

உடற்பயிற்சிவழி இதயத்தசை சூழ்பரப்பு வரைவு பரிசோதனைக்குத் தயார்ப்படுத்துதல்

விளையாட்டுக்குரிய ஆடையும் ஓடுவதற்குரிய காலணியும் அணிந்து வரவும். பரிசோதனைக்கு முன்பாகக் கொஞ்சமாகச் சாப்பிடலாம். பரிசோதனைக்கு முன்பாகக் குறைந்தது 12 மணி நேரத்திற்கு காபேன் உள்ள உணவை அல்லது பானங்களை (காப்பி, தேநீர், சாக்லட், கோக்) தவிர்க்கவேண்டும். உங்களுக்குப் புகைப்பிடிக்கும் பழக்கம் இருந்தால், பரிசோதனைக்கு முன்பாகக் குறைந்தது 6 மணி நேரத்திற்குப் புகைப்பதைத் தவிர்க்கவும்.

உத்தேச அபாயங்கள் / சிக்கல்கள் என்ன?

உடற்பயிற்சி பரிசோதனை பொதுவாக மிகவும் பாதுகாப்பானது. மாரடைப்பு உள்ளிட்ட கடுமையான சிக்கல் ஏற்படக்கூடிய அபாயம் மிகவும் குறைவு. பரிசோதனையின்போது உடனிருக்கும் அனுபவமிக்க மருத்துவ ஊழியர்கள், எந்தவொரு சிக்கலையும் ஆரம்பக் கட்டத்திலேயே கண்டறிந்து, அவசியமாயின் பரிசோதனையை நிறுத்திவிடுவார்கள்.

கதிரியக்க இரசாயனம் பாதுகாப்பானது. இதற்கு உடனடியான பக்கவிளைவுகள் கிடையாது. கதிர்வீச்சினால் புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கு மிகச்சிறிய அபாயமே உள்ளது. பொருத்தமான முறையில் தேர்ந்தெடுக்கப்படும் நோயாளிகளின் இதயப் பிரச்சனையைக் கண்டறிந்து சிகிச்சை அளிப்பதால் கிடைக்கக்கூடிய உத்தேச நன்மைகளைவிட இந்த அபாயம் மிகவும் சிறியது.

முடிவுகள் எனக்கு எப்போது தெரியவரும்?

உங்கள் மருத்துவருடனான அடுத்த சந்திப்பின்போது உங்கள் முடிவுகளும் அடுத்த கட்ட சிகிச்சையும் பற்றி கலந்து பேசப்படும். பரிசோதனை செய்யப்படும் நாளில் முன்னோட்ட முடிவுகள் தரப்படாது. ஆயினும், அவசர மருத்துவக் கவனிப்பு தேவைப்படும் மிகக் கடுமையான குறைபாடு கண்டறியப்பட்டால், பொருத்தமான நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ளப்படும். உடனடியாக மருத்துவமனையில் சேர்த்தல் அல்லது மருத்துவரைச் சந்திப்பதற்கான தேதியை முன்கொண்டு வருதல் போன்றவை இதில் உள்ளடங்கும்.

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>

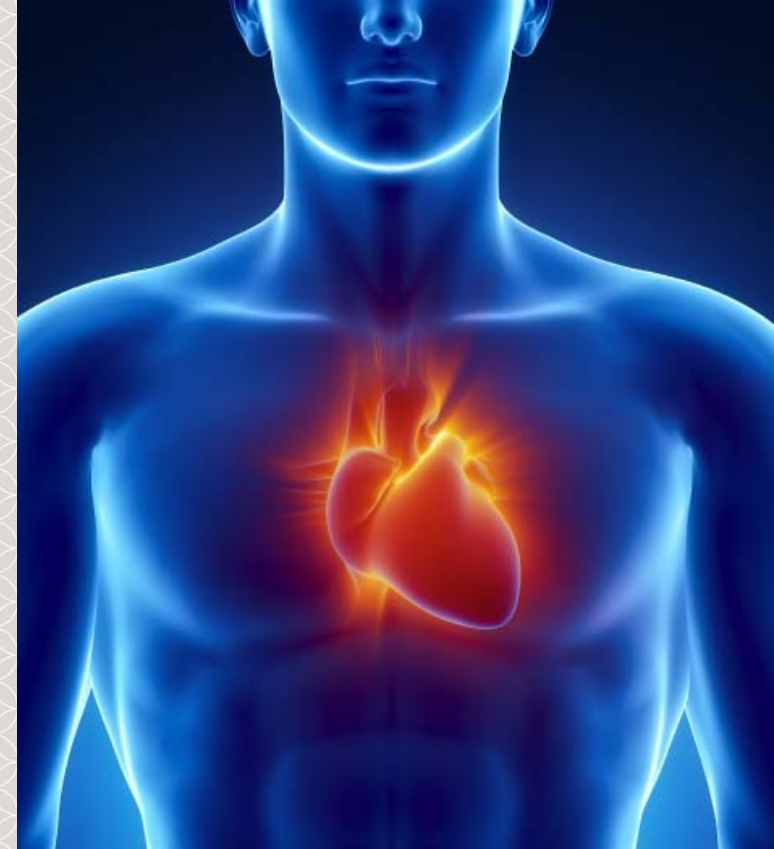


©டான் டோக் செங் மருத்துவமனை, சிங்கப்பூர் 2020. அனைத்து உரிமைகளும் பாதுகாக்கப்பட்டவை. எல்லா விவரங்களும் மார்ச் 2020 நிலவரப்படி சரியானவை. இந்த ஆவணத்தின் எந்தவொரு பகுதியும் டான் டோக் செங் மருத்துவமனையிடம் முன் அனுமதி பெறாமல் மறுபதிப்பு செய்யப்படவோ, நகலெடுக்கப்படவோ, திரித்து தொகுக்கப்படவோ, தழுவப்படவோ, விநியோகிக்கப்படவோ, 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.



இதய சிகிச்சைப் பிரிவு

உடற்பயிற்சிவழி இதயத்தசை சூழ்பரப்பு வரைவு பரிசோதனை



உடற்பயிற்சிவழி இதயத்தசை சூழ்பரப்பு வரைவு பரிசோதனை என்பது என்ன?

உடற்பயிற்சிவழி இதயத்தசை சூழ்பரப்பு வரைவு பரிசோதனை (exercise stress myocardial perfusion imaging test), இதயத்தைக் கடுமையாக (உளைச்சல் கொடுத்து) உழைக்கச் செய்யும்போது இதயத்தசைக்குச் செல்லும் இரத்த ஓட்டத்தைக் கணிக்கிறது. இதயத்தின் இரத்தக்குழாய்களில் ஒன்றில் அல்லது அதற்கு மேற்பட்டவற்றில் அடைப்பு இருக்கக்கூடிய சாத்தியத்தை இந்தப் பரிசோதனை உறுதிப்படுத்துகிறது. டெக்னியம் அல்லது தேலியம் எனும் கதிரியக்க இரசாயனத்தை மிகச்சிறிய அளவில் இதயத்திற்குள் செலுத்தி, இதயத்தின் இரத்த ஓட்டம் கணிக்கப்படுகிறது. இந்த இரசாயனத்தை இதயம் உள்வாங்கிக்கொள்ளும். பிறகு, சிறப்பு காமா கதிர்வீச்சு கேமராவுடன் இதயம் படமெடுக்கப்படும்.



படமெடுப்பு மேசை மற்றும் இதயத்தைப் படமெடுக்கப் பயன்படுத்தப்படும் காமா கதிர்வீச்சு கேமரா.

இதயத்திற்கு உளைச்சலை உண்டாக்கி, இதயத்தசைக்குப் போதுமான இரத்தம் கிடைக்கிறதா என்பதைக் கணிப்பதற்கு, நோயாளிகள் வழக்கமாக ட்ரட்மில் இயந்திரத்தில் உடற்பயிற்சி செய்வார்கள்.

இந்தப் பரிசோதனையின் நோக்கம் என்ன?

இதய இரத்தக்குழாய்கள் இதயத்திற்கு இரத்தம் விநியோகிக்கின்றன. இரத்தக்குழாய் கொழுப்புப்படிவு எனும் மருத்துவப் பிரச்சனையின் காரணமாக இரத்தக்குழாய்கள் வழக்கத்திற்கு மாறாகக் குறுகலாகிவிடக்கூடும். இப்பிரச்சனை உள்ள நோயாளிகளுக்கு, உடலுழைப்பின்போது இதயத்திற்குப் போதிய இரத்த ஓட்டம் இல்லாமல் போகலாம். இதனால் நெஞ்சு வலி, மூச்சுத்திணறல் போன்ற அறிகுறிகள் ஏற்படும்.

இந்தப் பரிசோதனை, இதயத்திற்குச் செல்லும் இரத்த ஓட்டத்தைக் கணிக்கிறது. அதோடு, இதயம் எவ்வளவு வலுவாகத் துடிக்கிறது என்பதையும் மருத்துவரிடம் தெரிவிக்கிறது. ஒரு நோயாளிக்கு இதய நோய் இருக்கிறதா என்பதைப் பரிசீலிக்கும் மருத்துவருக்குத் தேவைப்படும் ஆக முக்கியமான இரு விவரங்கள் இவை.

இந்தப் பரிசோதனையில் நான் எதிர்பார்க்க வேண்டியவை?

இந்தப் பரிசோதனை, அணுசக்தி இதய சிகிச்சை ஆய்வுக்கூடத்தில் செய்யப்படுகிறது. உளைச்சல் கொடுக்கும் கட்டம், ஓய்வெடுக்கும் கட்டம் என இரு கட்டங்கள் இதில் உள்ளன. இரு கட்டங்களும் அதே நாளில் செய்யப்படுவது வழக்கம். ஆயினும், தொழில்நுட்பக் காரணங்களால் சில சமயங்களில் ஒவ்வொரு கட்டத்தையும் வெவ்வேறு நாட்களில் செய்யவேண்டிய அவசியம் நேரலாம்.

பரிசோதனைக்கு முன்

உங்கள் உயரமும் எடையும் அளக்கப்படும். கதிரியக்க இரசாயனத்தை ஏற்றுவுதற்காக, உங்கள் கையிலுள்ள இரத்த நாளத்தில் ஒரு சிறிய பிளாஸ்டிக் குழாய் செருகப்படும்.

இதய மின்துடிப்பளவு (ECG) மின்முனைகளை நெஞ்சப்பகுதியில் இணைப்பதற்காக, ஆண் நோயாளிகள் தங்களது சட்டைகளைக் கழற்றும்படி கேட்டுக் கொள்ளப்படலாம். பெண் நோயாளிகள் சிறப்பு அங்கியை அணியும்படி கேட்டுக் கொள்ளப்படலாம். உங்கள் இரத்த அழுத்தமும் ஆரம்ப ECG-யும் பதிவு செய்யப்பட்ட பிறகு, பரிசோதனையின் ஓய்வெடுக்கும் கட்டத்திற்கு அல்லது உளைச்சல் கொடுக்கும் கட்டத்திற்குச் செல்வீர்கள்.

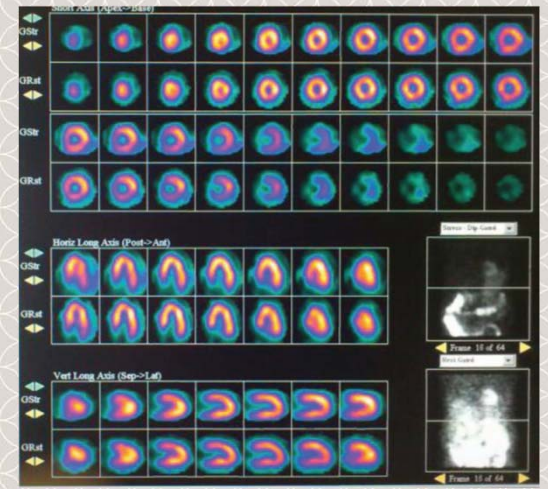
பரிசோதனையின்போது

1. ஓய்வெடுக்கும் கட்டம்

கதிரியக்க இரசாயனம் குழாய்வழி இரத்த நாளத்திற்குள் ஏற்றப்படும். பிறகு 30-45 நிமிடம் கழித்து, காமா கேமராவின் படமெடுப்பு மேசையில் சுமார் 15 நிமிடங்களுக்கு உங்களைப் படுக்கச் சொல்வார்கள். பயன்மிக்கப் படங்களை எடுப்பதற்கு, நீங்கள் கூடுமானவரை அசையாமல் படுத்திருப்பது முக்கியம். இரண்டு மணிநேர இடைவேளைக்குப் பிறகு, நீங்கள் “உளைச்சல் கொடுக்கும்” கட்டத்திற்குச் செல்லலாம்.

2. உளைச்சல் கொடுக்கும் கட்டம்

உங்களை ட்ரட்மில் இயந்திரத்தில் நடக்கச் சொல்வார்கள். இயந்திரத்தின் வேகமும் உயர்வும் 3 நிமிடங்களுக்கு ஒருமுறை அதிகரிக்கும். இந்தப் பரிசோதனையின்போது, உங்களது இதய மின்துடிப்பளவும் இரத்த அழுத்தமும் கண்காணிக்கப்படும். பரிசோதனையின் இந்தக் கட்டத்தின்போது மருத்துவர் உடனிருப்பார். உங்களுக்கு ஏதேனும் அறிகுறிகள் ஏற்பட்டால், பரிசோதனையைக் கண்காணிக்கும் மருத்துவரிடம் நீங்கள் தெரிவிக்கவேண்டும். உடற்பயிற்சி உச்சக்கட்டத்தில் இருக்கும்போது, உங்கள் இரத்த நாளத்திற்கும் கதிரியக்க இரசாயனத்தை மருத்துவர் ஏற்றுவார். இந்த இரசாயனம் செயல்படுவதற்கு, நீங்கள் ஒன்று முதல் இரண்டு நிமிடங்களுக்கு ட்ரட்மில் உடற்பயிற்சியைத் தொடரவேண்டும்.



இதயத்தசையின் குறுக்குவாக்குப் படங்கள், வழக்கமான இரத்த ஓட்டத்தையும் வழக்கமான சூழ்பரப்பு படமெடுப்பையும் காட்டுகின்றன.

உடற்பயிற்சிக்குப் பிறகு, நீங்கள் தொடர்ந்து சில நிமிடங்களுக்குக் கண்காணிக்கப்படுவீர்கள். நீங்கள் 30 முதல் 45 நிமிடங்கள் ஓய்வெடுத்த பிறகு, காமா கேமராவுடன் உங்கள் இதயம் மறுபடியும் படமெடுக்கப்படும். இந்தக் காலகட்டத்தில் நீங்கள் கொஞ்சம் தண்ணீர் குடிக்கலாம். தேவை என்றால் உணவும் உட்கொள்ளலாம்.

பரிசோதனையின் துல்லியத்தைக் கூட்டுவதற்காக, இதயத்தைப் படமெடுக்கும்போது படமெடுப்பு மேசையில் நீங்கள் குப்புறப் படுத்திருக்க வேண்டியிருக்கலாம்.

உங்கள் மருத்துவரிடம் தெரியப்படுத்தவும்:

- உயர் இரத்த அழுத்தத்திற்கு மற்றும்/அல்லது இதய நோய்க்கு நீங்கள் உட்கொள்ளும் மருந்துகளில் இதயத்துடிப்பைக் குறைக்கக்கூடிய ஏதேனும் மருந்துகள். இந்த மருந்துகளைப் பரிசோதனைக்கு முந்திய 24 முதல் 48 மணிநேரத்திற்கு உட்கொள்ளக்கூடாது. குறிப்பிட்ட மருத்துவச் சூழ்நிலைகளுக்கு மட்டுமே விதிவிலக்குண்டு. தயவுசெய்து உங்கள் மருத்துவரிடம் கேட்டறியவும்.
- உடற்பயிற்சியை சிரமமாக்கக்கூடிய உடல்நலப் பிரச்சனைகள், எடுத்துக்காட்டாக மூட்டு மற்றும் கால் இரத்த ஓட்டப் பிரச்சனைகள் அல்லது சமநிலைப் பிரச்சனைகள். அதோடு, உங்களுக்குக் காய்ச்சல், கிருமித்தொற்று மற்றும் அவை சார்ந்த நோய்கள் இருந்தாலும் உடற்பயிற்சி பரிசோதனையைச் செய்யக்கூடாது. இது குறித்து உங்கள் மருத்துவரிடம் கேட்டறியவும்.
- நீங்கள் கர்ப்பமாக இருந்தால் மருத்துவரிடம் தெரியப்படுத்தவும். கர்ப்பமாக இருக்கும்போது இந்தப் பரிசோதனையைச் செய்யக்கூடாது.