چێوە کۆئەندامی دەمار

ئەم نامیلکەیە ئەو شتانە ڕووندەکاتەوە کە دەبێت بیانزانیت کاتێک سڕکردنی هەستە دەمارت بۆ دەکرێت بۆ نەشتەرگەریەک. لەلایەن پزیشکانی بێهۆشکەر و نەخۆش و نوێنەری نەخۆشەکانەوە نووسراوە، کە پێکەوە کاردەکەن.

ناوەڕۆک

ئەم نامیلکەیە ڕوونکردنەوە دەدات لەسەر:

- سڕکردنی هەستەدەمار چییە؟
- لەبەرچی دەکرێت سوودی هەبێت بۆ نەشتەرگەریەکەت؟
- چۆن کاردەکات؟
- لەدواییدا چ ڕوودەدات؟
- مەترسییەکان و بڕیاردانی هاوبەش.

لەبارەی سڕکردنی دەمار

سڕکردنی هەستەدەمار بریتییە لە دەرزی بێهۆشکەر کە دەدرێت بۆ سڕکردنی ئەو دەمارانەی کە پێداویستی بۆ بەشێکی دیاریکراوی جەستە دابین دەکەن، بۆ نموونە قۆڵ، دەست، قاچ یان پێ. دەرزی بێهۆشکەری ناوچەیی ڕێگە لە ئاماژەکانی ئازار دەگرێت و ئەندامەکانی جەستە سڕ و بێ جوولە دەکات، هەرچەندە ڕەنگە هێشتا هەست بە جوڵە و ڕاکێشان بکەیت لە کاتی نەشتەرگەریەکەدا.

سڕکردنی هەستەدەمار دەکرێت لەبری بەنجکردنی گشتی بەکاربهێندرێت لە هەندێ بارودۆخدا. ئەمە دەکرێت بەسوودبێت بەتایبەت بۆ ئەو نەخۆشانەی کە بارودۆخێکی تەندروستیان هەیە، کە بەنجی گشتی بۆیان مەترسیدار دەبێت. یەکێکی دیکە لە سودەکانی ئەنجامدانی نەشتەرگەری بە سڕکردنی هەستەدەمار ئەوەیە کە ئەو مەترسیانەی لە بەنجی گشتیدا هەن کەمیان دەکاتەوە.

سڕکردنی هەستەدمار دەکرێت لەگەڵ بەنجی گشتیدا بەکاربهێندرێت بۆ یارمەتیدانی کەمکردنەوەی ئازار لە پاش نەشتەرگەری. دەتوانێت ئازار کەمبکاتەوە بۆ زیاتر لە ٢٤ کاتژمێر پاش نەشتەرگەری، لەوانەشە هەندێ ناوچەی تر بە سڕی بمێننەوە بۆ زیاتر لە ٤٨ کاتژمێر.

هەندێک جار هێورکەرەوەیەک لەگەڵ سڕکردنی هەستەدەمار بەکاردەهێنرێت بۆ ئەوەی لە کاتی نەشتەرگەریدا ئارام و خەواڵوو بیت. دەرمانە هێورکەرەوەکان دەکرێت قورس بن یان سوک. دەکرێت هەموو شتێکی بیرکەوێتەوە، یان هەندێک شت یاخوود هیچت بیرنەکەوێتەوە لە پاش وەرگرتنی دەرمانی هێورکەرەوەکە. دەتوانن زیاتر دەربارەی هێورکەرەوە لە نامیلکەکەماندا بخوێننەوە لەبارەی هێورکەرەوە کە بە زمانە جیاوازەکان لێرەدا بەردەستە: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

دکتۆری بەنجکردنەکەت یارمەتیت دەدات کام لەمانە باشترینە بۆ تۆ و بۆ نەشتەرگەریەکەت.

سوودەکانی سڕکردنی هەستەدەماری چێوەیی

- ئازار شکێنێکی باشتر-دوای-نەشتەرگەری
- پێویستی کەمتر بەو دەرمانی ئازارشکێنانەی کە ئۆپیۆیدیان تێدایە ڕاستەوخۆ دوای نەشتەرگەرییەکە. دەکرێت نەخۆشت بخات و توشی قەبزی ببیت. لە هەندێک بارودۆخی دەگمەندا مەترسی ئالودەبوونت هەیە ئەگەر بۆ ماوەیەکی درێژ بەکاریبهێنیت.

- دوورکەوتنەوە لە دەرمانی بێهۆشکەری گشتی بێهۆشکردنی گشتی و مەترسی و کاریگەریە لاوەکییەکانی. کاریگەرییە لاوەکییە باوەکانی دەرمانی بێهۆشکەری گشتی بریتین لە نەخۆشی، ئازاری قورگ و خەواڵوویی.
- توانای هەستانەوە و زووتر کەوتنەوە جوڵە و زووتر دەرچوون لە نەخۆشخانە.

نۆرینگەی هەڵسەنگاندنی بەر لە نەشتەرگەری (هەڵسەنگاندنی پێش وەخت)

ئەگەر نەشتەرگەریەکی پلان بۆ دانراوت هەیە، دەکرێت چەند هەفتەیەک یاخود چەند ڕۆژێک پێش نەشتەرگەریەکەت بانگهێشت بکرێیت بۆ نۆرینگەی ئەنجامدانی پشکنینی پێش نەشتەرگەری. هەندێك جار، بۆ نەشتەرگەری بچووك، پەرستارێك پەیوەندیت پێوە دەکات بۆ ئەوەی چەند پرسیارێکت لێ بکات.

تکایە لەگەڵ خۆتان بیهێنن (یان ئامادەی بکەن بۆ پەیوەندیە تەلەفۆنیەکە):

- لیستێك لە دەرمانەکانی ئێستات، یان دەرمانەکانت بە تەواوی پاکەتەکانیانەوە بێنە
- ئەگەر هەر دەرمانێک بخۆیت بۆ ڕونکردنەوەی خوێنەکەت، گرنگە تیمی هەڵسەنگاندنی پێشوەختە لێی ئاگاداربن بۆ ئەوەی بتوانن گفتوگۆی ئەوە بکەن کە ئایا پێویستە پێش نەشتەرگەرییەکەت واز لە خواردنی ئەم دەرمانانە بهێنیت
- هەر زانیارییەک کە لەبەردەستدایە دەربارەی پشکنین و چارەسەریەکان لە نەخۆشخانەکانی دیکە کە وەرتگرتووە
- زانیاری سەبارەت بە هەر کێشەیەکی تەندروستی کە دەکرێت خۆت یاخود خانەوادەکەت لەگەڵ دەرمانی بێهۆشکردن هەتانبێت
- هەر پێوانێکی فشاری خوێن کە لەم دواییە کردبێتت.

ڕەنگە چاوت بە پزیشکی بێهۆشکردن بکەوێت لە نۆرینگەکە. ئەگەرنا، لە نەخۆشخانە چاوت بە پزیشکی سرکەری خۆت دەکەوێت لەڕۆژی نەشتەرگەریەکەت.

لەڕۆژی نەشتەرگەرییەکە

نەخۆشخانەکەت دەبێ ڕێنمایی روونت پێ بدەن لە بارەی خواردن و خواردنەوە و وەرگرتنی دەرمانەکانت. گرنگە ئەم ڕێنماییانە جێبەجێ بکەیت.

دەستپێکردنی سڕکردنی هەستەدەمارەکە

زۆربەی کات دەبرێیتە ژوورێک لە نزیک هۆڵی نەشتەرگەری یان ژووری بێهۆشکەر بۆ ئەوەی سڕکردنی هەستەدەمارەکەت بۆ ئەنجامبدەن. ئامێری چاودێریکردن پێوە پەیوەست دەکرێت بۆ ئەوەی تیمەکە بتوانێت چاودێری بارودۆخەکەت بکات بە درێژایی پرۆسەکە.

پێستی دەوروبەری شوێنی دەرزییەکە پاک دەکرێتەوە و دەرزییەکی بچووکی بێهۆشکەری ناوخۆیی بەکاردەهێنرێت بۆ بێهۆشکردنی پێستت – کەمێک ئازاری دەبێت کاتێک دەچێتە ناو شانەکانی پێستتەوە.

دوای ئەوەی پێستەکەت سڕ بوو، دەرزیەکی جیاواز بەکاردەهێنرێت بۆ ئەنجامدانی سڕکردنی هەستەدەمارەکە. لەهەمان کاتدا پزیشکی بێهۆشکەر ئامێری سۆنەر بەکاردەهێنێت بۆ ئەوەی بزانێت دەمارەکان لە کوێن و دەرزی بێهۆشکەرەکە لە شوێنی گونجاودا دەدات.

زۆربەی خەڵک پێیان وایە کە هێندەی دانانی کانۆلایەک ئازاری هەیە (کانۆلا: بۆرییەکی پلاستیکی تەنک کە بخرێتە ناو بۆری خوێنەوە).

جەستەت دەست دەکات بە گەرم بوون و بریسکە پێداهاتن و لە کۆتاییدا هەست بە قورسی و سڕی دەکەیت. بەشێوەیەکی گشتی کاریگەری دەرزیەکە لە نێوان ٢٠ بۆ ٤٠ خولەکدا دەستپێدەکات. پزیشکی بێهۆشیەکە پرسیاری هەستەکانت لێ دەکات لە چەند کاتێکی جیاوازدا. نابرێیتە هۆڵی نەشتەرگەری هەتا پزیشکی بێهۆشیەکە قایل نەبێت بە ئەنجامی سڕکردنەکە.

ئەگەر سڕکردنەکە کاری نەکرد بەتەواوی، ئەوا دەرمانی بێهۆشکەری ناوچەیی یاخود ئازارشکێنی زیاترت دەدرێتێ یاخود بەنجکردنی گشتیت پێشکەش دەکرێت.

لە کاتی نەشتەرگەریەکەدا

پەردەیەک دادەنرێت بەشێوەیەک کە نەتوانیت نەشتەرگەرییەکە ببینیت کە دەکرێت.

لەوانەیە بتوانیت لە کاتی نەشتەرگەریەکەتدا بە سەماعە گوێ لە مۆسیقا بگریت لەسەر ئامێری خۆت – پێویستە بپرسیت کە دەگونجێت یاخود نا.

هۆڵی نەشتەرگەری شوێنێکی قەرەباڵغە – بە شێوەیەکی گشتی لە نێوان پێنج بۆ هەشت کەس لە هۆڵەکەدا دەبن، هەریەکەیان ڕۆڵی خۆیان هەیە لە چاودێریکردنت. ئەندامێکی تیمی سڕکردن بەدرێژایی نەشتەرگەرییەکە لەگەڵت دەبێ، هەندێکجار لەوانەیە ئەندامانی تری تیمەکەش قسەت لەگەڵ بکەن.

ئەگەر دەرمانی هێورکەرەوە بخۆیت، ئەوا حەساوە و خەواڵوو دەبیت. لە ڕێگەی ماسکێکی سووکی دەموچاو ئۆکسجینت پێ دەدرێت. ڕەنگە یادەوەریت هەبێ کە لە ژووری نەشتەرگەری بووی، هەرچەندە دەکرێ یادەوەریەکان پچڕ پچڕ بن.

بۆ زانیاری زیاتر لەبارەی هێورکەرەوە، تکایە سەیری نامیلکەی ڕوونکردنەوەی هێورکەرەوە بکە کە بە زمانی جیاواز بەردەستە: www.rcoa.ac.uk/patientinfo/translations#languages

پاش نەشتەرگەرییەکە

دەکرێ کاریگەری بەربەستی دەمار تا 48 سەعات بمێنێتەوە. لەماوەی ئەو کاتەدا ئەو بەشەی لاشە کە بەنجکراوە هەست بە قورسیەکی زۆر دەکات و دەبێت پاڵپشتی بکرێت هەتا دووبارە ماسولکەکان دەست بە کارکردن دەکەنەوە. لەوانەیە پێویستت بە کەسێك بێت بۆ یارمەتیدانت لە ڕاپەڕاندنی کارەکانی ڕۆژانە لەو کاتەی لە نەشتەرگەریەکە چاك دەبیەوە.

کە بەربەستی دەمارەکە کاڵ دەبێتەوە ڕەنگە هەست بە دەرزی و دەمبوز بکەیت لە پەنجەکانی دەست و قاچت. ئەوە تەواو ئاساییە.

چاودێریکردن لە ماڵەوە

پێش کردنە دەرەوەت لە نەخۆشخانە، زانیاریت پێ دەدرێت کە یارمەتی چاکبوونەوەت دەدات لە ماڵەوە. کە گەیشتیەوە ماڵەوە دەبێ هەموو پاڵپشتیەك بەکاربێنی کە دەستت دەکەوێت. ئەمە لەبەر ئەوەیە کە بەتەواوی هەست بە ناوچەی نەشتەرگەرییەکەت ناکەیت، وە دەکرێت ئاسانتر ئازارت پێ بگات. ئەم سڕبوونە دەکرێت تا 48 سەعات بەردەوام بێت.

- بەتایبەت ئاگاداری خۆتبە لە سەرچاوەکانی گەرمی، وەکو ئاگر و تیشکدەرەوەکان. کاتێك کە ئەو بەشەی جەستەت سڕە هەست بە گەرمی ناکەیت، بۆیە ڕەنگە بسوتێیت.
- دوورکەوە لە بەکارهێنانی هەر ئامێرێك یان کەل و پەلێکی ناوماڵ، وەکو چاپەست، ئوتو، کەل و پەلی چێشت لێنان.
- دەست بکە بە خواردنی دەرمانە ئازارشکێنەکانت بەر لەوەی بەربەستەکە نەمێنێ وە بەو شێوەیەی ڕێنماییکراوە لەلایەن نەخۆشخانە. ئەمە گرنگە چونکە دەکرێ کاریگەری بەربەستی دەمارەکە لەناکاو بوەستێ.

کەی داوای یارمەتی دەکەی

پێویستە داوای یارمەتی لە خزمەتگوزارییە فریاگوزارییە تەندروستیەکان بکەی ئەگەر:

- تێبینی هەناسەتەنگی هۆکار نەزاندراو بکەی
- ئازاری توونت هەبێ کە بە ئازارشکێنەکان کۆنترۆڵ ناکرێ.

ئەگەر دوو ڕۆژ پاش نەشتەرگەرییەکە بەربەستەکە بە تەواوی لانەچوو، دەبێ پەیوەندی بە بەشی بەنج بکەی بەو ژمارە تەلەفۆنەی کە لەسەر کاغەزی دەرکردنت لە نەخۆشخانە پێت دراوە.

زانیاری زیاتر لەبارەی بەربەستی دەمار

RA-UK، کۆمەڵەی تایبەتمەند بۆ بەنجی ناوچەیی، ڤیدیۆیەکی زانیاری بۆ نەخۆشەکان بەرهەمهێناوە لەسەر بەربەستی دەمار:
بەربەستی دەمار: ڤیدیۆیەکی زانیاری بۆ نەخۆشەکان:
www.ra-uk.org/index.php/patient-info-video

مەترسی و بڕیاردانی هاوبەش

بەنجە مۆدێرنەکان زۆر سەلامەتن، بە بەربەستی دەماریشەوە. لەگەڵ ئەوەشدا، هەندێک کاریگەری لاوەکی باو هەن کە پەیوەندییان بە بەربەستی دەمارەوە هەیە، کە بەشێوەیەکی گشتی مەترسیدار و درێژخایەن نین. زۆر بە دەگمەن دەکرێ بەربەستی دەمار زیان بە دەمارەکان بگەیەنێ.

زانیاری زیاتر لەبارەی ئەو مەترسیانە لە نامیلکەی مەترسیەکەمان دەست دەکەوێت زیانی دەماری پەیوەندیدار بە بەربەستی دەماری لاوەکی.

پزیشکی بەنجەکەت باسی ئەو مەترسیە تەندروستیانەت لەگەڵدا دەکات کە پێی وایە گرنگن بۆت. تەنها لەحاڵەتێکدا باسی مەترسیە ناباوەکانت بۆ دەکات ئەگەر پەیوەندیداربن پێتەوە.

بڕیاردانی هاوبەش

بڕیاردانی هاوبەش دڵنیایی دەدات کە تاکەکان پشتگیری دەکرێن بۆ هەڵبژاردنی ئەو بڕیارانەی گونجاون بۆیان. ئەمە پرۆسەیەکی هاوکارانەیە کە تێیدا شارەزایەکی پزیشکی پشتگیری نەخۆشێک دەکات تا بگاتە بڕیارێک دەربارەی چارەسەرەکەی.

گفتوگۆکە ئەمانە لەخۆ دەگرێت:

- شارەزایی پزیشکەکە، وەک هەڵبژاردەکانی چارەسەر، بەڵگە، مەترسییەکان و سوودەکان
- ئەوەی کە نەخۆشەکە لە هەمووان باشتر دەیزانێت: خواستی خۆی، حاڵەتی کەسی، ئامانجەکان، بەهاکان و باوەڕەکان.

زانیاری زیاتر بدۆزەوە لە: www.england.nhs.uk/personalisedcare/shared-decision-making

ئەمانە چەند کەرەستەیەکن کە دەتوانیت بەکاریان بهێنیت تاکو زۆرترین سوود لە گفتوگۆکانت وەربگریت لەگەڵ پزیشکی بەنجەکەت یان ستافی هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەری:

هەڵبژاردنی پێکهاتەی وایسلی یوکەی بران

ئەمە وەک وەبیرهێنەرەوەیەک بەکاربهێنە بۆ پرسیارکردن دەربارەی چارەسەر.
https://bit.ly/CWUK_leaflet

خزمەتگوزاری تەندروستی نیشتمانی سێ پرسیار دەکات

لەوانەیە چەند هەڵبژاردەیەک هەبێت دەربارەی چاودێری تەندروستیت.
https://bit.ly/NHS_A3Qs

ناوەندی چاودێری پێش نەشتەرگەری (CPOC)

ناوەندی چاودێری پێش نەشتەرگەری وێنەی جوڵاوی بەرهەمهێناوە بۆ ڕوونکردنەوەی بڕیاردانی هاوبەش.
www.cpoc.org.uk/shared-decision-making

ئەو پرسیارانەی کە ڕەنگە حەزبکەیت بیانپرسیت

ئەگەر پرسیارت هەبوو دەربارەی دەرمانی بەنجەکەت، بینووسەرەوە (دەتوانیت ئەم نمونانەی خوارەوە بەکاربهێنیت و تێبینی خۆتی بۆ زیاد بکەیت لە بۆشاییەکانی خوارەوە). ئەگەر ویستت قسە لەگەڵ پزیشکێکی بەنج بکەی ئەوا ڕۆژی پێش نەشتەرگەری پەیوەندی بە تیمی هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەری بکە بۆ ئەوەی پەیوەندیت لەگەڵ پزیشکێکی بەنج بۆ ڕێکبخەن بە تەلەفۆن یان بتوانی چاوت پێی بکەوێت لە نۆرینگەکەی.

1. **ئایا هیچ مەترسیەکی دیاریکراوم هەیە لە وەرگرتنی ئەو جۆرە بەنجە؟**
2. **ئایا هیچ مەترسیەکی زیادکراوم هەیە لە بەنجێکی گشتی؟**
3. **ئەگەر بەربەستەکە کارنەکات چیم لێ دێت؟**

ڕاگەیاندنی یاسایی

بارەیەوە بدەین .ئێمە پێشبینی ئەوە ناکەین ئەم زانیارییە گشتیانە وڵامدەرەوەی هەموو پرسیارێکتان بن و هەڵگری هەموو ئەو شتانەی بۆ ئێوە گرینگن .باشتر وایە بڕیارەکانتان و هەر جۆرە نیگەرانییەکتان بە تیمی پزیشکیی خۆتان ڕابگەیەنن و ئەم بروشورە وەك ڕێنوێنێك بەکار بێنن .ئەم بروشورە باشترە وەك تاکە سەرچاوەی ئامۆژگاری لەبەر چاو نەگیرێت .نابێت بۆ مەبەستی تیجاری و پیشەیی بەکار بهێنرێت .بۆ ئاشکراکردنی تەواوەتی، تکایە کرتەیەك لێرە (www.rcoa.ac.uk/patient-information/translations/sorani) بکەن.

هەموو وەرگێڕانەکان لەلایەن گرووپی ››وەرگێڕانی بێسنوور‹‹ئامادەدەکرێن و تێکستەکان لە رووی کوالیتییەوە پێداچوونەوەیان بۆ دەکرێت بۆ ئەوەی تا ئەو جێیەی بکرێت بێ هەڵە بن، بەڵام دیسان ئەگەری ئەوە هەیە هەندێکیان هەڵەیان تێدا بێت یان زانیارییەکان بە درووستی وەرنەگێڕ

پێمان بڵێ کە ڕای تۆ چیە

ئەگەر هەر توانجێکی گشتیت هەیە تکایە بە ئیمێڵ بۆمان بنێرە بۆ: patientinformation@rcoa.ac.uk

کۆلێژی شاهانەی پزیشکانی بەنج
چەرچڵ هاوس، 35 گۆڕەپانی ڕێد لایەن، لەندەن WC1R 4SG
٠٢٠٧٠٩٢١٥٠٠

rcoa.ac.uk

چاپی سێیەم، حوزەیرانی 2023
ئەم نامیلکەیە لە ماوەی سێ ساڵ پاش بەرواری چاپکردنی پێداچوونەوەی بۆ دەکرێت.

Royal College of Anaesthetists 2023 ©
دەکرێت ئەم نامیلکەیە لەبەربگیرێتەوە بۆ مەبەستی دروستکردنی بڵاوکراوەی زانیاریی نەخۆش. تکایە ئاماژە بەم سەرچاوە ڕەسەنە بدە. ئەگەر دەتەوێت بەشێک لەم نامیلکەیە لە بڵاوکراوەیەکی تردا بەکاربهێنیت، پێویستە دانپێدانانی گونجاو بدرێت، وە لۆگۆ و براند و وێنە و وێنۆچکەکان لاببرێن. بۆ زانیاری زیاتر، تکایە پەیوەندیمان پێوە بکەن.