Rênefes û hinasedarîya di dema tevizandinê de

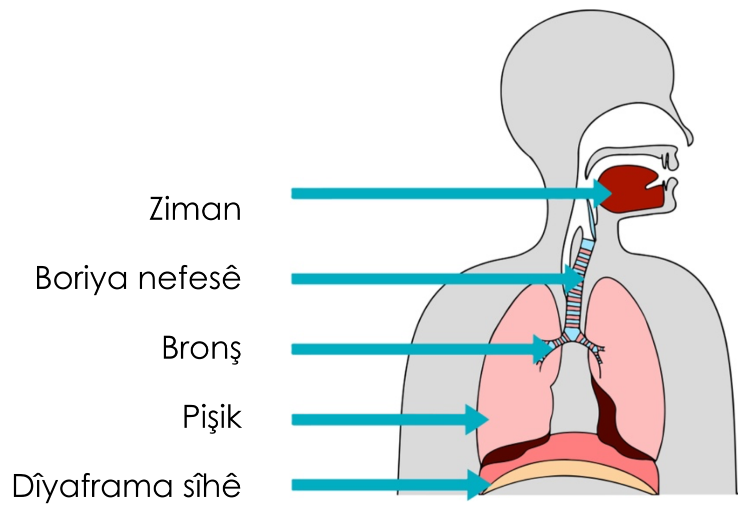
Ev belavok we rave dike ka çima û çawa bijîşka bencê rênefes û bêhnkişana we di dema benckirinê de birêve dibe.

Naverok

- Rênefesê çi ye.
- Çi hewce ye ku di dema niştergeriyê de rênefesa xwe birêve bibe.
- Çawa Beriya niştergerî rênefesa we tê nirxandin.
- Çawa di dema niştergeriyê de rênefesa we tê rêvebirin.
- Metirsî û biryargirtina hevpar.

Rênefes û bêhngirtina we

Gava ku hûn hinaseyê distînin, hewa dikeve poz û devê we û di qirika û larynxa (qutiya dengê) we re diherike xwarê di nav boriya nefesê da (lûla hewê) da ku bigihîje pişikên spî yên we. Temamiya van pêkhateyan bi gelemperî wekî 'rênefes' tê binavkirin. Laşê we oksîjena hewce dike ji vê hewayê digire.



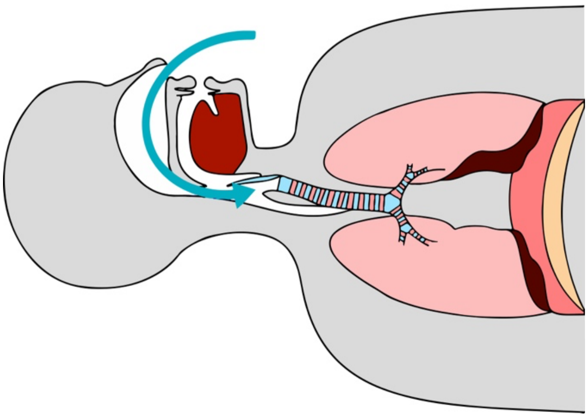
Danîna oksîjenê ji pişên we re di dema benckirinê de (rênefesa we birêve bibin)

Piştrastkirina ku oksîjen dikare bi rênefesa we û pişikên spiyê we biherike bidomîne, beşek girîng a hebûna benckira gelemperî ye. Bijîşkên bencê têne perwerde kirin ku rênefesa we binirxînin û bêhngirtina we di dema benckirinê de birêve bibin. Ew her weha berpirsiyar in ku di dema benckirê de li we binihêrin, û piştrast bikin ku hûn her gav ewle ne û bi rehetî şiyar bibin.

Di dema benckira gelemperî de, masûlkeyên laşê we rehet dibin, tevî yên li dora qirik û sînga we. Ev dikare bibe sedem ku rênefesa we were girtin an nefesa we bi sînor bibe. Ji bo ku herikandina oksîjenê ya li pişika we berdewam bike, bijîşka bencê ji bo ku rênefesa we vekirî bihêle dikare borriyekê têxe boriya nefesa we - ji vê ra borîkirina boriya nefesê tê gotin.

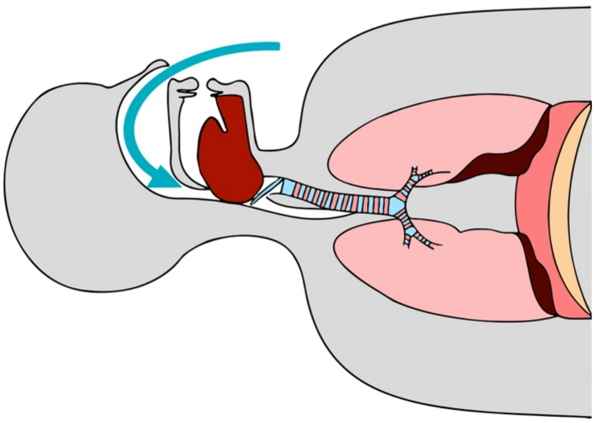
Rênefesa vekirî

Rêyek zelal heye ku oksîjen bikeve pişikê û karbondîoksîtê derkeve.



Rênefesa girtîî

Astengkirin nahêle oksîjen bi hêsanî derbasî pişikê spî bibe û karbondîoksîtê ji pişikê spî derkeve.



Piştî ku benckir hate dayîn û dema ku hûn razayî bin, ji bo ku hûn zanetî ji vê prosedurê nebin pratîkeke hevpar e ku borrî were bicihkirin.

Hin rewş hene ku ewletir e ku meriv 'borîkirina boriya nefesê ya a şîyar' hebe, beriya ku dermanên bencê werin dayîn borî di boriya nefesê we de tê danîn. Hûn dikarin bêtir agahdarî li ser **borîkirina boriya nefesê ya a şîyar** bistînin li: https://bit.ly/DAS-AwakeIntubation

Bijîşka bencê dê rêbaza ku ji bo we ewletir difikirin bi we ra nîqaş bike. Nexweş di xew da ye, di gelek rewşan da borîkirin tê kirin.

Ji bo bêtir agahdariya li ser benckirin bi gelemperî û bûjenên benckir ên cuda, hûn dikarin bixwazin belavoka me bixwînin: **Hûn û anestezîka we.** Ji kerema xwe ji bo agahîyên zêdetir, ku bi zimanên cuda berdest in li malpera me binêrin: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

Çawa Beriya niştergerî rênefesa we tê nirxandin

Pêdivî ye ku bijîşkên bencê we û rênefesa we binirxînin da ku ew bikarin riya herî ewledar ji bo birêvebirina benckira we plan bikin. Ew dê der barê her rewşên bijîjkî yên têkildar û benckirên berê yên ku dibe ku we kiribe da hin pirsên giştî ji we bipirsin. Ew dê kontrol bikin bê ka rewşên we hene ku hûn nikarin stûyê xwe bi serbestî bar bikin an na. Ew ê her weha kontrol bikin ka gelo pirsgirêkên we di vekirina devê xwe de bi tevahî, pirsgirêkên bi dakişana asîdê an karek girîng a diranan re hene. Heke di rênefesê yan stûyê we de mezinbûn an werimînek hebe, bijîşka bencê di çarçoveya nirxandina xwe da dê li ultrasoneka têkildar an jî temografîya têkildar (tomografiya hesabkirî) binêre.

Anestazîker dê ji we bipirse ku hûn çend testên hêsan bikin ku hûn bizanin:

- Ka hûn dikarin devê xwe firehî vekin û heke ew dikarin bi hêsanî pişta qirika we bibînin
- çawa çeneya we diherike û ji we dipirse ku çeneya xwe ya jêrîn bihejînînn lêva xweya jorîn biçînin
- gelo hûn dikarin stûyê xwe di nav rêzek tevger û temrînên hêsan de bilivînin.

Carinan, dibe ku bi kamerayeke biçûk a nerm li pozê we bigerin- ev prosedureke bê êş e.

Heke beriya niha ji we re behsa zehmetîyên di warê birêvebirina rêyên hewayî û bêhngirtina we de hatibe kirin, girîng e ku hûn bijîşka bencê agahdar bikin. Dibe ku pêdivî be ku bijîşka bencê li her tomarên bûjenên benckirên we yên berê binêre heke ew hebin.

Berî ku benckira gelemperî dest pê bike, an bi rûpoşa rûyê plastîk an jî bi tûpên plastîk ên nerm ên ku di nav deqên pozên we da hatine bicihkirin, dê ji we were xwestin ku oksîjenê bistîne. Ev, miqdara oksîjenê ya di pişa spî ya we da zêde dike.

Lê heke di birêvebirina rêya hewayê min da zehmetî hebin?

Heke rêya weya hewayê ji bo bûjenên benckirên pêşerojê hewceyê rêveberiyek taybetî be, bijîşka bencê dikare (bi razîbûna we) hûrguliyên we têxe Databasa Rêya Dijwar.

Ji bo ku hûn Karta Hişyariyê ya Rê ya Hewaya Zehmetkêş saz bikin ku divê hûn bi xwe re ji bo randevûyên nexweşxaneyê yên pêşerojê bigirin. Her weha kêrhatî ye ku hûn vê qertê nîşanî Bijîşkê Giştiya xwe da ku ew agahdariya li ser tomarên we kontrol bikin.

Hûrguliyên di derbarê Karta Hişyariyê ya Rêya Hewaya Zehmetkêş r de li ser malpera DAS-ê têne dîtin:
www.das.uk.com/aac/patient_information

Metirsî û biryargirtina hevpar

Bûjenên benckirê nûjen pir ewledar in. Hin bandorên alî yên hevpar ên ji benckir an alavên ku têne bikar anîn hene, tevî amûrên ku ji bo birêvebirina riya hewaya we têne bikar anîn. Ev bi gelemperî ne ciddî ne an jî dirêj in.

Ji kerema xwe li ser malpera me, ya ku bi zimanên cihêreng li vir berdest e, li ser metirsiyên bi benckirinê re têkildar in bêtir hûrguliyan bixwînin:
www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

Metirsî yên cidî tir hene ku bi rêvebirina rêya hewayê ya nexweşan re têkildar in, tevî ku ev ne asayî, kêm an jî pir kêm in. Lêkolînek mezin a li ser pirsgirêkên rêveberiya rêyên hewayê diyar kir ku ji her 22,000 benckira gelemperî yek tevliheviyek mezin a hewayê pêk tê. Ev li bajarekî biçûk wekheviya yek kesî ye.

Lê belê,metirsiyên we yên taybet dê girêdayî rewşa we ya fîzîkî û cureya neştergerîya we be. Bijîşka bencê we dê bi we re metirsiyên ku ew bawer dikin ku ji bo we girîngtir in nîqaş bikin.

Pirsgirêkên têkildarî birêvebirina rêyên hewayî yên nexweşan ev in.

Têkçûna borîkirina hinasedanê

Carinan dibe ku di destpêkê de bijîşka bencê zehmet bibîne an jî ne gengaz be ku boriyê bixe nav boriya nefesê we. Ev wekî 'borîkirin têkçûyî' tê zanîn. Heke ev çêbibe dibe ku pêwîst be ku bijîşka bencê dikare biryar bide ka we şiyar bike û niştergerîya we paşde bixe. Wekî din, ew dikarin biryar bidin ku rêbazek cûda ji cûrbecûr teknîkên rêya hewayê yên berdest bikar bînin. Têkçûna borîkirinê ne asayî ye, lê di jinên ku di rewşeka awarte da ducanî ne û ji bo nexweşên ku benckira gelemperî neştergerîya lezgîn dixwazin zêdetir e.

Dilxwazî

Di hin demên hindik de, dibe ku tevliheviyên ciddî ji ber pirsgirêkên bi riya hewayê ya nexweş re çêbibin. Ev yek dibe sedem ku naverokên mîdeyê bikevin pişa spî û bi asîmîleyê tê zanîn.

Pir kêm caran, pirsgirêkên giran ên rêyên hewayê dibe ku dikarin bibin pejirandinek neçaverêkirî ya lênêrîna siftî, zirara mêjî an mirinê.

Hûn dikarin çi bikin ku metirsiya xwe kêm bikin

Fîtnes û şêwaza jiyanê

Nexweşên liserxwe, yên ku dikarin tenduristî û şêwaza jiyana xwe baştir bikin ji niştergerî zûtir û bi pirsgirêkên hindiktir xelas dibin.

Gelek tişt hene ku hûn dikarin bikin da ku hûn xwe ji bo niştergerîyê amade bikin. Guhertinên piçûk jî dikarin cûdahiyeke mezin çêbikin. Dibe ku hûn bixwazin asta çalakîya laşê xwe zêde bikin û parêza xwe baştir bikin. Heke hûn araqê(alkol) vedixwin an cixareyê dikişînin, divê hûn li ser kêmkirina wan an bi temamî devjêberdana wan bifikirin.

Heke pirsgirêkeke we ya bijîşkî ya demdirêj hebe, dibe ku fikrek baş be ku hûn bi bijîşkê xwe yê giştî (GP) re danûstandinan bikin ka gelo tiştek heye ku hûn dikarin bikin da ku wê berî neştergerîy baş bikin..

Heke hûn qelew in an jî qelew bin, ev dikareji bo bijîşka bencê ku rêya hewaya we bi rê ve bibe dijwartir bike û dibe ku hûn bixwazin berî ya neştergerîyê giranîya xwe winda bikin.

Çavkanîyên me yên **Saxtir Baştir Zûtir** dê agahiyên ku hûn hewce ne da ku hûn xwe ji bo niştergerîya xwe çêtir amade bikin dabîb bike. Ji kerema xwe ji bo agahîyên zêdetir, ku bi zimanên cuda berdest in li malpera me binêrin:
www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

Diran

Pir girîng e ku hûn ji bijîşka bencê re li ser her xebata girîng a diranan an zirara diranên xwe bibêjin. Dibe ku hûn bixwazin serdana bijîşkê diranan li pêşiya neştergerîya xwe bifikirin.

Rojîgirtin û berî-dermankirinê

Girîng e ku berîya benckira xwe hûn dê kengî dev ji xwarin û vexwarinê berdin, bi baldarî li pey rênimayîyan bin. Ev bi piranî şeş saet berîya niştergerîya ji bo xwarinê û du saetan jî ji bo şileyên zelal e. Heke ji bo refluksa asîdê dermanek ji we re hatî nivîsandin, ji bo kêmkirina rîska asîmanê girîng e ku hûn vê bigirin.

Rawestana hinasedanê di dema xewê de

Heke we aponea xewê ya astengdar hebe, hûn bêtir di metirsiya pirsgirêkên rêyên hewayê de ne. Piştî neştergerîyê dibe ku hûn şevekê bimînin û piştî benckirina xwe hûn dê ji nêz ve werin şopandin. Heke mekîneyek we ya CPAP (domdar a erênî ya rêyên hewayê) hebe, divê hûn wê bi xwe re bibin.

Rih/porê rû

Bijîşka bencê ji bo oksîjenê peyda bike pêwîstî bi maskeyeke nêzî rû heye. Simbêlên stûr, li gor pêdivîyê dikarin pêşî li îstîkrara van bigirin. Bijîşka bencê we dê bi te ra biaxive heke hûn bifikirin metirsî heye ku rûpoşe bi rêk û pêk nexebite û vebijêrk çi ne.

Şêwazên poran/dirêjkirinên porê

Pêdivî ye ku bijîşka bencê bikaribe stûyê we bi serbestî bimeşîne da ku bi ewle bigihîje riya hewaya we. Berîya bikaranîna benckiran, tê pêşnîyazkirin ku mîqdareke mezin ya dirêjkirina poran were rakirin, ji ber ku ev dikarin tevgera di stûyê xwe da sînordar bikin.

Biryargirtina hevpar

Biryargirtina hevpar piştrast dike ku mirov têne piştgirî kirin da ku biryarên ku ji bo wan rast in werbigirin. Ew pêvajoyek hevkariyê ye ku bi navgîniya wê bijîşkek piştgiriyê dide nexweşekî da ku ji bo dermankirina xwe bigihîje biryarekê.

Di axaftinê de van xalan tên destnîşankirin:

- pisporîya karmendê tenduritiyê yê klînîkê, wekî vebijêrkên dermankirinê, delîl, metirsî, û sûd
- tiştên ku nexweş baştir dizanin: tercîhên wan, şert û mercên kesane, armanc, nirx û bawerîyên wan.

Agahîyên zêdetir li vir bibîne: www.england.nhs.uk/personalisedcare/shared-decision-making

Li vir hin amûr hene ku tu hûn dikarin bikar bînin da ku hûn bi baştirîn şêwe sûdê ji nîqaşên bi bijîşka bencê an xebatkarên nirxandina emeliyatê re werbigirin:

Hilbijartina çarçoveya Wisely UK BRAN

Vê yekê wekî bibîrxistinekê bi kar bîne da ku tu li ser dermankirinê pirsan bipirsî.
https://bit.ly/CWUK_leaflet

NHS sê pirsan dipirse

Dibe ku di derbarê çavdêriya tenduristîya te hilbijartin hebin.
https://bit.ly/NHS_A3Qs

Navenda Çavdêriya Pêş-neştergeriyê (CPOC)

CPOC anîmasyonekê hilberandîye da ku biryargirtina hevpar rave bike.
www.cpoc.org.uk/shared-decision-making

Pirsên ku dibe ku hûn bixwazin bipirsin

Heger pirsên we derbarê benckirê hebin, wan binivîsin (hûn dikarin mînakên jêrîn bikar bînin û yên xwe li cîhê li jêr zêde bikin). Heke hûn dixwazî berî roja niştergerîya xwe bi bijîşkeka bencê kî re bipeyivî, bi tîmê nirxandina berî niştergerîyê re têkilî daynin da ku ew jî bikaribin derfetê axaftina li gel bijîşkeka bencê bi rêya telefonê an jî dîtina wan li kilînîkekê ji peyda bikin.

1 Pirsgirêkên riya hewayê min hene?

2 Metirsîyên min yên taybet hene?

3 ...

4 ...

5 ...

Destjêkişandin

Em gelek hewl didin da ku agahiya li vê namilkeyê durist lidar bixin û nûvejen bikin, lê em nikarin li vê ewlehî bikin. Em guman nakin ku ev agahîya gelemper bibe bersivên hemû pirsên we yên gengaz an jî bibe çareserîya her tiştên ji bo we girîng. Bi riya bikaranîna vê namilkeya ku wek pêşber, divê hûn bi tîma bijîjkî ra li ser bijarîyên û metirsîyên xwe bikevin niqaşê. Divê ev namilkeya xwe bi xwe wek şêwirek neyê bidesthilgirtin. Ev ji bo armancek bazarî an jî karî nayê bikaranîn. Ji bo redandina berpisrîyarîyê, ji kerema xwe ra li vir bitîkînin (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/kurmanji).

Hemû wergeran ji alî wergervanên ji civaka Translators Without Borders (Wergervanên Bêsînor) tên çêkirin. Çawanîya van wergeran ji bo duristîya van heta ji dest tê tên venihartin, lê xetere heye ku hin agahîyan nedurist bin û çewt hatibin wergerandin.

Ji me re bêje ka tu çi difikirî

Ger şîroveyên te hebin, ji kerema xwe wan ji vê e-mailê re bişîne : patientinformation@rcoa.ac.uk

Royal College of Anaesthesists
Churchill House, 35 Red Lion Square, London WC1R 4SG
020 7092 1500

www.rcoa.ac.uk

Çapa Duyemîn, Cotmeh a 2023
Ev belavok dê di nav sê salên piştî roja weşanê de were nirxandin.

© 2023 Royal College of Anaesthesists
Dibe ku ev belavok ji bo çêkirina bûjena agahiya nexweşê were kopîkirin. Ji kerema xwe, çavkanîya orîjînal binivîse. Heke tu dixwazî beşek ji vê belavokê di weşaneke din de bikar bînî, divê destûreke guncaw were dayîn û logo, marka û wêne werin rakirin. Ji bo agahîyên zêdetir, ji kerema xwe bi me re têkilîyê danin.