



# பொது உணர்வகற்றி மயக்க மருந்து

12 வயதிலிருந்தான இளையவர்களுக்கான ஒரு  
சுருக்கமான கையேடு

## பொது உணர்வகற்றி மயக்க மருந்து

பொது உணர்வகற்றி மயக்க மருந்து என்றால், உங்களுடைய மயக்க மருந்து நிபுணர் உங்களை நினைவிழக்கச் செய்வதற்காக ஒரு மருந்தை (அல்லது, சில நேரங்களில் மயக்க மருந்து வாயுவை) பயன்படுத்துவது. இது ஓர் ஆழமான தூக்கத்தைப்போன்ற உணர்வை உண்டாக்கும்; இதன் பொருள், உங்களுடைய அறுவைச் சிகிச்சையின்போது உங்களால் எதையும் பார்க்கவோ கேட்கவோ உணரவோ இயலாது (அதாவது, உங்களுக்கு என்ன செய்யப்படுகிறது என்பது உங்களுக்குத் தெரியாது).

அறுவைச் சிகிச்சைகள் மற்றும் சில மருத்துவப் பரிசோதனைகள் உள்ளிட்ட பல செயல்பாடுகளுக்குப் பொது உணர்வகற்றி மயக்க மருந்து தேவைப்படுகிறது.

## உணர்வகற்றி மயக்க மருந்துக் குழு

மயக்க மருந்து நிபுணர்கள் என்பவர்கள், மக்களுக்கு அறுவைச் சிகிச்சை மற்றும்/அல்லது பரிசோதனைகள் நடைபெறும்போது அவர்களை வசதியாகவும் பாதுகாப்பாகவும் வைப்பதற்காக மயக்க மருந்துகளைப் பயன்படுத்துவதில் சிறப்புப் பயிற்சி பெற்ற மருத்துவர்கள் ஆவர்.

நீங்கள் மற்றும் உங்கள் பெற்றோர்/உங்களைப் பராமரிப்பவர் உங்களுடைய நடைமுறைக்கு முன்னால் ஒரு மயக்க மருந்து நிபுணரைச் சந்திப்பீர்கள். அவர்கள் உங்களுடைய நலனைப்பற்றிக் கேட்பார்கள், உங்களுக்கு மயக்க மருந்து மற்றும் வலி நிவாரணம் வழங்குவதற்கான ஒரு திட்டத்தை உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்வார்கள். உங்களுக்கு ஏதும் கேள்விகள் இருந்தால், அவர்கள் மகிழ்ச்சியுடன் அவற்றுக்குப் பதில் அளிப்பார்கள்.

மயக்க மருந்து நிபுணருக்கு ஆதரவு அளிக்கும் பிற ஊழியர் உறுப்பினர்கள், இணை மயக்க மருந்துக் கூட்டாளர்கள், இயக்கத் துறைப் பயிற்சியாளர்கள் (சில நேரங்களில் ODPக்கள் என்று அழைக்கப்படுகிறவர்கள்) மற்றும் அறுவைச் சிகிச்சை அரங்கச் செவிலியர்கள்.

## ஒப்புதல்

மயக்க மருந்து நிபுணர் உங்களுடனும் மற்றும் உங்கள் பெற்றோர்/உங்களைப் பராமரிப்பவருடன், உங்களுடைய பராமரிப்புக்கான ஒரு திட்டத்தை நீங்கள் ஏற்றுக் கொள்வதற்கான பணியைக் செய்வார்கள். திட்டம் விவாதிக்கப்பட்டு ஒப்புக் கொள்ளப்படும்வரை உங்களுக்கு எதுவும் நடக்காது. நீங்கள் உங்கள் விருப்பத்திற்கு ஏற்ப எத்தனைக் கேள்விகளை வேண்டுமானாலும் கேட்கலாம், அதன்மூலம், நடக்கிற அனைத்தையும் புரிந்துகொள்ளலாம், திட்டத்துக்கு 'ஒப்புதல்' (சம்மதம்) வழங்கலாம். நீங்கள் வயதானவர் என்றால், உங்களுடைய புரிந்துகொள்ளல் இன்னும் ஆழமாக இருக்கும், அதனால், தீர்மானம் எடுப்பதில் நீங்கள் இன்னும் பெரிய ஒரு பங்கை வகிக்க இயலும்.

முன்வைக்கப்படும் மயக்க மருந்துப் பராமரிப்பு உங்களுக்கு திருப்தி அளித்ததும், நீங்களோ உங்களுடைய பெற்றோர்/உங்களைப் பராமரிப்பவர் ஓர் ஒப்புதல் ஆவணத்தில் கையொப்பமிடுவீர்கள். நீங்கள் ஒப்புதலைப்பற்றி மேலும் படிப்பதற்கு எங்களுடைய இளையவர்களுக்கான இணையக் கையேட்டைக் காணலாம் ([www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil](http://www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil)).

## உங்களுக்கு மயக்க மருந்து வழங்கப்படுவதற்குத் தயாராதல்

### உங்கள் நலன்

- மயக்க மருந்தைப் பெறுவதற்குமுன்னால் நீங்கள் இயன்றவரை நலமாக இருக்கவேண்டும். மயக்க மருந்து வழங்கப்படுவதற்கு முன்னால் நலமான வாழ்க்கை முறை மாற்றங்களைச் செய்துகொள்வது நீங்கள் இன்னும் விரைவாகக் குணமாவதற்கு உங்களுக்கு உதவும்.

- இயன்றால், உங்களுடைய அறுவைச் சிகிச்சைக்கு ஆறு வாரங்கள் முன்பாக, மற்றவர்களுடைய சிகரெட் புகையைச் சுவாசிக்காமல் இருக்க முயலுங்கள், மற்றும் நீங்களும் புகை பிடிக்காதீர்கள். ஒருவேளை, புகை பிடிக்கிற ஒருவருடன் நீங்கள் வசிக்கிறீர்கள் என்றால், இந்த நேரத்தில் வெளியில் சென்று புகை பிடிக்கும்படி அவரைக் கேட்க முயலுங்கள்.
- குழந்தைகளும் இளையவர்களும் 18 வயத ஆகும்வரை மது அருந்தவேண்டாம் என்று அறிவுறுத்தப்படுகிறது. உங்களுடைய பதின் பருவ ஆண்டுகளில் மது மற்றும் பொழுதுபோக்கு மருந்துகளைப் பயன்படுத்துவது, பலவிதமான நல மற்றும் சமூகப் பிரச்சனைகளுக்கு வழி வகுக்கலாம். NHS இணையத் தளத்தில் இதைப்பற்றி மேலும் படியுங்கள் (<http://bit.ly/3mo2QP0>).
- உங்களுக்கு நீண்ட நாள் மருத்துவப் பிரச்சனைகள் ஏதும் இருந்தால், அவை நன்கு கட்டுப்படுத்தப்படாவிட்டால், உங்களுடைய அறுவைச் சிகிச்சைக்கு முன்னால் நீங்கள் அல்லது உங்கள் பெற்றோர்/உங்களைப் பராமரிப்பவர் உங்களுடைய GP அல்லது சிறப்பு வல்லுனரைத் தொடர்புகொண்டு, உங்களுக்கு மயக்க மருந்து வழங்கப்படவிருக்கிறது என்று அவர்களிடம் சொல்ல வேண்டும். அதன்பிறகு, நீங்கள் மருத்துவமனையில் இருக்கிற நேரத்தில் நீங்கள் இயன்ற அளவுக்குப் பாதுகாப்பாக இருப்பதற்கு நீங்களும் உங்களுடைய மயக்க மருந்து நிபுணரும் மேற்கொள்ளவேண்டிய படிநிலைகளைப் பற்றி அவர்களுடன் பேசுங்கள்.
- நீங்கள் தொடர்ந்து எடுத்துக்கொள்ளும் மருந்துகளை மருத்துவமனைக்கு உங்களுடன் கொண்டுவருங்கள்.
- உங்களுடைய பாதுகாப்புக்காக, நீங்கள் கருத்தடை மாத்திரை எடுத்துக்கொள்கிறீர்களா அல்லது ஏதேனும் பொழுதுபோக்கு மருந்துகளைப் பயன்படுத்தியுள்ளீர்களா என்று உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர் தெரிந்துகொள்ளவேண்டும்.
- இயன்றால், உங்களுக்கு இருக்கக்கூடிய ஒவ்வாமைகள், மயக்க மருந்துகளுக்கு எதிராக ஒரு குறிப்பிட்ட எதிர்வினையைக் கொண்டிருந்திருக்கக்கூடிய குடும்ப உறுப்பினர்களைப்பற்றிய தகவல்களைக் கண்டறியுங்கள், இவற்றை நீங்கள் உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணருக்குச் சொல்லலாம்.
- 12 வயதுக்கு மேற்பட்ட எந்தப் பெண்ணுக்கும் ஒரு சிறுநீர் மாதிரியைப் பரிசோதித்துக் கர்ப்பப் பரிசோதனை நடத்துவது இயல்பானது. இது ஏன் செய்யப்படுகிறது என்பதைப்பற்றித் தெரிந்துகொள்ள, பின்வரும் சிறுநீர் மாதிரி படியுங்கள்(<http://bit.ly/31Qncab>). இது சங்கடமாகத் தோன்றலாம் என்பது எங்களுக்குத் தெரியும். ஆனால், ஊழியர்கள் இயன்றவரை தனியாக இந்தப் பரிசோதனைகளைச் செய்வார்கள்.

- புகை பிடிக்கும் பழக்கம், குடிப் பழக்கம் மற்றும் போதைப் பொருட்களை எடுத்துக்கொள்ளுதல் ஆகியவற்றைப்பற்றி மயக்க மருந்து நிபுணர் உங்களிடம் கேள்விகளைக் கேட்கும்போது, தயவுசெய்து உங்களுடைய நேர்மையான பதில்களை வழங்குங்கள். இந்தப் பிரச்சனைகளைப்பற்றி விவாதிப்பது கடினமாக இருக்கலாம் என்பது எங்களுக்குத் தெரியும், அதனால், அந்த நேரத்தில் உங்கள் பெற்றோர்/உங்களைப் பராமரிப்பவர் அருகில் இருக்கவேண்டாம் என்று நீங்கள் விரும்பினால், மயக்க மருந்து நிபுணருடன் தனியாகப் பேசவேண்டும் என்று நீங்கள் கேட்கலாம்.
- உங்களுடைய சொந்த ஒப்புதல் படிவத்தில் கையெழுத்திட்டும் அளவுக்கு உங்களுக்கு வயதாகியிருக்காவிட்டால், உங்கள் அறுவைச் சிகிச்சைக்கான ஒப்புதல் வழங்குவதற்கு இந்தச் செயல்பாட்டைப்பற்றியும் சாத்தியமுள்ள எந்தவோர் ஆபத்தைப்பற்றியும் உங்கள் பெற்றோர்/உங்களைப் பராமரிப்பவர் போதுமான அளவு தெரிந்துவைத்திருக்கவேண்டும்.
- இயன்றால், நீங்கள் மருத்துவமனைக்கு வருவதற்குமுன்னால், மயக்க மருந்துகளுடன் உங்களுக்கு இருக்கக்கூடிய ஒவ்வாமைகள் அல்லது மயக்க மருந்துகளுடன் ஒரு குறிப்பிட்ட எதிர்வினையை நிகழ்த்தியிருக்கக்கூடிய குடும்ப உறுப்பினர்களைப்பற்றிய தகவல்களைக் கண்டறியுங்கள், அதை உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணரிடம் சொல்வதற்காக.

## உங்களுக்கு மயக்க மருந்து வழங்கப்படுவதற்குமுன் உண்ணுதல் மற்றும் பானங்களைக் குடித்தல்

- உங்கள் செயல்முறைகளுக்கு முன்பாக நீங்கள் எப்போது சாப்பிடுவதை மற்றும் பானங்களைக் குடிப்பதை நிறுத்தவேண்டும் என்பதுபற்றி மருத்துவமனை உங்களுக்குத் தெளிவான அறிவுறுத்தல்களை வழங்கவேண்டும்.
- இந்த அறிவுறுத்தல்களைப் பின்பற்றுவது உங்கள் பாதுகாப்புக்கு முக்கியம். உங்களுக்கு மயக்க மருந்து வழங்கும்போது உங்கள் வயிற்றில் உணவு அல்லது நிறையத் திரவங்கள் இருந்தால், அது உங்கள் தொண்டையின் பின்பகுதிக்கு மேலேறி வரலாம், பின்னர் உங்கள் நுரையீரல்களில் நுழையலாம். இது மூச்சுத் திணறலை உண்டாக்கலாம், அல்லது, உங்கள் நுரையீரல்களுக்குத் தீவிரச் சேதத்தை உண்டாக்கலாம். பொதுவாக நீங்கள் குறைந்த அளவில் தெளிவான திரவங்களை (பொதுவாகத் தண்ணீர் அல்லது நீர்த்த ஸ்க்வாஷ்) உட்கொள்ளலாம் என்று ஊக்கப்படுத்தப்படுவீர்கள், உங்களுக்கு மயக்க மருந்து வழங்கப்படும் நேரம் நெருங்கும்வரை இது பாதுகாப்பானது.

## ஆடை

- தொளதொளப்பான, வசதியான, பின்னர் எளிதில் துவைக்கக்கூடிய ஏதாவது ஓர் ஆடையை அணிந்துகொள்ளுங்கள்.
- நீங்கள் பைஜாமாக்கள், செருப்புகள் மற்றும்/அல்லது ஒரு டிரெஸ்ஸிங் அங்கியைக் கொண்டுவரவேண்டுமா என்று கேளுங்கள்.
- வீடு திரும்பும்போது மாற்றிக்கொள்வதற்கு ஏதாவது ஓர் ஆடையைக் கொண்டுவாருங்கள்.
- மருத்துவமனை அங்கி ஒன்றை அணிந்துகொள்ளுமாறு நீங்கள் கேட்கப்படலாம்.
- பொதுவாக, அறுவைச் சிகிச்சை அரங்கத்துக்குள் செல்லும்போது உங்களுடைய உள்ளாடைகளில் பெரும்பாலானவற்றை நீங்கள் அணிந்திருக்கலாம், இதில் உங்களுடைய மார்க்கச்சையும் பொருந்தும், ஆனால் அதில் உலோகக் கீழ்க்கம்பிகள் இருக்கக்கூடாது. எனினும், இதுபற்றி உங்கள் செவிலியரிடம் கேளுங்கள். சில நேரங்களில், அறுவைச் சிகிச்சையின்போது அல்லது பரிசோதனையின்போது உள்ளாடையை நீக்கவேண்டியிருக்கலாம்.
- சில நேரங்களில், அறுவைச் சிகிச்சை செய்கிற இடத்திலிருந்து சிறிது முடியை அறுவைச் சிகிச்சை வல்லுனர் கூடிவரம் செய்து நீக்கலாம், ஆனால், இது நடக்கும் என்றால், பொதுவாக அவர்கள் முன்கூட்டியே இதை உங்களுக்குச் சொல்வார்கள்.
- உங்கள் அறுவைச் சிகிச்சைக்கு முன்னால், முழங்கால் வரையிலான நீளம் கொண்ட, மீள்தன்மை கொண்ட காலுறைகளை அணியும்படி நீங்கள் கேட்டுக்கொள்ளப்படலாம். இவை, உங்கள் கால்களைச் சுற்றி ரத்தம் ஓடுவதற்கு உதவுகின்றன, அதன்மூலம் இரத்தக் கட்டிகளைத் தடுக்கின்றன.

## நகை மற்றும் ஒப்பனை

- இயன்றால், எந்தவொரு நகை மற்றும் அலங்காரக் குத்தல்களையும் தயவுசெய்து வீட்டில் விட்டுவிடுங்கள். உங்களால் உங்கள் நகையை நீக்க இயலாது என்றால், அதற்கு அல்லது உங்கள் தோலுக்குச் சேதம் ஏற்படாமல் தடுப்பதற்காக ஒரு பசைப்பட்டையால் அதை மூட இயலவேண்டும்.
- தயவுசெய்து, ஒப்பனை இட்டுக்கொள்வதையும் நகத்தில் வார்னிஷ் இட்டுக்கொள்வதையும் தவிர்த்துவிடுங்கள். செயல்முறையின்போது உங்களைக் கண்காணிப்பதற்காக மருத்துவமனை ஊழியர்கள் இவற்றை நீக்கவேண்டியிருக்கலாம்.

## நேரத்தைப் போக்குதல்

- அடிக்கடி, நீங்கள் நெடுநேரம் காத்திருக்கவேண்டியிருக்கும்.
- அந்த நேரங்களில் செய்வதற்கு எதையாவது கொண்டுவருங்கள் (எடுத்துக்காட்டாக, ஒரு புத்தகம், ஓர் இதழ் அல்லது உங்கள் மொபைல் தொலைபேசி). உங்கள் ஹெட்ஃபோன்கள் மற்றும் மின்னேற்றிகளைத் தயவுசெய்து நினைவில் வைத்திருங்கள்.
- இந்தக் காத்திருக்கும் நேரத்தில் தயவுசெய்து புகை பிடிக்கவேண்டாம் அல்லது சூயிங்கம் மெல்லவேண்டாம், சாப்பிடுதல் மற்றும் பானங்களை அருந்துதல் தொடர்பான வழிகாட்டுதல்களைக் கவனமாகப் பின்பற்றுங்கள்.

## மயக்க மருந்து எடுத்துக் கொள்வது

- பொதுவாக, உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர் அறுவைச் சிகிச்சை அரங்கத்துக்கு அடுத்து உள்ள, மயக்க மருந்து வழங்கும் அறை என்று அழைக்கப்படுகிற ஓர் அறையில் உங்களுக்கு மயக்க மருந்து வழங்கத் தொடங்குவார். சில நேரங்களில், அறுவைச் சிகிச்சை அல்லது பரிசோதனை நடக்கவுள்ள இடத்தில் இது நிகழலாம்.
- பொதுவாக, உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர் ஒரு கன்னுலா வழியாகச் சிறிது மருந்தை உங்களுக்கு வழங்குவதன் மூலம் உங்களுக்கு மயக்க மருந்து வழங்கத் தொடங்குவார் (இதுபற்றிய கூடுதல் தகவல்களுக்கு, கீழே பாருங்கள்). அபூர்வமாகச் சில நேரங்களில், அவர்கள் உங்களை ஒரு வாயுவை முகரச் சொல்வார்கள், அந்த வாயு கிட்டத்தட்ட ஃபெல்ட்-டிப் பேனாக்களைப்போன்ற மணத்துடன் இருக்கும். சில நேரங்களில், இவற்றில் எதைப் பெறுவது என்று நீங்கள் தேர்ந்தெடுக்கலாம்.
- உங்கள் கன்னுலா வழியாக மருந்து வழங்குவதுதான் உங்களுக்கு மயக்க மருந்து வழங்குவதற்கான மிக விரைவான வழி. நீங்கள் வாயுவை முகர்ந்தால், நீங்கள் நினைவிழந்ததும் உங்களுக்கு ஒரு கன்னுலா போடப்படும். இதன்மூலம், உங்கள் செயல்முறையின்போது மயக்க மருந்து நிபுணர் உங்களுக்குக் கூடுதல் மயக்க மருந்து, வலிநிவாரணிகள் அல்லது பிற மருந்துகள் மற்றும் திரவங்களை வழங்கலாம். எந்த முறையானாலும் சரி, நீங்கள் நினைவிழப்பதற்குமுன் இலகுவாக (குழப்பமாக) உணர்வீர்கள்.
- நீங்கள் விரும்பினால், நீங்கள் நினைவிழக்கும்வரை உங்கள் பெற்றோர்/உங்களைப் பராமரிப்பவர் உங்களுடன் இருக்க இயலலாம். அதன்பிறகு, அவர்கள் ஒரு காத்திருப்பு அறையில் அல்லது மருத்துவமனை படுக்கைத்தொகுதியில் உங்களுக்காகக் காத்திருக்கலாம். மாற்றாக, மயக்க மருந்து பணிபுரியத் தொடங்கும் நேரத்தில் ஒரு செவிலியர் உங்களுடன் இருப்பார்.

## கன்னுலா

- கன்னுலா என்பது ஒரு மெலிதான, நெகிழ்வுத் தன்மை கொண்ட பிளாஸ்டிக் குழாய் ஆகும், இது நரம்பில் இடப்படுகிறது, பொதுவாக உங்கள் கையின் பின்பகுதியில் இது இடப்படுகிறது.
- கன்னுலாவை இடும்போது ஏதேனும் வசதியின்மை இருந்தால், அதைக் குறைப்பதற்காக, உங்களுடைய கையின் பின்பகுதியில் ஒரு மரத்துப்போகவைக்கும் கிரீம் அல்லது ஒரு சிறப்புக் குளிர் தெளிப்பான் வழங்கப்படலாம்.
- கன்னுலாவை உள்ளே செலுத்துவதற்காக ஒரு மெலிதான ஊசி பயன்படுத்தப்படுகிறது, பிறகு, உடனடியாக அந்த ஊசி அகற்றப்படுகிறது.
- கன்னுலா அதன் இடத்தில் வைக்கப்பட்டதும், உங்கள் மருந்துகளை அதன்வழியாக வழங்கலாம், எந்தக் கூடுதல் ஊசிகளும் தேவையில்லாமல். சில நேரங்களில், இது சிறிதளவு குளிரை, கூச்சத்தை அல்லது சிறிய வசதியின்மையை உண்டாக்கலாம்.
- பொதுவாக, அறுவைச் சிகிச்சைக்குப் பிறகு உங்களுக்கு வலிநிவாரணிகள், திரவங்கள் அல்லது பிற மருந்துகள் தேவைப்பட்டால் அவற்றை வழங்குவதற்காகக் கன்னுலா அதன் இடத்தில் விடப்படுகிறது.

## மயக்க மருந்து வழங்கலின்போது

- மயக்க மருந்து நிபுணர் ஒருவர் எல்லா நேரங்களிலும் உங்களுடன் இருப்பார்.
- மயக்க மருந்து நிபுணருடைய பணி, உங்களைப் பாதுகாப்பாக வைப்பது, அறுவைச் சிகிச்சை நிறைவடையும்வரை நீங்கள் நினைவிழந்து இருப்பதற்காகப் போதுமான அளவு மயக்க மருந்துகள் மற்றும் வலி நிவாரணத்தை வழங்குதல்.
- மயக்க மருந்து வழங்கலுக்கு நடுவில் ஒருவர் விழித்தெழுதல் மிகவும் அபூர்வமானது, ஏனெனில், மயக்க மருந்து நிபுணர் உங்களை மிக நெருக்கமாகக் கண்காணிக்கிறார் (உங்கள் இரத்த அழுத்தம், இதயத் துடிப்பு மற்றும் மூச்சுவிடல் உள்பட), உங்களுக்குச் சரியான அளவு மயக்க மருந்து கிடைப்பதை உறுதிசெய்கிறார்.

## பின்னர் விழித்தெழல்

- அறுவைச் சிகிச்சைகள்/பரிசோதனைகளுக்கு வெவ்வேறு அளவு நேரம் ஆகிறது, ஆனால், அறுவைச் சிகிச்சை முடிந்தவுடன் மயக்க மருந்து நிபுணர் உங்களுக்கு மயக்க மருந்துகளை அளிப்பதை நிறுத்திவிடுவார். இதன்மூலம், சுமார் ஐந்து நிமிடங்களுக்குப்பிறகு நீங்கள் விழித்தெழலாம்.
- நீங்கள் அநேகமாக நோய்மீட்டெழும் அறையில் விழித்தெழுவீர்கள். ஆனால், முதல் சில நிமிடங்கள் உங்களுக்கு நினைவில் இல்லாமலிருக்கலாம், அல்லது, உண்மையில் நீங்கள் எங்கு இருக்கிறீர்கள் என்பதை நீங்கள் உணராமலிருக்கலாம். அறுவைச் சிகிச்சை அரங்கத்தின் பயிற்சி பெற்ற உறுப்பினர் ஒருவர், பொதுவாக ஒரு மீட்புச் செவிலியர், உங்களைக் கவனித்துக்கொள்வார்.
- அதன்பிறகு நீங்கள் எப்படி உணர்கிறீர்கள் என்பது, உங்களுக்குச் செய்யப்பட்ட செயல்முறை மற்றும் உங்களுக்கு வழங்கப்பட்ட மயக்கமருந்தின் வகையைப் பொறுத்தது. சில மக்களுக்குத் தொண்டை வறண்டு வலிக்கலாம், தலை வலி இருக்கலாம், உடல் நடுங்கலாம் அல்லது சிறிது உடல் நலம் இல்லாததுபோல் உணரலாம். பொதுவாக, நீங்கள் உடல் நலம் இல்லாததுபோல் உணர்வதை அல்லது உங்களுடைய உடல் நலம் சீராக இல்லாமலிருப்பதைத் தடுப்பதற்காக உங்கள் மயக்க மருந்து நிபுணர் உங்களுக்கு மருந்து வழங்குவார். சில நேரங்களில், நீங்கள் சிறிது குளிரை அல்லது நடுக்கத்தை உணரலாம். அப்படியானால், உங்களுக்கு விரைவாகக் கதகதப்பை வழங்குவதற்குச் சூடாக்கப்பட்ட ஒரு போர்வை வழங்கப்படும்.

### வலிக்குச் சிகிச்சை அளித்தல்

- வலியைத் தடுத்துச் சிகிச்சை அளிப்பது முக்கியம். சில மக்களுக்கு (மற்றும் சில வகை அறுவைச் சிகிச்சைகளுக்கு) மற்றவர்களைவிடக் கூடுதல் வலி நிவாரணம் தேவைப்படும்.
- வலி மோசமாகுமுன் அதற்குச் சிகிச்சை அளிப்பது ஒப்பீட்டளவில் எளிது. அதனால், நீங்கள் வசதியற்று உணரத் தொடங்கும்போது நீங்கள் உங்களுடைய மீட்புச் செவிலியர் அல்லது மயக்க மருந்து நிபுணரிடம் உதவி கேட்கவேண்டும், அது மோசமாகும்வரை காத்திருக்கக்கூடாது.



## மருத்துவமனை படுக்கைத் தொகுதிக்கு திரும்புதல்

- நீங்கள் முதலில் மிகவும் களைப்பாக உணரலாம்.
- உங்களுக்கு ஏதேனும் பிரச்சனைகள் இருந்தால், பிறர் உங்களுக்கு உதவவதற்காக .அதை யாரிடமாவது சொல்லுங்கள். உங்களுக்கு உதவக்கூடிய ஒரு செவிலியரைக் கண்டறிவதற்கு நீங்கள் ஒரு பஜ்ஜரை அழுத்தவேண்டியிருக்கலாம், அல்லது, உங்கள் பெற்றோர்/உங்களைப் பராமரிப்பவரைக் கேட்கவேண்டியிருக்கலாம்.
- நீங்கள் எப்போது மீண்டும் சாப்பிடலாம், பானங்களை அருந்தலாம் என்பது, உங்களுடைய செயல்முறை மற்றும் நீங்கள் உட்கொண்டுள்ள வலிநிவாரணிகளின் வகையைப் பொறுத்து அமையும். உங்கள் செவிலியர் அல்லது மயக்க மருந்து நிபுணர் இதைப்பற்றி உங்களுக்கு அறிவுறுத்த முடியும்.
- நீங்கள் வீட்டுக்குச் செல்வது பாதுகாப்பாக இருக்கும்வரை நீங்கள் மருத்துவமனையில் தங்குவீர்கள். பல செயல்முறைகளுக்கு, நீங்கள் வழக்கமாக நலனுடன் இருந்தால் மற்றும் செயல்முறை நேரடியானதாக இருந்தால் நீங்கள் அதே நாளில் வீட்டுக்குச் செல்லலாம்.

## உணர்வகற்றி மயக்கமருந்தின் ஆபத்துகள்

உணர்வகற்றி மயக்கமருந்து வழங்கப்பட்டபின் தீவிரமான பிரச்சனைகள் வருவது மிகவும் அபூர்வம். உணர்வகற்றி மயக்கமருந்தின் ஆபத்துகளைப்பற்றி நீங்கள் பின்வரும் இடத்தில் மேலும் தெரிந்துகொள்ளலாம்:

[www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil](http://www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil)

## ஓரிட மற்றும் இடம்சார்ந்த மயக்க மருந்து

- சில நேரங்களில், நீங்கள் உங்கள் அறுவைச் சிகிச்சையின்போது விழித்திருக்கத் தேர்ந்தெடுக்கலாம். அது சாத்தியம் என்றால், உங்கள் அறுவைச் சிகிச்சை மருத்துவர் மற்றும்/அல்லது மயக்க மருந்து நிபுணர் அதைப்பற்றி உங்களுடன் மற்றும் உங்கள் பெற்றோர்/பராமரிப்பாளருடன் பேசுவார்கள். அந்தச் சூழ்நிலையில், உங்களுக்கு ஓரிட மயக்க மருந்து ஊசி ஒன்று போடப்படலாம், இதன்மூலம் உங்கள் உடலின் ஒரு பகுதி மரத்துப்போகும், நீங்கள் அங்கு வலியை உணரமாட்டீர்கள்.
- நீங்கள் விழித்திருக்க விரும்பக்கூடும் என்று நீங்கள் நினைத்தால், உங்களுடைய முன்மதிப்பீட்டுக் கூட்டத்தில் நீங்கள் இதை மயக்க மருந்து நிபுணருடன் விவாதிக்கலாம், அல்லது, இங்கு இதைப்பற்றி மேலும் படிக்கலாம்: [www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil](http://www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil)

# நீங்கள் மேலும் தெரிந்துகொள்ள விரும்பினால்,

- நீங்களும் உங்கள் உணர்ச்சி நீக்கியும் மற்றும் உணர்வகற்றி மயக்கமருந்துபற்றிய விளக்கம் என்று அழைக்கப்படும் துண்டுப் பிரசுரங்கள் RCoA இணையத் தளத்தில் கிடைக்கின்றன, உங்கள் உள்ளூர் மருத்துவமனையிலும் இவை கிடைக்கலாம்.
- நீங்கள் இங்கு மேலும் தகவல்களைப் பெறலாம்:  
[www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/tamil](http://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](http://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 எங்களுக்குச் சொல்லுங்கள்

இந்த காகிதத்துண்டு பிரசுரத்தை விருத்தி செய்ய ஆலோசனைகளை நாங்கள் வரவேற்கிறோம்.

இதுபற்றி உங்களுக்கு ஏதேனும் கருத்துகள் இருந்தால், தயவுசெய்து அவற்றை இந்த மின்னஞ்சல் முகவரிக்கு அனுப்புங்கள்: [patientinformation@rcoa.ac.uk](mailto: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](http://www.rcoa.ac.uk)

மூன்றாம் பதிப்பு, ஏப்ரல் 2021

வெளியிடப்பட்ட தேதியிலிருந்து மூன்று ஆண்டுகளுக்குள் இந்த துண்டுப் பிரசுரம் மதிப்பாய்வு செய்யப்படும்.

© 2021 மயக்க மருந்து நிபுணர்களுக்கான ராயல் கல்லூரி மற்றும் கிரேட் பிரிட்டன் மற்றும் அயர்லாந்துக் குழந்தை மருத்துவ மயக்க மருந்து நிபுணர்கள் அமைப்பு

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 ஒப்புக்கை அளிக்கப்படவேண்டும், மேலும் சின்னங்கள், தர அடையாளம் மற்றும் படிமங்கள் நீக்கப்பட வேண்டும். மேலும் தகவல்களுக்கு, தயவுசெய்து எங்களைத் தொடர்புகொள்ளுங்கள்.