Royal College of Anaesthetists

# એનેસ્થેટિક્સ – જોખમો અને આડઅસરો

# ધ્રુજારી આવવી

## આ પત્રિકા વિશે

આ પત્રિકા **એનેસ્થેસિયા પછી થતી ધ્રુજારી** વિશે છે. આ એક આડઅસર છે જેનો અનુભવ તમે સામાન્ય અથવા પ્રાદેશિક એનેસ્થેસિયા લેશો તો થઈ શકે છે. આમાં ધ્રુજારીના કારણો અને તેના વિશે શું કરી શકાય તે વિશે સમજાવવામાં આવ્યું છે.

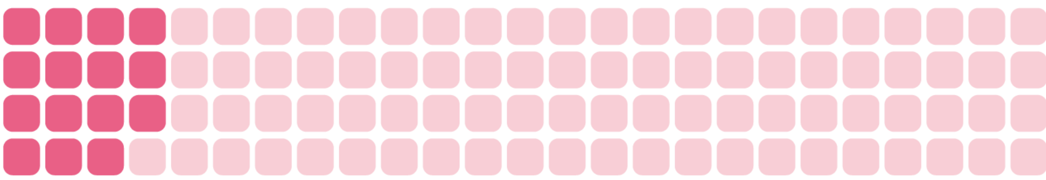
તમે એનેસ્થેસિયા સાથે સંકળાયેલા જોખમો વિશે વધુ વિગતો અમારી વેબસાઇટ પર વાંચી શકો છો જે અહીં વિવિધ ભાષાઓમાં ઉપલબ્ધ છે: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages.

## ધ્રુજારી એટલે શું?

- ઠંડી લાગવાથી શરીરમાં ધ્રુજારી આવવી એ સામાન્ય પ્રક્રિયા છે. શરીરના સ્નાયુઓને ગરમ રાખવા માટે, તેઓ ઝડપથી સંકોચાય છે અને આરામ કરે છે, જેના કારણે ધ્રુજારી અનુભવાય છે.
- ઓપરેશન પછી ધ્રુજારીને લીધે અસ્વસ્થતા અનુભવાય શકે છે, પરંતુ તે ખતરનાક નથી અને સામાન્ય રીતે 20-30 મિનિટમાં બંધ થઈ જાય છે.
- ધ્રુજારીને કારણે તમારા શરીરને વધુ ઓક્સિજનની જરૂર પડે છે. તમને વધારાના ઓક્સિજનની જરૂર પડે તો માસ્ક દ્વારા મેળવી શકો છો.

## આવું થવાની શક્યતા કેટલી છે?

### દર 100 લોકોમાંથી



**લગભગ 15 લોકોને આવું થયું છે** **અને લગભગ 85 લોકોને આવું થયું નથી**

આ આંકડા સંશોધન અભ્યાસોમાંથી લેવામાં આવ્યા છે. તમે અમારી વેબસાઇટ પર જોઈ શકો છો કે અમને આ નંબર ક્યાંથી મળ્યા છે: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/evidence.

## એનેસ્થેસિયા પછી ધ્રુજારી કેમ થાય છે?

- ઓપરેશન થિયેટર ઠંડા હોઈ શકે છે. શસ્ત્રક્રિયા દરમિયાન તમારા શરીરના ભાગો ઠંડી હવાના સંપર્કમાં આવે છે અને તમારા શરીરનું તાપમાન ઘટી શકે છે.
- ક્યારેક એનેસ્થેટિક દવાઓ અને વાયુઓ શરીરમાં રહેલા સંકેતોને અસર કરે છે જે તમારા તાપમાનને નિયંત્રિત કરે છે.
- સામાન્ય એનેસ્થેસિયા અને પ્રાદેશિક એનેસ્થેસિયા (એપિડ્યુરલ અથવા સ્પાઇનલ) પછી પણ ધ્રુજારી થઈ શકે છે.

## આરોગ્યસંભાળ ટીમ શું કરી શકે છે?

ઓપરેશન પછી રિકવરી રૂમમાં એક નર્સ હંમેશા તમારી સાથે રહેશે. તેઓ તમારું તાપમાન તપાસશે અને તમને ગરમ ધાબળા અથવા ગરમ પીણું આપશે.
જો આનાથી તમને કોઈ ફર્ક પડતો નથી, તો ટીમ તમને ગરમ કરવા માટે દવાઓ આપી શકે છે અથવા નસ દ્વારા ગરમ પ્રવાહી આપી શકે છે.

## હું મારી જાતે શું કરી શકું?

ઓપરેશન થિયેટરમાં જવાની રાહ જોતી વખતે શક્ય તેટલું ગરમ રહેવાનો પ્રયાસ કરો. જો તમે શસ્ત્રક્રિયા પહેલાં ગરમ હોવ, તો પછી તમને ઠંડી લાગવાની શક્યતા ઓછી રહેશે.
જો તમને ઠંડી લાગી રહી હોય તો નર્સોને કહો અને તેઓ તમને ધાબળા આપશે.

તમે ઘરેથી ગરમ કપડાં અને ચંપલ હોસ્પિટલમાં લાવી શકો છો.

## જાણવા જેવી વાત

જો તમને એનેસ્થેસિયા લીધા પછી ધ્રુજારી થઈ હોય, તો તેનો અર્થ એ નથી કે ભવિષ્યમાં બીજી વાર એનેસ્થેસિયા લેવાથી તમને ફરીથી ધ્રુજારી થવાની શક્યતા વધી જશે.

## અસ્વીકરણ

અમે આ પત્રિકામાંની માહિતીને સચોટ અને અદ્યતન રાખવા માટે ખૂબ જ પ્રયત્નો કરીએ છીએ, પરંતુ અમે તેની ખાતરી આપી શકતા નથી. અમે અપેક્ષા રાખતા નથી કે આ સામાન્ય માહિતી તમને હોય તેવા તમામ પ્રશ્નોને આવરી લેશે અથવા તમારા માટે મહત્વપૂર્ણ હોઈ શકે તેવી દરેક વસ્તુ સાથે વ્યવહાર કરશે. માર્ગદર્શિકા તરીકે આ પત્રિકાનો ઉપયોગ કરીને તમારે તમારી પસંદગીઓ અને તમારી કોઈપણ ચિંતાઓ વિશે તમારી તબીબી ટીમ સાથે ચર્ચા કરવી જોઈએ. આ પત્રિકા તેના પોતાના પર સલાહ તરીકે ગણવામાં આવવી જોઈએ નહીં. તેનો ઉપયોગ કોઈપણ વ્યવસાયિક અથવા વ્યવસાયિક હેતુ માટે થઈ શકતો નથી. સંપૂર્ણ અસ્વીકરણ માટે કૃપા કરીને જુઓ: (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/gujarati).

તમામ અનુવાદો ટ્રાન્સલેટર્સ વિથઆઉટ બોર્ડર્સના અનુવાદક સમુદાય દ્વારા પૂરા પાડવામાં આવે છે. આ અનુવાદોને શક્ય તેટલા ચોક્કસ બનાવવા માટે તેમની ગુણવત્તા તપાસવામાં આવે છે, પરંતુ કેટલીક માહિતીમાં અચોક્કસતા અને ખોટી સમજણ થવાનું જોખમ રહેલું છે.

# તમે શું વિચારો રહ્યાં છો તે અમને કહો

અમે આ પત્રિકામાં સુધારો દર્શાવતા સૂચનોનું સ્વાગત કરીએ છીએ.

જો તમારી પાસે કોઈ ટિપ્પણી છે જે તમે કરવા માંગતા હો, તો કૃપા કરીને તેમને ઇમેઇલ કરો:
patientinformation@rcoa.ac.uk

**Royal College of Anaesthetists**
ચર્ચિલ હાઉસ, 35 રેડ લાયન સ્ક્વેર, લંડન WC1R 4SG

## www.rcoa.ac.uk

છઠ્ઠી આવૃત્તિ, નવેમ્બર 2024

પ્રકાશનની તારીખના ત્રણ વર્ષમાં આ પત્રિકાની સમીક્ષા કરવામાં આવશે.

**© 2024 Royal College of Anaesthetists**
આ પત્રિકાની દર્દીની માહિતી સામગ્રીઓ બનાવવાના હેતુથી નકલ કરવામાં આવી શકે છે. કૃપા કરીને આ મૂળ સ્રોતનો ઉલ્લેખ કરો. જો તમે આ પત્રિકાના ભાગનો ઉપયોગ અન્ય પ્રકાશનમાં કરવા માંગતા હો, તો યોગ્ય સ્વીકૃતિ આપવી જોઈએ અને લોગો, બ્રાન્ડિંગ, છબીઓ અને ચિહ્નો કાઢી નાખવા જોઈએ. વધુ માહિતી માટે, કૃપા કરીને અમારો સંપર્ક કરો.