

Paliwanag ng pagpapakalma

Ipinapaliwanag ng polyeto na ito kung ano ang pagpapakalma, paano itong gawin at kailan mo ito kakailanganin. Ipinapaliwanag din ang mga benepisyo at mga panganib sa pag-gamit ng pagpapakalma at ano ang maaring maranasan.

Higit sa lahat, sasabihin nito sa iyo kung ano ang kakailanganin mong planuhin para sa iyong pangangalaga pagkatapos na pagpapakalma.

Yung polyeto na ito ay sinulat ng mga anaesthetist (doktor na nagbibigay ng anestetik) na nagtutulungan kasama ang mga pasyente at kinatawan ng pasyente.

Ang pagpapakalma ay ibinibigay sa iyong ugat (IV o intravenous), ngunit maaring din ibigay sa pamamagitan ng bibig o sa isang maskara sa mukha.

Ano ang intravenous na pagpapakalma?

Ang intravenous na pagpapakalma ay kapag ang isang gamot na pampakalma (gamot na pampakalma) ay ibinibigay sa iyong daluyan ng dugo (ugat) sa pamamagitan ng isang drip (tube) upang mapakalma ka.

Ang pangalan ng isang propesyonal sa pangangalaga ng kalusugan na gumagawa nito ay tinatawag na 'sedationist'.

Ang mga sedationist ay sinanay sa pagbibigay ng tamang dami ng gamot na pampakalma at sinanay din sa pamamahala ng anumang mga epekto ng gamot. Sa teatro para sa operasyon, ang sedationist ay karaniwang isang anaesthetist. Sa ibang mga lugar, maaring ito ay isang nars, siruhano o isa pang propesyonal. Ang iyong sedationist ay mananatili sa iyo sa lahat ng oras sa panahon ng iyong pagpagamot.

May tatlong magkakaibang antas ng mga intravenous na pagpapakalma. Ang mga ito ay tinatawag na 'kaunti', 'katamtaman' (kung minsan ay tinatawag ding pagpapakalma na may malay), at 'malalim' na pagpapakalma.

- **Kaunti na pagpapakalma** - bibigyan ka ng sedationist ng kaunting gamot na pampakalma. Makakalma ka at hindi ka gaanong mag-aalala sa mga nangyayari sa paligid mo, ngunit gising ka at makakapag-usap ng normal. Malamang na maaalala mo ang pagkakaroon ng iyong paggamot, ngunit hindi lahat ng detalye. Sa kaunti na pagpapakalma, walang bisa ang gamot na pampakalma sa iyong paghinga.
- **Katamtaman na pagpapakalma (may malay na pagpapakalma)** - Bibigyan ka ng sedationist ng mas maraming gamot na pampakalma upang sa gayon ay pakiramdam mo ay napakakalma at inaantok. Pero ang pinakamahalaga ay maaring makipag-usap pa rin ang iyong sedationist sa iyo at makakaya mo pa ring sundin ang mga simpleng tagubilin. Maaari mong matandaan ang ilang bahagi ng iyong paggamot. Sa katamtaman na pagpapakalma, walang bisa ang gamot na pampakalma sa iyong paghinga.
- **Malalim na pagpapakalma** - Bibigyan ka ng sedationist ng mas mataas na dosis ng isa o higit pang mga gamot na magpapatulog sa iyo sa panahon ng iyong paggamot. Hindi inaasahan ng iyong doktor na makipag-usap sa iyo sa panahon ng iyong paggamot. Maaaring maapektuhan ang iyong paghinga at babantayan at tutulungan ka ng iyong doktor kung kinakailangan. Kung minsan, maaari mong matandaan ang mga bahagi ng iyong paggamot. Sa UK, ang malalim na pagpapakalma ay dapat pangasiwaan ng mga tauhan na may antas ng pagsasanay at kasanayan ng isang anaesthetist.

Ano ang pagpapakalma sa pamamagitan ng gamot na ibibigay bibig?

Minsan maaari itong maging kapaki-pakinabang upang pampakalma sa mga tao na may balisa bago ang isang pangkalahatang anestetik, ngunit kadalasan ay hindi ito sapat bilang mag-isang pampakalma habang ginagawa ang medical procedure. Tumatagal bago gumana at maaaring mahirap makuha ang tamang dosis dahil nag-iiba ito sa iba't ibang tao.

Mangyaring huwag hilingin sa iyong GP na magreseta ng mga gamot na pampakalma para sa'yo bago ka pumunta sa ospital, maliban kung nilagdaan mo na ang iyong form ng pahintulot, dahil maaari itong makaapekto sa iyong pag-iisip at pagdedesisyon.

Mahalaga na maaari mong magisip nang malinaw kapag nakikipagkita ka sa iyong doktor upang talakayin ang mga panganib at mag-sign ng isang form upang sabihin na sumasang-ayon ka na magkaroon ng operasyon o pamamaraan.

Ano ang mga pagkakaiba ng pagpapakalma at pangkalahatang anaesthesia?

Ang mga pangunahing pagkakaiba sa pagpapakalma at pangkalahatang anaesthesia ay:

- iyong antas ng kamalayan
- ang pangangailangan para sa gamit na kailangan para matulungan kang huminga
- mga posibleng epekto.

Sa kaunting at katamtamang pagpapakalma mararamdaman mong maging inaantok, komportable, inaantok at kalma, ngunit mananatili kang may malay sa buong pamamaraan.

Sa pangkalahatang anestetik ikaw ay ganap na hindi tumutugon at walang malay sa panahon ng procedure.

Ang malalim na pagpapakalma ay nasa pagitan ng dalawang ito.

Anong mga paggamot ang maaaring isagawa sa ilalim ng intravenous na pampakalma?

Maraming minor na paggamot ang maaaring isagawa sa intravenous na pampakalma. Ang ilang mga halimbawa ay:

- byopsya sa balat o sa suso
- maliit na pag-aayos sa mga bali na buto
- maliit na operasyon sa balat, kamay o paa
- mga pamamaraan upang makatulong sa pagsusuri ng mga problema sa tiyan (endoscopy), sa baga (bronchoscopy), sa colon (colonoscopy) o sa pantog (cystoscopy)
- pagbunot ng ngipin o iba pang paggamot na dental
- operasyon sa mata, katulad ng pag-alis ng katarata.

Ano ang mga benepisyo ng intravenous na pangpakalma?

- Ito ay mabilis na umepekto at ang dosis ay maaaring ayusin upang makakuha ka ng tamang dami.
- Pinapayagan kang maging mas kalmado sa panahon ng paggamot. Puwede ring may matandaan ka nang kaunti tungkol sa iyong paggamot pagkatapos.
- Para sa ilang mga pamamaraan inihiwasan nito ang pangangailangan para sa pangkalahatang anestetik na maaaring hindi angkop para sa mga pasyente na may ilang mga problemang medikal.
- Karaniwan itong may mas kaunting mga epekto na hindi intensyonal kaysa sa isang pangkalahatang anestetik.
- Ang paggaling ay mas mabilis kaysa sa pagkatapos ng isang pangkalahatang anestetik, kaya karaniwang makakauwi ka sa loob ng isang oras mula sa iyong paggamot.

Anu-ano ang mga panganib ng intravenous sedation (pagtuturok ng pampakalma)?

- Maaaring bumagal ang iyong paghinga. Karaniwan ito sa deep sedation, ngunit ito ay isang peligro tuwing ginagamit ang sedation. Bihasa ang sedationist sa pagsubaybay sa iyo at maaaring makatulong sa iyong paghinga kung kinakailangan.
- Pangkaraniwan na bumaba ang presyon ng iyong dugo, ngunit ang sedationist ay sinanay rin sa paggamot nito.
- Maaring magkaroon ng pagsama ng pakiramdam o pagsusuka, ngunit bihira ang mga ito.
- Napakabihira ng anumang allergic reaction sa mga gamot na pampakalma.

- Maaari kang magkaroon ng isang maliit na pasa kung saan inilagay o tinangkang ilagay ang iyong cannula.
- Pagkatapos ay maaari kang makaramdam ng kawalan ng balanse at maaaring mas nanganganib na matumba, lalo na kung ikaw ay may edad na.
- Puwedeng makaapekto ang sedation sa iyong pagpapasya at memorya sa loob ng hanggang 24 oras.

Ano-ano ang mga alternatibo sa sedation?

- **Pangkalahatang pampamanhid:** ikaw ay ganap na mawawalan ng malay at walang memorya sa buong operasyon.
- **Lokal na pampamanhid na walang anumang pampakalma (sedation):** ganap kang gising habang ginagamot, pero ikaw ay magiging komportable. Maaaring maglagay ng pangharang upang hindi mo makita ang operasyon.

Sino ang magpapasya kung maaari akong gumamit ng sedation?

Maaari mong talakayin ang opsyon ng sedation sa iyong doktor o nurse sa oras ng pagsusuri. Kung hindi ito inaalok, maaari mong itanong kung posibleng gumamit nito.

Kung ikaw ay nasa mas mataas na peligro dahil sa iyong medikal na kondisyon, tatalakayin sa iyo ng doktor ang mga pagpipilian at maaaring magkasama kayong bumuo ng isang desisyon.

Sasailalim ako sa sedation, ano ang dapat kong gawin bago ako magtungo sa ospital?

- Kung mayroon kang mga taong binabantayan, halimbawa ay mga bata o matatanda, kailangan mong magplano kung sino ang magbabantay sa kanila hanggang sa susunod na araw.
- Kinakailangan na isang taong may kakayahan at nasa hustong gulang ang maghatid sa iyo pauwi sa pamamagitan ng kotse o taxi – mainam na hindi pampublikong transportasyon. Dahil maaaring umabot ng hanggang 24 oras ang epekto ng sedation, dapat silang manatili magdamag upang magbantay sa iyo.
- Dalhin ang lahat ng iyong mga gamot sa ospital, kasama ang anumang inhaler na iyong ginagamit.
- Kung mayroon kang karamdaman, sipon o kung ikaw ay buntis, mangyaring makipag-ugnayan sa iyong ospital dahil maaaring hindi ligtas para sa iyo ang sedation. Ang iyong pagpapagamot ay maaaring isaayos muli.

- Ipaalam sa iyong doktor sa araw ng operasyon kung ikaw ay nagpapasuso.
- Tanggalin ang lahat ng makeup – kasama na ang pangkulay ng kuko at alahas – bago pumunta sa ospital. Maaari mong isuot ang iyong singsing sa kasal.
- Magdala ng maluwang na damit, tulad ng "dressing gown (robe)" o "fleece", upang mapanatili kang komportable at mainit. Magsuot ng flat na sapatos na madali ring isuot.

Pwede ba akong kumain at uminom bago magpagagamot?

Bibigyan ka ng mga tagubilin ng klinika o ospital kung kailan titigil kumain at uminom.

Kadalasan ay hihilingin na tumigil ka sa pagkain anim na oras bago ang iyong pagpapagamot, ngunit maaari kang uminom ng mga likido ng hanggang dalawang oras bago ang iyong pagpapagamot. Kasama sa mga malinaw na likido na puwede mong inumin ay tubig, tinunaw na juice (walang maliliit na piraso) at itim na tsaa o kape (walang gatas o krema).

Kung mayroon kang diabetes, dapat humingi ka ng partikular na mga bilin tungkol sa kung kailan ka iinom ng gamot at titigil kumain.

Ano ang mangyayari bago ang aking pagpapagamot?

Ikaw ay magpapalit ng "gown". Pagpasok mo sa "procedure room" o silid ng kung saan gagawin ang panggagamot, ang iyong sedationist ay magkakabit ng ilang aparatong pang subaybay sa iyo. Ang mga kagamitan na gagamitin ay depende sa kung anong operasyon o tipo ng sedation ang gagawin sa iyo, ngunit kadalasan ay kasama ang mga:

- isang blood pressure cuff (aparato para malaman ang presyon ng iyong dugo) sa iyong braso
- mga kawad na ilalagay sa itaas na bahagi ng iyong dibdib upang maitala ang ritmo ng iyong puso
- isang ipit na ilalagay sa iyong daliri upang masukat ang mga antas ng iyong oxygen
- isang manipis na plastik na tubo na susukat kung gaano karaming carbon dioxide ang inihihinga mo palabas. Ito ay kadalasan na nakakabit sa isang oxygen mask.

Paano ibinigay ang intravenous sedation (pagtuturok ng sedative o pampakalma sa ugat)?

- Ang sedation ay ibinigay sa pamamagitan ng "drip" (o cannula) na itinuturok sa ugat ng iyong braso o sa likod ng iyong kamay. Maaaring mas marami ang ibigay sa iyo kung kinakailangan habang nasa ilalim operasyon. Sa deep sedation, kadalasang may gamot na patuloy na padadaluyin sa iyong ugat.
- Kadalasan ay mayroon kang oxygen na mahihinga mula sa isang plastik na tubo na nakapasok sa iyong ilong o sa pamamagitan ng isang face mask.

Ano ba ang pakiramdam ng sedation?

Ito ay iba-iba sa mga tao, depende sa dami ng gamot na ibinigay sa kanila. Ikaw ay tulog sa deep sedation, ngunit sa light sedation karaniwan na mararamdaman mong mas magaan sa pakiramdam.

Nang tinatanong namin ang ilang pasyente kung ano ang pakiramdam nila, ito ang ilan sa kanilang mga sagot:

'Sobrang kakaiba ang pakiramdam ko at parang nananaginip'

'Akala ko ay gising ako habang nangyayari ang lahat, pero mukhang natulala ako hanggang sa hindi ko namalayan at isang oras na pala ang lumipas'

'Mahinahon ang pakiramdam ko at masaya'

'Ito ay kakaiba - naramdaman kong napalayo ako sa nangyayari sa paligid ko.'

Kailan ako pwedeng umuwi?

- Kung mayroon kang mababa o katamtamang pampakalma, kadalasan ay maaari ka nang umuwi sa loob ng isang oras matapos ang iyong pagpapagamot.
- Kung mayroon kang matinding pampakalma, ang iyong paggaling ay maaaring tumagal ng isa hanggang dalawang oras. Ang iyong pag-uwi ay karaniwang nakasalalay sa iyong paggaling mula sa mismong panggagamot.

Mayroon bang mga mahahalagang tagubilin pagkatapos?

- Tulad ng naunang nabanggit, kinakailangan na may mahahatid sa iyo pauwi na nasa hustong gulang at kaya kang ihatid gamit ang kotse o taxi - mas mainam na hindi pampublikong transportasyon - at sasamahan ka magdamag. Kung wala kang makakasama matapos ang panggagamot, maaaring hindi ka makauwi pagkatapos nito.
- Ang pagpapakalma (sedation) ay maaaring magsanhi ng kawalan ng balanse. Mangyaring maging maingat sa hagdanan at magpasama kung ikaw ay nahihilo.

- Ang iyong pagpapasya ay maaaring maapektuhan ng hanggang 24 na oras pagkatapos ng iyong pagpapagamot, kaya't hindi ka dapat gumawa ng anumang mahahalagang desisyon sa oras na iyon. Mag-ingat kung gumagamit ng social media.
- Hindi ka dapat bumalik sa trabaho, mag-alaga ng mga umaasa, magmaneho, magluto o magpatakbo ng anumang makinarya sa loob ng 24 na oras. Maaaring tumagal ng 24 na oras bago mawala ang mga gamot sa iyong katawan.
- Hindi ka dapat uminom ng anumang alak o mga tabletang pampatulog sa loob ng 24 na oras pagkatapos ng pagpapagamot.
- Magbibigay ang iyong doktor ng nakasulat na mga bilin tungkol sa karagdagang paggamot na dapat sundin sa bahay.
- Bibigyan ka ng ospital ng numero ng telepono na maaari mong matawagan sakaling sumama ang iyong pakiramdam sa bahay.
- Kung nababahala ka pagkatapos ng iyong pagpapagamot, sumama ang iyong pakiramdam, o hindi mahanap ang numerong ito, pwede kang tumawag sa iyong GP, tumawag sa 111, o pumunta sa iyong lokal na "accident and emergency department" kasama ang isang matanda kung kinakailangan.

Mga tanong na maaaring mong itanong sa iyong anaesthetist

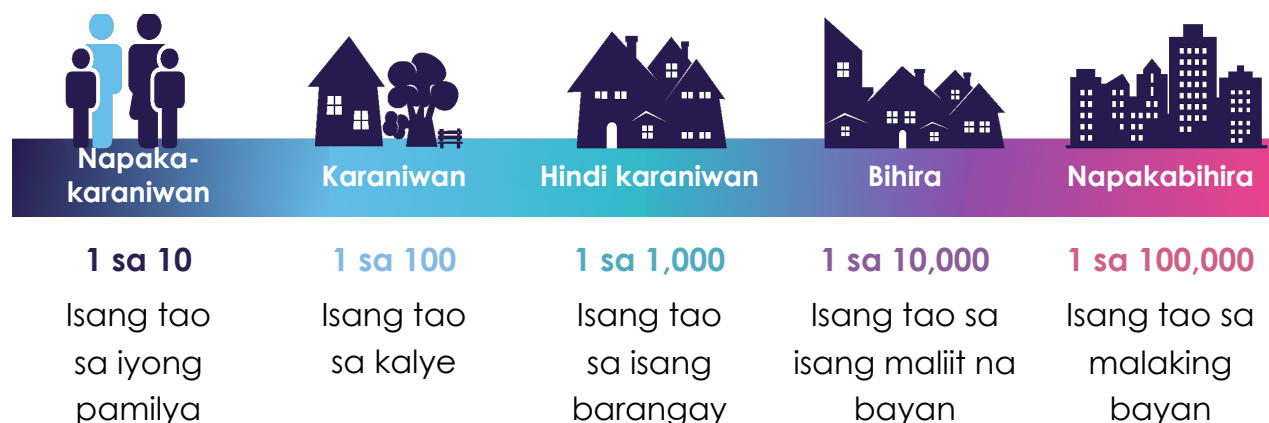
- 1 Sino ang magbibigay ng aking pampakalma (sedation)?
- 2 Inirerekomenda mo ba ang pampakalma (sedation) o pangkalahatang pampamanhid (general anaesthetic)?
- 3 Mayroon ba akong anumang espesyal na peligro?
- 4 Kailan ako dapat tumigil kumain at uminom bago sumailalim sa pagpapakalma?
- 5 Anong oras ako dapat sunduin?

Mga side-effects, komplikasyon at panganib

Sa modernong anaesthesia, ang mga malubhang problema ay hindi pangkaraniwan. Hindi ganap na matatanggal ang peligro, ngunit ang mga modernong gamot, kagamitan at pagsasanay ay ginawang mas ligtas na pamamaraan ang anesthesia sa mga nagdaang taon.

Ang mga anaesthetist ay nag-iingat nang mabuti upang maiwasan ang lahat ng mga panganib na nakasaad sa seksyong ito. Ang iyong anaesthetist ay makapagbibigay sa iyo ng karagdagang impormasyon tungkol sa anuman sa mga peligrong ito at ang pag-iingat na ginagawa upang maiwasan ang mga ito.

Magkakaiba ang interpretasyon ng mga tao sa mga salita at numero. Ang sukatang ito ay ibinigay upang makatulong.



Maaari kang makahanap ng karagdagang impormasyon mula sa mga pahina ng impormasyon ng pasyente sa website ng Kolehiyo: www.rcoa.ac.uk/patientinfo

Mga karagdagang sanggunian

- Pangangalaga ng isang tao na sumailalim sa pangkalahatang pampamanhid o pagpapakalma (www.rcoa.ac.uk/patientinfo/sedation)
- Mga Pamantayan para Conscious Sedation sa Ilalim ng Pangangalaga sa Ngipin. Ang Royal College of Surgeons of England at Royal College of Anesthetists. RCoA 2015 (<http://bit.ly/2T2mZh6>).
- Patnubay sa Probisyon ng mga Serbisyo ng Pagpapakalma (Sedation). RCoA 2016 (www.rcoa.ac.uk/gpas).
- Ligtas na Pagsasagawa ng Pagpapakalma para sa Mga Pamamaraang Pangkalusugan: Mga Pamantayan at Patnubay. Academy of Medical Royal Colleges. AoMRC 2013 (<http://bit.ly/301ndaq8>).

Maaari kang makahanap ng karagdagang mga polyeto (leaflet) ng impormasyon sa website ng Kolehiyo www.rcoa.ac.uk/patientinfo. Ang mga polyeto (leaflet) ay maaari ding makuha sa anesthetic department o pre-assessment clinic sa inyong ospital.

Mga panganib na nauugnay sa iyong pampamanhid (anesthetic)

Ang mga leaflet tungkol sa mga tiyak na peligro kaugnay ng pagsasailalim sa anesthetic o isang anaesthetic procedure ay makikita din sa pamamagitan ng website ng College: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/risks/risk-leaflets. Dinaragdagan ng mga ito ang mga polyeto (leaflet) ng impormasyon ng pasyente na nakalista sa itaas.

Sinisikap naming tiyaking tumpak at napapanahon ang impormasyon sa polyetong ito, ngunit hindi namin ito magagarantiya. Hindi namin inaasahan na masasagot ng pangkalahatang impormasyon na ito ang lahat ng posibleng tanong mo o na matatalakay nito ang lahat ng maaaring mahalaga para sa iyo. Dapat mong talakayin ang iyong mga desisyon at anumang alalahanin mo sa iyong medikal na team, gamit ang polyetong ito bilang gabay. Hindi dapat ituring na payo ang polyetong ito. Hindi ito maaaring gamitin para sa anumang layuning komersyal o pangnegosyo. Para mabasa ang buong disclaimer, mag-click dito (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tagalog).

Gawa ang lahat ng pagsasalin ng komunidad ng mga tagasalin ng Translators Without Borders. Sinusuri ang kalidad ng mga pagsasaling ito para masigurong tumpak hangga't maaari ang mga salin, ngunit maaaring magkaroon ng mga hindi tumpak na salin at maling pagpapakahulugan sa ilang impormasyon.

Sabihin mo sa amin kung ano ang palagay mo

Malugod naming tinatanggap ang mga suhestiyon para mapahusay ang leaflet na ito.

Kung mayroon kang komento, paki-email ang mga ito sa:

patientinformation@rcoa.ac.uk

Royal College of Anaesthetists

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

020 7092 1500

www.rcoa.ac.uk

Unang Edisyon 2018

Ang polyeto o leaflet na ito ay susuriin sa loob ng tatlong taon mula sa araw ng paglathala.

© 2018 Royal College of Anaesthetists

Puwedeng kopyahin ang leaflet na ito para sa paggawa ng mga materyal na impormasyon para sa pasyente. Pakibanggit ang orihinal na pinagkunang ito. Kung gusto mong gumamit ng bahagi ng leaflet na ito sa iba pang publication, magbigay ng nararapat na pagkilala at alisin ang mga logo, brand at mga imahe. Para sa karagdagang impormasyon, mangyaring makipag-ugnayan sa amin.