بێهۆشکردنی بڕبڕەی پشتت

ئەم نامیلکەیە باس لەوشتانە دەکات کە دەبێت بیزانیت کاتێک نەشتەرگەرییەکت هەیە کە تیایدا سڕکردنی بڕبڕەیی بەکاردێت.

لەلایەن پزیشکانی بێهۆشکەر و نەخۆش و نوێنەری نەخۆشەکانەوە نووسراوە، کە پێکەوە کاردەکەن.

ناوەڕۆک

ئەم نامیلکەیە ڕوونکردنەوە دەدات لەسەر:

- سڕکردنی بڕبڕەی پشت چییە
- کەی بەکاردێت
- لەبەرچی سڕکردنی بڕبڕەیی دەکرێت سوودی هەبێت بۆ نەشتەرگەریەکەت
- چۆن کاردەکات و پێشبینی چی دەکەیت
- مەترسییەکان و بڕیاردانی-هاوبەش.

بڕبڕەیی چیە؟

زۆر جۆری نەشتەرگەری دەکرێت سڕکردنی گشتی بۆ نەخۆشەکە بەکاربێت. بەڵام بۆ نەشتەرگەرییەکانی خوارکەمەر, لەوانەیە لەبری ئەوە دەرمانی بەنجی بڕبڕەی پشتت هەبێت. ئەمەش لە کاتێکدایە کە تیایدا ماددەیەکی سڕکەر لە ڕێگەی دەرزییەکەوە دەدرێت لە بەشی خوارەوەی پشت (واتە لەنێوان بڕبڕەکانی خوارەوەی پشت). ئەمەش لە کەمەرەوە بۆ خوارەوە بێهۆشکردن دابین دەکات بۆ ئەوەی لە کاتی نەشتەرگەریدا هەست بە هیچ نائارامییەک نەکەیت. لەڵ بەکارێنانی سڕکەری بڕبڕەی پشت ئەوا لە کاتی نەشتەرگەریەکەدا بەئاگا دەبیت.

بە شێوەیەکی ئاسایی, کاریگەرییەکانی سڕکردنی بڕبڕەی پشت بۆ چەند کاتژمێرێک دەمێنێتەوە. پاش ئەوەی ماددە سڕکردنەکە کاریگەری نەما دەتوانرێت دەرمانی تر بە هەمان شێوە بەکاربێت بۆ کەمکردنی ئازار.

لە کاتی ئەم سڕکردنی بڕبڕەییە ئەگەری هەیە:

- تەواو بە ئاگا بیت
- ئارام بیت – بە بەکارهێنانی ئەو دەرمانانەی کە ئارامت دەکەنەوە یان خەواڵووت دەکەن، بەڵام بە تەواوی ناخەویت و لەوانەیە ئاگاداری دەورووبەرت بیت.

له هەندێک جۆری نەشتەرگەری, سڕکردنی بڕبڕەیی دەکرێت بدرێت پێش ئەوەی سڕکردنی گشتی بەکاربێت بۆ ئەوەی دوای نەشتەرگەریەکەت ئازار کەم بکاتەوە.

زۆرێک لە نەشتەرگەرییەکانی بەشی خوارەوەی جەستە گونجاوە بۆ سڕکردنی بڕبڕەی پشت، بە تایبەتی ئەوانەی کە نەشتەرگەری کونە کلیلەکانیان تێدایە.

سڕکردنی بڕبڕەیی دەتوانرێت بەتەنها بەکاربێت یاخود لەگەڵ سڕکردنی گشتی بۆ:

- نەشتەرگەری گشتی, بۆ نموونە, فتقەکان, نەشتەرگەری مایەسیری (پایڵ), و نەشتەرگەری بۆ ڕیخۆڵە
- نەشتەرگەری ئێسک بۆ جومگەکان, وەک گۆڕینی حەوز و ئەژنۆ، یان ئێسکی قاچ
- نەشتەرگەری لوولەکانی خوێن لە لاق
- نەخۆشی ئافرەتان:هەندێک جۆری لابرنی منداڵدان، پشکنینی منداڵدان, چاککردنەوەی خزانەکان
- نەشتەرگەری میزەڕۆ: نەشتەرگەری پرۆستات، نەشتەرگەری میزڵدان, نەشتەرگەری ئەندامی زاوزێ
- نەشتەرگەری شێرپەنجە لە سک.

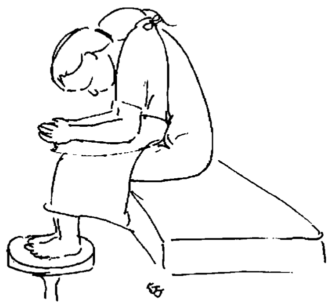
بۆچی بێهۆشکاری لە ڕێگەی بڕبڕەی پشتەوە؟

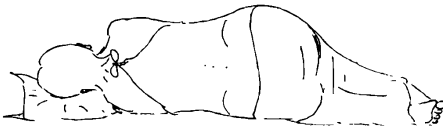
بە پشت بەستن بە تەندروستیت, بەکارهێنانی سڕکردنی بڕبڕەیی لەوانەیە سوودی هەبێت بۆت. پزیشکی بێهۆشکەرەکەت باسی ئەم بابەتەت لەگەڵ دەکات و یارمەتیت دەدات بڕیار بدەیت کە چی باشترینە بۆت.

سوودەکانی بێهۆشکاری بڕبڕەیی بە بەراورد لەگەڵ بێهۆشکاری گشتی پێدەچێت ئەمانەبن:

- مەترسی کەمتری هەوکردنی سنگ دوای نەشتەرگەری
- مەترسی کەمتری تووشبوون بە خوێن مەین لە قاچەکاندا
- کەمتر کاریگەری نەرێنی لەسەر سییەکان و هەناسەدان
- ئازار شکێنی باش دەستبەجێ دوای نەشتەرگەری
- پێویستی کەمتر بۆ دەرمانە بەهێزەکانی ئازار شکاندن کە دەبنە هۆی کاریگەری لاوەکی
- تێکچوون و ڕشانەوەی کەمتر
- گەڕانەوەی زووتر بۆ خواردن و خواردنەوە لەدوای نەشتەرگەری.

چۆن سڕکردنی بڕبڕەیی ئەنجام دەدرێت؟





- دەکرێت سڕکردنی بڕبڕەیی لە ژووری تایبەت بە سڕکردن یان لە ژووری نەشتەرگەری بکەیت. چاوت بە یاریدەدەری بێهۆشکەر دەکەوێت کە بەشێکە لەو تیمەی کە چاودێریت دەکات.
- پزیشکی بێهۆشکەر یان یاریدەدەر مۆنیتەرەکان بەیەکەوە دەبەستێتەوە بۆ پێوانەکردنی لێدانی دڵ و پەستانی خوێن و ئاستی ئۆکسجین و هەر ئامێرێکی تر بەپێی پێویست.
- پزیشکی بێهۆشکەرەکەت سەرەتا دەرزی بەکاردەهێنێت بۆ دانانی بۆرییەکی پلاستیکی تەنک ('کانۆلایەک') بۆ خوێنهێنەرێک لە ناو دەست یان قۆڵتدا. ئەمەش ڕێگە بە پزیشکی بێهۆشکەرەکەت دەدات کە شلەمەنیت پێ بدات یان هەر دەرمانێک کە ڕەنگە پێویستت پێی بێت.
- یارمەتیت دەدەن بە شێوەیەکی گونجاو دابنرێیت بۆ بێهۆشکردنەکە بڕبڕەییەکە.
- لەسەر سیسەمێک دادەنیشی لاقەکانیشت لە خوارتر لەسەر تەختەیەک، یان بە لایەکدا پاڵدەکەویت و هەردوو چۆکیشت بەرەو سینگت دەچەمێنیتەوە.
- تیمی سڕکردن هەموو شتێکت بۆ باس دەکەن تاوەکو تۆ ئاگادار بیت چی ڕوودەدات.
- سەرەتا ماددەیەکی سڕکردن دەدرێت لە پێست تاوەکو دەرزیلێدانەکە ئاسانتر بێت. پزیشکە پسپۆڕەکە لە بواری سڕکردن دەرزیەکە دەدات لە پشتت تۆش دەبێت هیچ جوڵەیەک نەکەیت تاوەکو تەواو دەبێت. پەرستارێک یان کارمەندێکی تەندروستی لەگەڵت دەبێت و دڵنیات دەکاتەوە لە کاتی دەرزیلێدانەکە.
- هەندێک جار کاتێتەری میزکردن (بۆرییەکی نەرم بۆ دەرکردنی میز لە میزڵدانت) لەوانەیە پێویست بێت. ئەگەر پێویستت پێی بوو, دوای ئەوەی سڕکردنی بڕبڕەی پشت دەستی بە کارکردن کرد، دەخرێتە ناوەوە.

هەست بە چی دەکەم؟

سڕکردنی بڕبڕەیی زۆرجار ئازارەکەی هەر وەک و ئەو ئازەرە وایە کاتێک پشکنینی خوێن دەکەیت یاخود کاتێک کانیولا دادەنێیت. کارەکە چەند خولەکێک دەخایەنێت، بەڵام ئەگەر کێشەت لە پشتت هەبوو یان قەڵەو بیت ئەوا لەوانەیە کاتی زیاتر بخایەنێت. ڕەنگە لە هەندێک حاڵەتدا چەند هەوڵدانێک پێویست بێت.

- لەکاتی دەرزی لێدانەکەدا پێدەچێت هەست بە دەرزی و ئازاری زۆر بکەیت لە قاچەکانتدا - ئەگەر ئەوە ڕوویدا، لەو بارەدا هەوڵبدە هێمن بمێنیتەوە و بە پزیشکی بێهۆشکاریەکە بڵێیت.
- کاتێک دەزری لێدانەکە تەواو دەبێت، داوات لێدەکرێت بە ڕێکی پاڵبکەویت ئەگەر بە پێوەبوویت. کاریگەری سڕکردنی بڕبڕەی پشت دەردەکەوێت لەماوەی چەند خولەکێکدا.
- یەکەم جار, ڕەنگە قاچەکانت و سکت هەست بە گەرمی بکەن و دواتر سڕ ببن. وردە وردە هەست دەکەیت قاچەکانت قورستر دەبن و جوڵاندنیان ئەستەم دەبێت. ئەمەش تەواو ئاساییە و مانای ئەوەیە کە دەرمانی بێهۆشکەرەکە کاردەکات.
- کاتێک کە سڕکردنەکە بە تەواوی کاردەکات، تۆ ناتوانیت قاچەکانت بەرزبکەیتەوە یان هەست بە ئازار بکەیت لە بەشی خوارەوەی لەشت دا.

تاقیکردنەوە دەکرێت تا بزانرێت بێهۆشکاری بڕبڕەی پشتەکە کاریکردووە

پزیشکی بێهۆشکاریەکە چەند تاقیکردنەوەی ئاسان دەکات بۆ ئەوەی ببینێت ئەگەر بێهۆشکردنەکە بەشێوەیەکی ڕێکوپێک کاردەکات، کە ئەمانە دەگرێتەوە:

- ڕژاندنی شلەیەکی سارد و پرسیارکردن کە ئایا دەتوانیت هەستی پێ بکەیت لەسەر قاچ و سکت
- دەست لێدانی قاچ و سک بە کەرەستەیەکی پارێزراو
- داوات لێدەکرێت بۆ بەرزکردنەوەی قاچەکانت.

گرنگە تەرکیز بخرێتە سەر ئەو تاقیکردنەوانە بۆ ئەوەی پزیشکی بێ هۆشکاریەکە دڵنیاببێتەوە کە بێهۆشکردنەکە کاردەکات. پزیشکی بێهۆشکاریەکە تەنها لەو کاتەدا ڕێگە بە نەشتەرگەریەکە دەدات کاتێک قایل بێت کە بێهۆشکاریەکە کاردەکات.

لەکاتی نەشتەرگەریەکەدا (تەنها بێهۆشکاری لە ڕێگەی بڕبڕەی پشتەوە)

- لە هۆڵی نەشتەرگەریەکەدا، تیمێکی تەواو لە کارمەند چاودێریت دەکەن. ئەگەر بەئاگا بێیتەوە، خۆیانت پێ دەناسێنن و هەوڵ دەدەن ئاساییت بکەنەوە.
- پزیشکی بێهۆشکەر و یاریدەدەری بێهۆشکەر بە درێژایی نەشتەرگەرییەکە چاودێری سەلامەتی و باشی تۆ دەکەن.
- دەبڕێیتە نەشتەرگەریەکەوە. دەبێت بەپزیشکی بێهۆشکاریەکە بڵێیت ئەگەر شتێک هەبێت و ئاسودەت بکات، وەک پشتیەکی زیاتر یان دەسکێک بۆ پشودانی دەستەکانت.
- پێدەچێت ئۆکسجینت پێ بدرێت ،لە ڕێگەی ماسکی پلاستیکی سوکەوە، بۆ ئەوەی ئاستی ئۆکسجین لە خوێنتدا باش بێت.
- ئاگاداری 'جموجوڵەکانی' ناو هۆڵی نەشتەرگەریەکە دەبیت، بەڵام دەتوانیت ئاسودەبیت لەگەڵ پزیشکی بێ هۆشکاریەکەدا کە ئاگادارت دەبێت.

- دەتوانیت گوێ لە مۆسیقا بگریت لەکاتی نەشتەرگەریەکەدا. ئەگەر ڕێگەت پێ بدرێت، مۆسیقا و هێدفۆنەکەت لەگەڵ خۆت بهێنە. هەندێک یەکە هێدفۆن و مۆسیقا دابین دەکەن لە هۆڵی نەشتەرگەری دا.
- دەتوانیت لەگەڵ پزیشکی بێهۆشکاری و یاریدەدەری بێهۆشکاری قسە بکەیت لەکاتی نەشتەرگەریەکەدا. ئەمەش بەندە بەوەوە کە ئایا دەرمانی هێورکەرەوەت پێدراوە یان نا.
- ئەگەر دەرمانی ئارامکەرەوەت پێدرابوو لەکاتی نەشتەرگەریەکەدا، ئەوە ئارام دەبیت و پێدەچێت خەواڵو بیت. پێدەچێت وەنەوز بدەیت لەکاتی نەشتەرگەریەکەدا، یان لەوانەیە بەئاگابیت لە هەندێک یان هەموو کاتەکەدا. پێدەچێت بیری هەنێک یان هیچ یان هەموو شتێکت هەبێت لەو کاتەی لە هۆڵەکەدایت.

بۆ زانیاری زیاتر لەسەر سڕکردن، تکایە بڕوانە نامیلەکەی نووسراوی ئێمە ڕوونکردنەوەی بێهۆشکردن کە لەسەر ماڵپەڕەکەمان بەردەستە: www.rcoa.ac.uk/patients/patient-information-resources/translations#languages

گرنگە ئاگادار بیت کە، تەنانەت ئەگەر پلانی بەنجی بڕبڕەی پشتیش بۆ نەشتەرگەرییەکەت دانرابێت، لەوانەیە هێشتا پێویستت بە بێهۆشکەری گشتی بێت ئەگەر:

- پزیشکی بێهۆشکاریەکە نەتوانێت لەڕێگەی بڕبڕەی پشتەوە بێهۆشکردنەکە ئەنجام بدات
- بێهۆشکردنەکە هێندە کارنەکات لەو شوێنەی نەشتەرگەریەکەی تێدا ئەنجام دەدرێت
- نەشتەرگەریەکە ئاڵۆزتر بوو یان کاتی زیاتری ویست لەوەی چاوەڕوان کراوە.

پاش نەشتەرگەرییەکە

- زیاتر لە چوار کاژێری پێویست دەبێت بۆ ئەوەی بەتەواوی هۆشت بێتەوە. پێویستە بە کارمەندی قاوشەکە بڵێیت دەربارەی هەر نیگەران و دوودڵیەک ئەگەر هەتبێت.
- ئەوکاتەی هەستت بۆ دەگەڕێتەوە، هەست دەکەیت شتێکی تیژت پیادەچێت. پێدەچێت ئاگاداری هەندێک نارەحەتی بیت لە نەشتەرگەریەکەدا وە دەتوانیت داوای ئازارشکێن بکەیت ئەگەر پێویست بوو.
- پێدەچێت لەسەر قاچەکانت باش نەوەستیت کاتێک بێهۆشکاریەکە کاریگەری کەمدەبێتەوە وە پێدەچێت سەرئێشەیەکی سوکت هەبێت ئەگەر پەستانی خوێنت نزم بێت. تکایە داوای یارمەتی لەو ستافە بکە کە چاودێریت دەکات کاتێک بۆ یەکەم جار لە جێگاکەت هەڵدەستیت.
- دەتوانیت زوو دەست بە خواردن و خواردنەوە بکەیت لە دوای بێهۆشکردن لە ڕێگەی سڕکردنی بڕبڕەی پشتەوە بە بەراورد بە بێهۆشکردنی گشتی.

نۆڕینگەی هەڵسەنگاندنی بەر لە نەشتەرگەری (هەڵسەنگاندنی بەرایی)

ئەگەر پێشوەخت پلانی نەشتەرگەریت بۆ دانراوە، دەکرێت چەند هەفتەیەک یاخود چەند ڕۆژێک بەر لە نەشتەرگەریەکەت بانگهێشت بکرێیت بۆ نۆڕینگەی هەڵسەنگاندنی بەر لە نەشتەرگەری. هەندێك جار، بۆ نەشتەرگەری بچووك، پەرستارێك پەیوەندیەكی تەلەفۆنی لەگەڵ تۆدا ئەنجام دەدات بۆ ئەوەی چەند پرسیارێکت لێبکات.

تکایە ئەمانە لەگەڵ خۆتدا بهێنە:

- لیستێك لە ڕەچەتەکانی ئێستات و دەرمانەکانت بە تەواوی پاکەتەکانیانەوە
- هەر زانیارییەک کە لەبەردەستدایە دەربارەی پشکنین و چارەسەریەکان لە نەخۆشخانەکانی دیکە
- زانیاری سەبارەت بەو کێشە تەندروستیانەی کە دەکرێت خۆت یاخود خانەوادەکەت لەگەڵ دەرمانی بێهۆشکردن هەتانبێت
- هەر پێوانێکی فشاری خوێن کە لەم دواییە کردبێتت.

ئەگەر هەر دەرمانێك بەکاربهێنیت بۆ کەمکردنەوەی خەستی خوێنەکەت، ئەوا گرنگە کە دەستەی هەڵسەنگاندنی بەرایی ئاگادربن و گفتوگۆ بکەن لەسەر ئەوەی ئاخۆ پێویستە تۆ بوەستیت لە بەکارهێنانی ئەم دەرمانانە بەر لە نەشتەرگەریەکەت
ڕەنگە تۆ چاوت بە پزیشکی بێهۆشکردن بکەوێت لە کلینیکەکە. بەپێچەوانەوە، لە نەخۆشخانە چاوت بە پزیشکی بێهۆشکردن دەکەوێت لەڕۆژی نەشتەرگەریەکەت.

مەترسی و بێهۆشکردن

ماده بێهۆشکەرە نوێیەکان زۆر سەلامەتن. هەندێک کاریگەری لاوەکی باو هەیە بە هۆی دەرمانی بێهۆشکردن یان ئەو کەل و پەلانەی بەکاردێن کە بە گشتی مەترسی زۆر جددی نین و زۆر نامێننەوە. مەترسییەکان زۆرن و بەپێی کەسەکان و پرۆسەکە و بەکارهێنانی تەکنیکی بێهۆشکردنەکە دەگۆڕێن.

پزیشکی بێهۆشکردنەکە گفتوگۆ و باسی ئەو مەترسییە تەندروستیانەت لەگەڵدا دەکات کە پێیوایە گرنگن بۆ بارودۆخت. تەنها لەحاڵەتێکدا باسی مەترسییە ناباوەکانت بۆ دەکەن کە پەیوەندیدار بن پێتەوە.

هەندیك مەترسی دیاریکراوی پەیوەندیدار هەن بە سڕکردنی دڕکەپەتک، بۆ نمونە، سەرئێشەیەکی قورس و تێکچوونی دەمارەکان.
ئەگەر ئارەزوو دەکەیت وردەکاری زیاتر بخوێنیتەوە دەربارەی مەترسیەکان تکایە سەردانی
www.rcoa.ac.uk/patients/patient-information-resources/translations#languages

دەرکردنی بڕیاردانی-هاوبەش

بڕیاردانی-هاوبەش دڵنیایی دەدات کە تاکەکان پشتیوانی دەکرێن لە هەڵبژاردنی ئەو بڕیارانەی گونجاون بۆیان. پرۆسەیەکی هاوبەشانەیە کە تێیدا شارەزایەکی تەندروستی پشتیوانی بۆ نەخۆشێک دەکات تا بگەنە بڕیارێک دەربارەی چارەسەرەکەی.

گفتوگۆکە ئەم بابەتانە لەخۆ دەگرێت:

- شارەزایی پزیشکەکە، وەک هەڵبژاردەی چارەسەر، بەڵگە، مەترسییەکان و سوودەکان
- ئەوەی کە نەخۆشەکە لە هەمووان باشتر دەزانێت: خواستی خۆیان، حاڵەتی کەسی، ئامانجەکان، بەهاکان و باوەڕەکان.

زانیاری زیاتر بدۆزەوە لە: www.england.nhs.uk/personalisedcare/shared-decision-making

ئەمانە چەند کەرستەیەکن کە دەتوانیت بەکاری بهێنیت تاکو زۆرترین سوود لە گفتوگۆکان وەربگریت لەگەڵ پزیشکی بێهۆشکردن یان ستافی هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەری:

هەڵبژاردنی پێکهاتەی ویسلی یوکەی بران

ئەمە وەک وەبیرهێنانەوەیەک بەکاربهێنە بۆ پرسیارکردن دەربارەی چارەسەر.

https://bit.ly/CWUK_leaflet

خزمەتگوزاری تەندروستی نیشتمانی سێ پرسیار دەکات

لەوانەیە چەند هەڵبژاردەیەک هەبێت دەربارەی خزمەتگوزاری تەندروستی.

https://bit.ly/NHS_A3Qs

ناوەندی چاودێری پێش نەشتەرگەری **(CPOC)**

CPOC وێنەی جوڵاوی بەرهەمهێناوە بۆ ڕوونکردنەوەی بڕیاردانی-هاوبەش.

(www.cpoc.org.uk/shared-decision-making

ئەو پرسیارانەی کە ڕەنگە حەزبکەیت بیانپرسیت

ئەگەر پرسیارت هەبوو دەربارەی دەرمانی بێهۆشکەردنەکەت، بینووسەرەوە (دەتوانیت ئەم نموونانەی خوارەوە بەکاربهێنیت و تێبینی خۆتی بۆ زیاد بکەیت لە بۆشاییەکانی خوارەوە). ئەگەر ویستت قسە لەگەڵ پزیشکی بێهۆشکردن بکەی بەر لە ڕۆژی نەشتەرگەریەکەت، ئەوا پەیوەندی بە تیمی هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەری بکە کە دەکرێت بتوانن پەیوەندی تەلەفۆنیت بۆ ڕێکبخەن لەگەڵ پزیشکی بێهۆشکردن یان بتوانی چاوت پێی بکەوێت لە نۆرینگە.

1. سوود و زیانەکانی سڕکردنی دڕکەپەتک چین بۆ من؟
2. ئایا هیچ هەڵبژاردەیەکی جێگرەوە هەیە بۆ سڕکردنی بڕبڕەی پشت؟

ڕاگەیاندنی یاسایی

بارەیەوە بدەین .ئێمە پێشبینی ئەوە ناکەین ئەم زانیارییە گشتیانە وڵامدەرەوەی هەموو پرسیارێکتان بن و هەڵگری هەموو ئەو شتانەی بۆ ئێوە گرینگن .باشتر وایە بڕیارەکانتان و هەر جۆرە نیگەرانییەکتان بە تیمی پزیشکیی خۆتان ڕابگەیەنن و ئەم بروشورە وەك ڕێنوێنیێك بەکار بێنن .ئەم بروشورە باشترە وەك تاکە سەرچاوەی ئامۆژگاری لەبەر چاو نەگیرێت .نابێت بۆ مەبەستی تیجاری و پیشەیی بەکار بهێنرێت .بۆ ئاشکراکردنی تەواوەتی، تکایە کرتەیەك لێرە (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/sorani) بکەن.

هەموو وەرگێڕانەکان لەلایەن گرووپی ››وەرگێڕانی بێسنوور ‹‹ئامادەدەکرێن و تێکستەکان لە رووی کوالیتییەوە پێداچوونەوەیان بۆ دەکرێت بۆ ئەوەی تا ئەو جێیەی بکرێت بێ هەڵە بن، بەڵام دیسان ئەگەری ئەوە هەیە هەندێکیان هەڵەیان تێدا بێت یان زانیارییەکان بە دروستی وەرنەگێڕ

پێمان بڵێ کە ڕای تۆ چیە

ئەگەر هەر سەرنجێکتان هەیە تکایە بە ئیمێل بۆمان بنێرن بۆ: patientinformation@rcoa.ac.uk

Royal College of Anaesthetists

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

020 7092 1500

www.rcoa.ac.uk

چاپی شەشەم، نیسانی 2023

ئەم نامیلکەیە پاش بەرواری چاپکردن و دەرچوونی، لە ماوەی سێ ساڵدا پێداچوونەوەی بۆ دەکرێت.

© 2023 Royal College of Anaesthetists

دەکرێت ئەم نامیلکەیە وێنەی لێوەربگیرێت بۆ دروستکردنی بڵاوکراوەی زانیاریی نەخۆش. تکایە ئاماژە بەم سەرچاوە ڕەسەنە بدە. ئەگەر دەتەوێت بەشێک لەم نامیلکەیە لە بڵاوکراوەیەکی تردا بەکاربهێنیت، پێویستە سوپاسنامەی گونجاو بدرێت و لۆگۆ و براند و وێنە و وێنۆچکەکان لاببرێن. بۆ زانیاری زیاتر، تکایە پەیوەندیمان پێوە بکەن.