

EEG (इलेक्ट्रोएन्सेफालोग्राम)

EEG (Electroencephalogram)

An EEG is a test that records the electrical activity of the brain. The test may be done to check for:

- Seizures
- Confusion or changes in behavior
- Head injury or disease
- Changes in level of unconsciousness

Arrive on time for your test. Plan on being here about 2 hours.

To Prepare

- The night before your test:
 - Sleep as much as you want.
 - Sleep only half the amount of time that you sleep other nights. For example, if you sleep 8 hours a night, sleep 4 hours the night before your test.
 - Do not sleep.
- **Avoid all caffeine food and drinks** such as chocolate, coffee, tea and soft drinks after midnight before the test.
- **Wash your hair before the test.** Do not use any conditioner, oils, gels, sprays and lotions in your hair until the test is done.

During the Test

Small pads, called electrodes, are put on your scalp with paste, or you may have a cap to wear on your head that has the pads attached. The pads pick up the electrical activity of your brain and send it through wires to a machine.

EEG मस्तिष्कको इलेक्ट्रिकल गतिविधि दर्ज गर्ने एक परीक्षण हो। यो परीक्षण निम्न अवस्थाको जाँच गर्न गरिन सक्दछ:

- दौरा पर्नु
- भ्रम वा व्यवहारमा परिवर्तन
- सिरमा चोट वा रोग
- अचेनताको स्तरमा परिवर्तन

आफ्नो परीक्षणको लागि समयमा आइपुग्नुहोस्। करिब 2 घण्टा अघि यहाँ आइपुग्ने तयारी गर्नुहोस्।

तयार गर्नको लागि

- तपाईंको परीक्षणपूर्वको रातमा:
 - जति चाहनुहुन्छ सुत्नुहोस्।
 - तपाईं अन्य राति सुत्ने समयभन्दा आधा समयमात्रै सुत्नुहोस्। उदाहरणार्थ, तपाईं एक रातमा 8 घण्टा सुत्नुहुन्छ भने तपाईंको परीक्षणपूर्वको रातमा 4 घण्टा सुत्नुहोस्।
 - नसुत्नुहोस्।
- परीक्षणपूर्व मध्यराति पछि चकलेट, कफी, चिया र सोफ्ट ड्रिङ्क्स जस्ता **सबै क्याफेन खाद्य एवम् पेय पदार्थहरूबाट बच्नुहोस्।**
- **परीक्षणपूर्व आफ्नो केश धुनुहोस्।** परीक्षण पूरा नभएसम्म आफ्नो केशमा कुनै कन्डिशनर, तेल, जेल, स्प्रे वा लोशन नलगाउनुहोस्।

परीक्षण अवधिमा

तपाईंको सिरमा इलेक्ट्रोडस नामक साना प्याडहरू पेस्ट लगाएर टाँसिइने छन् वा प्याड जडित टोपी पहिराइने छ। ती प्याडले तपाईंको मस्तिष्कका इलेक्ट्रिकल गतिविधिहरूलाई तारमार्फत मेसिनसम्म पुऱ्याउने छन्।

- You will be on your back on a bed or reclining chair for the test.
- You need to be still with your eyes closed during the test.
- During the test you also may:
 - Be asked to breathe deep and fast through your mouth
 - Be shown a flashing light for a short time
 - Sleep
- You will feel no pain.
- तपाईंलाई आरामपूर्वक उत्तानो सुताइने छ वा रिक्लाइनिङ्ग कुर्सीमा बसालिने छ।
- परीक्षणको दौरान तपाईं आँखा बन्द गरेर नहल्लिइकन बस्नु पर्नेछ।
- परीक्षणको दौरान तपाईंलाई:
 - आफ्नो मुखबाट गहिरो र तेजीले सास फेर्न पनि भनिने छ
 - छोटो अवधिका लागि चम्किलो प्रकाश पनि देखाइने छ
 - निदाउन पनि भनिने छ
- तपाईंलाई कुनै पीडा हुने छैन।

After the Test

- The pads and paste are taken off your scalp. You can wash your hair at home with shampoo to remove the rest of the paste.
- Test results are sent to your doctor. Your doctor will share the results with you.

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

परीक्षणपछि

- तपाईंको सिरबाट प्याडहरू निकालिने छन् र पेस्ट सफा गरिने छ। बाँकी रहेका पेस्ट हटाउन तपाईं घरमा गएर श्याम्पूले केश धुन सक्नुहुन्छ।
- परीक्षणका नतिजाहरू चिकित्सकलाई पठाइन्छ। तपाईंको चिकित्सकले तपाईंसँग नतिजाहरू साझा गर्नुहुनेछ।

तपाईंसित कुनै प्रश्नहरू वा चिन्ताहरू छन् भने, तपाईंको डक्टर वा नर्ससित यसबारे कुरा गर्नुहोस्।