Royal College of Anaesthetists

Association of Anaesthetists

Suuxintaada qaliinka weyn

Ku-tiirsanaanta sare ee la qorsheeyay ama daryeelka degdega ah ka dib

Buugyarahaan wuxuu sharxayaa waxa la filayo marka lagu suuxiyo qalliinka weyn ee joogitaanka qaybta ku tiirsanaanta sare (HDU) ama qaybta daryeelka degdega ah (ICU) ka dib. Waxaana qoray dhakhaatiir suuxiyeyaal ah oo khibrad u leh suuxdinta maxalliga ah,bukaannada iyo wakiillada bukaannada, ayagoo wada shaqaynaya.

Warqadani ma daboosho noocyada kala duwan ee suuxinta. Tan, fadlan akhri xaashida **Adiga iyo suuxintaada** oo laga heli karo shabakadayada luuqaddaada: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations

Tusmada

Buug-yarahaan ayaa sharaxaya:

- ku saabsan joogitaanka ICU ama HDU qalitaanka ka dib
- Maxaa dhacaya qalliinka kahor
- sida loogu diyaar garoobo qalliin
- Maxaa dhacaya maalinta qalliinka
- Maxaa dhacaya qalliinka kadib
- sida loogala hadlo dhakhtarkaaga suuxdinta khataraha iyo ikhtiyaarada
- halka laga helo macluumaad dheeraad ah.

Qalliin weyn iyo daryeel degdeg ah

Daryeelka degdega ah iyo unugyada ku tiirsanaanta sare waa waadhyo gaar ah oo daryeela bukaanada aadka u xanuunsan. Qalliinka weyn ka dib, bukaannada qaarkood waxaa loo qaadi doonaa ICU ama HDU halkaas oo ay si dhow ula socon doonaan kalkaaliyeyaal iyo dhakhaatiir si gaar ah u tababaran. ICUs iyo HDUs waxay ku siin karaan daawaynta iyo qalabka aan sida caadiga ah laga heli karin waadhadhka caadiga ah. Takhtarkaaga qalliinka ama suuxinta ayaa kaala hadli doona haddii aad u baahan tahay joogitaanka ICU ama HDU qalitaanka ka dib.

Rugta qiimaynta qalliinka ka hor ee qalliinka weyn (Xarunta qiimaynta hore)

Sida caadiga ah waxaa lagugu wargelin doonaa inaad timaado rugta qiimeynta qalliinka kahor, dhowr toddobaad ka hor qalliinkaaga. Waxaa faa'iido leh inaad soo kaxaysato xubin qoyska kamid ah ama saaxiib si uu kuu taageero/garab-istaago.

Fadlan soo qaado:

- liiska daawooyinka aad qaadanayso ama daawooyinkaaga ku jira baakaddooda caadiga ah
- macluumaad kasta oo aad ka hayso baaritaanada iyo daawaynta cosbitaalada kale
- macluumaadka ku saabsan wax kasta oo xasaasiyad ama dhibaato ah oo adiga ama qoyskaaga laga yaabo inaad ku yeelatay daawada suuxinta
- cabirrada dhiig karka ee aad dhowaan iska qaadday.

Kalkaaliso ayaa ku weydiin doonta su'aalo faahfaahsan oo ku saabsan heerarka caafimaadkaaga iyo waxqabadkaaga.

- Baaritaannada dhiigga, ECG (baaritaanka horumarka wadnaha ama baaritaanka wadnaha iyo mararka qaarkood baaritaanno kale ayaa la samayn doonaa ama la dalban doonaa. Waxaa laga yaabaa in lagu weydiiyo inaad samayso CPET (baaritaanka jimicsiga wadnaha iyo sambabada) ayadoo la adeegsanaayo baaskiilka jimicsiga si loo eego sida wanaagsan ee wadnahaaga iyo sanbabahaaga u shaqeeynayaan xilliga nasashada iyo jimicsigaba. Tan waxaa loo isticmaali karaa in loo kaalmeysto in lagu saadaaliyo sida wanaagsan ee jirkaagu ula qabsan doono qalliinka iyo bogsashada. Waxay ka caawin doontaa dhakhaatiirta inay go'aan ka gaaraan halista qaliinka kaa soo gaari karta adiga iyo haddii aad u baahan tahay inaad gasho qaybta ICU ama HDU.
- Waxa laga yaabaa inaad marayso jimicsi iyo barnaamij nafaqayn si aad u bogsato qalliinka ka hor. Tan waxaa loo yaqaan 'baxnaaninta'.
- Dhakhtarkaaga suuxdinta ayaa kaala hadli doono suuxinta iyo khataraha adiga kuu gaarka ah. Haddii tan aad heli wayso oo aad rabto inaad la hadasho dhakhtark suuxiye ah, waa inaad codsataa in taas laguu diyaariyo.
- Haddii aad qabtid xaalado kale oo caafimaad (tusaale ahaan sonkorowga, neefta, dhiig karka dhiig yaraan ama qallalka), Shaqaalaha rugta caafimaadka ayaa ku weydiin doona xaladahaas. Haddii la daaaweyn karo, waxaa laga yaabaa in lagaa codsado inaad aragto khabiirro kale ama GP-gaaga (dhakhtarkaaga guud). Isbeddellada daaweyntaada ayaa mararka qaarkood laga yaabaa inay lagama maarmaan noqoto. Mararka qaar qalliinkaagu wuxuu u baahan karaa in dib loo dhigo ilaa caafimaadkaagu ka soo raynaayo oo uu kaso fiicnanaayo.
- Kalkaalisada ayaa ku siin doonta xog ku saabsan waxa dhaca qalliinka ka hor, inta lagu jiro iyo ka dib. Tani waa wakhti ku habboon in su'aalo la weydiiyo oo laga doodo wixii walaac ah.
- Waxaa lagu siin doonaa tilmaamo cad oo ku saabsan goorta la joojinayo cuntada iyo cabitaanka qalliinkaaga ka hor. Waa muhiim in la raaco taladan. Haddii cunto ama dareere ku jiraan calooshaada inta lagu guda jiro suuxdinta, waxay ku soo bixi kartaa dhuuntaada kadibna geli doonaan sambabkaaga.

- Waa in sidoo kale lagu siiyo tilmaamo ku saabsan wixii daawooyin ah ee aad qaadato, iyo haddii ay tahay inaad sii wadato qaadashada ilaa maalinta qalliinka.

Waxaa jira waxyaabo badan oo aad sameyn kartid si aad naftaada ugu diyaarisid qalliinka iyo mudada soo kabashada. Bukaannada fir-fircoon ee awood u leh inay sare u qaadaan heerarkooda caafimaad iyo heerarka dhaqdhaqaaqyadu waxay ka soo kabtaan qalliin si degdeg ah iyo dhibaatooyin yar.

Adeeggeenna **Si fiican iyo si deg-deg ah uga bogsashada qallinka** waxay ku siin doonaan macluumaadka aad u baahan tahay si aad u noqoto mid caafimaad qabta oo si fiican ugu diyaargaroobo qalliinkaaga. Fadlan ka eeg shabakadayada si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo luqadaada ah:
www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations

Maalinta qalliinka

Waa lama huraan in aad raacdo tilmaamaha lagu siiyay ee ku saabsan cunista, cabista iyo qaadashada daawooyinkaaga.

La kulanka dhakhtarka suuxiyaha

Waxaad la kulmi kartaa dakhtarka suuxdinta ee rugta caafimaadka ee qiimeynta ka hor. Haddii kale, waxaad la kulmi doontaa dhakhtarka qaabilsan suuxdinta ee isbitaalka maalinta qalliinkaaga. Takhtarka suuxinta waa takhtar soo qaatay tabobar takhasus u leh suuxinta, daaweeynta xanuunnada iyo daryeelka bukaannada ku jira qaybta daryeelka xooggan ee ICU.

Waxaa laga yaabaa in ay:

- ku weydiiyaan mar kale caafimaadkaaga, iyo in ay caddeeyaan ama hubiyaan macluumaadkaaga in lagu diiwaan geliyay qeybta qiimeynta qalliinka kahor
- dib u eegaan natiijada baaritaannadaada
- dhageystaan wadnahaaga iyo sambabadaada
- fiiriyaan qoortaada, afkaaga iyo ilkahaaga.

Dhakhtarta suuxiyaha ayaa kaala hadli doona suuxdinta, iyo wixii nidaam kale dheeraad ee loo baahan kara si laguu daryeelo inta uu qalliinka socda, iyo qalliinka kadib iyo kaala hadli doono hababka kala duwan ee xanuun baabi'inta. Waxay awoodi doonaan inay ka jawaabaan su'aalahaaga oo ay ka hadlaan welwel kasta oo aad ka qabto suuxinta.

U diyaargarowga qalliinkaaga

- Waxaa lagu dalban doonaa inaad dhar beddelato, oo aad xerato guntiinnada qolka qalliinka. Waxaana laga yaabaa in laguu cabbiro sharabaadadyada (iskaarshooyinka) cadaadiska. Xidhashada kuwan waxay kaa caawin karaan ka hortagga xinjirowga dhiigga ee lugahaaga.
- Waxaa laga yaabaa in lagaa qaado baaritaanno dhiig oo dheeraad ah.
- Xubin ka tirsan shaqaalaha ayaa dhammaystiri doona liiska hubinta oo kuu kaxayn doona qolka qalliinka. Waxaad u lugayn doontaa qolka qalliinka ama waxaad isticmaali doontaa kursiga curyaanka ama gaari -gacmeedka.
- Haddii aad leedahay muraayado, muraayadaha indhaha, qalabka gargaarka maqalka ama ilkaha, waxaad xiran kartaa si aad u aado masraxa qalliinka. Waxaad

u baahan doontaa inaad iska saarto ka hor inta suuxdintu bilaaban si aanay u dhaawacmin ama u kala firdhismin.

Waaxda qalliinka ('qolka qalliinka')

Markaad timaadid aagga tiyaatarka, xubnaha shaqaaluhu waxay xaqiijin doonaan aqoonsigaga, qalliinka aad ku jirto iyo wixii xasaasiyad ah ee aad qabtid. Haddii aad qabtid wax su'aalo ah ama walaacyo ah, waa inaad u sheegtaa xubin ka tirsan shaqaalaha.

- Dhakhtarkaaga suuxinta, xirfadlayaasha daryeelka caafimaadka ee caawiya suuxiyaha iyo kalkaaliyaasha qolka qalliinka ayaa u joogi doona inay ku daryeelaan. Waxa kale oo laga yaabaa inay joogaan suuxiyayaal ku jira tababarka iyo arday caafimaadka. Waxaad sheegi kartaa haddii aadan ku qanacsanayn inay ardaydu joogaan.
- Mashiinnada ayaa laguugu xeri doonaa kuwaasoo si joogto ah ula socda garaaca wadnahaaga, cadaadiska dhiigga iyo heerarka oksijiintaada. Suumanka dhegdhega ah ee xabadkaaga ayaa kugu xiriirini doono maamulaha wadnahaaga sidoo kale qayb yar oo fartaada ama dhegtaada kamid ah ayaa la isticmaali doonaa si loo cabbiro heerka oksijiinta ee dhiiggaaga.
- Takhtarka suuxinta ayaa isticmaali doona irbad si uu u galiyo kaanoolka (tuubo dhuuban oo caag ah) geliyo xididka dhabarka gacanta ama cududda. Tan waxaa loo isticmaalaa si laguugu xero faleebo lagaa siiyo daawooyin iyo dareere inta lagu jiro qalliinka. Waxaa laga yaabaa inaad awoodo inaad hesho kareemka suuxinta deegaanka si aad marka hore meesha uga kabuubiso.
- Mararka qaarkood kanuula kale ayaa laga yaabaa in la geliyo qoortaada oo loo yaqaan 'line line' si laguu siiyo daawooyin iyo si laguugu kormeero inta lagu jiro qaliinkaaga iyo ka dib. Takhtarkaaga suuxinta ayaa tan kaala hadli doona.
- Iyadoo ku xiran nooca qaliinka, iyo caafimaadkaaga guud, takhtarka suuxinta ayaa laga yaabaa inuu nooc kale oo cannula ah gelin karo oo kaga xidho halbowle, oo loo yaqaan 'halboowlaha gacanta. Tan waxaa badanaa la sameeyaa markaad huruddo. Waxay u oggolaanaysaa in cadaadiska dhiiggaaga si joogto ah loo cabbiro sidoo kale waxaa loo isticmaali karaa baaritaanno dhiig oo dheeraad ah inta qalliinka lagu jiro.
- Haddii ay suuxdinta tahay mid aad ka qaadaneysid laf -dhabarka ama mid toos loogu mudo xuubka sare ee ku dahaaran maskaxda iyo xangullaha si loo yareeyo xanuunka, tan badanaa waa la samayn doonaa ka hor intaadan gelin suuxinta guud.

Marka dhammaan diyaargarowga la dhammeeyo, dhakhtarta suuxiyaha ayaa ku siin doona maaskaro oksijiin aad neefta ka qaadato, isagoo si tartiib ah kaanoolka kaa siinaaya dawada suuxdinta. Laga soo bilaabo meeshan, ma dareemi (ama ogaan) doontid wax kale ilaa qaliinka la dhammeeyo.

Ka dib markaad seexato, qalliinka qaar waxa kale oo laga yaabaa in lagu rakibo qalab kale si ay kooxda uga caawiyaan inay la socdaan xaaladaada inta lagu jiro qaliinka iyo inay ku siiyaan dareere.

Dhiiga kushubista

Ku -shubidda dhiiggu waa suurtogal inta lagu jiro dhammaan qalliinnada waaweyn. Dhiigga waxaa la siiyaa oo keliya haddii ay daruuri tahay oo loo baahdo. Haddii

aadan rabin in lagugu shubo dhiig, waa inaad tan kala hadashaa dhakhaatiirtaada kahor maalinta qalliinkaaga.

Waxaad ka heli kartaa wax badan oo ku saabsan ku -shubidda dhiigga iyo wixii kale ee beddeli kara haddii aad xilli hore weydiiso dhakhtarta suuxiyaha. Ama waxaad booqan kartaa shabakadda NHS:
www.nhsbt.nhs.uk/what-we-do/blood-services/blood-transfusion

Xanuun baabi'in

Xanuun baabi'in wanaagsan waa muhiim. Waxay kaa dhigaysaa qof fayoow, waxay kaa caawineysaa inaad dhakhso u bogsato, waxaana laga yaabaa inay yareyso fursadaha ay kugu soo gaari lahaayeen dhibaatooyinka qaarkood.

Haddii aad si qoto dheer u neefsan karto oo aad si fiican u qufaci kartid qalliinkaaga ka dib, waxa aad u yar tahay in aad qaado caabuqa feeraha.

Haddii aad lugahaaga dhaqaajin karto oo aad socon karto, ma kugu dhaceyso xinjirowga dhiigga ee xididdada lugaha (xinjirowga ka dhex dhaca xididdada arooryada gudaha ee laba addin ee hoose ama DVT) ama meelo kale.

Waxaa lagu siin doonaa xanuun joojiye joogto ah ama kiniin ahaan ama dareere ahaan afka lagaa siiyo, ama kaanoolka . Waxaa laga yaabaa inay kugu habboon tahay inaad haysato mid ama in ka badan oo ka mid ah noocyada soo socda ee xanuun joojinta, oo dhakhtarta suuxiyaha uu kaala hadli doono.

Suuxdinta laga qaato xuubka sare ee ku dahaaran maskaxda iyo xangullaha

Dhakhtarkaaga suuxinta wuxuu isticmaalaa irbad si uu u geliyo tuubo caag ah (kateetarka) inta u dhexeeysa lafaha dhabarkaaga. Tan badanaa waxaa la sameeyaa ka hor intaadan seexan (suuxin). Daawada suuxinta maxalliga ah waxaa bukaannada laga siiyaa tuubadan inta lagu jiro qaliinka, iyo dhowr maalmood qalliinka ka dib. Laabtaada, calooshaada iyo lugahaagu ayaa dhici kara in aad ka dareentid kabuubyo marka la isticmaalayo suuxdinta laga qaato xuubka sare ee ku dahaaran maskaxda iyo xangullaha, lugahaagana waxaa laga yaabaa in ay tabar dhigaan. Tani waa in la fisho inta suuxdinta laga qaato xuubka sare ee ku dahaaran maskaxda iyo xangullaha ay shaqeynayso oo ay caadi ku soo laaban doonto marka suuxdinta maxalliga meesha ka baxdo.

Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan suuxdinta epidural'ka ee luqadaada, fadlan booqo boggayaga internetka oo ah www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations.

Suuxinta laf dhabarta

Daawada suuxdinta maxalliga ah waxaa laga qaataa irbad lagu duray inta u dhexeysa lafaha dhabarkaaga hoose si loo dareen tiro neerfayaasha dhexda ilaa suulasha. Kabuubyadu waxay caadi ahaan socdaan inta u dhaxaysa laba saacadood iyo afar saacadood. Daawada xanuunka baabi'inta ee mudada dheer shaqaynaysa ayaa sidoo kale lagu duri karaa, taasoo socon karta sideed saacadood ama ka badan.

Wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan suuxinta laf-dhabarka ee luqadaada, fadlan booqo boggayaga internetka oo ah www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations.

Xanuun baabi'iye maareyntiisa leeyahay bukaanka (PCA)

Kani waa nooc ka mid ah xanuun joojiyaha oo aad adigu xakamaynayso. Bam ay ku jiraan xanuun baabiiye xooggan ayaa ku xiran cannulahaaga. Waxaa gacanta lagaa saaraayaa badhan yar oo aad taaban kartid marka aad u baahatid xanuun baabi'iyaha si uu bamka kuu siiyo. Markaad riixdid badhanka, qiyaas yar ayuu ku siinaayaa. Bamka ayaa leh qeyb badbaadin ah oo ka hortageysa in aad si lama filaan ah u qaadatid in ka badan intii laguugu tala galay.

Kateetarka nabrada

Daawada suuxdinta maxalliga waxaa la iska siiyaa aagga ku hareereysan nabarkaaga iyadoo loo marinayo hal ama dhowr tuubooyin oo caag ah. Ujeedadu waa in la dareen tiro aagga ku wareegsan nabarka. Dhakhtarka qalliinka ama dhakhtarta suuxiyaha ayaa tuubooyinkaas kugu xiriirinaaya inta qalliinka lagu guda jiro. Waxay ku xiran yihiin mashiin si joogto ah u bixiya suuxinta maxalliga ah. Kateetarka nabarka wuxuu kugu xernaan karaa dhowr maalmood qalliinkaaga ka dib.

Dadka qaarkood, qaabka xanuun baabi'inta loo qorsheeyay ayaa laga yaabaa inuu loo baahdo in la beddelo qalliinka ka dib.

- Dadka qaarkood waxay u baahan yihiin xanuun-baabi'iye ka badan kuwa kale ama waxay si kala duwan uga fal-celiyaan daawooyinka xanuunka yareeya. Dareenka welwelku wuxuu kordhin karaa xanuunka ay dadku dareemaan.
- Haddii aad xanuun qabto, qiyaasta xanuunka baabi'yeha ee laguu qoray waa la kordhin karaa, marar badan ayaa la siin karaa, ama waxaa lagu siin karaa isku-darka dhowr nooc oo xanuun baabi'iyeyaal kala duwan ah.

Qalliinka ka dib

Dadka badankoodu waxay ku soo miyirsadaan doonaan qeybta raysashada qalliinka ka dib. Kalkaaliso ka mid ah kuwa ka howlgala qeybta raysashada qalliinka ka dib ayaa kula joogi doonta mar walba. Dadka qaar ayaa laga yaabaa inay toos u tagaan ICU ama HDU.

Kalkaalisada soo kabashada ayaa:

- isha ku heyn doonaan cadaadiska dhiiggaaga, heerarka ogsijiinta iyo garaaca wadnaha
- oksijiin kugu siin doonaan maaskaro ama tuubooyin caag ah oo lagu xiriiriyo sanka
- qiimeyn doonaan heerka xanuunkaaga oo intaas ka dib ku siin doonaan xanuun-baabi'iye haddii loo baahdo
- ku siin doonaan daawooyinka ka hortagga matagga iyo yareynta lallabada(yalaalugo) haddii aad dareentid matag iyo lallabo
- kugu dabooli doonaan buste ku siinaya diirrimaad haddii aad qabow dareemeysid
- ayaa kuu soo celin doona ilko kaaga, qalabka gargaarka maqalka iyo muraayadaha/ muraayadaha indhaha marka aad soo miirsato.

Haddii aad xanuun baabi'inta ka qaadatay epidural-ka (xuubka sare ee ku dahaaran maskaxda iyo xangullaha), kalkaaliyaha qeybta raysashada ayaa hubin doona si uu u

arko waxtarkiisa. Haddii aadan ku qanacsanayn, dhakhtarta suuxiyaha ayaa is-beddel ku sameyn doona epidural'ka ama ku siin doona xanuun -baabi'iye dheeraad ah.

Qeybta daryeelka gaarka ah ama ku-tiirsanaanta sare (HDU)

Markaad soo miyirsato oo aad nasato, waxaa lagaa rari doonaa qeybta soo kabashada oo laguu wareejin doonaa qeybta daryeelka gaarka ah ee ICU ama HDU, halkaas oo aad ka heli doonto ka warqab dheeraad ah iyo daaweyn takhasus leh haddii loo baahdo.

Marmar, waxaa lagama maarmaan ah in la sii wado suuxdinta marka qalliinku dhammaado dhowr saacadood ka dib, ama ilaa xaaladdaadu noqoto mid deggan. Haddii aad u baahan tahay daryeel noocan ah, dhakhtarta suuxiyaha ayaa toos kuu geeyn doona qeybta ICU qalliinkaaga ka dib. Daawada suuxinta ayaa sii socon doonta waxaana loo isticmaali doonaa hawo-qaade (mashiinka neefsashada) si uu u caawiyo neefsashadaada. Marka xaaladaadu kuu saamaxdo, kooxda ICU ga waxay kuu oggolaan doonaan inaad iskaaga u neefsato (bilaa mashiin) oo si tartiib ah ayaad u soo naaxi doontaa.

HDU ama ICU -da, waxaa kugu daryeeli doona dhakhaatiir, kalkaaliyayaal, fiisiyoterabi -yaqaanka iyo dhakhaatiirta cuntada oo ku takhasusay qeybt daryeelka ku -tiirsanaanta sare iyo daryeelka gaarka ah. Waxay si dhow ula shaqeeyaan kooxda qalliinka si loo hubiyo in bogsashadaadu si fiican u socoto. Inta soo kabashadaadu socoto, waxaa laga yaabaa in lagaa wareejiyo qeybta ICU -ga oo laguu wareejiyo qeybta HDU.

Waxaa laga yaabaa inaad yeelato kalkaaliso adiga kuu gaar ah, ama hal kalkaaliye oo daryeela laba bukaan. Waxay hubin doonaan inaad ku qanacsan tahay waxayna siin doonaan dawooyin laguu qoray si loo xakameeyo jirrada iyo ka -hortagga xinjirrada dhiigga. Qaar ka mid ah dawooyinka aad guriga ku qaadanaysay ayaa laga yaabaa in la joojiyo ama la beddelo si ay kaaga caawiso bogsashadaada. Ugu horrayn waxa aad u baahan doontaa faleebo si aad dheecaannada xididdada ugu geliso, laakiin kalkaalisadaadu waxa ay kugu dhiirigelinaysaa in aad cabto oo aad wax cunto isla marka aad awooddo sababtoo ah tani waxa ay kaa caawinaysaa soo kabashadaada.

Inta aad ku jirtid ICU ama HDU, garaaca wadnahaaga, cadaadiska dhiigga, neefsashada, iyo shaqada kelyaha ayaa si dhow loola socon doonaa. Waxa kale oo laga yaabaa in lagaa qaado baaritaanno dhiig, raajato ama baaritaanno kale si loo hubiyo horumarka bogsashada ama lagu ogaado wixii dhibaato ah. Inta ay soo kabashadaadu sii socoto, waxaad u baahan doontaa kormeer yar, oo qaar ka mid ah faleebooyinkaaga, tuubooyinka iyo agabka ka warheynta xaaladdaada caafimaad ayaa lagaa saari doonaa.

Kalkaaliyaasha iyo takhaatiirta jimicsiga ayaa ku bari doona jimicsiga neefsashada si aad si joogto ah u sameyso. Aad bay muhiim u tahay inaad si qoto dheer u neefsato oo aad si fiican u qufacdo inta aad ku jirto ICU ama HDU. Tani waxay kaa caawin doontaa inaad iska ilaaliso caabuqa xabadka.

Dhakhaatiirta jimicsiga ayaa sidoo kale kaa caawin doona inaad sariirta ka kacdo oo dhaqso u dhaqaaqdo. Tani waxay sidokale kaa caawineysaa jimicsiyadaada neefsashada. Dhaqdhaqaaqa iyo socodka ayaa si gaar ah muhiim u ah ilaalinta xoogga murqahaaga, hagaajinta wareegga lugaha iyo kor u qaadida wanaaggaaga.

Waxaad heli karta booqasho inta aad ku jirto qaybta ICU ama HDU. Kalkaaliyahaaga kaala talinaayo waqtiyada booqashada iyo tirada booqdayaasha la oggolyahay. Waxaa laga yaabaa in lagugu xanaaneeyo meel ay joogaan bukaanno kale oo aad u xanuunsan. Waxaa laga yaabaa inaanay ku habboonayn carruurta yaryar inay soo booqdaan, haddii ay hawl badani jirto, waxaa laga yaabaa in loo baahdo in xad loo yeelo booqashada si ku meel gaar ah.

Soo kabashada iyo aadista guriga

Marka kooxda ku daryeeleysa ICU ama HDU ay ku qancaan inaad si dhammeystiran u bogsato, waxaad ku noqon doontaa qeybta qalliinka.

Muddada aad ku qaadanayso ICU ama HDU yo goorta aad gurigaaga aadi karto waxay ku xidhan tahay nooca qalliinka ee lagugu sameeyay, wixii dhib ah ee ka dhasha qalliinka, iyo dhibaatooyinka caafimaad ee kale ee laga yaabo inaad qabto.

Isbitaalada qaar ayaa bixiya barnaamijyo baxnaanin ah sida soo bogsashada oo la xoojiyo. Waxaad wax badan oo arrintan ku saabsan ka heli kartaa: www.nhs.uk/conditions/enhanced-recovery

Ma awoodi doontid inaad baabuur wadid qalliinka ka dib, markaa waa inaad diyaarisaa taksi ama qof ku qaado.

Kahor inta aan guriga lagaa saarin waxaa lagu siin doonaa macluumaad ku saabsan jimicsi kasta oo aad sameyneyso si ay kaaga caawiyaan ka soo kabashadaada iyo macluumaadka ku saabsan sida loo daryeelo dhaawacaaga.

Waa inaad la xiriirtaa GP-gaaga ama isbitaalka lagugu qalay haddii:

- waxaad qabtaa xanuun daran ama xanuunkaagu wuu kordhaa
- waxaa kaa soo baxaya xanuun iyo barar meesha lagugu qalay
- waxa aad dareemeysaa xanuun laabta ah ama neefsashada oo kugu adkaata
- Haddii aad qabto wax welwel ah oo aan lagu sheegin faahfaahinta bixista, fadlan nala soo socodsii in isbitaalku ku siiyay.

Haddii aad dareento caafimaad darro, waa inaad sida ugu dhakhsaha badan ku tagtaa waaxda gargaarka degdega ah ee kuugu dhow.

Khatarta iyo go'aan gaaris leysla wadaago

Suuxinta casriga ah aad bay badbaado u tahay. Waxaa jira waxyeellooyin caadi ah oo ka yimaada daawooyinka suuxinta ama qalabka la isticmaalo, kuwaas oo badanaaba aan ahayn kuwo daran ama waaraya. Shaqsiyaadku way ku kala duwanaan doonaan khataraha waxayna ku xirnaan doontaa qaabka iyo farsamada loo isticmaalo.

Dhakhtarkaaga suuxinta ayaa kaala hadli doona khataraha ay rumeysan yihiin inay aad kuugu muhiimsan yihiin. Waxay kaala hadli doonaan oo kaliya khataraha aan badanaa dhicin haddii ay dhaqaatiirtu u arkaan in ay adiga kugu khuseeyaan.

Go'aan gaaris leysla wadaago

Go'aan gaarista leysla wadaago waxay hubisaa in shakhsiyaadka la taageero si ay u gaaraan go'aamo iyaga ku habboon. Waa hab wada shaqayneed oo uu takhtarku ku taageero bukaanka si uu go'aan uga gaadho daawaynta.

Wada sheekeysigu waxa uu isku keenaa:

- khibrada dhakhtarka, sida fursadaha daawaynta, caddaynta, khatarta iyo faa'iidooyinka
- waxa uu bukaanku si fiican u garanayo: dookhooda, duruufahooda gaarka ah, yoolalka, qiyamka iyo waxa ay aaminsan yihiin.

Wixii dheeraad ah ka hel: www.england.nhs.uk/personalisedcare/shared-decision-making

Waa kuwan qaar ka mid ah qalabyada aad isticmaali karto si aad sida ugu fiican uga faa'iidaysato wada-hadalladaada aad la yeelato takhtarkaaga suuxinta ama qiimaynta qalliinka ka hor:

Doorashada Wisely UK BRAN framework

U isticmaal tan xasuusin ahaan si aad u weydiiso su'aalo ku saabsan daaweynta.
https://bit.ly/CWUK_leaflet

NHS waxa ay weydiisaa seddex su'aal

Waxaa laga yaabaa in ay jiraan doorashooyin ku saabsan daryeelkaaga caafimaad.
https://bit.ly/NHS_A3Qs

Xarunta Daryeelka Qalliinka Ka Hor (CPOC)

CPOC waxay soo saartay animation si ay u sharaxdo go'aan qaadashada la wadaago.
www.cpoc.org.uk/shared-decision-making

Su'aallaha aad jeclaan laheyd in aad weydiiso

Haddii aad hayso su'aalo ku saabsan suuxintaada, qor (waxaad isticmaali kartaa tusaalooyinka hoose oo ku dar kaaga meesha bannaan ee hoose). Haddii aad rabto inaad la hadasho dhakhtarka suuxinta kahor maalinta qalliinkaaga,la xiriir kooxda qiimaynta ka hor inta aan la gaarin qaliinka kuwas oo kuu diyaarin doona inaad taleefanka kula hadasho suuxiyaha ama aad ku aragtid xarunta caafimaadka.

1. **Waa maxay khataraha aniga ii gaarka ah?**
2. **Waa noocee xanuun baabi'inta aad uu maleeneysa inuu aniga ii fiican yahay?**
3. **Waa maxay sababta aan si gaar ah ugu baahanahay HDU ama ICU?**

Ilaha macluumaadka ee dheeraadka ah

Wixii macluumaad dheeraad ah oo waraaqaha luqadaada ku qoran, fadlan soo booqo wabseydkeena: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations.

Waraaqahaasi waxa kale oo laga yaabaa in laga helo waaxda suuxinta ama rugta qiimaynta hore ee isbitaalkaaga.

Kulliyada Daawaynta Daryeelka Degdegga ah waxay u leedahay ilo waxtar u leh bukaannada iyo daryeelayaasha daryeelka degdegga ah: www.ficm.ac.uk/for-patients

Afeefasho

Waxaan aad ugu dadaalaynaa in macluumaadka ku jira qoraalkan yar ay noqdaan kuwo sax ah oo ilaa hadda, laakiin annagu ma ballan qaadi karno tan. Uma fileynno macluumaadkan guud inuu daboolayo dhammaan su'aalaha aad qabtid ama waxkasta oo aad kuugu muhiim kuu ah. Waa inaad kala hadasho xulashooyinkaaga iyo wixii walwal ah ee aad ka qabto kooxda caafimaadkaaga, adoo u isticmaalaya buug-yarahaan sidii hagge ahaan. Buug-yarahaan keligiis looma tixgalin doono talo ahaan. looma isticmaali karo ganacsi ahaan ujeedo. Qiimayn buuxda, fadlan halkaan riix (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/somali).

Dhamaan turjumaadahan waxaa bixiya Translators without Borders' (Turjubaanada bilaa xuduudaah') bulshada turjubaanka. tTayada tarjumaadahaan waxaa loo hubiyaa inay ka dhigayaan tarjumaadaha sida ugu macquulsan, laakiin waxaa jirta halis ah khaladaad iyo marin habaabinta macluumaadka qaar.

Noo sheeg sida aay kula tahay

Haddii aad hayso wax faallooyin ah, fadlan iimayl ugu soo dir: patientinformation@rcoa.ac.uk

Kulliyadda Royal ee dhakhaatiirta suuxinta
Churchill House, 35 Red Lion Square, London WC1R 4SG
020 7092 1500

www.rcoa.ac.uk

Daabacadda seddexaad, Abriil 2023
Warqadan waxaa dib loo eegi doonaa saddex sano gudahood ee taariikhda la daabacay.

© 2023 Kulliyadda Royal ee Dhakhaatiirta Suudxinta
Xaashidan waxa laga yaabaa in loo koobiyeeyo ujeedada soo saarista agabka macluumaadka bukaanka. Fadlan xigo isha asalka ah . Haddii aad rabto inaad qayb ka mid ah buug-yarahaan ku isticmaasho daabacaad kale, waa in la bixiyaa qirasho ku habboon oo laga saaro calaamadaha, astaanta iyo sawirrada. Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan nala soo xiriir.