நீங்களும் உங்கள் மயக்க மருந்தும்

இந்த துண்டுப்பிரசுரம், மயக்க மருந்து மூலம் அறுவைச் சிகிச்சை செய்யும்போது என்ன எதிர்பார்க்க வேண்டும் என்பது பற்றிய தகவல்களை வழங்குகிறது. இது நோயாளிகள் மற்றும் நோயாளிகளின் பிரதிநிதிகளுடன் சேர்ந்து பணிபுரியும் மயக்க மருந்து வல்லுனர்களால் எழுதப்பட்டது. இது மேலும் உங்களுக்கு உதவக்கூடிய தகவல்களை எங்கு காணலாம் என்பதைக் காட்டுகிறது.

உள்ளடக்கம்

இந்த துண்டுப் பிரசுரம் விளக்குவது:

- பல்வேறு வகையான மயக்க மருந்துகள்
- அறுவைச் சிகிச்சைக்கு முன் என்ன நடக்கும்
- உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணரிடம் ஆபத்துகள் மற்றும் விருப்பங்களை எவ்வாறு விவாதிப்பது
- அறுவைச் சிகிச்சைக்கு எப்படி தயாராக வேண்டும்
- அறுவைச் சிகிச்சை நாளில் என்ன நடக்கும்
- அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகு என்ன நடக்கும்
- மேலும் தகவல்களை எங்கே காணலாம்.

மயக்க மருந்து என்றால் என்ன?

வலி மற்றும் விரும்பத்தகாத உணர்வுகளை உணர்வுவதைத் மயக்க மருந்து தவிர்க்கிறது. இதை பல வழிகளில் கொடுக்க முடியும் மற்றும் நீங்கள் உறங்கும்போது மட்டும் என்ற அவசியமில்லை.

பல்வேறு வகையான மயக்க மருந்துகள் உள்ளன, அவை கொடுக்கப்படும் முறையைப் பொறுத்து:

ஓரிட மயக்க மருந்து என்பது உங்கள் உடலின் ஒரு சிறிய பகுதியை உணர்ச்சியிழக்க செய்யும் ஊசிகளை உள்ளடக்கியது மற்றும் பொதுவாக ஒப்பீட்டளவில் சிறிய நடைமுறைகளுக்குப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. நீங்கள் தன்னுணர்வுடன் இருப்பீர்கள், ஆனால் வலி இல்லாமல் இருப்பீர்கள். இது பொதுவாக அறுவைச் சிகிச்சையை மேற்கொள்ளும் அறுவைச் சிகிச்சை வல்லுநரால் நிர்வகிக்கப்படுகிறது.

பகுதி மயக்க மருந்து (உதாரணமாக, முதுகெலும்பு, எபிட்யூரல் அல்லது நரம்புத் தொகுதிகள்) உடலின் ஒரு பெரிய அல்லது ஆழமான பகுதியை உணர்ச்சியிழக்க செய்யும் ஊசிகளை உள்ளடக்கியது. நீங்கள் தன்னுணர்வுடன் இருப்பீர்கள், அல்லது மயக்க நிலையும் பெறலாம், ஆனால் வலி இல்லாமல் இருப்பீர்கள். சில அறுவைச் சிகிச்சைகளில் நீங்கள் அழுத்த உணர்வுகளை உணரலாம்.

பொது மயக்க மருந்து என்பது ஆழ்ந்த தூக்கம் போன்ற நிலையை அளிக்கும் மருந்து. இது சில அறுவைச் சிகிச்சைகள் மற்றும் செயல்முறைகளுக்கு இன்றியமையாதது. நீங்கள் மயக்க நிலையில் இருப்பீர்கள் மற்றும் எந்த உணர்வும் உங்களுக்கு இருக்காது. பொது மயக்க மருந்து வழங்கல் பொதுவாக நரம்புக்குள் கொடுக்கப்படுகின்றன அல்லது வாயுவாக சுவாசிக்கப்படுகின்றன, அல்லது இரண்டின் கலவையாகும்.

மயக்க மருந்து என்பது உங்களுக்கு தூக்கத்தையும் தளர்ச்சியையும் தரும் மருந்து. நீங்கள் முழுமையாக தூங்க மாட்டீர்கள், உங்கள் சுற்றுப்புறச் சூழலை நீங்கள் அறிந்திருக்கலாம்.

மயக்க மருந்து பெரும்பாலும் ஓரிட அல்லது பகுதி மயக்க மருந்துடன் பயன்படுத்தப்படுகிறது. மயக்க மருந்து, செயல்முறையைப் பொறுத்து லேசானதாகவோ அல்லது ஆழமாகவோ இருக்கலாம் மற்றும் மயக்கத்திற்குப் பிறகு நீங்கள் எல்லாவற்றையும், அல்லது சிறிதளவு மட்டும் நினைவில் வைத்திருக்கலாம், இல்லையெனில் எதுவுமே நினைவில்லாமலும் இருக்கலாம்.

மயக்கம் பற்றிய கூடுதல் தகவல் அறிய, எங்கள் **உணர்வுநீக்கம் விவரிக்கப்பட்டுள்ளது** துண்டுப் பிரசுரத்தைப் பாருங்கள் இது எங்கள் வலைத்தளத்தில் கிடைக்கும்: www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil

பல்வேறு வகையான மயக்க மருந்துகள் பற்றிய கூடுதல் தகவல்களை இங்கே காணலாம் www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil

மயக்க மருந்து நிபுணர்கள் பற்றி

மயக்க மருந்து நிபுணர்கள் சிறப்பு பயிற்சி பெற்ற மருத்துவர்கள், அவர்கள்:

- உங்களுடைய அறுவைச் சிகிச்சைக்கு ஏற்ற பல வகையான மயக்க மருந்துகள் பற்றி உங்களுடன் கலந்தாலோசிப்பார்கள்
- விருப்பத் தெரிவுகள் இருந்தால், உங்களுடன் ஆபத்துக்கள், நன்மைகள் மற்றும் மாற்று வழிகளைத் தேர்வுசெய்ய உதவுவார்கள்
- உங்கள் மயக்க மருந்து தேர்வு, பின்னர் வலியை கட்டுப்படுத்தும் திட்டத்திற்கு ஒப்புக்கொள்வார்கள்
- உங்களுக்கு மயக்க மருந்தைக் கொடுக்கவும், அறுவைச் சிகிச்சையின்போதும், நோய்மீட்டெழும் அறையிலும் உங்கள் பாதுகாப்பு மற்றும் நல்வாழ்வுக்கும் பொறுப்பாவார்கள்.

நீங்கள் மற்ற உயர் பயிற்சி பெற்ற மருத்துவ நிபுணர்களையும் சந்திக்கலாம். கீழ்வரும் எங்கள் வலைதளத்தில் மயக்கமருந்துக் குழு மற்றும் அவர்கள் பங்கு பற்றி மேலும் படிக்கலாம்: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/anaesthesia-team

அறுவைச் சிகிச்சைக்கு முந்தைய மதிப்பீட்டு மருந்தகம் (முன் மதிப்பீட்டு மருத்துவமனை)

உங்களுக்கு ஒரு திட்டமிடப்பட்ட அறுவைச் சிகிச்சை இருந்தால், அதற்கு சில நாட்கள் அல்லது சில வாரங்களுக்கு முன்பே, முன் மதிப்பீட்டு மருத்துவமனைக்கு அழைக்கப்படுவீர்கள். சில சிறு அறுவைச் சிகிச்சைகளுக்கு முன், ஒரு செவிலியர் உங்களை தொலைபேசியில் அழைப்பார் அல்லது வினாப் பட்டியல் படிவத்தை நிரப்பும்படி கேட்பார்.

தயவுசெய்து உடன் கொண்டுவாருங்கள்:

- நீங்கள் எடுத்துக் கொள்ளும் மருந்துகளின் பட்டியல் அல்லது உங்கள் மருந்துகளை அவற்றின் முழு பொதியாக்கத்தில் கொண்டு வாருங்கள் (இந்தப் பட்டியலின் நகலை உங்கள் மருந்தாளுநர் அல்லது பொது மருத்துவரிடம் இருந்து பெறலாம்)

- மற்ற மருத்துவமனைகளில் வழங்கப்பட்ட சிகிச்சை மற்றும் எடுக்கப்பட்ட பரிசோதனைகள் பற்றிய உங்களிடமுள்ள தகவல்
- மயக்க மருந்தினால் உங்களுக்கு அல்லது உங்கள் குடும்பத்தினருக்கு நேர்ந்திருக்கக்கூடிய பிரச்சனைகள் பற்றிய தகவல்
- சமீபத்திய இரத்த அழுத்த அளவீடுகள் எவையேனும்.

அறுவைச் சிகிச்சை செய்யப் போகிறீர்கள் என்று தெரிந்தவுடன், உங்கள் அறுவை சிகிச்சை பொது மருத்துவரிடம் இரத்த அழுத்தத்தை பரிசோதிப்பது முக்கியம். இம்முறையில், உங்கள் இரத்த அழுத்தம் அதிகமாக இருந்தால், அறுவைச் சிகிச்சைக்கு வெகு முன்பே சிகிச்சையை தொடங்கலாம்.

மருந்தகத்தில் உள்ள செவிலியர்கள்:

- உங்கள் நடவடிக்கைகள் மற்றும் ஏதேனும் உடல் ரீதியான, மன ரீதியான ஆரோக்கிய பிரச்சனைகள் இருக்கின்றதா என்ற விரிவான விவரங்களை கேட்பார்கள்
- உங்களிடம் உள்ள ஒவ்வாமைகள் மற்றும் ஏற்படும் எதிர்விளைவுகள் பற்றி உங்களிடம் கேட்பார்கள் (தயவுசெய்து விவரங்களை கொண்டுவரவும்)
- நீண்ட கால வலியைப் போக்கும் மருந்துகள் உட்பட நீங்கள் எடுக்கும் மருந்துகளின் துல்லியமான பட்டியலை செய்து கொடுப்பார்கள்
- உங்களுக்கு புகைப்பிடித்தல், மது அருந்துதல் அல்லது மனமகிழ்வு மருந்துகளை உட்கொள்ளும் பழக்கம் இருக்கிறதா என்று கேட்பார்கள்
- உங்கள் எடையையும், உயரத்தையும் அளவிடுவார்கள்
- உங்கள் இரத்த அழுத்தம் மற்றும் இதய துடிப்பு வீதம் மற்றும் ஆக்ஸிஜன் அளவுகளை சோதிப்பார்கள்
- தேவையானால், உங்கள் இதய துடிப்பு மற்றும் நெஞ்சை பரிசோதிக்கலாம்
- தேவைப்படி எந்த ஒரு இரத்த பரிசோதனையையும் எடுக்க ஏற்பாடு செய்வார்கள்
- தேவைப்பட்டால் உங்கள் இதயத்தைச் சரிபார்க்க இதயத் துடிப்பலைப் பதிவு (ECG) எடுக்கச்சொல்லுவர்
- ஏதேனும் தொற்று இருக்கிறதா என்பதை பரிசோதிக்க தோல் பகுதியிலோ மற்றும்/ அல்லது மூக்கிலோ பஞ்சு உருட்டு கொண்டு சோதனை செய்வர்
- அறுவைச் சிகிச்சை செய்யப்படும் தினத்தன்று என்ன மருந்துகளை நீங்கள் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் மற்றும் வீட்டிற்கு வந்தப்பின் நோய்மீட்பிற்கு

என்ன வலி நிவாரணி தயாராக வைக்கவேண்டும் என்றும் உங்களுக்கு அறிவுரை கூறுவார்கள்

- சிகிச்சைமுறை மற்றும் ஏதேனும் அபாயங்கள் பற்றிய தகவலை உங்களுக்கு வழங்குவார்கள்
- சாப்பிடுவதையும் குடிப்பதையும் எப்போது நிறுத்த வேண்டும் என்பது பற்றிய தகவலை உங்களுக்குத் தருவார்கள்.

உங்களுக்கு இரத்தமாற்றம் ஏதேனும் தேவைப்படுகிறது என்று அவர்கள் நினைத்தால், அதைப்பற்றிய தகவல்களை உங்களுக்கு வழங்குவார்கள்.

தேவைப்பட்டாலே ஒழிய இரத்தமாற்றம் எப்போதும் தவிர்க்கப்படும். NHS இணையதளத்திலும் நீங்கள் அவைகளை பற்றிய தகவலைக் காணலாம்: www.nhsbt.nhs.uk/what-we-do/blood-services/blood-transfusion

உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணரைச் சந்தித்தல்

முன் மதிப்பீட்டு மருத்துவமனையில் நீங்கள் ஒரு மயக்க மருந்து நிபுணரை சந்திக்கலாம். இல்லையெனில், உங்கள் அறுவைச் சிகிச்சை நாளன்று உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணரை மருத்துவமனையில் சந்திக்கலாம். நன்மைகள், அபாயங்கள் மற்றும் உங்கள் விருப்பத்தேர்வுகள் உட்பட, நீங்கள் எந்த வகையான மயக்க மருந்தைப் பெறலாம் என்பதை உங்களுடன் விவாதிப்பார்கள், மேலும் எந்த மயக்க மருந்து உங்களுக்கு சிறந்தது என்பதை நீங்கள் ஒன்று சேர்ந்து முடிவு செய்வீர்கள்.

இருப்பினும், அனைத்து வகையான மயக்க மருந்துகளும் அனைத்து வகையான அறுவைச் சிகிச்சைக்கும் பொருந்தாது.

மயக்க மருந்து குறித்த தேர்வுகள் இருந்தால், எதைப் பயன்படுத்துவது குறித்த முடிவு கீழ்குறிப்பிட்டுள்ள காரணங்களைப் பொறுத்தது:

- நீங்கள் செய்யும் அறுவைச் சிகிச்சை
- ஏதேனும் மருத்துவப் பிரச்சனைகள் மற்றும் உங்கள் குறிப்பிட்ட ஆபத்துகள்
- உங்கள் விருப்பங்கள் மற்றும் அதற்கான காரணங்கள்
- மயக்க மருந்து நிபுணரின் பரிந்துரை மற்றும் அவருடைய குறிப்பிட்ட திறன்கள்
- மருத்துவமனையில் உள்ள உபகரணங்கள், ஊழியர்கள் மற்றும் வளங்கள்.

ஆபத்து மற்றும் பகிர்ந்தெடுக்கும் முடிவுகள்

நவீன மயக்க மருந்துகள் மிகவும் பாதுகாப்பானவை. மயக்க மருந்துகள் அல்லது பயன்படுத்தப்படும் உபகரணங்களிலில் சில

பொதுவான பக்க விளைவுகள் உள்ளன, அவை பொதுவாக தீவிரமானவை அல்லது நீண்ட காலம் நீடிப்பவை அல்ல. தனிநபர்கள் இடையே ஆபத்துகள் வேறுபடும்; அவை பயன்படுத்தப்படும் செயல்முறை மற்றும் மயக்க மருந்து நுட்பம் சார்ந்து இருக்கும்.

உங்களுடைய மயக்க மருந்து நிபுணர் உங்களுக்கு மிகவும் முக்கியத்துவம் வாய்ந்ததாக அவர்கள் நினைக்கும் ஆபத்துகளை, உங்களுடன் கலந்தாய்வு செய்வார். குறைவான, பொதுவான ஆபத்துகள் உங்களுக்குத் தொடர்புடையதாக இருந்தால் மட்டுமே அவர்கள் விவாதிப்பார்கள்.

மயக்க மருந்து தொடர்பான ஆபத்துகள் பற்றி மேலும் விரிவாகப் படிக்க விரும்பினால், பின்வரும் வலைத்தளத்துக்கு செல்க:
www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil

பகிர்ந்தெடுக்கும் முடிவுகள்

தனிநபர்கள் தங்களுக்கு சரியான முடிவுகளை எடுப்பதற்கு ஆதரவளிப்பதை உறுதி செய்கிறது பகிர்ந்தெடுக்கும் முடிவுகள். இது ஒரு கூட்டு செயல்முறையாகும். இதன் மூலம் ஒரு மருத்துவர் நோயாளியின் சிகிச்சையைப் பற்றி முடிவெடுக்க உதவுகிறார்.

உரையாடல் கீழ்க்கண்டவற்றை ஒன்றிணைக்கிறது:

- சிகிச்சை விருப்பங்கள், சான்றுகள், ஆபத்துகள் மற்றும் நன்மைகள் போன்றவைகளில் மருத்துவரின் நிபுணத்துவம்
- நோயாளிக்கு நன்றாகத் தெரிந்தவை: அவர்களின் விருப்பங்கள், தனிப்பட்ட சூழ்நிலைகள், குறிக்கோள்கள், மதிப்புகள் மற்றும் நம்பிக்கைகள்.

மேலும் அறிய: www.england.nhs.uk/personalisedcare/shared-decision-making

உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர் அல்லது அறுவை சிகிச்சைக்கு முந்தைய மதிப்பீட்டு ஊழியர்களுடன் உங்கள் கலந்துரையாடல்களைப் பயன்படுத்துவதற்கு நீங்கள் பயன்படுத்தக்கூடிய சில கருவிகள் இங்கே:

புத்திசாலித்தனமாக UK BRAN கட்டமைப்பைத் தேர்ந்தெடுப்பது

சிகிச்சை பற்றிய கேள்விகளைக் கேட்க இதை நினைவூட்டலாகப் பயன்படுத்தவும் https://bit.ly/CWUK_leaflet

NHS மூன்று கேள்விகளைக் கேட்கிறது

உங்கள் உடல்நலம் பற்றிய தேர்வுகள் இருக்கலாம்.
https://bit.ly/NHS_A3Qs

அறுவை சிகிச்சைக்கு முந்தைய பராமரிப்பு மையம் (CPOC)
CPOC-ஆனது பகிரப்பட்ட முடிவெடுப்பை விளக்க அசைவுப்படத்தை உருவாக்கியுள்ளது.
www.cpoc.org.uk/shared-decision-making

நீங்கள் கேட்க விரும்பும் கேள்விகள்

உங்கள் மயக்க மருந்து பற்றி உங்களுக்கு கேள்விகள் இருந்தால், அவற்றை எழுதுங்கள் (கீழே உள்ள உதாரணங்களைப் பயன்படுத்தி, கீழே உள்ள இடத்தில் உங்களுடைய கேள்விகளைச் சேர்க்கலாம்). உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நாளுக்கு முன்பு நீங்கள் ஒரு மயக்க மருந்து நிபுணரிடம் பேச விரும்பினால், நீங்கள் ஒரு மயக்க மருந்து நிபுணரிடம் தொலைபேசியில் பேச அல்லது ஒரு மருத்துவமனை வளாகத்தில் அவர்களைப் பார்க்க ஏற்பாடு செய்யக்கூடிய அறுவை சிகிச்சை முந்தைய மதிப்பீட்டு குழுவைத் தொடர்பு கொள்ளவும் .

1. **மயக்க மருந்தினால் எனக்கு ஏதேனும் விசேஷ ஆபத்துக்கள் உள்ளனவா?**

2. **அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகு நான் குணமடைவதை மயக்க மருந்து பாதிக்குமா?**

அறுவைச் சிகிச்சைக்குத் தயார்ப்படுத்துதல்

தங்கள் உடல்நலம் மற்றும் வாழ்க்கை முறையை மேம்படுத்தக்கூடிய நோயாளிகள் அறுவை சிகிச்சையிலிருந்து விரைவாகவும் குறைவான சிக்கல்களுடனும் குணமடைகிறார்கள்.

ஒரு அறுவை சிகிச்சைக்கு உங்களை தயார்ப்படுத்த நீங்கள் நிறைய செய்ய முடியும். சிறிய மாற்றங்கள் கூட பெரிய வித்தியாசத்தை ஏற்படுத்தக்கூடும். உங்கள் உடல் செயல்பாடுகளின் அளவை அதிகரிக்கவும், உங்கள் உணவை மேம்படுத்தவும் நீங்கள் விரும்பலாம். நீங்கள் மது அருந்துபவராகவோ அல்லது புகைபிடிப்பவராகவோ இருந்தால், அதை குறைப்பதை அல்லது நிறுத்துவதைக் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

உங்களுக்கு நீண்டகால மருத்துவப் பிரச்சனை இருந்தால், அறுவை சிகிச்சைக்கு முன்னதாக அதை மேம்படுத்த நீங்கள் ஏதாவது செய்ய முடியுமா என்பதை உங்கள் அறுவை சிகிச்சை பொது மருத்துவர் மூலம் சரிபார்க்கவும்.

எங்கள் **கட்டுக்கோப்பான உடல் அமைப்புடன் மேம்பட்ட நலமுடன் விரைவில்** உதவும் குழு உங்கள் அறுவைச் சிகிச்சை செயல்பாட்டிற்கு சிறப்பாக தயார்படுத்த தேவையான தகவல்களை வழங்குவார்கள். மேலும் தகவல்களுக்கு எங்கள் வலைத்தளத்தைப் பார்க்கவும்:
www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil

அறுவைச் சிகிச்சை நாளன்று

சாப்பிடுவதையும் குடிப்பதையும் எப்போது நிறுத்த வேண்டும் என்பது பற்றிய தெளிவான வழிமுறைகளை மருத்துவமனை உங்களுக்கு வழங்க வேண்டும். இந்த அறிவுறுத்தல்கள் முக்கியமானவை. உங்களுடைய உணர்விழப்பு அடையும் சமயத்தில் உங்கள் வயிற்றில் உணவோ அல்லது திரவமோ இருந்தால், அது உங்கள் தொண்டை மற்றும் நுரையீரல்களுக்கு வந்து உங்கள் உயிருக்கு ஆபத்தை ஏற்படுத்தலாம்.

உங்களுக்கு நீரிழிவு நோய் இருந்தால், உண்ணுதல் மற்றும் குடிப்பதை எப்போது நிறுத்த வேண்டும் மற்றும் உங்கள் அறுவைச் சிகிச்சையின் நாளில் உங்கள் மருந்துகளை எப்படி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பதை உங்கள் மருத்துவமனையில் சரிபார்க்கவும்.

நீங்கள் புகைப்பிடிப்பவராக இருந்தால், உங்கள் அறுவை சிகிச்சையின் நாளில் நீங்கள் புகைபிடிக்கக்கூடாது, ஏனெனில் இது உங்கள் இரத்தத்தில் ஆக்ஸிஜனின் அளவைக் குறைக்கிறது. மின்னணு சிகரெட்டுகளையும் உபயோகிக்கக் கூடாது..

நீங்கள் வேறே மருந்துகள் உட்கொண்டிருந்தால், அறுவை சிகிச்சையின் நாளில் அவற்றை எவ்வாறு எடுத்துக்கொள்வது என்பது குறித்து அறுவை சிகிச்சைக்கு முந்தைய மதிப்பீட்டுக் குழுவின் குறிப்பிட்ட வழிமுறைகளைப் பின்பற்ற வேண்டும். நீங்கள் ஏதாவது மாத்திரைகளை விழுங்குவதற்கு சிறிதளவு மட்டும் நீரைப் பருக அனுமதிக்கப்படுவீர்கள்.

வார்ஃபரின், க்ளோபிடோக்ரல் அல்லது ரிவரோக்ஸாபன் போன்ற 'ரத்தத்தை மெலிக்கும்' மருந்துகளை நீங்கள் எடுத்துக் கொண்டால், அவற்றை எடுத்துக்கொள்வதை எப்போது நிறுத்த வேண்டும் என்பதை உங்கள் ஆலோசகர் அல்லது அறுவை சிகிச்சைக்கு முந்தைய மதிப்பீட்டுக் குழுவிடம்

விவாதிக்க வேண்டும். அவர்கள் இரத்தப்போக்கு மற்றும் சிகிச்சையை நிறுத்தும் ஆபத்துகள் ஆகியவற்றை ஆய்வு செய்து, உங்களுடன் ஒரு திட்டத்தை உருவாக்குவார்கள். உங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்கு முன் உங்கள் செவிலியர் உங்களுக்குத் தெளிவான வழிமுறைகளை வழங்குவார்.

மருத்துவமனைக்கு வர வேண்டிய நேரத்தில் உங்கள் உடல்நிலை சரியில்லை என்று உணர்ந்தால், தயவுசெய்து ஆலோசனை பெற வார்டுக்குப் போன் செய்யவும்.

மருத்துவமனைக்கு வருவதற்கு முன்பு நக வார்னிஷ், தவறான நகங்கள் அல்லது களிமங்கள் போட்டிருப்பதை அகற்றவும். ஆக்ஸிஜன் அளவிட உங்கள் விரலில் போட்டுள்ள கிளிப், மயக்க மருந்து கொடுக்கப்படும் போது நன்றாக வேலை செய்வதை இது உறுதி செய்கிறது.

உங்கள் அறுவை சிகிச்சைக்கு தயாராகுதல்

நீங்கள் அணிய வேண்டிய உள்ளாடைகளைப் பற்றி விவாதித்து உங்கள் செவிலியர் உங்களுக்கு ஒரு மருத்துவமனை அங்கியைக் கொடுப்பார்.

உங்கள் கால்களில் இரத்த உறைவு ஆபத்தைக் குறைக்க சுருங்கி விரிகிற காலுறைகளை அணியச் சொல்லலாம்.

உங்கள் மணிக்கட்டு அல்லது கணுக்காலில் அடையாள பட்டைகள் மற்றும் உங்களுக்கு ஏதேனும் ஒவ்வாமை இருந்தால் கூடுதல் பட்டைகளை சில மருத்துவமனைகளில் உங்கள் செவிலியர் உங்களுக்கு அணிவிப்பார்.

சில மயக்க மருந்துகளுக்கு முன் சில சமயங்களில் முன்னோடிமருந்து (ஒரு 'முன் மருத்துவம்') கொடுக்கப்படுகிறது. முன்னோடிமருந்து உங்கள் உடலை அறுவை சிகிச்சைக்கு தயார்படுத்துகிறது - அவை வலி நிவாரணத்தைத் தொடங்கலாம், வயிற்றில் அமிலத்தைக் குறைக்கலாம் அல்லது ஓய்வெடுக்க உதவலாம்.

நீங்கள் குழந்தை பெற்றெடுக்கும் வயதில் இருந்தால் ஒரு செவிலியர் உங்கள் சிறுநீர் மாதிரியில் கர்ப்ப பரிசோதனையை மேற்கொள்வார். இது ஒரு நிலையான நடைமுறை.

நீங்கள் நகை மற்றும்/அல்லது அலங்கார துளையிடல் அகற்ற வேண்டும். நீங்கள் அதை அகற்ற முடியாவிட்டால், செவிலியர்கள் அதை அதற்கும் உங்கள் சருமத்திற்கு சேதம் ஏற்படாமல் தடுக்க பசைப்பட்டையால் மூடிவிடுவார்கள். திருமண மோதிரம் அணியலாம்.

குடிக்க சிறிதளவு தண்ணீர் வழங்கப்படலாம்.

நீங்கள் உங்கள் அறுவைச் சிகிச்சைக்கு அழைக்கப்படும்போது

- ஊழியர்களில் ஒருவர் உங்களுடன் அறுவைச் சிகிச்சை அரங்கிற்கு வருவார்.
- நீங்கள் மயக்க மருந்து அறையில் உள்நுழையும் வரை வழக்கமாக உங்கள் கண்ணாடிகள், விழிவில்லைகள் மற்றும் செவிப்புலன் கருவிகள் மற்றும் செயற்கைப் பற்களை அணியலாம். உங்களுக்கு பொது மயக்க மருந்து கொடுக்கவில்லை என்றால், அவற்றை தொடர்ந்து வைத்திருக்க முடியும்.
- உங்களுக்கு ஓரிடத்து அல்லது உடலின் குறிப்பிட்ட பாகத்தில் மயக்க மருந்து கொடுப்பதாக இருந்தால், ஹெட்ஃபோன்கள் மூலம் இசையைக் கேட்க, உங்கள் சொந்த மின்னணு சாதனத்தை நீங்கள் எடுத்துச் செல்லலாம் (இதை உங்கள் செவிலியருடன் முன்பே சரிபார்க்கவும்).
- நீங்கள் ஊழியருடன் சேர்ந்து அறுவை சிகிச்சை அரங்கிற்கு நடந்து செல்லலாம் அல்லது சக்கர நாற்காலியில் / படுக்கையில் அல்லது தள்ளுவண்டியில் செல்லலாம். நீங்கள் நடந்து செல்வதாக இருந்தால், நீங்கள் வழக்கமாக உடுக்கும் உங்கள் சொந்த அங்கி மற்றும் செருப்புகளை அணியலாம்.

மயக்க மருந்து கொடுப்பதற்கு முன்பு, நீங்கள் அறுவை சிகிச்சைத் துறைக்கு வரும்போது உங்களுக்கு வழக்கமாகச் செய்யப்படும் மருத்துவ சோதனைகள் செய்யப்படும். உங்கள் பெயர், பிறந்த தேதி, நீங்கள் செய்து கொள்ளும் அறுவைச் சிகிச்சை, உங்கள் உடலில் எங்கு அறுவைச் சிகிச்சை செய்யப் போகிறீர்கள், நீங்கள் கடைசியாக எப்போது சாப்பிட்டீர்கள் அல்லது ஏதேனும் அருந்தினீர்களா மற்றும் உங்களுக்கு ஏதேனும் ஒவ்வாமை இருக்கிறதா போன்ற கேள்விகள் உங்களிடம் கேட்கப்படும். அனைத்து மருத்துவமனைகளிலும் இந்த சோதனைகள் வழக்கமானவை.

மயக்க மருந்து கொடுக்க ஆரம்பிப்பது

உங்கள் மயக்க மருந்து மயக்க அறையில் அல்லது அறுவை சிகிச்சை அரங்கில் கொடுக்கப்படலாம். உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர் ஒரு பயிற்சி பெற்ற உதவியாளருடன் சேர்ந்து பணிபுரிவார். மயக்க மருந்து நிபுணர் அல்லது உதவியாளர் உங்கள் இதயத் துடிப்பு, இரத்த அழுத்தம் மற்றும் ஆக்சிஜன் அளவுகள் மற்றும் தேவையான பிற உபகரணங்களை அளவிட மானிட்டர்களை இணைப்பார்.

ஒரு கானுலா, ஒரு மெல்லிய பிளாஸ்டிக் குழாய், உங்கள் கை அல்லது கையின் பின்புறத்தில் உள்ள இரத்த நாளத்தில் செருகப்படும். அறுவைச் சிகிச்சையின்போதும் அதற்குப் பின்னரும் தேவைப்படும் மயக்க மருந்து மற்றும் பிற மருந்துகளை வழங்க இது பயன்படுத்தப்படும். கானுலா செருகுதலைப் பற்றி

நீங்கள் கவலையாக உணர்ந்தால், அந்த பகுதிக்கு மட்டும் உணர்ச்சியற்ற நிலை கொடுக்க ஓரிட மயக்க மருந்து கிரீம் பயன்படுத்த முடியும்.

பொது மயக்க மருந்து வழங்கல்

- மயக்க மருந்துகள் கானுலா வழியாக நரம்பிற்குள் செலுத்தப்படுகின்றன. மயக்க மருந்துத் தொடங்கவும், அறுவைச் சிகிச்சையின் போது மற்ற மருந்துகளை வழங்கவும் இந்த முறை பயன்படுத்தப்படுகிறது. முகமூடி மூலமாகவும் உங்களுக்கு ஆக்ஸிஜன் கொடுக்கப்படலாம்.
- நீங்கள் தூங்கிய பிறகு, தேவைப்பட்டால் ஆக்ஸிஜன் மற்றும் மயக்க மருந்து வாயுக்களை வழங்க மூச்சுக் குழாய் ஒன்று செருகப்படும். நீங்கள் கண் விழிக்கும் முன் மூச்சுக் குழாய் அகற்றப்படும்.

துண்டு வெளியீட்டில் மேலும் பல தகவல்கள் வழங்கப்பட்டுள்ளது: **உணர்வற்ற நிலையின் போது உங்களின் சுவாசப் பாதையும் சுவாசமும்** :
www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil

பகுதி மயக்க மருந்து வழங்குதல்

நீங்கள் பகுதி மயக்க மருந்து எடுத்துக்கொண்டால், பின்வருபவை நடக்கும்:

- ஊசிக் குத்தலின்போது உங்களை அசையாமல் இருக்குமாறு உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர் கேட்டுக்கொள்வார். ஓரிட மயக்க மருந்துச் செலுத்த அவர் ஒரு சிறப்பு மீயொலி இயந்திரத்தைப் பயன்படுத்தக்கூடும். மயக்க மருந்து செயல்படத் தொடங்கும் போது நீங்கள் ஒரு வெதுவெதுப்பான கூரிய கூச்ச உணர்வை உணரக்கூடும்
- குறிப்பிட்ட பகுதி உணர்ச்சியற்ற நிலையில் இருக்கிறது என்று நீங்களும் உங்கள் மயக்க மருந்து வல்லுநரும் உறுதி செய்தால் மட்டுமே உங்கள் அறுவைச் சிகிச்சை தொடங்கப்படும். மயக்க மருந்து செயல்படுகிறதா என்பதை உறுதிப்படுத்த அவர்கள் பல சோதனைகளைச் செய்வார்கள்
- நீங்கள் மயக்க நிலையில் இல்லையென்றால், உங்கள் சூழலைப் பற்றி அறிந்து விழிப்புடன் இருப்பீர்கள். உங்களுக்கு அளிக்கப்படும் அறுவைச் சிகிச்சையை நீங்கள் காணக்கூடாதவாறு திரை அமைந்திருக்கும்; நீங்கள் காணவிரும்பினால், அறுவைச் சிகிச்சை அரங்க குழுவினரின் ஒப்புதலின்படி திரை விளக்கப்படும்
- மயக்க மருந்து குழுவின் ஒரு உறுப்பினர் எப்போதும் உங்கள் அருகில் இருப்பார்; நீங்கள் அவர்களிடம் எப்போது வேண்டுமானாலும் பேசலாம்
- சிகிச்சையின்போது நீங்கள் கேட்பொறி அணிந்து இசையைக் கேட்கலாம்.

மயக்க மீளறை

அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகு, நீங்கள் வழக்கமாக மயக்க மீளறைக்கு அழைத்துச் செல்லப்படுவீர்கள்; அது அறுவை சிகிச்சை அரங்கத்திற்கு அருகிலுள்ள ஒரு சிறப்பு வார்டு ஆகும். இங்கு நீங்கள் மயக்க மருந்திலிருந்து மீண்டு வரும்போது நீங்கள் உன்னிப்பாகக் கண்காணிக்கப்படுவீர்கள். முடிந்தவரை நீங்கள் வசதியாக இருப்பதை மீட்பு ஊழியர்கள் உறுதி செய்து, உங்களுக்கு தேவைப்படக்கூடிய கூடுதல் மருந்துகளை கொடுப்பார்கள். மயக்க மருந்திலிருந்து நீங்கள் பாதுகாப்பாக மீண்டுவிட்டீர்கள் என்று அவர்கள் திருப்தி அடைந்தப்பிறகு, ஒரு படுக்கையும் காலியாக இருந்தால், நீங்கள் மறுபடியும் வார்டுக்கு அழைத்துச் செல்லப்படுவீர்கள்.

அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகு வலி நிவாரணம்

நீங்கள் செய்து கொள்ளும் அறுவைச் சிகிச்சைப் பொறுத்தும், அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகு உங்களுக்கு இருக்கும் வலியின் நிலைகளைப் பொறுத்தும் உங்களுக்கு வழங்கப்படும் வலி நிவாரணத்தின் வகை மற்றும் அளவு இருக்கும். மற்றோரை விட சிலருக்கு அதிக வலி நிவாரணம் தேவைப்படும்.

மயக்கத்திலிருந்து மீண்டு வரும் காலத்தில், ஓரளவு வலி அல்லது அசௌகரியம் இருக்கும் என எதிர்பார்க்கலாம். சக்தி வாய்ந்த வலியைப் போக்கும் மருந்துகள் வலியைக் குறைப்பதில் மிகச் சிறந்தவை; ஆனால் குமட்டல், மலச்சிக்கல் மற்றும் நீண்ட கால பயன்பாட்டினால் அடிமையாதல் போன்ற பக்க விளைவுகளை ஏற்படுத்தக்கூடும்.

பின்வரும் வகையான வலி நிவாரணி உங்களுக்கு வழங்கப்படலாம்:

- **மாத்திரைகள் அல்லது விழுங்கு திரவங்கள்**-இவை எல்லா வகையான வலிகளுக்கும் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. இவை பொதுவாக வேலை செய்ய குறைந்தது அரை மணி நேரம் ஆகும். இந்த மருந்துகள் வேலை செய்ய, நீங்கள் சாப்பிடவும், குடிக்கவும், உடம்பு நலமாகவும் இருக்க வேண்டும்.
- **ஊசி -** இவை நரம்பு வழியாக வழங்குதல் (விரைவான விளைவுக்காக உங்கள் கானுலா வழியாக நரம்புக்குள்) அல்லது தசைக்குள் (உங்கள் கால் அல்லது பிட்டம் தசையில் ஊசியைப் பயன்படுத்தி செலுத்தப்படும், இது வேலை செய்ய சுமார் 20 நிமிடங்கள் ஆகும்).
- **நோயாளியால்- கட்டுப்படுத்தப்படும் வலி நிவாரணி (PCA) -** இது ஒரு அழுத்துப் பொருத்தான் கொண்ட ஒரு இயந்திரத்தை உள்ளடக்கியது, இது நீங்கள் அழுத்தும் போது, ஒரு சிறிய அளவிலான வலுவான வலி நிவாரணியை நேரடியாக உங்கள் கானுலா அல்லது சொட்டு மருந்துக்கு

வழங்குகிறது. அதிகப்படியான அளவை நீங்களே கொடுக்க முடியாது என்பதை உறுதிப்படுத்த இது செய்நிரல்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இந்த PCA உங்களை உங்கள் சொந்த வலி நிவாரணத்தின் நேரடி கட்டுப்பாட்டில் வைக்கிறது.

- **முதுகெலும்பு சார்ந்த மற்றும் எபிட்யூரல் சார்ந்த ஓரிட மயக்க மருந்து மற்றும் பகுதி உணர்வகற்றி –**
  இந்த வகையான மயக்க மருந்து அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகு வலியைக் குறைக்க மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும். அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகு **எபிடியூரல் வலி நிவாரணம்**, **உங்கள் வன்மோய உணர்ச்சி நீக்கி** மற்றும் **தோள்பட்டை, புஜம் அல்லது கையில்அறுவைச் சிகிச்சைக்கான நரம்புத் தடைகள்** பற்றிய கூடுதல் விவரங்களை எங்கள் துண்டுப்பிரசுரங்களில் காணலாம்: www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil

மருத்துவமனை விட்டு வெளியேறிய பிறகு வலி நிவாரணம்

நீங்கள் மருத்துவமனையை விட்டு வெளியேறும்போது உங்களுக்கு வலி நிவாரண மருந்துகள் வழங்கப்படலாம் என்றாலும், வீட்டிலேயே தயாராக சில வலி நிவாரண மருந்துகளை வாங்குவது விவேகமானதாகும்.
மருத்துவமனையில் இருந்து டிஸ்சார்ஜ் செய்யப்பட்ட இரண்டு வாரங்களுக்குப் பிறகும் உங்களுக்கு அவை தேவை என்றால், அதைக் குறித்து விவாதிக்க உங்கள் பொது மருத்துவரிடம் தொடர்பு கொள்ள வேண்டும்.

உங்கள் அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகு ஓபியாய்டுகளைக் கொண்ட வலி நிவாரணிகள் பரிந்துரைக்கப்படலாம் . இந்த மருந்துகளின் தொடர்ச்சியான பயன்பாடு உங்களுக்கு கணிசமான பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் என்பதால், அவற்றைக் குறைத்து, விரைவில் நிறுத்துவது முக்கியம்.

வலி மருத்துவத் துறை இணையதளத்தில் ஓபியாய்டுகள் பற்றிய கூடுதல் தகவல்களை நீங்கள் காணலாம்:
www.fpm.ac.uk/opioids-aware/information-patients

வீட்டிற்குச் செல்வதும், எப்பொழுது உதவி கேட்க வேண்டும் என்பதும்

அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகு நீங்கள் வாகனம் ஓட்ட முடியாது, எனவே நீங்கள் ஒரு டாக்ஸியிலோ அல்லது யாரையாவது உங்களை அழைத்துச் செல்லவோ ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும்.

டிஸ்சார்ஜ் செய்யப்படுவதற்கு முன், நீங்கள் குணமடைய நீங்கள் செய்ய வேண்டிய பயிற்சிகள் மற்றும் உங்கள் காயத்தை எவ்வாறு கவனிப்பது என்பது பற்றிய தகவல் உங்களுக்கு வழங்கப்படும்.

பின்வரும் சந்தர்ப்பங்களில் நீங்கள் அறுவைச் சிகிச்சை செய்த உங்கள் பொது மருத்துவர் அல்லது மருத்துவமனையை நீங்கள் தொடர்பு கொள்ள வேண்டும்:

- கடுமையான வலி அல்லது உங்கள் வலி அதிகரிப்பு
- அறுவைச் சிகிச்சை செய்த இடத்தில் வலி மற்றும் வீக்கம் உருவாகியிருப்பது
- மார்பு வலி அல்லது மூச்சுவிடுதலில் சிரமத்தை அனுபவித்தால்
- மருத்துவமனையால் உங்களுக்கு வழங்கப்படும் டிஸ்சார்ஜ் தகவலில் குறிப்பிடப்படாத ஏதேனும் கவலைகள் உங்களுக்கு இருந்தால்.

நீங்கள் மிகவும் உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருந்தால், விரைவில் உங்கள் அருகிலுள்ள அவசர சிகிச்சைப் பிரிவுக்குச் செல்ல வேண்டும்.

உரிமைத் துறப்பு

இந்த துண்டுப்பிரசுரத்தில் உள்ள தகவல்களை துல்லியமாகவும் புதுப்பித்ததாகவும் வைத்திருக்க நாங்கள் மிகவும் முயற்சி செய்கிறோம், ஆனால் இதற்கு நாங்கள் உத்தரவாதம் அளிக்க முடியாது. இந்தப் பொதுவானத் தகவல், உங்களுக்கு இருக்கக்கூடிய அனைத்து கேள்விகளையும் கொண்டுள்ளது அல்லது உங்களுக்கு முக்கியமானவையாக இருக்கக்கூடிய அனைத்தையும் கையாளும் என்று நாங்கள் எதிர்பார்க்கவில்லை. இந்த துண்டுப்பிரசுரத்தை ஒரு வழிகாட்டியாகப் பயன்படுத்தி, உங்கள் தேர்வுகள், மற்றும் உங்களுக்குள்ள ஏதேனும் கவலைகள் பற்றி உங்கள் மருத்துவக் குழுவுடன் நீங்கள் கலந்தாலோசிக்க வேண்டும். இந்தத் துண்டுப் பிரசுரம் மட்டும் தனியாக ஒரு அறிவுரையாகக் கருதப்படக் கூடாது. இதை எந்த வணிக அல்லது தொழில் நோக்கத்திற்கும் பயன்படுத்துமுடியாது. முழுமையான பொருப்புத் துறப்பிற்கு தயவுசெய்து இங்கே கிளிக் செய்க (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil).

அனைத்து மொழிபெயர்ப்புகளும் Translators without Borders சமுதாயத்தால் வழங்கப்படுகின்றன. மொழிப்பெயர்ப்பை முடிந்தவரை துல்லியமாக இருக்க, மொழிப்பெயர்ப்பின் தரம் சரிபார்க்கப்படுகிறது, ஆனால், சில தகவல்களில் தவறுகள் மற்றும் தவறான விளக்கம் ஏற்படும் ஆபத்து உள்ளது.

நீங்கள் நினைப்பதை எங்களிடம் பகிரவும்

உங்களிடம் ஏதேனும் பொதுவான கருத்துகள் இருந்தால், அவைகளைபின்வரும் மின்னஞ்சலுக்கு அனுப்பவும்:patientinformation@rcoa.ac.uk

மயக்க மருந்து வல்லுனர்களுக்கான அரசக் கல்லூரி
சர்ச்சில் ஹவுஸ், 35 ரெட் லயன் ஸ்கொயர், லண்டன் WC1R 4SG
020 7092 1500

rcoa.ac.uk

ஆறாவது பதிப்பு, ஏப்ரல் 2023

வெளியிடப்பட்ட தேதியிலிருந்து மூன்று ஆண்டுகளுக்குள் இந்த துண்டறிக்கை மதிப்பாய்வு செய்யப்படும்.

© **2023** RCoA
நோயாளித் தகவல் தாள் உருவாக்கும் நோக்கத்திற்காக இந்தத் சிற்றேட்டை பிரதியெடுத்துக் கொள்ளலாம். இந்த அசல் மூலத்தை தயவுசெய்து மேற்கோள் காட்டுங்கள். இந்தச் சிற்றேட்டின் ஒரு பகுதியை நீங்கள் இன்னொரு வெளியீட்டில் பயன்படுத்த விரும்பினால், சரியான ஒப்புகை வழங்கப்பட வேண்டும், வணிகச் சின்னங்கள், அடையாளக் குறியிடுதல், படங்கள் மற்றும் படவுருக்கள் நீக்கப்படவேண்டும். மேலும் தகவல்களுக்கு, தயவு செய்து எங்களை தொடர்பு கொள்ளவும்.