Royal College of Anaesthetists

மயக்க மருந்தூட்டல் விவரிக்கப்படுகிறது

மயக்க மருந்தூட்டல் என்றால் என்ன, அது எவ்வாறு செயல்படுகிறது மற்றும் உங்களுக்கு எப்போது தேவைப்படலாம் என்பதை இந்த துண்டுப்பிரசுரம் விளக்குகிறது. மயக்க மருந்தைப் பயன்படுத்துவதால் ஏற்படும் நன்மைகள் மற்றும் அபாயங்கள் மற்றும் அது எப்படி உணரக்கூடும் என்பதையும் இது விளக்குகிறது.

முக்கியமாக, மயக்கத்திற்குப் பிறகு உங்கள் கவனிப்புக்கு நீங்கள் என்ன திட்டமிட வேண்டும் என்பதை இது உங்களுக்கு தெரிவிக்கிறது.

இது நோயாளிகள், நோயாளிகளின் பிரதிநிதிகள் மற்றும் மயக்க மருந்து மருத்துவர்கள்/நிபுணர்களால் ஒன்றிணைந்து வேலை செய்து எழுதப்பட்டது.

ஒரு செயல்முறையின் போது நீங்கள் மிகவும் நிதானமாக உணர உதவும் மருந்துகள் வழங்கப்படுவது **மயக்க மருந்தூட்டல்** ஆகும். மருந்துகள் (மயக்கமருந்துகள்) பொதுவாக உங்கள் நரம்புகளில் (நரம்பு அல்லது நரம்பு வழி வரி) கொடுக்கப்படுகின்றன, ஆனால் சில நேரங்களில் வாய் (வாய்வழி) அல்லது முகமூடி மூலம் கொடுக்கப்படலாம்.

மயக்கமருந்து நிபுணர் என்பவர் உங்கள் மயக்க மருந்தை வழங்கும் சுகாதார நிபுணருக்கு வழங்கப்படும் பெயர். அறுவைச் சிகிச்சை அரங்கில், மயக்கமருந்து நிபுணர், வழக்கமாக, ஒரு உணர்ச்சி உள்ளடக்கம்
மருத்துவர் இருப்பார். மருத்துவமனையின் மற்ற இடங்களில் அல்லது மருத்துவமனைக்கு வெளியே உள்ள கிளினிக்குகளில், இது ஒரு மருத்துவராக அல்லது வேறு ஒரு பயிற்சி பெற்ற சுகாதார நிபுணராக இருக்கலாம்.

நரம்பு வழியாகச் செலுத்தப்படும் மயக்க மருந்தூட்டலில், மூன்று வெவ்வேறு நிலைகள் உள்ளன. அவை 'குறைந்தபட்ச', 'நடுத்தர அளவு' (சில நேரங்களில் விழிப்புணர்வுடனான மயக்க மருந்தூட்டல் என்றும் அழைக்கப்படுகிறது) மற்றும் 'ஆழமான' மயக்க மருந்தூட்டல் என்று அழைக்கப்படுகின்றன. இருப்பினும், அளவுகள் துல்லியமானவை அல்ல மற்றும் பயன்படுத்தப்படும் மருந்துகளுக்கு நோயாளி எவ்வளவு உணர்திறன் உடையவர் என்பதைப் பொறுத்தது.

மயக்க மருந்தூட்டல் மற்றும் பொது உணர்ச்சிநீக்கிக்கு இடையில் உள்ள வித்தியாசங்கள் என்னென்ன?

உணர்ச்சி உள்ளடக்கம் மற்றும் பொது உணர்ச்சி நீக்கிக்கு இடையில் உள்ள வித்தியாசங்கள் பின்வருமாறு:

- உங்கள் உணர்வின் நிலை
- உங்கள் சுவாசிப்பை ஆதரிக்க உதவக்கூடிய கருவியின் தேவை
- சாத்தியமான பக்க விளைவுகள்.

குறைந்த மற்றும் மிதமான மயக்கத்துடன், நீங்கள் வசதியாகவும், தூக்கமாகவும், நிம்மதியாகவும் உணர்கிறீர்கள். நீங்கள் சில சமயங்களில் தூங்கிவிடலாம், ஆனால் உங்களை எழுப்புவது எளிதாக இருக்கும்.

பொது மயக்க மருந்து மூலம், செயல்முறையின் போது நீங்கள் முற்றிலும் அறியாமலும் சுயநினைவின்றியும் இருக்கிறீர்கள்.

ஆழமான மயக்க மருந்தூட்டல் என்பது இந்த இரண்டுக்கும் நடுவில் இருப்பதாகும்.

குறைந்தபட்ச மயக்கம் (ஆன்சியோலிசிஸ்)	மிதமான மயக்கம் (நனவான மயக்கம்)	ஆழ்ந்த மயக்கம்
உங்களுக்குள் ஓர் **சிறிய அளவில்** மயக்கமருந்து இருக்கும்	உங்களுக்குள் மயக்க மருந்து **கொஞ்சம் இருக்கும்**	உங்களுக்குள் அதிக அளவில் ஒரு மயக்கமருந்து , அல்லது ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட மயக்க மருந்துகள் இருக்கும்
உங்களைச் சுற்றி என்ன நடக்கிறது என்பதைப் பற்றி நீங்கள் **நிதானமாகவும் கவலை குறைவாகவும்** உணருவீர்கள்	நீங்கள் மிகவும் நிதானமாகவும் தூக்கமாகவும் உணர்வீர்கள்	உங்கள் பெரும்பாலான சிகிச்சையின் போது நீங்கள் **தூங்குவீர்கள்**
நீங்கள் **விழித்திருப்பீர்கள்**, **சாதாரணமாகப் பேசுவீர்கள்**	நீங்கள் **தூக்கத்தில் இருப்பீர்கள்** ஆனால் **சாதாரணமாக பேசலாம்** மற்றும் கேட்டால் எளிய வழிமுறைகளைப் பின்பற்றலாம்	உங்கள் சிகிச்சையின் போது நீங்கள் தூங்குவீர்கள் மற்றும் பேச வாய்ப்பில்லை
உங்களுக்குச் சிகிச்சை நடந்தது உங்கள் **நினைவில் இருக்கக்கூடும்**, ஆனால், அதன் எல்லா விவரங்களும் உங்கள் நினைவில் இருக்காது.	உங்கள் சிகிச்சையின் **சில பகுதிகள்** உங்களுக்கு **நினைவில்** இருக்கலாம்.	உங்கள் சிகிச்சையின் பெரும்பகுதியை நீங்கள் **நினைவில் வைத்திருக்க வாய்ப்பில்லை** - மயக்க மருந்தூட்டல் நிலை தேவைக்கேற்ப சரிசெய்யப்படும்
குறைந்தபட்ச மயக்க மருந்தூட்டல் உங்கள் **சுவாசிப்பைப் பாதிக்கக்கூடாது.**	நடுத்தர அளவு மயக்க மருந்தூட்டல் உங்கள் சுவாசிப்பைப் பாதிக்கக்கூடாது.	உங்கள் **சுவாசம் மெதுவாக இருக்கலாம்/குறையலாம்.** உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர் கண்காணித்து தேவைப்பட்டால் உதவுவார். UK-யில், மயக்கமருந்து நிபுணர் நிலை அளவிற்குப் பயிற்சி மற்றும் திறன் பெற்ற ஊழியர்கள் தான், ஆழ்ந்த உணர்ச்சி உள்ளடக்கத்தைச் செயற்படுத்த வேண்டும்.

வாய் வழியாக அளிக்கப்படும் மயக்க மருந்தூட்டல் என்றால் என்ன?

ஒரு மயக்க மருந்து மாத்திரையை (எ.கா. டயஸெபம்) உட்கொள்வது சில சமயங்களில் நீங்கள் ஒரு பொது மயக்க மருந்துக்கு முன் மிகவும் ஏக்கமுடைய இருந்தால் உங்களை ஆசுவாசப்படுத்த பயனுள்ளதாக இருக்கும், ஆனால் ஒரு

செயல்முறையின் போது உங்களை ஓய்வெடுக்க இது பொதுவாக போதுமானதாக இருக்காது. வேலை செய்ய சிறிது நேரம் எடுக்கும், மேலும் டோஸ் மக்களிடையே மாறுபடும்.

நீங்கள் மருத்துவமனைக்கு வருவதற்கு முன், நீங்கள் எடுத்துக்கொள்ளும் வாய்வழி மயக்க மருந்துகளை பரிந்துரைக்குமாறு உங்கள் மருத்துவரிடம் **கேட்கக் கூடாது**, உங்களைக் கவனித்துக் கொள்ளும் குழுவிடம் உங்களுக்கு உடன்பாடு இருந்தால் தவிர, இல்லையெனில் உங்கள் சிகிச்சை தொடர முடியாமல் போகலாம்.

உங்கள் அறுவை சிகிச்சை மற்றும் செயல்முறையின் நன்மைகள் மற்றும் அபாயத்தைப் பற்றி விவாதிக்க உங்கள் மருத்துவரைச் சந்திக்கும்போது நீங்கள் தெளிவாகச் சிந்திக்க வேண்டியது அவசியம். நீங்கள் அறுவை சிகிச்சை அல்லது செயல்முறைக்கு ஒப்புக்கொள்கிறீர்கள் என்று ஒரு படிவத்தில் கையெழுத்திட வேண்டும்.

நரம்பு வழியாகச் மயக்க மருந்தூட்டல் செலுத்தப்படும் என்றால் என்ன?

நரம்புவழி மயக்க மருந்தூட்டல் என்பது, உங்கள் கையில் பொதுவாக ஒரு நரம்பில், ஒரு சிறிய பிளாஸ்டிக் குழாயைப் பயன்படுத்தி (கனுலா என்றும் அழைக்கப்படுகிறது) இரத்த ஓட்டத்தில் ஒரு மயக்க மருந்து செலுத்தப்படுகிறது ஆகும்.

மயக்க மருந்து நிபுணர்கள், சரியான அளவில் மயக்க மருந்தைக் கொடுக்கவும் எந்த பக்க விளைவுகளையும் நிர்வகிக்கவும், பயிற்சி பெற்றுள்ளார்கள். உங்கள் சிகிச்சையின் போது உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர் உங்களுடன் இருப்பார் மற்றும் உங்கள் சுவாசம் மற்றும் ஆக்ஸிஜன் அளவைக் கண்காணிப்பார்.

நரம்பு வழியாக செய்யப்படும் உணர்சி உள்ளடக்கத்தின் கீழ் எந்தெந்தச் சிகிச்சைகளைச் செய்யலாம்?

பல சிறிய சிகிச்சைகள் மற்றும் விசாரணைகள் பெரும்பாலும் உள்ளூர் மயக்க மருந்துடன் சேர்ந்து நரம்புவழி தணிப்பு மூலம் மேற்கொள்ளப்படலாம், பின்வருபவை, சில எடுத்துக்காட்டுகளை உள்ளடக்கும்:

- தோல் அல்லது மார்பக திசுப் பரிசோதனைகள்
- உடைந்த எலும்புகளுக்கான சிறிதளவு பழுது பார்ப்பு
- தோல், கை அல்லது காலில் சிறிய அறுவைச் சிகிச்சை

- வயிறு (எண்டோஸ்கோபி), நுரையீரல் (பிரான்கோஸ்கோபி), பெருங்குடல் (கோலனோஸ்கோபி) அல்லது சிறுநீர்ப்பை (சிஸ்டோஸ்கோபி) தொடர்புடைய பிரச்சனைகளைக் கண்டறிய உதவும் செயல்முறைகள்
- பற்களைப் பிடுங்குதல் அல்லது வேறு பல் சிகிச்சைகள்
- கண் புரை அகற்றல் போன்ற கண் அறுவைச் சிகிச்சைகள்.
- அழகுக்கான அறுவை சிகிச்சை

சில விரிவான சிகிச்சைகள் தணிப்பு மற்றும் உள்ளூர் மயக்க மருந்துகளின் கீழ் மேற்கொள்ளப்படலாம்.

பல் அறுவை சிகிச்சைகள் மற்றும் அழகுசாதன கிளினிக்குகளில் தணிப்பு

மயக்க நிலையில் சிகிச்சைகள் பெரும்பாலும் ஒரு மருத்துவமனையில் செய்யப்படுகின்றன. இருப்பினும், பல் சிகிச்சைக்கான தணிப்பு ஒரு பல் அறுவை சிகிச்சை அல்லது ஒரு சிறப்பு பல் மருத்துவ மனையில் வழங்கப்படலாம். ஒப்பனை அறுவை சிகிச்சைக்கான தணிப்பு ஒரு கிளினிக்கில் செய்யப்படலாம். உங்கள் பாதுகாப்பான பராமரிப்புக்கான தரநிலைகள் அப்படியே இருக்கும். உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர், பல் மருத்துவர் அல்லது ஒப்பனை அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்களுடன் பொருத்தமான மயக்க மருந்து வகைகளைப் பற்றி விவாதிப்பார் - பெரியவர்கள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கு பல் சிகிச்சைக்காக பல்வேறு வகையான மயக்க மருந்துகள் உள்ளன. உங்கள் சிகிச்சையின் போது என்ன நடக்கும் மற்றும் ஏதேனும் ஆபத்துகளை அவர்கள் விளக்க வேண்டும். அவர்கள் உங்களுக்கு வழங்கும் எந்த ஆலோசனைகளையும் வழிமுறைகளையும் நீங்கள் கவனமாக பின்பற்றுவது முக்கியம்.

உங்கள் சிகிச்சைக்கு மயக்க மருந்தூட்டல் ஒரு விருப்பமாக இருந்தால் என்ன நன்மைகள்?

- இது விரைவாகச் செயல்படுகிறது, மேலும், உங்களுக்கு மிகச்சரியான அளவு மட்டும் கிடைக்கும்படி மருந்தின் அளவைச் சரி செய்யலாம்.
- உங்கள் சிகிச்சையின்போது நீங்கள் அதிக தளர்வுடன் இருக்க இது உங்களை அனுமதிக்கிறது. உங்கள் சிகிச்சையைப் பற்றி விவரங்கள் நினைவில்லாமல் இருக்கலாம்.
- சில மருத்துவப் பிரச்சனைகளைக் கொண்ட நோயாளிகளுக்குப் பொது உணர்ச்சிநீக்கி பொருந்தாமலிருக்கலாம், அதுபோன்ற நேரங்களில் சில செயல்முறைகளுக்குப் பொது உணர்ச்சிநீக்கியின் தேவையைத் தவிர்ப்பதற்கு இது பயன்படுகிறது.

- சாதாரணமாக, பொது மயக்க மருந்து உணர்ச்சிநீக்கியுடன் ஒப்பிடும்போது இதில் பக்க விளைவுகள் குறைவு.
- பொது மயக்க மருந்து உணர்ச்சிநீக்கிக்குப் பின் அதிலிருந்து மீட்டெழுவதை விட, இதிலிருந்து மீட்டெழுவது விரைவாக இருக்கும்.ஆகவே, பொதுவாக உங்கள் சிகிச்சைக்குப்பின் ஒரு மணி நேரத்துக்குள் நீங்கள் நன்றாக இருப்பதாக உணர்ந்தால், நீங்கள் வீட்டுக்குச் செல்லலாம்.

உணர்ச்சி உள்ளடக்கத்திற்கான மாற்றுகள் என்னென்ன?

- **பொது மயக்க மருந்து சிகிச்சையின்போது**: நீங்கள் முற்றிலும் நினைவிழந்திருப்பீர்கள், மேலும் செயல்முறையைப் பற்றி எந்த நினைவையும் கொண்டிருக்க மாட்டீர்கள்.
- **எந்த மயக்கமும் இல்லாமல் உணர்ச்சி உள்ளடக்கம்** : உங்கள் சிகிச்சையின் போது நீங்கள் முழுமையாக விழித்திருப்பீர்கள், ஆனால் வசதியாக இருப்பீர்கள். நீங்கள் செயல்முறையைக் காண்பதைத் தடுப்பதற்காக, ஒரு திரை வைக்கப்படலாம்.

நான் மயக்க மருந்தூட்டல் எடுத்துக் கொள்ளலாமா என்பதை யார் தீர்மானிக்கிறார்கள்?

மதிப்பீட்டு சமயத்தில், மயக்க மருந்தூட்டல் விருப்பத்தேர்வு செய்வது பற்றி உங்கள் மருத்துவர் அல்லது செவிலியரிடம் நீங்கள் விவாதிக்கலாம். அது வழங்கப்படவில்லை என்றால், அதைப் பெறுவது சாத்தியமா என்று நீங்கள் தாராளமாகக் கேட்கலாம்.

ஏற்கெனவே உள்ள மருத்துவ நிலைகளால் உங்களுக்குக் கூடுதல் ஆபத்து உள்ளது என்றால், உங்கள் மருத்துவர்கள் இருக்கும் விருப்பத்தேர்வுகளை உங்களுடன் கலந்தாலோசிப்பார்கள், நீங்கள் ஒன்று சேர்ந்து ஒரு முடிவிற்கு வரலாம். உங்களுக்கான சிறந்த விருப்பத்தை நீங்கள் ஒன்றாக தேர்ந்துஎடுக்கலாம்.

மயக்க மருந்தூட்டல் கூடிய செயல்முறைக்கு நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

- நீங்கள் கவனித்துக்கொள்ள வேண்டியிருக்கும் எவரேனும் இருந்தால், எடுத்துக்காட்டாக, குழந்தைகள் அல்லது முதியவர்கள், அடுத்த நாள்வரை வேறு யாராவது அவர்களைக் கவனித்துக்கொள்ளும்படி நீங்கள் திட்டமிட வேண்டியிருக்கும்.
- உங்களை கவனித்து கொள்ள வந்தவர் உங்களை கார் அல்லது டாக்சி மூலம் வீட்டிற்கு அழைத்துச் செல்ல வேண்டும். உணர்ச்சி உள்ளடக்கத்தின்

தாக்கங்கள் 24 மணிநேரங்கள் வரை நீடிக்கலாம் என்பதால், அவர்கள் உங்களைக் கவனித்துக் கொள்வதற்காக முழு இரவும் உங்களுடன் தங்கவேண்டும்.

- உங்களின் அனைத்து மருந்துகளையும் மருத்துவமனைக்கு எடுத்துச் செல்லுங்கள், இதில் ஏதேனும் உள்ளிழுப்பான் மற்றும் நீங்கள் வழக்கமாக எடுத்துக்கொள்ளும் மருந்துகள் உட்பட.
- உங்களுக்கு ஒரு நோய் இருந்தால், சளி பிடித்திருந்தால், அல்லது, நீங்கள் கர்ப்பமாக இருந்தால், மயக்க மருந்தூட்டல் மேற்கொள்வது பாதுகாப்பாக இல்லாமலிருக்கலாம். அதுபோன்ற நேரங்களில், தயவுசெய்து உங்கள் மருத்துவமனையுடன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள். உங்கள் சிகிச்சையை மாற்றியமைக்க வேண்டியிருக்கலாம்.
- செயல்முறை நாளன்று, நீங்கள் தாய்ப்பால் கொடுக்கிறீர்களா என்று உங்கள் மருத்துவருக்கு தெரிவியுங்கள்
- மருத்துவமனைக்கு வருவதற்கு முன்னால், அனைத்து ஒப்பனைகளையும் - நகப் பூச்சு மற்றும் நகைகளையும் சேர்த்து- நீக்கிவிடுங்கள். நீங்கள் திருமணப் பட்டையை அணியலாம்.
- சில தளர்வாக இருக்கிற ஆடைகளைக் கொண்டுவாருங்கள், எடுத்துக்காட்டாக, உங்களை சௌகரியமாகவும், கதகதப்பாகவும் வைத்துக் கொள்வதற்காக, ஒருடிரெஸ்ஸிங் அங்கி அல்லது ஒரு கம்பளியாட்டு மயிரினால் ஆன உடை போன்றவற்றைக் கொண்டு வாருங்கள். எளிதில் அணியக்கூடிய தட்டையான காலணிகளை அணிந்து கொள்ளுங்கள்.

என் சிகிச்சை ஆரம்பிப்பதற்கு முன்பு, நான் சாப்பிடலாமா? பானம் பருகலாமா?

எப்போது சாப்பிடுவதை, பானம் பருகுவதை நிறுத்த வேண்டும் என்பதுபற்றி உங்கள் மருந்தகம் அல்லது மருத்துவமனை உங்களுக்கு அறிவுறுத்தல்கள் அளிக்கும்.

மிதமான மற்றும் ஆழமான தணிப்புக்கு, உங்கள் சிகிச்சைக்கு ஆறு மணி நேரத்திற்கு முன்பு நீங்கள் சாப்பிடுவதை நிறுத்த வேண்டும், ஆனால் உங்கள் சிகிச்சைக்கு இரண்டு மணிநேரத்திற்கு முன் சாதாரண அளவு 'தெளிவான திரவங்களை' நீங்கள் குடிக்கலாம். தெளிவான திரவங்களில் நீர், நீர்த்த சாறு (பிட்கள் இல்லை) மற்றும் கருப்பு தேநீர் அல்லது காபி ஆகியவை அடங்கும்.

இதை விட அதிக நேரம் சாப்பிடுவதையோ குடிப்பதையோ நிறுத்த முயற்சி செய்யுங்கள்.

குறைந்தபட்ச மயக்கத்திற்கு, உண்ணாவிரதம் பெரும்பாலும் தேவையில்லை, ஆனால் உங்கள் மருத்துவமனையில் சரியான வழிமுறைகளைச் சரிபார்க்க வேண்டியது அவசியம்.

உங்களுக்கு நீரிழிவு இருந்தால், நீங்கள் எப்போது உங்களுடைய மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும், உணவு உண்ணுவதை எப்போது நிறுத்தவேண்டும் என்பது பற்றி குறிப்பிட்ட அறிவுறுத்தல்களை நீங்கள் கேட்டறிய வேண்டும்.

எனது சிகிச்சையின் நாளில் என்ன நடக்கும்?

வழக்கமாக, நீங்கள் ஒரு அங்கியை மாற்றிக் கொள்வீர்கள். நீங்கள் செயல்முறை அறைக்குச் சென்றவுடன் மயக்க மருந்து நிபுணர், சில கண்காணிக்கும் கருவிகளை உங்களுடன் இணைப்பார். பொதுவாக பயன்படுத்தப்படும் உபகரணங்கள் பின்வருமாறு:

- உங்கள் கையில் இரத்த அழுத்தத்தை அளவிட உதவும் ஒரு சுற்றுப்பட்டை
- உங்கள் இதயத் துடிப்பின் ஒழுங்கைப் பதிவு செய்வதற்காக, உங்கள் மேல்மார்பில் சில மின் ஒட்டுப்பொருள்
- உங்களுடைய பிராணவாயு அளவை அளப்பதற்காக, உங்கள் விரலில் ஒரு கவ்வி (கிளிப்)
- நீங்கள் மூச்சு வெளிவிடும்போது அதிலுள்ள கரியமில வளிமதின் அளவை அளவிடுகிற ஒரு மெல்லிய பிளாஸ்டிக் குழாய். இது பொதுவாக பிராணவாயு முகமூடியுடன் இணைக்கப்பட்டிருக்கும்.

நரம்பு வழியாகச் செலுத்தப்படும் மயக்க மருந்தூட்டல் எப்படி கொடுக்கப்படுகிறது?

- உங்கள் கை அல்லது உங்கள் கையின் பின் புறம் உள்ள நரம்புக்குள் செலுத்தப்படும் ஒரு சொட்டுநீர் (கனுலா) மூலம் தணிப்பு அளிக்கப்படுகிறது. செயல் முறையின் போது உங்களுக்கு தேவைப்பட்டால் அதிக மயக்க மருந்து கொடுக்கப்படலாம். ஆழமான உணர்ச்சி உள்ளடக்கத்தின் போது, வழக்கமாக உங்கள் நரம்பில் ஒரு மருந்து தொடர்ந்து கொடுக்கப்படுகிறது.
- பொதுவாக, நீங்கள் மூச்சுவிடுவதற்காக பிராணவாயு உங்கள் மூக்கின் உட்பகுதியில் வைக்கப்பட்டுள்ள ஒரு பிளாஸ்டிக் குழாய் அல்லது ஒரு முகமூடியின் வழியாக வழங்கப்படுகிறது.

மயக்க மருந்தூட்டல் என்பது எப்படி இருக்கும்?

அவரவர்களுக்கு எவ்வளவு மருந்து கொடுக்கப் படுகிறது என்பதைப் பொறுத்து இந்த அனுபவம் ஒவ்வொருவருக்கும் மாறுபடும். ஆழமான உணர்ச்சி உள்ளடக்கத்தில் நீங்கள் தூங்கிக்கொண்டிருப்பீர்கள், ஆனால், லேசான உணர்ச்சி உள்ளடக்கத்தில் நீங்கள் பொதுவாக ஒரு மகிழ்ச்சியான தளர்வு நிலையை உணர்வீர்கள்.

எப்படி இருந்தது என்று நாங்கள் சில நோயாளிகளைக் கேட்டபோது, அவர்கள் தெரிவித்த சில பதில்கள் கீழ்கண்டவாறு:

'*நான் மிகவும் இடைவெளி உள்ளது போலும் மேலும் கனவுபோலும் உணர்ந்தேன்.*'

'*சிகிச்சை நேரம் முழுவதும் நான் விழித்திருந்ததாகத் தான் நான் நினைத்தேன்; ஆனால், அவ்வப்போது நான் தூங்கியிருக்கவேண்டும், ஏனெனில், அது திடீரென்று ஒரு மணி நேரத்திற்குப் பிறகாக இருந்தது.*'

' நிஜமாகவே நான் மிகவும் இறுக்கமில்லாமலும் மகிழ்ச்சியாகவும் உணர்ந்தேன்.'

'*அது விசித்திரமாக இருந்தது, என்னைச் சுற்றி நடப்பவைகளிலிருந்து நான் மிகவும் விலகியிருப்பதாக உணர்ந்தேன்.*'

செயல்முறைக்குப் பிறகு வீட்டிற்குச் செல்வது

- நீங்கள் லேசான அல்லது மிதமான உணர்ச்சி உள்ளடக்கத்தைப் பெற்றால், பொதுவாக, உங்கள் சிகிச்சை முடிந்து ஒரு மணி நேரத்துக்குள் நீங்கள் வீட்டிற்குச் செல்லலாம்.
- ஆழ்ந்த மயக்கத்தில் இருந்தால், உங்கள் மீட்பு பொதுவாக இரண்டு மணிநேரம் அல்லது அதற்கு மேல் எடுக்கும். நீங்கள் எப்போது வீட்டிற்குச் செல்லலாம் என்பது செயல்முறையிலிருந்து மீள எவ்வளவு நேரம் ஆகும் என்பதைப் பொறுத்தது.
- முன்பே குறிப்பிட்டதுபோல், திறனுள்ள ஒருவர் காரில் உங்களை வீட்டுக்கு அழைத்துச்செல்ல வேண்டும் - பொதுப் போக்குவரத்து உகந்ததில்லை- அவர் உங்களுடன் இரவு முழுவதும் இருத்தல் வேண்டும். சிகிச்சைக்குப் பிறகு யாராவது உங்களுடன் இருக்க நீங்கள் ஏற்பாடு செய்யவில்லை என்றால், நீங்கள் இரவில் மருத்துவமனையில் தங்க வேண்டியிருக்கலாம் அல்லது உங்கள் சிகிச்சையை ஒத்திவைக்க வேண்டியிருக்கும்.
- மயக்க மருந்தூட்டல் உங்கள் கால்களை நிலை தடுமாற வைக்கலாம். படிகளில், தயவுசெய்து கவனமாக இருங்கள், நீங்கள் நிலை தடுமாறுவதுபோல் உணர்ந்தால், உங்களுடன் யாராவது இருக்கும்படி செய்யுங்கள்.

- உங்கள் சிகிச்சைக்குப் பின் 24 மணி நேரம் வரை உங்கள் முடிவெடுக்கும் திறன் பாதிக்கப் படலாம், அதனால் அந்த சமயத்தில் நீங்கள் எந்த முக்கியமான முடிவெடுப்பதை தவிர்த்துவிடுங்கள். சமூக ஊடகங்கள்/பொது மன்றங்களில் இடுகையிடுவதையும் தவிர்க்க வேண்டும்.
- 24 மணிநேரத்திற்கு நீங்கள் வேலைக்குத் திரும்பவோ, சார்ந்திருப்பவர்களைக் கவனிக்கவோ, வாகனம் ஓட்டவோ, சமைக்கவோ அல்லது இயந்திரங்களை இயக்கவோ கூடாது, ஏனெனில் மருந்துகள் உங்கள் உடலை விட்டு வெளியேறுவதற்கு இவ்வளவு நேரம் ஆகலாம்.
- செயல் முறைக்குப் பிறகு 24 மணிநேரத்துக்கு நீங்கள் எந்த விதமான மதுவோ அல்லது தூக்க மாத்திரைகளோ எடுத்துக்கொள்ளக்கூடாது.
- வீட்டில் பின்பற்றவேண்டிய கூடுதல் சிகிச்சையைப் பற்றிய அறிவுறுத்தல்களை உங்கள் மருத்துவர் எழுதிக் கொடுப்பார்.
- நீங்கள் வீட்டில் நன்றாக உணரவில்லை என்றால், அழைப்பதற்காக ஒரு தொடர்புத் தொலைபேசி எண்ணை மருத்துவமனை உங்களுக்கு கொடுக்கும்.
- செயல்முறைக்குப் பிறகு நீங்கள் கவலைப்பட்டாலோ, உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருந்தாலோ, அல்லது மருத்துவமனையின் தொடர்பு எண்ணைக் கண்டுபிடிக்க முடியாமலோ இருந்தால், நீங்கள் உங்கள் பொது மருத்துவரை அழைக்கலாம், 111 என்ற எண்ணை அழைக்கலாம் அல்லது உங்கள் உள்ளூர் விபத்து மற்றும் தேவைப்பட்டால் தக்க துணையுடன் அவசர சிகிச்சை பிரிவுக்கு செல்லலாம்.

பக்க விளைவுகள், சிக்கல்கள் மற்றும் ஆபத்துகள்

நவீன மயக்க மருந்துகளில், கடுமையான பிரச்சினைகள் வழக்கமாக இருப்பதில்லை. அபாயத்தை முழுவதுமாக அகற்ற முடியாது, ஆனால் நவீன உபகரணங்கள், பயிற்சி மற்றும் மருந்துகள் மயக்க மருந்துகளை சமீபத்திய ஆண்டுகளில் மிகவும் பாதுகாப்பான செயல்முறையாக ஆக்கியுள்ளன.

காட்டப்பட்டுள்ள அனைத்து அபாயங்களையும் தவிர்க்க, மயக்க மருந்து நிபுணர்கள் மிகுந்த கவனத்துடன் இருக்கிறார்கள். இந்த ஆபத்துகள் மற்றும் அவற்றைத் தவிர்ப்பதற்கு எடுக்கப்பட்ட முன்னெச்சரிக்கைகள் குறித்து உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர் உங்களுக்கு கூடுதல் தகவல்களை வழங்க இயலும்.

மக்கள் வார்த்தைகள் மற்றும் எண்களை எவ்வாறு விளக்குகிறார்கள் என்பதில் வேறுபடுகிறார்கள். கீழே உள்ள அளவுகோல் உதவுவதற்காக கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

10 இல் 1	**100 இல் 1**	**1,000 இல் 1**	**10,000 இல் 1**	**100,000 இல் 1**
ஒருவர் உங்கள் குடும்பத்தில்	ஒருவர் தெருவுக்கு	ஒருவர் கிராமத்துக்கு	ஒரு சிறு நகரத்துக்கு ஒருவர்	ஒரு பெரிய நகரத்துக்கு ஒருவர்

கல்லூரி இணையத் தளத்தில் உள்ள நோயாளித் தகவல் பக்கங்களிலிருந்தும் நீங்கள் கூடுதல் தகவல்களைப் பெறலாம்:
www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil

உங்கள் மயக்கத்தின் போது ஏற்படும் ஆபத்துகள்

- உங்கள் சுவாசிக்கும் விகிதம் மெதுவாகலாம். ஆழ்ந்த மயக்கத்தில் இது மிகவும் பொதுவானது, ஆனால் மயக்க மருந்து பயன்படுத்தப்படும் போதெல்லாம் இந்த ஆபத்து உள்ளது. உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர் உங்களைக் கண்காணிப்பதில் திறமையானவர் மற்றும் தேவைப்பட்டால் நீங்கள் சுவாசிப்பதற்கு அவரால் உதவ முடியும்.
- உங்கள் இரத்த அழுத்தம் ஒரு சிறிய அளவு குறைவது மிகவும் பொதுவானது, ஆனால் உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர் இதற்கும் சிகிச்சையளிப்பதில் பயிற்சி பெற்றவர்.
- உங்கள் கானுலா வைக்கப்பட்ட இடத்தில் ஒரு சிறிய காயம் இருப்பது மிகவும் பொதுவானது.
- உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருப்பது அல்லது வாந்தி எடுப்பது அசாதாரணமானது.
- வயிற்றின் உள்ளடக்கங்கள் உங்கள் நுரையீரலுக்குள் செல்லும் அரிதான ஆபத்து உள்ளது. இந்த ஆபத்தை மிகக் குறைவாக வைத்திருக்க உணவு மற்றும் குடிப்பதற்கான வழிமுறைகளைப் பின்பற்றுவது முக்கியம்.
- மயக்க மருந்துகளுக்கு எந்த ஒவ்வாமை எதிர்வினையும் மிகவும் அரிதானது.

உங்கள் மயக்கத்திற்குப் பிறகு ஆபத்துகள்

- உங்கள் கால்களில் தடுமாற்றம்
  தூக்கத்தில் இருத்தல் போன்ற உணர்வு மிகவும் பொதுவானது. நீங்கள் குறிப்பாக வயதானவராக இருந்தால் விழுவதற்கான அதிக ஆபத்தில் இருக்கலாம்.
- மயக்கம் 24 மணிநேரம் வரை உங்கள் முடிவெடுக்கும் திறனை நினைவாற்றலையும் பாதிக்கும்.

உங்கள் மயக்கத்தைப் பற்றி நீங்கள் கேட்க விரும்பும் கேள்விகள்

1 என்னுடைய மயக்க மருந்தை யார் தருவார்கள்?

2 எனக்கும் செய்யும் நடைமுறைக்கு
எந்த வகையான மயக்க மருந்து சிறந்தது?

3 எனக்கு ஏதேனும் குறிப்பிட்ட ஆபத்துகள் உள்ளதா?

4 செயல்முறைக்கு முன் நான் எப்போது சாப்பிடுவதையும் குடிப்பதையும் நிறுத்த வேண்டும்?

5 என்னை எந்நேரத்திற்கு அழைத்துச் செல்லும்படி நான் ஏற்பாடு செய்ய வேண்டும்?

கூடுதல் வள ஆதாரங்கள்

- ஒரு பொது மயக்க மருந்து அல்லது மயக்கத்திலிருந்து மீண்டு வரும் ஒருவரைப் பராமரித்தல் (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil).
- Academy of Medical Royal Colleges. *உடல் நல் பராமரிப்புச் செயல்முறைகளுக்குப் பாதுகாப்பான மயக்க மருந்தூட்டல் பழக்கங்கள்: தரநிலைகள் மற்றும் வழிகாட்டுதல். ஒரு புதுப்பிப்பு.* AoMRC, 2021 (https://bit.ly/3wEoHGy).
- Academy of Medical Royal Colleges. *உடல் நல் பராமரிப்புச் செயல்முறைகளுக்குப் பாதுகாப்பான மயக்க மருந்தூட்டல் பழக்கங்கள்: தரநிலைகள் மற்றும் வழிகாட்டுதல். தரநிலைகள் மற்றும் வழிகாட்டுதல். AoMRC,* 2013 (http://bit.ly/301ndq8).
- பல் மருத்துவத்தில் மயக்கமடைவதற்கான கல்லூரிகளுக்கிடையேயான ஆலோசனைக் குழு. *பல் பராமரிப்பு முன்னேற்பாட்டில், விழிப்புணர்வுள்ள மயக்க மருந்தூட்டல் கான தர நிலைகள். RCS*, 2020 (https://bit.ly/3vz0YWP).

- மயக்க மருந்தளித்த அல்லது மயக்க மருந்தளிக்கும் செயல்முறையைப் பெறுவதுடன் தொடர்புடைய குறிப்பிட்ட ஆபத்துகளைப்பற்றிய துண்டுப் பிரசுரங்கள் கல்லூரி இணையத் தளம் வழியாகவும் கிடைக்கின்றன: www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil

இந்த துண்டுப்பிரசுரத்தில் உள்ள தகவல்களை துல்லியமாகவும் புதுப்பித்ததாகவும் வைத்திருக்க நாங்கள் மிகவும் முயற்சி செய்கிறோம், ஆனால் இதற்கு நாங்கள் உத்தரவாதம் அளிக்க முடியாது. இந்தப் பொதுவானத் தகவல், உங்களுக்கு இருக்கக்கூடிய அனைத்து கேள்விகளையும் கொண்டுள்ளது அல்லது உங்களுக்கு முக்கியமானவையாக இருக்கக்கூடிய அனைத்தையும் கையாளும் என்று நாங்கள் எதிர்பார்க்கவில்லை. இந்த துண்டுப்பிரசுரத்தை ஒரு வழிகாட்டியாகப் பயன்படுத்தி, உங்கள் தேர்வுகள், மற்றும் உங்களுக்குள்ள ஏதேனும் கவலைகள் பற்றி உங்கள் மருத்துவக் குழுவுடன் நீங்கள் கலந்தாலோசிக்க வேண்டும். இந்தத் துண்டுப் பிரசுரம் மட்டும் தனியாக ஒரு அறிவுரையாகக் கருதப்படக் கூடாது. இதை எந்த வணிக அல்லது தொழில் நோக்கத்திற்கும் பயன்படுத்துமுடியாது. முழுமையான பொருப்புத் துறப்பிற்கு தயவுசெய்து இங்கே கிளிக் செய்க (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil).

அனைத்து மொழிபெயர்ப்புகளும் Translators without Borders சமுதாயத்தால் வழங்கப்படுகின்றன. மொழிப்பெயர்ப்பை முடிந்தவரை துல்லியமாக இருக்க, மொழிப்பெயர்ப்பின் தரம் சரிபார்க்கப்படுகிறது, ஆனால், சில தகவல்களில் தவறுகள் மற்றும் தவறான விளக்கம் ஏற்படும் ஆபத்து உள்ளது.

நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்கள் என்பதை சொல்லுங்கள்

இந்தத் சிற்றேடினை மேம்படுத்துவதற்கான ஆலோசனைகளை நாங்கள் வரவேற்கிறோம்.

இதுபற்றி உங்களுக்கு ஏதேனும் கருத்துகள் இருந்தால், தயவுசெய்து அவற்றை இந்த மின்னஞ்சல் முகவரிக்கு அனுப்புங்கள்: patientinformation@rcoa.ac.uk

மயக்க மருந்து நிபுணர்களின் ராயல் கல்லூரி
சர்ச்சில் ஹவுஸ், 35 ரெட் லயன் சதுக்கம், லண்டன் WC1R 4SG
020 7092 1500

www.rcoa.ac.uk

இரண்டாவது பதிப்பு, ஜூன் 2021

வெளியிடப்பட்ட தேதியிலிருந்து மூன்று ஆண்டுகளுக்குள் இந்த துண்டுப் பிரசுரம் மதிப்பாய்வு செய்யப்படும்.

© 2021 மயக்க மருந்து நிபுணர்களின் ராயல் கல்லூரி

நோயாளித் தகவல் வளங்களை உருவாக்கும் நோக்கத்துக்காக இந்தத் துண்டுப்பிரசுரத்தைப் பிரதியெடுத்துக் கொள்ளலாம். இந்த அசல் மூலத்தை தயவுசெய்து மேற்கோள் காட்டுங்கள். இந்த துண்டுப்பிரசுரத்தின் ஒரு பகுதியை மற்றொரு வெளியீட்டில் நீங்கள் பயன்படுத்த விரும்பினால், தகுந்த ஒப்புகை அளிக்கப்படவேண்டும், மேலும் சின்னங்கள், தர அடையாளம் மற்றும் படிமங்கள் நீக்கப்பட வேண்டும். மேலும் தகவல்களுக்கு, எங்களைத் தொடர்புகொள்ளவும்.