



# ਚੁਲਾ ਜਾਂ ਗੋਡੇ ਬਦਲਣ ਲਈ ਐਨੇਸਥੈਟਿਕ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ

ਇਹ ਪਰਚਾ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕਮਰ ਜਾਂ ਗੋਡੇ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਐਨਾਸਥੈਟਿਸਟਾਂ, ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੁਆਰਾ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

## ਵਿਸ਼ਾ-ਸੂਚੀ

ਇਹ ਲੀਫਲੈਟ ਦੱਸਦਾ ਹੈ:

- ਕਮਰ ਅਤੇ ਗੋਡੇ ਬਦਲਣ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਐਨਸਥੈਟਿਕਸ
- ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੇ ਐਨਸਥੈਟਿਸਟ ਨਾਲ ਜੋਖਮਾਂ ਅਤੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਵੇਂ ਚਰਚਾ ਕਰਨੀ ਹੈ
- ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਹੈ
- ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਦਿਨ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

## ਚੁਲਾ ਜਾਂ ਗੋਡੇ ਬਦਲਣ ਲਈ ਐਨਸਥੈਟਿਕ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਮਰ ਜਾਂ ਗੋਡੇ ਬਦਲਣ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਦੋ ਮੁੱਖ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਹਨ:

- ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਵਿੱਚ ਐਨਸਥੈਟਿਕ
- ਆਮ ਐਨਸਥੈਟਿਕ

ਇੱਥੇ ਹੋਰ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਦਰਦ ਘਟੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤਜਰਬੇ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਬਣਾ ਦੇਵੇਗਾ। ਇਹ ਹਨ:

- ਨਾੜੀ ਬਲੋਕ
- ਜੋੜਾਂ ਅਤੇ ਜਖਮ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਸਥਾਨਕ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਘੁਸਪੈਠ (ਟੀਕੇ)
- ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨਾ (ਸਿਡੇਸ਼ਨ)

## ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਐਨੇਸਥੀਟਿਕ

ਜਦੋਂ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ (ਤੁਹਾਡੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ) ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਸਰੀਰ ਦਾ ਹੇਠਲਾ ਹਿੱਸਾ ਸੁੰਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋਵੋਗੇ। ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡ ਵਿੱਚ ਐਨੇਸਥੀਟਿਕ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਜਾਗਦੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਅਨੱਸਥੀਸੀਆ** 'ਤੇ ਸਾਡਾ ਪਰਚਾ ਵੇਖੋ ਜੋ ਕਿ ਇੱਥੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: [www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages)

## ਆਮ ਐਨੇਸਥੀਟਿਕ

ਆਮ ਐਨੇਸਥੀਜੀਆ ਉਹ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਡੂੰਘੀ ਨੀਂਦ ਵਰਗੀ ਅਵਸਥਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕੁਝ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਬੇਸੁਰਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕੁਝ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਆਮ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਨਾੜੀ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਗੈਸ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਾਹ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਦੋਵਾਂ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

## ਨਾੜੀ ਬਲੋਕ

ਇਹ ਸਥਾਨਕ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਲਈ ਇੱਕ ਟੀਕਾ ਹੈ, ਜੋ ਨਸਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਲੱਤ ਨੂੰ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਡਾਕਟਰ ਨਾੜੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਮਸ਼ੀਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਲੱਤ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਸੁੰਨ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਜ਼ਬੂਤ ਦਰਦ ਨਿਵਾਰਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਨਰਵ ਬਲਾਕ ਦੀ ਕਿਸਮ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਲੱਤ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਿਲਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਥਾਨਕ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ।

ਇੱਕਲੇ ਨਰਵ ਬਲੋਕ ਨਾਲ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਜਾਂ ਜਨਰਲ ਐਨੇਸਥੀਟਿਕ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **ਨਰਵ ਬਲਾਕਾਂ** ਬਾਰੇ ਸਾਡਾ ਲੀਫਲੈਟ ਦੇਖੋ ਜੋ ਕਿ ਇੱਥੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: [www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages)

## ਜ਼ਖ਼ਮ ਘੁਸਪੈਠ

ਇਹ ਸਥਾਨਕ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲਾ, ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਦਰਦ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਦਵਾਈ, ਜੋ ਕਿ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਦੁਆਲੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਦਾ ਟੀਕਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਸਰਜਨ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਰਾਮ ਦੇਣ ਲਈ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਜਾਂ ਆਮ ਅਨੱਸਥੀਟਿਕ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਟਿਊਬ ਜੋੜ ਤੇ ਟੀਕਾ ਦੇਣ ਲਈ ਲਗਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਲੱਤ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ, ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਦਾ ਹੈ। ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਜਲਦੀ ਉੱਠਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੋਗੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨਸਾਂ ਦਾ ਬਲਾਕ ਹੈ।

## ਸਿਡੇਸ਼ਨ

ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਨੀਂਦ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਅਕਸਰ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਐਨੇਸਥੀਸੀਆ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਵੇਦਨਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਿਡੇਸ਼ਨ ਹਲਕੀ ਜਾਂ ਡੂੰਘੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਡੇਸ਼ਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਸਭ ਕੁਝ, ਕੁਝ ਕੁ ਜਾਂ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਯਾਦ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਲੀਫਲੈਟ ਵਿੱਚ **ਸੈਡੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ** ਹੋਰ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ:

[www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages)

## ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਵਿਕਲਪ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ

ਅਨੱਸਥੀਟਿਸਟ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋਖਮ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੀ ਹੈ।

### ਸਾਂਝਾ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣਾ

ਸੈਂਟਰ ਫਾਰ ਪੇਰੀਓਪਰੇਟਿਵ ਕੇਅਰ ਨੇ ਸਾਂਝੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਐਨੀਮੇਸ਼ਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਇੱਥੇ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ: [www.cpoc.org.uk/shared-decision-making](http://www.cpoc.org.uk/shared-decision-making)

ਸਾਂਝਾ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਲਈ ਸਮਰਥਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਸਹੀ ਹਨ। ਇਹ ਇੱਕ ਸਹਿਯੋਗੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਇੱਕ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਉਸਦੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਗੱਲਬਾਤ ਇਕੱਠੇ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ:

- ਡਾਕਟਰੀ ਮਾਹਰ ਦੀ ਮੁਹਾਰਤ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪ, ਸਬੂਤ, ਜੋਖਮ ਅਤੇ ਲਾਭ
- ਮਰੀਜ਼ ਕੀ ਜਾਣਦਾ ਹੈ: ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ, ਨਿੱਜੀ ਹਾਲਾਤ, ਟੀਚੇ, ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ।

ਇਸ 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ: [www.england.nhs.uk/personalisedcare/shared-decision-making](http://www.england.nhs.uk/personalisedcare/shared-decision-making)

ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਟੂਲ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਐਨੇਸਥੀਟਿਸਟ ਜਾਂ ਪ੍ਰੀਓਪਰੇਟਿਵ ਅਸੈਸਮੈਂਟ ਸਟਾਫ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਚਰਚਾ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

### ਸਮਝਦਾਰੀ ਨਾਲ ਯੂਕੇ ਬੈਨ ਫਰੇਮਵਰਕ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨਾ

ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਇਸਨੂੰ ਰੀਮਾਈਂਡਰ ਵਜੋਂ ਵਰਤੋ।

[https://bit.ly/CWUK\\_leaflet](https://bit.ly/CWUK_leaflet)

### NHS ਤਿੰਨ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ

ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਬਾਰੇ ਚੋਣ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਕਲਪ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

[https://bit.ly/NHS\\_A3Qs](https://bit.ly/NHS_A3Qs)

### ਪੇਰੀਓਪਰੇਟਿਵ ਕੇਅਰ ਲਈ ਕੇਂਦਰ (CPOC)

CPOC ਨੇ ਸਾਂਝੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਐਨੀਮੇਸ਼ਨ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਹੈ।

[www.cpoc.org.uk/shared-decision-making](http://www.cpoc.org.uk/shared-decision-making)

## ਸਵਾਲ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪੁੱਛਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਿਖੋ (ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਜੋੜ ਸਕਦੇ ਹੋ)। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਦਿਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਐਨਸਥੀਟਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ, ਜੋ ਕਿ ਫੋਨ ਉੱਤੇ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਐਨਸਥੀਟਿਸਟ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

1. ਮੇਰੇ ਲਈ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਕਿਉਂ?
2. ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਕੋਈ ਖਾਸ ਖਤਰੇ ਹਨ?
3. ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

## ਜੋਖਮ ਅਤੇ ਐਨਸਥੀਜੀਆ

ਆਧੁਨਿਕ ਐਨਸਥੀਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ (ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੁੰਨ/ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ) ਬਹੁਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ। ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਸਾਧਨ ਦੇ ਕੁਝ ਆਮ ਉਲਟ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਅਕਸਰ ਗੰਭੀਰ ਜਾਂ ਲੰਮਾ ਚਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਖਤਰੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੀਤੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਵਰਤਿਆ ਗਏ ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਦੇ ਢੰਗ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡਾ ਐਨਸਥੀਟਿਸਟ ਅਜਿਹੇ ਜੋਖਮਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ-ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ, ਜੋ ਕਿ ਉਸਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਿਰਫ਼ ਘੱਟ ਆਮ ਜੋਖਮਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਗੇ ਜੋ ਇਹ ਜੋਖਮ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹੋਏ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਐਨਸਥੀਜੀਆ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਜੋਖਮਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਵੇਰਵੇ ਪੜ੍ਹਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੱਥੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: [www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages)

## ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

### ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਵਾਲਾ ਕਲੀਨਿਕ

ਜਿਆਦਾਤਰ ਹਸਪਤਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਲੀਨਿਕ ਵਾਸਤੇ ਸੱਦਾ ਦੇਣਗੇ, ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦਾ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਵੇਖਣਗੇ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਲਿਆਓ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਪੈਕਿੰਗ ਵਿੱਚ ਲਿਆਓ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਾਲੇ ਪਿਛਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਓਪਰੇਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਐਨਸਥੀਟਿਕ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਨਾਲੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਟਾਫ਼ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਾਰੇ ਟੈਸਟਾਂ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦੇਵੇਗਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟ ਜਾਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਕਾਰਡੀਓਗਰਾਮ (ECG) ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਲ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਆਇਰਨ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਆਇਰਨ ਸਪਲੀਮੈਂਟਾਂ ਦਾ ਨੁਸਖਾ ਦੇਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਖੂਨ ਚੜ੍ਹਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਸਟਾਫ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਐਨਸਥੀਟਿਕ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਐਨਸਥੀਟਿਕ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਐਨਸਥੀਟਿਸਟ ਨੂੰ ਵੀ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੁਝ ਡਾਕਟਰੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਕ ਖਾਸ ਚੋਣ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਟਿਲ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸੀਮਤ ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਓਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸੋਚਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਚਾਹੋਗੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ ਲਈ।

## ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਤਿਆਰੀ

ਫਿਟਰ ਮਰੀਜ਼ ਜੇ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਅਤੇ ਘੱਟ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਛੋਟੀਆਂ-ਛੋਟੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਵੀ ਵੱਡਾ ਫਰਕ ਲਿਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪੀਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਸਿਗਰਟ ਪੀਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਘਟਾਉਣ ਜਾਂ ਰੋਕਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ GP ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਾਡੇ **ਫਿਟਰ ਬੈਟਰ ਸੂਨਰ (Fitter Better Sooner)** ਸਰੋਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ ਜਿਸਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੰਦਰੁਸਤ ਅਤੇ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ ਜੋ ਕਿ ਇੱਥੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ:

[www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages](http://www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages)

## ਪ੍ਰੀਵਾਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਮਰ ਜਾਂ ਗੋਡੇ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਈ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਹਸਪਤਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਫਿਟਰ ਬਣਾਉਣ, ਤੁਹਾਡੀ ਰਿਕਵਰੀ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਛੱਡਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰੀਵਾਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਸਰਜਨ ਜਾਂ ਪੂਰਵ ਮੁਲਾਂਕਣ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਹਸਪਤਾਲ ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਹਸਪਤਾਲ ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਰਜਨ ਜਾਂ ਪੂਰਵ ਮੁਲਾਂਕਣ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

## ਕਮਰ ਅਤੇ ਗੋਡੇ (ਸੰਯੁਕਤ) ਸਕੂਲ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 'ਸਾਂਝੇ ਸਕੂਲ' ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਰਜੀਕਲ ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੜਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਦਾਖਲੇ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਿਕਵਰੀ ਤੱਕ। ਤੁਸੀਂ ਸਰਜਰੀ ਅਤੇ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਸੁਧਾਰੇ ਰਿਕਵਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਇਨਹਾਂਸਡ ਰਿਕਵਰੀ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਨਾਮ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਲਿਆਉਣਾ ਹੈ। ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਸਟਾਫ ਇਸ ਗੱਲ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਬੂਤ ਦੇਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ/ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਕਿਹੜਾ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਕਿਹੜੇ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮਾਂ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ
- ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ
- ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟ ਡ੍ਰਿੰਕ ਦੇ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੇ ਵਰਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ
- ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੇਣਾ
- ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦੇਣ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ
- ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਸਥਾਨਕ ਐਨੱਸਥੈਟਿਕ ਬਲਾਕ ਜਾਂ ਖੇਤਰੀ ਐਨੱਸਥੈਟਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਦਵਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਛੇਤੀ ਤੁਰਨਾ-ਫਿਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕੋ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਦੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਅਤੇ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ (DrEaMing)
- ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਥਿਟਰ ਅਤੇ ਡ੍ਰਿਪ ਲੱਗਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ
- ਤੁਹਾਡੇ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਸਰਤਾਂ ਸਿਖਾਉਣਾ।

## ਤੁਹਾਡੇ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਦਿਨ

ਹਸਪਤਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਣ ਪੀਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਬਾਰੇ ਸਪਸ਼ਟ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਵੇਗਾ। ਇਹ ਹਦਾਇਤਾਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਹੈ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਗਲੇ ਜਾਂ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਦੋ ਘੰਟੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੱਕ ਸਾਫ਼ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਪੀਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਕਦੋਂ ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਪੀਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਕਿਹੜੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਰਜਰੀ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਸਿਗਰਟ ਪੀਣੀ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਸਿਗਰਟ ਨਹੀਂ ਪੀਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਕੋਟੀਨ ਵਾਲੇ ਭਾਫ਼ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਲਈ ਇੱਕ ਉਪਕਰਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੂਰਵ-ਮੁਲਾਂਕਣ ਟੀਮ ਤੋਂ ਖਾਸ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਦਿਨ ਕਿਹੜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਘੁੱਟ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਗੋਲੀਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਵੀ 'ਖੂਨ ਪਤਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ' ਦਵਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਾਰਫਰੀਨ, ਕਲੋਪੀਡੋਗਰੇਲ ਜਾਂ ਰਿਵਾਰੋਕਸਾਬਨ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਟੀਮ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੈਣਾ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇੱਥੇ ਜੋਖਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣੀਆਂ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਥਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਕਰਨ ਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਆਉਂਦੇ ਹੋ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮਸ਼ਵਰੇ ਲਈ ਵਾਰਡ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

## ਤੁਹਾਡੇ ਐਨੱਸਥੀਟਿਸਟ ਨਾਲ ਮੁਲਾਂਕਣ

ਤੁਸੀਂ ਪੂਰਵ-ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਐਨੱਸਥੀਟਿਸਟ ਨਾਲ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਐਨਾਸਥੀਟਿਸਟ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਰਜਰੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਮਿਲੋਗੇ। ਉਹ ਲਾਭ, ਜੋਖਮ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਸਮੇਤ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਗੇ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਮਿਲ ਕੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਉੱਚ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਅਤੇ ਐਨੈਸਥੀਜੀਆ ਟੀਮ ਬਾਰੇ ਸਾਡੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਹੋਰ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ:

[www.rcod.ac.uk/patientinfo/anaesthesia-team](http://www.rcod.ac.uk/patientinfo/anaesthesia-team)

## 'ਪ੍ਰੀ-ਮੈਡ' (ਪ੍ਰੀਮੈਡੀਕੇਸ਼ਨ) ਹੋਣਾ

ਪ੍ਰੀ-ਮੈਡੀਕੇਸ਼ਨ ('ਪ੍ਰੀ-ਮੈਡੀ') ਕਈ ਵਾਰ ਕੁਝ ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪੂਰਵ-ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ - ਉਹ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਐਸਿਡ ਘਟਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

## ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਸੱਦਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- ਸਟਾਫ਼ ਦਾ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਥੀਏਟਰ ਵਿੱਚ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਆਪਣੇ ਗਲਾਸ, ਸੁਣਨ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਨ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਨੈਸਥੀਸੀਆ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਮ ਐਨੈਸਥੀਸੀਆ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਲੋਕਲ ਜਾਂ ਖੇਤਰੀ ਐਨੈਸਥੀਟਿਕ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸੰਗੀਤ ਸੁਣਨ ਲਈ ਹੈੱਡਫੋਨ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਡੀਵਾਇਸ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਨਰਸ ਨਾਲ ਜਾਂਚ ਕਰੋ)।
- ਤੁਸੀਂ ਥੀਏਟਰ ਤੇ ਪੈਦਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸਟਾਫ਼ ਦੇ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੀਲਚੇਅਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਬੈੱਡ ਜਾਂ ਟਰਾਲੀ ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦਾ ਡ੍ਰੈਸਿੰਗ ਗਾਊਨ ਅਤੇ ਸਲਿੱਪਰ ਪਹਿਨ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਓਪਰੇਟਿੰਗ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਪਹੁੰਚਣ ਉੱਤੇ ਨਿਯਮਤ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ, ਤੁਹਾਡੀ ਜਨਮ ਮਿਤੀ, ਤੁਹਾਡਾ ਅਪਰੇਸ਼ਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਉਹ ਹਿੱਸਾ ਜਿਸ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸਰਜਰੀ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਪਿਛਲੀ ਵਾਰ ਕਦੇ ਖਾਧਾ ਜਾਂ ਪੀਤਾ, ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਐਲਰਜੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਜਾਂਚਾਂ ਸਾਰੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਆਰੀ ਹਨ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹਨ।

## ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਦੀ ਦਵਾਈ ਦੇਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨੀ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਦੀ ਦਵਾਈ ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਓਪਰੇਟਿੰਗ ਥੀਏਟਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਐਨੈਸਥੀਟਿਸਟ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਹਾਇਕ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ। ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਜਾਂ ਸਹਾਇਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜੇਗਾ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ, ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਅਤੇ ਆਕਸੀਜਨ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਮਾਪਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇੱਕ ਕੈਨੂਲਾ, ਇੱਕ ਪਤਲੀ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਟਿਊਬ, ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਥ ਜਾਂ ਬਾਂਹ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਇੱਕ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾਈ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਰਜਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੈਨੂਲਾ ਪਾਉਣ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਸੁੰਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਥਾਨਕ ਐਨੈਸਥੀਟਿਕ ਕਰੀਮ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ

ਤੁਹਾਡਾ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਡਾਕਟਰ ਪੂਰੇ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰੇਗਾ, ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਐਡਜਸਟ ਕਰੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਗ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋ, ਤਾਂ ਐਨੈਸਥੀਸੀਆ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਦਿਵਾਉਣ ਅਤੇ ਆਰਾਮ ਦਿਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ।



## ਖੂਨ ਚੜ੍ਹਾਉਣਾ ਅਤੇ ਵਿਕਲਪ

ਕੁਝ ਉਪਰੇਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਖੂਨ ਦੀ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਮਾਤਰਾ ਗੁਆ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਖੂਨ ਦੀ ਕਮੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਖੂਨ ਚੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਖੂਨ ਚੜ੍ਹਾਉਣ ਅਤੇ ਹੋਰ ਉਪਲਬਧ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਰਜਨ ਜਾਂ ਅਨੈਸਥੀਸਿਆ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ NHS ਦੀ ਇਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੋਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

[www.nhs.uk/conditions/blood-transfusion](http://www.nhs.uk/conditions/blood-transfusion)

## ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਕਵਰੀ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਉਪਰੇਟਿੰਗ ਥੀਏਟਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਾਰਡ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਨੇੜਿਓਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਕਵਰੀ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਤੋਂ ਹਰ ਇੱਕ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਇੱਕੋ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਮਰੀਜ਼ ਵੀ ਹੋਣਗੇ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਦੀ ਦਰ, ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਅਤੇ ਆਕਸੀਜਨ ਪੱਧਰ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਲਕੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਫੇਸ ਮਾਸਕ ਰਾਹੀਂ ਆਕਸੀਜਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।
- ਕੈਨੂਲਾ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਡ੍ਰਿੱਪ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਹੀ ਠੀਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੀਣ ਲਈ ਕੁਝ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਰਿਕਵਰੀ ਰੂਮ ਦਾ ਸਟਾਫ਼ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਹੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਆ ਚੁੱਕੇ ਹੋ ਤਾਂ ਫਿਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਪਸ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

## ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ

ਕਮਰ ਜਾਂ ਗੋਡਿਆਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਵੇਲੇ ਜੇ ਅਨੈਸਥੀਸਿਆ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕੰਮ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਦੇ ਦਰਦ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਦਰਦ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾ ਇੱਕ ਆਮ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਰਦ ਨਿਵਾਰਕ ਦੇਣ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਦਰਦ ਨੂੰ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਠਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਜੋੜ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦਰਦ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਤਮ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹਾ-ਮੋਟਾ ਦਰਦ ਸਹਿਣ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਪੀੜ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਲਈ ਕੁਝ ਢੰਗ ਇਹ ਹਨ:

## ਨਿਗਲਣ ਲਈ ਪਿਲ, ਗੋਲੀ ਜਾਂ ਤਰਲ

ਕਮਰ ਅਤੇ ਗੋਡੇ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਪਾਉਣ ਦਾ ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਢੰਗ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਉਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਓਪੀਓਡਜ਼ ਵਾਲੇ ਦਰਦ ਨਿਵਾਰਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਨੁਸਖਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘਟਾਓ ਅਤੇ ਜਿੰਨਾ ਛੋਟੀ ਹੋ ਸਕੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਫੈਕਲਟੀ ਆਫ਼ ਪੇਨ ਮੈਡੀਸਨ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਓਪੀਓਡਜ਼ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

[www.fpm.ac.uk/opioids-aware/information-patients](http://www.fpm.ac.uk/opioids-aware/information-patients)

## ਟੀਕੇ



ਨਸ ਵਿੱਚ ਲਗਾਇਆ ਟੀਕਾ ਜਲਦੀ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਲੱਤ ਜਾਂ ਪੁੱਠੇ ਦੀ ਮਾਂਸਪੇਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਲਗਾਏ ਟੀਕੇ ਦਾ ਅਸਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਪਾਉਣ ਲਈ ਤੇਜ਼ ਦਵਾਈਆਂ ਵੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੋਰਫਿਨ, ਪੇਥੀਡੀਨ ਜਾਂ ਕੋਡੀਨ।

## ਘਰ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਕਦੇ ਮਦਦ ਮੰਗਣੀ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਘਰ ਜਾਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੋਗੇ ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿੰਨੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਅਤੇ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਕਿਸਮ। ਕੁਝ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਮਰੀਜ਼ ਉਸੇ ਦਿਨ ਘਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਖਾਣਾ, ਪੀਣਾ ਅਤੇ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਟੀਮ ਇਹ ਵੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੇਗੀ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਦਰਦ ਕੰਟਰੋਲ ਵਿੱਚ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਿਸਚਾਰਜ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋਵੋਗੇ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੈਕਸੀ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਡਿਸਚਾਰਜ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਸਰਤ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੀਕ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜ਼ਖਮ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਜਾਂ ਉਸ ਹਸਪਤਾਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਹੋਈ ਸੀ ਜੇਕਰ:

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਦਰਦ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਦਰਦ ਵਧਦਾ ਹੈ
- ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰਜਰੀ ਹੋਈ ਸੀ ਉੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਸੋਜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ ਜੇ ਡਿਸਚਾਰਜ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

## ਬੇਦਾਅਵਾ

ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਦਰੁਸਤ ਅਤੇ ਅੱਪ ਟੂ ਡੇਟ ਰੱਖਣ ਲਈ ਅਸੀਂ ਪੂਰਾ ਯਤਨ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਇਸ ਦੀ ਗਾਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲਾਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਲਈ ਅਸੀਂ ਇਸ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮੌਜੂਦ ਆਪਣੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਫਿਕਰ ਦੇ ਬਾਰੇ ਇਸ ਪਰਚੇ ਨੂੰ ਗਾਈਡ ਵਜੋਂ ਵਰਤ ਕੇ ਆਪਣੀ ਮੈਡੀਕਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਪਰਚੇ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਜਾਂ ਵਪਾਰਕ ਮਕਸਦ ਲਈ ਨਹੀਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪੂਰੇ ਬੇਦਾਵੇ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ। ([www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/punjabi](http://www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/punjabi)).

ਸਾਰੇ ਅਨੁਵਾਦ ਨੂੰ Translators without Borders ਦੀ ਅਨੁਵਾਦ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਅਨੁਵਾਦ ਦੀ ਕੁਆਲਟੀ ਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਉਲੱਥੇ ਦੇ ਦਰੁਸਤ ਹੋਣ ਲਈ ਚੈਕ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਪਰ ਫੇਰ ਕੁਝ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਅਸੁੱਧ ਜਾਂ ਗ਼ਲਤ ਵਿਆਖਿਆ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ।

## ਸਾਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੋਈ ਆਮ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ:  
[patientinformation@rcoa.ac.uk](mailto:patientinformation@rcoa.ac.uk)

### ਰੋਇਲ ਕਾਲਜ ਆਫ਼ ਐਨੈਸਥੀਟਿਸਟਸ

Churchill House, 35 Red Lion Square, London WC1R 4SG  
020 7092 1500

**rcoa.ac.uk**

### ਛੇਵਾਂ ਐਡੀਸ਼ਨ, ਜੂਨ 2023

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੀ ਮਿਤੀ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇਸ ਪਰਚੇ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

© 2023 Royal College of Anaesthetists

ਇਸ ਪਰਚੇ ਦੀ ਨਕਲ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਮੱਗਰੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਮੂਲ ਸਰੋਤ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦਿਓ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਲੀਫਲੈੱਟ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਢੁਕਵਾਂ ਧੰਨਵਾਦ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋਗੋ, ਬ੍ਰਾਂਡਿੰਗ, ਚਿੱਤਰ ਅਤੇ ਆਈਕਨਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।