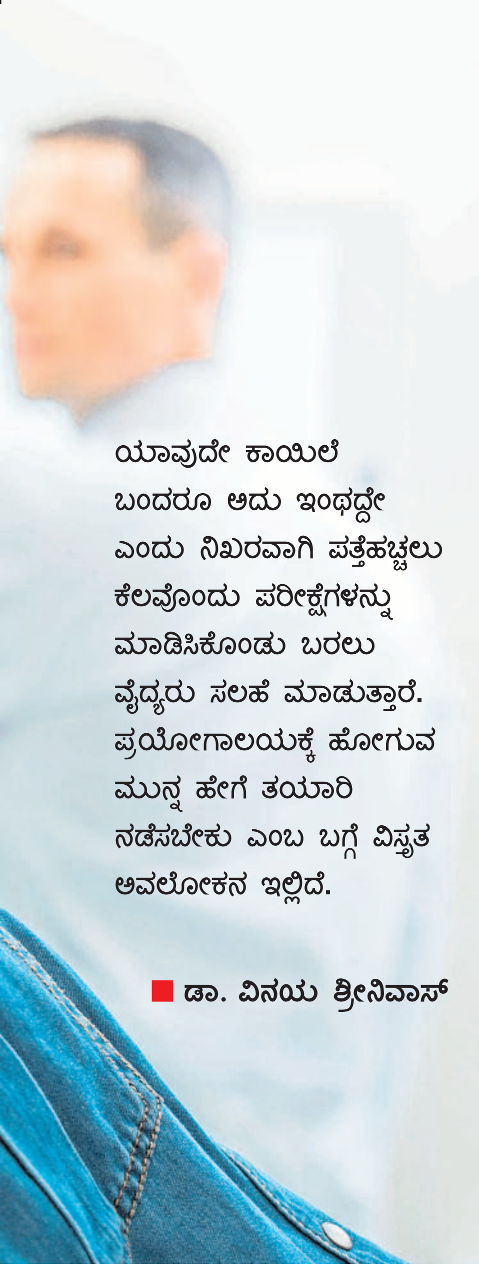

ಯಾವುದೇ ಕಾಯಿಲೆ ಬಂದರೂ ಅದು ಇಂಥದ್ದೇ ಎಂದು ನಿಖರವಾಗಿ ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಲು ಕೆಲವೊಂದು ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ಬರಲು ವೈದ್ಯರು ಸಲಹೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರಯೋಗಾಲಯಕ್ಕೆ ಹೋಗುವ ಮುನ್ನ ಹೇಗೆ ತಯಾರಿ ನಡೆಸಬೇಕು ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ವಿಸ್ತೃತ ಅವಲೋಕನ ಇಲ್ಲಿದೆ.

■ ಡಾ. ವಿನಯ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್

ಇದು. ಈ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಕನಿಷ್ಠ ಹತ್ತರಿಂದ ಹನ್ನೆರಡು ತಾಸುಗಳವರೆಗೆ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಹಿಂದಿನ ರಾತ್ರಿಯ ಊಟವಾದ ಬಳಿಕ ನೀರನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ, ಯಾವುದೇ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸದೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯಕ್ಕೆ ಬಂದು ರಕ್ತದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ಕಾಫಿ ಅಥವಾ ಚಹವನ್ನೂ ಕುಡಿದಿರಬಾರದು. ಮಾದರಿಯನ್ನು ಕೊಡಲು ತೀರ ತಡವೂ ಮಾಡಬಾರದು. ಯಾವುದೇ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಅಥವಾ ಸಮಯವನ್ನು ಮೀರಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಮಾದರಿ ವರದಿಯಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಉಂಟು ಮಾಡಬಹುದು, ನಿಖರತೆ ಇಲ್ಲದಂತಾಗಬಹುದು.

ಉಪಾಹಾರ ಸೇವನೆಯ ಬಳಿಕದ ರಕ್ತದ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶ (ಪಿಪಿಬಿಎಸ್)

ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟ ನಂತರ ಉಪಾಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಉಪಾಹಾರ ಸೇವಿಸಿ, ಸರಿಯಾಗಿ ಎರಡು ತಾಸುಗಳ ಬಳಿಕ ಪುನಃ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ರಕ್ತದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ಉಪಾಹಾರ ಸೇವಿಸುವಾಗ ಸರಿಯಾಗಿ ಸಮಯವನ್ನು ನೋಡಿಕೊಂಡಿರಬೇಕು. ವೈದ್ಯರು ಮೂತ್ರ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸಿದ್ದರೆ ಅದರ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಮರೆಯದೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ಕೊಡಬೇಕು.

ಮೌಖಿಕ ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ತಾಳಿಕೆಯ ಪರೀಕ್ಷೆ (ಓರಲ್ ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಟಾಲರೆನ್ಸ್ ಟೆಸ್ಟ್)

ವ್ಯಕ್ತಿಯ ರಕ್ತದ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶದ ಪ್ರಮಾಣವು ಮಧುಮೇಹ ಎಂದು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ಪೂರಕವಾಗಿರದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ವೈದ್ಯರು ಸೂಚಿಸುವುದಿದೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹದ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡು ಬಂದು, ರಕ್ತದ ಸಕ್ಕರೆಯ ಅಂಶ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯ ಅಂಶ ಪತ್ತೆಯಾಗಿದ್ದು ರಕ್ತದ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ, ಕುಟುಂಬದ ಬಹುತೇಕ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಮಧುಮೇಹವಿದ್ದಾಗ, ಗರ್ಭಿಣಿಯರಲ್ಲಿ ಭ್ರೂಣದ ತೂಕವು ಸಾಮಾನ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದಾಗ ಇನ್ನೂ ಮೊದಲಾದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಈ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಮಧುಮೇಹದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಪರೀಕ್ಷೆಯ ಹಿಂದಿನ ಮೂರು ದಿನಗಳವರೆಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದಿನಂತೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಿರಬೇಕು. ಪರೀಕ್ಷೆಯ ದಿನ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಹಾಗೂ ಮೂತ್ರದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಕೊಟ್ಟು, ನಂತರ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿಯೇ ಇರಬೇಕು. ತಂತ್ರಜ್ಞರು 75 ಗ್ರಾಮ್ ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಅನ್ನು ಮುನ್ನೂರು ಮಿಲಿಲೀಟರ್ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿ, ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಕುಡಿಯಲು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ಹೊರತು ಬೇರೆ ಯಾವ ಪಾನೀಯವನ್ನು ಅಥವಾ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಿ ಸೇವಿಸಬಾರದು. ಈ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಮದ್ಯಪಾನ, ಧೂಮಪಾನ, ವ್ಯಾಯಾಮ ಅಥವಾ ಇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಂತಿಲ್ಲ. ವಿಶ್ರಾಂತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರಬೇಕು. ತಂತ್ರಜ್ಞರು ಸಮಯವನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿರಿಸಿ, ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಸೇವಿಸಿ ಒಂದು ಮತ್ತು ಎರಡು ಗಂಟೆಯ ಬಳಿಕ ರಕ್ತ ಮತ್ತು ಮೂತ್ರದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಮೂರೂ ಮಾದರಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶದ ಪ್ರಮಾಣವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದಾಗ ವೈದ್ಯರು ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಗರ್ಭಿಣಿಯರಲ್ಲಿ ಮೌಖಿಕ ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಸವಾಲಿನ ಪರೀಕ್ಷೆ (ಓರಲ್ ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಚಾಲೆಂಜ್ ಟೆಸ್ಟ್)

ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿನ ಮಧುಮೇಹ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಭ್ರೂಣದ ಮೇಲೆ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರಬಹುದು. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಇದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಸ್ತ್ರೀರೋಗ ತಜ್ಞರು ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ಈ ವಿಶೇಷ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುವುದಿದೆ. ಐದರಿಂದ ಆರು ತಿಂಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ದಿನದ ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಬಹುದು. ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ಮಹಿಳೆಗೆ ಐವತ್ತು ಗ್ರಾಂ ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಅನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕರಗಿಸಿ ಕುಡಿಯಲು ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಆಕೆ ಯಾವುದೇ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬಾರದು. ಇದಾಗಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಎರಡು ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ ರಕ್ತದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಅದರಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಅಂಶವನ್ನು ಅಳೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದರೆ ಮುಂದಿನ ಕ್ರಮವನ್ನು ಸೂಚಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಲಿಪಿಡ್ ಪ್ರೊಫೈಲ್

ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಕೊಬ್ಬಿನಂಶಗಳಾದ ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್, ಎಚ್‌ಡಿಎಲ್, ಟ್ರೈಗ್ಲಿಸರೈಡ್, ಎಲ್‌ಡಿಎಲ್ ಮತ್ತು ವಿಎಲ್‌ಡಿಎಲ್ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಅಳೆಯುವ ತಪಾಸಣೆಗಳ ಒಟ್ಟು ಸಂಕೀರ್ಣವನ್ನು ಲಿಪಿಡ್ ಪ್ರೊಫೈಲ್ ಪರೀಕ್ಷೆ ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಈ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ರಕ್ತದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಕೊಡುವಾಗಲೂ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹತ್ತರಿಂದ ಹನ್ನೆರಡು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಹಿಂದಿನ ರಾತ್ರಿ ಊಟವಾದ ಬಳಿಕ ನೀರನ್ನು ಹೊರತು ಪಡಿಸಿ ಯಾವ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸದೆ, ಬೆಳಗಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ರಕ್ತದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಕೊಡುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಹಿಂದಿನ ಇಪ್ಪತ್ತಾಲ್ಕು ಗಂಟೆಗಳ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಮದ್ಯಪಾನ ಮಾಡಿರಕೂಡದು. ಅಲ್ಲದೆ, ಹಿಂದಿನ ಏಳು ದಿನಗಳೂ ಎಂದಿನ ಸಾಮಾನ್ಯ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಮಾಡಿರಬೇಕು. ಈ ಎಲ್ಲ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪರಿಪಾಲಿಸಿದರೆ ಕೊಬ್ಬಿನಂಶದ ನಿಖರ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ಗೊತ್ತು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಥೈರಾಯ್ಡ್ ಪರೀಕ್ಷೆ

ದಿನದ ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಥೈರಾಯ್ಡ್ ರಸದೂತಗಳ ಪ್ರಮಾಣವನ್ನು ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಬಹುದಾದರೂ ಬೆಳಗಿನ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸುವ ಮೊದಲು ಮಾದರಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಶಾರೀರಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ರಸದೂತಗಳ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ತರಬಹುದು. ಅಲ್ಲದೆ, ಸೇವಿಸಿದ ಆಹಾರದಿಂದ ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆಗೆ ಸೇರ್ಪಡೆಯಾಗುವ ಕೊಬ್ಬಿನಾಂಶವು ರಸದೂತದ ಮಟ್ಟವನ್ನು ನಿಖರವಾಗಿ ಅಳೆಯಲು ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ತಡೆಯಾಗಬಹುದು. ಈ ಕಾರಣಗಳಿಗಾಗಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯ ಮೊದಲು ರಕ್ತದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ನೀವು ಥೈರಾಯ್ಡ್ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದು, ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸುವ ದಿನದಂದು ರಕ್ತದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಣೆಗೆ ಕೊಟ್ಟ ನಂತರ ಮಾತ್ರೆ