

গর্ভাবস্থায় প্রস্রাব কেন পরীক্ষা করা হয়

আপনার প্রস্রাব আপনার ও আপনার শিশুর স্বাস্থ্য সম্বন্ধে গুরুত্বপূর্ণ ইঙ্গিতবাহক।

গর্ভাবস্থায় এটা নিয়মিতভাবে পরীক্ষা করা হবে যাতে এগুলির বিষয়ে জানা যায় :

- প্রোটিন - প্রি-এক্স্যাম্পসিয়ার লক্ষণ
- গ্লুকোস (সর্করা) - ডায়বেটিসের সম্ভাবনা যা হয়ত গর্ভাবস্থায় প্রথমবার প্রকট হয়েছে
- ব্যাকটেরিয়া - সংক্রমণের লক্ষণ

মূলতঃ প্রি-এক্স্যাম্পসিয়ার (যাকে আগে টক্সেমিয়া বলা হত) খোঁজ করার জন্য প্রস্রাব পরীক্ষা সংক্রান্ত এই তথ্য। প্রি-এক্স্যাম্পসিয়ার রোগ লক্ষণ ও উপসর্গ গর্ভাবস্থায় দ্বিতীয়ার্ধে দেখা যায়। আরেকটা লক্ষণ উচ্চ রক্তচাপ (হাইব্লাড প্রেসার)।

প্রি-এক্স্যাম্পসিয়ার আক্রান্ত মহিলারা সাধারণতঃ সম্পূর্ণ সুস্থ বোধ করেন। সুতরাং প্রস্রাব ও রক্তচাপ পরীক্ষা করানো খুব জরুরী।

এই টেস্ট কিভাবে কাজ করে

আপনার দাই বা ডাক্তার সে দিনকার প্রস্রাবের নমুনায় একটা কাগজের ফালি (ডিপস্টিক) ডুবিয়ে দেখবেন। টেস্টে বোঝা যাবে প্রোটিন আছে কিনা ও কতটা আছে তার ইঙ্গিত থাকবে।

সামান্য পরিমাণ প্রোটিন থাকলে আপনার নোটে “ট্রেস” (চিহ্ন) লেখা হবে। এতে চিন্তার কোনো কারণ নেই। প্রোটিনের চিহ্ন বেশী থাকলে একটি বা একাধিক + দেওয়া হয়, অধিকতম চারখানা + চিহ্ন দেওয়া যায়।

প্রোটিন পাওয়া গেলে কি হবে?

আপনার যদি একটি + বা একাধিক প্রোটিন থাকে ও সঙ্গে উচ্চ রক্তচাপও থাকে (সাধারণতঃ নিচের সংখ্যাটা - 90 মিমি হেগ্রা ডায়াস্টলিকের বেশী) তাহলে আপনার হয়ত প্রি-এক্স্যাম্পসিয়ার আছে ও এখন থেকে বেশী যত্ন নেওয়া প্রয়োজন। আপনাকে হয়ত 24 ঘন্টার প্রস্রাবের নমুনা সংগ্রহ করতে বলা হবে, যাতে ঠিক কতটা পরিমাণ প্রোটিন আছে তা বোঝা যায়। আপনার প্রস্রাবে প্রোটিন থাকলে, বিশেষত যদি অন্য উপসর্গ না থাকে তাহলে, সম্ভবতঃ তা প্রস্রাবে সংক্রমণের লক্ষণ না।

বাড়িতে প্রস্রাবের নমুনা সংগ্রহ করা

আপনাকে হয়ত নিজে বাড়িতে প্রস্রাবের নমুনা সংগ্রহ করে, পরীক্ষার জন্য ক্লিনিকে নিয়ে আসতে বলা হবে। আপনাকে হয়ত আলাদা পাত্র দেওয়া হবে বা নিজে খুঁজে নিতে হবে। যে পাত্র ব্যবহার করবেন তা যেন পরিষ্কার ও জল দিয়ে ভালোমত ধোওয়া হয়।

আপনাকে হয়ত তিনরকমের নমুনা (স্যাম্পল) সংগ্রহ করতে বলা হবে।

এই ভাবে করুন :

1. সকালে প্রথম নমুনা
অ্যাপয়েন্টমেন্টের দিন, ঘুম থেকে উঠে প্রথম বার প্রস্রাবের খানিকটা নমুনা রেখে নিন।
2. 24-ঘন্টার নমুনা
24-ঘন্টায় যতবার প্রস্রাব করবেন, ততবার নমুনা সংগ্রহ করে নিন।

পাদক্ষেপ - 1 ঘুম থেকে উঠে প্রস্রাব করার সময় স্যাম্পল নিতে হবে না। আপনার দাই বা ডাক্তার হয়ত সকালের একটা নির্দিষ্ট সময়ে এটা করতে বলবেন।

পদক্ষেপ -2 বাকি দিন ও রাতে যতবার প্রস্রাব করবেন তার স্যাম্পেল সংগ্রহ করে নেবেন। প্রত্যেকবার ক্লিনিকের বড় পাত্রে আপনার ছোট স্যাম্পেলের পাত্র থেকে মুত্র চেলে রাখবেন।

পদক্ষেপ - 3 পদক্ষেপ - 1এর ঠিক 24-ঘন্টা পর শেষ স্যাম্পেল সংগ্রহ করে বড় পাত্রে চেলে রাখুন।

3. মিড-স্ট্রিম স্পেসিমেন (MSU)

আপনার জননেদ্রিয় জল দিয়ে পরিষ্কার করে নিন।

এবার, '3S' প্ল্যান এভাবে অনুসরণ করুন :

স্টার্ট - টয়লেটে অল্প প্রস্রাব করুন

স্টপ - যখন অনেকটা বাকি তখন থেমে যান

স্যাম্পেল - আবার প্রস্রাব করুন ও মুত্র পাত্রে সংগ্রহ করে নিন

তারপর বাকি প্রস্রাব করুন।

ক্লিনিকে স্যাম্পেল নিয়ে যেতে ভুলে গেলে সেখানে একটা পাত্র চেয়ে নিয়ে তাজা স্যাম্পেল সংগ্রহ করে দিয়ে দিন।

প্রি-এক্স্যাম্পসিয়া সংক্রান্ত যে কোনো বিষয়ে পরামর্শ বা তথ্যের জন্য 0208 427 4217 নম্বরে অ্যাকশন অন প্রি-এক্স্যাম্পসিয়ার হেল্পলাইন যোগাযোগ করুন।

Action on Pre-eclampsia
84-88 Pinner Road
Harrow
Middlesex
HA1 4HZ

ইমেল : info@apex.org.uk

www.apex.org.uk

রেজিস্ট্রিকৃত ও দাতব্য সংখ্যা : 1013557

রেজিস্ট্রিকৃত ও কোম্পানি সংখ্যা : 2736320