

Bûjenên benckir – Metirsî û bandorên alî **Hestkirin bi nexweşiyê û nexweşbûn**

Derheqê vê belavokê de: Ev belavok li ser rewşên wek **hestkirin bi nexweşiyê (levbûn)** an jî **nexweşbûn (vereşandin)** ku **piştî niştergeriyê derdikevin holê ye**. Lerizîn bandorek alî ye ku dibe piştî benckira gelemperî bê serê mirov. Ev belavok, sedemên nexweşiyê û tiştên di derbarê wê de dikarin bînin kirin rave dike.

Benckirên gelemperî derman in ku mirov dixê rewşeke xewek giran. Ew ji bo hin niştergerîyan û prosedûran girîng in. Dema benckira gelemperî, mirov bêhiş e û tiştêkî hîs nake.

Hûn dikarin li ser malpera me derbarê cureyên bûjenên benckirên bixwînin, ku bi zimanên cuda li vir berdest in: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages.

Hesteke çawa bi mirov re çê dike?

- Dibe hûn hîs bikin ku hûn ê nexweş bikevin (levbûn).
- Dibe ku hûn nexweş bibin (vereşîn).
- Dibe ku elqa we bê (lê hûn nikaribin verişin).
- Bi piranî, levbûn, dora seatek an du seatan didome û piştî dermankirinê derbas dibe. Kêr caran, dibe ku ew berdewam bike û ji rojeke zêdetir bidome.

Çiqas pêkan e ku biqewime?

Ji her 100 kesî



17 dît

83 nedît

Ev hejmar ji karên lêkolînan hatine. Hûn dikarin li ser malpera me bibînin me ji ku ev hejmaran girtiye: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/evidence.

Piştî benckira gelemperî çî dibe sedema nexweşiyê?

- Dermanên ku di benckirinê de tê bikaranîn û dermanên sivikkirina êşê dibe ku bibe sedem dilê we nexweş bikin. Hin benckirên herêmî, wek marîpiştî û epîdural, dibe ku bibin sedema nexweşiyê.
- Benckir dibe ku fişara xwînê we ya kêr bike. Fişara xwîna we kêr be dibe ku dilê we li hev bikeve.
- Berî niştergeriyê rojîgirtin (nexwarin û venexwarin), dibe ku piştî wê dilê we li hev bixe, lê belê ew pêwîst in da ku dema benckirinê we biparêzin. Divê hûn bi baldarî rêwerzên ku berî niştergeriyê di derbarê rawestandina xwarin û venexwarinê de têne dayîn bişopînin.
- Heke nexweşiya we ya rêwitiyê hebe yan jî berê piştî benckirinê nexweş ketine, bêtir gengaz e ku carekê din nexweş hîs bikin.
- Hin niştergerî îhtîmala nexweşiyê zêdetir dikin:
 - niştergeriyên li ser zikê we (abdomen) an jî li ser herêmên organên zayendî
 - niştergeriyên jînekolojîk (sîstema hilberandina jinan)
 - niştergeriyên di 'guh, poz û gewriyê' we de, wek derxistina gilaleyan
 - niştergeriyên ji bo serrastkirina çavxwariyê
 - niştergeriyên ji du sê seetan bêtir didomin.
- Xemgînî dibe ku metirsiya hestkirin bi nexweşiyê zêde bike. Heke hûn xemgîn an jî bi xem bin, ji bijîşka/ê xwe ya/ê benckirê re bibêjin. Ew dikarin bi we re derbarê xemên we bipeyivin. Carinan ew dikarin dermanan pêşkêş bikin da ku ji bo xemgînî bibin alîkar.

Heke ez nexweş bibim wê çî bibe?

Heke hûn xwe ne baş hîs bikin, tîma ku bi we re têkildar e dikare çend tiştan bike da ku hûn xwe baştir hîs bikin. Ew ê:

- li ser fişara xwînê û rêjeya dilê xwe çavderiyê bikin da ku fişara xwîna we zêde kêr nebe
- bi reya demarê yan jî wek tableteke bê daqurtandin, tiştên vexwarinê û dermanên dijî levbûnê bidin we.

Çî kare pêşiya Nexweşiyê bigire?

Cûreyên benckirê

Bijîşkên wê yên benckir dikarin cûreyên cuda yên benckirinê bikarbînin. Hin ji wan dilê mirov kêmtir li hev dixê. Bijîşkên we yên benckirê wê rave bikin ku kîjan cûreya benckirê û kîjan cûreya neştergeriyê ji bo we herî guncav in.

Xwarin û vexwarin piştî niştergeriyê di zûtirîn demê de

Berî niştergeriyê ew ê we şîret bikin ku hûn tişteki nexwin û venexwin. Lê belê, ji bo demeke dirêj bê xwarin û vexwarin mayin dikare ku piştî niştergeriyê we nexweş bike. Piştî niştergeriyê, di zûtirîn demê de hewl bidin ku tişteki bixwin û vexwin.

Tîma ku bi we re têkildar e wê we şîret bike bê ka kengî hûn ji nû ve dikarin dest bi xwarin û vexwarinê bikin. Piştî niştergeriyê bi qasekî, ew dibe ku çend qurt av bidin we û ji bo cûreyên vexwarinên din û xwarinên sivik alikariya we bikin.

Ez bixwe dikarim çi bikim?

Dereng nemînin û demildest agahî bidin

Gava we hest bi nexweşiyê bikin, yan ji bijîşka/ê xwe ya/ê bencê yan jî ji peristgaraan agahî bixwazin. Çêtir e ku hûn hesta levbûnê berî ku pir xirab bibe derman bikin, ji ber ku levbûn an jî nexweşketin dikare bandorê li ser başbûna we bike.

Heke ku berê benckir li we hatibe kirin û piştî wê dilê we li hev ketibe, vê yekê bi bijîşka/ê xwe ya/ê bencê re biaxivin. Çend tişt hene ku ew dikarin ji bo metirsiya dubare pêkhatina wan kêmkar bikin.

Piştî niştergeriyê yekser rûnenên an jî ji nav cîyê xwe dernekevin. Dema ku hûn bi lez rûdin an rabin dibe ku fişara xwîna we biguhere. Ev dikare bibe sedema ku hûn nexweş bibin.

Heke êşek we hebe ji bijîşka/ê xwe ya/ê benckirê yan jî ji hemşîreyên xwe re bibêjin. Êşa giran dibe ku bibe sedema hûn xwe ne baş hîs bikin. Ew karin zedetir an cûdatir dermanên sivikkirina êşê bidin we.

Heke hûn xwe baş hîs nekin, nefesên kûr û hêdî bistînin.

Hûn dikarin çareseriyên alternatîv li ber çav bigirin. Akupunktur, akupresor an jî aromaterapî dibe ku rê li levbûnê bigirin. Derheqê van teknîkan de kêmkar lêkolîn hene, lewra, têrê nakin ku bibêjin gelo ew kêrhatîne yan çi başiya wan heye. Heke hûn bixwazin yek ji van teknîkan biciribînin divê hûn bi pisporeke re têkilî deynin.

Başê bizanin

Nexweşiya rêwîtiyê

Heke piştî niştergeriyê di heman rojê de hûn ê derkevin rê, gengaz e ku nexweşiya rêwîtiyê bê serê we. Ji ber ku hûn ê li hember livînê bêtir hesas bin.

Destjêkişandin

Em gelek hewl didin ku agahiyên di vê belavokê de rast û nûjen bimînin, lê em nikarin vê yekê dabîn bikin. Em ne li bendê ne ku ev agahiyên giştî, cewaba hemî pirsên we yan jî çareserîya hemû tiştên ku ji we re girîng in bidin. Divê hûn vê belavokê wekî rêber bikar bînin û bijareyên xwe û her xemên xwe bi tîma xwe ya bijîjkî re bipeyivin. Divê ev belavok bi serê xwe wekî şîret neyê hesibandin. Ev belavok ji bo armancek bazirganî yan karsaziyê nayê bikar anîn. Ji bo destjêkişandin a bi temamî li vir binêrin:

(www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/kurmanji).

Werger bi giştî ji aliyê civata wergeran a Translators without Borders (Wergerên Bêsinor) hatiye wergerandin. Kalîteyên van wergeran tîn kontrol kirin da ku bi qasî ku dibe rast bin, lê metirsiya çewt wergerandin û çewt şîrovekirina hin agahîyan dibe ku çebibe.

Ji me re bêjin ka bê hûn çi difikirin

Em pêşwaziya pêşniyarên ji bo baştirkirina vê belavokê dikin.

Ger têbînîyên we hene ku hûn dixwazin pêşkêş bikin, ji kerema xwe bi riya e-mail bişînin li ser: patiinformation@rcoa.ac.uk

Royal College of Anaesthetists

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

www.rcoa.ac.uk

Çapa Şeşemîn, Mijdara 2024

Ev belavok wê di nav sê salên piştî roja weşanê de were nirxandin.

© 2024 Royal College of Anaesthetists

Dibe ku ev belavok ji bo çêkirina bûjena agahiya nexweşê were kopîkirin. Ji kerema we, çavkanîya orijînal binivîsin. Heke hûn dixwazin beşek ji vê belavokê di weşaneke din de bikar bînin, divê destûreke guncaw were dayîn û logo, marka û wêne werin rakirin. Ji bo agahiyên zêdetir, ji kerema we bi me re têkilîyê danin.