

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਿਰਦਰਦ – ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

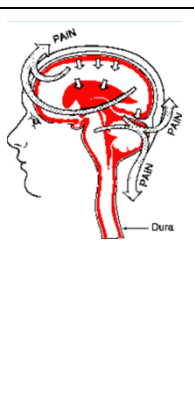



ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਜਾਂ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡਾ 'ਪੋਸਟ-ਡਿਊਰਲ ਪੰਕਚਰ' ਸਿਰਦਰਦ (PDPH) ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਣ ਦੀ 100 ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਅਤੇ 200 ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵਿਚਕਾਰ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।





ਸਿਰਦਰਦ ਦੇ ਕੀ ਕਾਰਨ ਹਨ?

ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਡਿਊਰਾ ਨਾਮ ਦੀ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨਾਲ ਭਰੀ ਹੋਈ ਥੈਲੀ ਨਾਲ ਘਿਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਅੰਦਰ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਕਾਰਨ ਹੀ ਜਾਂ ਮਿੱਥੇ ਤੌਰ ਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਡਿਊਰਾ ਵਿੱਚ ਸੁਰਾਖ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਸੁਰਾਖ ਵਿੱਚੋਂ ਰਿਸ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਤਰਲ ਵਿੱਚ ਦਾਬ ਰੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਸਿਰਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਸਿਰਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

	<ul style="list-style-type: none">• ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਜਾਂ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ• ਇਹ ਅਕਸਰ ਤੀਬਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ• ਇਹ ਬੈਠਣ ਤੇ ਕਾਫੀ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੇਟਣ ਤੇ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ• ਗਰਦਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ• ਚਮਕੀਲੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਕਸ਼ਟਦਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ – ਹਨੇਰੇ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿਓ	
---	--	--

ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ?

-  ਆਰਾਮ
-  ਕਾਫੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਕੈਫੀਨ ਯੁਕਤ ਪਦਾਰਥ ਪੀਓ
-  ਨਿਯਮਿਤ ਦਰਦ ਨਾਸ਼ਕ ਦਵਾਈਆਂ (ਜਿਵੇਂ ਪੈਰਾਸੇਟਾਮੋਲ ਜਾਂ ਬੁਪ੍ਰੋਫੇਨ)
-  ਸਮਾਂ – ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਹਤਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਬਲੱਡ ਪੈਚ – ਜੇਕਰ ਇਹ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਤੀਬਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਬਲੱਡ ਪੈਚ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਿਰਦਰਦ – ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ



1] ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਬਲੱਡ ਪੈਚ

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਜਾਂ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਵਾਂਗ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਲੇਬਰ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਥੀਏਟਰ ਵਿਖੇ ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ (ਅਨੈਸਥੀਸਟ) ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸੁਰਾਖ ਹੋਣ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



2] ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਦੌਰਾਨ

ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਦੀ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



3] ਫਿਰ ਖੂਨ ਨੂੰ

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



4] ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਲੱਡ ਪੈਚ ਲਗਾਉਣ ਦੇ ਬਾਅਦ

ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਲੇਟਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਸਹੀ ਥਾਂ ਤੇ ਜੰਮ ਜਾਵੇ। ਖੂਨ ਜੰਮ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਦੇ ਸੁਰਾਖ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ, ਜੋ ਸਿਰਦਰਦ ਬੰਦ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।



ਬਲੱਡ ਪੈਚ ਦੇ ਮਾੜੇ ਅਸਰ ਕੀ ਹਨ?

- 5 ਵਿੱਚੋਂ 1 ਦਾ ਸਿਰਦਰਦ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਇਸਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਲੈਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਟੀਕੇ ਰਾਹੀਂ ਬਲੱਡ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਉਸਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਦੂਜੇ ਡਿਊਰਲ ਸੁਰਾਖ (1% ਤੋਂ ਘੱਟ) ਦੀ ਥੋੜੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਸੰਕ੍ਰਮਣ, ਨਸਾਂ ਦਾ ਵਿਗਾੜ ਜਾਂ ਖੂਨ ਵਗਣਾ ਹੋਰ ਵਿਰਲੀਆਂ ਗੁੰਝਲਾਂ ਹਨ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਖੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

- ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਤੀਬਰ ਦਰਦ
- ਤੇਜ਼ ਬੁਖਾਰ

ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਿਰਦਰਦ – ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ



- ਗਰਦਨ ਦੇ ਅਕੜਾਅ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਿਰਦਰਦ
- ਲੱਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰੀ
- ਪਿਸ਼ਾਬ ਜਾਂ ਪਖਾਨੇ ਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਨਾ ਰਹਿਣਾ

ਪੋਸਟ ਡਿਊਰਲ ਪੰਕਚਰ ਸਿਰਦਰਦ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਦਰਦ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ਅਤੇ ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੇਬਰ ਪੇਨਸ (Labour Pains) ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ - <http://www.labourpains.com/>



We are grateful to Translators without Borders who have translated this document.



© Copyright 2016 - Obstetric Anaesthetists' Association - 21 Portland Place - London - W1B 1PY - UK
Telephone: +44 (0)20 7631 8883 Fax: +44 (0)20 7631 4352 Registered Charity No. 1111382 Registered No. 5540014 (England)