



Doorashooyinka suuxinta ee beddelka misigta ama jilibka

Buug-yarehan wuxuu sharxaaya kala doorashada suuxdinta ee kala duwan marka lagugu sameeyo qalliin lagu bedelaayo sintaada ama jilibkaaga iyo waxaad filan karto. Waxaa qoray suuxiyasha, wakiilada bukaano iyo bukaanadda ayagoo iska kaashanaya.

Tusmada

Buug-yarehan aya sharxaya:

- noocyada kala duwan ee suuxinta ee baddalka sinta iyo jilibka
- Maxaa dhacaya qalliinka kahor
- sida loogala hadlo suuxiyahaaga halista iyo ikhtiyaarada
- sida loo diyaariyo qalliin
- Maxaa dhacaya maalinta qalliinka
- Maxaa dhacaya qalliin ka kadib.

Doorashooyinka suuxinta ee beddelka misigta ama jilibka

Marka lagaa bedalaayo sinta ama jilibka waxaa jira labo nooc oo waaweyn oo kala duwan oo lagu suuxin karo:

- suuxinta laf dhabarta
- suuxinta guud.

Waxaa jira habab kale oo aad sidoo kale yeelan karto, kuwaas oo yareynaya raaxo la'aanta iyo ka dhigista qibradda oo dhan mid raaxo leh. Waxaa jira:

- Xannibaaha neerfaha
- Dhexgalka suuxinta gudaha (Irbaddaha) ee agagaarka laabatada iyo nabarka
- suuxin

Suuxidinta laf dhabarta

Tani waxay ku lug leedahay in dawooyinka wax suuxiya oo lagu duro dhabarkaaga hoose (inta u dhaxaysa lafaha laf dhabartaada). Tani waxay ka dhigaysa qaybta hoose ee jirka kabuubyo inta lagu jiro qalliinka mana awoodid inaad dhaqaajiso lugahaaga. Inta lagu jiro suuxinta laf dhabarta waad soo jeedi kartaa.

Fadlan eeg buug-yarahayada **suuxdinta laf dhabarta** wixii macluumaad dheeraad ah oo ku qoran luuqaddo kala duwan halkan:

www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

Suuxitaanada guud

Tani waa daawo taas oo siineysa xaalad hurdo-qoto-dheer. Waxay muhiim u tahay qalliinnada iyo niddaamyada qaar. Waxaad tahay qof miir-la' aan ah oo aan waxba dareemeynin. Dawooyinka loogu talagalay suuxinta guud waxaa badanaa la iska siiyaa xididka ama waxaa loo qaataa sida neef--qaadashada hawo ahaan, ama labadaba oo la isku daray.

Xannibaaha neerfaha

Kani waa cirbad suuxdinta maxaliga ah oo u dhow neerfayaasha lugtaada tagaya. Suuxiyahaaga ayaa laga yaabaa inuu isticmaalo rajataada si uu kaaga caawiyo aqoonsiga neerfaha. Qayb ka mid ah lugtaada waa inay ahaato mid kabuubyo ah oo xanuun la' aan ah muddo saacado ah, taas oo yareynaysa baahida loo qabo dilayaasha xanuunka adag ka dib qalliinka. Waxay kuxirantahay nooca xannibaaha neerfaha, waxaa suurtagal ah in aadan dhaqaajin karin lugtaada waqtigan.

Qalliinka laguma sameyn karo xannibaaha neerfaha oo keliya. Waxaad u baahan doontaa laf-dhabarka ama suuxdinta guud sidoo kale. Fadlan arag waraqdayada yar oo shiran **xanibaha neerfaha** ama macluumaad dheeraad ah oo ku qoran luuqaddo kala duwan halkan: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

soo dhex galid nabarrada

Kani waa cirbad lagu duraayo suuxdinta maxaliga ah , iyo mararka qaarkood daawo xanuun joojiye kale, oo ku wareegsan wadajirka lagu qalayo. Waxaa siiya dhakhtarka qalliinka inta lagu jiro hoowlgalka. Waa laga siini karan laf dhabarka ama suuxinta guud si ay kaaga dhigto mid raaxo leh qallitaanka ka dib. Mararka qaar tubo yar oo balaastiga ah ayaa looga tagaaya laabatooyinka si loo buuxiyo duritaanka.

Waxay ku siineysaa inay xanuunka kaa dhibciso, iyada oo aan saameyn ku yeelaneyn muruqyada lugta. Xanuun babyaha waa isbeddelayaa, laakiin waxaad awoodi kartaa inaad ka dhakhso badan tahay haddii aad leedahay neerfaha xaddiban.

Hurdeyn

Hurdeynta waxaa badanaa loo isticmaalaa suuxdinta laf-dhabarka si ay kaaga dhigto mid deggan oo hurdo leh inta lagu jiro qaliinka. Dejinta waxay noqon kartaa mid fudud ama qoto-dheer waxaana laga yaabaa inad xasuusato wax kasto, waxyaabaha qaar ama aadan xasuusan waxbo kadib Dejinta.

Wax badan oo ku saabsan suuxinta waxaad ka akhrisan kartaa buug-yarehayaga

Suuxdin ayaa sharraxay kaas oo lagu heli karo luuqado kala duwan halkan:

www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

Go'aaminta ikhtiyarka adiga kugu habboon

Takhtarka suuxinta ayaa kaala hadli doona fursadaha kala duwan iyo midka adiga kugu habboon iyadoo lagu saleynaayo khatartaada, caafimaadkaaga iyo nooca qalliinka aad samaynayso.

Go'aan qaadasho la isla wadaago

Xarunta Daryeelka Qaliinka waxay soo saartay filmaan si ay kuugu sharaxdo waxa ay tahay go'aan qaadashada la isla wadaago. Waxaad ka fiirin kartaa halkaan:

www.cpoc.org.uk/shared-goan-gararis

Go'aan garista layisla wadaago waxay hubisaa in shakhsiyadka la taageero si ay u gaaraan go'aamo iyaga ku habboon. Waa hab wada shaqeyneed oo uu takhtarku ku taageero bukanka si uu go'aan oga gaadho daawaynta.

Wada sheekeysigu wuu isku keenaa:

- khibrada dhakhtarka, sida fursadaha daawaynta, caddaynta, halista iyo faa'iidooyinka
- waxa uu bukaanku si fiican u garanayo: dokhooda, durufahooda gaarka ah, yolalka, dhaqankooda 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'iidayso wada-hadalladaada aad la yeelato takhtarkaaga suuxinta ama qiimaynta qalinku ka hor:

Doorashada saxda ah Wisely UK BRAN framework

U isticmaal tan xasuusin ahaan si aad u weydiiso su'aalo ku saabsan daweynta.

https://bit.ly/CWUK_leaflet

waydii waxda caafimaadka ee NHS seddex su'aalood

Waxay siindoontaa xolashooyin badan oo ku saabsan daryeelkaga caafimaad.

https://bit.ly/NHS_A3Qs

Xarunta Daryeelka Qalliinka Ka Hor (CPOC)

CPOC waxay soo saartay filman si ay kuugu sharaxdo waxa ay tahay go'aan qaadashada la isla wadaago.

www.cpo.org.uk/shared-decision-making

Su'aalaha aad jeclaan laheyd in aad weydiiso

Haddii aad hayso su'aalo ku saabsan suuxintaada, qor (waxaad isticmaali kartaa tuusaloooyinka hoose kadibna ku darso su'aalahaahga meesha bannaan ee ayaga ka hoose). Haddii aad rabto inaad la hadasho dhakhtarkaaga suuxinta kahor maalinta qalliinkaaga, la xiriir kooxda qiimaynta qalliinka ka hor kuwaas oo kuu diyaarin doona inaad taleefanka kula hadasho suuxiyaha ama aad ku aragtid xarunta caafimaadka.

- 1. Waa noocma daawada suuxinta ee igu wanaagsan waana sababma?**
- 2. Wax halis ah oo gaar ah miyay ii leedahay aniga?**
- 3. Maxaan sameyn karaa si aan u wanaajiyo caafimaadkayga qalliinka ka hor?**

Khataha ka imaan kara suuxinta

Suuxinta casriga ah aad bay ammaan u tahay. Waxaa jira wax yeelooyin yar oo inta badan ka imaada daawooyinka suuxinta ama qalabka loo adeegsado, kuwaas oo badanaa ahayn wax aad u daran ama waara. Shaqsiyaadku way ku kala duwanaan doonaan halistu waxayna ku xirnaan doontaa qaabka iyo farsamada loo isticmaalo.

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

Haddii aad rabto inaad akhrido faahfaahin badan oo ku saabsan halista la xidhiidha daawooyinka suuxinta, waxaa macluumaad badan kuugu diyaarsan dhawr luuqaadood halkan: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

Qalliinkaaga Ka hor

Rugta caafimaad ee qiimeynta qalliinka ka hor

Cisbitaalada badankood waxaa ay kugu casuumayaan inaad xaadirto Qiimeynta Caafimaad ee Qalliinka ka hor si ay u ogaadaan caafimaadkaga guud iyo heerka dhaqdhaqaaqagu yahay.

Fadlan soo qaad liiska daawooyinka aad qaadanayso ama soo qaad daawooyinkaaga oo ku jira baakaddooda oo dhamaystiran.

Waxaa wax lagaa weydiin doona caafimaadkaga guud iyo dhaqdhaqaaqaga iyo xanuunadi hada ka hor kugu dhacay, qalliinada iyo suuxdinti aad hada ka hor gashay. Waxaa sidoo kale wax lagaa weydiin doonaa xasaasiyad haddi aad leedahay.

Qalliinka aad galaysid awgiis, Shaqalaha ayaa qiimeyn doona caafimaadkaaga oo dalban doona dhamaan baaritaanada aad u baahan tahay sida baaritanada dhiiga ama ECG (Dhaqdhaqaaqa Wadnaha) si ay u ogaadaan sida wanaagsan ee wadnahaagu u shaqeeyo. Baaritaanada dhiiga ayaa ku jiri kara baarista heerkaaga macdanta birta iyo in lagu qoro macdanta birta haddii loo baahdo. Tani waxay gacan ka gaysan doonta hoos u dhigida dhiig shubida inta qalliinka lagu jiro.

Shaqaaluhu sido kale waxay kaala hadli doonaan nuucyada suuxdinta ee qalliinkaaga. Sido kale, waxaa laga yaaba inaad la kulanto xirfadlaha ku takhsuusay suuxdinta si aad uga wada hadashaan caafimaadkaga si faahfaahsan iyo xulashada suuxdintaada. Waxay kuuso jeedin karaan hal ikhtiyaar oo gaar ah oo daawada suuxinta ah haddii aad leedahay xaalado caafimaad oo gaar ah.

Haddii aad leedahay dhibaatooyin caafimaad oo balaadhan ama socod xadidan oo aan ku xidhnayn isgoysyadaada, waxaad halis sare ugu jiri kartaa wax ka yimaada daawada suuxinta iyo ama qalliinka. Waxaa laga yaaba inaad u baahato wakhti dheeri ah si aad uga fikirto in qalliinka lasi wado iyo in kale iyo inaad kala tashato qoyskaaga ama daryeelayaasha.

Isu diyaarinta qalliinka

Bukaannada firfircoon ee awood u leh inay sare u qaadaan heerarkooda caafimaad iyo dhaqdhaqaaq waxay si dhakhso ah uga soo kabtaan qalliinka.

Waxaa jira waxyaabo badan oo aad sameyn kartid si aad naftaada ugu diyaarisid qalliinka. Xitaa isbeddellada yaryar waxay sameyn karaan farqi weyn. Waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad kordhiso heerarkaaga dhaqdhaqaaqa jidhka oo aad hagaajiso cuntadaada. Haddii aad cabto ama aad sigaar cabto, waa inaad ka fikirtaa inaad iska jarto ama aad joojiso.

Haddii aad qabto dhibaato caafimaad oo soo jireen ah, kala tasho dhakhtarkaaga haddii ay jiraan wax aad samayn karto si aad u hagaajisid qalliinka ka hor.

Ilaheena **Firfircoon Kabasho Degdega** waxey ku siin doonaan macluumaadka aad ugu baahan tahay si aad u noqoto mid firfircoon oo si fiican ugu diyaargarooma qalliinka. Fadlan eeg websaydhkeena wixii macluumaad dheeraada kuwaaso kuugu diyaara luuqado kala duwan halkan: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

Barnaamijyada xanaanaynta hore

Haddii aad qorshaysay qalliinka sita ama jilibka cisbitaalkaaga ayaa ku siin kara barnaamijyo kala gedisan si ay kaaga caawiyaan inaad firfircooni u yeelato qalliinkaaga, loo dedejiyo soo kabashadaada oo cisbitaalka uga baxdo xili hore. Halkan hoose waa qaar ka mida tusaalayaasha barnaamijyada xanaanada hore. Weydii dhakhtarkaaga qalliinka ama baarista qalliinka ka hor in cisbitaalkaagu bixiyo barnaamijyadan,.

Dugsiyada sinta iyo jilibka (isgoyska)

Cisbitaalo badan ayaa bixiyaa kalfadhiyo macluumaad kuwaas oo aad ka qaybgali karto ka hor qalliinkaaga. Kuwan ayaa loo yaqaana "Dugsiyada Isgoyska". Ujeedaddoodu waa inay bukaanka ka wacyigaliyaan talaabooyinka kala duwan ee safarka qalliinkooda, laga bilaabo diyaargarowga cisbitaal gelista ilaa soo kabashada guriga. waxaad sido kale weydiin karta su'aal kasta oo aad qabto oo ku saabsan nidaamka qalliinka iyo suuxinta.

Barnaamijka Soo Kabashada Xoogan

Soo kabashada la xoojiyey waa magaca loo bixiyey barnaamij ujeedadiisu tahay in lagugu soo celiyo caafimaadkaagii caadiga ahaa sida ugu dhakhsaha badan ee suurtoogalka ah ka dib qalliin weyn. Shaqaalaha cisbitaalku waxay eegaan dhammaan caddaynta waxa adiga iyo ay iyagu ay samayn karaan ka hor, inta lagu jiro iyo ka dib qalliinkaaga si ay kaaga caawiyaan inay ku siiyaan fursadaha ugu fiican ee soo kabasho degdeg ah oo buuxa.

Barnaamijyadu way kala duwanaa doonaan waxayna ku xidhan tahay qalliinka lagugu samaynayo iyo cisbitaalka lagugu dawaynayo, laakiin waxa ku jiri kara:

- hagaajinta heerarka firfircoonida jidheer ka hor qalliinkaaga haddii ay jirto waqti ku filan
- daaweynta xaalad kasta oo kale oo caafimaad oo waqti dheer
- yaraynta wakhtiga aad soomayso adiga oo ku siinaya cabitaano biyo iyo karbohaydrayt ka hor qalliinka
- ku siinaya daawo si xanuun looga hortagto qalliinka ka dib
- iyadoo la fixgelinayo ku siinaya xanuunka ugu fiican ka dib si aad dhaqso ugu dhaqaaqdougu fiican ee xanuunka dhimista inta lagu jiro qalliinka

- iyadoo la isticmaalayo baloogyada suuxinta maxaliga ah ama suuxinta meesha halkii suurtagal ah
- ku siinaya daawada ugu fiican ee xanuun joojinta ka dib si aad dhaqso ugu dhaqaaqdo
- kugu dhiirigelinaya inaad Cabto, Cunto oo aad Socoto 24 saacadood gudahood ee qaliinka (DrEaMing)
- yaraynta wakhtiga aad leedahay kateetarka iyo dhibicyada
- ku baraya jimicsiyo kaa caawinaya inaad bogsato qaliinka kadib.

Maalinta qalliinkaaga

Cisbitaalka waa inuu ku siiyaa tilmaamo cad oo ku saabsan joojinta cunista iyo cabitaanka. Tilmaamahaani waa muhiim. Haddii cunto ama dareere ku jiraan calooshaada inta lagu guda jiro suuxdinta, waxay ku soo bixi kartaa dhuuntaada iyo sambabkaaga. Tani waxay khatar gelin kartaa noloshaada. Hase yeeshe, waxaa lagu ogolaan doonaa inaad kabato dareerayaal laba saacadood ka hor qalliinka.

Hadaad leedahay macaan fadlan ka hubi cisbitaalkaaga wixii ku saabsan goorta la cuno iyo wax la cabbo iyo nooca dawada macaanka aad qaadata maalinta qalliinkaaga.

Haddii aanad joojin sigaar cabida si qayb ka ah u diyaar garowga qaliinka, waa inaanad sigaar cabin haba yaraate maalinta qalliinkaaga. Sidoo kale waa inaanad qiijin aaladaha tubaakada.

Hadaad daawo qaadanaysid, waxaad u baahan doontaa tilmaamo gaar ah oo ka imanaya kooxda qiimaynta ka hor oo ku saabsan mida ay tahay inaad qaadata maalintaas. Kabasho biyo ah waad qaadan kartaa si aad u qaadatid kiniin kasta sida loogu baahdo.

Haddii aad qaadatid wax 'daawooyinka dhiig khafiifiya' sida warfarin, clopidogrel ama rivaroxaban, waxaad u baahan doontaa inaad kala hadasho la-taliyahaaga goorta aad joojinayso qaadashadooda. Si kastaba ha noqotee, waxaa jiri kara khataro haddii aad joojiso qaadashada daawooyinkan waxaana laga yaabaa in lagu qoro mid kale.

Haddii aad dareento inaanad fiicnayn markii lagu wado inaad cisbitaalka timaaddo, fadlan wac waadhka caafimaadka si aad talo uga hesho.

La kulanka dhakhtarka suuxiyaha

Waxaad la kulmi kartaa dhakhtarka suuxdinta ee rugta caafimaadka ee qiimeynta ka hor. Haddii kale, waxaad kula kulmi doontaa dhakhtarka suuxdinta ee isbitaalka maalinta qalliinkaaga. Waxay ka wadhadli doonaan nooca suuxinta ee aad yeelan

karto, oo ay ku jiraan faa'iidooyinka, halista iyo dookhyadaada, waxaadna si wadajir ah u go'aansan doontaan suuxinta adiga kuu fiican. Waxa aad sidoo kale la kulmi kartaa xirfadlayaal daryeelka caafimaadka ee aadka loo tababaray. Waxaad ka akhrisan kartaa wax badan oo ku saabsan kaalintooda iyo kooxda suuxinta boggeena: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/anaesthesia-team

Haysashada 'pre-med' (daawayn hore)

Daawaynta hore (a 'pre-med') ayaa mararka qaar la bixiyaa ka hor qaar kamid ah dawooyinka suuxinta. Pre-meds waa jirkaaga u diyaariyaan qalliinka - waxay bilaabi karaan joojinta xanuunka, yareynta aashitada caloosha ama kaa caawin doonaan inaad istareexo.

marka lagu soo waco qalniinkaaga

- Xubin shaqaale ah ayaa kuu socon doona tiyaatarka qalliinka.
- Badanaa waad xiran kartaa muraayadaha indhaha, qalabka gargaarka maqalka iyo ilkaha macmalka ah ilaa aad joogto qolka lagugu siinayo daawada suuxinta. Waad awoodi kartaa inaad sii haysato haddii aan laguu siinayn suuxinta guud.
- Haddii lagu siinayo suuxinayso maxalli ama meesha, waxaad awoodi kartaa inaad qaadato qalab elektaroonig ah oo aad iska leedahay, oo leh sameecado dhegaha si aad u dhegeysato muusig (ka hubi kalkaalisadaada ka hor).
- Waad u lugeyn kartaa tiyaatarka qalliinka, oo uu ku weheliyo xubin shaqaalaha ka mid ah, ama waxaad ku tagi kartaa gaariga curyaanka ama sariirta ama gaariga. Haddii aad socotid, waxaad caadi ahaan xiran kartaa goonnadaada lebiska iyo dacaskaaga.

Hubinta joogtada ah ayaa la samayn doonaa marka aad imaado waaxda qalniinka, kahor intaanu bilaabmin qalniinka. Waxaa lagu waydiin doonaa magacaada, dhalashadaada, qalniinka aad leedahay, inuu yahay dhinaca bidix ama dhinaca midig ee jidhkaaga, Marka kuugu dambaysay oo aad wax cunto ama cabto hadii aad qabto wax xasaasiyad ah. Hubinadani waa kuwo ka caadi dhamaan cisbitaalada waana qayb muhiim ka ah nidaamka badqabka.

Bilaabida suuxinta

Suuxintaada waxay kubilaami kartaa qolka suuxinta ama qolka qalniinka . Suuxiyahaaga wuxuu la shaqayn doonaa caawiye tababaran. Dhakhtarka suuxinta ama kaaliyaha ayaa kugu xiri doona makiinado cabbiraya garaaca wadnahaaga, cadaadiska dhiiggaaga iyo heerarka oksijiinta.

Kaanoole, tuubo caag ah oo dhuuban, ayaa la gelin doonaa xidid dhiig oo ku yaal dhabarka gacanta ama cududda. Tan waxaa loo isticmaali doonaa in lagugu siiyo daawada suuxinta iyo dawooyinka kale ee loo baahan yahay inta lagu jiro iyo ka dib

qalliinka. Haddii aad ka welwelsan tahay in kaanoole la geliyo, waxaa laga yaabaa in lagu siiyo suuxin maxali ah oo ka sameysan kareem suuxin si meesha loo kabuubiyo.

Inta lagu jiro qalliinka

Dhakhtarka suuxinta ayaa kula joogaya qalliinka oo dhan wuxuuna si dhow ula socon doonaa xaaladdaada, isaga oo nidaamin doona suuxdinta sida loogu baahan yahay. Haddii aad soo jeedo ama aad suuxin qaadanayso, dhakhtarka suuxinta ayaa awoodi doona inuu kula hadlo si uu kuu qanciyo oo kaa caawiyo inaad nasato.

Dhiig shubid iyo bedel

Inta lagu jiro ama ka dib qalliinka, waxaad waayi kartaa dhiig badan.

Haddii loo baahdo, dhiig shubid ayaa loo isticmaali karaa in lagu beddelo dhiiggii kaa lumay.

Fadlan weydii dhakhtarkaaga qalliinka ama dhakhtarka suuxinta haddii aad rabto inaad wax badan ka ogaato dhiig ku shubista iyo wixii kale ee beddel u ah ee la heli karo. Waxaad sidoo kale ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah bogga internetka ee NHS: www.nhs.uk/conditions/blood-transfusion

Qalliinka ka dib

- Waxaa lagu geyn doonaa qolka raysashada, qayb gaar ah oo u dhow goobta qalliinka halkaas oo si dhow laguula socon doono marka aad ka soo kabato suuxinta.
- Waxaad daryeel mid-mid ah ka heli doontaa xirfadlaha daryeelka caafimaadka ee qolka soo-kabashada. Waxa jiri doona bukaan kale oo isla qolka ku jira.
- Heerka garaaca wadnahaaga, cadaadiska dhiiggaaga iyo heerarka oksijiinta si taxaddar leh ayaa loola socon doonaa. Waxaa badanaa lagugu siinayaa oksijiin iyadoo la adeegsanayo maaskarada wejiga oo balaastik ah oo fudud.
- Waxaa lagugu xidhi kara tuunbo kaanoolaha si lagu siiyo dareerayaal.
- Haddii aad xanuun ama jirro leedahay, si dhakhso leh ayaa loo daaweyn doonaa.
- Waxaa lagu siin karaa wax aad cabto.
- Markay shaqaalaha qolka soo kabashada ku qancaan inaad ka soo bogsatay suuxdintaada waxaa laguugu celin doonaa waadhka.

Xanuun baabi'in

Suuxdinta sinta ama beddelka jilibka waxay badanaa diiradda saartaa yareynta xanuunka qalliinkaaga ka dib, laakiin xanuunku waa qayb caadi ah oo ka mid ah habka soo kabashada. Ujeedada xanuun joojinta qalliinka ka dib waa in xanuunka laga dhigo mid loo dulqaato oo lagu oggolaado inaad kici karto oo aad bilaabi karto

isticmaalka is goysyadaada cusub. Suurtagal maaha in gebi ahaanba xanuunka laga takhaluso oo heer xanuun ah waa in la fishaa.

Waa kuwan siyaabaha loo bixiyo xanuun joojiye:

Kiniinno, taableedh ama sharoobo la liqo

Tani waa habka ugu badan ee la isticmaalo ee xanuun joojinta ka dib bedelka sinta iyo jilibka. Waxaa laga yaabaa in lagu qoro xanuun joojiyaal ay ku jiraan daawooyinka loo yaqaan opioids ka dib qaliinka. Waa muhiim inaad yarayso kadibna joojiso dawooyinkan sida ugu dhaqsaha badan uguna suurtagalsan sii wadidda isticmaalkooda oo kuugu keeni kara khatar wayn.

Waxaad ka heli kartaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan daawooyinka opioids-ka bogga internetka ee Kulliyadda Daawada Xanuunka halkan:

www.fpm.ac.uk/opioids-aware/information-patients

Durista

Cirbadaha xididka ayaa leh saameyn degdeg ah. Cirbadaha lugaha ama muruqa badhida ayaa si tartiib ah u shaqeynaya. Dawooyin xanuun joojinta oo xoogan sida morphine, pethidine ama codeine ayaa la bixin karaa.

Aadida guriga iyo goorta ay tahay inaad caawimo dalbato

Sida dhakhsaha ee aad awoodo inaad guriga u tagto waxay ku xidhnaan doontaa sida dhakhdaha ah ee aad uga soo kabato qalliinka, xaaladaada caafimaad iyo nooca qalliinka iyo daawada suuxinta ee aad qaadatay. Bukaanaada qaar ayaa tagi kara guriga isla maalintaba cisbitaalada qaar, halka kuwa kale loo baahan karo inay cisbitaalka joogaan dhawr maalmood. Caadi ahaan waxaad awoodi doontaa inaad guriga tagto markaad bilowdo inaad cunto, cabto ama socoto. Kooxda daryeelka caafimaad ayaa sidoo kale doonaya inay hubiyaan in wixii xanuun ah la maareeyo oo ad kaadin karto intaanay ku fasixin.

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

Kahor inta aan 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 GPs-kada ama cisbitaalka lagugu qalay haddii:

- aad qabto xanuun daran ama xanuunkaagu uu kordho
- aad ku yeelato xanuun iyo barar meesha lagaa qalay
- aad dareento xanuun laabta ah ama neefsashada oo kugu adkaata
- aad qabto wax welwel ah oo aan lagugu sheegin faahfaahinta bixista ee cisbitaalku ku siiyay.

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

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 talooyin ah, fadlan iimaylkan ku soo dir:

patientinformation@rcoa.ac.uk

Kulliyadda Royal ee Dhakhaatiirta Suuxinta

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

rcoa.ac.uk

Daabacaadii lixaad, Juun 2023

Buug yarahan waxaa dib u eegis lagu samayn doonaa saddex sano kadib laga bilaabo taariikhda la daabacay.

© 2023 Kulliyadda Royal ee Dhakhaatiirta Suuxinta

Buug yarahan waxaa laga baxsan karaa nuqulo koobi ah waa hadii ay ujeedadu tahay in uu qofka bukaanka ahi uu ka helo waxii xog ah. waxii qoraal ah ama xog ah eed qorayso ama sheegayso eed buuga yaraha kasoo qaadatay Fadlan sheeg inaad isaga kasoo qaadatay. Haddii aad rabto inaad qayb ka mid ah buug-yarahaan aad ku dabacato qoraale kale, waa inaad heshaa ogolaansho waana inaad kasaartaa qoraalkaaga waxii magaca ama calaamado, astaanta iyo sawirro ah. Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan nala soo xiriir.