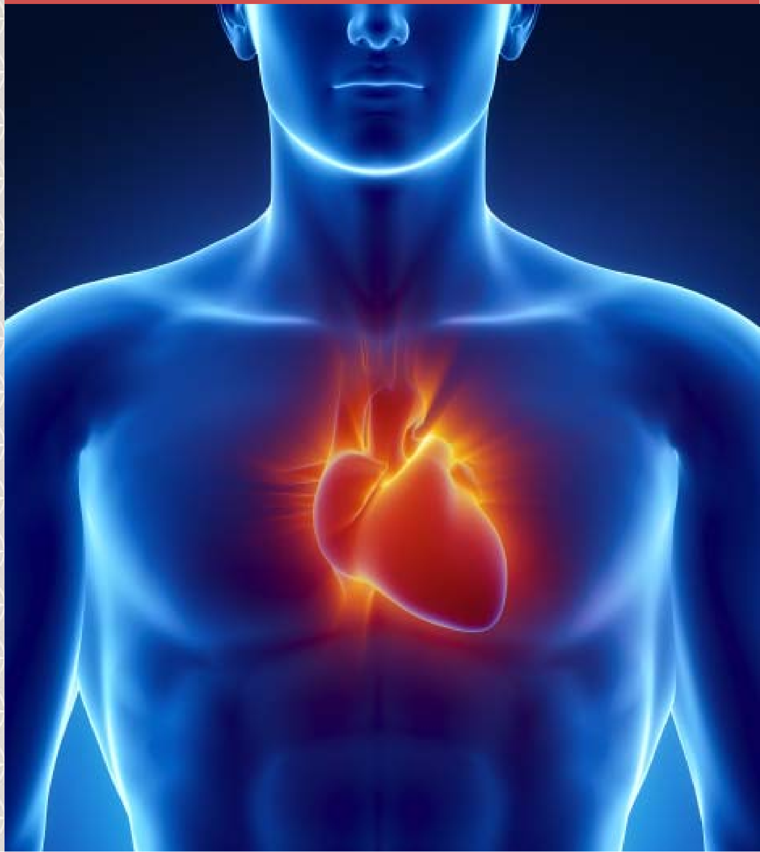
©டான் டோக் செங் மருத்துவமனை, சிங்கப்பூர் 2020. அனைத்து உரிமைகளும் பாதுகாக்கப்பட்டவை. எல்லா விவரங்களும் மார்ச் 2020 நிலவரப்படி சரியானவை. இந்த ஆவணத்தின் எந்தவொரு பகுதியும் டான் டோக் செங் மருத்துவமனையிடம் முன் அனுமதி பெறாமல் மறுபதிப்பு செய்யப்படவோ, நகலெடுக்கப்படவோ, திரித்து தொகுக்கப்படவோ, தழுவப்படவோ, விநியோகிக்கப்படவோ, வர்த்தக ரீதியில் பயன்படுத்தப்படவோ, காட்சிக்கு வைக்கப்படவோ அல்லது தரவுத்தளத்தில், பயன்படுத்தக்கூடிய கோப்புத்தளத்தில் பத்திரப்படுத்தி வைக்கப்படவோ அல்லது ஏதேனும் வடிவத்தில் அனுப்பப்படவோ கூடாது. இந்த ஆவணத்தில் உள்ள எல்லா விவரங்களும் கூறுகளும் தகவலளிக்கும் நோக்கத்திற்கானவை மட்டுமே. உங்களது சொந்த மருத்துவர் அல்லது மற்ற மருத்துவ நிபுணர்கள் அளிக்கும் ஆலோசனைக்கு இவற்றை மாற்றாகப் பயன்படுத்தக்கூடாது.

PECC-CVM-ED-2020-749T-v1

Tan Tock Seng HOSPITAL

இதய சிகிச்சைப் பிரிவு

உடற்பயிற்சிவழி மின்னொலி இதய வரைவு பரிசோதனை (ESE)



உடற்பயிற்சிவழி மின்னொலி இதய வரைவு பரிசோதனை என்பது என்ன?

உடற்பயிற்சிவழி மின்னொலி இதய வரைவு பரிசோதனை (ESE) என்பது அழுத்தங்களை இதயம் எந்த அளவுக்குத் தாக்குப்பிடிக்கிறது என்பதைக் கண்டறிவதற்கான பரிசோதனையாகும். இந்த அழுத்தத்தைத் தருவதற்குப் பெரும்பாலும் ' ட்ரட்மில்' உடற்பயிற்சி இயந்திரம் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

மின்னொலி இதய வரைவு (Echocardiography) எனும் ஊடொலி பரிசோதனையில், இதயத்தை வெவ்வேறு திசைகளிலிருந்து ' ஸ்கேன் ' செய்து எடுக்கப்படும் படங்கள் ஆராய்வுக்காகக் கணினியில் பதிவு செய்யப்படும். இதயத் தசை சரியாகச் செயல்படுகிறதா என்பதைக் கண்டறிவதற்காக உடற்பயிற்சி முன்பும் பின்பும் ' ஸ்கேன் ' செய்யப்படும்.

இந்தப் பரிசோதனையின் நோக்கம் என்ன?

இதய இரத்த நாளங்கள் இதயத்திற்கு இரத்தத்தைக் கொண்டு செல்கின்றன. இரத்த நாள கொழுப்புப்படிவு எனும் மருத்துவப் பிரச்சனையால் இந்த இரத்த நாளங்கள் வழக்கத்திற்கு மாறாகக் குறுகலாக இருக்கக்கூடும். இந்த மருத்துவப் பிரச்சனையுள்ள நோயாளிகளின் இதயத்திற்குப் போதிய இரத்த ஓட்டம் இருக்காது. இதனால் நெஞ்சு வலி, மூச்சிறைப்பு, பாதிக்கப்பட்ட இதயத் தசையில் தற்காலிக பலவீனம் ஆகியன ஏற்படலாம். மின்னொலி இதர வரைவு பரிசோதனையில் இவற்றைக் கண்டறிய முடியும்.

ESE பரிசோதனை செய்வதற்கான முக்கிய காரணங்கள்:

- நெஞ்சு வலிக்கான காரணத்தைக் கண்டறிதல்
- இதயத்திற்குச் செல்லும் இரத்த ஓட்டத்தைக் கட்டுப்படுத்தக்கூடிய அளவுக்கு இதய இரத்த நாள நோய் இருக்கிறதா என்பதை நிர்ணயித்தல்
- ஏற்கனவே செய்த உடற்பயிற்சிவழி இதய மின்துடிப்பளவு (ECG) பரிசோதனையில் கண்டறியப்பட்ட குறிப்பிடப்படாத மாற்றங்களை மேற்கொண்டு ஆராய்தல்

பரிசோதனையில் நான் எதிர்பார்க்க வேண்டியவை?

இந்தப் பரிசோதனை, ஊடுருவல் இல்லா இதய ஆய்வுக்கூடத்தில் செய்யப்படும். ஆயத்தமும் பரிசோதனையும் செய்வதற்கு மொத்தமாகச் சுமார் 45 நிமிடங்கள் எடுக்கும். பரிசோதனை முடிந்தவுடன் 10 நிமிடத்திற்கு ஓய்வெடுத்துவிட்டு நீங்கள் வீடு திரும்பலாம்.

பரிசோதனைக்கு முன்

பரிசோதனை பற்றி உங்களிடம் விளக்கமாக எடுத்துக்கூறப்படும். நீங்கள் ஒப்புதல் படிவத்தில் கையொப்பமிடவேண்டும். ECG மின்முனைகளை நெஞ்சுப்பகுதியில் ஒட்டுவதற்காக, ஆண் நோயாளிகளிடம் சட்டைகளைக் கழற்றுமாறு கேட்டுக்கொள்ளப்படும். பெண் நோயாளிகள் சிறப்பு அங்கிகளை அணியுமாறு கேட்டுக்கொள்ளப்படும். உடற்பயிற்சி செய்யத் தொடங்குமுன், உங்களது இரத்த அழுத்தமும் அடிப்படை ECG இதய மின்துடிப்பளவும் பதிவு செய்யப்படும்.

பரிசோதனையின்போது

நீங்கள் ' ட்ரட்மில் ' இயந்திரத்தில் பயிற்சி செய்வதற்கு முன்பும் பின்பும் உங்களது மின்னொலி இதய வரைவு பதிவு செய்யப்படும். நீங்கள் இடது பக்கமாகப் படுத்திருக்கவேண்டும். அதோடு, குறுகிய நேரத்திற்கு மூச்சைப் பிடித்துக்கொள்ளும்படி உங்களிடம் சொல்லப்படலாம்.

அதன்பிறகு நீங்கள் உடற்பயிற்சியைத் தொடங்குவீர்கள். ' ட்ரட்மில் ' இயந்திரத்தின் வேகமும் உயர்வும் 3 நிமிடங்களுக்கு ஒருமுறை கூடும். அவ்வாறு கூடவிருக்கும்போது இதயத் தொழில்நுட்பாளர் உங்களிடம் தெரியப்படுத்துவார். பரிசோதனையின்போது, உங்களது இதய மின்துடிப்பளவும் இரத்த அழுத்தமும் கண்காணிக்கப்படும். உங்களுக்கு நேரக்கூடிய ஏதேனும் அறிகுறிகளை, நீங்கள் தெரியப்படுத்தவேண்டும்.

பரிசோதனையின் முடிவுகள் கூடுமானவரை துல்லியமாக இருப்பதை உறுதிசெய்திட, உங்களால் முடிந்தவரை நடந்து அதிகளவு உடற்பயிற்சி செய்யும்படி கேட்டுக்கொள்ளப்படும்.

பரிசோதனைக்குப் பிறகு

உடற்பயிற்சியை முடித்தபிறகு, நீங்கள் குறைந்தது 6 நிமிடங்களுக்குக் கண்காணிக்கப்படுவீர்கள். உங்களது இதயத் துடிப்பும் இரத்த அழுத்தமும் இயல்பு நிலைக்குத் திரும்புவதை உறுதிப்படுத்துவது இதன் நோக்கம்.