

लम्बर पंक्चर

Lumbar Puncture

Lumbar puncture, also called a spinal puncture or spinal tap, is a test where a small amount of fluid is removed from the space around the spinal cord. The fluid, called cerebrospinal fluid or CSF, is tested for problems.

An adult family member or friend needs to come with you to take you home after the test. It is not safe for you to drive or leave alone.

Arrive on time for your test. Plan on being here for about 2 hours. The test takes about 45 minutes.

To Prepare

- Talk to your doctor about the medicines you take, including prescription and over the counter medicines, vitamins, minerals or herbal supplements. If you are taking any medicines to thin your blood, you may need to stop or change your medicines before your test.
- You may need to have some blood tests done before this test. Talk to your doctor about when and where you should have the tests done.
- Have an adult drive you to your test and be there to take you home after the test. It is not safe for you to leave after the test by yourself.
- The day of your test, remove any jewelry, including any piercings. Bring a list of all your medicines and your allergies, your insurance card and a photo ID.

लम्बर पंक्चर, जिसे रीढ़ का पंक्चर (उसमें छेद करने वाला) या रीढ़ का टैप भी कहा जाता है, यह एक ऐसा परीक्षण है जिसमें रीढ़ के इर्दगिर्द के स्थान से थोड़ी मात्रा में तरल पदार्थ निकाला जाता है। सेरेब्रोस्पाइनल ड्रव या CSF नामक तरल पदार्थ का परीक्षण समस्याओं को जानने के लिए किया जाता है।

परीक्षण के बाद आपको घर ले जाने के लिए किसी वयस्क पारिवारिक सदस्य या मित्र को आपके साथ आने की ज़रूरत है। आपके लिए अकेले ड्राइव करना या अकेले जाना सुरक्षित नहीं है।

अपने परीक्षण के लिए समय पर पहुँचें। यहाँ लगभग 2 घंटे तक रहने की योजना बनाएँ। जाँच में लगभग 45 मिनट का समय लगता है।

तैयारी करने के लिए

- अपने डॉक्टर से आपके द्वारा ली जाने वाली दवाओं के बारे में बात करें, जिसमें नुस्खे वाली और बिना नुस्खे वाली दवाएँ, विटामिन्स, खनिज या हर्बल सप्लीमेंट्स (जड़ी-बूटी वाले पूरक) शामिल हैं। यदि आप अपने रक्त को पतला करने के लिए कोई दवा ले रहे हैं, तो आपको अपने परीक्षण से पहले अपनी दवाओं को रोकना या बदलना पड़ सकता है।
- इस परीक्षण से पहले आपको कुछ रक्त परीक्षणों को करवाने की आवश्यकता हो सकती है। अपने डॉक्टर से बात करें कि आपको परीक्षणों को कब और कहाँ करवाना चाहिए।
- एक ऐसे वयस्क को अपने साथ रखें जो आपको परीक्षण के लिए ड्राइव करके ले जाए और परीक्षण के बाद आपको वापस घर ले जाने के लिए वहाँ रूके। परीक्षण के बाद अकेले निकलना आपके लिए सुरक्षित नहीं है।
- आपने परीक्षण के दिन, किसी भी आभूषण को हटा दें, जिनमें शरीर के अंगों को छेद कर पहने जाने वाले गहने भी शामिल हैं। अपनी सभी दवाओं और अपनी एलर्जियों की एक सूची, अपना बीमा कार्ड और फ़ोटो आईडी लाएँ।

During the Test

- You will wear a hospital gown.
- The staff will help you into one of these positions:
 - Lie on your left side with your knees pulled up to your stomach as far as you can.
 - Sit on the side of the bed and lean over a table.
 - Lie on your stomach.
- The doctor cleans your lower back with a special soap. This may feel cold.
- Numbing medicine is put into the skin on your back. This may sting for a few seconds.
- When the skin is numb, a needle is placed between the bones of your spine to get the fluid. The needle does not go into your spinal cord.
- You may feel some pressure but no pain. Breathe slowly and deeply, relax and try not to move.
- While the needle is in place, you must stay very still.
- Fluid is removed through the needle in a slow drip. This may take 5 to 20 minutes based on how much fluid is needed.
- The needle is taken out and a band-aid is put on the site.

After the Test

- You will lie flat for 1 hour. Ask for help to get out of bed if you need to go to the bathroom during this time. Your blood pressure, heart rate and breathing rate will be checked.
- You will need to have an adult family member or friend take you home for your safety.

परीक्षण के दौरान

- आप अस्पताल का गाउन पहनेंगी।
- स्टाफ़ आपको इनमें से किसी एक स्थिति में रहने में मदद करेगा:
 - अपने घुटनों को पेट तक यथासंभव खींचकर बाईं करवट लें।
 - बिस्तर के किनारे पर बैठें और किसी मेज पर झुक जाएँ।
 - अपने पेट के बल लें।
- डॉक्टर आपके पीठ के निचले हिस्से को एक विशेष साबुन से साफ़ करता है। इससे ठंड महसूस हो सकती है।
- आपके पीठ पर त्वचा में सुन्न करने वाली दवा डाली जाती है। संभव है कि यह कुछ सेकंड के लिए चुभे।
- जब त्वचा सुन्न होती है, तब तरल पदार्थ प्राप्त करने के लिए आपकी रीढ़ में एक सुई डाली जाती है। सुई आपकी सुषमा में नहीं जाती है।
- आपको कुछ दबाव महसूस हो सकता है लेकिन दर्द नहीं होगा। धीरे-धीरे और गहरी साँस लें, तनावरहित रहें और हिलने-डुलने की कोशिश न करें।
- जब सुई अपने स्थान में हो, तो आपको बहुत स्थिर रहना चाहिए।
- द्रव को सुई के जरिए धीमी गति से टपका कर (ड्रिप) निकाला जाता है। कितने तरल पदार्थ की आवश्यकता है, इसके आधार पर इसमें 5 से 20 मिनट लग सकते हैं।
- सुई को बाहर निकाल लिया जाता है और उस स्थान पर एक बैंड-ऐड लगा दी जाती है।

परीक्षण के बाद

- आप 1 घंटे के लिए सपाट लेटे रहेंगे। यदि आपको इस समय के दौरान बाथरूम जाने की आवश्यकता है, तो बिस्तर से बाहर निकलने में मदद के लिए कहें। आपके रक्तचाप, हृदय की गति और श्वास दर की जाँच की जाएंगी।
- आपको अपनी सुरक्षा के लिए साथ में परिवार के किसी सदस्य या मित्र को रखना होगा ताकि वह आपको घर ले जा सकें।

- On the ride home, you may be directed to lie flat on your back in the back seat of the car if you have a headache.
- At home, if you have a headache, lay down for at least an hour with your head flat or propped up on only 1 pillow.
- You can get up to go to the toilet.
- Drink plenty of liquids, especially water and caffeine drinks to avoid or ease a headache.
- Take acetaminophen (Tylenol) or ibuprofen (Advil or Motrin) as directed on the label to help ease your headache if needed.
- Avoid exercise and strenuous activity for the next 24 hours.
- Remove the band-aid from the site the day after your test.
- Test results are sent to your doctor. Your doctor will share the results with you.

Call your doctor right away if you have:

- A severe headache
- Nausea or vomiting
- A fever
- Numbness or tingling in your legs
- More back pain

Call 911 right away if you have excessive bleeding or drainage at the site.

Talk with your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

- घर जाते समय, यदि आपको सिरदर्द है तो आपको कार की पिछली सीट पर अपनी पीठ के बल लेटने का निर्देश दिया जा सकता है।
- यदि आपको घर पर सिरदर्द है, तो अपने सिर को सपाट रखकर कम से कम एक घंटे के लिए लेट जाएँ या उसे केवल 1 तकिए के सहारे रखें।
- आप शौचालय जाने के लिए उठ सकते हैं।
- सिरदर्द से बचने या उसे कम करने के लिए खूब तरल पदार्थ, विशेष रूप से पानी और कैफ़ीन वाले पैय पदार्थ पीएँ।
- यदि आवश्यक हो तो अपने सिरदर्द को कम करने में मदद के लिए लेबल पर निर्देशित एसिटामिनोफेन (टायलेनॉल) या आईबुप्रोफेन (एडविल या मोट्रिन) लें।
- अगले 24 घंटों तक व्यायाम और श्रमसाध्य गतिविधि से बचें।
- अपने परीक्षण के अगले दिन उस जगह से बैंड-ऐड हटा दें।
- परीक्षण के परिणाम आपके डॉक्टर को भेजे जाते हैं। आपका डॉक्टर आपके साथ परिणामों को साझा करेगा।

अपने डॉक्टर को तत्काल फोन करें यदि आपको:

- गंभीर सिरदर्द
- मतली या उलटी
- बुखार
- आपके पैरों में सुन्नता या झुनझुनी
- पीठ में अधिक दर्द

यदि स्थान पर अत्यधिक रक्तस्राव या रिसाव हो रहा हो, तो 911 पर तुरंत कॉल करें।

यदि आपके कोई प्रश्न हैं या आपकी कोई चिंताएँ हैं, तो अपने डॉक्टर या नर्स से बात करें।