

ਆਓ ਗੱਲ ਕਰੀਏ...

ਆਪਣੀ MRI ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ

ਇੱਕ MRI (ਮੈਗਨੈਟਿਕ ਰੈਜ਼ੋਨਾਂਸ ਇਮੇਜਿੰਗ) ਡਾਕਟਰਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਖਿੱਚਣ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਢੰਗ ਹੈ। ਇਹ ਉੱਬਕਾਂ ਅਤੇ ਰੇਡੀਓ ਤਰੰਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ—ਨਾ ਕਿ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ—ਤਾਂ ਕਿ ਵੇਖ ਸਕੇ ਕੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਿਵੇਂ ਵਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ!

ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਲਈ ਨੁਕਤੇ

- **ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ:** ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਛੋਟੇ ਹੋ, ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ, ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵੱਡੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ MRI ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਸੁਰ ਕਰਨੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
- **ਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ:** ਤੁਹਾਨੂੰ 30 ਤੋਂ 90 ਮਿੰਟਾਂ ਤੱਕ ਹਿੱਲਿਆਂ ਬਗੈਰ ਲੇਟੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਹਿੱਲਿਆਂ ਬਗੈਰ ਲੇਟਣ ਅਤੇ [ਇਹਨਾਂ MRI ਅਵਾਜ਼ਾਂ](#) ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਦਾ ਘਰ ਵਿੱਚ ਅਭਿਆਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- **ਇੱਕ “ਨਿਪਟਾਰਾ ਯੋਜਨਾ” ਬਣਾਓ:** ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਮਨਪਸੰਦ ਥਾਂ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੱਕ ਬੀਚ ਜਾਂ ਇੱਕ ਪਾਰਕ।
- **ਇੱਕ ਮਦਦਗਾਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ:** ਇੱਕ Child Life Specialist ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ ਵੀ ਉੱਥੇ ਰਹਿਣਗੇ।



ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਵੇਖੋਗੇ

- **MRI ਟੀਮ:** ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਟੈਕਨੋਲੋਜਿਸਟ ਨੂੰ ਮਿਲੋਗੇ ਜੋ ਮਸ਼ੀਨ ਬਾਰੇ ਹਰ ਗੱਲ ਜਾਣਦਾ ਹੋਵੇਗਾ।
- **ਮਸ਼ੀਨ:** MRI ਮਸ਼ੀਨ ਬਹੁਤ ਵੱਡੇ ਡੋਨਟ, ਇੱਕ ਸਪੇਸਿਫਿਕ, ਜਾਂ ਇੱਕ ਲੰਬੀ ਸੁਰੰਗ ਵਰਗੀ ਵਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਵਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ?
- **ਮੁਵੀ ਸਿਸਟਮ:** MRI ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਮੁਵੀ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਵੇਂ ਠੀਕ ਸਮਝਣ, MRI ਟੀਮ ਵੱਲੋਂ ਇਸਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।



ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸੁਣੋਗੇ:

- **ਉੱਚੀਆਂ ਅਵਾਜ਼ਾਂ:** ਮਸ਼ੀਨ ਉੱਚੀਆਂ ਠਕ-ਠਕ ਅਤੇ ਕਲੱਕ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਅਵਾਜ਼ਾਂ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਈਅਰਪਲੱਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ

- **ਹਸਪਤਾਲ ਪਜਾਮੇ:** MRI ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਸੀਂ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਹਸਪਤਾਲ ਪਜਾਮੇ ਪਾਓਗੇ।
- **ਬਿਸਤਰੇ ਤੇ ਜਾਣਾ:** ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਬੈੱਡ ਤੇ ਲੇਟੋਗੇ ਜੋ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਸਕੈਨਰ ਵਿੱਚ ਸਲਾਈਡ ਕਰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- **“ਪਿਕਚਰ ਵਾਟਰ”:** ਕਦੇ-ਕਦੇ, ਡਾਕਟਰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਬਦ ਵਰਤਦੇ ਹਨ “ਕੰਟਰਾਸਟ” (ਜਿਸਨੂੰ ਅਸੀਂ “ਪਿਕਚਰ ਵਾਟਰ” ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ)। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇੱਕ IV ਰਾਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਛੋਟੀ, ਕੋਮਲ ਨਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।
- **ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਨੇੜੇ ਹੋਣਾ:** ਮਾਂ-ਬਾਪ ਜਾਂ ਸੰਭਾਲਕਰਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਠਹਿਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ MRI ਟੀਮ ਦੁਆਰਾ ਸਮਝਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਜਾਂ Child Life Specialist ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਓ:
<http://ucdavis.health/childlife>