

سرکەرەکان – مەترسی و کاریگەرییە لاوەکییەکان لەرزین

دەربارەی ئەم نامەلیکە ئەم نامەلیکە دەربارەی لەرزینە لەدوای سەکردن. ئەمە کاریگەرییەکی لاوەکییە کە لەوانەیە توشی ببێت کاتێک دەرمانی سەکردن گشتی یان ناوچەیی وەرەگرێت. ھۆکارەکانی لەرزین و ئەو شتەکانی دەتوانن ئەمە بکەن و ڕووندەکاتەو.

دەتوانیت وەدەماری زیاتر دەربارەی جۆرە جیاوازییەکانی سەکردن بۆخوێنتەو لەسەر مەلپەرەکەمان، کە لێرەدا بە زمانە جیاوازییەکان بەردەستە:

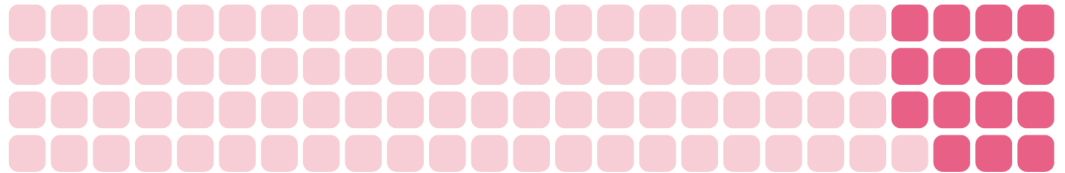
www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

لەرزین چییە؟

- لەرزین وەلامی سروشتی جەستەییە بۆ ھەستکردن بە سەرما. بۆ بەگەرمی ھێشتەو، ماسولەکانی لەش بەخێزایی گەژ دەبن و خاوەن دەبن، ئەمەش دەبێتە ھۆی لەرزین.
- لەرزین دواوە نەشتەرگەری دەکرێت نائاسوودەکەر بێت، بەلام مەترسیدار نییە و بە شێوەیەکی ئاسایی لە ماوەی ۲۰-۳۰ خولەکدا کۆتایی دێت.
- لەرزین و لە جەستەت دەکات پێویستی بە ئۆکسجینی زیاتر بێت. لەوانەیە پێویستت بە ئۆکسجینی زیادە بێت لەرێگەیی ماسکەو.

ئەگەری چەندە کە ڕووبەت؟

لە ھەر ۱۰۰ کەسێکدا



نزیكە ۸۵ کەسیان دووچاری نابنەو

نزیكە ۱۵ کەسیان دووچاری دەبنەو

ئەم ژمارانە لە توێژینەکانەو ھاتوون. دەتوانن لە مەلپەرەکەمان بزانن ژمارەکانمان لەکوێو وەرگرتووە:

www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/evidence

چی دەبێتە ھۆی لەرزین لەدوای سەکردن؟

- ھۆلەکانی نەشتەرگەری لەوانەیە سارد بن. لە کاتی نەشتەرگەریدا، بەشەکانی لەشت بەر ھەوای سارد دەکەن و پلەیی گەرمیت دادەبەزێت.
 - ھەندێک جار دەرمەن و گەزە سەکردن کاریگەرییان دەبێت لەسەر ئەو ئامرازانەی جەستە کە پلەیی گەرمی کۆنترۆڵ دەکەن.
 - لەرزین دەکرێت لەدوای سەکردن گشتیەو ڕووبەت، یانیش لەدوای سەکردن ناوچەییەو (دەماری یان بێرەیی).
- تیمی چاودەری تەندروستی دەتوانن چی بکەن؟
- پەرسناریک بەردەوام لەگەڵئەو دەبێت لە ژووری چاکبوونەو دواوە نەشتەرگەرییەکە. پلەیی گەرمیت دەپشکنن و بەتانی گەرم و خوارنەوێکی گەرم پێ دەدەن. ئەگەر ئەمە سوودە نەبوو، لەوانەیە تێمەکە بۆ گەرمکردنەو دەرمەن پێبەن یان شلەیی گەرمکراوت لە رێگەیی خوێننەنەریکەو پێبەن.

خۆم دەتوانم چی بکەم؟

ھەوڵ دەتوانم تا دەکرێت بە گەرمی بھێنیتەو کاتێک چاودەریی چوون بۆ ھۆلی نەشتەرگەری دەکەیت. ئەگەر لەپیش نەشتەرگەرییەکە گەرم بێت، ئەگەری کەمترە کە لە دواوە ھەست بە سەرما بکەیت.

ئەگەر سەرمات بوو بە پەرسناریکەو بێت، دەتوانن بەتانی پێبەن.

دەتوانیت جلۆبەرگی گەرم و پێلاوی مەلەو لەگەڵ خۆتدا بھێنیت بۆ نەخۆشخانە.

پاکانه

هموآلى تمواومان داوه که همموو ز انیار بهکانى نهم نامیلکهمه راست و دروست و نوئ بن، بهلام ناتوانین مسوگرى نموه بکهمین. نیمه چاوهر پى نموه ناکهمین که نموه ز انیار به گشتیانیه سهر جهم پر سیار مکانتان وهلام بداتمهو یان چار مسهرى همموو شتیکتان بکات که گرینگه بو نیموه. پنیویسته لهسهر تو که گفتوگوى هملیز اردمکانت و نیگهر انیهکانت بکهمیت لهگمل نیمه پزیشکهمه، به بهکار هینانى نهم نامیلکهمه و مک ریهر یک. تمها نامیلکهمه بهتمها نابیت بهکار بهینریت بو رینمای کردنت. نابیت به کار بهینریت به مههستى باز رگانی پیوه کردنى. بو بینینى تهوای پروونکر دنهوهکه، تکایه سهر دانی نهم لینکه بکه:

www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/sorani

همموو مهرگیر انهمکان له لایهن جفاکى 'وهرگیرانى بیسوره' وه بهردهست دمخرین. چوانایمتى نهم وهرگیرانانه پیداجوونهموى بو دمکریت تا چهندهی دمکریت وهرگیرانهمکه دروست بیت، بهلام مهترسى نادروستى و هملیکدانهموى همدیک له ز انیار بیهکان همیه.

پیمان بلى رات چیه

پیشوازی لهههر پیشنیازیک دمکهمین بو باشترکردنى نهم نامیلکهمه.

نمگر ههر تبیینیهکت همیه همز دهکهمیت بیگهمینیت، تکایه نیمهیل بکه بو: patientinformation@rcoa.ac.uk

Royal College of Anaesthetists

Churchill House, 35 Red Lion Square, London WC1R 4SG

www.rcoa.ac.uk

چاپى دوهم، تشرینی دوهم ۲۰۲۴

نهم نامیلکهمه پیداجوونهموى بو دمکریت له دواى سى سال له بهروارى چاپکردنى.

Royal College of Anaesthetists 2024 ©

دمکریت نهم نامیلکهمه لهههر بگير پتهوه بو مههستى بهر همهمینانى بابیتى ز انیارى نهخوش. تکایه ناماژه بهم سهر چاوهر مهسره بده. نمگر دهتمویت بهشیک له نامیلکهمه له بلاوکر اومهکی تر دا بهکار بینیت، پنیویسته پز انینى گونجاو ناماژه پى بکریت، و لوگو و براند و وینه و وینوچکهکان لایبردرین. بو ز انیارى زیاتر، تکایه پهوهخدیمان پیوه بکهمین.