

بهنجی گشتی بو مندالہکمت

مہبہست لہم نامیلکہیہ بہر دہست خستنی بہر چاوروونیہ بو تو لہ کاتیکدا مندالہکمت دیتہ نہخوشخانہ لہریگای بہکار ہینانی بہنجی گشتیہوہ نہشتہر گہریان بو ئەنجام بدریت. ئەم نامیلکہیہ نوسراوہ لہ لایہن پزیشکانی بہنجبہنجکار موہ کہ لہگہل نوینہری نہخوشہکان و دایک و باوکیان کار دہکن.

بہنجی گشتی و پزیشکانی بواری بہنجکردن

بہنجی گشتی- بہ کار دہہیندریت بو ئەوہی مندالہکمت بہ تہواوتی بہنجبیت و نازاری نہبیت پیش و لہ کاتی برینگہری و نہشتہگہریدا.

پزیشکانی بہنج بہنجکار بہر پرسن لہ پیدانی بہنج بہ مندالہکمت و چاودیریکردنی روشی تہندرووستی مندالہکمت لہ کاتی نہشتہگہری و ماوہی چاکبوانوہدا. لہ ہمان کاتدا بہر پرسن لہ شکاندنی نازاری پاش نہشتہگہری مندالہکمت.

بہنج ئەو دہرمانانہن کہ فرمانیان بریتہ لہ بیہوشکردن و مانوہی نہخوش لہ دۆخی بیہوشیدا.

■ ہندیک جار بہنج لہ ریگای دہمار موہ و بہ سوود وەرگرتن لہ کانولا دہدریت بہ نہخوشہکە، دواتر دہکرتیت پروسەیی بہنج کردنہکە بہر دہوامی ہبیت لہریگای ہلمزینی جۆرہ گازیکی تاییتمہند.

■ ہندیک بہنجی تر بہ ہلمزینی گازیکی تاییتمہند دہست پیدہکات و لہ پاشاندا کاتیک مندالہکمت خەوتوہ سوود لہ کانولا و ہر دہگیریت.

پزیشکی بہنج بہنجکار یان پەرسناری ہلمسہنگاندن پیش نہشتہگہریہکە چہند پرساریکت لی دہکن سہبارت بہ نەزمونی پیشووی مندالہکمت لہگہل بہنج یان دہرزی لیدان. لہ پاشاندا پرسار دہکات کہ ئەگہر خۆت یاخوود مندالہکمت شیوازیکی تاییتمی بہنج کردنتان لہ لا پەسەند بیت. زۆر جار چہند ہۆکاریکی پزیشکی ہبہ بو بریاردان لہسەر شیوازیکی تاییتمی بہنج کردن، ہەموو ئەم ہۆکارانہ لہگہل خۆت بہ وردی باسی لہسەر دہکرتیت. خواست و وویستی خۆت و مندالہکمت زۆر گرنگہ.

دوای گفتوگۆ لہگہل پەسپۆری بہنجکردن، یەکیک لہو شیواز و پلانہی کہ پیشتر باسی لہسەر کراوہ، کاری پە دہکرتیت ہندیک جار شیوازی پلانہکە دہگۆرن، ئەم گۆرانکار یانہش وابەستہی کار دانوہ و وەلامدانوہی مندالہکمت دہبیت لہ ماوہی نہشتہگہریہکەدا.

ئەگہر ہەر کیشیہکمت ہبہ ئەوا دہتوانیت لہ روژی نہشتہگہریہکە یاخوود روژییک پیشتر باسیان لہ بار موہ بکەیت.

ہەر و ہا دہتوانیت چاوپیکەتن لہگہل دہستہی پەسپۆرائی بہنجکردن ئەنجام دہیت کہ پەسپۆری بالای بواری تہندروستین. زانیاری زیاتر لہ بارہی تیمی بہنجکردن ہبہ لہ مالپەری: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/anaesthesia-team

نامادہکردنی مندالہکمت

چەندین شت ہبہ دہتوانیت ئەنجامی دہیت بہ مہبہستی نامادہکردنی مندالہکمت بو نہخوشخانہ.

مندالہگہر مندالہکمت تەمەنی زۆر کەم نەبوو، دہبیت ہوللی رافەکردن و روونکردنہوہی ئەم خالانہ دہبیت:

■ بو مندالہکمت روون بکەر موہ کہ دہجیت بو نہخوشخانہ.

■ و لہ نہخوشخانہ نہشتہگہری یاخوود لیکولینہوہی پزیشکی لہگہل دہکرتیت

■ ہولل بده ہندیک زانیاری سەر تایی بکەیت مندالہکمت دہبیت سہبارت بو پرسانہی کہ لہ نہخوشخانہکە روودەدات.

ہەلبژاردنی کاتیکی گونجاو بو پیدانی ئەم زانیاریہ جیاوازہ لہ مندالہکموہ بو مندالہیکی تر. مندالہالانی باخچہی ساوایان، پیوستہ تەنہا روژییک پیشتر ناگادار بکرنہوہ. مندالانی گہورتر پیوستہ زووتر ناگادار بکرنہوہ.

ہەر موہا نامیلکہی تر بو مندالان لہ تەمەنہ جیاواز مکان ہبہ لہ پەرہی:

Information for children, parents and carers لہسەر مالپەری کولیز:

www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/sorani

■ (ریسی وورچ) بہنجی لی دہدریت (بو مندالانی تەمەن ۳-۶ سأل، کہ دہبیت پیگہیشتوویک بویان بخوینیتہوہ)

■ دیقی بولیسی لیکولینہوہ: بەدہست خستنی زانیاری سہبارت بہ بہنج کردن (بو مندالانی تەمەن ۷-۱۱ سأل)

■ **بهنجکردنی گشتی:** کورته رینمایهک بو هر زهکاران (تهمن ۱۲ سال و بهر مو سر)

روژیک له نهشتهگرگی: خوینهمیکی ناسان، لهم مآپهره بهدهست دهکوت:

www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/sorani

همروههها نهم زانیاریانه به شیوهی کارتونی بو مندالان همیه، بهناونیشانی: کورته خوینهمیکی قول، رینمایه گشتی بو بهنجکردن، که زور به سووده بو

مندالانی همتاوهمو تهمن ۱۲ سال www.vimeo.com/138062201

همندیک نهخوشخانه دهر فمت دهمن به خوت و مندالکمت سردانی قاوشی نهشتهگرگی بکن روژیک پیش نهجامدانی نهشتهگرگیهکه. نهم سردانکردنه مندالکمت له روانگهی دهر و نیوه ناماده دهکات و دلهر اوکئی کم دهکاتوه. زور له نهخوشخانهکان نیمی چارهمسری دهر و نیوان همیه له ریگای یاریکردنوه، نامانجی تیمهکه بریتیه له رافهمکردن و هاندانی مندالکان بو گفتوگو کردن له ریگای یاریکردنوه.

■ **نهمانهش چهند نمونهمیهکی باشن که دهنانیت به مندالکمت بلنیت**

■ **روونی بکهموه که نهجامدانی نهشتهگرگی و پشکنینه تاقیگهیهکان مهبست لنیان چاکبوونوهی تهواتی یاخوود نیمچه تهواتی مندالکمته (نهمه وابهستی بارودوخی مندالکمته).**

■ **هانی مندالکمت بده بو نهوهی باسی نشتهگرگیهکه بکات و پرسپار دهر بارهی بکات دهنانیت پهر تووک و یاری و یاریکردن بو ووردکردنوهی بابتهکه بهکار بهینی همروها چهند کمرستهی فیرکردن، و مکو لاپهره ی رهنگاورنگ، لهم مآپهره بهدهست دهکوت**

www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/sorani

■ **باسی کاتی نشتهگرگیهکه بو مندالکمت بکه چ کاتیک نشتهگرگیهکه یان لیکولینهوهی پزیشکی لهگهل دهکرت؟ مانهوهی له نهخوشخانه چهند دمخانییت (نهمه بزانییت)؟**

نهمر مندالکمت له نهخوشخانه بو شهویک دهمینتیموه، پئی رایگهمینه که نایا دهنانیت لهگهلیدا بهمینتیموه یاخوود نا. نهمر دلنیا نیت له مانهموت، نهوا پهیمندی به خستهخانه بکه بو زانیی نهمه.

همموه نهم کمرستهی که پیویسه لهگهل خوتدا بهینییت بو نهخوشخانه له ریگای پهرستاریکهوه وه پیتان رادهگمیندریت. تکایه هم دهر مانیک که مندالکمت و مریدمگر نیت لهگهل خوتدا بهینه (دهرمانهکه پیویسته له ناو قوتوکهی خوی بیت)، لهگهل بیجامهکمی، فلچهی ددان، شانه، جوتیک دهر پی و بوکمشوهکمی یان یاریهکمی که دلخوازی مندالکمته. مندال زور جار پی خوشه بریار بادت لهسر چ یاریهک لهگهل خویدا بهینییت، بهلام تکایه زور له یاریهکان لهگهل خوتاندا مهینن

موبایل و تابلیت زور به سووده، بهلام شهن و بیستوکهکان له یاد مکهکن.

پیویسته چهند نازار شکنیکی و مک پاراسیتومول و پروفین دابین بکهمیت که گرنگن بو نازار کهمکردنوهی مندالکمت له کاتی گهر انهوهی بو مآلهوه له نهخوشخانهش ناموزگار ی چونیتهی و مرگرتی نهم دهر مانانهمان پی دهر نیت

■ **نایا پیش نهجام دانی نهشتهگرگی تهنرووستی مندالکمت باش نیه؟**

نهمر مندالکمت تووشی ههلامت یان کوکهمیکی توند بووه لهغیو دوو ههفته پیش نهشتهگرگی، یاخوود تووشی سکچوون و رشانهمه بووه چهند روژیک پیش نهشتهگرگیهکه، دهبیت نهخوشخانهکه ناگادار بکهمیتیموه. همدنیکجار پیویست دهکات که نهشتهگرگیهکه دوا بخریت همتاوهمو تهنرووستی مندالکمت دهمریتیموه باری ناسایی خزی.

کوکوه وهلامت کاریگر یکی خراپیان همیه لهسر همناسهدانی مندال له کاتی نشتهگرگییدا، به تاییمتی نهمر مندالکمته تهمنی بچووک بیت بههمان شیوه نهمر تووشیوندی مندالکمت به هموکردنی سنگ زیاتر دهکن. لهبر نهم هوکارانه، زور گرنکه به نهخوشخانهکه رایگهمینیت نهمر تهنرووستی مندالکمت چاک نییه.

تکایههمهمان شیوه به نهخوشخانهکه رایگهمینه نهمر مندالکمت بهم زووانه تووشی میکوته، سووکه و همر هموکردنیک تر بووه.

کوتانهکان دستیمردانیک یزیشکی گرنکه و هانی هممو دایک و باوکان نهمین که رینمایهکانی کوتان پهیرمو بکن له مآپهری نین نیچ نیس:

www.nhs.uk/conditions/vaccinations

کوتانی نوئ به شیوهیکی ناسایی کیشه نییه بو نهم مندالانهی که بهنجبان و مرگرتوه تهنه لهو حالتهدا نهبیت که پلهی گهر میان بهرزبیتیموه لهپیش نهشتهگرگی، لهو حالتهدا همدنیک جار باشتره نهشتهگرگی دوا بکهمیت. نهمه زور نانساییه بویه ناموزگار ی دایکان و باوکان دهکمتن بهردوام بن له کوتانی بهرنامه بو داریزراو و دوانهخستیان بههوی نهشتهگرگی پلان بو داریزراووه.

■ **پشکنینی کلینیکی پیش نهشتهگرگی/پشکنین به تلهفون**

لهوانهمه پهرستاریک له نهخوشخانهوه پهیمندیت پیوهبکات بو نهمه همدنیک وردهماری تهنرووستی و دهرمانی مندالکمت بزانییت پیش روژی نهشتهگرگی. نهمهش همروها کاتیان بو دابینهکات بو ریکخستنی پشکنینهکان یان کلهپلهی زیاده نهمر پیویست بیت، پیش روژی نهشتهگرگیهکه ناماده بکن.

زورییه نهخوشخانهکان مندال بانگهپشت دهکن، بهتاییمتی نهوانهی نهخوشی دریز خایمنیان همیه یان نهشتهگرگی گهره نهجام دهمن، بو نهمه له کلینیکی هلمسنگاندنی پیش نهشتهگرگی ناماده بن. لیرهدا پرسپاری تهنرووستی و دهرمان و هستیاری مندالکمتان دهکن. نمونهمهکه له پیستهکه و مردهگرن (به لوکهمیکی نهم به نهمی دمخشینریت له پیستهکه) بو پشکنینی همر هموکردنیک پیش نهشتهگرگی و نهجامدانی همر پشکنینی خوینیک که پیویست بیت. پیدمچیت نهوان بتوانن نهو قاوشانهی که بوئ دهچن نیشانی تو و مندالکمت بدن و زانیاریت پی دهمن دهر بارهی نهشتهگرگی مندالکمت. همروهه پیدمچیت تو چاوت به پزیشکنیکی بهنجکردنهمچ بکهمیت کهگفتوگو بکات لهسر همر بزار دهیک بو بهنجکردن و همر معترسیهکی دیاریکراو.

له روژی نهشتهرگهري مندالهکته

پيوسته نهخوشخانهکه رينمايي روونت بداتي سهارهت به کاتي راگرتي مندالهکته له خواردن و خواردنهوهمندال. گرنکه تو و مندالهکته هم رينمايپانه پيرهو بکن. نهگه خواردن يان شله له گهدهي مندالهکتهدا ههبيت لهکاتي بهنجبووندا، دهکريت بيته ناو پشتي فورگهوه و بچيته ناو سيبهکاني.

مندال زور ناسودوتره نهگه پيوست نهکات بهي خواردن و خواردنهو زياتر له پيوست چاوهری بکن.

نهنامهي خوارموه به شيويهکي گشتي رزمندان لسهه بو نه کاتانهي که دتوانيتت شتيک بهدبت به مندالهکته بو خواردن يان خواردنهو پيش نهشتهرگهري نا بهپله، بهلام تکايه پيرموي رينمايپهکاني نهخوشخانهکه بکه که به تو دراوه، چونکه لهوانيه جياواز بن.

■ مندال دتوانيت ژمه خواردنيکي سووک و / يان پيرداخنيک شير شمش کاترمير پيش نهشتهرگهري بخوات. دواتر نانيت هيچ شتيک بخون به شيرينيشوه وه نهبيت خويان بهدور بگرن له بنيتت جوينيش.

■ مندالني شيرمخوره دتوان شيري دايقان همتا چوار کاترمير پيش نهشتهرگهري بهکميان بخون.

■ مندالني شيرخورهي (قوتو) دتوان شيريان پيدريت همتا شمش کاترمير پيش نهشتهرگهري (تکايه لهگهل نهخوشخانهکته دلنبايرموه بو هس رينمايپهکي جياواز بو مندالني زور بچوک يان نهبهکام).

■ مندال دهبيت بهردوام بيت له خواردنهوي ناو يان شهريهتيکي زور روون تا يهک کاترمير پيش نهشتهرگهري. نهه يارمهتيان دهکات بو نهوي جهستهيان به تهري بمينتوه و ناسودهن.

هنديک يهکه ريگه به مندالهکه دهن يان هاني دهن که له کاتي گيشتن به يهکهکه شتيک بخواتوه.

نهگه مندالهکته تازه خواردني خوارديت، نهوا نهشتهرگهريهکه دوا دهکريت يان دوا دهکريت تا روژيکي تر.

مندالهکته پيوسته هس هر دهرماننيک وهربرگريت و مک له روژي نهشتهرگهريدا رينمايي کراوه.

کاتيک گيشتيه نهخوشخانه مندالهکته کيش دهکريت و دپيوريت (مهگه نهه پيشتر له مهر عيدي پيشو نهجم درانيت). پيرستاريک پلهي گهري و ليداني دل و ريژهي همناسدانيان دهپشکنيکته وه هسروها ناستي توکسجين و پهستاني خويان دهپيون.

کاريکي ستاندارده که پشکيني دوگياني بو هر کچيکي ته مه ن سه روي 12 سال بکريت به وهرگرتي نمونهيک له ميز. تکايه بو زانياري زياتر بروانه مالپهري کوليزي شاهانهي پزيشکي مندالان و تندرستي مندال:

www.rcpch.ac.uk/resources/pre-procedure-pregnancy-checking-under-16s-guidance-clinicians

پيرستارهکه له دهرمان و ههستياري پرسيار دهکات و دوو دهست بهندي ناسينهوه لسهه مهچيکي مندالهکته يان قولهپي مندالهکته داننيت. له هنديک نهخوشخانهدا دهست بهنديک زياد دهکريت، يان دانپهکي رنگ جياواز، نهگه هس ههستياريهکي ههبيت.

پزيشکيکي بهنجکردهنج سر دانت دهکات بو گفتوگوکردن لسهه بهنجکردني مندالهکته.

پيوسته پزيشکي بهنجکردن زانياري دهر باره ي تندرستي گشتي مندالهکته بزانيت، لهوانه:

■ نهرمونهکاني پيشووي بهنجکردن

■ هس دهرماننيک که مندالهکته وهرپدهکريت

■ هس ههستياريهک که ههيانيت

■ هس کوکيهک، سهرما يان سکچوون و رشانهويهک بهم زوانه ههيانوبيت

نهگه مندالهکته يان نهانداني تري خيزانهکته هس کيشهيهکي پيشتر يان ههجوو بيت لهگهل بهنجکردن دا، بهرستي گرنکه به پزيشکي بهنجکردن بلين و هس زانياريهک که تو يان خزنيکته بيهنن.

نهه کاتيکي باشه بو قسهکردن لسهه هس نيگهريهکي تايهت که تو يان مندالهکته دهر باره ي بهنجکردن ههتانيت. لهوانيه دروستکردني ليستنيک له پرسيار يارمهتيدرينيت که دهويت پرسيار يان لهبارموه بهکيتت.

بهپي جوري نهشتهرگهريهکه که مندالهکته نهجمي دهکات، رنگه نهه پزيشکي بهنجکردهکه بتوانيت ههسته دهرماننيکي بهنج بکات لهريگه ي بهنجکردني موزو عيموه لهکاتيکدا مندالهکته خوتوه بو يارمهتيان به رهينموي نازارمهکي لهواتر دا.

لهوانيه پيوستيان به بهکار هيناني قهتره يان کانيولاي زياتر ههبيت. هوکارمهکاني نهه کاره و گرنکي نهه کهلوپه لانه بو پاراستني مندالهکته تاوتوي دهکمن لهکاتيکدا مندالهکته نوستوه و ناسوده دهبيت لهکاتي بهناگاهاتموه يان.

دواخستني نهشتهرگهريهکه يان ليکولينهوه

چار بهجار لهکاتي ههلسنگاندني مندالهکتهدا، پزيشکي بهنجکردهکه پيدمچيت شتيک فيرين دهر باره ي مندالهکته که واتا سهلامتتر دهبيت لهو روژدا که کارمه نهجم نهرتت. نهگه نهه روويدا ناموزگاري دهکمن که کاتيک پيشيني دهکمن سهلامت بيت بو نهوي بهردومين لسهه کارمه.

پیش درمان

نهمه بهی درمانانه دملین که پیش بهنجکردن ددرین.

لهوانیه پزیشکی بهنج باس له پیدانی درماني هنیورکردنوه بکات بهمهبهستی نارامکردنوهی مندالکعت. هرچونیک بیت، تانوانریت نهم درمانانه به شیومیکی روتینی بهکار بهینرین چونکه مندالاندالان خوالو دهکمن له پاش تهاو بوونی نهشتهگرهیکه. هرورهها دهکرت درمانه نازار شکینهکانیان و مک سمرتلیک پیندریت، یان پزیشکی بهنج لهوانیه پیشنیاری پیدانی چارسسری زیاتر بکات بۆ حالتهکانی و مک تنگنهههسی.

زوربهی درمانه سمرتلیهکان بهشیوهی شلهههسی پینان ددریت.

کریمی بهنجکری مهوزوعی

بهغزیکهی هموو مندالاندالکان " کریمی سحری" له پستی دهستهکانیان ددریت و به پارچه باندیجیکی خاویز دادهپوشریت. نهمه هندیچار پنی دهوریت " جیلی نهیتوپ" یاخوود "EMLA" یان ناویکی دیکهی بازگانی. نهمه کریمیکی بهنجکری مهوزوعیه که ماوهی ۳۰ بۆ ۶۰ خولمکی دهوریت هتاوهکو کار بکات.

نهم کریمه نازاری به تین کهمدکاتوه کاتیک کانولهمک لهسهر دست یان قولی مندالاندالکعت دادهریت. نهمه به باشی کار دهکات له ده مندالدا نازاری نو مندال کهمدکاتوه.

نهمه نهوریت کریمی بهنجکس بهکاربهینریت، نهمه له جیاتی نهم کریمه سپرای بهنجکری سارد دهوریت بهکاربهینریت بۆ بهنجکردنی شونهمه.

رویشتن بۆ ژووری نهشتهگرهی

زوربهی نهخوشخانهکان پوشاکی رهنگاورمگ به مندالکعت دهمن بۆ نهمه لهی بکات کاتیک دهچینه ژووری نهشتهگرهی. هرورهها مندالاندالکعت دهوریت جلی خوی یان بیجامه پوشت. هرورهها دهوران دایی یان دایی شیوه دهرپه پوشتن که پویسته. پهرستارکعت ناموزگاری نهمه دهکات که چ جوره جلیکی ژیرهوه لهسهر مندالکعت بکهپنت.

دهکرت مندالکعت به پنی خوی بیچینه ناو ژووری بهنج کردن، یاخوود به تهختهی خهوتن، یان عهرهبانهی مندال، یان به نهقالهی نهخوشخانه هلهدگیریت یان به باوش. هندیک یهکه نامرازی گواستهوهی پیکهیناوی پیشکش دهکمن. هندیک نهخوشخانه نوتومبیلی کارهبایی بهکار دینن بۆ گواستهوهی مندال.

له ناو ژووری بهنجکردن

پهرستاریک یان شارمز ایکی تندرروستی، بۆ وینه و مک پسرپوریکی بواری هنیورکردنوهی مندالکعت له قاوشهکه، یاومری تو و مندالکعت دهکات بۆ ژووری بهنجکردن. مندالکعت دهورانیت یاریکی مندالان یان هر نامرازیکی ناسودبهخش لهگهل خویدا بیات. موبایل و تابلیتهکان زور بهسود دهن بهتایبیت بۆ سهرقالکردنی مندالان به یاری و فیلمه خوشهکان.

نهمه نارزوو دهکیت، بهخوشحالیهوه دهورانیت لای مندالکعت بهینتهوه بۆ نهمه نارامی بکهپتهوه له کاتی بهنجکردنیدا. هندیک حالتهی زور کهم ههیه که نهمه ریگه یی ندریت. هرکه مندالکعت خهوی لیکوت، نهمه نامیکی ستافهکه دهرتیه دهموه له ژووری نهشتهگرهیکه بۆ نهمه تیمی بهنجکس گرنگی به مندالکعت بدن.

نهمه خوت دووچاری پشیوی و دلهر اوکی بویتتهوه، نهمه پویست ناکات یاومری مندالکعت بکهپت بۆ ژووری بهنجکردن. نهمه نامیکی تری پیگهپشتوی خیزانهکه یان پهرستاری قاوشهکه یان پسرپوریکی بواری هنیورکردنوه یاومری مندالکعت دهکمن لهجیاتی خوت.

بهنجکه لهوانیه دست بکات بهکارکردن لهکاتهی مندالکعت لهسهر عهرهبانهکه پالکوتوه. منداله ساوايهکان لهوانیه هر لهسهر کوشی خوتان بهنج بکرتن. نینجا دواتر ستافهکه مندالکعت بهرز دهکتهوه و دهیخنه سهر عهرهبانه به یارمتهی نیه.

پزیشکی بهنجکس یهیک لهمانه بهکار دینیت بهمهبهستی سرکردن، گاز به ماسکی دموچاو، یان بوری، یان دهرزی لیدان به کانوله. نهمه له پینشکیدا لهگهلت باس دهکرت، وه هندیچار لهوانیه پویست بکات پلانهمه بگوردریت نهمه مندالکعت هاوکار نهیت.

زوربهی منداله گهرمکان له ریگهی کانولاوه دهرزیان لیدهدریت. نهمه کانولهمه بهکاربیت، مندالکعت به شیومیکی ناسایی به خیزایی له هوشخوی دهچیت و جهستهی شل دهیت. هندیک جار به هوی دهرزیانلهکمه دهکرت مندالکعت ههست به ساردی و گرزی بکات له قولیدا. پزیشکه بهنجکسکه نینجا ماسک بهکار دینیت بۆ بهردوام بوون له بهنجکردن و پیدانی نوسجینی زیاتر بۆ سهلامتهی.

نهمه بهنجکردنهمه به گاز بیت، نهمه پزیشکی بهنجکه به گشتی ماسک بهکار دینیت بۆ پیدانی گاز، یان له ناو لهی دهستیدا گازهمه به نهمه دهکاته سهر دهم و لوتی مندالکعت. بۆی گاز بهنجکس مکان و هکو بۆی قلمم ماجیکه.

به شیومیکی ناسایی کمینک کاتی دهوریت (له چهند چرکهیهک تاکو دوو خولهکیک) بۆ نهمه بهنجکردنهمه کاریهگری دروست بکات. زور ناساییه که مندالکعت بی نارام بیت بهریژیایی نهمه کاته یان شیوازی ههناسهاندانیاں جیواز دهر بکهویت. لهوانیه تهناعت به دهنگی بهرز پرخرهخ بکمن. ستافهکه یارمتهیت ددهات که مندالکعت به نهمه ههنگریت بهلام به توندوتولیهوه.

نینجا تو لهوانیه داوات لیبریت که ژووری بهنجکردنهمه بهجیبهیلت. نهمه نامیکی ستافهکه لهگهلت دیت بۆ دهرچوون له ژووری نهشتهگرهیکه.

هرکه مندالکعت بهنجکرا، پزیشکی سرکردنهمه کانولایهکی بۆ دادنهیت بۆ پیدانی نازار شکین و درمانه بهنجکس مکان که پویستن.

دواتر چی رودهدات؟

مندالکمت نهمردیت بۆ ژووری نهشتهرگهري بۆ نهجامدانی نهشتهرگهري یان نهجامدانی ریکار مکان. پزیشکی بهنجکر دنگه لهگهله مندالکمت دهمینیتهمه به دریزای نهجامدانی ریکار مکان و له نزیکهوه چاودیزی بهرزبونهمه پهستانی خوین و لیدانی دل و ههناسهدان و ئاستهکانی ئوکسجین دهکات، بۆ دلنیابونهمه که سهلامته و بهتمه او متی بهنج بووه. ئیستا کاتیکی باشه بۆئهمه برۆیت شتییک بخۆیت و بخۆیتهمه، بهلام دهییت به ستافهکه بلئیت که تو دهرۆیت و ژماره تهمهفونهکهمی خۆتیان پی بدهی که بتوانن پهیوهندیت پیوه بکهن.

دوای نهشتهرگهريهکه

له ژووری چاکبوونهوهدا

ژوربهی مندالکمان له ژووری چاکبوونهوه به ناگا دینهوه. پزیشکی بهنجکر دن له نزیکیان دهییت بۆ ئهمه یارمتهی بدات ئهگهري پیویستی کرد. کارمهندهکان باندیجیک له کانولاکه دههستن بۆ ئهمه سهلامت بییت و له چاوی مندالکمان بیشار نهمه له کاتیکیدا که به ناگا دینهوه. ههر مندالیک گرنگی پندهریت له لایهن پهستاریکی شارمزا یان ههر کارمندیکی تری لیهاتوو و مهشق پیکراو که ئهکی ئاسودهیی مندالکمتیان له ئهستویه. نازار شکینی زیاتری پندهدن لهگهله دهرمانی دژه نهخۆشی ئهگهري پیویست بوو. له کاتیکی گونجاو له ماوه به ناگا هاتهمه مندالکمت تو پهیوهندیت پیوه دهکریت بۆ ئهمه لهگهله مندالکمتدا بییت.

پهشوکاری لهکاتی به ناگاهاتهمهوه

ههندیک له مندالکمان نیشانهکانی پهشوکاری یاخوود شپرزهبوون یان ههر دووکیانیا تیدا دهرمهکویت کاتیگ به ناگا دینهوه. ئهمه زیاتر له منداله کهم تهمهنهکاندا ئهگهري روودانی هیه.

ریژمیکی کهم له مندالکمان دووچاری شپرزهبوون دهبنهمه که نیشانهی دلهر اوکییه. لهوانهیه بگرین و بجولین یان قاج و قولیان راوشینن. ئهم رهفتاره لهوانهیه بۆ ماوه ۳۰ خولهک بهنیتهمه و جار به جار زیاتره. ستافی ژووری چاکبوونهوه ئهمومونیا ههیه له چاودیزیکردنی مندال له کاتانهدا. بریار دهن که نایا نازار شکینی زیاتر یارمهتیدر دهییت یان نا. ئامۆژگاریت دهکهن که چ ریکاپهک باشه بۆ ئارامکردنهمه و دلنیاکردنهمه مندالکمت. ئهگهري مندالهکه به دلهر اوکیوه خهبری بۆوه ئهمه دایک و باوکهمه نیگهريان دهکات. ئهمه پیویسته به پزیشکی بهنجکهکمت بلئیت که ئهگهري مندالکمت تا ئیستا ههستی به دلهر اوکیی و کردوه له رابردودا بۆ ئهمه بتوانن ریکاکانی خۆلادان لینی باسبکهن له داهاتودا.

نازار شکین

دهرمانی نازار شکین و ههندیجار دهرزی بهنجکر دن بهکار دههینریت لهماوهی بهنجکر دنهکه بۆ دلنیابونهمه لهوهی که مندالکمت ههتا دهکریت به ئاسودهی خهبری بیتهوه. جووری نازار شکینهکه پشت دههستنییت به نهشتهرگهريهکه. پزیشکی بهنجکهکه، پزیشکی نهشتهرگهريهکه و/یان ستافی ژووری چاودیزی گفتوگرت لهگهله دهکهن دهربارهی باشتربین نازار شکین بۆ مندالکمت.

رۆیشتنهمه بۆ مالهوه

ژورجار بۆ مندالکمت دهکریت بگهريتهوه بۆ مالهوه له رۆژی نهشتهرگهريهکهدهگهري پزیشکی نهشتهرگهريهکه و بهنجکهکه ئاسوده بوون که ئهمه ریکاپهکی سهلامته و مندالکمت به باشی چاک دهییتهمه ئامۆژگاری دهکریت که چون دهرمانی نازار شکین له مالهوه بهکار بیییت. پیویسته به وریایهمه ئامۆژگاریکان جیهجیهکییت.

ههندیک له مندالکمان له کاتی گهريانهوه بۆ مالهوه ههست به دل تیکهلههاتن دهکهن یان دهرشینهمه. شتیکی باشه نامادهبییت.

ئهگهري مندالکمت له رۆژی نهشتهرگهريهکه دهییتهمه مالهوه ژماره موبالیت پندهدن بۆ ئهمه پهیوهندی بکهییت که نیگهريانییت ههیه دهربارهی مندالکمت له مالهوه.

له دوایدا

ههندیک له مندالکمان نیگهريان دهن له سهردانکردنی نهخۆشخانه. ههندیک له مندالکمان به باشی ناخهون دوای نهمه له نهخۆشخانه مانهمه. لهوانهیه ههست به بیزارای و نیگهريانی بکات سهبارت به دوورکوتنهمه له مندالکمه. رهفتار مکانیان لهوانهیه له پیشوتر قورستر بییت. ئهمه ههمیشه دهگهريتهوه باری ئاسایی له ماوهی سی بۆ چوار ههفته.

مهترسیهکان و کاریگهريه لاههکیهکانی پهیوهندیار به بهنجی مندالکمت

کیشه مهترسیدار مکان دهگهمن لهگهله دهرمانه بهنجکر دنه تازمکان. ژوربهی مندالکمان به خیرای چاکدینهوه و زوو دهگهريتهوه باری ئاسای له پاش نهشتهرگهري و بهنجکهکه. ژوربهی مندالکمان لهوانهیه ههست به دل تیکهلههاتن بکهن یاخوود نازاری قورگیان ههبییت. ئهمه تا ماوهی کهم دهمینیتهمه. دهرمان بۆ چار سهردانی رشانهمه و نهخۆشی بهردهستهمه پندهریت.

بۆ مندالیک که تهنروستی باشه و نهشتهرگهريهکی بچوکی بۆ بکریت، ئهمه زور باوه (زیاتر ۱ له ۱۰ مندالکمان) تووشی ئهمانه دهن:

- سهر ئیشیهیک یان قورگ ئیشیهیک
- رشانهمه یان گیزبوون
- شلهزان له بهخهريبوونهوهدا.

له بارودۆخی ئالۆزی دهگمندا، به نزیکهی ۱ له ۱۰۰۰۰ مندال تووشی ههستیاریی سهخندهبییت بهرامبهري بهنجکهکه.

مەترسی مردن بۆ مندالی تەندروست بە بەنجهکه بۆ نەشتەرگەری بچوک یان مامناوند بۆ نەشتەرگەریهکی ئاسایی کەمتره له ۱ له ۱۰۰۰۰۰ دا. زۆریهی حالەتی مردن که له کاتی نەشتەرگەریهکهدا روودەدات بە تەواوتی بەهۆی بەنجهکهوه نیه بەلکو بەهۆی ھۆکاربتری پەيوەندیداره بە تەندروستی تاکهوه یان ئەو نەشتەرگەریهی بۆیدەکریت.

بۆ خویندەنەوی زانیاری دەربارەي مەترسیه گشتیهکان پەيوەندیدار بە بەنجهکهوه یاخود پڕۆسەي بەنجهکرده، تکایه سەیری بەشی مەترسیهکان بکه له مألپەرکەمان: www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/sorani

روونکردنەوهی مەترسیهکان

خەلکی جیاوازان که چۆن وشه و ژماره لیکدەداتەوه. ئەم پێوهره بۆ یارمەتی دانراوه.



له بەنجی نوێ کیشه گهورەکان باونین.

ریژەي مەترسی گهوره یان نالۆزی بەرزتره ئەگەر مندالەکەت نەخۆشیهکی ترسناکی ھەبیت یان باگراوندی تەندروستی نالۆزی ھەبیت یاخود تەمەنی له خوار چوار سألەھبیت و/یان نەشتەرگەریهکی گهورەي بۆ بکریت.

ھەندیک کات مندالانی تووشبوو بە نەخۆشیهکی دیاریکراو یان ئەو مندالانەي نەشتەرگەریان بۆ دەگریت مەترسی دیاریکراو یان ھەیه که پەيوەندیداره بە بەنجهکهوه. پزیشکی بەنج دەتوانیت ئەمانەت لەگەل باس بکات پێش نەشتەرگەریهکه. ئامبیری نوێ و پراھینان و دەرمان وایانکردووه بەنجهکردن زۆر سەلامەت بێت، ھەرچەندە ناتوانریت ھەموو مەترسیهکان بە تەواوتی لابدریت.

توێژینەویھەکی بەردوام ھەیه لەسەر کاریگەری درێژخایەنی بەنج له مندال و مندالە کەم تەمەنەکاندا. له ئێستادا ھیچ بەلگەیهکی بەھیز نیه که بەنج زیان بەخشە بۆ گەشەکردن، وە ئەوه گرینگە وایدابنن که ھەرچی مەترسیه بالانسى ھەبیت له دژی ھەموو گرینگى بەکار ھینانی بەنج بۆ نەشتەرگەریهکه.

زانایاری دەربارەي بارودۆخی تاییەت له پزیشکی بەنجی مندالان دەتوانریت بە ئونلاین بدۆزریتەوه:

رووداوەکان له چەند بارێکی توندا له پزیشکی بەنجی مندالدا له شانشینى یەگرتودا: شیکردنەوه دووھمیهکانى پراھینانى بەنجهکردن له پشکنین له مندالدا (لێکۆلینەوی APRICOT):

www.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/anae.14520

لەوانەیه ھەرزیکەبیت سەیری ئەمانەي خوارموش بکەبیت بۆ زانیاری زیاتر له پزیشکی بەنجی تاییەت بە مندال له بەریتانیا و ئێرلەندا:

www.apagbi.org.uk/guidelines or
www.apagbi.org.uk/children-and-young-people

زانایاری دەربارەي مەترسیه گشتیهکان دەربارەي بەنج بۆ مندالی گهوره و گەنج له مألپەری زانکودا بەردەستە:

www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/sorani

بۆ زانیاری زیاتر سەبارەت بە دەرمانە ھیورکەرەکان تکایه سەرنجی نامیلکەکەمان بەه بە ناوێشانى (راقەکردنى دەرمانە ھیورکەرەکان) له:

www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/sorani

بارمپوهه بدهین. نیمه پیشبینی نومه ناکهین نهم زانیارییه گشتیانه ولامدهرموهی همموو پرسپاریکتان بن و هه لگری همموو نهم شتانهی بو نپوه گرینگن. باشتر وایه بریاره کانتان و همر جوره نیگه رانییه کتان به تیمی پزیشکیی خوتان رابگه یهنن و نهم بروشوره و هک رینونینگ به کار بینن. نهم بروشوره باشتره و هک تاکه سهرچاوهی ناموزگاری له بهر چاوه نه گیریت. نابیت بو مبهستی تیجاری و پیشهیی به کار بهینریت. بو ناشکراکردنی تهواوتی، تکایه کرتیهک لیره بکهن (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/sorani)

همموو وهرگیرانهکان له لایهن گرووی «وهرگیرانی بیسنور» (تاماده مکرین و تیکستهکان له رووی کوالیتییهوه پنداجوونهو میان بو دهکرتیت بو نهمهی تا نهم جیهی بکرتیت بی ههله بن، به لام دیسان نهگه ری نهمه هیه هندیکیان ههله یان تیدا بیت یان زانیارییهکان به دروستی وهر نهگیر درینهوه

پیمان بلن بوچوونت چیه

نیمه پیشوازی له پیشنیار هکان دهکهن بو باشترکردنی نامیلکهکه

نهگه ر همر بوچوونیکت هیه و دهموتیت بیگه یهنیت، نهمه نیمه یل بو نهم ناو نیشانه بکه patientinformation@rcoa.ac.uk

Royal College of Anaesthetists
Churchill House, 35 Red Lion Square, London WC1R 4SG
020 7092 1500

www.rcoa.ac.uk

چاپی شه شههه، مانگی شوباتی ۲۰۲۰

نامیلکهکه له ماوهی سهی سال له رۆزی بلاو بو نهمه یدا پنداجوونهوهی بو دهکرتیت.

© کولیزی رۆیالی بهنجکردن ۲۰۲۰

دهکرتیت نهم نامیلکهکه له بهر بگریتهوه بو پرۆسهی بابعتی بهر ههمهینانی زانیاری بو نهخوشهکان. تکایه نهم سهرچاوه سهرمهکیه بنوسه. نهگه ر دهموتیت بهشیکی نهم نامیلکهکه له شوینیکیتز به کار بینیت، دهموتیت سوپاس و پیژانینی گونجاو بدریت و لوگوکان و براند و وینهکان لابیریت. بو زانیاری زیاتر، تکایه پهیو مندیمان پیوه بکهن.