Royal College of Anaesthetists

Suuxdin – khataraha iyo saamaynta xun

Caabuqa xabadka

Ku saabsan warqadaan

Warqadani waxay ku saabsan tahay khatarta qaadida caabuqa xabadka kadib suuxdinta guud. Tani waa saamaynta xun ee aad dareemi karto haddii aad gasho suuxdin guud. Warqadani Waxay sharxaysaa sababaha keena caaquba xabadaka iyo waxa laga qaban karo.

Suuxdinta guud waa dawooyin keena hurdo qoto dheer oo la mid ah mida dhabta ah. Waxay muhiim u tahay qalliinnada iyo niddaamyada qaar. Inta lagu jiro suuxdinta guud, waad miyir la'dahay oo waxba ma dareemaysid.

Waxaad website-keena ka akhrisan kartaa noocyada kala duwan ee suuxdinta, kuwaas oo looga heli karo luuqado kala duwan halkan:
www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages.

Waa maxay caabuqa xabadka ku dhaca, maxaase sababa qallinka kadib?

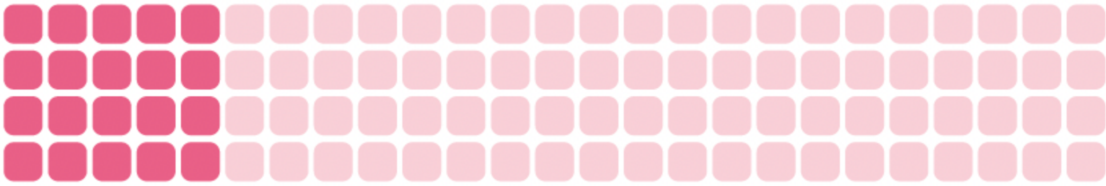
- Qufacu wuxuu xaakada kasoo saara sambabadaada. Xaakadu waa xabka ku jira sambabadaada iyo laabtaada.
- Suuxdinta guud waxay saameyn kartaa sida xaakadu uga soo baxdo sambabadaada.
- Qaliimada qarkood waxay ka dhigaan qufaca mid xanuun leh ama adag.
- Haddii aadan si fudud u quficin xaakadana iskaga soo saarin,waxay si fudud ugu ururi kartaa sambabadaada waxaana dhalan kara caabuq. Tusaale ahaan, oof wareenku waa nooc kamid ah cabuqa xabadka.

Waa sidee suurtagalnimada ay ku dhici karto?

Waxaad u nugushahay inad qaaddo caabuqa xabadka,waxaadna ubaahan karta daryeel dheeraad ah, haddii:

- aad qabto xanuun mudo dheer socday ama aad si xun u bukootay ka hor qalliin-kaaga
- ay adagtahay inaad si fiican u qufacdo qalliinka kadib,tusaale ahaan,haddii caloosha lagaa qalo ama aadan dhaqdhaqaaq badan samayn karin.
- aad sigaar yacab tahay.

Boqolkii qof ee kasta ee leh khatarahaas



2 ilaa 20 ayaa qaaday caabuqa **80 ilaa 98-na** ma qaadin

Lamabaradaani waxay ka imaadeen cilmi baarisyo. Waxaad website-keena ka eegi kartaa halka aan ka soo xiganay lambaradeena: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/evidence.

Maxaa dhacaya haddii aan qaado caabuqa xabadka?

Kooxda ku daryeelaysa ayaa samayn doonta baaritaano si loo ogaado haddii aad qabto caabuqa xabadka iyo waxa kugu sababaya.

- Waxaa adkaan doonta inaad neefsato haddii aad qabto caabuqa xabadka. Kooxda ku daryeelaysa ayaa kaa caawin doonta haddii arrintan kugu dhacdo. Tusaale ahaan,waxay ku siin karaan ogsijiinta(oxygen) maaskarada laga qaato.
- Waxaa laga yaabaa inaad dareento xanuun laabta ama dabarka ah aadna daasho.
- Mararka qaar cadaadiska dhiiggaaga ayaa hoos u dhici kara wadnahaaguna saa'id buu garaacmi karaa. Kooxda caafimaadkaagu waxey si joogto ah ula socon doonaan cadaadiska dhiiggaaga iyo garaaca wadnahaaga.

Sidee loo daweeyaa caabuqa xabadka?

Waxaa jira dowr waxyaabood oo kooxda ku daryeelaysa sameyn karto si ay udaaweeyaan caabuqa xabadka.

Antibiyootiko(Antibiotics)

Caabuqa xabadka Waxaa keeni kara bakteeriyo ama fayras. Haddii caabuqaaga uu ka dhashay bakteeriyo dhaqtarkaagu wuxuu ku siin karaa antibiyootiko. Antibiyootikada waxaa la isku siin karaa:

- Kaanool(dhiiggelin/"drip"),oo ah tuubo yar oo khafiif ah oo qofka laga geliyo xididka arooraha
- Kiniiniyo aad afka ka liqdo.

Dareerayaasha xididka la iska siiyo

Kooxda caafimaadkaaga ayaa si toos ah xididka kaaga siin kara dareerayaasha kaanoolka lagu qaato. Dareerahan wuxuu kaa caawinayaa jilcinta xabka kujira sambabada si aad iskaga tufto(xaakooto) si fudud. Tani waxay sidoo kale kaa caawinaysaa la dagaalanka caabuqa.

Ogsijiin (oxygen)

Mararka qaar waxaa ogsijiinta lagugu siin karaa maaskarada ama iyadoo la adeegsanayo tuubooyinka yaryar ee caaga ah ee sanka lageliyo. Ogsijiintu waxay saameyn kartaa buuq badan waxayna afkaaga iyo sankaagaba ka dhigi karta kuwo qallalan.

Haddii caabuqaagu aad udaran yahay,waxaad ubaahan kartaa daryeelka waaxda daryeelada dheeraadka ah(ICU) ama Unugga daryeelka sare(HDU). Mashiinka neeftsashada(ventilator) ayaa kaa caawin kara inaad neefsato haddii loo baahdo. Daawo ayaa lagugu seexin doonaa haddii aad mashiinkan ubaahato.

Daaweynta jirka

Kooxda caafimaadka ayaa kuu gudbin kara dhakhtarka Jirka kaasoo ku bari doona sidaad ugu neefsan lahayd uguna qufici lahayd si fiican si aad xaakada iskaga soo saarto.

Maxaa kaa caawin kara in laga hortago?

Haddii dhakhtarka suuxdinta arko inaad halis ugu jirto caabuqa xabadka, way kula hadli doonaan intaadan qaliinka gelin. Waxayna kaala hadli doonaan Waxyaabaha soo socda:

- Suurtagalnimada aad ku qaadi karto caabuqa xabadka qalliinka kadib
- In nooc kale oo suuxdin ah kugu haboon yahay iyo in kale, tusaale ahaan, suuxdin goboleed(regional anaesthetic)
- In aad ubaahan karto daryeel dheeraad ah qaliinka kadib si loo yareeyo khatarta caabuqa xabadka. Tusaale ahan, waxaad ubaahan kartaa xanuun baabi'iye dheeraad ah ama jimicsi yar si ay u caawiyan nefsashadaada.

Maxaan samayn karaa naftayda?

Qalliinka ka hor

- Haddii lagu siiyo tallaalka hargabka, waa inaad qaadato sababtoo ah wuxuu yarayn karaa khatarta caabuqa xabadka.
- Haddii aad sigaar cabto, iskuday inaad joojiso lix todobbaad ka hor intadaan cusbitalka tegin. Haddii aadan awoodin inaad gabi ahaan joojiso, waa muhiim inaad iska joojiso malmaha ka horeeya qaliinkaaga. Tani waxay siineysaa sambabadaada waqti ay uga soo kabtaan dhawacaa sigaarka adhkeysina ugu yeeshaan caabuqa.
- Waxaad Caawimaad ka heli kartaa www.nhs.uk/smokefree iyo www.cpoc.org.uk/stopping-smoking

Qalliinka ka dib

- Haddii aad xanuun dareento qaliinka kadib, isla markiiba kooxda usheeg. waxay kusiin karaan xanuun baabi'iye ku filan si aad ugu neefsato si fiican uguna qufacdo si fudud.
- Waxaa lagugu dhiriigalinayaa inaad wax cabto. Tani waxay kaa caawinaysaa in xaakada kujirta sambabadaada ay jilicdo oo ay fududaato in la tufo.
- Samee jimicsiyada kooxdaadu ku siiyeen si ay kaaga caawiyaan in aad si fiican u neefsato una qufacdo qalinka kadib.

Afeef

Waxaan aad isugu daynaa in aan macluumaadka ku jira buug yarahaan ka dhigno mid sax ah oo cusub, laakiin taas ma dammaanad qaadi karno. Ma fileyno in macluumaadkaan guud ay dabooli doonto dhammaan su'aalaha laga yaabo inaad qabto ama aad wax uga qabato wax kasta oo muhiim kuu ah. Waa inaad kala hadashaa doorashooyinkaaga iyo wixii walwal ah ee aad qabto kooxdaada caafimaadka, adigoo u isticmaalaya buug yarahaan hage ahaan. Buuggan yar oo keligiis ah waa inaan loola qaadan sidii talo. Looma isticmaali karo ujeeddo iib ama ganacsi. Afeef dhamaystiran, fadlan fiiri: [www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/somali].

Dhammaan turjumaadaha waxaa bixiyay bulshada turjubaanada ee Translators without Borders. Tayada turjumaadahaan waxaa loo hubiyaa si ay u noqdaan kuwa ugu saxan ee suurtagal ah, balse waxaa jirta suurtagalnimo khaladaad iyo fasiraad khaldan oo ku jira qaar ka mid ah macluumaadka.

Noo sheeg maxay kula tahay

Waxaan ku soo dhawaynaynaa talooyinka lagu hagaajinayo buug-yarahanta.

Haddii aad haysid wax faalin ah oo aad jeceshahay Inaad nala waadaagto fadlan ku soo hagaaji: patientinformation@rcoa.ac.uk

Royal College of Anaesthetists
Churchill House, 35 Red Lion Square, London WC1R 4SG

www.rcoa.ac.uk

Sixth Edition, November 2024

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

© 2024 Royal College of Anaesthetists
Buug yarahan waxaa lagu nuqulan karaa ujeedada soo saarista agabka macluumaadka bukaanka. Fadlan tixraac ishan asalka ah. Haddii aad rabto inaad qayb ka mid ah buug-yarahaan ku isticmaasho daabacaad kale, waa in la bixiyaa mahadnaq ku habboon waxaana laga saarayaa calaamadaha, sumadaha, sawirada iyo astaamaha. Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan nala soo xiriir.