

سرکەرەکان – مەترسی و کاریگەرییە لاوەکییەکان هەستکردن بە نەخۆشی و نەخۆش بون

دەربارەی ئەم نامیلکەیە

ئەم نامیلکەیە دەربارەی هەستکردن بە نەخۆشی (دلتیکەه لاتن) یان نەخۆشبوون (رشانەوه) یە لە دواى نەشتەرگەریدا. ئەمە کاریگەرییەکی لاوەکییە که لەوانەیە تووشی ببێت کاتێک سێکەری گشتی و مەردەگەریت. ھۆکارەکانی رشانەوه و ئەو شتەکانی دەتواند رێت لەبارەییەوه بکەیت ڕوون دەکاتەوه.

سێکەرە گشتییەکان ئەو دەمانانەن کە دۆخێکی وەک خەوێکی قوول دەبەخشن. بۆ هەندیک نەشتەرگەری و رێکارەکان زۆر گرنگە. لە ماوەی بیهوشکردنی گشتیدا، تۆ بێئاگیت و هەست بە هیچ ناکەیت.

دەتوانیت وردەکاری زیاتر دەربارەی جۆرە جیاوازی مکانی سێکەرەکان بخوێنیتەوه لەسەر مألپەرەکەمان، کە لێرەدا بە زمانە جیاوازیەکان بەردەستە:
www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

هەست دەکەیت چۆن دەبێت؟

- لەوانەییە هەست بکەیت کە نەخۆش دەبێت (دلتیکەه لاتن).
- لەوانەییە نەخۆش بکەیت (رشانەوه).
- لەوانەییە ھێلج بەدەیت (هەولبەدەیت برشیتەوه بەلام هیچ شتێک دەرناییت).
- زۆربەی کات دلتیکەه لاتن بۆ ماوەی کاتژمێرێک یان دوو کاتژمێر دەمێنێتەوه و لەدواى چارەسەر دەهەستێت. بە دەگمەنتر دەشتێت درێژەبکێشێت و بۆ ماوەی زیاتر لە ڕۆژێک بەمێنێتەوه.

ئەگەری چەندە کە ڕووبەدات؟

لە ھەر ۱۰۰ کەسێکدا



83 کەس دووچارى نەبۆنەتەوه

17 کەس دووچارى بوونەتەوه

ئەم ژمارانە لە توێژینەکانەوه ھاتوون. دەتوانن لە مألپەرەکەمان بزانن ژمارەکانمان لەکۆیوە و مەگرتووە:

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

چی ده‌بیته هو‌ی ږشان‌هوه له پاش بیهوش‌کردنی گشتیدا؟

- نه‌و دهرمانانه‌ی به‌کار‌دین له سر‌کردن و همدنیک دهرمانی نازار‌شکین دهنوانن وات لیکمن هه‌ست به دلتیکه‌لاتن بکه‌یت. همدنیک سر‌کهری ناوچه‌یی، وک بربره‌ی پشت و نیپیدورال دهنوانن بینه هو‌ی ږشان‌هوه.
- سر‌کهر‌مکان دهنوانن فشاری خوین دابه‌زینن. فشاری نرمی خوین دهنوانیت تووشی دلتیکه‌لاتنت بکات.
- به‌روژوویون (نه‌خواردن و نه‌خواردنه‌وه) پیش نه‌شته‌ر‌گهریبه‌که دهنوانیت و ابکات دواتر تووشی دلتیکه‌لاتن ببیت، به‌لام گرنکه که پاریز‌گاریت لیکریت له کاتی سر‌کردندا. پیوسته پیش نه‌جامدانی نه‌شته‌ر‌گهریبه‌که به وریایی هر ږنماییه‌که دهر‌باره‌ی نه‌خواردن و نه‌خواردنه‌وه جیه‌جی بکه‌یت.
- نه‌گهری زور‌تره که تووشی دلتیکه‌لاتن ببیت نه‌گهر به‌دهست دلتیکه‌لاتن له کاتی گه‌شتدا دهنالینیت یان له دوا‌ی بیهوش‌کردنکی پیش‌ووترا ده‌ستت پی‌ی کردبیت.
- همدنیک له نه‌شته‌ر‌گهریبه‌که نه‌گهری زیاتریان هه‌یه که تووشی دلتیکه‌لاتنت بکمن:
 - نه‌شته‌ر‌گهری له سک یان ناوچه‌ی زاوزیدا.
 - نه‌شته‌ر‌گهری ژنانه (کوئندامی زاوزی نافرمان)
 - نه‌شته‌ر‌گهری له 'گوئ، لووت و قورگندا' وکو لابر‌دنی له‌وز‌مکان.
 - نه‌شته‌ر‌گهری ږیک‌کردنه‌وه‌ی خلی‌چاو.
 - نه‌و نه‌شته‌ر‌گهریبه‌ی که له دوو یان سی کانتر‌میر زیاترن.
- دلهر‌اوکی دهنوانیت م‌ترسی دلتیکه‌لاتن زیاتر بکات. نه‌گهر دوودل یان نیگهران بوو‌یت، به پزیشکه سر‌کهر‌مک‌ت بلئ. نه‌وان دهنوان له‌باره‌ی نیگهرانیبه‌کانت‌هوه قسم‌ت له‌گه‌لدا بکمن. همدنیک جار بو باشر‌کردنی دلهر‌اوکی دهنوانن پیشنیاری دهرمانت بکمن.

چی نه‌گهر هه‌ست به دلتیکه‌لاتن بکه‌م؟

- شتانیک هه‌ن که تیمی چاودیریک‌م‌رت دهنوانن بی‌کمن تا و ابکمن هه‌ست به باشر‌بوون بکه‌ی نه‌گهر تووشی دلتیکه‌لاتن بوو‌یت. نه‌مانه ده‌کمن:
- چاودیریک‌ردنی په‌ستانی خوین و لیدانی دلت بو دلنیا‌بوون له‌وه‌ی که په‌ستانی خوینت زور نرم نییه.
 - پیدانی شله‌م‌نی و چار‌مسری دژه دلتیکه‌لاتن که له‌ږیگه‌ی خویننه‌ی نه‌وه ده‌بیت یان وکو حب قوت‌ده‌ریت.

چی دهنوانیت ږیگری له دلتیکه‌لاتن بکات؟

جو‌ری سر‌کهر‌که

پزیشکی سر‌کهر له‌وانه‌یه چهند جو‌ریکی جیاو‌زی بیهوش‌کهر به‌کار‌به‌ینیت. همدنیکان نه‌گهریان که‌م‌تره که توشی دلتیکه‌لاتنت بکمن. پزیشکی سر‌کهر روونی ده‌کاته‌وه که چ جو‌ریکی بیهوش‌کهر گونجاوه بو تو و جو‌ری نه‌و نه‌شته‌ر‌گهریبه‌ی که بو‌ت نه‌کریت.

خواردن و خواردنه‌وه به زووترین کات دوا‌ی نه‌شته‌ر‌گهری

ناموژ‌گاری ده‌کریت که بوه‌ستیت له خواردن و خواردنه‌وه له‌پیش نه‌شته‌ر‌گهریدا. هر‌چه‌نده، مانه‌وه بو کاتیکي در‌ی‌خایه‌ن به‌ی خواردن و خواردنه‌وه دهنوانیت ببیته هو‌ی دلتیکه‌لاتن له دوا‌ی نه‌شته‌ر‌گهریبه‌که. هه‌لیده بخویت و بخویت‌هوه به زو‌ترین کات که له تواناندا هه‌بیت له دوا‌ی نه‌شته‌ر‌گهریبه‌که.

نه‌و تیمه‌ی که چاودیریت ده‌کات ږنماییت ده‌کات که که‌ی دهنوانیت جار‌یکی تر ده‌ست بکه‌م‌ته‌وه به خواردن و خواردنه‌وه. له‌وانه‌یه چهند قومیک ناوت پی بدن به زووی دوا‌ی نه‌شته‌ر‌گهریبه‌که و دواتر بو خواردنی سوک و خواردنه‌وه‌ی تر ناماد‌ت بکمن.

خوم دهنوانم چی بکه‌م؟

زووتر هه‌نگاو بنی نه‌ک دواتر

به زو‌ترین کات ږسپار له ږرستار‌مک‌ت یان پزیشکه سر‌کهر‌مک‌ت بکه که ده‌ستت کرد به دلتیکه‌لاتن. باشره که چار‌مسری دلتیکه‌لاتن بکریت پیش نه‌وه‌ی زور خراب ببیت، چونکه دلتیکه‌لاتن یان زور دلتیکه‌لاتن کار‌یگهری ده‌کاته سر چاک‌بو‌ونه‌وت.

3