

Daryeelidda qof ka soo kabanaya suuxinta guud ama suuxdinta

Bukaan-socodka waxaa laga yaabaa in aysan si fiican u fekerin waxaana laga yaabaa in xukunkooda la saameeyo ilaa 24 saacadood ka dib suuxdinta guud ama suuxinta.

Inta lagu jiro wakhtigan, waa inay:

- aan masuul ka ahayn carruurta ama dadka kale ee ay daryeelaan
- Ha kaxayn baabuur ama ha raacin baaskiil
- ha kiniini ama ha isticmaalin wax mishiin ah
- ma samaynin wa...x go'aano muhiim ah, xitaa haddii ay u malaynayaan inay caadi dareemayaan
- iska ilaali in aad wax ku soo qorto baraha bulshada/golaha bulshada
- ha cabbin khamriga.

Waxaa lagu waydiistay inaad qaraabo ama saaxiib guriga u kaxayso oo aad ilaaliso ka dib marka ay suuxin ku sameeyeen daawadooda ama qalliinka suuxinta guud. Buug-yarahani waxa uu ku siinayaa macluumaad guud oo ku saabsan waxa ay tahay inay sameeyaan iyo waxa aanay ahayn inay sameeyaan inta ay ka soo kabsanayaan iyo waxa aad filanayso. Tani waxay kaa caawin doontaa inaad horay u sii qorsheysato.

Maxaan filayaa?

Daawada suuxdinta ama suuxinta waxay bukaanada qaar ka dhigi kartaa in yar oo jahawareersan iyo degganaan la'aan ka dib daaweyntooda. Muhiimad ahaan, waxay saameyn kartaa xukunkooda si aysan u awoodin inay si cad u fekeraan. Tani waxay socon kartaa ilaa 24 saacadood, ilaa maalinta xigta. Waa inaad isha ku haysaa iyaga inta lagu jiro wakhtigan. Waxay noqon kartaa mid waxtar leh in la fixgeliyo sida ay u maareeyaan marka ay guriga ka yimaadaan isbitaalka. Tusaale ahaan, qaar baa laga yaabaa inay ku caawiyaan haddii sariir loo raro dabaqa hoose.

Goorma ayaan qaadi karaa saaxiibkay ama qaraabaday?

Shaqaalaha isbitaalka ayaa kaliya u ogolaanaya inay guriga aadaan marka ay si fiican uga soo kabtaan qalliinka, adiguna waxaad u joogtaa inaad raacdo. Maadaama bukaanku aanay wadin 24 saacadood ka dib suuxdinta guud ama suuxinta, waa inaad noqotaa qof weyn oo da'diisu ka weyn tahay 18 jir waana inaad guriga ku raacdaa baabuur ama tagsi sida ugu habboon - maaha gaadiidka dadweynaha.

Shaqaaluhu ma awoodi doonaan inay ku siiyaan wakhti sax ah oo dheecaan ah maadaama bukaanada qaar ay ku qaataan waqti ka badan kuwa kale inay ka soo kabtaan suuxin, suuxdin ama qalliin ka dib. Si kastaba ha ahaatee, waxaa lagu siin doonaa waqti ku dhow ama nambar aad wacdo. Kalkaalisada ayaa sidoo kale qaadan doonta lambarkaaga taleefanka si ay kula soo xiriirto. Haddii bukaanku aanu awoodin inuu socdo, waa in la siiyaa kursi curyaan si ay ugu suurtagasho inay si badbaado leh ugu tagaan gaadiidkaaga.

Ma la ii sheegi doonaa waxaan u baahanahay inaan sameeyo?

Dhakhaatiirtu waxay ku siin doonaan tilmaamo qoraal ah oo gaar ah saaxiibkaa ama qaraabadaada, oo ay ku jiraan:

- waxa la filayo marka ay guriga tagaan
- tilmaamo ku saabsan cunista, cabbitaanka iyo qaadashada daawadooda caadiga ah ka dib habsocodka
- Wax kasta oo walaac leh oo la fiiriyo iyo lambarka lagala xiriiro isbitaalka haddii adiga ama ay wax su'aalo ah qabtid ama hadday ayan caafimaad qabin
- Waxyaalaha ay awoodaan oo aanay samayn karin ka dib habraacooda
- macluumaadka ku saabsan dawo kasta oo dheeraad ah oo ay u baahan karaan inay qaataan, sida xanuunka dhimista
- macluumaadka ku saabsan dhaqidda iyo daryeelka dhaawacyada. Waa inaad la akhridaa tilmaamahan saaxiibkaa ama qaraabadaada oo aad ka caawiso hubinta in la raacay.

Maxaa la gudboon saaxiibkay ama qaraabaday inay guriga ku sameeyaan?

Tani waxay ku xirnaan doontaa nooca nidaamka ay sameeyeen iyo tilmaamaha isbitaalka. Guud ahaan, waa inay:

- hel nasasho badan si aad uga caawiso inay bogsadaan
- Ha u socon adoon la'aan haddii ay xasilloonayn, oo sida habboon ka fogow jaranjarooyinka
- si taxadar leh u raac tilmaamaha isbitaalka ee ku saabsan qaadashada daawadooda caadiga ah iyo xanuun baabi'in kasta oo dheeraad ah
- raac tilmaamaha uu isbitaalku siiyay ee ku saabsan cunista, cabbitaanka iyo dhaqidda.

Maxay tahay inaysan samayn?

Waxaa laga yaabaa in ay si fiican u fikiri waayaan waxaana laga yaabaa in xukunkooda uu saameeyo ilaa 24 saacadood ka dib suuxdinta ama suuxinta. Inta lagu jiro wakhtigan, waa inay:

- aan masuul ka ahayn carruurta ama dadka kale ee ay daryeelaan
- Ha kaxayn baabuur ama ha raacin baaskiil
- ha kiniini ama ha isticmaalin wax mishiin ah
- ha cabbin khamriga.

- ma samaynin wa...x go'aano muhiim ah, xitaa haddii ay u malaynayaan inay caadi dareemayaan
- iska ilaali in aad wax ku soo qorto baraha bulshada/golaha bulshada.

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. Tayada tarjumaadahaan waxaa loo hubiyaa inay ka dhigayaan tarjumaadaha sida ugu macquulsan, laakiin waxaa jirta halis ah khaladaad iyo marin habaabinta macluumaadka qaar.

Noo sheeg siday kula tahay

Waxaan soo dhoweyneynaa talooyinka si kor loogu qaado tayada buugyarahan.

Haddii aad hayso wax faallooyin ah oo aad jeclaan lahayd inaad samayso, fadlan u soo dir email ahaan: patientinformation@rcoa.ac.uk

Kulliyadda Boqortooyada ee dhakhaatiirta suuxdinta

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

www.rcoa.ac.uk

Daabacaadda Labaad, Noofambar 2021

Warqadan waxaa dib loo eegi doonaa saddex sano gudahood laga bilaabo taariikhda la daabacay.

© 2021 Royal College of Anaesthetists

Xaashidan waxa laga yaabaa in la koobiyeeyo ujeeddada soo saarista agabka macluumaadka bukaanka. Fadlan xigasho ishan asalka ah. Haddii aad rabto inaad qayb ka mid ah buug-yarahaan ku isticmaasho daabacaad kale, waa in la bixiyaa qirasho ku habboon oo laga saaro calaamadaha, astaanta iyo sawirrada. Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan nala soo xiriir.