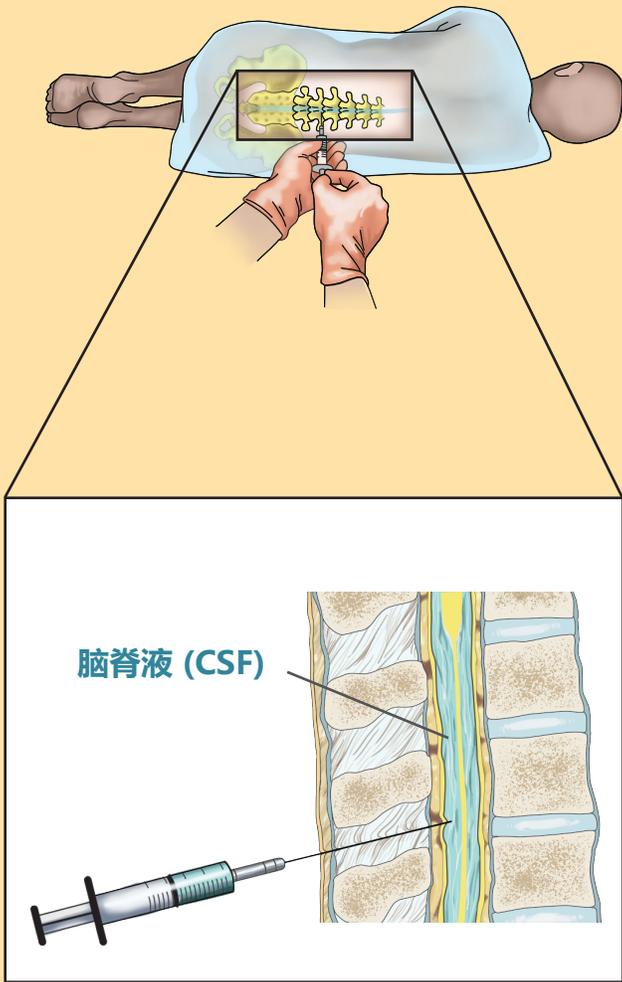


腰椎穿刺指南

腰椎穿刺（腰穿）是一项采集脑脊液（CSF）的门诊手术。脑脊液是存在于大脑和脊髓周围的液体。

腰穿期间会发生什么？



在腰穿过程中，您可以采取侧卧位，也可以坐直。这两个体位有助于绷紧您的背部，让医生更容易插入针头。

医生将清洁您的下背部区并用麻药（局部麻醉剂）麻醉。医生用小针头注入麻药时，您会有短暂的挤压或刺痛感。

该区域麻药生效后，您的医生会在您的下背部插入一根细针以收集少量液体。您的医生会给您指示，帮助您尽可能保持放松并正常呼吸。收集液体时，您可能会感到下背部压力增加。收集液体后，医生会再次清洁该区域并用绷带覆盖。



一次采集多少液体？

大约 1 汤匙量的脑脊液。



需要多长时间？

腰穿大约需要 30 分钟，而到您医生办公室的整个就诊过程大约需要 2 小时。



如何为腰穿做准备?

可安排朋友或家人陪伴您前往医生办公室和回家。一般来说，几乎不需要事先准备；不过，您的医生可能会在手术前给您具体的指示。



与腰穿相关的风险是什么?

~5%

的人会出现头疼

~15%

的人会出现背痛

手术是安全的，但可能会出现副作用。上面提到的最常见的副作用通常会持续 1 到 2 天，之后自行消失。其他可能的并发症有感染和出血等，但非常罕见。请与您的医生讨论您可能有的任何疑虑。

手术后会发生什么?

腰穿后，您的医生可能会建议您立即躺下约 30 分钟。医生会告知您在腰穿后的 24 小时内不要进行任何剧烈活动（例如提举重物或慢跑），但步行和轻度的家务等日常活动都可以正常进行。按平时正常的量多喝水保持水分（例如每天 6-8 杯水）。如果您在手术后感到疼痛，您的医生可能会建议您服用非处方止痛药。

