بەنجەکەت بۆ نەشتەرگەری لوولەی خوێن

ئەم نامیلکەیە زانیاریت پێدەدات بۆ یارمەتیدانت لە خۆئامادەکردن بۆ نەشتەرگەری یەکێک لە خوێنبەرە گەورەکانی جەستەت. دەکرێت مل، سک (ورگ) یان قاچەکانت بێت. هەروەها زانیاری دەدات سەبارەت بە جۆرە جیاوازەکانی بەنج کە دەتوانرێت بۆ ئەم جۆرە نەشتەرگەرییانە بەکاربهێندرێن و ئەو هەڵبژاردنانەی لەبەردەستن.

تکایە داوا لە پزیشکی نەشتەرگەریت یان پزیشکی بەنجەکەت یان پەرستاری هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەری بکە بۆ ئەوەی تیشک بخەنە سەر بەشەکانی ئەم نامیلکەیە کە بۆ تۆ جێبەجێ دەبن. دەشکرێت خوێندنەوەی نامیلکەکانی RCoA لەسەر جۆرە جیاوازەکانی بەنج بەسوود بێت کاتێک جۆری نەشتەرگەری و بەنجەکەی خۆت زانی. ئەمانە بە زمانی جیاواز بەردەستن لێرە: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

ناوەڕۆک

ئەم نامیلکەیە ئەوانە ڕوون دەکاتەوە:

- ئامادەکاری بۆ نەشتەرگەری
- بەنجکردن بۆ نەشتەرگەرییە باوەکانی لوولەکانی خوێن:
  - کردنەوەی شادەماری لا مل
  - نەشتەرگەری چاککردنەوەی ئاوسانی شاخوێنبەر
  - نەشتەرگەری گۆڕینی ئاراستەی شاخوێنبەر لە قاچەکانتدا
- ئازار شکێنی دوای نەشتەرگەری
- مەترسی و بڕیاردانی هاوبەش
- چۆنیەتی دەستکەوتنی زانیاری زیاتر.

ئامادەکاری بۆ نەشتەرگەری

لەش ڕێکی بۆ نەشتەرگەرییەکە

ئەو نەخۆشانەی کە لەش ڕێکترن و دەتوانن ئاستی تەندروستی و شێوازی ژیانیان بەرەو پێش ببەن خێراتر چاک دەبنەوە لەدوای نەشتەرگەری و ئاڵۆزی کەمتریان دەبێت.

زۆر شت هەیە کە دەتوانیت بیکەیت بۆ خۆئامادەکردن بۆ نەشتەرگەرییەک. تەنانەت گۆڕانکاری بچووکیش دەتوانێت جیاوازی گەورە دروست بکات.

- لەوانەیە باشتر بێت ئاستی چالاکی جەستەیی خۆت زیاد بکەیت و شێوازی خواردنت پەرە پێ بدەیت.
- ئەگەر مادە کحولییەکان دەخۆیتەوە یان جگەرە دەکێشیت، دەبێت کەمکردنەوەیان لەبەرچاو بگریت یان بە تەواوی دەستبەرداریان بیت.
- ئەگەر کێشەیەکی تەندروستیی درێژخایەنت هەیە، پەیوەندی بە پزیشکی تایبەتی خۆت بکە بۆ دڵنیابوونەوە لەوەی ئایا هیچ شتێک هەیە بیکەیت بۆ پەرەدان بە تەندروستیت پێش نەشتەرگەری.

سەرچاوەکانمان لە **لەش ڕێکتر و باشتر و زووتر** زانیاری پێویست دەخەنە بەردەست بۆ ئەوەی لەش ڕێکتر و باشتر ئامادە بیت بۆ نەشتەرگەریەکەت. تکایە لێرە سەیری ماڵپەرەکەمان بکە بۆ کۆپییەک لەم نامیلکەیە، کە بە زمانی جیاواز بەردەستە:_
www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

تیمی چاودێری تەندروستی دەتوانن زانیاریت پێ بدەن لەسەر یارمەتی بەردەستی ناوخۆیی.

هەڵسەنگاندنی بەنجی پێش نەشتەرگەری

وەک بەشێک لە ئامادەکاریت بۆ نەشتەرگەری لوولەی خوێن، پزیشکی نەشتەرگەرییەکەت داوات لێ دەکات سەردانی نۆرینگەی هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەری بکەیت لە نەخۆشخانە. پەرستارێکی هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەری لەبارەی تەندروستیت هەڵدەسەنگێنێت بۆ ئەو بڕاردانەی نەشتەرگەرییەکە کە لەبەرچاو دەگیرێن. هەروەها دەتوانیت لەم نۆرینگەیەدا چاوت بە پزیشکێکی بەنج بکەوێت.

ئەو چاوپێکەوتنە پشکنینی وورد لە هەر کێشەیەکی تەندروستی لەخۆدەگرێت کە ڕەنگە هەتبێت، وەکو نەخۆشیەکانی دڵ، کێشەکانی هەناسەدان (بۆ نموونە: هەناسە توندی یان هەوکردنی درێژخایەنی بۆڕییەکانی هەناسە)، شەکرە، بەرزیی پەستانی خوێن یان نەخۆشیەکانی گورچیلە. زۆرێك لەم کێشانە دەکرێت کاریگەریان هەبێت لەسەر چاکبوونەوە لە نەشتەرگەرییەکە و پێویستە بە باشترین شێوە کۆنترۆڵ بکرێن بەر لە نەشتەرگەرییەکەت.

هەرچەندە کەمخوێنی (کەمی ئاسن) باوە، بەڵام دەبێتە هۆکاری دەرەنجامی خراپتر لەدوای نەشتەرگەری گەورە. لە هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەریتدا پشکنینی کەمخوێنیت بۆ دەکرێت. جا ئەگەر پێش نەشتەرگەری دەرکەوت کەمخوێنیت و کات لەبەردەستدا بوو، ئەوا لێکۆڵینەوە لەسەر هۆکاری کەمخوێنیەکەت دەکرێت و چارەسەردەکرێت.

ئەگەر پێویست بێت، ڕەنگە داوا لە پزیشکێکی تایبەتمەند لە چاودێریکردنی کەسانی بەساڵاچوو بکرێت هەڵسەنگاندن بکات بۆ تەندروستی گشتی جەستەیی و دەرونیت. بە هەمان شێوە ئەمە یارمەتی ئەو ستافەی چاودێری تەندروستی دەدات کە ئاگایان لێت دەبێت بۆ دڵنیابوونەوە لەوەی کە چاودێری و پاڵپشتی دروست بۆ تۆ بەردەستە دوای ئەوەی نەخۆشخانە جێ دەهێڵیت.

دەکرێت هەندێك لە نەشتەرگەرییەکانی لوولەی خوێن پەستان بخەنە سەر دڵت. ئەو کەسانەی نەخۆشی لوولەی خوێنیان هەیە، مەترسی تووشبوونیان بە نەخۆشییەکانی دڵ زیاترە. بۆیە گرنگە هەڵسەنگاندن بۆ چالاکی دڵت بکرێت بەر لە نەشتەرگەرییەکە، لە ڕێگەی پشکنینی شوێنهەڵگری دڵ (هێڵکاری کارەبایی دڵ یان ECG - بڕوانە بەشی ئامێرەکانی چاودێریکردن و کەلوپەلەکان لەکاتی نەشتەرگەری لوولەی خوێن).

دەشێت ڕەوانەی پزیشکی پسپۆڕی دڵ بکرێیت، و پزیشکەکە دووبارە دەرمانەکانت ڕێکبخات یان داوای هەندێك پشکنینی زیاتر بکات (بڕوانە خوارەوە).

بەگشتیی هەر دەرمانێکی نوێ بە درێژایی ژیان بەکاردێت و پزیشکە گشتیەکەت لێی ئاگاداردەکرێتەوە. هەروەها ئەمە سوودی دەبێت بۆ پاراستنی دڵت بۆ ماوەیەکی زۆر دوای نەشتەرگەرییەکە.

پشیکنینی زیاتر بۆ جەستە ڕێکی گشتی

بە پێی جۆری نەشتەرگەری بەرنامە بۆ دانراو و لەش ڕێکی تەندروستیت، ڕەنگە یەکێك یان زیاتر لەم پشکنینانەی خوارەوەش ئەنجام بدەیت.

تاقیکردنەوەی ڕاهێنانی دڵ و سییەکان (**CPET**)

دەکرێت ئەم پشکنینە ئەنجام بدرێت ئەگەر ئامادەکاری دەکەیت بۆ نەشتەرگەری هەڵئاوسانی شاخوێنبەر (بڕوانە بەشی دواتر) یان بۆ نەشتەرگەرییەکانی تر ئەگەر گومانی کێشەی دڵ یان سییەکانت لێ بکرێت. داوات لێ دەکرێت لەسەر پاسکیلێکی ڕاهێنان بۆ نزیکەی 10 خولەك پەیدان لێ بدەیت. پشکنینەکە نیشانی دەدات کە دڵت و سییەکانت و سوڕی خوێنت لە کاتی ڕاهێنان چۆنن. ئەمە یارمەتی تیمی چاودێری تەندروستی دەدات بۆ هەڵسەنگاندنی ئەوەی ئایا لە کاتی نەشتەرگەرییەکەدا یان ڕاستەوخۆ لە دوای نەشتەرگەرییەکە پێویستت بە پاڵپشتی زیاتر هەیە یاخود نا. بۆ نموونە، ڕەنگە پێشنیاری ئەوەت بۆ بکەن دوای نەشتەرگەرییەکە ماوەیەک لە یەکەی وابەستەیی بەرز یان یەکەی چاودێری چڕ بمێنیتەوە، تا زیاتر لە نزیکەوە چاودێری بکرێیت. دەتوانی زانیاری زیاتر سەبارەت بە مانەوە لە یەکەی وابەستەیی بەرز یان یەکەی چاودێری چڕ لەدوای نەشتەرگەری لەناو نامیلکەکەمان بدۆزیتەوە بە ناونیشانی بەنجکردنت بۆ نەشتەرگەری گەورە کە لێرە بە زمانی جیاواز بەردەستە: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

پشکنینی وێنەیی موگناتیسی دڵ (MRI)

ئەمە بۆ پشکنینی گواستنەوەی خوێن بۆ دڵت و بە باشی کارکردنی زمانەکانی دڵ بەکاردەهێنرێت. لەماوەی پشکنینەکە تۆ دەبێت لەسەر تەختەخەوەکە پاڵکەوتبیت، کە لە ناو ئامێرێکی پشکنینی شێوە تونێلی کراوەدا دەجوڵێت. ڕەنگە پشکنینەکە زیاتر لە کاتژمێرێك بخایەنێت و کەمێك ژاوەژاوی هەبێت، بەڵام دەتوانیت گوێ لە گۆرانی بگریت بە بیستۆکەکان و لەگەڵ تیشکگرەکەدا قسە بکەیت لەکاتی پشکنینەکەدا.

پشکنینی 'پەستانی' دڵ بەبەکارهێنانی دەرمان

(ئیکۆی فشار بۆ پەستانی دڵ بە دەرمانی دۆبیوتامین یان سکانی ماسولکەی دڵ بە بەکارهێنانی شلەی ڕوونکەرەوە)

ئەوانە زانیاری زیاتر دەبەخشن لەسەر خوێن دابینکردن بۆ دڵت، و چەندێك دڵت بە باشی پاڵ بە خوێنەوە دەنێت کاتێك لەژێر پەستاندایە. لەبەرئەوەی ڕاهێنانین تێدا نیە، ئەوانە گونجاو دەبن بۆ نەخۆشانی خاوەن جوڵەی سنووردار.

لە ماوەی ئەم پشکنینانەدا دەرمانێك دەخرێتە ناو خوێنهێنەرێك بۆ ئەوەی دڵ بخاتە ژێر برە پەستانێکی کۆنترۆڵکراوەوە. ئامێرێکی پشکنین بەکاردەهێنرێت بۆ تێبینیکردنی ئەوەی دڵ چۆن وەڵام دەداتەوە. ئەندامێکی تیمی چاودێری تەندروستی بەردەوام لەگەڵت دەبێت.

پشکنینەکانی هەناسەدان (پشکنینی چالاکیی سییەکان)

ئەم پشکنینانە زۆرترین هەوڵی هەناسەدانت تاقی دەکەنەوە لە ڕێگەی فوو کردنە ناو بۆرییەکی بچووکەوە بە هەموو توانات. ئەگەر نەخۆشییەکی سییەکانت هەیە و چارەسەر وەردەگریت، لەوانەیە ئەم پشکنینە بۆ هەڵسەنگاندنی ئەوە بێت کە سییەکانت چەندە باش کاردەکەن. هەروەها لەوانەیە یارمەتیدەر بێت بۆ دەستنیشانکردنی نەخۆشی درێژخایەنی گیرانی بۆری سییەکان (COPD)، کە نەخۆشییەکی سییەکانە و وا لە نەخۆش دەکات پێویستی بە نەشتەرگەری لوولەی خوێن هەبێت، بە تایبەت لەو کەسانەی کە جگەرە دەکێشن یان زۆر جگەرەیان کێشاوە.

لە ڕۆژی نەشتەرگەرییەکە

پەرستارێک یاخود پزیشکێکی بەنج پێت دەڵێت پێش نەشتەرگەریەکە پێویستە لە چ کاتێکەوە واز لە خواردن و خواردنەوە بێنیت. زۆربەی جار، دەتوانی تا شەش سەعات پێش نەشتەرگەرییەکەت خواردن بخۆیت و تا دوو سەعات پێش نەشتەرگەرییەکە ئاو بخۆیتەوە، وە لە هەندێک حاڵەتدا کەمتر.

هەر کە داخلکرایت بۆ نەشتەرگەرییەکەت چاوت بە پزیشکی بەنج و پزیشکی نەشتەرگەر و تیمی چاودێری تەندروستی دەکەوێت. دەبرێیە ژووری نەشتەرگەری و کوتا پشکنینەکانت بۆ ئەنجام دەدرێت. ئامێری چاودێری کردن بە جەستەت پەیوەست دەکرێت. نەشتەرگەریی لوولەی خوێن بەگشتی چاودێری وردتری پێویستە وەک هێڵی لوولەی خوێن ('کەلوپەل و ئامێری چاودێری بەکارهێنراو لەکاتی نەشتەرگەریی لوولەی خوێن' ببینە).

بەنج بۆ نەشتەرگەرییە باوەکانی لوولەی خوێن

لەم بەشانەی داهاتوودا، زانیاری دەربارەی باوترین ڕێکارەکانی نەشتەرگەری لوولەی خوێن و جۆرەکانی بەنجی بەکارهێنراو وەردەگریت. هەموو زانیارییەکان پەیوەندیدار نین بە تووە، بۆیە دەتوانیت داوا لە تیمی چاودێری تەندروستی بکەیت تا پێت بڵێن پێویستە کام بەش بخوێنیتەوە.

کردنەوەی شادەماری لا مل (شاخوێنبەری لا مل)

ئەم نەشتەرگەرییە بۆ لابردنی چەوری کۆبووەوە (بەرغ) لە شاخوێنبەری مل ئەنجام دەدرێت کە خوێن دەگوازێتەوە بۆ مێشکت. ئەگەر ڕۆیشتنی خوێن بەهۆی چەوری کۆبووەوە کەم بێتەوە دەکرێت ببێتە هۆی جەڵتەی مێشک یان سوکە جەڵتەی مێشک (TIA). دەتوانرێت نەشتەرگەری کردنەوەی شاخوێنبەری مل بە بەکارهێنانی بەنجی ناوچەیی یان بەنجی گشتی ئەنجام بدرێت.

پزیشکی بەنجەکەت دەتوانێت زیاتر دەربارەی سوود و زیانەکانی بەنجی ناوچەیی یان بەنجی گشتی ڕوونبکاتەوە. ئەو لەگەڵ تۆ و پزیشکی نەشتەرگەرییەکەت ڕێک دەکەون کام بژاردە باشترە بۆ نەشتەرگەرییەکەت، بە پشت بەستن بە بارودۆخی شاخوێنبەری ملت و هەڵسەنگاندنی پزیشکەکەت و حەز و ئارەزووی خۆت.

ئەگەر بەنجی ناوچەیی بەکاربهێندرێت ئەوا لە کاتی نەشتەرگەرییەکەدا بەئاگا دەبیت. لایەنە باشەکەی ئەوەیە کە تیمی چاودێری تەندروستی دەتوانن قسەت لەگەڵ بکەن و داوای چەند شتێکی سادەت لێ بکەن لەکاتی نەشتەرگەری، وەک گوشینی دەستت یان جووڵاندنی پەنجەکانی پێت. بەم جۆرە، ئەگەر کێشەی هاتووچۆکردنی خوێن بۆ ناو سەر و ملت بوونی هەبێت ڕاستەوخۆ دەزانن.

ئامێرێکی سۆنار بەکاردێت بۆ ئاڕاستەکردنی دەرزی لێدانی بەنجی ناوچەیی بۆناو ملت بۆ بەنجکردنی دەمارە هەستەوەرەکانی شوێنەکە. هەروەها لەوانەیە دەرمانی ئارامکەرەوەی سووکت پێشکەش بکرێت بۆ ئەوەی یارمەتیت بدات لە کاتی نەشتەرگەرییەکەدا ئارام بیت. بە شێوەیەکی ئاسایی نەشتەرگەرییەکە کاتژمێر و نیوێک بۆ سێ کاتژمێر دەخایەنێت.

کاتێک نەشتەرگەرییەکە دەستی پێکرد ئاساییە هەست بە هەندێک فشار بکەیت، بەڵام ئەگەر هەستت بە ناڕەحەتی کرد لە کاتی نەشتەرگەرییەکەدا، پێویستە بە پزیشکی نەشتەرگەرییەکەت بڵێیت و ئەوان دەتوانن بەنجی ناوچەیی زیادەت پێ بدەن.

ڕەنگە هەندێک لە نەخۆشەکان پێویستیان بە بەنجی گشتی بێت لەپاڵ بەنجی ناوچەیی، بەڵام ئەمەش شتێکی دەگمەنە. لەم حاڵەتەدا، نەشتەرگەرییەکە بۆ ماوەیەکی کاتی دەوەستێت بۆ ئەوەی بەنجی گشتی بدرێت بە نەخۆشەکە. لەکاتی بەنجی گشتیدا دکتۆری بەنج ڕەنگە پشکنین بۆ هاتوچۆی خوێن بۆ سەرت بکات بە بەکارهێنانی ئامێری چاودێری تایبەت.

چاکبوونەوە دوای نەشتەرگەری کردنەوەی شاخوێنبەری مل

دوای نەشتەرگەری کردنەوەی شاخوێنبەری مل، بەزۆری دەچیتە ناوچەی بەئاگاهاتنەوە یان یەکەی وابەستەیی بەرز بۆ ئەوەی چەند کاتژمێرێک بە وردی چاودێریت بکرێت. کاتێک پزیشکی بەنج و پزیشکی نەشتەرگەری دڵنیان کە پەستانی خوێنت جێگیرە و بەهۆش خۆت هاتیتەوە و هەستت بە ئاسوودەیی کرد، دەتوانی بڕۆیتە قاوشی گشتی.

نەشتەرگەری چاککردنەوەی ئاوسانی شاخوێنبەر

ئاوسانی شاخوێنبەری سک (AAA)، خڕبوون یان ئەستوربوونە لە شاخوێنبەری سەرەکی کە لە دڵەوە دەچێتە خوارەوە بۆ ناو سک و قاچەکانت. دەکرێت ئەم ئەستوربوونە بە تێپەڕبوونی کات زیاد بکات، کە دەکرێ ببێتە هۆی تەقینی شاخوێنبەری سک و دوچاری خوێنبەربوونی ناوەکی ببیت کە مەترسی دەخاتە سەر ژیانت.

دوو جۆری سەرەکی نەشتەرگەری ئاوسانی شاخوێنبەری سک هەیە:

- **نەشتەرگەری کراوەی چاکردنی ئاوسانی شاخوێنبەر :** سک شەق دەکرێت و بە بۆڕییەکی بەستەری دەستکرد لە جێگای شاخوێنبەرە تێکچووەکە دادەندرێت.
- **بەکارهێنانی سۆندە بۆ چاکردنەوەی ئاوسانی شاخوێنبەر (EVAR):** ئەم نەشتەرگەرییە بە شێوازی کونکردنە، کە تیایدا سۆندەیەکی بچووک بە ناو خوێنهێنەرێکی بن ڕانتدا دەبرێت بۆ بەهێزکردنی ناوپۆشی شاخوێنبەرت.

هەردوو جۆر نەشتەرگەرییەکە باشی و مەترسی خۆیان هەیە. ئەمانە لەگەڵ تۆدا باس دەکرێت بە لەبەرچاوگرتنی توندی تێکچوونی شاخوێنبەرت و ئەنجامی هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەرییەکەت.

نەشتەرگەری کراوەی چاکردنی ئاوسانی شاخوێنبەر

هەمیشە بەنجی گشتی پێویستە بۆ نەشتەرگەری کراوەی ئاوسانی شاخوێنبەر. پێویستت بە چاودێری زیاتر دەبێت وەک هێڵی خوێنبەرەکان و ڕەنگە قەستەرەی خوێنهێنەری نێوەندی (’کەلوپەل و ئامێری چاودێری بەکارهێنراو لەکاتی نەشتەرگەریی لوولەی خوێن‘ ببینە). بۆ نەهێشتنی ئازار ڕەنگە بژاردەی بەنجی پشت یان قەستەرەی برینت بخرێتە بەردەست (نەهێشتنی ئازار دوای نەشتەرگەری ببینە).

دواتر، دەچیتە یەکەی چاودێریی وورد یان یەکەی وابەستەیی بەرز. لەوێ پەرستار و تیمی تەندروستی دڵنیا دەبن لەوەی بڕی پێویست شلەمەنیت خواردووە، و دڵ و سییەکانت و گورچیلەت بە باشی کاردەکەن و ئاسوودەیت. ئەگەر هەموو شتێک باش بوو، دوای ڕۆژێک یان دوو ڕۆژ دەگەڕێیتەوە قاوشی چاودێری نەشتەرگەری.

بەکارهێنانی سۆندە بۆ چاکردنەوەی ئاوسانی شاخوێنبەر EVAR

ئەگەر وا دانرا کە نەشتەرگەری بەکارهێنانی سۆندە بۆ چاکردنەوەی ئاوسانی شاخوێنبەر ئاڵۆزی بۆ تۆ تێدا نییە، ئەگەری هەیە بە بەنجی ناوچەیی ئەنجام بدرێت، کە لەڕێگەی دەرزییەوە دەخرێتە ناو پێستت لە بنی ڕانەوە بۆ بەنجکردنی شوێنی قەستەرەکان. هەندێکجار تەکنیکەکانی دیکەی بەنجی ناوچەیی دەکرێت بەکاربێن (وەک بەنجی دڕکپەتک و بەنجی بڕبڕەی پشت). لەوانەیە داوات لێ بکرێت بۆ ماوەی یەک بۆ دوو کاتژمێر تەخت پاڵکەویت. تۆ بەخەبەر دەبیت و ڕەنگە دەرمانی هێورکەرەوەت پێشکەش بکرێت تا هاوکارت بێت ئاسوودە بیت.

ئەگەر نەشتەرگەری بەکارهێنانی سۆندە بۆ چاکردنەوەی ئاوسانی شاخوێنبەرت بە ئاڵۆز و درێژخایەن دابنرێت، لەوانەیە پێویستت بە بەنجکردنی گشتی هەبێت. لە هەندێک حاڵەتدا لەوانەیە پێویستت بە بڕی ووشککردنەوەی درکەپەتکی هەبێت (’کەلوپەل و ئامێری چاودێری بەکارهێنراو لەکاتی نەشتەرگەریی لوولەی خوێن’ ببینە).

زۆربەی ئەو نەخۆشانەی کە ئەم نەشتەرگەرییەیان بۆ ئەنجام دراوە دەبرێنە قاوشی چاودێری نەشتەرگەری. ئەو نەخۆشانەی نەشتەرگەرییەکەیان ئاڵۆزترە لەوانەیە لە پاش نەشتەرگەرییەکە لە یەکەی چاودێری چڕ یان یەکەی وابەستەیی بەرز دابندرێن.

نەشتەرگەری گۆڕینی ئاراستەی شاخوێنبەر لە قاچەکانتدا (شاخوێنبەری ڕان)

ئەم جۆرە نەشتەرگەرییە بۆ باشترکردنی ڕۆیشتنی خوێنە بە ناو شاخوێنبەرەکاندا بۆ قاچەکان و پێیەکان لەو نەخۆشانەدا کە بەدەست نەخۆشی گیرانی شاخوێنبەری دەرەکییەوە دەناڵێنن (PAD). ئەم کردارەش بە ’دووبارە بوژاندنەوەی لوولەی خوێن’ ناسراوە.

دوو جۆری سەرەکی لە چارەسەری دووبارە بوژاندنەوەی لوولەی خوێن هەیە بۆ ئەم نەخۆشییە (PAD):

- **کردنەوەی لوولەی خوێن:** کە تێیدا بەشێکی گیراو یان باریک بووەوەی شاخوێنبەرەکە فراوان دەکرێتەوە، ئەویش بە هەوا تێکردنی باڵۆنێکی بچووک کە لە ناو شاخوێبەرەکەدا دادەندرێت.
- **چاندنی گۆڕینی ئاراستەی شاخوێنبەر:** کە تێیدا شاخوێنبەرێکی گیراو دەگوێردرێت و جێگرەوەی بۆ دادەندرێت، یان بە بەکارهێنانی دەمارێکی خۆت (کە بە شێوەیەکی گشتی خوێنهێنەر بەکاردێت) یان بە بەکارهێنانی بەستەرێکی دەستکرد.

بەنجەکەت بۆ نەشتەرگەری لوولەی خوێن

دەتواندرێت ئەم نەشتەرگەرییانە لە ڕێگەی تەکنیکی بەنجی گشتیی یان بەنجی ناوچەیی ئەنجام بدرێن (بەنجی بڕبڕەی پشت یان بەنجی درکەپەتک) - تکایە سەیری ماڵپەڕەکەمان بکە بۆ زانیاری زیاتر کە لێرە بە زمانی جیاواز بەردەستە:
www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

ڕەنگە بە دەرزی بەنجی ناوچەییت لێ بدرێت بۆ سڕکردنی ئەو دەمارە هەستەوەرانەی خوێن بۆ بەشەکانی قاچت دەبەن. ئەمە پێی دەگوترێ داخستنی هەستە دەمار. زانیاری زیاتر لەم بەستەرە بەردەستە:
www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages . ئەمە دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی ئازار بە بڕێکی باش بۆ ماوەی 12 کاتژمێر و دەکرێت بڕی ئازارشکێنە بەهێزەکان کەم بکاتەوە کە دوای نەشتەرگەری پێویستت پێیانە.

بڕیاردان لەسەر ئەوەی کام لەم تەکنیکانە باشترینە بۆ تۆ، پاش گفتوگۆکردنت لەگەڵ پزیشکی بەنج و پزیشکی نەشتەرگەرییەکەت دەبێت بە لەبەرچاوگرتنی پێشینەی تەندروستیت و جەستە ڕێکیت.

دەکرێت نەشتەرگەری پەلەکانی خوارەوە کاتێکی زۆر بخایەنێت و وا پێویست بکات بۆ ماوەی چەند کاتژمێرێک لەسەر پشت پاڵکەویت. ئەگەر نەتوانیت بۆ ماوەیەکی زۆر لەسەر پشت پاڵکەویت، لەوکاتەدا ڕەنگە بەنجی گشتی هەڵبژاردەیەکی باشتر دەبێت بۆت. بەڵام ئەگەر تەکنیکی بەنجی ناوچەیی بەکارهات ئەو کاتە دەکرێت دەرمانی هێورکەرەوە بەکاربێت تا هاوکارت بێت بۆ پشوودان لەکاتی نەشتەرگەرییەکە.

لەدوای نەشتەرگەری، دەچیتە ناوچەی چاکبوونەوەی تایبەت تا لەنزیکەوە چاودێری بکرێیت. پەرستارەکان بەردەوام پشکنین بۆ هاتوچۆی خوێن بۆ ناو قاچ و پێیەکانت دەکەن. پاشان دەگەڕێیتەوە قاوشی نەشتەرگەری. مەگەر پێویستت بە چاودێری زیاتر هەبێت، ئەو کات دەبێت بچیتە یەکەی وابەستەیی بەرز.

کەلوپەل و ئامێری چاودێری بەکارهێنراو لەکاتی نەشتەرگەریی لوولەی خوێن

لەکاتی نەشتەرگەری لوولەی خوێن دەبێت دڵ و هەناسەدانت بە ووردی چاودێری بکرێت. ئەمانەی خوارەوە هەندێک لە ئامێرە هەرە باوەکانی چاودێریکردن و کەلوپەلەکانن کە زۆرینەی نەخۆشەکان ئەزموونی دەکەن:

- **هێڵکاری کارەبایی دڵ:** بەدواداچوون بۆ چالاکی کارەبایی دڵت دەکات. پارچە لەزگەی بە وایەرن کە لەسەر سنگت دادەندرێن.
- **بازنی فشاری خوێن:** ئەم ئامێرە هەر سێ بۆ پێنج خولەکێک بە درێژایی ماوەی نەشتەرگەرییەکە، لە ڕێگەی گوشینی قۆڵتەوە چاودێری فشاری خوێنت دەکات.
- **ئامێری چاودێریکردنی خەستی ئۆکسجین:** گیرەیەکی بچووک دەکرێت بە سەری پەنجەی دەستت یان قاچت یان نەرمایی گوێچکەت، وە پێوانەی ڕێژەی ئۆکسجینی خوێنت دەکات.

- **کانولای دەماری (هێڵی ئای ڤی):** سۆندەیەکی (بۆرییەکی) پلاستیکی بچووک (کانولا) لە پشتی دەستت جێگیردەکرێت، بۆ گواستنەوەی ئەو دەرمان و شلەمەنییانەی کە بە درێژایی نەشتەرگەرییەکە پێویستت دەبێت.
- **هێڵی خوێنبەری:** هاوشێوەی هێڵی ئای ڤی یە، بەڵام ئەم بە بەکارهێنانی بەنجی ناوچەیی دەخرێتە ناو خوێنبەرێکەوە، بە گشتی دەخرێتە ناو مەچەکی دەست، لەو شوێنەی کە هەست بە لێدانی دڵ دەکەیت. ئەمە بۆ چاودێری بەردەوامی پەستانی خوێنت بەکاردێت بەشێوازی ڕاستەوخۆ. هەروەها دەشتواندرێت بۆ وەرگرتنی نموونەی خوێن بۆ پشکنین بەکاربهێندرێت.

پاش ئەوەی بەنج کرایت، بە پشتبەستن بە جۆری نەشتەرگەرییەکەت و باری تەندروستیت، دەکرێت ئەو کەلوپەلانەی خوارەوەت بۆ بەکاربهێندرێت:

- **بۆری هەناسەدان**: تەنها بۆ بەنجی گشتی. ئەمەش بۆرییەکە لە دەمتەوە دەخرێتە ناو بۆری هەناسەت، بۆ ئەوەی یارمەتی هەناسەدانت بدات لە کاتی نەشتەرگەرییەکەدا. کاتێک کە بێهۆش بوویت بۆرییەکەت بۆ دادەنرێت و لە کاتی بەئاگا هاتنەوە لادەبردرێت. دەتوانیت زانیاری زیاتر دەربارەی بۆری هەناسە و هەناسەدان لەکاتی بەنجکردن ببینیت لەسەر ماڵپەڕەکەمان کە بە زمانی جیاواز لێرە بەردەستە:
www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages
- **قەستەرەی خوێنبەریی ناوەندی (CVC)**: کانولایەکی ئای ڤی گەورەترە کە لە یەکێک لە خوێنبەرەکانی ملتدا جێگیردەکرێت. ڕێگە بە پزیشکی بەنج دەدات لە یەک کاتدا چەندین دەرمان و شلەی جیاواز بخاتە ناو لەشی نەخۆشەکەوە. هەندێک جار لەکاتێکدا کە بە ئاگایت ئەم کانولایەت بۆ جێگیر دەکرێت، بەڵام لەم بارەدا پزیشکی بەنج هەندێک دەرمانی بەنجی ناوچەییت لێ دەدات بۆ سڕکردنی پێست و کەمکردنەوەی نارەحەتییەکەی. دەتوانرێت ئەم کانولایە (CVC) بۆ ماوەی ڕۆژێک یان زیاتر لە دوای نەشتەرگەرییەکەت بهێڵدرێتەوە ئەگەر پێویستت پێی بوو.
- **سۆنەر:** ئەگەر پێویستت بە بەنجی ناوچەیی یان داخستنی هەستە دەمار هەبوو، ڕەنگە پزیشکی بەنج ئامێرێکی سۆنەر بەکاربێنێت بۆ ئاسانکاری دەرزی لێدان لە شوێنی گونجاو.
- **نەخشە وێنەی هەناویی لەڕێگەی سورێنچکەوە (TOE)**: کاتێک بەنجکرایت بۆرییەکی سۆنەرکردن (تی ئۆ ئی) لەڕێگەی دەمتەوە دەبەن بۆ گەدەت بۆ نیشاندانی وێنەی دڵت لە ماوەی نەشتەرگەرییەکە. پێش ئەوەی بەخەبەربێیتەوە ئەو بۆرییە دەردەهێنرێت.
- **سۆندەی (بۆری) میز**: سۆندەیەکە (بۆرییەکە) کە دەخرێتە ناو میزڵدانتەوە بۆ کۆکردنەوەی میز. لەوانەیە بە ئاگا بیت کاتێک ئەمە دەخرێتە ناو میزڵدانتەوە، بەڵام جەلی بەنجی ناوچەیی بەکاردەهێنرێت بۆ کەمکردنەوەی نارەحەتییەکەی.
- **سۆندەی (بۆری) کەلەکە**: سۆندەیەکی (بۆرییەکی) بچووکی نەرمە کە لە نێوان بەشی خوارەوەی بڕبڕەی پشت دادەنرێت بۆ دەرهێنانی بەشێک لەو شلەیەی دەوری مێشک و بڕبڕەی پشت دەدات بۆ پاراستنیان لە زیان. ئەم بۆرییە دەتوانێت ڕۆیشتنی خوێن بۆ بڕبڕەی پشت باشتر بکات دوای نەشتەرگەری ئاڵۆزی ئاوسانی شاخوێنبەر کە بەشێکی زۆری شاخوێبەرەکە دووچاری ئەم ئاوسانە ببێت. ئەگەر پێویستت بەم بۆرییە بوو، پزیشکی بەنجەکە و پزیشکی نەشتەرگەرییەکەت بە وردی باسی دەکەن.

ئامێری ڕزگارکردنی خانەکان و گواستنەوەی خوێن

لەوانەیە لە هەموو نەشتەرگەرییە گەورەکاندا گواستنەوەی خوێن پێویست بێت، بەڵام خوێنی بەخشراو تەنها لە کاتی پێویستدا بەکاردێت. گواستنەوەی خوێن زیاتر لەو کەسانەدا ڕوودەدات کە نەشتەرگەری پەلەکانی خوارەوە و شاخوێبەریان بۆ دەکرێت. هەر کاتێک بتوانرێت ئامێری ڕزگارکردنی خانەکان بەکاردەهێنرێت، کە ئەمیش خوێنی خۆت کۆدەکاتەوە و پاکی دەکاتەوە و دواتر دەیگەڕێنێتەوە بۆت، بەمەش پێویستیت بە گواستنەوەی خوێن نابێت.

ئازار شکێنی دوای نەشتەرگەری

هەندێک کەس پێویستیان بە ئازارشکێنی زیاتر هەیە یاخود وەڵامدانەوەیان جیاوازە بۆ دەرمانە ئازارشکێنەکان. هەندێک جار، ئازار ئاماژەیە بۆ ئەوەی کێشەیەک هەیە، بۆیە پێویستە ستافی نەشتەرگەرییەکە ئاگادار بکەیتەوە بۆ ئەوەی گرنگیت پێ بدەن ئەگەر ئازارەکەت زیادی کرد.

پزیشکی بەنجەکەت باس لە بڕاردە جیاوازەکان دەکات لەگەڵتدا بۆ ئەوەی یارمەتیت بدات لە کەمکردنەوەی ئازارەکەت دوای نەشتەرگەری.

بە شێوەیەکی ئاسایی لە ڕێگەی دەمەوە ئازارشکێنت پێ دەدرێت یان ئازارشکێنەکە دەکرێتە ناو هێڵی ئای ڤی (ئەو کانولایەی کە لەسەر خوێنبەرێکت جێگیر دەکرێت). بۆ نەشتەرگەری شاخوێنبەر یان نەشتەرگەری گواستنەوەی خوێن بۆ قاچەکانت، ڕەنگە پزیشکی بەنجەکەت باسی ئەم بڕاردانەی خوارەوت لەگەڵ بکات:

بەنجکردنی بەردەوام لە ڕێی بڕبڕەی پشت

ئەگەر بەنجی بڕبڕەی پشتت بۆ بەکارهێنرا، لە کۆتایی نەشتەرگەرییەکەدا سۆندەیەکی بەنج لە دڕکەپەتکتدا بەجێدەهێڵرێت و بە پەمپێکەوە دەبەسترێتەوە بۆ ئەوەی بەپێی پێویست لە دوای نەشتەرگەرییەکە دەرمانی بەنج و ئازارشکێنت لێ بدرێت. تا ئەو کاتەی پەمپەکە دەوەستێت، لەوانەیە لە سکت و قاچەکانت هەندێک سڕبوونت هەبێت، وە هەست بکەیت پەلەکانت قورسترە وەک لە کاتی ئاسایی. دەکرێت ئەم سۆندەی بەنجە بۆ ماوەی چەند ڕۆژێک دوای نەشتەرگەرییەکە بهێڵدرێتەوە.

ئازارشکێنی کۆنترۆڵکراو لە لایەن نەخۆشەوە (PCA)

جۆرە پەمپێکی کەمکردنەوەی ئازارە کە بە کانولاکەتەوە دەبەسترێت و خۆت دەتوانیت لە ڕێگەی داگرتی دوگمەیەک کۆنترۆڵی بکەیت. پەمپەکە ڕێکخستنی سەلامەتی لەگەڵدایە کە دەتپارێزێت لەوەی بە هەڵە زیاد لە پێویست دەرمان وەبگریت.

سۆندەی (بۆریی) برین

بەنجی ناوچەیی بە دەرزی لە برینەکەت دەدرێت و سۆندەیەک یان چەند سۆندەیەکی بچووکی پلاستیکی تێ دەکرێت بۆ سڕکردنی ناوچەی نەشتەرگەرییەکە.
پزیشکی نەشتەرگەری یان پزیشکی بەنج لە ماوەی نەشتەرگەرییەکەدا ئەم بۆرییانە دەخاتە شوێنی خۆیان. دەکرێت سۆندەی برینەکان بۆ چەند ڕۆژێک لە دوای نەشتەرگەرییەکەت لە شوێنی خۆیان بهێڵدرێننەوە.

داخستنی هەستە دەمار

بەنجی ناوچەیی بە دەرزی لە دەورەی ئەو دەمارە هەستەوەرانە دەدرێت کە خوێن دەبەن بۆ بەشەکانی شوێنی نەشتەرگەرییەکە. ئامێرێکی سۆنار بەکاردێت بۆ دیاریکردنی دەمارە هەستەوەرەکان و دڵنیابوونەوە لەوەی بەنجە ناوچەییەکە بە سەلامەتی لێ دراوە. بەپێی نەشتەرگەییەکە، ڕەنگە کاتێک بە ئاگایت یان بە ئاگا نەبیت ئەم کردارە ئەنجام بدرێت.

مەترسی و بڕیاردانی هاوبەش

بەنجە هاوچەرخەکان زۆر سەلامەتن. هەندێک زیانی لاوەکی هەن لە دەرمانی بەنجەکاندا یان ئەو کەل و پەلانەی بەکاردێن، کە بە گشتی مەترسی جددی نین و زۆر نامێننەوە. مەترسییەکان بەپێی کەسەکان دەگۆڕێن و بەندن لەسەر شێواز و تەکنیکی بەکارهێنراوی بەنجکردنەکە.
چەند مەترسییەکی دیاریکراو هەن پەیوەندیدار بە بەنجەوە بۆ نەشتەرگەریی لوولەی خوێن، لەنێویاندا خوێن بەربوون، هەڵئاوسان و زیان کەوتن بەرکەوتن بە دڵ و گورچیلەکان.
پزیشکی بەنجەکەت باسی ئەو مەترسییە تەندروستییانەت لەگەڵدا دەکات کە پێی وایە جددین و چۆن دەتواندرێ کەمبکرێنەوە. تەنها لەحاڵەتێکدا باسی مەترسییە ناباوەکانت بۆ دەکات ئەگەر پەیوەندیدار بن پێتەوە.

ئەگەر دەتەوێت ووردەکاری زیاتر دەربارەی مەترسییەکانی پەیوەست بە بەنج بخوێنیتەوە، لێرەدا زانیاری زیاتر بە زمانە جیاوازەکان بەردەستە:
www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

بڕیاردانی هاوبەش

بڕیاردانی هاوبەش دڵنیایی دەدات کە تاکەکان پشتگیری دەکرێن بۆ هەڵبژاردنی ئەو بڕیارانەی گونجاون بۆیان. ئەمە پرۆسەیەکی هاوکارانەیە کە تێیدا شارەزایەکی تۆڕینگە پشتگیری نەخۆشێک دەکات تا بگاتە بڕیارێک دەربارەی چارەسەرەکەی.
گفتوگۆکە ئەمانە بەیەکەوە کۆدەکاتەوە:

- شارەزایی پزیشکەکە، وەک هەڵبژاردەکانی چارەسەرو بەڵگە و مەترسییەکان و سوودەکان
- ئەوەی کە نەخۆشەکە لە هەمووان باشتر دەیزانێت: خواستی خۆی، حاڵەتی کەسی، ئامانجەکان، بەهاکان و باوەڕەکان.

زانیاری زیاتر بدۆزەوە لە: www.england.nhs.uk/personalisedcare/shared-decision-making

ئەمانە چەند کەرەستەیەکن کە دەتوانیت بەکاریان بێنیت تاکو زۆرترین سوود لە گفتوگۆکانت وەربگریت لەگەڵ پزیشکی بەنجەکەت یان ستافی هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەری:

هەڵبژاردنی پێکهاتەی وایسلی یوکەی بران

ئەمە وەک بیرهێنەرەوەیەک بەکاربێنە بۆ پرسیارکردن دەربارەی چارەسەر.
https://bit.ly/CWUK_leaflet

خزمەتگوزاری تەندروستی نیشتمانی (ئێن ئێچ ئێس) سێ پرسیار دەکات

لەوانەیە چەند هەڵبژاردەیەک هەبێت دەربارەی چاودێری تەندروستیت.
https://bit.ly/NHS_A3Qs

ناوەندی چاودێری پێش نەشتەرگەری (CPOC)

ناوەندی چاودێری پێش نەشتەرگەری وێنەی جوڵاوی بەرهەمهێناوە بۆ ڕوونکردنەوەی بڕیاردانی هاوبەش.
www.cpoc.org.uk/shared-decision-making

ئەو پرسیارانەی کە ڕەنگە حەزبکەیت بیان پرسیت

ئەگەر پرسیارت هەبوو دەربارەی دەرمانی بەنج، بیان نووسەوە (دەتوانیت ئەو نموونانەی خوارەوە بەکاربێنیت و تێبینی خۆتی بۆ زیاد بکەیت لە بۆشاییەکانی خوارەوە). ئەگەر ویستت پێش ڕۆژی نەشتەرگەرییەکەت قسە لەگەڵ پزیشکێکی بەنج بکەی، ئەوا پەیوەندی بە تیمی هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەری بکە بۆ ئەوەی پەیوەندیت لەگەڵ پزیشکێکی بەنج بۆ ڕێک بخەن بە تەلەفۆن یان بتوانی چاوت پێی بکەوێت لە نۆرینگەکەی.

1 کام جۆری بەنج پێشنیار کراوە بۆ نەشتەرگەریی لوولەی خوێنەکەم؟

2 ئایا ڕووبەڕووی هیچ مەترسییەکی تایبەت دەبم؟

3 بەڕای تۆ کام جۆری ئازارشکێن باشترینە بۆ من؟

4 ئایا پێویستە لە بەشی وابەستەیی بەرز یان بەشی چاودێری وورد بمێنمەوە؟

5 ماوەی چاکبوونەوەم چەندی پێ دەچێت؟

6 ...

7 ...

8 ...

لە کوێ زانیاری زیاترم دەستبکەوێ؟

زۆربەی نەخۆشخانەکان نامیلکەی زانیاریی تایبەت بە خۆیان بەرهەمدێنن دەربارەی نەشتەرگەری دەمار و دڵ، وە زۆرێک لەو نامیلکانە زانیاری تێدایە لەسەر بەنج.

دەتوانیت نامیلکەی زانیاری زیاتر بدۆزیتەوە لە ماڵپەڕی کۆلێجەکە
www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

هەروەها ڕەنگە نامیلکەکان لە بەشی بەنج یاخود نۆڕینگەی هەڵسەنگاندنی پێشوەختە لە نەخۆشخانەکەت بەردەست بێت.

سەرچاوەی زیاتر بۆ زانیاری:

- کۆمەڵگەی لوولەی خوێن بۆ بەریتانیای مەزن و ئێرلەندا (www.vasgbi.com).
- کۆلێژی شاهانەی نەشتەرگەرانی ئینگلتەرا (52http://bit.ly/2LNAY)
- هەڵبژاردەکانی خزمەتگوزاری تەندروستی نیشتیمانی (www.nhs.uk).
- پزیشکەکەت.

ڕاگەیاندنی یاسایی

بارەیەوە بدەین .ئێمە پێشبینی ئەوە ناکەین ئەم زانیارییە گشتیانە وڵامدەرەوەی هەموو پرسیارێکتان بن و هەڵگری هەموو ئەو شتانەی بۆ ئێوە گرینگن .باشتر وایە بڕیارەکانتان و هەر جۆرە نیگەرانییەکتان بە تیمی پزیشکیی خۆتان ڕابگەیەنن و ئەم بروشورە وەك ڕێنوێنێك بەکار بێنن .ئەم بروشورە باشترە وەك تاکە سەرچاوەی ئامۆژگاری لەبەر چاو نەگیرێت .نابێت بۆ مەبەستی تیجاری و پیشەیی بەکار بهێنرێت .بۆ ئاشکراکردنی تەواوەتی، تکایە کرتەیەك لێرە (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/sorani) بکەن.

هەموو وەرگێڕانەکان لەلایەن گرووپی ››وەرگێڕانی بێسنوور ‹‹ئامادەدەکرێن و تێکستەکان لە ڕووی کوالیتییەوە پێداچوونەوەیان بۆ دەکرێت بۆ ئەوەی تا ئەو جێیەی بکرێت بێ هەڵە بن، بەڵام دیسان ئەگەری ئەوە هەیە هەندێکیان هەڵەیان تێدا بێت یان زانیارییەکان بە درووستی وەرنەگێڕ

پێمان بڵێ ڕای تۆ چیە

ئەگەر هەر توانجێکی گشتیت هەیە تکایە بە ئیمێڵ بۆمان بنێرە بۆ: patientinformation@rcoa.ac.uk

کۆلێژی شاهانەی پزیشکانی بەنج
چەرچڵ هاوس، 35 گۆرەپانی ڕێد لایەن، لەندەن WC1R 4SG
02070921500

www.rcoa.ac.uk

چاپی دووەم، ئەیلولی 2023
ئەم نامیلکەیە لە ماوەی سێ ساڵ پاش بەرواری چاپکردنی پێداچوونەوەی بۆ دەکرێت.

Royal College of Anaesthetists 2023 ©
دەکرێت ئەم نامیلکەیە لەبەربگیرێتەوە بۆ مەبەستی دروستکردنی بڵاوکراوەی زانیاریی نەخۆش. تکایە ئاماژە بەم سەرچاوە ڕەسەنە بدە. ئەگەر دەتەوێت بەشێک لەم نامیلکەیە لە بڵاوکراوەیەکی تردا بەکاربێنیت، پێویستە دانپێدانانی گونجاو بدرێت، وە لۆگۆ و براند و وێنە و وێنۆچکەکان لاببردرێن. بۆ زانیاری زیاتر، تکایە پەیوەندیمان پێوە بکەن.