

سپکمر هکان - مهترسی و کاریگمریه لاو هکیمه کان ههستکردن به نه خوشی و نه خوش بون

دربارهی نهم نامیلکمیه نهم نامیلکمیه دربارهی ههستکردن به نه خوشی (دلتیکهه لاتن) یا نه خوشبوون (رشانهوه) یه له دوای نه شتمرگمریدا. نهمه کاریگمریه کیه لاو مکیه که لوانهیه تووشی ببیت کاتیک سپکمری گشتی و مردمگریت. هوکارهکانی رشانهوه و نهو شنانهی دهتواندریت لمبارهیه بکریت رووندهکاتسوه.

سپکمره گشتیهکان نهو درمانانهن که دوخیکی و هکو خهوبیکی قوول دمهخشن. بق ههندیک نه شتمرگمری و رینکارهکان زور گرنگن. له ماوهی بیهوشکردنی گشتیدا، تقو بیناگایت و ههست به هیچ ناکهیت.

دهتوانیت وردکاری زیاتر دربارهی جزره جیاوازهکانی سپکمرهکانی بخوینتهوه لمسه مالپیرهکمان، که لیرهدا به زمانه جیاوازهکان بهردسته: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

ههست دهکهی چون ده بیت؟

- لوانهیه ههست بکهیت که نه خوش ده بیت (دلتیکهه لاتن).
- لوانهیه نه خوش بکهیت (رشانهوه).
- لوانهیه هیلنج بدھیت (ھولبدھیت برشیتیهوه بھلام هیچ شتیک دمناچیت).
- زوربهی کات دلتیکهه لاتن بق ماوهی کاتزمیریک یا ندوو کاتزمیر دمینیتیهوه و لهدوای چارمسه دههستیت. به دهگمھنتر دهشیت دریزه بکیشیت و بق ماوهی زیاتر له روزیک بمینیتیهوه.

نهگمری چهنده که رووبدات؟

له هم ۱۰۰ کھسیدا



83 کھس دووچاری نهبوونهتهوه

17 کھس دووچاری بیونهتهوه

نهم ژمارانه له تویزینههکانهوه هاتوون. دهتوانن له مالپیرهکمان بزانن ژمارهکانمان لهکویوه و هرگرتوه:

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

چی دهبیته هۆی رشانهوه له پاش بیهۆشکردنی گشتیدا؟

- ئەو دەرمانانەی بەكاردین له سېرکەرن و ھەندىك دەرمانى ئازارشىكىن دەتوانن وات لىيىكەن ھەست بە دلتىكەلەتن بىكەيت. ھەندىك سېرکەرى ناوجىبىي، وەك بىرپەرى پشت و ئىپپىدورال دەتوانن بىنە هۆى رشانهوه.
- سېرکەرمەكان دەتوانن فشارى خوين دابىزىتن. فشارى نزمى خوين دەتوانىت تۇوشى دلتىكەلەتنن بىكەت.
- بەرۋەز ووبۇن (نەخواردن و نەخواردنەوە) پېش نەشتەرگەرىيەكە دەتوانىت وابكەت دواتر تۇوشى دلتىكەلەتن بىبىت، بەلام گەرنگە كە پارىزگارىت لىيىكىرىت لە كاتى سېرکەردىدا. پېويسەت پېش ئەنجامدانى نەشتەرگەرىيەكە بە ورىيابىي ھەر رېنمایىمەك دەربارەي نەخواردنەوە جىبەجى بىكەيت.
- ئەگەرى زۇرتە كە تۇوشى دلتىكەلەتن بىبىت ئەگەر بەدەست دلتىكەلەتن لە كاتى گەشتىدا دەنائىنىت يان لە دواى بىهۆشکەردىنىكى پېشۈوتىدا ھەستت پېنى كەربىت.
- ھەندىك لە نەشتەرگەرىيەكان ئەگەرى زىاتر يان ھەمە كە تۇوشى دلتىكەلەتنن بىكەن:

 - نەشتەرگەرى لە سك يان ناوجىھى زاۋىيدا.
 - نەشتەرگەرى ژنانە (كۈئەندامى زاۋىيى ئافرەتان)
 - نەشتەرگەرى لە ئۆگۈ، لووت و قورگەندا، وەك لابردىنى لەوز مەكان.
 - نەشتەرگەرى رېكىردىنهوه خىلى چاو.
 - ئەو نەشتەرگەرىيەيانە كە لە دوو يان سى كاڭزىمىز زىاتر.

- دەلەراوكى دەتوانىت مەترسى دلتىكەلەتن زىاتر بىكەت. ئەگەر دوو دىل يان نىڭەران بۇويت، بە پېشىكە سېرکەركەت بلىي. ئەوان دەتوان لەبارەي نىڭەرانييەكانتىمەوه قىسىت لەگەلدا بىكەن. ھەندىك جار بۇ باشترىكەرنى دەلەراوكى دەتوانن پېشىيارى دەرمانت بىكەن.

چى ئەگەر ھەست بە دلتىكەلەتن بىكەم؟

- شەناتىك ھەن كە تىمى چاودىرىيەكەرت دەتوانن بىكەن تا وابكەن ھەست بە باشتىرۇون بىكە ئەگەر تۇوشى دلتىكەلەتن بۇويت. ئەمانە دەكەن:
- چاودىرىيەكەرنى پەستانى خوين و لىدانى دىلت بۇ دەنلىبابۇن لەوهى كە پەستانى خوينت زۆر نزم نىيە.
- پىدانى شەممەنى و چارمسەرى دزە دلتىكەلەتن كە لەپىگەي خوينھەنەرەمە دەبىت يان وەك حەب قۇتەدرىت.

چى دەتوانىت رېگەرى لە دلتىكەلەتن بىكەت؟

جۇرى سېرکەرەكە

- پېشىكە سېرکەر لەوانەبە چەند جۇرىنىكى جىاوازى بىهۆشکەر بەكاربەننەتت. ھەندىكىيان ئەگەريان كەمترە كە تۇشى دلتىكەلەتنن بىكەن. پېشىكە سېرکەر ڕۇونى دەكاتىمەوه كە چ جۇرىنىكى بىهۆشکەر گونجاوە بۇ تو و جۇرى ئەو نەشتەرگەرىيە كە بۇت ئەكىرىت.

خواردن و خواردنەوە بە زۇوتىرین كات دواى نەشتەرگەمرى

- نامۇزگارى دەكىرىتت كە بۇھىتىت لە خواردن و خواردنەوە لەپېش نەشتەرگەمرىدا. ھەرچەندە، مانمۇوه بۇ كاتىكى درېزخايىمن بېنى خواردن و خواردنەوە دەتوانىت بىبىته هۆى دلتىكەلەتن لە دواى نەشتەرگەرىيەكە. ھەولىدە بخۇيىت و بخۇيىتمەوه بە زۇوتىرین كات كە لە تواناتدا ھەبىت لە دواى نەشتەرگەرىيەكە.

- ئەو نىيمەي كە چاودىرىت دەكەت كە كەمە دەتوانىت جارىكى تر دەست بىكەنەمەوه بە خواردن و خواردنەوە. لەوانەبە چەند قومىك ئاوت پى بەمەن بە زۇوبىي دواى نەشتەرگەرىيەكە و دواتر بۇ خواردنى سوک و خواردنەوە تر ئامادەت بىكەن.

خۆم دەتوانم چى بىكەم؟

زووتىر ھەنگاۋ بىنى نەك دواتر

- بە زۇوتىرین كات پرسىyar لە پەرسىtar مەكتەت يان پېشىكە سېرکەركەت بىكە كە دەستت كرد بە دلتىكەلەتن. باشتىرە كە چارمسەرى دلتىكەلەتن بىكەيت پېش ئەمەزى زۆر خارپ بىبىت، چونكە دلتىكەلەتن يان زۆر دلتىكەلەتن كارىگەرى دەكاتە سەر چاكبۇونەمەت.

له گهمل پژیشکه سرکهره که راونیز بکه نهگهر له رابردوودا بیههش کرابیت و لهدوای نهوه ههست به دلتهیکهه لاتن کردبیت. شتائیک همن که دهتوانن بوئی نهنجام بدمن بؤ کهمکردنوهی مهترسی دوباره بیونوهی.

له دوای نهشتهرگهربیه که هلهلمهسته و له جنیگاکه مهیه دهرهوه به خیرایی. پهستانی خوینت دهکریت بگوریت کاتیک به خیرایی همهلدستیتیمهوه یان رادبیت. ئممهش دهتوانیت توشی دلتهیکهه لاتنت بکات.

نهگهر ئازارت ههبوو، له گهمل پژیشکه سرکهبره که راونیز بکه. ئازاری بههیز دهتوانیت توشی دلتهیکهه لاتنت بکات. ئمان دهتوانن ئازارشکتینی زیاتر یان جیاوازت پی بدمن.

نهناسهی قوول بده نهگهر ههست به دلتهیکهه لاتن کرد.

لهوانیه بیر له چاره سه ری جیگرده بکهیتهوه. دهزی ئازنین، فشار یان نیرو ماتوتیر اپی رهندگه یارمهته ریگریکردن له دلتهیکهه لاتن بدمن. لیکو لینوهی پیویست نین بلین که ئم تکنیکانه سوودیان دهیت یان چون سوودیان دهیت. پیویسته کمسینکی شاره زای راهیندراو بدوزیتموه نهگهر دهمهویت ئهمانه تاقی بکهیتهوه.

باشتله بزانیت دلتهیکهه لاتن له کاتی گهشتکردندا

نهگهر له همان روزی نهشتهرگهربیه کادا برزویتموه مالهوه، لهوانیه توشه دلتهیکهه لاتن له کاتی گهشتکردندا بیت. ئممهش لمبر نهوهی که زور هستیار دهیت برامبر جوله کردن.

پاکانه

ههلوی تمواویان دهدین که ههموو زانیاریه کانی ئم نامیلکه بیه راست و درووست و نوی بن، بهلام ناتوانین مسوگهه نهوه بکمین. ئیمه چاوه ریی نهوه ناکهین که نهه زانیاریه گشتیانه سرچم پرسیار مکانتان و بهلام بدانهوه که ههنانه یان چاره سه ری ههموو شتیکان بکات که گرینگن بؤ نیوه. پیویسته لمههرت که گفتگوی همهلزارده و نیگهمرانیه کانت بکهیت له گهمل تیمه پژیشکیه که، بههکار هینانی ئم نامیلکه و مک ریپیریک. تنهها نامیلکه که بتهنها ناییت بکار بھیزیریت بؤ ریننمای کردن. ناییت به کار بھیزیریت بؤ هم مهیستیکی بازارداری یان بازرگانی. بؤ بیننی تهواوی روونکردنوهه که، تکایه سه ردانی ئم بسته هر جو لکردن.

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

همو و هرگیرانه کان له لاپن 'هرگیرانی بیسنور'وه بمردهست خراون. کوالیتی ئم و مرگیرانه پشکنینی بؤ دهکریت بؤ نهوهی و مرگیرانه که زور به وردی بکریت، بهلام همندیک مهترسی نادر ووستی و هله و هرگیرانی همندیک له زانیاریه کان ههیه.

پیمان بلى رات چييه

پیشوازی له ههر پیشنیازنیک دهکهین بؤ باشتله کردنی ئم نامیلکه بیه.

نهگهر هر تیبینیه کت ههیه حمز دهکهیت بیگمینیت، تکایه ئیمیل بکه بؤ: patientinformation@rcoa.ac.uk

Royal College of Anaesthetists
Churchill House, 35 Red Lion Square, London WC1R 4SG

www.rcoa.ac.uk

چاپی دووهم، تشریفی دووهم ٢٠٢٤

نهه نامیلکه بیه پیدا چوونهه بؤ دهکریت له دوای سئی سال له بهرواری چاپکردنی.

© Royal College of Anaesthetists 2024

دهکریت نهه نامیلکه لهیه بکریت بیه پیدا چوونهه بؤ دهکریت له دوای سئی سال له بهرواری چاپکردنی.
دکریت نهه نامیلکه لهیه بکریت، و لوگو و براند و ویته و وینچوچه کان لابردین. بؤ زانیاری زیاتر، تکایه پهونه دیمان پیوه بکمین.