Electroencephalogram (EEG)

Ano ang EEG?

Ang **Electroencephalogram (EEG)** ay isang pagsusuri na sumusukat sa aktibidad na elektrikal ng utak. Gumagamit ito ng maliliit na electrode na idinidikit sa anit upang makita ang mga electrical signal, na pagkatapos ay nire-record at ipinapakita bilang **mga brainwave** sa isang screen ng computer. Ang pagsusuring ito ay **hindi masakit** at nakatutulong sa mga doktor na makapag-diagnose at makapag-monitor ng iba't ibang kondisyon sa utak.

Ano ang mangyayari sa EEG test?

Para sa routine o sleep-deprived EEG, hihilingin sa iyo na umupo sa isang reclining chair o humiga sa exam table. Kukunin muna ng teknolohista ang iyong maikling medical history bago simulan ang pagsusuri. Susukatin ang iyong ulo, at ididikit ang mga electrode sa iyong anit gamit ang water-soluble na electrode cream.

Ang pagre-record ay tatagal nang humigit-kumulang **35 minuto**. Sa panahong ito, hihilingin sa iyo na manatiling nakapikit at hindi gagalaw. Hihilingin sa iyo na magsagawa ng isang simpleng breathing exercise, at may ilaw na kikislap sa harap ng iyong mukha habang nakapikit ang iyong mga mata.

Ang buong proseso ay **hindi masakit**. Pagkatapos ng EEG, lilinisin ng teknolohista ang sobrang cream at mga marka sa iyong ulo. **Maaaring may natitirang kaunting cream sa iyong buhok**, pero ito'y madaling matatanggal sa pamamagitan ng shampoo sa bahay. Para sa mga may **blonde o kulay-abo** na buhok, maaaring may kaunting pulang marka mula sa lapis na ginamit, ngunit ito rin ay madaling matanggal sa paghuhugas.

Ano ang Sleep-Deprived EEG?

(Isinasagawa lamang kung iniutos ng iyong doktor)

Ang **Sleep-Deprived EEG** ay isang EEG na ginagawa matapos kang **hindi nakatulog nang 4–6 na oras** o higit pa. May mga **MAHIGPIT NA PATAKARAN** sa pagsusuring ito kung ito'y inutos. Mangyaring sundin ang **LAHAT NG TAGUBILIN** upang masiguro ang tamang resulta at maiwasang ma-reschedule ang iyong appointment.

- **MAHALAGA** na manatiling gising buong gabi bago ang pagsusuri.
- **HUWAG UMINOM ng anumang inumin na may caffeine** (tulad ng kape, tsaa, softdrinks) sa loob ng **12 oras bago ang pagsusuri**.
- Kung ang iyong appointment ay sa hapon, maaari kang matulog nang hanggang **4 na oras bago mag-hatinggabi**, at pagkatapos nito ay dapat manatili kang gising. Magkakaiba ang kakayahan ng iba't-ibang tao na gawin ito, kaya't subukan mong huwag matulog hangga't maaari bago ang pasusuri.
- **APPOINTMENT SA UMAGA** (hal. 7:30, 9:00, o 10:30): Kung ang EEG appointment ay naka-iskedyul sa umaga, **KAILANGAN** mong manatiling gising buong gabi bago ang pagsusuri.
- **APPOINTMENT SA HAPON** (hal. 12:30, 2:00, o 3:30): Kung ang EEG appointment ay naka-iskedyul sa hapon, **PINAPAYAGAN** kang matulog nang **maximum na 4 na oras** bago ang hatinggabi ng gabi bago ang pagsusuri. Halimbawa, maaari kang matulog mula 8:00pm hanggang 12:00am, pero **mula 12:00am pataas ay dapat gising ka na.**

- **MAIGTING NA INIIREREKOMENDA** na maghanap ka ng **kasamang magmamaneho** sa pagpunta at pag-uwi sa pagsusuri.

Paghahanda para sa EEG

1. **Dapat malinis ang iyong buhok at walang anumang produkto** gaya ng langis, conditioner, gel, mousse, hairspray, atbp. Hugasan ang iyong buhok **nang maaga** para matiyak na ito'y tuyo na sa oras ng pagsusuri. Maaari mong hugasan ang buhok sa **gabi bago ang pagsusuri**.
   Dapat tanggalin ang mga peluka, hair extensions, o weave bago ang appointment.
2. **Kumain bago ang pagsusuri:** Mahalagang **manatiling stable ang iyong blood sugar**, kaya subukang kumain sa loob ng **dalawang oras bago ang exam.**
3. **Inumin ang iyong karaniwang gamot.** Maliban kung may iba kang tagubilin mula sa iyong doktor, **ituloy ang lahat ng gamot tulad ng nakagawian**.
   Mangyaring dalhin ang **listahan ng iyong mga iniinom na gamot**, lalo na kung madali mong makalimutan ang mga pangalan ng mga ito.