یەکەم

سەرچاوەی پەرستاری بەزمانی کوردی

منتدى إقرأ الثقافي
www.iqra.ahlamontada.com

هەنگاو
بە
هەنگاو

چالاکیەکانی پەرستار

نووسەر: یوسرا ڕازیانی

پێداچوونەوەی ڕێزمانی کوردی:
م. هەرێم عوسمان

بەپێداچوونەوەی چەندەها پسپۆڕی
شارەزای پەرستاری کوردستانی ڕۆژ
هەڵات و باشوور

یەکەم سەرچاوەی پەرستاری
بە زمانی کوردی

هەنگاو بە هەنگاو چالاکیەکانی پەرستار

نوسەر: یوسرا رازیانی

ناونیشانی کتێب: یەکەمین سەرچاوەی پەرستاری بەزمانی کوردی

ناوی نووسەر: یوسرا ئەنوەر حەسەن

دیزاینی بەرگ: کۆمپانیای سازیار

دیزاینی کتێب: کۆمپانیای سازیار

نۆبەتی چاپ: چاپی یەکەم ٢٠٢٢

چاپ: چاپ و بڵاوکردنەوەی تاران، ئێران

تیراژ: (٢٥٠) دانە

ژمارەی سپاردن: لە بەڕێوبەرایەتی گشتی کتێبخانە گشتییەکان ژمارە (١٦٤٥)ی ساڵی (٢٠٢٢)ی پێدراوە.

نرخ: ٤٠٠٠٠ دینار

یوسرا رازیانی مامۆستایەکی خاوەن ئەزموونە لەگەڵ هەبوونی مێژوویەکی دیاری کارکردن لە دامەزراوەکانی خوێندنی باڵادا. هەڵگری بڕوانامەی ماستەرە لە پەرستاری منداڵان لە وڵاتی ئێران .شارەزایی لە بوارەکانی کاری فریاگوزاری و خۆراک ناسی و توێژینەوەی زانستی و قسەکردنی گشتی دا هەیە. چەندان بڵاوکراوەی کاریگەری لە ڕۆژنامەو بڵاوکراوە ناوخۆیی و نێودەوڵەتیەکاندا بڵاوکردۆتەوە.لە توێژینەوەکانیدا بە شێوەیەکی سەرەکی جەختی لەسەر چارەسەرە تەواوکارەکان کردووەتەوە لە زانستی تەندروستیدا.

خاتوو یوسرا ڕازیانی لە چەندین کۆنفرانسی- نێودەوڵەتیدا وەک باشترین قسەکەر دەستنیشان کراوە و ئەم پەرتووکەش سێهەمین پەرتوکی ئەوە کە تیشک دەخاتە سەر کارامەییە کلینیکیەکان لە بواری پەرستاریدا. دوو پەرتووکەکەی تریش کە هەر لەلایەن خاتوو یوسراوە نوسراون بریتین لە: یەکەم؛ کاریگەری شێرپەنجە لەسەرتوانای کارکردنی خێزانە ئێرانیەکان. و دووەم؛ هەموو کردارەکانی پەرستار، هەنگاو بە هەنگاو. وەک خێرخوازێکی خۆبەخش لە چەندین کارەساتی سروشتیدا بەشداری کردووەو خەڵات کراوە و ئامانجی دروست کردنی گۆڕانکاری گەورەیە لە زانستی پەرستاریدا لە داهاتوویەکی زۆر نزیکدا.

دەتوانن زانیاری زیاتر وەربگرن لە:

1-google scholar
https://scholar.google.com/citations?user=t_d727wAAAAJ&hl =en
2-linkedin
https://www.linkedin.com/in/yosra-raziani-3800ab198/
3- Slide share
Yosra Raziani | SlideShare
4- Scopus profile https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=572245093 04

خوێندکارە خۆشەویستەکانم کە هاوکارم بوون لەم پەرتوکەدا

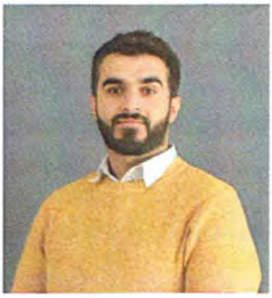
بروا صلاح

سۆزیار حسێن

ڕێکان کامەران

گلێنە ئازاد

پەیوەند عەلی



ئاسیا ڕێبوار

زۆر سوپاسی محمد شێرکۆ حسن دەکەین کە لە کاری وێنەگرتنەکان و کۆکردنەوەی وشە زانستیەکان هاوکاری کردین

پێشەکی

زمان وەک کۆڵەکەی شوناسی هەرنەتەوەیەک لەدێر زەمانەوە گرینگی و بایەخی خۆی هەبووەو تا هاتووە ئەم بایەخە زیاتر دەبێ. چوون نەتەوەی بێ زمان ناتوانێ بەرهەمی نووسراوی تایبەت بە خۆی هەبێ و کلتووری خۆی دەوڵەمەند بکات.زمان وەک یەکەمین کەرەستەی پەیوەندی مرۆڤ هەر لە منداڵیەوە لەدایکەوە بۆ منداڵ و لە قوتابخانەوە بۆ قۆناغی دواتر لە راستیدا شووناسێک دەبەخشێت بە مرۆڤ کە،لەگەڵیدا پێ دەگرێ و گەورەدەبێ و دەبێتە بەشێک لە کلتووری کە تا کۆتایی ژیان لەگەڵیا دەژی..

خوێندن بە زمانی دایک یەک لەو خاڵە گرینگانەیە کە دەبێتە پردی پەیوەندی مرۆڤ و زانست. بە پێی لێکۆڵینە زانستییەکان لە زۆربەی وڵاتانی جیهان ئەم راستیە خۆی نواندووە کە خوێندن بە زمانی دایکی بۆ منداڵ دەبێتە هۆکاری ئەوەیکە زووتر و ئاسانترفێری زانست ببن و لەگەڵ چەمک و دەستەواژە زانستیەکان ئاشنا بن و زۆرتریش لە بیر و زیهنی مرۆڤدا دەمێننەوە. بەداخەوە کە زمانی کوردی بە بەراورد لەگەڵ زمانەکانی دیکە دواکەوتنێکی بەرچاوی بەخۆیەوە بینیوە و هەوڵم داوە خوێندکارانی کورد خاوەنی زمانی رەسەنی خۆیان بن لە دەستکەوتنی کتێبە پزیشکییەکانیشدا و پەرستاری بە تایبەت. بە لەبەرچاوکرتنی ئەم دۆخە هەستیارە کە ئێمەی کورد تێیدا بەسەر دەبەین دەبێ بە باشترین شێوە لە پاڵ مەترسیەکان کەڵک وەربگرین لە میدیا و ئەو کەرەستانەی کە لەبەردەستە لە پێناو پاراستنی زمان و شووناسی نەتەوەییمان و زمانی شیرینی دایکمان کە کوردییە. هەر ئەم هۆکارەش بوو هانی دام بە نووسین و بڵاوکردنەوەی ئەم کتێبە بەزمانی شیرینی کوری و هەوڵدان بۆ پاراستن و زیندووکردنەوەی زمانەکە لە سەرچاوەو چەمکە پزیشکیەکانیشدا. بەشی پەرستاری یەکێکە لە بەشە پزیشکیە زۆر گرنگەکان لە جیهاندا. پەرستارەکان زۆرترین بەشی خەسخانەکان پردەکەنەوە و زۆرترین خزمەت بە نەخۆشەکان دەکەن، دەتوانین بڵێین بەشی زۆری کاری نەخۆشخانەکان پەرستار ئەنجامی دەدات، بەڵام بەداخەوە لە کوردستان ئەم بەشە وە ئەم پیشەیەیە بەو شێوەیەی خۆی گرنگی پێنەدراوە و دەتوانین بڵێن تا رادەیەک بە چاوێکی کەم سەیر دەکرێ ..

بێ ئاگا لەوەی کە پەرستارەکان ئەرکێکی زۆری نەخۆشخانە لەئەستۆ دەگرن و بەشێکی زۆری بەپرسیارێتیان لەئەستۆیە. پێویستە زیاتر گرنگی بەم بەشە و بە پیشەی پەرستاری بدرێت و بە شێوەیەکی باشتر بخوێنرێت لەسەرجەم ناوەندەکانی خوێندنی باڵا وە زیاتر بەرەو پێش بچێت ، سەرکەوتنی هەر وڵات و نەتەوەیەک لە رۆشنبیری و لێهاتووی تیمە پزیشکییەکەیدا رەنگ دەداتەوە. پیشەی پەرستاری یەکێکە لەو پیشە زۆر پیرۆز و گرنگانەی کە پێویستی هەموو مرۆڤایەتییە، پەرستاری تەنها زانستێک نییە بەڵکو هونەریشە. تاکە پیشەیەکە کە بە پێشکەوتنی کۆمەڵگا و تەکنەلۆژیا زیاتر و زیاتر لە بەرەوپێشچووندایە. پەرستاران بربڕەی پشتی چاودێری تەندرووستین، پەرستاران دڵی نەخۆشخانەکانن، ئەوکەسە تایبەتمەندانەن کە بە شێوازێکی پرۆفیشناڵ و ئەکادیمی راهێنراون تا چاودێری و خزمەتگوزاری تەندروستی پێشکەشی هەموو مرۆڤایەتی بکەن بەبێ جیاوازی رەگەز و دین و رەنگ و نەژاد لەسەر بنەمای مرۆڤایەتی. پەرستاران ئەو سەربازانەن کە هەمیشە لە هێڵی پێشەوەی جەنگەکاندان بۆ پاراستنی سەلامەتی و تەندروستی هەمووومان. ئەوکەسانەن کە سەلامەتی و تەندروستی خۆیان دەخەنە مەترسیەوە بۆ پاراستنی سەلامەتی و تەندروستی نەخۆشەکان. پەرستاران زۆرترین ئەندامانی ناو ستافی پزیشکین. کە زۆرترین خزمەتگەزاری پێشکەش بە هاوڵاتیان دەکەن. پەرستاری پیشەی دڵ و ئەقڵە لە هەمان کاتدا. پەرستار ئەوکەسەیە کە لە ژێر ناوی پەرستاردا زۆرترین رۆڵ و ئەرکی هەیە وەک: پەرستار، مامۆستا، راوێژکار، داکۆکیکار و متمانەپێکراوترین و نزیکترین کەسە بۆ نەخۆش. هەر بۆیەش لە وڵاتە پێشکەوتووەکانی وەک ئەوروپا و ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا و زۆربەی وڵاتە

پێشکەوتووەکانی ئاسیا ڕێزێکی زۆر لە پیشەی پەرستاری دەگیرێت و ئەرک و مافەکانی پەرستاران تا ڕادەیەکی باش پارێزراوە و گرنگیەکی تایبەت بە پەرستاران دراوە. بەڵام لە هەمان کاتیشدا زۆر بە داخەوە لە وڵاتەکانی تری ئاسیا و بەتایبەت وڵاتی عێراق و هەرێمی کوردستان گرنگیەکی ئەوتۆ نەدراوە بە پیشەی پەرستاری و هەتاکو ئێستا پێناسەی کار و ئەرک و مافی پەرستار دیاری نەکراوە و تاکە ستافی پزیشکیە کە زۆرترین ئەرکی هەیە لە نەخۆشخانەکاندا و درێژترین ماوەی کارکردنی هەیە و لە هەمان کاتدا کەمترین مووچەی هەیە بە بەراورد بە ئەندامانی تری ستافە پزیشکییەکان. وە ئەو چینەی نەخۆشخانەکان و بەشە پزیشکیەکانن لە رووی زانست و پێداویستیەوە کەمترین گرنگی پیدراوە.

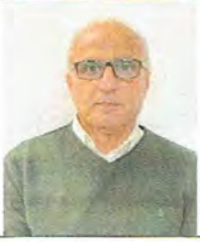
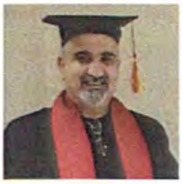
لەم پەرتوکەدا ئاماژەمان بە سەرجەم ئەرکەکانی پەرستار داوە و هەنگاو بە هانگاو ڕونکراونەتەوە .ئەم پەرتوکە کۆکراوەی گشتی زۆربەی کتێبە تازە جیهانیەکانی تایبەت بە پەرستارییە. هەروەها ئەم پەرتوکە پێکهاتوە لە ٢٣ بەش ، لەهەر بەشێکدا کردارێک یاخود ئەرکێک لەو ئەرکانەی کە ئەنجام دەدرێ لەلایەن پەرستارەوە ڕونکراوەتەوە بە سەرجەم هەنگاو و وێنەوە ، ئەوانیش پێکهاتون لە : پاک و خاوێنی دەستەکان، خۆپارێزی ستاندارد، لەدەستکردن و دانانی دەستکێشی نەشتەرگەری، نیشانە زیندەییەکان ، شەکری خوێن، CPR، هێڵکاری دڵ ، نموونەی خوێن، نمونەی شلەکانی لەش، شێوازی باری جەستەی نەخۆش ، کانۆلا دانان، سۆندەی گەدە ، سۆندەی میز، شوشتن پێدانی دەرمان و خۆراک لەرێگەی کۆمەوە ، دورینەوە ، رێگاکانی پێدانی دەرمان، چارەسەر بە گیراوەکان، شوشتنی گوێکان ، شوشتنی چاو ، شوشتنی لوت، چارەسەر بە ئۆکسجین، تەندروستی پێست ، مامەڵەی دوای نەشتەرگەری. لە کۆتایی پەرتوکەکەدا ئاماژە بە وشە پزیشکیەکان کراوە و ڕونکراونەتەوە بە شێوازێکی ئاسان بۆ تێگەیشتن.

لە کۆتاییا .. ئێمە تەواوی هەوڵی خۆمان داوە تا بە باشترین و جوانترین شێوە ئەم کارە بە بێ هەڵە کۆتایی پێبهێنین . انشاء الله بێ کێشەو بێ هەڵە دەبێت و دەبێتە جێی ڕەزامەندی سەرجەم خوێنەران.بە سوپاسەوە داوا دەکەین لە کاتی هەبوونی هەر کێشەیەک یاخود هەر هەڵەیەک لە ڕێزمان و زمانەوانی دارشتنەوەدا . یاخود هەر پێشنیارێک بتانەوێ ئاراستەی ئێمەی بکەن دەتوانن لەم ڕێیەوە ڕەخنەو پێشنیارەکانمان ئاراستە بکەن.

Raziani.nursingauthor@gmail.com
009647501852358

بە هیوای سوود...

N	Name of reviewer	Affiliation	Photo
1	Dr. Kimia Karami	PhD in pediatric nursing, Department of pediatric nursing, Lorestan University of Medical Sciences, Khorramabad, Lorestan, Iran	
2	Dr. Fatemeh Mohammadipour	PhD in Critical care nursing, Head of research center, School of Nursing & Midwifery, Lorestan University of Medical Sciences, Khorramabad, Lorestan, Iran	
3	Dr. Shwan Asaad Qadir	Head of Community Health Department College of Nursing / University of Sulaimani, Kurdistan region, Iraq	
4	Dr. Omar H Shareef	Dip, BSc. in Nursing UoS MSc. in Public Health the UK PhD. in Community Health Nsg. UoS Department of Family and Community Health Nursing Lecturer in College of Nursing at University of Sulaimani, Kurdistan region, Iraq	

٥	Ahmad Nazari	BSc. in Nursing science, senior lecturer in Awaye Salamat nursing institute, Registered clinical nurse of Iranian nursing association, Kermanshah, Iran	
٦	Farangis Alizadeh	BSc. in Nursing science MSc in Nursing education, Funder of Sanyar Home care nursing centers, Registered clinical nurse of Iranian nursing association, Kermanshah, Iran	
٧	Dr. Salih Ahmed Abdulla	Assistant professor, Hawler medical university, College of nursing, Kurdistan region, Iraq	
8	Dr.Kareem Fattah Aziz Al-Barznji	PhD in Community Health Nursing.Hawler Medical University /College of Nursing, Kurdistan region, Iraq	
9	Dr. Araz Mohammed Abdulkarim	BSc in nursing science MSc in child and Adolescent Mental Health Ph.D. in psychiatric nursing	
10	Dr. Taha Ahmad Faraj	Ph.D. in Psychiatric Mental Health Nursing, Head of psychiatric and mental Health Department, College of Nursing, University of Sulaimani in Kurdistan Region	

11	Dr. Ayad Sameen Faraj	MB. ChB, C.A.B.M.S (medicine) Lecturer at Tishk international university internist in Rizgary Teaching hospital Hawler, Kurdistan region, Iraq	
12	Mokhtar Yaghoubi	BSc. in Nursing science Msc. In Medical Surgical nursing, Head of paraclinical college, Sanandaj university of medical sciences, Kurdistan, Iran	
13	Reza Ghanei	Clinical Care Research Center, Research Institute for Health Development, Kurdistan University of Medical Sciences, Sanandaj, Iran	

پێڕست

پاکوخاوێنی دەستەکان ٢٠
خۆپارێزی ستاندارد ٣٠
لەدەستکردن و دانانی دەستکێشی نەشتەرگەری ٤٢
نیشانە زیندەییەکان ٤٨
شەکری خوێن ٧٤
بوژانەوەی دڵ ٨٤
هێڵکاری دڵ ١٢٢
وەرگرتنی نموونەی تاقتگەیی ١٤٠
نموونەی شلەکانی لەش ١٦٠
شێوازی باری جەستەی نەخۆش ١٨٠
کانۆلا دانان ١٩٠
سۆندەی گەدە ٢٠٦
سۆندەی میز ٢٢٠
شوشتن، پێدانی دەرمان و پێدانی خۆراک لەڕێی کۆمەوە ٢٤٤
دوورینەوە ٢٥٤
ڕێگاکانی پێدانی دەرمان ٢٧٤
چارەسەر بە گیراوەکان ٢٩٦
شوشتنی گوێیەکان ٣١٦
شوشتنی چاو ٣٢٢
شوشتنی لووت ٣٢٨
چارەسەر بە ئۆکسجین ٣٣٤
تەندروستی پێست ٣٤٦
مامەڵەی دوای نەشتەرگەری ٣٨٢
زاراوەی زانستی ٤٠٠
سەرچاوە بەکار هاتووەکان ٤٣٠

بەشی یەکەم

پاکوخاوێنی دەستەکان

پاکوخاوێنی دەستەکان

لە ٪ ۸۰ ی ئەو زیندەوەرانەی بە زۆری شوێنێکی تایبەتی جەستە داگیردەکەن (residentflora)، لە پێنج چینی یەکەمی رووی دەرەوەی پێستدا هەن، لە ٪ ۲۰ لە سەڵکی مـوو و چەوریـیە رژێنەکانـدا هەن. لە سـاڵی ۲۰۰۲دا سەنتەری کۆنترۆڵ و رێگری لە نەخۆشییەکان (CDC)، چەند پێشنیارێکی بۆ پاکوخاوێنی دەست لە رێکخراوەکانی چـاودێری تەندروسـتیدا بڵاوکـردەوە. پاکوخـاوێنی دەسـت زاراوەیەکی گشـتییە کە بەکاردێـت بـۆ پێناسـەکردنی دەستشۆردن، پاککەرەوەی دەست، دەستسڕین، پاککەرەوەی دەست لەکاتی نەشتەرگەریدا.

دەستشۆردن: ئاماژەیە دەستشۆردنی تەواو بە ئاو و سابوون.

دەستشۆردن بە ئاو و سابوون: پێناسە دەکرێت بە دەستشۆردن بە ئاو و سابوون و ماددەیەکی پاککەرەوە. دژە میکرۆبەکـان بە شـێوەیەکی کـاریگەر بـڕی بەکتریـا لەسـەر دەسـتەکان کەم دەکـاتەوە و زۆر جـاریش کـاریگەری دژەمیکرۆبەکان بۆ ماوەی چەند کاتژمێرێک دەمێنێتەوە.

پاککردنەوەی دەستەکان بە ماددەی کهولی: بەکارهێنانی بەرهەمێکی پاککەرەوەیە، کە ماددەیەکی کهولیە بە بێ ئاو بەرهەم دەهێنرێت و بە کاردەهێنرێت بۆ هەموو رووەکانی دەست بۆ کەمکردنەوەی ژمارەی ئەو میکرۆب و وردە زیندەوەرانەی کە ئێستا هەیە.

پـاککردنەوەی دەسـت لەکـاتی نەشـتەرگەریدا: دەستشـۆردن بە ئـاو و سـابوون یـان پـاککردنەوەی دەسـتەکان بە ماددەی کهولی کە پێش نەشتەرگەری لەلایەن کارمەندانی نەشتەرگەرییەوە جێبەجێدەکرێت.

پێشنیارە گشتییەکان بۆ پاکوخاوێنی دەست:

* کـرێمی دەسـت یـان نەرمکەرەوە بەکاربهێنە بـۆ کەمکردنەوە و نەهێشـتنی رووداوی هەسـتیاری و بێزارکـردن لەکاتی تووشبوون بە هەوکردنی پێستدا کە پەیوەندی بە پاککردنەوەی دەست یان دەستشۆردنەوە هەیە.

* لە کاتی پەیوەندی راستەوخۆ لەگەڵ نەخۆشـەکان یان لە کاتی مەترسییەکی زۆردا نینۆکی دەستکرد یان نینۆکی درێژ دامەنێ (نموونە، ئەوانەی لە یەکەکانی چاودێری وردن، یان ئەوانەی لە ژووری نەشتەرگەری دان).

* پاراستنی نینۆکی سروشتی درێژییەکەی کەمتر بێ لە ١/٤ ئینچ (٦،٠سم).

* دەستکێش لە دەست بکە کاتێک بەرکەوتنت دەبێت لەگەڵ خوێن و دەردراوەکانی لەش و ئەو پێداویستیانەی کە ئەگەری هەیە نەخۆشی بگوازێتەوە.

* بەپێی رێکخراوی تەندروستی جیهانی (who) لەکاتی چاودێری نەخۆشدا پێنج ساتی سەرەکی هەیە، کە کارمەندانی چاودێری تەندروستی پێویستە پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدەن:

١- پـێش دەسـت لێـدان لە نەخۆشـێک بـۆ پاراسـتنی نەخۆشـەکە لە دژی ئەو میکـرۆبە زیانبەخشـانەی کە لەسـەر دەستەکانت هەڵگربوون، هەندێک نموونە لەوانە:

- تەوقەکردن
- کاتێک یارمەتی نەخۆشێک دەدەیت بۆ ئەوەی بیجوڵێنیت، بۆ دەستشۆردن، کاتێک مەساجی بۆ دەکەیت.
- لە کاتی وەرگرتنی لێدانی دڵ دا، پەستانی خوێن، گوێلێگرتنی سنگ، دەستلێدانی سک.
- پێش دانانی کانۆلا (IV)

٢- پێش ئەنجامدانی هەرکردارێک بۆ پاراستنی نەخۆشەکە لە دژی میکرۆبە زیانبەخشەکان، بەو میکرۆبانەشی کە تایبەتن بە نەخۆشەکە، لە مەترسی چوونە ناو لەشی نەخۆشەکە، هەندێک نموونە لەوانە:

- بایەخپێدان و چاودێریکردنی دەم و ددان، پێدانی دڵۆپەی ناو چاو، دەردراوەکانی ناو لەش.

- چاودێری برینی پێست، پێچانەوەی برین، دەرزی ژێرپێست.
- دانانی قەستەرە یان هەڵمژینی شلەکان لە کونێکەوە یان برینێک بە ڕێگای .
- - ئامادەکردنی دەرمان، تاقمی دووربینەوە.

٣- دوای مەترسی بەرکەوتنی شلەی لەش بۆ پاراستنی خۆت و ژینگەی ناوەندەکانی تەندروستی لە میکرۆبە زیانبەخشەکانی نەخۆش، هەندێک نموونە لەوانە:

- بایەخپێدان و چاودێریکردنی دەم و ددان، پێدانی دڵۆپەی ناو چاو، دەردراوەکانی ناو لەش.

- چاودێری برینی پێست، پێچانەوەی برین، دەرزی ژێرپێست.

- لەکاتی وەرگرتنی نموونەی خوێن و بەکارهێنانی، (drainingsystem) کردارێکە یان پرۆسەی هەڵمژینی شلەکان لە کونێکەوە یان برینێک بە ڕێگای هەڵمژین یان ڕاکێشان، دانانی ناوەوەی بۆری هەواو لابردنی.

- پاکردنەوەی میزو پیسایی، ڕشانەوە، چارەسەرکردنی پاشەڕۆی لەفاف، دەستەسڕ، دایبی، پاککردنەوەی ئەو مادده و پێداویستیانەی کە بەشێوەیەکی ئاشکرا لە (گەرماو یان ناو ئامێری پزیشکی) پیس بوون.

٤- دوای دەستلێدان لە نەخۆشێک بۆ پاراستنی خۆت و ژینگەی ناوەندەکانی تەندروستی لە میکرۆبە زیانبەخشەکانی نەخۆش.

٥-دوای دەستلێدان لە دەوروبەری نەخۆش بۆ پاراستنی خۆت و ژینگەی ناوەندەکانی تەندروستی لە میکرۆبە زیانبەخشەکانی نەخۆش.

زۆربەی کات هەندێک ناوچەی دەست ناشۆردرێت لە کاتی دەستشۆردن.

زیانەکانی زۆر دەست شۆردن:

لەبەرئەوەی زۆر دووبارەکردنەوەی دەستشۆردن لەوانەیە ببێتە هۆی لەدەستدانی مادده چەورییە سروشتییەکانی تایبەت بە پێست، کە ئەم زۆر دووبارە بوونەوەیەش دەبێتە هۆی وشکبوونەوەی پێست و قڵیشان و زبری. ئەمە شتێکی چاوەڕوانکراوە کە ئەم زیانانە ڕوودەدات لەکاتی زۆر دوبارەکردنەوەی بەکارهێنانی ماددەیەکی پاککەرەوەدا، بەتایبەتی ئەوکەسانەی پێستیان هەستیاری هەیە. بۆڕێگریگرتن لە قڵیشان و وشکبوونەوەی دەستەکانت دەبێ جوان دەستت بشۆیت و دڵنیابیت لەوەی بەتەواوی پاک بۆتەوە، هەروەها پێویستە کرێمی شێدارکردنەوە لەدوای هەر دەستشۆردن و بەکارهێنانی ماددەیەکی پاککەرەوەدا بەکاربهێنیت. دڵنیابە ئەوکرێمەی بەکاریدەهێنی هیچ کاریگەرییەکی لاوەکی لەگەڵ ماددەی ناو دەستکێشەکەدا نەبێت. ئەگەر تۆ کەسێک بوویت هەستیاری پێستت لەگەڵبوو، لەوانەیە پێویست بکات هەڵسەنگاندنی لەلایەن ڕێکخەری چاودێری تەندروستی بۆ بکەیت، بۆ ئەوەی بزانرێت کە ئایا دەبێت بەردەوام بیت لەکارکردن تا ئەوکاتەی کە ئەو هەستیارییە چارەسەر دەکرێت. ئەوکەسانەی ئەو هەستیارییەیان هەیە زیاتر تووشدەبن بە بەکتریاکان.

ناوی کردارەکە: دەست شۆردن

پێناسە: دەستشۆردن بەتەواوی لەگەڵ ئاو و سابوون بۆ ماوەی نزیکەی ٤٠ تا ٦٠ چرکە.

مەبەست لەم کردارە: کاتێک دەستەکان بە شێوەیەکی ڕوون و ئاشکرا بە ماددەی (proteinaceous) پیس دەبن، یان بە شێوەیەکی ڕوون بە خوێن و دەردراوەکانی تری لەش پیس دەبن، ماوەی پێشنیارکراو بۆ کەفکردنی سابوون بەلایەنی کەمەوە ١٥ چرکەیە، ئەم کردارە سروشتییەی دەستشۆردن بەهۆی کهول و کلۆرێکسدینەوە پێشنیار کراوە، هەروەها زۆر ماددەی پاککەرەوەی تر کە کاریگەری خراپیان دژی سپۆرەکان هەیە.

پێداویستییەکان:

- سابوون
- ئاوی شلەتێن
- خاولی یان کلێنس

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- لابردنی پەنجەوانە و بازن و کاتژمێری دەست یان هەرشتێکی تر کە لە سەروو مەچەکتەوە لە دەستت کردووە. (وێنەی ١-١)	لەبەرئەوەی پیسی و میکرۆب و وردە زیندەوەری پێستیان لەخۆگرتووە.
٢- دەست و مەچەکت تەربکە بە ئاوی شلەتێن (گەرم نەبێت). سابوونی شل (liquidsoap) بەکاربێنە ، سابوونی ڕەق بەکارمەهێنە. (وێنەی ٢-١)	لەبەرئەوەی سابوونی ڕەق (barsoap) ڕێگە بە بڵاوبوونەوەی پیسی دەدات.
٣- دەستەکانت لەخوار ئاستی ئانیشکەوە بگرە بەرەو خوارەوە. (وێنەی ٣-١)	لەبەرئەوەی نەهێڵیت دەستت بەرزبێتەوە و ئاو بگەڕێتەوە بۆ ئەنیشکت، چونکە بەم شێوەیە بەشە پاکەکەی دەستیش پیس دەبێت.
٤- بەشێوەیەکی باش و توند ناو لەپی دەستەکانت لێکبخشێنە بۆماوەی ١٥ چرکە. (وێنەی ٤-١)	لەبەرئەوەی بەکارهێنانی سابوون و ئاوی شلەتێن پشوو دەدا بە پێستەکە و گرژی کەم دەکاتەوە بە یارمەتی لێکخشان ئەمەش دەبێتە هۆی لەناوبردنی وردە زیندەوەرەکان کاتێک دەستەکان بە کەف دەشۆی.
٥- ناو لەپی دەستی ڕاستت بخەرە سەرپشتی دەستی چەپ و لێکیان بخشێنە و بە پێچەوانەشەوە.	لەبەرئەوەی زیندەوەرە وردەکان و میکرۆبەکان گەشەدەکەن لەو ناوچانەی کە شاردراوەن و بە ڕوونی دیارنین، بۆیە پێویستە گرنگی زیاتریان پێ بدرێ لە کاتی دەستشۆردن.
٦- پەنجەکان بە باشی لەیەکتر بخشێنە.(وێنەی ١٠-١)	لەبەرئەوەی زیندەوەرە وردەکان و میکرۆبەکان گەشەدەکەن لەو ناوچانەی کە شاردراوەن و بە ڕوونی دیارنین، بۆیە پێویستە گرنگی زیاتریان پێ بدرێ لە کاتی دەستشۆردن.
٧- پێوەنووسانی لەپی پەنجەکانی دەستی ڕاست بە پشتی پەنجەکانی دەستی چەپ و لێکخشاندنیان. (وێنەی ٥-١)	لەبەرئەوەی زیندەوەرە وردەکان و میکرۆبەکان گەشەدەکەن لەو ناوچانەی کە شاردراوەن و بە ڕوونی دیارنین، بۆیە پێویستە گرنگی زیاتریان پێ بدرێ لە کاتی دەستشۆردن.
٨-پەنجە گەورەی دەستی چەپت بکەرە ناو لەپی دەستی ڕاست و دەست دابخەو بیسوڕێنە لەناویدا و بە پێچەوانەشەوە. (وێنەی ٦-١)	لەبەرئەوەی زیندەوەرە وردەکان و میکرۆبەکان گەشەدەکەن لەو ناوچانەی کە شاردراوەن و بە ڕوونی دیارنین، بۆیە پێویستە گرنگی زیاتریان پێ بدرێ لە کاتی دەستشۆردن.
٩-نینۆکەکانی دەستی ڕاست بخشێنە لە ناو لەپی دەستی چەپ بەشێوەیەکی بازنەیی. (وێنەی ٧-١)	لەبەرئەوەی زیندەوەرە وردەکان و میکرۆبەکان گەشەدەکەن لەو ناوچانەی کە شاردراوەن و بە ڕوونی دیارنین، بۆیە پێویستە گرنگی زیاتریان پێ بدرێ لە کاتی دەستشۆردن.
١٠- بە ئاوە شلەتێنەکە ئاو بکە بە دەستەکانت و پاشان دەستەکان بەرەوخوار بگرە. (وێنەی ١١-١)	لەبەرئەوەی ئاو و کەفی سابوونەکە پیسی و خۆڵ و زیندەوەرە وردەکان دووردەخاتەوە و پاکی دەکاتەوە. نەهێڵیت دەستت بەرزبێتەوە و ئاو بگەڕێتەوە خوارەوە، چونکە بەم شێوەیە بەشە پاکەکەی دەستیش پیس دەبێت.

١١- خـۆت بە دووربگـرە لە بەرکەوتـنی پـرژەی ئـاو بـۆ خـۆت و بـۆ زەوییەکەش.	لەبەرئەوەی میکـرۆب و زینـدەوە رەوردەکـان مەتـرسی بڵاوبوونەوەیان زۆرترە و زۆر بە ئاسانی لەسەر رووی تەڕ و خلیسک بڵاودەبنەوە.
١٢-دەستەکانت بە تەواوی وشک بکەرەوە بە خاولیەکی پاک، دەست و مەچەکـت بە شـێوازێکی نەرم و هێـواش بسڕـە بە خـاولیەکە بەبێ لێکخشاندنی، یان بە ئامێری وشککەرەوە ئەگەر هەبوو. (وێنەی ١٣-١)	لەبەرئەوەی لێکخشاندن دەبێتە هۆی رووشاندنی پێستەکە و زبربوونی.
١٣-خـۆت بە دووربگـرە لە دەسـت لێدانی بەلـوعە و دەسشـۆرەکە. (وێنەی ١٤-١)	لەبەرئەوەی دەستشۆر و بەلوعە بە پیس دادەنرێت.
١٤-ئەگەر دەسشـۆرەکە شـوێنی گرتنەوەی نەبـوو لە بەشی خـوارەوە و لای پێیەکانـت، ئەوا بەلـوعەکە بە کلێنسـێکی وشـک یـان بە ئانیشـک بگرەوە.	بۆ ئەوەی خۆت بە دووربگریت لە دووبارە پیسکردنەوەی دەستەکانت.

تۆمارکردنی زانیاریەکان:

پێش دەسـتلێدان لە نەخۆشـەکە و هەر کـردارێکی پاکوخـاوێنی، پێویسـتە پاکوخـاوێنی دەسـت تۆمـار بکریت، بـۆ ئەوەی نیشـانی بـدەیت کە تـۆ نەخۆشـەکە دەپارێزیـت لە میکـرۆب و زینـدەوەرە وردە زیانبەخشـەکان. لەدوای دەسـتلێدان لە نەخۆشـەکە و بەرکەوتـنی شـلەکانی لەشی نەخۆشـەکە و دەوروبەری نەخـۆش، پێویسـتە پاکوخـاوێنی دەسـت تۆمـار بکریت ، بـۆ ئەوەی نیشـانی بـدەیت کە تـۆ خـۆت و سیسـتەمی چـاودێری تەندروسـتی لە میکـرۆب و زیندەوەرە وردە زیانبەخشەکانی نەخۆشەکە دەپارێزیت.

وێنەی ١-١

وێنەی ١-٢

وێنەی ١-٣

وێنەی ١-٤

وێنەی ١-٥

وێنەی ١-٦

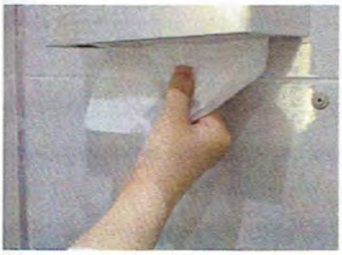
وێنەی ١-٧

وێنەی ١-٨

وێنەی ١-٩

وێنەی ١-١٠

وێنەی ١-١١


وێنەی ١-١٢

وێنەی ١-١٣

وێنەی ١-١٤

وێنەی ١-١٥

ناوی کردارەکە: پاککردنەوەی دەستەکان بە ماددەی کهولی.

پێناسە: بەکارهێنانی بەرهەمێکی پاککەرەوەیە، ماددەیەکی کهولیە بە بێ ئاو بەرهەم دەهێنرێت و بەکاردەهێنرێت بۆ هەموو ڕووەکانی دەست بۆ کەمکردنەوەی ژمارەی ئەو وردە زیندەوەرانەی کە ئێستا هەیە.
مەبەست لەم کردارە: ئەگەر دەستەکانت بە شێوەیەکی ئاشکرا پیس نەبووبن، پاککەرەوەیەکی کهولی (بەبێ ئاو) بەکاربهێنە بۆ پاککردنەوەی دەستەکانت بەشێوەیەکی ڕێکوپێک و بەردەوام.

پێداویستییەکان:
بەرهەمی پاککەرەوەی کهولی

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- لابردنی پەنجەوانە و بازن و کاتژمێری دەست یان هەرشتێکی تر کە لە دەستت کردووە لە سەروو مەچەکتەوە.	لەبەرئەوەی پیسی و میکرۆب و وردە زیندەوەری پێستیان لەخۆگرتووە.
٢-ماددە کهولیەکە بکەرە ناو هەردوو دەستەوە.	لەبەرئەوەی هەموو سەررووی دەست بگرێتەوە.
٣-ناو لەپی دەستەکان بە باشی لێکبخشێنە.	لەبەرئەوەی ماددە کهولیەکە هەموو ناو لەپی دەست بگرێتەوە.
٤- ناو لەپی دەستی ڕاست بخەرە سەرپشتی دەستی چەپ و لێکیان بخشێنە، وە بە پێچەوانەشەوە.	لەبەرئەوەی زیندەوەرە وردەکان و میکرۆبەکان گەشەدەکەن لەو ناوچانەی شاردراوەن و بە ڕوونی دیارنین، بۆیە پێویستە گرنگی زیاتریان پێ بدرێ لە کاتی دەستشۆردن.
٥- پەنجەکانت بە باشی لەیەکتر بخشێنە.	لەبەرئەوەی زیندەوەرە وردەکان و میکرۆبەکان گەشەدەکەن لەو ناوچانەی شاردراوەن و بە ڕوونی دیارنین، بۆیە پێویستە گرنگی زیاتریان پێ بدرێ لە کاتی دەستشۆردن.
٦- پێوەنووسانی لەپی پەنجەکانی دەستی ڕاست بە پشتی پەنجەکانی دەستی چەپ و لێکخشاندنیان.	لەبەرئەوەی زیندەوەرە وردەکان و میکرۆبەکان گەشەدەکەن لەو ناوچانەی شاردراوەن و بە ڕوونی دیارنین، بۆیە پێویستە گرنگی زیاتریان پێ بدرێ لە کاتی دەستشۆردن.
٧- پەنجە گەورەی دەستی چەپت بکەرە ناو لەپی دەستی ڕاست و دەست دابخە و بیسوڕێنە لەناویدا، وە بە پێچەوانەشەوە.	لەبەرئەوەی زیندەوەرە وردەکان و میکرۆبەکان گەشەدەکەن لەو ناوچانەی شاردراوەن و بە ڕوونی دیارنین، بۆیە پێویستە گرنگی زیاتریان پێ بدرێ لە کاتی دەستشۆردن.
٨-پێوەنوساندن و جوتکردنی پەنجەکانی دەستی ڕاست و سوڕاندن و لێکخشاندنی بۆ سەرەوە و خوارەوە لەناو لەپی دەستی چەپ، وە بە پێچەوانەشەوە.	لەبەرئەوەی زیندەوەرە وردەکان و میکرۆبەکان گەشەدەکەن لەو ناوچانەی شاردراوەن و بە ڕوونی دیارنین، بۆیە پێویستە گرنگی زیاتریان پێ بدرێ لە کاتی دەستشۆردن.
٩-سوڕاندن و لێکخشاندنی مەچەکی دەستی ڕاست لە لەپی دەستی چەپ، بە پێچەوانەشەوە	لەبەرئەوەی مەچەک یەکێکە لەو شوێنانەی کە زۆر جار ناشۆردرێت.
١٠- کاتێک دەستەکانت وشکبوونەوە، ئەوکاتە پارێزراو دەبن.	بۆ دروستکردنی بەرگێکی پارێزەر لەسەرووی چینی دەستەوە.

بەشی دووەم

خۆپارێزی ستاندارد

خۆپارێزی ستاندارد

پێشەکی:

جیاکردنەوەی ئەو کەسانەی تووشی نەخۆشییەک یان پەتایەک بوون، پێویستە بۆ ڕێگەگرتن لە بڵاوبوونەوەی نەخۆشی و پەتایەکە لە نەخۆشێکەوە بۆ نەخۆشێکی دیکە، لە نەخۆشێکەوە بۆ کارمەندانی چاودێری تەندروستی یان لە کارمەندانی چاودێری تەندروستییەوە بۆ نەخۆشێک جیابکرێنەوە. بنەمای سەرکەوتنی ئەم کردارانە بریتییە لە هەڵبژاردنی پێداویستی خۆپارێزی گونجاو و ڕاهێنانی تەواو بۆ ئەوانەی بۆ خۆپاراستن بەکاری دەهێنین. خۆپارێزی بریتییە لە کۆمەڵێک کرداری تایبەت بۆ خۆپاراستن و دەستبەسەرداگرتنی هەوکردنەکان کە بەکاردێت بۆ ڕێگری کردن لە گواستنەوەی ئەو نەخۆشییانەی کە ئەگەری گواستنەوەیان لە ناو ناوەندەکانی تەندروستی بۆ خۆپاراستن، بۆ ئەمانە دوو جۆر خۆپارێزی هەیە:

خۆپارێزی ستاندارد

- دابین دەکرێت بۆ هەموو نەخۆشێک لە نەخۆشخانە.
- ئەم خۆپارێزییە جێبەجێ دەکرێت بە سەر: (ا) خوێن؛ (ب) هەموو شلەکانی لەش و دەردراوەکان و دەرهاویشتەکان جگە لە ئارەق؛ (ج) پێستی ناتەندروست (د) ناوپۆشی لینجی(Mucous membrane).
- دابینکراوە بۆ کەمکردنەوەی مەترسی گواستنەوەی زیندەوەرە میکرۆبیەکان لە سەرچاوە ناسراو و نەناسراوەکان.

١.جێبەجێکردنی پاکوخاوێنی دەستەکان بە شێوەیەکی گونجاو لە دوای هەبوونی بەرکەوتن و پەیوەندی بە خوێن، شلەی لەش، دەردراوەکان و دەرهاویشتەکان، لەگەڵ شتە پیسبووەکان تەنانەت ئەگەر بێتو دەستکێشیش بەکار نەهێنرابوو.

- دوای لابردنی دەستکێشەکان بە شێوەیەکی گونجاو ڕاستەوخۆ پاکوخاوێنی دەستەکان ڕابگرە.
- بۆ پاکردنەوەی دەست بە شێوەیەکی ئاسایی پێویستە پاکەرەوەیەکی دژە میکرۆب بەکاربهێنرێت.
- بەکارهێنانی بەرهەمێکی دژە میکرۆب یان دژە پاکەرەوە بۆ کۆنترۆڵکردنی بڵاوبوونەوە بە تووشبوونێکی تایبەت.

٢.دەستکێشی_ پاک لەدەست بکە کاتێک دەست لە خوێن، شلەی لەش، دەردراوەکان، دەرهاویشتەکان و شتە پیسبووەکان دەدەیت، بۆنموونە: (بەرگی پیسبوو).

- دەستکێشە پاکەکانیش دەکرێت پیس بن لە کاتی بەکارهێنانیان بۆ ڕێگەگرتن لە چوونە ژوورەوەی میکرۆبەکان بۆ ناو لەش.
- دەستکێشەکان لابدە پێش ئەوەی دەست لە هەر ڕوویەکی پاک یان شتێکی پاک بدەیت.
- جێبەجێکردنی پاکوخاوێنی دەستەکان بە شێوەیەکی گونجاو و ڕاستەوخۆ دوای لابردنی دەستکێشەکان.

٣.بەکارهێنانی دەمامک، پارێزەری چاو، پارێزەری دەمووچاو لە ئەگەری پرژاندنی خوێن، شلەی لەش، دەردراوەکان یان لەوانەیە پێشبینی دەرهاویشتەکان بکرێت.

٤.لەبەرکردنی بەرگێکی پاک، بەکارنەهاتوو، دژە ئاو لە ئەگەری ئەوەی چاودێری نەخۆش لەوانەیە لە ئەنجامدا توشی پرژاندنی خوێن، شلەی لەش، دەردراوەکان، دەرهاویشتەکان ببێت. لەبەر کردنی ئەم بەرگی پارێزەرە بۆ مەبەستی پارێزگاریکردنە لە جلوبەرگ.

- لابردنی بەرگە پیسبووەکە بە وریاییەوە بۆ دورکەوتنەوە لە گواستنەوەی زیندەوەرە وردەکان بۆ ئەوانی تر، بۆ نموونە: بۆ نەخۆش یان بۆ کارمەندانی چاودێری تەندروستی.
- پاک ڕاگرتنی دەستەکان دوای لابردنی بەرگەکە.

٥.هەڵگرتنی پێداویستی چاودێری نەخۆشەکە کە پیس بووە: بە خوێن، شلەی لەش، دەردراوەکان، هاوکات بە وریاییەوە مامەڵە لەگەڵ دەرهاویشتەکان بکە بۆ رێگە گرتن لە گواستنەوەی زیندەوەرە وردەکان بۆ ئەوانی تر یان بۆ ژینگە.

- دڵنیابەرەوە لەو پێداویستیانەی کە دووبارە بەکاریدەهێنیتەوە، پێویستە بە شێوەیەکی دروست پاککرابێتەوە.
- فڕێدانی ئەو پێداویستییانەی کە بۆ یەک جار بەکار دەهێنرێ بە شێوەیەکی دروست.

٦. هەڵگرتنەوەی سەرجێگە پیسبووەکە، کە دەبێت نەیتەکێنی، بەڵکو لوولی بکەیت بەشێوەیەک رووە پاکەکەی بۆ دەرەوە بێت، هەروەها رووە پیسەکەی بۆ ناوەوە بێت، بەجۆرێک لە خۆتی بە دوور بگرە بۆ ئەوەی جلوبەرگی پەرستارەکە پیس نەبێت.

٧. فڕێدانی دەرزی بەکارهاتوو لەگەڵ شتە تیژەکان راستەوخۆ بۆ سندوقی سەلامەتی هەر کە لە بەکارهێنانی تەواو بوویت. هەوڵمەدە هەر دوو دەستت بەکاربهێنی بۆ دانانی سەرە دەرزییەکان و شتە تیژەکان لە ناو بەرگەکانیدا، بەڵکو یەک دەست یان ئامێری تری سەلامەتی بەکاربهێنە. لەبەرئەوەی بەکارهێنانی دوو دەست دەکرێت ببێتە هۆی چەقاندنی دەرزییەکە بە دەستدا(needlestick)، واتە لە کاتی دەرزی لێدانەکە ئەگەری هەیە بچێت بە ناو دەستدا، ئەگەر پەرستارەکە بە رێکەوت سەری دەرزییەکەی یان بەرگەکەی ون کرد.

خۆپارێزی لەسەر بنەمای گواستنەوە:

بەکاردێت بۆ ئەو نەخۆشانەی گومانیان لێ دەکرێ کە لەم سێ رێگەیەوە نەخۆشی بگوازنەوە:

- لە رێگەی هەواوە
- لە رێگەی تنۆکە تفی دەمەوە
- لە رێگەی دەستلێدانەوە

ئەو سێ جۆرەی لە ماوەی بڵاوبوونەوەدا هەیە، لەوانەیە بە تەنیا یان بە تێکەڵی بەکاربێت، بۆیە هەمیشە پێویستت بە خۆپارێزییە پێوانەییەکان هەیە.

- لە رێگەی هەواوە

خۆپارێزی هەوایی بەکاردێت بۆ ئەو نەخۆشانەی کە زانراوە یان گومانی ئەوەیان لێ دەکرێت کە نەخۆشی ترسناکیان هەبێت، کە لە لایەن تەنۆلکەی هەواییەوە دەگوێزرێتەوە، کە لە ٥ میکرۆن بچووکترە. نموونەی ئەم جۆرە نەخۆشییانە بریتین لە سورێژە (rubeol)، درکەمێکوتە varicella (لەوانە szosterی بڵاوکراوە)، هەروەها نەخۆشی سیل(tuberculosis).

١. دانانی نەخۆشەکە لە ژووری دابڕاوی هەوا (AIIR). ژوورێکی تایبەتە کە پەستانی هەوای نێگەتیڤی هەیە، (٦ تا ١٢) جار هەوا دەگۆڕێت لە سەعاتێکدا، یان توانای بەتاڵبوونی هەوای هەیە بۆ دەرەوە بە بەکارهێنانی سیستەمی پاڵاوتن بۆ هەوای ژوورەکە.

٢. ئەگەر ژوورێکی تایبەت بەردەست نەبوو، نەخۆشەکە لەگەڵ نەخۆشێکتر دابنێ کە تووش بووە بە هەمان جۆری میکرۆب.

٣. لە قۆناغی یەکەم(TUBERCULOSIS) ئامێری هەناسەدان (N95RESPIRATOR) بەکاربهێنە کاتێک دەچیتە ژووری نەخۆشێک کە زانراوە یان گومان دەکرێت کە نەخۆشی سیلی هەبێت. بڕوانە رێنماییەکانی راهێنان لەسەر بەکارهێنانی ماسکی هەناسەدان.

٤. ئەو کەسانەی کە هەستیارییان هەیە یان بەرگری لەشیان کەمە، نابێت بچنە ژووری نەخۆشێک کە تووشبووی سورێژە و سورێژەی ئەڵمانی(REBEOLA) درکەومێکوتەیە.. ئەگەر پێویست بوو بچنە ژوورەوە، پێویستە ماسکی هەناسەدان بەکاربهێنن.

٥. سنووردارکردنی جووڵە و هاتوچۆی نەخۆشەکە بۆ دەرەوەی ژوورەکە بێجگە لەکاتی پێویست. لەکاتی هاتوچۆدا ماسکی نەشتەرگەری (SURGICAL MASK) بۆ نەخۆشەکە دابنێ.

- خۆپارێزی دڵۆپە

خۆپارێزی دڵۆپە بەکاردێت بۆ ئەو نەخۆشانەی زانراون یان گومان دەکرێت نەخۆشی مەترسیداریان هەبێت کە بە دڵۆپەی گەردیلەی گەورەتر لە ٥ میکرۆن دەگوێزرێتەوە. نموونەکانی ئەم جۆرە نەخۆشییانە،

وەنــاق diphtheria ســـوورێژە و ســـوورێژەی ئەڵمـــانی، هەوکـــردنی ســـییەکان pneumonia، هەوکـــردنی قورگpharyngitis، ملەخرێ mumps، تا لە منالدا، کۆکەڕەشە...

١. شوێنی نەخۆشەکە لە ژوورێکی تایبەت بێت.

٢. ئەگەر ژوورێکی تایبەت بەردەست نەبوو، نەخۆشەکە لەگەڵ نەخۆشێکتر دابنێ کە تووش بووە بەهەمان جۆری میکرۆب.

٣. ماسکێک ببەستە ئەگەر لە ماوەی یەک مەتر لە دووری نەخۆشەکە کارت کرد.

٤. سنووردارکردنی جووڵە و هاتوچۆی نەخۆشەکە بۆ دەرەوەی ژوورەکە، بێجگە لەکاتی پێویست. لەکاتی هاتوچۆدا ماسکی نەشتەرگەری (SURGICAL MASK) بۆ نەخۆشەکە دابنێ.

- خۆپارێزی بەرکەوتن

بەکارهێنانی خۆپارێزی بەرکەوتن بۆ ئەو نەخۆشانەی کە زانراوە یان گومانیان لێ دەکرێت کە نەخۆشی مەترسیداریان هەبێت، کە بە ئاسانی بەهۆی پەیوەندی ڕاستەوخۆ بە نەخۆشەکە یان بە پەیوەندی کردن بە ماددەکانی ناو ژینگەی دەوروبەری نەخۆشەکە دەگوێزرێتەوە. بەپێی ڕێکخراوی (CDC) ئەم جۆرە نەخۆشییانە بریتین لە:

هەوکردنی کۆئەندامی هەرس، هەناسە، پێست یان هەوکردنی برین یانیش گەشەکردنی ئەوبەکتریایانەی کە بەرگریان دژی دەرمانەکان هەیە، نموونە لە بەکتریای ڕیخۆڵەیی وەک C. difficile وE.coli

شیگێلا و هەوکردنی جگەری جۆری A، بۆئەونەخۆشانەی کە دایبیان پێهەڵگیراوە; ڤایرۆسی فرەخانەی کۆئەندامی هەناسە یـان ئەو ڤایرۆسـانەی کە دەبـنە هەوکـردن لەبەشی نـاوەوەی لەش لە منـداڵان و تـازەلەدایکبووان، ڤـایرۆس، ئەنفلـۆنزا و نەخۆشـیە گوازراوەکـانی پێسـت وەک ڤـایرۆسی تامێسـک، ئـاگرە(IMPETIGO)، دروسـتبوونی ئەسـپێ(PEDICULOSIS)، وە گەری(SCABIES).

١. دانانی نەخۆشەکە لە ژوورێکی تایبەت.

٢. ئەگەر ژوورێکی تایبەت بەردەست نەبوو، نەخۆشەکە لەگەڵ نەخۆشێکتر دابنێ کە بە هەمان جۆری میکرۆب تووشبووە.

٣. دەستکێش لەدەست بکە وەک ئەوەی باسکراوە لە ئاگاداربوونی پێوانەیی.

ا. گۆڕینی دەستکێش پاش پەیوەندیکردن یان هەبوونی بەرکەوتن بە ماددە تووشبووەکان.

ب. لابردنی دەستکێش پێش جێهێشتنی ژووری نەخۆشەکە.

ج. ڕاستەوخۆ دوای لابردنی دەستکێشەکە ماددەیەکی پاککەرەوە بۆ پاککردنەوەی دەستەکانت بەکاربهێنە.

تێبینی: ئەگەر نەخۆشـەکە تـووشی نەخـۆشی بەکتریـای C.DIFFICILE بـوو، پاککەرەوەی دەسـتی کهـولی بەکار مەهێنە، چونکە کاریگەری لەسەر ئەم ڤایرۆسە نییە. سابون و ئاو بەکاربێنە.

د. دوای پاکردنەوەی دەستەکان دەست مەدە لە ڕووە پیسبووەکان یان ئەو پێداویستیانەی کە لە ژوورەکەدا هەیە.

٤. لەبەرکردنی بەرگی پارێزەر هەروەک لە خۆپارێزیە پێوانەییەکاندا باسکراوە لەکاتی چوونە ژورەوە ئەگەر بەرکەوتن هەبێت بە رووکاری توشبوو یان پێداویستیە پیسەکان، یان ئەگەر نەخۆشەکە نەتوانێت میز رابگرێت یان سکچوونی هەبێت، یان دەردراوەکانی بریتی هەبێت، پێش دوورینەوە.

ا. لابردنی بەرگی پارێزەر لە ژووری نەخۆشەکە.

ب. دڵنیابە لەوەی کە بەرگە پارێزەرەکە بەر رووە پیسەکان نەکەوێت.

٥. سنووردارکردنی جووڵە و هاتوچۆی نەخۆشەکە بۆ دەرەوەی ژوورەکە بێجگە لەکاتی پێویست .

٦. بەکارهێنانی پێداویستی چاودێری تایبەت بۆ تاکە نەخۆشێک یان بۆ ئەو نەخۆشانەی کە هەمان ڤایرۆسیان هەیە.

هەندێک نەخۆشی پێویستی بە تێکەڵەی هەر سێ جۆری خۆپارێزییەکە هەیە، هەروەها بۆ ئەو نەخۆشانەی تووشی ڤایرۆسی کۆرۆنا بوون کە دەبێتە هۆی نەخۆشی هەناسەدانی توند (SARS-CoV)، (لەوانە پاراستنی چاو)، بەرکەوتن، کە لە خۆپارێزییە هەواییەکان نیشان دراوە.

ناوی کردارەکە: چۆنیەتی لەبەرکردن و دانانی پێداویستی پاراستنی کەسی .(PPE)

پێناسە: پێداویستی پاراستنی کەسی (PPE) هەندێک پێداویستی لە خۆدەگرێت، لەوانە؛ دەستکێش، بەرگ، دەمامک، ئامێری هەناسەدان و چاویلکە بەکاردێت بۆ دروستکردنی بەرگری کە پارێزگاری لە پێست، جلوبەرگ، پەردەی لینجی (Mucous membrane)، بۆری هەناسە لە هەوکردن دەکەن.

مەبەست لەم کردارە: هەموو کارمەندانی تەندروستی پێویستە کە پێداویستی پاراستنی کەسی (PPE) دابین بکەن و بەکاربهێنن، (دەستکێشی پاک یان بەکارنەهاتوو، بەرگی پارێزەر، دەمامک، لەگەڵ چاویلکەی پارێزەر).

پێداویستییەکان:

- بەرگی پارێزەر (GOWN)
- دەمامک (MASK)
- چاویلکە (EYEWEAR)
- دەستکێشی پاک (CLEAN GLOVES)

جێبەجێکردنی هەنگاوەکان	ڕێکخستنی دروست
٠١ دەستەکانت پاکوخاوێن ڕابگرە.	جێبەجێکردنی PPE. وا دابنێ کەسەکە دەستەکانی بۆ سەرەوە بەرزکردۆتەوە. (لە بەشی خوارەوە بۆ سەرەوەی لەش) لەبەرکردنی (PPE) جێبەجێ دەکرێت.
٠٢ بەکارهێانی بەرگی پارێزەر. داپۆشینی تەواوی ناو قەدی جەستە لە ملەوە هەتا ئەژنۆ، قۆڵەکان هەتا کۆتایی مەچەک، لەگەڵ پێچانی لە دەوری پشت. (وێنەی٢-٢)	
٠٣ بەکارهێنانی دەمامک بەستنی بە توندی یان بەکارهێنانی لاستیکی جیڕ لە ناوراستی سەر و مل. (وێنەی٣-٢)	
٠٤ بەکارهێنانی چاویلکەی پارێزەر(وێنەی٦-٢)	
٠٥ بەکارهێنانی دەستکێشی پاک(وێنەی٧-٢)	
٠١ لابردنی دەستکێشەکانی یەکەم جار لەبەر ئەوەی لە هەموو ئەوانی تر پیسترە. ڕووی دەرەوەی دەستکێشەکان پیسن، ئەگەر لەکاتی لابردنی دەستکێشەکان دەستەکانت پیسبوون ڕاستەوخۆ دەستەکانت بشۆ یان پاکەرەوەی کهولی دەست بەکاربهێنە. (وێنەی١٠-٢)	لابردنی (PPE) . لابردنی لەبەردەم دەرگای ژووری نەخۆشەکە ڕێکخستنی بە پێی ئەلفوبێ" ئینگلیزیت لەبیربێت
٠٢ لابردنی چاویلکەی پارێزەر لەگەڵ فرێدانی بە شێوەیەکی گونجاو یان دانانی لە شوێنی شیاو بۆ پاکردنەوە. ڕووی دەرەوەی چاویلکە یان پارێزەری دەمووچاو پیسە لە کاتی لابردنی چاویلکەی پارێزەر یان پارێزەری دەمووچاو، ڕاستەوخۆ دەستەکانت بشۆ یان پاکەرەوەی کهولی دەست بەکار بهێنە.(وێنەی١٣-٢)	
٠٣ لابردنی بەرگی پارێزەر لەکاتی خۆ ئامادەکردن بۆ بەجێهێشتنی ژوورەکە. بەشی پێشیـ بەرگی پارێزەرەکە لەگەڵ قۆڵەکەی پیس بوون. ئەگەر دەستەکانت پیسبوون لە کاتی لابردنی بەرگەکەدا ڕاستەوخۆ دەستەکانت بشۆ یان پاکەرەوەی کهولی دەست بەکاربهێنە. .(وێنەی١٥-٢)	
٠٤ لابردنی دەمامک، ڕووی دەرەوەی دەمامک یان ئامێری هەناسەدان پیسە، هەرگیز دەستی لێ مەدە. ئەگەر دەستەکانت پیسبوون لە کاتی لابردنی دەمامکەکە یان ئامێری هەناسەدانەکە ڕاستەوخۆ دەستەکانت بشۆ یان پاکەرەوەی کهولی دەست بەکاربهێنە. .(وێنەی١٤-٢)	
٠٥ دەستەکانت پاکوخاوێن ڕابگرە	

وێنەی ٢-١

وێنەی ٢-٢

وێنەی ٢-٣

وێنەی ٢-٤

وێنەی ٢-٥

وێنەی ٢-٦

وێنەی ٢-٧

وێنەی ٢-٨

وێنەی ٢-٩

وێنەی ٢-١٠

وێنەی ٢-١١

وێنەی ٢-١٢

وێنەی١٣-٢

وێنەی ١٤-٢

وێنەی ١٥-٢

وێنەی ١. بەستنی لە پشتی مل و کەمەر.
وێنەی ٢.
- دانانی ئەو هێڵە سپیەی دەمامکەکە و چەماندنەوەی ئەو ئاسنە تەنکەی ئەکەوێتە بەشی ناوەڕاستی دەمامکەکە لەسەر ئێسکی لووت.
- بەستنی دەمامکەکە بە شێوەیەکی توند بۆ دەموچاو و ژێر چەناگە.
وێنەی٣ . دانانی لەسەر دەمووچاو و ڕێکخستنی بە شێوەیەکی گونجاو.
وێنەی٤ .درێژکردنەوەی دەستکێشەکە بۆ داپۆشینی مەچەک و قۆڵی بەرگی پارێزەرەکە.
وێنەی ٥. بە بەکارهێنانی ئەو دەستەی کە دەستکێشی ـ لە دەستایە، ناو لەپی دەستکەی دیکە بگرە، پاشان دەستکێشەکە دابکەنە و هەڵی بگرە بەو دەستەی دەستکێشی لە دەست دایە.
بە بەکارهێنانی پەنجەی ئەو دەستەی کە دەستکێشی ـ لە دەست نییە، لە مەچەکەوە پەنجە بخەرە ژێر دەستکێشەکەی دیکە، پاشان دەستکێشەکەی دیکە بەسەر دەستکێشی یەکەم دا لێ بکەرەوە و فڕێیان بدەرە سەتڵی پاشەڕۆ.
وێنەی ٦.   لابردنی چاویلکەی پارێزەر یان پارێزەری دەموچاو بە بەرزکردنەوەی لاستیکەکەی لە پشتی سەرەوە یان لە تەنیشت گوێکانەوە.
وێنەی٧. کردنەوەی پەتی بەرگە پارێزەرەکە، بەڵام ئاگاداربە کە قۆڵی بەرگە پارێزەرەکە بەر لەش نەکەوێت کاتێک دەگەیتە ئەوەی کە بەرگەکە لە شان و مل دووریخەیتەوە، تەنها دەست لە ناوەوەی بەرگەکە دەدەیت، هەروەها هەڵگەڕانەوەی بەرگەکە بۆ ناوەوە.
پێچانەوەی یان لول کردنی بەرگەکە بۆ کۆکردنەوە و پاشان فڕێدانی بۆ ناو سەتڵی پاشەڕۆ.
وێنەی ٨. گرتنی پەتی خوارەوەی دەمامکەکە یان پەتی پلاستیکی ئامێری هەناسەدانەکە، پاشان ئەوانەی لە سەرەوەن لا دەبرێت بە بێ دەستلێدان لە ڕووی پێشەوەیان، وە دواتر فڕێدانی بۆناو سەتڵی پاشەڕۆ.

تۆمارکردنی زانیارییەکان:

بە پێی جۆری نەخۆشییەکە پێویستە تۆماری بکەیت کە چ جۆرە خۆپارێزییەکی هەیە، کە تۆ تێبینیت کردووە، هەروەها چ جۆرە ڕێگایەکی گرتۆتەبەر بۆ کەمکردنەوەی گواستنەوەی نەخۆشی لە قاوشەکاندا بۆ پارێزگاریکردن لە نەخۆشەکان و دابینکەرانی چاودێری تەندروستی. تۆ وەک پەرستار بەرپرسیاریت لە پەروەردەکردنی نەخۆشەکان لە ماوەی کۆنترۆڵکردنی هەوکردن.

جۆرەکانی دەستکێش	وێنە	سوودەکانیان	زیانەکانیان
Plastic		- تەنکە. - بەشێوازێکی ئاسان لە دەست دەکرێ و دادەکەنرێت. - کەمترین نرخی ئەوێ بۆ دەستکەوتن (زۆر هەرزانە). - Latex free	- زۆر شلە لە دەستدا. - هیچ پارێزگارییەکی لە دژی میکرۆبەکان نییە. - نابێت لە دەوری گەرما یان لەسەر رووی گەرم بەکار بێت.
Nitrile		- بەرگری بەهێزی هەیە لە کون بوون و ماددە کیمیاییەکان. - توانای پاراستنی مامناوەندی لە دژی میکرۆبەکان هەیە. - ئاسودەیی باش دابین دەکات، گونجاو و نەرمە. - بەئاسانی تێبینی دڕاوی ئەکەیت. - بەرگەی پلەی گەرمای مامناوەند دەگرێت. - تا ماوەی ٥ ساڵ بەسەرناچێت. - Latex free	- ڕەقترە لە latex. - توانای کەمی هەیە بۆ تەواوکردنی کارە ئاڵۆزەکان. - کەمکردنەوەی هەستی دەستلێدان. - زۆرترین نرخی ئەوێ بۆ دەستکەوتن (زۆر گرانە).
Vinyl		- کێشی کەم و نەرم. - دابینکردنی تێکڕای بەرگری بۆ هەندێک ماددەی کیمیایی باو وەک ئەلکهول. - دەتوانرێ بەکاربهێنرێت بۆ هەڵگرتنی پلەی گەرمای کەم، وەک خواردنی گەرم. - تا ماوەی ٥ ساڵ بەسەرناچێت . - Latex free	- هێزی کشانی کەمە، واتە ئاسانە بۆ دڕان. - توانای پارێزگاریکردنی کەمە دژ بە میکرۆبەکان. - شلە و کەمتر توانای هەیە بە بەراورد بە nitrile وlatex - هەرزانترە لە nitrile وlatex.
Latex		- زۆر گونجاوە. - گونجاوترینە و هەستی دەست لێدان دابین دەکات. - توانای کشانی زۆرە لەگەڵ هەبوونی توانای بەرگری لە دژی دڕان. - پارێزگارییەکی باش لە دژی میکرۆبەکان دەکات. - بەردەستە بە دوو جۆر: جۆری یەکەم لەسەر رووی دەرەوەی پاودەر هەیە، جۆری دووەم نییەتی.	- هەستیاری بە latex زیاتر بەربڵاو بووە. - Latex لەوانەیە لە هەندێک بارودۆخ دا قەدەخە بکرێت. - نابێت لەگەڵ خاکی,organic,ڕۆن، گاز، گریس بەکاربێت. - توند و سەختە بۆ دڕان. - دووەم گرانترین دەستکێشە بە بەراورد بە ئەوانی تر. - ماوەی هەڵگرتنی بە شێوەیەکی ئاسای ١ بۆ ٣ ساڵە.

جۆرەکانی دەمامک	توانای پارێزگاری دەمامکەکان			
	ڤایرۆس	بەکتریا	تۆز	دەنکە هەڵاڵە
N95 Mask	٩٥٪	١٠٠٪	١٠٠٪	١٠٠٪
Surgical mask	٩٥٪	٨٠٪	٨٠٪	٨٠٪
FFP1 mask	٩٥٪	٨٠٪	٨٠٪	٨٠٪
Activate carbon	١٠٪	٥٠٪	٥٠٪	٥٠٪
Cloth mask	٠٪	٥٠٪	٥٠٪	٥٠٪
Sponge mask	٠٪	٥٪	٥٪	٥٪

بەشی سێهەم

لەدەستکردن و دانانی دەستکێشی نەشتەرگەری

لەدەستکردن و دانانی دەستکێشی نەشتەرگەری

ناوی کردارەکە: لەدەستکردنی دەستکێشی نەشتەرگەری.

پێناسە: دەبێت دەستکێشە پاکژکراوەکە تەنیا بۆ یەکجار "بەکاربهێنرێت، لاتێکس و بێ لاتێکس بەردەست بێت لەو شوێنەی کە ئەگەری هەیە بەکاربهێنرێت.". دەستکێشی نەشتەرگەری بە شێوەیەک پێچراوەتەوە کە دەستی ڕاست و چەپی بۆ دیاری کردوویت و بە چەندان قەبارەی جیاواز هەیە کە بە ژمارە ئاماژەیان پێدراوە (وەک ژمارەی سەر پێڵاو) بۆئەوەی کەسی بەکارهێنەر بتوانێ بەئاسانی کاریان پێوە بکات و بتوانێت ئاسوودەبێت. دەستکێشی. جۆری لاتێکسی۔ لاستیکی سروشتی باشترین جۆری ماددەیە کە ئەم دەستکێشەی لێ دروستکراوە، بۆیە دەستکێشی۔ نەشتەرگەری زیاتر لەم مادەیە دروست دەکرێ لەبری ماددەی تر. چارەسەر دەبێت بەردەست بێت بۆ ئەو نەخۆش و ستافە پزیشکیەی کە هەستیاریان بە مادەی لاتێکس هەیە.

مەبەست لە کردارەکە:

بۆ ئەوەی بەربەستێک لە نێوان دەستی پەرستارەکە و نەخۆشەکەدا هەبێت، بۆ ڕێگری کردن لە گواستنەوەی هۆکاری نەخۆشی ڕاستەوخۆ و بۆ ڕێگری کردن لە پیسبوونی شوێنەکە و ئامێرەکان لە ڕێگەی ئەو دەستکێشانەی کە پاکژ نین.

پێداویستییەکان:

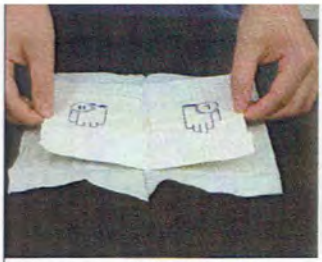
- دەستکێشی پاکژکراو کە بتوانرێت لابرێت.
- هەموو ئەو پێداویستیانەی کە داواکراوە بۆ کردارەکە.

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١-پاکژکردنەوەی دەستەکان بە بەکارهێنانی ئاو و سابوون، ئەگەر دەستەکانت زۆر پیس‌بوون یان بەکارهێنانی ماددەی ئەلکهول بۆ پاکردنەوەیان.	پێویست دەکات هەمووکاتێک دەستاکانت پاکژبن، لەکاتی بەرکەوتن لەگەڵ نەخۆشدا یان دوای بەرکەوتن و بەکارهێنانی پێویستییەکانی نەخۆشەکە.
٢- ئامادەکردنی هەموو ئەو پێداویستیانەی کە پێویستن و داواکراون بۆ ئەنجامدانی کردارەکە، دانانیان لە شوێنێکی پاک و دەرهێنانی کەرەستە پاکژەکان ئەگەر هاتوو هیچ پارەمتیەدرێکت لەگەڵدا نەبوو، بەڵام دەست لە هیچ کەرەستەیەکی خاوێن نابێت بدرێت هەتا دەستکێشەکان لە دەست دەکرێن.	بۆ ڕێگری کردن لە بەرکەوتنی دەستکێشەکان بە پاکەتە پیسەکە.
٣-کردنەوەی ئەو پاکەتەی کە دەستکێشەکان لە خۆ دەگرێت لەسەر ڕوویەکی پاک و کردنەوەی بەشی ناوەوەی پاکەتەکە، پاشان پەنجەی دەستکێشەکان لە خۆت دووربخەرەوە. گرنگی دان بە وەی دەستت بەر دەستکێشەکان نەکەوێت یان ئەوان هیچ بەرکەوتەیەکیان نەبێت لەگەڵ کەرەستەیەکی دیکەی	بۆ ڕێگری کردن لە پیشبوونی دەستکێشەکان و دانانیان لە باشترین شوێن.

پیس و ناخاوێن. .(وێنەی٣-٢)	
٤- ئەگەر دەستەکانت پیس‌بوون دەبێت بە بەکارهێنانی ئاو و سابوون، یان بەکارهێنانی ماددەی ئەلکهول دەستەکانت پاک بکەیەوە.	پێویست دەکات هەمووکاتێک دەستاکانت پاکژبن، لەکاتی بەرکەوتن لەگەڵ نەخۆشدا یان دوای بەرکەوتن و بەکارهێنانی پێویستییەکانی نەخۆشەکە.
٥- بە دەستی ڕاست دەستکێشی- دەستی چەپ هەڵبگرە. لە لێواری بەشی سەرەوە لەو شوێنەی کە دەمی دەستکێشەکە خۆی بۆ دواوە لوول بووە. بەرزکردنەوەی ئەم لێوارە دوور لە لێواری بەرامبەر بۆ دروستکردنی کراوە. هەردووکیان بەیەکەوە بپارێزە، پەنجەکانی دەستی چەپ لە دەستکێشەکاندا بجوڵێنە. گرنگی بە پیس نەکردنی دەرەوەی دەستکێشەکە، لەوکاتەی بەردەوامیت لە گرتنی ئەو لێوارەی کە لول کراوە. هەوڵبدە دەستکێشەکانت ڕابکێشیتە سەر دەستت. پەنجەکانی دەستی چەپت بڵاو بکەرەوە بە هێواشی بۆ ئەوەی یارمەتی پەنجەکانی دیکەش بدەیت بە ئاسانی بچێتە ناو دەستکێشەکە. .(وێنەی٥-٣)	بۆ ڕێگری کردن لە پیسبوونی دەستکێشەکان لە ڕووی دەرەوە.
٦- کردنەوەی دەستکێشی دەستی ڕاست بە بەکارهێنانی پەنجەکانی دەستی چەپ بە خزاندنی پەنجەکان بۆ ژێر ئەو بەشەی کە لە سەرەوەی دەستکێشەکە بۆ دواوە لول کراوە. گرنگی بەوە بدە کە دەست نەدەیت لە دەستکێشی دەستی چەپ و دەست نەدەیت لە بەشی دەرەوەی دەستکێشی دەستی ڕاست، پەنجەکانت بە یەوەکەوە بهێڵەرەوە، پەنجەکانی دەستی ڕاست بخەرە ناو دەستکێشی دەستی ڕاست . دووبارە پەنجەکانت بڵاوبکەرەوە بە هێواشی بۆ ئەوەی بتوانرێت هەمووی بەیەکەوە بە ئاسانی بچێتە ناو دەستکێشەکەوە. .(وێنەی٦-٣)	بۆ ڕێگری کردن لە پیسبوونی دەستکێشەکان لە ڕووی دەرەوە.
٧- کاتێک دەستکێشەکانت کردە دەستت، پاڵ بە دەستکێشەکانەوە بنێ تا پانجەکانت بە تەواوی بە کۆتایی دەستکێشەکە دەگەن. .(وێنەی٧-٣)	بۆ دڵنیابوونەوە لەوەی دەستکێشەکە بە تەواوی لە دەستکراوە و ئاسوودەی پێوەی کە لە کاتی ئەنجامدانی کردارەکە دوات ناخات.
٨-دەستکێشەکان لابەرە کاتێک کە کردارەکە تەواو دەکەیت. ئاگاداربە کە دەست لەگەڵ هیچ شتێکی دیکە بەرکەوتنی نەبێت یان ئەو ژینگەیەی دەرەوەی دەستکێشەکان.	لەوانەیە دەرەوەی دەستکێشەکە بەرکەوتەی پیسبووی هەبووبێت.
٩- سەرەتا بۆ لابردنی دەستکێشی- یەکەم بە توندی دەرەوەی دەستکێشەکە لە مەچەکەوە دەگرێت، پاشان ڕایدەکێشیت بەو جۆرە کە لە ناوەوە بۆ دەرەوە بێت.(وێنەی١٠-٣)	لە کاتی لابردنی دەستکێشی. یەکەمدا، دەستکێشی. دووەم بەردەوام پارێزراوە، لەکاتی ڕاکێشانی دەستکێشەکە لە ناوەوە بۆ دەرەوە، دەگونجێت کە بەشی ناوەوە بەرکەوتەی پیسبوونی هەبێت.
١٠- پاشان بۆ لابردنی دەستکێشی- دووەم پەنجەکانی ئەو دەستەت کە دەستکێشەکەت تێدا لابردووە دەخەیتە ناو دەستکێشەی دەستەکەی ترت تا ئاستی مەچەک، پاشان هەوڵبدە دەست بە ڕاکێشانی بکە لە هەمان کاتدا بەو جۆرەی لە ناوەوە بۆ دەرەوە ڕایبکێشە. .(وێنەی١٣-٣)	بە کردنە ناوەوەی پەنجەکانت بۆ ناو دەستکێشەکە بەو شێوازە ڕێگر دەبێت لە بەرکەوتنی دەستەکانت لەگەڵ سەر ڕووی دەستکێشەکە.
١١- فڕێدانی دەستکێشە بەکارهاتووەکان وەک (پاشماوەی مەترسی) کە دەبێت بکرێتە ناو جێخۆڵی پاشماوەکان کە ڕەنگکراوە بە ڕەنگی زەرد. مەگەر ڕێنمایی بکرێت بە پێچەوانەوە لە لایەن تیمی کۆنترۆڵ و ڕێگرکەر لە بڵاوبوونەوە. .(وێنەی١٥-٣)	هەموو ئەو پاشماوانەی کە بەرکەوتە بوون بە خوێن.
١٢- پاش ئەوەی دەستکێشەکانت لە دەستەکانت لابرد، دەستەکانت پاک بکەرەوە.	لەوانەیە دەستەکانت بەرکەوتنیان لەگەڵ پیسیدا هەبێت.

وێنەی ٣-١

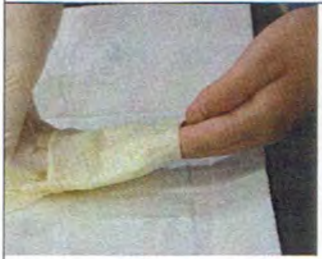
وێنەی ٣-٢



وێنەی ٣-٣

وێنەی ٣-٤

وێنەی ٣-٥



وێنەی ٣-٦

وێنەی ٣-٧

وێنەی ٣-٨

وێنەی ٣-٩

١ - کردنەوەی ئەو پاکەتەی کە دەستکێشەکان لە خۆ دەگرێت لەسەر ڕووبەکی پاک و کردنەوەی بەشی ناوەوەی پاکەتەکە پاشان پەنجەی دەستکێشەکان لە خۆت دووربخەرەوە.

٢-گرتنی دەمی دەستکێشی- یەکەم بە دەستەکەی دیکە، پاشان بردنە ناوەوەی پەنجەکانی دەستت بۆ ناو بەشی کراوەی دەستکێشەکە.

٣-بەردەوامبە لە گرتنی دەسکێشەکە و دەستت بەرەو ناوەوە ببە.

٤- جیاکردنەوەی پەنجەکانت بە هێواشی بۆ ئەوەی یارمەتی ئەوانی دیکە بدات بۆ چوونە ناوەوەی پەنجەکانت بۆ ناو دەستکێشەکە.

٥- بردنەناوەوەی بەشی سەرەوەی پەنجەکانی ئەو دەستەت کە دەستکێشی پێوەیە بۆ ناو دەستکێشی دووەم

٦- بردنە ناوەوەی سەری پەنجەکانی ئەو دەستەی دەستکێشی پێوە نییە بۆ ناو کراوەی دەستکێشی دووەم

٧- پاڵ بە دەستکێشەکەوە بنێ بۆ ئەوەی دەستت بچێتە ناوی، دووبارە پەنجەکانی دەستت بە هێواشی بکەرەوە بۆ ئەوەی بە ئاسانی پەنجەکانی دەستت بچێتە ناو دەستکێشەکە

٨- کاتێک هەردوو دەستکێشەکانت لە دەست کرد، هەوڵبدە ڕێکی بخەیت و پڕ بە دەست و پەنجەکانت بن.

وێنەی ٣-١٠

وێنەی ٣-١١

وێنەی ٣-١٢

وێنەی ٣-١٣

وێنەی ٣-١٤

وێنەی ٣-١٥

بەشی چوارەم

نیشانە زیندەییەکان

نیشانه زیندەییەکان

پێوانی نیشانە زیندەییەکان بەو کردارانە ناسراوە، کە بەکاردەهێنرێن بۆ پێوانی باری تەندروستی بنچینەیی کەسێک. بەگشتی پێکدێت لە پلەی گەرمی، لێدانی دڵ، هەناسەدان و پەستانی خوێن. ئەگەر هەر حاڵەتێکی نائاسایی رووبدات لە جەستەی مرۆڤدا، ڕاستەوخۆ ئەم نیشانە زیندەییانە گۆڕانکاریان بەسەردا دێت.

ئامانج لەم کردارانە:

١-بۆ هەڵسەنگاندنی باری تەندروستی نەخۆشەکە.

٢-بۆ دیاریکردنی دۆخی سەرەتایی بەراوردکردنی لەگەڵ گۆڕانکارییەکانی داهاتوودا.

٣-بۆ دیاریکردنی هەر گۆڕانێک یاخود هەر بارێکی نائاسایی لە نەخۆشەکەدا.

پلەی گەرمی لەش:

پلەی گەرمی لەش کاردانەوەی ئەو کردارانەیە کە بەسەر جەستەی مرۆڤدا دێت، وەک زیندەچالاکیە کیمیایی و فیزیاییەکانی لەش، چالاکی ماسولکە، هەروەها ئەو هۆکارانەی کە گەرمیان لێوە دەکرێتە دەرەوەی لەش، وەک پێست، سییەکان و پاشەڕۆ. جێگیری پلەی گەرمی لەش کاریگەری لەسەر باش کارکردنی خانە و شانەو ئەندامەکانی لەش هەیە، هەر گۆڕانکارییەک لە پلەی گەرمی لەش، زۆرجار نیشانەیەکە بۆ هەبوونی نەخۆشی. پلەی گەرمی بەشێوەیەکی ئاسایی لەکاتی پشوو و لەکاتی چالاکیدا دەگۆڕێت. نزمترین ئاستی پلەی گەرمی لە کاتەکانی ٤ بۆ ٥ی بەیانی و بەرزترین ئاستی پلەی گەرمی لە کاتەکانی ٤ بۆ ٨ی شێوان دیاری دەکرێت. چەند هۆکارێکی تر کاریگەری دەکەنە سەر پلەی گەرمی لەش وەک ڕەگەز، تەمەن، باری دەروونی و ژینگەی دەوروبەر.

پێویستە ئەم چەند حاڵەت هەمیشە لەبەرچاو بێت:

- ئافرەتان پلەی گەرمی لەشیان بە بەراورد بە پیاوان بەرزترە، بەتایبەت لەکاتی سوڕی مانگانە. بەگشتی پلەی گەرمی لەش لە منداڵێکی تازە لەدایکبوو بەرزترە بە بەراورد بە کەسێکی بە تەمەن. ئەو هۆکارانەی دەبنە هۆی دڵخۆشی پلەی گەرمی لەش بەرز دەکەنەوە. قەڵەقی و خەفەت خواردن دەبنە هۆی دابەزینی پلەی گەرم، کەشوهەوای گەرم دەبێتە هۆی بەرزبوونەوە، وە کەشوهەوای سارد دەبێتە هۆی دابەزاندنی پلەی گەرمی لەش.

- پێوانی پلەی گەرمی ئاسایی لە ڕێی دەمەوە بۆ کەسی پێگەیشتوو لەنێوان ٩٧ بۆ ٩٩,٥ی فەهرنهایتە (٣٦,١بۆ ٣٧,٥ی سیلیزی). پێوانی پلەی گەرمی لە ڕێی دەرچەی کۆمەوە بە نزیکەیی ١ پلەی فەهرنهایت (٠,٦ سیلیزی) بەرزترە، بەڵام پێوانی پلەی گەرمی لەڕێی بنباڵەوە ١ بۆ ٢ پلەی فەهرنهایت(٠,٦ بۆ ١,١ سیلیزی) نزمترە. لەبەر ئەوەی ئامێری وەرگرتنی پێوانی پلەی گەرمیەکە ناچێتە ناو لەشەوە، وە پێوانی پلەی گەرمی لە ڕێی ناوچاوانەوە ٠,٥ بۆ ١ پلەی فەهرنهایت(٠,٣ بۆ ٠,٦ پلەی سیلیزی) بەرزترە بە بەراورد بە وەرگرتنی پلەی گەرمی لەڕێی دەمەوە.

مەبەست لە ئەنجامدانی ئەم کردارە:

١- بۆ دیاریکردنی پلەی گەرمی لەش.

٢- بۆ یارمەتیدان لە دیاریکردنی نەخۆشی.

٣- بۆ هەڵسەنگاندنی ڕێژەی چاکبوونەوەی نەخۆشەکە لە نەخۆشییەکەی.

٤- بۆ دیاریکردنی پلەی گەرمی لەش لە هەر هۆکارێک کە بە شێوەیەکی مەترسیدار پلەی گەرمی بەرز بکاتەوە یاخود دایبەزێنێت.

٥- بۆ هەڵسەنگاندنی باری تەندروستی نەخۆشەکە دوای وەرگرتنی چارەسەر بۆ بەرز کردنەوەی پلەی گەرمیەکەی یاخود بۆ دابەزاندنی کە بزانین ئایا سوودمەند بووە لەو چارەسەرە یاخود نا.

وەرگرتنی پلەی گەرمی لەرێی گوێچکەوە

پێناسە:

رووپۆشی ناوەوەی گوێچکە بە هەمان رێژەی ئەو بەشەی مێشک کە بە hypothalamus ناسراوە، خوێنی پێدەگات و هەمان پلەی گەرمیان هەیە کە بە شێوەیەکی بەرچاو پشتی پێدەبەسترێت بۆ زۆربەی نەخۆشەکان بەکاردەهێنرێت.

پێداویستییەکان:

- ئامێری تایبەت بەپێوانی پلەی گەرمی لەرێی گوێچکەوە
- کاتژمێری دەست
- لۆکە
- فایلی نەخۆشەکە (بۆتۆمارکردنی زانیارییەکان)
- دووجووت دەستکێشی خاوێن
- دەفرێک بۆ دانانی پێداویستییەکان

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١.پێش دەستپێکردنی کارەکانت هەوڵبدە هەنگاوەکانی بیر خۆت بخەرەوە.	بۆئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژان و لێتێکچوونێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لای نەخۆشەکە،
٢.دەستەکانت خاوێنبکەرەوە بە مادەی پاکژکەرەوە	بۆ رێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی،
٣.هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە کە پێویستە بەکاریبهێنە و خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش.	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و هەموو ئەوکەسانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا،
٤.هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە	بۆ رێگریکردن لە پچرانی کردارەکە، بۆئەوەی بە زووترین کات کردارەکە ئەنجامبدەیت،
٥.دڵنیابوونەوە لە نەخۆشەکە	بۆ پاراستنی نەخۆشەکە،
٦.روونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە	بۆ کەمکردنەوەی دڵەراوکێی نەخۆشەکە و زیادکردنی متمانە بەخۆبوون، بۆ رازیکردنی نەخۆشەکە،
٧.دڵنیاببەرەوە لە پاکژی ئەو ئامێرەی بەکاری دەهێنیت	بۆ خۆپاراستن لە توشبوون بە هەوکردن بۆ ئەوەی ئەنجامێکی زۆر دروستمان دەستبکەوێ،
٨.دڵنیابوونەوە لە خاوێنی گوێچکەی نەخۆشەکە لەهەر پیسییەک.	بۆئەوەی ئەنجامێکی دروستمان دەستبکەوێ ئەگەر هەرکێشەیەک یان برینێک هەبوو نابێ لەرێی گوێچکەوە ئەنجامی بدەین
٩.سەری نەخۆشەکە جێگیر دەکەین و بەنەرمی گوێچکەی نەخۆشەکە بۆ سەرەوە و پشتەوەی نەخۆشەکە رادەکێشین(بۆ منداڵ بۆ خوارەوە و بۆ پشتەوە رایدەکێشین)	بۆئەوەی بە باشترین شێوە ئامێرەکە داغڵ بکەین و بەدووربین لەهەر برینداربییەک،

١٠.پاشان ئامێرەکە دەکەینە ناو گوێچکەی نەخۆشەکەوە تا بەتەواوەتی هەموو ڕێڕەوی گوێچکەی نەخۆشەکە دەگرێتەوە.	بەهەمان ڕێگای پشکنینی گوێچکە دەبێ ئامێری پێوانی پلەی گەرمی گوێچکە داغڵ بکرێت
١١.پاشان ئامێرەکە دادەگیرسێنین	بۆماوەی ٢بۆ ٣ چرکە دەوەستین تاوەکو شاشەی ئامێرەکە هەڵدەبێت،
١٢.پاشان ئەنجامەکە ڕوونبکەرەوە و ڕێنمایی نەخۆشەکە بکە ئەگەر پلەی گەرمیەکەی نزم بوو یاخود بەرز	بۆئەوەی ڕاستەوخۆ زانیاری دەرباری نەخۆشەکە بڵاوبکەیتەوە،
١٣.ئامێرو پێداویستییەکانت کۆدەکەیتەوە و ئەوشتانەی کە پیسبوون دەیخەیتە تەنەکەی خۆڵی تایبەت بە پاشەڕۆکە	بۆئەوەی ژینگەی نەخۆشەکە بە پارێزراوی و پاکوخاوێنی بهێڵیتەوە،
١٤.دەستکێشەکانت لادەبەیت و دووبارە دەستەکانت پاک دەکەیتەوە.	بۆ ڕێگریکردن لە هەر هەوکردن و بەرکەوتن بە پیسییەک.

وەرگرتنی پلەی گەرمی لەرێی ناوچاوانەوە

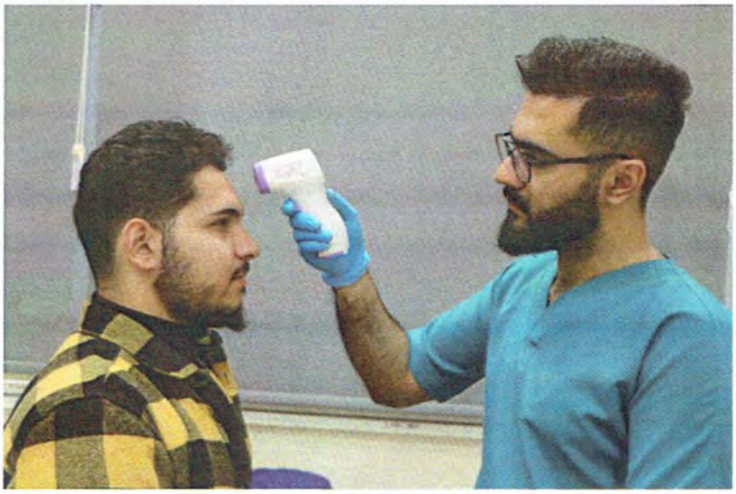
پێناسە: ئامێری پێوانی پلەی گەرمی کە بە TAT ناسراوە، بریتییە لە ئامێرێکی وردی کەم کێش و سووکەڵە کە بە پارچەیەکی زۆر هەستیار رووپۆشکراوە لە بەشی سەرەوەی. ئەم ئامێرە لە توانایدا هەیە کە بە تیشکی ژێر سوور پلەی گەرمی لەش بخوێنێتەوە لەسەر خوێنبەرەکان. ئەم ئامێرە ئەو گەرمیە تۆمار دەکات کە راستەوخۆ لە پێستی مرۆڤەوە دەردەچێت لەسەر خوێنبەرەکانی سەرەوە. ئەم ئامێرە بە شێوەیەکی وردتر بە بەراورد بە ئامێرەکانی تر دەتوانێت پلەی گەرمیمان بۆبخوێنێتەوە، بە شێوەیەک کە ٦٠ بۆ١٠٧,٥ ی فەهرنهایتە. لەهەمانکاتدا یارمەتیدەرە بۆ چاودێریکردنی پلەی گەرمی نەخۆشێک کە لەژێر پلەی گەرمی ئاسایەوەیە. هاوکات ئەم رێگایە سوود وەردەگرێ لە شوێنی خوێنبەری نێوچاوان کە بە temporal artery ناسراوە، کە لەسەر رووی پێستەوە چەند ملیمەترێک بەینیان هەیە و لە شوێنەکانی ناوچاوان، ڕوومەت و پشتی گوێکان هەستیان پێدەکرێ.

پێداویستییەکان:

- ئامێری تایبەت بەپێوانی پلەی گەرمی لەرێی خوێنبەرەکانەوە
- کاتژمێری دەست
- لۆکە
- فایلی نەخۆشەکە (بۆتۆمارکردنی زانیارییەکان)
- دووجووت دەستکێشی خاوێن
- دەفرێک بۆ دانانی پێداویستییەکان

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١.پێش دەستپێکردنی کارەکانت هەوڵبدە هەنگاوەکان بیر خۆت بخەرەوە،	بۆئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژان و لێتێکچوونێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لای نەخۆشەکە،
٢.دەستەکانت خاوێنبکەرەوە بە مادەی پاکژکەرەوە	بۆ رێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی،
٣.هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکاربهێنە کە پێویستەو خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش،	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و هەموو ئەو کەسانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا،
٤.هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە	بۆ رێگریکردن لە پچرانی کردارەکە بۆئەوەی بە زووترین کات کردارەکە ئەنجام بدەیت
٥.دڵنیابوونەوە لە نەخۆشەکە	بۆ پاراستنی نەخۆشەکە،
٦.روونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە	بۆ کەمکردنەوەی دڵەراوکێی نەخۆشەکە و زیادکردنی متمانەبەخۆبوون، بۆ رازیکردنی نەخۆشەکە
٧.دڵنیاببەرەوە لە پاکژی ئەو ئامێرەی بەکاری دەهێنیت	بۆ خۆپاراستن لە توشبوون بە هەوکردن بۆ ئەوەی ئەنجامێکی زۆر دروستمان دەست بکەوێ

٨.ئامێرەکە لە شوێنی مەبەست دادەنێین، پاشان ئامێرەکە دادەگیرسێنین،	
٩.پاشان بە هێواشی ئامێرەکە لە ناوچاوانەوە بەرەو بەشی سەرەوەی گوێکان دەخشێنین و دەبێ جیانەبێتەوە لە پێستی نەخۆشەکە،	دەبێ لێکخشاندنەکە لەنێوان ناوچاوان و بەشی سەرەوەی گوێکان بێت و نابێت بەرەو بەشی خوارەوەی دەموچاو بێت، هەندێ لە ئامێرە تازەکان پێویستیان بەو لێکخشاندنە نییە و دەبێ دوای ڕەچەتەی چۆنیەتی بەکارهێنانی ئەو ئامێرە بکەویت،
١٠.هەرکاتێ گەیشتی بە قژی کەسەکە دەبێ بۆستیت،	بۆماوەی ٢ بۆ ٣ چرکە دەوەستین تاوەکو ئەنجامی پشکنینەکە دەردەکەوێ،
١١.ئەنجامی پلەی گەرمی نەخۆشەکە بخوێنەرەوە لەسەر شاشەکە	
١٢.پاشان ئەنجامەکە ڕوونبکەرەوە و ڕێنمایی نەخۆشەکە بکە، ئەگەر پلەی گەرمییەکەی نزم یاخود بەرز بوو،	بۆئەوەی ڕاستەوخۆ زانیاری دەربارەی نەخۆشەکە بلاوبکەیتەوە،
١٣.ئامێرو پێداویستییەکانت کۆدەکەیتەوە و ئەوشتانەی کە پیس بوون دەیخەیتە تەنەکەی خۆڵی تایبەت بە پاشەڕۆکە،	بۆئەوەی ژینگەی نەخۆشەکە بە پارێزراوی و پاکوخاوێنی بهێڵیتەوە،
١٤.دەستکێشەکانت لادەبەیت و دووبارە دەستەکانت پاک دەکەیتەوە	بۆ ڕێگریکردن لە هەر هەوکردن و بەرکەوتن بە پیسییەک،



وێنەی ١-٤

پێوانی پلەی گەرمی لەڕێی دەمەوە

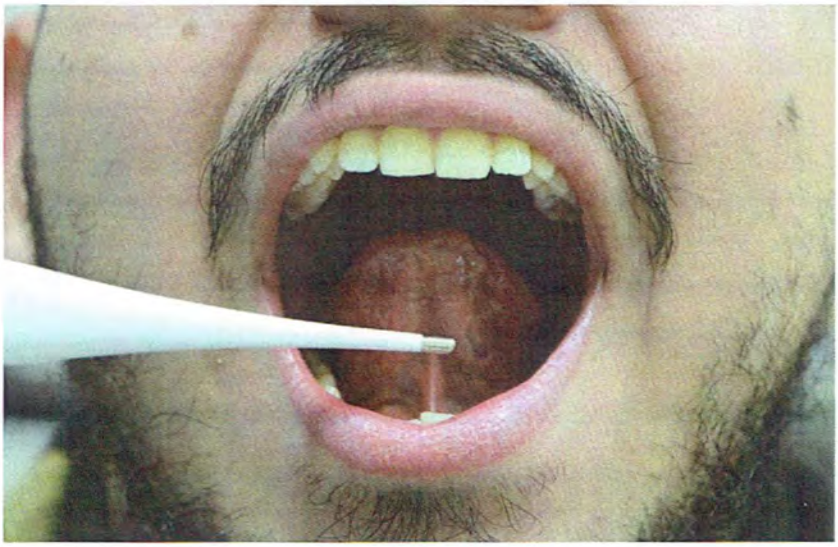
پێناسە: ڕێگایەکی تری پێوانی پلەی گەرمی لەشە کە لە کلینیکەکاندا بەکار دەهێنرێت بۆ کەسی پێگەیشتوو، کە لەحاڵەتی ئاگاییدا بێت، بۆ ئەو کەسانەی ڕێژەی ئاگاییان کەمە یاخود بێهۆشن یاخود لە حاڵەتی پەرکەمدان، هەروەها بۆ تازە لەدایک بوو و منداڵ بە شێوەیەکی گشتی و ئەوکەسانەی کە تەنها لەڕێی دەمەوە هەناسەدەدەن بەکارناهێنرێت.

پێداویستییەکان:

- ئامێری تایبەت بەپێوانی پلەی گەرمی لەڕێی دەمەوە
- کاتژمێری دەست
- لۆکە
- فایلی نەخۆشەکە (بۆتۆمارکردنی زانیارییەکان)
- دوو جووت دەستکێشی خاوێن
- دەفرێک بۆ دانانی پێداویستییەکان.

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١.پێش دەستپێکردنی کارەکانت هەوڵبدە هەنگاوەکانی بیر خۆت بخەرەوە	بۆئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژان و لێتێکچوونێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لای نەخۆشەکە
٢.دەستەکانت بە مادەی پاکژکەرەوە خاوێنبکەرەوە	بۆ ڕێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی
٣.هەموو ئەو خۆپارێزییە ستانداردانە بەکاربهێنە کە پێویستە، خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و هەموو ئەوکەسانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا
٤.هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە	بۆ ڕێگریکردن لە پچرانی کردارەکە بۆئەوەی بە زووترین کات کردارەکە ئەنجامبدەیت
٥.دڵنیابوونەوە لە نەخۆشەکە	بۆ پاراستنی نەخۆشەکە
٦.ڕوونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە	بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێی نەخۆشەکە و زیادکردنی متمانەبەخۆبوون بۆ ڕازیکردنی نەخۆشەکە
٧.ئەگەر نەخۆشەکە خواردنەوەیەکی گەرم یان ساردی خواردبێتەوە یاخود جگەرەی کێشابێت یاخود بنێشتی جوبێت دەبێت تا ١٥خولەک چاوەڕێبکەین	بۆئەوەی ئەنجامێکی وردمان دەستبکەوێت
٨.بەدەستەکانمان ئامێرەکە ڕادەوەشێنین تاوەکو جیوەی ناو شوشەکە دێتە نزمترین ئاست. ٩٥فەهرنهایت(٣٥سیلیزی)	بۆئەوە جیوەکە بچێتە ئاستی نزمتر لەئاستی پلەی گەرمی نەخۆشەکە
٩.ئامێرەکە لەژێر زمانی نەخۆشەکەدا دادەنێین و بەشێوەیەک بکەوێتە لاکان و دووربێت لەبەشی ناوەڕاستی ژێر زمان کە بە frenulum ناسراوە	دانانی بەم جۆرە ڕێگردەبێت لە بەرکەوتنی بە خوێنبەرەکانی ناو دەم و بە شێوەیەکی ورد ئەنجامەکەمان دەستدەکەوێت

١٠.داوا لەنەخۆشەکە دەکەین کە لێوەکانی دابخات، بەڵام ددانەکانی بەکراوەیی بهێڵێتەوە	بۆ ڕێگریکردن لە شکانی ئامێرە شوشەییەکە و دووربوون لە هەر بریندار بوونێک
١١.ئامێرەکە دەردەهێنین پاش ٣بۆ ٥ خولەک	
١٢.ئەگەر ئامێرەکەمان جیوەیی بوو دەبێ بیهێنینە ئاستی چاومان پاشان ئەنجامەکە بخوێنینەوە	بۆئەوەی ئەنجامێکی وردمان دەستبکەوێ
١٣.پاشان ئەنجامەکە ڕوونبکەرەوە و ڕێنمایی نەخۆشەکە بکە ئەگەر پلەی گەرمییەکەی نزم یاخود بەرز بوو	بۆئەوەی ڕاستەوخۆ زانیاری دەرباری نەخۆشەکە بڵاوبکەیتەوە
١٤.ئامێر و پێداویستییەکانت کۆدەکەیتەوە و ئەوشتانەی کە پیس‌بوون دەیخەیتە تەنەکەی خۆڵی تایبەت بە پاشەڕۆکە	بۆئەوەی ژینگەی نەخۆشەکە بە بە پارێزراوی و پاکوخاوێنی بهێڵیتەوە
١٥.دەستکێشەکانت لادەبەیت و دووبارە دەستەکانت پاک دەکەیتەوە	بۆ ڕێگریکردن لە هەر هەوکردن و بەرکەوتن بە پیسییەک



وێنەی ٢-٤

پێوانی پلەی گەرمی لەڕێی کۆمەوە

پێناسە: بریتییە لە ڕێگەیەکی تری پێوانی پلەی گەرمی کە لەڕێگەی دەرچەی کۆمەوە ئەنجام دەدرێت. ئەم ڕێگایە لە کلینیکە پزیشکییەکان بۆ تازە لەدایکبووەکان و منداڵ و ئەو کەسانەی لە باری بێهۆشیدان ئەنجام دەدرێت، هەندێ جار پێویست دەکات کە ئەم ڕێگەیە ئەنجام بدرێت.

پێداویستییەکان:

- ئامێری تایبەت بەپێوانی پلەی گەرمی لەڕێی دەرچەی کۆمەوە
- کاتژمێری دەست
- لۆکە
- کلێنسێکی خاوێن
- فایلی نەخۆشەکە(بۆتۆمارکردنی زانیارییەکان)
- دووجووت دەستکێشی خاوێن
- دەفرێک بۆ دانانی پێداویستییەکان

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١.پێش دەستپێکردنی کارەکانت هەوڵبدە هەنگاوەکان بیر خۆت بخەرەوە	بۆئەوەی لای نەخۆشەکە بەدووربیت لەهەر شڵەژان و لێتێکچوونێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە
٢.دەستەکانت خاوێنبکەرەوە بە مادەی پاکژکەرەوە	بۆ ڕێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی
٣.هەموو ئەو خۆپارێزییە ستانداردانە بەکاربهێنە کە پێویستەو خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و هەموو ئەوکەسانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا
٤.هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە	بۆ ڕێگریکردن لە پچرانی کردارەکە بۆئەوەی بە زووترین کات کردارەکە ئەنجامبدەیت
٥.دڵنیابوونەوە لە نەخۆشەکە	بۆ پاراستنی نەخۆشەکە
٦.ڕوونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە	بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێی نەخۆشەکە و زیادکردنی متمانەبەخۆبوون بۆ ڕازیکردنی نەخۆشەکە
٧.لەشوێنێکی داخراودا کارەکە ئەنجام بدە	بۆپاراستنی تایبەتمەندێتی نەخۆشەکە و دووربوون لەهەستکردن بە نائارامی
٨.دڵنیابوونەوە لەوەی کە نەخۆشەکە هیچ پێویستیەکی نییە بە چوونە دەستشۆر	بۆئەوەی نەخۆشەکە ئاسوودە بێت و هیچ پچرانێک نەکەوێتە کردارەکەوە
٩. نەخۆشەکە لەسەر شێوازی sims'posituonدادەنێین	لەبەرئەوەی دەتوانین بە باشترین شێوە دەرچەی کۆم هەست پێبکەین و ماسولکەکانی دەورووبەری کۆم خاودەبنەوە کە وادەکات ئامێرەکە بە ئاسانی داخڵ ببێت
١٠.ئامێری تایبەت دیاری دەکەین و جێلی سرکەری لێدەدەین	بۆئەوەی ئاسان داخڵ ببێت و ئازار کەم بکەنەوە

١١.بەدەستێکمان ئەوبەشەی سمتی کەسەکە کە کەوتۆتە سەرەوە پاڵپێوە دەنێین و بەدەستەکەی تر هەردوو بەشەکەی سمت لەیەکتر جیادەکەینەوە	بۆئەوەی دەرچەی کۆم بەئاسانی هەستی پێ بکرێت
١٢.داوا لە نەخۆشەکە دەکەین کە هەناسەیەکی قووڵ هەڵبمژێت و پاشان وردە وردە ئامێرەکە داغڵ دەکەین بەم شێوەیە: بۆ تازەلەدایک بوو ١.٢سم، بۆ کەسی پێگەیشتوو ٥.٣سم، ئەگەر هەستت بەهەر رێگریەک کرد لەکاتی داغڵ کردنەکە، دەبێ رابوەستیت تا ئەوکاتەی دەرچەی کۆم خاودەبێتەوە	ئەم جۆرە لە داغڵکردنی ئامێرەکە هاوکار دەبێت لە کەمکردنەوەی خەمۆکی نەخۆشەکە و رێگر دەبێت لە روودانی هەر برینداربیەک بەناوچەی کۆم
١٣.پاشان ئامێرەکە دەردەکەین، پاش ١ بۆ ٣ خولەک	بۆ ئامێرە ئەلیکترۆنیەکان ١٠چرکە رادەوەستین تا جەرەس لێدەدات
١٤.پاشان ئەنجامەکە روونبکەرەوە و رێنمایی نەخۆشەکە بکە ئەگەر پلەی گەرمییەکەی نزم یاخود بەرز بوو	بۆئەوەی راستەوخۆ زانیاری دەرباری نەخۆشەکە بلاوبکەیتەوە
١٥.بەکارهێنانی کلینسێکی خاوێن دوای ئەنجامدانی کردارەکە	بۆ پاکراگرتنی دەوروبەری دەرچەی کۆم دوای دەرهێنانی ئامێرەکە
١٦.ئامێرو پێداویستییەکانت کۆدەکەیتەوە و ئەو شتانەی کە پیس بوون دەیخەیتە تەنەکەی خۆڵی تایبەت بە پاشەڕۆکە	بۆئەوەی ژینگەی نەخۆشەکە بە پارێزراوی و پاکوخاوێنی بهێڵیتەوە
١٧.دەستکێشەکانت لادەبەیت و دووبارە دەستەکانت پاک دەکەیتەوە	بۆ رێگریکردن لە هەر هەوکردن و بەرکەوتن بە پیسییەک

وەرگرتنی پلەی گەرمی لەڕێی بنباڵەوە

پێناسە: بریتییە لە ڕێگایەکی تری وەرگرتنی پلەی گەرمی کە لە کلینیکە پزیشکییەکان بۆ پێوان و چاودێری کردنی پلەی گەرمی نەخۆش بەکار دێت.

پداویستییەکان:

- ئامێری تایبەت بەپێوانی پلەی گەرمی لەڕێی بنباڵەوە
- کاتژمێری دەست، خاولی
- لۆکە
- فایلی نەخۆشەکە(بۆتۆمارکردنی زانیارییەکان)
- دووجووت دەستکێشی خاوێن
- دەفرێک بۆ دانانی پێداویستییەکان

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١.پێش دەستپێکردنی کارەکانت هەوڵبدە هەنگاوەکان بیر خۆت بخەرەوە	بۆ ئەوەی لای نەخۆشەکە بەدووربیت لەهەر شڵەژان و لێتێکچوونێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکەم
٢.دەستەکانت بە مادەی پاکژکەرەوە خاوێنبکەرەوە	بۆ ڕێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی
٣.هەموو ئەو خۆپارێزیبە ستانداردانە بەکاربهێنە کە پێویستە و خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش	بـۆ پاراسـتنی خـۆت و نەخۆشـەکە و هەمـوو ئەوکەسـانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن لە زینـدەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا
٤.هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە	بۆ ڕێگریکردن لە پچڕانی کردارەکە بۆئەوەی بە زووترین کات کردارەکە ئەنجامبدەیت
٥.دڵنیابوونەوە لە نەخۆشەکە	بۆ پاراستنی نەخۆشەکە
٦.ڕوونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە	بۆ کەمکردنەوەی دڵەراوکێی نەخۆشەکە و زیادکردنی متمانەبەخۆبوون، بۆ ڕازیکردنی نەخۆشەکە
٧.دەرگا دادەخەین یاخوود لە شوێنێکی پارێزراوە کردارەکە ئەنجام دەدەین	بـۆ پاراسـتنی تایبەتمەنـدییەکانی نەخۆشـەکەو کەمکـردنەوەی قەلەقی نەخۆشەکە
٨.بەشێوازێک نەخۆشەکە دادەنێین کە بنباڵی دیاربێت	بۆئەوەی بە ئاسانی کردارەکە ئەنجام بدەین
٩.بە هێواشی بنباڵی کەسەکە خاوێن دەکەینەوە با پارچە خاولیەک یاخوود کلێنسێکی خاوێن	لەبەرئەوەی شێداری کاریگەری لەسەر ئەنجامەکە دەبێت بە خێرایی سڕینی شوێنەکە، دووبارە دەبێتە هۆی گەرمبوونی زیاتری شوێنەکە
١٠.داوا لە نەخۆشـەکە دەکەیـن کە ڕێـک دابنیشـێت و ئەنیشکی بەرز بکاتەوە	بۆئەوەی ئامادەبێت بۆ ئەنجامدانی کردارەکە
١١.ئەگەر ئـامێرە دەسـتییەکان بـوو دەبێ ڕای بوەشێنن تـا جیـــوەکەی نـــاو شوشــــەکە دێـــتە نـــزمترین ئاست٩٥فەهرنهایت(٣٥سیلیزی)	بۆئەوەی نزم تر بێتەوە لە پلەی گەرمی ئاسایی نەخۆشەکە
١٢.پاشان سەری ئامێرەکە دەخەینە بەشی ناوەڕاستی بنباڵی کەسەکەو هەوڵدەدەین بە ششوازێکی ئاسۆیی دایبنێین	بۆئەوەی بەشێوەیەکی بەردەوام لەسەر شێوازێک بێت کە پێچەوانەی لوولە خوێنەکان بێت

١٣.داوا لەنەخۆشەکە دەکەین ئەنیشکی دابگرێت و بەبنباڵی ئامێرەکە بگرێت	بۆئەوەی بە بەردەوامی سەری ئامێرەکە بەرکەوتە بێت لەگەڵ لوولەکانی خوێن لەو ناوچەیەدا و پلەی گەرمیەکی وردمان دەست بکەوێت
١٤.ئامێرەکە دوای ٥ بۆ ١٠ خولەک لادەبەین	لەبەرئەوەی وەرگرتنی پلەی گەرمی بەم ڕێگایە کەمتر ورد ترە بە بەراورد بە ڕێگاکانی تر،
١٥.ئەنجامەکە لەئاستی چاوەکانت بخوێنەرەوە	بۆ دڵنیایی لە وردی خوێندنەوەکە،
١٦.پاشان ئەنجامەکە ڕوونبکەرەوە و ڕێنمایی نەخۆشەکە بکە، ئەگەر پلەی گەرمیەکەی نزم یاخود بەرز بوو	بۆئەوەی ڕاستەوخۆ زانیاری دەربارەی نەخۆشەکە بڵاوبکەیتەوە
١٧.ئامێرەکە بە ماددەیەکی دژە ڤایرۆس و بەکتریا خاوێنبکەرەوە	بۆ ڕێگریکردن لە گواستنەوەی نەخۆشی و پیسبوون
١٨.ئامێرو پێداویستییەکانت کۆدەکەیتەوە و ئەوشتانەی کە پیس بوون دەیخەیتە تەنەکەی خۆڵی تایبەت بە پاشەڕۆکە	بۆئەوەی ژینگەی نەخۆشەکە بە پارێزراوی و پاکوخاوێنی بهێڵیتەوە،
١٩.دەستکێشەکانت لادەبەیت و دووبارە دەستەکانت پاک دەکەیتەوە	بۆ ڕێگریکردن لە هەر هەوکردن و بەرکەوتن بە پیسییەک

تۆمارکردن: پێویستە کات و ئەو شێوازەی کردارەکەت پێ ئەنجام داوە و پلەی گەرمییەکە لەسەر فایلی نەخۆشەکە تۆماربکەیت، پاشان واژۆی دەکەیت، ئەمەش بۆ بەردەوامی لە بەرپرسیاریەتیە پیشەییەکەت و زانیاریە تۆمارکراوەکان، کە زانیاری بەردەوام دەربارەی نەخۆشەکە دابین دەکات.

وێنەی ٣-٤

پەستانی خوێن

پێناسە: پەستانی خوێن بریتییە لە پێوانی پەستانی سەر دیوارەی خوێنبەرەکان. پەستانی خوێن پشت دەبەستێ بە هێزی گرژبوونی سکۆڵەکان، جیرێتی دیواری خوێنبەرەکان، تەکسبوونەوەی لوولەکانی خوێن و ڕێژەی و لینجێتی خوێن. بەرزترین ئاستی پەستان بە systolic ناسراوە، لەکاتی گرژبوونی سکۆڵەی چەپ ڕوودەدات. کەمترین ئاستی پەستان کە بە Diastolic ناسراوە، لەکاتی خاوبوونەوەی سکۆڵەی چەپ ڕوودەدات، وە ڕاستەوخۆ بەرگری لوولەکانی خوێن نیشاندەدات.

ئەگەر نەخۆشەکە بگری یاخود قەلەق بێت کردارەکە دوابخە، ئەگەر کرا تا نەخۆشەکە ئارام دەبێتەوە بۆئەوەی بە دووربیت لە بەدەستهێنانی ئەنجامێکی هەڵە، چونکە هەندێ گۆڕانکاری لە لایەنی دەروونیدا کاریگەری لەسەر پەستانی خوێن دەبێت.

جۆری پەستانی خوێن	بەرزترین ئاستی پەستانSystolic	نزمترین ئاستی پەستان Diastolic
ئاسایی	کەمتر لە ١٢٠	کەمتر لە ٨٠
بەرزی پەستان	١٢٠ بۆ ١٣٩	٨٠ بۆ ٨٩
بەرزی پەستان پلەی ١	١٤٠ بۆ ١٥٩	٩٠ بۆ ٩٩
بەرزی پەستان پلەی ٢	١٦٠ یان بەرزتر	١٠٠ یان بەرزتر

تێبینی: MMHG بریتییە لە یەکەی پێوانی پەستانی خوێن.

پێوانی پەستانی خوێن

پێناسە: بریتییە لە پێوانی پەستانی خوێن بە ئامێری تایبەت بەو کردارە.

ئامانجی ئەم کردارە:

بەدەستهێنانی زانیاری سەرەکی بۆ دیاریکردنی نەخۆشی و چارەسەرکردن، بۆ بەراوردکردنی هەر گۆڕانکارییەک کە لەکاتی پێدانی چارەسەر بە نەخۆشەکە، هەروەها بۆ یارمەتی لە هەڵسەنگاندنی ڕێژەی خوێن و ڕێژەی ناردنی خوێن بۆ لەش لەلایەن دڵەوە کە بە cardiacoutput ناسراوە، هاوکات بۆ هەڵسەنگاندنی بۆرییەکانی خوێن و کاردانەوەی نەخۆشەکە لە هەر گۆڕانکارییەکی فیزیکی وەک ئەنجامێک بۆ پێدانی شلەیەکfluidیان دەرمانێک کە چەند جار دووبارەکردنەوەی پێوانی پەستانی خوێن زۆر پێویستە بەتایبەت لەکاتی برینداربوونێکی سەخت، نەشتەرگەری یان پێدانی بەنج، وە لەکاتی هەر نەخۆشییەک یان حاڵەتێک کە مەترسی لەسەر سوڕی خوێن دروست بکات. ڕێکوپێکی لە پێوانەکە دەتوانێ مێژووی هەبوونی بەرزە پەستانی خوێن یاخوود نزمە پەستانی خوێنی نەخۆشەکەمان نیشانبدات، هاوکات دکتۆرەکان پێشنیاری پشکنینی پەستانی خوێن بۆ هەر پێگەیشتوویەک دەکەن.

پێداویستییەکان:

- بیستۆکstethoscope
- ماددەی پاکژکەرەوە
- ئامێری دەستی پێوانی پەستانی خوێن کە بە Sphygmomanometerناسراوە
- فایلی نەخۆشەکە
- جوتێ دەستکێشی خاوێن
- دەفرێکی تایبەت بۆ هەڵگرتنی پێداویستییەکان

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١.پێش دەستپێکردنی کارەکانت هەوڵبدە هەنگاوەکان بیر خۆت بخەرەوە	بۆئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژان و لێتێکچوونێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لای نەخۆشەکە
٢.دەستەکانت بە مادەی پاکژکەرەوە خاوێنبکەرەوە	بۆ رێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی
٣.هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکاربهێنە کە پێویستە، خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و هەموو ئەو کەسانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا
٤.هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە	بۆ رێگریکردن لە پچرانی کردارەکە بۆئەوەی بە زووترین کات کردارەکە ئەنجامبدەیت
٥.بە وریاییەوە قەبارەی کەلەفیcuffی گونجاو هەڵدەبژێرین بۆ نەخۆشەکە و بە نزیکەیی دەبێت لەسەدا ٨٠ی بچێتە سەر قۆڵی کەسەکە.(وێنەی٢-٤)	ئەگەر زۆر تەسک بێت ئەوا ئەنجامەکە هەڵە دەبێت و بەرز دەیخوێنێتەوە، ئەگەر کەلەفەکە زۆر گەورە بێت، ئەوا نزم دەیخوێنێتەوە
٦.دڵنیابوونەوە لە نەخۆشەکە	بۆ پاراستنی نەخۆشەکە
٧.نەخۆشەکە ئاگادار دەکەینەوە کەوا بەتەماین ئەم کردارەی بۆ جێبەجێ بکەین	بۆ کەمکردنەوەی قەلەقی بۆئەوەی رەزامەندی نەخۆشەکە بەدەستبێنین بۆئەوەی بەیارمەتی نەخۆشەکە کردارەکەمان ئاسانتر و خێراتر جێبەجێ بکەین
٨.ئەو بەشەی بیستۆکەکە دەیکەینە گوێمان زۆر بە باشی بە مادەی پاککەرەوەی کهولی پاکدەکەینەوە	بۆ دووربوون لە پیسبوون و گواستنەوەی نەخۆشی
٩.داوا لەنەخۆشەکە دەکەین پشوویەک وەربگرێت بۆماوەی ٥ خولەک، وە دەبێ دڵنیا ببینەوە کە کەسەکە بەلایەنی کەمەوە بۆماوەی ٣٠ خولەک نە جگەرەی کێشابێت نە مادەی کافاینی خواردبێت کە لە چا و قاوەدا هەیە	بۆئەوەی ئەنجامێکی زۆر وردمان دەستبکەوێت
١٠.نەخۆشەکە دەتوانێت لەسەر پشت رابکشێت یاخوود دابنیشێت، ئەگەر بە دانیشتنەوە کردارەکەمان ئەنجامدا دەبێ دڵنیا ببینەوە کە قاچەکانی لەسەر زەوی داناوە	ئەگەر قاچەکانی لەسەر زەوی دانەنابوو ئەنجامەکە بەرزتر دەردەچێت لە پەستانی راستەقینەی کەسەکە
١١.ئەو قۆڵەی کە کردارەکەی لەسەر ئەنجام دەدەین دەبێت لەئاستی رووی دڵەوە بێت و لەباری پشوودابێت.(وێنەی٧-٤)	ئەگەر بەو شێوەیە نەبوو ئەنجامی هەڵەمان دەستدەکەوێت
١٢.دڵنیاببەرەوە کە نەخۆشەکە لە باری پشوودایە و زۆر ئارامە	لەبەرئەوەی بەم شێوەیە ئاستی راستەقینەی پەستانی خوێنمان دەستدەکەوێت
١٣.کەلەفەکە لە بەشی سەرەوەی قۆڵی نەخۆشەکە دەبەستین دەبێ نە توند بێ نە شل، ئەگەر کەسەکە زۆر قەڵەو بوو یان قەبارەی کەلەفی گونجاومان لەبەردەست نەبوو، دەتوانین بەشی خوارەوەی قۆڵ کە دەکاتە نێوان مەچەک و ئەنیشک یاخوود لە قاچی کەسەکە کردارەکە جێبەجێ بکەین.(وێنەی٩-٤)	ئەگەر کردارەکەمان لەران ئەنجام دا دەبێ کەلەفەکە لە رانی کەسەکە ببەستین و بیستۆکەکە بخەینە سەر خوێنبەریpopliteal، بەڵام ئەگەر لەبەشی خوارەوەی قۆڵ کردمان، دەبێ کەلەفەکە ١٣ سم خوار ئەنیشک ببەستین و بیستۆکەکە لەسەر خوێنبەری radialدابنێین
١٤.بۆ دیاریکردنی ئاستی وردی پەستانی خوێن دوای بەستنی کەلەفەکە، سەرەتا دەست دەخەینە سەر خوێنبەری radial و هەوادەکەینە کەفەکەوە، لەهەر ئاستێکدا نەمانتوانی هەست بە لێدانی خوێنبەرەکە بکەین رادەوەستین و بۆجاری دواتر 30mmhg بەرزتر دەرۆین.(وێنەی١٠-٤)	بۆ رێگری کردن لە هەر نارەحەتیەک لەکاتی هەواتێکردنی کەلەفەکە

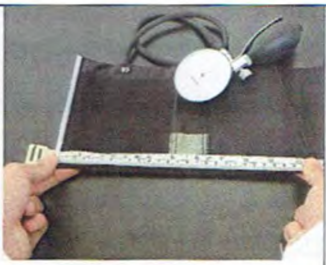
١٥.خوێنبەری brachial بە دەستلێدان دەدۆزینەوە و دەبێ کەلەفەکە ٢.٥ سم سەروو خوێنبەرەکە ببەستین، ناوەڕاستی بەشی بیستۆکەکە دەخەینە سەر خوێنبەرەکە لەو شوێنەی کە زۆر باش هەستی پێ دەکەین بە دەستێکمان جێگیری دەکەین	ئەو بەشەی پشتەوەی سەری بیستۆکەکە کە بە bell ناسراوە بۆ دەنگی زۆر نزم وەک جووڵەی خوێن لەناو لوولە خوێنەکاندا بەکاردێت و زۆر هەستیارترە لە بەشی پێشەوەی کە بە diaphragm ناسراوە
١٦.پاشان دەستەکەیترمان بەکار دەهێنین و بەئاراستەی میللی کاتژمێر ئەو زمانەیەی کە هەوای پێ تێدەکەینە کەلەفەکەوە دەسوڕێنینەوە	بۆداخستنی زمانەکەی
١٧.هەوا دەکەینە کەلەفەکەوە تا جیوەکەی دەگاتە ئەو ئاستەی کە دیاریمانکردووە و بیستۆکەکە دەکەینە گوێمان.(وێنەی١٢-٤)	
١٨.پاشان وردەوردە و بە لەسەرخۆیی زمانەکەی دەکەینەوە و نابێ خێراتر بێت لە ٢بۆ٣ mmghبۆ هەر چرکەیەک	لەکاتی کەمکردنەوەی هەوای ناو کەلەفەکە دەبێ زۆر بە وریایی سەیری جیوەی ئامێرەکە بکەین و گوێرابگرین بۆ یەکەم دەنگ کە گوێمان لێی دەبێت
١٩.کاتێ گوێت لەیەکەم دەنگ بوو، دەبێ ئەوئاستەی جیوەکەی تێدایە تۆماری بکەیت	بەمە دەوترێ بەرزترین ئاستی پەستان کە بە Systolicناسراوە
٢٠.بەردەوام دەبین لە کەمکردنەوەی هەوای ناو کەلەفەکە، پاشان ئەو ئاستەی جیوەکە تۆمار دەکەین کە تیایدا هیچ دەنگێکی لێدانی دڵ نامێنێت	بەمەش دەوترێ نزمترین ئاستی پەستان کە بە Diastolicناسراوە
٢١.دوای ئەوەی گوێت لە کۆتا دەنگ بوو Korotkoff کەمێکیتر بە لەسەرخۆیی هەوای ناو کەلەفەکە کەم بکەرەوە، بەلایەنی کەمەوە 10mmhg	بۆ ئەوەی دڵنیاببینەوە کە هیچ دەنگێک نەماوە
٢٢.پاش ئەوەی دڵنیابووینەوە لەوەی کە دەنگ نەما، دەتوانین بەخێرایی کەلەفەکە لێبکەینەوە و کۆی بکەینەوە	بۆ ڕێگریکردن لە بێزارکردنی نەخۆشەکە
٢٣.پاشان ئەنجامەکە ڕوونبکەرەوە و ڕێنمایی نەخۆشەکە بکە	بۆئەوەی ڕاستەوخۆ زانیاری دەربارەی نەخۆشەکە بڵاوبکەیتەوە
٢٤.پاشان ئەو بەشەی بیستۆکەکە کە دەیکەینە گوێوە پاکژدەکەینەوە	بۆ ڕێگریکردن لە گواستنەوەی نەخۆشی و هەوکردن
٢٥.ئامێر و پێداویستییەکانت کۆدەکەیتەوە و ئەو شتانەی کە پیس‌بوون دەیخەیتە تەنەکەی خۆڵی تایبەت بە پاشەڕۆ	بۆئەوەی ژینگەی نەخۆشەکە بە پارێزراوی و پاکوخاوێنی بهێڵیتەوە
٢٦.دەستکێشەکانت لادەبەیت و دووبارە دەستەکانت پاک دەکەیتەوە	بۆ ڕێگری کردن لە هەر هەوکردن و بەرکەوتن بە پیسییەک

تۆمارکردن:

دەبێت بەشێوازێکی پزیشکییانە ئەنجامەکە بنووسین، ئەویش بە نووسینی ڕێژەی sysrolic لەسەر Diastolic، بۆنموونە ١٢٠/٨٠. هەر نارێکییەک لە لێدانی کەسەکە هەبوو دەبێ بە تێبینی بنووسرێت. هەروەها ئەو شوێنەی کردارەکەمان تیا ئەنجام داوە و شێوازی وەستانی کەسەکە دەبێت بنووسرێت. هەروەها دەبێت ڕێنمایی نەخۆشەکە دەربارەی شێوازی ژیانکردن و چارەسەر بە دەرمان و بەردەوامبوون لە چاودێریکردنی تەندروستی خۆی بکرێت.

لەگەڵ ئەوەشدا دەبێت ناوی ئەودکتۆرە تۆماربکەین کە ئاگادارکراوەتەوە لە ئەنجامی کردارەکان و واژۆکردنی ئەو تێبینیانەی دەنوسرێت بۆ هەڵگرتنی بەرپرسیاریەتی و تۆمارکردنی ئەو زانیاریانەی دوابەدوای کردارەکە دێت و ڕاستکردنەوەی هەڵەباوەکان.

وێنەی ٤-٤



وێنەی ٤-٥

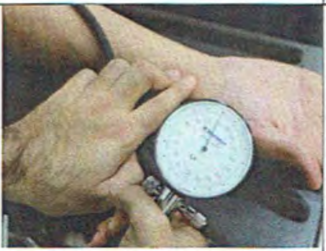
وێنەی ٤-٦

وێنەی ٤-٧

وێنەی ٤-٨

وێنەی ٤-٩

وێنەی ٤-١٠



وێنەی ٤-١١

وێنەی ٤-١٢

هۆکار	ئەرکی پەرستار
ئەو هۆکارانەی وا دەکات ئەنجامەکە بەرز دەربچێت	
کەلەفی زۆر بچووک	دڵنیابەرەوە لەوەی کە کەلەفەکە لەباری درێژیدا لەسەدا ٨٠ی چووەتە سەر جەستەی نەخۆشەکە و لەباری پانیدا لەسەدا ٤٠، هەوڵبدە ڕێژەی درێژییەکە لەگەڵ پانیەکەی یەک بە دوو بێت
کەلەفەکە زۆر شل ببەسترێت، کاریگەرییەکەی لەباری پانیدا کەمدەکاتەوە	
زۆر خاو فشکردنەوەی کەلەفەکە کە دەبێتە هۆی ئازارگەیاندن بە خوێنهێنەرەکان	هەرگیز ڕێگە مەدە فشکردنەوەی کەلەفەکە لە 2mmhg بۆهەر چرکەیەک کەمتر بێت
ڕاستەوخۆ ئەنجامدانی کردارەکە دوای خواردن، قەلەقی و دڵەڕاوکێ یان پشوونەدانی ماسولکەکە دەبێتە هۆی دەستکەوتنی ئەنجامی هەڵە	دەبێ ئەنجامدانی کردارەکە دوابخەین تا ئەوکاتەی نەخۆشەکە ئامادەدەبێت بۆ ئەنجامدانی
ئەو هۆکارانەی وا دەکات ئەنجامەکە نزم دەربچێت	
دانانی پەلی نەخۆشەکە لە خوار یان سەروو ئاستی دڵ	دەبێ دڵنیاببینەوە کە ئەو پەلەی کردارەکەی لەسەر ئەنجام دەدەین لەئاستی دڵی نەخۆشەکەیە
نەمانی دەنگی لێدانی دڵ بۆماوەیەک ١٠بۆ١٥mmhg و پاشان گەڕانەوەی دەنگەکە	خەمڵاندنی پەستانیsystolic بە دەستلێدان پێش ئەنجامدانی کردارەکە و پاشان بەراوردی هەردوو پەستانەکە بەیەکتر دەکەین
قەبارەی دەنگی نەزمی نەبیستراو	پێش دووبارە بەستنەوەی کەلەفەکە داوا لە نەخۆشەکە دەکەین قاچ یان قۆڵی بەرز بکاتەوە بۆ کەمکردنەوەی پەستانی سەر خوێنهێنەرەکان, پاشان هەوا دەکەینەوە ناو کەلەفەکە و داوا لە نەخۆشەکە دەکەین کە دەست یان قاچی دابگرێت و پاشان هەوای ناو کەلەفەکە کەمدەکەینەوە و گوێدەگرین بۆ دەنگی نزم، ئەگەر دووبارە گوێمان لە دەنگە نزمەکە نەبوویەوە ئەو تۆماری دەکەین وەک palpated systolic pressure.

هەناسەدان

هەناسـەدان بـریتییە لە ئـاڵوگۆڕی ئۆکسـجین و دوانەئۆکسـیدی کـاربۆن لەنێـوان بەرگەهەوای دەوروبەرمـان و خانەکانی جەسـتەمان. هەناسـەدانی دەرەکی ڕوودەدات لەلایەن ناوپەنچـک و ماسـولکەکانی سـنگ و ئۆکسـجین بـۆ بەشەکانی خوارەوەی کۆئەندامی هەناسەو سیکڵدانۆچکەکان دەگوازنەوە.
بۆ پێوانی هەناسەدان ڕیتم، قووڵایی، دەنگدانەوەی زیندەچالاکیەکان و ناوپەنچک و ماسولکەکانی سنگ و ڕێژەوی هەناسـەدانی جەسـتە نیشـان دەدات. ڕێـژەی هەناسـەدان بە سـوڕێکی تەواوی هەناسـەوەرگرتن و هەناسـەدانەوە دەناسرێت لەهەر خولەکێکدا. ڕیتم مەبەست لەڕێکی هەناسەدانە (کە لە بەینی هەر هەناسەدانێک بۆ هەناسەدانێکی تر یەک ماوەی پێ بچێت). قووڵایی مەبەسـت لە قەبارەی ئەو هەوایەیە کە لەهەر هەڵمژین و کردنە دەرەوەیەکدا هەیە. دەنگ، مەبەسـت لەو دەنگانەیە کە لەکاتی هەناسـەداندا لە ڕێـڕەوی هەناسـەدا دروسـت دەبێت. بەگشـتی کەسانی پێگەیشتوو لە خولەکێکدا ۲۰ جار کرداری هەناسەدان بەشێوەیەکی بێدەنگی ڕێک ئەنجام دەدەن.
باشترین کات بۆ پێوانی ڕێژەی هەناسەدانی نەخۆشێک ئەوکاتەیە کە لەگەڵیدا ڕاستەوخۆ سەرقاڵین بە پێوانی لێدانی دڵی کەسەکەوە.

پێوانی هەناسەدان

پێناسە: بریتییە لە پێوانی هەناسەهەڵمژین و هەناسەدانەوە لە خولەکێکدا.

مەبەسـت لەم کـردارە: بـۆ زانیـنی ژمـارەی هەناسـەدانی نەخۆشـەکە لەهەر خولەکێکـدا، بـۆ کـۆکردنەوەی زانیـاری دەربارەی ڕیتم و قووڵایی هەناسەدانەکە، بۆ خەمڵاندنی هەناسەدانی نەخۆشەکە لەکاتی وەرگرتنی هەر چارەسەر و دەرمانێک.

پێداویستییەکان:
- بیستۆک stethoscope
- ماددەی پاککەرەوە وەک کهول
- کاتژمێری دەستی
- فایلی نەخۆشەکە
- جوتێک دەستکێش
- دەفرێک بۆ هەڵگرتنی پێداویستییەکان

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١.پـێش دەسـتپێکردنی کارەکانـت هەوڵبـدە هەنگاوەکان بـیر خـۆت بخەیتەوە.	بـۆئەوەی لای نەخۆشـەکە بەدووربیـت لەهەر شـڵەژان و لێتێکچوونێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە،
٢.دەستەکانت خاوێنبکەرەوە بە مادەی پاکژکەرەوە	بۆ ڕێگری کردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی.
٣.هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکاربهێنە کە پێویستەو خۆت لە بەرکەوتـن بە خـوێن و شـلەکانی لەش بە بەکارهێنـانی دەسـتکێش بپارێزە.	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشـەکە و هەموو ئەوکەسـانەی لە نەخۆشـخانە ئـیش دەکەن لە زینـدەوەرە بچووکەکـانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا.
٤.هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە،	بۆ ڕێگریکردن لە پچڕانی کردارەکە، بۆئەوەی بە زووترین کات کردارەکە ئەنجامبدەیت.
٥.دڵنیابوونەوە لە نەخۆشەکە	بۆ پاراستنی نەخۆشەکە

٦.روونکردنەوەیecgکردارەکە بۆ نەخۆشەکە	بــۆ کەمکــردنەوەی دڵەڕاوکــێی نەخۆشــەکە و زیــادکردنی متمانەبەخۆبوون بۆ ڕازیکردنی نەخۆشەکە
٧.دەسـتت لەسـەر خـوێنبەریRadial دادەنێیـت و بەنەخۆشـەکە ناڵێیت کە دەتەوێت پێوانی هەناسەدانی بۆ بکەیت،	لەبەرئەوەی ئەگەر پێی بڵێیت، نەخۆشەکە دیقەت دەداتە سەر هەناسەدانەکەی و ئەنجامەکەمان هەڵە دەردەچێت
٨.دەســت دەکەیــن بە ژمــاردنی هەناســەدانی کەســەکە لەرێی بەرزبوونەوە و نزمبوونەوەی سنگی نەخۆشەکە	بەرزبوونەوەیەک و نزمبوونەوەیەک بەیەک هەناسە تۆمار دەکەین
٩.دەتوانی بۆماوەی ٦٠ چرکە لە کردارەکە بەردەوام بین، ئەگەر کاتی پێویستمان نەبوو دەتوانین بۆماوەی ٣٠ چرکە بەردەوام بین و پاشان لێکدانی ٢ی بکەین	بۆ دەستکەوتنی ئەنجامێکی ورد
١٠.لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە دەبێ وریابین بەرامبەر هەر دەنگێکی نائاسایی	بۆ ناسینەوەی دەنگە نائاساییەکانی وەک stertor , stidor , wheezing and expiratory grunt
١١.چاودێری شێوازی جووڵەی سینگی نەخۆشەکەش دەکەین	بۆئەوەی تۆماری بکەین ئایا کەسەکە بە قووڵی هەناسە هەڵدەمژێت و قەبارەیەکی زۆر لە هەوا دەچێتە سییەکانیەوە یاخوود پێچەوانەکەیەتی
١٢.گوێ لە سییەکان دەگرین بە بەکارهێنانی بیستۆکێکی خاوێن	بۆ خەملاندنی ریتم و دەنگی هەناسەدانەکە
١٣.سەرنج دەدەینە ماسولکەکانی مل و پشتەوەی نەخۆش تا بزانین لەکاتی هەناسەدانەکە بەکاریان دەهێنێت یاخوود نا. نموونەی ماسولکەکان وەک: scalenesternocleidomastoid , trapezius , and latissimus dors	لەبەرئەوەی بەکارهێنانی ئەم ماسولکانە نیشانەیەکە بۆ لاوازی ناوپەنچک، ماسولکەکانی سنگ و ماسولکە سەرەکییەکانی هەناسەدان
١۴.پاشان ئەنجامەکە روونبکەرەوە و ڕێنمای نەخۆشەکە بکە	بۆئەوەی ڕاستەوخۆ زانیاری دەرباری نەخۆشەکە بڵاوبکەیتەوە
١٥.پاشان ئەو بەشەی بیستۆکەکە کە دەیکەینە گوێوە پاکژدەکەینەوە	بۆ ڕێگریکردن لە گواستنەوەی نەخۆشی و هەوکردن
١٦.ئامێرو بێداویستییەکانت کۆدەکەیتەوە و ئەو شتانەی کە پیس بوون دەیخەیتە تەنەکەی خۆڵی تایبەت بە پاشەڕۆکە	بۆئەوەی ژینگەی نەخۆشەکە بە بە پارێزراوی و پاکوخاوێنی بهێڵیتەوە
١٧.دەستکێشەکانت لادەبەیت و دووبارە دەستەکانت پاک دەکەیتەوە	بۆ ڕێگری کردن لە هەر هەوکردن و بەرکەوتن بە پیسییەک

تۆمارکردن:

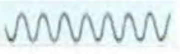
دەبێ ژمارە و قووڵایی و ریتم و دەنگی هەناسەدانەکە تۆمار بکەین.

واژۆکردنی کردارەکە بۆ هەڵگرتنی بەرپرسیاریەتی.

تۆمارکردنی زانیاریە بەردەوامەکان

دەستنیشانکردنی شێوازی هەناسەدان

ئەم خشتەیەی خوارەوە شێواز و هۆکارەکانی هەناسەدان ڕووندەکاتەوە. خەمڵاندنی هەردوو هۆکار و کاریگەری لەسەر نەخۆشەکە ڕوون دەکاتەوە.

جۆر	تایبەتمەندی	نموونە	هۆکار
Apnea	نەبوونی هەناسە		گیرانی بۆری هەوا، هەرحاڵەتێک کە کاریکاتە سەر ئەو بەشەی مێشک کە پەیوەستە بە کۆئەندامی هەناسەوە.
Apneustic	هەناسەدانێکی خێرای لەسەرخۆ، لە کوردیدا بە هەناسەدانی سەرەمەرگ ناسراوە		هەر برین و بەرکەوتنێک بە کۆئەندامی هەناسە
Bradypnea	خاوبوونەوەی هەناسەدان کەمتر لە ڕێژەی ئاسایی		ئاساییە لەکاتی خەودا هەرحاڵەتێ کە کاربکاتە سەر کۆئەمدامی هەناسە وەک هەبوونی گرێ، گرفت لە زیندەچالاکیەکان، یان بەکارهێنانی دەرمان و کهول
Cheynestokes	خێرا، قوولی لە هەناسەدان کە هەست بە apneaدەکرێ لەنێوان ٢٠ بۆ ٦٠ چرکە		زیادبوونی پەستان لەسەر مێشک، کێشەکانی سستی دڵ، سستی گورچیلە، هەوکردنی پەردەی مێشک، بەکارهێنانی ڕێژەیەکی زۆر لە دەرمان یاخوود پەستانی مێشک بەهۆی کەمبوونەوەی ڕێژەی ئۆکسجینەوە.
Eupnea	هەناسەدانێکی ئاساییە لە ژمارە و لە ریتم دا		هەناسەدانێکی ئاسایی
Kussmaul's	خێرا (٢٠جار زیاتر لە خولەکێکدا)، قوول، بەردەوامیەکی زۆر بەبێ وەستان		سستی گورچیلە یاخوود ژەهراوی بوون بەهۆی زیندەچالاکیە نارێکەکانی لەش، یاخوود جۆرێک لە شەکرە کە بە diabetic ketoacidosisناسراوە
Tachypnea	خێرایی لە هەناسەدانda، لەگەڵ بەرزبوونەوەی پلەی گەرمی لەش یەک پلە بۆ هەر چوار هەناسەیەک لە خولەکێکدا		هەوکردنی سییەکان، alkalosis، برین لە ڕێرەی کۆئەندامی هەناسە، ژەهراوی بوون، کەمبوونەوەی توانستی ئاڵوگۆڕی گاز.

لێدانی دڵ

خوێن پاڵپێوەدەنرێ بۆ ناو شادەمارەکانی خوێن لەکاتی گرژبوونی سکۆڵەکانی دڵەوە کە شەپۆلێک لە شلە مادده لەرێگای خوێنبەرەکانەوە دەنێرێت بۆ پەلەکان و بەشەکانی تری جەستە. ئەم شەپۆلانە پێیان دەوترێ لێدانی دڵ، لێدانەژانی دڵ دەتوانرێ هەستی پێ بکرێت لە هەر شوێنێکی جەستە کە خوێنبەری لێبێت و بکەوێتە سەر ئێسک یان شانەکانی لەش.

لە پێگەیشتووان و منداڵانی سەروو ٣ساڵ ئەو خوێنبەرەی کە لە مەچەکدا هەیە، باوترین شوێنە بۆ هەستکردن بە شەپۆلەکانی دڵ کە بە Radialartery ناسراوە. کردارەکەمان کە لە هەمان کاتدا دەبێ هەست بە لێدانی دڵ راستەوخۆ لەسەر دڵ و خوێنبەری مەچەک بکەین، ئەویش بە بەکارهێنانی بیستۆکێکstethoscope، وە بە هەستپێکردن لە مەچەکی کەسەکە، هەندێجار شەپۆلەکانی دڵ لەسەر خودی دڵ هەست پێ دەکرێ، بەڵام لە پەلەکان هەست پێناکرێ، کاتێ کە ئەمە روویدا ژمارەی لێدانی دڵ بەرزترە دەبێت لەسەر خودی دڵ بە بەراورد بە شوێنەژانی تر لە پەلەکاندا، ئەم جیاوازیە زۆر کەمە.

پێوانی لێدانی دڵ

پێناسە: پێوانی لێدانی دڵ بریتییە لە پێوانی ژمارەی لێدانی دڵ، ریتمی لێدانەکە(رێک یان نارێک)، قەبارەی ئەو خوێنەی کە پاڵپێوەدەنرێ لەهەر لێدانێکی دڵدا. بە گشتی لێدانی دڵی کەسێکی ئاسایی لەنێوانی ٦٠ بۆ ١٠٠ لێدانە لەهەر خولەکێکدا.

مەبەست لەم کردارە:

- بۆ هەژمارکردنی ژمارەی لێدانەکان لەهەر خولەکێکدا
- بۆ کۆکردنەوەی زانیاری دەرباری ریتمی لێدانەکان
- بۆ هەڵسەنگاندنی هێزی لێدانەکان
- بۆ هەڵسەنگاندنی توانای دڵ بۆ ناردنی خوێن بۆ هەموو بەشەکانی دڵ وەک سەری پەنجەکان و پەلەکانی خوارەوە
- بۆ هەڵسەنگاندنی کاردانەوەکانی دڵ بۆ دەرمان، چالاکی، قەبارەی خوێن و ئاڵوگۆڕی گازەکان
- بۆ هەڵسەنگاندنی دۆخی لوولەکانی خوێن لە پەلەکاندا

پێداویستییەکان:

- بیستۆکstethoscope بۆ گوێگرتن لە لووتکەی دڵ
- ماددەی کهول بۆ پاککردنەوە
- کاتژمێری دەستی
- فایلی نەخۆشەکە
- دەستکێشێکی خاوێن
- دەفرێک بۆ هەڵگرتنی پێداویستییەکان

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١.پێش دەستپێکردنی کارەکانت هەوڵبدە هەنگاوەکان بیر خۆت بخەرەوە	بۆئەوەی لای نەخۆشەکە بەدووربێت لەهەر شڵەژان و لێتێکچوونێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە
٢.دەستەکانت خاوێنبکەرەوە بە مادەی پاکژکەرەوە	بۆ ڕێگری کردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی
٣.هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکار بهێنە کە پێویستەو خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و هەموو ئەو کەسانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا
٤.هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە	بۆ ڕێگریکردن لە پچڕانی کردارەکە، بۆئەوەی بە زووترین کات کردارەکە ئەنجام بدەیت،
٥.دڵنیابوونەوە لە نەخۆشەکە	بۆ پاراستنی نەخۆشەکە
٦.نەخۆشەکە ئاگاداردەکەینەوە کەوا دەمانەوێت ئەم کردارەی بۆ ئەنجام بدەین	بۆ کەمکردنەوەی قەلەقی کەسەکە و زیادکردنی یارمەتیدان بۆئەوەی ڕەزامەندی کەسەکە بەدەستبهێنین پێدانی زانیاریەکە کردارەکەمان خێراتر دەکات
٧.دڵنیاببەرەوە کە نەخۆشەکە لە بارێکی ئارامدایە	لەبەر ئەوەی هەر کێشەیەکی دەروونی یاخوود شێوازی دانیشتنی کەسەکە کاریگەری دەبێت لەسەر لێدانی دڵی
٨.بۆ ئەنجامدانی ئەم کردارە لە خوێنبەری مەچەکradialدەبێ نەخۆشەکە دانیشتبێ یان ڕاکشابێت و قۆڵی ڕێکی سینگی بێت. (وێنەی١٥-٤). بەنەرمی بە هەر سێ پەنجەی شایەتمان و ناوەڕاست و پەنجەی ئەڵقە دەست دەخەینە سەر خوێنبەرەکە، دەبێ بە پەستانێکی مامناوەند هەست بە لێدانەکە بکەین، هەرگیز پەنجە گەورە بەکارمەهێنە لەم کردارەدا. پاش دۆزینەوەی خوێنبەرەکە، دەتوانی لەماوەی ٦٠ چرکە کردارەکە ئەنجام بدەیت، یاخوود لەماوە ٣٠ چرکە کردارەکە ئەمجام بدە و لێکدانی ٢ی بکەیت. لەکاتی ژماردن هەڵسەنگاندن بۆ ریتم و هێزی لێدانەکانی دڵ بکە.	هێزێکی زۆر لەسەر خوێنبەرەکە دەکرێت ببێتە هۆی گیرانی خوێنبەرەکە. پەنجەگەورە خۆی خوێنبەرێکی گەورەی تێدایە ڕەنگە ئەنجامدانی ئەم کردارە بە پەنجەگەورە سەرلێشێواویەک درووست بکات، گەر بۆ ماوەی یەک خولەکی تەواو بەردەوام بین ئەنجامێکی وردترمان دەستدەکەوێ
٩.بۆ پێوانی لێدانی دڵ لە سەر خودی دڵ دەبێ نەخۆشەکە لەسەر پشت ڕابکشێت. ئەو بەشەی بیستۆکەکە بە دەستەکانمان گەرم دەکەینەوە کە دەیخەینە سەر جەستەی نەخۆشەکە. پاشان دەیخەینە سەر لووتکەی دڵ کە بەApexناسراوە(دەکەوێتە نێوان پەراسووی ٥ و ٦ی لای چەپی جەستەو ئەگەر لە ناوەڕاستی چەڵەمەوە هێڵێک بکێشین بۆ خوارەوە، دەکەوێتە سەر ئەو هێڵە) ١٠.بیستۆکەکە دەکەینە گوێمان بۆماوەی یەک خولەک دەستدەکەین بە ژماردن و تێبینی ریتم و قەبارە و چڕی لێدانەکان دەکەین، پاشان بیستۆکەکە لادەبەین و دڵنیادەبینەوە کە نەخۆشەکە	دانانی بیستۆکەکە بەساردی ڕەنگە نەخۆشەکە بێزاربکات و کاریگەری لەسەر زیادبوونی لێدانی دڵی هەبێت. لەبیرت بێت ئەو بەشەی سەر بیستۆکەکە کە بەbellناسراوە بەکاردێت بۆ دەنگی زۆر نزم و هەستیار بە بەراورد بە بەشەکەی تری کە پێیدەوترێdiaphragm بۆ ڕێگری کردن لە گواستنەوەی نەخۆشی و پیس بوون

ئاسوودەیە. پاشان بیستۆکەکە خاوێن دەکەینەوە	
١١.پاشان ئەنجامەکە روونبکەرەوە و ڕێنمای نەخۆشەکە بکە	بـۆئەوەی راسـتەوخۆ زانیـاری دەربـاری نەخۆشـەکە بـڵاو بکەیتەوە.
١٢.ئامێرو پێداویستییەکانت کۆدەکەیتەوە و ئەوشتانەی کە پیس بوون دەیخەیتە تەنەکەی خۆڵی تایبەت بە پاشەڕۆکە	بـۆئەوەی ژینگەی نەخۆشـەکە بە بە پـارێزراوی و پاکوخـاوێنی بهێڵیتەوە،
١٣.دەستکێشـەکانت لادەبەیـت و دووبـارە دەسـتەکانت پـاک دەکەیتەوە	بۆ ڕێگری کردن لە هەر هەوکردن و بەرکەوتن بە پیسییەک

تۆمارکردن:

ژمارە و ریتم و قەبارەی لێدانەکان تۆماردەکەین. وشەی fullیانbounding بەکاردێت بۆ وەسفکردنی لێدانەکان ئەگەر بەهێزبوون، وە weakیان thread بەکاردێت بۆ وەسفکردن ئەگەر لێدانەکان لاواز بوون. لەکاتی تۆمارکردنی پێوانی لێدانی دڵ لەسـەر خـودی دڵ چـڕی دەنگەکان دیـاری دەکەیـن، واژۆی زانیارییەکان دەکەیـن بـۆ هەڵگـرتنی بەرپرسیاریەتی. زانیاریە دوا بەدواکان تۆمار دەکەین.

وێنەی ٤-١٣

وێنەی ٤-١٤

وێنەی ٤-١٥

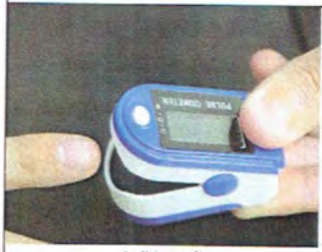
وێنەی ٤-١٦

وێنەی ٤-١٧

وێنەی ٤-١٨

وێنەی ٤-١٩

وێنەی ٤-٢٠



وێنەی ٤-٢١

دەستنیشانکردنی شێوازی ترپەکانی دڵ			
جۆر	ژمارە	ڕیتم(لە ٣ چرکەدا)	هۆکار
ئاسایی	٦٠ بۆ ١٠٠ ترپە لە خولەکێکدا بۆ تازە لەدایکبوو ١٢٠ بۆ ١٤٠ ترپە لە خولەکێکدا		تەمەن، جووڵەی فیزیکی، ڕەگەز (پیاوان لێدانی دڵیان کەمترە بە بەراورد بە ئافرەتان)
زیاتر لە ڕێژەی ئاسایی کە بە tachycardia ناسراوە	زیاتر لە ١٠٠ ترپە لە خولەکێکدا		گۆڕانکاری لە باری دەروونی وەک تووڕە بوون، ترس، قەلەقی، یان بەکارهێنانی دەرمان وەک caffeine لەوانەیە هەندێجار بەهۆی وەرزشکردنەوە یان چەند حاڵەتێکی تری نەخۆشییەوە وەک سستی دڵ، کەمخوێنی و تا (کە پێویستی بە ئۆکسجین زیاد دەکات و لەگەڵیشیدا ترپەی دڵ زیاد دەکات)
کەمتر لە ڕێژەی ئاسایی کەبە bradycardiناسراوە	کەمتر لە ٦٠ ترپە لە خولەکێکدا		بەکارهێنانی دەرمان بەتایبەت دایجۆکسینەکانdigoxinوە یان چەند حاڵەتێکی وەک خوێنبەربوونی مێشک و گیرانی دڵ، هەروەها لە وەرزشواناندا بە شێوەیەکی ئاسایی ڕوودەدات،
نارێکirregular	پچڕانی زنجیرەی ترپەکان لەکاتی لێدانی دڵدا		دەکرێت ڕوویدات لە نارێکی دڵ، کەمی ئۆکسجین، ژەهراویبوون بە دایجۆکسین، نارێکی لە ڕێژەی پۆتاسیۆم، وە هەندێ جار نارێکییەکی مەترسیدار ڕوودەدات، ئەگەر چەنجارێکی زۆر prematurebeats ڕوویدات، بەڵام ئەگەر کەم کەم ڕوویدات ئاساییە.

بەشی پێنجەم

شەکری خوێن

شەکری خوێن

نەخۆشی شەکرە بریتییە لە تێکچوونی رژێنەکانی ئینندۆکراین، بەهۆی بێتوانایی لە بەرهەمهێنانی هۆرمۆنی ئەنسۆلین. هۆرمـۆنی ئەنسـولین لەلایەن خانەکـانی بێتـا لە دوورگەکـانی لانگەرهـانز لە پەنکریـاس بەرهەم دەهێنرێـت، وەک وەڵامدانەوەیەک بۆ بەرزی رێژەی گلوکۆز لە خوێندا. ئەنسۆلین پێویستە بۆ گواستنەوە و چوونەژوورەوەی گلوکۆز بۆ ناو خانەکان و شانەکانی دیکە. هەروەها زیندەچالاکی گلوکۆز رێکدەخات و رێژەی گلوکۆز لە خوێندا نزم دەکاتەوە.

جۆرە باوەکانی نەخۆشی شەکرە بریتین لە (جۆری یەکەم: ناسراو و پشتبەستوو بە ئەنسۆلینinsulindependent)، (جۆری دووەم: پشتنەبەستوو بە ئەنسۆلینnon-insulindependent)، هەروەها مێژووی خێزانی نەخۆشی شەکرە لە هەردوو جۆرەکەدا دەدۆزرێتەوە.

جۆری یەکەم، بەشێوەیەکی گشتی دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی بەرگری لەش خانەکانی بێتا لە ناو دەبات، نەخۆشەکە پێویستە ئەنسۆلین وەربگرێ بۆ ئەوەی لە ژیاندا بمێنێتەوە.

جۆری دووەم، دەگەڕێتەوە بۆ بەرهەڵستیکردنی ئەنسۆلین و هەبوونی کەموکوری لە دەردانی ئەنسۆلین، نەخۆش بۆ مانەوە لە ژیان پێویستی بە وەرگرتنی ئەنسۆلین نییە، بەڵام هەندێک لە نەخۆشەکان سەرەڕای رێکخستنی خۆراک و ئەنجامدانی وەرزش پێویستە ئەنسۆلین وەربگرن .(Wallymahmed & Macfarlane 2005).

پێویستە چاودێرانی تەندروستی، بەتایبەت ئەو چاودێرانەی بەرپرسن لە چاودێریکردنی توشبوانی نەخۆشی شەکرە، دڵنیابن کەوا نەخۆشەکان دەزانن چۆن باری خۆیان بەڕێوە بەبەن و تێبگەن کەوا بۆچی پێویستە بە بەردەوامی چاودێری ئاستی گلوکۆزی خوێنیان بکەن، ئەمە ئەوە دەردەخات کە چاودێریکردنێکی رێک بەتەنها ژیانێکی تەندروست دەستەبەر ناکات یان مەترسی کاریگەریە لاوەکییەکان کەم ناکاتەوە.

بۆ دەستەبەرکردنی ژیان لەگەڵ نەخۆشی شەکرە پێویستە: نەخۆشەکە زانیاری دەربارەی نەخۆشییەکەی هەبێت و هاندەری هەبێت و هونەری مامەڵەکردنیان فێربکرێت بۆ تێگەیشتن لەوەی کە چ شتێکیان لە گۆڕینی ژیان و شێوازی ژیانیان دەست دەکەوێت.

تاقیکردنەوەکان بۆ جۆری یەکەم و جۆری دووەم و پێش شەکرەPrediabetes[1]

تاقیکردنەوەی A1C : (Glycated hemoglobin کە ناسراوە بە Glycosylated hemoglobin HgbA1C, , or A1C) تاقیکردنەوەیەکی خوێنە کە تێکڕای ئاستی گلوکۆز لە خوێندا پێچەوانە دەکاتەوە لە ماوەی نزیکەی ٢ بۆ ٣ مانگ (ADA2009b)، کاتێک ئاستی گلوکۆز لەخوێندا بەرز دەبێتەوە گەردیلەکانی گلوکۆز لەگەڵ هیمۆگلۆبین یەکدەگرن، تا رێژەی گلوکۆز لە خوێندا زیاتر لە سەرووی ئاسایی بمێنێتەوە، تا گلوکۆز زیاتر لەگەڵ هیمۆگلۆبین یەکبگرێت رێژەی شەکری هیمۆگلۆبین زیاد دەکات. ئەم ئاوێتەیە (هیمۆگلۆبینی یەکگرتوو بە گلوکۆز) هەمیشەییە و لە ماوەی ژیانی خرۆکەی سوور لە خوێندا بۆ ماوەی ١٢٠ رۆژ بەردەوامە. رێژەی A1C کەمتر بێ لە ٪٥.٧ ئاساییە، لە نێوان ٪٥.٧ بۆ ٦.٤ ئاماژەیە بۆ ئەوەی توشبووی (Prediabetes) ی، واتە ئەو قۆناغەی کە هێشتا کەسەکە توشی شەکرە نەبووە، بەڵام ئەگەر رێژەکەی گەیشتە ٪٦.٥ یان زیاتر ئەوا کەسەکە توشبووی نەخۆشی شەکرەیە.

---

1 - ئەو حاڵەتەیە کە کەسەکە پێی ناوترێ توشبووی نەخۆشی شەکرە، بۆیە پێی دەوترێ (Prediabetes)، واتە پێش شەکرە، چونکە حاڵەتی پێش توشبوونە.

(بەرۆژووبوونی شەکر، نەخواردنی شەکر fasting blood sugar) (FBS): دەبێت ڕێژەی شەکر بپێورێت لەدوای نەخـواردنی هـیچ شـتێک لە شـەودا و (بەبێ خـواردن)، ڕێـژەی شـەکر لە لەشی کەسـێکدا کە شـەو هـیچ شـتێکی نەخواردووە، لە(٦٠ mg/dl بۆ ١٠٠) ئاساییە، لە (١٠٠ mg/dl بۆ١٢٥) ئاماژەیە بۆ ئەوەی کەسەکە توشبووی (Prediabetes)ە، واتە ئەو قۆناغەی کە هێشتا کەسەکە توش نەبووە بە شەکرە، بەڵام ئەگەر ڕێژەکەی گەیشتە (١٢٦mg/dl) یان زیاتر ئەوا کەسەکە تووشبووی نەخۆشی شەکرەیە.

تاقیکردنەوەی وەرگرتنی گلوکۆز: دەبێت ڕێژەی شەکر بپێورێت لە پێش و لەپاش خواردنەوەی هەر شلەیەک کە لە پێکهاتەیـدا گلوکـۆز هەیە. بە ڕۆژوودەبێـت، واتـا هـیچ شـتێک ناخۆیـت لە شـەودا کاتێـک دەتەوێ تـاقیکردنەوەی وەرگـرتنی خـوێن بکەیـت، بۆدەستنیشـانکردنی ڕێـژەی گلوکـۆز لە مـاوەی ڕۆژووەکەدا، واتە ئەو مـاوەیەی کە هیچـت نەخواردووە. پاشان خواردنەوەیەک دەخۆیتەوە دووبارە دوای کاتژمێرێک یاخود دووکاتژمێر هەندێک کات دوای سێ کاتژمێر تاقیکردنەوەی وەرگرتنی خوێن ئەنجام دەدەیتەوە. لەماوەی دوو کاتژمێر ڕێژەی شەکر لەخوێندا (gm/dl ١٤٠) یان کەمتر ئاساییە، لەنێوان (١٤٠ mg/dl بۆ١٩٩)ئاماژەیە بۆ ئەوەی توشبووی بە(Prediabetes)، واتە ئەو قۆناغەی کە هێشتا کەسەکە توشی شەکرە نەبوو، بەڵام ئەگەر ڕێژەکە گەیشتە (٢٠٠ mg/dl) یان زیاتر ئەوا کەسەکە توشی نەخۆشی شەکرە بووە.

تاقیکردنەوەی گلوکۆز پاش خواردن PC : ئەم تاقیکردنەوەیە دوو کاتژمێر پاش نان خواردن ئەنجام دەدرێت، (mg/dl ٦٥بۆ ١٤٠)ڕێژەیەکی ئاساییە.

تاقیکرنەوەی گلوکۆز بە شێوەی هەڕەمەکی: ئەم تاقیکردنەوەیە ئەنجام دەدرێت بە وەرگرتنی خوێن لەهەرکاتێک کە خۆت بتەوێت، پێویست ناکات سەرەتا خواردن نەخۆیت، ڕێژەی(٢٠٠ mg/dl) ئاماژە بۆ ئەوە دەکات کە کەسەکە توشبووی نەخۆشی شەکرەیە.

نەخۆشی شەکرە لە کاتی سکپڕی(GDM): ئەم جۆرەی نەخۆشی شەکرە بریتییە لە هەر پلەیەکی نا هەمواری گلوکۆز لەگەڵ دەستپێکردنی ماوەی سکپڕیدا، کە کەسی سکپڕ توانای بەرگەگرتنی ئەو ڕێژەیەی نییە، بەرزبوونەوەی ڕێژەی شەکر لەکاتی سکپڕیدا ڕوودەدات، بەهۆی ئەو هۆرمۆنانەی لە وێڵاشەوە دەردەدرێن و کار لە ئەنسوڵین دەکات. ڕێژەی گلوکۆز لە خوێندا لە ماوەی سکپڕی (١٠٥ mg/dl) (٥.٨mmol/L) یاخود کەمتر پێش ژەمەکان، هەروەها (١٣٠ mg/dl) (٧.٢mmol/L) یاخود کەمتر لە دوو کاتژمێر پاش نان خواردن .

ناوی کردارەکە: پشکنینی شەکر لە خوێندا

پێناسە: پشکنینی شەکر لە خوێندا کردارێکە کە بڕی شەکر، گلوکۆز، لەناو لەشدا دەپێوێت.

مەبەست لەم کردارە:

- بەڕێوەبردنی خودی کەسەکە بۆ نەخۆشی شەکرە
- نەخۆشێکی بێهۆش
- لە پاش سەکتە
- لە کاتی سکپڕی

پێداویستییەکان:

- ئامێری پێوانی شەکرە (Accu-check III , one touch)
- شریتی تاقیکردنەوەی شەکرە بۆ ئامێری تایبەت بەشریتەکە
- ئامێری نەشتەر(lancet)، دو جۆرە (چالاککردنی خودی یاخود دوگمەی چالاککردن
- چارەسەری کۆنترۆڵ (بەپێی نامیلکەی ڕێنمایی QC)
- دەستکێش
- کلێنس (خاولی)
- سندوقی سەلامەتی (safety box)
- مادەی پاککەرەوە
- لۆکە

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١-دەستەکانت پاکوخاوێن رابگرە. .(وێنەی١-٥)	بۆ رێگریکردن لە مەترسی توشبوون بە بەکتریا و پیسبوون،
٢-سەرجەم کەلوپەلەکان لە شوێنێکی پاک کۆبکەوە، دڵنیابە لە هەبوونی ئامێری پێوانەکە، شریتی گونجاو بە ئامێرەکە، دڵنیابە لەوەی شریتەکان بەسەرنەچوون.	بۆرێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە، بۆرێگریکردن لە پیسبوونی کەلوپەلەکان، بۆرێگریکردن لە مەترسی ئەنجامدانی هەڵە لە کردارەکەدا،
٣-خۆت بەنەخۆشەکە بناسێنە، نەخۆشەکە بناسە و دڵنیاببەوە.	بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە، (بۆ ئەوەی کارێکی هەڵە بۆ نەخۆشێکی هەڵە ئەنجام نەدەین)
٤-کردارەکە بۆنەخۆشەکە روونبکەوە و لەگەڵیدا تاووتوێی بکە،	بۆ ئارامکردنەوەی نەخۆشەکە لەکاتی هەبوونی هەر دڵەڕاوکێیەک و بەدەستهێنانی رەزامەندی نەخۆشەکە بۆ ئەنجامدانی کردارەکە.
٥-ئامۆژگاری نەخۆشەکە بکە بە شۆردن و وشک کردنەوەی دەستی، ئەگەر پێویستی کرد هاوکاریان بکە لە ئەنجامدانی کردارەکە	بۆرێگریکردن لە پیسبوونی ئەنجامی پشکنینەکە، لە شوێنەواری خواردن یاخود هەر ماددەیەکی دیکە،
٦-بەکارهێنانی رێنمایی ستاندارد و تەکنیکی پاککردنەوە خۆت بپارێز لە خوێن و هەر شلەیەکی دیکە لەرێگەی لەدەستکردنی دەستکێش	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و چاودێرانی تەندروستی لەوردە زیندەوەرەکان
٧-ئامێری پشکنینەکە دابگیرسێنە و شریتی تایبەت بە ئامێرەکەی بخەرە ناو. لەکاتی گونجاودا شریتەکە دابنێ، دڵنیابە لە داخستنی دەفری شریتەکە..(وێنەی٢-٥)	دڵنیابوون لە راستی ئامێری پشکینەکە، بۆ پاراستنی شریتەکانە
٨-ئەو پەنجەیە دیاریبکە کە دەتەوێ خوێنەکەی لێ وەربگری. (پەنجەی گەورە، پەنجەی ئامازە) نابێ بەکاربهێنرێن. ئەگەر پێویستی کرد مولوولەکانی خوێن فراوان بکە بەگەرمکردنی شوێنی مەبەست لە رێگەی مەساج کردن بۆ ماوەی ١٠ خولەک.(وێنەی٣-٥)	پەنجەگەورە لەگەڵ پەنجەی ئامازە بەشێوەیەکی زیاتر رۆژانە بەکاردەهێنرێت. زیاتر وروژمکردنی خوێن پەستان بخە سەر ئەوشوێنەی کە دەتەوێ خوێنی لێوەردەگرێت.
٩-پەنجەی نەخۆشەکە پاک بکەرەوە بەماددەیەکی دژەبەکتریا(swab)، لاتەنیشتی پەنجەکە دیاریبکە و وازی لێبهێنە، تا بەتەواوی وشک دەبێتەوە. .(وێنەی٤-٥)	بۆ لابردنی زیندەوەرە وردەکان لەسەر پێستەکە لە لاتەنیشتی پەنجەکە کەمتر هەست بە ئازار دەکرێ، دوورکەوتنەوە لە لووتکەی ناوەندی پەنجەکە کە سەرچاوەی دەماری زیاترە.
١٠-نەشتەرەکە تەنها بۆ یەک نەخۆش بەکاربهێنە، لاتەنیشتی پەنجەی دیاریکراو بەکاربهێنە بۆ وەرگرتنی خوێنەکە (ئاگاداری ژمارەی سەرئامێرەکەبە بۆ زانینی ئاستی قوولیەکە) . چاوەڕێبکە بۆماوەی (٢بۆ٣)چرکە. .(وێنەی٦-٥)	بۆرێگریکردن لەمەترسی رووودانی هەوکردن. بۆکەمکردنەوەی ئازار، لاتەنیشتی پەنجە کەمتر هەستیارە لەسەری پەنجە. چاوەڕێکردن بۆماوەی (٢بۆ٣)چرکە یارمەتی مولوولەکانی خوێن دەدات فراوان ببن و خوێن وروژم دەکات بۆ دەرەوە.

١١-دوای کونکردنی پەنجەکە بە نەرمی مەساجی پێبکە بۆئەوەی خوێن زیاتر بەرەوە دەرەوە وروژم بکات، بەڵام بەبێ هێزخستنە سەر شوێنی کونکردنەکە. .(وێنەی٧-٥)	بۆ ڕێگریکردن لە ڕوونبوونەوەی نموونەکە لەگەڵ شلەی شانەکە
١٢-یەکەم دڵۆپی خوێن بسڕە کە لەوانەیە هەر ماددەیەکی دیکەی پێوەبێ کە دەبێتە هۆی دەستکەوتنی ئەنجامی هەڵە. خوێنەکە بخەرەسەر شریتی پشکنینەکە، بەپێی ڕێنماییەکانی بەرهەمهێن، فڕێدانی ئامێری نەشتەر(lancet) بۆ ناو سندوقی سەلامەتی. .(وێنەی٨-٥)	بۆ ڕێگریکردن لەمەترسی دەسکەوتنی ئەنجامی هەڵە و دووبارەکردنەوەی پشکنینەکە (دەکرێت ئەمە ڕووبدات گەرهاتوو خوێن بخرێتە سەرشریتەکە پێش ئەمادەکردنی ئامێری پێوانەکە) بۆ ڕێگریکردن لەمەترسی برینداربوون و گواستنەوەی نەخۆشی
١٣-بە پارچە لۆکەیەک شوێنی برینەکە داپۆشە. .(وێنەی٩-٥)	بۆ وەستاندنی خوێنەکە و بۆ ڕێگریکردن لە گواستنەوەی نەخۆشی و پیس‌بوون.
١٤-شریتی بەکەرهاتوو لەگەڵ هەر کەرەستەیەکی دیکە کە بەکارهاتووە فڕێبدە. .(وێنەی١٠ و ١١)	بۆ ڕێگریکردن لەمەترسی گواستنەوەی نەخۆشی
١٥-ئەنجامەکە بۆنەخۆشەکە ڕوونبکەوە و ڕێنمایی بکە	بۆ هاوبەشپێکردنی ئەنجامەکان و دابینکردنی چاودێری پێویست دەستبەجێ
١٦-دەستکێشەکان لابدە و فڕێیان بدە بەپێی ڕێنماییەکانی تەندروستی و سەلامەتی و یاسای تایبەت بە نەخۆشخانەکە.	بۆ ڕێگریکردن لە گواستنەوەی نەخۆشی و بڵاوبوونەوەی پیسی
١٧-دڵنیا ببەوە لە کوژاندنەوەی ئامێری پشکنینەکە	بۆ پارێزگاری لە ماوەی کارکردنی پاترییەکە (هەندێک لە ئامێرەکان لەگەڵ دەرهێنانی شریتەکە دەکوژێنەوە و هەندێکیان پاش ٢ خولەک دەکوژێنەوە)
١٨-دووبارە دەستەکانت بشۆ.(وێنەی١٢-٥)	بۆ ڕێگریکردن لە مەترسی توشبوون بە بەکتریا و پیسبوون

ئامێری نەشتەر (lancet) بەچەند پێوەرێکی جیاواز بەردەستە

نەشتەری ٣٠ باوترین جۆرە کە بەکاردێت، هەتا ژمارەکە بچووک ببێتەوە (٢٧>٣٠) دەرزییەکە گەورەترە، ئەمەش بۆ ئەو پێستانەیە کە ئەستوورن.

ڕێکخستن	١-٢	٣-٤	٥-٦
جۆری پێست	پێستی تەنک	پێستی مامناوەند (ئاسایی	پێستی ئەستوور
ڕەگەز	ئافرەت	گەنج	پیاو

تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردن:

تۆمارکردنی ئەنجامەکان دەستبەجێ دوای دەرکەوتنی لەسەر شاشەی ئامێرەکە، بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە، بۆ دڵنیابوون لە بەردەوامی چاودێری، بۆ دابینکردنی دۆزینەوە بنەڕەتییەکان کە لەوانەیە ئاماژەی بۆ بکرێت لە کاتێکی دواتردا ئەگەر پێویست بکات، بۆ دڵنیابوون لە تۆمارە وردەکان، کە پێویستە ڕوون و ئاشکرا بخرێتە ڕوو بۆ چاودێری نەخۆشەکە و ئەو بڕیارانەی کە دەرکراون بۆ چاودێریکردن .کردارەکە و ئاستی گلوکۆز تۆمار بکە لەسەر تێبی نی پەرستارەکان یاخود پەڕەی تایبەت، مەودای نائاسایی کردارەکە تۆمار بکە.کاردانەوەی نەخۆشەکە باسبکە، دیاریکردنی شوێنی کونکردنەکە لە تێبینی پەرستارەکاندا. ڕوونکردنەوەکان باسبکە و فێریانبکە کە لە تێبینی پەرستارەکاندا دابینکراوە. ئاستی نائاسایی گلوکۆزی ناو خوێن تۆمار بکە.

وێنەی ٥-١

وێنەی ٥-٢

وێنەی٥-٣

وێنەی ٥-٤

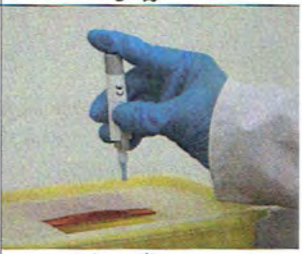
وێنەی ٥-٥

وێنەی ٥-٦

وێنەی ٥-٧

وێنەی ٥-٨

وێنەی ٥-٩


وێنەی ٥-١٠

وێنەی ٥-١١

وێنەی ٥-١٢

بۆ زانیاری زیاتر

پشکنینی دابینکردنی جۆرێتی چییە؟ (quality control)

پێش بەکارهێنانی ئامێری پشکینەکە دەبێت تاقیکردنەوەی دابینکردنی جۆرێتی ئەنجام بدەیت، بۆ دڵنیابوونەوە لە ڕاستی ئامێری پێوانەک هەموو ڕۆژێک ئەم تاقیکردنەوەیە ئەنجام بدەیت، بەتایبەتی کاتێک کە شریتەکان دەگۆڕیت.

بۆ ئەنجامدانی ئەم تاقیکردنەوەیە هەمیشە چارەسەرێک لە (glucometer kit) دا هەیە. (لەبیرت نەچێت ئەم گیراوەیە تەنها بۆماو ٣ مانگ بەکاردێت، لەو کاتەوەی کە دەیکەیتەوە و دوای ئەوە بەسەردەچێت)

یەک دڵۆپ بەکاربهێنە لە گیراوەکە، وەک ئەو شێوەیەی کە پشکنینی شەکرە ئەنجام دەدەیت لەبری خوێنەکە، گرنگی بە نووسراوەک شاشەکە بدە.

باشە(OK): واتە بەشێوەیەکی تەواو کار دەکات،

هەڵە(Error): لەدەرەوەی مەودایە و بە دروستی کار ناکات،

هەروەها هەندێک کات ژمارە دەردەکەوێت، بەراوردی ژمارەکان بکە لەگەڵ ئەو ژمارانەی لەسەر چارەسەرەکە دەردەکەون بۆ زانینی ئەوەی کە ئایا بەدروستی کار دەکات یاخود نا.

بەشی شەشەم

بوژانەوی دڵ

CPR

CPR

وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعاً

ڕزگارکردنی ژیانی کەسێک، وەک ڕزگاکردنی هەموو مرۆڤایەتییە.

CPR یاخوودcardiopulmonaryresuscitation بریتییە لە کردارێکی بە پەلە کە بۆ ڕزگارکردنی ژیانی کەسێک ئەنجام دەدرێت، ئەمەش کاتێک دڵی لە لێدان دەکەوێت. بە پەلە و دەستبەجێ ئەنجامدانی ئەم کردارە دەتوانێ دوو بۆ سێ چانس بدات بە کەسەکە بۆ ڕزگاربوون لە دوای وەستانی دڵی.

وەستانی دڵ (cardiacarrest بریتییە لە وەستان یان پچڕانی لێدانی دڵ. بە زۆری وەستانی دڵی دیاردەیەکی چاوەڕواننەکراو و لەپڕە. کاتێک ڕوودەدات دڵ پاڵ بە هیچ بڕێک لە خوێنەوە نانێت بۆ هیچ یەکێک لە بەشەکانی جەستە. پاشان هەناسەدان دەوەستێت و کەسەکە وردە وردە بێهۆش دەبێت. لە نێوان ٢٠ بۆ ٤٠ چرکە دوای وەستانی دڵ لەڕووی پزیشکییەوە کەسەکە دەمرێت. پاش ٤ بۆ ٦ خولەک بەهۆی کەمی گەیشتنی ئۆکسجین بەخانەکانی مێشک، ئەویش تووشی لەناوچوون دەبێت.

سێ نیشانەی سەرەکیمان هەیە کە لەکاتی وەستانی دڵ دا ڕوودەدەن: وەستانی هەناسە، هەستنەکردن بە لێدانی دڵ لە لای مل یان بنی ڕانFemoralpuls، وە گرژنەبوون یان بچووک نەبوونەوەی گلێنەی چاو بۆ کاردانەوەی ڕووناکی.

پێستی کەسەکە بێڕەنگ دەبێت و لەگەڵ دەستلێدان هەست بە ساردییەک دەکەین. شینبوونەوە ڕوودەدات کاتێک شکستی کرداری هەناسەدان پێش وەستانی دڵ ڕوودەدات. نەمانی هەناسە زۆرجار بەهۆی گیرانی ڕێڕەوی هەواوە ڕوودەدات، بەڵام لەکاتی وەستانی دڵ و چەند هۆکارگەلێکی تریشدا ڕوودەدات. وەستانی کرداری هەناسەدان ڕەنگە کتوپڕ یان وردە وردە ڕووبدات، بە هەناسەی کورت و لاواز و وردە وردە بەرەو کورتتر و لاوازتر دەچێت. ئەم ڕێسایە کە هەموو پەرستارەکان لەسەری ڕاهێنراون بۆ ئەنجامدانیCPR و بووژاندنەوەی کەسەکە ڕاستەوخۆ دوای هەستپێکردنی بریتییە لە وەستانی لێدانی دڵ و هەناسەدان. هەروەها پەرستارەکان دەتوانن کە ئامێری تایبەت و جۆراوجۆر بەکار بهێنن و یارمەتیدەربن لە هۆشیارکردنەوەی خەڵکی لە چۆنیەتی ئەنجامدانی کرداری CPR.

هەریەک لە ناوەندە جیاوازەکانی تەندروستی یاسا و ڕێسای تایبەت بەخۆیان هەیە بۆ ئاگادارکردنەوەی وەستانی دڵ و هەناسە، هەروەها دەستکردن بە ئەنجامدانی CPR، هەر ناوەندێک ناو و کۆدی تایبەت بەخۆیان بەکاردەهێنن. لەوانەیە لە بەشی سەرەوەی قەرەوێڵەی هەر نەخۆشێک دوگمەی تایبەت بە ئاگادارکردنەوەی پەرستارەکان هەبێ، یان ڕەنگە لەڕێی پەیوەندی تایبەتی نێو نەخۆشخانەکە ئاگاداریکرێنەوە. ئەم ئاگادارکردنەوانە بانگکردنی ستافی تایبەتە بۆ شوێنی ڕووداوە کتوپڕەکان. ئەم تیمە لە کەسانێکی ڕاهێنراو و شارەزا پێکهاتوون کە دەتوانن ڕووداوە کتوپڕەکان کۆنترۆڵ بکەن. پەرستارەکە دەبێت بتوانێت هەناسەدانی کەسەکە، شێلانی سنگ، پێدانی دەرمان و تۆمارکردنی چالاکییەکان ئەنجام بدات. هەروەها دەبێت کەسێک وەک سەرۆکی تیمەکە بۆ دیاریکردنی ئیشەکان بۆ ئەندامانی تیمەکە دیاری بکەن.

CPR : پێکدێت لە پاراستنی بنەما زیندەییەکانی لەش و پەرەپێدانی لە چوارچێوەی BLS. بەگشتی چالاکیە سەرەکییەکانی لە پاڵپشتیکردنی دڵ، ڕێڕەوی هەوا و هەواگۆڕکێCAB پێکدێت، هەروەها جێگیرکردنی بڕبڕەی پشت و پاراستنی دڕکەپەتک لەهەر بەرکەوتن و برینداربییەک کە ببێتە هۆی بێتوانایی و بێهێزییەکی قورس، بەردەوامی لە

پشکنینی نیشانە زیندەییەکان و چاودێریکردنی باری نەخۆشەکە وکاردانەوەکانی، وە لە کۆتاییدا پێچانی هەر برینێک بۆ پاراستنی برینەکە لە خوێنبەربوون و پیسبوون و ڕێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن.

لە قۆناغی دواتر کە بە ALS ناسراوە سەرباری BLS ستافە ڕاهێنراوەکە بەشێوەیەکی پێشکەوتوو دەتوانن ڕێڕەوی هەوا، پێدانی شلە وکارەبا و چەند پێداویستییەکی تایبەت بەکاربهێنن.

بە ڕەچاوکردن و بەرەوپێشچوونی ژیان، چەندین ڕێنیشاندەری جیاواز هەیە، کە لەلایەن ڕێکخراوی ئەمەریکی بۆ دڵAHA بڵاوکراوەتەوە، کە بۆ تازە لەدایکبووان بە شێوازی بنچینەیی و پێشکەوتوو NBLS, NALSو بۆ منداڵان بە شێوازی بنچینەیی و پێشکەوتوو PBLS, PALSو بۆ پێگەیشتووان BLS, ALS وەک نەخشەڕێگا بەکاردێن.

پشتیوانی سەرەکی دڵ لە پێگەیشتواندا (BLS)

مەبەست لەم کردارە:

- بۆ باشکردنی سوڕی خوێن
- بۆ باشکردنی هەناسەدان
- بۆ باشترکردنەوەی ڕێڕەوی هەناسە و خاوێنکردنەوەی
- بۆ ڕێگریکردن لە مردن و زەبری مێشک
- بۆ ڕزگارکردنی ژیانی نەخۆشەکە

١ـ ڕاوەشاندن و بانگکردن.(وێنەی١-٦)

بە شێوازێکی لەسەرخۆ شانی نەخۆشەکە ڕادەوەشێنین و پرسیاری لێدەکەین کە ئایا تۆ باشیت؟ ئەگەر هیچ وەڵامی نەبوو لەیەککاتدا هەڵسەنگاندن بۆ لێدانی دڵی و هەناسەدانی دەکەین. هەوڵبدە ئەم کردارە لە ٥ چرکە زیاتر نەخایەنێت. دەتوانیت تەنها بە چاوەکانت سەیری جووڵەی سینگی نەخۆشەکە بکەیت، بزانیت بەرز دەبێتەوە یان نا. لەبیرت بێت Gaspingبە هەناسەدانێکی ئاسایی هەژمار ناکرێت.

تێبینی: Gasping بریتییە لەو دیاردەیەی کە لە سەرەمەرگدا ڕوودەدات و شێوازەکەی وەک هەناسەدانە، بەڵام بە هەناسەدان هەژمار ناکرێت.

باشترین شوێن بۆ هەژمارکردنی لێدانی دڵ بریتییە لە cardotid artery کە بە شادەمارەکانی مل ناسراوە. هەروەها بۆ هەستکردن بەم خوێنبەرە دەبێ دوو پەنجەت لە بەینی بۆری هەناسە و ماسولکەی ملی نەخۆشەکەSCM دابنێیت و لەماوەی ١٠ چرکە پشکنینی بۆ بکەیت، وە بەهیچ شێوەیەک نابێت لەیەککاتدا پەستان بخەیتە سەر هەردوو خوێنبەرەکە. ئەگەر نەتتوانی هەست بە خوێنبەرەکانی مل بکەیت، دەستبەجێ داوای هاوکاری بکە و دەست بە شێلانی سنگ بکە.

وێنەی ١-٦

وێنەی ٢-٦

وێنەی ٣-٦

وێنەی ٤-٦

وێنەی ٥-٦

وێنەی ٦-٦

CAB.٢

. شێلانی سنگ Chest compression

. هەڵسەنگاندنی ڕێڕەوی هەوا Airway management

. هەناسەدان Breathing

- شێلانی سنگ: .(وێنەی٧-٦)

دەستی چەپ دەخەینە سەر دەستی ڕاست و پەنجەی دەستی چەپ لە دەستی ڕاستمان گیر دەکەین (ئەو کەسانەی چەپەن بە پێچەوانەوە)، پاشان دەستمان لە بەینی هەردووگۆی مەمکی کەسەکە لەسەر کۆڵەکەی سینگی دادەنێین و بە گۆشەی ٩٠ لەسەر سینگی کەسەکە دەوەستین و پاشان هەموو کێشی جەستەمان بۆ شێلانی سنگی کەسەکە بەکار دەهێنین، نەک تەنها قۆڵمان، هەروەها نابێت بهێڵین ئەنیشکمان بنوشتێتەوە. پاشان بە ستوونی بەرەو خوارەوە دەستدەکەین بە شێلان و بەلایەنی کەمەوە ٥ سم قووڵ و بە خێرایی ١٠٠ بۆ ١٢٠ لە خولەکێکدا سنگی کەسەکە دەشێلین. زۆر گرینگە دوای هەر شێلانێک ڕێگە بدەیت سینگ بەتەواوەتی بگەڕێتەوە جێی خۆی، بۆ ئەوەی دووبارە دڵ پڕببێتەوە لەخوێن و خوێنی زیاتر پاڵ پێوەبنێین لە شێلانی دواتردا. هەروەها هەوڵبدە کەمترین پچڕان هەبێت لەکاتی شێلانی سنگی کەسەکە، لەبەر ئەوەی هەر وەستانێک، واتە وەستانی سوری خوێن.

وێنەی ٧-٦

- هەڵسەنگاندنی ڕێڕەوی هەوا:

دوو شێوازی سەرەکیمان بۆ دانانی سەری نەخۆشەکە هەیە کە بە باشترین شێوە ڕێڕەوی هەناسەی کەسەکەی پێ دەکرێتەوە.

Jaw-thrust و head- tilt chin lift

تەکنیکی Head tilt chin lift: .(وێنەی٨-٦)

١. سەری نەخۆشەکە بەرەو دواوە دەسوڕێنین بە پاڵنانی ناوچاوانی کەسەکە بۆ خوارەوە.

٢. سەری دوو پەنجەت لەژێر چەناگەی نەخۆشەکە دابنێ (سەر ئێسکی چەناگە)، بەرەو سەرەوە پاڵ بنێ. ئەم جووڵەیە وادەکات زمان دووربکەوێتەوە لە بۆری هەناسە و کرانەوەی ڕێڕەوی هەوا زیاتر دەکات.

٣. دڵنیا ببەرەوە کە تەنها پاڵ بە بەشی ئێسکی چەناگەوە بنێیت و دووریکەویتەوە لە نەرماییەکە، لەبەر ئەوەی ڕەنگە پاڵنان بە بەشی نەرماییەکەوە ببێتە هۆی گیرانی ڕێڕەوی هەوا.

تێبینی/ ئەگەر هەستت بە هەر شکاوییەک یان زەبرێک لە ملی نەخۆشەکە کرد، ئەوا ئەم کردارە جێبەجێ ناکەین وjaw thrust ئەنجام دەدەین.

وێنەی ٨-٦

تەکنیکی Jaw thrust : .(وێنەی٩-٦)

١. لای سەری نەخۆشەکەوە دەوەستیت، پاشان لەپی هەردوو دەستەکانت لەسەر ڕوومەتی نەخۆشەکە دادەنێیت و پەنجەکانت دەخەیتە ژێر ئێسکی شەویلگەی نەخۆشەکە.

٢. بە لەسەرخۆیی مامەڵە لەگەڵ هەر برینێک دەکەین کە لە ملدا هەبێت و لە سوڕانی ملی نەخۆشەکە دووردەکەوینەوە.

٣. بە پەنجەکانمان شەویلگەی کەسەکە بەرز دەکەینەوە، بەلایەنی کەمەوە دەبێ بەشی خوارەوەی ددانەکان بەرزتر بێت لەبەشی سەرەوەی ددانەکان. ئەم جووڵەیە وا لەزمان دەکات کە لەگەڵ بەشی خوارەوەی ددانەکان بەرز ببێتەوە و دەبێتە هۆی کەمکردنەوە گیرانی بەشی سەرەوەی ڕێڕەوی هەوا.

٤. دڵنیا ببەرەوە کە تەنها پاڵ بە بەشی ئێسکی شەویلگەوە بنێیت، بەپێچەوانەوە ئەگەر دەست لە نەرماییەکەی شەویلگە دابنێیت، ئەوا دەبێتە هۆی گیرانی ڕێڕەوی هەوا.

وێنەی ٩-٦

- **هەناسەدان:**

سەبارەت بە هەناسەدان، ئەگەر هیچ ئامێرێکی تایبەتی پزیشکیت دەستنەکەوت، دەتوانیت لەرێگەی دەم بۆ دەم یان دەم بۆ لووت (ئەگەر ناو دەم بریندار بوو یان نەتوانرا بکرێتەوە) هەناسە بە نەخۆشەکە بدەیت.

١. لەگەڵ کـرانەوەی ڕێـڕەوی هەناسـەی کەسـەکە بەو کـردارانەی باسـمانکرد، پاشـان دەم دەخەیـنە سـەر دەمی نەخۆشەکە بەشێوەیەک هەموو دەمی کەسەکە داپۆشێت و هیچ ڕێگایەک بۆ دەرچوونی هەوا نەهێڵینەوە.

٢. پاشـان ئامـادە دەبـین بـۆ پێـدانی دوو هەناسـەی ڕزگاری کەر. یەکەم هەناسـە دەدەیـن بە نەخۆشـەکەو تێبینـی بەرزبـوونەوەی سـنگی نەخۆشـەکە دەکەیـن، ئەگەر سـنگی بەرزبـویەوە، دووەم هەناسـەشی پێـدەدەین، ئەگەر بەرز نەبوویەوە ئەوا دووبارە ڕێگاکانی کردنەوەی ڕێڕەوی هەوا کە پێشـتر باسـمانکرد دووبارەی دەکەینەوە، پاشـان دووەم هەناسەی پێدەدەین. وریابە نابێت هەناسەی زۆر بە نەخۆشەکە بدەیت، یاخوود نابێ پەستانێکی زۆر بکەیت.

٣. ئەگەر بەتەنیـا بوویـت و هـیچ هاوکارێکـت نەبـوو، ئەوا دەبێـت ٣٠ جـار سـنگی کەسـەکە بشـێلیت و پاشـان ٢ هەناسـەی پێ بـدەیت، بەڵام ئەگەر لەگەڵ سـتافێکی تـایبەت بوویـت، یاخـوود دوو کەس بـوون ئەوا دەبێـت ١٥ جـار سنگی کەسەکە بشێلیت و پاشان کەسی دووەم ٢ هەناسەکە بە کەسەکە بدات.

ئەگەر بە شـێوازێکی بـاڵا کـردارەکەت ئەنجامـدا و ئـامێری پێویسـتت هەبـوو، ئەوا دەبێ لە هەر ٦ بـۆ ٨ چـرکەیەک هەناسەیەک بە نەخۆشەکە بدەیت، کە بەنزیکەیی ١٠ هەناسە دەکات لە خولەکێکدا. (وێنەی ١٠ تا ١٣)

وێنەی ٦-١٠

وێنەی ٦-١١

وێنەی ٦-١٢

وێنەی ٦-١٣

بۆ کردنەوەی ڕێڕەوی هەوا بەشێوەیەکی باڵا دەتوانین ئامێرێکی تایبەت بەکاربهێنین کە بە LMAناسراوە، ئەم ئامێرە وادەکات کەسەکە ڕێڕەوی هەوای بە بەردەوامی بە کراوەیی بمێنێتەوە لەکاتی پێدانی بەنج یاخوود بێهۆشیدا. لەپاڵ ئەمەشدا ئامێرێکی تریشمان هەیە بە ETT ناسراوە کە تیوبێکی پلاستیکییە لە ناودەمەوە بەرەو بۆری هەوا دادەنرێت کە یارمەتی نەخۆشەکە دەدات بە ئاسانی هەناسە بدات. پاشان دەتوانین ئەم ئامێرە بلکێنین بە ئامێری تایبەت بە ئۆکسجینەوە و ئۆکسجین بۆ سییەکان بگوازینەوە. ئەم کردارە پێیدەوترێت endotracheal intubation سوود و زیانی هەردوو ئەم کردارانە لە خوارەوە ڕوونکراوەتەوە.

هەڵسەنگاندنی ڕێڕەوی هەوا بەشێوازێکی پێشکەوتوو(باڵا)

ETT

سوودەکانی:

مەترسی گەڕانەوەی پێکهاتەکانی ناو گەدە بۆناو ڕێڕەوی هەوا کەمترە، کۆنترۆڵی پێدانی هەواکە دەکەین، دەتوانرێت بۆماوەیەکی زۆر بەکاربهێنرێت لە گەڕانەوەی خۆراک بۆناو بۆری هەوا دەیپارێزێت

زیانەکانی:

برینداربوونی ڕێڕەوی هەوا

قورسی لە دانانەکەیدا

لێ پیسکردنێکی مەترسیدار

کەسێکی زۆر شارەزای دەوێت بۆ دانانی

LMA

سوودەکانی:

بە بێ سەیرکردن دادەنرێت

پێویستمان بە ئامێری laryngoscopy نابێت بۆکردنەوەی ڕێڕەوی هەوا

برینداربوون کەمتر ڕوودەدات

باشتر پێدانی هەوا

هەناسەدانی خودی ئەگەر گونجا

زیانەکانی:

هیچ پارێزگاریەک ناکات دژی گەڕانەوەی خۆراک بۆناو بۆری هەوا

ڕەنگە هەواکە بچێتە ناو گەدەوە

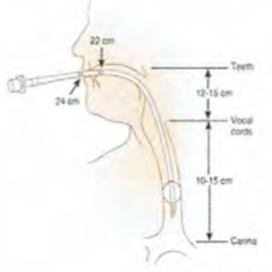
بۆماوەیەکی کورت دادەنرێت

ناتوانرێت هەوایەکی باش بە کەسەکە بدرێت.

ئەو شێوازەی کە دەبێت تیوبەکەی لێ دابنرێت: .(وێنەی١٤ تا ٢٨)

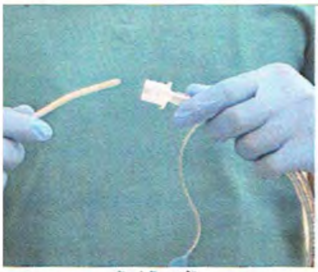
باشترین ڕێگا بۆ هەڵبژاردنی قەبارەی ETT، بریتییە لە ڕەچاوکردنی تونێکاری کەسەکە بەپێی درێژایی ڕێڕەوی هەوا وەک لە وێنەکەدا دیارە. دەبێت ETT ڕاستەوخۆ لەسەر کۆتا بەشی بۆری هەوا دابنرێت، کە لێوەی دابەش دەبێت بۆ هەردوو بۆریچکەی سییەکان. ئەگەر بمانەوێت بە شێوازێکی نموونەیی دایبنێین دەبێت سەری سۆندەکە بکەوێتە ناوەڕاستی جەستە، خوار ئێسکی چەڵەمە و بە نزیکەیی ٢ سم سەروو کۆتا بەشی بۆری هەوا. ئەمە ڕێگە دەدات بە جووڵەی بەشی لووتکەی سۆندەکە، ئەوکاتەی کە ملی کەسەکە دەجولێنرێت و کاتێک کە پەستان دەخرێتە سەر چەناگەی کەسەکە سەری سۆندەکە بەرەو خوارەوە دەجولێت، هەروەها کاتێک چەناگەی کەسەکە بەرز دەکرێتەوە سەری سۆندەکە بەرەو سەرەوە دەچێت. بۆریچکەی هەوای دەستە ڕاست ئاڕاستەیەکی ڕێکتری لەچاو بۆریچکەی دەستە چەپ هەیە. بەم شێوەیە ئەگەر ئەم کردارەمان ئەنجامدا ئەگەری زۆرە سۆندەکە بچێتە بۆریچکەی دەستە ڕاستەوە ئەگەر زۆر قووڵ دابنرێت، وە دەکرێت بەشی سەرەوەی بۆریچکەکە تووشی گیران ببێت. هەروەها لە ئەنجامی ئەمە بەرتەسکبوونەوە لە بەشی سەرەوی بۆریچکەی چەپ و پارچەی بەشی سەرەوەی سی ڕاست rightupper lobe ڕوودەدات، بۆیە دەبێ زۆر بەوریاییەوە سۆندەکە دابنێین کە دووریەکی دروستی هەبێت.

بە گشتی، بۆ مێ گونجاوترین قەبارە ٧ بۆ ٧,٥مم و بۆ نێر ٧,٥ بۆ ٨مم دادەنرێت. بەڵام یاسایەکمان هەیە کە دەڵێت لەحاڵەتە کتوپڕەکاندا قەبارەی ٧,٥ گونجاوترینە و بۆ زۆربەی کەسە پێگەیشتووەکان دەبێت. بۆ مێ دەبێت دوای ٢١ سم و بۆ نێر دەبێت دوای ٢٣ سم جێگیری بکەین.



وێنەی ١٤-٦

وێنەی ١٥-٦



وێنەی ١٦-٦

وێنەی ١٧-٦

وێنەی ١٨-٦

وێنەی ١٩-٦

وێنەی ٢٠-٦

وێنەی ٢١-٦

وێنەی ٢٢-٦

وێنەی ٢٣-٦

وێنەی ٢٤-٦

وێنەی ٢٥-٦

چۆن دڵنیاببینەوە کە سۆندەکە لە شوێنێکی دروست دانراوە؟

١. دوای دانانیEET سەرنجی جووڵەی سنگ بدە، لەگەڵ هەر هەناسەدانێک سنگی کەسەکە بە ئاسانی دەتوانێ بەرز و نزم بکات، ئەگەر لە شوێنی گونجاو دانرابێت.

٢. بە بەکارهێنانی بیستۆک گوێ لە بەشی ناوەڕاست و سەرەوەی سک بگرەepigastrium بۆ هەر دەنگێک. ئەگەر سۆندەکە بچێتە ناوی سوورێنچکەوە لەجیاتی بۆری هەوا، وە ئەمەش وادەکات کە ئەو هەوایەی دەینێرین بچێتە ناو گەدەوە و دەبێتە هۆی گەڕانەوەی ترشەڵۆکی گەدە بۆ دەرەوە.

٣. بە بەکارهێنانی بیستۆک گوێ لەهەردوو بەشی سەرەوە و خوارەوەی سیەکان دەگرین. ئەگەر گوێمان لە دەنگی هەناسە بوو لە بەشی خوارەوەی سیەکان، مانای ئەوەیە کە بۆری هەوا نەگیراوە، بەهۆی بردنەناوەوەی سۆندەکەوە بۆ بۆریچکەی ڕاست.

٤. سەرنجی کەسەکە بدە بۆ هەر شینبوونەوەیەک.

٥. هەروەها دەتوانین بە بەکارهێنانی ئامێری colorimetric end-idal carbon dioxide(ETCO2) وەک لە وێنەکەدا دیارە، دیاری بکەین کە لە کاتی پێدانی هەواو و دانانی سۆندە هیچ گیرانێک لە بۆری هەوا هەیە، یاخوود نا. ئەم ئامێرە ڕاستەوخۆ دەلکێت بە کۆتایی سۆندەکەوە و بە خێرایی کاردانەوەی هەیە، هەناسەدانەوەی CO2. ئامێرەکە ڕەنگی دەبێت بە زەرد لەکاتی هەناسەدانەوە و ڕەنگی دەگۆڕێت بۆ مۆر لەکاتی هەناسە وەرگرتن، ئەگەر سۆندەکە بە شێوازێکی دروست دانرابێت. ئەگەر سۆندەکە بە باشی دانەنرابوو ئەوا هەر بە ڕەنگی مۆر دەمێنێتەوە.

کاریگەری لاوەکی بەکارهێنانی ئەم ئامێرە:

بە هەڵە خوێندنەوەی CO2 بە پۆزەتیف

ـ دانانی سۆندەکە لە دەمەوە هەندێجار دوای خواردنەوە کاربۆنییەکان یان وەرگرتنی ئۆکسجینێکی زۆر دەبێتە هۆی هەڵە خوێندنەوەی CO2ھ (هەرچەندە ئەگەر ٢٠ بۆ ٣٠ چرکە چاوەڕێ بکەین یان ٦بۆ٨ هەناسە وەرگرێت، ئەوا ئەنجامەکە ئاسایی دەبێتەوە)

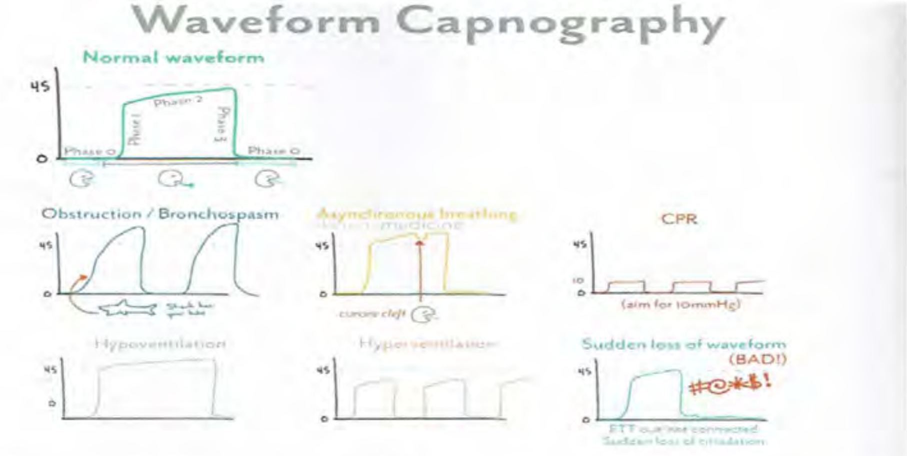
ـ بەرزی ڕێژەی گازەکانی تر کە تیشکی ژێر سوور هەڵدەمژن، هەندێجار ئاماژە بە ئەنجامی هەڵە دەکەن N2O لە ژووری نەشتەرگەری،

ـ ئەم ئامێرە هەندێکجار ڕەنگەکەی دەگۆڕێت ئەگەر بەر شلە ترشەکان بکەوێت، بۆنموونە پێکهاتەکانی ناو گەدە یان گیراوەی ئەدرینالینی ناو ئەمپولەکان.

ـ دەکرێ ئەنجامی هەڵەی نەرێنی ڕووبدات، بۆنموونە باری وەستانی دڵ، کەمی تێپەڕینی هەوا بەهۆی جەڵدەی سی PE، یان ڕێژەیەکی زۆر لە سیکڵدانۆچکەی مردوو.

٦. تیشکی Xبۆ سنگ،

٧. بەکارهێنانی Capnographyلەڕێی شاشەی چاودێرییەوە (وەک لە وێنەکەدا دیارە)



ئەگەر سۆندەکە بەشێوەیەکی نادروست دابنرێ (لە گەرووی کەسەکە) ئەوا دەبێت سۆندەکە دەربکەین و هەواگۆڕکێیەک بکات و دووبارە سۆندەکە دابنێینەوە.

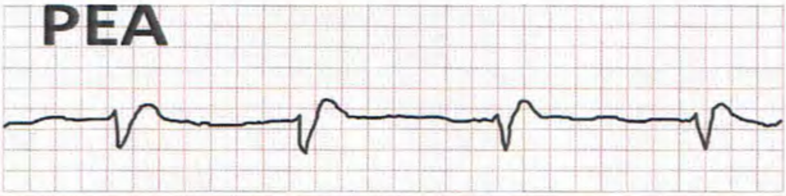
ئەگەر کەسەکە خراپتر بوو، هۆکاری سەرەکی کەمی ئۆکسجین دوای دانانی سۆندەکە بریتییە لە: جوڵانی سۆندەکە لە شوێنی دروستی خۆی، گیران بە (دەردراوەکان، خوێن، کێم، ماددەنی نامۆ)، دزەکردنی هەوا بۆ دەرەوەی سییەکان لەناو جەستەکە بە pneumothorax ناسراوە، پەککەوتنی پێداویستییەکان وەک (نەمانی سەرچاوەی ئۆکسجینەکە، لەکارکەوتنی سەری دەرچەی هەوای ئامێرەکەVent. دزەکردنی شلەکان بۆ ناو سۆندەکە).

بۆئەوەی کردارەکەمان بەشێوەیەکی زۆر باش بکەین، دەبێ لە قۆناغی CAB، هەمیشە هەوڵبدەیت پچڕانەکان و وەستانەکان لەکاتی شێلانی سنگدا کەم بکەیتەوە، هەوڵبدە ژمارە و ئەو هێزەی بەکاری دەهێنیت بەشێوەیەکی ورد بێت، دووربە لە لارکردنەوەی نەخۆشەکە لەنێوان شێلانەکاندا، دڵنیاببەرەوە کە دەستەکانت لە شوێنێکی دروست داناوە، دووربکەوەرەوە لە هەواپێدانێکی لەرادەبەدەر.

٣. بەکارهێنانی کارەبا Defibrillation

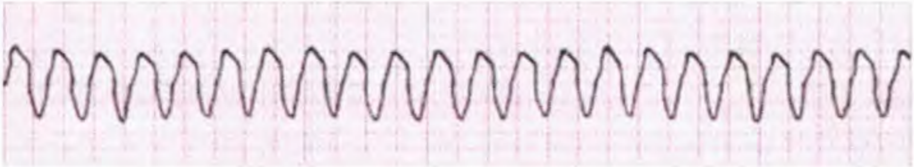
یەکێکی تر لە هەنگاوەکانی advancedcardiaclifesupport(ACLS) بریتییە لەوەی کە بڕیاربدەین بۆ گونجاوترین کات بۆ پێدانی دەرمان و بەکارهێنانی DC shock. لەکاتی ئەنجامدانی CPR ئەو دەرمانانەی کە لە حاڵەتە کتوپڕەکان بەکاردێت و ئەم ئامێرە ئەو دوو شتەن کە دەتوانین بەکاریان بهێنین بۆ وەستانی دڵ. DC shock ئامێرێکە کەوا ئەو کەسانە بەکاری دەهێنن کە بە شێوازێکی پزیشکەوتووCPR ئەنجامی دەدەن، هەروەها زۆر گرنگە کە بزانین کەی ئەم ئامێرە بەکاردێت بۆ ڕێککردنەوەی ڕیتمە نائاساییەکانی دڵ. دیاریکردنی ئەو کاتانەی کە ئەم ئامێرەی تیا بەکاردێت زۆر گرینگە بۆئەوەی بە شێوازێکی باڵا و پێشکەوتوو کردارەکە ئەنجام بدەین.

دوو ڕیتمی دڵ هەیە کە نابێ ئەم ئامێرەی بۆ بەکار بێنین، ئەویش pulselesselectricalactivity(PEA)، هەروەها وەستانی دڵ کە بە asystole ناسراوە، وەک لە وێنەکانی خوارەوە ڕوونکراوەتەوە. لەم دوو حاڵەتەدا ئەو هەنگاوانەی لەسەرەوە باسمانکردن ئەنجام دەدەین و دەست بە ئەنجامدانی CPR دەکەین و پێدانی دەرمانی epinephrine. کە تاکە شتن دەتوانین بۆ کەسەکە ئەنجامیان بدەین. بەڵام ئەو حاڵەتانەی کە دەتوانیت ئامێری DC shockی تیا بەکار بهێنیت ئەوانەن کە دەبنە پچڕان و ون بوونی کارەبای دڵ و گوێزانەوەی ئەو کارەباییە بەناو دڵ دا. وەک ئەوەی لەخوارەوە باسکراوە.

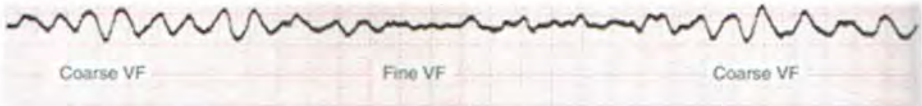


ئەو حاڵەتانەی ئامێری DC shockی تیا بەکاردێت:

یەکەم: Ventricular tachycardia(v-tach) ئەم حاڵەتە بە شێوەیەکی گشتی کاردانەوەیەکی باشی دەبێت بۆ ئەم ئامێرە. ئەم حاڵەتە لەسەر شاشەی مۆنیتەرەکە بە شێوازی پان، رێک و ریتمێکی زۆر خێرا دەردەکەوێ. V-tachزۆر بەکەمی هەستی پێ دەکرێت و دەکرێت کەسەکە هەست بە لێدانی دڵی بکرێت یان نا. بەڵام زۆربەی نەخۆشەکان کە دڵیان لەم ریتمەدایە بێهۆشن و هەست بەلێدانی دڵیان ناکرێت، لەبەرئەوە ئەم ئامێرە پێویست دەبێ بۆ رێکخستنەوەی دڵ، کە ئەوەش کاردەکاتە سەر ئەو نۆدانەی دڵnode sinoatrial کە کارەبای دڵ رێکدەخەن. هەندێجار دەکرێت کە پێویست بکات چەنجارێک لەسەر یەک ئەم ئامێرە بەکار بهێنین، بەڵام شێلانی سنگ و پێدانی ئۆکسجین بە نەخۆشەکە زۆر گرینگە لە دەستکەوتنی ئەنجامێکی سەرکەوتوو.



دووەم: Ventricular fibrillation(V-fib)یەکێکە لە حاڵەتە باوەکان کە لەدەرەوەی نەخۆشخانە روودەدەن. لەم حاڵەتەدا لێدانەکانی دڵ هیچ سوودیان نییە و هیچ خوێنێک لەناو دڵەوە بۆ دەرەوەی دڵ نانێردرێت. لەسەر شاشەکە بەو شێوەیە دەردەکەوێت کە لەوێنەکەدا روونکراوەتەوە. V-fibدەکرێت لەسەر شاشەکە کەم ئەستوور بێت Fine VFیان هێڵەکە ئەستوور بێتCoarse VF وەک لە وێنەکەدا دیارە. بەڵام ئەگەر ئەستوور بێت ئاسانتر دەگۆرێت دوای بەکارهێنانی DC shockوەک لە شێوازە کەم ئەستوورەکە. شێوازە کەم ئەستوورەکە دەکرێت هەندێجار systole بێت، نەک Fine VF. چونکە چارەسەر بۆ هەریەک لەو دووانە جیاوازە. ئەگەر گومانت هەبوو دەتوانیت DC shockبەکار بێنیت. ئەگەر Fine VFبوو ریتمەکە کۆتایی پێدێنیت. هەرچۆنێک بێت ئەگەر asystoleبوو، DC shock کاریگەری نابێت و دەتوانیت دەستبکەیت بەو کردارانەی کە بۆ asystole ئەنجام دەدرێت.



سێیەم: SVT)Supraentricular tachycardia(ئەم جۆرەیان جیاوازە لەو دوو ریتمەی لەسەرەوە باسمانکردن، کە ئەمەیان پەیوەندی بە سکۆڵەکانەوە هەیە. نەخۆش لەم حاڵەتەدا ریتمێکی خێرای دەبێت، لەگەڵ لێدانی دڵی سەرووی ١٥٠ لە خولەکێکدا، وە a stimulus that origenated ventricles. نەخۆشکە کە ئەم حاڵەتەی هەبێت دەکرێ تا رادەیەک باری جێگیر بێت لەگەڵیشیا چەند نیشانەیەکی هەبێت یان دەکرێ زۆر بە سەختی باری نەخۆشەکە ناجێگیر بێت و نیشانەی زۆری تیا دەربکەون، بەهۆی خێرایی لێدانی دڵییەوە.

ئەو نەخۆشانەی کە باری تەندروستیان جێگیرە توانای ئەوەیان هەیە کاردانەوەیان هەبێت بۆ vagalmaneuvers، بۆ ئەوەی لە حاڵەتی SVT دەربیان بکات، ئەو نەخۆشانەی کە ناجێگیرن، یان هیچ کاردانەوەیەکیان نییە، بۆ دەرمان پێشنیاری چارەسەری کارەباییان بۆ دەکرێت. لەم حاڵەتەدا هەر لەسەر هەمان ئامێر شێوازی کارکردنەکەی بۆ cardioversion دەگۆڕین، لەجیاتی بەکارهێنانی defibrillation. ئەو کارەباییەی کە دەدرێت لەکەسەکە لە حاڵەتیSVT بۆ رێکخستنێکی وردی شەپۆلەکانی "R"ە لەسەرECGیەکە، وە ئەمەش بۆیە ئەنجام دەدەین بۆ ئەوەی نەخۆشەکە بەرەو حاڵەتیVFنەچێت. ئەم کردارەش بە گۆڕینی مۆدی ئامێرەکە دەکرێت لەرێی دوگمەی "sync"ەوە کە لەسەر هەموو ئامێرێکی DCshock هەیە. چەند حاڵەتێکی تریش هەیە کە تیایدا cardiversion پێویستە، ئەوانیش atrioventricularnodalreentrantachycardia(AVNRT) و atrioventricularreentrant tachycardia(AVRT)و atrial fibrillationو atrial flutterە. بەڵام دەبێ ئارامکەرەوە بە نەخۆشەکە بدرێت، چونکە لەم حاڵەتانەدا نەخۆشەکە هۆشی هەیە و ئەگەر پێی نەدرێت زۆر ئازاری نەخۆشەکە دەدات.

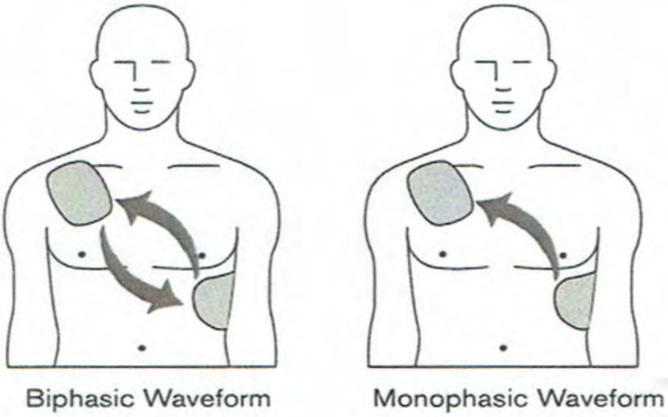
ئەو حاڵەتانەی کە پێوست دەکات DC shock بەکاربهێنرێت، دەبێت دوای رێنماییەکانی دکتۆر بکەوین.

١ـ دەستی ڕاست لەسەر لووتکەی دڵ Apex دادەنێین، بەپێی پەراسووی ٥ و ٦ وە دەستی چەپ لەسەر کوڵەکەی سنگ sternum دادەنێین وەک لەوێنەکەدا دیارە.

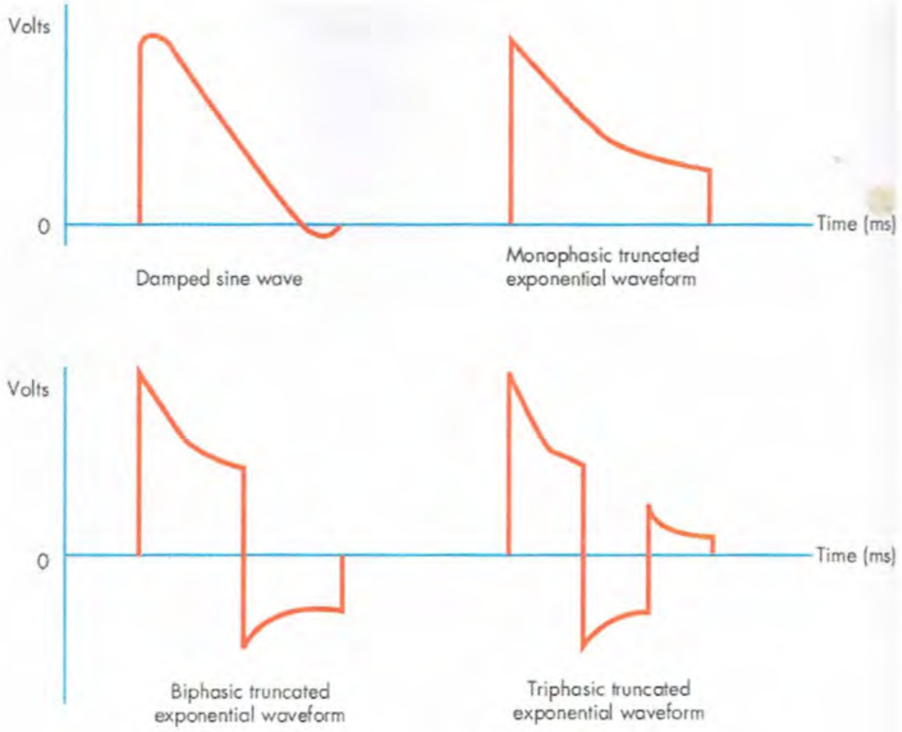
وێنەی ٦-٢٦

وێنەی ٦-٢٧

٢ــ ئەگەر شــەپۆلەکە biphasic بــوو، دەبێــت هــێزی کارەبــاییەکە لە نێــوان 120J-200J بێــت، بەڵام ئەگەر monophasic بوو دەبێت بگاتە 360J



وێنەی ٦-٢٨



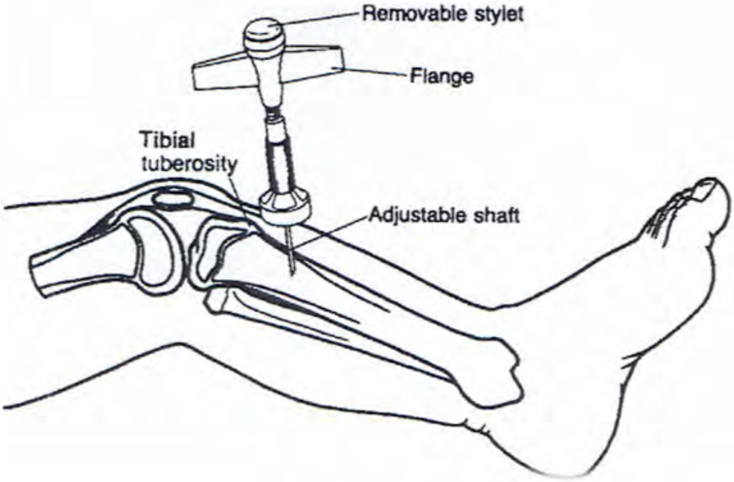
وێنەی ٢٩-٦

٤- پێدانی دەرمان

سێ جۆری پێدانی دەرمان لەکاتی CPR هەیە:

١. پێدامی دەرمان لەڕێی خوێنهێنەرەکانەوە IV. باوترین ڕێگای پێدانی دەرمانە،

٢- پێدانی دەرمان لەڕێی ئێسکەوە IO- ڕێگایەکی پێدانی دەرمانە کە لە حاڵەتە کتوپڕەکان بۆ پێدانی دەرمان یان شلە بەکاردێت، وە کاتێک کە نەتوانرا خوێنهێنەرێک بدۆزرێتەوە بۆ ئەوەی دوانەکەوین لە ئەنجامدانی کردارەکانمان لە کاتە کتوپڕەکاندا. ڕێژەی پێدانی دەرمان لەم ڕێگایە هەمان ڕێژەی دەرمانی جۆری یەکەمە.



وێنەی ٣٠-٦

٣. پێدانی دەرمان لەڕێی بۆری هەواوە:ET بریتییە لە کردنەناوەوەی گیراوەیەک ڕاستەوخۆ بۆ ناو بۆری هەوا بۆئەوەی هەڵبمژرێت بۆناو سوڕی خوێن لە ڕێی سیکڵدانۆچکەکانەوە. ئەم ڕێگایە لەکاتیCPR بەکاردێت، کاتێک ناتوانرێت بەئاسانی خوێنهێنەرێک بدۆزینەوە. لیدۆکاین، ئیپینیفرین، ئەترۆپین، و نالۆکسۆن ئەو دەرمانانەن کە دەتوانین بەم ڕێگایە بەکاریان بهێنین.

- ڕێژەی دەرمانەکان: ٢ بۆ ٢,٥ جار پێشنیارکراوە بۆ IV dose

- دەرمانەکە ڕووندەکەینەوە لە ١٠ مل N/S، وە دەبێ CPR لەکاتی پێدانی دەرمانەکە بوەستێنین، وا باشە کە دوای هەر دۆزێک ٥ مل داغڵبکەین.

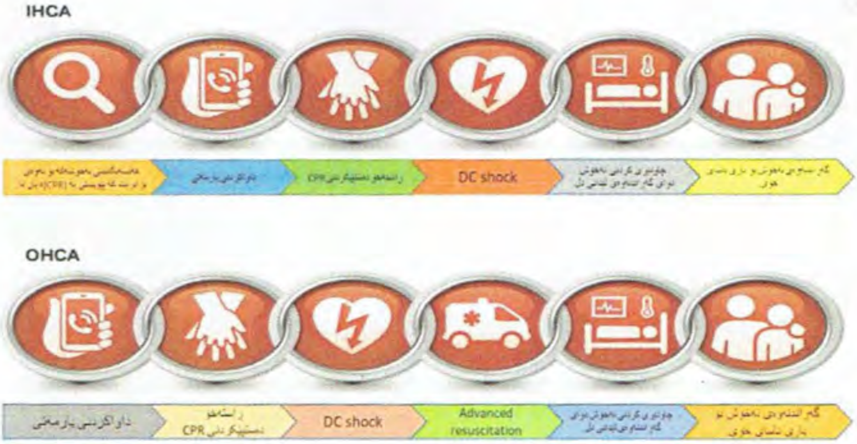
تێبینی/ مل=cc

باوترین ئەو دەرمانانەی کە لەکاتی CPRدا بەکاردێت بریتین لە: (بۆ IVو IO)

. ئیپینیفرین Epinephrine ١مغ هەموو ٣ بۆ ٥ خولەکێک،

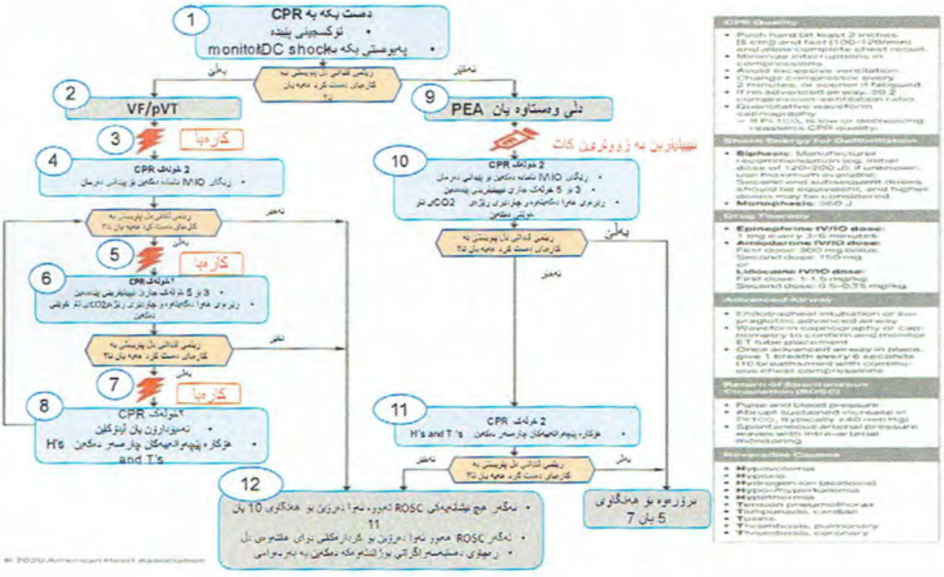
. لیدۆکاین یەکەم دۆز ١بۆ١,٥مغ/کغ، دووەم دۆز ٠,٥بۆ٠,٧٥مغ/کغ یان ئەمیۆدارۆن یەکەم دۆز ٣٠٠مغ و دووەم دۆز ١٥٠مغ، بەڵام دەبێ زۆر بە لەسەرخۆیی داغڵی بکەین.

زنجیرەی AHA بۆ بەردەوامی ژیان بۆ کەسانی پێگەیشتوو IHCA and OCHA



وێنەی ٣١-٦

خشتەی ئەنجامدانی کرداری CPR بۆ کەسێکی پێگەیشتوو کە دڵی وەستابێت:



کوالێتیCPR

بەلایەنی کەمەوە ٢ ئینج(٥سم) و بەخێرایی ١٠٠بۆ١٢٠جار لە خولەکێکدا مە ساجێکی بەهێز دەکەین ، هەروەها دەبێت ڕێگەبدەیت سنگ بەتەواوەتی بگەڕێتەوە شوێنی خۆی دوای هەر شێلانێک.

- کەمکردنەوەی پچرانی کردارەکە
- دورکەوتنەوە لە زۆر پێدانی هەوا بە نەخۆشەکە
- هەموو ٢ خولەک جارێک شوێنی ئەو کەسەی شێلانەکە دەکات بگۆڕن بە کەسێکی تر ئەگەر هیلاکبوون
- ئەگەر ئامێری پێویست بەردەست نەبوو، دەبێ ڕێژەی شێلان و هەناسەدان ٣٠بە٢بێت
- شێوەی هێلکاری Capnography:
- ئەگەر PETCO2 کەم بوو یان بەرەو کەمبوونەوە دەچوو، دووبارە هەڵسەنگاندن بۆ ئەو خاڵانەی سەرەوە دەکەین.

ئەو هێزە کارەباییەی بەکاریدێنین:

Biphasic. ڕێژەی پێشنیارکراو ١٢٠بۆ٢٠٠جوول، ئەگەر نەزانراوبوو بەرزترین ئاست بەکاربهێنە. دۆزی دووەم دەبێ هەمان هێز بێت و ڕەنگە بەرزترین دۆز ڕەچاوبکرێت.

Monophasic. ٣٦٠جوول

چارەسەر بەدەرمان:

ئیپینیفرین IVیانIO: ١مغ هەموو ٣ بۆ ٥ خولەکێک

ئەمیۆدارۆن IVیان IO: یەکەم دۆز ٣٠٠مغ بەهێواشی، دووەم دۆز ١٥٠مغ

یان

لیدۆکاین IVیانIO: یەکەم دۆز ١ بۆ ١,٥مغ بۆهەر کیلۆیەک لە کێشی کەسەکە، دووەم دۆز ٠,٥بۆ٠,٧٥مغ بۆ هەر کیلۆیەک لە کێشی کەسەکە

کردنەوەی ڕێڕەوی هەوا:

بە endotracheal intubation یان supraglottic advanced airway

بەکارهێنانی capnographyیان capnometry بۆ چەسپاندن و چاودێریکردنی ET tubeەکە

دوای دانانی سۆندەکە یەک هەناسە دەدەیت بە نەخۆشەکە، هەر ٦ چرکە جارێک بەواتایەکی تر ١٠ هەناسە لە خولەکێکدا لەگەڵ بەردەوامی لە شێلانی سنگدا،

گەڕانەوەی سوڕی خوێن بە شێوەیەکی ئاسایی ROSC:

- لێدانی دڵ و پەستانی خوێن
- لەپڕ زیادکردنی PETCO2 کە بەشێوەیەکی ئاسایی گەورەتر و یەکسانە بە ٤0mm Hg
- پەستانی خوێنبەرەکانی دڵ لەگەڵ چاودێریکردنی پەستانی سەردیوارەکانی ناوەوەی خوێنبەرەکان

هۆکارەکان H's and T's

کەمبوونەوەی قەبارەی خوێنhypovolemia

کەمی ڕێژەی ئۆکسجینhypoxia

ژەهراوی بوون بە ترشی لەش(hydrogen ion(acidosis

بەرزی یان نزمی پۆتاسیۆمhypo-hyperkalemia

نزمبوونەوەی پلەی گەرمیhypothermia

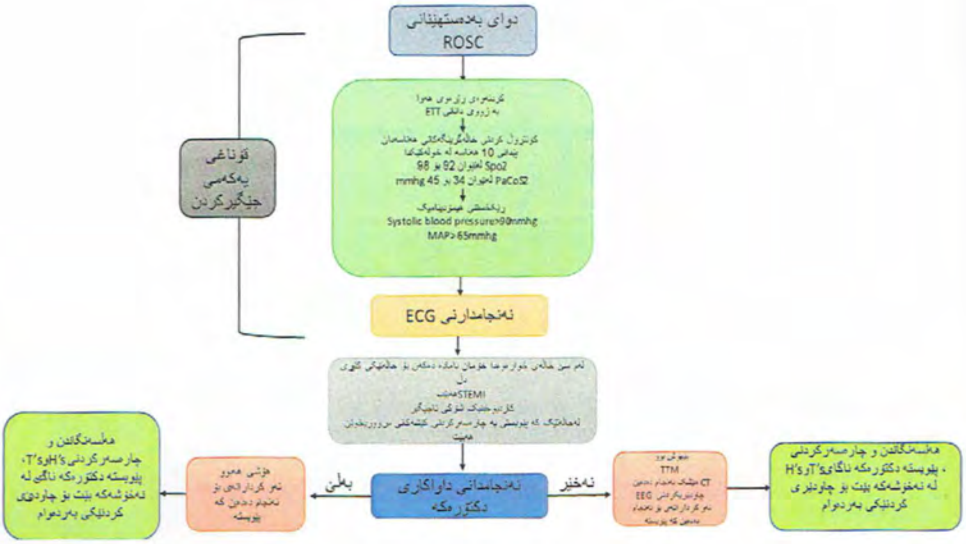
کەڵەکەبوونی هەوا لەناو پەردەی سییەکانtension pneumothorax

کەڵەکەبوونی خوێن وکۆبوونەوەی لەناو پەردەی دڵtamponade cardiac

ژەهراوبیوونtoxins

مەینی خوێن لە کۆئەندامی هەناسە و دڵthrombosis, pulmonary, coronary

خشتەی ئەو کردارانەی دوای CPR ئەنجامی دەدەین



قۆناغی سەرەتایی:

بووژاندنەوەکە کردارێکی بەردەوامە لە قۆناغی دوای ROSC، وە زۆرێک لەم چالاکییانە لەهەمانکاتدا ڕوودەدەن. هەرچۆنێک بێت ڕیزکردنی کردارەکان لە گرینگترینەوە بۆ کەم گرینگتر زۆر گرنگە و دەبێ دوای ئەم هەنگاوانە بکەوین:

هەڵسەنگاندنی ڕێڕەوی هەوا:

بەکارهێنانی waveform caonographyیان capnometeryبۆ دانان و چاودێریکردنی سۆندەی ناو بۆری هەوا

هەڵسەنگاندنی خەستی SpO2وەPaCO2 بۆئەوەی بزانین تا چ ئاستێک کارەکەمان سەرکەوتوو بووە. ڕێژەی ئاسایی SpO2 دەبێت لەنێوان ٩٢ بۆ ٩٨ بێت، وە ڕێژەی PaCO2 دەبێت لەنێوان ٣٥ بۆ ٤٥mmhg. بێت

دەبێ هەڵسەنگاندن بۆ جووڵەی خوێنی نەخۆشەکە لەناو لوولەکانی خوێن بکەین:

یەکێک لەم گروپانەی دەرمان دەدەین بە نەخۆشەکە, crystalloidیانvasopressorیان inotrope بۆئەوەی ئەم شتانە بەدەست بهێنین

١. systolic blood pressure زیاتر بێت لە 90mmhg

یان

٢. mean arterial pressure زیاتر بێت لە 65mmhg

چارەسەرە بەردەوامەکان و چەند چالاکییەکی تری کتوپڕ:

ئەم هەڵسەنگاندنانە دەبێ بکرێن دوابەدوای یەک کە ئەوەش بڕیار دەدات لەسەر ئامانج لە چارەسەرکردنی پلەی گەرمی (TTM)کە ئەمەش گرینگییەکی زۆری هەیە، وەک دەستتێوەردان لە چارەسەرکردنی دڵ.

.کارکردن لەسەر حاڵەتە کتوپڕەکانی دڵ:

هەر زوو هەڵسەنگاندن بۆ دڵ دەکەین بە هەر ١٢ لیدەکەی ECG. بۆ ڕەچاوکردنی هەر جووڵەیەکی دڵ و بڕیاردان لەسەر بارودۆخی دڵ.

.TTM: ئەگەر نەخۆشەکە دوای فرمانەکان نەکەوت، دەست بکە TTMبە زووترین کات، وە دەستپێبکە لە ٣٢ بۆ ٣٦ پلەی سیلیزی بۆماوەی ٢٤ کاتژمێر بە بەکارهێنانی ئامێری فێنککەرەوە لەگەڵ دووبارە و دووبارە هەڵسەنگاندنەوەی پلەی گەرمی نەخۆشەکە.

.چەند بەڕێوەبردنێکی تری داهێنەرانە:

بەشێوەیەکی بەردەوام چاودێری پلەی گەرمی نەخۆشەکە بکە لەڕێی(بۆری گەروو، کۆم و میزەڵدان)

پارێزگاریکردن لە ڕێژەی ئاسایی ئۆکسجین و دوانە ئۆکسیدی کاربۆن و گلوکۆز لەناو خوێندا.

چاودێریکردنێکی بەردەوامی دڵ بە ئامێریECG

پارێزگاریکردن لە سییەکان لەکاتی پێدانی هەوا(ئۆکسجین)

H's and T's

کەمبوونەوەی قەبارەی خوێنhypovolemia

کەمی ڕێژەی ئۆکسجینhypoxia

ژەهراوی بوون بە ترشی لەش(hydrogen ion(acidosis

بەرزی یان نزمی پۆتاسیۆمhypo-hyperkalemia

نزمبوونەوەی پلەی گەرمیhypothermia

کەڵەکەبوونی هەوا لەناو پەردەی سییەکانtension pneumothorax
کەڵەکەبوونی خوێن و کۆبوونەوەی لەناو پەردەی دڵtamponade cardiac
ژەهراویبوونtoxins
مەینی خوێن لە کۆئەندامی هەناسە و دڵthrombosis, pulmonary, coronary

ئەنجامدانی CPR بۆ ئافرەتی دووگیان:

١. شێلانی سنگ بەهەمانشێوە ئەنجام دەدرێ کە بۆ ژنێکی نا دووگیان ئەنجام دەدرێ، پەستان دەکەین بە بەهێزی و بەخێرایی لەسەر ناوەڕاستی سنگ بە ڕێژەی بەلایەنی کەمەوە ١٠٠جار لە خولەکێکدا. CPRبۆ ژنی دووگیان دەبێ ئەنجام بدرێ لە سوڕی (٣٠شێلان و ٢ هەناسە).

٢ـ بە شێوەیەکی ستاندارد نابێت بترسین لەوەی کە ئازاری منداڵدانی ناو سکی دایکەکە بدەین، بەکارهێنانی DC shockو شێلانی سنگ هیچ ئازاری منداڵەکە نادات و بەڵکو ئەگەر دایکەکە ڕزگاری نەبێت، ئەگەر زیاترە کە منداڵەکەش ڕزگاری نەبێت.

٣ـ ئافرەتە دووگیانەکە دەبێ بخرێتە سەر لای چەپ (وەک لە وێنەکەدا دیارە) بۆ باشتر ڕۆیشتنی خوێن بۆ دڵی ئافرەتەکە و منداڵەکە.

وێنەی ٣٢-٦

خشتەی ئەنجامدانی کرداری CPR بۆ ئافرەتی دووگیان

ئەنجامدانی ئەم کردارە ئەگەر لە نەخۆشخانە ئەنجام بدرێت پێویستە دوای ئەم هەنگاوانە بکەوین:

وەستانی دڵ لە ئافرەتی دووگیان: پێویستە پلانێک توکمە دابرێت لە چوارچێوەی ئامادەبوونی دکتۆری منالان و منداڵبوون و دکتۆری نەشتەرگەر و بەنج و کارمەندانی چاودێری ورد و تیمی تایبەت بە بووژاندنەوەی دڵ. گرینگترین ئامانج بووژاندنەوەی دڵی دایکەکەیە و پێویستە بە شێوەیەکی کوالێتی بەرز ئەنجام بدرێت. پێویستە دایکەکە لەسەر شێوازێکی تایبەت کە بە lateral uterineناسراوە (وەک لەوێنەکەی پێشوودا روونکراوەتەوە) دابنرێت و پاشان دەست بە ئەنجامدانی CPR بکەین. ئامانجی لەدایکبوونی نەشتەرگەری لەم کاتەدا بریتییە لە پاراستن و باشترکردنی باردودۆخی هەریەک لە دایکەکە و منداڵەکە بە شێوازێکی نموونەیی، ئەنجامدانی کرداری لەدایکبوون بە نەشتەرگەری لەماوەی ٥ خولەک پەیوەندی بە توانا و لێهاتوویی ئەو تیمە پزیشکییەوە هەیە کە کردارەکە ئەنجام دەدەن.
کردنەوەی ڕێڕەوی هەوا: بۆ ئافرەتی دووگیان کردنەوەی بۆری هەوا کەمێک سەختە، بۆیە هەوڵبدە کەسێ ڕابسپێریت بۆ ئەم کردارە کە ئەزموونێکی زۆر باشی هەبێت، دەبێ یەکێک لەم دوو کردارەی بۆ ئەنجام بدرێت: endotracheal intubationیان supraglottic advanced airway دەبێ ئامێری waveform capnographyیاخوودcapnometry بەکاربهێنرێت بۆ چاودێریکردن و دانانی ET tubeەکە ئەگەر ڕێڕەوی هەوامان کردەوە، هەر شەش چرکە جارێک هەناسەیەک دەدەین بە نەخۆشەکە، واتە ١٠ هەناسە لە خولەکێکدا لەگەڵ شێلانی سنگ بە بەردەوامی.
هۆکارەکانی وەستانی دڵ لە دایکی دووگیاندا: کاریگەری لاوەکی دەرمانی بەنج خوێنبەربوون نەخۆشییەکانی دڵ دەرمان گیرانی بۆرییەکانی خوێن تا ئەو هۆکارە گشتییانەی کە پەیوەندی بە لایەنی دووگیانیەکەوە نییە H's and T's بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن

- لە زمانی پزیشکیدا منداڵ بە کەسێک دەوترێ کە تەمەنی ١ ساڵ تا تەمەنی باڵغبوون بێت (بەنزیکەیی تا تەمەنی ١٢ساڵی)
- بەڵام تازەلەدایکبوو بە خوار یەک ساڵ دەوترێ
- کاتێک کە BLS بۆ منداڵێک یان تازەلەدایکبووێک ئەنجام دەدەت، دەبێ پەیرەوی ئەو هەنگاوانە بکەیت کە تایبەتە بەو تەمەنە و ئامێری قەبارە گونجاویان بۆ بەکار بهێنیت.

باوترین ئەو جیاوازییانەی لە جەستەی منداڵدا هەیە و کاریگەری دەخاتە سەر ئەنجامدانی کرداری CPR:

- سەری گەورە، ملی کورت و پشتەسەری دیار و ناسک
- کەمێک زمان گەورەترە بە بەراورد بە کەللەی سەری،
- تازەلەدایک بوو زیاتر لەرێی لووتەوە هەناسە دەدات،
- هەبوونی رێژەیەکی دیاریکراو لە کرداری هەناسەدانی دا (بەواتایەکی دیکە هەناسەدانی منداڵ زۆر هەستیار و ناسکە)
- peridic breathing شێوازێکی هەناسەدانی منداڵەکە هەندێجار زۆر خێرا هەناسە دەدات و هەندێجاریش زۆر لەسەرخۆیە کە ئەمە بەتەواوەتی ئاساییە لە منداڵدا، جیری جەستەی منداڵ کە بەهەمانشێوە حاڵەتێکی ئاساییە.

١ـ هەڵسەنگاندن بۆ کاردانەوەی منداڵەکە

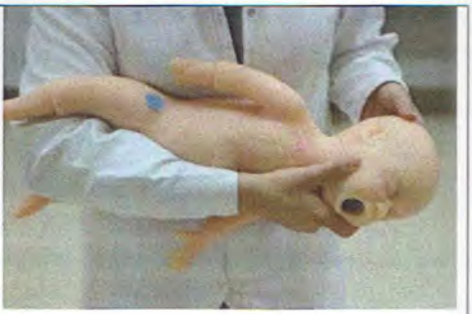
بۆ منداڵ و تازە لەدایکبوو کە لەبەرچاوی خۆتا بێهۆش دەبن، دەبێ یەکەمجار داوای یارمەتی بکەیت، بەڵام بۆ ئەوانە کە نازانیت چەندێکە بێهۆش بوون، دەبێت ڕاستەوخۆ دەست بە CPR بکەیت.

ـ بۆ هەڵسەنگاندنی ئاگایی منداڵ، بە لەسەرخۆیی بکێشە بە منداڵەکەدا و پرسیاری لێبکە "تۆ باشیت"، ئەگەر ناوەکەیت زانی باشترە بەناوی خۆی بانگی بکەیت.

ـ بۆ هەڵسەنگاندنی ئاگایی تازە لەدایکبوو، بە لەسەرخۆیی پەلەپیتکە دەدەین لە بنی پێی منداڵەکە بە پەنجە گەورە و پەنجەی ناوەڕاست، ئەگەر تازەلەدایکبووەکە باش بێت ئەوا دەست بە گریان دەکات.

وێنەی ٣٣-٦

- ئەگەر کاردانەوەیان هەبوو بۆ بانگکردن یان پیاکێشانەکە ئەوە پێویست بە CPRناکات و تەنها دەخرێنە سەر recovery positionبۆئەوەی ئەگەر هەر دەردراوێکیان هەبوو بۆ ناو سییەکان نەگەڕێتەوە.



وێنەی ٦-٣٤

وێنەی ٦-٣٥

ئەگەر کەسەکە کاردانەوەی نەبوو ڕاستەوخۆ پێداچوونەوە و چێکی هەناسەدان و لێدانی دڵی دەکەین، لە منداڵدا بۆ هەڵسەنگاندنی لێدانی دڵ carotid بەکاردەهێنین وbrachial بۆ تازەلەدایکبوو لەماوەی ٥ بۆ ١٠ چرکە دەبێ هەڵسەنگاندنەکەی بۆ بکەین.

CAB -2

- **شێلانی سنگ:** بەپێی قەبارەی منداڵەکە و ئەو کەسەی کارەکە ئەنجام دەدات، بڕیار دەدەین بە بەکارهێنانی یەک دەست یان دوو دەست. ئەگەر منداڵەکە جەستەی گەورەبوو بە بەراورد بە ئەو کەسەی کارەکە ئەنجام دەدات، ئەوا بەهەمان شێوەی کەسی پێگەیشتوو شێلانی سنگی بۆ ئەنجام دەدرێت. بەڵام ئەگەر وانەبوو، ئەوا تەنها یەک دەستمان بەکاردەهێنین (ئەگەر ڕاستەیت دەستی ڕاست و ئەگەر چەپەیت دەستی چەپ) ئینجا دەست دەکەیت بە شێلان بەلایەنی کەمەوە ٢ئینچ(cm٥-) بە ڕێژەی ١٠٠بۆ ١٢٠شێلان لە خولەکێکدا. زۆر گرینگە کە ڕێگە بدەیت دوای هەر شێلانێک سنگی کەسەکە بگەڕێتەوە جێی خۆی.

دەربارەی منداڵی تازە لەدایکبوو دوو ڕێگەی تایبەتمان بۆ شێلانی سنگ هەیە، یەکەمیان بە Encirclingthumbsناسراوە ئەویتریان بە Two-Finger.

Encirclingthumbstechnique- ئەم تەکنیکە بریتییە لە دانانی هەردوو دەستمان لە لاکانی منداڵەکەوە و بەکارهێنانی پەنجە گەورەی هەردوو دەستمان لەسەر ناوەڕاستی سنگی منداڵەکە لەخوار گۆی مەمکی، پێویستە پەستانەکە ٠,٥ ئینچ بێت.

وێنەی ٦-٣٦

Two-fingerTechnique- ئەگەر هەر خۆت بوویت و دەستت بەپێی پێویست گەورە نەبوو یاخوود جەستەی منداڵەکە گەورەبوو، ئەوا باشترە ئەم ڕێگایە بەکار بهێنیت، ئەگەرنا ڕێگاکەی تر زۆر خێرا ماندووت دەکات. دووپەنجەت ڕاستەوخۆ لەسەر هەمان شوێن (کە لەسەرەوە باسمان کرد) دادەنێیت و دەست بە شێلان دەکەیت.

وێنەی ٦-٣٧

- **هەڵسەنگاندنی ڕێڕەوی هەوا** بە هەردوو ڕێگای Head-tilt/chin-liftو jaw-thrust maneuver ئەنجام دەدرێت (لەسەرەوە باسکراون)

. دووربکەوەرەوە لە هەر پەستانێکی زیادە بۆ سەر مل، لەبەر ئەوەی ڕەنگە ببێتەوە هۆی گیرانی ڕێڕەوی هەوا لەجیاتی بەربوونی.

- لەکاتی جوڵاندنی سەر و مل نابێ بەهیچ شێوەیەک دەست بخەیتە سەر ناوچە نەرمەکانی ژێر مل، چونکە هەر پەستانێک لەو ناوچانە واتە گیرانی ڕێڕەوی هەوا.

وێنەی ٦-٣٨

- هەناسەدان

تازە لەدایکبوو: تەکنیکی دەم بۆ دەم و دەم بۆ لووت

منداڵ: تەکنیکی دەم بۆ دەم

دڵنیاببەرەوە کە هەناسەپێدانەکە کاری خۆی دەکات و کاریگەری هەیە:

- هەر هەناسەیەک دەبێ ١ چرکە بخایەنێت،
- ئەگەر ڕێگای دەم بۆ دەمت بەکارهێنا دەبێ کوونەکانی لووت بە داخراویی بمێننەوە، وە ئەگەر ڕێگای دەم بۆ لووتت بەکار هێنا، دەبێ دەم بە داخراوی بمێنێتەوە.
- ئەگەر پێداویستی باشمان لەبەردەست بوو بۆ ئەنجامدانی کردارەکە بە شێوەیەکی پێشکەوتوو، ئەوا دەبێ لە خولەکێکدا ١٠ هەناسە بە کەسەکە بدەین.

وێنەی ٦-٣٩

وێنەی ٦-٤٠

چۆنیەتی هەڵبژاردنی ETT گونجاو:

بۆ منداڵ و تازە لەدایکبوو قەبارەی جیاوازمان هەیە، بۆ هەڵبژاردنی قەبارەی گونجاو دوای ئەم یاسایانەی خوارەوە دەکەوین:

Uncuffed ETT

- بۆ تازە لەدایکبوو خوار ١ ساڵ: ٣,٥
- لە نێوان ١ بۆ ٢ ساڵ: ٤

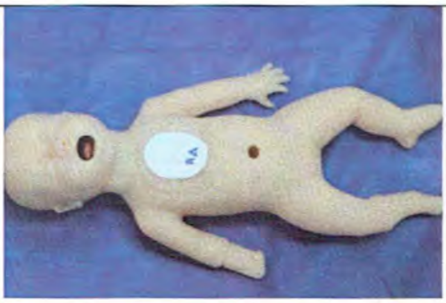
Cuffed ETT

- بۆ تازە لەدایکبوو خوار ١ ساڵ: ٣
- لەنێوان ١ بۆ ٢ ساڵ: ٣,٥

بـۆ منـداڵی گەورەتـر لە ٢ سـاڵ، لەسـەر بنەمـای تەمەنی منـداڵەکە قەبـارەی گونجـاو هەڵـدەبژێرین، بەم شـێوەیە (تەمەن/٤+٤) بۆ uncuffed ETTوە (تەمەن/٤+٣,٥) بۆ cuffed ETT، وە ئەو قووڵاییەی دەبێ ئامێرەکەی بۆ داغڵ بکەین بریتییە لە (تەمەن/٢+١٣) یان ٣ هێندە ی قە بارە کە ی ETT

٣. DC shock

- بۆ منداڵ سەروو ٨ ساڵ بەهەمان شێوەی کەسی پێگەیشتوو مامەڵەی لەگەڵ دەکرێت.
- بۆ تازە لەدایکبوو و منداڵی خوار ٨ ساڵ یان کەمتر کە ٢٥ کغ دەبێ، پادی تایبەت بە منداڵ بەکار بێت
  - پادی رووی پێشەوە: دەبێ لە ناوەڕاستی سنگ دابنرێت لەنێوان هەردوو گۆی مەمکەکان
  - پادی رووی پشتەوە: دەبێ لەناوەڕاستی پشت لەنێوان هەردوو دەفەی شان دابنرێت



وێنەی ٦-٤١

وێنەی ٦-٤٢

٤. پێدانی دەرمان

- Epinephrine

IV/IO 0.01mg/kg(0.1 cc/kg from 1/10000) هەموو ٣ بۆ ٥ خولەکێک بەرزترین ڕێژە (١مغ)

ET 0.1mg/kg (0.1 cc/kg from 1/1000)

- Amiodarone

IV/IO first dose: 5mg/kg bolus   second dose: 15mg/kg

- lidocaine

IV/IO 1mg/kgبەرزترین ڕێژە (١٠٠مغ)

Infusion 20-50 /kg/min   ET 2-3 mg/kg

پێدانی دەرمان بە تازە لەدایکبوو

- Epinephrine

IV/IO 0.01-0.03 mg/kg or 0.1-0.3 cc/kg (1/1000)

ET 0.05-0.1mg/kg

5-10 cc/kg Dextrose 10%

10 cc/kg Crystalloid or Colloid fluid

شریتی برۆزلۆ Broselow tape

زانینی کێشی- منداڵەکە زۆر گرینگە بۆ دیاریکردنی ڕێژەی ئەو دەرمانانەی کە بە منداڵەکە دەدرێت یان تازە لەدایکبووەکە لە کاتی CPR. بەڵام لە حاڵەتێکی کتوپڕ ناتوانین کە کێشی منداڵەکە بەتەواوەتی دیاری بکەین.

لەبەر ئەوە پێشنیار دەکرێت کە شریتی برۆزلۆ بەکاربهێنین، ئەم شریتە بە شێوەیەکی زۆر باش هاوکاری ئەو ستافە دەکات کە کارەکە ئەنجام دەدات و ڕێژەی سەرکەوتنی کرداری CPR زیاد دەکات. شرتی برۆزلۆ هەندێ جار پێشی- دەوترێ شریتی برۆزلۆی منداڵان بۆ حاڵەتی کتوپڕ، ئەم شریتە بە چەند کۆدێکی ڕەنگکراو لەسەر بنەمای درێژی شریتەکە دانراوە(وەک لە وێنەکەدا دیارە) بە شێوەیەکی بەربڵاو لە سەرانسەری جیهان بەکار دەهێنرێت. شریتی برۆزلۆ دەتوانێت بەپێی درێژی منداڵەکە چەند شتێکی گرینگمان بۆ دیاری بکات، وەک ڕێژەی ئەو دەرمانەی دەبێ بە منداڵەکە بدرێ، قەبارەی ئەو ئامێرانەی کە دەبێت بەکاربهێنرێت، ئاستی ئەو کارەبایەی کە دەبێت بە DC shock لە منداڵەکە بدرێت.

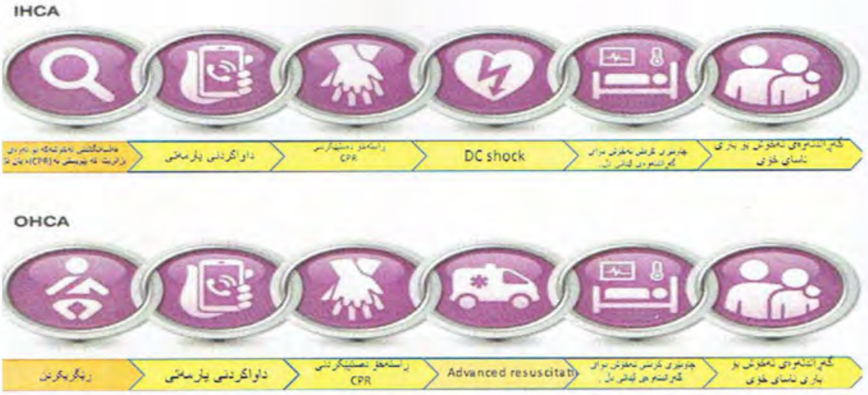
وێنەی ٦-٤٣

پێوانی درێژی منداڵەکە دەکەین بە ناوچەی ڕەنگی سەر شریتەکە.

ئەگەر منداڵەکە زۆر قەڵەو بوو ئەوا پێدانی دەرمانەکە یەک ئاست سەروو ئاستی ڕاستەقینەی سەر شریتەکە دیاری دەکەین تەنها بۆ دۆزی دەرمانەکە. بەڵام بۆ قەبارەی ئامێرەکان هەمیشە هەمان ئاست دیاری دەکەین.

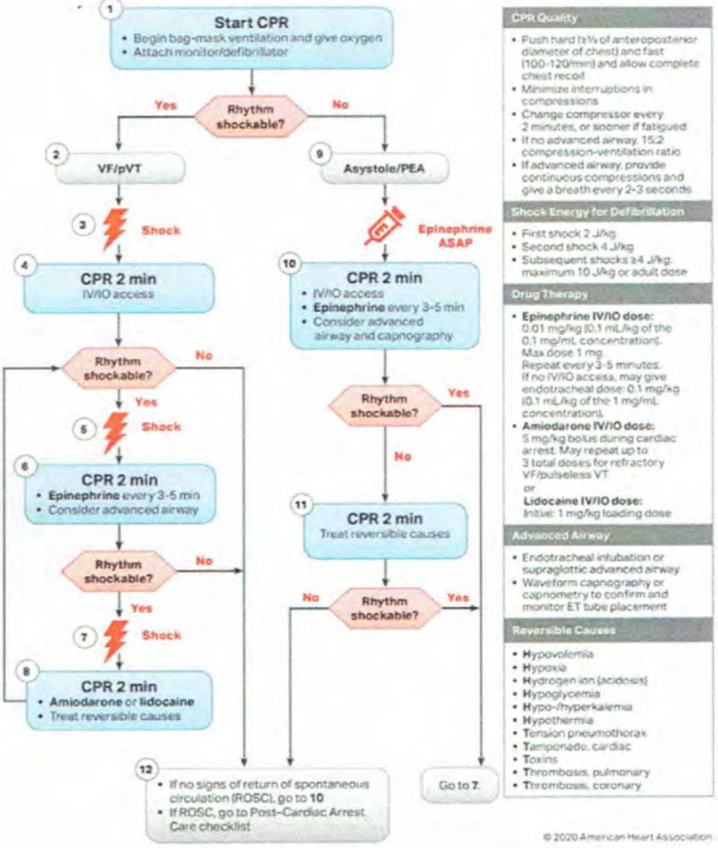
زۆنی ٣، ٤، ٥کغ	٣، ٤، ٥کغ	کەمتر لە ٣ مانگ
پەمەیی	٦-٧کغ	٣-٥مانگ
سوور	٨-٩کغ	٦-١١ مانگ
مۆر	١٠-١١کغ	١٢-٢٤ مانگ
زەرد	١٢-١٤کغ	٢ ساڵ
سپی	١٥-١٨کغ	٣-٤ ساڵ
شین	١٩-٢٣کغ	٥-٦ ساڵ
پرتەقاڵی	٢٤-٢٩کغ	٧-٩ ساڵ
سەوز	٣٠-٣٦کغ	١٠-١١ ساڵ

زنجیرەی AHA بۆ بەردەوامی ژیان بۆ منداڵان IHCA and OCHA



وێنەی ٤٤-٦

خشتەی ئەنجامدانی کرداری CPR بۆ ئەو منداڵانەی دڵیان وەستاوە:



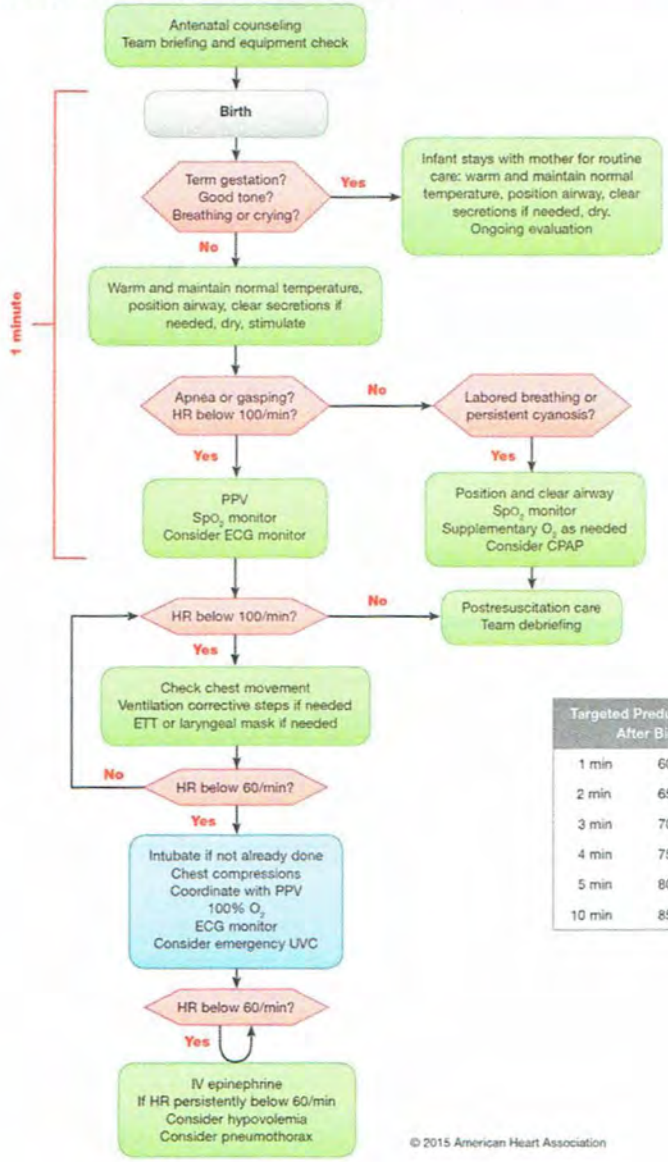
کوالێتی CPR پەستان بخە سەر سنگی نەخۆشەکە بە تیرەی گەورەتر و یەکسان بە ٣/١ی سنگ، وە بە خێرایی ١٠٠ بۆ ١٢٠ پەستان لە خولەکێکدا، رێگە بدە سنگی نەخۆشەکە بەتەواوەتی بگەڕێتەوە شوێنی خۆی. هەولبدە کەمترین وەستان بکەوێتەوە نێوان شێلانەکانەوە. هەموو ٢ خولەک جارێک جێگۆڕکێ بکەن یان ئەگەر کەسەکە وتی ماندووبووم. ئەگەر ئامێری پێشکەوتوومان لانەبوو بۆ پێدانی هەناسە بە نەخۆشەکە ئەوە دەبێ دوای هەر ١٥ شێلانێک ٢ هەناسەی پێ بدرێت. بەڵام ئەگەر ئامێری پێشکەوتوو بەردەست بوو، ئەوا دەبێ هەموو ٢ بۆ ٣ چرکە جارێک هەناسەیەکی پێ بدرێت.
بەکارهێنانی DC shock یەکەم کارەبا ٢جوول بۆ هەر کیلۆیەک دووەم کارەبا ٤ جوول بۆ هەر کیلۆیەک کارەبای دواتر گەورەتر و زیاتر بێت لە ٤ جوول بۆ هەر کیلۆیەک، زۆرترین رێژە ١٠ جوول بۆ هەر کیلۆیەک یان وەک کەسی پێگەیشتوو مامەڵەی لەگەڵ دەکرێت.
چارەسەر بەدەرمان Epinephrine IV/II dose: ٠,٠١ مغ/کغ (٠,١مل/کغ بۆ چڕی ٠,١مغ/مل). زۆرترین دۆز ١مغ، هەموو ٣ بۆ ٥ خولەک جارێ پێدانەکە دووبارەبکەرەوە. ئەگەر نەمانتوانی بەرێگەی IV/IO دەرمانەکە بدەین بە نەخۆشەکە ئەوا لەرێی بۆری هەواوە پێی دەدرێت بەم شێوەیە: ٠,١مغ/کغ (٠,١مل/کغ بۆ چڕی ١مغ/مل). Amiodarone IV/IO dose: ٥مغ/کغ لەکاتی وەستانی دڵ. دەکرێ سێجار دووبارە بکرێتەوە لە حاڵەتی VF یانVT ئەگەر هەستمان بەلێدان نەکرد یان Lidocaine IV/IO dose: بە شێوەیەکی سەرەتایی: ١مغ/کغ دۆزی ئامادەکراو
کردنەوەی رێڕەوی هەوا بە شێوازێکی پێشکەوتوو بەکارهێنانی ETیان supraglottic advanced airway tube بەکارهێنانیwavefrom capnography یان capnometryبۆ دانان و چاودێریکردنی ET tubeەکە
H's and T's کەمبوونەوەی قەبارەی خوێنhypovolemia کەمی رێژەی ئۆکسجینhypoxia ژەهراوی بوون بە ترشی لەش(hydrogen ion(acidosis بەرزی یان نزمی پۆتاسیۆمhypo-hyperkalemia نزمبوونەوەی پلەی گەرمیhypothermia کەڵەکەبوونی هەوا لەناو پەردەی سیبەکانtension pneumothorax کەڵەکەبوونی خوێن و کۆبوونەوەی لەناو پەردەی دڵtamponade cardiac ژەهراویبوونtoxins مەیینی خوێن لە کۆئەندامی هەناسە و دڵthrombosis, pulmonary, coronary

لیستی پشکنینی دڵ پاش ئاساییبوونەوەی بۆ باری جێگری خۆی

بەشە بنچینەییەکانی پشکنینی دوای هاتنەوەی دڵ
ئۆکسجین و هەواگۆڕکێ
پێوانی رێژەی ئاسایی ئۆکسجینی ناو خوێن کە دەبێ %٩٤-%٩٩ بێت
رێژەی پەستانی Paco2 لە ناو خوێندا لە رێژەیەکی ئاسایی جێگیر دەکەین، وای لێ دەکەین کە نەخۆشەکە نە توشی hypercapnia ببێت نە hypocapnia
چاودێریکردنی سووری خوێن
رۆژانە چەند ئامانجێکی تایبەت بۆ گرینگی پێدان بە سووری خوێنی کەسەکە دابنێ

به ئامێری cardiac telemetryچاودێری بکە،
چاودێری پەستانی سەر خوێنبەرەکان بکە،
چاودێری ڕێژەی سیرەم، میز، Scvo2 دەکەین وەک یارمەتیدەر و ڕێنیشاندەرێک بۆ چارەسەرێکی باشتر
ئەگەر نەخۆشەکە کێشەی بەرزی یان نزمی پەستانی خوێنی هەبوو، ئەوا هەوڵدەدەین لەڕێگەی فلوود یان دەرمانەوە پەستانەکەی بۆ جێگیر بکەین.
بەڕێوەبردنی پلەی گەرمی دیاریکراو TTM
بەشێوەیەکی بەردەوام چاودێری پلەی گەرمی کەسەکە دەکەین،
ڕێگری یان چارەسەری تا دەکەین دوای هاتنەوەی دڵ و لەکاتی گەرم کردنی نەخۆشەکە
ئەگەر نەخۆشەکە بێهۆش بوو TTMی بۆ ئەنجام بدە (٣٦پلە بۆ ٣٧.٥پلەی سیلیزی)
ڕێگری لە لەرز و تا دەکەین،
چاودێری پەستانی خوێن و چارەسەری پەستانی خوێنی نزم دەکەین لە کاتی گەرم کردنەوەی نەخۆشەکە
چاودێری هەستە دەمارەکان،
ئەگەر نەخۆشەکە دەردە مێشکی هەبوو encephalopathy، وە ئامێری گونجاو بەردەست بوو، ئەوا لەڕێگەی ئامێری electroencephalogram بەردەوام چاودێری نەخۆشەکە دەکەین،
گەشکە چارەسەر دەکەین،
بەزوویی وێنەی مێشکی نەخۆشەکە دەگرین بۆ دیاریکردنی هۆکارەکانی چارەسەر بۆ وەستانی دڵ.
ئیلکترۆلایتەکان و گلوکۆز
گلوکۆزی ناوخوێن پێوانەدەکەین و ڕێگری لە بەرزبوونەوەی گلوکۆز دەکەین
هاوسەنگی ئەلیکترۆلایتەکان ڕادەگرین بۆ دووربوون لە هەر مەترسییەک لەسەر ژیانی کەسەکە بەهۆی نارێکی لێدانی دڵ
هێمن کردنەوە
چارەسەر بکە لەڕێی ئارامکەرەوەکان و دەرمانەکانی کەمکەرەوەی قەلەق
پێشبینی کردن
هەمیشە ڕەچاوی فرە مەرجداری بکە لەسەر هەر هۆکارێکی پێشبینیکەر
بیرتبێت کە هەڵسەنگاندنەکان ڕەنگە بگۆردرێت بە TTMیان induced hypothermia
حەوت ڕۆژ دوای ڕوودانی وەستانی دڵ ڕەچاوی electroencephalogram بکە
لە حەوت ڕۆژی سەرەتادا ڕەچاوی وێنەی دەمارەکان بکە لەڕێگەی MRIەوە

Neonatal Resuscitation Algorithm—2015 Update



Targeted Preductal SpO_2 After Birth	
1 min	60%-65%
2 min	65%-70%
3 min	70%-75%
4 min	75%-80%
5 min	80%-85%
10 min	85%-95%

© 2015 American Heart Association

گیرانی ڕێڕەی هەوا بە تەنی نامۆ(خنکان) (FBAO)

زیاتر لەسەدا ٩٠ی مردن بەهۆی گیرانی ڕێڕەوی هەوا بە تەنی نامۆ لە مندالانی خوار تەمەن ٥ ساڵ ڕوودەدەن و لەسەدا ٦٥ی ئەو ڕێژەیەش تازە لەدایکبوان.

نیشانەکان:

- سەرەتا، لەپڕ هەستکردن بە تەنگە نەفەسی
- کۆکە
- هێڵنجدان
- کرەکر یان خیزەی سنگ (هەردوکیان دەنگێکی تایبەتن لەکاتی گیرانی ڕێڕەوی هەوا دروست دەبن و هەریەکەیان بە هۆکارێکی جیاواز)

ئەگەر کەسەکە هیچ کاردانەوەی نەبوو دەست بکە بە CPR

بۆ منداڵ ئەگەر کاردانەوەی هەبوو، هەوڵدەدەین بە کرداری پاڵنانی ناوپەنچک heimlich maneuver رزگاری بکەین، بەڵام بۆ تازە لەدایکبوو، ٥ جار دەکێشین بە پشتیا و ٥ جاریش شێلانی سنگی بۆ ئەنجام دەدەین، هەروەها ئەم سورە بەردەوام دەبێت یەک لەدوای یەک تا منداڵەکە ڕزگار دەکەین. لەکاتی کێشان بە پشتی منداڵەکە، دەبێ منداڵەکە لەسەر دەستێکمان سەر بەرەوخوار منداڵەکە بگرین و بە دەستەکەی تر بە پشتیدا بکێشین، وە بۆ کرداری شێلانەکەش دەبێ لەسەر پشتی دایبنێین. وەک لە وێنەکاندا ڕوونکراوەتەوە

وێنەی ٦-٤٥

وێنەی ٦-٤٦

دوای هەر سورێک دەبێ چێکی ناودەمی منداڵەکە بکەین، ئەگەر شتەکە دیار نەبوو دووبارە دەست بە کردارەکە دەکەینەوە، وە ئەگەر ئەو شتەی کە بووەتەوە هۆی گیرانەکە نەتوانی بەچاو ببینیت، ئەوا هەرگیز کوێرانە بە پەنجەیەک لەناو دەمی منداڵەکە ناگەڕێی بە شوێنیدا، لەبەر ئەوەی ڕەنگە ببێتە هۆی زیاتر بردنە خوارەوەی شتەکە و زیاتر گیرانی ڕێڕەوی هەواکە.

بەشی حەوتەم

هێڵکاری دڵ

هێلکاری دڵ

ECG ناوزەند کراوە بە (١٢ لیدە) ستانداردەکە، لەبەر ئەوەی بە شێوەیەکی ئاسایی جێگیرکردنی جەمسەری کارەباییە لەگەڵ ئامێرێکی تۆمارکردن کە ڕێگە بە تۆمارکردنی نیشانە کارەبایە جیاوازەکان دەدات، کە لە ١٢ بەشی جیاوازەوە بۆ ئامێرەکە دەگەڕێنەوە. ٤ لە لیدەکان دەبەسترێت بە پەلەکانی نەخۆشەکەوە ٦ لە لیدەکان دەبەسترێت بە شوێنی لێدانی دڵی نەخۆشەکە لە ٦ ناوچەی جیاواز لەسەر سنگی نەخۆشەکە.

بۆ لیدی پەلەکان، ئامێری تۆمار کردنەکە تێکەڵەی نیشانە کارەبایەکە دەگۆڕێت کە کاتێک چالاکە لە ماوەی تۆمارکردنی نیشانە کارەبایەکان کە لە دڵەوە هاتوون. ئەنجامی ٦ لیدە ستانداردەکە (I,II,III) زیادکردنی کارەبایی لە لای قۆڵی ڕاست (AVR)، زیادکردنی کارەبایی لە لای قۆڵی چەپ(AVL), زیادکردنی کارەبایی لە لای قاچی چەپ(AVF) کە نیشانە ستوونییەکانی دڵ تۆمار دەکات. هەر یەک لە شەش لیدەکەی کە بە درێژایی سنگی نەخۆشەکە جێگیر کراون (V1,V2,V3,V4,V5,V6) چالاکیە نیشانە کارەباییەکانی دڵ بە شێوەی ئاسۆی تۆمار دەکات.

(١٢ لیدە) ستانداردەکەی ECG زنجیرەیەک لە جەمسەری کارەبایی بەکاردەهێنێت کە لە پەلەکان و دیواری سنگی نەخۆش دادەنرێت بۆ هەڵسەنگاندنی دڵ لە ڕێگەی ١٢ لیدە جیاوازەکانەوە. ١٢ لیدەکان پێکدێت لە ٣ لیدی دوو جەمسەری ستانداردی پەلەکان (I,II,III دیاری دەکات) ٣ لیدی تاک جەمسەری زیادکردنی کارەبایی لیدەکان AVR, (AVL, AVF)، و ٦ لیدی تاک (V1 to V6). جەمسەری لاکانی دڵە لەسەر شوێنی نێوان پەراسووەکان بە درێژای سنگی نەخۆشەکە جێگیر دەکرێت. لیدی پەلەکان و (augmented) لیدەکان نیشانەکانی دڵ بە شێوەی ستوونی لەسەر ئامێرەکە پیشان دەدەن،(precordial) لیدەکان نیشانەکانی دڵ پیشان دەدەن بە شێوەی ئاسۆی لەسەر ئامێرەکە. ئەمەش دەبێتە هۆی دروستبوونی (complex ECG)ی ستاندارد کە پێکدێت لە (P-QRS-T). شەپۆلەکانی (ECG) لەسەر سێ پێکهاتەی بنەڕەتی دروست دەبن ::: شەپۆلی P، QRS complex، شەپۆلی T، ئەم شێوانە دەکرێت زیاتر دابەش بکرێن بۆ ماوەی PR، خاڵی J، بەشی ST، شەپۆلی U، لەگەڵ ماوەی QT.

شەپۆلی P (خاووبوونەوەی)ی گوێچکەلە دەنوێنێت. ماوەی PR کات دەنوێنێت کە پێویستە وەک هاندەر بۆ تێپەڕبوونی بە ناو گوێچکەلە بە درێژایی گرێکانی AV و bundleofhis. ماوەی PR ئاسایی پێوانە دەکرێت لە دەستپێکی شەپۆلی P تا دەگاتە خاڵی دەستپێکی QRS complex.

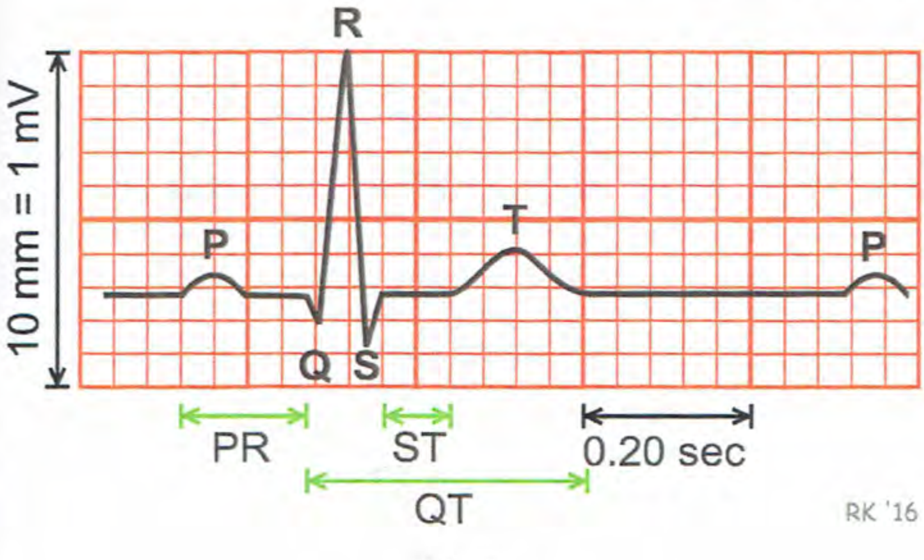
QRS complex (خاووبوونەوە)ی سکۆڵە دەنوێنێت (کات پێویستە بۆ هاندەر، بۆ تێپەڕبوونی بە ناو bundle branchەکان و Purkinje fiber). شەپۆلی Q دەردەکەوێت وەک یەکەم لادانی نەرێنی لە QRS complex: شەپۆلی R وەک پێناسە دەکرێت بە لادانی ئەرێنی. شەپۆلیS دەردەکەوێت وەک دووەم لادانی نەرێنی یان یەکەم لادانی نەرێنی لە دوای شەپۆلی R. نیشانەکردنی کۆتایی QRScomplex، خاڵی J هەروەها ئاماژەیە بە سەرەتا و دەستپێکی بەشی ST. بەشی ST بەشێک لە ڕیپۆلارەیزەیشنی سکۆڵە دەنوێنێت. بە شێوەیەکی ئاسایی هەمان شێوازی لادان پەیڕەو دەکات، وەک شەپۆلی P و شەپۆلی T کە ئاماژەن بۆ ڕیپۆلارەیزەیشنی سکۆڵە، شەپۆلی U بە دوای شەپۆلی T دەکەوێت، بەڵام هەمیشە نابینرێت.

ماوەی QT ئاماژەیە بۆ دیپۆلارەیزەیشن و ڕیپۆلارەیزەیشنی سکۆڵە، کە لە سەرەتای QRS complex درێژ دەبێتەوە بۆ کۆتایی شەپۆلی T.

لە بەشە تەندروستییەکاندا، ئەوەی گرنگە کە پەرستار لە یادی بێت و بزانێت شوێنی جەمسەرە پۆزەتیڤەکان لە هەر ١٢ لیدەکەی ECG لە کوێدایە. جەمسەرە پۆزەتیڤەکان لە کامێرا دەچێت، لەم روانگەیەوە بینینەکانی دڵ دەستەبەر دەکات. لە لیدی I، جەمسەرە پۆزەتیڤەکە لە بەشی LA نەخۆشەکەدایە، واتە دیمەنی بەشی چەپی دڵی نەخۆشەکە دەداتێ. لە لیدی III – II جەمسەرە پۆزەتیڤەکە لە ڕانی چەپی نەخۆشەکە دەبەسترێت LL، ئەنجامەکەی دەبێتە هۆی نیشاندانی دیمەنی بەشی خوارەوەی دڵ.

بۆ ڕێکخستنی لیدەکان، ناوی لیدەکان یەکسانە بە دانانی جەمسەرە پۆزەتیڤەکان. لە لیدیaVR دیمەنەکانی دڵ لاوازە، لەبەر ئەوەی جەمسەری پۆزەتیڤ دوورە لە دڵ و قۆڵی ڕاستی نەخۆشەکە. لە لیدیaVL، جەمسەرە پۆزەتیڤەکان لەسەر ڕانی چەپی نەخۆشەکە LL دادەنرێت، ئەنجامەکەی پیشاندانی دیمەنی بەشی خوارەوەی دڵە. هەریەک لەو جەمسەرە کارەباییانەی لەسەر سنگی نەخۆش جێگیر دەکرێت، هەمووی جەمسەری کارەبایی پۆزەتیڤە. لەبەر ئەوەی،V1 تا V4 دیمەنەکانی دیواری (anteroseptal) دڵ دابین دەکات، و V5 تا V6 دەبێتە هۆی دابینکردنی دیمەنەکانی دیواری بەشی چەپی دڵ. لیدەکانی لای بەشی ڕاستی سنگ کە V4 تا V6 دەبێتە هۆی پێشکەشکردنی دیمەنێکی زۆر باشی سکۆڵەی لای ڕاست، هەرچی لیدەکانی V7 تا V9یە دەبێتە هۆی پیشاندانی وێنە و دیمەنێکی زۆر باشی دیواری پشتەوەی دڵ.

ECG وێنەی هێڵکاری دڵە کە هەموو نیشانە کارەبایەکانی دڵ تۆمار دەکات. پەڕەکە پێکدێت لە هێڵی ئاسۆی و ستوونی، هەریەکەیان بە مەودای ١مم دەردەکەوێت، هێڵە ئاسۆیەکان ئاماژەن بە کاتی پێوانەکردنەکە. کاتێک کە خێرایی پەڕەکە ٢٥مم/چ، هەر چوارگۆشەیەکی بچووکی پێوانەکراو یەکسانە بە٠.٠٤ چرکە، هەر چوارگۆشەیەکی گەورە بریتییە لە (٥ چوارگۆشەی بچووک) یەکسانە بە ٠.٢٠ چرکە. بەرزییەکەی یان پەستانە کارەباییەکە پێوانە دەکرێت بە ژماردنی هێڵە ستوونییەکان. هەموو چوارگۆشە بچووکە پێوانەکراوەکان بە هێڵی ستوونی قەبارەکەی ١مم، وە قەبارەی چوارگۆشە گەورەکانی بریتییە لە ٥مم. هەندێک پەڕەی ECG نیشانەکراوە بە نیشانەی ستوونی لار بە درێژایی لە بەشی سەرەوە بۆ خوارەوە. دووری نێوان دوو نیشانەی هێڵی ستوونی ئاماژەیە بە ٣ چرکە. دووری نێوان ٦ چرکە بۆ ژماردنی ڕێژەکە بەکاردێت.



وێنەی ١-٧

شێوەی شەپۆل و ماوەکانی

لە ماوەی سوڕی دڵدا، دەگونجێت کە هەریەک لەم ماوانە لەسەر پەڕەی ئامێری ECG دەربکەوێت:

شەپۆلی P: شەپۆلی P شەپۆلێکی بچووکە، زۆرجار شێوەکەی سەرڕاست و لادەرێکی خڕە و Depolarizationی گوێچکەلە پیشان دەدات. بە شێوەیەکی ئاسایی ئەم جۆرە شەپۆلە پێش QRX Complex دەبینرێت لە ماوەی گونجاودا.

ماوەیPR : ماوەPR ، بریتییە لە پیشاندانی کاتی سەرەتای خاوبوونەوەی گوێچکەلە هەتا کاتی خاوبوونەوەی سکۆڵە، بریتییە لە ماوەیەکی کورت لە دواخستنی نیشانەی کارەبایی، ئەویش لە گرێیAV دا ڕێگە دەدات بە کات کە خوێن لە گەێچکەلەوە بگوازرێتەوە بۆ سکۆڵە پێش سکۆڵە خاوبێتەوە. ئەم ماوەیەش دەپێورێت لە سەرەتای دروستبوونی شەپۆلی p تا سەرەتایQRS complex ، کاتی ئاسایی ماوەی PR بریتییە لە ۰,۱۲ بۆ ۰,۲۰ چرکە.

QRS complex :شێوە شەپۆلێکی گەورەیە کە ئاماژە بە خاووبوونەوەی سکۆڵە دەکات. هەر بەشێک لەو شێوە شەپۆلە نیشانەیەکی تایبەتی هەیە. یەکەم لادانی نێگەتیڤ بریتییە لە شەپۆلیQ ، یەکەم لادانی پۆزەتیڤ بریتییە لە شەپۆلیR ، پاشان لادانی نێگەتیڤی دوای شەپۆلی R بریتییە لە شەپۆلی S. هەموو شەپۆلەکانت QRS complex هەر سێ بەشەکەی تێدا نییە ORS complex . بەشێوەیەکی ئاسایی فراوانییەکەی بریتییە لە ۰،۰٦ بۆ ۰،۱۱ چرکە.

بەشی ST: بەشی ST بەشێکی بە دواداچووە لە کۆتایی QRS complexبۆ سەرەتای دەستپێکی شەپۆلیT ، ئەمە ئاماژەیە بە کاتی خاوبوونەوەی سکۆڵە و سەرەتای گرژ بوونی سکۆڵە. بەشێوەیەکی ئاسایی ئایسۆ ئیلیکتریکە، بەشی ئایسۆ ئیلیکتریک، واتە بەستنەوەی بەشی ST بە QRS complex لە هێڵی بنەڕەت. بەشی ST لەوانەیە بەرز بێت یان پەستێنراو بێت ئەویش لە ڕەوشە جیاوازەکاندا .بەرزی بەشەکانی ST دەکرێت ئاماژەبێت بۆ برینداربوونی myocardial. هەبوونی پەستان لە بەشیSTدەکرێت ئاماژەبێت بۆ برینداربوونی myocardial یان myocardial ischemia .

شەپۆلی T :شەپۆلی T لادانێکە ئاماژە دەکات بە دووبارە گرژبوونەوەی سکۆڵە. شەپۆلی T لە دوای شەپۆلی QRS complex. دەردەکەوێت، گوێچکەلە بە هەمان شێوە هەنگاوی دووبارە گرژبوونی هەیە، بەڵام لە هەمان کاتدا هیچ شەپۆلێکی بینراوی لە ئامێریECG نیە، کە ئاماژە بێت بۆ گرژبوونی گوێچکەلە لەبەر ئەوەی لە هەمان کاتی QRS complex ڕوودەدات.

شەپۆلی U :ئەم جۆرەیان بە دەگمەن دەبینرێت، بچووکە، زۆرجار لادانێکی پۆزەتیڤە لە دوای شەپۆلی T دێت. ئەمە گرنگیەکەی نادیارە، بەڵام بەشێوەیەکی ئاسایی لەHypokalemia دەبینرێت.

ماوەیQT: ماوەیەکە لە سەرەتای خاوبوونەوەی سکۆڵەکەوە بۆ کۆتایی گرژبوونی سکۆڵە. ماوەی QT دەپێورێت لە ماوەی دەستپێکی QRS complex بۆ کۆتایی شەپۆلی T. لەبەر ئەوەی ماوەی QT جیاوازە لە لێدانی دڵ، پێویستە خشتەیەک بەکاربهێنرێت بۆQT کە تێیدا ماوەکانی بۆ ڕێژە جۆراوجۆرەکانی لێدانی دڵ ڕیزکراوبێت.

بەشێوەیەکی ئاسایی ماوەی QTc لە ۰,٤۲ چرکە لە پیاواندا و لە ژناندا ۰,٤۳ چرکە تێپەر ناکات. ڕێگەیەکی خێرا بۆ پێوانەکردنی ڕێژەی ماوەی QT بریتییە لەکارهێنانی نیوەی کاتی ماوەی PR

ژماردنی یەکە پێوانەییەکانی دڵ

هەرچەندە دەکرێت ئامێری پشکنینی دڵ یان ئامێری ECG بۆ ژماردنی یەکە پێوانەییەکانی دڵ بەکاربهێنرێت، ڕێژەی ژمێردراو تەنها خەملاندنەکەی ئەوەیە کە ژمارەی جارەکان لە هەر خوولەکێکدا دڵ بارگاوی بۆتەوە. لە دڵێکی ئاسایدا، بۆ هەر خرۆشانێک دەبێت دوای چوونەوەیەکی دڵ بکەوێت. لەبەر ئەوەی، یەکە پێوانەییەکانی دڵ لە ئامێری پشکنینی دڵ دەردەکەوێت پێویست ناکات جێگرەوەی بۆ بکرێت بۆ دیاریکردنی ڕێژەی پێوانەی دڵ بە پشکنینی دەست بۆ زانینی ڕێژەی لێدانی دڵ.

هەموو سکۆڵە و گوێچکەلەکان ڕێژەکانیان دەتوانرێت بخەملێنرێت لە لایەن تاقیکردنەوەی ECG. بۆ دیاریکردنی پێوانەی سکۆڵەکان، ژماردنی ژمارەکانی شەپۆلەکانی QRS complex لە ٦ چرکەدا پاشان لێکدانی ١٠ بکرێت. بۆ خەملاندنی پێوانەی گوێچکەلەکان، ژماردنی ژمارەکانی شەپۆلی P لە ٦ چرکەدا، پاشان لێکدانی ١٠ بکرێت. لە نەخۆشێکی ئاسایدا دەبێت ژمارەی سکۆڵەکان و گوێچکەلەکان وەک یەک بن. ئەم ڕێگایە بۆ ژماردنی پێوانەکان دابینکردنی یەکە پێوانەیەکانی دڵە بە شێوەیەکی ڕێک و نارێک.

دەتوانرێت ڕێگایەکی دیکە بۆ ژماردنی پێوانەییەکان بەکاربهێنرێت ئەویش ئەگەر لێدانەکان ڕێک بن. ڕێژەی پێوانەی سکۆڵەکانی دڵ دەخەملێنرێن بە دابەشکردنی ٣٠٠ لە لایەن ژمارەی چوارگۆشە گەورەکان لەسەر پەڕەی ECGیەکە لە نێوان دوو شەپۆلی R (ماوەی RR). ڕێژەی پێوانەی گوێچکەلەکان دڵ دەخەملێنرێن بە دابەشکردنی ٣٠٠ لە لایەن ژمارەی چوارگۆشە گەورەکان لەسەر پەڕەی ECG یەکە لە نێوان دوو شەپۆلیP (ماوەی PP).

ڕێگایەکی دیکەی خێرا بۆ خەملاندنی ڕێژەی پێوانەی زمانەکان بریتییە لە بەکارهێنانی زنجیرەی ژمارەکان. مەبەست لەبەکارهێنانی ئەم ڕێگایە بریتییە لە خەملاندنی ڕێژەی یەکەی پێوانەی سکۆڵەکان. سەرەتا پەرستارەکە دەبێت QRS complex بدۆزێتەوە کە ڕاستەوخۆ دەکەوێتە سەر هێڵە ڕەشەکانی سەر پەڕەی ECGیەکە. ئەم هێڵە ڕەشانە خاڵی ئاماژەن. شەش هێڵی ڕەشی دواتر لەسەر پەڕەکە پێناسە کراوە بە ٣٠٠، ١٥٠، ١٠٠، ٧٥، ٦٠، و ٥٠ پاشان پەرستارەکە یەکسەر QRScomplexی دواتر دەدۆزێتەوە، دوای خاڵی ئاماژە و خەملاندنی ڕێژەی پێوانەی سکۆڵەکان بە بەکارهێنانی ژمارەی چوارگۆشەکان. بە بەکارهێنانی شەپۆلی P بۆ خەملاندنی ڕێژەی پێوانەی گوێچکەلەکان هەمان ڕێگا دەتوانرێت بەکاربهێنرێت.

هەنگاوەکانی هەڵسەنگاندنی لێدانەکان:

ئەم شیکارییەی خوارەوە ڕێگایەکی ڕێکوپێکە بۆ هەڵسەنگاندنی شریتی لێدانی دڵ، لە ئەگەری بەکارهێنانی یان بەکارنەهێنانی ئەم ڕێگەیە، گرنگە کاتی تەواو بخایەنێت بۆ تەواوکردنی هەر هەنگاوێک، چونکە زۆر بارودۆخی لە کارکەوتنی لێدانی دڵ وەک یەکەم جار نین کە دەردەکەون:

١- دیاریکردنی ڕێژەی پێوانەی سکۆڵە و گوێچکەلەی دڵ. ئایا ئەوان لە سنوورێکی ئاسایدان؟ ئایا پەیوەندی هەیە لەنێوان ئەو دوانە؟

٢- تاقیکردنەوەی لێدانەکان بۆ بینینی، ئایا شێوازی لێدانەکەی ڕێکە. ئایا بڕێکی یەکسانی کات هەیە لە نێوان هەرQRS complex و مەودایRP؟ ئایا بڕێکی یەکسان لە کات هەیە لە نێوان هەر شەپۆلێکی P مەودای PP؟ ئایا مەوداکانی PP و RR یەکن؟

٣- بگەڕێ بۆ شەپۆلەکانی P . ئایا ئەوان ئامادەن؟ ئایا یەک یان زیاتر شەپۆلی P هەیە بۆ هەر QRS complex؟ ئایا هەموو شەپۆلەکانی P هەمانشێوە بەندیان هەیە؟

٤- پێوانەکردنی ماوەی PP، ئایا ئاسایە؟ ئایا بە درێژایی شریتەکە هەمان شێوازە، یان جیاوازی هەیە؟ ئەگەر جیاواز بێت، ئایا شێوازێک هەیە بۆ جیاوازی؟

٥- هەڵسەنگاندنی QRS complexیا لە پانتاییدا ئاساییە، یان فراوانە؟ هەموو complexەکان یەک شێوەبەندن.

٦- تاقیکردنەوەی بەشی ST. ئایا ئایسۆ ئیلیکتریکەکە یان بەرزە یان پەستێنراوە؟

٧- ریتمەکە دیاری بکە و گرنگی کلینیکی دیاری بکە. ئایا نەخۆشەکە نیشانەکانی هەیە؟ (پشکنینی پێست، باری دەماری، کرداری گورچیلە، بازنەی تاجی، دۆخی خولانەوە یان پەستانی خوێن.) ئایا dysrhythmia مەترسی ژیانی هەیە؟ چ چوارچێوەیەکی کلینیکی؟ ئایا dysrhythmia تازەیە یان درێژخایەن؟

وێنەی ٢-٧

ناوی کردار: ECG

پێناسە: پرۆسەی بەرهەمهێنانی هێڵکاری کارەبایی دڵە بە ئامێری نەخشەکێشانی هێڵکاری دڵ بۆ نیشاندانی چالاکی کارەبای دڵ.

مەبەست لە کردارەکە: ئامێری ECG بەکاردەهێنرێت بۆ دەستنیشانکردنی نەخۆشییەکانی وەك نەچوونی خوێن و ئۆکسجینی تەواو بۆ ماسوولکەکانی دڵ یان تێکشکانی ماسوولکەکانی دڵ، گەورەبوونی ژوورەکانی دڵ، هاوسەنگ نەبوونی ئیلیکترۆلایت، ئەو دەرمانانەی دەبنە هۆی دروستبوونی ژەهر.

پێداویستییەکان:

- ئامێری ECG و ئەو پەڕەیەی تایبەتە بە تۆمارکردنی زانیارییەکان لەسەر ئامێرەکە
- جێل
- بەکارهێنانی لەڤاف 4X٤ یان خاولی
- دەستکێش

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- پاکراگرتنی دەستەکان	بۆ رێگری کردن لەمەترسی گواستنەوەی هۆکاری نەخۆشی
٢- کۆکردنەوە و ئامادەکردنی ئامێرەکان بەشێوەیەکی پاکوخاوێن	بۆ رێگری کردن لە دروستبوونی هەر کێشەیەک لە کاتی کردارەکە بۆ رێگری کردن لە پیسبوونی ئامێرەکان
٣- خۆناساندن بە نەخۆشەکە و پشتڕاستکردنەوەی نەخۆشەکە	بۆ هێشتنەوەی نەخۆشەکە بە پارێزراوی
٤- ڕوونکردنەوە و قسەکردن لەسەر کردارەکە لەگەڵ نەخۆشەکەدا، دەبێت بە نەخۆشەکە بڵێی کە ئەم تاقیکردنەوە بۆ تۆمارکردنی چالاکی کارەبایی دڵە کە لەوانەیە ئەم کردارە چەند جارێک دووبارە بکرێتەوە. **.(وێنەی٢-٧)**	بۆ کەمکردنەوەی دامرکانەوەی دڵەڕاوکێی نەخۆش و دەستکەوتنی ڕەزامەندی نەخۆش بۆ کردنی کردارەکە.
٥- دابینکردنی شوێنێکی تایبەتمەند بە کردارەکە بۆ پاراستنی تایبەتمەندی نەخۆشەکان و پیشاندانی باڵ و قاچ و سنگی نەخۆشەکە، ئەگەر نەخۆشەکە ڕەگەزی مێ بوو ئەوا بۆ پاراستنی تایبەتمەندی نەخۆشەکە پێویستە سەرسنگی بە داپۆشەرێک داپۆشی هەتا کاتی دانانی لیدەکان لەسەر سنگی نەخۆش. **.(وێنەی٣-٧)**	بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ و زیادکردنی هاوکاری لە لایەن نەخۆشەکەوە.
٦- بەکارهێنانی پارێزگاری ستاندارد و پاکژکەرەوەی گونجاو.	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و کارمەندانی تەندروستی دەوروبەرەکەت لە دژی ئەو بەکتریا و هۆکاری نەخۆشییانەی کە هەن لە دەوروبەرت
٧- ئامێری ECG لە نزیک نەخۆشەکە دابنێ و وایەرەکەی بە دیوارەکەوە ببەستەرەوە، یان ئەگەر ئامێرەکە بە پاتری کار بکات لە کارکردنی دڵنیابە.	بۆ ڕوونەدانی هەڵە و خوێندنەوەی هەڵە
٨- ئەگەر نەخۆشەکە پێشتر پەیوەست بوو مۆنیتەری ئامێری دڵەکەوە، هەوڵ بدە جەمسەری کارەباکە بجوڵێنە	بۆ گونجاندنی لیدەکانی بەشی پێشەوەی دڵ و تێکەڵبوونی کارەبایی لەسەر شوێنی ECG
٩- شێوازی وەستانی نەخۆش دەبێت لەسەر پشت ڕاکشاو بێت لە ناوەڕاستی جێگاکەی و باڵەکانی لە لاکانی جێگاکەی بێت دەبێت بەشی سەرەوەی قەرەوێڵەکەی بەرزبکرێتەوە Position of lying supine	بۆ ئەوەی نەخۆشەکە هەست بە ئارامی بکات
١٠- پیشاندانی باڵەکان و ڕانەکانی نەخۆش، داپۆشینی بە شێوازێکی گونجاو. دەبێت باڵ و ڕانی نەخۆش لەباری پشوودا بێت.	بۆ کەمکردنەوەی لەرزینی ماسولکەکان، کە ئەمە هۆکارە بۆ تێکەڵاوبوونی کارەباییەکان.
١١- ئەگەر نەخۆشەکە لەرزی ئەوا دەستەکانت لە ژێر سمتی دابنێ.	بۆ رێگری کردن لە گرژبوونی ماسولکەکان
١٢ دانانی لیدی پەلەکان بە تەختی لەسەر ئەو بەشەی کە گۆشتە، دووری بخەرەوە لەو بەشەی کە ئێسقان و ماسولکەیە. (وێنەی-7) 12	تا خوێندنەکە تەواو بێ
١٣- پاکردنەوەی پێستی نەخۆشەکە بە ئاو و سابوون، وشکردنەوەی ناوچەکە بە شێوازێکی تەواو بۆ باشترکردنی پەیوەستبوونی کارەبا. پاشان پاککردنەوەی ئەو ڕۆنەی سەر جەستە بە مادەی ئەلکهول.	بۆ تاکید کردن لە پاکی شوینەکە.
١٤- دانانی کارەبا لەسەر مەچەکی نەخۆشەکە، وە دانانی لەسەر قولەپێی نەخۆشەکە. کارپێکردنی کارەبا ڕاستەوخۆ لە شوێنی ئامادەکراو وەک پێشنیارکراوە لە لایەن ڕێنمای دروستکەرەوە. جێگای کارەبا لەسەر ڕان لەگەڵ ئەو لیدەی کە پەیوەستکراوە بە	بۆ گەرەنتیکردن و باشتر پەیوەستکردنی وایەری لیدەکان.

بەرزی	
١٥- پیشـاندانی سـنگی نەخۆشـەکە. دانـانی لیـدەکان لەسەرسـنگی نەخۆشـەکە هەر یەکە و بە پێی شـوێنەکەی، دانـانی لیـدی کارەبـای سنگ لە ژێر شانەکانی مەمکدا، ئەگەر نەخۆشەکە ڕەگەزی مێ بێت و قەبارەی مەمکی گەورە بێت ئەوا پێویستە کە لیدەکان بە شێوازێکی لار دابنێیت. .**(وێنەی ١٠-٧)**	بۆ خوێندنەوەی تەواو
١٦- پەیوەستکردنی وایەری لیدەکان بە کارەباوە.	
١٧- دەبینیت بەشی سەرەوەی وایەری لیدەکان بە ڕەنگ یاخوود بە پیـت دەستنیشـانکراون. وایەری سـپی RA لە قـۆڵی ڕاسـت دەبەسترێت، وایەری سەوز RL لە ڕانی چەپ دەبەسترێت، وایەری سـوور LL لە قـۆڵی چەپ دەبەسـترێت، وایەری ڕەش LA لە ڕانی چەپ دەبەسترێت، وایەری قاوەی (V1 to V6) دەبەسترێت لە سنگی نەخۆشەکە. .**(وێنەی١٧-٧)**	بۆ ڕوونەدانی هەڵە لە کاتی بەستن
١٨- پشکنین بکە بـۆ بینینی دەستنیشانکەری خێرایی پەرەکە کە بە شێوازێکی ستاندارد دانـدراوە کە ٢٥ملم/چرکە، هەروەها ئـامێرەکە کارەبایی تەواوی لەسەر داندراوە. ئامێرەکە نیشانەی ئاسایی ستاندارد تۆمار دەکات—چوارگۆشـەیەک بەرزیەکەی ٢ چوارگۆشـەی گەورە یان ١٠ چوارگۆشەی بچووکە لەسەر پەرەی تۆمارکردنەکە.	
١٩-ئەگەر شـێوەی شـەپۆلەکە فـراوانییەکی زۆری هەبـوو لە لاکانی پەرەکە هەوڵبـدە یەکەی پێـوانەییەکەی لە ئاسـاییەوە بگۆڕیـت بـۆ نیوەی پێوانەیی.	
٢٠- داوا لە نەخۆشەکە بکە بۆ ئەوەی بە ئاسایی هەناسە بدات. پێی بـڵێ کە پشـوو بـدات و قسـە نەکـات لە کـاتی تۆمـارکردنی ECG. دەستبکە بە تۆمارکردن و پەنجە دابنێ لەسەر بەشی دەستپێک.	بۆ گەرەنتی روو نەدانی هەڵەی خوێندنەوە
٢١- بە دواداچـوون بـۆ شـوێنی نیشانەکان، بە شـێوازێکی ئۆتۆمـاتیکی نیشـانەکانی ١٢ لیـدەکە تۆمـار دەکـات، تۆمـارکردنی ٣ لیـد یەک بە دوای یەک لە هەمان کاتدا.	هەندێک ئامێر شاشەکە نیشان دەدات هەر بۆیە دەتوانیت شـێوەی شـەپۆلەکە ببینیـت پـێش ئەوەی ئـامێرەکە لەسـەر پەرەکە تۆماری بکات
٢٢- لابـردنی لیـدەکان دوای ئەوەی ئـامێرەکە تەواو دەبێـت لە تۆمـارکردنی، تۆمـارکردنی نیشـانەکانی ١٢ لیـدەکانی ECG. پاشـان پاککردنەوەی جەستەی نەخۆشەکە. لێکردنەوەی وایەری لیدەکە بە کارەباکەوە. وازهێنان لە کارەباکە هەر وەک پیشاندراوە. .**(وێنەی١٧-٧)**	پاك راکرتنی جەستەی نە خوش پیویستە
٢٣- ئەنجامەکە بۆ نەخۆشەکە ڕوونبکەرەوە و ڕێنمایی پێ بدە.	بـۆ هـاوبەشی کـردنی زانیارییەکـان لەگەڵ نەخۆشـەکە و دابینکردنی چاودێری کە نەخۆش ڕاستەوخۆ پێویستی پێبێت.
٢٤- گەڕانـدنەوەی پارچەکان و کۆکردنەوەی ئەو پێداویستیانەی کە بەکارتهێنـاوە، پـاککردنەوە، هەڵگـرتنی پێداویسـتییەکان لە شـوێنی گونجاودا، پاککردنەوەی شوێنەکە وەک سەرەتا کە چۆن بینیت.	بـۆ ئەوەی شـوێنەکە و پێداویسـتییەکان بە بەردەوامی بە خاوێنی ڕابگریت کاتێک جارێکی دیکە بەکارهێنرا.
٢٥- لابردنی دەستکێشەکان و هێشتنەوەی دەستەکان بە خاوێنی.	بۆ ڕێگری کردن لە مەترسی تووشبوون بە هۆکاری نەخۆشی و بەکتریا.

شوێنەکانی دانان

بۆ دڵنیابوونەوە لە ڕاستی و تەواوی ئەنجامی تاقیکردنەوەکە، پێویستە شوێنی لیدە کارەباییەکانی سەر سنگی نەخۆش بەم شێوازەی خوارەوە بێت.

- V1چوارەم بۆشایی نێوان پەراسووەکان لە بەشی لای ڕاستی کۆڵەکەی سنگ،
- V2چوارەم بۆشایی نێوان پەراسووەکان لە بەشی لای چەپی کۆڵەکەی سنگ،
- V3 لە بەشی ناوەڕاستی لەنێوانV2 و V4.
- V4پێنجەم بۆشایی نێوان پەراسووەکان لە هێڵی ناوەڕاستی چەڵەمە،
- V5 پێنجەم بۆشایی نێوان پەراسووەکان لە پێشەوەی هێڵی بن باڵ لە ناوەڕاستی نێوان V4 و V6
- V6 پێنجەم بۆشایی نێوان پەراسووەکان لە هێڵی خەیاڵی ناوەڕاستی بن باڵ لە پلەیV4

وێنەی ٣-٧

تۆمارکردنی زانیارییەکان:

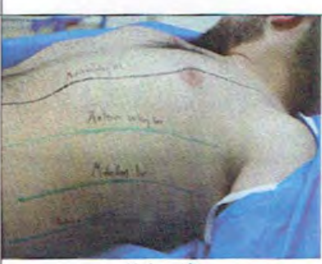
تۆمارکردنی بەرواری تاقیکردنەوەکە وکاتەکەی و هەر وەڵامدانەوەیەکی گرنگ لە لایەن نەخۆشەکەتەوە تۆمار بکە لە دەفتەری تێبینییەکانتدا. پێداچوونەوە بۆکات، بەروار، ناوی نەخۆش، دانانی ژمارەی ناسنامەی دیاریکراو لەسەر ECG تایبەت بە خۆی بکە. دانانی واژۆ بۆ هێشتنەوەی بەرپرسیارێتی. فایلی زانیارییەکان زانیاری کۆکراوەی بەردەوام دابین دەکات.

وێنەی ٧-٤

وێنەی ٧-٥

وێنەی ٧-٦

وێنەی ٧-٧



وێنەی ٧-٨

وێنەی ٧-٩

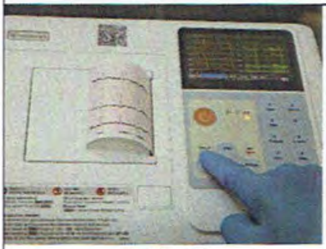
وێنەی ٧-١٠

وێنەی ٧-١١

وێنەی ٧-١٢

وێنەی ٧-١٣

وێنەی ٧-١٤



وێنەی ٧-١٥

وێنەی ٧-١٦

وێنەی ٧-١٧

وێنەی ٧-١٨

ECG بەشی ڕاست

بە پێچەوانەی ١٢ پێشەنگی پێوانەی ECG کە لە بنەڕەتدا بۆ هەڵسەنگاندنی کاری دەرەوەی دەماری چەپ بەکاردێت. ECG لای ڕاستی سینگەوە ڕەنگدانەوەی کاری دەرچەی لای ڕاستە و بەڵگە پێدەری هەر زیان یان پەکخستنێکی ژووری دڵە. لەوانەیە پێویست بە ئەنجامدانی ECG کارەبایی لای ڕاستی سنگ بێت بۆ نەخۆشێک کە ناتەواوی لە خوارەوەی دیواری دڵ هەیە (MI گومان دەکرێت کە پەیوەندی بە سکۆڵەی ڕاستەوە هەیە). لەنێوان ٢٥٪ بۆ ٥٠٪ نەخۆشەکان کە ئەم جۆرەی MI یان هەیە پەیوەندی بە سکۆڵەی ڕاستەوە هەیە. زوو دیاریکردنی سکۆڵەی ڕاستی MI گرنگە، چونکە چارەسەرییەکی جیاوازە لە نەخۆشییەکانی تری دڵ. بۆ نموونە MI لە سکۆڵەی چەپ، چارەسەرییەکانی بریتییە لە پێدانی شلەی دەمار بە شێوەیەکی ژیرانە بۆ ڕێگەگرتن لە پەککەوتنی دڵ. بە پێچەوانەوە MI لە سکۆڵەی ڕاست چارەسەرییەکان بەگشتی پێویستی بە پێدانی شلەی دەمار هەیە، بۆ دابینکردنی بەشی پێویستی پەستان بۆ پڕکردنەوەی لای ڕاستی دڵ. ئەمەش یارمەتیدەری سکۆڵەی ڕاستە لە دەرکردنی قەبارەی گونجاوی خوێن لە پەستانی گونجاودا.

پێداویستییەکان:

- ئامێری ECG و ئەو پەڕەیەی تایبەتە بە تۆمارکردنی زانیارییەکان لەسەر ئامێرەکە.
- جێل.
- بەکارهێنانی لەفاف ٤٤x یان خاولی.
- دەستکێش

مەبەست لە هەنگاوەکان	هەنگاوەکان
بۆ ڕێگریکردن لە مەترسی گواستنەوەی هۆکاری نەخۆشی،	١ -پاکراگرتنی دەستەکان
بۆ ڕێگریکردن لە دروستبوونی هەر کێشەیەک لە کاتی کردارەکە	٢ -کۆکردنەوە و ئامادەکردنی ئامێرەکان بەشێوەیەکی پاکوخاوێن
بۆ هێشتنەوەی نەخۆشەکە بە پارێزراوی	٣ -خۆناساندن بە نەخۆشەکە و پشتڕاستکردنەوەی نەخۆشەکە
بۆ کەمکردنەوەی دامرکانەوەی دڵەڕاوکێی نەخۆش و دەستکەوتنی ڕەزامەندی نەخۆش بۆ کردنی کردارەکە.	٤ -ڕوونکردنەوە و قسەکردن لەسەر کردارەکە لەگەڵ نەخۆشەکەدا، دەبێت بە نەخۆشەکە بڵێی کە ئەم تاقیکردنەوەیە بۆ تۆمارکردنی چالاکی کارەبای دڵە کە لەوانەیە ئەم کردارە چەند جارێک دووبارە بکرێتەوە.
بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ و زیادکردنی هاوکاری لە لایەن نەخۆشەکەوە.	٥ -دابینکردنی شوێنێکی تایبەت بە کردارەکە بۆ پاراستنی تایبەتمەندی نەخۆشەکان و پیشاندانی باڵ و قاچ و سنگی نەخۆشەکە ئەگەر نەخۆشەکە ڕەگەزی مێ بوو ئەوا بۆ پاراستنی تایبەتمەندی نەخۆشەکە پێویستە سەرسنگی بە داپۆشەرێک داپۆشی هەتا کاتی دانانی لیدەکان لەسەر سنگی نەخۆش.
بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و کارمەندانی تەندروستی دەوروبەرەکەت لە دژی ئەو بەکتریا و هۆکاری نەخۆشییانەی کە لە دەوروبەرت هەن.	٦ -بەکارهێنانی پارێزگاری ستاندارد و پاکژکەرەوەی گونجاو.
	٧ -ئامێری ECGلە نزیک نەخۆشەکە دابنێ و وایەرەکەی بە دیوارەکەوە ببەستەرەوە، یان ئەگەر ئامێرەکە بە پاتری کار بکات دڵنیابە لە کارکردنی.
بۆ گونجاندنی لیدەکانی بەشی پێشەوەی دڵ و تێکەڵبوونی کارەبای لەسەر شوێنیECG	٨ -ئەگەر نەخۆشەکە پێشتر پەیوەستبوو مۆنیتەری ئامێری دڵەکەوە هەوڵ بدە جەمسەری کارەباکە بجوڵێنە،
بۆ ئەوەی نەخۆشەکە هەست بە ئارامی بکات	٩ -شێوازی وەستانی نەخۆش دەبێت ڕاکشاو بێت لەسەر پشت لە ناوەڕاستی جێگاکەی و باڵەکانی لە لاکانی جێگاکەی بێت، دەبێت بەشی سەرەوەی قەرەوێڵەکەی بەرزبکرێتەوە Position of lying supine
بۆ کەمکردنەوەی لەرزینی ماسولکەکان، کە ئەمە	١٠- پیشاندانی باڵەکان و ڕانەکانی نەخۆش، داپۆشینی بە شێوازێکی گونجاو.

دەبێت باڵ و ڕانی نەخۆش لەباری پشوودا بێت.	هۆکارە بۆ تیکەڵاوبوونی کارەبایەکان.
١١- ئەگەر نەخۆشەکە لەرزی ئەوا دەستەکانت دابنێ لە ژێر سمتی نەخۆشەکەدا.	بۆ ڕێگریکردن لە گرژبوونی ماسولکەکان
١٢- دانانی لیدی پەلەکان بە تەختی لەسەر ئەو بەشەی کە گۆشتە، دووری بخەرەوە لەو بەشەی کە ئێسقان و ماسولکەیە	
١٣ -پاکردنەوەی پێستی نەخۆشەکە بە ئاو و سابوون، وشکردنەوەی ناوچەکە بە شێوازێکی تەواو بۆ باشترکردنی پەیوەستبوونی کارەبا. پاشان پاککردنەوەی ئەو ڕۆنەی سەر جەستە بە مادەی ئەلکهول.	
١٤- ئامادەکردنی application sites بە شۆردنیان بە ئاو لەگەڵ سابوون پاشان وشکردنەوەیان بە شێوازێکی تەواو. سڕینی شوێنە کارەباییەکان بە وریایەوە ئەویش بە وشکردنەوەی لە ڕێگەی خاولی یاخود لەفاف.	بۆ پەیوەستکردنی وایەرەکانی پەلەکان بە شێوازێکی باشتر، ئەگەر نەخۆشەکە لەشی ئارەق کردبێتەوە یان لەشی چەورکردبێت ئەوا پێویستە تۆ وەک پەرستار کهول بەکار بێنیت بۆ سڕینی جەستەی.
١٥- دانانی کارەبا لەسەر مەچەکی نەخۆشەکە و دانانی لەسەر قولەپێی نەخۆشەکە. کارپێکردنی کارەبا ڕاستەوخۆ لە شوێنی ئامادەکراو وەک پێشنیارکراوە لە لایەن ڕێنمای دروستکەرەوە. جێگای کارەبا لەسەر ڕان لەگەڵ ئەو لیدەی کە پەیوەستکراوە بە بەرزی،	بۆ گەرەنتی کردنی باشتر پەیوەست کردنی وایەری لیدەکان
١٦- پەیوەستکردنی وایەری لیدەکان بە کارەباوە. وایەرەکانی لیدەکان بە ڕەنگ و پیت دەستنیشانکراون. دانانی وایەری ڕەنگی سپی بۆ باڵی ڕاست. دانانی وایەری ڕەنگی ڕەش بۆ باڵی چەپ. دانانی وایەری ڕەنگی سەوز بۆ قاچی ڕاست. دانانی وایەری ڕەنگی سوور بۆ قاچی چەپ.	
١٧- هەستکردن بە بۆشایی نێوان پەراسووەکانی نەخۆشەکە بە بەکارهێنانی سەری پەنجە. دەست پێبکە لە دووەم بۆشایی پەراسووی بەشی لای چەپ (قلیشی- هەستی پێدەکرێت لە بەشی سەرەوەی کۆڵەکەی سنگ). دوو پەراسوو بژمێرە بۆ خوارەوە تا دەگاتە سەر بۆشایی پەراسووی چوارەم لە بەشی چەپی sternal borde	
١٨- پەنجەت بجوڵێنە بە درێژایی کۆڵەکەی سنگ تا دەگاتە سەر بۆشایی پەراسووی چوارەم لە بەشی لای ڕاستی sternal border. دانانی کرەبا لەسەر ئەو بەشە و نووساندنی بە وایەری V2R	
١٩- پەنجەت بجوڵێنە بۆ سەر بۆشایی پەراسووی پێنجەم لەسەرو هێڵی ناوەڕاستی چەلەمەوە، دانانی کارەبا و نوساندنی بە وایەری V4R. دانانی کارەبا لە نێوان هێڵی V2R و پەیوەستکردنی بە وایەری V3R.	
٢٠- جوڵاندنی پەنجەت بە شێوازێکی ستوونی لە V4R بۆ بەشی هێڵی ڕاست بنباڵ. دانانی کارەبا لەسەر ئەو بەشە و بەسترانی بە وایەری V6R	
٢١- جوڵاندنی پەنجەت بە هەمان هێڵی ئاڕاستەی ستوونی بۆ خاڵی نێوان V4R و V6R، ئەمە بەشی ڕاستی پێشەوەی بنباڵە. دانانی کارەبا لەو بەشە و نوساندنی بە وایەری V5R	
٢٢-پشکنینی سنووردارکەری خێرایی کاغەز کە بە ستانداردی ٢٥ ملم / ئێس هەموار کراوە و ئامێرەکە بۆ کارەبای تەواو کۆنترۆڵ کراوە. ئامێرەکە بەشێوەی یەکەی پێوانەی نیشاندەری ئاسایی تۆماردەکات- چوارگۆشەکە کە بەرزییەکەی ٢ چوارگۆشەی گەورەیە یان ١٠ چوارگۆشەی بچووک لەسەر پەڕەی تۆمارکردنەکە.	
٢٢- کارپێکردنی ئامێری ECG، ڕێنماییدان بە نەخۆش بەوەی کە بە شێوەیەکی ئاسایی هەناسەبدات و قسە نەکات.	بۆ ئەوەی جووڵەی ماسوولکەکان نەشێوێن.
٢٣- دانانی پەنجە لەسەر بەشی AUTO یان لەسەرstart key، ئامێری ECG دەست بە تۆمارکردنی نیشانەی هەر ١٢ لیدەکە دەکات بە شێوەیەکی ئۆتۆماتیکی. پشکنینکردن بۆ ئاسایی شوێنی کارکردن بۆ دەستکەوتنی ژمارەی خوێندنەوەکان.	لە هەندێک شوێنی کارکردندا یاساکە بە جۆرێکە کە ٢ لەبەرگیراوەی پەڕەی ECG بکرێت یەکێک ڕاستەوخۆ بۆ بەشی لێکدانەوە، ئەوەی دیکە لە شوێنی قەرەوێڵەی نەخۆشەکە بێت بۆ وەبیرهێنانەوە
٢٤- ئەگەر هەر بەشێک لە شێوەی شەپۆلەکە فراوانییەکی بەرزی هەبوو	لە بەر ئەوەی پێویستە ڕەچاوی لێکدانەوەی

لەودیوی پەڕەکە لە کاتی تۆمارکردنی ECG، پێویستە یەکە پێوانەییەکەی لە شێوەی ئاساییەوە بکرێت بە نیوە.	ئەنجامەکان بکرێت.
٢٥- داوا لە نە خۆشەکە بکە بە شێوەیەکی ئاسایی پشوو بدات و هەناسە بدات، پێی بڵی کە ڕابکشێت و قسە نەکات لە کاتی تۆمارکردنی ECG.	
٢٦- چاودێریکردنی کوالێتی وێنەکە. ئامێرەکە بەشێوەی ئۆتۆماتیکی نیشانەی هەر ١٢ لیدەکە تۆمار دەکات. تۆمارکردنی ٣ لیدی یەک لە دوای یەک لە هەمان کاتدا.	هەندێک ئامێر توانای نیشاندانی لەسەر شاشەکە هەیە، کە لەسەر ئامێرەکەیە و دەتوانرێت شێوەی شەپۆلەکان ببینرێت پێش ئەوەی ئامێرەکە دەست بە تۆمارکردن بکات.
٢٧-لابردنی لیدەکان دوای ئەوەی ئامێرەکە تەواو دەبێت لە تۆمارکردنی نیشانەکانی ١٢ لیدەکانی.ECG، پاشان پاککردنەوەی جەستەی نەخۆشەکە. لێکردنەوەی وایەری لیدەکە بە کارەباکەوە. وازهێنان لە کارەباکە هەر وەک پیشاندراوە،	
٢٨-کوژاندنەوەی ئامێرەکە کاتێک تەواو بوویت لە تۆمارکردنی ECG نەخۆشەکە. تۆمارکردنی ناوی نەخۆشەکە و کاتی ئەنجامدانی کردارەکە لەسەر پەڕەی ECGیەکە وەک پێناساندنێک. تێبینی بکە کە ئایا بەدواداچوونی هێڵکارییەکە تایبەتە بە بەشی لای ڕاستی دڵ یان بەشی چەپ لە پشتەوەی سنگ. دڵنیابەرەوە لەوەی کە بە شێوەیەکی درووست زانیارییەکان لە V7 بۆ V9 ئاراستە کراوە.	بۆ دیاریکردنی هەر ١٢ لیدە ستانداردەکەی ECG، دڵنیا بەرەوە لەوەی کە زانیارییەکان بە شێوەیەکی دروست لەسەر پەڕەی ECGی نەخۆشەکە تۆمار کراوە. لە V1 بۆV6
٢٩- ئەنجامەکە بۆ نەخۆشەکە ڕوونبکەرەوە و ڕێنمایی پێبدە.	بۆ هاوبەشیکردنی زانیارییەکان لەگەڵ نەخۆشەکە و دابینکردنی چاودێری کە نەخۆش ڕاستەوخۆ پێویستی پێبێت.
٣٠- گەڕاندنەوەی پارچەکان و کۆکردنەوەی ئەو پێداویستیانەی کە بەکارتهێناوە، پاککردنەوە، هەڵگرتنی پێداویستییەکان لە شوێنی گونجاودا، پاککردنەوەی شوێنەکە وەک سەرەتا کە چۆن بینیت	بۆ ئەوەی شوێنەکە و پێداویستییەکان بە بەردەوامی بە خاوێنی ڕابگریت کاتێک جارێکی دیکە بەکارهێنرا
٣١- لابردنی دەستکێشەکان و هێشتنەوەی دەستەکان بە خاوێنی.	بۆ ڕێگریکردن لە مەترسی تووشبوون بە هۆکاری نەخۆشی و بەکتریا.

تۆمارکردنی زانیارییەکان:

تۆمارکردنی بەرواری تاقیکردنەوەکە و کاتەکە و هەر وەڵامدانەوەیەکی گرنگ لە لایەن نەخۆشەکەتەوە لە دەفتەری تێبینییەکانتدا تۆمار بکە. پێداچوونەوە بۆ کات، بەروار، ناوی نەخۆش و دانانی ژمارەی ناسنامەی دیاریکراو لەسەر ECGتایبەت بە خۆی.

دانانی واژۆ بۆ هێشتنەوەی بەرپرسیارێتی

فایلی زانیارییەکان، زانیاری کۆکراوەی بەردەوام دابین دەکات.

دانانی لیدەکانی ECG لە بەشی دواوە

بە هــۆی هەڵــکەوتەی شــوێنی دڵ لە بەشی دواوە، گۆڕانکاریەکــان پەیوەنــدیان هەیە بەو تێکچوونــانەی کە لە ماسوولکەکانی دڵدا روویان داوە و لەوانەیە دەرنەکەوێت لەسەر ١٢ لیدەکەی ECG، بۆ یارمەتی دان و ناسینەوەی ئەو تێکچوونـانەی لە بەشی دواوە بـوونی هەیە. هەنـدێک لەو کەسـانەی کە هەڵدەسـتن بەم کارە پێشـنیاری ئەوە دەخەنە روو کە لیدەکان لە بەشی دواوەی سنگ دابنرێت ئەمەش بەواتای دانانی لیدەکان لەسەر پشتی نەخۆشەکە سەرەڕای بەکارهینانی لیدەکان بۆ پەلەکانی نەخۆشەکە. سەرەڕای بەربەسـتی سیبەکان و ماسوولکەکان، رەنگە ئەو لیدانەی کە لە پشتی نەخۆشەکە دەبەسترێن بەڵگەی دروست بدات بۆ ئەوەی چارەسەری گونجاو وەربگرێت.

پێداویستییەکان:

- ئامێریECG و ئەو پەڕەیەی تایبەتە بە تۆمارکردنی زانیارییەکان لەسەر ئامێرەکە.
- جێل.
- بەکارهێنانی لەفاف X44یان خاولی.
- دەستکێش.

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١ -پاکراگرتنی دەستەکان	بۆ رێگری کردن لەمەترسی گواستنەوەی هۆکاری نەخۆشی،
٢ -کۆکردنەوە و ئامادەکردنی ئامێرەکان بەشێوەیەکی پاکوخاوێن	بۆ رێگری کردن لە دروستبوونی هەر کێشەیەک لە کاتی کردارەکە،
٣ -خۆناساندن بە نەخۆشەکە و پشتراستکردنەوەی نەخۆشەکە	بۆ هێشتنەوەی نەخۆشەکە بە پارێزراوی
٤ -ڕوونکردنەوە و قسەکردن لەسەر کردارەکە لەگەڵ نەخۆشەکەدا، دەبێت بە نەخۆشەکە بڵێی کە ئەم تاقیکردنەوەیە بۆ تۆمارکردنی چالاکی کارەبای دڵە کە لەوانەیە ئەم کردارە چەند جارێک دووبارە بکرێتەوە.	بۆ کەمکردنەوەی دامرکانەوەی دڵەڕاوکێی نەخۆش و دەستکەوتنی ڕەزامەندی نەخۆش بۆ کردنی کردارەکە.
٥ -دابینکردنی شوێنێکی تایبەتمەند بە کردارەکە بۆ پاراستنی تایبەتمەندی نەخۆشەکان و پیشاندانی باڵ و قاچ و سنگی نەخۆشەکە، ئەگەر نەخۆشەکە ڕەگەزی مێ بوو ئەوا بۆ پاراستنی تایبەتمەندی نەخۆشەکە پێویستە سەرسنگی بە داپۆشەرێک داپۆشی هەتاکاتی دانانی لیدەکان لەسەر سنگی نەخۆش.	بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ و زیادکردنی هاوکاری لە لایەن نەخۆشەکەوە.
٦ -بەکارهێنانی پارێزگاری ستاندارد و پاکژکەرەوەی گونجاو.	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و کارمەندانی تەندروستی دەوروبەرەکەت لە دژی ئەو بەکتریا و هۆکاری نەخۆشییانەی کە لە دەوروبەرت هەن.
٧ -ئامێری ECGلە نزیک نەخۆشەکە دابنێ و وایەرەکەی با دیوارەکەوە ببەستەرەوە، یان ئەگەر ئامێرەکە بە پاتری کار بکات دڵنیابە لە کارکردنی.	
٨ -ئەگەر نەخۆشەکە پێشتر بە پەیوەست بوو مۆنیتەری ئامێری دڵەکەوە هەوڵ بدە جەمسەری کارەباکە بجولێنە	بۆ گونجاندنی لیدەکانی بەشی پێشەوەی دڵ و تێکەڵبوونی کارەبای لەسەر شوێنیECG
٩ -شێوازی وەستانی نەخۆش دەبێت ڕاکشاو بێت لەسەر پشت لە ناوەڕاستی جێگاکەی و باڵەکانی لە لاکانی جێگاکەی بێت، دەبێت بەشی سەرەوەی قەرەوێلەکەی بەرزبکرێتەوە Position of lying supine	بۆ ئەوەی نەخۆشەکە هەست بە ئارامی بکات
١٠ -پیشاندانی باڵەکان و ڕانەکانی نەخۆش، داپۆشینی بە شێوازێکی گونجاو. دەبێت باڵ و ڕانی نەخۆش لەباری پشوودا بێت.	بۆ کەمکردنەوەی لەرزینی ماسولکەکان، کە ئەمە هۆکارە بۆ تیکەڵاوبوونی کارەباییەکان.
١١ -ئەگەر نەخۆشەکە لەرزی ئەوا دەستەکانت دابنێ لە ژێر سمتی نەخۆشەکەدا.	بۆ ڕێگری کردن لە گرژبوونی ماسولکەکان

١٢ دانانی لیدی پەلەکان بە تەختی لەسەر ئەو بەشەی کە گۆشتە، دووری بخەرەوە لەو بەشەی کە ئێسقان و ماسولکەیە .	
١٣ -پاکردنەوەی پێستی نەخۆشەکە بە ئاو و سابوون، وشکردنەوەی ناوچەکە بە شێوازێکی تەواو بۆ باشتر کردنی پەیوەست بوونی کارەبا. پاشان پاک کردنەوەی ئەو رۆنەی سەر جەستە بە مادەی ئەلکهول.	
١٤- ئامادەکردنیapplication sites بە شۆردنیان بە ئاو لەگەڵ سابوون پاشان وشکردنەوەیان بە شێوازێکی تەواو. سڕینی شوێنە کارەباییەکان بە وریاییەوە ئەویش بە وشکردنەوەی لە رێگەی خاولی یاخود لەفافەوە.	بۆ پەیوەستکردنی وایەرەکانی پەلەکان بە شێوازێکی باشتر، ئەگەر نەخۆشەکە لەشی ئارەق کردبێتەوە یان لەشی چەورکردبێت، ئەوا پێویستە تۆ وەک پەرستار کهول بەکار بێنیت بۆ سڕینی جەستەی.
١٥- دانانی جەمسەرەکانی کارەبا لەسەر هەردوو باڵ و قاچی نەخۆشەکە کە دوور بێت لە پەلەکان و پەراسووەکانی نەخۆشەکە	
١٦- یارمەتی نەخۆشەکە بدە کە بتوانێت بکەوێتە سەر بەشی راست و بەشی دواوەی بە لای بەشی چەپیدا پیشان بدات	
١٧- ئامادەکردنی (posterior electrode application sites) بەو شێوازەی کە باسکراوە بۆ پەلەکان	
١٨- جوڵاندنی پەنجەت بە درێژای ئێسکی کۆلە بۆ بۆشایی پەراسووی چوارەم لەلای بەشی راستی STERNAL BORDER. دانانی کارەبا لەو بەشەدا و پەیوەستکردنی بە وایەری V2R	
١٩- پەیوەستکردنی کارەبا بە شوێنی V7 لە لای چەپ لە بەشی دواوەی هێڵی بن باڵدا، لە بۆشایی پەراسووی پێنجەمدا. هەر وەک هەمان ئاستی V6. پەیوەستکردنی وایەری V4 بە کارەبای V7.	
٢٠ پەیوەستکردنی کارەبا بە بەشی پشتەوەی نەخۆش بە شوێنی V8، لە نیوەی نێوان V7 و V9 دا، لە هەمان ئاستی V7 و V6 دا، وایەری V5 پەیوەست دەکرێت بە کارەباکەوە.	
٢١. ئامێری ECG کارپێبکە، داوا لە نەخۆشەکە بکە بە ئاسایی هەناسە بدات، هیچ قسەیەک نەکات لە کاتی تۆمارکردن.	بۆ ئەوەی جووڵەی ماسوولکەکان نەشێوێن.
٢٢-پشکنینی سنووردارکەری خێرایی کاغەز کە بە ستانداردی ٢٥ ملم / ئێس هەموارکراوە و ئامێرەکە بۆ کارەبای تەواو کۆنترۆڵ کراوە. ئامێرەکە بەشێوەی یەکەی پێوانەی نیشاندەری ئاسایی تۆماردەکات- چوارگۆشەکە کە بەرزیەکەی ٢ چوارگۆشەی گەورەیە یان ١٠ چوارگۆشەی بچووک لەسەر پەرەی تۆمارکردنەکە.	
٢٣- دانانی پەنجە لەسەر بەشی AUTO یان لەسەر start key، ئامێری ECG دەست بە تۆمارکردنی نیشانەی هەر ١٢ لیدەکە دەکات بە شێوەیەکی ئۆتۆماتیکی. پشکنین کردن بۆ ئاسایی شوێنی کارکردن بۆ دەستکەوتنی ژمارەی خوێندنەوەکان.	لە هەندێک شوێنی کارکردندا یاساکە بە جۆرێکە کە ٢ لەبەرگیراوەی پەرەی ECG بکرێت، یەکێک راستەوخۆ بۆ بەشی لێکدانەوە دانەیەکی دیکە لە شوێنی قەرەوێڵەی نەخۆشەکە بێت بۆ وەبیرهێنانەوە،
٢٤ -ئەگەر هەر بەشێک لە شێوەی شەپۆلەکە فراوانیەکی بەرزی هەبوو لەودیوی پەرەکە لە کاتی تۆمارکردنیECG ، پێویستە یەکە پێوانەیەکەی لە شێوەی ئاسایەوە بکرێت بە نیوە.	لە بەر ئەوەی پێویستە رەچاوی لێکدانەوەی ئەنجامەکان بکرێت.
٢٥ -داوا لە نە خۆشەکە بکە بە شێوەیەکی ئاسایی پشوو بدات و هەناسە بدات، پێی بڵێ کە رابکشێت و لە کاتی تۆمارکردنی .ECG قسە نەکات،	
٢٦ -چاودێری کردنی کوالێتی وێنەکە. ئامێرەکە بەشێوەی ئۆتۆماتیکی نیشانەی هەر ١٢ لیدەکە تۆمار دەکات. تۆمارکردنی ٣ لیدی یەک لە دوای یەک لە هەمان کاتدا.	هەندێک ئامێر توانای نیشاندانی هەیە لەسەر شاشەکە کە لەسەر ئامێرەکە بوونی هەیە، دەتوانرێت شێوەی شەپۆلەکان ببینرێت پێش ئەوەی ئامێرەکە دەست بە تۆمارکردن بکات.
٢٧-لابردنی لیدەکان دوای ئەوەی ئامێرەکە تەواو دەبێت لە تۆمارکردنی تۆمارکردنی نیشانەکانی ١٢ لیدەکانی .ECGپاشان پاککردنەوەی جەستەی نەخۆشەکە. لێکردنەوەی وایەری لیدەکە بە کارەباکەوە. وازهێنان لە کارەباکە هەر وەک پێشاندراوە	

٢٨-کوژاندنەوەی ئامێرەکە کاتێک تەواو بوویت لە تۆمارکردنی ECG نەخۆشەکە. تۆمارکردنی ناوی نەخۆشەکە و کاتی ئەنجامدانی کردارەکە لەسەر پەڕەیECG یەکە وەک پێناساندنێک. تێبینی بکە کە ئایا بەدواداچوونی هێڵکارییەکە تایبەتە بە بەشی لای ڕاستی دڵ یان بەشی چەپ لە پشتەوەی سنگ. دڵنیابەرەوە لەوەی کە بە شێوەیەکی درووست زانیارییەکان لە V7 بۆ V9 ئاراستە کراوە.	بۆ دیاریکردنی هەر ١٢ لیدە ستانداردەکەECG دڵنیــابەرەوە لەوەی کە زانیارییەکــان بە شــێوەیەکی دروســـت لەســـەر پەڕەی ECGی نەخۆشـــەکە تۆمارکراوە. لە V1 بۆV6
٢٩ -ئەنجامەکە بۆ نەخۆشەکە ڕوونبکەرەوە و ڕێنمایی پێ بدە.	بۆ هاوبەشی کردنی زانیارییەکان لەگەڵ نەخۆشەکە و دابینکردنی چاودێری کە نەخۆش ڕاستەوخۆ پێویستی پێبێت.
٣٠ -گەڕاندنەوەی پارچەکان و کۆکردنەوەی ئەو پێداویستیانەی کە بەکارتهێناوە، پاککردنەوە، هەڵگرتنی پێداویستییەکان لە شوێنی گونجاودا، پاککردنەوەی شوێنەکە وەک سەرەتا کە چۆن بینیت.	بۆ ئەوەی شوێنەکە و پێداویستییەکان بە بەردەوامی بە خاوێنی رابگریت کاتێک جارێکی دیکە بەکارهێنرا.
٣١ -لابردنی دەستکێشەکان و هێشتنەوەی دەستەکان بە خاوێنی.	بۆ ڕێگری کردن لە مەترسی تووشبوون بە هۆکاری نەخۆشی و بەکتریا.

تۆمارکردنی زانیارییەکان:

بەرواری تاقیکردنەوەکە و کاتەکە و هەر وەڵامدانەوەیەکی گرنگ لە لایەن نەخۆشەکەتەوە لە دەفتەری تێبینیەکانتدا تۆمار بکە. پێداچوونەوە بۆ کات، بەروار، ناوی نەخۆش، دانانی ژمارەی ناسنامەی دیاریکراو لەسەر ECG تایبەت بە خۆی.

دانانی واژۆ بۆ هێشتنەوەی بەرپرسیارێتی.

فایلی زانیارییەکان، زانیاری کۆکراوەی

بەرداوم دابین دەکات.

بەشی هەشتەم

وەرگرتنی نموونەی تاقیگەیی

وەرگرتنی نموونەی تاقتگەیی

پشکنینی دەستنیشانکردنی نەخۆشی

پشکنینی دەستنیشانکردن وەک وەرگرتنی خوێن راستەوخۆ لە خوێنهێنەرەکانەوە یان لە کانۆلاوە بۆ هەڵسەنگاندنی لایەنی کیمیای و پێکهاتەی خوێنی نەخۆشەکە، (Lumber puncher) بۆ مەبەستی دیارکردنی نەخۆشی و چارەسەر، وەرگرتنی پارچەیەک لە جگەر(Liver biopsy)، وەرگرتنی شلەی ئەندامانی زاوزێی هەردوو ڕەگەز. بە پشتبەستن بەو پشکنینانەی لەڕێی وێنەوە دەکرێن وەک X-ray, CT, یان MRI دەکرێ داوابکرێن.

بنەماکانی وەرگرتنی نموونە بە شێوەیەکی نموونەیی

- وەرگرتنی لە کاتی خۆی
- وەرگرتنی بەشێوەیەک کە مەترسی پیسبوون کەم بکاتەوە
- وەرگرتنی بە جۆرێک کە مەترسی تەندروستی کەم بکاتەوە و سەلامەتی بۆ هەموو ستافەکە دابین بکات
- وەرگرتنی بە بەکارهێنانی تەکنیکی دروست، بە کەرەستە دروستەکان و لە دەفری دروستدا
- باوەڕپێکراوبێت بەشێوەیەکی روون و بە شێوەیەکی ورد لەسەر فۆرمی داواکراو
- هەڵگرتنی و گواستنەوەی بە شێوەیەکی گونجاو

شێوازەکانی پشکنین:

١.پشکنینی سەرەتایی

هەڵسەنگاندنی سەرەتایی نەخۆشەکە پشکنینی دۆزینەوەی نەخۆشی یان ئەو نمونانەی کە پێویستە دیاری دەکات. پشت دەبەستێت بە چۆنیەتی پێشکەوتنی نەخۆشی نەخۆشەکە، مێژووی کلینیکی یان پێشکەوتنی نیشانەکە پێویستی تاقیکردنەوەی زیاتری دۆزینەوەی دەستنیشان دەکات. بۆ نموونە، سەرەتا نموونەکان دەپشکنرێن بۆ شیکردنەوە جیاوازەکانی وەک بۆن، ڕواڵەت، لەیەکچوون و لیتلی. بۆگەنی، ماددە کێمکردووەکان ئاماژە بە anaerobicbacteria دەکات، (CSF) cloudy cerebrospinalfluid یان مێز ئاماژە بە بوونی خرۆکەی سپی (neutrophils) دەکات، پیساییەکە دەکرێت خوێن یان ماددەی لینج یان مشەخۆری تێدا بێت وەک roundworm یان tapeworm کە بە چاوی ئاسایی دەیبینین(Gould and Brooker 2008).

٢.پشکنینی وردبینی

زۆرینەی نموونەکان ڕاستەوخۆ بە مایکرۆسکۆپ دەپشکنرێت وەک ئاماژەیەکی پێشوەختەی وردە زیندەوەرەکان. زۆر گەورەکردنی هاوێنەی ئامێرەکە پێویستە بۆ بینینی ڤایرۆسەکان، کە دواتر بەپێی شێوە تایبەتمەندیەکانیان دیاری دەکرێن .هەندێک لە مشەخۆرەکان وەک ئەوانەی دەبنە هۆی مەلاریا، ڕاستەوخۆ بە مایکرۆسکۆپ دەدۆزرێنەوە کە پێویستە نموونەکان بە خێرایی بگەیەنرێتە تاقیگە، لە کاتێکدا مشەخۆرەکان جوڵاون و دەبینرێن. بە کۆکردنەوەی لەگەڵ پێشکەشکردنە پزیشکییەکان، ئەمە لەوانەیە بەس بێت بۆ دەستپێکردنی یان گۆڕینی چارەسەری ئامانجەکە تا ئەو کاتەی کە دەستنیشانکردنێکی بەکلاکەرەوە دەگاتە جێ .

gram staining.٣

پرۆسـەیەکە بە ڕێگەی زیادکردنی ڕەنـگ بـۆ نموونەکەمـان دەکرێـت، بـۆ جیـاکردنەوەی ئەو زینـدەوەرە وردانەی کە هەن. خانەکان بەپێی تایبەتمەندیان ڕەنگ دەکرێن، جیاوازییەکەش بۆ پێکهاتەی دیواری خانەکەیان دەگەڕێتەوە. ڕەنگ‌کردن ڕێگە دەدات بە جیاوازیکردن لەنێوان Gram-positive bacteria (Staphylococcus aureus) کە بە ڕەنگی مۆر ڕەنگ دەکرێت، Gram-negative bacteria (Escherichia coli) کە بە ڕەنگی پەمەی ڕەنگ دەکرێت، کاتێک دەبینی لەژێر مایکرۆسکۆپدا. ئەمە دەکرێت بەکار بێت بۆ دیاریکردنی هەڵبژاردنی چارەسەری دژە میکرۆبیـک تـا ئەوکاتەی کە شـێوازی تـری لێکـۆڵینەوە دەتوانێـت ناسـنامەیەکی بەکلاکەرەوەی وردەزینـدەوەری نەخۆشی دیاری بکات.

٤.چاندن

بە پشتبەسـتن بە جـۆری ئەو نموونـانەی کەلە تاقیگەکانـدا شـیکردنەوەیان لەسـەر دەکرێـت بـۆ دیـارکردنی هۆکاری تووشـبوون بە نەخـۆشی، چانـدنیش یەکێکـترە لە ڕێگاکان کە بـۆ دیـاریکردنی جـۆری ئەو زینـدەوەرەی بوەتەهـۆی نەخۆشیەکە. نمونەی وەرگیراو لە هۆکاری نەخۆشیەکە دەکرێتە ژینگەیەکی تایبەتەوە(AgarorBroth) بەمەبەستی گەشـەپێکردنی بۆمـاوەیەکی دیـاریکراو. هەر جـۆرێکی لە زینـدەوەرەکان کات و ڕێـژەی جیاوازیـان هەیە لە گەشـەکردن وەک Pseudomonas و Clostridium کە دەتوانن تەنها لە ۱۰ خولەکدا زیادبکەن، E.coli دەتوانێ لەماوەی ۸ کـاتژمێردا زیـاد بکـات لەکاتێکـدا کە Myobacteriumtuberculosis پێویسـتی بە ۱۸ بـۆ ۲٤ کـاتژمێر هەیە بـۆ زیادبوون و گەشـەکردن. گەشـەی بەکتریاکان لەسـەر ناوەندەکانیان دەتوانرێت بەئاسانی ببینرێت و قەبارە، ڕەنگ و شێوازەکانیان لەنێوان جۆرەجیاوازەکانی وردەزیندەوەرەکاندا دەگۆڕێت.

کەڕووەکانیش وەک بەکتریاکان دەتوانن لەهەمان ناوەندا گەشە بکەن، هەرچەندە کە بەگشتی پێویستیان بە ۲٤ بۆ ٤٨ کاتژمێر هەیە. هەروەها ئەو جۆرانەی کەڕووکە دەبنە هـۆی نەخـۆشی بەهەمـان شێوە دەتوانن لەو ناوەنـدانەدا گەشەبکەن، لەسـەروو ئەوەشـەوە زۆر بەباشی دەتوانن گەشـە بکەن بەبێ مەترسی دروستبوونی زیادەی بەکتریاکان بەهەمان شێوەی بەکتریاکان، کەڕوەکانیش دەتوانرێن بە سیفاتی تایبەت بەخۆیان لەسەر ناوەندی چاندنەکەیان یان بە وردبین(Microscope) بناسرێنەوە.

بووني کەڕوو وەک Candida albicans هەندێ جار قورسە کە کە نمونەی لێوەریگیرێت لەبەرئەوەی بە گشتی دەکەونە بەشی سـەرەوەی ڕێـڕەوی هەناسـە، نـاوپۆشی ئەنـدامی زاوزێی ئافرەتـان یـان لەسـەر پێسـتی کەسـێکی تەندروست. هەرچەنـدە کە بۆ ئەونەخۆشـانەی کە بەرگری لەشـیان کەمبووەتەوە(بەهـۆی نەخـۆشی یان وەرگـرتنی دەرمانی کیمیایی) ئەوا دەبنە هۆی نەخۆشی.

ڤایرۆسەکان ناتوانرێ کرداری چاندنیان بەسەردا جێبەجێ بکرێت لە دەرەوەی خانەی زیندوو، بەڵام هەندێ جۆری ڤایرۆس دەتوانێرێت لەناو خـانەی گەشـەکردوو گەشـە بکەن. ناسینەوەکەشـیان لەگەڵ ئەو گۆڕانکاریەی کە بەسـەر خانەکەدا دێت دیاری دەکرێت.

٥.هەستیاری بەکتریا بە دژەبەکتریاکان(antibiotics)

هەرکـــاتێ ئەو وردەزینـــدەوەرەمان دیـــاریکرد کە بووەتەهـــۆی نەخـــۆشی، پێویســـتە بـــزانین کە چ جـــۆرێکی دژەبەکتریا(antibiotic) کاریگەری هەیە لەسەر وردەزیندەوەرەکەو و دەتوانرێت وەک چارەسەر بۆی بەکاربهێنرێت. ئەو بەکتریایە کە دەستنیشانمان کرد لەناو ناوەندێکی تایبەت دەیچێنین و پاشان چەند جۆرێکی جیاواز دژەبەکتریای لەسەرتاقی دەکەینەوە، کام یەک لە دژەبەکتریاکان توانی بە باشترین شێوەی گەشەی بەکتریاکە ڕابگرێت و زۆنێکی خاوێن لەدەوری دروست بوو دەتوانین وەک چارەسەر پێشنیاری بکەین بۆنەخۆشەکە.

٦.سیرۆلۆجی serology

زانستی سیرەم زانی زۆر بەسوودە لە ناسینەوە جۆری هەوکردنی بەکتریایی و ڤایرۆسی کاتێ کە چاندنیان قورس و گران دەبێت لەسەر بنەمای کارلێکی سیستمی بەرگری خانەی تووشبوو بەو ڤایرۆس و بەکتریایە. دیاریکردنی ئەو دژەتەن و دژەپەیداکەرەی لە جەستەی نەخۆشەکەدا دروست بووە دەکرێ ئەوەی پێ دیاری بکرێت کە ئایا نەخۆشەکە تووشبووە بەو نەخۆشیە یاخود نا.

سەرەڕای لایەنە خراپەکانی ئەمجۆرە پشکنینە کە لەهەندێ سەرچاوەباسکراوە، پشکنینی دژەتەن سەرەکیترین ڕێگایە بۆ دیاریکردنی توشبوون بە ڤایرۆس. دوو نمونە لە سیرەمەکە وەردەگیرێت، یەکەمیان لە سەرەتای نەخۆشیەکەو و دووەمیان ١٠ بۆ ١٤ ڕۆژ دوای یەکەم دانە، پاشان بەراوردی جیاوازیەکان دەکرێن بەیەک، گەر بەرزبوونەوە هەبێت لە دووەم نمونەدا مانای ئەوەیە نەخۆشیەکە هێشتا بوونی هەیە لە نەخۆشەکەدا.

٧.شانەزانی histology

زانسـتی جینەکان زانسـتێکە بـۆ خوێنـدنی خانەکان و شـانەکان لە نـاو لەشـدا. هەروەهـا زانیـنی شـێوازی ڕێکخسـتنی شـانەکان بـۆ دروسـتکردنی ئەنـدامەکان . زیاتر تەرکیز دەخـاتە سـەر شـانەکان چـۆن لە تـاکە خـانەیەکەوە پێـک دێن . جۆرەکانی شانە کە هەیە: بەستەرەشانە، ڕووەکەشە شانە، ماسولکە شانە، دەمارە شانە .

پشکنین بۆ شانەکان دەکرێ لەژێر مایکرۆسکۆپی ڕووناک کاتێک ڕووناکییەکە بە پێکهاتووەکانی شانەدا تێپەڕ دەبێ دوای ڕەنگکردن، چونکە هەندێک لە شانەکان بێ ڕەنگن و ڕەنگ دەکرێ بۆ ئەوەی بە ئاسانی ببینرێ. لە جیاتی ئەوە مایکرۆسکۆپی ئەلیکترۆنی بەکاردێ بۆ بینینی خانە و شانەکان بە گەورەکراوی نزیکەی ١٢٠،٠٠٠جار .

کردارەکە: وەرگرتنی خوێن لە خوێن هێنەری پەلەکانVenipuncture

پێناسە : بریتییە لە ڕێکاری بردنە ناوەوەی دەرزی بۆ خوێنهێنەرێک. خوێنهێنەرەکانی بەشی سەرەوە هەڵدەبژێردرێن. بەهۆی ئەوەی کە بەرچاون و بە ئاسانی دەتوانین بگەین پێیان، دڵنیادەبین لەوەی کە ئەو ڕێکارە بە سەلامەتی و کەمترین کێشە و ئاسوودەیی ئەنجام بدرێت، ئەو خوێنهێنەرانەی کە بە شێوەیەکی گشتی بۆ وەرگرتنی نموونەی خوێنەکە بەکاری دێنین ئەوانەن لە antecubital fossa دا هەن، چونکە قەبارەیان گەورەترە توانای دابینکردنی بڕی باش لە نموونەی خوێنیان هەیە، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا توێکاریی و دەستنیشانکردنی خوێنهێنەرەکان لە کەسێک بۆ کەسێکی دیکە جیاوازە.

سەرەکیترین خوێنهێنەرەکان بۆ ئاسان دیاریکردن و وەرگرتنی خوێن بریتین:

- Median cubital veins
- Cephalic vein
- Basilic vein
- Metacarpal vein (تەنها کاتێک بەکاردەهێنرێت کە ئەوانی تر بەردەست نین).

چ کاتێک پێویستە ئەنجامبدرێ: بۆ بەدەستهێنانی خوێن لەسەر داوای پزیشک بە مەبەستی دەستنیشانکردنی نەخۆشیەکە.

پێداویستییەکان:

- دەفرێکە بۆ ئەوەی پێداویستییەکانی تێدا دابنێین
- بەستەری قۆڵ Tourniquet
- Sterile safety needles (قەبارەی ٢٠ بۆ ٢١ بۆ کەسی گەورە، ٢٣ بۆ ٢٥ بۆ منداڵ)
- Sterile safety syringes (قەبارەی ١٠ بۆ ٢٠ مل)
- Needle-free blood transfer device
- تیوبی گونجاو بۆ هەڵگرتنی خوێنەکە
- Swab alcohol %70 بۆ پاککردنەوەی پێست پێش ئەنجامدانی کردارەکە
- Low-linting gauze swabs
- پلاستەر
- فایلی نەخۆش
- دەستکێش
- بەرگی پارێزەر (ئارەزوومەندانەیە)
- Sharp bin (safety box) دەفرێکە بۆ فڕێدانی پارچە تیژ و بڕەرەکان

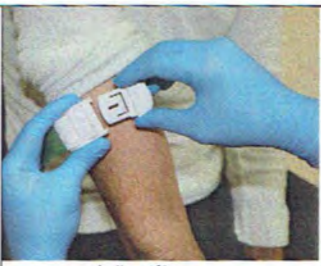
هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان

١.ئەرکەکە جێبەجێبکە بەپێی تێبینییەکان، پێداچوونەوە بکە بە هەنگاوەکانی کردارەکەدا.	دابینکردنی پێوەرەکان بۆ پێوانەکردنی ئاسایی نەخۆش دابینکردنی بۆ دیاریکردنی ئامێرەکان یارمەتیدەر دەبێت بۆ پێوانەکردنی لە شوێنی گونجاودا
٢.دەستەکانت پاکوخاوێن رابگرە	بۆرێگریکردن لە گواستنەوەی نەخۆشی و تووشبوون
٣.بەکارهێنانی رێنمایی ستاندارد و تەکنیکی پەککردنەوەی گونجاو. خۆت لە خوێن و شلەکانی دیکەی لەش بپارێزە بە بەکارهێنانی دەستکێش.	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و چاودێرانی دیکەی تەندروستی لە دژی وردە زیندەوەرەکان.
٤.هەموو پێداویستییەکان کۆ بکەوە	بۆ رێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە
٥.لە فرمانەکە دڵنیاببەوە، ناسنامەی نەخۆشەکە پشڕاستبکەوە بە بەکار هێنانی لانی کەم دوو پێناسی نەخۆشەکە.	فرمانەکە جۆری چارەسەرکردنەکە دیاری دەکات بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە بۆ دڵنیابوون لەوەی کە نموونەکە لە نەخۆشێکی دروست وەرگیراوە
٦.کردارەکە بۆ نەخۆشەکە روونبکەوە	بۆ کەمکردنەوەی دڵەراوکێ و زیادکردنی هاوکاری وەرگرتنی رەزامەندی نەخۆشەکە پێدانی زانیاری زیاترو هەماهەنگی و لێکتێگەیشتن
٧.دەرگاکە دابخە یاخود بەربەستێک دابنێ یان پەردەکان دابدەرەوە	بۆ دەستەبەرکردنی تایبەتمەندێتی بۆ نەخۆشەکە کەمکردنەوەی وردە زیندەوەرەکان
٨.راوێژ بە نەخۆشەکە بکە لەبارەی هەر وردەکارییەک یاخود کێشەیەک کە لەوانەیە پێشتر ئەزموونی کردبێت . دڵنیاببەوە لەوەی کە ئایا هیچ هەستیارییەکی نییە	بۆ بەشداریکردنی نەخۆشەکە لە چارەسەرو بۆ ئاشناکردنی تەواوەتی بەمێژووی پێشووی نەخۆشەکە و دەستنیشانکردنی هەر گۆڕانکارییەک لە باری پزیشکیدا، بۆ نموونە (mastiotomy) نەشتەرگەری برینەوەی مەمک
٩.دڵنیاببەوە لەوەی کە دەستەکان هیچ برینێکیان تێدا نییە، دایان بپۆشە بە بەرگێکی دژە ئاو،	بۆ کەمکردنەوەی مەترسی پیسبوون بۆ سەر کەسی کارکەر،
١٠. بە سەرینێک ئەو پەلەی خوێنەکەی لێوەردەگری جێگیر بکە	بۆ دڵنیابوون لە ئاسودەیی نەخۆشەکە و ئاسانکردنی گەیشتن بە دەمارەکە
١١. تۆرنیکاکە ببەستە لە بەشی سەرەوەی قۆڵ وە دڵنیاببەرەوە لەوەی کە توندی بەستنی تۆرنیکاکە خوێنبەرەکانی نەگرتووە ئەویش بە چێککردنی لێدانی دڵی لە شوێنی خوار تۆرنیکاکەوە. شوێنی بەستنی تۆرنیکاکە بە هۆکاری جیاواز دەگۆڕێت بەڵام بە گشتی ٥ بۆ ١٠سم لە سەروو ئەو شوێنەی دەتەوێ خوێنەکەی لێوەربگریت دەیبەستیت. وە بۆ پاراستنی پێست دەتوانی لەسەر جلەوە بیبەستیت بۆئەوەی پێستی نەخۆشەکە بریندارنەبێت. .(وێنەی٢-٨)	بۆ فراوانکردنی خوێنهێنەرەکان بۆئەوەی ئەگەری سەرکەوتنی کارەکەمان زیاد بکەین لەبەرئەوەی کەسی بەتەمەن پێستیان ناسکەو دەکرێ توشی رووشان ببنەوە
١٢. زیاتر لە ١ خولەک تۆرنیکاکە لەسەر نەخۆش مەهێڵەوە	زۆر هێشتنەوەی دەبێتە هۆی راوەستانی خوێن، ترشبوونی خوێن لە ناوچەیەک، و چربوونەوەی خوێن

١٣. ئەگەر بە بەستنی تۆرنیکاکە نەمانتوانی بەباشی خوێنهێنەرێک بدۆزینەوە ئەوا دەتوانین لەڕێی یەکێک لەم کردارانەی خوارەوە کارەکە ئەنجام بدەین: دانانی قۆڵی نەخۆشەکە لەخوار ئاستی دڵیەوە داوا لەنەخۆشەکە بکە ناولەپی دەستی بە توندی دابخات یان بە هێواشی بکێشە بەسەر خوێنهێنەرەکەدا وە دەتوانی تۆرنیکاکە لێبکەیتەوە و پەلی نەخۆشەکە بە ئاوێکی شلەتێن گەرم بکەیتەوە	بۆ باشترکردنی خوێنهێنەرەکە
١٤.خوێنهێنەرەکە دیاری بکە بە پەستانخستنە سەری بۆ دیاریکردنی قەبارەو قووڵاییەکەی .(وێنەی٤-٨)	بۆ ڕێگریکردن لە چوونەژوورەوەی ناڕاستەوخۆی دەرزییەکە
١٥.دەرزیەکە دەستنیشانبکە لەسەر بنەمای قەبارەی خوێنهێنەرەکە و جێگای خوێنهێنەرەکە بری خوێنەکە وەدەتوانیت بە دەرزی بچوک لەسەر دەستی نەخۆشەکە یانیش قاچی نەخۆشەکە هەوڵ بدەیت	بۆ کەمکردنەوەی زیان یاخود تووشبوون و نەهێشتنی هەوکردنی خوێن
١٦.پێستی نەخۆشەکە پاک بکەوە بۆ ماوەی ٣٠چرکە بە وریایی بە بەکارهێنانی ماددەی گونجاو. وەک (کلۆرۆهیکسین ٪٧٠کهول) وازی لێبێنە تا وشک دەبێتەوە. ئاگاداربە لەوەی دووبارە دەست لە پێستی نەخۆشەکە نەدەیەوە.(وێنەی٥-٨)	بۆ پاراستنی پاک و خاوێنی و کەمکردنەوەی مەترسی توشبوون، بۆ ڕێگریکردن لە ئازار لەکاتی بردنە ناوەوە.
١٧.بەرگی دەرزییەکە لابە و ئامێرەکە بە وریاییەوە بپشکنە،	بۆ تێبینی کردنی کەرەستەی هەڵە، بۆ نموونە دەرزییەکە چەمابێتەوە،
١٨.بە نەخۆشەکە ڕابگەیەنە تەنها چەند چرکەیەکی کەم دەخایەنێت	نەخۆشەکە باشتر دەتوانێت کۆنترۆڵی دڵەڕاوکێکەی بکات کاتێک پێی ڕادەگەیەنرێت کە چاوەڕوانی چی بێت
١٩.خوێنبەرەکە بچەسپێنە بە ڕاگرتنی دەست لەسەر پێستەکە بە چەند سانتیمەترێک خوار جێگەی مەبەست	بۆ وەستاندنی جووڵەی خوێنبەرەکە
٢٠. سرنجەکە بە هێمنی ببە ناوەوە بە گۆشەی ٣٠پلە بە نزیکەیی لەگەڵ ئەوەشدا گۆشەی سرنجەکە دەکەوێتەوە سەر قەبارەو قووڵی خوێنبەرەکە.(وێنەی٦-٨)	بۆ ئاسانکردن و سەرکەوتوی کردارەکە بێ ئازار
٢١. هیچ پەستانێک مەخە سەر دەرزییەکە	بۆ ڕێگریکردن لە زیاتر بەرەوپێشچوونی دەرزیەکە و زیانگەیاندن بە دەمارەکە،
٢٢.سرنجەکە کەمێک ببە ناوەوەی خوێنهێنەرەکە ئەگەر لە توانادا هەبوو	بۆ جێگیرکردنی ئامێرەکە لە ناو خوێنهێنەرەکە و ڕێگریکردن لە دەرچوونی لە ڕێڕەوی خۆی یاخود کشانەوەی بۆ دواوە
٢٣.هیچ فشارێک مەخەرە سەر سرنجەکە	بۆ ڕێگریکردن لە کون بوونی دیواری خوێنبەرەکە
٢٤.بری خوێنی داواکراوە ڕابکێشە.(وێنەی٧-٨)	بە پێی جۆری پشکنینەکە
٢٥.تۆرنیکاکە لێبکەوە، لەهەندێ حاڵەتدا ئەمە پێویستە لە سەرەتای وەرگرتنی نموونەکەدا، چوونکە قەبارەکان جیاوازن یاخود تا دروستێ بۆ نموونە لە کاتی وەرگرتنی خوێن بۆ پێوانی بری کالیسیۆم. .(وێنەی٨-٨)	بۆ کەمکردنەوەی پەستان لە سەر خوێنەکە
٢٦.لۆکەکە بە نەرمی لەسەر شوێنی کونکردنەکە دا بنێ.(وێنەی٩-٨)	بۆ پەستان خستنە سەر

٢٧.سرنجەکە دەربهێنە، بەڵام پەستان مەخەرە سەر ناوچەکە هەتا تەواوی دەرزییەکە دەردەهێنی	بۆ رێگریکردن لە ئازار لەکاتی دەرهێنانی سرنجەکە، زیان نەگەیاندن بە خوێنبەرەکە
٢٨. دەرزی سرنجەکە فڕێبدەرە ناو سندوقی سەلامەتی.(وێنەی١٥-٨)	بۆ کەمکردنەوەی مەترسی برینداربوون بەرێکەوت،
٢٩.فشارەکە ڕاستەوخۆ بخەرە سەر شوێنی کونکردنەکە، دەبێت فشارەکە بەردەوام بێت تاوەکو خوێنەکە دەوەستێت لەوانەیە بۆ ئەم کردارە تەنها یەک خولەک پێویست بێت یان زیاتر .(وێنەی١٠-٨)	بۆراگرتنی دزەکردنی خوێن بۆ پاراستنی خوێنبەرەکان لە شێبوونەوە و پێکهاتنی پەیین
٣٠.لەم کاتانەدا پێویستمان بە وەرگرتنە خوێن هەیە • چاندنی خوێن blood culture • مەییاندن • سۆندەی سیرەم لەگەڵ یان بەبێ مەیاندن یان جیاکەرەوەی جێل • تیوبەکان وەک : . gel separator tubes رەنگە کلۆت بوونی هەبێت . heparin tubes . EDTA . سەرجەم جۆرەکانی دیکەی تیوب	
٣١. بە هێواشی تیوبەکە سەروخوار پێبکە ٦ جار(لەکاتێکدا گەر پێویستمان بەگشت پێکهاتەکانی خوێن بوو)	بۆ رێگرتن لە تێکشکانی خانەکانی خوێن و تێکەڵبوون لەگەڵ مادەکان،
٣٢. سەرجەم تیوبەکان دەستنیشان بکە، کاتێک خوێن وەردەگریت، ئەمەش بەپێی زانیاری نەخۆشەکە.(وێنەی١٤-٨)	بۆ دڵنیابوون لەوەی کە نموونەکانی نەخۆشە ڕاستەکە دەگەیەنینە تاقیگە، پشکنینی داواکراو ئەنجام دەدرێت و ئەنجامەکان بۆ تۆماری نەخۆشە ڕاستەکان دەگەڕێنەوە
٣٣.کۆکردنەوەی پێداویستیە بەکارهاتووەکان؛ پاککردنەوە، یان هەڵگرتنی بابەتەکان لە شوێنە گونجاوەکان. ناوچەکەت پاک بکەرەوە و وازی لێبێنە چۆن دۆزیتەوە،	بۆ پاراستنی ناوچەکەو پێداویستیەکان بەسەلامەتی و پاکوخاوێنی بۆ بەکارهێنانی لە داهاتوو
٣٤. دەستکێش لابدە و پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە	بۆ رێگریکردن لە مەترسی تووشبوون بە یەکتر / پیسبوون
٣٥. پەیرەوی لە رێنماییەکانی نەخۆشخانە بکەن بۆ کۆکردنەوە و گواستنەوەی نموونەکان بۆ تاقیگە	بۆ دڵنیابوون لەوەی کە نموونەکان دەگەنە شوێنی مەبەستیان

وێنەی ١-٨



وێنەی ٢-٨

وێنەی ٣-٨

وێنەی ٤-٨

وێنەی ٥-٨

وێنەی ٦-٨

وێنەی ٧-٨

وێنەی ٨-٨

وێنەی ٩-٨

وێنەی ١٠-٨

وێنەی ١١-٨

وێنەی ١٢-٨

وێنەی ١٣-٨

وێنەی ١٤-٨

وێنەی ١٥-٨

(تیوبەکان)بۆرییەکانی کۆکردنەوەی خوێن

تیوبەکان	پێکهاتە	نموونە	دیاریکردن	ڕێنماییەکان
چاندنی خوێن	ناواندی چاندن و دژەمەین	تەواوی خوێن		
شینی کاڵ	Sodium citrate ترشی ستریکی سۆدیۆم	پلازما	PT,INR,APTT,D-dimers , Fibrinogen , Thrombophilia screen (٤ شینی کاڵ +١ سۆندەیEDTA) لوپ(سیلی پێست) (٣ سۆندەی شینی کاڵ)	تیوبەکە پڕ بکە و هەڵیبگێڕەوە ٢ بۆ ٤جار
سوور	بە زیادکردن	سیرەم	ئاستەکانی ئەنتی بایۆتیک، هۆرمۆنە ستیرۆیدەکان، B12	پێویست ناکات تیوبەکە هەڵبگێڕیتەوە
ئاڵتوونی	چالاککەر و جیاکەرەوەی سەروی مەیینەکە	سیرەم	کیم یای ڕۆتین، چەوری، Thyroid (TFT)، ئاستەکانی دەرمان لەوانە لیثیۆم، پرۆتین، دابینکردنی سۆندەی زیادە بۆ ئاستەکانی Troponin	٥ بۆ ٦ جار هەڵیبگێڕەوە
سەوز	Sodium or lithium heparin (plasma separator) جیاکەرەوەی پلازما	پلازما	دیاریکردنەکانی پلازما لە کیمیادا	٨ بۆ ١٠ جار
لاڤاندەر	EDTA	خوێنی تەواو	FBC,sickle screen , Hemoglobin, red cell folate مەلاریا، ڕابەری، جیوە، تالاسیما، PTH , ESR	٨ بۆ ١٠ جار
پەمەیی	EDTA	خوێنی تەواو	دژە تەن و	٨ بۆ ١٠ جار
خۆڵەمێشی	Sodium fluoride & (k)oxalate	پلازما	کهول، گلوکۆز، لاکتێن	٨ بۆ ١٠ جار
شینی تۆخ	Heparin or EDTA یان هیچ شتێک	پلازما یان سیرەم	توخمە شوێنکەوتووەکان، مەنگەنیز، زینک، خوێنێکی تەواو	٨ بۆ ١٠ جار

چارەسەری ئەو کێشانەی لەکاتی خوێن وەرگرتن ڕووبەڕوومان دەبێتەوە

کێشەکە	هۆکار	ڕێگری	کرداری پێشنیارکراو
ئازار	هەڵبژاردنی خوێنهێنەرێکی هەستیار(مەچەک)	دووربکەوەرەوە لە هەڵبژاردنی خوێنهێنەر لە شوێنە هەستیارەکان کرێمی بەنجی ناوچەیی(مەوزوعی) بەکاربهێنە	چەند دەتوانیت بەخێرای کردارەکەت کۆتایی پێبهێنە
قەلەقی	پێشتر توشی ئازاربوبێت بەهۆی خوێنوەرگرتنەوە ترس لە دەرزی	مەترسیەکانی شکستهێنی کردارەکە کەمبکەرەوە بە بەکارهێنانی هەموو تەکنیکەکانی خوێن وەرگرتن زۆر بە باشی	هەتادەتوانی نەخۆشەکە ئارامبکەرەوە. گوێ لە هەموو قسەکانی گرە سەبارەت بە ترسەکانی وە کردارەکەی بۆ ڕوونبکەرەوە. پێشنیاری بۆبکە کە ڕابکشێت. پێشنیاری بۆبکە کە کرێمی بەنجی ناوچەیی بۆبەکاربهێنیت ئەگەر ترسەکە زۆر زیادبوو وە کۆنترۆڵنەکرا دەتوانین نەخۆشەکە بنێرین بۆلای دکتۆری دەروونی.
سەرنەکەوتنی کردارەکە بەهۆی خوێنهێنەرەکەوە	ئەنجامدانی کردارەکە لەسەر هەمام خوێنهێنەر پەلی لەکارکەوتوو خوێنهێنەرێکی ئەستور(جیر) بەهۆی جێبرین(scar) یان مەیینی خوێن بەهەلە کردنی کردارەکە یان هەڵبژاردنی خوێنهێنەرەکە	چەند شوێنێکی جیاواز بەکاربهێنە دڵنیاببەرەوە کە ژورەکە سارد نییە دڵنیاببەرەوە لەئامێر و شێوازی ئەنجامدانی کردارەکە بە شێوەیەکی زۆر باش	هەوڵی کردنی کردارەکە مەدە تا ئەزمونێکی باشت نەبێت قوڵی نەخۆشەکە بکەرە ناو ئاوێکی شلەتێنەوە. لەزگەی گلیسرۆل تراینیترەیت(glyceroltrinitrate) بەکاربهێنە. دەکرێ کێشەی وشکبونەوەی نەخۆشەکە(dehydration) چارەسەربکەیت پاشان کردارەکە ئەنجامبدەیت.
بەرکەوتن و برینداربوون بە دەرزی پیسبوو	ئەنجامدانی کردارەکە بەشێوەیەکی ناسەلامەت بە هەڵە مامەڵە کردن لەگەڵ پاشەڕۆ تیژەکان	هەموو سەرچاوەکانی خۆپارێزی بەکاربهێنە وە دڵنیاببەرەوە کە پاشەڕۆ تیژەکان بکرێنە شوێنی تایبەت بە خۆیان	بەوریایەوە مامەڵە لەگەڵ برینەکان بکە کەبەهۆی سەرچاوەیەکی تیژەوە دروست دەبێت و بە لەزگەی دژەئاو دایبپۆشە و تۆماری بکە. گەر دەرزی کەسێکی توشبوو بە ڤایرۆسی جگەری جۆری Bت بەرکەوت ڕەنگە پێویست بە چارەسەری خێرابکەیت.
ڕژانی خوێن	خراپ یان بەهەڵە بەکارهێنانی پێداویستیەکان	پشکنین بکە بۆ پێداویستیەکانت پێش بەکارهێنان، پلاستیکی هەڵمژینی خوێن بەکاربهێنە. خوێنی ناو سرنجەکە بەتاڵبکەرە ناو شوشەی خوێنەکەوە پێشئەوەی دەرزیەکەی لێبکەیتەوە	هەرپیسبوونێک تۆماربکە بۆئەوەی ناوچەی پیسبوو بە خوێنەکە پاکبکرێتەوە. دڵنیاببەرەوە کە خوێنەکە بەباشی هەڵدەگیرێت و دەگوازرێتەوە
شکستهێنانی کردارەکە(missed vein)	خوێنهێنەرێکی جوڵۆک خوێنهێنەرێکی لاواز نەخۆشەکە بەشێوازێکی هەڵە وەستابێت ڕووناکی کەم	دڵنیاببەرەوە کە تەنها ئەوکەسانە کردارەکە ئەمجامبدەن کە ئەزمونێکی باشیان هەیە یان ئەوکەسانەی کە لەژێرچاودێری کەسی شارەزاداکارەکە ئەنجام دەدەن. دڵنیاببەرەوە کە ژینگەکە گونجاوە.	جەندجارێ دەست بدە لە خوێنهێنەرەکە، بە لەسەرخۆیی دەرزیەکە بکەرە ناو خوێنهێنەرەکەوە، دڵنیاببەرەوە کە نەخۆشەکە هیچ نارەحەتیەکی نییە. دڵنیاببەرەوە کە هەموو فێرخوازەکان لەژێرچاودێریدان. ئەگەر نەخۆشەکە هەستی بە ئازارکرد دەبێ ڕاستەوخۆ دەرزیەکە دەربهێنیت. داوالەکەسی شارەزابکە کە کردارەکە ئەنجامبدات.

کردارەکە: وەرگرتنی خوێن لە خوێنبەرەکانەوە

بریتیە لە وەرگرتنی خوێن لە خوێنبەرەکانەوە بەمەبەستی پشکنینی ترشێتی و تفتێتی خوێن، ئیلیکترۆلایتەکان، هیمۆگلۆبین و گازەگانی ناوخوێن)

بەگشتی ئەمکردارە لە خوێنبەری مەچەک(Radial) ئەنجامدەدرێ و دەتوانرێ لەهەر خوێنبەرێکی تریش بکرێت وەک Brachial و Femoral، بەڵام بەهۆی زۆری کاریگەری لاوەکی لەسەریان ئەم دوو شوێنە پێشنیارنەکراوە. پاش هەر وەرگرتنێکی خوێن لە خوێنبەرەکان پێویستە پەرستارەکە پشکنین بۆ لێدانی دڵ بکات لەسەر هەمان خوێنبەر کە خوێنەکەی لێوەرگرتووە تا دڵنیابێت پەڵسی هەیە، گەر هەستی بە لێدانەکە نەکرد دەبێ بە خێرایی چارەسەربکرێت.

مەبەست لەم کردارە :

- دیاریکردنی هەبوونی کێشە لە سیەکان ئەویش بەهۆی بەرز و نزمی لە ترشێتی خوێندا بە پێوانی PH و بەراوردکردنی لەگەڵ ئاستی CO_2
- پێوانەکردنی رێژەی ئاڵوگۆری ئۆکسجین لە سکڵدانۆچکەکاندا
- چاودێریکردنی PHی خوێنی نەخۆشەکە وەک لەو نەخۆشانەی کە کیتۆنەکانی جەستەکان بەرزە کە بە DKA ناسراوە و پێویستە بە بەردەوامی پشکنینی ABG و VBGیان بۆبکرێت.
- بۆ هەڵسەنگاندنی کاردانەوەی جەستەی نەخۆشەکە بۆئەوچارەسەرانەی بۆیدانراوە وەک پێدانی ئۆکسجین بەونەخۆشانەی کە کۆئەندامی هەناسەیان لەکارکەوتووە

هەندێ جار لە حاڵەتە کتوپڕەکاندا بەکاردەهێنرێت کاتێک وەرگرتنی خوێن لە خوێنهێنەرەکانەوە ئەستەم دەبێت و بەهۆی هەستی لێدانی دڵ لە خوێنبەرەکانەوە یارمەتی دەردەبێت لە وەرگرتنی خوێنەکە.

پێداویستییەکان :

- دەفری پێچانەوەی برین
- دەستکێش
- Trolley
- سیانە یان وەرگری پاککەرەوە
- لەزگەیەکی تەعقیمکراو یان شریتێکی دژە حەساسیەت
- دەرزییەکی ml۱۰ بۆ بەنجکردن
- دەرزییەکی G۲۰
- دەرزییەکی G۱۸

١.ئەرکەکە جێبەجێبکە بەپێی تێبینییەکان، پێداچوونەوە بکە بە هەنگاوەکانی کردارەکەدا.	دابینکردنی پێوەرەکان بۆ پێوانەکردنی ئاسایی نەخۆش دابینکردنی بۆ دیاریکردنی ئامێرەکان یارمەتیدەر دەبێت بۆ پێوانەکردنی لە شوێنی گونجاودا
٢.دەستەکانت پاک و خاوێن رابگرە	بۆرێگریکردن لە گواستنەوەی نەخۆشی و تووشبوون
٣.بەکارهێنانی رێنمایی ستاندارد و تەکنیکی پەککردنەوەی گونجاو. خۆت لە خوێن و شلەکانی دیکەی لەش بپارێزە بە بەکارهێنانی دەستکێش.	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و چاودێرانی دیکەی تەندروستی لە دژی وردەزیندەوەرەکان.
٤.هەممو پێداویستیەکان کۆ بکەوە	بۆ رێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە
٥.لە فرمانەکە دڵنیا ببەوە ناسنامەی نەخۆشەکە پشڕاست بکەوە بە بەکار هێنانی لانی کەم دوو پێناسی نەخۆشەکە	فرمانەکە جۆری چارەسەرکردنەکە دیاری دەکات بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە بۆ دڵنیابوون لەوەی کە نموونەکە لە نەخۆشێکی دروست وەرگیراوە
٦.کردارەکە بۆ نەخۆشەکە ڕوون بکەوە	بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ و زیادکردنی هاوکاری وەرگرتنی ڕەزامەندی نەخۆشەکە پێدانی زانیاری زیاترو هەماهەنگی و لێک تێگەیشتن
٧.دەرگاکە دابخە یاخود بەربەستێک دابنێ یان پەردەکان دابدەرەوە	بۆ دەستەبەرکردنی تایبەتمەندێتی بۆ نەخۆشەکە کەمکردنەوی وردە زیندەوەرەکان
٨ .دڵنیا ببەوە لە ئامێری ئۆکسجینی کە نەخۆش هەناسەی پێدەدات و پلەی گەرمی لەشی نەخۆشەکە لە کاتی وەرگرتنی نموونەدا، پاشان تۆماری بکە لە ئەنجامی پشکنینەکان.	بۆ زانینی ڕێژەی ئۆکسجین ناو خوێنبەرەکانی خوێن
٩ .پشکنینی شاشەی ئێستای کۆگولاینەخۆش، ژماردنی قاپی، مێژووی پزیشکی و نەخشەی ڕەچەتەی چارەسەری دژە کولەیی.	بۆ دەستنیشانکردنی مەترسی شیاو بۆ خوێنبەربوون و ڕێکاری پۆست پێکهێنانی هەماتامۆ و لە کوێ گونجاودا، بۆ ڕێگرتن لە کونبوونی هەتا کاتی چاککردنەوەی پێکەوە هەڵکردن
١٠ .پشکنین و هەڵسەنگاندنی شانەی و پێکهاتەی ئەتۆمی دەوری سایتی بەنیاز بوون.	بۆ دەستنیشانکردنی هەر ڕووبەرێکی هەڵئاوسان یان توشبوون بە هەڵئاوسان یان شوێنی تری کونکردنی ئەگەر هەر یەکێک لەمانە هەن سایتەکە نابێت بەکار بهێنرێت
١١. شوێن و پەڵپی شادەماری تیشکی بە پەنجەکانی ناوەڕاست و ئیندێکس کراوی دەستی نازاڵ .	بۆ هەڵسەنگاندنی زۆرترین هەڵاوسی بۆ دڵنیابوون لە شادەماری تیشک کە سایتێکی گونجاوە بۆ خاڵبەندی سەرکەوتوو . دەستی زاڵ بۆ جێبەجێکردنی خاڵبەندی
١٢. پشکنینی Allen ئەنجام بدە. Allen: پشکنینێکی فیزیکیە کە ئەنجام دەدرێ بۆ هەڵسەنگاندنی ڕێژەی گەیشتنی خوێن بە دەستەکانمان لەڕێی خوێنبەرەکانی مەچەکەوە	بۆ هەڵسەنگاندنی کرانەوەی خوێمبەری Ulnar و سوڕی خوێن تێیدا، لەئەگەری ڕوودانی هەر گیرانێک یان زەبرێک لە خوێنبەری Radial
١٣.نەخۆشەکە لەسەر پشت ئامادەبکە: با پشتی دەستیشی- لەسەر جێگاکەی بێت، وەک مەچەکی بە گۆشەی ٤٠ بچەمێنەرەوە بە خاولیەکی لوولکراو بۆئەوەی بەدووربێت لە زۆر نوشتانەوەی (داوای هاوکارێک بکە گەر پێویست بوو) بۆئەوەی خوێنبەری Radialزۆر نزیک بێتەوە لەسەر ڕووی پێست	بۆ کەمکردنەوەی مەترسی جوڵەی زۆری نەخۆشەکە کە ڕەنگە ئەو جوڵەیە ببێتە هۆی شکستپێهێنانی کردارەکەمان بۆئەوەی بەجوانی مەچەک بنوشتێتەوە و داغلکردنی دەرزیەکەی ئاسان ببێت. زیاد لە حەد نوشتانەوەی مەچەک دەبێتەهۆی ئەوەی کە بەستەرەکان زۆر گرژ بن و هەست کردن بە خوێنبەرەکە ئاسان نەبێت
١٤.یەک بۆ دوو cc سرنجەکە ڕابکێشە پێش ئەوەی دەرزیەکە داغڵ بکەیت	بۆئەوەی شی بونەوەی پێکهاتەکانی خوێن ڕوونەدات . پەستانی خوێنبەرەکە دەبێتە هۆی بەپەلە هاتنە ناوەوەی خوێن بۆناو سرنجەکە (مەگەر نەخۆشەکە پەستانی خوێنی زۆر نزم بێت)
١٥.ڕاخەرێکی خاوێن لەژێر دەستی نەخۆشەکە دابنێ	بۆ کەمکردنەوەی مەترسی هەوکردن

و کردارەکە زۆر بە خاوێنی ئەنجامبدە.	
١٦ .دەستەکانت خاوێنبکەرەوە پاشان شوێنی کونکردنەکە بە کحول یان Chlorhexidine خاوێن بکەرەوە و وازیلێبهێنە تا وشت دەبێتەوە	بۆ کەمکردنەوەی مەترسی هەوکردن
١٧.بەنجێکی ناوچەیی (مەوزوعی) ئامادەبکە و بیدە لە نەخۆشەکە بە ڕێگای ژێر پێست .(SC) تەنها نیو یان یەک cc بەکاربهێنە بۆئەوەی بڵقێکی بچوک لە شوێنی دەرزی لێدانەکە دروست بکەیت.	بۆئەوەی ئازارکەمبکەیتەوە لەکاتی ئەمجامدانی کردارەکە. دەرمانی بەنجەکە دەبێتە هۆی فراوانکردنی خوێنبەرەکە لەو ناوچەیە و مەترسی گرژ بوونی خوێنبەرەکە کەمدەکاتەوە و وادەکات کردارەکەمان زیاتر سەرکەوتوو بێت. بەکارهێنانی ڕێژەیەکی زۆر لە دەرمانی بەنج و داغڵکردنی بە شێوەیەکی قوڵ دەکرێت ببێتە هۆی شێواوی لە شێوەی خوێنبەرەکە و کۆسپێک دروست بکات لەبەردەم کردارەکەماندا.
١٨ .دوای ئەوەی پێست کونکرا بەڵام تەنها پێش ئەوەی دەرمانی سڕکردنەکەی پێ بدرێت، پزیشکی کردەی ئەم کارە دەبێت دەرزی سرنجەکە بکێشێتەوە دواوە بۆ ئەوەی دڵنیابێتەوە لەوەی نەچۆتە ناو لوولەی خوێنەوە. بە هاتنە ناوەوەی خوێن بۆ ناو سرنجەکە ئەوە دەردەخات کە دەرزیەکە لە ناو ماسوولکەی نەخۆشەکەیە.	لێدانی ڕاستەوخۆی دەرزی دەرمانی بێهۆشکاری ڕەنگە ببێتە هۆکاری نارێکی لە لێدانی دڵ.
١٩ .سەری سرنجەکە لابدە، دەرزی قەبارە G٢٢ی پێوە پەیوەست بکەو بە دەستی زاڵت بیگرە.	بۆ ئەوەی یارمەتی دەر بێت و بە سەرکەوتوانە خوێنبەریRadial کون بکات.
٢٠ .دەرزیەکە بە گۆشەی ٣٠ بۆ ٤٥ بگرە بەشێوەک لا براوەکەی ڕووی لەسەرەوە بێت کەمێک لەدوور ئەو خاڵەی دیاریت کردووە کە کونی بکەیت. لەکاتی هەست کردن بە لێدانی خوێنبەری Radial نزیک لەو خاڵەی دیاریت کردووە بۆ کونکردنەکە، بە لەسەرخۆیی دەرزیەکە داغڵبکە بەڕووی خوێنبەرەکە تا خوێن دەبینیت دێتە ناو کۆتای دەرزیەکەوە.	بۆ کەمکردنەوەی ئەو زیانانەی بەر خوێنبەرەکە دەکەوێت. خستنە ناوەوەی خێرای دەرزیەکە لەوانەیە ببێتە هۆی بەربوونی ناوەکی لە خوێنبەرەکەدا. ئاگاداربە دەست نەدەیت لە شوێنی کونبوونەکە، ئەمەس لەبەر مەترسی کەم کردنەوەی دروست بوونی هەوکردن لەو ناوچەیەدا. وروژمی لێدان ئەوە دەردەخات کە نزیکە لە خوێن بەری.Radial پاڵەپەستۆی خوێن دەبێتەهۆی ئەوەی خوێن بەشێوەیەکی خۆڕسکانە بگەڕێتەوە بۆ ناو سرنجەکە.
٢١ .بە هێواشی هەوا تێکردنی سرنجەکە بە نەرمی ڕاکێشانی سەری سرنجی تایبەت بە وەرگرتنی خوێن لە خوێنبەرەوە بۆ کەمتر لە ٦. مل لە خوێن بۆ نموونەکە.	بۆ کەمکردنەوەی تەسکبوونەوەی خوێنبەرەکان ئەویش بە هۆی بەردەوام گرژبوونی لوولەکانی خوێن
٢٢ .دەرزیەکە بە هێواشی بهێنە دەرەوە، پاشان ڕاستەوخۆ دانانی low-linting swabs be و بەکارهێنانی کەمێک پەستان لەسەر شوێنەکە	بۆ ڕێگە گرتن لە دروست بوونی کۆ بوونەوەی خوێن لە دەرەوەی دەمارەکان و خوێن بەربوون.
٢٣ .دوای بەکارهێنانی کەلوپەلە پزیشکیەکان، هەریەک لەو پاشماوانەی کە هەیە دەبێت بکرێنە سندووقی پاشماوەکانی خۆیان کە جیاکراونەوە. پاشان یەکسەر مەچەکی بگەڕێنەوە بۆ شێوەی سروشتی خۆی دوای کۆکردنەوەی نموونەکە	بۆ دڵنیا بوونەوە لە باش بەڕێوەبردنی ئەو پاشەڕۆیانەی دروست دەبن لە شوێنە پزیشکیەکاندا و بۆ کەمکردنەوەی توشبوون بە برینداری بە هۆی دەرزی و ئەو کەلوپەلانەی تیژن و دەبنە هۆی بریندار بوون. زۆربوونی جووڵەی جوومگەکان لەوانەیە پەیوەندی هەبێت بەهۆی گۆڕان لە خوێنبەری.medial
٢٤ .فشارخستنەسەر بۆ کەمتر لە ٥ خولەک یان تا هیچ نیشانەیەکی خوێنبەربوون نابینرێت. داوای یارمەتی لە پەرستارێکی تر بکە ئەگەر پێویستی کرد.	بۆ کەم کردنەوەی لەدەستدانی خوێن و دڵنیابوونەوە لە هەبوونی فشارێو ڕێگری کردن لە خوێن مەین و لەدەستدانی خوێن یارمەتیدان لەگەڵ ئامێری فشار وا دەکات نموونەکە بە خێرای شیبکرێتەوە.
٢٥ .دەرکردنی هەر هەوایەک لە ناو سرنجەکە لەگەڵ داخستنەوەی سرنجەکە.	بۆ پاراستنی نموونەکە داخستنی بە قایمی بۆ ڕێگە گرتن لە چوونە ناوەوەی هەوا و ڕێگە گرتن لە ئەنجامی نادرووست.

٢٦ .نیشانه کردنی به ناو، ژماره و بەرواری لە دایکبوونی نەخۆشەکە لە پشت جێگای نەخۆشەکە.	بۆ ڕێگە گرتن لە نیشانە کردنی هەڵە لە کاتی دوورکەوتنەوە لە نەخۆشەکە. بۆ وەرگرتنی تۆماری ورد و دابینکردنی زانیاری دروست بۆ شیکردنەوەی لە تاقیگە.
٢٧ .دەستبەجێ ناردنی نموونەکە بۆ شوێنی ئامێرەکانی شیکردنەوەی ABG وەک تاقیگە، ICU، HDUیان بەشەکانی A&E. ئەگەر خوێندنەوەی نموونەکە دوابکەوێت نموونەکە بە سەهۆڵ بپێچەرەوە بۆ ڕێگە گرتن لە خوێن مەیین لە ناو سرنجەکە.	نموونەی ABG ڕاستەوخۆ دەتوانرێت ئیشی لەسەر بکرێت و بە شێوەیەکی ئاسای لە خولەکێکدا ئەنجامەکەی دەردەچێت. نموونەی خوێنی خوێنبەرەکان دەبێت وەربگیرێت لە بارودۆخێکی تووندی بێ هەوا دا و دانانی لەسەر سەهۆڵ و هەڵگرتنی لە پلەی ٠س تا کاتی شیکردنەوە.
٢٨. پشکنینی شوێنی دەرزی لێدانەکە و پاک کردنەوەی بە گۆزێکی پاک . پێچانەوەی بە شریت.	بۆ دابینکردنی فشار و ڕێگە گرتن لە دروستبوونی مەینی خوێن.
٢٩ .گفتوگۆبکە لەگەڵ کارمەندانی تەندروستی یان پەرستارەکان بۆ چاودێریکردنی وردی ئەو خوێنبەرەی کە خوێنەکەی لێوەرگیراوە	بۆ دڵنیابوون لە چارەسەری خێرا و گونجاو
٣٠ .بەکەکە بگەڕێنەرەوە کۆکردنەوەی کەلوپەلە بەکارهاتووەکان؛ پاککردنەوە، یان هەڵگرتنی بابەتەکان لە شوێنە گونجاوەکان. ناوچەکەت پاک بکەرەوە و وازی لێبینە وەک چۆن یەکەم جار چوویت	بۆ پاراستنی ناوچەکەو کەلوپەلەکان بەسەلامەتی و پاکوخاوێنی بۆ بەکارهێنانی داهاتوو
٣١ .دەستکێش لابدە و پاکژی دەست ئەنجام بدە	بۆ ڕێگریکردن لە پیسبوون

کردارەکە: چاندنی خوێن

پێناسە : چاندنی خوێن نموونەیەکی خوێنە کە لە تاکە خوێنبەرێک وەردەگیرێت یان CVAD بە مەبەستی پشکنینی ئەو زیندەوەرانەی لەڕێی خوێنەوە دەگوازرێنەوە (بەکتریا یان کەڕوو)و ئەو هەوکردنانەی پەیوەستن بەوانەوە . کوتانی نموونەی هەوایی و ناهەوایی خوێن لە دوو بوتڵی جیادا، کۆمەڵێک لە **چاندنی** خوێن لە خۆدەگرێ

مەبەست لەم کردارە:

- چاودێریکردنی پلەی گەرمی لەدەرەوەی مەودای ئاسایی(٣٨< یان ٣٦>)
- نیشانەکانی تووشبوون
- ڕێژەی لێدانی دڵ نارێکە (بەرزە)، پەستانی خوێن (کەم یان بەرز) یان ڕێژەی هەناسەدان (بەرز)
- لەرزین (موچورک) یان لەرزێکی توند
- بەرزبوونەوە یان زۆر نزمبوونەوەی ژمارەی خڕۆکە سپییەکان

پێداویستییەکان:

- خاوێنکردنەوەی پێست بە کهول (٢٪ کلۆرهیکسیدین لە ٧٠٪ کهولی ئیزۆپرۆپیل)
- دەفری کهولی بۆ پاککردنەوەی بوتڵی چاندنی خوێن (٢٪ کلۆرهیکسیدین لە ٧٠٪ کهولی ئیزۆپرۆپیل)
- کۆمەڵێک بوتڵی چاندنی خوێن (هەوایی و نا هەوایی)
- •دوو دەرزی (٢٠ بۆ ٢١ ئینج بۆ گەورەکان؛ ٢٣ بۆ ٢٥ ئینج منداڵان)
- دوو سرنجی mL٢٠
- دەستکێش
- گۆزی شاش
- دۆکیومێنت/فۆرمی گونجاو

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١.پێش دەستپێکردنی کارەکانت هەوڵبدە هەنگاوەکانی بیرخۆت بخەرەوە	بۆئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژان و لێتێکچوونێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لای نەخۆشەکە
٢.دەستەکانت خاوێنبکەرەوە بە مادەی پاکژکەرەوە	بۆ ڕێگری کردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی
٣.هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکار بهێنە کە پێویستەو خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش	بۆ پاراستنی خۆت، نەخۆشەکەو هەموو ئەوکەسانەی لە خەستەخانە ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچوکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا
٤.هەموو پێداویستیەکان کۆبکەرەوە	بۆ ڕێگریکردن لە پچرانی کردارەکە بۆئەوەی بە زووترین کات کردارەکە ئەنجامبدەیت
٥. دڵنیابەوە لە فرمانەکە و ناسنامەی نەخۆشەکە پشتڕاست بکەوە بە بەکارهێنانی لانی کەم دوو پێناسی نەخۆش.	فەرمانەکە جۆری خۆڵەبەرکردن بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆش ڕوون دەکاتەوە،
٦. ڕوونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆش	بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ بەدەستهێنانی ڕەزامەندی نەخۆشەکە پێدانی زانیاری خێراتر هەماهەنگی و لێکتێگەیشتن
٧.دەرگا دابخە و بەربەستێک دابنێ یان پەردەکان ڕاکێشە	بۆ پاراستنی تایبەتمەندی نەخۆش و کەمکردنەوەی زیندەوەرە وردەکان
٨.خاوێنکردنەوەی پێستی نەخۆش ئەگەر پیس بوو بە سابوون و ئاو پاشان وشکی بکەوە	بۆ کەمکردنەوەی مەترسی پیسبوون
٩. پێستی نەخۆش پاک بکەوە بە کلۆرهێکسیدین ٢٪ لە ٧٠٪ کهولی ئیزۆپرۆپیل بۆ ماوەی ٣٠ چرکە پاشان ٣٠ چرکە چاوەڕێبکە تا وشک دەبێتەوە .(وێنەی١٧-٨) پاش خاوێنکردنەوە جارێکی تر پەستان مەخەوە سەر ناوچەکە .	بۆ پاککردنەوەی پێویستی پێستەکە بۆ نەهێشتنی پیسبوون ڕێگریکردن لە دوبارە پیسبوونەوە لە ڕێگەی پەنجەکانەوە
١٠. سەری قوتووەکە یان قەپاغی دەفری چاندنەکە لاببە و پاشان پاککردنەوەی بە دووەم ٢٪ کلۆرهیکسیدین لە ٧٠٪ کهولی ئیزۆپرۆپیل وە ڕێگە بە وشکبوون بدە	بۆکەمکردنەوەی مەترسی پیسبوونی ژینگە کە دەبێتە هۆی ئەنجامی هەڵە و ئەرێنی
١١.تۆرنیکە ببەستە.(وێنەی١٦-٨)	بۆ باشتر گەیشتن بەخوێنبەر
١٢.قەپاخی دەرزیەکە لا ببە باڵەکان بکەوە	بۆوەرگرتنی نموونەی خوێن
١٣ .وەرگرتنی ١٠ بۆ ١٥ mLخوێنی خوێنبەرەکان بە بەکارهێنانی سرنج لە ٢٠ Ml سرنج لە دوو شوێنی جیاوازی شوێنی کونکردنەکە. (وێنەی١٨-٨)	دەبێت دوو نموونەی خوێن لە دوو شوێنی جیاواز وەربگری، بۆ پشتڕاستکردنەوەی گەشەی نموونەکە
١٤. بتڵی هەوایی هاوپێچ بکە یەکەم جار، بە ڕاستی ببهێڵەوە و هێڵەکانی سەربتڵەکە بەکاربهێنە بۆ ئەوەی بە وردی قەبارەی نموونەکان بپێویت.(وێنەی٢٠-٨) بەلایەنی کەمەوە ١٠ mL لە هەر بتڵێکدایە یان بەوشێوەیەی لەلایەن بەرهەمهێنەرەوە پێشنیار کراوە .(لابردنی بتڵ و جێگرتنەوەی بە بتڵی ناهەوایی، هەمان قەبارە وەربگرە و بتڵ لابدە	بۆ گرتنی ڕێگریکردن لە پیسبوونی بتڵی هەوایی بە ئۆکسجین لە نموونەکە

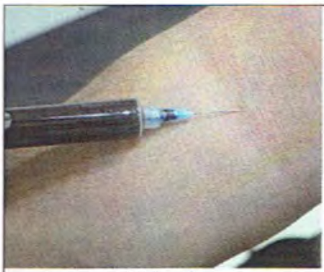
١٥.تۆرنیکاکە بکەرەوە پاشان (winged device) لا ببە و فشار لەسەر جێگەکەی دابنێ	بۆ ڕێگریکردن لە خوێن بەربوون لە ناوچەی کونکردنەکە
١٦. بوتڵەکان ناوبنێ بە زانیاریە وردەکانی نەخۆشی گونجاو، دڵنیاببەوە لە زانیاریەکان و داپۆشینیان بۆ ئەوەی کۆدەکان لێ نەبنەوە..(وێنەی٢٣-٨)	بۆ دڵنیابوون لەوەی کە نموونەکانی نەخۆشە ڕاستەکە دەگەیەنینە تاقیگە، پشکنینی داواکراو ئەنجام بدرێت و ئەنجامەکان بگەڕێندرێنەوە بۆ تۆماری نەخۆشەکە
١٧. فۆرمی داواکاری مایکرۆبایۆلۆجی تەواو بدە (بە زانیاری پەیوەندیداری وەک ئامازەو شوێن و کاتی ڕۆشنبیری).	بۆ پاراستنی تۆماری دروست و پێدانی زانیاری دروست بۆ شیکاری تاقیگەیی
١٨. ڕێکخستنی گەیاندنی خێرای تاقیگەی مایکرۆبایۆلۆجی بۆ ئەوەی دەستبەجێ کردارەکە ئەنجام بدرێت (یان جێهێشتنی بۆ ماوەیەک لەژێر ٣٧ پلەی سیلیزی)	بۆ زیاترکردنی هەلی دیاریکردنی ڕاست و دروست لە زیندەوەرە زیندووەکان
١٩.ئامێرو پێداویستیەکانت کۆدەکەیتەوە و ئەوشتانەی کە پیس بوون دەیخەیتە تەنەکەی خۆڵی تایبەت بە پاشەڕۆکە	بۆ پاراستنی شوێنەکە و پێداویستیەکان بەسەلامەتی و پاکوخاوێنی بۆ بەکارهێنانەوەی بۆ جاری داهاتوو
٢٠.دەستکێشەکانت لادەبەیت و دووبارە دەستەکانت پاک دەکەیتەوە	بۆ ڕێگریکردن لە مەترسی تووشبوون بە بەکتریا و پیسبوون

تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردن:

- بەڕوونی هۆکاری کردارەکە تۆماربکە،
- ڕێگەی وەرگرتنی خوێنەکە تۆمار بکە، ڕۆژ و بەروار، و جۆری پشکنینەکە،
- ناوچەی وەرگرتنی خوێنەکە تۆمار بکە،
- قەبارەی دەرزی و سرنجەکە تۆمار بکە،
- ئەنجامی پشکنینی STAT تۆمار بکە و لەکاتی هەبوونی هەر حاڵەتێکی نا ئاسایی چاودێرانی تەندروستی ئاگادار بکەوە،
- واژۆیەک بکە بۆ پاراستنی بەرپرسیارێتی پیشەیی،
- کۆکردنەوەی زانیاریەکان ، داتای بەردەوام دابین دەکات

وێنەی ٨-١٦

وێنەی ٨-١٧

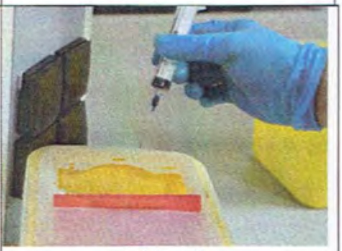


وێنەی ٨-١٨

وێنەی ٨-١٩

وێنەی ٨-٢٠

وێنەی ٨-٢١



وێنەی ٨-٢٢

وێنەی ٨-٢٣

وێنەی ٨-٢٤

بەشی نۆهەم

نموونەی شلەکانی لەش

نموونەی شلەکانی لەش

کردارەکە: وەرگرتنی نموونە

پێناسە: لە تاقیگەکاندا بەکاردێت بۆ وەرگرتنی نموونە لە پێست و لینجە پەردەکان. بۆ ناسینەوە و دەستنیشانکردنی وردە زیندەوەرەکان لە توشبوونێکی گومانلێکراودا، هەروەها بۆ دەستنیشانکردنی نەخۆشی بێئەوەی هیچ نیشانەیەکی نەخۆشییەکە دەرکەوتبێ.
چاندنی نموونە؛ زانیاری بەسوود بەدەست بخە، بۆ باشترکردنی بڕیاردان لەسەر ناسینەوە و چارەسەرکردن.

مەبەست لەئەنجامدانی کردارەکە:
لەکاتی هەبوونی هەر نیشانەیەک وەک: ئازار، سووربوونەوە، تا، هەوکردن، بۆن.
لەکاتی هەبوونی نیشانەکانی توشبوونی کۆئەندامی، یاخود تایەکی توند لە سەرچاوەیەکی نەزانراو.()
وەک بەشێک لە پرۆگرامێکی پشکنین .

پێداویستییەکان:
- دەستکێش
- بەروانکە (بەرگی پارێزەر)
- وەرگری نموونەی خاوێن
- ٠،٩ ٪ کلۆریدی سۆدیۆم
- نەشتەر
- سەرچاوەی رووناکی
- Tongue spatula بۆ نزمکردنەوەی زمانی نەخۆشەکە بەکاردێ
- Sterile speculum دووربینی پاک
- بەڵگەنامە و فۆرمی گونجاو

هەنگاوەکانی جێبەجێکردن	مەبەست لە هەنگاوەکان
١.جێبەجێکردنی ئەرکەکە، پێداچوونەوەی هەنگاوەکان	دابینکردنی پێوەر بۆ پێوانەکردنی ئاسایی نەخۆش، ئاراستەکردنی بۆ هەڵبژاردنی ئامێر و بارمەتی دیاریکردنی شوێن دەدات
٢.دەستەکانت بشۆ	بۆ رێگریکردن لە مەترسی توشبوون بە نەخۆشی
٣.بەکارهێنانی تەکنیکی ستاندارد و گونجاو، خۆت بە دوور بگرە لە خوێن و هەر شلەیەکی دیکە بە بەکارهێنانی دەستکێش،	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و سەرجەم چاودێرانی تەندوستی لە توشبوون بە وردە زیندەوەرەکان
٤.سەرجەم پێداویستییەکان ئامادە بکە	بۆ رێگری کردن لە دواکەوتنی کردارەکە
٥.لە ئەرکەکە دڵنیاببەوە، پاشان داوای پێناسی نەخۆشەکە بکە، لانی کەم دوو پێناسی تەواو بۆ دڵنیابوون.	جۆری چارەسەرکردن روون دەکاتەوە بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە بۆ دڵنیابوون لە جێبەجێکردنی رێگای چارەسەر لەسەر نەخۆشە دروستەکە و کەمکردنەوەی مەترسی لە توشبوون بە هەستیاری

٦.کردارەکە بۆ نەخۆشەکە روون بکەوە،	بۆ کەمکردنەوەی دودڵی لای نەخۆش وەرگرتنی ڕەزامەندی نەخۆش بۆ ئەنجامدانی کارەکە پێدانی زانیاری خێراتر و هەماهەنگی و لێکتێگەیشتن
٧.دەرگاکان دابخە یاخود بەربەستێک دابنێ یان پەردەکان دابدەرەوە،	بۆ پاراستنی ئارامی نەخۆش کەمکردنەوەی وردە زیندەوەرەکان
٨.وەرگرتنی نموونە: لە ڕێگەی گوێوە دڵنیاببەوە لەوەی ٣ کاتژمێر پێش ئەنجامدانی کردارەکە هیچ ماددەیەک بەکار نەهاتووە بۆ ناو گوێی نەخۆش ئەو پارچەیەی کە نموونەکەی پێ وەردەگری ڕاستەوخۆ دوای دەرهێنانی بیکەرە شوێنی مەبەست (گوێ) پاش وەرگرتنی نموونەکە بیخەرە ناو تیوبێکی پلاستیکی بۆ گواستنەوەی بۆ تاقیگە فۆرمی داواکاری مایکرۆبایۆلۆجی تەواو (شوێنی وەرگرتنی نموونە، سرووشتی نموونە) گەیاندنی خێرا بۆ تاقیگەی مایکرۆبایۆلۆجی یان هەڵگرتنی لە ساردکەرەوە لە پلەی (-8C٤)	بۆڕێگریکردن لە کۆکردنەوەی ئەو هۆکاری چارەسەرانە کە لەوانەیە ڕووپۆشی زیندەوەری هۆکاری نەخۆشی بکات و نموونەکە هەڵبوەشێنەوە بۆڕێگریکردن لە تووشبوون و بۆ کۆکردنەوەی دەردراوەکان / ماددەی گونجاو بۆ نموونەکە بۆ ڕێگریکردن لە پیسبوونی نموونە وەرگرەکە و دابینکردنی توانستی ژیان بۆ ماددە وەرگیراوەکە لە کاتی گواستنەوە بۆ دابینکردنی تۆمار و زانیاری ورد بۆ شیکردنەوەی تاقیگەیی بۆ بەدەستهێنانی باشترین بارودۆخ بۆ شیکردنەوەکە
٩. وەرگرتنی نموونە: لە ڕێگەی چاو داوا لە نەخۆش بکە کە سەیری سەرەوە بکات پارچەی وەرگری نموونەکە بە نەرمی بەلای بیلبیلەی چاودا بهێنە بە لینجە پەردەی خوارەوەی چاودا لەلای لووتەوە بۆ دەرەوە ئەگەر بۆ نموونەی کلامیدا بوو: لەکاتی وەرگرتن کەمێک فشاربکە ئەگەر نموونەت لە هەردوو چاو وەرگرت . ناو لە تیوبەکان بنووسە کەوا کامیان هی کام چاوەیە (ڕاست ، چەپ) پاش وەرگرتنی نموونەکە بیخەرە ناو تیوبێکی پلاستیکی و سەری دابخە بە جوانی بۆ گواستنەوەی بۆ تاقیگە فۆرمی داواکاری مایکرۆبایۆلۆجی تەواو(شوێنی وەرگرتنی نموونە، سروشتی نموونە) گەیاندنی خێرا بۆ تاقیگەی مایکرۆبایۆلۆجی	بۆ ڕێگریکردن لە زیانگەیاندن بە بیلبیلەی چاو بۆ دڵنیابوون لەوەی کە نموونەکە لە شوێنێکی دروست وەرگیراوە بۆ ڕێگریکردن لە پیسبوون بە دەستلێدان لە پێڵوی چاو بۆ بەدەستهێنانی هەرجۆرە زیندەوەرێک کە ئەگەری هەبێت لەو ناوچەیەدا بوونی هەبێت بۆ ڕێگریکردن لە دانانی سوابێکی هەڵە لەشوێنێکی هەڵە، بۆ ڕێگریکردن لە پیسبوونی سوابەکە یاخود نموونە وەرگرەکە لە کاتی گواستنەوەدا بۆ پاراستنی تۆماری دروست و پێدانی زانیاری دروست بۆ شیکاری تاقیگە بۆ بەدیهێنانی مەرجی گونجاو بۆ شیکردنەوە
١٠.وەرگرتنی نموونە: لە ڕێگەی لووت داوا لە نەخۆش بکە سەری بەرەو دواوە ببات نموونە وەرگرەکە تەڕبکە بە پاککەرەوەیەکی سوێر (sterile saline)	بۆ باشتر بینینی ناوچەکە بۆ ڕێگریکردن لە نائاسودەیی نەخۆشەکە پەردەی لووت بە ئاسایی وشک دەبێت و وردە زیندەوەرەکان زیاتر پەیوەست دەبن بە سوابە تەڕەکە، بۆ دڵنیابوون لەوەی کە نموونەی پێویست لە شوێنی دروستەوە

پاشان بەرەو شوێنی مەبەست بیبەرە ناوەوە وردە وردە بایبدە لەگەڵ بردنە ناوەوە هەمان کار دووبارە بکەوە لە کونەلووتەکەی دیکە پاش وەرگرتنی نموونەکە بیخەرە ناو تیوبێکی پلاستیکیەوە و سەری دابخە بەجوانی بۆ گواستنەوەی بۆ تاقیگە ئەگەر پێویست بوو نەخۆشەکە داپۆشە فۆرمی مایکرۆبایۆلۆژی تەواو بەلەخۆگرتنی زانیاری پەیوەندیدار وەک (شوێنی وەرگرتنی نموونە، سروشتی نموونە) ئەگەر نموونەیەک وەرگیرابێت بۆ پشکنین: گەیاندنی خێرا بۆ تاقیگەی مایکرۆبایۆلۆجی	دەست دەکەوێ، بۆ دووربوون لە زیان، بۆ باشکردنی کۆکراوەی وردە زیندەوەرەکان بۆ دوورکەوتنەوە لە پیسبوونی سوابەکە لە کاتی گواستنەوە بۆ دڵنەوایی نەخۆش بۆ پاراستنی تۆماری دروست و پێدانی زانیاری دروست بۆ شیکاری تاقیگە بۆ دڵنیابوون لەوەی کە تەنها ئەو زیندەوەرانە شیکاریان بۆ دەکرێت، بۆیە ئەنجام تەنها ئاماژە بە بوون یان نەبوون یان هەستیاریان دەکات بۆ بەدەستهێنانی مەرجی گونجاو بۆ شیکردنەوە
١١.وەرگرتنی نموونە : لە ڕێگەی چووک پێویستە نەخۆش بە لایەنی کەمەوە ١ کاتژمێر پێش کردارەکە میز نەکات. پێستی چووک گرژ دەبێت نموونە وەرگیراوەکە بە هێواشی بە ڕێڕەوی میزدا تێپەڕێکە و بەنەرمی بیخولێنەوە بە وریاییەوە سوابەکە بخەرە ناو تیوبە پلاستیکەکە و دڵنیابە لەوەی بەجوانی داخراوە و نوقمی ناو تیوبەکە بووە . فۆرمی مایکرۆبایۆلۆجی تەواو (بە زانیاری پەیوەندیدار وەک، ناوچەی وەرگرتنی نموونەکە، سروشتی نموونەکە) ڕێکخستنی گەیاندنی خێرا بۆ تاقیگەی مایکرۆبایۆلۆجی لە ماوەی ٤ کاتژمێردا	بۆ دڵنیایی نموونەکە لەو ناوچەیەی وەرگیراوە بۆ بەدەستهێنانی زۆرترین توانایی بینینی ناوچەکە لە کاتی وەرگرتنی نموونەکەدا بۆ کۆکردنەوەوی نموونەی دەردراوەکان بۆ دوورکەوتنەوە لە پیسبوونی سوابەکە پاراستنی ماددەکە یاخود نموونەکە لەکاتی گواستنەوەدا، بۆ پاراستنی تۆماری دروست و پێدانی زانیاری دروست بۆ شیکاری تاقیگە بۆ زیاترکردنی هەلی دیاریکردنی وردی زیندەوەرەکان و دڵنیابوون لە باشترین مەرجی گونجاو بۆ شیکارکردنی تاقیگە
١٢. وەرگرتنی نموونە: لە ڕێگەی کۆم سوابەکە بەهێواشی تێپەڕێکە بە کۆمدا لەگەڵ خولاندنەوە ئەگەر بۆ نموونە گومانی کرمی دەزولەیی هەبێت: لە دەوری کۆمەوە نموونەکە وەربگرە بە وریاییەوە سوابەکە بخەرە ناو تیوبی پلاستیکی و دڵنیابە لە باش داخرانی تیوبەکە لە کاتی گواستنەوە. فۆرمی داواکاری مایکرۆبایۆلۆجی تەواو (بە زانیاری پەیوەندیداری وەک، ناوچەی وەرگرتنی نموونەکە، سروشتی نموونەکە) ڕێکخستنی گەیاندنی خێرا بۆ تاقیگەی مایکۆبایۆلۆجی	بۆ دوورکەوتنەوە لە توشبوون لەبەر ئەوەی کرمی دەزولەیی لە سەر پێستی دەوری کۆم دەمێنێتەوە بۆ ڕێگریکردن لەپیسبوونی سوابەکە، پاراستنی نموونەکە لە کاتی گواستنەوە بۆ پاراستنی تۆماری دروست و پێدانی زانیاری دروست بۆ شیکاری تاقیگە، بۆ بەدیهێنانی مەرجی گونجاو بۆ شیکردنەوە
١٣. وەرگرتنی نموونە: لە ڕێگەی پێست بۆ وەرگرتنی نموونە لە پێستەوە بۆ (پشکنین، بۆ نموونە سەرەوی ڕان): پارچە لۆکەیەک تەڕبکە بە پاککەرەوەیەکی	وردە زیندەوەرەکان زیاتر پەیوەستن بە ماددەی شێدار بۆ دەستنیشانکردنی ئەو کەرووانەی کە لەسەر چینی دەرەوەی پێست نیشتەجێن، بۆ وێناکردنی بڕی نموونەکە و ڕێگەدان بە گواستنەوەی

سوێر (sterile saline) تەنها یەکجار پارچەکە بهێنە بە ناوچەی مەبەستدا بـۆ گومـانی کەڕووە ترسـناکەکان: پێویسـتە ڕووشـێک لە پێستەکە بکەین، ئامێرێکی برین یاخود چەقۆیەک دەدەین لە ناوچەی توشبوو. بەڵام نابێت ببێتە هۆی خوێنبەربوون . بە وریاییەوە سوابەکە بخەرە ناو تیوبێکی پلاستیکی و دڵنیابە لەوەی تیوبەکە بە جوانی داخراوە لە کاتی گواستنەوە لە کاتی ڕوشاندن یاخود کراندنی پێست: پارچە پێستەکان بخەرە ناو دەفرێکی پاک داواکاری فۆرمی مایکرۆبایۆلۆجی بە زانیاری پەیوەندیداری وەک ناوچەی وەرگرتنی نموونەکە، سروشتی نموونەکە) ڕێکخستنی گەیاندنی خێرا بۆ تاقیگەی مایکرۆبایۆلۆجی (لە پلەی گەرمی ژووردا)	ئاسانتر، بـۆ ڕێگریکـردن لە پیسـبوونی سـوابەکە و پاراسـتنی نـموونەکە لە کاتی گواستنەوە بـۆ ڕێـگەدان بە بەکارهێنـانی نموونەکـان بە شـێوەیەکی گونجـاو لە تاقیگەدا بۆ بەدەستهێنانی مەرجی گەنجاو بۆ شیکردنەوە
١٤. وەرگرتنی نموونە: لەڕێگەی گەروو داوا لە نەخۆشـــبکە ڕووبەڕوی ڕووناکیيەکی بەهـــێز دانیشێت، سەری بەرەو دواوە لار بکاتەوە و دەمی بکاتەوە و زمانی بچەسپێنە زمانی بە (spatula) بچسپێنە داوا لەنەخۆش بکە بڵێ 'ئاه' بەخێرایی بەڵام بەنەرمی سـوابەکە بهێنە بە هەر نـاوچەیەکی هەوکردن بە وریـــاییەوە ســـوابەکە بهێـــنەرەوە دەرەوە، و خـــۆت بەدووربگرە لەدەست لێدان لەهەر ناوچەیەکی دەم و زمان بە وریاییەوە سوابەکە بخەرە ناو تیوبی پلاستیکی و دڵنیابە لەوەی کە بە تەواوی داخراوە لە کاتی گواستنەوە فـۆرمی داواکاری مایکرۆبـایۆلۆجی بە زانیـاری پەیوەندیـدار، وەک (ناوچەی وەرگرتنی نموونەکە، سروشتی نموونەکە) ڕیکخستنی گەیاندنی خێرا بۆ تاقیگەی مایکرۆبایۆلۆجی	بۆ دڵنیابوون لە زۆرترین توانای بینینی ناوچەکە، ڕەنـگە کـردارەکە ببێـتە هـۆی ئەوەی نەخۆشـەکە هێڵـنج بـدات، (spatula) ڕێگە لە جوڵانی زمان دەگرێت کەدەبێتە هۆی پیسبوونی نموونەکە چـاڵکردن یـاخود چەسـپاندنی زمـان ڕێگـری دەکـات لەوەی نەخـۆش هێڵنج بدات بۆ بەدەستهێنانی نموونەی داواکراو بۆ ڕێگری لە پیسبوونی نموونەکە بۆ دوورکەوتنەوە لە پیسبوونی نموونەکە پاراستنی کاتی گواستنەوە بـۆ پاراسـتنی تۆمـاری دروسـت و پێدانی زانیاری دروسـت بـۆ شـیکاری تاقیگە بۆ بەدیهێنانی مەرجی گونجاو بۆ شیکردنەوە
١٥.وەرگرتنی نموونە: لەڕێگەی زێ نەخۆشـەکە بـخەرە سـەر ئەژنۆکـانی و قاچەکـانی لەیەک جیابکەوە ڕووناکیان لێبدە وەرگـرتنی نمـوونە بـۆ زێی نـزم: سـوابەکە بـخەرە نـاو بەشی خوارەوەی زێ بەنەرمی بیخولێنەوە وەرگـرتنی نمـوونە بـۆ زێی بەرز: دووربینەکە بە ئـاوی گەرم پاک بـکەوە و پاشـان لە نـاو زێدا دابنێ بـۆ جیـاکردنەوەی دیوارەکانی لەیەکتری، هەر مادەیەکی لینج بوونی هەبوو بە دیواری زێوە بە پارچە لۆکەیەک بیسڕە	بۆ وێناکردنی زێ بە ڕوونی بۆ بەدەستهێنانی نموونەی گونجاو بۆ دڵنیابوون لە زۆرترین توانای بینین لە ناوچەکە بۆ ئەوەی نموونەی گونجاوت دەستبکەوێ بۆ یارمەتیدان و دڵنەوایی نەخۆشەکە بۆ دوورکەوتنەوە لە پیسبوونی سوابەکە و پاراستنی نموونەکە لە کاتی گواستنەوەدا بـۆ پاراسـتنی تۆمـاری دروسـت و پێدانی زانیاری دروسـت بـۆ شـیکاری

ڕێگە بە نەخۆش بدە بۆ گەڕانەوە بۆ باری ئاسودەیی، بە وریاییەوە سوابەکە بخەرە ناو تیوبی پلاستیکی و دڵنیابە لەوەی بە تەواوی سەری تیوبەکە داخراوە لە کاتی گواستنەوە، فۆرمی داواکاری مایکرۆبایۆلۆجی بە زانیاری پەیوەندیدار وەک، ناوچەی وەرگرتنی نموونەکە، سروشتی نموونەکە. ڕێکخستنی گەیاندنی خێرا بۆ تاقیگەی مایکرۆبایۆلۆجی	تاقیگەیی بۆ بەدیهێنانی مەرجی گونجاو بۆ شیکردنەوە
١٦. وەرگرتنی نموونە: لە برین لابردنی برینپێچەکە ئەگەر هەبوو •دەستکێش لا بدە و دەستەکانت پاک بکەوە، دەفری برینپێچە پاکەکە بکەوە و دەستکێشی پاک لەدەست بکە •سوابەکە بسوڕێنە بەسەر ڕووبەری ١ بۆ ٢سم لە شانەی گونجاو لە نزیک سەنتەری برینەکە بۆ ماوەی ٥ چرکە و بەکارهێنانی فشاری پێویست •ئەگەر برینەکە وشک بوو، دەبێت سوابەکە بە (٠,٩%) سۆدیۆم کلاید شیبکرێتەوە •ئەگەر کێم بوونی هەبوو پێویستە بە بەکارهێنانی سرنجێکی خاوێن دەربهێنرێت •بە وریاییەوە سوابەکە بخەرە ناو تیوبێکی پلاستیکی و دڵنیابە لەوەی بە تەواوەتی داخراوە لەکاتی گواستنەوە •دووبارە برینەکە بپێچەوە •دەستکێشەکان لەگەڵ بەروانکە یاخود بەرگی پارێزەر لا بدە، سەرجەم پاشەڕۆکان فڕێبدە و دووبارە دەستەکانت بشۆ •فۆرمی مایکرۆبایۆلۆجی بەتەواوی زانیاری پەیوەندیدار، ناوچەی وەرگرتنی نموونەکە، سروشتی نموونەکە •ڕێکخستنی گەیاندنی خێرا بۆ تاقیگەی مایکرۆبایۆلۆجی (لەپلەی گەرمی ژووردا	بۆ پشاندانی برینەکە لە کاتی ئامادەکاری بۆ وەرگرتنی نموونە بۆ کەمکردنەوەی مەترسی توشبوون و ئامادەکردنی ئامێرەکانی وەرگرتنی نموونە بۆ ئەوەی سوابەکە وردە زیندەوەرەکان لەخۆ بگرێت کە لەناو برینەکەدا هەن بۆ ڕێگریکردن لە پیسبوونی نموونەکە و پاراستنی لە کاتی گواستنەوەدا بۆ کەمکردنەوەی مەترسی گواستنەوە بۆ پاراستنی تۆماری دروست و پێدانی زانیاری دروست بۆ شیکاری تاقیگە، بۆ بەدیهێنانی مەرجی گەنجاو بۆ شیکردنەوە
١٧.گەڕاندنەوەی یەکەکە. کۆکردنەوەی پێداویستیە بەکار هاتووەکان و پاککردنەوەی شوێنەکە و بەجێهێشتنی شوێنەکە وەک چۆن بەکەم جار چووی	بۆ مانەوەی شوێنەکە و پێداویستیەکان بە پاکی بۆ بەکارهێنانی دواتر
١٨. لابردنی دەستکێش و ئەنجامدانی پاکوخاوێنی دەستی	بۆ ڕێگریکردن لە مەترسی توشبوون بە نەخۆشی و پیسبوون

تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردن:

- به ڕوونی هۆکاری کردارەکە تۆمار بکە
- ڕێگەی وەرگرتنی نموونەکە تۆمار بکە، ڕۆژ و بەروار و جۆری پشکنینەکە
- ئەنجامی پشکنینی STAT تۆمار بکە، لەکاتی هەبوونی هەر حاڵەتێکی نا ئاسایی چاودێرانی تەندرو ئاگاداربکەوە
- واژۆیەک بکە بۆ پاراستنی بەرپرسیارێتی پیشەیی
- کۆکردنەوەی دۆکیۆمێنتەکان داتای بەردەوام دابین دەکات

وێنەی ٨-٢٥

وێنەی ٨-٢٦

وێنەی ٨-٢٧

کردارەکە : وەرگرتنی میز

پێناسە: ئامانجی وەرگرتنی میز بۆ دیاریکردنی وردە زیندەوەرەکانە کە دەبێتە هۆی توشبوون بە نەخۆشی لە ناو میزدا. پشکنینی میز ئەو پشکنینەیە کە لە مایکرۆبایۆلۆجی، کیمایی، مایکرۆسلۆپیک و پشکنینی جەستەیی میزەکە لە خۆ دەگرێت. هەوکردنی میز ئەنجامی هەبوونی بەکتریایە و زیادبوونی لە شێوەیەک یان زیاتر لە پێکهاتەی میزەڕۆدا لەگەڵ داگیرکردنی شانەکە.

مەبەست لە ئەنجامدانی کردارەکە:

- لەکاتی هەبوونی هەر نیشانەیەک کە ئاماژە بۆ هەوکردنی ڕێڕەوی میزەڕۆدا
- ئەگەر هەرنیشانەیەکی توشبوونی کۆئەندامی هەبوو

پێداویستییەکان:

- پاککەرەوە وەک (سابوون و ئاو، (0.9%) سۆدیۆم کلۆرید)
- دەفری نموونە وەرگری خاوێن
- دەستکێشی پاک(non-sterile)
- بەروانکە یاخود بەرگی پارێزەر
- بەڵگەنامە و فۆرمی گونجاو

هەنگاوەکانی جێبەجێکردن	مەبەست لەئەنجامدانی ئەم کردارە
١.جێبەجێکردنی ئەرکەکە و پێداچوونەوەی هەنگاوەکان	دابینکردنی پێوەر بۆ پێوانەکردنی ئاسایی نەخۆش، ئاراستەکردنی بۆ هەڵبژاردنی ئامێر و یارمەتی دیاریکردنی شوێن دەدات
٢.ئەجامدانی پاکوخاوێنی دەست	بۆ ڕێگریکردن لە مەترسی توشبوون بەنەخۆشی
٣. بەکارهێنانی تەکنیکی ستاندارد و گونجاو، خۆت بە دوور بگرە لە خوێن و هەر شلەیەکی دیکە بە بەکارهێنانی دەستکێش	بۆپاراستنی خودی خۆت و نەخۆشەکە و سەرجەم چاودێرانی تەندروستی
٤.سەرجەم پێداویستییەکان ئامادە بکە	بۆ ڕێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە
٥. لە ئەرکەکە لە نەخۆشەکە دڵنیاببەوە، ئەویش بە بەکارهێنانی لانی کەم دوو پێناسی نەخۆش،	بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە بۆ دڵنیابوون لە جێبەجێکردنی ڕێگای چارەسەر لەسەر نەخۆشە دروستەکە
٦. کردارەکە بۆ نەخۆشەکە ڕوونبکەوە	بۆ کەم کردنەوەی دوودڵی لای نەخۆشەکە وەرگرتنی ڕەزامەندی نەخۆشەکە بۆ ئەنجامدانی کردارەکە پێدانی زانیاری خێراتر و هەماهەنگی و لێکتێگەیشتن

٧. دەرگاکان دابخە یان بەربەستێک دابنێ یاخود پەردەکان دابدەرەوە	بۆ پاراستنی ئارامی نەخۆش کەمکردنەوەی وردە زیندەوەرەکان
٨. وەرگرتنی میز: نێر داوا لە نەخۆش بکە دەستەکانی بشوات بە ئاو و سابون داوا لەنەخۆش بکە پێستی دەوری کونی میزەڕۆ پاک بکاتەوە بە ئاو و سابون، (%0.9) کلۆریدی سۆدیۆم داوا لەنەخۆش بکە یەکەم میزی ناو میزەڕۆ بەتاڵ بکاتەوە (15-30ml)بۆ ناو توالێت میزەکە بخەرە تیوبی پاکی تایبەت بە میز ئەو میزەی کە ماوە بەتاڵی بکەرە توالێت نموونەکە بگوازەوە بۆ دەفری نموونەکان دوبارە داوا لەنەخۆش بکە دەستەکانی بشوات نموونەکە دەستنیشان بکە، فۆڕمی داواکاری مایکرۆبایۆلۆجی تەواو بە زانیاری پەیوەندیدار پڕبکەوە نموونەکە ڕاستەوخۆ بنێرە بۆ تاقیگە لە ماوەی ٤ کاتژمێر یاخود هەڵگرتنی لە ساردکەرەوەدا لە پلەی (C٤)	بۆ کەمکردنەوەی مەترسی توشبوون بۆ باشتر خاوێنبوونەوە و کەمکردنەوەی مەترسی پیسبوون بۆ ڕێگریکردن لە وروژم کردنی میز و پیسبوونی نموونەکە بە وردە زیندەوەرەکان بۆڕێگریکردن لە پیسبوونی نموونەکە و دڵنیابوون لەوەرگرتنی بۆ ئاسوودەیی نەخۆش بۆ ناردنی بۆ تاقیگە بۆ پاراستنی تۆماری دروست و پێدانی زانیاری دروست بۆ شیکاری تاقیگە بۆ دڵنیابوون لە باشترین حاڵەت لەئەگەری هەبووندا ڕێگریکردن لە بڵاوبوونەوەی وردە زیندەوەرەکان
٩. وەرگرتنی میز: مێ داوا لە نەخۆش بکە دەستەکانی بەسابون و ئاو بشوات داوا لە نەخۆش بکە لێوەکانی دەوری زێ لەیەکتر دور بخاتەوە و دەرچەی میزەڕۆ پاک بکاتەوە بە ئاو و سابوون، (%0.9) کلۆریدی سۆدیۆم بەکارهێنانی سوابێکی جیا بۆ سڕینەوە و سڕینەوە لە پێشەوە بۆ دواوە داوا لەنەخۆش بکە بۆ بەتاڵکردنەوەی یەکەم ڕێژەوی میز بۆ ناو توالێت (15-30ml) میزەکە بخەرە تیوبی پاکی تایبەت بە میز ئەو میزەی کە ماوە بەتاڵی بکەرە توالێت نموونەکە بگوازەوە بۆ دەفری نموونەکان دوبارە داوا لەنەخۆش بکە دەستەکانی بشوات نموونەکە دەستنیشان بکە، فۆڕمی داواکاری	بۆ کەمکردنەوەی مەترسی توشبوون بۆ باشتر خاوێنبوونەوە و کەمکردنەوەی مەترسی پیسبوون بۆ ڕێگریکردن لە وروژم کردنی میز و پیسبوونی نموونەکە بە وردە زیندەوەرەکان بۆڕێگریکردن لە پیسبوونی نموونەکە و دڵنیابوون لەوەرگرتنی بۆ ئاسودەیی نەخۆش بۆ ناردنی بۆ تاقیگە بۆ پاراستنی تۆماری دروست و پێدانی زانیاری دروست بۆ شیکاری تاقیگە بۆ دڵنیابوون لە باشترین حاڵەت لەئەگەری هەبووندا و ڕێگریکردن لە بڵاوبوونەوەی وردە زیندەوەرەکان

مایکرۆبایۆلۆجی تەواو بە زانیاری پەیوەندیدار پڕبکەوە. نموونەکە ڕاستەوخۆ بنێرە بۆ تاقیگە لە ماوەی ٤ کاتژمێر یاخود هەڵگرتنی لە ساردکەرەوەدا لە پلەی4C	
١٠. گەڕانـدنەوەی یەکەکە. کـۆکردنەوەی پێداویسـتیە بەکارهاتووەکـان و پاککردنەوەی شوێنەکە، وە بەجێهێشتنی شوێنەکە وەک چۆن یەکەم جار چوویت	بۆ مانەوەی شوێنەکە وکەل و پەلەکان بە پاکی بۆ بەکارهێنانی دواتر
١١. لابردنی دەستکێش و ئەنجامدانی پاکوخاوێنی دەست	بۆ ڕێگریکردن لە توشبوون بە نەخۆشی

تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردن:

- بەڕوونی هۆکاری کردارەکە تۆمار بکە
- ڕێگەی وەرگرتنی نموونەکە تۆمار بکە، ڕۆژ و بەروار و جۆری پشکنینەکە
- ئەنجامی پشکنینی STAT تۆمار بکە و لەکاتی هەبوونی هەر حاڵەتێکی نا ئاسایی چاودێرانی تەندروستی ئاگادار بکەوە
- واژۆیەک بکە بۆ پاراستنی بەرپرسیارێتی پیشەیی
- کۆکردنەوەی دۆکیومێنتەکان داتای بەردەوام دابین دەکات

کردارەکە: نموونەی سۆندەی میز(CSU)

پێداویستییەکان:

- دەستکێشی خاوێن (sterile gloves)
- بەروانکە یاخود بەرگی پارێزەر
- سرنج
- گیرەی نەبڕ (non-traumatic clamps)
- بەڵگەنامە و فۆرمی گونجاو
- دەفەی نموونەکان
- پاککەرەوە (alcohol- based swab , alcohol pad)
- دەستکێش (non-sterile gloves)

هەنگاوەکانی جێبەجێکردن	مەبەست لە هەنگاوەکان
١.جێبەجێکردنی ئەرکەکە و پێداچوونەوەی هەنگاوەکان	دابینکـردنی پێـوەر بـۆ پێـوانەکردنی ئاسـایی نەخـۆش، ئاراستەکردنی بۆ هەڵبژاردنی ئامێر و یارمەتی دیاریکردنی شوێن دەدات
٢. ئەنجامدانی پاکوخاوێنی دەست	بۆ رێگریکردن لە مەترسی توشبوون بە نەخۆشی
٣. بەکارهێنـانی تەکنـیکی سـتاندارد و گونجـاو، خـۆت بەدوور بگـرە لەخوێن و هەر شلەیەکی دیکە بە بەکارهێنانی دەستکێش	بـۆ پاراسـتنی خـودی خـۆت و نەخۆشـەکە و سـەجەم کارمەندانی تەندروستی
٤. سەرجەم پێداویستییەکان ئامادە بکە	بۆ رێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە
٥. لە ئەرکەکە و لە نەخۆشـەکە دڵنیـابیەوە بە بەکارهێنـانی لانی کەم دوپێناسی نەخۆش	بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆش بۆ دڵنیابوون لە جێبەجێکردنی رێگای چارەسەر لەسەر نەخۆشە دروستەکە
٦. کردارەکە بۆ نەخۆشەکە روونبکەوە	بۆ کەمکردنەوەی دودڵی لای نەخۆش وەرگرتنی رەزامەنـدی نەخـۆش بـۆ ئەنجامـدانی کارەکە پێدانی زانیاری زیاتر و هەماهەنگی و لێکتێگەیشتن
٧.دەرگاکان دابخە یان بەربەستێک دابنێ یان پەردەکان دابدەوە	بۆ پاراستنی ئارامی نەخۆش کەمکردنەوەی وردە زیندەوەرەکان
٨. ئەگەر میز بوونی نەبوو یاخود دیار نەبوو لە ناو سۆندەکە: بەدەسـت پـاکی بـکەوە بە لێکخشـاندن، بەڵام بە بەکارهێنـانی بەرگی پارێزەر و لەدەستکردنی دەستکێش	بۆ رێگریکردن لە مەترسی بڵاوبوونەوەو توشبوون
٩. گیرە نەبڕەکە لە چەند سانتیمەترێک سەرووی شوێنی وەرگرتنی نموونەکە دابنێ	بۆ دڵنیایی کۆکردنەوە یان وەرگرتنی بری پێویست لە نموونە
١٠.دەستەکانت بە ئاو و سابوونی دژە میکرۆب بشۆ یاخود دەستەکانت پاک بکەوە بە پاککەرەوە (alcohol rub) پاشان دەستکێش لەدەست بکە	بۆ رێگریکردن لە بڵاوبوونەوەی نەخۆشی
١١. شوێنی نموونەکان بسرە بە (, 2% chlorohexidine 70% isopropyl alcohol) پاشان وازی لێبێنە وشک ببێتەوە بۆ ماوەی ٣٠ چرکە	بۆ پاک راگرتنی نموونەکان و رێگریکردن لە ئەنجامی نادروست
١٢. لەکاتی بەکارهێنانی سرنج: بەکارهێنانی سرنجێکی خاوێن، بـردنە نـاوەوەی بەگۆشـەی ٤٥ بۆناوەنـدی سـۆندەکە ئەو رێژەمیزەی پێویستە وەربیگرە و سرنجەکە رابکێشەوە دەرەوە . لەهەردوو حاڵەتی بە دەرزی و بێ دەرزی	بۆ کەمکردنەوەی مەترسی کونکردنی دیواری سۆندەکە
١٣. گواستنەوەی بری پێویست لە نموونەکە (نزیکەی ١٠مل) بۆ ناو دەفرێکی پاک	بـۆ دورکەوتـنەوە لە پیسـبوون و رێـگەدان بە پرۆسـەی وردی بایۆلۆجی

١٤. ئامێرە تیژەکان وەک دەرزی سرنجەکە بۆ ناو دەفری ئامێرە تیژەکان	بۆ ڕێگریکردن لە مەترسی برینداربوون
١٥. دەفری نموونەکان پاک بکەوە و ڕێگە بە وشک بوونەوە بدە	بۆ کەمکردنەوەی پیسبوون و کەمکردنەوەی مەترسی توشبوون
١٧. پێداویستیە بەکارهاتووەکان فڕێبدە و بەروانکە یاخود بەرگی پارێزەر و دەستکێشەکان لابدە	بۆ دڵنیایی و کەمکردنەوەی مەترسی توشبوون بە نەخۆشی
١٨. نموونەکە دەستنیشان بکە و فۆرمی داواکاری مایکرۆبایۆلۆجی تەواو کە زانیاری پزیشکی پەیوەندیدار لەخۆدەگرێت وەک نیشانەکانی توشبوون پربکەوە	بۆ پاراستنی تۆماری ورد و پێدانی زانیاری دروست بۆ شیکاری تاقیگە
١٩. گەیاندنی نموونەکان بۆ تاقیگە بە خێرایی لە ماوەی ٤ کاتژمێر یاخود هەڵگرتنی لە ساردکەرەوەدا لە پلەی(C٤)	بۆ دڵنیابوون لە باشترین مەرجی شیکردنەوە بۆ ڕێگریکردن لە زۆربوونی وردە زیندەوەرەکان
٢٠. گەراندنەوەی یەکەکە. کۆکردنەوەی پێداویستیە بەکار هاتووەکان و پاککردنەوەی شوێنەکە و بەجێهێشتنی شوێنەکە وەک چۆن یەکەم جار چوویت	بۆ مانەوەی شوێنەکە و پێداویستیەکان بە پاکی بۆ بەکارهێنانی دواتر
٢١. دەستکێشەکان لابدە و دەستەکانت بشۆ	بۆ ڕێگریکردن لە توشبوون بە نەخۆشی

تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردن:

- بەڕووونی هۆکاری کردارەکە تۆمار بکە
- ڕێگەی وەرگرتنی نموونەکە تۆمار بکە، ڕۆژ و بەروار و جۆری پشکنینەکە
- ئەنجامی پشکنینی STAT تۆمار بکە و لەکاتی هەبوونی هەر حاڵەتێکی نا ئاسایی چاودێرانی تەندروستی ئاگادار بکەوە
- واژۆیەک بکە بۆ پاراستنی بەرپرسیارێتی پیشەیی
- کۆکردنەوەی دۆکیومێنتەکان داتای بەردەوام دابین دەکات

کردارەکە: نموونەی میز لە ٢٤ کاتژمێر

پێداویستییەکان:

- دەفرەکانی کۆکردنەوەی میزی پاک
- دەفرێکی گەورەی دەستنیشانکراو بە تەواوی زانیاری نەخۆش

هەنگاوەکانی جێبەجێکردن	مەبەست لەم هەنگاوە
١. جێبەجێکردنی ئەرکەکە و پێداچوونەوەی هەنگاوەکان	دابینکردنی پێوەر بۆ پێوانەکردنی ئاسایی نەخۆش ئاراستەکردنی بۆ هەڵبژاردنی ئامێر و پارمەتی دیاریکردنی شوێن دەدات
٢. ئەنجامدانی پاکوخاوێنی دەست	بۆ رێگریکردن لە مەترسی توشبوون بەنەخۆشی
٣. بەکارهێنانی تەکنیکی ستاندارد و گونجاو، خۆت بەدوور بگرە لەخوێن و هەر شلەیەکی دیکە بە بەکارهێنانی دەستکێش	بۆ پاراستنی خودی خۆت و نەخۆشەکە و سەجەم کارمەندانی تەندروستی
٤. سەرجەم پێداویستییەکان ئامادە بکە	بۆ رێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە
٥. لە ئەرکەکە دڵنیا ببەوە و لە نەخۆشەکە بە بەکارهێنانی لانی کەم دوپێناسی نەخۆش	بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆش بۆ دڵنیابوون لە جێبەجێکردنی رێگای چارەسەر لەسەر نەخۆشە دروستەکە
٦. بەتەواوی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە روون بکەوە ئاگاداری بکەوە هیچ میزێک فڕێنەدات لە ماوەی ٢٤کاتژمێر، نەخۆشەکە پێویستە بەتەواوی لە کردارەکە تێبگات بۆ ئەوەی دووربێت لە پیسبوون	بۆ کەمکردنەوەی دوڵی لای نەخۆش وەرگرتنی رەزامەندی نەخۆش بۆ ئەنجامدانی کارەکە پێدانی زانیاری زیاتر و هەماهەنگی و لێکتێگەیشتن
٧.دەرگاکان دابخە یان بەربەستێک دابنێ یان پەردەکان دابدەوە	بۆ پاراستنی ئارامی نەخۆش کەمکردنەوەی وردە زیندەوەرەکان
٨. داوا لەنەخۆش بکە میز بەتاڵ بکات و ئەم نموونەیە فڕێ بدە	بۆ دامەزراندنی کاتی دەستپێکی ماوەی ٢٤ کاتژمێری
٩. هەموو ئەو میزەی لە ماوەی ٢٤ کاتژمێردا تێپەڕیووە دەبێت لەدەفرێکی پاکی تایبەت بە میزدا هەڵبگیرێت	بۆ دڵنیابوون لە نموونەکە و گۆڕانی کیمیایی لەش لە ماوەی ئەو ٢٤ کاتژمێرەدا
١٠. دەفری میزەکە بەتەواوی بەتاڵ بکرێت و کاری پێبکرێت یان دەفرێکی میزی دیکە بەکاربهێنرێت. دەستنیشانکردن ئاماژە بەکاتی	بۆ ئەوەی بەروونی ئاماژە بەهەموو کارپێکەرەکان بکات لە ماوەی

دەستپێکردنی ٢٤ کاتژمێری دەکات	ئەو ٢٤ کاتژمێرەدا
١١.ئەگەر کارپێکراو بوو میز بگوێزەرەوە لە کۆگای کۆکردنەوە بۆ ناو کۆگای نموونەکان	بۆ دڵنیابوون لە کۆکردنەوەی نموونەکان لە دەفری گونجاو بۆ گواستنەوەی سەلامەت بۆ تاقیگە
١٢. نموونەکە دەستنیشان بکە و فۆرمی داواکاری تەواو	بـۆ پاراسـتنی تۆمـاری ورد و پێـدانی زانیـاری دروسـت بـۆ شیکاری تاقیگە
١٣. بە زووترین کات دوای تەواوبوونی ٢٤ کاتژمێرەکە نموونەکە بۆ تاقیگە بنێردرێت	بۆ ڕێگەدان بە پرۆسەو شیکردنەوەی وردی تاقیگە
٢٠. گەڕاندنەوەی یەکەکە. کۆکردنەوەی پێداویستیە بەکار هاتووەکان و پاککردنەوەی شوێنەکە و بەجێهێشتنی شوێنەکە وەک چۆن یەکەم جار چوویت	بۆ مانەوەی شوێنەکە و پێداویستیەکان بە پاکی بۆ بەکارهێنانی دواتر
٢١. دەستکێشەکان لابدە و دەستەکانت بشۆ	بۆ ڕێگریکردن لە توشبوون بە نەخۆشی

تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردن:

- بەڕوونی هۆکاری کردارەکە تۆمار بکە
- ڕێگەی وەرگرتنی نموونەکە تۆمار بکە، ڕۆژ و بەروار و جۆری پشکنینەکە
- ئەنجامی پشکنینی STAT تۆمار بکە و لەکاتی هەبوونی هەر حاڵەتێکی نا ئاسایی چاودێرانی تەندروستی ئاگادار بکەوە
- واژۆیەک بکە بۆ پاراستنی بەرپرسیارێتی پیشەیی
- کۆکردنەوەی دۆکیومێنتەکان داتای بەردەوام دابین دەکات

کردارەکە: وەرگرتنی نموونە لە پیسایی

پێناسە : نموونەی پیسایی لە بنەڕەتدا بۆ شیکاری مایکرۆبایۆلۆجی دەستدەکەوێ، بۆ جیاکردنەوە و دەستنیشانکردنی زیندەوەرەکانی هۆکاری نەخۆشی، ڤایرۆسی یان مشەخۆری کە گومان دەکرێت ببێتە هۆی هەوکردنی گەدە و ڕیخۆڵە. هەروەها ڕەنگە نموونەییەکانی پیسایی بۆ پشکنینی دیکە دەستبکەوێ بۆ ئەوەی ماددەی دیکە بدۆزرێتەوە، وەک خوێنێکی شاراوە یان شێرپەنجەی کۆڵۆن .

مەبەست لەم کردارە:

- بۆ ناسینەوەی هۆکاری نەخۆشی لەبوونی ماوەی درێژخایەن و بەردەوام یان سکچوونی درێژخایەن

- ئەگەر نەخۆشەکان باش نەبن بە هەبوونی نیشانەکانی وەک ئازار، لەدەستدانی کێش، دڵ تێکەڵهاتن و رشانەوە، تا.
- بۆ لێکۆڵینەوەی سکچوون کە لە دوای گەشت روودەدات
- بۆ ناسینەوەی مشەخۆرەکان وەک کرمی شریتی
- بۆ ناسینەوەی خوێنی شاراوە ئەگەر گومان لە خوێنبەربوونی ریخۆلە بکرێت

پێداویستییەکان:

- دەفری پیسایی بۆ نەخۆشی سەر جێگە(bedpan)
- دەفری خاوێنی نموونەکان
- دەستکێش (non-sterile)
- بەڵگەنامە و فۆرمی گونجاو

هەنگاوەکانی جێبەجێکردن	مەبەست لەم هەنگاوە
١. جێبەجێکردنی ئەرکەکە و پێداچوونەوەی هەنگاوەکان	دابینکردنی پێوەر بۆ پێوانەکردنی ئاسایی نەخۆش، ئاراستەکردنی بۆ هەڵبژاردنی ئامێر و بارمەتی دیاریکردنی شوێن دەدات
٢. ئەنجامدانی پاکوخاوێنی دەست	بۆ رێگریکردن لە مەترسی توشبوون بەنەخۆشی
٣. بەکارهێنانی تەکنیکی ستاندارد و گونجاو، خۆت بەدور بگرە لەخوێن و هەر شلەیەکی دیکە بە بەکارهێنانی دەستکێش	بۆ پاراستنی خودی خۆت و نەخۆشەکە و سەجەم کارمەندانی تەندروستی
٤. سەرجەم پێداویستییەکان ئامادە بکە	بۆ رێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە
٥. لە ئەرکەکە و لە نەخۆشەکە دڵنیاببەوە بە بەکارهێنانی لانی کەم دوپێناسی نەخۆش	بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆش بۆ دڵنیابوون لە جێبەجێکردنی رێگای چارەسەر لەسەر نەخۆشە دروستەکە
٦. بەتەواوی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە روون بکەوە	بۆ کەمکردنەوەی دودڵی لای نەخۆش وەرگرتنی رەزامەندی نەخۆش بۆ ئەنجامدانی کارەکە پێدانی زانیاری زیاتر و هەماهەنگی و لێکتێگەیشتن
٧.دەرگاکان دابخە یان بەربەستێک دابنێ یان پەردەکان دابدەوە	بۆ پاراستنی ئارامی نەخۆش کەمکردنەوەی وردە زیندەوەرەکان
٨. داوا لە نەخۆش بکە پیسایی بکاتە ناو دەفری تایبەتی پیسایی	بۆ رێگریکردن لە پیسبوون

٩. ئەگەر نەخۆش نەتوانێت میز ڕاگرێت: دەتوانی نموونەکە لەسەر جێگەکەی وەربگری، هەوڵبدە ڕێگە نەدەی نموونەکە بە میز پیس ببێت	میز دەبێتە هۆی پیسبوونی نموونەکە
١٠. بە بەکارهێنانی کەوچکی تایبەت بری پێویستی نموونەکە وەربگرە (١٠بۆ ١٥ مل)	بۆ دەرهێنانی ڕێژەیەکی گونجاو بۆ تاقیگەی شیکاری
١١. کارپێکردنی دەفری نموونەکە بە سەلامەتی	بۆ ڕێگریکردن لە مەترسی ڕژان
١٢. پشکنینی نموونەکان بۆ تایبەتمەندییەکانی وەک: ڕەنگ، بۆن تۆمارکردنی تێبینییەکانی پەرستار لە پلانی چاودێری	بۆ تەواوکردنی هەڵسەنگاندنی گشتگیری پەرستاری
١٣. لە حاڵەتی گومانی کرم: پارچەی کرمی شریتی بە ئاسانی لەناو پیساییدا دەبینرێت و پێویستە بنێردرێت بۆ تاقیگە	کرمی شریتی بەردەوام لەگەشەدا دەبێت
١٤. نموونەکە دەستنیشان بکە لەگەڵ فۆرمی داواکاری مایکرۆبایۆلۆجی تەواو کە پێکدێت لە زانیاری پەیوەندیدار وەک دەستپێکردن و ماوەی سکچوون	بۆ پاراستنی تۆماری ورد و پێدانی زانیاری دروست بۆ شیکاری تاقیگە
١٥. نموونەکە بە زووترین کات بگەیەنەرە تاقیگە یان هەڵگرتنی لە ساردکەرەوەدا لە پلەی(٤C8-) وگەیاندنی لە ماوەی ١٢ کاتژمێر	بۆ زیاتر هەلی دیاریکردنی وردی زیندەوەرەکان لە باشترین مەرجی گونجاو بۆ تاقیگە
١٦. لە حاڵەتی هەبوونی سکچوونی ئەمیبی: دەستبەجێ نموونەکە بۆ تاقیگە بنێرە.	مشەخۆرەکە دەبێتە هۆی،
١٧. لە حاڵەتی سکچوونی درێژخایەندا: بە تایبەت هەبوونی تا دا دەستبەجێ نموونەکە بنێرە بۆ تاقیگە	بەهۆی مەترسی بڵاوبوونەوەی(C.diff)
١٨. گەڕاندنەوەی یەکەکە. کۆکردنەوەی پێداویستیە بەکار هاتووەکان و پاککردنەوەی شوێنەکە و بەجێهێشتنی شوێنەکە وەک چۆن یەکەم جار چووبێت	بۆ مانەوەی شوێنەکە و پێداویستیەکان بە پاکی بۆ بەکارهێنانی دواتر
١٩. دەستکێشەکان لابدە و دەستەکانت بشۆ	بۆ ڕێگریکردن لە توشبوون بە نەخۆشی

تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردن:

- بەڕوونی هۆکاری کردارەکە تۆمار بکە
- ڕێگەی وەرگرتنی نموونەکە تۆمار بکە، ڕۆژ و بەروار و جۆری پشکنینەکە
- جیاکەرەوەکان تۆمار بکە وەک ڕەنگ، بۆن
- ئەنجامی پشکنینی STAT تۆمار بکە و لەکاتی هەبوونی هەر حاڵەتێکی نا ئاسایی چاودێرانی تەندروستی ئاگادار بکەوە
- واژۆیەک بکە بۆ پاراستنی بەرپرسیارێتی پیشەیی
- کۆکردنەوەی دۆکیومێنتەکان داتای بەردەوام دابین دەکات

کردارەکە: نموونەی دەردراوی ڕێڕەوی هەناسەدان

پێناسە: بەدەستهێنانی نموونە لە کۆئەندامی هەناسە گرنگە بۆ دەستنیشانکردنی نەخۆشی و توشبوون و هەوکردن و ... وەک شێرپەنجەی سییەکان

مەبەست لەم کردارە:

- لەکاتی هەبوونی هەر نیشانەیەک لە ڕێڕەوی هەناسەدا وەک کۆکە بە تایبەت لەگەڵ هەبوونی دەردراوەکان
- لەکاتی هەبوونی هەر نیشانەیەکی توشبوون یان ئەو نەخۆشانەی دەناڵێنن بە (PUO > 38)

پێداویستییەکان:

- دەفری نموونەکان
- بەروانکە یاخود بەرگی پارێزەر
- دەستکێش
- بەڵگەنامە و فۆرمی گونجاو

هەنگاوەکانی جێبەجێکردن	مەبەست لە هەنگاوەکان
١. جێبەجێکردنی ئەرکەکە و پێداچوونەوەی هەنگاوەکان	دابینکردنی پێوەر بۆ پێوانەکردنی ئاسایی نەخۆش، ئاراستەکردنی بۆ هەڵبژاردنی ئامێر و یارمەتی دیاریکردنی شوێن دەدات
٢. ئەنجامدانی پاکوخاوێنی دەست	بۆ ڕێگریکردن لە مەترسی توشبوون بەنەخۆشی
٣. بەکارهێنانی تەکنیکی ستاندارد و گونجاو، خۆت بەدور بگرە لەخوێن و هەر شلەیەکی دیکە بەبەکارهێنانی دەستکێش	بۆ پاراستنی خودی خۆت و نەخۆشەکە و سەجەم کارمەندانی تەندروستی
٤. سەرجەم پێداویستییەکان ئامادە بکە	بۆ ڕێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە
٥. لە ئەرکەکە و لە نەخۆشەکە دڵنیاببەوە بە بەکارهێنانی لانی کەم دووپێناسی نەخۆش	بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆش بۆ دڵنیابوون لە جێبەجێکردنی ڕێگای چارەسەر لەسەر نەخۆشە دروستەکە
٦. بەتەواوی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە ڕوون بکەوە	بۆ کەمکردنەوەی دودڵی لای نەخۆش وەرگرتنی ڕەزامەندی نەخۆش بۆ ئەنجامدانی کارەکە پێدانی زانیاری زیاتر و هەماهەنگی و لێکتێگەیشتن
٧.دەرگاکان دابخە یان بەربەستێک دابنێ یان پەردەکان دابدەوە	بۆ پاراستنی ئارامی نەخۆش کەمکردنەوەی وردە زیندەوەرەکان

٨. شوێنی نەخۆشەکە، لەسەر کورسیەک (semi-or high flower position) بەپێی پێویست بە سەرین پشتگیر دەکرێت	بۆ دڵنەوایی نەخۆش و ئاسانکاری بۆ فراوانبوونی سییەکان
٩. ئەگەر دەردراوەکان ئەستوور و دژوار بن ئەوا پاککردنەوەی زەحمەتە دەردراوەکان: چارەسەری پرژاندن بەکار بێنە یاخود داوای یارمەتی بکە لە پزیشکی پسپۆڕ	بۆ کەمکردنەوە و شلکردنەوەی دەردراوەکان یارمەتیدانی تەکنیکەکان
١٠. داوا لە نەخۆش بکە ٣ هەناسەی قووڵ لە ڕێگەی لووتەوە هەڵمژێت، پاشان لەکاتی دانەوەی هەناسەکەدا کۆکەیەکی ناچاری بکات،	هەناسەدانی قووڵ یارمەتی شلکردنەوەی دەردراوەکان دەدات
١١. داوا لە نەخۆش بکە دەردراوەکە بکاتە ناو دەفری نموونە و سەری دابپۆشێت	بۆ ڕێگریکردن لە پیسبوون
١٤. نموونەکە دەستنیشان بکە لەگەڵ فۆرمی داواکاری مایکرۆبایۆلۆجی تەواوکە پێکدێت لە زانیاری پەیوەندیدار وەک ئاماژە بۆ نموونە و چارەسەری دژە میکرۆب	بۆ پاراستنی تۆماری ورد و پێدانی زانیاری دروست بۆ شیکاری تاقیگە
١٥. لە زوترین کات نموونەکە بنێرە بۆ تاقیگە لە ماوەی ٤ کاتژمێر	بۆ زیاتر هەلی دیاریکردنی وردی زیندەوەرەکان
١٦. گەڕاندنەوەی یەکەکە. کۆکردنەوەی پێداویستیە بەکار هاتووەکان و پاککردنەوەی شوێنەکە و بەجێهێشتنی شوێنەکە وەک چۆن یەکەم جار چوبێت	بۆ مانەوەی شوێنەکە و پێداویستیەکان بە پاکی بۆ بەکارهێنانی دواتر
١٧. دەستکێشەکان لابدە و دەستەکانت بشۆ	بۆ ڕێگریکردن لە توشبوون بە نەخۆشی

تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردن:

- بەڕوونی هۆکاری کردارەکە تۆمار بکە
- ڕێگەی وەرگرتنی نموونەکە تۆمار بکە، ڕۆژ و بەروار و جۆری پشکنینەکە
- جیاکەرەوەکان تۆمار بکە وەک ڕەنگ، بۆن
- ئەنجامی پشکنینی STAT تۆمار بکە و لەکاتی هەبوونی هەر حاڵەتێکی نا ئاسایی چاودێرانی تەندروستی ئاگادار بکەوە
- واژوبەک بکە بۆ پاراستنی بەرپرسیارێتی پیشەیی،
- کۆکردنەوەی دۆکیومێنتەکان داتای بەردەوام دابین دەکات

بەشی دەیەم

شێوازی باری جەستەی نەخۆش

شێوازی باری جەستەی نەخۆش

باری نەخۆش

دانانی نەخۆش لەبارێکی باش لەگەڵ ڕاوەستانی جەستە وە گۆڕینی باری جەستە بە ماوەی ڕێکوپێک و ڕێکخراو لایەنە گرنگەکانی کاری پەرستارین. ئەو نەخۆشانەی توانای جووڵەی ئاساییان هەیە، ئەتوانن باری جەستەیان بگۆڕن بۆ ئاسوودەیی خۆیان. بەگشتی، ئەو کەسانە پێویستیان بە کەمترین یارمەتی هەیە بۆ گۆڕینی باری جەستەیان لەلایەن پەرستارانەوە بۆ پارێزگاری لە ڕاوەستانی جەستە و جووڵاندنی جومگەکانیان. هەرچەندە کەسانی لاواز، ڕیوەڵە، بەئازار، ئیفلیج، یان بێهۆش پشت ئەبەستن بە پەرستاران بۆ گۆڕینی باری جەستەیان. هەڵسەنگاندنی سەلامەتی و بایەخدان بە پێست، پێش و پاش گۆڕینی باری جەستە، گرنگە بۆ هەموو نەخۆشێک.

هەر بارێکی جەستە، ڕێک بێت یان ناڕێک، لەوانەیە زیان بەخش بێت ئەگەر بۆ ماوەیەکی زۆر بمێنێتەوە. زوو زوو گۆڕینی باری جەستە ڕێگرە لە نارەحەتی ماسولکە، پەستانی ناپێویست هۆکاری زەبر گەیاندنە بەهۆی پەستانەوە، لەناوبردنی دەمار و مولولەخوێنە رووکەشەکان، و جووڵەبەست. هەروەها گۆڕینی باری جەستە پارێزگاری دەکات لە هێزی ماسولکەکان و هانی کاردانەوەکانی باری جەستە دەدات.

کاتێک نەخۆش ناتوانێت سەربەخۆ و بێ یارمەتی بجووڵێت، ڕێگەی پەسەند بریتیە لە بەکارهێنانی ئامێری یارمەتیدەری شیاو لەگەڵ دوو بۆ سێ کەس بۆ گۆڕینی باری جەستەی. یارمەتیدانی لەبار ماندووبوونی ماسولکە و زەبر گەیاندن بە جەستە کەم دەکاتەوە بۆ هەریەک لە نەخۆش و پەرستار و شکۆ و ئاسوودەیی نەخۆش دەپارێزێت.

کاتێک کە نەخۆش لە بارێکدا دادەنرێت لەسەر جێگەکەی، دەکرێت پەرستار چەند شتێک بکات بۆ دڵنیابوون لە ڕاوەستانی دروستی جەستە وە زیادکردنی ئاسوودەیی و سەلامەتی نەخۆش:

•دڵنیابە کە جێگەی نەخۆشەکە تەخت و توندوتۆڵە، ئەمەش هاوکارە بۆ چەماوە سروشتیەکانی جەستە. جێگەی شل و شێواو و زۆر نەرم، یان جێگەی زۆر تەڕ و شێدار کە بۆ ماوەیەکی زۆر بەکاردەهێنرێت لەوانەیە هۆکاربێت بۆ ڕوودانی گرژبوون و نوشتانەوەی جومگەی سمت و ماندوبوون و ئازاری بەشی خوارەوەی پشت.

•دڵنیابە کە جێگەی نەخۆشەکە ووشک و خاوێنە. چەرچەفی شێدار و چرچ زەبر بەهۆی پەستانەوە زیاد دەکات. دڵنیابە کە پەلەکان بە ئازادی دەجووڵێن (بۆ نموونە، دەبێت چەرچەفی سەرجێگەی نەخۆش ئەوەندە نەرم بێت کە نەخۆش بتوانێت بە ئاسانی قاچەکانی بجووڵێنێت).

•ئامێری پاڵپشتیکاری گونجاو بەکاربهێنە بۆ ڕاوەستانی جەستە. تەنها ئەو ئامێرانە بەکاربهێنە کە ڕاوەستانی جەستە دەپارێزن و پاڵپشتی ی دەکەن. لەوانەیە بەکارهێنانی ئامێری زۆر جووڵە سنووردار بکات وە ئەگەری لاوازی و پووکانەوەی ماسولکەکەن زیاد بکات، ئەگەر نەخۆشەکە توانای جووڵەشی هەبێت.

•ڕاستەوخۆ بەشێکی جەستە، بەتایبەت کە بەرزی ئێسکی هەیە، مەخەرە سەر بەشێکی تری جەستە. پەستانی زۆر دەبێتە هۆی تێکشکانی خوێنهێنەر و مەترسی خوێن مەیین و برین دروستبوون بەهۆی پەستانەوە زیاد دەکات. پەستان خستنە سەر ڕووی پشتەوەی ئەژنۆ ئەگەری هەیە ببێتە هۆی تێکشکانی دەمار و مولوولە خوێنەکان لەو شوێنەدا. لەوانەیە بەکارهێنانی سەرین ڕۆڵی کوشن بگێڕێت.

•ڕێگری بکە لە لێکخشان و گوشین. لێکخشان بریتیە لە هێزێک کە کاردەکات بە هاوتەریبی لەگەڵ ڕووی پێست. لێخستنی چەرچەف لە پێست لەوانەیە ببێتە هۆی رووشاندنی. لێکخشاندن ئەبێتە هۆی پێست هەڵدان، وا دەکات ئەگەری تێکشکانی زیاتر بێت. هێزی لێخستن پێکهاتەیەکە لە لێکخشان و پەستان، وە کاتێک ڕوودەات کە نەخۆش لەباری دانیشتن بەرەو خوارووی جێگەکەی دەخزێت. جووڵەکە ئەگوازرێتەوە بۆ ئێسکی سێبەندە و شانە قووڵەکان، لە هەمان کاتدا، لەوانەیە پێستی سەر سێبەندە نەجووڵێت بەهۆی پیانووسانی پێستەکە بە چەرچەفەکەوە. بەمەش پێست و شانە ڕووکەشەکان ناجووڵێن بەپێی ڕووی جێگەکە، لەکاتێکدا شانە قووڵەکان کە بە توندی بەستراونەتەوە

باری پاڵپشت نەکراو	کێشەی ڕێگریلێکراو	کاری ڕێککردنەوە
١-سەر تەخت کەوتووە لەسەر جێگە.	زیاد کشانی مل بۆ دواوە لەو کەسانەی سنگیان ئەستوورە.	سەرینێکی ئەستووری گونجاو لەژێر سەر و شان ئەگەر پێویست بوو بۆ ڕێککردنەوە.
٢-کەوانەی سێبەندەی بڕبڕە بە ڕوونی دیارە.	بۆ پشتەوە چەمانەوەی کەوانەی سێبەندە.	ڕۆڵێکی خاولی یان سەرینێک لەژێر کەوانەی سێبەندە.
٣-لەوانەیە لاقەکان ڕووەو دەرەوە سووڕابن.	سووڕانی جومگەکانی سمت بۆ دەرەوە.	دانانی ڕۆڵی خاولی یان کیسی ـ لم لە لای تۆپەی ئێسکی ڕان.
٤-لاقەکان درێژبوونەتەوە.	زیاد کشانی ئەژنۆکان.	سەرینێکی بچووک لەژێر ڕانەکان بۆ چەمانەوەی ئەژنۆکان بە کەمی.
٥-چەمانەوەی هەردوو پێ ڕووەو بنی پێ.	چەمانەوەی پێیەکان)داکەوتنی پێیەکان(.	بۆردێک یان ڕۆڵێکی خاولی بۆ ڕاگیرکردنی پێیەکان لە باری چەمانەوە ڕووەو پشتی پێ.
٦-پاژنەی پێیەکان لەسەر جێگەکەن.	پەستان لەسەر پاژنەی پێیەکان.	سەرین لەژێر بەشی خوارەوەی لاقەکان یان لەپێکردنی پووت بۆ پاراستنی پاژنەکان.

ڕاکشانی ڕێک لەسەت تەختی پشت (بە ئاسۆیی): باری ڕاکشانی ڕێك لەسەر تەختی پشت لەگەڵ درێژبوونی لاقەکان؛ سەرین لەژێر سەر بێت یان نا.

وێنەی ٣-٩

باری دانیشتن: باری دانیشتن وەک لەسەر کورسی، پشت ڕاگیر نەکراوە و هەردوو لاق ئازادن.

وێنەی ٤-٩

باری منالبوون: ڕاکشان لەسەر تەختی پشت و هەدوو قاچ ئەکەونەسەر دوو ڕاگیرکەر؛ دەبێت هەردوو سمت لەگەڵ هێڵی قەراغی مێزەکە هاوتەریب بن.

وێنەی ٥-٩

باری نیمچە سەر ڕوو: باری ڕاکشان لەسەرلا، لەگەڵ باڵی ژێرەوە بکەوێتە بەشی پشتەوەی لەش، لاقی سەرەوە نوشتابێتەوە لەئاستی هەردوو جومگەی سمت و ئەژنۆ، باڵی سەرەوە نوشتابێتەوە لە ئاستی هەردوو جومگەی شان و ئانیشک؛ لەم بارەدا (نیمچە بەسەر سکدا)، نەخۆش نیمچە لەسەر لاتەنیشت و نیمچە لەسەر ڕوو ڕادەکشێت. باڵی ژێرەوە لەپشتەوەی لەش دەبێت و شان و ئانیشکی باڵی سەرەوە نوشتاوە دەبن. هەردوو لاق نوشتاوە دەبن لە پێشەوەی لەش. لاقی سەرەوە زیاتر نوشتاوە دەبێت لەئاستی هەردوو جومگەی سمت و ئەژنۆدا لەچاو لاقی ژێرەوەدا .
باری نیمچە سەر ڕوو هەندێک جار بەکاردێت بۆ نەخۆشی بێهۆش بۆ یارمەتیدانی هاتنەدەرەوەی دەردراوەکانی ناو دەم بۆ دەرەوە و ڕێگریکردن لە گەڕانەوەیان بۆ ناو سیەکان. هەروەها بەکاردێت بۆ نەخۆشی ئیفلیج (گێژ و نیوە ئیفلیج) لەبەرئەوەی پەستانی سەر سێبەندە و پەستانی سەر بەرزایی ئێسکی لاتەنیشتی سمت کەم دەکاتەوە. هەروەها دەکرێت بەکاربێت بۆ پشکنین و چارەسەرکردن لە ناوگەڵدا. زۆر کەس، بەتایبەت ژنانی دووگیان، لەم بارەدا ئاسوودە دەبن لەکاتی خەوتندا. کەسانێک کە گرفتی جووڵە و گرفتی هەست کردنیان هەیە لە لایەکی جەستەیاندا، زیاتر ئاسوودەن بە پاڵکەوتن لەسەر لایە ساغەکەیاندا.

باری پاڵپشت نەکراو	کێشەی ڕێگرلێکراو	کاری ڕێککردنەوە
١-سەر ئەکەوێتە سەر جێگە، قورسایی سەر دەکەوێتە سەر ئێسکی لاتەنیشتی کەلەسەر و دەموچاو.	چەمانەوەی سەر بەلادا.	سەرینێک لەژێر سەر، وە هێشتنەوەی بە ڕێکی لەگەڵ هێڵی لەش تەنها ئەگەر هاتنەدەرەوەی دەردراوەکانی ناو دەم پێویست بوو.
٢-شان و باڵی سەرەوە ڕووەو ناوەوە سووڕاون.	سووڕانی ڕووەو ناوەوەی شان و قۆڵ؛ پەستان خستنە سەر سنگ و ڕێگریکردنی لە فراوانبوون لەکاتی هەناسەداندا.	سەرینێک لەژێر باڵی سەرەوە بۆ ڕێگریکردن لە سووڕاندنی ڕووەو ناوەوە.
٣-نزیک بوونەوەی ڕان و لاقی سەرەوە لە لەش و سووڕانیان ڕووەو ناوەوە.	لێک نزیک بوونەوە و سووڕانی لاق و سمت ڕووەو ناوەوەی لەش.	سەرینێک لەژێر لاقی سەرەوە بۆ پاراستنی بەڕێکی لەگەڵ هێڵی لەشدا.
٤-نوشتانەوەی قاچەکان ڕووە و بنی پێیەکان.	داکەوتنی قاچەکان.	کیسی خۆڵ بۆ ڕاگیرکردنی پێیەکان لەباری چەمانەوە ڕووەو پشتی پێ.

باری سەر ڕوو: پاڵکەوتن لەسەر سک لەگەڵ سووڕانی سەر بەلایەکدا، لەگەڵ یان بەبێ سەرین لەژێر سەر. لە باری سەر ڕوو، نەخۆش بەسەر سکدا ڕادەکشێت و سەریشی بە لایەکدا وەردەگێڕێت. جومگەکانی سمت نانوشتێنەوە. زۆر جار منداڵ و گەورە لەم بارەدا دەخەون، هەندێک جار باڵێک یان هەردوو باڵ نوشتاونەتەوە بۆ سەرەوە ڕووەو سەر. ئەم بارە چەند سوودێکی هەیە. ئەمە تەنها باری لەشە کە ڕێگە ئەدات تەواو درێژبوونی جومگەکانی سمت و ئەژنۆ. ناو بەناو درێژبوونی سەر ڕوو ڕێگری دەکات لە گرژبوونی جومگەی سمت و ئەژنۆ بەهۆی نوشتانەوەیان، سەرەنجام ڕێگری دەکات لە دروستبوونی کێشەیەک بەهۆی خەوتنی سەر جێگە لەبارەکانی تردا. باری ڕاکشان لەسەر ڕوو یارمەتی هاتنەدەرەوەی دەردراوەکانی ناو دەم دەدات وە بەتایبەت بەسوودە بۆ کەسانی بێهۆش یان ئەو نەخۆشانەی بەئاگادێنەوە لە بێهۆشکردن دوای نەشتەرگەری ناو دەم و قورقوڕاگە. ڕاکشان لەسەر ڕوو هەندێک زیانیشی هەیە. هێزی ڕاکێشانی زەوی بۆ سەر قەد هۆکاری کۆمبوونی (قەموور) پشتە لەزۆر کەسدا، وە سووڕانی مل بەلایەکدا بە ئاستێکی بەرچاو. لەبەر ئەم هۆیە، ڕاکشانی لەسەر ڕوو پێشنیارکراو نیە بۆ ئەو کەسانەی کێشەی مل و بڕبڕەکانی ستیبەندەیان هەیە. هەروەها ئەم بارە دەبێتە هۆی داکەوتنی پێ. هەندێک نەخۆش کە کێشەی دڵ یان هەناسەیان هەیە، ڕاکشانی سەر ڕوو خنکێنەرە بۆیان، لەبەرئەوەی ڕێگری دەکرێت لە فراوانبوونی سنگ لەکاتی هەناسەداندا. ڕاکشانی سەر ڕوو ئەبێت تەنها لەکاتێکدا بەکاربێت کە پشتی نەخۆشەکە بەشێوەیەکی دروست ڕاگیرکرابێت، بۆ ماوەیەکی کورت، وە تەنها بۆ کەسانێک کە هیچ نارێکی بڕبڕەی پشتیان نەبێت. لەبەرئەوە ئەم بارە زۆر بەکارناهێنرێت .

وێنەی ٦-٩

کاری ڕێککردنەوە	کێشەی ڕێگریلێکراو	باری پاڵپشت نەکراو
سەرینێکی بچووک لەژێر سەر، مەگەر پەسەند نەبێت، بۆ یارمەتیدانی هاتنەدەرەوەی دەردراوەکانی ناودەم.	چەمانەوە یان زیاد کشانی مل.	١-سەر بەلایەکدا سووڕاوە و مل کەمێک چەماوەتەوە.
سەرینێکی بچووک یان ڕۆلێکی خاولی لەژێر سک لەخوار ناوپەنچکەوە.	زیاد کشانی کەوانەی سێبەندە؛ هەناسە تەنگی؛ پەستان خستنە سەر مەمکەکان (لە ژناندا)؛ پەستان خستنە سەر ئەندامی زاووزێ (لە پیاواندا).	٢-ڕاکشانی لەش بەتەختی لەسەر سک، تەواو دەرخستنی کەوانەی سێبەندە.
لێگەڕێ با پێیەکان بە شێوەیەکی ئاسایی بکەونە سەر دۆشەکەکە، یان سەرینێک بخەرە ژێر بەشی خوارەوەی لاق کە وادەکات پەنجەکانی قاچ نەکەونە سەر دۆشەکەکە.	چەمانەوەی پێیەکان ڕووەو بنی پێ. (داکەوتنی پێ)	٣-پەنجەکانی پێ دەکەونە سەر تەختی جێگە؛ چەمانەوەی پێیەکان ڕووەو بنی پێ.

باری لاتەنیشت: لەباری لاتەنیشتدا (خەوتن لەسەرلا)، نەخۆش لەسەر لایەک ئەخەوێت. نوشتاندنەوەی جومگەی سمت و ئەژنۆ و لاقی سەرەوە بەرەو پێشەوەی لەش بنکەیەکی سێگۆشەیی ڕاگر و پان دروست دەکات کە باشتر لەش ڕاگیردەکات. هەرچەند نوشتاندنەوەی جومگەی سمت و ئەژنۆی لاقی سەرەوە زیاتربێت، زۆربەی کێشی لەش دەکەوێتە سەر ڕووی لاتەنیشتی دەفەی شان، لاتەنیشتی سمتەجۆڵە، وە سەر ڕووی لاتەنیشتی حەوز و ڕان. ئەو کەسانەی کێشەی هەست و جووڵەی لایەکی لەشیان هەیە، ڕاکشان لەسەر لاتەنیشتەکەی تر ئاسوودە ترە بۆیان.

وێنەی ٧-٩

باری پاڵپشت نەکراو	کێشەی ڕێگریلێکراو	کاری ڕێککردنەوە
١-لەش کەوتووەتە سەر لایەک، هەردوو باڵ کەوتوونەتە بەردەم لەش، کێشی لەش بەگشتی کەوتووەتە سەردەفەی شان و لاتەنیشتی حەوز.	چەمانەوە بەرەو لاتەنیشت و ماندوبوونی لاتەنیشتە ماسولکەکانی مل.	سەرینێک لەژێر سەر و مل بۆ بۆ ڕێککردنەوەی.
٢- سوورانی باڵ و شانی سەرەوە بەرەو لەش.	سوورانی ڕووەو ناوەوەی شان بەرەو لەش و سەرەنجام کەمکردنەوەی فەرمانەکانی، پەککەوتنی فراوانبوونی سنگ.	سەرینێک لەژێر باڵی سەرەوە بۆ ڕاگیرکردنی لە بارێکی ڕێک، دەبێت باڵی ژێرەوە بەشێوەیەکی ئاسوودەبەخش چەمابێتەوە. ئەبێت هەردوو شان و هەردوو جومگەی سمت لەسەر هەمان هێڵ بن.
٣-ڕان و لاقی سەرەوە ڕووەو ناوەوە و بەرەو جەستە سووڕاون.	سوورانی ڕووەو ناوەوەی ڕان و بەرەو جەستە؛ سوورانی بڕبڕەی پشت.	سەرینێک لەژێر ڕان و لاق بۆ ڕاگیرکردنیان لەبارێکی ڕێک، ئەبێت هەردوو شان و ەردوو سمت ڕێک بن.

بارە باوەکانی جێگە:

تەخت: دۆشەک بەتەواوی ئاسۆییە، نەخۆش لەچەند بارێکی جۆراوجۆردا دەخەوێت، وەکو لەسەر پشت، لەسەر لا، وە بەسەر سکدا (بەدەمدا):

- بۆ پاراستنی بڕبڕەی پشت بە ڕێکی لەو نەخۆشانەی برینداری بڕبڕەی پشتیان هەیە.
- بۆ یارمەتیدانی نەخۆش بۆ جووڵەکردن و هەڵگەڕانەوە لەناو جێگە.
- بۆ چاک کردنی جێگە (دۆشەک و چەرچەف).

باری فاولەر: باری نیمچە دانیشتن کە سەری قەرەوێڵە لانی کەم بە گۆشەی ٤٥ – ٦٠ پلە بەرزدەکرێتەوە؛ (نموونەی ٤٥ پلە)؛ لەوانەیە ئەژنۆی نەخۆش چەماوە یان ڕێک بێت؛ گونجاوە بۆ نانخواردن، خوێندنەوە، تەماشاکردنی تەلەفزیۆن یان لەکاتی ڕشانەوە.

- پشوودان لە ڕاکشانی زۆر.
- بۆ زیادکردنی فراوانبوونی سیەکان لەو کەسانەی کێشەیان هەیە لە هەناسەدان.
- بۆ یارمەتیدانی نەخۆش بۆ دانیشتن لەسەر قەراغی قەرەوێڵە.

باری نیمچە فاولەر: سەری قەرەوێڵە بەرزدەکرێتەوە بەگۆشەی ١٥ – ٤٥ پلە.

- پشوودان لە ڕاکشانی زۆر.
- بۆ زیادکردنی فراوانبوونی سیەکان.

باری ترێندلبێرگ: قاچی قەرەوێڵە بەرزدەکرێتەوە و سەری نزم دەکرێتەوە لەسەر یەک هێڵ؛

- بۆ زیادکردنی سووڕی خوێنی ناو خوێنهێنەرەکان لە هەندێک نەخۆشدا.
- بۆ زیاتر هاتنەدەرەوەی دەردراوەکان لە بنکەی سیەکاندا.

باری ترێندلبێرگی پێچەوانە: سەری قەرەوێڵە بەرزدەکرێتەوە و قاچی نزم دەکرێتەوە لەسەر یەک هێڵ؛ لارکردنەوەیەکەی ڕێک بە پێچەوانەی باری ترێندلبێرگ؛

- بۆ زیادکردنی بەتاڵبوونەوەی گەدە بۆ ڕێگریکردن لە گەڕانەوەی (کشانەوە) سورێنچک لەو نەخۆشانەی فتقی ناوپەنچکیان هەیە.

بەشی یانزدەیەم

کانۆلا دانان

کانۆلا دانان

IV CATHETER INSERTION: (کانۆلادانان)

پێناسـە: کانۆلا دانـان و هەڵـبژاردنی باشـترین خـوێنهێنەر بـۆ کـونکردن و دانـانی لەو شـوێنەدا و بەکارهێنـانی تۆرنیکاو بەسـتنی بە شـێوەیەکی گونجـاو، دیـاریکردنی شـوێنەکە و هەڵـبژاردنی باشـترین خـوێنهێنەر لەو شـوێنەدا. ئـامێرەکە و شـوێنەکە پشـت دەبەسـتێت بەو چارەسـەرەی کە بەکاردەهێنرێـت، لەگەڵ دووبـارەبوونەوەی مـاوەی خـوێن لێچـوونەکەی و فراوانبـوون و شـوێنی ئاسـان بـۆ دیـاریکردنی خـوێنهێنەرەکە. ئەوەی کە رێگەپێـدراوە بـۆ شـوێنی دەمارەکان (تەمەنی نەخۆشەکە، قەبارە، حاڵەتەکەی) ئەگەر توانرا ئەوەی نەخۆشەکە پێی خۆشە ئەوەی بۆ بکرێت.

ئەگەر توانرا ئەو دەستە بەکاربهێنە کە بەزیوە، واتە ئەگەر کەسەکە دەستە ڕاست بوو، ئەوا دەبێت لە دەستە چەپ بۆی دابنرێت.

بەکارهێنانی ئەو خوێنهێنەرانەی کە لە سەرەوەی رووی پشت و بەشی سکەوە، هەروەها پەلەکانی

(METACARPAL ,CEPHALIC ,BASILIC) سەرەوە و لە خوێنهێنەرەکانی ناوەڕاست.

لەکـاتی هەڵـبژاردنی شـوێنەکەدا دووربـکەوەرەوە لەو ناوچـانەی کە نوشـتانەوە تیایانـدا روودەدات، هەروەهـا ئەو ناوچـانەی کە لەکاتی پەسـتان خستنەسـەردا تـوشی ئـازار دەبن، هەروەهـا ئەو خـوێنهێنەرانەی کە پێشـتر کـون کـراوە لەرێگەی زیان بەرکەوتن یان هەوکردن و وشکبوونەوە و یاخود دروستبوونی گرێ لە خوێنهێنەرەکەدا، هەروەها ئەو شـوێنانەش کە پـلان دانـراوە ئەم کـردارانەی تیادابکرێـت، دووربـکەوەرەوە لە رووە لاوەکییەکـان ٤بـۆ٥ (١٠بـۆ ١٢.٥سم)، چونکە دەبێتە هۆی توشبوونی خوێنهێنەرەکان بە تێکچـوون و لەتبـوون، خـۆت بەدووربگـرە لە رووی سـک بەهـۆی بـوونی ئـازار لە کـاتی بـردنە ناوەوەیـدا، کە دەبێـتە هـۆی تووشـبوونی خوێنهێنەرەکان بە تێکچـوون و لەتبوون. خۆت بەدووربگرە لە پەلەکانی خوارەوە بەهۆی تووشبوونی شانەکان بە ئیلتیهاب -

وTHROMBOPHLEBITIS)نەخۆشی لە قاچی ئافرەتی دووگیان ( ).ULCERATIONدومەڵ.

لەو نەخۆشـانەی کە نەشتەرگەری سنگیان بۆ کراوە یان ئەوانەی لە بنباڵیان توێکاری کراوە، لەو کاتەدا دەمارەکانی پەلەکانی سـەرەوە بەکارمەهێنە، هەروەهـا ئەو دەمـارانەش بەکارمەهێنە کە لەپەلەکانی سـەرەوەن کە ئەگەری هەیە کاریگەری چارەسـەرکردنی تیشـکی لەسـەربێ، وەک هەڵئاوسـانی لیمفەکان. ئەگەر نەخۆشـەکە لە پلەی(٤ و ٥)ی نەخـۆشی گورچیلەی درێژخـایەن بـوو، خـۆت بەدووربگـرە لە بەکارهێنانی دەمارەکانی پەلەکانی سـەرەوە یان باسـک، چـونکە ئەگەری هەیە بۆ پاككردنەوەی گورچیلە سوودی لێوەربگیرێـت. هاوکاری نەخـۆش و پزیشـکەکە بکە بـۆ گفتوگـۆکردن لەسـەر مەتـرسی و سـوودەکانی بەکارهێنـانی ئەو دەمـارانەی کە لە شـوێنە تووشـبووەکاندان و هـیچ هەڵبژاردنێکی دیکەمـان نابێت جگە لەو خوێنهێنەرانە .بەپێی ئەو سـەنتەرانەی کە بۆ ناوەنـدی کۆنترۆڵ و نەهێشـتنی نەخۆشین، پێویستە کانۆلاکە نەگۆردرێت لە ٧٢بۆ٩٦ کاتژمێر بۆ کەمکردنەوەی تووشبوون بە نەخـۆشی و ئیلتیهابی خوێنهێنەرەکان لە کەسە گەورەکاندا زیاتر .

ئەگەر کانۆلایەک لەحاڵەتی کتوپڕدا دانرا، ئەوا پێویستە بەزووترین کات لابرێت لەماوەی ٤٨ کاتژمێردا .

مەبەسـت لەم کـردارە: بـۆ بەرێـوەبردنی شـلەکان و دەرمـان و خـوێن و پێکهاتەکـانی نـاو خـوێن و پاراسـتنی چـوونە ژوورەوەی کانۆلاکە بۆ نەخۆشەکە.

پێداویستییەکان:

- گیراوەی کلۆرهێکسیداین بەکاردەهێنین (لەکاتێکدا ئەگەر نەخۆشەکە کێشەی هەبوو لەگەڵ ئەم گیراوەیەدا ئەوا دەتوانین کهول یان ئایۆدین بەکاربهێنین) .
- دەستکێش
- جۆرێک لە تۆرنیکا (کە یەک جار بەکاربێت و بۆدرەی لاستیکی تیا نەبێت)
- کانۆلا
- گیراوەی نۆرماڵ سەلاین لەگەڵ سۆندەی پێدەر
- ڕاگر
- لۆکە
- پلاستەر لە جۆری پەپوولەی.
- پلاستەری جێگیرکردنی سۆندە

ئامادەکردنی پێداویستییەکان:

پشکنینی ئەو زانیارییانەی کە لەسەر کارتی زانیاری سندوقی گیراوەکەدا هەیە، لەوانە (ناو، ژمارەی ناسنامەی نەخۆشەکە، جۆری گیراوەکە، کات و بەرواری ئامادەکردنەکەی، ناوی ئامادەکەر، ڕێژەی تێکردنی دەرمانەکان بەپێی داواکراوەکە).

بەراوردکردنی فەرمانەکانی دکتۆر لەگەڵ کارتی زانیاری سەر گیراوەکە بۆ دڵنیابوونەوە لەوەی کە گیراوەکە دانەیەکی دروستە.

گیراوەکە بپشکنە بۆ زانینی هەر گۆڕانێک لە ڕەنگەکەی، هەروەها پشکنینی بەرواری بەسەرچوونەکەی، پاشان پێوانەی کانۆلاکە دیاریبکە، کە گونجاوە بۆ دەستنیشانکردنی نەخۆشەکە، جۆر و ماوەی چارەسەرەکە (چارەسەری پێویستن بۆ کەمتر لە یەک هەفتە).

هەروەها پێویستە شوێنی دانانی کانۆلاکە ڕێگەپێدراو بێت و لە دانانیدا ئەزموونت هەبێت، هەروەها پێویستە ئەو ئاڵۆزی و زیانانەش لە بەرچاو بگیرێت کە لەگەڵ دانانی کانۆلای جۆری تایبەتدا هەیە، ئەگەر خوێن گواستنەوە پێویست بێت، لەوانەیە کاسیتەرێکی ١٤گ بۆ ٢٤گ لە گەورەکاندا بەکاربهێنرێت.

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- پێش دەستپێکردنی کارەکان، هەوڵبدە هەنگاوەکانی کردارەکە بیر خۆت بخەرەوە .	١- بۆئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژانێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لە لای نەخۆشەکە.
٢- دەستەکانت پاک رابگرە.	٢- بۆ رێگری کردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی.
٣- هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکاربهێنە کە پێویستە. خۆت لە خوێن و شلەی لەش بپارێزە بە لە دەستکردنی دەستکێش.	٣- بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و هەموو ئەو کەسانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن، لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا.
٤- کۆکردنەوەی هەموو پێویستییەکان.	٤- بۆ رێگری کردن لە دواکەوتنی کردارەکە و بەردەوام بوون لەسەری و تەواوکردنی لە زووترین کاتدا .
٥- فەرمانەکە بپشکنە و ناسنامەی نەخۆشەکە پشتراستبکەوە بە بەکارهێنانی بەلایەنی کەمەوە دوو لە پێناسی نەخۆشەکە	٥-بۆ پاراستنی ئارامی نەخۆشەکە.
٦- روونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە.	٦-بۆ ئارامکردنەوەی نەخۆشەکە لەکاتی هەبوونی هەر دڵەراوکێیەک و بەدەستهێنانی رەزامەندی نەخۆشەکە . پێدانی زانیاری خێراتر و هاوکاری کردن و لێکتێگەیشتن .
٧-دەرگای ژوورەکە دابخە و پەردەکان دایەرەوە .	بۆ پاراستنی تایبەتمەندێتی نەخۆشەکە و کەمکردنەوەی میکرۆب و زیندەوەرە هەواییەکان.
٨- پێویستە ئامێری ناو خوێنهێنەرەکە لە باشترین جێگەی چوارچێوەی شوێنی مانەوەی نەخۆشەکە بێت. ئەگەر ئامێری ناو خوێنهێنەرەکەی بەکاردێت، وا پێویستە بگواسترێتەوە و نزیک بکرێتەوە لە نەخۆشەکە.	
٩- پێویستە گیراوەکە زانیاری تەواوی شێوازی بەکارهێنانی لەسەر بێت.	
١٠- پێویستە جێگای لێدانی دەرزیەکە دەستنیشان بکرێت: أ – بۆ پێدانی دەرمانی درێژخایەن پێویستە دوورترین خوێنهێنەر دەستنیشان بکرێت. ب – لە کاتی پێدانی دەرمانی گرژکەر یاخود بێزارکەر پێویستە خوێنهێنەرێکی دوور لە جومگەکان دەستنیشان بکرێت. پێویستە دڵنیایی بکرێتەوە لەوەی ئەو شوێنەی هەڵبژێردراوە توانای بەرگەگرتنی کانولاکەی هەیە.	ئەم کارە ئەنجام دەدرێت بۆ ئەوەی شوێنی دیکە بمێنێت بۆ دەرزی لێدانی تر.
١١ -پێویستە نەخۆشەکە بە شێوەیەکی ئارام و ئاسوودەیی پاڵبخرێت و قۆڵەکانی ناسەربەخۆ بن. ئەگەر نەخۆشەکە هەست بە سەرما بکات، دەبێت قۆڵەکانی بە گەرمی رابگیرێت یاخود بکرێتە ئاوی گەرمەوە بۆ ماوەی (٥ - ١٠) خولەک.	بۆ ئەوەی پڕکردنی خوێنهێنەر و خوێنهێنەرەکان زیاد بێن.

١٢- پێویستە ئامێری تۆرنیکە کە ئامێری گوشینی خوێنە بە درێژایی (١٠ - ١٥ سم) زیاد بکرێت لە سەروو شوێنی دەرزی لێدانەکە..(وێنەی٣-١٠)	بۆ گەورە کردنی خوێنهێنەرەکە
١٣ -هەست بە لێدانی خوێنبەرەکە بکە. ئەگەر هەستت پێی نەکرد پێویستە تۆرنیکەکە شل بکرێت و دووبارە بەسترێتەوە بە گرژییەکی کەمتر.	بۆ نەهێشتنی داخرانی خوێنهێنەر و خوێنبەر.
١٤- پێویستە بە دوو پەنجە خوێنهێنەر بدۆزرێتەوە و رابکێشرێت..(وێنەی٤-١٠)	بۆ راگرتنی خوێنهێنەرەکە. ئەگەر خوێنهێنەرەکە رەق بوو پێویستە خوێنهێنەرێکی دیکە هەڵبژێردرێت.
١٥- ئەگەر خوێنهێنەرەکە دۆزرایەوە، بەڵام نەکشاوە یەکێک لەم تەکنیکانەی خوارەوە پێویستە ئەنجام بدرێن. دەتوانرێت خوێنهێنەرەکە پەستانی لەسەر دروست بکرێت یاخود بە نەرمی دیاریبکرێت. دەکرێت بە نەخۆشەکە بوترێت کە چەند جارێک دەستی داخات و بیکاتەوە.	دەبێت ئامێری تۆرنیکەکە بۆ ٣ خولەک بمێنێتەوە تا خوێنهێنەرێکی گونجاو دەدۆزرێتەوە و پاشان لاببرێت بۆ چەند خولەکێک.
١٦- پێویستە شوێنی دەستنیشانکراو بە ئاو و سابوون پاک بکرێتەوە پێش لێدانی گیراوەی دژە هەوکردن بوون.	لە کاتی پیس بوونی شوێنی دەرزی لێدان.
١٧- دەتوانرێت سرکەری گونجاو بەکاربهێنرێت بە پێی رابەر و ئامۆژگاری نووسراو بۆ بەکارهێنان.	بۆ کەم کردنەوە و نەهێشتنی ئازار.
١٨- شوێنی دیاریکراو بە گیراوەی (کلۆرهێکسادین) پاک دەکرێتەوە بە جوڵەیەکی بەرەو پێشو دوا بۆ ماوەی ٣٠ چرکە..(وێنەی٧-١٠)	بۆ لابردنی هەر ماددەیەکی زیانبەخش کە ئەگەری هەیە بچێتە ناو سیستەمی خوێنهێنەرەکانەوە لە کاتی لێدانی دەرزیەکە. پێویستە دژە هەوکردنەکە بە تەواوی وشک ببێتەوە.
١٩- پێویستە خوار شوێنی لێدانی دەرزیەکە بە پەنجەی گەورەی دەستی ناکارا رابکێشرێت بە تەواوتی.	بۆ جێگیرکردنی خوێنهێنەرەکە.
٢٠- ئامادەکردنی کانۆلا: ئەگەر سێتی کانۆلای باڵدار کە جۆرێکی کانۆلایە بەکارهێنرا، ئەوا پێویستە باڵەکانی کانۆلاکە بە هەردوو پەنجەی دەستی کارا بگیرێت و پاشان باڵەکان بگوشرێن. ئەگەر جۆری دووەمی کانۆلا کە بە (ئۆڤەر-ذە-نیدل) ناسراوە، بەکارهێنرا، ئەوا پێویستە ناوەراستی سەرە پلاستیکی دەرزیەکە بگیرێت بە دەستی کارا و هەست بە دەرزیەکە بکرێت بۆ دڵنیابوون لەوەی سەری دەرزیەکە سافە. ئەگەر ساف نەبوو ئەوا پێویستە دانەکەی دیکە بەکاربهێنرێت.	
٢١- پێش لێدانی دەرزیەکە دەبێت نەخۆشەکە ئاگادار بکرێت.	بۆ کەمکردنەوەی نیگەرانی زیادکردنی هاوکاری لە نەخۆشەکەدا.
٢٢- پێویستە دەرزیەکە بە گۆشەی پلەی ١٥ لێبدرێت راستەوخۆ لە سەروو خوێنهێنەرەکەوە .(وێنەی٨-١٠)	
٢٣- بە یەک جوڵە و خێرایی دەبێت دەرزیەکە بدرێت لە قوڵی نەخۆشەکە. دەبێت سەیری بۆشایی ناوەراستی دەرزیەکە بکرێت بۆ ئاگادار بوون لە گەرانەوەی خوێن.	بۆ دڵنیابوونەوە لە گەرانەوەی خوێن و راستی شێوازی لێدانی دەرزیەکە (گەرانەوەی خوێن لە خوێنهێنەرە بچووکەکاندا قورستر دەبینرێت).

٢٤- پاشان پێویستە سەری ئامێرەکە کەمێک بەرز بکرێتەوە.	بۆ ئەوەی پشتی یاخود لاکەی دیکەی خوێنهێنەرەکە دەرزیەکەی بەرنەکەوێت.
٢٥ -ئەگەر سێتی کانۆلای باڵدار بەکاربهێنرێت، ئەوا دەبێت دەرزیەکە بە تەواوی پاڵی پێوە بنرێت و لە شوێنی خۆی بهێڵدرێتەوە. پاشان دەبێت ئامێری تۆرنیکەکە بەربدرێت و پشکنین بکرێت بۆ دڵنیابوونەوە لە ڕۆشتنی خوێنەکە بە شێوەیەکی گونجاو.	
٢٦- ئەگەر کانۆلای جۆری (ئۆڤەر-ذە-نیدڵ) بەکاربهێنرێت، ئەوا دەرزیەکە بە درێژی (٢ - ٣ مم) پاڵی پێوە دەنرێت. پاشان ئامێری تۆرنیکەکە لادەبرێت و ناوەڕاستی کانۆلاکە لەناو خوێنهێنەرەکە دەمێنێتەوە و دەرزیەکە لادەبرێت.	بۆ دڵنیابوونەوە لەوەی کە کانۆلاکە بە تەواوی لەناو خوێنهێنەرەکە جێگەی خۆی کردۆتەوە، نەک تەنها دەمی کانۆلاکە.
٢٧- لە کاتی لابردنی دەرزیەکە پێویستە بە هێواشی پاڵ بنرێت بە سەری کانۆلاکە یاخود قەستەرەکە.	بۆ ڕێگریگرتن لە خوێنبەربوون.
٢٨- بۆ مەبەستی پەرەپێدانی کانۆلاکە لە کاتی ئاوتێکردن یاخود دەرمان پێدانی ناو خوێنهێنەرەکان دەتوانرێت ئامێری تۆرنیکەکە بکرێتەوە و دەرزیەکە لابرێت. پاشان دەتوانرێت بە ڕێگایەکی پاکوخاوێن بۆری ناو خوێنهێنەرەکە بدرێت لە خوێنهێنەرەکە. پاشان بە دەستێک خوێنهێنەر جێگیر دەکرێت و بە دەستەکەی دیکە کانۆلاکە ڕێک دەکرێت و بەم شێوەیە ڕێکدەخرێت و ڕێژەی جووڵەی ناو خوێنهێنەر کەم دەکرێتەوە.	ئەم شێوازە مەترسی دەرزی پێداکردنی لای پێچەوانەی خوێنهێنەر کەم دەکاتەوە، چونکە کانۆلاکە گەورە کراوە و جووڵەی خێرای شلەکان دەمارەکە دەکشێنێت.
٢٩ -بە مەبەستی گەورەکردنی کانۆلاکە پێش تێکەڵکردنی شلەکە لەناو خوێنهێنەرەکە یەکەمجار پێویستە ئامێری تۆرنیکەکە بەربدرێت. لە کاتی جێگیرکردنی خوێنهێنەرەکە بە دەستێک دەبێت بە دەستەکەی دیکە کانۆلاکە گەورە بکرێت تا ناوەڕاست. پاشان بە شێوازێکی پاکژ دەتوانرێت دەرزیەکە لابرێت و بۆری ناو خوێنهێنەرەکە زیاد بکرێت.	ئەم شێوازە ئەنجامی کەمترین خوێنبەربوونی لێ دەبێتەوە.
٣٠- لە دوای بردنە ژوورەوەی بۆریەکە پێستی دەوری شوێنی دەرزیەکە پاک دەکرێتەوە و ڕێژەی جووڵەی شلەکان ڕێک دەخرێن.	
٣١- ئامێری توند ڕاگرتنی کانۆلاکە زیاد دەکرێت. ئەگەر ئەم ئامێرە بەردەست نەبوو، ئەوا دەتوانرێت تیپی کەمکردنەوەی هەستیاری بەکار بهێنرێت بۆ توند ڕاگرتنی ئامێرەکە..(وێنەی١٢-١٠)	بۆ توند ڕاگرتنی ئامێرەکە.
٣٢- دەبێت پارچە لەفافێکی شاشی نیمچە دادەر زیاد بکرێت بۆ شوێنی مەبەست.	

٣٣- دەکرێت بۆری ناو خوێنهێنەرەکە بە چواردەوری قۆڵی نەخۆشەکەدا ئەڵقە بکرێت و بە تیپی پزیشکی توند بکرێت.	ئەم ئەلقەیە بە مەبەستی نەهێشتنی جووڵاندن یاخود لابردنی کانۆلاکە بەکار دەهێنرێت.
٣٤- پێویستە زانیاری تەواو لەسەر جۆر و پێوەر و درێژایی کانۆلاکە بنووسرێت، لەگەڵ رۆژ و کاتی دانانی کانۆلاکە و پێی بەکەی کەسی بەرپرس..(وێنەی١٣-١٠)	
٣٥- گرنگە کە رێژەی جووڵاندن و هاتووچۆی شلەکان بە باشی چاودێری بکرێت لە سەرەتای بۆریەکە لە قۆڵی نەخۆشەکەوە بۆ خاڵی دەستپێکردن.	بۆ دڵنیابوونەوە لەوەی بۆریەکە بە درووستی هاتووە.
٣٦- ئەگەر شوێنی دەرزیەکە نزیک بێت لە یەکێک لە جومگەکانەوە، ئەوا پێویستە پارچە سەرینێک زیاد بکرێت بۆ ژێر قۆڵی نەخۆشەکە و توند بکرێت بە شریتێکی تەنک.	بۆ زیاد کردنی جێگیری لەبەر ئەوەی جووڵەی زۆر دەبێتە هۆکاری جووڵاندنی ئامێرەکە و زیادکردنی مەترسی ژەهراویبوون و گیرانی خوێنبەرەکان.
٣٧- لە کاتی بەکارهێنانی راگر دەبێت هەمیشە چاودێری سووراندنی خوێن دوور لە شوێنی لێدانی دەرزیەکە بکرێت.	
٣٨- لێرەدا زۆر گرنگە کە هەموو ئامێر و کەرەستەیەکی بەکار هاتوو بە شێوازێکی رێکوپێک بخرێتە شوێنی خۆی و یەکەکە بە پاکوخاوێنی رابگیرێت.	بە مەبەستی پاکراگرتنی ئامێرەکان بۆ بەکارهێنانی لە داهاتوودا.
٣٩- دەبێت دەستکێشی پزیشکی لابرێت و دەستەکان پاک بکرێنەوە.	بە مەبەستی رێگری کردن لە بڵاوکردنەوەی ژەهراوی بوون و نەخۆشی.

تۆمارکردن و راپۆرتکردنی زانیاریەکان:

گرنگە کە ژمارە و شوێنی لێدانی دەرزی لە نەخۆشەکە لە دەفتەری پەرستار یاخود سیستەمی تۆمارکردنی ئیلیکترۆنی تەندرووستی بە وردی تۆمار بکرێن، بۆ نمونە (خوێنهێنەر لە بەشی پشتەوەی قۆڵی نەخۆشەکە ٢.٥سم ١ ئینج سەرووی مەچەک). دەبێت هەموو زانیارییەک تۆمار بکرێت وەک رێژەی جووڵەی شلەکان، شێوازی بردنە ناوەوەی دەرمانەکان، کاردانەوەی نەخۆشەکە، جۆر و قەبارە و درێژی و براندی کانۆلاکە، کاتی دەستپێکردنی دانانی گیراوە. گونجاوترە پەرەی دەرمانکردن بەکاربهێنرێت. لە کاتی بەکارهێنانی ئامێری ئیلیکترۆنی بردنە ناوەوەی شلە، دەبێت گرنگی بە جۆر و رێژەی بردنە ناوەوە بدرێت. دەبێت دۆخی نەخۆشەکە لەگەڵ ئەو شلەیەی بەکارهاتووە و برەکەی تۆمار بکرێت، بە پەیوەست بوون بە رامیاری و پلانی گونجاو. پێویستە هەموو ئەو زانیاریانەی پێشتر باس کران بگەیەنرێن بە پەرستیاری داهاتوو وەک جۆر و رێژەی شلەکە، رێژەی شلەی ماوە، ماوەی هەڵواسینی شلەی دووەم و باردودۆخی نەخۆشەکە.

وێنەی ١٠-١

وێنەی ١٠-٢

وێنەی ١٠-٣

وێنەی ١٠-٤

وێنەی ١٠-٥

وێنەی ١٠-٦

وێنەی ١٠-٧

وێنەی ١٠-٨

وێنەی ١٠-٩

وێنەی ١٠-١٠

وێنەی ١٠-١١

وێنەی ١٠-١٢

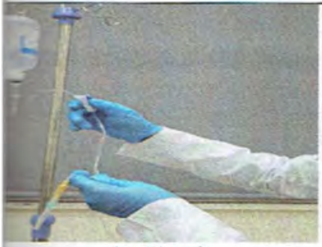
وێنەی ١٣-١٠

وێنەی ١٤-١٠

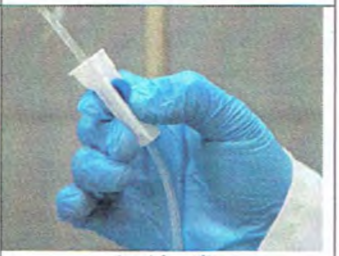
وێنەی ١٥-١٠

وێنەی ١٦-١٠

وێنەی ١٧-١٠



وێنەی ١٨-١٠

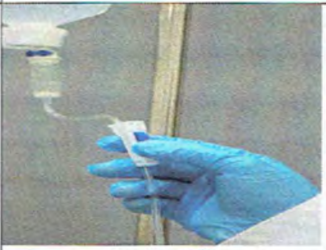


وێنەی ١٩-١٠

وێنەی ٢٠-١٠

وێنەی ٢١-١٠

وێنەی ٢٢-١٠



وێنەی ٢٣-١٠

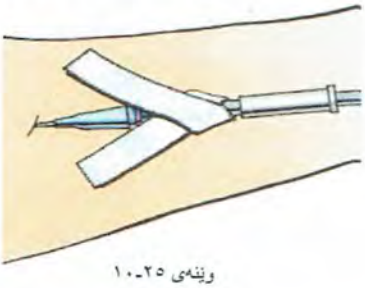
وێنەی ٢٤-١٠

شێوازی تیپ و لەزگە لێدان و چوونە ژوورەوەی دەرزیەکە:

لە کاتی بەکارهێنانی تیپدا بۆ توند ڕاگرتنی شوێنی دەرزیەکە، دەکرێت یەکێک لەم ٣ شێوازەی خوارەوە بەکاربهێنرێت.

شێوازی شێڤرۆن (دەزوو)

١. پارچە تیپێک بە درێژایی (١ - ٣ سم) دەبڕدێت و لە لەزگەکەی دەدرێت لە ژێر کانۆلاکە.
٢. هەردوولا لەزگەکەی کانۆلاکە تێپەڕ دەبن بەسەر یەکدا و دەنووسێنرێن بە پێستی نەخۆشەکە، وەک لە وێنەکەدا دیاریکراوە.
٣. پارچەیەک تیپ بە درێژی (٢.٥ سم) زیاد دەکرێت بۆ باڵی کانۆلاکە.
٤. پاشان بۆریەک بە پارچە تیپێکی دیکە جێگیر دەکرێت. لە دوای ئەوەی کانۆلاکە جێگیر کرا کات و ڕۆژی دانان و درێژی و پێوەری ئامێرەکەو پیتی یەکەمی پەرستارەکە لە شوێنی دیاریکراو دەنووسرێت .



وێنەی ٢٥-١٠

شێوازی U

١. یەک لەسەر دووی پارچە تیپێکی (٥ سم) دەبڕدرێت کە لەزگەکەی بە پێچەوانەی پێستەکەوەیە. پاشان دادەنرێت لە ناوەڕاستی کانۆلاکە.
٢. هەردوو لای تیپەکە بۆ سەرەوە دەبرێن بە چواردەوری باڵەکانی کانۆلاکە بە شێوەی پیتی (U)ی ئینگلیزی. هەردوو لای تیپەکە بە شێوەی تەریب یاخود هاوڕێک دادەنرێن.
٣. لەم قۆناغەدا لەزگەکان دەدرێن لە پێستی نەخۆشەکە.

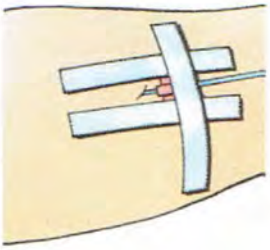
لە دوای جێگیرکردنی تیپەکە زانیاری تەواو دەربارەی ڕۆژ و کات و بردنە ناوەوەی کانۆلاکە لەگەڵ جۆری کانۆلاکە و پیتی یەکەمی ناوی پەرستاری بەرپرس دەنووسرێت.

شێوازی H

١. سێ پارچەی تیپ دەبڕدرێن بە درێژی (٢،٥ سم).

٢. دوو پارچە لە تیپەکان بەسەر باڵی کانۆلاکەوە دادەنرێن بە شێوەیەکی تەریب وەک لە وێنەکەدا دەرکەوتووە.

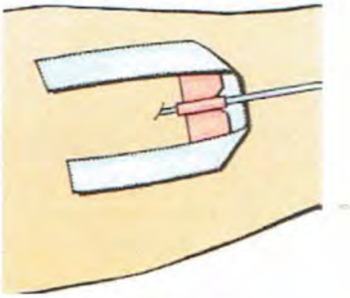
٣. پارچەی سێیەم بە شێوەی ستوونی دەدرێت بەسەر هەردوو پارچە تیپەکەی دیکەدا. لێرەدا دەتوانرێت ڕاستەوخۆ بەسەر
٤. ناوڕاستی کانۆلاکە دابنرێت یاخود کەمێک خوارتر لەسەر بۆریەکە دابنرێت.
٥. بە هاوشێوەی هەموو شێوازەکانی تر کانۆلاکە جێگیر دەکرێت و زانیاری تەواو لەسەری دەنووسرێت، وەک ڕۆژ و کات و بردنە ناوەوە و جۆری کانۆلاکە، هەروەها پیتی یەکەمی ناوی پەرستاری بەرپرس.



وێنەی ٢٦-١٠

لێکۆڵینەوەی تایبەت

- پێویستە ئامێری تۆڕنیکاکە زۆر بە وریاییەوە لێبدرێت، بۆ ڕوونەدانی گوشینی پێستەکە. ئەگەر پێویست بکات بەسەر جلوبەرگی نەخۆشەکەوە دابنرێت باشترە. گرنگە هەموو ئامێر و ماددە پێویستەکان لە هەمان پلەی گەرمی ژوورەکەدا بن، بە مەبەستی پارێزی لە کەمبوونەوەی تیرەی ناوەوەی خوێنبەرەکان کە لە پلەی گەرمی نزمدا ڕوودەدات.
- نابێت هەوڵی دەرزی لێدان لەلایەن هەمان پەرستارەوە لە دوو جار زیاتر بێت، لەبەر ئەوەی هەوڵی سەرنەکەوتوو ڕێگر دەبێت لە دەرزی لێدان لە داهاتوودا و بارودۆخێکی ناخۆش بۆ نەخۆشەکە دروست دەکات.
- ئەگەر گەڕانەوەی خوێن نەبینرا، ئەوا پێویستە کەمێک دەرزیەکە بگەڕێنرێتە دواوە و بخولێنرێتەوە. ئەگەر د ووەم جار بە
هەمان شێوە گەڕانەوەی بەدینەکرا، ئەوا پێویستە کانۆلایەکی نوێ بەکاربهێنرێت، یاخود بەپێی یاسای ئەو سەنتەرە هەنگاوی داهاتوو بنرێت.
- لە دوای لابردنی کانۆلاکە هەموو ٢٤ کاتژمێرێک برین پێچەکە دەگۆڕدرێت تا برینی شوێنی دەرزیەکە سارێژ دەبێت.



وێنەی ٢٧-١٠

بۆ لابردنی کانۆلاکە:

- لە یەکەم هەنگاو بۆ لابردنی کانۆلا پێویستە بە کلامپ (ئامێری شت گرتن) بۆریەکە لابرێت بە مەبەستی وەستانی جوڵەی شلەکە. دواتر برین پێچەکە و ئامێری جێگیرکردنی کانۆلا و تیپەکان لە پێستەکە لادەبرێن.
- دواتر بە دەستێک پاڵ دەنرێت بە برین پێچە پاکژکراوەکە و بە دەستەکەی دیکە کانۆلاکە بە شێوەیەکی لەسەرخۆ و هاوتەریب لەگەڵ پێستەکە لادەبرێت.
- سەری کانۆلاکە سەیر دەکرێت و ئەگەر ساف نەبوو، ئەوا بە زووترین کات نەخۆشەکە دەکرێتە ژێر چاودێری و پزیشکی لێپرسراو ئاگادار دەکرێتەوە.
- بەکارهێنانی پارچەیەک لە شاش بۆ برینەکە پەستانێکی کەمی دەکرێتە سەر بۆ ماوەی (١ - ٢) خولەک بۆ وەستانی خوێنبەربوون تا کانۆلاکە بە تەواوی دەردەکرێت.
- شوێنەکە پاک دەکرێتەوە و لەفافی برین پێچەکەی لێدەدرێت.
- ئەگەر خوێنبەربوون هەبوو ئەوا گرنگە کە کانۆلاکە بە پێی یاسایی سەنتەری دیاریکراو لابرێت، چونکە خوێنبەربوون ئەگەری تووشبوونە.
- هەموو کەلوپەلە بەکارهاتووەکان دەبێت بە شێوازێکی گونجاو فرێ بدرێن.

وێنەی ٢٨-١٠

وێنەی ٢٩-١٠

وێنەی ٣٠-١٠

وێنەی ٣١-١٠

ئەنجامە چاوەڕوانکراوەکان	هۆکارە پەیوەندیدارەکان
١-کەمی قەبارەی شلە دەبێتە هۆی کەمبوونەوەی میز، وشکبوونەوەی لینجە پەردە، کەمبوونەوەی پڕی شلە لە دەمارەکان، دڵەکوتێ، نزمی پلەی پەستانی خوێن، خوریە	ئاگادارکردنەوەی بەرپرسیار دووبارە ڕێکخستنەوەی ڕێژەی دانان
٢- زیادی قەبارەی شلە دەبێتە هۆی خیسەی سییەکان، کورتبوونەوەی هەناسە، ئاوسان.	دەبێت ڕێژەی جووڵەی شلە کەم بکرێتەوە بەرپرسیاری تەندرووستی ئاگاداربکرێتەوە
٣- نارێکی ئیلیکترۆلیتەکان دەردەکەوێت بە نارێکی ئاستی ئیلیکترۆلیتی سیرۆم، گۆڕانکاری لە بارودۆخی هۆشی نەخۆشەکە، گۆڕانکاری لە هەڵسوکەوتی ماسولکەکان، نارێکی لە دڵدا، گۆڕانکاری لە نیشانە زیندەییەکان.	ئاگادارکردنەوەی بەرپرسیاری تەندرووستی چاککردنی ئەو ماددانەی کراونەتە ناو خوێنهێنەر بە پێی پلە
٤- دزەکردنی شلە دیاری دەکرێت بە نیشانەکانی وەک خاوبوونەوەی پرۆسەی دانانی گیراوە، هەروەها شوێنی دەرزی لێدانەکە سارد و کاڵ و بە ئازار دەبێت.	پرۆسەی دانان دەوەستێنرێت قۆڵی نەخۆشەکە بەرز دەکرێتەوە پرۆسەیەکی نوێی دانان شلە دەست پێدەکرێت لە سەروو شوێنی پێشوودا یاخود قۆڵەکەی دیکە چارەسەرکردن زۆر گرنگە دەبێت پلەی ڕۆشتنی گیراوە و دەستتێوەردانی پەرستاری بەرپرسیار تۆمار بکرێت
٥- هەوکردنی خوێنهێنەر دیاری دەکرێت بە نیشانەکانی وەک ئازار و هەستەوەرییەکی نائاسایی و سووربوونەوەی پێست لە شوێنی لێدانی دەرزیەکە. شوێنی لێدانی دەرزیەکە زۆر گەرم دەبێت کە وا دەکات ڕێژەی چوونە ژوورەوەی شلەکان کاریگەریان لەسەر درووست ببێت.	بە خێرایی دانانی گیراوە دەوەستێنرێت ئەگەر چارەسەرکردن بەردەوام بوو ئەوا دەبێت شوێنێکی دیکە دەستنیشان بکرێت بۆ دانان لە سەروو شوێنی پێشوو یاخود قۆڵەکەی دیکە پەستانێک لە ڕێگەی بارستەیەکی گەرم و شێدار دەکرێتە سەر شوێنی هەڵئاوسانەکە شوێنی دەرزی لێدانەکە چاودێری دەکرێت بۆ ماوەی ٢٤ کاتژمێر دوای ئەوەی کانۆلاکە لابرا دەبێت پلەی هەوکردنی خوێنهێنەرەکە و دەست تێوەردانی پەرستیارەکان تۆمار بکرێن بە پێی یاسا و پرۆسەی ئەو نەخۆشخانە و سەنتەرە دەستتێوەردان بەپێی یاسای دەزگاکە و کردارەکە .
دووبارە دانانەوەی کانۆلاکە ئەگەر خوێنبەربوونەکە نەوەستا یان ئەگەر لابرا.	٦- خوێنبەربوون ڕوودەدات لەو شوێنەدا کە خوێنهێنەرەکە کونکراوە. پێویستە دڵنیابینەوە لەوەی کە سیستەمەکە تەندروستە و گۆڕینی برینپێچەکە ئەگەر کرایەوە
ئاگادارکردنەوەی چاودێری تەندروستی بۆ دەستتێوەردانی پێویست وەک دانانی ئامێر لەشوێنەکەدا، ئەگەر پێدانی چارەسەری بەردەوام پێویست بوو ئەوا کاسیتەرێکی نوێی بۆ دابنێرەوە لە بەشی سەرەوەی ئەو شوێنەدا یان ئاراستەی پێچەوانە بەکاربهێنە، تۆمارکردنی مەترسی و تێکچوون و تووشبوونەکان بکە.	٧- لەشوێنی تێکچوونی کاسیتەرەکەدا چاودێری نیشانەکان و دەرکەوتەکان بکە لەو شوێنەدا کە ئەمانە لەخۆدەگرێت (سووربوونەوە، ئازار، هەڵئاوسان، وشکبوونەوە، پلەی گەرمی، بەتاڵکردنەوە)

ئیلتیهابی دیواری خوێنهێنەر پێوانی phlebitis scale

پلە	پێوەری پزیشکی
٠	هیچ نیشانەیەک نییە
١	سووربوونەوەی بەشی سەرەوەی پێست (erythema) لەو شوێنەی کردارەکەت تیادا ئەنجام داوە بە بوونی ئازار یان نەبوونی .
٢	بوونی ئازار لەو شوێنەی کردارەکەت تیادا ئەنجام داوە لەگەڵ سووربوونەوەی بەشی سەرەوەی پێست (erythema) لەگەڵ/یان هەڵئاوسان
٣	بوونی ئازار لەو شوێنەی کردارەکەت تیادا ئەنجام داوە لەگەڵ سووربوونەوەی بەشی سەرەوەی پێست (erythema) لەگەڵ/یان هەڵئاوسان دروستبوونی هێڵ دەماری خوێنهێنەری هەستپێکراو
٤	بوونی ئازار لەو شوێنەی کردارەکەت تیادا ئەنجام داوە، لەگەڵ سووربوونەوەی بەشی سەرەوەی پێست (erythema) لەگەڵ/یان هەڵئاوسان دروستبوونی هێڵ دەماری خوێنهێنەری هەستپێکراو بە درێژی زیاتر لە)٢.٥(>سم ١ ئینج) بەتاڵکردنەوەی کێم

بەشی دوازدەیەم

سۆندەی گەدە

سۆندەی گەدە

پێدانی خۆراک لە ڕێگەی دەم و لووت NGT

بریتییە لە شێوازی جێگرەوەی خۆراکپێدان، بۆ دڵنیابوون لە بڕی خۆراکی پێویست، لەڕێگەی (کۆئەندامی هەرس)ەوە جێبەجێ دەکرێت.

کاتێک ئەنجام دەدرێت کە نەخۆشەکە توانای خواردنی خۆراکی نەبێت، یان لە بەشی سەرەوەی کۆئەندامی هەرس نێوانی گەدە و ڕیخۆڵە پچرابێت و گواستنەوەی خۆراک بۆ ڕیخۆڵە باریکە پچرابێت. خۆراکپێدان لە ڕێی لووت و گەرووەوە بەناو ڕێڕەوەکانی هەناسەدان و ڕێڕەوی بچووک یان لەڕێی ڕێڕەوەکانی گەدەوە یان پێوەبەستنی سۆندەکە بە بەشێک لە ڕیخۆڵە باریکەوە (jejunostomy) دەدرێ.

ناوی کردارەکە: دانانی سۆندە لە ڕێگەی دەم و لووت بۆ ناو گەدە

پێناسە: بردنە ناوەوەی سۆندەیەکی پلاستیکیە لەڕێگەی لووتەوە بۆ ناو گەروو، دواتر بۆ ناو سووریێنچک و لەکۆتایشدا بۆ ناو گەدە هەروەها بەکاردێت بۆ پێدانی دەرمان و خواردن و خواردنەوە، بۆ لابردن و دەرکردنی مادە زیانبەخشەکانی ناو گەدە.

مەبەست لەم کردارە:

- ئەو نەخۆشانەی پێویستیان بەدانانی سۆندەی NG هەیە، بۆ ماوەی (٢ بۆ ٤) هەفتە وەک تاکە سەرچاوەی خۆراکپێدان یان بۆ دەستکەوتن و جێگرەوەی خۆراکی تەواو بەکاردێت.
- بۆ ڕێگریکردن لە ڕشانەوە و هێڵنجدان و هەڵئاوسانی گەدە، لەم کاتەدا سۆندەکە بووە بە سەرچاوەی هەڵمژینی پێکهاتەکانی ناو گەدە.
- بۆ لابردن و دەرکردنی پێکهاتەکانی ناو گەدە بۆ شیکاری تاقیگە.
- بۆ شۆردنی گەدە لەکاتی ژەهراویبوون و وەرگرتنی بڕێکی زۆر لە دەرمان.
- هەندێک کات لەدوای نەشتەرگەرییەکی گەورە یان ئەو هۆکارانەی کە کاریگەری لەسەر کۆئەندامی هەرس و گەدەوە هەیە، کار لە نەخۆشەکە دەکەن و لەکاتی جووڵە ئاساییەکانی ڕێڕەوی گەدەدا یان ناتەواوی لە کرداری هەرسدا.
- لەبەرئەوەی جووڵە ئاساییەکانی ڕێڕەوی گەدە یان زۆر هێواش دەبێت و یان هەرنییە، نەخۆشەکە ناتوانێت هیچ بخوات و بخواتەوە لە شلەمەنییەکان، چونکە دەبێتە هۆی هەڵئاوسانی سکی.
- پێویستە ئامۆژگاری ئەو نەخۆشانە بکەیت کە کۆکەیان لەگەڵە بەوەی کە نابێت خواردن و خواردنەوە بخۆن لەکاتی دانانی سۆندەی NG، چونکە لەم کاتەدا زۆر مەترسیدارە و لەوەیە ببێتە هۆی خنکاندنی نەخۆشەکە .

پێداویستییەکان:

- ١٤ یان ١٦ Fr)سۆندەی NG (سۆندەی بچووک و تەنک بەکارناهێنرێت بۆ کەمکردنەوەی پەستان لە گەورەکاندا، دەبێت سۆندەی ئەستوور بەکاربهێنیت)
- ماددەی چەورکەر
- شریتی پێوانەی PH بۆ(پێوانی ترشێتی گەدە)؛ بەکارهێنانی کاغەزێک کە مەوداکەی کەمتر یان زیاتربێت لە ١بۆ ١١
- زمان نزمکەرەوە (depressor)
- ئامێری رووناکی (لایتی دەستی)
- دەفری رشانەوە
- سرنجێکی گەورەی تایبەت بە NG
- ١ ئینچ (٢.٥سم) لەزگە بۆ جێگیرکردنی سۆندەکە بە لووتەوە (plaster)
- داخستنی گیرە (clamp)، کیسی تێکردنی پاشەڕۆ، ئامێری هەڵمژین، گێچی پێوانە
- خاولی
- پەرداخێک ئاو لەگەڵ قەسەب
- کلێنس
- گیراوەی N/S
- بۆیەی ناسینەوە (ئارەزوومەندانەیە)
- ئامێری هەڵمژین
- بیستۆک stethoscope
- دەستکێشی پاک

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- پێش دەستپێکردنی کارەکانت هەوڵبدە هەنگاوەکانی کردارەکە بیر خۆت بخەرەوە .	١- بۆئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژانێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لە لای نەخۆشەکە .
٢- دەستەکانت پاک رابگرە .	٢- بۆ رێگری کردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی.
٣- هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکاربهێنە کە پێویستە. خۆت لە خوێن و شلەی لەش بپارێزە بە لە دەستکردنی دەستکێش.	٣- بۆ پاراستنی خۆت، نەخۆشەکە و هەموو ئەو کەسانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا .
٤- کۆکردنەوەی هەموو پێداویستە پێویستەکان .	٤- بۆ رێگری کردن لە دواکەوتنی کردارەکە و بەردەوام بوون لەسەری و تەواوکردنی لە زووترین کاتدا .
٥- فەرمانەکە بپشکنە و ناسنامەی نەخۆشەکە پشتڕاستبکەنەوە بە بەکارهێنانی بەلایەنی کەمەوە دووان لە پێناسی نەخۆشەکە	٥-بۆ پاراستنی ئارامی نەخۆشەکە.
٦- روونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە.	٦-بـۆ ئـارامکردنەوەی نەخۆشـەکە لەکـاتی هەبـوونی هەر دڵەڕاوکێیەک و بەدەستهێنانی رەزامەندی نەخۆشەکە . پێدانی زانیاری خێراترو هاوکاری کردن و لێکتێگەیشتن .
٧-دەرگای ژوورەکە دابخە و پەردەکان دایەرەوە .	بـۆ پاراسـتنی تایبەتمەنـدێتی نەخۆشـەکە و کەمکـردنەوەی میکرۆب و زیندەوەرە هەواییەکان.
٨- لەلای راسـتی نەخۆشـەکەوە بووەسـتە ئەگەر دەسـتە راسـت بوویـت، وە لەلای چەپەوە بووەسـتە ئەگەر دەسـتە چەپ بوویـت، لەلای بەشی خوارەوەی کەسەکە .	٨-رێگە بە دەستلێدانی سۆندەکە دەدات بە ئاسانترین شێوە.
٩- یارمەتی نەخۆشـەکە بدە بۆ ئەوەی بەشـێوەیەکی نیمچە راسـت لەجێگاکەدا یان لەسەر کورسییەکە دابنیشێت، پشتگیری لەسەری نەخۆشەکە بکە بەدانانی سەرین. تێبینی /نابێت سەر لاربکرێتەوە بۆ دواوە یان بەرەو پێشەوە	٩-رێـگە دەدات بە ئاسـانکردنی چـوونە نـاوەوەی سـۆندەکە بەنـــاو رێـــرەوی گەرووداا، ئەم شـــێوەیە رێـــگەدەدات بە ئاسانکردنی قوتدان و دڵنیابوونەوە لەوەی کە زمانە بچکۆلە نەبێتە هۆی رێگری و داخستنی سوورێنچک لە بۆری هەوادا .
١٠- دیـاریکردنی نیشـانەی دووری گونجـاو لەسـەر سـۆندەکە بە پێـوانەکردنی دووری سـۆندەکە لەبەشی خـوارەوەی نەرمـایی گوێچکەی نەخۆشەکەوە بۆ ئێسکی لووت، لەگەڵ پێوانی دووری لە نەرمایی گوێچکەوە بۆ بەشی خوارەوەی کۆڵەی سنگ (ناوەراستی سنگ) ئەمەش بە پێوانەی NEX ناسراوە. (وێنەی٢ تا ٤) ١١-چەمانەوەی ١٠بۆ١٥سم (٤بۆ٦ ئینچ) لەکۆتایی سۆندەکەدا، بەتوندی و بەدەوری پەنجەی ئاماژەدا و دواتر بەرەڵاکردنی.	١٠-بۆ دڵنیابوونەوە لە درێژی گونجاوی سۆندەکە کە بەناو گەدەدا تێپەردەبێت ١١- یارمەتی تێکردن و چوونەژوورەوەی سۆندەکە دەدات و رەقی سۆندەکەش کەم دەکاتەوە .
١٢-چەورکردنی ٧بۆ١٠سم (٣بۆ٤ ئینچ) لە کۆتایی سۆندەکەدا بە ماددەی چەورکەر. (وێنەی٦-١١)	١٢- بـۆ کەمکـردنەوەی لێکخشـاندن و بەربەککەوتـن لەگەڵ نـاوپۆشی لـووت و یـارمەتی چـوونەژوورەوەی سـۆندەکە دەدات، وە مـاددەی چەورکەری ئـاوی کەمـتر زەهـراوییە لە ماددەی چەورکەری زەیتی .
١٣- نەخۆشـەکە ئاگـادار بـکەرەوە کاتێـک دەسـت دەکەیـت بە ئەنجامدانی کردارەکە.	١٣- دڵەراوکـێی نەخـۆش کەم دەکـاتەوە و هاوکـاری بـۆ نەخۆشەکە زیاد دەکات .
١٤-پشکنینی هەردوو کونە لووتی نەخۆشەکە بکە، بەنەخۆشەکە بڵێ هەوا هەڵبمژێ بە یەک لای کونی لووتی و لایەکەی تری لووتی دابخات، هەروەها دووبارەکردنەوەی کردارەکە بەسەر کونە لووتە داخراوەکەشدا.	١٤- بۆ زانین و ناسینەوەی هەر گیرانێکی کونە لووتەکان و بۆکەمکردنەوە و نەهێشتنی رێگریکردن لە تێکردنی سۆندەکە بۆ ناو کونی لووت .
١٥- رێنمایی نەخۆشـەکە بکە بەوەی پاڵبداتەوە لەسـەر سـەرینەکە؛ تێکردنی سۆندەکە بەرەو ناوەوەی کوونە لووت بەنەرمی و لەسەرخۆ هەروەها چەمانەوەی سۆندەکە لەبەشی خوارەوەی.	١٥-بۆئاسـانکردنی رۆشـتنی سـۆندەکە بەرەو نـاوەوەی کـوونە لـووتەکە و رێـرەوی هەناسـەدان بەپـاکی دەهێڵێـتەوە بە کرانەوەی کوونی لووت.
١٦-تێکردنی بەشی خوارەوەی کۆتایی سۆندەکە بۆ ناو کوونە لووتە	١٦- بۆکەمکردنەوەی نارەحەتی و لێکخشاندنی سۆندەکە

پاکەکە، وە جولاندنی بۆناوەوە و پشتەوە بەدرێژای ناوەوەی لووت بەرەو گەروو، ئەگەر هەستت بەهەر ڕێگرییەک یان هەر گیرانێک کرد، ئەوا سۆندەکە دەرکەرەوە و هەولبدەرەوە بەنەرمی و بەئاراستەیەکی جیاوازتر دووبارەی بکەیتەوە یان بە بەکارهێنانی کوونە لووتەکەی تر. .(وێنەی٧-١١)	لەگەڵ بەشی ناوەوەی لووت.
١٧-ئەگەر بەردەوام سۆندەکە لە بەرگریکردن دابوو لەدژی چوونەژوورەوەی بۆ ناو لووت، ئەوا هەولبدە سۆندەکە بسوڕێنەوە، بزانە بەم شێوازە زیاتر بەرەوپێش دەچێ یان نا، ئەگەر هەر بەردەوام بوو لە بەرگریکردن، ئەوا سۆندەکە دەرکەرەوە و ڕێگە بە نەخۆشەکە بدە پشووبدات، دووبارە سۆندەکە چەوربکەرەوە و دواتر سۆندەکە بکەرە ناو کوونە لووتەکەی تر.	١٧- زۆرکردن لە سۆندەکە بۆچوونە ناو ناوپۆشی لووت بەزۆر دەبێتە هۆی برینداربوونی ناوپۆشەکە، وە ڕێگەدان بەنەخۆشەکە بۆ پشوودان و یارمەتیدانی بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ .
١٨- یەکەم جار لە گەروو، سۆندەکە بوەستێنە لەبەرەو پێشبردنی بۆ ناوەوە، یارمەتی نەخۆشەکە بدە پشووبدات، وە کلێنس دابنێ .	١٨- کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێی نەخۆشەکە، فرمێسک ڕشتن وەڵامێکی سروشتییە بۆ برینداربوون و بێزارکردنی ناوپۆشی لووت، لەوانەیە زۆر دەردانی لیک بەهۆی وروژاندنی ناو دەمەوە بێت .
١٩- ڕوونکردنەوەی هەنگاوی دواتر بە نەخۆشەکە بدە و پەرداخێک ئاوی بدەرێ، پێویست دەکات ئاوەکە قوتبدات، جگە لەو دۆخانەی کە لێی قەدەغەکراوە . .(وێنەی٨-١١)	١٩-خواردنەوەی ئاو لەگەڵ ئەنجامدانی ئەم کردارەدا یارمەتیدەر دەبێت بۆ ئەوەی سۆندەکە بچێتە ناو سوورێنچک . پێدانی ئاو وا دەکات نەخۆشەکە تووشی هێڵنجدان نەبێت، ئەم کرداری قوتدانە وا دەکات کە زمانەی سەر بۆری هەوا دابخرێت و زمانەی سەر گەروو بکرێتەوە، ڕێگە دەدات بە سۆندەکە بۆ ئەوەی بەئاسانی بچێتە ناوەوە .
٢٠- ئەگەر سۆندەکە لەدەمەوە دانرا، داوا لە نەخۆشەکە بکە سەری ڕێک بکاتەوە، کەمێک ئاو بخوات و قوتی بدات. سۆندەکە (٢بۆ٥ سم) ببەرە ناوەوە (١بۆ٢ ئینچ) لەگەڵ هەر قوتدانێکی ئاوەکەدا . ئەگەر نەخۆشەکە نەیتوانی ئاو بخوات، ئەوا دەبێت لیکی ناو دەمی خۆی قوتبدات، لەگەڵ هەرقوتدانێکدا (٢بۆ٥ سم) سۆندەکە ببەرە ناوەوە .	٢٠- ئەو شێوازەی کە سەری دەوەستێنی بۆری هەوا دادەخات و سوورێنچک دەکاتەوە. قوتدانەکە زمانەی زوڕنای دادەخات و سوورێنچک دەکاتەوە، ئاو خواردنەوەکە هێڵنجدان و خنکان کەم دەکاتەوە، ئەو ئاوەی کە دەیخواتەوە دوای بردنە ناوەوەی سۆندەکە پێویستە ڕابکێشرێتەوە دەرەوە .
٢١-ئەگەر نەخۆشەکە دەستی کرد بە کۆکە و هێڵنجدان، یان هەستکردن بەخنکان، ئەوا سۆندەکە بەنەرمی دەربکەرەوە و بوەستە لە بەرەوپێشبردنی سۆندەکە بۆ ناوەوە، ڕێنمایی نەخۆشەکە بکە بەوەی هەناسە بەئاسانی بدات و قوم لە ئاوەکە بدات.	٢١- نەخۆشەکە کاردانەوەی کۆکەی دەبێ، کاتێک سۆندەکە دەچێتە ناو بۆری هەوا، لەگەڵ ڕاکێشانەوەی سۆندەکە بۆ دەرەوە مەترسی چوونە ناوەوەی سۆندەکە بۆ ناو بۆری هەوا کەم دەکاتەوە، قوتدانی ئاوەکە لەکاتی دانانی سۆندەکەدا ڕێگری دەکات لە دڵ تێکەڵهاتن، ئەو قومە بچووکانە بۆ ئەوەیە مەترسی گەڕانەوەی ئاو کەم دەکاتەوە بۆ ناو بۆری هەوا .
٢٢-ئەگەر نەخۆشەکە بەردەوام کۆکەی هەبوو لەکاتی تێکردنی سۆندەکەدا ئەوا بەهێواشی سۆندەکە ڕاکێشە دەرەوە .	٢٢- چونکە لەوانەیە سۆندەکە بچێتە ناو قورگ و ڕێگری بکات لە ڕێڕەوی هەناسەدان .
٢٣- ئەگەر نەخۆشەکە بەردەوام بوو لە کۆکە یان هێڵنجدان یان هەستی کرد کە سۆندەکە چووەتە ناو بۆری هەوای و پێچی خواردووە لە پشت قورگیەوە، پشکنینی ناو دەم و گەرووبکە بە بەکارهێنانی ڕووناکی لایت و زمان نزمکەرەوە (depressor)، سۆندەکە دەرکەرەوە و ڕایبکێشەرە سەرەوە هەتاوەکو کۆتایی بەشی سۆندەکە دەگەڕێتەوە ناو گەروو، ئەگەر سۆندەکە پێچی خواردبوو ئەوا دووبارە بیکەرەوە ناوەوە لەگەڵ دەستپێکردنی قوتدانی ئاوەکەدا سۆندەکە ئاسانتر دەڕرواتە خوارەوە.(وێنەی١٢-١١)	٢٣- لەوانەیە سۆندەکە لەبەشی پشتەوەی قورگدا بچەمێتەوە و بنوشتێتەوە، بەو هۆیەوە دەبێتە هۆی هاندان و زیادکردنی هێڵنجدان .
٢٤-سۆندەی NG ببە بەرەو ڕێڕەوی گەروو لەکاتی قوتداندا، هەتا ئەگاتە ناوەوەی گەدە یان شوێنی گونجاو، ئەگەر نەخۆشەکە	٢٤- دڵنیابەرەوە لەوەی کە سۆندەی NG لەناو گەدەی نەخۆشەکەدایە، دانانی سۆندەکە بەشێوەیەکی باش ڕێگری

هەستی بە هەر نارەحەتیەک کرد لەکاتی دانانی سۆندەکەدا و نیشانەکانی هەناسەبڕکێ وشینبوونەوەی تیا دەرکەوت، ئەوا بەپەلە سۆندەکە دەرکەرەوە، بۆ ماوەیەکی کانی سۆندەکە لەسەر ڕوومەتی نەخۆشەکە جێگیر بکە بە پارچەیەک لەزگە هەتاوەکو پشکنین بۆ شوێنی دانانی سۆندەکە دەکەیت .	دەکات لە نەهێشتنی ڕوودانی گۆڕانی ئاراستەی سۆندەکە، کاتێک پشکنین بۆ شوێنی دانانی سۆندەکە دەکەیت،
٢٥-هیچ شلەیەک مەکەرە ناو سۆندەی NG یەکەوە، هەتا پشکنین بۆ شوێنی ئاراستەی نەخۆشەکە نەکەیت .	٢٥- لەبەرئەوەی مەترسی ناساندنی شلە لە سیپەکاندا هەیە، ئەگەر بۆرییەکە بەهەڵە دابنرێت
٢٦-دڵنیابوونەوە لە دانانی سۆندەکە، بەپێی شێواز و ڕێوشوێنی نەخۆشخانەکە پشکنین بکە بۆ شێوازە پەسەندەکانی دانانی سۆندەکە.(وێنەی١٣-١١) ا- داوا لە نەخۆشەکە بکە قسە بکات. ب- سەیری بەشی پێشەوەی بۆری هەوا بکە بۆ ئەوەی بزانیت کە سۆندەکە پێچی خواردووە یان نا بۆ هەستکردن بە سۆندەکە . ت- خاولیەک دابنێ لەژێر سۆندەی NG یەکەو، دواتر سرنجێک دەکەین بە سۆندەکەوە و پاشان کرداری هەڵمژین و ڕاکێشان ئەنجام دەدەین بۆ دەستکەوتنی شلەو پێکهاتەکانی ناو گەدە، لەگەڵ تێبینیکردنی ڕەنگەکەیدا . ج- بەکارهێنانی کاغەزی PH پێو، بۆ پێوانەکردنی ئەو شلەیەی کە لەناو گەدەوە دێتەوە دەرەوە، لەگەڵ ڕەنگی سەر کاغەزی PH پێوەکەدا (دڵنیابەرەوە لە ماوەی سەر کاغەزی PH پێوەکە کە بچووکتر یان گەورەترە لە (١بۆ١١) . ح- ئەگەر پێویستی کرد ئەوا دەبێت ئەشیعەی سک و سنگی کەسەکە بگری. د- ئەگەر بە تەواوی دڵنیابوویتەوە لەوەی کە سۆندەکە نەچۆتە ناو گەدەوە، ئەوا دەست دەکەین بە دانانی دانەیەکی نوێ تر ٢.٥بۆ٥سم (١بۆ٢ ئینچ)، سەرلەنوێ هەنگاوەکان دووبارە دەکەینەوە بۆ پشکنینی دانانی گونجاوترین شوێنی سۆندەکە.	٢٦- ا- ئەگەر نەخۆشەکە نەیتوانی قسە بکات، ئەوە مانای ئەوەیە کە سۆندەکە بەناو بۆری هەوادا ڕۆشتووە . ب- سۆندەکە لەوانەیە بچەمێتەوە لە پشتی قورگەوە و نەچێتە ناو سووریڕنچکەوە. ت- پێکهاتەکانی ناو گەدە ڕەنگیان سەوزە و پاکەو بێ بۆنە، ئەگەر سۆندەکە زۆرتر بچێتە ناو گەدە تا ناو ڕیخۆڵەش ئەوا ڕەنگی پێکهاتەکان دەبێت بە زەرد و زەردی تۆخ، PH گەورەتر دەبێت لە ٦ ج- شلەو پێکهاتەکانی ناو گەدە PHی بچووکترە لە (٥) ٥,٠ زۆربەی دەردراوەکانی کۆئەندامی هەناسەدان PHی لە (٦) زیاترە ح- وێنەگرتنی تیشک ڕێگایەکی زۆر باش و سەرکەوتووە بۆ دڵنیابوونەوە لە سۆندەکە . د- پێویستە سۆندەکە لە ناو گەدەدا بێت و یارمەتی کەمکردنەوەی پەستان بدات.
٢٧- ڕوونکردنەوەی ئەنجامەکان و ڕێنماییەکان بۆ نەخۆشەکە	٢٧- بۆ بە شی زانیارییەکان و دابینکردنی چاودێری پێویست دەستبەجێ .
٢٨- پێداویستیە بەکارهاتووەکان کۆبکەوە و پاکیان بکەوە و لەشوێنی تایبەت بەخۆیان دایانبنێرەوە و شوێنەکەش پاک بکەوە لەکاتی بەجێهێشتن.	٢٨- بۆ پاراستنی ناوچەکەو پێداویستیەکان بەسەلامەتی و پاکوخاوێنی بۆ بەکارهێنانی لە داهاتوو .
٢٩- دەستکێشەکان لابدە و پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە .	٢٩- بۆ ڕێگری کردن لە مەترسی هەوکردن یان پیس بوون.

تۆمارکردنی زانیارییەکان :

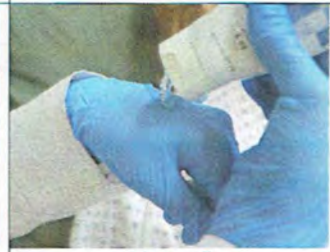
- تۆمارکردنی بەروار و کات
- کردنی واژۆ بەرپرسیارییەتی پیشەی دەپارێزێت
- زانیارییەکان کۆکراوەی داتای بەردەوام دابین دەکات
- تۆمارکردنی درێژی و قەبارەو جۆری ئەو سۆندەیەی کە دامان ناوە لەگەڵ ئەو کوونە لووتەی کە سۆندەکەمان لێوەی داناوە، توانای بەرگەگرتنی نەخۆشەکەش تۆماربکە لە سەرکەوتووی دانانی سۆندەکە، جۆری شلە و پێکهاتەکانی ناو گەدە، ڕێژەی PH ، ئەنجامی وێنەگرتنی تیشکی، قەبارەی ئەو شلەیەش کە لەکاتی کرداری هەڵمژینەکەدا یەتە دەرەوە .
- تۆمارکردنی جیاوازی نێوان ڕێژەی ئاو و خوێیە کە چووەتە ناوەوەی گەدە، لەگەڵ ڕێژەی دەردراوەکانی ناو گەدە، پاشان دووبارە ڕێژەی دەردراوەکانی ناو پێکهاتەکانی گەدە تۆمار دەکەینەوە کە گۆڕاوە .

وێنەی ١-١١

وێنەی ٢-١١

وێنەی٣-١١

وێنەی ٤-١١



وێنەی ٥-١١

وێنەی ٦-١١

وێنەی ٧-١١

وێنەی ٨-١١

وێنەی ٩-١١

وێنەی ١٠-١١

وێنەی ١١-١١

وێنەی ١٢-١١

وێنەی ١٣-١١	وێنەی ١٤-١١	وێنەی ١٥-١١
وێنەی ١٦-١١	وێنەی ١٧-١١	وێنەی ١٨-١١

ئەنجامە چاوەڕوانکراوەکان	هۆکارە پەیوەندیدارەکان
١-هەڵئاوسانی سکی نەخۆشەکە بەهۆی هەبوونی گازی ناو سکی و ئەمەش دەبێتە هۆی ئازار	١-دیاریکردنی ئاراستەی سۆندەکە، لەوەیە نەچوبێتە ناو گەدەوە، لەوانەیە سۆندەکە ئاو دابدات . -دلنیابە لەوەی کرداری هەڵمژینەکە و ڕاکێشانەکە داواکراوە -چاودێرانی تەندروستی ئاگاداربکەرەوە .
٢- نەخۆشەکە گلەی دەکات لەوەی برینی هەیە لەناو قورگی دا و ئازاری ناوپۆشی قورگی هەیە.	٢-ئەنجامدانی پاکوخاوێنی ناو دەم بە شێوەیەکی بەردەوام -پرسیار لە چاودێرانی تەندروستی بکە، کە نەخۆشەکە خواردنەوەی ساردی خواردۆتەوە؟ یاخود دەرمانی بێهۆشکەری بەکارهێناوە یان نا.
٣-نەخۆشەکە هەست بە بێزاری و ڕووشان دەکات لە بەشی ناوەوەی ئەو کونە لووتەی کە سۆندەکەمان بردۆتە ناوەوە.	٣-دەستەبەرکردنی ئەنجامدانی پاکوخاوێنی ئەو ناوچەیە بە شێوەیەکی بەردەوام .
	٤- لەزگە بدە لە سۆندەکە بۆ ڕێگریکردن لە جووڵاندنی . -بڕیار لە گوێزانەوەی سۆندەکە بدە بۆ کوونە لووتەکەی تر.
٥-دەرکەوتنی نیشانەکان لە نەخۆشەکەدا، دەردراوەکانی کۆئەندامی هەناسە، تا، هەناسەتەنگی، هەڵئاوسانی سییەکان .	٥- ئەنجامدان و هەڵسەنگاندنی هەناسەدانی سییەکان بۆ نەخۆشەکە ئەنجام بدە . -چاودێرانی تەندروستی ئاگاداربکەرەوە . - وێنەگرتنی (تیشکی x) بگرە بۆسنگی نەخۆشەکە بەپێی داواکارییەکان

*پێوانەکردنی سۆندەی NG : پێوانەکردنە لەبەشی خوارەوەی نەرمایی گوێچکەی نەخۆشەکەوە بەرەو سەری لووت

* پێوانەکردنی سۆندەی NG : پێوانەکردنە لەبەشی خوارەوەی نەرمای گوێچکەیی نەخۆشەکەوە بەرەو بەشی خوارەوەی کۆلەی سنگ (xiphisternum) .

ناوی کردارەکە: لابردنی سۆندەی گەدە لەرێی لووتەوە

پێداویستییەکان:

- خاولی
- کلێنس
- دەستکێشی پاک
- سرنجێکی ٥٠ مل (ئارەزوومەندانەیە)
- کیسی خۆلی پلاستیکی

مەبەست لە هەنگاوەکان	هەنگاوەکان
١- بۆ ئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژانێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لە لای نەخۆشەکە.	١- پێش دەستپێکردنی کارەکانت، هەوڵبدە هەنگاوەکانی کردارەکە بیر خۆت بخەرەوە.
٢- بۆ رێگری کردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی.	٢- دەستەکانت پاک رابگرە .
٣- بۆ پاراستنی خۆت، نەخۆشەکە و هەموو ئەوکەسانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا .	٣- هەموو ئەو خۆپارێزییە ستانداردانە بەکاربهێنە کە پێویستە خۆت لە خوێن و شلەی لەش بپارێزیت بە لە دەستکردنی دەستکێش.
٤- بۆ رێگری کردن لە دواکەوتنی کردارەکە و بەردەوام بوون لەسەری و تەواوکردنی لە زووترین کاتدا .	٤- کۆکردنەوەی هەموو پێداویستە پێویستەکان .
٥-بۆ پاراستنی ئارامی نەخۆشەکە .	٥- فەرمانەکە بپشکنە و ناسنامەی نەخۆشەکە پشتراستبکەوە بە بەکارهێنانی بەلایەنی کەمەوە دوو لە پێناسی نەخۆشەکە
٦-بۆ ئارامکردنەوەی نەخۆشەکە لەکاتی هەبوونی هەر دڵەراوکێیەک و بەدەستهێنانی رەزامەندی نەخۆشەکە . پێدانی زانیاری خێراترو هاوکاری کردن و لێکتێگەیشتن .	٦- روونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە.
بۆ دابینکردن و پاراستنی تایبەتمەندێتی نەخۆشەکە و کەمکردنەوەی میکرۆب و زیندەوەرە هەواییەکان.	٧-دەرگای ژوورەکە دابخە و پەردەکان دابەرەوە .
٨-رێگە بە دەستلێدانی سۆندەکە دەدات بە ئاسانترین شێوە .	٨- لەلای راستی نەخۆشەکەوە بوەستە ئەگەر دەستە راست بوویت و لەلای چەپەوە بوەستە ئەگەر دەستە چەپ بوویت، لەلای بەشی خوارەوە کەسەکە.
٩- بۆسەلماندنی گەڕاندنەوەی (peristalsis) جووڵەی تایبەتی رێرەوی هەرس.	٩- گوێگرتن لە سکی نەخۆشەکە بۆئاگاداربوون لە دەنگی ریخۆڵە (bowel) .
١٠- بۆکەمکردنەوەی دڵەراوکێی نەخۆشەکە و بۆ هاوکاریکردن پاشان سۆندەکە بەنەرمی راکێشە دەرەوە .	١٠-روونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە، دڵنیابە کەرەوە کە لابردن ودەرکردنەوەی سۆندەی NG ئازاری کەمترە وەک لە کاتی دانانی .
١١- هەندێک نەخۆش دەیانەوێت لووتیان پاک بکەنەوە، دوای لابردنی سۆندەکە خاولی دابنێ لەسەر بەرگەکە gown، چونکە دەبێتە هۆی گیرانی رێرەوی هەوا لەکاتی لابردنی سۆندەکەدا .	١١- کلێنس بدە بە نەخۆشەکە، خاولییەکی پاک لەسەر سنگی دابنێ و رێنمایی نەخۆشەکە بکە هەناسە هەڵبمژێ .
١٢- پێویستە سۆندەکە بەتاڵ بێت لەهەرشتێک پێش دەرهێنانەوەی،	١٢- سۆندەی NG لە کیسی دەردراوەکان و ئامێری

هەڵمژینەکە جیا بکەرەوە بە بەکارهێنانی سرنجەکە ٢٠ مل لەهەوا بکەرە ناو ناوەوەی ڕێڕەوی لووت و لابردنی لەزگەکە و بردنی بۆ سەر ئێسکی لووت .	شلەکانی ناو گەدە دەردەهێنرێتەوە لە ڕێی سۆندەکەوە بۆ ڕێگریگرتن لە دەردراوەکان و پیسبوونی جلوبەرگ و جێگاکە .
١٣- داوا لە نەخۆشەکە بکە هەناسەیەکی قووڵ هەڵبمژێ .	١٣- دەبێتە هۆی داخستنی قورگ، بەوەش ڕێگری دەکات لە هەر ڕووداوێکی نائاسایی و دەردانی هەر شلەیەک و پێکهاتەکانی ناو گەدە.
١٤- بە توندی سۆندەکە بگرە بەو دەستەی کە دەستکێشەکەت لەدەستدایە، پاشان سۆندەکە ڕاکێشەرە دەرەوە بەنەرمی و لەسەرخۆ و بیکەرە ناو خاولیەکەوە و بەدەستەکەی ترت بیگرە لەکاتێکدا نەخۆشەکە هەناسە هەڵدەمژێ .	١٤- گرتنی سۆندەکە دەبێتە هۆی ڕێگریگرتن لەوەی کە پێکهاتەکانی ناو گەدە بێتەوە بۆ ناو قورگی نەخۆشەکە . هەروەها ڕێگری دەکات لەوەی کە ناوپۆشی قورگ زیانی پێ بگات و نائارامی نەخۆشەکەش کەم دەکاتەوە، خاولییەک بەکاردەهێنیت بۆ داپۆشینی سۆندەکە و گرتنی هەناسەی نەخۆشەکە و ڕێگری دەکات لە گەڕانەوەی پێکهاتەکان بۆ ناو بۆری هەوا .
١٥- پێوانەکردنی بڕی دەردراوەکان و تێبینی کردنی شلەو پێکهاتەکان، هەروەها سۆندە و ئامێرەکانی هەڵمژین فڕێ بدەرە ناو دەفری گونجاو.	١٥- دابینکردنی پێوانەی دروست لە دەرچوونی شلەکان و گواستنەوەیان، هەروەها بۆ کەمکردنەوە و ڕێگریگرتن لە بڵاوبوونەوەی زیندەوەرە وردەکان .
١٦- دانانی سۆندەکە لە کیسی خۆڵدا .	١٦- دانانی سۆندەکە دەستبەجێ لە ناو کیسی خۆڵدا، بۆ ڕێگریگرتن و کەمکردنەوەی گواستنەوەی زیندەوەرە وردەکانی ناو سۆندەکە بۆ پێداویستیەکانی تر یان بۆ کەسەکان.
١٧- پاککردنەوەی کوونی لووت، دەستەبەرکردنی پاراستن و چاودێریکردنی دەم .	١٧- یارمەتی نەخۆشەکە بدە بۆ پاککردنەوەی لووتی . -بەرزکردنەوەی ئاسوودەیی نەخۆش . -بەهۆی زۆری کۆبوونەوەی دەردراوەکان لە ناو ڕێڕەوی لووتدا .
١٨- دابینکردنی ئاسوودەیی شوێنی نەخۆشەکە، ڕوونکردنەوەی کردارەکە بۆ خواردنەوەی شلەمەنیەکان، ئەگەر هیچ ڕێگرییەک نەبوو، ڕێنمایی نەخۆشەکە بکە ئەگەر تووشی حاڵەتی ڕشانەوە بوو .	١٨- هەندێک کات نەخۆشەکە ڕێگە پێدراو نییە هیچ شتێک بەدەم بخوات (NPO) بۆ ماوەی زیاتر لە ٢٤ کاتژمێر . -کاتێک شلەمەنیەکان ڕێگە پێدراو دەبن بۆ خواردنەوە بەزۆری دەست پێدەکات لە پارچەیەکی بچووک لە سەهۆڵ لەهەر کاتژمێرێک و دواتر زیادکردنی بە پێی توانای نەخۆشەکە بۆ بەرگەگرتنی زیاتر .
١٩- کۆکردنەوەی پێداویستیە بەکارهاتووەکان و پاککردنەوە، یان هەڵگرتنی بابەتەکان لە شوێنە گونجاوەکان. دەوروبەرەکەت پاک بکەرەوە وەک یەکەم جار کە دەست کرد بە کردارەکە .	١٩- بۆ پاراستنی دەوروبەرەکەت و پێداویستیەکان بەسەلامەتی و پاکوخاوێنی بۆ بەکارهێنانی لە داهاتوو .
٢٠- دەستکێشەکان لابدە و پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە .	٢٠- بۆ ڕێگری کردن لە مەترسی هەوکردن یان پیس بوون.

تۆمارکردنی زانیارییەکان :

- تۆمارکردنی بەروار و کات
- کردنی واژۆ، بەرپرسیارییەتی پیشەی دەپارێزێت
- زانیارییەکان کۆکراوەی داتای بەردەوام دابین دەکات
- تۆمارکردنی هەموو زانیارییە پەیوەندیدارەکان

- تۆمارکردنی لابردنی سۆندەکە و بڕی دەرکەوتنی هەر دەردراوێک لەکاتی ڕاکێشان و هەڵمژینەکەدا، هەروەها هەر هەڵسەنگاندنێکی تر کە پەیوەستە بە نەخۆشەکەوە .

چارەسەرکردنی ئەو کێشانەی کە لەکاتی دانانی سۆندەی Ng دا ڕووبەڕوومان دەبنەوە:

کێشە	هۆکار	چۆنیەتی خۆپاراستن	کردار
بەدەستهێنانی شلەو پێکهاتەکانی ناو گەدە لەڕێگەی سۆندەی NG بەوە .	بەشی سەرەوەی سۆندەکە نەچۆتە ناو پێکهاتەکانی گەدە ئەمەش دژی دیواری گەدەیە یان وەکو پێویست نەچۆتە ناو گەدەوە .	١-نەخۆشەکە بکەرە سەر لای چەپ. ٢- ١٠بۆ٢٠ مل لە هەوا بە سرنجی ٥٠مل بکەرە ناو سۆندەکە . ٣- ١٥بۆ ٣٠ خولەک دەوەستین پاشان ١٠ بۆ٢٠ سم سۆندەکە ڕادەکێشینەوە. ٤- هەرگیز ئاو بەکارمەهێنە بۆ پشکنینی سۆندەکە .	پێوانەکردنی سۆندەکە بە شێوەیەکی دروست .
PH گەورەتربێت لە (٥.٥)	لەوانەیە سۆندەکە چووبێتە ناو سییەکانەوە لە جیاتی ناو گەدە یان نەخۆشەکە دەرمانی کەمکردنەوەی ترشێتی بەکارهێناوە، بۆیە لەوکاتەدا PH ەکەی زۆر بەرزە .	پشکنینی PH بکە لەوکاتەی کە نەخۆشەکە هیچ دەرمانێکی بەکارنەهێناوە بۆ ئەوەی بەتەواوی ڕێژەی PH ی پێکهاتەکانی ناوگەدەو دەستبکەوێ .	لەکاتێکی گونجاو و ڕاستدا پشکنینی دەرمان و شوێنی سۆندەی نەخۆشەکە بکە .
ئەگەر PH گەورەتر بوو لە ٥.٥ ئەوا شلەو پێکهاتەکان ئەو دەرمانانەیان تێدایە کە ڕێژەی ترشێتی ناو گەدە کەم دەکاتەوە .	لەوانەیە سۆندەی NG چووبێتە ناو سییەکان لەجیاتی ناوگەدە .	پشکنینی دەرمانەکان .	ئەگەر دانانی سۆندەکە بە پشکنینی PH نەتوانرێ دڵنیابکرێتەوە، ئەوا پێویستە تیشکی X (X- RAY) ی بۆ بگری بۆ زانینی شوێنی سۆندەکە لەناوگەدەدا یان لەناو سی .
دانانی ڕاستییەکی سەرەتایی و دڵنیاکردنەوەی، بەڵام پێوانەکانی دواتر ناتوانن PH ی کەمتر لە ٥.٥ بەدەست بهێنن.	لەوانەیە ئەم ڕووداوانە ڕووبدات : سۆندەی NG لەوانەیە لابدات لە ئاراستەکەی . خواردنی دەرمانی کەمکردنەوەی ترشێتی دەبێتە هۆی ئەوەی کە ڕێژەی PH لەسەرووی (٥.٥) ەوە بێت . کاریگەری PH لەسەر شلەو پێکهاتەکانی ناوگەدە .	چوونە پێشەوەی سۆندەکە ١٠بۆ٢٠ سم و دووبارە پشکنینەوەی و دواتر بۆ ماوەی ١ کاتژمێر جێی بهێڵەو پاشان دووبارە پشکنین بکەرەوە .	هەڵسەنگاندنی مەترسی و تۆمارکردنی کردارەکەت، لەوانەیە پێویست بکات دووبارە شوێنی سۆندەی NG بگۆڕیت یان پشکنینی بۆ بکرێتەوە بە تیشکی X . (X-RAY)
کاتێک سەرکەوتوو نابین لە دانانی سۆندەی NG .		نەخۆشەکە هەستاوە بە ئەنجامدانی گۆڕینی شێوازی جەستەی، نەخۆشەکە هەست	سۆندەی NG دەبێت لە ژێر ڕێنمایی تیشکی X (X-RAY) یان لەڕێگەی

		به ئائارامی دەکات، نەخۆشەکە گوێڕایەڵی کردارەکە نەبووە.	(ENDOSCOPY) دابنرێ .

ENDOSCOPY (ناوبین: ئامێرێکە بەکاردەهێنرێت بۆ سەیرکردن و پشکنینی بۆشاییەکانی ناوەوەی لەش).

بەشی سێزدەهەم

سۆندەی میز

سۆندەی میز

کردنە دەرەوەی میز:

کاریگەری میز دەکەوێتەوە سەر چۆنیەتی کارکردنی کۆئەندامی میز و میزەڕۆی کەسەکان، سیستەمی میز لە دوو بەش پێکدێت کە بریتین لە بەشی سەرەوە و بەشی خوارەوە، بەشی سەرەوە پێکدێت لە هەردوو گورچیلەکان و بۆری میزەڕۆ و بەشی خوارەوەش پێکدێت لە میزەڵدان و بۆری میز و حەوز و بۆشایی. میزکردن هەمووی ئاماژەیە بە کردنی کردارێك کە بریتییە لە خاڵیکردنەوەی میز لە میزلداندا. میز لە میزەڵداندا کۆدەبێتەوە، هەتاوەکو دەبێتەوە هۆی دروستبوونی پەستان و ئاگادارکردنەوەی دەمارە هەستە ئەندامەکانی کۆتایی دیواری میزەڵدان کە ناو دەبرێت بە هەستە ئەندامە درێژبووەکانی ناو میزەڵدان. وە ئەمەش کاتێك ڕوودەدات کە میزەڵدانی کەسی پێگەیشتوو بڕی ٢٥٠ بۆ ٤٥٠ مل لە میزی تێدا بێت. لە منداڵیشدا تارادەیەك قەبارەکەی لەنێوان ٥٠ بۆ ٢٠٠ مل دا دەمارەکان هاندەدرێن. هەستەوەرگرەکان وەرگرەکە دەگوازنەوە بۆ دڕکە پەتك بە تایبەتی بۆ ناوەندی بۆشایی پەرچەکردار، کە دەکەوێتە ئاستی بڕبڕەی ٢ و بڕبڕەی ٤. ئەمەش دەبێتە هۆی پشوودانی لووسە ماسولکەکانی بەشی ناوەوە، و هاندەدرێن بۆ بەتاڵکردنەوە لە میز. ئەگەر کات و شوێنەکە گونجاو بوو بۆ مێزکردن، هەستە بەشی مێشك لووسە ماسولکەکانی بەشی دەرەوەی بۆری میز خاو دەکاتەوە لە ڕێگەی ئەوەوە کرداری میزکردن ڕوودەدات. ئەگەر کات و شوێنەکە گونجاو نەبوو بۆ میزکردن، ئەوا بەردەوام پەرچەکرداری میزکردنەکە دادەمرکێتەوە و بەمەش میزەڵدان زیاتر پڕ دەبێت.

ناوی کردار : Applying an External Urinary Device

پێناسە: بریتییە لە دانانی کۆندۆم یان سۆندەیەکی میزکردنی دەرەکی کە دەبەسترێت بە سیستمی بەتاڵکردنەوەی میز کە دەتوانرێت بۆ ڕەگەزی نێر لە کاتی ڕانەگرتنی میزدا بەکاربهێنرێت.

مەبەست لە کردارەکە

- بۆ کۆکردنەوەی میز و کۆنترۆلکردنی لە ڕێگەی خودی کەسەکە
- ڕێگە دەدات بە نەخۆشەکە کە چالاکی جەستەیی ئەنجام بدات لە ماوەی دەستبەسەرداگرتنی یاخوود کۆنترۆلکردنی هەوکردن لە هەر بەشێکی کۆ ئەندامی میزدا.
- ڕێگری کردن لە هەوکردنی پێست هەر وەك هەوکردنی لە کۆئەندامی میز

پێداویستییەکان

- ئەو کۆندۆمەی کە بە کاردەهێنرێت دەبێت لە ڕووی قەبارەوە گونجاو بێت و چەند جۆرێکی سەرەکی هەیە لە قەبارەدا کە بریتین لە (بچووک و ناوەند و گەورە و گەورەترین)، هەندێک کات لەوانەیە نەخۆش هەستیاری هەبێت بەو جۆرە لاستیکانە، بۆیە لە جیاتی بەکارهێنانی ئەم جۆرە لاستیکانە کە هەستیاری بۆ دروست نەکات واتە (free latex) بێت.
- جانتایەکە کە نەخۆشەکە بتوانێت بە ڕانیەوە پەیوەستی بکات بە جۆرێک کە بتوانێت لە کاتی ڕۆشتن بتوانێت بەکاری بهێنێت یان هەر جانتایەکی دیکە بێت، بەلام سۆندەیەکی لەگەڵ پەیوەستکرابێت.
- تەشتێک ئاوی گەرم و سابوون.
- لفکە و خاولی.

- جووتێک دەستکێشی خاو

هەنگاوەکان	هۆکارەکان
١-پێش دەستپێکردنی کردارەکە هەوڵبدە هەنگاوەکانی بیرخۆت بخەرەوە بۆ ئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژانێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لای نەخۆشەکە	بۆئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژانێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لای نەخۆشەکە
٢-دەستەکانت پاک رابگرە	بۆ رێگریکردن لە مەترسی توشبوون بە هەوکردن و پیسبوون
٣-هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکاربهێنە کە پێویستە و خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش بۆ پاراستنی خۆت، نەخۆشەکە و هەموو ئەو کەسانەی لە کەرتی تەندروستی ئیش دەکەن، تا لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا بپارێزرێن.	بۆ پاراستنی خۆت، نەخۆشەکە و هەموو ئەو کەسانەی لە کەرتی تەندروستی ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا
٤-هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە	بۆ رێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە
٥-دڵنیابوونەوە لە نەخۆشەکە بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە، (بۆ ئەوەی کارێکی هەڵە بۆ نەخۆشێکی هەڵە ئەنجام نەدەین)	بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە، (بۆ ئەوەی کارێکی هەڵە بۆ نەخۆشێکی هەڵە ئەنجام نەدەین)
٦-کردارەکە بۆ نەخۆشەکە روونبکەوە	بۆ ئارامکردنەوەی نەخۆشەکە لەکاتی هەبوونی هەر دڵە راوکێیەک و بەدەستهێنانی رەزامەندی نەخۆشەکە
٧-دڵنیاببەرەوە لە خاوێنی ئەو ئامێرەی بەکاری دەهێنیت بۆ رێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن بۆ ئەوەی ئەنجامێکی زۆر دروستمان دەست بکەوێ	بۆ رێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن بۆ ئەوەی ئەنجامێکی زۆر دروستمان دەست بکەوێ
٨-دەبێت نەخۆشەکە بخرێتە سەر شێوەی: Supine , sitting position	
٩-پشکنینکردن بۆ چوکی نەخۆش پاککردنەوە و وشکردنەوەی ئەندامی زاوزێی نەخۆشکە	دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی هەوکردن لە دوای دانانی کۆندۆم بۆ نەخۆشەکە
١٠-دانان و دڵنیابوون لە کۆندۆمەکە -A لوولکردنی کۆندۆمەکە بە شێوازێکی نەرم بەسەر چووکی نەخۆشەکەدا بە جێهێشتنی ٢.٥ (١ ئینج) لە نێوان کۆتایی بەشی خوارەوەی چووک و ئەو پلاستیکە یاخوود ئەو لاستیکەی بە سۆندەکەوەیە B- دڵنیابەرەوە لەوەی کە لاستیکەکە نابێت زۆر توند بێت لەبەر چووکی نەخۆشەکە.	Aئەو بۆشاییە رێگری دەکات لە کەمکردنەوەی ئیلتیهاب و بەتاڵکرنەوەی میز بە تەواوی Bهەندێک جۆری کۆندۆم شێوازێکی پێکەوەنووسانی ناوەکیان هەیە، لە نزیکی بەشی کۆتایی و دەشێ کە ئەو بەشەی کۆندۆمەکە بلکێت بە بەشی خوارەوەی چووکی نەخۆشەکە، هەندێک جۆری دیکەی کۆندۆم ئامادەکراوە لەگەڵ تیپی تایبەت بە جۆری ئەو کۆندۆمە، ئەگەر هاتوو ئەو جۆرە تیپە دەست نەکەوت دەتوانرێت لەزگە بەکاربهێنرێت بە دەوری کۆندۆمەکەدا لە بەشی خوارەوەی چووکی نەخۆشەکە،ordinary tape رێگە پێنەدراوە لەبەر ئەوەی ناتوانێت شلەکانی خوێن بووەستێنێت.
١١- دڵنیابوونەوە لە دانانی کیسی میزکردن. دڵنیابەرەوە لەوەی بەشی سەرەوەی چووکی نەخۆش نەلکاوە بە کۆندۆمەکەوە و دڵنیابەرەوە لەوەی کۆندۆمەکە با نەدراوە. • پەیوەستکردنی کیسی میزکردنەکە بە کۆندۆمەکەوە. • لابردنی دەستکێشەکان، پاککردنەوەی دەستەکان و پاکراگرتنیان. • ئەگەر نەخۆشەکە لە ناو جێگاکەی مایەوە، ئەوا هەوڵبدە کە کیسی- میزەکەی بە چوارچێوە یان لەلایەکەی قەڵەوێرەکەی هەڵواسراوبێت. • ئەگەر نەخۆشەکە لە جێگاکەی خۆی رۆشت یاخوود پیاسەی کرد ئەوا هەوڵبدە کە کیس بە رانیەوە جێگیر بکەیت.	- لولکردنی کۆندۆمەکە دەبێتە هۆی رێگری لە کردنی میز بۆ ناو کیسەی میزەکە - پێوەلکانی جانتای میزەکە بە رانی نەخۆشەکەوە یارمەتی کۆنترۆڵکردنی جووڵەی سۆندەکە دەدات و رێگر دەبێت لەبەردەم لوولبوون و تەسکبوونەوەی کۆندۆمەکە لە کاتی هاتنە دەرەوەی میز لە چووکی نەخۆشەکەدا

١٢- فێرکردنی نەخۆش و ئەو کەسەی هاوەڵی نەخۆشەکەیە لەبارەی چۆنیەتی بەکارهێنانی کیسی میزکردنەکە	ڕێنماییکردنی نەخۆش بەوەی هەمیشە دەبێت کیسی. میزەکە لە ژێر ئاستی کۆندۆمەکە بێت و خۆی دوور بخاتەوە لە دروستکردنی هەر گرێ و نوشتانەوە و بادانێک لە سۆندەکەدا.
١٣- پشکنینی چووکی نەخۆش ٣٠ خولەک دوای دانانی کۆندۆمەکە، لانی کەم دوای ٤ کاتژمێر. پشکنینی نەخۆش بۆ ئاوساویی و تێکچوونی ڕەنگی. پشکنینکردن بۆ شلەی میزی نەخۆشەکە ئەگەر نەخۆشەکە میزی هەبێت	کۆندۆم بە شێوازێکی ئاسایی توونده، هەندێک میز لە ناو سۆندەکە هەیە، ئەگەر ڕێگریەک نەبێت.
١٤-دەبێت کۆندۆمەکە بگۆردرێت بەو شێوازەی داواکراوە لەگەڵ دابینکردنی چاودێری پێست بۆ نەخۆشەکە. لابردنی ئەو تیپەی کە بەکارهاتووە یان لەزگەکە و پاشان لە دەستکردنی دەستکێشی پاک و دواتر لوولکردنی کۆندۆمەکە شۆردنی چووکی نەخۆشەکە بە سابوون و ئاوی گەرم و پاشان وشکردنەوەی. پشکنینکردن بۆ ئەو بەشەی پێستی سەر چووک کە پێش خەتەنەکردن هەیەتی، ئەگەر کەسەکە خەتەنە نەکرابێت. دانانی کۆندۆمێکی نوێ.	لە هەموو کاتێکدا کۆندۆم ڕۆژانە دەبێت بگۆردرێت پشکنین دەکرێت بۆ بوونی هەر نیشانەیەکی هەوکردن یان ئاوسان یانیش هەر تێکچوونێک.
١٥- ڕوونکردنەوەی ئەنجامەکە و ڕێنمایکردنی.	بۆ پێدانی زانیارییەکان دابینکردنی چارەسەری پێویست بە زووی.
١٦-گەڕاندنەوە و کۆکردنەوەی پێداویستیە بەکارهاتووەکان و پاکردنەوە یان هەڵگرتنیان لە شوێنی گونجاو. دواتریش پاکردنەوەی شوێنەکە و بەجێهێشتنی هەر وەک پێشتر کە چۆن بووە.	بۆ پارێزگاری شوێنەکە و پێداویستیەکان بە سەلامەتی و پاکوخاوێنی بۆ بەکارهێنانی داهاتوو.
١٧-لابردنی دەستکێشەکان و ئەنجامدانی پاکوخاوێنی دەست.	بۆ ڕێگە گرتن لە مەترسی تووشبوون و پیسبوون

تۆمارکردنی زانیارییەکان:

تۆمارکردنی کات و تێبینیە هەمیشەییەکان لە کاتی بەکارهێنانی کۆندۆم وەک ڕووە بێزارکەرەکان لەسەر چووک.

بەدواداچوونێکی ورد لەسەر ئەنجامەکان بکە کە ئاسایی بووە بۆ نەخۆشەکە کە سۆندەی گەدەی بۆ لابراوە.

بە ڕاپۆرت کردنی هەر لادانێکی ئاسایی بۆ دابینکەرانی چاودێری سەرەتایی،

کردنی واژۆ بۆ پاراستنی بەرپرسیارێتی پیشەیی.

دۆکیومێنتەکان کۆکراوەی زانیاری بەردەوام دابین دەکات

سۆندەی میز: بریتییە لە دانانی سۆندەی میز و بردنەناوەیەتی بۆ ناو بۆری میز پاشان بۆ ناو میزەڵدان و بەتاڵکردنەوەی لە میز. ئەم کردارە پێویستی بە ڕێکخستنی پزیشکی و تەکنیکی پاکەرەوە هەیە. وە ئەم جۆرە لە دوو کاتی جیاوازدا ئەنجام دەدرێت، کە بریتییە لە کاتی ماوە کورت و ماوە درێژ، کاتی ماوە کورتەکەی لە ٢ هەفتە کەمترە، کاتی ماوە درێژ لە مانگێک زیاترە.

ناوی کردارەکە : Urinary Catheter Insertion

پێناسە: بردنە ناوەوەی سۆندەی میز، بریتییە لە دانانی سۆندەی میزو بردنەناوەوەیتی بۆ ناو میزەڵدان و بەتاڵکردنەوەی لە میز.

مەبەست لە کردارەکە:

- بۆ کەمکردنەوەی ئاوسانی میزەڵدان و بەرە بەرە کەمکردنەوەی پەستان و هەڵئاوسانەکەی.
- بۆ هەڵسەنگاندنی بڕی میزی ماوە لە ناو میزەڵداندا دوای بە تاڵکردنەوەی.
- بۆ دەستکەوتنی نموونەیەک لە میز.
- بۆ بەتاڵکردنەوەی میز پێش بردنی نەخۆشەکە بۆ ژووری نەشتەرگەری.
- بۆ ئاسانکردنی پێوانەکردنی میز، و ئەو نەخۆشانەی هەستیاریان هەیە و پێویستیان بە چاودێریکردنی میزەکانیان هەیە هەموو کاژێرێک.
- بۆ ڕێگریکردن لە بەرکەوتنی میز لە کاتی هەبوونی بریندا لە دوای ئەنجامدانی نەشتەرگەری بۆ کۆئەندامی میز
- بۆ پشکنینی بڕی ئەو میزەی کە نەخۆشەکە دەیکات، دەبێت بەشێوازێکی ورد پشکنینی بۆ بکرێت و بپێورێت، وە هەندێک کات دەبێت هەموو کاژێرێ جارێک چاودێری میزی نەخۆشەکە بکرێت.
- بۆ شۆردنی میزەڵدان بە شێوازی بەردەوام یاخوود پچر پچر.

پێداویستییەکان:

- سۆندەی قەبارە و جۆری دروست بۆ کردارەکە بەکاربهێنە یان بەپێی دۆخی نەخۆشکە، بۆ نموونە دەبێت لە سۆندەی دووسەر کە سەرێک بەکاردێت بۆ دەرکردنی میز و ئەوەی دیکە بۆ هەڵئاوسانی سۆندەکە لە شوێنی خۆیدا کە دەبێت
(١٤ یان ١٦) fr بێت یان پچڕاو بە زۆری(١٢ بۆ fr١٤) بێت.
- داپۆشەر
- مادەی چەورکەر.
- ٤-دەسکێشی نەشتەرگەری
- گیراوەی مادەی پاکژکەرەوە وەک chlorhexidineیان povidone-iodine.
- لۆکە.
- گرەرێک بۆ هەڵگرتنی لۆکەکە.
- دەفرێک بۆ وەرگرتنی نموونە لە میزی نەخۆشەکە
- سرنجێکی 10 cc.
- ئاوی پاک بۆ هەڵئاوسانی باڵۆنی سۆندەی میز لە جۆری indwelling catheter بەکاردێت.
- بەکارهێنانی پلاستەر بۆ توندکردنی سۆندەکە.
- هەبوونی دەستکێشی زیادە یان سۆندەی زیادە کە ئەمە زیاتر بۆ سەرکەوتوویی کارەکە دەگەڕێتەوە.
- سەرچەف.
- پێخەفی دژە ئاو.
- تەشتێک لەگەڵ ئاوی گەرم.
- سابوون یاخوود ماددەیەک بۆ پاکەرەوەی ناوچەی ئەندامی زاوزێ بەکاربێت.
- خاولی و لفکە.
- ئامێرێکی رووناککەرەوە یاخوود سەرچاوەیەکی رووناکی بەکاربێت لە کاتی کردنی کردارەکەدا.

- بووتڵێک بۆ پێوانەکردنی میز.
- دەستکێشی خاوێن.

هەنگاوەکان	هۆکارەکان
١-پێش دەستپێکردنی کردارەکە هەوڵبدە هەنگاوەکانی بیرخۆت بخەرەوە بۆ ئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژانێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لای نەخۆشەکە	بۆئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژانێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لای نەخۆشەکە
٢-دەستەکانت پاکرابگرە	بۆ رێگریکردن لە مەترسی توشبوون بە هەوکردن و پیسبوون
٣-هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکاربهێنە کە پێویستەو خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش بۆ پاراستنی خۆت، نەخۆشەکە و هەموو ئەوکەسانەی لەوێ ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا	بۆ پاراستنی خۆت، نەخۆشەکە و هەموو ئەو کەسانەی لەوێ ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا
٤-هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە (وێنەی ١-١٢)	بۆ رێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە
٥-دڵنیابوونەوە لە نەخۆشەکە بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە، (بۆ ئەوەی کارێکی هەڵە بۆ نەخۆشێکی هەڵە ئەنجام نەدەین)	بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە، (بۆ ئەوەی کارێکی هەڵە بۆ نەخۆشێکی هەڵە ئەنجام نەدەین)
٦-کردارەکە بۆ نەخۆشەکە روونبکەوە	بۆ ئارامکردنەوەی نەخۆشەکە لەکاتی هەبوونی هەر دڵە راوکێیەک و بەدەستهێنانی رەزامەندی نەخۆشەکە
٧-دڵنیاببەرەوە لە خاوێنی ئەوئامێرەی بەکاری دەهێنیت بۆ رێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن بۆ ئەوەی ئەنجامێکی زۆر دروستمان دەستبکەوێ	بۆ رێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن بۆ ئەوەی ئەنجامێکی زۆر دروستمان دەستبکەوێ
٨-داخستنی دەرگای ئەو شوێنەی کە کردارەکە بۆ نەخۆشەکە ئەنجام دەدرێت (وێنەی٢-١٢)	بۆ پاراستنی نهێنی نەخۆشەکە و کەمکردنەوەی وردە زیندەوەری دەوروبەری شوێنەکە
٩-پشکنین کردن بۆ هەبوونی ئازار یاخود پڕبوونی میزەڵدانی کەسەکە، پشکنینی میزەڵدان بە دەستلێدان لەسەر شوێنی بەیەکگەشتنی هەردوو ئێسکی ران، وە ئەگەر بەردەست بوو	پشکنین کردنی میزەڵدان بە دەستلێدان بۆ هەبوونی ئازار یاخوود هاندانی کەسەکە بۆ میزکردن، ئەمەش ئەوە دەردەخات میزەڵدان پڕە یاخوود نا.
١٠-بەرزکردنەوەی قەڵەویرەی نەخۆشەکە بە شێوازێکی گونجاو، وە کاتێک کارێک بۆ نەخۆشکە ئەنجام دەدرێت لەو بەشەی کاری تێدا دەکرێت دەبێت دەسکی قەڵەوێرەی نەخۆشەکە بهێنرێتە خوارەوە وە لاکەی دیکەی بەرزکرابێتەوە لەبەر سەلامەتی نەخۆشەکە.	بەکارهێنانی لایەکی قەڵەوێرەکە بەو شێوازە دەبێتە هۆی باشتر پاراستنی کردنی نەخۆشەکە
١١-دانانی نەخۆشەکە لەسەر شێوازێکی گونجاو، داپۆشینی هەموو بەشەکانی لەشی جگە لە ناوچەی کۆئەندامی زاوزێ وکۆ ئەندامی دەرچە. بۆ نەخۆشی رەگەزی مێ: دەبێت لەسەر شێوازی supine بێت رانەکانی کەمێک لە یەکتر جیابکرێنەوە، بۆ رەگەزی نێر بە هەمان شێواز دەبێت لەسەر شێوەی supine بێت و رانەکانی کەمێک بڵاوبکاتەوە.(وێنەی ٣-١٢)	دەبێتە هۆی ئەوەی کە بە شێوازێکی باشتر کۆئەندامی دەرهاویشتە وکۆئەندامی زاوێی بە شێوازێکی روون دەربکەوێت. وەستان لەسەر شێوازی راست کە نەخۆشەکە پێی ئاسوودە بێت، ئەمەش رێگە دەدات بەوەی چووکی نەخۆشەکە باشتر ببینرێت
١٢-پاککردنەوەی کۆئەندامی دەرهاویشتە وکۆئەندامی زاوزێی نەخۆش. A- (رەگەزی مێ) داپۆشینی نەخۆش بە داپۆشەرێک لەسەر شێوازی ئەڵماس، دانانی بەشێکی داپۆشەرەکە لەسەر بەشی ناوەراستی نەخۆشەکە، وە بەشێکی دیکەی لەسەر سکی، کە دەبێت تەنها کۆئەندەمی میزی نەخۆشەکە دیار بێت. - (رەگەزی نێر) B بە داپۆشینی بەشی سەرەوەی لەشی نەخۆش بە شیتی بچووک یان خاولی، بە شیتی جیا یان بەتانی گەرماو داپبێ بۆ ئەوەی تەنها ئەندامی زاوزێ دیار بێت.	پاراستنی شکۆ و نهێنی نەخۆش بە پیشان نەدانی ئەو بەشانەی کە پێویست ناکات.

١٢-شۆردنی ئەندامی زاوزێی نەخۆشەکە بە ئاوی گەرم و سابوون و پاشان وشکردنەوەی بە بەکارهێنانی دەستکێشی- پاک بۆ پشکنینی نەخۆش و دیاریکردنی کوونی بۆری میزی نەخۆشەکە.(وێنەی ١٥-١٢)	بۆپاراستنی نەخۆشەکە لە تووشبوون بەهەر هەوکردنێک.
١٣-بوونی رووناکی یاخوود بوونی یارمەتی دەرێک بۆ هەڵگرتنی سەرچاوەیەکی رووناکی بۆ باشتر بینین و جیاکردنەوەی کوونی میزی نەخۆشەکە.	بینینی کونی بۆری میزی نەخۆشەکە یارمەتی دەر دەبێت بۆ ئەوەی کردارەکە بەشێوازێکی باشتر و خێراتر بکرێت و سۆندەکە ببرێتە ناوەوە.
١٤-ئەگەر یاسای ئەو شوێنە رێگەپێدراو بوو، بە بەکارهێنانی جووتێک دەستکێش و پاشان بەکارهێنانی مادەی چەورکەر کە برکەی دەبێت ١٠-١٥ مل لە مادەی زیلۆکاین لە رێگەی سرنجێکەوە ببرێتە ناوەوە بۆ ناو چووکی نەخۆش، پاشان سڕینی بەشی خوارەوەی چووک و ئەمەش لەبەر ئەوەی سۆندەکە بە شێوازێکی ئاسان و کەم ئازار بچێتە چووکی نەخۆشەکە.	بەلایەنی کەمەوە ٥ خولەک چاوەڕێیە بۆ ئەوەی جێلەکە کاریگەری هەبێت، پێش تێکردنی بۆ کەمکردنەوەی ئازار
١٥ستێی ئامادەکراو تایبەت بە کردارەکە بکەرەوە. داپۆشەرێکی دژە ئاو لە ژێر سمتی (مێ) یان (نێر) دا بنێ بە بێ ئەوەی ناوەڕاستی داپۆشەرەکە بە دەستەکانت پیس بکەیت.(وێنەی ٦-١٢)	پێچانەوەی بە پاکی دەبێتە هۆی ئەوەی رووەکەی بە پاکی بمێنێتەوە.
١٦- رێکخستنی ئەو پێداویستیانەی کە ماوە: • پڕکردنی تۆپە پاکژکەرەوەکە لە گیراوەی antiseptic • کردنەوەی مادده چەورکەرە پێچراوەکە • لابردنی بووتڵە نموونەیەکە و دانانی لە نزیکەوە لەگەڵ دانانی سەرقەپاخەکەی بە شێوازێکی شل.	پێچانەوەی بە پاکی دەبێتە هۆی ئەوەی رووەکەی بە پاکی بمێنێتەوە. بۆ ئاسان چوونە ناوەوەی پێداویستییەکان لە کاتی بردنەناوەوەی سۆندەکە
١٧- لە دەستکردنی جووتێک دەستکێشی خاوێن.	بۆ خاوێن هێشتنەوە.
١٨- پەیوەستکردنی سرنجێک بەو بەشەی کە باڵۆنەکەی تێدا دروست دەبێت، بە مەبەستی تاقیکردنەوەی کارکردنی سۆندەکە.	بۆ ئەوەی بزانرێت کە سۆندەی میزەکە کاردەکات یاخوود نا.
١٩- داپۆشەری ئەندامی زاوزێ، هێشتنەوەی دەستکێش بە خاوێنی: A- بۆ رەگەزی مێ: ١- هەڵگرتنی چوارچێوەی داپۆشەرە پاکەکە کە تەنها دەبێت دەست بدەیت لە قەراخەکەی بە ئەندازەی (٢.٥ سم واتە تەنها ١ ئینج). ٢- رێگە پێدراوە کە ستێی داپۆشەرەکە بکەیتەوە بەبێ ئەوەی دەست بدرێت لەسەر رووە پیسەکەی: رێگە پێدراوە کە دەست بدرێت لە قەراخی داپۆشەرەکە بە ئەندازەی (٢.٥ بۆ ٥ سم واتە ١ بۆ ٢ ئینج) لە هەر دوو سەرەدەستەکانەوە. دەبێت ئاگادار بیت کە نابێت کە بەو دەستکێشانەی کە دەستکێشی نەشتەرگەرین (stirle glovs)دەست بدرێت لە رووە پیسەکە. ٣- دانانی داپۆشەرەکە بەسەر جێگاکەدا و داپۆشینی هەردوو رانی نەخۆشەکە. ٤- هەڵگرتنی داپۆشەرەکە بۆ داپۆشینی نەخۆشەکە و بوونی کونێک کە ئەویش بۆ نیشاندانی ئەندامی زاوزێ نەخۆشەکەیە بە تەنها، ئەمەش رێگە پێدراوە بە کردنەوەی بە بێ دەستدان لە رووە پیسەکە، رێگە پێدراوە بە گرتنی بەشی سەرەوەی هەردوو سەر قۆڵەکانی داپۆشەرەکە کە لەسەر هەردوو دەستی هەیە. دانانی داپۆشەرەکە لەسەر بەشی ئەندامی زاوزێی نەخۆشەکە. B- بۆ رەگەزی نێر: ١- بەکارهێنانی داپۆشەرێکی پاک ئارەزوومەندانەیە لەوانەیە تۆ داپۆشەری کونیلەدار بەکاربهێنی. ٢- گرتنی قەراخی چوارچێوەی داپۆشەرەکە و کردنەوەی بە بێ دەستدان لە رووە پیسەکەی. ٣- دانانی داپۆشەرەکە لە لەسەر بەشی ناوەڕاستی جەستەی نەخۆشەکە و پیشاندانی چووکی نەخۆشەکە لە رێگەی ئەو کونەی لەسەر داپۆشەرەکە هەیە	داپۆشەرە پاکەکان دەبێتە هۆی دابینکردنی ناوچەیەکی پاک لە کاتی دانانی catheterization. دانانی داپۆشەرێک لەگەڵ راخستنی پارچەیەک لە shiny side بەرەوە خوارەوە لەسەر جێگاکە و لە نێوان رانەکانی نەخۆشەکە. راکێشانی لێوارە پێچراوەکە لە ژێر سمتی نەخۆشەکە وە لەو کاتەدا داوا لە نەخۆش دەکرێت کە سمتەکانی بەرز بکاتەوە. کردنەوەی داپۆشەرەکە دەبێتە هۆی دروستکردنی بەشێکی پاک لە دەوروبەری لێواری زێی نەخۆشەکەدا. دروستکردنی ناوچەیەکی خاوێن

١٩- نزیکردنەوەی دەفرەکە لە نەخۆشەکە(وێنەی ١٢-٤١) ڕێکخستنی ئەو پێداویستیانەی کە ماون لە شوێنێکی پاکدا، هێشتنەوەی دەستکێشەکان بە پاکی، دانانی دەفرێکی پاک لە ناوەڕاستدا (لۆکەی تۆپەڵ بوو، گیرە، گیراوە، ماددەی چەورکەر، سۆندەی میز، سرنجێک بۆ تێکردنی هەوا بۆ ناو باڵۆنەکە (indwelling catheterization) A- ئەگەر پاکەتەکە لۆکەی خاوێنی تیابوو. فوتوەکە بکەرەوە و گیراوەی دژە پاکەرەوە بپرژێنە بە سەر لۆکەکەیا. هەندێک سێتی پاکەتێک premoistened swab stick لە خۆدەگرێ. وە کردنەوەی کۆتایی پاکەتەکە بە ئاسانترین شێوە(وێنەی١١-١٢) کردنەوەی دەفری نموونە پاکەکە ئەگەر نموونەکە بەردەست بێت. بۆ Indwelling catheterization کردنەوەی بەرگی سۆندەی میزە پاکەکە و بەجێهێشتنی سۆندەی میزەکە لە شوێنێکی پاک، ئەگەر بەشێکی سێتی ئامادەکراوی کردارەکە داخراو بوو. لابردنی دەفرەکە و سۆندەی میزە کە لەگەڵ کیسی. بەتاڵکردنەوە کە پێشتر پێوەی لکاوە دانانیان لە شوێنێکی وشک. دڵنیابەرەوە کە گرێی سەر دەروازەی کیسی بەتاڵکردنەوەکە داخراوە. ئەگەر پێویستی کرد بەشێک لە دەفرە پاکەکە ببەستەرەوە بە سۆندەی بەتاڵکردنەوە . پاکەتی مادە چەورەکە بکەرەوە و بیگوشەرە سەر ڕوویەکی پاک. چەورکردنی سەری سۆندەی میزەکە، بە نوقومکردنی بۆ ناو جێلی تواوەی ئاو ٢،٥ بۆ ٥ سم (١ تا ٢ ئینچ) بۆ ئافرەتان لەگەڵ ١٥ بۆ ١٧،٥ سم (٦ تا ٧ ئینچ) بۆ پیاوان.	پێداویستی خاوێن و گیراوەی antiseptic بەکاربهێنە بۆ کەمکردنەوەی توش بوون بە CAUTI دانانی دەفرێک کە توانای وەرگرتنی میزی هەبێ لە سۆندەی میزەکە ئەگەر پێویستی بە نموونە هەبوو. دەفری Indwelling catheterization جیاوازە. هەندێکی پێشتر پێوەی لکاوە، ئەوانی تر پێویستە پێوەی بلکێنی، بەڵام هەر بەشێکە لە دەفرە پاکەکە. وە سۆندەی میزەکە بەشێک نیە لە دەفرەکە. چەورکردن دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی ئازار لە بۆری میز نا ئارامی لە کاتی تێکردنی سۆندەی میزەکە
١٩- پاکردنەوە کونی بۆری میز: نەخۆشی ئافرەت: جیاکردنەوەی ئەملاو لای کۆئەندامی زاوزێ(ئێستا پیس بووە) بۆ ئەوەی کونی میزکردن بەتەواوی دەربخات. هێشتنەوەی دەستی چەپ لەدەرەوەی کردارەکە. هەڵگرتنی گیرەرەکە بە دەستی ڕاست، هەڵگرتنی لۆکەیەکی شێدار یان پێوەلکاندنی دەسڕێک لە هەمان کاتدا. خاوێنکردنەوەی ئەملاو لای کۆئەندامی زاوزێ لە بەشی سەرەوەی زێ بەرەو کۆم. بەکارهێنانی لۆکە یان دەسڕی تازە بۆ هەر شوێنێک کە خاوێنی دەکەیتەوە. خاوێنکردنەوە و سڕینەوەی ئەملاولا لۆچ کراوەکانی کۆئەندامی و ڕاستەوخۆ لە سەروی ناوەڕاستی بۆری میزکردنەوە.(وێنەی١٦-١٢) نەخۆشی پیاو: -١ بە دەستی چەپ (ئێستا پیسبووە) پێستی کشاو (ئەگەر خەتەنە نەکرابوو) بە نەرمی گرتنی چووکی بە شێوەی ستوونی لە ژێر سەری چووکەوە. هەڵگرتنی چووکی بە شێوەی ستوونی و بە گۆشەی دروستی جەستە. -ئەم دەستە لە شوێنی خۆی دەمێنێتەوە بۆ نیوەکەی تری کردارەکە. -٢ بەکارهێنانی دەستی ڕاست (پیسنەبوو) خاوێنکردنەوەی کونەکە بە لۆکە یان پێوەلکاندنی دەسڕێک، بە بەکارهێنانی لێدانی بازنەیی، سەرەتا لە کونی میزکردنەوە لەگەڵ ئیشکردن لەسەر ڕووی دەرەوەی بە جوولەیەکی لولپێچی. -٣ دوبارەکردنەوەی خاوێنکردنەوەکە ٣ جار بە بەکارهێنانی لۆکە، پێوەلکاندنی دەسڕێک.(وێنەی ١٢-٤٢)	باشتر ناسینەوەی کونی بۆری میز بە گونجاوی. ئەگەر نەخۆشەکە هەردوو ڕانی داخست ئەمە واتای ئەوەیە، دەبێت دووبارە نەخۆشەکە پاک بکرێتەوە پێش دەستپێکردنی کردارەکە. خاوێنکردنەوەی لە پێشەوە بۆ دواوە و لە کەمترین شوێنی پیسبوو بەرەو زۆرترین شوێنی پیسبوو. پەیڕەوکردنی بنەما خاوێنە پزیشکییەکان. دەستی ڕاست کە دەستکێشی پێوەیە بە پاکی دەمێنێتەوە. لە کاتی گرتنی چووک بە ستوونی، نەهێشتنی پەستان لە ڕووی پشتەوە بۆ ڕێگەگرتن لە گوشینی بۆری میز. شکستهێنان لە گرتنەکە لە کاتی خاوێنکردنەوە مانای ئەوەیە کە ئەم شوێنە پیسبووە پێویستی بە خاوێنکردنەوەی کردارەکە هەیە کە دووبارە بکرێتەوە. شێوازی خاوێنکردنەوە بە بازنەیی بە پێی پەیڕەوی بنەما خاوێنە پزیشکییەکان.
٢٠-هەڵگرتنی سۆندەی میز لە ٧،٥ بۆ ١٠ سم (٣بۆ ٤ ئینچ) لەسەری سۆندەی میزەکەوە بە شلی لولی بکە لە ناو لەپی دەست. ئەگەر سۆندەی میزەکە نەلکابوو بە کیسیـ بەتاڵکردنەوە. دڵنیابەرەوە لە دانانی دەفری میزکردن بۆ ئەوەی کۆتایی سۆندەی میز لەو شوێنە دابنرێ کە تێکردنەکە	هەڵگرتنی سۆندەی میز لە نزیک سەرەکەیەوە. ڕێگە دەدات بە دەستکاریکردنی ئاسانتر لە کاتی دانان. لولکردنی سۆندەی میز لە ناو لەپی دەست ڕێگری لە کۆتاییە دوورەکەی دەکات کە بەر ڕووی پاک

دەست پێدەکات.(وێنەی ١٩-١٢)	نەکەوێت.
٢١-دانانی سۆندەی میز: ئ/ نەخۆشی ئافرەت: (وێنەی٢٢-١٢) - داوا لە نەخۆش بکە بە هێواشی و بە نەرمی لەسەر پشت پاڵکەوێت، تێکردنی سۆندەی میز لە رێگەی شوێنی کونی بۆری میزەوە . - بردنە ناوەوەی سۆندەی میز بەتەواوی ٥ بۆ ٧،٥ سم (٢ بۆ ٣ ئینچ) یان هەتاوەکو میز دەبینرێت دێتە ناو سۆندەی میزەکەوە. - بەردانی ئەملاو ئەولای کۆئەندامی زاوزێ، هەڵگرتنی سۆندەی میزەکە بە پارێزراوی بە دەستی چەپ. ب- نەخۆشی پیاو: (وێنەی٤٥-١٢) - بەرزکردنەوەی چووک بە شێوەی ستوونی بۆ جەستەی نەخۆشەکە لەگەڵ جێبەجێکردنی راکێشانێکی سوک. - داوا لە نەخۆش بکە لەسەر پشت پاڵبکەوێت و تێکردنی سۆندەی میزەکە بە هێواشی لە رێگەی کونی بۆری میزەوە. - بردنەناوەوەی سۆندەی میزەکە بە رێژەی ١٧ بۆ ٢٢،٥ سم (٧ بۆ ٩ ئینچ) یان برێک لە میزەکە لە کۆتایی سۆندەی میزەکە دێتە دەر. - بوەستە لە بردنە ناوەوەی سۆندەی میزەکە، - کاتێک میز دەرکەوت لە indwelling catheter کە بردنەناوەوەی هەتا دوولەتبوونی.(هەڵئاوسان و بەتاڵبوونەوەی). - نزم کردنەوەی چووک، هەڵگرتنی سۆندەی میز بە پارێزراوی بە دەستی چەپ.	- پاڵکەوتن لەسەر پشت دەبێتە هۆی یارمەتی بینینی کونی بۆری میز لەگەڵ زیادکردنی خاوبوونەوەی ماسولکەی میزکردن. - کاتێک میز دەرکەوت، بردنە ناوەوەی سۆندەی میزەکە جارێکی دیکە ٢،٥ بۆ ٥ سم (١ بۆ ٢ ئینچ). - لە کاتی تێکردنی بە هیچ شێوەیەک هێز لە سۆندەکە مەکە. - لێشاوی میز ئەوە دەردەخات کە سەری سۆندەی میزەکە لە ناو میزەڵدان یان لە خوارووی بۆری میزەوەیە. - رێککردنەوەی شوێنی ئەندامی زاوزێی نەخۆشەکە بۆ بە ئاسان تێکردنی سۆندەی میز. - خاوکردنەوەی ماسولکەی دەرەوە یارمەتیدەرە لە تێکردنی سۆندەی میز. - چەندەها جۆری جیاوازی سۆندەی میزی پیاوان هەیە، بڕی میز ئەوە دەردەخات کە سەری سۆندەکە لە ناو میزەڵدان یان بۆری میزدایە بەڵام مەرج نییە کە بەشێکی میزەڵدانی indwelling catheterلە ناو میزەڵدان دا بێت. - بردنە ناوەوەی سۆندەکە بە بڕێکی زیاتر و دروست نەکردنی باڵۆنەکە، چوونکە هەندێک کات میز دێتە ناو سۆندەکە، بەڵام نەگەشتووە بە شوێنی مەبەست. - بۆری میزی پرۆستات - بۆ رێگری کردن لە کۆبوونەوەی سۆندەکە.
٢٢- فوتێکردنی باڵۆنی سۆندەی میزەکە بە تەواوی لەگەڵ بڕی شلەی دیاریکراو کە لەسەر سۆندەی میزەکە دیاریکراوە: ا- بەردەوام بە لە هەڵگرتنی سۆندەی میزەکە بە دەستی چەپ. ب-بە دەستی زاڵ، سرنجە پڕەکە ببەستەرەوە بە بەشی کۆتایی سۆندەی میزەکەوە. ج- بە هێواشی تەواوی بڕی گیراوەکەی لێبدە. د- لە دوای فووتێکردنی باڵۆنەکە. ی-پێوەبەستنی کیسی- میزەکە بە سۆندەی میزەکە، ئەگەر پێشتر پێوەت نەبەستبوو. (وێنەی٢٤-١٢)	نابێت میزەڵدانی Indwelling catheter کەم ئاو بێت، کەمی ئاو دەبێتە هۆی تێکچوونی میزەڵدانەکە و زیانگەیاندن بە میزەڵانەکە . ا- وەستاندنی سۆندەی میزەکە پێش ئەوەی هەوا بکرێتە ناو میزەڵدانەکە بۆ رێگە گرتن لە دەرکردنی سۆندەی میزەکە لە بۆری میز. ب- بەجوڵاندنی سۆندەی میزەکە بە کەمی بۆ ناو میزەڵدان، دووریکەوەرەوە لە پەستان خستنەسەر ملی میزەڵدان.
٢٣- پاراستنی indwelling catheter بە پشتێنەی سۆندەی میزە یان هەر ئامێرێکی تری پاراستن. بەجێهێشتنی بۆشایی تەواو بۆ رێگەدان بە جووڵەی قاچەکان. پێوەلکاندنی ئامێری پاراستن بە سۆندەکەوە . ا- نەخۆشی ئافرەت: قایم کردنی سۆندەی میز لە ناو ران، رێگەدان بە خاوبوونەوەی پێویست بۆ نەهێشتنی گرژی. (وێنەی٢٥-١٢) ب- نەخۆشی پیاو: قایم کردنی سۆندەی میز لە بەشی سەرەوەی ران یان لە خوار میزەڵدان (لە چووکەوە راستەوخۆ بەرەو رووی سنگ) رێگە بە خاوبوونەوە سۆندەی میزەکە بدە بۆ ئەوەی گرژی لەسەر سۆندەی میزەکە دروست نەبێت.	پاراستنی سۆندەی میزەکە لە مەترسی داخورانی بۆری میز یان لابردنی CAUTI, سۆندەی میزەکە بەرێکەوت کەم دەکاتەوە. پێوەلکاندنی ئامێری پارێزەر بە ناوەراستی سۆندەی میزەکە کە رێگری لە گیرانی سۆندەی میزەکە دەکات دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی قورسایی لەسەر بۆری میز و کەمکردنەوەی بریندار بوونی بۆری میز . بەجێهێشتنی پێستی کشاوەبوو دەبێتە هۆی ناسوودەیی و ئاوسانی مەترسیدار

٢٤- هەڵواسینی سۆندەی بەتاڵکردنەوە بۆ قەراغی دۆشەکەکە. دانانی جانتای بەتاڵکردنەوە میز لە خوار میزەڵدان بە پێوەلکانی بە چوارچێوەی جێگای نووستنەوە. مەیبەستەرەوە بە لا ئاسنینەکانی جێگاکەوە. (وێنەی٢٧-١٢)	کیسی- بەتاڵکردنەوە کە لە خوار ئاستی میزەڵدانە دڵنیایی هاتوچۆی تەواوی میز دەدات. بەم شێوەیە مەترسی CAUTI کەم دەکاتەوە. هاوپێچکردنی جانتاکە بە شتە جووڵاوەکان وەک لا ئاسنینەکانی جێگاکە دەبێتە هۆی زیادکردنی مەترسی ئازاری میزکردن بەهۆی ڕاکێشانی یان بە ڕێکەوت لە شوێن جوڵاندنی .
٢٥- پشکنین بۆ دڵنیابوون لەوەی هیچ ڕێگرییەک بۆ هاتنی میز نییە. پێچانەوەی زیاد لە پێویست لەسەر جێگاکە، بەستنی بۆ خوارەوەی سەرچەفەکە بە گیرەیەک یان هەر ئامێرێکی تری قایم کردن.	گیران دەبێتە هۆی تووشبوون و هێشتنەوەی میز.
٢٦- سڕینەوەی هەر دژە پاکەرەوەیەک یان مادەی چەورکەر لە ناو لەشی. گۆڕینی پێستەکە ئەگەر پێشتر لێکرابێوە. گەڕاندنەوەی نەخۆش بۆ شوێنی ئاسوودە. ڕێنمایی بە نەخۆشەکە بدە لەسەر شوێن و جووڵە لەگەڵ سۆندەی میزکردن لە شوێنی خۆی.	پاکوخاوێنی ئاسوودەیی نەخۆش بەرز دەکاتەوە.
٢٧- چاودێری کەسەکە و بڕی میز لە سیستەمی بەتاڵ کردنەوە.	دیاریبکە ئەگەر لێشاوی میز بە پێی پێویست بوو.
٢٨- ڕوونکردنەوەی ئەنجامەکە و ڕێنمایی کردنی.	بۆ پێدانی زانیارییەکان دابینکردنی چارەسەری پێویست بە زووی.
٢٩- گەڕاندنەوەی یەکەکە، کۆکردنەوەی پێداویستیە بەکارهاتووەکان و پاکردنەوە یان هەڵگرتنیان لە شوێنی گونجاو. پاکردنەوەی شوێنەکە و بەجێهێشتنی هەر وەک پێشتر کە چۆن بووە.	بۆ پارێزگاری شوێنەکە و پێداویستیەکان بە سەلامەتی و پاکوخاوێنی بۆ بەکارهێنانی داهاتوو.
٣٠- لابردنی دەستکێشەکان و ئەنجامدانی پاکوخاوێنی دەست.	بۆ ڕێگەگرتن لە مەترسی تووشبوون و پیسبوون.

هەرچەندە شێوازی میزکردنی کەسەکان تاکەکەسییە، زۆربەی خەڵک ٥ بۆ ٦ جار لە ڕۆژێکدا میز دەکەن، بەردەوام خەڵکی کاتێک بەیانیان لە خەو هەڵدەستن میز دەکەن، پێش ئەوەی بچنە ناو جێگای نووستن و دەوروبەری کاتی ژەمەکانی خواردن میز دەکەن، ئەم خشتەیە تێکرای میزکردنی لە ڕۆژێکدا بە پێی تەمەنە جیاوازەکان پیشاندەدات :

تێکرای میزکردنی ڕۆژانە بە پێی تەمەنە جیاوازەکان	
تەمەن	بڕ بە مل
١ بۆ ٢ ڕۆژە	١٥ – ٦٠ مل
٣ بۆ ١٠ ڕۆژ	١٠٠-٣٠٠ مل
١٠ ڕۆژە بۆ ٢ مانگی	٢٥٠-٤٥٠ مل
٢ مانگی بۆ ١ ساڵ	٤٠٠ – ٥٠٠ مل
١ ساڵ بۆ ٣ ساڵ	٥٠٠-٦٠٠ مل
٣ ساڵ بۆ ٥ ساڵ	٦٠٠ – ٧٠٠ مل
٥ ساڵ بۆ ٨ ساڵ	٧٠٠-١٠٠٠ مل
٨ ساڵ بۆ ١٤ ساڵ	٨٠٠ – ١٤٠٠ مل
١٤ ساڵ	١٥٠٠ مل
گەورەتر لە تەمەنی هەرزەکار	١٥٠٠ مل یان کەمتر

تۆمار کردنی زانیارییەکان:

- تۆمارکردن و بە ڕاپۆرت‌کردنی هۆکاری دانانی catheterization, جۆر و قەبارەی تێکردنی سۆندەی میز، بڕی شلەی بەکارهێنراو بۆ پڕکردنی میزەڵانەکە، وەرگرتنی نموونەیەک (ئەگەر کاری پێبکرێت)، تایبەتمەندی

و بـری مـیز، وەڵامـدانەوەی نەخـۆش بـۆ کـردارەکە، هەر فێرکارییەکی پەرسـتارەکان لە تێبینـی و تۆمـاری تەندروستی ئەلکترۆنی.(EHR)

- ڕێژەی تۆماری میز لەسەر لێشاوی وەرگرتن و دەرچوون (I&O) تۆماری پەڕەی لێشاو.
- تێبینیکـردنی بـوونی ئـازاری بەردەوام کە پەیوەنـدی بە سـۆندەی مـیزەکەوە هەیە. دەرهاویشـتەی کەمی میز نائاسوودەی بۆ چاودێری تەندروستی.
- کردنی واژۆ بەرپرسیارێتی پیشەیی دەپارێزێت.
- زانیارییەکان کۆکراوەی داتای بەردەوام دابین دەکات.

وێنەی ١٢-١

وێنەی ١٢-٢

وێنەی ١٢-٣

وێنەی ١٢-٤

وێنەی ١٢-٥

وێنەی ١٢-٦

وێنەی ١٢-٧

وێنەی ١٢-٨

وێنەی ١٢-٩

وێنەی ١٢-١٠

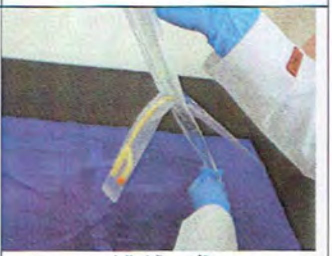
وێنەی ١٢-١١

وێنەی ١٢-١٢

وێنەی ١٢-١٣

وێنەی ١٢-١٤

وێنەی ١٢-١٥



وێنەی ١٢-١٦

وێنەی ١٢-١٧

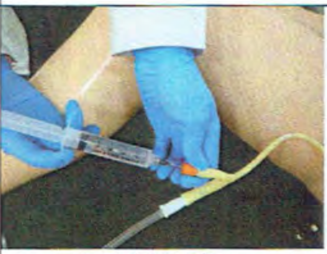
وێنەی ١٢-١٨

وێنەی ١٢-١٩

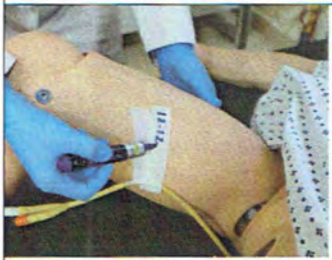
وێنەی ١٢-٢٠

وێنەی ١٢-٢١

وێنەی ١٢-٢٢



وێنەی ١٢-٢٣



وێنەی ١٢-٢٤

وێنەی ١٢-٢٥

وێنەی ١٢-٢٦

وێنەی ١٢-٢٧

وێنەی ١٢-٢٨

وێنەی ١٢-٢٩

وێنەی ١٢-٣٠

وێنەی ١٢-٣١

وێنەی ١٢-٣٢

وێنەی ١٢-٣٣

وێنەی ١٢-٣٤

وێنەی ١٢-٣٥

وێنەی ١٢-٣٦

وێنەی ١٢-٣٧

وێنەی ١٢-٣٨

وێنەی ١٢-٣٩

وێنەی ١٢-٤٠

وێنەی ١٢-٤١

وێنەی ١٢-٤٢

وێنەی ١٢-٤٣

وێنەی ١٢-٤٤

وێنەی ١٢-٤٥

وێنەی ١٢-٤٦

وێنەی ١٢-٤٧

وێنەی ١٢-٤٨

Polyuria

Polyuria یان (diuresis): ئاماژەیە بە نارێکی گورچیلەکان لە بەرهەمهێنانی میز بە شێوازێکی نارێک لە لەشدا، زۆرجار چەند لیترێک زیاتر بەرهەم دەهێنێت.

Oliguria

anuria دوو ناون بەکاردەهێنرێن بۆ باسکردنی بەرهەمهێنانی میز، Oliguria واتە کەسەکە میز کەم دەکات یاخوود بەرهەم دەهێنێت لە رێژەی ئاسایی کە کەمترە لە ٥٠٠ مل لە رۆژێکدا یان ٣٠ مل لە کاتژمێرێکدا بۆ کەسی پێگەیشتوو.

Anuria

ئاماژەیە بە بەرهەمهێنانی برێکی کەم لە میز.

Frequency

کردنی میزە لە ماوە دووبارەکاندا لە رۆژێکدا کە زیاد لە رێژەی خۆی بریتییە لە ٤ بۆ ٦ جار لە رۆژێکدا، ئەوەشی کاردەکاتە سەر ئەم شێوازی میزکردنە وەرگرتنی شلەی زیادەیە، ئەمەش دەبێتە هۆی زیادبوونی رێژەی میز کردن و بەتاڵبوونەوە. لە هەندێک بارودۆخ وەک، UTI، قەلەق و دڵەراوکێ، یان دووگیان بوون دەکرێت ببێتە هۆی کەم کردنەوەی خۆبەتاڵکردنەوە و میزکردن بە رێژەی (٥٠ بۆ ١٠٠ مل). بە شێوازێکی گشتی ئەو برە شلەیەی کە وەردەگیرێت یان دەکرێتە دەرەوە لە لەش ئاسایە.

Nocturia

میزکردنە دوو جار بۆ سێ جار لە شەودا ئەمیش وەک frequency, وایە بەزۆری لە رووی ژمارەی ئەو کاتانەی کە کەسەکە بۆ میزکردن هەڵدەستێت.

Urgency

پێویستبوونی لە ناکاوە، ئارەزوویەکی لەناکاوە بۆ میزکردن، ڕەنگە میزێکی زۆر لە میزەڵداندا هەبێت و ڕەنگە بوونی نەبێت، بەڵام کەسەکە هەست دەکات بەوەی کە زوو میز بکات، ئەم تەنگاوبوونە زۆر جار دەبێتە هۆی تێکچوونی باری دەروونی کەسەکە و ئەمەش زۆرتر لەو کەسانەدا ڕوودەدات کە کۆنترۆڵی خراپی دەرەوەی sphincter هەیە یان گرژبوونی میزەڵدانیان نا جێگیرە.

Dysuria

واتە میزکردن، بەڵام بەشێوازێکی قورس و هەبوونی ئازار لە کەسەکەدا.

Enuresis

میز بە خۆداکردن بەشێوەیەکی خۆنەویستانە لەو منداڵانەدا دایە کە تەمەنیان لەسەر و ئەو تەمەنەیە کە کۆنترۆڵی میزەڵدانیان لە ژێر کۆنترۆڵی خۆیاندایە، وە تەمەنەکە لە ٤ بۆ ٥ ساڵاندایە. میز بە خۆداکردن زیاتر لەشەواندا ڕوودەدات و ئەمەش زیاتر لە ڕەگەزی نێر زیاتر ڕوودەدات، وەک لە ڕەگەزی مێ، میز بە خۆدا کردن هەر لە بنەڕەتەوە نەخۆشی بێت و زیاتر کاریگەریەکەشی لەسەر کچان و ژنانە.

Urinary Incontinence

رانەگرتنی میز یاخوود لە دەستدانی کۆنترۆڵ بۆ کردنی میز نیشانەیەکی تەندروستە نەک هۆکار بێت بۆ نەخۆشی.

Urinary Retention

کاتێک بەتاڵکردنەوەی میزەڵدان لە میز کەم دەکات، واتە بڕێکی کەم لە میز دێتە دەرەوە و بڕێکی زۆر هێشتا لە ناو میزەڵداندا ماوە، وە بڕی میزەکە کەڵەکە دەبێت لە میزەڵداندا و زۆر دەبێت، وە ئەمە ناو دەبرێت بە هێشتنەوەی میز لە میزەڵدان.

Neurogenic Bladder

تێکچوونی کرداری دەمارەکان دەبێتە هۆی دەستوەردان لە شێوازی ئاسایی بەتاڵکردنەوەی میز و لە ئەنجام دا دەبێتە هۆی .neurogenic bladder، نەخۆش بە هەبوونی neurogenic bladder ناتوانێت هەست بە پڕبوونی میزەڵدانەکانی بکات، کە ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی نەتوانێت کۆنترۆڵی دەرچەی میز بکات. میزەڵدانی نەخۆشەکە لەوانەیە نەرم بێت و هەڵئاوسێت و گرژ بێت. لەگەڵ زۆر دووبارەکردنەوەی میزکردن بە بێ ویستی خۆی.

تایبەتمەندییەکانی میزی ئاسایی و نا ئاسایی

تایبەتمەندیەکان	ئاسایی	نائاسایی	بەهەند وەرگرتنی لەلایەن پەرستارەکەوە
برەکەی لە ٢٤ کاتژمێردا بۆ کەسی(پێگەیشتوو)	١٢٠٠ - ١٥٠٠ مل	لە ١٢٠٠ کەمتر بڕێکی زیاتر لەسەر و ئەوەوە وەرگیراوە.	کردنە دەرەوەی میز بە شێوەیەکی ئاسایی و بە نزیکەی یەکسانە بەو شلەیەی کە وەرگیراوە، لەوانەیە ئەو میزە بەرهەم هاتووە لە ٣٠ مل/کاتژمێر دا کەمبێت، ئەمەش ئاماژەیە بە ئەگەری کەمبوونی لێشاوی خوێن بۆ گورچیلەکان بەمەش دەبێت دەستبەجێ تۆمار بکرێت.
ڕەنگەکەی، ڕوونیەتیەکەی	زەردی کاڵ، زەردی تۆخی گۆڕاو	زەردی تۆخ، ڕەنگی هەوری تۆخ، پرتەقاڵی، کون بوونی لینجە پەردە، لینجە پەردەی داپۆشراو، ئەستووری.	میزی کۆکراوە ڕەنگەکەی ڕەشە. ڕەنگە میزەکە بەشێوەیەکی روون دەربکەوێت، یان بە ڕەنگێکی زەردی تۆخ. خواردن و دەرمان دەبێتە هۆی گۆڕینی ڕەنگی میز. خڕۆکە سوورەکان لە خوێندا. hematuria ڕەنگی ئاشکرایە وەک پەمەی، ڕەنگی گەشە، سوورە، میزەکە ڕەنگی قاوەییەکی ژەنگاویە. خوێنی سوری مانگانە هەمان شێوەی هەیە، بەڵام نابێت لەگەڵ hematuria تێکەڵ بکرێت. خڕۆکە سپیەکانی خوێن، بەکتریا، کێم، یان بەرکەتنێکی پیسی- وەک شلەی پرۆستات، سپێرم، دەردراوی زێ لەوانەیە هۆکار بێت
بۆن	بۆنێکی کەم	بۆنێکی ناخۆش	هەندێک لە خواردنەکان (بۆ نموونە، ئەسپاراگوس) دەبێتە هۆی بۆنێکی زەرور؛ میزێکی تووشبوو دەتوانێت بۆنی فیتدی هەبێت، میزێکی بەرز لە گلوکوز بۆنێکی شیرینی هەیە.
خاوێنی لە(ڤایرۆس)	هیچ وردە زیندەوەرێکی تیدا نییە	هەبوونی زیندەوەری ورد	میز لە ناو میزەڵداندا پاکە، نموونە وەرگیراوەکانی میز، هەروەها لە هەمان کاتدا، لەوانەیە تووشببێت بە بەکتریا لە ئەندامی زاوزێ لە کاتی کۆکردنەوەدا.
PH	٤.٥ – ٨	سەروو ٨ خوار ٤.٥	میزی تازە بەتاڵکراو بە شێوەیەکی ئاسایی تارادەیەک ترشە، میزی ئەلکەلین لەوانەیە ئاماژە بە ڕەوشی ئەلکەلوز بکات، UTI، یان لە خۆراکی زۆر لە میوە و سەوزە. زیاتر ترشبوونی میز (کەمی PHلە ئەنجامی برسی بوون، لەگەڵ سکچوون، یان لەگەڵ خۆراکی زۆر بە پرۆتین یان رووەکی توورک.
هێزی ڕاکێشان	١.٠١٠-١.٠٢٥	سەروو ١.٠٢٥	میزی پیس بوو هێزی ڕاکێشانی زۆری هەیە، میزی پاک هێزی ڕاکێشانی کەمتری هەیە.

		خوار ١٠٠١٠	
ڕێژەی گلوکۆز	تێیدا نییە	تێیدایە	گلوکـۆز لە خوێنـدا ئەوە دەردەخـات کە ڕێـژەی شەکر لە خوێندا بەرزە و زیاترە لە بڕی mg/dL ١٨٠ کە لەوانەیە ئەماژە بێت بەوەی بڕی شەکر لە خوێندا لە ژێر کۆنترۆڵدا نەبێت و هۆکار بێت بۆ نەخۆشی شەکرە.
ئاوێتەی ئەندامی (ئەسیتۆن)	تێیدا نییە	تێیدایە	کیتـۆنز، بەرهەمی کۆتـایی تێکشـکانی ترشـە چەوریەکـان، بە شـێوەیەکی ئاسـایی لە مـیزەکەدا بـوونی نـیە. لەوانەیە لە مـیزەکەی ئەو نەخۆشـانە ئامادەبن کە نەخۆشی شەکرەی کۆنترۆڵنەکراویان هەیە، کە لە حـاڵەتی برسـیبووندان، یـان ئەو کەسـانەی کە بـڕێکی زۆر لە ئەسـپرینیان بەکارهێناوە.
خوێن	تێیدا نییە	تێیدایە	لەوانەیە خـوێن هەبێت لە مـیزی نەخۆشـەکەدا، ئەویـش بە هەبـوونی UTI، نەخـۆشی گوورچیلەکـان، یـان خـوێن بەربـوون لە ئەنـدامی میزەڕۆیدا.

هەنگاوەکان	هۆکارەکان
١-چوونە ناوەوەی سۆندەی میز بۆ ناو زێی نەخۆشەکە.	وازهێنـان لە مـانەوەی سـۆندەکە لە نـاو زێی نەخۆشەکەدا، پاك کردنەوەی کونی بۆری میزی نەخۆشەکە دووبارە، بەکارهێنـانی جۆرێـك کەرەسـتەی نـوێ و پـاك لە پێداویسـتی سـۆندەی مـیز بـۆ نەخۆشـەکە، پاشـان دووبارە دەبێت سۆندەیەکی نوێ بکرێتەوە ناو کونی بۆری میزی نەخۆشەکە. تێبیـنی : ئەگەر دەستکێشـەکان پیسـبوون، دەبێـت کردارەکە لە سەرەتاوە دووبارە بکرێتەوە. لابردنی سۆندەکە لە ناو زێی نەخۆشەکە. هەر کاتێک سۆندەکە کاری خۆی کرد
٢-شکاندنی یاسای پاك و خاوێنی لە ماوەی دانانی سۆندەی میز بۆ نەخۆش جا ئەگەر پەرستار هۆکار بێت یاخوود نەخۆش	گـۆڕینی دەستکێشـەکان ئەگەر بەرکەوتـنی هەبێـت لەگەڵ پیسی. پاشـان لە سـەرەتاوە کـردارەکە ئەنجام بدەرەوە ئەگەر نەخۆشـەکە دەسـتی لە بەشـە خاوێنەکان دا و پیسی کـرد، بەڵام ئەگەر پێداویسـتی و کەلوپەلەکـانی دیـکە پـاك بـوون، ئەوا هەوڵ بـدە دەسـتی دوور بخەیتەوە لە بەشە پاکەکە.
٣-نیگەران بوونی نەخۆش بەهۆی نا ئاسوودە بوونی میزەڵدانی، سۆندەی میز بەڵگەیەکی ئاشکرایە لەسەر نە زۆر و کەمی لێشاوی میز .	پشـکنینی سـۆندەکە بـۆ دڵنیابوونەوە لەوەی کە هـیچ هێزێکی ڕاکێشانی لەسەر نییە.

ئاگادار کـردنەوەی دکتـۆرەکەی یـاخوود دابیـنکەری تەندروستی ئەو نەخۆشە لە هەبوونی تووش بوونی بە هەڵئاوسـان لە میزەڵدانیـدا یـاخوود توشـبوون بە هەوکردن بێت.	

گەشەکردن و زیادبوونی بەکتریا شتێکی باوە لە شوێنی بردنە ناوەوەی سۆندەکە بۆ ناو کونی بۆری میز لە هەردوو رەگەزی نـێر و مێـدا، ئەنجامـدانی چـاودێری کـردنی سـۆندەکە ئاسـایی وەك بەشـێکە لە ئەنجامـدانی چـاودێری perineal، دوای ئەوەی ریخۆڵە توانای دەستبەسەردا گرتنی نامێنێت، یان کۆکردنەوەی دەردراوەکانی دەوری کونی بـۆری مـیزدا هەیە. لابـردنی سـۆندی مـیزی گیرخـواردوو پێویسـتی بە رێگەیەکی پاکوخـاوێنە. بەتـاڵ کردنەوەی بـاڵۆنی سۆندەی میزەکە لە هەوا پێش لابردنی. ئەگەر باڵۆنەکە بە هەڵئاوسای بمێنێتەوە و پاشان لە دوایدا لا ببرێت، ئەوا ئەنجامەکەی دەبێتە هۆی دروستبوونی ئازار و ئاوساوی لە کونی بۆری میزی نەخۆشەکە. هەمیشە indwelling catheter لابدە بە زووترین کات لە دوای تێکردن بە هۆی بوونی مەترسی لە ئەگەری زۆر مانەوەی لە توشبوون بە CAUTI.

ناوی کردار : چاودێری کردنی دانانی سۆندەی میز و لابردنی.

پێداویستییەکان:

- جووتێک دەستکێشی پاک
- پێخەفێکی دژە ئاو
- پێخەفی گەرماو بۆ چاودێری دانانی سۆندە
- سابوون، خاولی خۆشۆردن، وە تەشتێک پربێت لە ئاوی گەرم
- سرنجـێکی ١٠ مـل یـان گەورەتـر بە پێ دەرزیەکەی، زانیارییەکـان لەسـەر قەبـارەی میزەڵـدانەکە بە (مـل) راستەوخۆ لەسەر دەرچەی هەڵئاوسانی میزەڵدانەکە چاپ کراوە.
- نیشانەکردنی دەفری نموونە پاکەکە بە دروستی.
- لفکە و ئاوی گەرم بۆ دوای لابردنی سۆندەکە کە نەخۆشەکە پاک بکرێتەوە.
- سرنجێکی (gauge 25) ٢/١ ئینج سرنجێکی ١٠مل یان گەورەتر بەپێ دەرزیەکەی بەکاردێ، بەپێی زانیاری قەبارەی باڵۆنەکە(کیسەکە) کە راستەوخۆ لەسەر دەرچەی باڵۆنەکە نوسراوە.
- دابینکردنی دەفری میزکردن بۆ نەخۆشی نێر لە تەنیشت جێگەکەی.
- دابینکـردنی دەفـری میزکـردن بـۆ نەخـۆشی نـێر، دەستشـۆری جـوڵێنراو یـان دابینکـردنی دەفـری میزکـردن بـۆ نەخۆشی مێ لە تەنیشت جێگاکەی بۆ کۆکردنەوەی میز لە دوای لابردنی سۆندەی میزەکە.
- ئەلکهول یان هەر دژە پاکەرەوەیەکی دیکەی دژە ڤایرۆس.
- بەکارهێنانی ئاوی گەرم و خاولی بۆ پاکردنەوەی ئەو بەشەی لەلایەن نەخۆشەکەوە تایبەتە لە دوای لابردنی سۆندەی میزەکە.
- لوولەکی پێوانە کردن.

هەنگاوەکان	هۆکارەکان
١-پـێش دەسـتپێکردنی کـردارەکە هەوڵبـدە هەنگاوەکـانی بیرخۆت بخەرەوە، بۆ ئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژانێک	بۆئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژانێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لای نەخۆشەکە.

لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لای نەخۆشەکە	
٢-دەستەکانت پاک رابگرە.	بۆ رێگریکردن لە مەترسی توشبوون بە هەوکردن و پیسبوون.
٣-هەمـــوو ئەو خۆپـارێزیە سـتانداردانە بەکـار بهێـنە کە پێویستەو خـۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خـوێن و شـلەکانی لەش بە بەکارهێنـانی دەسـتکێش بـۆ پاراسـتنی خـۆت، نەخۆشـەکەو هەمـوو ئەو کەسـانەی لەوێ ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا	بۆ پاراستنی خۆت، نەخۆشەکە و هەموو ئەو کەسانەی لەوێ ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا.
٤-هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە.	بۆ رێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە، رێکخستن ئاسانکاری دەکات لە کردنی کردارەکە بە دروستی.
٥-دڵنیـابوونەوە لە نەخۆشـەکە بـۆ پاراسـتنی سـەلامەتی نەخۆشەکە، بە بەکارهێنانی دوو ناسنامە بە لایەنی کەمەوە.	بـۆ پاراسـتنی سـەلامەتی نەخۆشـەکە، (بـۆ ئەوەی کـارێکی هەڵە بـۆ نەخۆشێکی هەڵە ئەنجام نەدەین)
٦-کردارەکە بۆ نەخۆشەکە روونبکەوە.	بۆ ئارامکردنەوەی نەخۆشـەکە لەکاتی هەبوونی هەر دڵە راوکێیەک و بەدەستهێنانی رەزامەندی نەخۆشەکە
٧-داخستنی دەرگاکە و راکێشانی پەردەکە.	بۆ دابینکردنی تایبەتمەندێتی و کەم کردنەوەی ئەو زیندەوەرە وردانەی کە لە هەوا دان.
٨. دڵنیاببەرەوە لە خاوێنی ئەو ئامێرەی بەکاری دەهێنیت بۆ رێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن بۆ ئەوەی ئەنجامێکی زۆر دروستمان دەست بکەوێ	بۆ رێگریکردن لە توشبوون بە هەوکردن بۆ ئەوەی ئەنجامێکی زۆر دروستمان دەست بکەوێ
٩. ئامادە کاری بۆ دانانی سۆندە چاودێری ئەنجامەکانی میزکردن و تایبەتمەندی میزەکە بکە. هەڵسـەنگاندنی زانیـاری نەخـۆش لەسـەر دانـانی سـۆندە، لەوانەیە ئەو نەخۆشانەی سۆندەیان بۆ دادەنرێت زانیاریان نەبێت لە دەست دان لەسۆندەکە چاودێری هەر لێکچونێک یان سـوور بوونەوەیەک بکە لە دەوروبەری دەرچەی میز	وبی تونێکی دەرەوە(تونیخ) دەبێتە هۆی پێکهێنانی نیشتوویەکی رەق لە دەوروبەری سـەرەکەی لەگەڵ نـاو بۆشـایی بـۆری بەتـاڵکردنەوەی سـۆندەی مـیزە کە دەبێـتە هـۆی گـیرانی نـاو بۆشـایی بـۆری بەتاڵکردنەوەکە، لە ئەنجامـدا دەبێتە هـۆی هێشـتنەوە و گیرانی میز. هەڵسەنگاندنی توانا و زانیاری نەخۆشەکە بۆ ئەوەی بە پێی پێویست رێنماییەکانی پێبدرێت. ئامـاژە دان بە پرۆسـەی ئیلتیهابـات و هەنێک تووشـبوون کە ئەگەری هەیە رووبدات. پێدانی زانیـاری لەسـەر چۆنییەتی چـاودێریکردنی نـاو لەشی لە پاش لابردنی سۆندەی میز.
١٠-نەخۆشەکە داپۆشە، تەنها با ناوچەی مەبەست دیار بێت. نەخـۆشی مێ بە شـێوەیەک راکشـا بێـت لەسـەر پشـت و قاچەکانی کرابێتەوە. نەخۆشی نێر لەسەر پشت راکشا بێت بە رێکی	شەرمەزاربوونی نەخۆش کەم دەکاتەوە . ئاسانکاری دەکات بۆ نزیکبوونەوە و چوونە ناو شوێنی مەبەست.
١١-دانانی سۆندە پـارچەیەک پەرۆی دژە ئـاو لەژێـر نەخۆشـەکە دابـنێ، چاودێری بەردەوامی شوێنی مەبەست بکە بە ئاو و سابوون. چـاودێری دەرچەی میز و دەوروبەری بکە بـۆ دڵنیابوون لە هەبـوونی هەر هەوکردنێـک یـاخود ئاوسـاوییەک یـان لێکچونێک، پرسیار لە نەخـۆش بکە بـۆ زانینی ئەوەی ئایا هیچ سووتاوییەک هەیە یان هەستکردن بە نا ئاسوودەیی. بە بەکار هێنانی پارچەیەک قوماش و سابوون و ئاو سۆندە پـاک بـکەوە و جـوولەی بـازنەیی بە درێـژایی سـۆندەکە (١٠ســم) (٤ئینـچ) بەرەوخـوارەوە، دەسـت بـکە بە پاک کردنەوەی ئەو ناوچەیەی سۆندەکە کە دەچێتە ناوەوە بـۆ دەرچەی مـیز بەرەو خـوارەوە. دڵنیـاببەوە لە نەبـوونی شوێنەواری بەجێماوی سابوون. جێگـۆڕکێ بـکە بەپـێی پێویسـت، شریـتی لکـاو (هەر پاشماوەیەکی لکاو بە پێستەکەوە هەبوو لێی بکەوە) یان هەڵگری سـۆندەکە کە جێگـیر دەبێ لای قـاچ یـان سـکی نەخۆشەکە.	گرنگیـدان بە نـاوچەی مەبەسـت بە سـابوون و ئـاوی پێویسـت بـۆ هێشتنەوەی ناوچەکە بە خاوێنی، بەکارهێنانی ماددەکانی دژە میکرۆب کاریگەرە لەسەری، -بۆیە بەشێک نییە لە دانانی سۆندە _شڵەژاوی دەبێتە هۆی شۆکی میز _ چاودێریکردنی ناو لەش بە سابوون و ئاو پێویستە بۆ هێشتنەوەی شوێنەکە بە پاکوخاوێنی. بەکارهێنـانی بەرهەمی بـابەتی دژە میکـرۆب کـاریگەر نـیە لەسـەر کەمکـردنەوەی بەکتریـای کـونی مـیز و کەمکـردنەوەی مەتـرسی بـۆ نەخۆشـییەکانی UTI. ئەمـانە وەک بەشـێک لە چـاودێری رۆژانەی catheter دایان مەنێ. _ دیـاریکردنی بـارودۆخی نـاولەش لەگەڵ دووبـارەکردنەوەی جـۆری چاودێری بەردەوام پێویستە. _کەمکـردنەوەی بـوونی دەردراو یـان وشـکبوونەوە لەسـەر رووی دەرەوەی سۆندەی میزەکە. _پەستان کردن دەبێتە هۆی ئازاری زۆری بۆری میز.

پەستان مەخەرە سەر سۆندەکە	
١٢. بۆری دەردراوەکە و جانتاکە بپشکنە لە کاتی نەبوونی ئەمانەی خوارەوە : - دڵنیابەرەوە لەوەی کە سۆندەکە لەسەروی ئاستی میزەڵدان دانەنراوە. - سۆندەکە لوول کراوە و پارێزراوە بە کەتانی سەرجێگاکەوە. - بۆریەکە بە بێ پێچ خواردن و گیربوون و پاڵ نەکەوتنی نەخۆشەکە لەسەر سۆندەکە. - هەمووکات جانتای کۆکردنەوە لە ئاستی خوار میزەڵدان بێت. پێوەلکاندنیcatheter کە بە چوارچێوەی جێگاکەوە نەک بە لا ئاسنینەکانی جێگاکەوە	_ دڵنیابوون لە لێشاوی میز بە بێ بەربەست یەکێکە لە باشترین پێوانەکان بۆ ڕێگەگرتن لە CAUTI. - ڕێگە گرتن لە تێکەڵبوونی میز و گەڕانەوەی بۆ ناو میزەڵدان. - بەرزکردنەوەی بەتاڵبوونی میز بە ئازادی ڕێگری لە لوولبوونی سەربەخۆی بۆریەکە و پەنگ خواردنەوەی پاشکۆی میز. - بەرزکردنەوەی لێشاوی میز بە ئازادی ڕێگە لە پەنگ خواردنەوەی میز دەکات لە میزەڵدان، کە دەبێتە هۆی زیادکردنی مەترسی تووشبوون بە نەخۆشی. - گەڕانەوەی میز لە جانتای پیسبووی بەتاڵکردنەوە پەیوەندی هەیە بە تووشبوون بە نەخۆشی. کاتێک سۆندەی میزەکە لەخوار میزەڵدانەوەیە، میز دەتوانێت بە ئاسانی بڕژێتە ناو جانتای کۆکردنەوە. پێوەلکاندنی جانتای کۆکردنەوە بە لا ئاسنینەکانی جێگاکەوە دەبێتە هۆی ئەوەی کە بە شێوەیەکی بێ ئاگایانە سۆندەی میزەکە بجوڵێندرێت لە کاتی بەرزکردنەوە و نزمکردنەوەی لا ئاسنینەکانی جێگاکە.
١٣- لابردنی سۆندەی میز: ئ / دانانی پادێکی(پارچە بەڕۆیەکە) دژە ئاو. ١- لە نێوان ڕانەکانی ڕەگەزی مێدا.(ئەگەر لەسەر باری ڕاکشان بوو). ٢- لەسەروو ڕانەکانی ڕەگەزی نێردا. ب- وەرگرتنی نموونەیەکی پاکی میز ئەگەر پێویستی کرد. ج- لابردنی لەزگەی پێوەلکاو یان هەڵگری بۆری ڤێلکرۆ Velcro tube کە بەکارهێنراوە بۆ پاراستن و جێگیرکردنی سۆندەی میزەکە. د- پێوەکردنی سەری سرنجەکە (hub of syringe) بۆ ناو دەمەوانەی هەڵئاوسان(balloon port). ڕێگە بدە بە گەڕانەوەی ئاوە پاکەکە بۆ ناو سرنجەکە بە هێزی ڕاکێشان هەتا پەستێنەرەکە(plunger) لە جوڵان دەوەستێت و بڕی هەڵمژراوەکە لادەبرێت. ی- ڕاکێشانی سۆندەی میزیەکە بۆ دەرەوە بە هێواشی و بە نەرمی لە کاتی پێچانەوەی سۆندەی میزە پیسبووەکە بە پادێکی دژە ئاو. لێکردنەوەی جانتای کۆکردنەوە لەگەڵ سۆندەی بەتاڵکردنەوە لە جێگاکەی. ف- شوێن گۆڕینی نەخۆشەکە ئەگەر پێویست بوو. پاکردنەوەی ناو لەشی نەخۆشەکە. بە گوێرەی ئاستی نزمی جێگاکە لەگەڵ ئەم لاو لای جێگاکە. گ-بەتاڵ کردن و پێوان و تۆمارکردنی میز لە ناو جانتای بەتاڵکردنەوە.	ا- ڕێگەبگرە لە پیسکردنی کەتانی سەر جێگاکە. ب- دیاری کردن لە ئەگەری بوونی بەکتریا لە ناو میزدا. ج- ڕێگە پێدراوە کە شوێنی سۆندەکە لابردرێت. د- زۆرێک لە بەرهەمهێنەران پێشنیاری ئەوە دەکەن کە شلە بگەڕێتەوە بۆ سەرنجەکە بە هێزی ڕاکێشان. هەناسەدانی دەستکرد دەبێتە هۆی نا ئارامی لە کاتی لابردنی سۆندەی میزەکە، لە ئەنجامدا دەبێتە هۆی گەشەکردنی چرچ و لۆچی لە میزەڵدانەکەیا. میزەڵدانێک کە بە نا تەواوی بەتاڵ کرێتەوە، دەبێتە هۆی نا ئارامی لەگەڵ تووشبوون بۆ دیواری میزکردن، کە لە ئەنجامدا دەبێتە هۆی خوێن بەربوون لە کاتی لابردنی سۆندەی میزەکە. ی- لابردنی بە هێواشی و نەرمی ڕێگری لە تووشبوون دەکات کە هۆکارەکەی تێکچوون و بەتاڵبوونەوەی میزەڵدانەکەیە لەگەڵ کۆبوونەوەی توێکڵی دەرەوە. ف- بەرزکردنەوەی ئاسودەیی و سەلامەتی نەخۆشەکە. گ- تۆمارکردنی
١٤- چاودێری کردنی کاتی میزکردنی نەخۆشەکە، هەروەها پێوانەکردنی ڕێژەی میزەکە. هەڵسەنگاندنی تایبەتمەندی و خاسییەتی میزەکە.	هێشتنەوەی میز و گیرانی باوترین ڕووداوە لە دوا لابردنی indwelling Foley catheter .
١٥- هەڵسەنگاندنی نەخۆشەکە بۆ نەخۆشی میزگیران، میز کردنی کەم و بەردەوام، یان خوێن بەربوون لە کاتی میزکردن دا.	UTI دەتوانێت گەشە بکات لە دوای لابردنی سۆندەی میز
١٦- ڕوونکردنەوەی ئەنجامەکە و ڕێنماییکردنی.	بۆ پێدانی زانیارییەکان دابینکردنی چارەسەری پێویست بە زووی.

١٧-گەڕانـــدنەوەی یەکەکە، کـــۆکردنەوەی پێداویســـتیە بەکارهاتووەکان، پاکردنەوە یان هەڵگرتنی پێداویستیەکان لە شوێنی گونجاو. ١٨. پاکردنەوەی شـوێنەکەو بەجێهێشـتنی هەر وەک پێشـتر کە چۆن بووە.	بۆ پارێزگاری شوێنەکە و پێداویستیەکان بە سەلامەتی و پاکوخاوێنی بۆ بەکارهێنانی داهاتوو.
١٩-لابـــردنی دەستکێشـــەکان و ئەنجامـــدانی پاکوخـــاوێنی دەست.	بۆ ڕێگە گرتن لە مەترسی تووشبوون و پیسبوون

تۆمارکردنی زانیارییەکان:

تۆمارکردن و بە ڕاپۆرت کردنی هۆکاری دانانی ,catheterization جۆر و قەبارەی تێکردنی سۆندەی میز، بڕی شلەی بەکارهێنراو بـۆ پڕکـردنی مـیزەڵانەکە، وەرگـرتنی نمـوونەیەک (ئەگەر کـاری پێبکرێـت)، تایبەتمەنـدی و بـڕی میز، وەڵامـدانەوەی نەخـۆش بـۆ کـردارەکە، هەر فێرکارییەکی پەرستارەکان لە تێبینی و تۆمـاری تەندروسـتی ئەلکترۆنی (EHR).

ڕێژەی تۆماری میز لەسـەر لێشـاوی وەرگرتن و دەرچوون (I&O) تۆماری پەرەی لێشاو. تێبینیکردنی بوونی ئازاری بەردەوام کە پەیوەندی بە سۆندەی میزەکەوە هەیە. دەرهاویشتەی کەمی میز. نائاسودەیی بۆ چاودێری تەندروستی کردنی واژۆ، بەرپرسیارێتی پیشەیی دەپارێزێت.

زانیارییەکان کۆکراوەی داتای بەردەوام دابین دەکات.

ئەنجامە چاوەڕواننەکراوەکان	چارەسەری پەیوەست بە کێشەکە
هەوکردن بەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ لە کۆ ئەندامی زاوزێی نەخۆش یاخوود بۆری میزی نەخۆشەکە.	تێبینی کردنی هەر لێچوونێک لە دەوروبەری سۆندەی میزەکە کە، لەوانەیە سۆندەی میزەکە پێویست بە گۆڕین بکات. دڵنیا بەرەوە لە سۆندەی میزەکە لەوەی کە لانەبرابێت و بە شێوەیەکی باش چەسپاوە.
نەخۆشەکە تای هەیە یان میزەکەی بۆنێکی ناخۆشی هەیە، نەخۆش بە بڕێکی کەم دووبارە میزکردنی هەیە، یان خوێنبەربوون و سووتانەوە ڕوودەدات لەگەڵ میزکردن پاش لابردنی سۆندەی میزەکە	چاودێریکردنی نیشانە گرنگەکان و میز کردن. بە ڕاپۆرت کردنی ئەنجامەکان بۆ بەرپرسی دەرمان دانان بۆ نەخۆشەکە. لەبەر ئەوەی هەر یەکێک لەم نیشانانە ئاماژەیە بۆ هەوکردنی بۆری میز .UTI
نەخۆشەکە ناتوانێت لە دوای لابردنی سۆندەی میزەکە میز بکات یان بەتاڵکردنەوەکەی بە بڕێکی کەم و دووبارەیە.	پشکنین کردن بۆ هەڵئاوسان لە میزەڵدانیدا ، یارمەتی دانی بۆ وەستان بە شێوازێکی ئاسایی لە ماوەی خۆبەتاڵکردنەوەی. دابینکردنی تایبەتمەندێتی نەخۆشەکە. بەکارهێنانی ئامێری سۆنەر بۆ میزەڵدانی نەخۆشەکە و پشکنینی ئەو ڕێژە میزەی کە ماوەتەوە لە میزەڵدانیدا لە دوای خۆ بەتاڵکردنەوە. ئاگادار کردنەوەی چاودێرەکە ئەگەر ڕێژەی ماوە لە ١٥٠ مل زیاتر بوو، ئەوا پێویستە کە سۆندەی میزەکە بەکاربهێنرێت. ئەگەر نەخۆش نەیتوانی خۆی بەتاڵ بکاتەوە لە ماوەی ٦ بۆ ٨ کاتژمێر لە دوای لابردنی سۆندەی میزەکە، چاودێرەکە ی ئاگادار بکەرەوە.

بەشی چوارەدەهەم

شوشتن، پێدانی دەرمان و پێدانی خۆراک لەڕێی کۆمەوە

شوشتن، پێدانی دەرمان و پێدانی خۆراک لەڕێی کۆمەوە

پێناسە : کردنە ناوەوەی گیراوەیەکە بۆ ناو لەش لەڕێی کۆمەوە، بە مەبەستی پێدانی خۆراک و دەرمان یاخوود شوشتنی ڕیخۆڵە.

مەبەست لە کردارەکە:

- بۆ باشترکردنی فڕێدانی پیسایی لە ڕێگەی هاندان و بوونی جووڵە لە دیوارەکانی ڕیخۆڵەدا.
- بۆ باشترکردنی بەتاڵکردنی ڕیخۆڵەکان بە تەواوی لە پاشەڕۆ.
- بۆ چەورکردنی کۆم و ڕیخۆڵە لە ڕێگەی مادەی چەورکەر، بەمەش دیواری کۆم و ڕیخۆڵە لە کاتی هەڵمژینی مادده چەورەکە دیوارەکان نەرمتر دەبن، بەمەش بە ئاسانی ڕێگە بە کردنی پیسایی دەدات.
- بۆ کەمکردنەوەی مەترسی ئاستی بەرزی ڕێژەی سیرۆم پۆتاسیۆم.
- بۆ کەمکردنەوەی ڕێژەی بەکتریا لە کۆلۆن پێش ئەنجامدانی نەشتەرگەری ڕیخۆڵە.
- بۆ لابردنی ماددەی پیسایی
- بۆ هیورکردنەوەی گازی ناو سک..
- بۆ هێورکردنەوەی قەبزی.
- بۆ کەمکردنەوەی پلەی گەرمی.
- بۆ پێدانی دەرمان.
- بۆ پێدانی مادده شلەکان و ماددەی خۆراکی.

نابێت لە هاندێک کاتدا ئەم کردارە ئەنجام بدرێت ئەوانیش: لە دوای نەشتەرگەری تازە کە بۆ کۆم یان بۆ ڕیخۆڵە ئەنجام درابێت، یان کەسێک توشی جەڵدەی دڵ بووبێت، هەروەها نەخۆشێک ئەگەر بارودۆخێکی هەناوی توندی هەبێت کە نەزانرێت لە چ بەشێکی جەستەیا بێت، هەر وەک گومان دەکرێت کە هەوکردنی ڕیخۆڵە بێت، لەکارکەوتنی گورچیلەکان، یاخود هەبوونی ئازار بە هۆی بوونی نارێکی لە لێدانی دڵدا.

پێداویستییەکان:

- دەستکێشی پاک.
- ماددەی چەورکردن.
- ماددەی دژە ئاو، ماددەی سڕینەوە کە توانای هەڵمژینی هەبێت.
- کلینیکسی تەوالێت.
- دەفری پیسایی تێکردن، کورسی تەوالێت، یاخود ڕێگایەک هەبێت نەخۆش بچێت بۆ تەوالێت.
- تەشت، خاولی، سابوون.
- بەڕێوەبردنی جانتای بردنە ناوەوەی گیراوە بۆ ناو لەش بە مەبەستی پێدانی سەرچاوەی خۆراک یاخوود چارەسەر.

بەڕێوەبردنی جانتای بردنە ناوەوەی گیراوە بۆ ناو لەش بە مەبەستی پێدانی سەرچاوەی خۆراک یاخوود چارەسەر:

- دەفری ENEMA لەگەڵ سۆندەیەك و ئامێرێکی گرتن (گرەر) کە بەشێکە لە سۆندەکە کە بەکاردەهێنرێت بۆ کردنەوە و گرتنەوەی شلەی تێپەڕیو بە سۆندەکەدا .
- درێژی قەبارەی سۆندەکە (بۆ گەنج : ٢٢ بۆ ٣٠ ؛ بۆ منداڵ ١٢ بۆ ١٨).
- ڕاسترین قەبارەی ئەو ماددەیەی کە وەک چارەسەر بەکاردێت دەبێت شلەتێن بێت و ڕێژەکەشی بە پێی جۆری نەخۆش و تەمەنی نەخۆشەکە دەگۆڕێت، بەم شێوازە :

(بۆ تەمەنی گەنج : ٧٥٠ بۆ ١٠٠٠ مل؛ بۆ تەمەنی هەرزەکاری : ٥٠٠ بۆ ٧٠٠ مل؛ بۆ تەمەنی منداڵێک لە قوتابخانە بێت : ٣٠٠ بۆ ٥٠٠ مل؛ بۆ منداڵی تەمەن یەک ساڵ تا سێ ساڵ : ٢٥٠ بۆ ٣٥٠ مل؛ بۆ تەمەنی منداڵی ساوا ١٥٠ بۆ ٢٥٠ مل) بێت.

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- پێش دەستپێکردنی کارەکانت هەوڵبدە هەنگاوەکانی بیر خۆت بخەرەوە.	١- بۆئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژان و لێتێکچوونێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لای نەخۆشەکە.
٢- دەستەکانت پاک ڕابگرە .	٢- بۆ ڕێگری کردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی.
٣- هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکار بهێنە کە پێویستە. خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش.	٣- بۆ پاراستنی خۆت، نەخۆشەکەو هەموو ئەو کەسانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا.
٤- دەبێت پێش دەستپێکردنی هەرکردارێک هەموو پێداویستییەکان کۆبکەیتەوە.	٤- بۆ ڕێگری کردن لە دواکەوتنی کردارەکە و بەردەوام بوونی لەسەری و تەواوکردنی لە زووترین کاتدا.
٥- دڵنیابوونەوە لە نەخۆشەکە.	٥- بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە بێ ئەوەی هیچ کارێکی هەڵە بۆ نەخۆش ئەنجام بدرێت کە بکەوێتە مەترسییەوە.
٦- ڕوونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە.	٦- بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێی نەخۆشکە و زیاتر متمانە بەخۆبوون و ڕازیکردنی نەخۆشەکە.
٧- یارمەتی نەخۆشەکە بدە بکەوێتە سەر بەشی چەپ ,ڕانی نەخۆشەکە لەسەر شێوازی Sim's positionدادەنێین، لەگەڵ چەمانەوەی قاچی ڕاست. هانی نەخۆشەکە بدە بەو شێوازە بمێنێتەوە تا تەواوکردنی پرۆسیجەرەکە، دانانی منداڵەکان بە شێوازی ڕاکشان لەسەر پشت. .(وێنەی٧-١٣)	٧- ڕێگەدان بە هاتنە خوارەوەی گیراوەکە بە گۆی کێشکردنی زەوی بە شێوەی چەماوە بۆ ناو کۆتا بەشی ڕیخۆڵە. بەمەش پێدانی گیراوەکە باشتر دەبێت.
٨- هێنانە خوارەوەی هەردوو لا تەنیشتەکانی قەڵەویرەی نەخۆشەکە و پاشان دانانی پێخەفێکی دژە ئاو لە ژێر ڕان و سمتی نەخۆشەکەدا، هەوڵبدە نەخۆشەکە بە پێخەفێک دابپۆشیت، کە تەنها کۆم و دەرچەی کۆمی بە شێوازێکی ڕوون لە تووە دیار بێت.(وێنەی٥-١٣)	٨- پێخەفەکە ڕێگرە لە پیسبوون. وە ئەو پێخەفەی نەخۆشەکەی پێ دادەپۆشیت دەبێتە هۆی گەرمبوونەوەی نەخۆشەکە و بەشەکانی جەستەی نەخۆشەکە دادە پۆشێت، وا دەکات بە شێوەیەکی کەم دەربکەوێت و نەخۆشەکە هەست بە ئاسوودی و ئارامی زیاتر دەکات.
٩- کردنەوەی هەردوو بەشی سمتی نەخۆشەکە. کردنی پشکنینێکی لەسەرخۆ بۆ نەخۆشەکە بۆ بوونی هەر شتێکی نا ئاسایی لە جەستەی نەخۆشەکەدا وەک بوونی مایەسیری یان درز و قڵش یاخود هەر شۆڕبوونەوەیەک لەبەشی ناوەوەی کۆمیدا.	٩- خێرا بردنە ناوەوەی سۆندەکە بۆ ناو جەستەی نەخۆشەکە دەبێتە هۆی زوو بەتاڵکردنەوەی سۆندەکە، و بەمەش دەبێتە هۆی زیاتر لێکخشاندن.
-١٠ a) **بەکارهێنانی** (بردنە ناوەوەی گیراوە بۆ ناو لەش بە مەبەستی پێدانی سەرچاوەی خۆراک یاخوود چارەسەر) **پاکێجکراو (ئامادەکراو) بۆ نەخۆشکە:** ١- دەبێت سەری بتڵە پلاستیکیەکە لابرێت لە بەشی	١- چەورکردنی بەشی سەرەوەی سۆندەکە هانی ئەوە دەدات کە بە شێوازێکی نەرمتر بچێتە ناو کۆم ئەویش بەبێ دروستبوونی هیچ ئازار و برینێک. ئەگەر کەسەکە مایەسیریشی. هەبێت، چەورکردنی زیاتر دەبێتە هۆی ئەوەی نەخۆشەکە زیاتر هەست بە ئاسودەیی بکات. ٢- هەناسەدانەوە دەبێتە هۆی باشتر ئاسوودە بوون و خاوبوونەوەی

سەرەوەی سۆندەکە، لەوانەیە پێشتر چەورکرابێت و هەوڵ بدە بە پێی پێویست سەری بووتڵەکە چەورتر بکرێت.
٢- بە شێوازێکی نەرم هەردوو بەشی سمتی نەخۆشەکە بکەرەوە و پاشان کونی کۆم دیاری بکە. ڕێنمایە بدە بە نەخۆشەکە لەوکاتەدا هەناسە بداتەوە لە ڕێگەی دەمەوە.
٣- نەهێشتنی هەوا لە ناو سۆندەکە .
٤-بردنەناوەوەی بەشی سەرەوەی سۆندەی گیراوەکە کە پێشتر چەور کراوە بە شێوازێکی لەسەر خۆ بەرەو ڕێڕەوی کۆم بە ئاڕاستەی ناوکی نەخۆشەکە.

بۆ گەنج : ٧.٥ بۆ ١٠ سم (٣ بۆ ٤ ئینج).
بۆ هەرزەکار : ٧.٥ بۆ ١٠ سم (٣ بۆ ٤ ئینج)
بۆ منداڵ : ٥ بۆ ٧.٥ سم (٢ بۆ ٣ ئینج)
بۆ منداڵی ساوا : ٢.٥ بۆ ٣.٧٥سم (١ بۆ ١.٥ ئینج)

٥- لول کردنی سۆندەکە لە بەشی خوارەوە هەتا وەکو بەشی سەرەوەی هەتا هەموو گیراوەکە دەچێتە ناو کۆم و کۆڵۆنەوە. ڕێنمایی نەخۆشەکە بکە بەوەی کە گیراوەکە بپارێزێت هەتاوەکو پیسایی دەکات بۆ ماوەی ٢ بۆ ٥ خوولەک.

(b)**پێدانی** (بردنە ناوەوەی گیراوە بۆ ناو لەش بە مەبەستی پێدانی سەرچاوەی خۆراک یاخوود چارەسەر) **و بەکارهێنانی جانتای** بردنە ناوەوەی گیراوە بۆ ناو لەش بە مەبەستی پێدانی سەرچاوەی خۆراک یاخوود چارەسەر:

١- دەبێت گیراوەیەکی گەرم بکرێتە ناو جانتای بردنە ناوەوەی گیراوە بۆ ناو لەش بە مەبەستی پێدانی سەرچاوەی خۆراک یاخوود چارەسەر. دەکرێت گیراوەی ناو جانتاکە گەرمبکرێتەوە لە ڕێگەی کردنە بەر ئاوی گەرم، یاخوود پێش تێکردنی پێکهاتەکە بۆ ناو جانتاکەدا، دەکرێت بکرێتە ناو تەشتێک ئاوی گەرم بۆ ئەوەی گەرمبکرێتەوە، پاشان تاقیکردنەوەی ڕێژەی گەرمی گیراوەکە بەوەی کەمێک بکرێتە سەر مەچەکی دەست.

ئەگەر سابوونی کەفاوی بردنە ناوەوەی گیراوە بۆ ناو لەش بە مەبەستی پێدانی سەرچاوەی خۆراک یاخوود چارەسەر (2- (SSEداواکراوبوو، سابوونی قشتالی زیادبکە بۆ ناو گیراوەکە لە دوای ئاوەکە.

٣- دەبێت سۆندەکە بەرز بکرێتەوە، پاشان کردنەوەی ئامێری گرتنەوەکە بۆ ڕێگەدان بە هاتنەناوەوەی گیراوەکە بۆ ناو سۆندەکە.
٤- گرتنەوەی سۆندەکە لە ڕێگەی ئامێری گیرانەوەکە.
٥-چەورکردنی ٦ بۆ ٨ سم (٢.٥ بۆ ٣ ئینج)ی بەشی سەرەوەی سۆندەکە.(وێنەی٢-١٣)
٦- دەبێت بە شێوازێکی لەسەر خۆ هەردوو بەشی سمتی نەخۆشەکە بکرێتەوە و پاشان دەرچەی کۆمی دیاری بکرێت. پاشان نەخۆشەکە ڕێنمایی بکرێت بە هەناسە دانەوەی لە ڕێگەی دەمیەوە. دەستدان لە پێستی نەخۆشەکە.
٧- کاتێک سەری سۆندەکە دەخرێتە ناوەوە دەبێت بە هێواشی بێت. دەبێت لە ڕێگەی خاڵێکەوە بێت کە ئاڕاستەکەی بەرەو ناوکی کەسەکە بێت.
٨- هێشتنەوەی سۆندەکە هەتاوەکوو بە تەواوی چارەسەرەکە دەچێتە ناوەوە. .(وێنەی٣-١٣)
٩- گرتنەوەی ئامێری گرتنەوەکە ڕێگەدان بە چوونە ناوەوەی گیراوەکە بە هێواشی لە سۆندەکە لەگەڵ وەستانی شێوازی

لووسە ماسوولکەکانی دەرەوەی دەرچەی کۆم.
٣- هەبوونی هەوا لە ناو سۆندەکە و پاشان چوونەناوەوەی بۆ ناو کۆڵۆن دەبێتە هۆی هەڵئاوسان و هەراسان بوونی نەخۆشەکە.
٤- بردنەناوەوەی لەسەر خۆ و هێواش ڕێگر دەبێت لەبەردەم دروستبوونی ئازار بۆ پەردەی دیواری کۆم.
٥- ڕێگری دەکات لە هاتنەناوەوەی هەوا بۆ ڕیخۆڵە، هاروەها چوونەژوورەوەی هەموو مادەکان بۆ کۆم دەگرێتەوە.
١- ئاوی گەرم دەبێتە هۆی سووتانی لینجە پەردەی دەوری ڕیخۆڵە. ئاوی سارد دەبێتە هۆی گرژبوونی ماسوولکەکانی ناو سک و سەخت بوونی ڕاگرتن.
٢- ڕێگری دەکات لە بوونی کەف لە ناو سۆندەکەدا.
٣- لابردنی هەوایە لە ناو سۆندەکەدا.
٤- ڕێگری دەکات لە لەدەستدانی زیاتر لە گیراوە.
٥- ڕێگەدەدات بە شێوازێکی نەرم سۆندەکە بچێتە ناوەوە بە بێ دروستکردنی زیان بۆ لینجە پەردەی کۆم و ڕیخۆڵە.
٦- هەناسە دانەوە و دەستدان لە پێستی نەخۆشەکە لە ڕێگەی سۆندەکە دەبێتە هۆی باشتر ئاسوودە بوونی ماسوولکەکانی دەرەوەی کۆم.
٧- بردنەناوەوەی سۆندەکە بە وریایی، ڕێگری دەکات لە دروستبوونی برین بۆ پەردەی کۆم لە کاتی مانەوەی سۆندەکە بە شێوەیەکی ناسەرەکی کە دژە بە دیواری کۆم.
٨- ڕێگری دەکات لە دەرهاتنی سۆندەکە لە کاتی خاوبوونەوەی ڕیخۆڵە.
٩- زیادکردنی دابەزاندنی گیراوەکە دەبێتە هۆی زوو بەتاڵکردنەوەی سۆندەکە و ئەمەش دەبێتە هۆی زیاتر گرژبوون.
١٠- ڕێگە دەدات بە بەردەوام بوون، هێواشکردنەوەی گیراوەکە، بەرزکردنەوەی سۆندە بۆ ئاستێکی زۆر بەرز دەبێتە هۆی ئازار و ڕەنگە ببێتە هۆکار بۆ هەڵئاوسانی ڕیخۆڵە، وە بەرزی پەستان دەبێتە هۆی پچڕانی ڕیخۆڵە لە منداڵی ساوادا.
١١- ڕێگری دەکات لە چوونەناوەوەی هەوا بۆ ناو کۆم، لەم کاتەدا ئەگەر نەخۆش ئاگادار نەکرێتەوە وە تۆ بتەوێت سۆندەکە لابەرێت ڕەنگە ئەو لە هەمان کاتدا لێکدانەوەی هەڵە بکات زۆر جار لەوانەیە کۆنترۆڵ لە دەست بدات.

ئاستی ڕانی نەخۆشەکە. .(وێنەی١١-١٣) ١٠- بەرزکـردنەوەی سـۆندەکە بە هێـواشی بـۆ بەرزیەکی گونجاو، بۆ پێدانی بڕێکی زۆر لە بردنە ناوەوەی گیراوە بۆ ناو لەش بە مەبەسـتی پێـدانی سـەرچاوەی خـۆراک یـاخوود چارەسەر پێویستی بە ٣٠ بۆ ٤٥ سم بەرزی هەیە، بەڵام بۆ بڕێکی مامناوەند و ئاسایی تەنها پێویسـتی بە ٣٠ سم بەرزی هەیە، بەڵام بـۆ بـڕێکی کەم تەنهـا پێویسـتی بە ٧.٥ سـم هەیە.(وێنەی٦-١٣) ١١- پێدانی هەمـوو گـیراوەکە و گـرتنی سـۆندەکە. دەبێـت نەخۆش لەوە ئاگادار بکرێتەوە دوای تەواو بوون سۆندەکە لا دەبرێت.(وێنەی٧-١٣)	
١١-چینی پاککەرەوە دابنێ لە دەوروبەری سۆندەکە کە لەناو کۆمـدایە و بەهێـواشی دەری بـکەرەوە لە کۆتـایی بەشی ڕیخۆڵەدا.	دابینکردن و پاراستن و دڵنیایی پاکوخاوێنی نەخۆشەکە.
١٢- بۆ نەخۆشەکە ڕوونبکەرەوە گرژی و پێچهاتن بەسکدا حـاڵەتێکی ئاسـاییە، بە نەخۆشـەکە بڵێ زۆر ئاسـاییە ئەگەر خۆی پیسبکات بە گشتی چەند دەقەیەکی کەم دەخایەنێت، لەلای نەخۆشەکە بمێنەرەوە و ئارامی بکە. ئەگەر بکرێت با نەخۆشەکە بە هێمنی پاڵبکەوێت. بۆ منالی ساوا یان منالی بچووک بەنەرمی هەردوو سمتی هەڵگرە بۆماوەیەکی کەم. (وێنەی٩-١٣)	١٢- گیراوەکە ڕیخۆڵە فراوان دەکات. مانەوەی جۆرەکانی گیراوەکە بە شـێوازێکی درێـژ و، وە توانـای نەخـۆش بـۆ گرژکـردنی لووسـە ماسولکەکانی دەوری کۆم، مانەوەی زیاتری جۆری ئینماکە دەبێتە هۆی هاندانی باشترکردنی جوولەی ڕیخۆڵەکان و فڕێدانی پیسایی.
١٣-فڕێـدانی دەفـری بـردنە نـاوەوەی گـیراوە بـۆ نـاو لەش بە مەبەسـتی پێدانی سـەرچاوەی خـۆراک یـاخوود چارەسـەر و سۆندەکە لە شوێنی گونجاودا.	بۆ کەمکردنەوە و ڕێگریگرتن لە گەشەکردن و گواستنەوەی میکرۆب و زیندەوەرە وردەکان.
١٤- یارمەتی نەخۆشەکە بدە بچێتە گەرما و یاخود تەوالێت ئەگەر توانی، ئەگەر دەفری پیسایی بەکارهێنا (بۆ نەخۆشێک ئەگەر لە جێگەدا) بوو یارمەتی بـدە لە نـزیکترین شـوێندا بـۆ ئەوەی پیساییەکە بەتاڵ بکاتەوە.	دانیشتن بە شێوازی ئاسایی یاخوود بە چیچکانەوە یارمەتی دەرە بۆ کردنی پیسایی.
١٥- دەبێـت نەخـۆش لەوە ئاگادار بکـرێتەوە کە دوای تەواو بـوون لە خـۆ بەتـاڵکردنەوە لە پیسـایی شـوێنەکەی پـاک نەکاتەوە، بەڵکو دەبێت پێش پاککردنەوە تەماشا بکرێت.	
١٦- دەبێـت یـارمەتی نەخـۆش بـدرێت بـۆ پـاککردنەوەی نـاوچەی کـۆمی ئەویـش بە ئـاوی گەرم و سـابوون (ئەگەر پەرستار هەڵسا بە ئەنجامدانی پاککردنەوەی دەوروبەری کۆم کرد دەبێت دەستکێش بەکار بهێنێت)	هەبوونی پیسی دەبێتە هۆی بێزارکردنی جەستە، وە پاک هێشتنەوەی دەبێتە هۆی ئاسوودەبوونی نەخۆشەکە.
١٧- ئامێرو پێداویستییەکانت کۆدەکەیتەوە و ئەوشتانەی کە پیس بوون دەیخەیتە تەنەکەی خۆڵی تایبەت بە پاشەڕۆکە.	بـۆئەوەی ژینـگەی نەخۆشـەکە بە بە پـارێزراوی و پاکوخـاوێنی بهێڵیتەوە
١٨- دەستکێشەکانت لادەبەیت و دوبارە دەستەکانت پاک دەکەیتەوە.	بۆ ڕێگری کردن لە هەر هەوکردن و بەرکەوتن بە پیسییەک.

Castilesoap: جۆرێکی جیاوازە لە سابوون کە لە ڕۆنی گیا دروست دەکرێت و لە وڵاتی ئیسپانیا دروستکراوە.
SSE بردنە ناوەوەی گیراوە بۆ ناو لەش بە مەبەستی پێدانی سەرچاوەی خۆراک یاخوود چارەسەر: ڕێگایەکە بە کاردێت بۆ چارەسەرکردنی قەبزی، هەندێک کەس بەکاری دەهێنن بۆ پاکردنەوەی ڕیخۆلە پێش هەر کردارێکی پزیشکی.

تۆمارکردنی زانیارییەکان :

کات تۆمار بکە، ڕێگای هێلکاری نەخۆشەکە جۆری تۆمار و قەبارەی پێدانی بردنە ناوەوەی گیراوە بۆ ناو لەش بە مەبەستی پێدانی سەرچاوەی خۆراک یاخوود چارەسەر و کاتی کارگێڕی و تایبەتمەندی ئەنجامەکان و نەخۆشەکان و بەرگەگرتنی ئەوکردارە ڕاپۆرتی شکست و سەرنەکەوتنی نەخۆش بۆ خۆبەتاڵکردنەوە و هەر کاریگەرییەکی خراپ بۆ دابینکەری تەندروستی. کردنی واژۆ بەرپرسیارێتی پیشەیی دەپارێزێت، زانیارییەکان کۆکراوەی داتای بەردەوام دابین دەکات.

وێنەی ١٣-١

وێنەی ١٣-٢

وێنەی ١٣-٣

وێنەی ١٣-٤

وێنەی ١٣-٥

وێنەی ١٣-٦

وێنەی ١٣-٧

وێنەی ١٣-٨

وێنەی ١٣-٩

ئاگاداری خۆپارێزی :

١- (تا پاکبوونەوەی بردنە ناوەوەی گیراوە بۆ ناو لەش بە مەبەستی پێدانی سەرچاوەی خۆراک یاخوود چارەسەر) ئەمە بە واتای ئەوە دێت کە دەبێت چەندین جار پێدانی بردنە ناوەوەی گیراوە بۆ ناو لەش بە مەبەستی پێدانی سەرچاوەی خۆراک یاخوود چارەسەر دووبارە بکرێتەوە، بەو شێوازەی نەخۆشەکە هەتاوەکوو پاک دەبێتەوە لە مادەی پیسایی. پشکنین کردن بۆ یاساکان. بەردەوام نەخۆش دەبێت سێ جۆر لە ئینێما وەربگرێت بۆ خۆ دوورخستنەوە لە ناهاوسەنگی ئەلیکترۆلایتەکان لە لەشدا. ئەوە سەرەتای چاودێری و کۆنترۆلە بۆ دەرچوونی شلەکە.

٢- ئەو نەخۆشانەی توانای کۆنترۆڵ نەکردنی لووسە ماسوولکەکانی دەرچەی کۆمیان هەیە، پێویستیان بە دانانی دەفری تایبەت بە پیسایی لە ژێر سمتیانا هەیە. دانانی ئینێما بۆ نەخۆش لەکاتی تەوالێت گونجاو نییە، لەبەر ئەوەی لە هەمان کاتدا بۆری ڕیخۆڵە دەچەمێتەوە، بەمەش لێکخشاندن دەکات لەگەڵ دیواری ڕیخۆڵە.

٣- ئەگەر هاتوو ئازارێك ڕوویدا یان هەستکردن بە هەر ڕێگرییەك لە کاتی کردارەکە، ئەوا هەوڵبدە بەردەوام نەبیت و قسە بکەیت لەگەڵ ئەو کەسەی سەرپەرشتی تەندروستیە، بیرت بێت کە نابێت پەستان بکەیت لە کاتی بردنە ناوەوەی سۆندەکە بۆ ناو لەشی نەخۆشەکە.

٤- ئەگەر سۆندەکە بە ئاسانی تێنەپەڕی، پەلەمەکە. بڕێکی کەم لە شلەو چەوری بەکاربهێنە بۆ ئاسانکردنی چوونە ناوەوەی سۆندەکە، پاشان هەوڵ بدە بە هێواشی سۆندەکەی تێبکەیت. سۆندەکە خاودەبێتەوە و شل دەبێتەوە و هەروەها شلە و چەوری زیاتر دابین دەکات. لابردنی کردارەکە پێش پێدانی ئینێما.

٥- بۆ ماوەیەکی کاتی دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی چرچبوون و دەبێتە هۆی باشترکردنی پارێزگاریکردن لە گیراوەکە. دەفری نرم یان سۆندەی تیلم، ئەگەر نەخۆشەکە نارەزایی دەربڕی لە بوونی هەر چرچبوونێك، یان لەکاتی دزەپێکردنی گیراوەکە لە دەورووبەری سۆندەی کۆمەکە.

٦- گەرمکردنی گیراوەکە بۆ کەمکردنەوەی نائارامی نەخۆش. پێدانی خۆراک لە ڕێگەی کۆمەوە لە کەسانی پێگەیشتوودا لە ١٠٥ بۆ ١١٠ی فەهرەنهایت، واتە ٤١ بۆ ٤٣ پلەی سیلیسزی. پلەی گەرمی بپشکنە لەگەڵ گەرمی پێوی ناو گەرماو. بۆ پێدانی ئینێما بە منداڵ دەبێت پلە گەرمیەکەی ١٠٠ی فەهرەنهایت و ٣٨ی سیلیزی بێت بۆ ڕێگریگرتن لە سووتانەوەی شانەکانی بەستراو بە ڕیخۆڵەوە.

٧- ئەگەر نەخۆشەکە هەستی بە ئازار کرد یان بۆریەکە بە بەردەوامی ڕووبەڕووی بەرهەڵستی بۆوە، ئاگاداری دکتۆرەکە بکەرەوە کە ئەم کێشانە لەوانەیە نیشانەیەکی نەناسراو بێت بۆ تەسکبوونەوەی بۆری یان دومەڵ. ئەگەر نەخۆشەکە بێهێز بوو لە کۆنترۆلکردنی ماسولکەی دەرچەی کۆم ئەوا بۆریەکی پلاستیکی ئێشگر بەکاربهێنە لە ڕیخۆڵە.

٨- هەڵسەنگاندنی بەرگری نەخۆشەکە زۆر جار لە کاتی پیسایی کردن یان دڵۆپە کردن ئەگەر نەخۆشەکە گلەیی لە نائاسوودەیی و گرژبوون کرد یان پێویستی بە خۆبەتاڵ کردنەوە هەبوو، بوەستە لە پێدانی گیراوەکە ئەویش بە گوشینی یان بە توووند گرتنی بۆریەکە. پاشان سمتی نەخۆشەکە بگرە بەیەکەوە. ڕێنمایی بکە بۆ ئەوەی بە نەرمی مەساجی سکی بکات و بەشێوەی هێواش و قووڵ لە دەمیەوە هەناسە بدات، بۆئەوەی یارمەتی خاوبوونەوەی ماسولکەکانی سک لەگەڵ یارمەتی هێشتنەوەی گیراوەکە بدات. دەستپێکردنەوەی پرۆسەکە بە ڕێژەی لێشاوی هێواشتر دوای چەند خولەکێک کاتێک نائاسوودەییەکەی تێپەڕاند، بەڵام ڕاگرتنی پێدانی گیراوەکە لە هەر کاتێکدا وا دەکات نەخۆشەکە هەست بە نائارامی بکات.

- ئەو سۆندەیەی بە کاردێت دەبێت نەرم و گونجاو بێت.
- دەبێت گیراوەکە لە پلەیەکی گەرمی ڕێکخراو بێت.
- دەبێت نەخۆشەکە لەسەر شێوەی (Left lateral position).

ڕێگاکانی پێدانی خۆراک لە ڕێگەی کۆمەوە

- بۆ پێدانی بڕێکی زۆر لە شلەکان — Can and
- بۆ پێدانی بڕێکی کەم لە شلە — Funnel and catheter
- بۆ پێدانی بڕێکی کەم لە گیراوە — Syringe and catheter
- بۆ پێدانی سەرچاوەی خۆراک زۆر بە هێواشی — Rectal drip

گیراوەکە	برکەی	چالاکیەکەی	کاتی ڕوودانی کاریگەریەکەی	زیانەکانی
(Hypotonic) (گواستنەوەی ئاو)	٥٠٠ بۆ ١٠٠٠ مل	▪ فراوان بوونی ڕیخۆڵە. ▪ زیادبوونی جووڵەی دیواری ڕیخۆڵە. پیسایی نەرم.	١٥ خولەک	▪ نــا هاوســەنگی لە (شــلە و یەلیکترۆلی) دا. ژەگراوی بوونی ئاو.
Isotonic	٥٠٠ بۆ ١٠٠٠ مل	▪ فراوانبوونی ڕیخۆڵە. ▪ زیادبوونی خووڵەی دیواری ڕیخۆڵە. پیسایی نەرم.	١٥ خولەک	▪ نــا هاوســەنگی لە (شــلە و ئەکیکتۆرلی) دا . گلدانەوەی ئایۆنی سۆدیۆم.
سابوناو	٥٠٠ بۆ ١٠٠٠مل (٣ بۆ ٥ مل/ ١٠٠٠مل لە (hypotonic	▪ فراوانبوونی ڕیخۆڵە. ▪ دروستبوونی ئیلتیهاب لە لیــنجەپەردەی دیــواری ڕیخۆڵە (پەردەی مۆکۆسا). پیسایی نەرم.	١٠ بۆ ١٥ خولەک	دروســتبوونی ئیلتیهــاب یــاخوود تێکچوونی لینجە پەردەی دیواری کۆم (پەردەی مۆکۆسا)
Hypertonic	٧٠ بۆ ١٣٠ مل	▪ فراوانبوونی ڕیخۆڵە. دروستبوونی ئیلتیهاب لە لینجە پەردەی دیــواری ڕیخــۆڵە (پەردەی مۆکۆسا).	٥ بۆ ١٠ خولەک	گلدانەوەی ئایۆنی سۆدیۆم.
چەوری	١٥٠ بۆ ٢٠٠ مل	چەورکــردنی لیــنجە پەردەی دیواری ڕیخۆڵە.	٣٠ خولەک	دروستبوونی ئیلتیهابات لە لینجە پەردەی دیواری کۆمدا.

تەمەن	گەنج	منداڵ	منداڵی ساوا
قەبارەی سۆندەکە	٢٢ – ٣٠	١٤ - ١٨	١٢
بڕی گیراوەکە	٥٠٠ – ١٠٠٠مل	٢٥٠ – ٥٠٠ مل	٢٥٠ مل یان کەمتر
درێژی سۆندەکە	٧.٥ – ١٠ سم (٣ – ٤ ئینچ)	٥ – ٧.٥ سم (٢ – ٣ ئینچ)	٢.٥ – ٣.٧٥ سم (١ – ١.٥ ئینچ)
پلەی گەرمی گیراوەکە	٤٠.٥ – ٤٣ سلز	٣٧.٧ سلز	

بەشی پازدەهەم

دوورینەوە

دوورینەوە

دەزوو: دەزوو (لە ڕواڵەتا بە تەقەڵ ناوزەند دەکرێت) بریتییە لە مادەیەک کە بەکاردەهێنرێت بۆ نزیککردنەوەی شانەکانی لەش لەیەکتری. دەزوو بەکاردێت بۆ لکاندنی شانەکانی لەش لەژێر پێستەوە کە لە مادەی تەواوە دروست دەکرێت (بۆ نموونە ڕیخۆڵەی ئاژەڵ) کە پاش چەند ڕۆژێک لەژێر پێستەکەدا دیارنامێنێت. دەزووی دورینەوەی پێست جیاوازترە کە لەچەند مادەی نەتوواوە دروست دەکرێت وەک ئاوریشم، لۆکە، کەتان، وایەر، نایلۆن، و دەکرۆن (ڕیشالی پۆلیستەر).

وایەری زیو یان شێوە کلیپسی پەڕە کاغەزی بەردەستن. بەشێوەیەکی گشتی، تەقەڵەکانی پێست ۷ بۆ ۱۰ ڕۆژ دوای نەشتەرگەری لادەبرێن وە ١٤ ڕۆژ بۆ تەقەڵی سەر جومگە.

دوورینەوە بەچەند ڕێگەیەک دەکرێت. تەقەڵی پێست پۆلێن دەکرێن بە پچڕ پچڕ (هەر تەقەڵێک بە جیا توند دەکرێت و گرێ دەدرێت) یان بەردەوام (یەک تاڵ دەزوو بەکاردێت بۆ زنجیرەیەک تەقەڵ وە تەنها لە سەرەتا و لە کۆتایی دورینەوەکە گرێ دەدرێت).

تەقەڵی مانەوە، بریتیە لە تەقەڵی زۆر گەورە کە جگە لە تەقەڵەکانی پێست بەکاردەهێنرێت بۆ هەندێک برینی نەشتەرگەری. ئەم تەقەڵە گەورانە شانە چەوریەکانی ژێرەوە و ماسولکە و پێست پێکەوە دەبەستێنەوە هەروەها بەکاردێت وەک پاڵپشتی بۆ برینی نەشتەرگەری لە کەسانی قەڵەو یان لەئەگەری درەنگ چاکبوونەوە. زۆر جار ئەم تەقەڵە گەورانە ماوەیەکی زیاتر لە تەقەڵی پێست دەمێننەوە (١٤ بۆ ٢١ ڕۆژ) بەڵام هەندێک جار لەگەڵ تەقەڵەکانی پێست پێکەوە لادەبرێن. بۆ ڕێگریکردن لە وەرس کردنی برین، پزیشکی نەشتەرکار سۆندەی لاستیک یان شاشی لوول کراو لەژێرتەقەڵەکە دادەنێت بەدرێژایی برینەکە. پزیشک بڕیار لە لابردنی تەقەڵەکان دەدات. لەهەندێک نەخۆشخانەدا، تەنها پزیشک تەقەڵ لادەبات؛ لە هەندێک نەخۆشخانەی تردا پەرستار یان خوێندکاری پەرستاری لەژێر سەرپەرشتیدا تەقەڵ لادەبات.

کردارەکە: دوورینەوەی برینێکی سادە

لە چ کاتێک بەکاردێت:

- برینی پاک و مەترسی هەوکردنی کەم بێت
- قەراغەکانی برینەکە بەرامبەر یەکبن
- دەرمارەکان زیانیان بەرنەکەوتبێ
- ماسولکەو بەستەرەکان زیانیان بەرنەکەوتبێ

لە چ کاتێک بەکارنایەت:

- برینی هەوکردوو
- برینی سووتاو (گرگرتوو)
- برینی گازگرتن (مرۆڤ یان ئاژەڵ)
- برینی پیسبوو بە خۆڵ یان پیسایی
- برینی تێکشکاو.

پێداویستیەکان

- بەروانکەی نایلۆن
- دەستکێشی نەشتەرگەری
- ئامێری تاشین کە دەمەکی یەکجار بەکاربێت
- سێتی دوورینەوە (گیرەی دەرزی دروونەوە، گیرەی شانە، گیرەی برینپێچی، مەقەست، سوابی سفت، دەفری شلەمەنی).
- فۆرمی بەدواداچوون.
- دەزووی هەمە چەشن و هەمە ئەستووری.
- سرنجی ١٠ سی سی و نیدڵ (گێچی ٢١ و ٢٥).
- سێتی برین پێچی
- **پێداویستیەکانی چارەسەر:**
- سرکەری ناوچەیی (١ ٪ لیدۆکاین هایدرۆکلۆراید)
- ٩ ٪ سۆدیۆم کلۆرایدی گیراوەی خاوێن.

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١-کردارەکە جێبەجێ بکە بەپێی پرۆتۆکۆل، ژیرانە پێداچوونەوە بە هەنگاوەکاندا بکە پێش ئەنجامدانیان.	پێوەر دادەنێت بۆ پێوانە ئاساییەکانی نەخۆش، وە ئاراستەی دەکات بۆ هەڵبژاردنی ئامێر، وە یارمەتیدەر دەبێت لە دەستنیشانکردنی شوێنی مەبەست بۆ پێوانەکردنی.
٢.دەستەکانت خاوێن بکەرەوە.	بۆ ڕێگریکردن لە مەترسی تەنینەوەی هەوکردن / پیسبوون.
٣-هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکار بهێنە کە پێویستە. خۆت لە خوێن و شلەی لەش بپارێزە لە دەست کردنی دەستکێش.	بۆ پاراستنی خۆت، نەخۆش و ستافی تەندروستی لە بوونی زیندەوەرە مایکرۆبیەکان.
٤.هەموو پێداویستیەکان ئامادەبکە.(وێنەی١-١٤)	بۆ ڕێگری کردن لە پچرانی کارەکەت دامەزراوەکە کارئاسانی دەکات بۆ جێبەجێکردنی کارامەیی وورد.

٥- به فەرمـانەکەدا بچـۆرەوە و ناسـنامەی نەخۆشـەکە پشتڕاسـت بکەرەوە بە بەکارهێنانی بەلایەنی کەم دوو لە ناسنامەی نەخۆشەکە.	بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆش.
٦.کارەکە بۆ نەخۆشەکە ڕوونبکەرەوە	بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێی و زیادکردنی هەماهەنگی. بەدەسـتهێنانی ڕەزامەنـدی نەخۆشـەکە بـۆ ئەنجامـدانی کارەکە. پێدانی زانیاری هاوکاری و تێگەیشتن خێراتر دەکات.
٧.دەرگا دابخە و پەردەکان دابدەرەوە	پارێزگـاری لە تایبەتمەنـدی نەخـۆش و ڕێگریکـردن لە گواستنەوەی میکرۆب لەڕێگەی هەواوە.
٨. ڕووناکی ڕۆشن بەکاربهێنە، برینەکە هەڵسەنگێنە، ئەگەر پێویست بوو خاوێنی بکەرەوە وە بڕیاربدە لەسەر بەکارهێنانی دەزوو و گـێچی دەرزی.	بۆ دڵنیابوون لە داخرانی برینەکە بە بەکارهێنانی کەلوپەلی گونجاو کە یارمەتی سارێژبوون دەدات.
٩. لەوانەیە پێستی دەوری برینەکە پێویستی بە بڕینی مووەکانی بێت. بە بەکارهێنانی ئامێری کارەبایی و مووس پێش ئەنجامدانی کردارەکە.	بـۆ ڕێگریکـردن لە کەوتـنە نـاوی مووەکـان بـۆ نـاو برینە داخراوەکە. سـەلماوە کە بە بڕینی مـوو کەمتر هەوکردنی شوێنی نەشتەرگەری ڕوودەدات بەبەراورد لەگەڵ تاشینی مووەکان وە تەنها ڕێگەی پێشنیارکراوە لەپێش ئەنجامدانی نەشتەرگەری.
١٠.دەرزی سڕکردن بدە لەپێستەکە بە بەکارهێنانی دەرزی زۆر بچوک، پاشان کەمێک چاوەڕێبکە تا ئەو شوێنە سڕدەبێت، ئینجا لەهەمان شـوێنەوە لایەکـانی تـری دەوروبەری بـرینەکە سڕ بـکە بە دەرزیەکی گەورەتـر، بەڵام هەمووکـات دڵنیـابە لەوەی کە نـوکی دەرزیەکەت نەکردۆتە ناو لولەی خوێنەوە. .(وێنەی٥-١٤)	بۆ کەمکردنەوەی ئازار لەکاتی کارکردن. بێ مەبەست لێدانی دەرمانی سڕکردن بۆناو لولەی خوێن ئەگەری ژەهـراوی بـوون هەیە بە دەرمـانی سڕکـردن. نیشـانەکان پەیوەسـتە بە بـڕی بەنـجەکە و نیشـانەکانی دەکرێت ئەمانە بێت: تامی ئاسن لەناو دەم، زرنگانەوەی گـوێ، مێروولەکـردن لەدەوری دەم، وە ڕەنـگە ببێتە هـۆی گەشکە و وەستانی دڵ
١١.لانی کەم ٤ بـۆ ٥ خـولەک چـاوەڕێ بـکە و بە نـووکە دەرزیەک بەهێواشی بزانە ئەو شـوێنە سڕبووە پێش دەستکردن بە کار. دەست بەکارکردن مەکە هەتـا دەرمـانی سڕکـردنەکە کاتی تەواو دەخایەنێت بـۆ سڕکردن.	دەسـتکردن بە کـار پـێش سڕبـوونی تەواوی شـوێنەکە ئازاربەخش دەبێت و متمانەی نەخۆشەکە کەمدەکاتەوە
١٢.گیرەی شانەی لەش، دەرزی و گیرەی دەرزی گونجاو هەڵبژێرە.	بۆئەوەی ئامادەبیت بۆ ئەنجام دانی کارەکە.
١٣.دەرزیەکە دەبێ بگرێت بە گیرەی دەرزیەکەوە لە بەشـە تەختەکەی بە بڕی ٢/٣ ی درێژی دەرزیەکە دووربێت لە نووکەکەیەوە. .(وێنەی٩-١٤)	بۆ ئامادەکردنی دەزووەکە بۆ ئیشکردن. گرتنی دەرزیەکە لە بەشـە تەختەکەی بەشێوەی یەکتربڕی ستوونی ڕێگر دەبێت لە سـووڕانی دەرزیەکە لەدەمی گیرەکەدا و توانای کۆنترۆڵ کردن بەرجەستە دەکات.
١٤.دەبێـت گـیرەی دەرزیەکە بەدەسـتی زاڵ بگیرێـت و بە دەسـتەکەی تریشت لێواری برینەکە بە نووکی گیرەی شانەی لەش بگرە.	بۆ ئاسـان کـۆنترۆڵکردنی کەلوپەلەکان و وورد دانـانی شانە ووردەکـان. دەبێـت نزیککـردنەوەی لاکـان کەمێـک بە هەڵگەڕاوەیی بگیرێن (سووڕان ڕووەو دەرەوە) بەدووربە لە (هەڵگەڕانەوە ڕووەو ناوەوە) یان چوونە سەریەکی لاکان.
١٥.ئەگەر برینەکە ڕێک بوو دەبێ لە ناوەڕاستەوە دەست بە دورینەوە بکرێت.	بـۆ دابەشـکردنی شـانەکان بەیاکسـانی لەهەردوو لاوە و دانانی ووردی شانەکان لە هەردووبەرەوە.
١٦.پێویستە دەرزیەکە بە گۆشـەی ٩٠ ببرێتە ناوەوە بەناو ئەستووری تەواوی بـرینەکە. دەبێت دووری جـێگەی بـردنە نـاوەوەی دەرزیەکە لە لێـــواری بـــرینەکە یەکســـان بێـــت بە قـــوڵی بـــرینەکە کە دەدورێتەوە.(وێنەی١٠-١٤) تـــب/ ئەمە بـــۆئەو برینـــانە نابێـــت کە زۆر قـــوڵن و پێویســـتیان بە دوورینەوەی چەند چینێک هەیە..	بـــۆئەوەی تەقەڵـــێکی بەدەر لە گرژبـــوونی لێوارەکـــان و توندوتۆڵ بەرجەستە بکرێت. بـۆ مسـۆگەرکردنی تونـدیەکی ڕاسـت کە کـاریگەری هەیە لەسـەر چـاکبونەوە و شـێوەی جوانکـاری. وە ڕوودانی هەوکـردن کاتێـک زۆر تونـد بێـت (دەبێـتە هـۆی مـردنی شـانەکان). ئەگەر زۆر شـلیش ببەسـترێت، بـرینەکە یەکناگرێتەوە و وە لێوارەکانی دەشێوێت.
١٧.دەرزیەکە بهێنە سـەرەوە لە نێوان لێوارەکانی بـرینەکە.(وێنەی١١-١٤)	بـۆ بینیـنی قـوڵی تەقەڵەکە و یەکسـانی قـوڵیەکە لە هەردوولای برینەکە.

١٨.دەزووەکە ڕابکێشە تاوەکەوو کۆتایی دەزوەکە نزیک دەبێتەوە لە لێواری برینەکە و تەنها ٢ سم بهێڵەرەوە.	بۆ دڵنیابوون لە مانەوەی دەزووی پێویست بۆ گرێدان.
١٩.دووبارە دەرزیەکە بە گۆشەی ٩٠ لە لێوارەکەی تری برینەکە بەرە ناوەوە و دەزووەکە ڕابکێشەرەوە بۆ سەرەوە بە شێوەیەکی ستوونی لەسەر برینەکە.(وێنەی١٢-١٤)	بۆئەوەی هەردوو لێواری برینەکە بە ووردی بەرامبەر بەیەک بن. ئەگەر شانەکان بە ستوونی کون نەکرێن لەهەردوو ڕووی سەرەوە و ناوەوە، ڕەنگە ئەنجامەکەی گەڵگەرانەوەی لێوارەکان بەرەو ناوەوە یان بەرەو دەرەوە بن.
٢٠.دەرزیەکە هاوتەریبی پێستەکە بگرە، لەگەڵ گرتنی کۆتایی دەرزیەکە لەگەڵ دەزووەکە، دوو ئەڵقە بەئاراستەری میلی کاتژمێر بەدەوری نیدڵ هۆڵدەرەکەدا دروست بکە بۆ ئەنجامدانی گرێی نەشتەرکار.(وێنەی١٤-١٤)	بۆ دەستپێکردن بە تەقەڵەکە.
٢١-کلکی کۆتایی دەزووەکە بە گیرەی دەرزیەکە بگرە. دەزووە لوولکراوەکە لە دەوری گیرەکەدەخزێت و دەوری کلکی کۆتایی دەزووەکە دەدات.	وەک ئامادەکاری بۆ هاوێشتنی ڕم .
٢٢. کلکی کۆتایی دەزووەکە بەرەو ڕووی خۆت ڕاکێشە وە لای درێژەکەی دەزووەکە بەپێچەوانی ئاراستەی خۆت ڕاکێشە، بۆ دڵنیابوون لە تەخت ڕاکشانی تەقەڵەکە.(وێنەی١٦-١٤)	وەکو تیروکەوان و هاوێشتنی ڕم.
٢٣. بەم شێوەیە بە دروستکردنی ئەڵقەیەک بە دەزووەکە بەدەوری گیرەکەدا بە پێچەوانەی سوورانەوەی میلی کاتژمێر وە دەرزیەکە بجووڵێنە بەئاراستەی دوور لە برینەکە.	بۆ بە چوارگۆشەیی کردنی گرێکە.
٢٤.پاشان یەک گرێی تری لێبدە. زۆر بەتووندی گرێ لێمەدە، هەر ئەوەندە کە گرێکە خۆی بگرێت، بەم شێوەیە نزیککردنەوەی قەراغەکانی برینەکە بەبێ گووشینی. .(وێنەی١٧-١٤)	گرێدانی زۆر توووند ئەبێتە هۆی مردنی خانەکان، درەنگ چاکبوونەوە و جێهێشتنی شوێنەواری گەورە.
٢٥.پاشان دەزووەکە بەدرێژی ٥ ملم لە دووری گرێکە بقرتێنە. (وێنەی١٨-١٤)	ئەگەر دەزووەکە زۆر درێژ ببڕیت ئەگەری تێکئاڵانی هەیە لەگەڵ گرێکەی دواتر. ئەگەر دەزووەکە زۆر کورت ببڕدرێت ئەگەری داخزانی گرێکە هەیە کە دواتر زۆر بە گران لادەبرێت.
٢٦.هەموو تەقەڵەکان بەو شێوەیە لێبدە هەتا هەموو برینەکە بەتەواوی دادەخرێت. دووری نێوان تەقەڵەکان ئەبێت هێندەی قووڵی تەقەڵ لێدانەکە بێت.	بۆ داخستنەوەی برینەکە بە دڵنیایی و یەکسانی دووری نێوان تەقەڵەکان و جێنەهێشتنی دووریەکی زۆر لەنێوانیاندا.
٢٧.لەگەڵ تەواو بوونت، دەرزیەکە فڕێدەرە سەتڵی پاشەڕۆ تیاەکانەوە.	بۆ ڕێگریکردن لە ئەگەری برینداربوون بە دەرزیەکە.
٢٨.چواردەوری برینەکە پاک بکەرەوە لە خوێن بە بەکارهێنانی سۆدیۆم کلۆرایدی گیراوە ٩.٠ ٪ خاوێن و بە ڕێگەیەکی دروست.(وێنەی٢٠-١٤)	بۆ ڕێگریکردن لە ئەگەری هەوکردنی برینەکە.
٢٩.برینەکە بە شاشێکی گونجاو داپۆشە.(وێنەی٢١-١٤)	بۆ ڕێگریکردن لە پیس بوون و برینداربوونی دیکەی برینەکە و دڵنیابوون لە باشترین چاکبوونەوە.
٣٠.بە ووتن و بە نووسین نەخۆشەکە تێبگەیەنە لە چۆنیەتی گرگیدان بە برینەکە و کاتی لابردنی تەقەالەکان.	بۆ گرنگیدان بە برینەکە بە باشترین شوێوەو و کاتی لابردنی تەقەڵەکان. پێش وەخت لابردنی تەقەڵەکان دەبێتە هۆی دەم کردنەوەی برینەکە و درەنگ لابردنیشی دەبێتە هۆی جێهێشتنی شوێنەواری زۆر.
٣١. شوێنەکە وەک خۆی لێبکەرەوە. کەلوپەلە بەکارهاتووەکان کۆبکەرەوە، وە کەلوپەلە پاکەکان کۆبکەرەوە و لە شوێنێکی گونجاو دایان بنێ. شوێنەکە پاک بکەرەوە وەکو سەرەتا پێش ئیشکردنت.	بۆڕاگرتنی کەلوپەل و شوێنەکە بەپاکی بۆ بەکارهێنانی داهاتوو.
٣٢. دەستکێشەکان لابەرە و دەستەکانت بشۆ.	بۆ ڕێگریکردن لە گواستنەوەی هەوکردن / پیسبوون.

ڕاپۆرتکردن و تۆمارکردن:

ڕۆژ و بەروار و ناوی ئەوکەسەی کە کردارەکەی ئەنجام داوە تۆماربکە، بڕی دەرمانی بەنجی بەکارهاتوو وە قەبارە و جۆری ئەو دەرزی و دەزووە و ژمارەکانی لەسەر فۆرمێکی گونجاو تۆماربکە بۆ ئەوەی تۆماتێکی وورد لەبەر دەست بێت وەکو سەرچاوەیەک بۆ کاتی هەر ڕووداو و لێپرسینەوەیەک. ئیمزاکردن لەسەر تۆمارەکە پارێزگاری بەرپرسیارێتی پیشەییە. تۆمارکردن کۆکردنەوەی زانیاری بەردەوام دەبەخشێت.

١. دەرزیەکە بگرە

٢. دەرزیەکەی بە گۆشەی ٩٠ ببەرە ناوەوە

٣. نیدڵەکە بێنە دەرەوە لە نێوان هەردوو لێواری برینەکە

٤. دەرزیەکە لە لاکەی تر ببەرە ناوەوە

٥. دوو پێچ بەدەوری گیرەکە بە یاراستەری میلی کاتژمێر دروست بکە

٦. کلکی دەزوەکە بە گیرەکە بگرە.

٧. أ) گرێی لەدەوری گیرەکە دروستبکە. ب) دەرزیەکە بە ئاراستەی دوور لە برینەکە بجوڵێنە

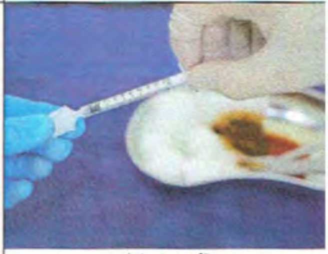
٨. توندکردنەوەی گرێکە بۆ نزیککردنەوەی قەراغەکانی برینەکە لەیەکتری.

٩. دەزووەکە ببڕە و لە گرێکەی بکەرەوە.

وێنەی ١٤-١

وێنەی ١٤-٢

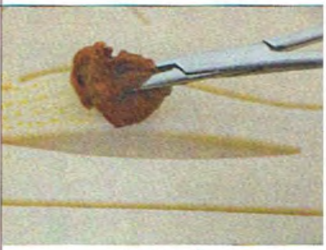
وێنەی ١٤-٣



وێنەی ١٤-٤

وێنەی ١٤-٥

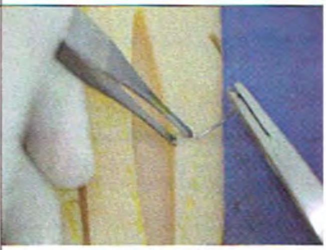
وێنەی ١٤-٦



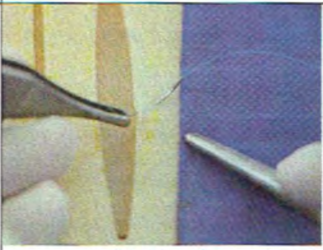
وێنەی ١٤-٧

وێنەی ١٤-٨

وێنەی ١٤-٩

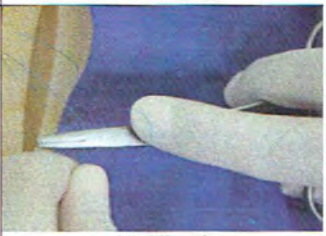


وێنەی ١٤-١٠

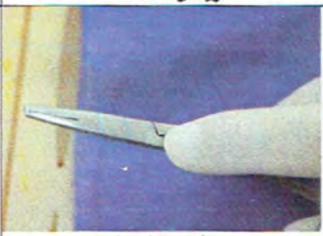


وێنەی ١٤-١١

وێنەی ١٤-١٢



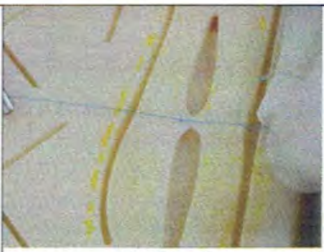
وێنەی ١٤-١٣



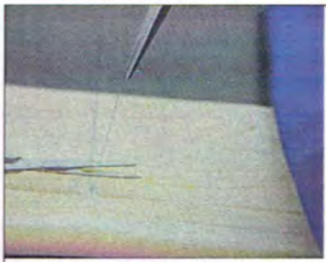
وێنەی ١٤-١٤

وێنەی ١٤-١٥

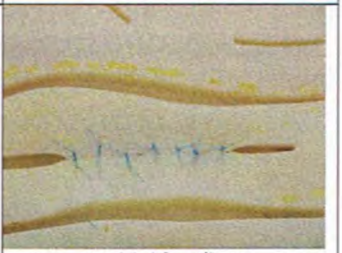
وێنەی ١٦-١٤



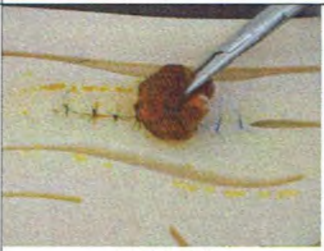
وێنەی ١٧-١٤



وێنەی ١٨-١٤



وێنەی ١٩-١٤



وێنەی ٢٠-١٤

وێنەی ٢١-١٤

سوود و زیانەکانی ڕێگا جیاوازەکانی داخستنی برین

ڕێگا	سوود	زیان
دورینەوە	دڵنیایی دەدات بە داخستنی برینەکە. ڕێگە بە وورد نزیکبوونەوەی چینەکانی شانەکان دەدات. بەکارهێنانی سڕکردنی ناوچەیی دۆخێکی باش دەڕەخسێنێت بۆ پاککردنەوەی برینەکە .	پێویستە دورینەوە لەلایەن کەسێکی شارەزاوە ئەنجام بدرێت. تەکنیکی هەڵە دەبێتە هۆی درەنگ چاکبوونەوە، مردنی شانەکان، یان دەمکردنەوەی برینەکە. کاتێکی زیاتر دەبات لە ڕێگەکانی تر. پێویستی بە سڕکردنی ناوچەیی هەیە. دەزووەکان تەنی نامۆن بە لەش و مەترسی هەوکردن زیاد دەکەن.
تەقەڵی جیا جیا ئەو تەقەڵانەن کە بەیەکەوە نەبەستراون و هەریەک بەجیا گرێ دەدرێت.	ئەمە سادەترین دوورینەوەیە بۆ بەرامبەر بەیەک ڕاگرتنی لێوارەکانی برین. پاڵپشتیکردنی برین پشتبەست نیە بە تەنها تەقەڵێک، لەبەرئەوە ئەگەر گرێیەک لاوا بوو، ئەوا پێویستە تەقەڵ لێدان بەردەوام بێت بۆ پاڵپشتیکردنی تەقەڵە لاوازەکە.	تا ڕادەیەک دورینەوە کاتی پێویستە لەبەرئەوەی هەرتەقەڵێک پێویستی بەکات هەیە. وە لێکردنەوەی هەر تەقەڵێک پێویستی بە کاتە ئەگەر دەزووی نەتواوە بەکارهات.
دوورینەوەی بەردەوام بریتییە لە تەقەڵی یەک-بەدوای-یەکی نەپچڕاوی شێوە بادراو (حەلەزۆنی) لەناو شانەکاندا.	بەخێرایی تەواو دەبێت و تەنها سەرەتا و کۆتایی دورینەوەکە گرێ دەدرێن. لابردنی ئاسانە.	هەموو دورینەوەکە هەڵدەوەشێتەوە ئەگەر لاوازی لەهەر شوێنێکی دەزووەکە هەبێت. دەرهێنانی شلەمەنی یان کێمی پەنگ خواردوو زۆر گرانە بە کردنەوەی بەشێکی برینەکە. لەبەرئەوە تەقەڵی جیا جیا پەسەندترە بۆ برینێک کە پێشبینی هەوکردنی لێبکرێت.

تەقەلی ژێر پێست، دەکرێ تاک تاک یان بەردەوام بێت، بەڵام تەقەڵەکان دەکەونە ژێر پێستەوە و هەر تەقەڵێک بەشێوەیەکی ئاسۆیی لەژێر پێستەکە لێدەدرێت.	ئەم جۆرە تەقەڵە پاش لابردنی شوێنەوار بەجێناهێڵێت لەسەر پێستی کەسەکە و دەتوانرێت بە ئاسانی لابرێت، لەبەرئەوە زۆر باوە بۆ دورینەوەی پێست.	ئەگەر بە شێوازی بەردەوام بکرێت هەمان کێشە دێتە پێشمان وەک لەسەرەوە باس کراوە.. ئەگەر تەقەڵەکان بە قوڵایی دروست لێنەدرێن لەهەر لایەکی برینەکە، ئەوا ڕەنگە شوێنەواری ناشرین دروست ببێت و ببێتە هۆی درەنگ چاک بونەوە و شێوان لەسەر رووی پێستەکە.
شریتی پێوەلکانی داخستنی پێست.	سڕکردنی ناوچەیی پێویست نییە و تێکشکاندنی شانەکان کەمترینە. ئەم شریتانە هەرزانن و پێوەکردن و لێکردنەوەیان ئاسانە.	گونجاوە تەنها بۆ برینە خاوێنەکان وە نەبوونی سڕکەر توانای پاککردنەوەی برینەکە و لابردنی تەنە نامۆکان کەم دەکاتەوە. هەڵئاوسان ڕەنگە ببێتە گۆی هەڵگەڕانەوەی لێوارەکانی برینەکە و درەنگ چاکبوونەوەی.
شریتی پێوەلکاندنی شانەکان	سڕکردنی ناوچەیی پێویست نیە کەمترین تێکشکانی شانەکان ڕوودەدات. بەخێرای بەستەرێکی بەهێز و نەرم بەرهەم دێنێت. پێ بەپێی دروستبوونی شانەی رووکەشی پێست دەڕوات، کە دەرەنجامەکەی جوانی پێستی لێدەکەوێتەوە. ئازاری کەمترە لە دوورینەوە. هیچ جیاوازیەکی گرنگی نیە لەگەڵ دوورینەوە لەڕووی هەوکردن و ڕازیبوونی نەخۆشەوە. (Coulthard et al.2004)	گونجاوە تەنها بۆ برینە خاوێنەکان وە نەبوونی سڕکەر توانای پاککردنەوەی برینەکە و لابردنی تەنە نامۆکان کەم دەکاتەوە. پێویستی بە کەسی دووهەمە بۆ یارمەتیدان لە ڕاگرتنی لێوارەکانی برینەکە هاوتەریب بەیەکتر. گنجاو نیە بۆ سەر جومگەکان، ئەو شوێنانەی کە بەتوندی ڕادەکێشرێن، لەسەر چاو، دەم یان پێستی سەر. پێویستی بە گرنگی پێدانە بۆ ڕێگریکردن لە بەرکەوتنی لەگەڵ برینی کراوە کە مادە لکێنەرەکە بەربەست دروست دەکات بۆ چاکبوونەوەی برینەکە. برینە دوراوەکان کەمتر ئەگەری هەڵوەشانیان هەبووە. (Coulthard et al 2004)
کلیپسی پێست	دەتوانرێت بۆ زۆر جۆری برینی نەشتەرگەری بەکاربهێنرێت. بەکارهێنانی خێرایە و زیانگەیاندن بە شانەکان کەم دەکاتەوە. دەرەنجامی جوانکاری زۆر باشی هەیە کە بەشێوەیەکی ڕاست بەکاربهێنرێت وە شێواوی کەمترە لە دورینەوەی جیا جیا.	کلیپس زۆر گرانترە لە دەزووەکان. پێویستە لەلایەن کەسێکی شارەزاوە دابنرێت. شکستهێنان لە هاوتەریب دانانی شانەکان لەوانەیە ببێتە هۆی جێهێشتنی شوێنەواری شێواو. ئامێری دەرهێنەری پێویستە بۆ دەرهێنانیان.

هەڵە باوەکانی دوورینەوە

هەڵەکان	دەرەنجامەکان
تەقەڵەکان زۆر شل بن	شکست لە هێنانی لێوارەکانی برینەکە پێکەوە، دەبێتە هۆی دروستبوونی کەلێن، درەنگ چاکبوونەوە و خراپی دەرەنجامی جوانی پێستەکە. لەوانەیە تەقەڵەکان ل ببنەوە.
تەقەڵەکان زۆر توند بن	شانەکان بەرەو ئاوسان و پەنمان دەڕۆن لە یەکەم کاتژمێرەکانی دوای دورینەوە. ڕێگە بە ئاوسانی سروشتی برینەکە نادات. ڕەنگە ببێتە هۆی خنکانـدن و مـردنی ئەو شـانانەی دەکەونە بەر تەقەڵەکـان و دواتـر تێکشکانی برینەکە. پێویستە بایەخ بەمە بدرێت بە نەرمی ڕاگرتنی لێوارەکان بەرامبەر بەیەکتر، وە دڵنیابوونەوە لەوەی تەقەڵەکان نە زۆر شلن نە زۆر توندن. لەوانەیە ببێتە هۆی بڕینی موولوولەکانی خوێن لەناو برینەکە و دەرەنجام مردنی شانەکان. لەوانەیە ببێتە گۆی پچڕانی تەقەڵەکە، دواکەوتنی چاکبوونەوە، وە دەرەنجامی خراپی جوانی پێست.
ماوەی نێوان تەقەڵەکان زۆربێت	دووری زۆری نێوان تەقەڵەکان ئەبێتەهۆی درەنگ چاکبوونەوە.
پێکداچوونی لێوارەکانی برینەکە	دەرەنجامی پێکداچوونی لێوارەکان دواکەوتنی چاکبوونەوە و بەدیارکەوتنی شوێنەوارێکی زەق.
تەقەڵەکـان زۆر نـزیکبن لە لێـواری برینەکە	ئەگەری هەیە ڕاکێشرێتە دەرەوە. بێ مەبەست گرتنی بریندارکەری شانە. پێویستە گرتنی شانە (بە گیرە) لەسەرخۆ بێت بۆ پاراستنی سەلامەتی شانەکان و لوولە خوێنەکان، بەمەش یارمەتی چاکبوونەوە دەدەین.

کردار: لابردنی تەقەڵ

بەکارهێنان: ئامانج لەم کردارە لابردنی پێستە لە تەقەڵەکانی پێستە لە برینێکی چاکبووەوەوە بەبێ زامدارکردنی شانەی تازە دروستبوو. کاتی لابردنی تەقەڵەکان پەیوەستە بە شێوە، قەبارە و شوێنی برینە دوراوەکە؛ نەبوونی هەوکردن و ڕەواندنی دەردراوەکان، وە دۆخی گشتی نەخۆشەکە. بۆ برینێکی تەواو چاکبووەوە، بەشێوەیەکی گشتی تەقەڵەکان دوای ٧ بۆ ١٠ ڕۆژ دەردەهێنرێن. شێوازی لابردنی تەقەڵەکە پەیوەستە بەجۆری دورینەوەکە، بەڵام هەموو جۆرەکان پێویستی بە تەکنیکی خاوێنە بۆ ڕێگریکردن لە پیسبوون. هەرچەندە تەقەڵ لەلایەن پزیشکانەوە دەردەهێنرێت، بەڵام لە هەندێک ناوەندی تەندروستی، پەرستار ئەتوانێت تەقەڵ دەربهێنێت لەسەر داوای پزیشک.

پێناسە: بەگشتی تەقەڵ لە نێوان ٧ بۆ ١٤ ڕۆژ دەردەهێنرێن دوای دانانیان ئەگەر چاکبونەوە تەواو رویدابوو، لە شانەکە. تەقەڵی مانەوە ئاسایی ماوەی ١٤ بۆ ٢١ ڕۆژ دەمێنێتەوە. کاتی لابردنی تەقەڵەکە گرنگە. ئەم تەقەڵانە پێویستە بۆ ماوەیەکی تەواو بمێننەوە بۆ مسۆگەرکردنی برینە داخراوەکە کە توانای تەواوی هەیە کە پاڵپشتی شانەکان و ئەندامەکانی ناوەوەی هەیە. ئەو تەقەڵانەی زیاتر لە ١٤ ڕۆژ دەمێننەوە شوێنەواری تەقەڵ جێدەهێڵن پێشکەشکاری خزمەتگوزاری تەندروستی فەرمان دەکات بە لابردنی هەموو تەقەڵەکان پێکەوە یان لابردنی تەقەڵ تا تەقەڵێک وەکو قۆناغی یەکەم، وە ئەوەی دەمێنێتەوە لە قۆناغی دووهەم لادەبرێت.

پێداویستیەکان :

- کیسەی ئاو (سەفەری)
- سێتی خاوێنی لابردنی تەقەڵ (گیرە و مەقەست) یان ڕاکێشەری کلیپسی خاوێن.
- سوابی خاوێنکەر
- پلاستەری خاوێن یان شریتی لکێنەری شێوە پەپوولە
- دەستکێشی پاک
- دەستکێشی تەعقیم کراو

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- کردارەکە جێبەجێ بکە بەپێی پرۆتۆکۆل، ژیرانە پێداچوونەوە بە هەنگاوەکاندا بکە پێش ئەنجامدانیان.	پێوەر دادەنێت بۆ پێوانە ئاساییەکانی نەخۆش، وە ئاراستەی دەکات بۆ هەڵبژاردنی ئامێر، وە یارمەتیدەر دەبێت لە دەستنیشانکردنی شوێنی مەبەست بۆ پێوانەکردنی.
٢- دەستەکانت بشۆ.	بۆ ڕێگریکردن لە مەترسی تەنینەوەی هەوکردن / پیسبوون.
٣- هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکار بهێنە کە پێویستە. خۆت لە خوێن و شلەی لەش بپارێزە لە دەست کردنی دەستکێش.	بۆ پاراستنی خۆت، نەخۆش و ستافی تەندروستی لە بوونی زیندەوەرە مایکرۆبیەکان.
٤.هەموو پێداویستیەکان ئامادەبکە	بۆ ڕێگری کردن لە پچرانی کارەکەت دامەزراوەکە کارئاسانی دەکات بۆ جێبەجێکردنی کارامەیی وورد.
٥- بە فەرمانەکەدا بچۆرەوە و ناسنامەی نەخۆشەکە پشتڕاست بکەرەوە بە بەکارهێنانی بەلایەنی کەم دوو لە ناسنامەی نەخۆشەکە.	بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە.
٦.کارەکە بۆ نەخۆشەکە روونبکەرەوە.	بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێی و زیادکردنی هەماهەنگی. بەدەستهێنانی ڕەزامەندی نەخۆشەکە بۆ ئەنجامدانی کارەکە. پێدانی زانیاری هاوکاری و تێگەیشتن خێراتر دەکات.
٧.دەرگا دابخە و پەردەکان دابدەرەوە	پارێزگاری لە تایبەتمەندی نەخۆش و ڕێگریکردن لە گواستنەوەی میکرۆب لەڕێگەی هەواوە.
٨-پێداچوونەوە بکە بە ئاراستە تایبەتەکان کە پەیوەستە بە لابردنی تەقەڵەکان و کلیپسەکانەوە.	بەتایبەتی دەریدەخات کە پێویستە کام تەقەڵە لابرێت (بۆنمونە، تەقەڵ نا تەقەڵێک)
٩- دیاریکردنی مێژووی ئەو حاڵەتانەی کە مەترسی دروست دەکەن لەسەر چاکبوونەوەی برینەکە: تەمەنێکی پێشکەوتوو، نەخۆشیەکانی دڵ و بۆریەکانی خوێن، شەکرە، دابەزینی بەرگری لەش ، تیشک، قەڵەوی، جگەرەکێشان، کەمی خۆراکی ناو خانە، برینی زۆر قووڵ و هەوکردن.	بوونی شڵەژانی تەندروستی پێشترکار دەکاتە سەر خێرایی چاکبوونەوە و هەندێک جار دەبێتە هۆی کرانەوەی برینەکە.
١٠. نەخۆشەکە هەڵسەنگێنە بۆ بوونی مێژووی فرەهەستیاری.	دەریدەخات ئایا نەخۆشەکە هەستیاری هەیە بە دەرمانە پاککەرەوەکان یان دەستکێشی پزیشکی.
١١. نەخۆشەکە هەڵسەنگێنە بۆ ئاستی ئاسوودەیی یان ئازار بە پێوەری سفر هەتا ١٠	ئاستی ئاسوودەیی نەخۆش ئەدات بەدەستەوە کە وەڵامدانەوەی بۆ چارەسەرکردن دیاری دەکات.
١٢- هەڵسەنگاندن بۆ کۆسپی بەردەم چاکبوونەوەی برینەکە و خۆگرتوویی هێڵی دورینەوەکە بکە بۆ داخرانی لێوارەکانی برینەکە، ڕەنگی سروشتی، وە نەبوونی دەردراو و هەوکردن.	ئاماژەیە بۆ سارێژبوونی برینەکە بەتەواوی بۆ پاڵپشتیکردنی پێکهاتەکانی ناوەوە بەبێ پێویستی بەردەوام بۆ تەقەڵ یان کلیپس.

١٣-ئەگەر قراغەکانی برینەکە لێک جیابوونەوە یان نیشانەکانی هەوکردنی هەبوو، واتە برینەکە بەتەواوی سارێژ نەبووە . کارمەندی تەندروستی ئاگاداربکەرەوە .	لەبەرئەوەی تەقەڵەکان پێویستیان بە مانەوەیە و / یان پێویستە دەستبکرێت بە چارەسەرکردنی برینەکە.
١٤- کیسێکی دژەئاو بۆ پاشەڕۆکان لەشوێنێکی بەردەست دابنێ.	فڕێدانی پاشەڕۆ پیسەکان ئاسان دەکات وە ڕێگری دەکات لە پەڕاندنەوەی هەر شتێک بەسەر ناوچە خاوێنەکەدا.
١٥- سێتی خاوێنی لابردنی تەقەڵ بکەرەوە.	
١٦- شاشی خاوێنکردنەوە بکەرەوە و بیخەرە سەر سێتەکە.	
١٧- تەقەڵەکان یان کلیپسەکانی سەر برینە سارێژبووەکە بە دەرمانی پاککەرەوە خاوێن بکەرەوە.	لابردنی بەکتریای سەر ڕووی برینەکە و تەقەڵکان و کلیپسەکان.
١٨-لابردنی تەقەڵی پچرپچر.(وێنەی٢٢ تا ٢٤) a. گۆزێک چەند ئینجێک لە هێڵی دورینەوەکە دابنێ. مەقەستێک بەدەستی زاڵ بگرە و گیرەیەک بە دەستەکەی تر بگرە. b. بە گیرەکە گرێی تەقەڵەکە بگرە و بە هێواشی ڕایکێشە بۆ سەرەوە و دەمی مەقەستەکە بکە بەژێر گرێکەدا نزیک پێستەکە. c. تەقەڵەکە ببڕە لەدوای گرێکەوە وە لە نزیکترین خاڵ لە پێستەکەوە. d. بە گیرەکە گرێکە بگرە، بەنەرمی و بەشێوەیەکی بەردەوام ڕایکێشە، پاشان تەقەڵەکە بخەرە سەر گۆزەکە. e. هەنگاوەکان لە aهەتا d دووبارە بکەرەوە هەتا هەموو تەقەڵەکان دەردەهێنیت. f. چاودێری ئاستی چاکبوونەوەی برینەکە بکە. پشت بەست بە تێبینیەکان لەسەر وەڵامدانەوەی برینەکە بۆ لابردنی تەقەڵەکان و فەرمانی بنچینەیی پیشکەشکاری چاودێری تەندروستی، بڕیار بدە کە ئایا تەقەڵی ماوە لەم کاتەدا لابرێن. ئەگەر وابوو، هەنگاوەکانی a بۆ d دووبارە بکەوە تا هەموو تەقەڵەکان لادەبەیت. g. ئەگەر هەر گومانێک هەبوو بوەستە و پێشکەشکاری چاودێری تەندروستی ئاگادار بکەوە.	a. گۆزەکە وەکو دەفرێک بۆ تەقەڵە لابراوەکان، دانانی مەقەست و گیرە ڕۆڵ ئەگێرێت بۆ لابردنی تەقەڵەکان بە کارامەیی. b. تەقەڵەکان بەرەڵا دەکات. d. بە نەرمی تەقەڵ لادەدات بەبێ فشار خستنەسەری زیاتر لەسەر هێڵی دورینەوەکە. f. دۆخی سارێژکردنی برینەک دیاری دەکات و ئایا هێڵی دورینەوەکە بە داخراوی دەمێنێتەوە پاش لابردنی هەموو تەقەڵەکەن.
١٩-لابردنی تەقەڵی بەردەوام: a. گۆزێکی خاوێن چەند ئینجێک لە هێڵی دورینەوەکە دابنێ. مەقەستێک بەدەستی زاڵ بگرە و گیرەیەک بە دەستەکەی تر بگرە. b. یەکەم تەقەڵ لەدوای گرێکەوە وە لە نزیکترین خاڵ لە پێستەکەوە ببڕە. c. دووهەم تەقەڵ لەهەمان لاوە ببڕە. d. سەرە گرێدراوەکە بگرە، وە بەنەرمی و بەردەوامی ڕایکێشە، بۆ لابردنی دەزووەکە لەژێر پێستەکە. تەقەڵەکە بخە سەر گۆزەکە. e. هەنگاوەکانی a هەتا d یەک لەدوای یەک دووبارە بکەرەوە هەتا هەموو تەقەڵەکان لادەبرێن.	a. گۆزەکە وەکو دەفرێک بۆ تەقەڵە لابراوەکان، دانانی مەقەست و گیرە ڕۆڵ ئەگێرێت بۆ لابردنی تەقەڵەکان بە کارامەیی. b. تەقەڵەکان بەرەڵا دەکات. c. بەرەڵاکردنی تەقەڵە پچر پچرەکان لە گرێکانیانەوە. d. بە نەرمی تەقەڵ لادەدات بەبێ فشار خستنەسەری زیاتر لەسەر هێڵی دورینەوەکە. ڕێگری دەکات لە ڕاکێشانی بەشی پیسبووی تەقەڵەکە بەناو پێستەکەدا.

٢٠- برینەکە بپشکنە بۆ دڵنیابوون لە لابردنی هەموو تەقەڵەکان، وە ناسینەوەی هەر شوێنێکی کێشەدار. بەنەرمی هێڵی برینەکە بسڕە بە مادەی پاککەرەوە بۆ لابردنی هەرپاشماوەیەکی بەچێماو و خاوێنکردنەوەی برینەکە.	مەترسی لێک جیابوونەوەی تری هێڵی برینەکە کەم دەکاتەوە.
٢١-شریتی لکاندنی خاوێن بەکاربهێنە ئەگەر لێواری برینەکە لە جێگەی زیاتر لە دوو تەقەڵ / دووکلیپس لێک جیاببوونەوە بۆ لکاندنەوەی لێوارەکانی برینەکە. a. بڕینی شریتی لکاندنی خاوێن بە درێژی ٤ – ٥ سانتیمەتر (١.٥ – ٢ ئینج) لەهەرلایەکی برینەکەوە. b. لێکردنەوەی کاغەزی پشتی شریتەکان و لکاندنیان بە برینەکەوە. c. ڕێنمایی کردنی نەخۆش بە شاوەر کردن لەجیاتی چوونە ناو بانیۆ بەپێی پەسەندکردنی پێشکەشکاری چاودێری تەندروستی.	پاڵپشتی برینەکە دەکات و کرژی بەسەر برینەکەدا دابەش دەکات وە چاڵ وچۆڵی دەرەنجامی دورینەوەکە لادەبات. شریتی لکاندن لانابرێت و لێیان دەگەڕێین هەتا خۆیان بەردەبن و لێدەبنەوە.
٢٢- شاشێکی تەنک دابنێ یان بیدەرە بەر هەوا ئەگەر جلەکانی نەخۆش بەر برینەکە نەکەون. ڕێنمایی نەخۆشەکە بکە بە دانانی شاشی خاوێن لەسەر برینەکە ئەگەر پێویستی کرد لەماڵەوە.	چاکبوونەوە بە مەبەستی سەرەکی پێویستە بۆ پێچانەوەی برینەکە
٢٣-شوێنەکە بگێڕەرەوە بۆ دۆخی پێشووی، کەلوپەلە بەکارهاتووەکان کۆبکەرەوە، و بەکارنەهاتووەکان لەشوێنی گونجاو دابنێ. شوێنەکە پاکبکەرەوە وەکو پێش بەکارهێنانی وەرتگرتبوو.	بۆ خاوێن ڕاگرتنی شوێن و کەلوپەلەکان بۆ بەکارهێنانی داهاتوو.
٢٤- دەستکێشەکان لابەرە و دەستەکانت بشۆ.	بۆرێگریکردن لە پەرینەوەی هەوکردن / پیسبوون.

تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردنی زانیارییەکان :

کاتی دەرهێنانی تەقەڵەکان تۆماربکە لەگەڵ ژمارەی تەقەڵەکان / کلیپسەکان کە لابراون. هەروەها پاکژکردنەوەی برینەکە، چۆنیەتی دەرکەوتنی برینەکە، ئاستی چاکبونەوەی برینەکە وە جۆری تەداوی بەکارهێنراو تۆمار بکە. وە کاردانەوەی نەخۆشەکە بۆ لابردنی تەقەڵەکان دیاری بکە.
دەست بەجێ لایەنی پێشکەرکاری خزمەتگوزاری تەندروستی ئاگادار بکەیتەوە لەئەگەری بوونی جیابوونەوەی لێوارەکان، دەمکردنەوەی برینەکە، هاتنە دەرەوەی ئۆرگانەکەن، خوێنبەربوون و دەردانی کێم. ئیمزاکردنی کارەکەت پارێزگاری لە لێپرسینەوەی یاسایی دەکات. تۆمارکردن کۆکردنەوەی زانیاری بەردەوام دەبەخشێت.

وێنەی ٢٢-١٤

وێنەی ٢٣-١٤

وێنەی ٢٤-١٤

دەرئەنجامە چاوەڕواننەکراوەکان	دەستوەردانی پەیوەستدار
بوونی تەقەڵی گیرخواردوو.	• پێشکەشکاری خزمەتگوزاری تەندروستی ئاگادار بکەرەوە. • ڕێنمایی نەخۆش بکە بۆ ئاگادارکردنەوەی پێشکەشکاری خزمەتگوزاری تەندروستی ئەگەر نیشانەکانی هەوکردنی هێڵی تەقەڵەکە دەرکەوت پاش دەرچوونی لە نەخۆشخانە.
نەخۆشەکە سکاڵای هەیە لە دەمکردنەوەی برینەکە یان بوونی دەردراو بەهۆی کێشەی سارێژبوونەی برینەکەوە.	• جێهێشتنی تەقەڵ یان کلیپسی جێهێڵراو لەو شوێنەدا. • پاڵپشتی هێڵی برینەکە بکە بە دانانی داخەری پاڵپشتیکاری شێوە پەپوولە. • پێشکەشکاری خزمەتگوزاری تەندروستی ئاگادار بکەرەوە.

ڕێگەکانی لابردنی تەقەڵ :

تەکنیکی لابردن بەزۆری پشت دەبەستێت بە جۆری تەقەڵەکان کە دەبێت لاببرێت. هێڵکاریەکەی خوارەوە لابردنی هەر چوار جۆری تەقەڵ ڕووندەکاتەوە . ئەوەت لە یاد بێت کە بۆ هەموو جۆرەکانی تەقەڵ ، گرنگە کە لە شوێنی دروست تەقەڵەکە بگیرێت و ببڕدرێت بۆ ڕێگریکردن لە ڕاکێشانی ئەو بەشەی دەزووەکە کە بەدەرەوەیە (پیسبوو) بەناو شانەکانی ژێر پێستدا.

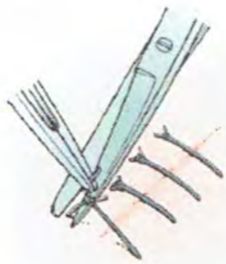
تەقەڵی پچڕ پچڕی سادە:

١- بەبەکارهێنانی گیرەیەکی خاوێن، گرێی یەکەم تەقەڵ بگرە و لە پێستەکە بەرزی بکەرەوە. بەم کارە بەشێکی بچووکی تەقەڵەکە کە لەژێر پێست بووە دەردەکەوێت. مەقەستێکی دەم کولی چەماوە ڕووەو پێستەکە ئاڕاستە بکە و دەزووە دەرکەوتووەکەی کە لەژێر پێستدا بووە ببڕە.

٢- پاشان، کە هێشتا گرێکەت بە گیرەکەکە گرتووە، بە نەرمی و بەردەوامی تەقەڵەکە بەرەو ڕووی دەرەوەی پێستەکە ڕابکێشە بۆ ڕێگری کردن لە ئازار گەیاندن بە نەخۆشەکە.

٣- تەقەڵەکە فڕێبدە. ئەم کردارە دووبارە بکەرەوە بۆ هەموو تەقەڵەکانی تر، ئەگەر برینەکە دەمی نەکردەوە، دەتوانیت هەموو تەقەڵەکانی تر لاببەیت کە پێت سپێردراوە.

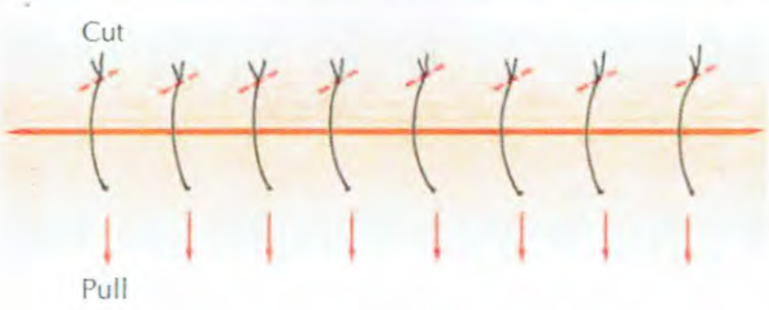
Cutting the suture



وێنەی ٢٥-١٤

Grasping the suture

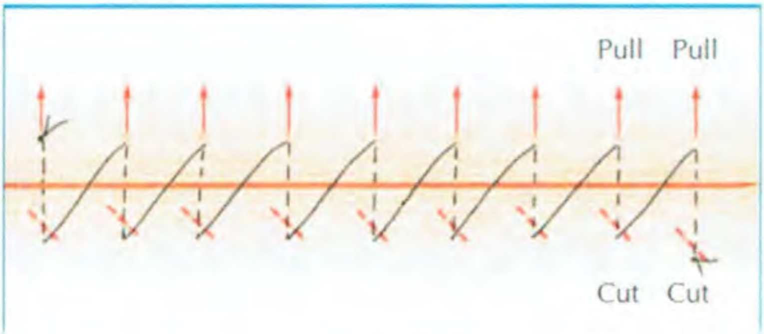
وێنەی ٢٥-١٤



وێنەی ٢٦-١٤

لابردنی تەقەڵی بەردەوامی سادە

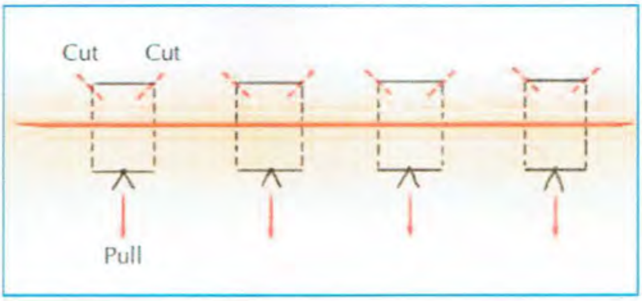
تەقەڵی یەکەم ببڕە بەرامبەری گرێکە. دواتر، تەقەڵەکان لەهەمان لاوە ببڕە. پاشان یەکەم تەقەڵ بە ئاراستەی گرێکە ڕاکێشە. بە هەمان شێوە بەردەوامبە، هەر تەقەڵێک بگرە بە هەمان شوێوەی گرتنی گرێی یەکەم تەقەڵ.



وێنەی ٢٧-١٤

لابردنی تەقەڵی دۆشەکی.

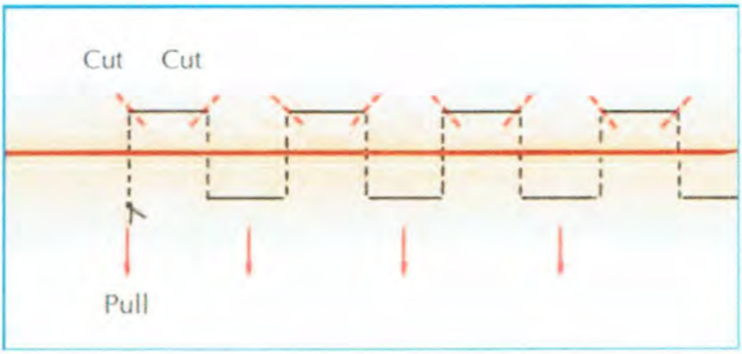
ئەگەر کرا، بەشی بینراوی بچووکی تەقەڵەکە بەرامبەر گرێکە بگرە وە بڕینی کۆتاییەکانی ئەو بەشە بینراوەی کە لەسەر پێستەکەیە و دوورخستنەوەی ئەو بەشە بردراوە بچووکە بۆ ڕێگریکردن لە ڕاکێشانی بەناو شانەکانی ژێر پێست و پیسکردنیان. پاشان ئەوەی لە تەقەڵەکە ماوەتەوە ڕاکێشە بە ئاراستەی گرێکە. ئەگەر بەشی بینراوی تەقەڵەکە لەسەر پێست زۆر بچووک بوو، ئەوا یەک جار ببڕە و هەموو تەقەڵەکە بە ئاراستەی پێچەوانە ڕاکێشە. ئەم هەنگاوانە بۆ تەقەڵەکانی تریش دووبارە بکەرەوە، وە بە وریایی لە برینەکە بڕوانە بۆ نیشانەکانی هەوکردن.



وێنەی ٢٨-١٤

تەقەڵی دۆشەکی ی بەردەوام

هەمان هەنگاوەکانی لابردنی تەقەڵی دۆشەکی پچڕ پچڕ پەیڕەو بکە، ئەکەم جار پارچە بچووکە بینراوەکەی تەقەڵەکە لابەرە، ئەگەر کرا، بۆ ڕێگریکردن لە ڕاکێشانی تەقەڵەکە بەناو شانەکانی ژێر پێست و پیسکردنیان، پاشان تەقەڵەکانی کە ماون بەئاڕاستەی گرێکە ڕاکێشە.



وێنەی ٢٩-١٤

بەشی شازدەهەم

ڕێگاکانی پێدانی دەرمان

ڕێگاکانی پێدانی دەرمان

شێوەکانی دەرمان:

Tablet: هاڕاوەی دەرمانە پەستراوە لە ناو هارد دریف یان لوولەیەکدا.

Capsule: دەرمانەکە داپۆشراوە بە بەرگێکی پارێزەری جەلاتینی.

Gel or jelly: ماددەیەکی نیمچە ڕەق ڕوون یان نیمچە ڕوونە کاتێک لەسەر پێست دەدرێت.

Lozenge: تەخت، خڕە، شێوە هێلکەیە بە جۆرێک ئامادەکراوە کە کاتێک دەکرێتە ناو دەم بتوێتەوە.

Lotion: دەرمانی تەنۆلکەیە، لە ناو گیراوەدا هەیە کە بەکاردێت بۆ لێدان یان دانانی لە سەر شوێنێک بۆ نموونە دانانی لەسەر جەستە.

Powder: هاڕاوەی دەرمانە بە شێوەی تاک یاخوود تێکەڵ دەکرێت لەگەڵ پێکهاتەی هاڕاوی دەرمانی دیکەدا.

Solution: دەرمانێکە لە ناو مادەیەکی دیکەدا دەتوێتەوە.

Ointment: ماددەیەکی ئامادەکراوی نیمچەڕەقە، بریتییە لە دەرمان بۆ دانان لەسەر بەشی دەرەوە.

Syrup: بریتییە لە دەرمان کە پێکدێت لە ئاو لەگەڵ گیراوەی شەکر.

Suppository: دەرمانێکی ئامادەکراوی ئاسانە بۆ توانەوە لە بەشێکی تووندی جەستەدا، نموونە وەک جەلاتین کە دەخرێتە ناو لەشەوە (کۆم، زێ، بۆری میز).

Ampoule: بووتڵێکی شووشەی بچووکە کە قەبارەکەی ١ تا ١٠ مل دەبێت کە تەنها یەک جۆر دەرمانی تێدا هەڵگیراوە.

Patch: بریتییە لەو دەرمانەی دەکرێتە ژێر پێستەوە و لە لایەن پێستەوە هەڵدەمژێت کاتێک دەکرێتە ناوەوە.

Vial: بووتڵێکی بچووکە بەکاردێت بۆ زەخیرەکردن و هەڵگرتنی دەرمان بە شێوەی شل و بە شێوەی هاڕاو.

Spray: شلەیەکە بەردەوام لە ژێر پەستاندایە لە ناو بوتڵێکدا کە تایبەتە بە هەناسەدان.

جۆرەکانی چالاکی دەرمانەکان:

Therapeutic effect: چاوەڕوان دەکریت یان پێشبینی دەکرێت بۆ وەڵامێکی فیسیۆلۆجی بە هۆی دەرمانەوەکە.

Side effect: کاریگەری لاوەکی نامەبەست پێشبینی دەکرێت بە هۆی دەرمانەکەوە تووشی کەسەکە ببێت، کە دەکرێت ببێتە هۆی ئازاری زۆر و بریندار بوون.

Adverse effect: بە شێوەیەکی گشتی چاوەڕوانی ئازارێکی زۆر و توونـد لەم دەرمانە دەکرێت، لەوانەیە لە کاتی بەکارهێنانیدا نەخۆشەکە لە هۆش خۆی بچێت.

Toxiceffect: کاریگەری ژەهراوی بوون گەشە دەکات، دوای ئەوەی کەسەکە بڕی پێویست لەو دەرمانەی وەرگرتووە یان کاتێک دەرمانەکە لە ناو خوێندا کۆدەکرێتەوە لەبەر لاوازبوونی زیندە چالاکیەکان یان دەردراوەکانی ناو خوێن.

Idiosyncratic reaction: دەرمانەکان لەوانەیە ببنە هۆی کاریگەری پێشبینی نەکراو، هەروەک کاردانەوەی ناخ لە هەر نەخۆشێکدا کە زۆر بێت یان کاردانەوەی کەم، لەوانەیە ئەو کاردانەوەیە لە کاردانەوەی ئاسایی جیاواز بێت.

Allergicreaction: وەڵامـدانەوەی چـاوەڕوان نەکـراو بـۆ دەرمـان بە ڕێـژەی ٥-١٠٪ بـۆ هەمـوو دەرمانەکانە دەرمانەکان یان مادده کیمیاییەکان کاردەکەن وەک دژەپەیداکەرێک لە لەشدا بۆ پەیداکردنی دژە پەیداکەر.

Synergiceffect: کـاریگەری ئەو دەرمانـانەی کە تـێکەڵ دەکـرێن و دەدرێـن بە نەخـۆش زۆر زیـاترە لە کـاریگەری دەرمانێک کە بە تەنها دەدرێت بە نەخۆش.

کردارەکە: دەرزی لێدانی بۆ ناو پێست

پێناسە: دەرزی دەرمان بۆ ناو پێست بە بەکارهێنانی توبەرکۆلین یان سرنجێکی بچووک بە دەرزییەکی کورت (٣٨ تا ٥٨ ئینج) پێوانەی دروست (٢٥ تا ٢٧). گۆشەی دانانی دەرزییەکان بۆ ناو پێست ٥ بۆ ١٥ پلە دەبێت. تەنها بڕێکی کەم لە دەرمانەکە (٠.٠١ بۆ ٠.١ ملم) لە ناو پێسر بدە. چونکە ئەو دەرمانانە کاریگەرن، لە ناو پێست دەدرێن لەو شـوێنەی کە خـوێن تێیـدا کەم دەکات لەگەڵ هەڵمـژینی دەرمـانەکە بە هێـواشی ڕوودەدات. لەوانەیە نەخۆشەکە کاردانەوەی هەستیاری هەبێت کاتێک دەرمانەکە بە خێرایی دەچێتە ناو سووڕی خوێن.

بەکارهێنان:

-بۆ ئەنجامدانی بەنجی ناوچەیی(مەوزوعی) وەک دەرمانی زایلۆکاین

- بۆ چەند جۆرێکی پشکنینی نەخۆشی بەکاردێت وەک پشکنینی tuberculin

- بۆ پشکنینی هەستیاری بە دەرمان بەتیابەت بۆ دەرمانەکانی هەوکردن کە بە Antibiotic ناسراون

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- جێبەجێکـــردنی کـــردارەکە بەپـــێی پرۆتۆکـــۆل. پێداچوونەوە و خۆئامادەکردن بۆ هەنگاوەکانی کردارەکە پێش دەستپێکردنی.	جێبەجێکـردنی پێوەرەکـان بـۆ نەخۆشـەکە بە پـێی پێـوەرە ئاسـاییەکان بـۆئەوەی ئەگەری هەڵە کەمبکەیـنەوە. هەروەهـا یـارمەتی دەدات لە دیاریکردن و بەکارهێنانی شوێنەکە بۆ پێوانەکردن.
٢- پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە.	بۆ ڕێگری گرتن لە مەترسی تووشبوون لە یەکتری / پیسبوون
٣- بەکارهێنـــانی خۆپـــارێزی ســـتاندارد و تەکنـــیکی پاکەرەوەی گونجـاو. خـۆت لە خـوێن و شـلەی لەش بە لەدەستکردنی دەستکێش بپارێزە.	بۆ پاراستنی خـۆت و نەخـۆش و ئیشـکەرانی تـری بنکەی تەندروستی لە دژی بوونی هەر وردە زیندەوەر و بەکتریایەک.
٤- کـــۆکردنەوەی هەمـــوو ئەو پێداویســـتییانەی کە پێویستن.	بۆ ڕێگەگـرتن لە تێکچوونی کردارەکە. ڕێکخسـتن ئاسـانکاری دەکات لە هەبوونی شارەزای دروست.

٥- پشکنینی هەنگاوەکان و دڵنیابوونەوە لە ناسنامەی نەخۆشەکە بە بەکارهێنانی لانی کەم دوو پێناسی نەخۆش.	ڕێکخستنەکە جۆری پێچانەوەکە ڕوون دەکاتەوە. سەلامەتی نەخۆش دەستەبەر دەکات.
٦- ڕوونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆش.	بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ و زیادکردنی هاوکاری -بەدەستهێنانی ڕەزامەندی بۆ ئەو کرداره -پێدانی زانیاری خێراتر و هەماهەنگی و لێک تێگەیشتن.
٧- دەرگاکە دابخە لەگەڵ داپۆشینی یان پەردەکە رابکێشە.	دابینکردنی تایبەتمەندی لەگەڵ کەم کردنەوەی زیندەوەرە هەواییەکان.
٨- ئامادەکردنی دەرمانەکان بۆ یەک نەخۆش لە کاتی خۆیدا بە بەکارهێنانی تەکنیکی پاککراو و ڕێگەگرتن لە هەر لێ تێکچوونێک. پشکنینی زانیاری سەر دەرمانەکە بە وریاییەوە و بە پێی ڕێنماییەکانی دکتۆر،٢ جار لە کاتی ئامادەکردنی دەرماندا.	دڵنیابوونەوە لەوەی دەرمانەکە پاکژکراوە. ڕێگەگرتن لە سەرقاڵ بوون هەڵەی ئامادەکردنی دەرمان کەم دەکاتەوە . ئەمانە یەکەم و دووەم پشکنینن بۆ وردی دڵنیابوون لەوەی کە دەرمانی دروست بەکاردەهێنرێت.
٩- پێدانی دەرمان بە نەخۆشەکە لە کاتی گونجاودا. ئەو دەرمانانەی کە کاتی تەواویان پێویستە بریتین لە STAT, یەکەم جار، یان ئامادەکردنی ژەمێک لەگەڵ یەک جار لە دەرمانەکان. پێدانی دەرمانەکان بە پێی کات لەگەڵ خشتەی گرنگ وەک(antibiotics, anticonvulsants, insulin,anticoagulants , immunosuppressiveagents) لە کاتی گونجاوی دیاریکراودا(دوانەخستنی بۆ ماوەی ٣٠ خوولەک لە پێش یان لە دوای خشتەی ژەمەکە) پێدانی ئەو دەرمانانەی کە کاتی دیاریکراویان نییە بە پێی خشتەی گرنگ لە مەودای ١ یان ٢ کاتژمێر لە ژەمی خشتەکراو. لە کاتی پێدانی دەرمان ٦ هەنگاوەکە ڕاستەکەی پێدانی دەرمان جێبەجێ بکە.	نەخۆشخانەکان دەبێت پەیرەوی پێدانی دەرمان ڕێکاری کاتی پێدانی دەرمان بگرنە بەر بە ڕەچاوکردنی سروشتی دەرمانی دیاریکراو، جێبەجێکردنی بە شێوازێکی پزیشکی تایبەت و پێویستی نەخۆش. ئەو دەرمانانەی کە کاتی دیاریکراو و خشتەیان هەیە ئەوانەن کە زوو یان دواخستنی پێدانی لە ٣٠ خوولەک زیاتر لە پێش یان لە پاش ژەمی خشتەکراو لەوانەیە ببێتە هۆی زیان یان ئەنجامی چارەسەری کەم یان کەمی کاریگەری دەرمان. ئەو دەرمانانەی کە کاتی دیاریکراویان نییە ئەوانەن کە نابێت لە ماوەیەکی دیاریکراودا ببێتە هۆی زوو یان درەنگ کارکردنیان لە مەودای ١ بۆ ٢ کاتژمێر نابنە هۆی زیان یان ئەنجامی چارەسەی کەم یان کەمی کاریگەری دەرمان.
١٠- دەستنیشانکردنی نەخۆش بە بەکارهێنانی دوو پێناسی نەخۆش وەک (ناو، ڕۆژی لە دایکبوون، یان ناو و ژمارەی بانکی) بە پێی پەیرەوی یاسایی. بەراوردکردنی ئەو کەسانەی زانیاریان هەیە لەسەر ریکۆردی پزیشکی یان ئامار MAR.	دڵنیابوونەوە لە دروستی نەخۆشەکە لەگەڵ جێبەجێکردنی پێداویستییەکانی لیژنە هاوبەشەکان بۆ سەلامەتی نەخۆشەکە هەندێک لە ئاژانسەکان ئێستا بارکۆدەکان بەکار دەهێنن بۆ یارمەتیدان لە ناسینەوەی نەخۆشەکە.
١١- لەسەر جێگای نەخۆشەکە دووبارە بەراوردی MAR یان چاپی کۆمپیوتەر لەگەڵ ناوی دەرمانەکە لەسەر زانیاری دەرمانەکە لەگەڵ ناوی نەخۆشەکە. پرسیار لە نەخۆشەکە بکە ئایا هەستیاری هەیە	ئەمە سێیەم تاقیکردنەوەیە بۆ دڵنیابوون لە دروستی نەخۆشەکە. لە وەرگرتنی دەرمانی ڕاست. دڵنیابوونەوە لە ڕابردوی هەستیاری نەخۆش.
١٢- گفتوگۆ لەسەر ئامانجی هەر دەرمان و ڕێوشوێنێک و کاریگەری خراپی بکرێت. ڕێگە بە نەخۆش بدە هەر پرسیارێک بکات بە نەخۆشەکە بڵێ کە دەرزییەکە دەبێتە هۆی سووتانەوەی یان کەمێک پێوەدان.	نەخۆش مافی ئەوەی هەیە ئاگاداربکرێتەوە، تێگەیشتنی نەخۆش بۆ هەر دەرمانێک، دەبێتە هۆی باشترکردنی پەیوەستبوون بە چارەسەری دەرمان. یارمەتی کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێی نەخۆش دەدات.

١٣- شوێنی ڕاست هەڵبژێرە. تێبینی لێچوونەکان یان گۆڕینی ڕەنگی پێست بکە. ئەگەر بکرێت دیاریکردنی شوێنەکە سێ بۆ چوار پەنجەی ژێر پێ و دووری و پانی دەستێک لەسەرووی مەچەکەوە. ئەگەر ناتوانی مەچەک بەکاربهێنیت، بگەڕێوە سەرەوە. ئەگەر پێویست بکات شوێنە ڕاستەکان بەکاربهێنە بۆ دەرزی ژێر پێست.	شوێنی دەرزی ناو پێست سەربەستە لە گۆڕانی ڕەنگ یان موو، کەواتە دەتوانیت ئەنجامەکانی تاقیکردنەوەی پێست بە دروستی ببینیت و لێکی بدەیتەوە
١٤- پارمەتی نەخۆش بدە لە هەبوونی شوێنێکی ئاسوودە. داوا لە نەخۆش بکە قۆڵی درێژ بکات و پشتگیری بکە و ئانیشکی با لەسەر ڕوویەکی تەخت بێت.	جێگیرکردنی شوێنی دەرزیەکە بۆ ئاسان چوونە ناوەوەی.
١٥- شوێنەکە بە سوابێک پاک بکەرەوە. پاکردنەوەی لە ناوەڕاستی شوێنەکەوە، وە بە ئاڕاستەی بازنەی بیخولێنەرەوە بۆ دەرەوە بۆ نزیکەی ٥ سم (٢ ئینچ)	کرداری میکانیکی سوابەکە دەبێتە هۆی لابردنی ئەو دەردراوەی کە میکرۆئۆرگانیزمی تێدایە. ئازار لە شوێنی دەرزی لێدان کەم دەکاتەوە.
١٦- هەڵگرتنی سوابەکە یان گۆزەکە لە نێوان پەنجەی سێهەم و چوارەمی دەستی نازاڵ.	گۆز یان سوابەکە بە ئاسانی دەمێنێتەوە کاتێک دەرزیەکە دەردەکرێت.
١٧- لابردنی سەری دەرزییەکە لە دەرزییەکە بە ڕاکێشانی ڕاستەوخۆ.	ڕێگەگرتن لە بەرکەوتنی دەرزییەکە لەگەڵ لاکانی سەرەکەی ڕێگە لە تووشبوون دەگرێت.
١٨- هەڵگرتنی سرنجەکە لە نێوان پەنجە گەورە و پەنجەی نیشانەی دەستی زاڵ و ڕووی دەرزییەکە بۆ سەرەوە.	دەرزی لێدان بە نەرمی پێویستی بە دەست لێدانێکی باشی بەشی سرنجەکە هەیە. لەگەڵ لارکردنەوەی بۆ سەرەوە کەمتر ئەگەری چونەناوەوەی دەرمانەکە بۆ ناو شانەی ژێر پێست هەیە.
١٩- بە دەستی نازاڵ و بەکارهێنانی پەنجە گەورە یان پەنجەی نیشانە پێستەکە لەسەر شوێنەکە ڕابکێشە.	دەرزییەکە بە ئاسانی پێستی توند کون دەکات.
٢٠- بە دەرزییەکە بەرەو ڕووی پێستی نەخۆشەکە و تێکردنی دەرزییەکە بە هێواشی بە گۆشەی ٥ تا ١٥ پلە تاکو هەست بە بەرگری دەکەیت پاشان پاڵ بە دەرزییەکەوە بنێ بە درێژایی پێست بە نزیکەی ٣ملم ١٨ ئینچ بۆ ژێر ڕووی پێست.	دڵنیابوونەوە لەوەی سەری دەرزییەکە لە ناو پێستایە، ئەنجامی نادروستت دەست دەکەوێ ئەگەر دەرزییەکە بە گۆشە و قووڵی تەواو لێ نەدرابێت.
٢١- لیدانی دەرمانەکە بە هێواشی، بە شێوەیەکی ئاسایی هەست بە بەرگری دەکەیت، ئەگەر هەستی پێنەکرد ئەوا دەرزییەکە زۆر لە قووڵییە، دەبێت دەریبکەیت و دووبارە دەست پێبکەیتەوە.	لێدانی بە هێواشی دەبێتە هۆی کەم کردنەوەی نا ئاسوودەیی لەسەر شوێنەکە، توێی پێست توندە بە ئاسانی فراوان نابێت لە کاتی دەرزی لێدان. پێویست ناکات دەریکرێتەوە، چونکە تا ڕادەیەک بێ لوولەی خوێنن.
٢٢- لە کاتی لێدانی دەرزییەکە، تێبینی بڵقی بچووک بکە بە نزیکەی ٦ملم ١٤ ئینچ هاوشێوەی گازگرتنی مێشولەیە کە لەسەر ڕووی پێست دەردەکەوێت.	بڵق ئاماژەیە بۆ ئەوەی کە دەرمانەکەت لە ناو پێست داناوە.
٢٣- لە دوای دەرهێنانی دەرزییەکە، بە نەرمی سوابێکی ئەلکهول یان گۆزێک لەسەر شوێنەکە بەکاربهێنە.	مەساج بۆ شوێنەکە مەکە، ئەگەر پێویست بوو باندیجێک بەکاربهێنە.

٢٤- پشکنینی بلّق بەکارهێنانی پێنووسی پێست و کێشانی بازنە بە دەوری شوێنی دەرزی لێدان. تـاقیکردنەوەی شـوێنەکان بخـوێنەرەوە لە ٤٨ بـۆ ٧٢ کاتژمێر گەڕان بۆ ناوچەی رەق، چر، شوێنی بەرزکراوی پێست لەدەوری ناوچەی دەرزی لێدان. ١٥ ملـم یـان زیـاتر لەو نەخۆشـانەی کە هـیچ هۆکارێکی مەترسیداریان نییە بۆ نەخۆشی سیل. ١٠ ملـم یـان زیـاتر لەو نەخۆشـانەی کە کـۆچبەری ئەم دوایـیەن، دەرزی بەکـارهێنەرانی مـاددە هۆشـبەرەکان؛ دانیشـتوان و کارمەنـدەکان یەکـێکن لە هەرە ڕێکخسـتنە مەترسیدارەکان. ئەو نەخۆشـــانەی کە نەخـــۆشی درێژخایەنیـــان هەیە؛ منـــداڵانی خـــوار تەمەن ٤ ســـاڵ، کـــۆرپەلە، منـــداڵ و هەرزەکار ڕووبەڕووی مەترسی گەورە دەبنەوە.	دیـاری دەکات کە ئایـا کـارلێککردن لەگەڵ بەرگـری دژە لەش ڕوودەدات یان نا؛ نیشانەی ئەرێنی بۆ تاقیکردنەوەی هەستیاری. پلەی کاردانەوە بە پێی بارودۆخی نەخۆش دەگۆڕێت. پێویستە ماڵپەڕ بخوێنرێتەوە لە ماوە جیاوازەکاندا بۆ دیاریکردنی ئەنجامی تاقیکردنەوە. هێماکانی پێنووسـەکە ئاسانکاری دەکات بۆ دۆزینەوە. تۆ ئەنجامی تاقیکردنەوەی پێست دیاری دەکەیـت لە کاتی جۆراوجـۆردا، لەسـەر بنەمـای جـۆری ئەو دەرمـانـانەی بەکـاردەهێنرێ یـــان جـــۆری تـــاقیکردنەوەی پێســـت تەواو بـــووە. ڕێنیشـاندەرەکانی بەرهەمهـێن دیـاری دەکـات کە چ کاتێـک ئەنجـامی تاقیکردنەوە دەخوێنرێتەوە.
٢٥- گەڕانـــدنەوەی پێداویســـتیەکان. کـــۆکردنەوەی پێداویستیە بەکارهاتووەکان، پاکردنەوەی یان هەڵگرتنی پێداویســـتیەکان لە شـــوێنی گونجـــاو. پـــاکردنەوەی شوێنەکەت بە جێهێشتنی هەر وەک پێشتر.	بۆ پاراسـتنی شـوێنەکە و پێداویسـتیەکان بە سـەلامەتی و پاکوخـاوێنی بۆ بەکارهێنانی داهاتوو.
٢٦- لابردنی دەستکێشەکان و جێبەجێکردنی پاکوخاوێنی دەستەکان.	بۆ ڕێگری گرتن لە مەترسی تووشبوون لە یەکتری / پیسبوون

تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردن:

تۆمـارکردنی دەرمـان، ژەم، شـێواز، شـوێن، کـات و بەروار لە MAR ڕاسـتەوخۆ لە دوای پێـدان. نەک لە پێشـتر، بە دروستی واژۆی MAR بکە بە پێی پێوەری یاسایی.

تۆمارکردنی شوێن و ناسنامەی دەرزیەکە، لەگەڵ شێوەی پێست لە تێبینییەکانت.

تۆمـارکردنی هەر کاریگەرییەکی نەخـوازراو لە دەرمـانەوە بـۆ سـەر تەندروسـتی دابینکەری نەخـۆش، تۆمـارکردنی هەر کاریگەرییەکی خراپ بە پێی پێوەری یاسایی.

تۆمارکردنی فێربوونی نەخۆش، سەلماندنی ئاستی ئاستی تێگەیشتنی نەخۆش، وەڵامدانەوەی نەخۆش بۆ دەرمان.

وێنەی ١-١٥

ئەنجامە چاوەڕوانکراوەکان	هۆکارە پەیوەندیدارەکان
نەخۆش گلەی لە هەبوونی ئازار لە شوێنی دیاریکراو یان بەردەوامی کزانەوە دەکات لە شوێنی دەرزییەکە، کە ئەمەش ئاماژەیە بۆ هەبوونی برین لە دەمار یان لە ملوولەی خوێن.	هەڵسەنگاندنی شوێنی دەرزی ئاگاداری دابینکەری تەندروستی نەخۆش بکە.
شوێنی بەرزکراو، سوورکراو، یان سەخت(ڕەق) دروست دەبێت لە دەوری ناسینەوەی پشکنینی شوێنەکە.	ئاگاداری دابینکەری تەندروستی نەخۆش بکە. تۆمارکردنی هەستیاری بۆ دەرزییە هەستیارەکان یان پشکنینی ئەرێنی ئەگەر پشکنینی دژە سیل بۆپێست تەواو بوو.
نەخۆشەکە کاردانەوەی خراپی هەیە لەگەڵ نیشانەکانی میزو، خورانێکی زۆر، دەنگی خیزە خیز، لەگەڵ تەنگەنەفەسی.	ئاگاداری دابینکەری تەندروستی نەخۆش بکە. وەڵامدانەوەی گونجاو بۆ کاردانەوەی دەرمان بۆ نموونە پێدانی دەرمانی تەنگەنەفەسی و هاستیاری وەک as (diphenhydramine [Benadryl] or epinephrine). زیاکردنی زانیاری هەستیاری نەخۆش بۆ تۆمارەکە.
نەخۆشەکە ناتوانێت مەبەست یان نیشانەکانی پشکنینی پێست ڕوون بکاتەوە.	دابینکردنی فێرکردنی زیاتر بۆ نەخۆش یان دابینکردنی چاودێری خێزان. ناسینەوەی نەخۆش ناتوانێت فێر بێت لەم کاتەدا.

ڕێگای دەرزی لێدان بە ناو ماسولکە (IM) و نیشتنی دەرمانەکە بە ناو شانەی ماسولکەی قووڵ، کە سەرچاوەی دەوڵەمەندی خوێنە. ئەمەش ڕێگە دەدات بەوەی کە دەرمانەکە خێراتر هەڵبمژرێت وەک لە ڕێگای لێدانی ژێر پێست. بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا مەترسی زیاتری هەیە لە کاتی لێدانی ڕاستەوخۆ بۆ ناو خوێنبەرەکان.

دیاریکردنی پێوەری دەرزیەکە بە پێی دەرمانەکە بۆ بەکارهێنان. بۆ نموونە بەکارهێنانی دەرمانی بەرگری و دەرمانی ناو ماسولکە لە گیراوەی ئاوی لەگەڵ ٢٠ بۆ ٢٥ پێوانەی دەرزی. پێدانی لینج یان ڕۆن بە پێی گیراوەکە بە پێوانەی ١٨ بۆ ٢١. بەکارهێنانی پێوانەی بچووکی دەرزی ٢٢ بۆ ٢٥ بۆ منداڵ. ڕێنوێنییەکانی ئێستا بۆ درێژی دەرزی لە ناوەندەکانی کۆنترۆڵ و خۆپاراستنی نەخۆشی (٢٠١١) لەسەر بنەمای کێشی. نەخۆش و پێوەری ستاندارد (BMI). نەخۆشێکی پێگەیشتووکە لاواز بێت پێویستی بە دەرزییەکە کە درێژییەکەی ٥/٨ بۆ ١ ئینچ بێت. لە کاتێکدا نەخۆشێکی ئاسایی پێویستی بە ١ ئینچ دەبێت. ئەو نەخۆشانەی کێشیان زیاتر لە ٧٠ کیلۆیە پێویستی بە ١ ئینچ بۆ ١،٥ ئینچ دەبێت، هەروەها ئەو نەخۆشانەی کێشیان زیاتر لە ٩٠ کیلۆیە پێویستی بە ١،٥ ئینچ دەرزی دەبێت.

بەڵگەکان لەسەر بنەمای ڕاهێنان و پێشنیارکردنی درێژی دەرزی بۆ پێگەیشتوو لەسەر بنەمای دیاریکردنی شوێنەکەیە:

Vastus lateralis: ١٦ بۆ ٢٥ ملم (٥/٨ بۆ ١ ئینچ)

Ventrogluteal: ٣٨ ملم (١،٥ ئینچ)

Deltoid: ٢٥ بۆ ٣٨ مم (١ بۆ ١،٥ ئینچ)

پێشنیارەکان بۆ درێژی دەرزی بریتییە لە :

٢٥ ملم (١ ئینچ) بۆ کۆرپەلە

٢٥ بۆ ٣٢ ملم(١ بۆ ١ ١/٤ ئینچ) لە منداڵان

٣٨ بۆ ٥١ ملم (١ ١/٢ بۆ ٢ ئینچ) بۆ منداڵە بەتەمەنەکان

منداڵی لە دایکبووی پێشوەخت یان بچووک، کۆرپەی لاواز، لەوانەیە پێویستی بە دەرزی کورتر هەبێ بە پێی کێش و بارستای ماسولکە. منداڵی قەڵەو لەوانەیە پێویستی بە دەرزی درێژتر هەبێ تا ٣٨ ملم (١ ١/٢ ئینچ) .پێشنیارەکان بۆشوێنی لێدانی دەرزی ناو ماسولکە لە منداڵاندا بریتییە لە بەکارهێنانی anterolateral thigh بۆ منداڵی سەروو ١٢ مانگ. Deltoid لە منداڵی ١٨ مانگ و گەورەتر. Ventrogluteal بۆ منداڵانی هەموو تەمەنەکان.

لە کاتی دیاریکردنی شوێنی لێدانی IM، ئەوا شوێنێک دیاری بکە کە دوور بێت لە ئازار، تووشبوون، شانەی مردوو، کوتران، برین. هەروەها ڕەچاوی ئەو شوێنانە بکە کە ژێرەوەیان ئێسک، دەمار و خوێنبەرەکانی خوێن لەگەڵ بری دەرمانەکەی کە بە کاری دەهێنیت. بۆ شوێنی ventrogluteal muscle لەپی دەستی بخەرە سەرکڵاوە گەورەی ڕانی سمتی نەخۆشەکە لەگەڵ بە ستوونی کردنی مەچەک بۆ ئێسکی ڕان. بەکارهێنانی دەستی ڕاست بۆ لای چەپی سمت بەکاربهێنە و دەستی چەپ بۆ لای ڕاستی سمت بەکاربهێنە. ئاماژەکردن بۆ ناوچەی نێوان سک و ڕان بە پەنجە گەورە، ئاماژەکردن بە پەنجەی نیشانکەر بەرەو anterior superior iliac spine وە پەنجەی ناوەڕاست درێژ بکەوە بە درێژایی iliac crest بەرەو سمت. پەنجەی نیشاندەر و پەنجەی ناوەڕاست لەگەڵiliac crest سێگۆشەیەکی شێوە V پێکدەهێنێت.

ماسولکەی vastus lateralis شوێنێکی تری دەرزی لێدانە لە گەورەکاندا بەکاردەهێنرێت، هەروەها شوێنێکی پەسەندە بۆ پێدانی بایۆلۆجییەکان بۆ نموونە کوتانی بەرگری بۆ کۆرپەو منداڵی لاو و منداڵ. . درێژ دەبێتەوە بۆ پێگەیشتوو لە پانتایی دەست لەسەرەوەی ئەژنۆ بۆ پانتایی دەست لەخوارەوەی کڵاوە گەورەی ئەژنۆ. بەکارهێنانی ناوەڕاست سێ یەکی ماسولکە بۆ دەرزی لێدان.

شوێنی ماسولکەی Deltoid دیاری بکە بە دەرخستنی تەواوی قۆڵی سەرەوەی نەخۆشەکە لەگەڵ شانی و داواکردن لێی بۆ پشوودان بە قۆڵی لە تەنیشت خۆی یان بە پاڵپشتی کردنی قۆڵی نەخۆشەکە لەگەڵ نوشتانەوەی ئانیشکی. هیچ قۆڵێکی بە توندی مەپێچەرەوە. ڕێگە بە نەخۆش بدە دابنیشێت، بوەستێت، یان پاڵکەوێت. دەستلێدانی لێواری خوارەوەی acromion process کە بناغەی سێگۆشەیەک لە هێڵدا لەگەڵ خاڵی ناوەڕاستی لای قۆڵی سەرەوە دروست دەکات. شوێنی دەرزی لێدانەکە لە ناوەڕاستی شوێنی دەرزی لێدانەکە لە ناوەڕاستی سێگۆشەکەدایە نزیکەی ٣ تا ٥ سم (١ تا ٢ئینچ) لە خوار acromion process.

شێوازی Z-track تەکنیکێکە بۆ ڕاکێشانی پێست لە کاتی دەرزی لێداندا، پێشنیار دەکرێت بۆ دەرزی IM . دەبێتە هۆی ڕێگە گرتن لە دزەکردنی دەرمانەکە بۆ ناو شانەی ژێر پێست، دژە دزەکردنی دەرمانە لە ماسولکەدا و دەبێتە هۆی کەم کردنەوەی کولانەوەی. بۆ بەکارهێنانی شێوازی Z-track دەرزیەکی قەبارە گونجاو بۆ سرنجەکە بەکاربهێنە شوێنی IM دەستنیشان بکە، باشترە ماسولکەیەکی گەورە و قووڵ بێت وەک ventrogluteal ڕاکێشانی پێستی سەروو شانەی ژێر پێست بە نزیکەی ٢،٥ بۆ ٣،٥ سم (١ بۆ ١/٢ ئینچ) بە لایەنی لاتەنیشتی بازووی دەستی نازک پێستەکە بگرە هەتا دەرزیەکە لێدەدەیت. دواتر شوێنەکە پاک بکەرەوە، لێدانی دەرزییەکە بە قووڵی بۆ ناو ماسولکە بۆ کەم کردنەوەی نا ئاسوودەیی شوێنی دەرزیەکە. ئیتر پێویست بە هەوا تێکردن ناکات. دواى لێدانی دەرزیەکە و پێدانی کوتان.

ئەمە بەرپرسیارێتی پەرستارەکانە بۆ پەیرەوکردنی سیاسەتی ئاسایش لە دواى لێدانی دەرزیەکە. بۆ ماوەی ١٠ چرکە دەرزیەکە لە ناوەوە بهێڵەرەوە بۆ بڵاوبوونەوەی دەرمانەکە بە یەکسانی. بەردانی پێستەکە لەدوای دەرهێنانی دەرزیەکە، بەمەش شێوەیەکی زیگ زاگ بە جێدەهێڵێت کە ڕێڕەوی دەرزیەکە دادەخات کە تێیدا شانەکان لەسەر یەک ریز بوون. دەرمانکەش هەڵدەمژرێت لە ڕێی شانەی ماسولکەکانەوە.

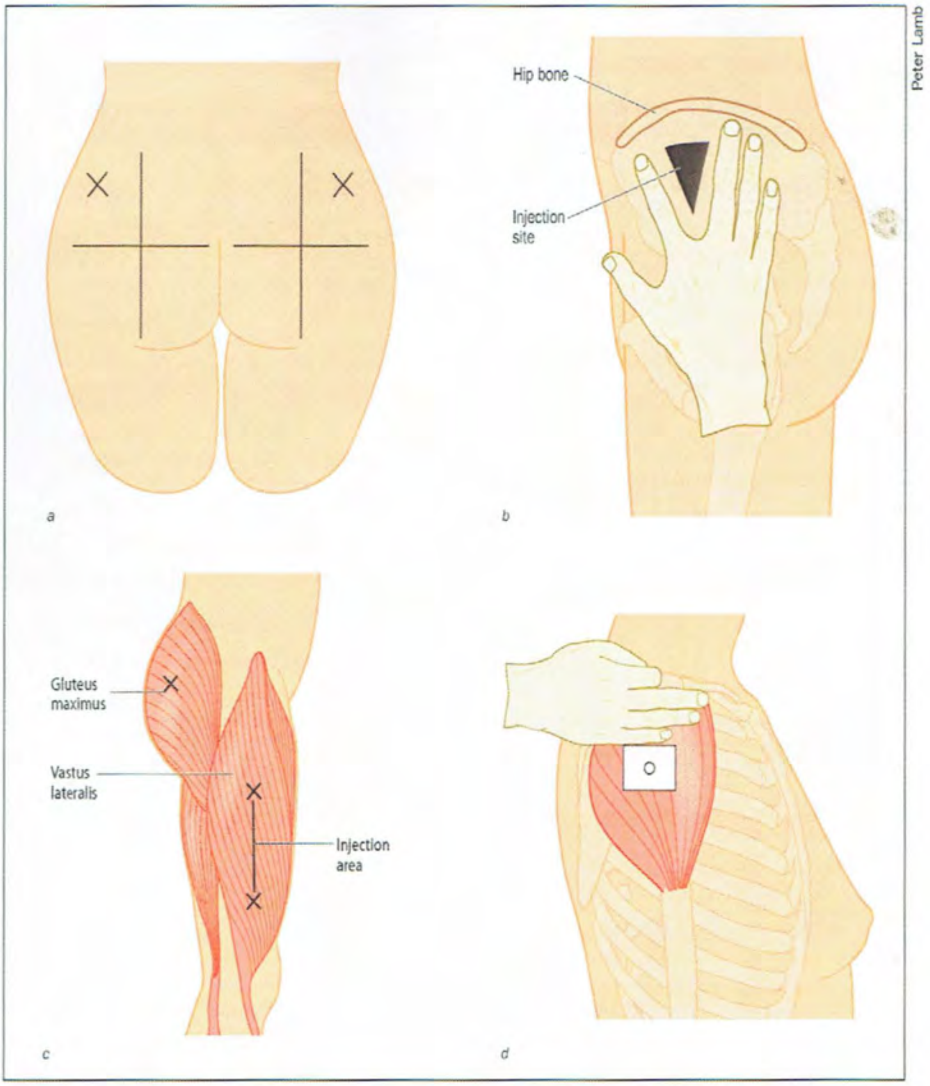


Figure 1. Intramuscular injection sites: dorsogluteal site (a), ventrogluteal site (b), vastus lateralis site (c) and deltoid site (d)

کردارەکە: دەرزی ناو ماسولکەکان (IM)

پێناسـە: لێدانی دەرزی بە رێگەی نـاو ماسـولکە کە دەرمـانەکە دەکاتە نـاو شـانەی ماسـولکەی قـووڵ، کە پـڕە لە سەرچاوەی خوێن، رێگە بە هەڵمژینی دەرمانەکە دەدات بە شێوەیەکی خێراتر لە شێوازی دەرزی ژێر پێست.

- بـۆ بەدەسـتهێنانی کاریگەری خێراتـری دەرمـانەکە زیـاد لەوەی کە بەدەسـت دەهێنرێت لە رێگەی پێدانی لە دەمەوە لەگەڵ ژێرپێست دا
- بۆ ئەو دەرمانانەی کە گونجاو نین بۆ پێدانیان لە رێگەی دەمارەوە.

پێداویستییەکان:

- قەبارەی سرنجی گونجاو لەگەڵ دەرزی:
- ٢ بۆ ٣ مل بۆ گەورە
- ٠.٥ بۆ ١ مل بۆ منداڵی ساوا و بچووک
- درێژی دەرزی دەبێت بگونجێ لەگەڵ شوێنی دەرزی و تەمەنی نەخۆش
- پێوانەی دەرزیەکە زۆرجار پشت دەبەستێت بە درێژی دەرزییەکە پێدانی دەرمان لە گیراوەیەکی ئاوی بە ٢٠ بە ٢٥ پێوانەی دەرزییەکە.
- سوابی ئەلکهول
- پارچە گۆزێکی بچووک
- دەرمانی Vial یان ampule
- دەستکێشی پاک
- تۆمارکردنی دەرمانی پێدراو (MAR) یان چاپی کۆمپیوتەر
- دەفری بەرگری لە کونکردن

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- جێبەجێکردنی کردارەکە بەپێی پرۆتۆکۆل، پێداچوونەوەی دەروونی بۆ هەنگاوەکانی کردارەکە پێش دەستپێکردنی.	جێبەجێکردنی پێوەرەکان بۆ نەخۆشەکە بە پێی پێوەرە ئاساییەکان. پێدانی ڕاستەوخۆ لە هەڵبژاردنی ئامێرەکە. هەروەها یارمەتی دەدات لە دیاریکردن و بەکارهێنانی شوێنەکە بۆ پێوانەکردن.
٢- پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە.	بۆ ڕێگری گرتن لە مەترسی تووشبوون لە یەکتری / پیسبوون
٣- بەکارهێنانی خۆپارێزی ستاندارد و تەکنیکی پاککەرەوە وەک گونجاو. خۆت لە خوێن و شلەی لەش بپارێزە بە لەبەرکردنی دەستکێش.	بۆ پاراستنی خۆت و خودی نەخۆش و دابینکەرانی تری تەندروستی لە دژی بوونی هەر وردە زیندەوەرێک.
٤- کۆکردنەوەی هەموو ئەو پێداویستیانەی کە پێویستن.	بۆ ڕێگەگرتن لە تێکچوونی کردارەکە. ڕێکخستن ئاسانکاری دەکات لە هەبوونی شارەزای دروست.
٥- پشکنینی هەنگاوەکان و دڵنیابوونەوە لە ناسنامەی نەخۆشەکە بە بەکارهێنانی لانی کەم دوو پێناسی نەخۆش.	ڕێکخستنەکە جۆری پێچانەوەکە ڕوون دەکاتەوە. سەلامەتی نەخۆش دەستەبەر دەکات
٦- ڕوونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆش.	بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ و زیادکردنی هاوکاری -بەدەستهێنانی ڕەزامەندی بۆ ئەو کردارە -پێدانی زانیاری خێراتر هەماهەنگی و لێک تێگەیشتن
٧- دەرگاکە دابخە لەگەڵ داپۆشینی یان پەردەکە ڕابکێشە.	دابینکردنی تایبەتمەندی لەگەڵ کەم کردنەوەی زیندەوەرە هەواییەکان.
٨- ئامادەکردنی دەرمانەکان بۆ یەک نەخۆش لە کاتی خۆیدا بە بەکارهێنانی تەکنیکی پاککراو و ڕێگە گرتن لە هەر لێ تێکچوونێک. پشکنینی زانیاری سەر دەرمانەکە بە وریاییەوە و بە پێی ڕێنماییەکانی دکتۆر، ٢ جار لە کاتی ئامادەکردنی دەرماندا.	دڵنیابوونەوە لەوەی دەرمانەکە پاکژکراوە. ڕێگەگرتن لە سەرقاڵ بوون، هەڵەی ئامادەکردنی دەرمان کەم دەکاتەوە . ئەمانە یەکەم و دووەم پشکنینن بۆ وردی دڵنیابوون لەوەی کە دەرمانی دروست بەکاردەهێنرێت.
٩- پێدانی دەرمان بە نەخۆشەکە لە کاتی گونجاودا.	نەخۆشخانەکان دەبێت پەیرەوی پێدانی دەرمان ڕێکاری کاتی پێدانی دەرمان بگرنە بەر بە ڕەچاوکردنی سروشتی دەرمانی دیاریکراو، جێبەجێکردنی بە شێوازێکی پزیشکی تایبەت و پێویستی نەخۆش.
١٠- دەستنیشانکردنی نەخۆش بە بەکارهێنانی دوو پێناسی نەخۆش وەک (ناو، ڕۆژی لە دایکبوون، یان ناو و ژمارەی حساب) بە پێی پەیرەوی یاسایی. بەراوردکردنی ئەو کەسانەی زانیاریان هەیە لەسەر ڕیکۆردی پزیشکی یان ئامار MAR.	دڵنیابوونەوە لە دروستی نەخۆشەکە لەگەڵ جێبەجێکردنی پێداویستییەکانی لیژنەی هاوبەشەکان بۆ سەلامەتی نەخۆشەکە هەندێک لە ئاژانسەکان ئێستا بارکۆدەکان بەکاردەهێنن بۆ یارمەتیدان لە ناسینەوەی نەخۆشەکە.
١١. لەسەر جێگای نەخۆشەکە دووبارە بەراوردی MAR یان چاپی کۆمپیوتەر لەگەڵ ناوی دەرمانەکە لەسەر زانیاری دەرمانەکە لەگەڵ ناوی نەخۆشەکە. پرسیار لە نەخۆشەکە بکە ئایا هەستیاری هەیە.	ئەمە سێیەم تاقیکردنەوەیە بۆ دڵنیابوون لە دروستی نەخۆشەکە. لە وەرگرتنی دەرمانی ڕاست. دڵنیابوونەوە لە ڕابردووی هەستیاری نەخۆش

١٢- گفتوگۆ لەسەر ئامانجی هەر دەرمان و رێوشوێنێک و کاریگەری خراپی بکرێت. رێگە بە نەخۆش بدە هەر پرسیارێک بکات، بە نەخۆشەکە بڵێ کە دەرزییەکە دەبێتە هۆی سووتانەوەی یان کەمێک پێوەدان.	نەخۆش مافی ئەوەی هەیە ئاگاداربکرێتەوە، تێگەیشتنی نەخۆش بۆ هەر دەرمانێک، دەبێتە هۆی باشترکردنی پەیوەستبوون بە چارەسەری دەرمان. یارمەتی کەمکردنەوەی دڵەراوکێی نەخۆش دەدات.
١٣- دەستنیشانکردنی شوێنێکی گونجاو، تێبینیکردنی تەواوی قەبارەی ماسولکەکان، پشکنین کردن بۆ رەقی و شلی ماسولکەکە، خۆت بە دوور بگرە لەو ناوچانە. ئەگەر نەخۆش بە بەردەوامی دەرزی وەرگرت ئەوا شوێنەکەی بگۆڕە، یان ئەگەر گونجاو ventrogluteal بەکاربهێنرێت.	ventrogluteal: گونجاوترین شوێنە بۆ لێدانی دەرزی لە کەسانی پێگەیشتوودا، هەروەها بۆ منداڵیش بە هەمان شێوە لە هەموو تەمەنێکدا.
١٤-یارمەتی دانی نەخۆش بۆ وەستانی لەسەر شێوازێك کە ئاسوودە بێت پێی، وەستانی نەخۆش پشت دەبەستێت بەو شوێنەی کە هەڵدەبژێردرێت بۆ دەرزی لێدان بۆ نموونە نەخۆش (دانیشتووە، بە شێوازێکی تەخت لەسەر دەم راکشاوە، لەسەر یەکێك لە لایەکانە)	مانەوویی لەسەر ماسولکەکەم دەکاتەوە و کەمکردنەوەت ناناسوودەیی دەرزی لێدان
١٥- شوێنەکان بجووڵێنە بەپێی نیشاندەرە توێکارییەکان	دەرزی لێدان لە شوێنە توێکارییە راستەکاندا رێگری دەکات لە برینداربوونی دەمار و ئێسک و لوولەکانی خوێن.
١٦- هەڵگرتنی سوابەکە یان گۆزەکە لە نێوان پەنجەی سێهەم و چوارەمی دەستی نازاڵ.	گۆزە یان سوابەکە بە ئاسانی دەمێنێتەوە کاتێک دەرزیەکە دەردەکرێت.
١٧- لابردنی سەری دەرزییەکە لە دەرزییەکە بە راکێشانی راستەوخۆ.	رێگەگرتن لە بەرکەوتنی دەرزییەکە لەگەڵ لاکانی سەرەکەی رێگە لە تووشبوون دەگرێت.
١٨- هەڵگرتنی سرنجەکە لە نێوان پەنجە گەورە و پەنجەی نیشانەی دەستی زاڵ و رووی دەرزییەکە بۆ سەرەوە.	دەرزی لێدان بە نەرمی پێویستی بە دەست لێدانێکی باشی بەشی سرنجەکە هەیە. لەگەڵ لارکردنەوەی بۆ سەرەوە کەمتر ئەگەری چوونەناوەوەی دەرمانەکە بۆ ناو شانەی ژێر پێست هەیە.
١٩- بە دەستی نازاڵ و بەکارهێنانی پەنجە گەورە یان پەنجەی نیشانە پێستەکە لەسەر شوێنەکە رابکێشە.	دەرزییەکە بە ئاسانی پێستی توند کون دەکات.
٢٠- دەرزی لێدان دانانی لایەکی بازوو بە دەستی نازال رێک لە خوار شوێنەکەوە. ا- راکێشانی پێستەکە بە لا تەنیشتەی بە نزیکەی ٢،٥ بۆ ٣،٥ سم (١ بۆ ١/٢ ئینچ). گرتنی شوێنەکە هەتا ئەوکاتەی دەرمانەکە لێی دەدرێت. بە دەستی زاڵ، بە خێرایی و بە گۆشەی ٩٠ پلە دەرزیەکە لە ماسولکەکە بدە.	هێڵی Z رێگای زیک زاک دروست دەکات لە ناو شانەکاندا کە دەبێتە هۆی دانانی دەرزیەکە لە ناو هێڵەکەو رێگەگرتن لە پێدانی دەرمان. دەرزی لێدانێکی لە شێوەی رم دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی نا ئارامی. دەرزی لێدانی هێڵی Z دەکرێت بۆ هەموو دەرزییەکانی ماسولکە بەکاربهێنرێت دڵنیابەرەوە لەوەی کە دەرمانەکە گەیشتۆتە بارستایی ماسولکە دەست لێدانی سرنجەکە بە نەرمی دەبێتە هۆی کەم کردنەوەی نا ئارامی لە کاتی جووڵاندنی دەرزییەکە. پێستەکە بە راکێشراوی دەمێنێتەوە هەتاوەکو دەرمانەکە لێدەدرێت بۆ دڵنیابوونەوە لە شێوازی هێڵی Z.

ب- ئەگەر ماسولکەی نەخۆشەکە بچووک بوو، ئەوا لەشی ماسولکەکە لە نێوان پەنجە گەورە و پەنجەکانی دەست بگرە. ج- دوای ئەوەی دەرزییەکە پێستەکەی کون کرد، هێشتا بە دەستی نازاڵ پێستەکە رابکێشە. کۆتای بەشی سرنجەکە بە پەنجەی دەستی نازال داگیربێت بۆ جێگیرکردنی. دەستی زاڵ بجوڵێنە بۆ کۆتایی هێنان بە سرنجەکە. خۆت بە دوور بگرە لە جوڵاندنی سرنجەکە. ٥ بۆ ١٠ چرکە ئەگەر هیچ خوێنێک دەرنەکەوت، دەرمانەکە بە هێواشی لێبدە بە رێژەی ١٠ چرکە/ مل . چاوەری بکە بۆ ماوەی ١٠ چرکە، پاشان بە نەرمی و بەردەوامی دەرزییەکە دەربکە، پێستەکە بەر بدە، سوابێکی ئەلکهول یان گۆزێک بە نەرمی لەسەر شوێنەکە دابنێ.	هەڵمژینی خوێن بۆ ناو سرنجەکە ئاماژە بە ئەگەری دانانی بۆ ناو خوێن هێنەری گونجاو دەکات. دەرزی لێدان بە هێواشی دەبێتە هۆی کەم کردنەوەی ئازار و بریی شانەکان. CDCچیتر پێشنیازی هەڵمژینی خوێن ناکات لە دوای پێدانی کوتان . ئەگەر خوێن دەرکەوت لە ناو سرنجەکە، دەرزییەکە دەربکە، دەرمان و سرنجەکە بە باشی فڕێ بدە. ژەمێکی تری دەرمان ئامادە بکە بۆ لێدان. رێگە بە کات بدە هەتاوەکو دەرمانەکە هەڵدەمژرێت لە رێی ماسولکەکانەوە پێش ئەوەی سرنجەکە دەربکەیت. گۆزێکی وشک دەبێتە هۆی کەم کردنەوەی نا ئارامی بە یارمەتی کهول لەسەر پێستی ساغ.
٢١- کردنی پەستان بە شێوەیەکی نەرم لەسەر شوێنی دەرزییەکە. نابێت مەساج بۆ ئەو شوێنە بکرێت. دانانی برین پێچ ئەگەر پێویست بوو.	مەساجکردن دەبێتە هۆی زیانگەیاندن بە شانەکانی ژێرەوەی پێست.
٢٢- فڕێدانی دەرزی بەکارهاتوو و کردنە ناو سندوقی سەلامەتی کە سندوق تایبەت بە فڕێدانی دەرزییە.	بۆ رێگری کردن لە بریندار بوونی نەخۆش کارمەندانی تەندروستی دووبارە داپۆشینی دەرزی بە رووپۆشەکەی مەترسی بریندار بوون بە هۆی دەرزییەوە زیاد دەکات
٢٣- گەڕانەوە بۆ ژووری نەخۆش دوای ١٥ بۆ ٣٠ خولەك، پرسیار بکە لە نەخۆشەکە کە ئایا هەست بە ئازار، سووتانەوە، سڕبوونی کەم، دەکەیت لە شوێنی لێدانی دەرزییەکە.	بەردەوام بوونی نا ئاسودەیی نەخۆش لە شوێنی لێدانی دەرزی لەوانەیە ببێتە هۆی بریندار بوونی ئێسك و دەمارەکانی ژێرەوە
٢٤- گەڕاندنەوەی پێداویستیەکان. کۆکردنەوەی پێداویستیە بەکارهاتووەکان، پاکردنەوەی یان هەڵگرتنی پێداویستیەکان لە شوێنی گونجاو. پاکردنەوەی شوێنەکەت بە جێهێشتنی هەر وەک پێشتر.	بۆ پاراستنی شوێنەکە و پێداویستیەکان بە سەلامەتی و پاکوخاوێنی بۆ بەکارهێنانی داهاتوو.
٢٥- لابردنی دەستکێشەکان و جێبەجێکردنی پاکوخاوێنی دەستەکان.	بۆ رێگری گرتن لە مەترسی تووشبوون لە یەکتری / پیسبوون.

تۆمارکردن و راپۆرتکردن:

راستەوخۆ لە دوای پێدانی دەرمان تۆمارکردنی ژەمی دەرمان، شێواز، شوێن، کات و بەروار لە MAR. بە دروستی واژۆی MAR بکە بە پێی پێوەری رێکخراو. تۆمارکردنی فێربوونی نەخۆش، سەلماندنی ئاستی تێگەیشتنی نەخۆش، وەڵامدانەوەی نەخۆش بۆ دەرمان لە تێبینییەکانی پەرستار لەگەڵ تۆماری تەندروستی ئەلکترۆنی(EHR)

تۆمارکردنی هەر کاریگەرییەکی نەخوازراو لە دەرمانەوە بۆ سەر تەندروستی دابینکەری نەخۆش، تۆمارکردنی هەر کاریگەرییەکی خراپ بە پێی پێوەری یاسایی.

ئەنجامە چاوەڕواننەکراوەکان	هۆکارە پەیوەندیدارەکان
نەخۆش گلەیی لە هەبوونی ئازار لە شوێنی دیاریکراو یان بەردەوامی کزانەوە دەکات لە شوێنی دەرزییەکە، کە ئەمەش ئاماژەیە بۆ هەبوونی برین لە دەمار یان لە مولوولەی خوێن.	هەڵسەنگاندنی شوێنی دەرزی ئاگاداری دابینکەری تەندروستی نەخۆش بکە.
لە کاتی دەرزی لێداندا خوێنەکە هەڵدەمژێ.	ڕاستەوخۆ لێدانی دەرزییەکە بوەستێنە، دەرزیەکە لابدە ئامادەکردنی سرنجێکی نوێی دەرمان بۆ پێدانی.
نەخۆش کاردانەوەی خراپ نیشان دەدات لەگەڵ نیشانەکانی میز، ئەگزیما، خوران، سووربوونەوە، دەنگی خیزە خیز، لەگەڵ تەنگەنەفەسی.	پەیڕەوی ڕێنماییەکان بکە بۆ وەڵامدانەوەی گونجاوی کاردانەوەی هەستیاری بۆ نموونە پێدانی antihistamine (such as diphenhydramine [Benadryl]) or epinephrine ڕاستەوخۆ ئاگاداری دابینکەری تەندروستی نەخۆش بکە زیاکردنی زانیاری هەستیاری نەخۆش بۆ تۆمارەکە.

دەرزی ژێر پێست بریتییە لە دانانی دەرمان بۆ ناو بەستەرە شانەی شل بووکە لە ژێرەوەی پێست دروست دەبێت. چونکە شانەی ژێر پێست وەک ماسولکەکان خوێنبەرێکی زۆری تێدا نییە. دەرمانەکان بە هێواشی زیاتر لە دەرزی ناو ماسولکەی (IM) هەڵدەمژرێن.

وەرزشکردنی جەستەیی یان بەکارهێنانی پەستانی گەرم یان سارد کاریگەری لەسەر ڕێژەی هەڵمژین لە دەرماندا هەیە بە گۆڕینی لێشاوی خوێنی دیاریکراو بۆ شانەکان. هەر بارودۆخێک کە لێشاوی خوێن توشی کەم بوون بکات ئاماژەیەکی دژە بە دەرزی ژێرپێست. پێدانی دەرمانی ژێر پێست بە ژەمی بچووک کەمتر لە ٢ملم کە هاوتان بێزارکەرنین، لینج نین، لەگەڵ توانای توانەوەی لە ئاودا. باشترین شوێنی دەرزی ژێر پێست بریتییە لە لایەکانی بەشی دەرەوەی قۆڵەکانی سەرەوە، سک لە بەشی خوارەوەی دەوری ناوک، لای پێشەوەی ڕانەکان دەگرێتەوە.

کردار: دەرزی ژێر پێست

پێناسە: دەرزی ژێر پێست بریتییە لە دانانی دەرمان بۆ ناو بەستەرە شانەی شل بووکە لە ژێرەوەی پێست دروست دەبێت.

ئامانج لەکردارەکە:

- پێدانی ئەو دەرمانانەی کە کاریگەری لە GIT ناکات.
- پێدانی ژەمی بچووک
- بۆ هێواش هەڵمژینی دەرمان.

پێداویستییەکان:

- قەبارەی گونجاوی سرنج

سرنجی ژێر پێست (١بۆ ٣مل) لەگەڵ دەرزی (٢٥ بۆ ٢٧ پێوانە ٣ بۆ ٨ / ٥ بۆ ٨ ئینچ).

ژێر پێست ١٠٠ ئەنسۆلین: سرنجی ئەنسۆلین (١مل) لەگەڵ دەرزی پێشتر پێوەلکاو (٢٨ بۆ ٣١ پیوانە ٦/٥ بۆ ٢/١ ئینچ).

ژێر پێست ٥٠٠ ئەنسۆلین ١مل (TB) tuberculin سرنج لەگەڵ دەرزی (٢٥ بۆ ٢٧ پێوانە ٢/١ بۆ ٨/٥ ئینچ).

- پارچە گۆزێکی بچووک
- سوابێکی ئەلکهول
- دەرمانی Vial یان ampule
- دەستکێشی پاک
- تۆمارکردنی دەرمانی پێدراو (MAR) یان چاپی کۆمپیوتەر
- دەفری بەرگری لە کونکردن

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- پێش دەستپێکردنی کارەکانت هەوڵبدە هەنگاوەکانی کردارەکە بیر خۆت بخەرەوە.	١- بۆئەوەی بەدووربیت لەهەر شڵەژانێک لەکاتی ئەنجامدانی کردارەکە لە لای نەخۆشەکە .
٢- دەستەکانت پاک رابگرە.	٢- بۆ رێگری کردن لە توشبوون بە هەوکردن یان بەرکەوتن بە پیسی .
٣- هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکار بهێنە کە پێویستە. خۆت لە خوێن و شلەی لەش بپارێزیت بە لە دەستکردنی دەستکێش.	٣- بۆ پاراستنی خۆت، نەخۆشەکەو هەموو ئەو کەسانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا .
٤- کۆکردنەوەی هەموو پێداویستە پێویستییەکان	٤- بۆ رێگری کردن لە دواکەوتنی کردارەکە و بەردەوام بوون لەسەری و تەواوکردنی لە زووترین کاتدا .
٥- فەرمانەکە بپشکنە و ناسنامەی نەخۆشەکە پشتڕاست بکەوە بە بەکارهێنانی بەلایەنی کەمەوە دوو لە ناسنامەی نەخۆشەکە	٥-بۆ پاراستنی ئارامی نەخۆشەکە.
٦- روونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە	٦-بۆ ئارامکردنەوەی نەخۆشەکە لەکاتی هەبوونی هەر دڵەڕاوکێیەک و بەدەستهێنانی رەزامەندی نەخۆشەکە . پێدانی زانیاری خێراترو هاوکاری کردن و لێکتێگەیشتن .
٧- دەرگای ژوورەکە دابخە و پەردەکان دایەرەوە .	بۆ پاراستنی تایبەتمەندێتی نەخۆشەکە و کەمکردنەوەی میکرۆب و زیندەوەرە هەواییەکان.

٨- پشــکنینی ورد و تەواوی هەر MAR یــک یــان چــاپی کۆمپیــوتەر لەگەڵ ڕەچەتەی نــوسراوی دەرمــانەکە. پشــکنینی نــاو، نــاوی دەرمــان لەگەڵ ژەمەکەی، شــێوازی پێدانەکەی، لەگەڵ کاتی پێدانەکەی. کــۆپ کــردنەوەی هەر بەشــێکی MAR کە خوێنــدنەوەی قورس بێت.	پەڕەی داواکراو باوەڕپێکراوترین سەرچاوە و تۆماری یاسای دەرمانەکانی نەخۆشەکەیە. دڵنیات دەکاتەوە کە نەخۆشەکە دەرمانی دروست وەردەگرێت. دەستنووسی MAR سەرچاوەی هەڵەی دەرمانە
٩- دەستنیشــانکردنی نەخــۆش بە بەکارهێنــانی دوو پێناسی نەخۆش وەک (ناو، ڕۆژی لە دایکبوون، یان ناو و ژمارەی حســاب) بە پــێی پەیــڕەوی یاســایی. بەراوردکــردنی ئەو کەســانەی زانیاریــان لەســەر ڕیکــۆردی پزیشــکی یــان ئامــار MAR هەیە	دڵنیــابوونەوە لە دروســـتی نەخۆشـــەکە لەگەڵ جێبەجێکـــردنی پێداویستییەکانی لیژنە هاوبەشەکان بۆ سەلامەتی نەخۆشەکە ,هەندێک لە ئاژانســەکان ئێســتا بارکۆدەکــان بەکــار دەهێــنن بــۆ یارمەتیــدان لە ناسینەوەی نەخۆشەکە.
١٠- لەســەر جێگای نەخۆشەکە دووبارە بەراوردی MAR یــان چــاپی کۆمپیــوتەر لەگەڵ نــاوی دەرمــانەکە لەســەر زانیاری دەرمانەکە لەگەڵ ناوی نەخۆشەکە بکە. پرسیار لە نەخۆشەکە بکە ئایا هەستیاری هەیە.	ئەمە سێیەم تاقیکردنەوەیە بۆ دڵنیابوون لە دروستی نەخۆشەکە، لە وەرگرتنی دەرمانی ڕاست. دڵنیابوونەوە لە ڕابردوی هەستیاری نەخۆش
١١- دەستنیشان کردنی شوێنێکی گونجاو، پشکنین کردن بۆ ڕوی پێســت لە شــوێنەکە بــۆ هەبــوونی شــین هەڵــگەڕان، ئیلتیهاب و هەڵاوسان. ئەو شوێنە بەکارمەهێنە کە شین هەڵگەڕاوە یان نیشانەکانی توشبوون هەیە.	شوێنی دەرزیەکە پەیوەستە بە دروستبوونی هەر ناتەواوییەک بە هۆی هەڵمژینی دەرمانەکەوە. ئەو شوێنانەی بە بەردەوامی بەکاردەهێنرێن ڕەق دەبن لە Lipohypertrophy (زیادبوونی گەشەی چەوری لە شانەکاندا)
١٢- دەســت لێدانی شــوێنەکە؛ ڕێگەگرتن لە هەر تـۆپەڵ و نەرمییەک. دڵنیـا بەرەوە لەوەی کە قەبـارەی دەرزیـیەکە تەواوە بـۆ گـرتنی پێسـتەکە لە شـوێنی لێدانەکە بە پەنـجە گەورە و پەنـجەی نیشـانە. لۆچەکان بپێوە لە سـەرەوە بـۆ خـوارەوە. دڵنیا بەرەوە لەوەی کە دەرزیەکە یەک و نیوەی درێژی لۆچەکانی هەیە. ا- لە کـاتی لێـدانی insulin یـان heparinبە ژێـر پێسـت. یەکەم جـار شـوێنەکانی سـک بەکاربهێنە بـۆ لێدان، دواتـر شوێنەکانی ڕان. ب- لە کــاتی لێــدانی heparin کێشیـــ کەم گەردیـــلەی (LMWH) شــوێنێک هەڵبژێــرە لە لای ڕاســت یــان چەپی ســک، بە لایەنی کەمەوە ٥ ســم (٢ئیــنج) دوور بێــت لە ناوکەوە. ج- شــوێنی ئەنســـولین بســـوڕێنەرەوە لە نــاو ڕووبەرێــکی ئەناتۆمیــانە بــۆ نمــوونە: (نــاوچەی ســک و هەنــاو) بە شێوەیەکی ڕێکوپێک شوێنی لێدانەکان دەسوڕێندرێنەوە لە ناوچەی دیاریکراو.	دەکرێت بە هەڵە دەرزی ژێر پێست لە ماسولکە بەیت بەتایبەتی لە ناو شوێنەکانی سک و ڕان. قەبارەی گونجاوی دەرزی دڵنیات دەکاتەوە کە دەرمانەکە دەکەیتە ناو شانەی ژێر پێست. مەترسی شین هەڵگەڕانی پەیوەندی شوێنی لێدانەکە نییە. لێدانی LMWH لە لاکانی سکەوە یارمەتیدەرە لە کەم کردنەوەی ئازار و شین هەڵگەڕان لە شوێنی دەرزی لێدان. سوڕاندنی شوێنی لێدانەکە بە هەمان شوێنی ئەناتۆمیانە پارێزگاری لە گونجاوی ڕۆژ بە ڕۆژی هەڵمژینی ئەنسۆلین دەکات.
١٣- یارمەتی نەخـۆش بـدە لە هەبـوونی شـوێنێکی ئـارام، بـا قاچی، دەستی یان سکی ئاسوودە بێت بە پێی دیاریکردنی شوێنەکە.	پشوданی شوێنەکە دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی نائارامی.

١٤- شوێنەکە بە سوابێک پاک بکەرەوە. پاککردنەوەی لە ناوەراستی شوێنەکەوە، وە بە ئاراستەی بازنەیی بیخولێنەرەوە بۆ دەرەوە بۆ نزیکەی ٥ سم (٢ ئینچ)	کرداری میکانیکی سوابەکە دەبێتە هۆی لابردنی ئەو دەردراوەی کە میکرۆئۆرگانیزمی تێدایە. ئازار لە شوێنی دەرزی لێدان کەم دەکاتەوە
١٥- هەڵگرتنی سوابەکە یان گۆزەکە لە نێوان پەنجەی سێ هەم و چوارەمی دەستی نازاڵ.	گۆز یان سوابەکە بە ئاسانی دەمێنێتەوە کاتێک دەرزیەکە دەردەکرێت.
١٦- لابردنی سەری دەرزییەکە لە دەرزییەکە بە راکێشانی راستەوخۆ.	رێگەگرتن لە بەرکەوتنی دەرزییەکە لەگەڵ لاکانی سەرەکەی رێگە لە تووشبوون دەگرێت.
١٧- هەڵگرتنی سرنجەکە لە نێوان پەنجە گەورە و پەنجەی نیشانەی دەستی زاڵ و هەڵگرتنی بە شێوەی رم.	لێدانی خێرا، نەرم پێویستی بە دەست لێدانێکی باشی بەشەکانی سرنجەکە هەیە.
١٨- لێدانی دەرزی: بۆ نەخۆشێکی قەبارە مامناوەند، پێستەکە بگرە لەسەرو شوێنی دەرزی لێدانەکەوە یان گوشینی پێستەکە بە دەستی نازاڵ. لێدانی دەرزیەکە بە خێرایی و توندی بە گۆشەی ٤٥ بۆ ٩٠ پلە. بەردانی پێستەکە ئەگەر گوشیوتە. هەڵبژاردە: لە کاتی بەکارهێنانی قەڵەمی دەرزی لێدان یان پێدانی heparin بەردەوام بە لە گوشینی پێستەکە لە کاتی لێدانی دەرمانەکە. بۆ نەخۆشی قەڵەو، پێستەکە بگوشە لە شوێنەکە و لێدانی بە گۆشەی ٩٠ پلە لە ژێر شانەوە. لە دوای چونەناوەوەی دەرزیەکە بۆ شوێنەکە، کۆتایی سەری سرنجەکە بگرە بە دەستی نازاڵ بۆ جێگیرکردنی. بە دەستی زاڵ پاڵ بە سرنجەکەوە بنێ و بە هێواشی دەرمانەکە لێبدە بە چەند چرکەیەکHunter, 2008b ، خۆت بە دوور بگرە لە جوڵاندنی سرنجەکە. دەرهێنانی دەرزیەکە بە خێرایی، لە هەمان کاتدا دانانی سوابێکی پاک یان گۆزێک بە نەرمی لەسەر شوێنەکە.	دەرزیەکە پێستی توند ئاسانتر کون دەکات وەک لە پێستی شل. بەگرتنی پێست شانەی ژێر پێست بەرزدەبێتەوە و کەمتر هەستیار دەبێت. خێرایی و بە توندی لێدانی دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی نا ئارامی لێدانی دەرمان بۆ ناو شانەی پەستان لێکراو دەبێتە هۆی ئازاردانی دەمارەکان. گۆشەی راست رێگە لە لێدانی بە رێکەوت دەگرێت بۆ ناو ماسولکە. نەخۆشە قەڵەوەکان چینێکی چەوری شانەیان هەیە لەسەرەوەی پێست. جوڵاندنی سرنجەکە دەبێتە شوێن گۆڕینی دەرزیەکە و نا ئارامی. هێواش لێدانی دەرمانەکە دەبێتە هۆی کەم کردنەوەی نا ئاسودەیی. شانەکانی دەوروبەری شوێنی لێدانەکە دەبێتە هۆی کەم کردنەوەی نا ئاسوودەیی لە کاتی دەرهێنانی دەرزیەکە. رەنگە بەکارهێنانی گۆزێکی وشک ببێتە هۆی کەم کردنەوەی نا ئاسوودەیی نەخۆشەکە کە پەیوەندی بە ئەلکهول لەسەر پێستی نا تەندروست هەیە.
١٩- پەستانێکی کەم لەسەر شوێنەکە بکە. مەساج بۆ شوێنەکە مەکە. ئەگەر heparin پێدرا ئەوا سوابێکی ئەلکهول یان گۆزێک لەسەر شوێنەکە بۆ ماوەی ٣٠ بۆ ٦٠ چرکە دابنێ.	یارمەتیدەرە لە هەڵمژین، مەساج کردن زیان بە شانەکانی ژێر پێست دەگەیەنێت ماوەی کات رێگری لە خوێن بەربوون دەکات لە شوێنەکە.
٢٠- یارمەتی نەخۆش بدە بۆ ئەوەی شوێنی ئاسوودەیی خۆی هەبێ.	هەستی باشبوون بە نەخۆشەکە دەبەخشێت.
٢١- لێکردنەوەی سەری دەرزیەکە یان دانانی دەرزیەکە لە دەفری سەلامەتی و داپۆشینی لەگەڵ سرنجەکە بۆ دەفری کونکردن.	رێگری لە بریندابوونی نەخۆش و کارمەندانی تەندروستی دەکات. سەرنە نانەوەی دەرزییەکە دەبێتە هۆی زیادبوونی مەترسی بریندابوونی needlestick

٢٢- پێداویستییە بەکارهاتووەکان کۆبکەوە و پاکیان بکەوە و لەشوێنی تایبەت بەخۆیان دایانبنێرەوە و شوێنەکەش پاک بکەوە لەکاتی بەجێهێشتن.	بۆ پاراستنی ناوچەکەو پێداویستیەکان بەسەلامەتی و پاکوخاوێنی بۆ بەکارهێنانی لە داهاتوو.
٢٣- دەستکێشەکان لابدە و پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە	بۆ رێگری کردن لە مەترسی هەوکردن یان پیس بوون.

تۆمارکردن و راپۆرت کردن:

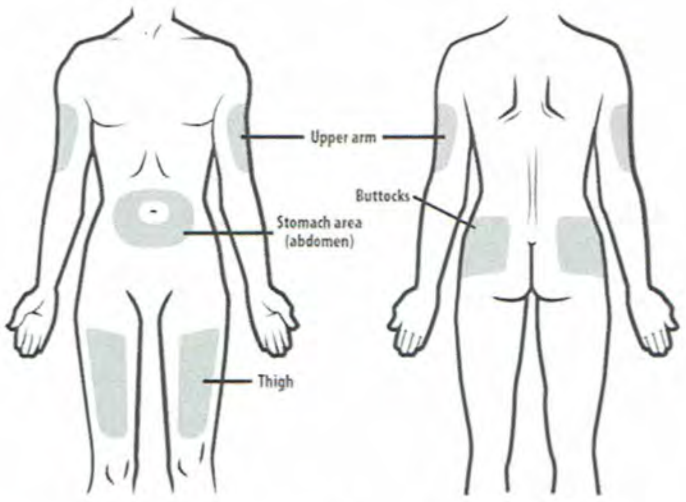
راستەوخۆ لە دوای پێدانی دەرمان تۆمارکردنی ژەمی دەرمان، شێواز، شوێن، کات و بەروار لە MAR. بە دروستی واژۆی MAR بکە بە پێی پێوەری رێکخراو.

تۆمارکردنی فێربوونی نەخۆش، سەلماندنی ئاستی تێگەیشتنی نەخۆش، وەڵامدانەوەی نەخۆش بۆ دەرمان لە تێبینەکانی پەرستار لەگەڵ تۆماری تەندروستی ئەلکترۆنی(EHR)

تۆمارکردنی هەر کاریگەرییەکی نەخوازراو لە دەرمانەوە بۆ سەر تەندروستی دابینکەری نەخۆش، تۆمارکردنی هەر کاریگەرییەکی خراپ بە پێی پێوەری یاسایی.

وێنەی ٢-١٥

هۆکارە پەیوەندیدارەکان	ئەنجامە چاوەڕواننەکراوەکان
هەڵسەنگاندنی شوێنی دەرزی؛ لەوانەیە ئاماژە بە هەبوونی برینداربوونی دەمار یان شانە بکات. ئاگاداری دابینکەری تەندروستی نەخۆش بە، دووبارە هەمان شوێن بەکارمەهێنەرەوە.	نەخۆش گلەیی دەکات لە هەبوونی ئازار لە شوێنی دیاریکراو، سڕی، تەزوو، سووتانەوە لە شوێنی دەرزی لێدانەکە.
چاودێری کردنی ڕێژەی لێدانی دڵی نەخۆش، هەناسەدان و پەستانی خوێن و پلەی گەرما. پەیڕەوی یاسا یان ڕێنماییەکان بکە بۆ وەڵامدانەوەی گونجاو بۆ کاردانەوەی هەستیاری بۆ نموونە antihistamine suchasdiphenhydramine [Benadryl] or epinephrine ڕاستەوخۆ ئاگاداری دابینکەری تەندروستی نەخۆش بکە، زیاکردنی زانیاری هەستیاری نەخۆش بۆ تۆمارەکە	نەخۆش کاردانەوەی خراپ نیشان دەدات لەگەڵ نیشانەکانی میز، ئەگزیما، خوران، سووربوونەوە، دەنگی خیزە خیز، لەگەڵ تەنگەنەفەسی
هەمان شوێن بەکارمەهێنەرەوە بۆ لێدانی داهاتوو. ڕێنمایی نەخۆش بکە کە بۆ ماوەی ٦ مانگ هەمان شوێن بەکارنەهێنێت.	گەورەبوونی پێست لە دووبارە کردنەوەی دەرزی ژێرپێستەوە دروست دەبێت.



وێنەی ٣-١٥

بەشی حەڤدەهەم

چارەسەر بە گیراوەکان

چارەسەر بە گیراوەکان

جۆرەکانی گیراوەی ناو خوێنهێنەرەکان

گیراوەکان بە زۆری هاوتۆن، ناهاوتۆن، یاخود فرە تۆنن بە پێی توانای توانەوەیان(ئۆزمۆلالیتی) کە زیاتر، کەمتر، یان یەکسانە بە توانای توانەوەی خوێن. ئەو گیراوە ئیلیکترۆلایتانەی کە بە کارەبا شی دەبنەوە بە هاوتۆن رەچاو دەکرێن ئەگەر رێژەی ئایۆنە موجەب و سالبەکان نزیکەی (٣١٠ میلی هاوهێزی/لیتر) بن. ئەگەر رێژەی ئایۆنەکان کەمتر بن (لە ٢٥٠ میلی هاوهێزی/لیتر) ئەوا بە ناهاوتۆن هەژمار دەکرێن. ئەگەر ئەم رێژەیە (٣٧٥ میلی هاوهێزی/لیتر) بێت گیراوەکە بە فرە تۆن هەژمار دەکرێت. پەرستاری بەرپرسیار پێویستە رەچاوی توانای توانەوەی گیراوەکان بکات و تێرامان بۆ ئەوە بکات کە توانای توانەوەی پلازما نزیکەی (٣٠٠ گەرد/لیتر)ە. بۆ نمونە گیراوەی شەکری تری (دێکستڕۆس)ی %١٠ توانای توانەوەی بریتیە لە نزیکەی (٥٠٥ گەرد/لیتر).

گیراوەی هاوتۆن(isotonic fluids)

ئەو گیراوانەی کە پۆلێن کراون بە هاوتۆن توانای توانەوەیان بە هەمان شێوەی گیراوەکانی دەرەوەی خانەیە و نابێتە هۆکار بۆ گرژبوونەوەی یاخود ئاوسانی خرۆکە سوورەکانی خوێن. خاڵێکی گرنگ لێرەدا ئەوەیە کە توانای توانەوەی ئۆزمۆلالیتی ئەم گیراوانە یان نزیکە یاخود دوور لە گیراوەکانی دەرەوەی خانە. گیراوە هاوتۆنەکان دەتوانن قەبارەی گیراوەکانی دەرەوەی خانە گەورە بکەن، ١ لیتر گیراوەی هاوتۆن دەتوانێت گیراوەی دەرەوەی خانە گەورە بکات بە رێژەی ١ لیتر، بەڵام گیراوەی هاوتۆن تەنها توانای گەورەکردنی قەبارەی پلازمای (٠،٢٥) لیترە لەبەر ئەوەی پلازما شلەیەکی بلوری یاخود کریستاڵییە لە بە شێوازێکی خێرا بڵاو دەبێتەوە لە دەرەوەی1 خانەدا. لەبەر هەمان هۆکار، (٣ لیتر) گیراوەی هاوتۆن پێویستە بۆ گۆڕینی لە دەستدانی (١ لیتر) خوێن، چونکە ئەم گیراوانە مەودای بۆری خوێن گەورە دەکەن. ئەو نەخۆشانەی گرژ بوونەوەی دەمارەکانی خانە و پەککەوتنی دڵیان هەیە، پێویستە زۆر بە وردی لە ژێر چاودێریدا بن بۆ بینینی شلەی لە رادەبەدەر.

رێژەی ٥ % دێکستڕۆس لەناو ئاوD5W

گیراوەی (دێکستڕۆس %٥ لە ناو ئاو) توانای توانەوەی سیرۆمی بریتییە لە (٢٥٢ گەرد/لیتر). لە دوای بەرێوەبردنی، شەکری گلوکۆز پرۆسەی مێتابۆلیزمی بەسەردا دێت و ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی گیراوە هاوتۆنەکە ببێتە گیراوەیەکی ناهاوتۆن کە بریتییە لە ٣/١ دەرەوەی خانە و ٣/٢ ناوەوەی خانە. گرنگە کە ئەم کارەی دێکستڕۆس لەناو ئاودا رەچاو بکرێت بە تایبەتی بۆ ئەو نەخۆشانەی کە لەژێر مەترسی زۆر بوونی پەستانی ناو کاسەی سەرن. لە کاتی بووژاندنەوەی شلەدا ئەم گیراوەیە نابێت بەکار بهێنرێت، لەبەر ئەوەی حاڵەتی (هایپەرگلایسیمیا) روودەدات کە بریتییە لە زیادبوونی گلوکۆز بە رێژەیەکی زۆر لە پلازمای خوێندا. لەبەر ئەو مەبەستە پرۆسەی دێکستڕۆس لەناو ئاودا تەنها بەکار دەهێنرێت بۆ پاشەکەوتکردنی ئاو و راستکردنەوەی ئۆسمۆلالیتی سیرۆم. نزیکەی ١ لیتر لە دێکستڕۆس

لەناو ئاودا بە لایەنی کەم (٢٠٠ کیلۆ +کالۆری) دەستەبەر دەکات و یەکێکە لە سەرچاوەکانی پەیداکردنی کالۆری لەشی مرۆڤ.

گیراوەی خوێ

گیراوەی خوێی ئاسایی (%٠،٩ سۆدیۆم کلۆراید) توانای توانەوەی بریتییە لە (٣٠٨ گەرد/لیتر). ئەم گیراوەیە بە تەواوەتی لە دەرەوەی خانەدا دەمێنێتەوە، چونکە توانای توانەوەی لە لایەن ئیلیکترۆلایتەکانەوە دەستەبەر کراوە. لەبەر ئەم هۆکارە گیراوەی خوێی ئاسایی بەکار دەهێنرێت بۆ ڕاستکردنەوەی کەمی قەبارەی دەرەوەی خانە. لەگەڵ ئەوەی پێی دەوترێت "ئاسایی"، پێکهاتووە لە سۆدیۆم و کلۆراید کە بە هەمان شێوەی دەرەوەی خانە نییە. ئەم گیراوەیە بەکار دەهێنرێت لە کاتی پێدانی خوێن و لە کاتی گۆڕینی لە دەستدانی سۆدیۆم. بەهەرحاڵ بەکار ناهێنرێت بۆ لەکارخستنی دڵ، ئاوسانی سییەکان، لاوازبوونی گورچیلە، گیرخواردنی سۆدیۆم. خوێیاوی ئاسایی سەرچاوەیەک نییە بۆ کالۆری.

گیراوە هاوتۆنەکانی دیکە

چەندین گیراوەی دیکە هەن کە پێکدێن لە ئایۆن و سۆدیۆم و کلۆراید و لە هەمان کاتدا هاوشێوەی دەرەوەی خانەن لە ڕووی پێکهاتەوە. گیراوەی (لاکتەیتی ڕینگەر) پێک هاتووە لە پۆتاسیۆم و کالیسیۆم لەگەڵ سۆدیۆم کلۆراید. ئەم گیراوەیە بەکار دەهێنرێت بۆ ڕاستکردنەوەی وشک هەڵگەران، کەم بوونەوەی سۆدیۆم، کەم بوونەوەی ماددەی ڕیخۆڵەیی پێکهاتەیەکی دیکە لەم گیراوەیەدا بریتییە لە بایکاربۆنایت و لە ژێر چەندین ناوی براندی جیاوازدا بەردەستە.

گیراوەی ناهاوتۆن (hypotonic fluids)

یەکێک لە مەبەستەکانی گیراوەی ناهاوتۆن بریتییە لە گۆڕینی شلەی خانە لەبەر ئەوەی بە پێچەوانەی پلازماوەیە. یەکێکی دیکە لە کارەکانی بریتییە لە دەستەبەرکردنی ئاو لە کاتی دەرکردنی پاشماوە لە جەستەدا. هەندێك جار گیراوەی سۆدیۆمی ناهاوتۆن بەکار دێت بۆ چارەسەرکردنی کەمی سۆدیۆم. بۆ ئەم مەبەستە گیراوەی سۆدیۆم بە ڕێژەی (%٠.٤٥) کە توانای توانەوەی (١٥٤ گەرد/لیتر) بەکار دەهێنرێت. دەتوانرێت گیراوەی فرە ئیلیکترۆلایتیش بۆ هەمان مەبەست بەکار بهێنرێت. تێکەڵ کردنی زۆری گیراوەی ناهاوتۆن لە ئاودا دەبێتە هۆی کەمبوونەوەی شلەی خانەکانی خوێن، کەمبوونەوەی پەستانی خوێن، ئاوسانی خانە، لەناوبردنی خانە. گیراوەی ناهاوتۆنەکان کەمتر پەستانی ئۆزمۆزی بەکار دەهێنن بە بەراورد لەگەڵ دەرەوەی دەمارەکانی خوێن.

گیراوەی فرەتۆن(hypertonic fluids)

کاتێک گیراوەی خوێ و گیراوەی لاکتایتی ڕینگەر بە ڕێژەی (5%) دێکستڕۆسیان تێدایە، توانای توانەوە تێدەپەڕێت لە شلەی دەرەوەی دەمارەکانی خوێن. هەرچۆنێك بێت دێکستڕۆس پرۆسەی مێتابۆلزیمی بەسەردا دێت بە خێرایی و لە ئەنجامدا تەنها گیراوە هاوتۆنەکە دەمێنێتەوە. کەواتە هەر کاریگەرییەک بە تەنها لەسەر ناوەوەی خانەکە کاتییە. گیراوەی دێکستڕۆس بە ڕێژەی (%٥٠) وەک گیراوەی فرەتۆنن و پێویستە بکرێتە دەمارەکانی ناوەڕاستی جەستە بۆ ئەوەی خێرا ڕوون بکرێتەوە لەلایەن لێشاوی خوێنەوە. گیراوەی خوێنیاویش بەردەستە کە زیاترە لە شلەی دەرەوەی دەمارەکانی خوێن و ئاو لە دەرەوەی دەمارەکان دەبەنە ناوەوەی دەمارەکان، ئەمەش دەبێتە هۆی گرژبوونەوەی خانە. ئەگەر بە ڕێژەیەکی زۆر بەکار بهێنرێن، ئەوا دەبنە هۆکاری زۆربوونی قەبارەی دەرەوەی خانە، وشکبوونەوە، نیشتنی ماددەکانی ناو خوێن. لە ئەنجامدا پێویستە ئەم گیراوانە زۆر بە وردی بەکار بهێنرێن، تەنها لەو کاتانەی کە توانای توانەوەی سیرۆم بە شێوەیەکی زیانبەخش کەمی کردبێت. ئەمەش لەبەر ئەوەیە کە گیراوەی فرە تۆن پەستانی ئۆزمۆزی گەورەترە لە شلەکانی دەرەوەی دەمارەکانی خوێن .

گیراوەی ناو خوێنهێنەرەکانی دیکە

کاتێک نەخۆش توانای نان خواردن لە دەست دەدات دەبێت پێویستی خۆراکسازی لە ڕێگای ناو خوێنهێنەرەکانەوە بخرێنە بەردەست. گیراوەکان ڕێژەیەکی زۆر گلوکۆز (وەک %٥٠ دێکستڕۆس لە ناو ئاودا) و پرۆتین و چەوری بەکار دەهێنن بۆ ئەوەی پێویستی خۆراکسازی تەواو بگەیەنن. دەتوانرێت لە ڕێگای ناو خوێنهێنەرەکانەوە بەکار بهێنرێت بۆ بەڕێوەبردنی کۆلۆید و فراوانکەری پلازما و بەرهەمەکانی خوێن. نموونەی بەرهەمەکانی خوێن بریتیین لە خوێنی تەواو، خڕۆکە سوورەکان، ئەلبیومین، خوێنی بەستووی دروستکراو لە پلازما. لە ڕێگای ناو خوێنهێنەرەکانەوە چەندین دەرمانی دیکە دەتوانرێت بگەیەنرێت ئەویش یان لە ڕێگای چاندنی بەردەوام یاخود لە ڕێگای تۆپەڵی پچڕ پچڕ ڕاستەوخۆ بۆ دەمارەکە. ئەم شێوازی دەرمان دانە بە نەخۆش زۆر مەترسیدارە، چونکە ڕاستەوخۆ دەچێتە ناو سوڕی خوێنەوە و دەتوانن زۆر بە خێرایی کاردانەوەی خراپ دروست بکەن لە ماوەی چەند چرکە و خولەکێکی کەمدا. چۆنیەتی بەکارهێنانی ڕێژەی بەڕێوەبردن و ڕوونکردنەوەی ئەم جۆرە دەرمانانە خراوەتە بەردەست لە پاکەتی دەرمانەکاندا.

نیشانەکان بۆ ناو خوێنهێنەرەکان

- پڕ کردنەوەی لە دەستدانی قەبارەی شلەی دەرەوەی دەمارەکانی خوێن.

- پاراستنی هاوسەنگی شلە و ئیلیکترۆلایتەکان

- ڕاستکردنەوەی نارێکی ترش و تفت و ئیلیکترۆلایت.

- دەستەبەرکردنی سەرچاوەی گلوکۆز.

کێشە و ئاڵۆزییەکانی ناو خوێنهێنەرەکان

- **گیراوەی خوێیاوی ئاسایی:** بۆ خراپترکردنی فرە پەستانی و کەمکردنەوەی بایکاربۆنایت.

-**شلە هاتۆنەکانی ناو خوێنهێنەرەکان:** هایپۆناترێمیا دروست دەکەن، واتە کەمی سۆدیۆم لە خوێندا.

- **شلە ناهاوتۆن و فرە هاوتۆنەکانی ناو خوێنهێنەرەکان:** هایپۆناترێمیا دروست دەکەن.

- **شلە هاوتۆنەکانی ناو خوێنهێنەرەکان:** زۆری و قورسی شلە.

پێکهاتەی شلە ناو خوێنهێنەرەکان گشتییەکان

	توانای توانەوە	گرژی ماسولکە	سۆدیۆم	کلۆراین	پۆتاسیۆم	مەگنیسیۆم	کالسیۆم	بەفەر
پلازما	٢٨٨		١٤٠	١٠٣	٤،٥	١،٢٥	٢،٥	٢٤
٠،٩% سۆدیۆم کلۆراید	٣٠٨	هاوتۆن	١٥٤	١٥٤	٠	٠	٠	٠
لاکتاتی رینگەر	٢٧٩	ناهاوتۆن	١٣٠	١١١	٤	٠	٢،٧	٢٩
پلازمالایت	-	هاوتۆن	١٤٠	٩٨	٥	١،٥	٠	٥٠
ستێرۆفەندین	٣٠٩	هاوتۆن	١٤٠	١٢٧	٤	١	٢،٥	٢٩
٥% گلوکۆز	٢٧٨	ناهاوتۆن	٠	٠	٠	٠	٠	٠
NaHCO2٤.١%	٣٣٣	فرە تۆن	١٦٧	٠	٠	٠	٠	١٦٧

شلە بلورییەکان (کریستاڵۆید)

شلە بلورییەکان بەشە کۆمەڵەیەکن لە گیراوە ناو خوێنهێنەرەکان کە لە بارە پزیشکیەکاندا بەکار دەهێنرێن. ئەم شلەیە یەکەم هەڵبژاردەیە بۆ کاتی بووژاندنەوەی خوێن لە کاتی کەمبوونەوەی قەبارەی خوێندا، خوێن بەربوون، وشکبوونەوە، ژەهراوی بوونی خوێن. بۆ بەکارهێنانی پزیشکی دیکەش بەکار دەهێنرێن وەک گیراوەیەک بۆ گەیاندنی دەرمانی ناو خوێنهێنەرەکان و گەیاندنی شلەی باش ڕاگرتن لە نەخۆشدا کە خۆراکی تەواویان پێناگات و بەڕێوەبردنی

پەستانی خوێن و زیادکردنی میزکردن بۆ ڕاگرتنی ژەهراوی بوونی گورچیلە و لەناوبردنی ئەندامەکان. لەگەڵ ئەوەی گیراوە خوێنیە ئاساییەکان (%٩،٠ سۆدیۆم کلۆراید) بە شێوەیەکی گشتی زیاتر بەکار دەهێنن، چەندین گیراوەی دیکە هەن کە هەمان ئەنجامی پزیشکی دەدەن.

شلە بلوورییەکانی دیکە کە بە شێوەیەکی بازرگانی بەردەستن بریتین لە:

- گیراوەی لاکتەیتی ڕینگەر (سۆدیۆم لاکتەیت)
- گیراوەی ڕێکخەری ئەسیتەیت
- گیراوەی ڕێکخەری ئەسیتەیت و لاکتەیت
- گیراوەی ڕێکخەری ئەسیتەیت و گلوکۆنایت
- گیراوەی سۆدیۆم کلۆراید %٤٥،٠ (گیراوەی هاوتۆن)
- گیراوەی سۆدیۆم کلۆراید %٣ (گیراوەی ناهاوتۆن)
- ٥ دێکستڕۆس لەناو ئاودا%
- دێکستڕۆس لەناو ئاودا %١٠

شێوازی کارکردن

شلەی بلووری شلەیەکی ئاوییە کە پێکهاتووە لە خوێی کانزایی و گەردی بچووکی دیکە کە توانای توانەوەیان لە ئاودا هەیە. بەشێکی زۆری ئەو گیراوە بلوورییانەی بە شێوەیەکی بازرگانی بەردەستن گیراوەی هاوتۆنن بۆ پلازمای مرۆڤ. کاری سەرەکی گیراوە بلوورییەکان بریتییە لە گەورەکردنی قەبارەی ناوەوەی دەمارەکان بە بێ کاریگەری لەسەر ئایۆنەکان و گۆڕینی شلە لە نێوان دەرەوە و ناوەوەی خانەکانی خوێن. گیراوە ناهاوتۆنەکانی وەک گیراوەی خوێ (%٣) ڕێژەیەکی بەرزی تواوەیان تێدایە بە بەراورد لەگەڵ سیرۆمی جەستەی مرۆڤ. لەبەر ئەم هۆکارە گیراوەکان لە ڕووی توانای توانەوە زۆر چالاکن و توانای گواستنەوەی شلەکانیان هەیە. کاری سەرەکییان بریتییە لە گۆڕینی تواوە سیرۆمەکان وەک حاڵەتەکانی کەمی سۆدیۆم لە خوێندا و نیشانە دەمارییەکان. گیراوە ڕێکخەرەکان پێکهاتوون لە گەردی مێتابۆلزیمی کە لە لەشی زیندوو دەکەنە بایکاربۆنایت. ئەم گیراوانە خەستی ئایۆنی هایدرۆجینی پلازمایان لە ئاستێکی فیزیایی گونجاودا هێشتۆتەوە. ئەو سێ گەردەی کە زۆر بەکار دەهێنرێن بریتین لە لاکتایت، ئەسیتایت،

گلوکۆناید. لاکتایت و گلۆکۆناید پرۆسەی مێتابۆلیزمیان بەسەردا دێت بۆ بایکاربۆناید و ئەسیتایت ئەمانیش پرۆسەی مێتابۆلیزمیان بەسەر دێت لەلایەن ماسولکە پەیکەرییەکانەوە.

بەڕێوەبردن

شـلە بلوورییـەکان لـە ڕێگـای لێـدانیان لـە نـاو خوێنهێنەرەکـان دەکرێنـە جەسـتەوە. ڕێـژەی لێـدان پەیوەسـتە بـە پێشکەشکردنی پزیشکی و شێوازی بەڕێوەبردن.

بووژاندنەوەی شلە

لـە کاتی ناهـەمواردا بـارودۆخی پزیشـکی ئـەوە دەگەیـەنێت کـە چانـدنێکی خـێرای شـلەی بلـووری ڕووی داوە. ئەم بارودۆخە پێویستی بە بەکارهێنانی ئامێرەکی پەستان هەیە بۆ کیسی. شلەکە بە مەبەستی ئەوەی چاندنێکی بەرز ڕوویدات. پێویستە کانیۆلای گەورە بەکار بهێنرێت بۆ هەمان مەبەست. قەبارەی تاڵی(لوولە) کانیۆلاکە دەبێت ٨ گەیج بێت. ساڵی ٢٠١٢ لە کامپینێکی تایبەت بە چارەسەری ژەهراوی بوونی خوێن، بە پێی ڕابەری کامپینەکە چارەکردنی ئامانجی سەرەتایی ڕاستەوخۆ دەستنیشان کرا بە باشترین چارەسەر بۆ ئەم حاڵەتە. ئەم چارەسەرە پێکهاتبوو لە پێدانی شلە بە نەخۆشـەکان بە ڕێژەی (٢٠ میلیلیتر/کیلۆگرام) لە ٣٠ خولەکی سەرەتادا. ئەم ڕێژەیە زیاد دەکات بە پێی توندی کەمی قەبارەی خوێن لە جەستەدا بۆ ڕێژەی (٥٠٠ میلیلیتر) لە پێناو گەشتن بە پەستانی دەماری (٨ بۆ ١٢ میلیمەتری جیوە). هەرچۆنێک بێت بە پێی پێشنیاری تازەی ساڵی ٢٠١٨ کاریگەری و پەسەندی چارەکردنی ئامانجی سەرەتایی ڕاستەوخۆ گومانی دروست کردووە. بە پێی ڕابەری نوێ پێویستە چاندنی شلە لە جەستەدا لە ماوەی ١ کاتژمێردا بێت بە ڕێژەی (٣٠ میلیلیتر/کیلۆگرام) لە شـلەی بلووری بـۆ چارەسـەر کـردنی نـزمی پلەی پەستانی خوێن یاخود لاکتایت (٤ میلیمۆل/لیتر).

شلە پارێزەرەکان

لە سـاڵی ١٩٥٧ دکتـۆر هۆلیـدەی و دکتـۆر سیگار ئاماژەیان بـەوە کـردووە کە پێویسـتی شـلە لـە لایـەن نەخۆشـەوە پەیوەستە بە داواکاری کالۆری لە جەستەیاندا. لەو کاتەوە ئەم دەستوورە چەند گۆڕانکارییەکی بەسـەردا هاتووە تا یارمەتی پزیشک و پەرستیاران بدات چۆن بتوانن ئاگاداری ڕێژەی شلە بن لە نەخۆشدا. ئەم دەستوورە ڕێسای "٤-٢-١" بەکار دەهێنێت کە بریتییە لە:

٠ – ١٠ کیلۆگرام: +٤ میلیلیتر/کیلۆگرام/کاتژمێر

١٠ – ٢٠ کیلۆگرام: +٢ میلیلیتر/کیلۆگرام/کاتژمێر

٢٠ کیلۆگرام: +١ میلیلیتر/کیلۆگرام/کاتژمێر>

نمونه/ نەخۆشێکی ١٠٠ کیلۆگرام: ٢٠ کیلۆگرام (٤٠ + ٢٠ میلیلیتر/کاتژمێر) + ٨٠ کیلۆگرام (٨٠ میلیلیتر/کاتژمێر) = ١٤٠ میلیلیتر/کاتژمێر

چەند دەستوورێکی دیکە هەیە بۆ بەڕێوەبردنی شلە بۆ سیناریۆی پزیشکی تایبەت وەک (یاسای پارکلاند بۆ بەڕێوەبردنی شلە لە نەخۆشی سووتاودا)

کاریگەرییە زیان بەخشەکان

شلە بلوورییەکان لە کاتی گەورە کردنی قەبارە دەبنە هۆکاری زۆربوونی شلەی زیانبەخش. کاریگەری ئەم حاڵەتە زیاتر لەو نەخۆشانەدا دەردەکەوێت کە کێشەی گورچیلەیان هەیە وەک (برینی گورچیلە، نەخۆشی درێژخایەنی گورچیلە) . لەبەر ئەوە پێویستە ئەو نەخۆشانە زۆر بە وردی چارەسەر بکرێن و لە ژێر چاودێری چڕدا بن. ئەو نەخۆشانەی پەککەوتنی دڵیان هەیە لە ژێر مەترسی زیاتردان لە کاتی بەکارهێنانی شلە بلوورییەکان. ئاوسانی سییەکان و پەککەوتنی دڵ بە هۆی خاوبوونەوە دوو ئاکامی زۆربوونی شلەن، کە دەبنە هۆی تێکچوونی ئەندامەکان و لە کۆتایشدا مردن. پێویستە پزیشک بە وریاییەوە چاودێری ئەم نەخۆشانە بکات.

شلەی خوێیاوی ئاسایی ٩%.

خوێیاوی ئاسایی ڕێژەی ئایۆنی کلۆرایدی (١٥٤ میلیمۆل/لیتر) زیاترە لە سیرۆمی جەستە (٩٨ - ١٠٦ میلیمۆل/لیتر). ئەمە دەبێتە دروستبوونی دۆخی زۆری ئایۆنی کلۆراید لە خوێندا. لەگەڵ ئەوەی ئاشکرا نییە بۆ ئەم ناهاوسەنگییە لە خەستی ئایۆنو هایدرۆجیندا ڕوودەدات، بەڵام پێشنیار کراوە کە هۆکاری سەرەکی زیادبوونی ئایۆنی کلۆرایدە کە گۆڕانکاری لە ناو پلازمادا دروست دەکات و ئەمەش دەبێتە هۆی زۆربوونی گەردی ئاو لە ناو دەمارەکانی خوێندا. لە ئەنجامدا ئایۆنی هایدرۆجین لە سیرۆمدا زیاد دەکات بۆ پاراستنی هاوسەنگی کیمیای کارەبایی. زۆری بایکاربۆنایتی گورچیلە

یەکێکە لە ئاکامەکان کە دەبێتە ترشۆزە ژەهراوی بوون. ترشۆزە ژەهراوی بوون لە ڕێی ڕوونکردنەوەی بایکاربۆنایدی سیرۆمیشەوە دروست دەبێت. یەکێکی دیکە لە ئەنجامەکانی زۆری شلەی خوێ بریتییە لە زیادبوونی ڕێژەی کلۆراید لە گورچیلەدا بە شێوازێکی زیانبەخش. ئەو گیراوە بلوورییانەی کە ڕێکخەری ئەسیتایتن جێگای گومان و باسکردنن لە کۆمەڵگە پزیشکییەکاندا. توێژینەوە لەسەر ئاژەڵ وەک سەگ دەریخستووە کە گیراوەی بلووری کاریگەری لەسەر خەستی سیرۆم لە (١٠ بۆ ٤٠) جار زیاتر هەبووە. ئەم گیراوەیە دەتوانێت ناجێگیری جوڵاندنی خوێن یاخود هیمۆداینامیکی جەستە زیاد بکات کە دەبێتە هۆی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن. بە پێچەوانەوە ئەو گیراوە بلوورییانەی کە لاکتایتن دەبنە هۆی زیادبوونی شەکر یاخود گلوکۆز لە خوێندا. لاکتایت لە ڕووی مێتابۆلیزمییەوە چالاکە و بەکار دێت لە کاتی دروستکردنی کاربۆهایدرایت لە جەستەدا. لەبەر ئەوە دەبێت چاودێری ئەو نەخۆشانە بکرێت کە شەکرەیان هەیە.

قەدەغەکاری و ڕێپێنەدراوی

ئەو نەخۆشانەی شلە لە لەشیاندا زۆرە نابێت بە هیچ شێوەیەک شلەی بلووریان پێ بدرێت، بە تایبەتی ئەو نەخۆشانەی پەککەوتنی دڵ یاخود گورچیلەیان هەیە وەک (سی کی دی) . خوێیاوی ناهاوتۆن بە هەموو شێوەیەک قەدەغەیە و تەنها بۆ ئەو نەخۆشانە بەکاردێت کە خەستی سۆدیۆمیان کەمە. ڕاستکردنەوەی خێرای شلە بلوورییەکان دەبێتە هۆی زیان بەخشین بە مۆخ لە مێشکدا. گیراوە ناهاوتۆنەکانیش بە هەمان شێوە قەدەغەن بۆ ئەو نەخۆشانەی تووشی ئاوسانی مێشک بوون. ئەو کریستالۆیدانەی پۆتاسیۆمیان تێدایە قەدەغەن بۆ ئەو نەخۆشانەی ڕێژەی پۆتاسیۆمیان زۆرە، چونکە دەبنە هۆی لێدانی دڵ بە شێوازێکی نارێک. کردارە پزیشکییەکان پێویستە دوور بن لە بەکارهێنانی دێکستڕۆس بۆ ئەو نەخۆشانەی کە ڕێژەی شەکریان زۆرە. گیراوەی لاکتایتی ڕینگەر ئایۆنی کالسیۆمی تێدایە کە دەبێتە هۆی مەیینی خوێن. بۆیە پێویستە لە کاتی خوێن پێداندا بۆڕیی جیاواز بەکاربهێنرێت.

چاودێری

پێویستە نەخۆشەکان چاودێری بکرێن بۆ بەدیکردنی وشکبوونەوە یاخود زۆری شلە. ئەو نیشانانەی دەری دەخەن کە نارێکی هەیە لە ڕێژەی شلە بریتیین لە بەرز بوونەوەی لاکتایت و کریاتانین. پێویستە میزی نەخۆش چاودێری بکرێت و ئەگەر بە ڕێژەی (٠،٥ میلیلیتر/کیلۆگرام/کاتژمێر) بێت ئەوە دەگەیێنێت کە ڕێژەی گونجاوی تێرئاوبوون کاریگەری نابێت لەسەر ئەو نەخۆشانەی کێشەی گورچیلەیان هەیە. لە کاتی چاودێری کردنی نەخۆشدا دەبێت گوێ لەوە بگیرێت ئایا هیچ دەنگێکی خشە هەیە کە ئەوە دەگەیێنێت ئاوسانی سییەکان هەیە. ئەو نەخۆشانەی کە گیراوەی فرە هاوتۆنیان پێدەدرێت بۆ چارەسەرکردنی کەمی سۆدیۆم لە خوێندا پێویستیان بە سەرپەرشتی ورد هەیە لەبەر ترسناکی بارودۆخیان. لە کاتی پێدانی شلەی بلووری بە قەبارەی گەورە، دەبێت چاودێری نارێکی ئیلیکترۆلایت بکرێت.

شلە فرە تۆنەکان

خوێیاوی فرە تۆن: ئەم گیراوەیە پێکهاتووە لە سۆدیۆم کلۆراید کە تواوەتەوە لە ئاودا و ڕێژەی سۆدیۆم تیایدا بەرزترە بە بەراوردکردن بە سیرۆمی ئاسایی. هەردوو خوێیاوی فرە تۆنی (٣% و ٥%) پەسەندن بۆ بەکارهێنان لەلایەن بەڕێوبەرایەتی خۆراک و داودەرمانەوە بۆ چارەسەرکردنی کەمی سۆدیۆم لە خوێندا و بەرزی پەستانی کاسەی سەر. بۆ ڕێککردنەوەی ڕێژەی سۆدیۆمی ناو سیرۆم ژەمە دەرمانی خوێیاوی فرە تۆنیان پێدەدرێت چەند جارێک لە ڕۆژێکدا و لە کاتی چارەسەرکردنی ئەم حاڵەتە دەبێت یەکسەر ئەم شلەیە بوەستێنرێت. ئاوسانی مێشک و بەرزی پەستانی کاسەی سەر هۆکاری سەرەکین لە دروستبوونی لوو یاخود تومۆر لە سەردا و کۆبوونەوەی خوێن لە جەستەدا و خوێن بەربوون. خوێیاوی فرە تۆن توانای توانەوەی خوێن زیاد دەکات کە دەهێڵێت شلە لە دەرەوەی دەمار بۆ ناوەوەی دەمار بڕوات کە لە ئەنجامدا ئاوسانەی مێشک کەم دەکاتەوە و سووری خوێن لە مێشکدا ڕێک دەکاتەوە.

توێژینەوە دەریخستووە کە خوێیاوی فرە تۆن بە ڕێژەی (٣%) پەستانی ناوکاسە سەر کەم دەکاتەوە بە هەمان شێوەی مانیتۆڵ بە ڕێژەی (٢٠%). هەردوو ئەم شلەیە هەمان کاریگەرییان لەسەر جوڵاندنی خوێن یاخود هیمۆداینامیکی جەستە هەیە. بە پێچەوانەی مانیتۆڵەوە، خوێیاوی فرە تۆن سۆدیۆم لە سیرۆمدا زیاد دەکات و کاریگەرییەکی ئەوتۆی لەسەر میزکردن نییە، چونکە هۆرمۆنی میزکردن زیاد دەکات. بەکارهێنانی خوێیاوی فرە تۆن لە دوای مانیتۆڵ کاریگەری باشی هەیە لەسەر گەیاندنی ڕێژەی ئۆکسجینی باش بۆ مێشک لەگەڵ کەم کردنەوەی پەستانی کاسە سەر بە بەکار هێنانی ڕێژەی (٣% - ٢٣%،٥ سۆدیۆم کلۆراید). لەگەڵ ئەوەی لەلایەن بەڕێوبەرایەتی خۆراک و داو دەرمانەوە پەسەند نەکراوە، خوێیاوی فرە تۆن دەتوانێت چارەسەری کەمبوونەوەی قەبارەی خوێن بکات لە جەستەدا.

مانیتۆڵ: شلەیەکی بلووری ناو دەمارە خوێنە کە پێکهاتووە لە ٦ شەکری کاربۆنی تەواوە لە ئاودا. لەلایەن بەڕێوبەرایەتی خۆراک و داو دەرمانەوە دانی پێدا نراوە بۆ چارەسەرکردن و کەم کردنەوەی پەستانی چاو و بارستایی مێشک. لە کاتی پێویستدا مانیتۆڵ بە ڕێژەی (١٥% - ٢٥%) بەکار دەهێنرێت بۆ چارەسەرکردنی ئەم کێشانە. مانیتۆڵ تەنها لە ناوەوەی دەمارەکانی خوێندا دەمێنێتەوە بە پێچەوانەی شلە فرە تۆنەکان کە جوڵەی ئیلیکترۆلایتیان هەیە.

شێوازی کارکردن

شلە فرە تۆنەکان خەستی تواوەیان زۆرترە لە چاو پلازما و شلەکانی دەرەوەی دەمارەکانی خوێن. ئەمەش هۆکارە بۆ داخوران (ئۆسمۆسیس) وە قەبارەی ناوەوەی دەمارەکانی خوێن زیاد دەکات. ئەم زۆربوونە دەبێتە هۆی زیاد بوونی پەستانی سوورە دەماری و قەبارەی جەڵدە. شلە فرە تۆنەکان پێویستیان بە قەبارەیەکی کەمترە لە چاو خوێیاوی ئاسایی بۆ بە دەستهێنانی قەبارەی پلازما. شلەی فرە تۆن هۆرمۆنی ڤازۆ پرێسین چالاک دەکات کە لەدەستدانی ئاو لەلایەن گورچیلەوە کەم دەکاتەوە. بە پێچەوانەی ئەمەوە مانیتۆڵ زۆر بە کەمی هەڵدەمژرێت لەلایەن جەستەوە و گورچیلە زۆر بە خێرایی دەریدەکات. کەمتر لە ١٠%ی مانیتۆڵ هەڵدەمژرێت کە توانای توانەوە زیاد دەکات.

ڕێکخستن

شلە فرە تۆنەکان لە ڕێی چاندنی ناو خوێنهێنەرەکان دەدرێن بە نەخۆش و پێویستە قەبارەی چاندن بە وردی چاودێری بکرێت کە پشت دەبەستێت بە نیشانەکانی پزیشکییەوە.

شلە فرە تۆنەکان: ئەو نەخۆشانەی کەمی خەستی سۆدیۆمیان هەیە دەبێت ڕاستکردنەوەی سۆدیۆمی سیرۆمەکەیان ڕۆژی (٤ - ٦ میلیئیکویڤالێنت/لیتر) کە لە ڕێی بەکارهێنانی (١٠٠ میلیلیتر) بۆ (٣% شلەی فرە تۆن) لە ماوەی ١٠ خولەکدا بە بەردەوامی. ئەم ڕێژەیە دەتوانرێت بکرێت بە ڕۆژی (٨ میلیئیکویڤالێنت/لیتر). پێویستە ڕێژەی شلە فرە

تۆنەکان لە کەمترین پێوانەوە دەست پێبکات بە تایبەتی بۆ ئەو نەخۆشانەی بەتەمەنن. نەخۆشی منداڵی تووشبوو بە پەککەوتنی مێشک ڕێژەی (٦،٥ - ١٠ میلیلیتر/کیلۆگرام)یان بۆ بەکار دەهێنرێت.

مانیتۆڵ: مانیتۆڵ دەدرێت بە نەخۆش بە ڕێژەی کێشی. جەستەیی (٠،٢٥ - ٢ گرام/کیلۆگرام) بۆ (١٥% - ٢٥%) مانیتۆڵ بۆ ماوەی ٣٠ خولەک بۆ ١ کاتژمێر بۆ چارەسەرکردنی زیادبوونی پەستانی کاسەی سەر و چاو. لە نەخۆشی منداڵدا بە هەمان ڕێژە مانیتۆڵ بەکاردەهێنرێت.

کاریگەری زیانبەخش

شلە فرە تۆنەکان: یەکێک لە کاریگەرییە لاوەکیەکانی ئەم شلانە بریتییە لە ترشە ژەهراوی بوونی مێتابۆلیزمی کلۆراید لە خوێندا بە هۆی زیادکردنی سۆدیۆم کلۆراید. کاریگەرییەکی دیکە زۆربوونی ڕێژەی سۆدیۆمە لە خوێندا وە مایەلین لێبوونەوە لە دۆخی داخوراندا. شلەی فرە تۆن کاریگەری لەسەر ژنانی دوگیان هەیە بۆیە پێویستە تەنها لە کاتی زۆر پێویستدا بەکار بهێنرێت.

مانیتۆڵ: کاریگەرییەکانی مانیتۆڵ بریتیین لە هەڵئاوسان و خوێنتێزانی سییەکان و نارێکی لە ئیلیکترۆلایتدا و ترشۆزە ژەهراوی بوون و زۆربوونی میز و وشک بوونەوە و سەر ئێشە و کاردانەوەی شوێنی لێدانی دەرزییەکە. لەگەڵ ئەوەی تا ئێستا هیچ توێژینەوەیەک نەکراوە لەسەر کاریگەری مانیتۆڵ لەسەر ژنی دووگیان، باشترە کە تەنها لە کاتی پێویستدا بەکار بهێنرێت.

قەدەغەکاری و ڕێپێنەدان

شلەی خوێناوی فرە تۆن: تا ئێستا هیچ قەدەغەکردنێکی زانراو نییە بۆ شلە خوێناوە فرە تۆنەکان. بەهەرحاڵ ئاگاداری پێویستە بە تایبەتی بۆ ئەو نەخۆشانەی پەککەوتنی دڵیان هەیە بە هۆی خوێن تێزانەوە یاخود ناتەواوی گورچیلەیان هەیە.

مانیتۆڵ: مانیتۆڵ چەندین قەدەغەکاری هەیە وەک:

کەم میزی بە هۆی کێشەی گورچیلەوە. -

هەڵئاوسان و خوێن تێزانی سییەکان و ئاوسانی گورچیلە.-

خوێن بەربوونی ناوەکی چالاک.-

وشکبوونەوەی توند. -

دروستبوونی هەستیاری بۆ مانیتتۆڵ.-

چاودێری کردن

شلە و ئێلیکترۆلایتەکان پێویستیان بە چاودێری بەردەوام هەیە بە گرنگیدان بە شلە فرە تۆنەکان و سەرنجدان لە سۆدیۆمی سیرۆم. هەڵسەنگاندنی سووڕانی خوێن و کاری گورچیلە پێش بەکارهێنان و دوای بەکارهێنانی مانیتۆڵ زۆر گرنگە. لە کاتی چارەسەرکردنی پەستانی کاسەی سەر، دەبێت پێوانەی ئەم پەستانە ١٥ خولەک دوای بەکارهێنان بکرێت.

باشکردنی ئەنجامەکانی تیمی تەندرووستی

دەست بەکارکردن بە شێوازێکی پیشەگەرییانە لەلایەن تیمی تەندرووستییەوە زۆر گرنگە لە کاتی بەکارهێنانی شلە فرە تۆنەکان بە مەبەستی چاودێری کردنی وردی سووڕانی خوێن و کارکردنی گورچیلە و خەستی ئێلیکترۆلایتی سیرۆم. دەبێت جوڵەی شلە بە وردی چاودێری بکرێت لەلایەن ستافی پەرستیارانەوە بە تایبەتی لە کاتی بەکارهێنانی مانیتۆڵدا. دەبێت خێرا بەکارهێنانی شلە فرەتۆنەکان بوەستێنرێت لە کاتی بەدیکردنی ناتەواوی و نارێکیدا لە ئێلیکترۆلایت و قەبارەی شلەکان. ئەوەی شایەنی باسە تا ئێستا توێژینەوەی تەواوەتی نەکراوە لەسەر شلە فرە تۆنەکان. بە کورتی، بەکارهێنانی شلە فرەتۆنەکان و مانیتۆڵ تیمێکی شارەزایی دەوێت لە پزیشکی پسپۆڕ و پەرستیاری تایبەت و دەرمانسازی لێهاتوو.

لاکتەیتی ڕینگەر

گیراوەی لاکتەیتی ڕینگەر یەکێکە لە جۆرەکانی شلەی بلووری هاوتۆن کە بە گیراوەیەکی بەفەڕیش ناسراوە و بەکار دەهێنرێت بۆ گۆڕینی شلە لە جەستەدا. پێکهاتووە لە سۆدیۆم، کلۆراید، پۆتاسیۆم، کالسیۆم، وە لاکتەیت بە شێوەی سۆدیۆم لاکتەیت و تێکەڵ کراون و بوون بە گیراوەیەک کە خەستی ئایۆنی هایدرۆجینیان (٦،٥) وە توانای توانەوەیان (٢٧٣ گەرد/لیتر)ە. لە بەرامبەردا گیراوەی خوێنی ئاسایی توانای توانەوەی (٢٨٦ گەرد/لیتر). ئەم گیراوەیە زیاتر بەکار دەهێنرێت لە کاتی کەم بوونەوەی خوێن و کاتی سووتاندا لەگەڵ بۆگەن بوونی خوێن و هەوکردنی پەنکریاس

بەڕێوەبردن

شێوازی لێدانی گیراوەی لاکتەیتی ڕینگەر لە ڕێگای ناو خوێنهێنەرەکانەوە ئەنجام دەدرێت و ئامانجی سەرەکی لێرەدا گەیاندنی ئاوی تەواوە بۆ هەموو جەستە بە یەکسانی.

کاریگەری زیانبەخش

یەکێک لە مەترسییەکانی گیراوەی لاکتەیتی ڕینگەر بریتییە لە زۆربوونی ڕێژەی پۆتاسیۆم و خراپ بوونی باری ترشێتی ژەهراوی بوون لەبەر ئەوەی بڕی (٤ میلیئیکویڤالەنت/لیتر) پۆتاسیۆمی تێدایە. لە کاتی پێدان بەو نەخۆشانەی ڕێژەی پۆتاسیۆمیان زۆرە باریان ناجێگیرتر دەکات. لە ڕووی بەکارهێنانەوە کاریگەرییەکی زۆری هەیە، چونکە قەبارەی پۆتاسیۆم لە جەستەی نەخۆشەکەدا بڵاو بۆتەوە بە دەرەوەی خانەدا بە شێوەیەکی ڕێک. ئەم گیراوەیە نادرێت بەو نەخۆشانەی بۆگەن بوونی خوێنیان هەیە (سێپسیس)، چونکە باریان خراپتر دەکات. بە هەرحاڵ، ئەو نەخۆشیانەی پەیوەندییان بە لاکتەیت ئەسیدەوە هەیە هیچ پەیوەندییەکیان بە شلەی لاکتەیتی ڕینگەر نییە.

ئەم گیراوەیە کالسیۆمی تێدایە کە وادەکات بەکار نەهێنرێت بۆ ڕوونکردنەوەی خوێن. هەندێک لە بەرهەمەکانی خوێن ترشی سیتریکی بەکار دەهێنن وەک دژە مەیین و لە کاتی تێکەڵکردنیان لەگەڵ کالسیۆم، مەیینی خوێن ڕوودەدات لەبەر ئەم هۆکارە نەخۆشەکان دەتوانن هەردوو بەرهەمەکانی خوێن و لاکتەیتی ڕینگەر وەربگرن، بەڵام لە هەمان کاتدا نا. وەک هەموو شلەکانی ناو شینە دەمارەکان بەکارهێنانی لاکتەیتی ڕینگەر دەبێتە هۆی هەڵئاوسان لەو نەخۆشانەی کە پەککەوتنی دڵ و گورچیلەیان هەیە. هەر لەبەر ئەو هۆکارە پێویستە ئەو نەخۆشانەی ئەم گیراوەیەیان پێدەدرێت چەند پشکنینێکی فیزیاییان بۆ بکرێت. کاریگەری دیکە وەک کاردانەوەی هەستیاری، ژەهراویبوون، سووربوونەوە، هەوکردن دروست دەبن. هەموو ئەم کاریگەرییانە بە هۆی شوێنی لێدانی گیراوەکەوە دروست دەبن نەک گیراوەکە خۆی. هەبوونی ماددەی نامۆ دەبێتە هۆی ئاوسان و سووربوونەوە و ئازار. بۆ چارەسەری ئەمە چەندین دژە بەکتریای جیاواز بەکار دەهێنرێت بە پێی توندی و خێرایی نیشانەکان.

قەدەغەکاری و ڕێپێنەدان

گرنگترین ئەندام کە پێویستە چاودێری بکرێت جگەرە، چونکە ئەو لاکتەیتەی دەچێتە جەستەوە لە جگەردا پرۆسەی مێتابۆلیزمی بەسەردا دێت و ئەمەش وا دەکات کە کێشە دروست ببێت بە هۆی کۆبوونەوەی زۆری لاکتەیتەوەیە. ئەو نەخۆشانەی هەڵئاوسانی مێشکیان هەیە و پێویستیان بە چارەسەرکردنی ئۆسمۆسیسە دەبێت لە هەموو شلە هاوتۆن و ناهاوتۆنەکان دوور بکەونەوە. ئامانجی سەرەکی چارەسەرکردن بریتییە لە دەرکردنی گەردی ئاو لە ناواخنە شانەی مێشکدا بە بەکار هێنانی شلە فرە تۆنەکان. توێژینەوە لە نێوان ئەم گیراوانەدا لەو نەخۆشانەی پەستانی خوێنیان نزمە ئەنجام دراوە و دەری خستووە کە هەموو ئەم گیراوانە یەک کار دەکەن، بەڵام گونجاوترە کە گیراوەی خوێیاوی هاوتۆن بەکارنەهێنرێت.

چاودێری کردن

ئەو نەخۆشانەی شلەی ناو خوێنهێنەرەکانیان پێدەدرێت دەبێت بە بەردەوامی چاودێری بکرێن بۆ زانینی هەبوونی زۆری شلە. هەروەک پێشتر ئاماژەی پێکرا هەر شلەیەکی بلووری بەکار بهێنرێت پێویستە بە ڕێژەی ١:٣ (نێوان دەرەوەو: ناوەوەی دەمارەکانی خوێن) بەکار بهێنرێن. بۆ نمونە ١ لیتر لاکتەیتی رینگەر تەنها ٢٥٠ میلیلیتری لە ناوەوەی دەمارەکانی خوێن دەمێنێتەوە. پێدانی ڕێژەیەکی زۆر لەم شلانە دەبنە هۆکاری دروستبوونی هەڵئاوسانی سییەکان. ئەو نەخۆشانەی کە پەککەوتنی دڵ یان نەخۆشی گورچیلە و جگەریان هەیە لەژێر مەترسی زۆربوونی شلەدان. لەم حاڵەتانەدا بەکارهێنانی شلەی ناو خوێنهێنەرەکان وریاییەکی زۆری دەوێت.

لەگەڵ ئەمەشدا چاودێری کردنی ڕێژەی ئیلیکترۆلایتەکان زۆر گرنگە لەبەر ئەوەی لاکتەیتی رینگەر هەردوو سۆدیۆم و پۆتاسیۆمی تێدایە. لە هەندێک حاڵەتدا پێویستە ئەم ئاستانە بە باشی چاودێری بکرێن. ڕێژەی سۆدیۆم لە لاکتەیتی رینگەردا کەمترە بە بەراورد بەو ڕێژەیەی لە پلازمادا هەیە و ئەمەش وا دەکات ئاستی سۆدیۆم کەم ببێتەوە لە کاتی بەکارهێنانی زۆردا. چاودێری کردنی چاندنی شلەکە گرنگە بۆ ئەوەی بزانرێت کە دەگات بە دەماری خوێن بە شێوەیەکی ڕاستەوخۆ. دەبێت ئەم جێگایە چاودێری بکرێت بۆ بینینی سووربوونەوە یاخود هەڵئاوسان و ئازار. ئەگەر هەر یەکێک لەم نیشانانە بەدی بکرێت پێویستە جێگای چاندن یاخود لێدانی شلەکە بگۆڕدرێت.

ژەهراوی

ژەهراویبوونی لاکتەیتی رینگەر زیاتر پەیوەندی بە زۆری قەبارەی شلەوە هەیە وەک لە پێکهاتەی رینگەر خۆی. بۆ نەهێشتنی هەر حاڵەتێکی نەخوازراو دەبێت نەخۆشەکە چارەسەر یاخود دەرمانی یارمەتیدەری میزکردنی پێبدرێت و ئیلیکترۆلایتی سیرۆمیان بە وردی چاودێری بکرێت. لە حاڵەتی زۆر مەترسیداردا نەخۆشەکە پێویستی بە هەواگۆڕین و دانانی بۆری هەناسەدان دەبێت.

باشکردنی ئەنجامەکانی تیمی تەندرووستی

دەبێت هەموو کارمەندێکی تەندرووستی شارەزایی تەواوی لە چۆنیەتی بەکارهێنانی لایکتەیتی رینگەردا هەبێت. لاکتەیتی رینگەر بە بەراورد بە خوێیاوی ئاسایی زۆر بەسوود تر و کاریگەر ترە. لەگەڵ ئەوەشدا هەندێک جار بەکار ناهێنرێت لەلایەن پزیشک و پەرستارانەوە لەبەر هەبوونی لاکتەیت تێیدا، بەڵام لاکتەیت تەنها لە حاڵەتێکدا زیانبەخشە ئەویش لەو نەخۆشانەی لەکارکەوتنی جگەریان هەیە. لە چەندین سیناریۆی پزیشکیدا لاکتەیت ڕۆڵێکی گرنگی هەیە لەبەر پرۆسەی میتابۆلیزمی. لەگەڵ ئەوەشدا نرخی هەرزانترە و زانیاری لەسەری زیاتر بەردەستە بە بەراورد بە بەفەرە نوێیەکان.

خوێیاوی ئاسایی

نیشانەکان

خوێناوی ئاسایی بە بەردی بناغەی چارەسەرکردنی پزیشکی دادەنرێت. پێکهاتووە لە شلەیەکی بلووری کە لە ڕێگای گیراوەی ناو خوێنهێنەرەکان دەکرێتە جەستەوە. بۆ هەردوو گەورە و منداڵ بەکار دەهێنرێت، بۆ بڵاو کردنەوەی ئیلیکترۆلایت و تێرئاوبوون. بە دوو ڕێژەی جیاواز هەیە (%۰،۹) و (%۰،٤٥). لە سێ حاڵەتدا خوێناوی ئاسایی بەکار دەهێنرێت وەک:

گۆڕینی شلەی دەرەوەی خانە. -

چارەسەرکردنی میتابۆلیزمی ئەلکالیتی.-

- کەم بوونەوەی سۆدیۆم.

لەگەڵ ئەوەشدا بەکاردێت بۆ چارەسەرکردنی چەندین پرۆسە وەک پاککردنەوەی خوێن.

۰،۹ ٪ خوێناوی ئاسایی

شلەی سۆدیۆم کلۆرایدی هاوتۆن باشترین هەڵبژاردەیە بۆ گۆڕینی لە دەستدانی کلۆراید. ئەم ڕێژەیە بریتییە لە هەبوونی (١٥،٤ میلیئیکویلیڤانت/ لیتر) ئایۆنی سۆدیۆم و کلۆراید بۆ هەر (١٠٠ میلیلیتر) سۆدیۆم کلۆراید. توانای توانەوەی خوێناوی ئاسایی بریتییە لە (٣٠٨ گەرد/لیتر) و خەستی ئایۆنی هایدرۆجینی بریتییە لە (٤،٥ – ٧).

۰،٤٥ ٪خوێناوی ئاسایی

گیراوەیەکی ناهاوتۆنی سۆدیۆم کلۆرایدە. ئەم ڕێژەیە بریتییە لە هەبوونی (٧،٧ میلی ئیکویلیڤانت/ لیتر) ئایۆنی سۆدیۆم و کلۆراید بۆ هەر (١٠٠ میلیلیتر) سۆدیۆم کلۆراید. توانای توانەوە بریتییە لە (١٥٤ گەرد/لیتر) و خەستی ئایۆنی هایدرۆجینی بریتییە لە (٤،٥ – ٧).

شێوازی کارکردن

خوێناوی ئاسایی پێکهاتووە لە شلەی بلووری کە گیراوەیەکی ئاوییە و پێکدێت لە ئیلیکترۆلایت و ئەو گەردیلانەی کە حەزیان لە ئاوە. هۆکاری بەکارهێنانی دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی کە سرووشتێکی هاوتۆنی هەیە. بە بەراورد بە شلەکانی دیکە توانای داخورانی کەمترە. خوێناوی ئاسایی ئیلیکترۆلایتی تێدایە کە دەبێتە هۆی بڵاوبوونەوەی لەناو گیراوەکاندا ئایۆنێکی گرنگی دیکە کلۆرایدە کە بەهۆی بە بەفەڕکردنی ناو سییەکان و شانەکانە. کلۆراید یارمەتی پێکەوە لکاندنی ئۆکسیجین و کاربۆن دایۆکساید بۆ هیمۆگلۆبین دەدات. ئەم ئایۆنانە لە ژێر بەڕێوەبردنی گورچیلەدان. لەگەڵ ئەمەشدا ئاو هەمان کاریگەری هەیە و گرنگە بۆ جەستە کە دوو لەسەر سێی کێشی جەستە پێک بێنێت کە لە ژێر چاودێری

سیبەکان و گورچیلەدایە. بڵاوبوونەوەی ئاو لە جەستەدا پەیوەستە بە ئیلیکترۆلایتەکانەوە. سۆدیۆمیش رۆڵێکی گرنگی هەیە لە باڵانس کردنی کارەکانی جەستەدا.

بەڕێوەبردن

خوێناوی ئاسایی لە ڕێگای ناو خوێنهێنەرەکانەوە دەکرێتە جەستەوە. لە کاتی دانانی پێوانی بڕی دەرمان چەند خاڵێکی وەک کێش و تەمەن و چەند هۆکارێکی دیکە کار دەکەنە سەری. بۆیە پێویستە گرنگی بدرێت بە ئەنجامی تاقیگە و باری نەخۆشەکە و ڕێژەی شلەکان لە جەستەدا.

دوو شێوازی سەرەکی هەیە بۆ بەڕێوەبردن وەک:

پارووی شلە (بۆلوس): ئەم شێوازە بەکار دەهێنرێت لە حاڵەتی سەختدا کە چاندنی شلەیەکی زۆر پێویستە وەک (هایپۆڤۆلیمیا) گەیاندنی شلە بەم ڕێگەیە لە ڕێی دەماری ناوەڕاستەوە دەکرێت.

بەڕێوەبردن: هەژمارکردنی شلەی ڕۆژانە بە چەند ڕێگایەکی جیاواز بەدەست دەکەوێت. کارپێکردنی لەلایەن دکتۆر هۆلیدەی و دکتۆر سێگارەوە دروستکراوە و پشانی دەدەن کە "٢٥ - ٥٠ - ١٠٠" یاخود "١ - ٢ - ٤" باشترین ڕێژەن بۆ بەکارهێنان.

نموونە:

یەکەم ١٠ کیلۆگرام = ١٠٠٠ میلیلیتر(١٠٠مل/کگ ×١٠)

دووەم ١٠ کگ = ٥٠٠ مل (٥٠مل/کگ × ١٠)

ماوە ٣٠کگ = ٧٥٠مل (٢٥مل/کگ × ٣٠)

کۆی گشتی = ٢٢٥٠ مل/ڕۆژ یان ٩٤مل\ کاتژمێر

یەکەم ١٠ کگ = ٤ مل/کگ/کاتژمێر × ١٠ *9= ٤٠ مل/کاتژمێر

دووەم ١٠ کگ = ٢ مل/کگ/کاتژمێر ×١٠ = ٣٠ مل/کاتژمێر

ماوە ٣٠کگ = ١ مل/کگ/کاتژمێر × ٣٠ = ٣٠ مل/کاتژمێر

کۆی گشتی = ١٠٠ مل/کاتژمێر

کاریگەری زیانبەخش

بەکارهێنانی خوێیاوی ئاسایی هۆکاری زۆربوونی شلەیە. ئەمەش زیاتر لەو نەخۆشانەدا دەردەکەوێت کە پەککەوتنی گورچیلەیان هەیە و پێویستە چارەسەری خێرا وەربگرن. ئەو نەخۆشانەی کێشەی دڵیان هەیە مەترسییان زیاترە بۆ دەرکەوتنی کاریگەرییەکانی خوێیاوی ئاسایی و توشی هەڵئاوسانی بەردەوامی دەبن. چەندین نیشانەی کە دەردەکەون وەک گرانەتا لەو نەخۆشانەی خوێیاوی ئاسایی بەکار دەهێنن. ئەگەر ئەم گیراوەیە بە ڕێژەی (٠،٩ ٪) بێت ئەمو کلۆراید لە خوێندا زیاد دەکات. ئەمەش لە ئەنجامدا ڕێژەی ئایۆنی بایکاربۆنایت کەم دەکاتەوە. لە هەمان کاتدا گیراوەی خوێیاوی ئاسایی بە ڕێژەی (٠،٤٥ ٪) بە شێوازێکی زۆر دەبێتە هۆی زۆربوونی سۆدیۆم و ئاوسانی کاسەی سەر. ئەمەش لەبەر ئەوەیە کە سرووشتێکی ناهاوتۆنی هەیە و پێویستە لەم حاڵەتەدا بەردەوام بوون لەسەر خوێیاوی ئاسایی بوەستێنرێت.

قەدەغەکاری

قەدەغەکردنی شلەکان پەیوەستە بە نەخۆشەکانەوە و ئەگەر قەدەغە نەکرێت دەبێتە هۆی وشک بوونەوە و هەڵئاوسانی ئەندامەکانی جەستەی نەخۆشەکە.

چاودێری کردن

لە کاتی چاودێری کردنی نەخۆشدا پێویستە خەمڵاندنی دوور و درێژ بکرێت بۆ دۆزینەوەکان و ئەنجامەکانی تاقیگە بە تایبەتی سەیرکردنی ڕێژەی ئیلیکترۆلایت. پزیشکی شارەزا دەگەڕێت بۆ نیشانەی وشکبوونەوە و زۆری شلە لە نەخۆشەکاندا. ئەگەر ڕێژەی لاکتەیت و کرێتینایین زۆر بن، دەبنە هۆی نەگەیاندنی شلەی پێویست. سەیرکردنی میزی نەخۆشەکە پێویستە بۆ بینینی هەر گۆڕانکارییەک کە پێویستە (٠،٥ مل/کگ/کاتژمێر) بێت. بەڵام لەوانەیە بەسوود نەبێت بۆ دیاریکردنی قەبارە لەو نەخۆشانەی تووشی نەخۆشییەکانی گورچیلە بوون، لەو حاڵەتەدا پێویستە هەڵسەنگاندن بکرێت بۆ باری شلە (بۆ نموونە، ئۆرتۆستاتیک، تاقیکردنەوەی فیزیکی) سوود لە دۆزینەوە بابەتییەکانی تر وەربگرێت . دەبێت ئەو نەخۆشانەی کە لە ژێر مەترسی تووشبوونن بە نەخۆشییەکانی دڵ و سییەکان لە ژێر چاودێری ورد و چڕدا بن و پێویستە دووبارە هەڵسەنگاندنەوەیان بۆ بکرێت. بۆ نموونە ئەگەر ڕێژەی سۆدیۆم کلۆراید لە (٠،٩ ٪) زیاتر بێت ئەوا دەبێتە هۆی زۆربوونی سۆدیۆم لە جەستەدا. بۆ کەم کردنەوەی مەترسی پیس بوون دەبێت کۆتا گیراوە پشکنینی بۆ بکرێت بۆرێگریگرتن لە نارێکی پێش ئەوەی بدرێت بە نەخۆش.

باشکردنی ئەنجامەکانی تیمی تەندرووستی

بەکارهێنانی ئاوی خوێی ستاندارد لە کاتی بووژاندنەوەی خوێندا زۆر گرنگە. باشترین هەڵبژاردە بۆ ئەم کردارە پزیشکییە خوێیاوی ئاساییە. بە بێ بەڕێوەبردن و چاودێری گونجاو سەرئەنجامەکان خراپتر دەبن بۆیە پێویستە پزیشکی کلینیک و کارمەندانی پەرستاری چاودێری و هەڵسەنگاندنەوەی نەخۆش ئەنجام بداتەوە و لێرەدا گرنگترین کار کە ئەنجام بدرێت بریتییە لە چاودێری کردنی وردی نەخۆشەکە لەلایەن ستافی بەرپرسیارەوە. بۆ ئەم مەبەستە پێویستە ئەنجامدانی ئەم خاڵانەی خوارەوە ڕەچاو بکرێن:

١- داواکردنی ئەنجامی تاقیگە بە تایبەتی ئەنجامی زیاد بوونی ئیلیکترۆلایت.

٢- ڕێژەی میز کە دەبێت ٠،٥ مل/کگ/کاتژمێر بێت.

٣- پشکنینی فیزیایی بۆ دەستنیشانکردنی شلە.

٤- زانینی کێش و بارستایی نەخۆش.

٥- چاودێری کردنی بەردەوامی نەخۆش و داواکارییەکانی جەستەی بۆ خوێیاوی ئاسایی.

بەڕێوەبردنی خوێیاوی ئاسایی لە نەخۆشدا پێویستی بە هەڵسەنگاندنە، چونکە ترس هەیە لە بەکارهێنانی لەبەر ئەو کاریگەرییە لاوەکیانەی لەسەر نەخۆش هەیەتی. زۆری کلۆراید دەبێتە ئەنجامی بەرزبوونەوەی ڕێژەی مردن لە نەخۆشدا.

بۆیە ڕاپۆرتی پەرستاری بۆ تیمی پزیشکی زۆر گرنگە بۆ پێشبینیکردنی ئەنجامەکان بەرزی (هایپەر کلورمیا) بەشێوەیەکی بەرچاو پەیوەندی بە زیادبوونی مردنەوە هەبووە. دەرمانسازان دەبێت ئینووسیان هەبێت لەسەر جێبەجێکردنی شلەکانی IV، هەروەها دابینکردنی ڕاوێژ بە پەرستار سەبارەت بەئەنجامدانی کردارەکان. بۆیە دووبارە لێکۆڵینەوە لە بەکارهێنانی خوێیاوی ئاسایی لە نەخۆشە هەستیارەکان دەکرێت. چەندین توێژینەوە هەبووە بەراوردکردنی بەکارهێنانی شلەی بلوورییە هاوسەنگەکانی تر کە ئەنجامی لە کەمکردنەوەی ڕێژەی مردن و ئاڵۆزییەکاندا نیشانداوە . بەتایبەتی لێکۆڵینەوەی smart (سمارت) دەریخست کە کەم بوونەوەی مردن بەدیار کەوت لەو نەخۆشانەی شلەی بلووریان بۆ بەکار هاتبوو. لەگەڵ ئەوەشدا توێژینەوەی زیاتر لەسەر ئەم بابەتە پێویستە. دەتوانرێت خوێیاو بەکار بهێنرێت وەک هەموو دەرمانەکانی دیکە، بەڵام پێویستی بە چاودێری ورد هەیە لەلایەن پزیشک و کارمەندان و پەرستارانەوە، بەڵام خوێیاوی ئاسایی پێویستی بە نزیکبوونەوەیەکی نێوان پرۆفیشناڵ هەیە بۆ ئەنجامدانی کاری پزیشکی و کارگێڕی لەنێوان پزیشک و پەرستار و دەرمانسازاندا، هەموو ئەمانەش بەشێوەیەکی هاوبەش کاردەکەن وەک تیمێکی نێوان پیشەیی بۆ باشترکردنی دەرەنجامەکانی نەخۆش (ئاستی V).

بەشی هەژدەهەم

شوشتنی گوێیەکان

شوشتنی گوێیەکان

کردارەکە: شوشتنی گوێکان

پێناسە: شوشتنی بەشی ناوەوەی گوێ بە گیراوەی تایبەت بۆ مەبەستی چارەسەر بەکاردێت. بێگومان ئەم کردارە بەبێ زەبر و کاریگەری لاوەکی نابێت. زۆربەی کات، شوشتنی گوێکان بە گیراوەیەک ئەنجام دەدرێت کە پلەی گەرمیەکەی وەک پلەی گەرمی لەش بێت بۆ رێگری کردن لە گێژبوون و هێڵنجدان. گەورەترین مەترسی لەکاتی ئەنجامدانی ئەم کردارە بریتییە لە پچرانی پەردەی گوێ بە بەرکەوتنی ئەو ئامێرانەی لەم کردارەدا بەکاردەهێنرێت.

بەکارهێنان:

- لەکاتی هەبوونی تەنی نامۆ
- هەوکردنێک لەو ناوچەیەی گوێ
- دروستبوونی چڵکی گوێ لەناو ڕێڕەوەکەو گرتنی

پێداویستییەکان:

- جووتێ دەستکێشی خاوێن
- سرنجی تایبەت بە شوشتن
- دەفرێکی خاوێن بۆ گیراوەکە
- دەفرێکی تر بۆ ئەوەی ئەو دەردراوو گیراوەیە لەخۆبگرێ کە دێتە دەرەوە لەگوێچکەکانەوە
- خاولی
- لۆکە یان گۆز
- ئەو گیراوەیەی بەکاردەهێنرێت دەبێ پلەی گەرمیەکەی بخرێتە پلەی گەرمی لەش
- وەرەقەی تایبەت بە تۆمارکردنی زانیارییەکان
- ئۆتۆسکۆپ

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- دڵنیادەبینەوە لە پرۆسەی کارەکە. هەنگاوەکانی کردارەکە بەبیر خۆمان دێنینەوە.	پارمەتیدەر دەبێت لەهەر لێتێکچونێک و دەتوانین بە ئاسانی پێوانەی باری نەخۆشەکە بکەین وە پارمەتیدەر دەبێت لە ڕێگرتن لەهەر شڵەژان و لێتێکچونێک.
٢-پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە	بۆ ڕێگری کردن لە مەترسی توشبوون بە هەوکردن و پیسبوون
٣-هەمـــوو ئەو خۆپـارێزیە ســتانداردانە بەکـار بهێنـە کە پێویستەو خـۆت بپارێزە لە بەرکەوتـن بە خـوێن و شـلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش	بـۆ پاراسـتنی خـۆت و نەخۆشـەکەو هەمـوو ئەو کەسـانەی لەوێ ئیشدەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا
٤-هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە	بۆ ڕێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە
٥-فەرمـانەکە بپشـکنە و ناسـنامەی نەخۆشـەکە پشتڕاسـت بکەرەوە بە بەکارهێنـانی بە لایەنی کەمەوە دوو لە ناسـنامەی نەخۆشەکە	بـۆ پاراسـتنی سـەلامەتی نەخۆشـەکە، (بـۆ ئەوەی کـارێکی هەڵە بـۆ نەخۆشێکی هەڵە ئەنجام نەدەین)
٦-کردارەکە بۆ نەخۆشـەکە ڕوونبکەوە و لەگەڵیدا تاووتوێی بکە	بۆ ئارامکردنەوەی نەخۆشەکە لەکاتی هەبوونی هەر دڵە ڕاوکێیەک و بەدەستهێنانی ڕەزامەندی نەخۆشەکە
٧- دەرگاکە دابخە یان پەردەکە دایەرەوە	بۆ دابینکردنی تایبەتێتی نەخۆش و کەمکردنەوەی زیندەوەرە وردەکانی هەوا
٨-یـارمەتی نەخۆشـەکە دەدەیـن بـۆئەوەی پاڵبکەوێـت یـان دابنیشــێت بە شــێوازێک ئەو گــوێچکەیەی کە خــاوێنی دەکەینەوە بەرەو خوارەوە بێت. خاولیەکە لەژێر سەر و شانی نەخۆشەکە دادەنێین و دەفرەکەش دەخەینە ژێر گوێی	ئەم شـێوازە لە وەسـتانی نەخۆشـەکە یارمەتیـدەر دەبێـت لە هـاتنە دەرەوەی گـیراوەکە بۆنـاو دەفـرەکە بەئاسـانی و ڕێگـریش دەکات لە ڕژانی گیراوەکە بە مل و دەموچاوی نەخۆشەکەدا
٩-گیراوەکە بخە ناو دەفرە خاوێنەکەوە، چەن دڵۆپێک بکە سەر بەشی ناوەوەی قۆڵت بۆئەوەی دڵنیابیتەوە لە دروستی پلەی گەرمیەکەی	تێبینی: ئەگەر گیراوەیەکی خاوێنکراو بە ئامێری تایبەت بەکارهات بۆ شوشتنەکە، دەبێ دەفرێکی خاوێنکراویش بکاربێت
١٠-دەستکێشــــەکانت لەدەســـــتبکە. بەشی دەرەوەی گوێچکەکە بە گۆز یان لۆکە خاوێن بکەرەوە. بەهیچ جۆرێک پەستانێکی زۆر دروست مەکە لەسەر چڵک یان ئەوشتەی دەتەوێ گوێچکەکەی لێ خاوێن بکەیتەوە بۆناو ڕێڕەوی گوێ	ڕێگـریبکە لە دووبـارە چـوونەژوورەوەی ئەو پیسـیەی لەگـوێکە دێتە دەرەوە. بەزۆر نـاردنە نـاوەوەی گـیراوەکە بە پەسـتانێکی زۆر ڕەنـگە ببێتە هۆی زیانگەیاندن بە تەپڵە پەردەی گوێ
١١-سرنـجی شوشـتنەکە پـڕ بـکە لە گـیراوەکە (بەنـزیکەیی ٥٠مل)	دەبێ گیراوەی پێویست بەکاربهێنرێت بۆئەوەی بەشێوازێکی ڕێکوپێک کردارەکەمان ئەنجام بدەین
١٢- بۆ گەورەکان و منداڵانی سەروو تەمەن ٣ ساڵ، بە نەرمی لووتکەی سەرەوە و دواوە رابکێشن؛ مناڵی تەمەن ٣ ساڵ یان بچووکتر، لووتکەکە ڕاکێشە بەرەو خوارەوە و دواوە	ڕاکێشانی قەراغی دەرەوەی گوێ بە ڕێکی، ڕێگر دەبێ لە گیرانی ڕێڕەوەی گوێ بە ئامێرەکە، کە دەبێتە هۆی زیادبوونی فشار لەسەر پەردەی تەپڵی گوێ (Tympanic membrane)
١٣- وردە وردە و بە هێواشی گیراوەکە بە سەری سرنجەکە ١ سم(١٢ ئینج) بخەرە ناو ڕێڕەوی گوێکەوە. شلەکە بەرەو ڕووی بەرزی ڕێڕەویی گوێ ئاڕاستە دەبێت. ڕێگە بدە بە خاڵی بوونەوەی بۆ ناو دەفرەکە لە ماوەی تێکردنیدا. بەردەوام بە تا ئەوکاتەی ڕێڕەوی گوێ پاک دەبێتەوە و چارەسەر دەبێت.	هێواش تێکردنی گیراوەکە ڕێگری لە دروستبوونی پەستان لە ڕێڕەوی گوێدا دەکات و دڵنیات دەکاتەوە لە بەرکەوتنی گیراوەکە بە هەموو ڕووەکانی ڕێڕەوەکەوە(Ear canal surface)
١٤- گوێی دەرەوە وشک بکەرەوە بە لۆکە. لۆکەکە بە جێ	وشکردنەوە ڕێگر دەبێ لە دروستبوونی تەری و شێ کە دەبێتە هۆی

بهێڵە لەو شوێنەدا بۆ ماوەی ٥ بۆ ١٠ خولەک.	هەوکردنی گوێی دەرەوە.
١٥- یارمەتی نەخۆش بدە دابنیشێت (شێوازی دانیشتن لەسەر کورسی)	زیاتر ئاسوودەی دەکات
١٦- ئەنجامەکەی بۆ روونبکەرەوە و ڕێنمایی بکە.	بۆ بەشداری پێکردنی زانیارییەکان و دابینکردنی پێداویستییەکان دەستبەجێ.
١٧- گەڕاندنەوەی پارچەکان. کۆکردنەوەی کەرەستە بەکارهاتووەکان؛ کەرەستە پاکەکان واز لێبێنە یان لە شوێنێکی گونجاودا هەڵی بگرە. شوێنەکەت پاکبکەرەوە و جێی بهێڵە وەک چۆن پێشتر خاوێن بووە.	بۆ پاراستنی شوێنەکە و کەرەستەکان بە سەلامەتی و پاکوخاوێنی و بەکارهێنانیان بۆ جاری داهاتوو.
١٨- دەستکێشەکانت لابدە و پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە.	بۆ ڕێگری کردن لە مەترسی توشبوون بە هەوکردن و پیسبوون.

ڕاپۆرت و تۆمارکردن:

- تۆمارکردنی تێبینی پەرستارەکە و تۆمارکردنی تەندروستی ئەلیکترۆنی(EHR) و کرداری تۆماری بەڕێوبەرایەتی دەرمان (MAR)، ڕێژەی بەکارهێنانی گیراوەکە، کاتی پێدانی و هەروەها چەندێک لە گیراوەکەی وەرگرتووە (گوێ).
- شێوەی گوێی دەرەوە و بیستنی نەخۆش لە تێبینی پەرستارەکان و EHR تۆمار بکەن.
- تۆمارکردنی کاریگەریە لاوەکیەکان / کاردانەوەی نەخۆشەکە و/یان ڕەتکردنەوەی دەرمانەکە لەلایەن نەخۆشەکەوە.
- واژۆکردن بەرپرسیارێتی پیشەیی دەپارێزێت
- بەڵگەنامە کۆکراوەکان زانیاری بەردەوام دابین دەکەن

ئەنجامە چاوەڕواننەکراوەکان	ئەوەی دەبێت ئەنجامی بدەین
نەخۆشەکە گازندەی ئەوە دەکات ئازاری گوێی زیاد دەکات لە ماوەی شۆردنەکەدا.	پچڕانی پەردەی گوێ لەوانەیە ڕوویدات. دەستبەجێ بوەستە لە شۆردنی، وە دەستبەجێ دابینکەری چاودێری تەندروستی ئاگادار بکانەوە.
ڕێرەوی گوێ بە داخراوی دەمێنێتەوە لەگەڵ چڵکی گوێدا (Cerumen)	دووبارە بیشۆرەوە
ماددە بێگانەکان دەمێننەوە لە ناو ڕێرەوی گوێدا	نەخۆشەکە بنێرە بۆ لای دکتۆری قورگ و گوێ و لووت ئەگەر ماددە بێگانەکە مایەوە دوای شۆردنیش.
نەخۆشەکە ناتوانێت ڕاهێنانەکانی گرینگیدان بە گوێیەکان ڕوونبکاتەوە.	ئەندامانی خێزان یان چاودێری دەبێت هاوکاری نەخۆشەکەبن لە ئەنجام دانی کردارەکە.

بەشی نۆزدەهەم

شوشتنی چاو

شوشتنی چاو

کرادەرەکە: شوشتنی چاو

پێناسە: شوشتنی چاو بریتییە لە پاککردنەوەی چاو لە دەردراوەکانی چاو و هەر تەنێکی نامۆ کە دەچێتە ناو چاوەوە.

مەبەست لە کردارەکە: ئەم کردارە بە شێوەیەکی گشتی لە حاڵەتی کتوپڕدا بەکاردێت بۆ پارستنی بینایی. کاتێک مادەیەکی کیمیایی یان بێزارکەر چاو پیس دەکات، دەستبەجێ شۆردن بە بڕێکی زۆر لە ئاوی سارد بە لایەنی کەمەوە ١٥ خولەک بۆ کەمکردنەوەی زیان لەسەر بیلبیلەی چاو. بەکارهێنەرانی لێنز یان چاوی دەستکرد لەوانەیە پێویستیان بە شۆردنی چاو و پاکردنەوەی لە ماددە و تۆزەکان بێت لە لایەن چاوەوە.

پێداویستییەکان:

- گیراوە پاککەرەوەکان: بەشێوەیەکی گشتی قەبارەی ٣٠ بۆ ١٨٠ مل لە ٣٢ بۆ ٣٨ پلەی سیلیزی(90° to 100° F) (بۆ پاککردنەوە لە ماددە کیمیایەکان، بەکارهێنانی قەبارەیەکی گەورە لە نۆرماڵ سەلاین و رینگەر لاکتەیت و شۆردنی بە بەردەوامی لە ماوەی ١٥ خولەکدا) (وێنەکە)
- دەفرێکی پاک
- پاد یان خاولی
- ٤*٤ گۆز
- Soft bulb syringe، دڵۆپەر، Iv tube
- دەستکیشێکی پاک
- لایتی چاو
- تۆماری بەڕێوەبەرایەتی دەرمان (MAR)

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١-جێبەجێکردن و پێداچوونەوەی ئەرک و هەنگاوەکان یەک لەدوای یەک بەپێی سەرەکیترینیان (پرۆتۆکۆل)	دابینکردنی پێوەرەکان بۆ پێوانەکردنی ئاسایی نەخۆش، و دابینکردنی رێبەری بۆ دیاریکردنی ئامێرەکان یارمەتیدەر دەبێت بۆ پێوانەکردنی لە شوێنێکی گونجاودا. (بۆ نموونە، لێدانی دڵ و پەستانی خوێن پێوانەن بۆ کرداری دڵ و خوێنبەرەکان بە باشی)
٢-پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە (وێنەکە)	بۆ رێگری لە مەترسی توشبوون بە هەوکردن و پیسبوون
٣-هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکار بهێنە کە پێویستەو خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش	بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و سەرجەم کارمەندانی تەندروستی لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا
٤-پێداویستییەکان ئامادە بکە	-بۆ رێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە -رێکخستن ئاسانکاری دەکات بۆ ئەنجامدانی کردارەکە بە

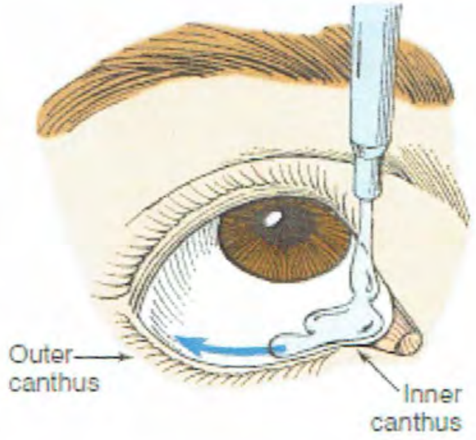
	کارامەی و بە تەواوی
٥-داواکراوەکە بپشکنە و ناسنامەی نەخۆشەکە پشتڕاست بکەنەوە بە بەکارهێنانی بە لایەنی کەمەوە دوو لە ناسنامەی نەخۆشەکە	بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە، (بۆ ئەوەی کارێکی هەڵە بۆ نەخۆشەکە ئەنجام نەدەین)
٦-کردارەکە بۆ نەخۆشەکە روونبکەوە و لەگەڵیدا تاووتوێی بکە	بۆ ئارامکردنەوەی نەخۆشەکە لەکاتی هەبوونی هەر دڵە ڕاوکێیەک و بەدەستهێنانی ڕەزامەندی نەخۆشەکە
٧- دەرگاکە دابخە یان پەردەکە دابدەرەوە	بۆ دابینکردنی تایبەتێتی نەخۆش و کەمکردنەوەی زیندەوەرە وردەکانی هەوا
٨- چاوەکان بخەمڵێنە بۆ سووربوونەوە، فرمێسکی زۆر و ئاوسان. پرسیار لە نەخۆش بکە دەربارەی نیشانەکانی خوران، سووتان، ئازار، بینینی لێڵ، یان فۆتۆفۆبیا.	هەبوونی هەر یەکێک لەم نیشانانە پێوانە دەکرێت بۆ بەراورد پێکردنی لە دوای ئەنجامدانی کردارەکە. بۆ ئەوەی بزانین کردارەکە و چارەسەرەکان تا چەند کاریگەریان هەبووە.
٩- یارمەتی نەخۆشەکە بدە کە لەسەر ئەو لایەی کە چاوی زیانی بەرکەوتووە پاڵکەوێت. سەری بسوڕێنەوە بەرەو ئەو چاوەی کە زیانی بەرکەوتووە . ئەگەر هەردوو چاوی بوو، نەخۆشەکە لەسەر پشت دابنێ بۆ شۆردنی هەردوو چاوی. (وێنەکە)	شێوازی دانیشتنەکە یارمەتی ڕۆشتنی گیراوەکە دەدات لە ناوەوەی چاوەوە بۆ دەروەی چاو، وە ڕێگر دەبێت لە پیسبوونی فرمێسکە ڕژێن و ئەو چاوەی کە ساغە. (وێنەکە ١)
١٠- لابرنی عەدەسە(لێنز)کە ئەگەر گونجا. دەستکێشەکانت لابدە دوای لابردنی لێنزەکە، دەستکێشێکی تازە بکەرەوە دەست. (وێنەکە)	لابردنی لێنزەکە پێویستە بۆ سەلامەتی و شۆردنی ماددە بێگانەکە لە چاوی نەخۆشەکە بە تەواوەتی. لابردنی دەستکێشەکان دوای لابردنی لێنزەکە ڕێگری لە دوبارە گواستنەوەی ماددە کیمیایەکان لە لێنزەکەوە بۆ دەستکێشەکە دەکات.
١١- خاولیەکە یان پادەکە لەژێر دەم و چاوی نەخۆشەکە و دەفرەکە لە ژێر روومەتی ئەو چاوەی کە زیانی بەرکەوتووە دابنێ (وێنەکە)	بەمشێوەیە ئەو شلە و ماددە بێگانانەی لە چاوەوە دێتە دەرەوە، دەکەونە سەر خاولیەکە و شوێنەکە پیس ناکات.
١٢- هەنگاوەکانی داهاتوو بۆ نەخۆشەکە روون بکەرەوە و هانی بدە پشوو بدات: بە پەنجە بە نەرمی پێڵووی سەرەوە و خوارەوە بجوڵێنە بۆ پشاندانی ژێر پێڵوی چاو. بۆ ئەوەی پێڵوی چاو بە کراوەیی ڕابگرین، فشارێکی نەرم بۆ خوارەوەی چاڵی چاو بکەن لەژێر برۆدا. فشار لەسەر چاو مەکە. (وێنەکە ٢)	دووبارەکردنەوە پرۆسەکە بۆ کەمکردنەوەی تروکانی چاو و ڕێگەدان بە شۆردنی ژێر پێڵوی چاو
١٣- سرنجی شۆردنەکە، دڵۆپەر یان بۆری IV دەبێت بە نزیکەیی ٢.٥ سم (١ ئینج) لە چاوی نەخۆشەکەوە دووربێت.	پەیوەندی ڕاستەوخۆ بە کەرەستەکانی شۆردنی چاوەوە لەوانەیە چاو برینداربکات .
١٤- داوا لە نەخۆش بکە کە بەرەو برۆی سەیر بکات و بە نەرمی بیشۆ بەجێگیری بەرەو خوارەوەی ژێر پێڵووی چاو، لە ناوەوەی چاوەوە(Canthus) بەرەو دەرەوەی (وێنەکە)	کەمکردنەوەی هێز لەسەر بیلبیلەی چاو. دەرهێنانی ماددە بێزارکەرەکە لە چاو. دوربکەوە لە چاوەکەی تر و فرمێسکە ڕژێن
١٥- گرنگی بە دووپاتکردنەوەی کردارەکە بدە، هانی نەخۆشەکە بدە بە لەسەرخۆی و باوەڕ بەخۆ بوونەوە و بە دەنگێکی نەرم.	قەلەقی و دودڵی کەم دەکاتەوە
١٦- ڕێگە بە نەخۆشەکە بدە جار جار چاو بتروکێنێت.	ماددە بێزارکەرەکە دەجوڵێنێت بەرەو سەرەوەی بیلبیلەی چاو

١٧- بەردەوام بە لە شـۆردن بەو گـیراوانەی کە داواکـراوە تـا ئەو کاتەی کە دەردراوەکان بە تەواوەتی پاک دەبنەوە. (تێبینی؛ شۆردن بە ١٥ خوولەک یان زیاتر پێوستە بۆ مادده کیمیایەکان کە بوونەتە هۆی سووربوونەوەی چاو).	دڵنیـا بەرەوە لەوەی کە بەتەواوەتی مـاددە بـێزارکەرەکەت لابـردووە. هەڵسـەنگاندنی چـاو بە دەردراوەکـانی PH لەوانەیە پێویسـت بێـت لە مـاوەی ئازارەکەدا ئەگەر چـاوی بەرکەوتـنی هەبوو بە یەکێک لە گیراوەکانی ترش یان تفت. (وێنەکە)
١٨- پەڵە پیسـەکانی دەوروبەری قەراخی چـاو و دەم و چـاو بە لەفافێک یان خاولیەک بسرە. (وێنەکە)	سڕینەوەی پەڵەکان لەوانەیە زیندەوەری بچووک یان ماددەی بێزارکەری پێوەبێت، نەخۆشەکە زیاتر ئاسوودە دەکات.
١٩- - ئەنجامەکەی روون بکەرەوە و ڕێنمایی بکە	بۆ بەشداری پێکردنی زانیارییەکان و دابینکردنی پێداویستییەکان دەستبەجێ
٢٠- گەڕانـدنەوەی پارچەکـان. کـۆکردنەوەی کەرەسـتە بەکارهاتووەکـان؛ کەرەسـتە پاکەکـان وازلێبێـنە یـان لە شـوێنێکی گونجاودا هەڵی بگرە. شوێنەکەت پاکبکەرەوە و جێی بهێڵە وەک یەکەم جار.	بۆ پارستنی شوێنەکە و کەرەستەکان بە سەلامەتی و پاکوخاوێنی و بەکارهێنانی لە دواتردا.
٢١- دەستکێشەکان لا بدە و پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە.	بۆ ڕێگری کردن لە مەترسی توشبوون بە هەوکردن و پیسبوون

تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردن:

- تۆمارکردنی تێبینی پەرستارەکە و تۆمارکردنی تەندروستی ئەلیکترۆنی (EHR) حاڵەتی چاوی و تۆمارکردنی نیشانە و ئازاری نەخۆشەکە. تۆمارکردنی جۆر و ڕێژەی گیراوەکە بۆ نەخۆش MAR.
- ڕاپۆرتکردنی بەردەوامی نیشانەکانی ئازار یان بینینی لێڵ.
- واژۆ کردن بەرپرسیارێتی پیشەیی دەپارێزێت
- بەڵگەنامە کۆکراوەکان زانیاری بەردەوام دابین دەکەن

دەرەنجامی چاوەڕوان نەکراو	چارەسەری پەیوەست بە دەرەنجامەکەوە
۱-دوودڵی	ء. دووپاتکرنەوەی بەڵگەنامەکان بۆ شۆردن ب. رێگە بە نەخۆشەکە بدە جار جار چاو بتروکێنێ لە ماوەی شۆردنەکە ت. رێنمایی نەخۆش بکە بۆ ئەوەی هەناسەیەکی هێواش و قووڵ هەڵمژێت.
۲- نەخۆشەکە گازندەی ئەوە دەکات کە فۆتۆفۆبیا، لە رادەبەدەر فرمێسک، ئازار یان ماددەیەکی بێگانە لە چاویدا هەست پێدەکات، ئەوا کرداری شۆردنی چاوی بۆ بکە	ء.ئامۆژگاری نەخۆشەکە بکە چاوی دابخات و چاوی نەجوڵێنێت. ب. دەستبەجێ ئاگاداری چاودێری تەندروستی یان پزیشکی تایبەتی چاو بکە.



وێنەی ۱-١٦

بەشی بیستەم

شوشتنی لووت

شوشتنی لووت

کردارەکە: شۆردنی لووت

پێناسە: شۆردنی ڕێڕەوی سەرەوەی کۆئەندامی هەناسەدانە کە دەبێتە هۆی نەرم بوونەوەی لینجە پەردەکان و پاک بوونەوەیان لە ماددە ڕەقبووەکان و دەردراوەکانی دیکە و ماددە بێگانەکانی ناو لووت لە لایەن ئاوەوە. بە پێ گوێدانە ئەوەی، ئەم ماددانە لەوانەیە ببێتە هۆی وشکبوونی کەلێنی لووت و کەمی ڕۆشتنی هەوا بۆ ناو سیپەکان و هەروەها دەبێتە هۆی سەرئێشە و هەوکردن و بۆنی ناخۆش. شۆردنی لووت لەوانەیە بە ئامێرێکی ئیلکترۆنی یاخود بە (Bulb Syringe) ئەنجام بدرێت. (وێنەکە ١)

مەبەست لە کردارەکە: شۆردنی لووت بەسوودە بۆ ئەو نەخۆشانەی کە کێشەی لووتیان هەیە جا ماوە کورت یان ماوە درێژ بێت، لەوانە هەوکردنی کەلێنی لووت، هەڵئاوسان و هەوکردنی لینجە پەردەی لووت، نارێکی و شێواوی لە مولوولەکـــانی خوێنـــــدا (Wegener'sgranulomatosis) و نەخـــــۆشی درێژخـــــایەنی خـــــۆیی (Sjögren'ssyndrome). سەرەڕای ئەوەش، ئەم کردارە لەوانەیە یارمەتیدەر بێت بۆ ئەو کەسانەی کە بەردەوام ماددە ژەهراوییەکان یان ئەو بۆن و گازەی لە ڕەنگی بۆیەدا هەیە هەڵدەمژن، بۆ نموونە هەڵمژینی تەراش (ئەو تەپ و تۆزەی لە کاتی برینەوەی داردا دروست دەبێت)، یان ئەو دەرمانەی بۆ کوشتنی مێش و مێشولە بەکاردێن یان تۆز و خۆڵی خەڵوز. شۆردنی لووت بەشێوەیەکی ڕۆتینی پێشنیار دەکرێت دوای هەندێک نەشتەرگەری لووت بۆ باشترکردن و چاکبوونەوە بەلابردنی ئەو کێم و زامانە پاش نەشتەرگەری، کە یارمەتیدەر دەبێت لە دوبارە دروستبوونەوەی شانە و توێژاڵەکانی کەلێنی لووت.

ئەم کردارە نابێت بۆ کێ بکرێت: بۆ ئەو کەسانەی لەناوچوونی یان تێکچوونی کەلێنی لووت، زوو زوو خوێن بەربوونی لووتیان هەیە، و ماددە بێگانەکانی ناو لووت (کە دەکرێت بچنە ڕێڕەوەکانی تر بەهۆی شۆردنی لووتەوە). هەرچەندە، لەوانەیە هەندێک نەخۆش لەم حاڵەتانەدا شۆردن لە قازانجیان بێت. (وێنەکە)

پێداویستییەکان:

- Bulb Syringe یان ئامێری شۆردنی دەم وەک (WaterPik) (وێنەکە ٢) ئامێرێکە بەکاردێت بۆ نەهێشتنی هەوکردنی دەم و ددان و باشترکردنی تەندروستی دەم.
- بەکارهێنانی دەمێکی نەرم یان ڕەق(بەکارهێنانی تەنها بۆ یەک نەخۆش)
- گیراوەیەکی فرەتۆنی کلۆریدی سۆدیۆم (Hypertonic saline solution)
- پەڕەیەکی پلاستیکی
- خاولی
- کلێنکس
- دەفرێک
- دەستکێش
- Hospital-gradedisinfectant کە بەکاردێـت بـۆ زۆر شـت لەوانە کوشـتنی ڤـایرۆس و بەکتریاکـان نەهێشتنی بۆنی ناخۆش کە بەکتریاکان دروستی دەکەن.

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- جێبەجێکـردنەوە و پێـداچوونەوەی ئەرک و هەنگاوەکـان یەک لەدوای یەک بەپێی سەرەکیترینیان (پرۆتۆکۆڵ)	دابینکردنی پێوەرەکان بۆ پێوانەکردنی ئاسایی نەخۆش، و دابینکردنی رێبەر بۆ دیاریکردنی ئامێرەکان یارمەتیدەر دەبێت بۆ پێوانەکردنی لە شـوێنێکی گونجـاودا. (بـۆ نمـوونە، لێـدانی دڵ و پەسـتانی خـوێن پێوانەن بۆ کرداری دڵ و خوێنبەرەکان بە باشی).
٢-دەستەکانت بشۆ (وێنەکە)	بۆ رێگری کردن لە مەترسی توشبوون بە هەوکردن و پیسبوون
٣- هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکاربهێنە کە پێویستە. خـۆت لە خـوێن و شـلەکانی دیـکەی لەش بپارێزیـت بە لە دەستکردنی دەستکێش.	بـۆ پاراسـتنی خـۆت، نەخۆشـەکەو هەمـوو ئەو کەسـانەی لە نەخۆشخانە ئیش دەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا.
٤- - ئامادەکردنی هەموو پێداویستە پێویستییەکان	-بۆ رێگری کردن لە دواکەوتنی کردارەکە -رێکخستن ئاسانکاری دەکات بۆ ئەنجامدانی کردارەکە بە کارامەی و بە تەواوی.
٥- فەرمـانەکە بپشـکنە و ناسـنامەی نەخۆشـەکە پشتڕاسـت بـکەنەوە بە بەکارهێنـانی بەلایەنی کەمەوە دوو لە ناسـنامەی نەخۆشەکە	بۆ پاراستنی ئارامی نەخۆشەکە.
٦- دابینکـردنی زانیـاری بـۆ نەخۆشـەکە دەربـارەی پرۆسـەی خسـتنە نـاوەوەی سرنـجەکە یـاخود ئامێرەکـانی دیـکە، پێشبینیکردنی ماوەی چاک بوونەوەی، چاودێری و پاراستنی IV Catheter، نیشانەکانی ئالۆزبوون و راپۆرتدان لەسەری.	-بـۆ کەمکـردنەوەی قەلەقی و زیـادکردنی هاوکـاری و هەمـاهەنگی و لێکتێگەشتن - بەدەست هێنانی رەزامەندی بۆ کردارەکە -دابینکردنی زانیاری خێراتر و هاوکاری کردن و لێکتێگەشتن.
٧-دەرگای ژوورەکە دابخە و پەردەکان دابەرەوە	بۆ پاراستنی تایبەتمەندێتی نەخۆشەکە و کەمکردنەوەی میکرۆب و زیندەوەرە هەواییەکان
٨-گەرمکردنی گیراوە خوێیاویەکە بە نزیکەی ١٠٥ف(٤٠.٦ س). ئەگەر ویستت بە بەڵب سرنجەکە(bulb syringe)کرداری شۆردنەکە بکەی، هەندێ لە گیراوەکە بگەرێنەوە ناو (Bulb) و دواتر دەست بە رشتنی بکە. (وێنەکە)	بۆ شۆردنی پاشماوەی هەر گیراوەیەکی تر و گەرم کردنی (Bulb).
٩-ئەگەر ئـامێری شـۆردنی دەم بەکاردەهێنیـت، ئەوا پـلاکی ئـامێرەکە ببەسـتەوە بە سـوپچپلاکێک لە شـوێنێکی نزیـک لە نەخۆشـەکە. دواتـر، بە نـزیکەی ١ کـوپ(٢٤٠ مـل) لە گیراوە خوێیاویەکە بکەرە ناو تیوبەکە، دواتر ئامێرەکە پڕ بکەوە بە گیراوەیەکی گەرمی خوێیاوی. (وێنەکە)	بۆ شۆردنی پاشماوەی گیراوەکانی تر و گەرم کردنی تیوبەکە.
١٠-خاولیەکە لە بەشی سەرەوەی جەستەی دابنێ	بۆ پاراستنی جلی نەخۆشەکە لە تەڕ بوون. پەڕەیەکی پلاستیکی لەسەر جێگەکەی دابنێ، ئەگەر پێویستی کرد.
١١- ئایا نەخۆشـەکە بە ئاسـوودەیی لە نزیـک کەرەسـتەکان لە شـوێنێک دانیشـت کە رێگە بە سـەری سرنجەکە یان تیوبەکە بدات کە بچێتە لووتی و گیراوەکە بگەرێنەوە بۆ ناو دەفرەکە. (بڕوانە شوێنی نەخۆشەکە بۆ کرداری شۆردنی لووت) (وێنەکە	

١٢- بە بیری نەخۆشەکە بهێنەرەوە کە دەبێت دەمی بە کراوەی بهێڵێتەوە بۆ ئەوەی بتوانێت هەناسە بدات بە باشی لە ماوەی کردارەکەدا. (وێنەکە)	ئەم کـردارە دەبێـتە هـۆی نەرم بـوونی گەروو، رێـدەدات بەوەی گیراوەکە بچێتە کونە لووتەکەی ترەوە و بەتاڵی بکاتەوە.
١٣- رێنمایی نەخۆشەکە بکە بەوەی قسە نەکات و تف قوت نەیات لە ماوەی کردارەکە.	بـۆ دورکەوتـنەوە لە مـاددە زیـان بەخشـەکان کە دەبـنە هـۆی هەوکردن لە لووتە کەلێن و جۆگەی ئۆستاکی.
١٤- لابـردنی سـەری دەرزیەکە یـان تیـوبەکە لە لـووتی نەخۆشەکەوە لە کاتی پێویستیدا.	بۆ پژمین یان کۆکین بۆ ئەوەی بە دوور بین لە زیان گەیانـدن بە لینجە پەردەی لووت
١٥- بەڵـب سرنـجەکە پڕ بکە لە گیراوەی خوێیاویەکە بیکەرە لووتی نەخۆشەکەوە بە نزیکەی ١/٢(١.٣ سم). (وێنەکە)	
١٦- بەکارهێنانی بەڵب سرنج: بەڵبەکە بگوشە هەتا بە گیراوە گەرمەکە جۆگەکە جوان دەشۆن لە رێگەی لووتەوە. بە دوور بە لە قایم گوشینی. هەروەها ئاڵو گۆڕکردنی بە لووتەکەی تر تاکو گیراوەکە روون دەبێتەوە. (وێنەکە) بەکارهێنانی ئامێری شۆردنی دەم و ددان: بردنە ناوەوەی سەری ئامێرەکە بۆ ناو کونی لووت بە نزیکەی ١/٢ بۆ ١ (١.٣ بۆ ٢.٥ سـم) و داگیرسـاندنی. دەسـتپێکردن بە پەسـتانێکی کەم (زیـادکردنی پەسـتان ئەگەر پێویسـتی کرد).دوبـارە، ئاگـاداربە ماددەکانی ناو لووت نەچێتە لووتە کەلێن و جۆگەی ئۆستاکی. هەردوو کونە لووتەکە بشۆ. (وێنەکە)	قایم گوشین، لەوانەیە پاشماوەکانی ناو کونە لووت بگوازێتەوە بۆ لووتە کەلێن و جۆگەی ئۆستاکی ببێتە هۆی هەوکردن. دەستپێکردن بە پەستانێکی کەم (زیادکردنی پەستان ئەگەر پێویستی کرد) جنیبەجێکردنی شۆردنێکی ورد و تەواو بۆ جۆگەکە.
١٧- تێڕوانـین و چـاودێریکردنی گەڕانەوەی گـیراوەکە. گـۆڕانی ڕەنـگ، لیـنجی، یـان قەبـارەکەی لەوانەیە ئامـاژە بێـت بە هەوکـردن و پێویسـتە دکتـۆر ئاگـادار بکەیـتەوە. هەروەهـا ڕاپۆرتدان لەسەر خوێن یان شانە مردووەکان.	
١٨- دوای شـۆردن، پێویسـتە نەخۆشـەکە چەنـد خولەکێـک چاوەڕێ بکات بەرلەوەی شلەکان لە لووتی بێتە دەرەوە ئەویش لە رێگەی مشکردنەوە.	مشـکردن لە هەردوو کـونە لـووتەوە رێگـری لە چـوونە نـاوەوەی شلەکان دەکات بۆ ناو لووتە کەلێن. ئەم کـردارە یارمەتیـدەر دەبێـت بـۆ کەمکـردنەوە و کـردنە دەرەوەی چڵم و دەردراوە رەقبووەکان.
١٩- پاککردنەوەی بەڵب سرنجەکە و ئامێری شۆردنەکە بە ئاو و سـابوون پـاکژکردنەوەی بە دژە ڤـایرۆس و بەکتریـا ئەگەر پێشنیار کرابوو. شۆردن و وشک کردنەوەی ئامێرەکە.	
٢٠- گەڕانـدنەوەی پێداویسـتیەکان. کـۆکردنەوەی پێداویسـتیە بەکارهاتووەکان، پاکردنەوەی یان هەڵگرتنی پێداویستیەکان لە شـوێنی گونجـاو. پـاکردنەوەی شـوێنەکەت بە جێهێشـتنی هەر وەک پێشتر.	بۆ پاراستنی ناوچەکەو پێداویستیەکان بەسەلامەتی و پاکوخاوێنی بۆ بەکارهێنانی لە داهاتوودا.
٢١- دەستکێشەکانت لابدە و جوان دەستەکانت بشۆ.	بۆ رێگری کردن لە مەترسی توشبوون بە هەوکردن و پیسبوون

تۆمار و ڕاپۆرتەکان:

- کات و ماوەی کردارەکە بنووسەوە و بڕی بەکارهێنانی گیراوەکەش. پێناسەکردنی شێوەی گیراوە گەڕاوەکان. تۆمارکردنی هەڵسەنگاندنەکانت لەسەر ئاسوودەیی نەخۆش و هەناسەدانی بە ئاسانی لە پێش و لە پاش کردارەکە. بەڵگەنامە لەسەر فێرکردنی نەخۆش و تێگەشتنی نەخۆش.
- واژۆکردن کە بەرپرسیارێتی پیشەیی دەپارێزێت،
- بەڵگەنامەکان زانیاری بەردەوام دابین دەکات

ڕەچاوکردنی خاڵە تایبەتەکان:

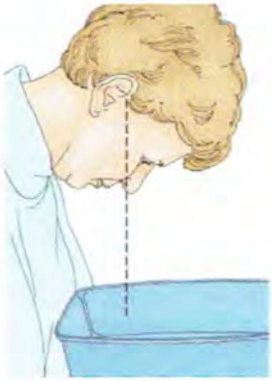
-پێشبینی کردنی شلەکان و بەتاڵ بوونەوەی لە لووتی نەخۆشەکەوە بۆ ماوەیەکی کورت دوای شۆردن و پێش ئەوەی مش بکات.

- دڵنیا ببەوە لەوەی سەری ئامێرەکە بە تەواوی چۆتە ناوەوە و گیراوەکە پەردەی لووتی پاککردۆتەوە پێش ئەوەی وشک بێتەوە. بە گشتی ڕێژەی گیراوەکە مەودای لە نێوان ٥٠٠ بۆ ١٠٠٠ مل دایە.

شوێنی نەخۆشەکە بۆ شۆردنی لووتی:

کاتێک تۆ نەخۆشێک فێردەکەیت کە دەتەوێت کرداری شۆردنی لووتی بۆ ئەنجام بدەیت بە بەڵب سرنجێک یان ئامێری شۆردنی دەم و ددان، پرۆسەی شۆردنەکە ئاسانترە بۆ ئەنجامدان کاتێک کە نەخۆشەکە فێردەبێت کە چۆن سەری بوەستێنێت بە باشترین شێوە بە ئاسوودەیی و سەلامەتی. یارمەتی نەخۆشەکە بدە بە شێوەیەکی ڕاست دابنیشێت و سەری بنوشتێنێتەوە بەرەوە پێشەوە و لەسەرەوەی دەفرەکە و جێگیرکردنی سنگی بە تەواوی. لووت و گوێی پێویستە ستوونی بن. (وێنەکە)

ڕونیبکەرەوە کە کچ/کوڕەکە کەمتر دەتوانێت هەناسە بدات لە کاتی کرداری شۆردنەکە کاتێک سەری بەم شێوازە ڕاگرتووە. ئەم وەستاندنە پێویستە لە ڕۆشتنی گیراوەکە بۆ ناو جۆگەی ئۆستاکی بپارێزرێت، کە ئێستا دەکەوێتە سەرو ئاستی جۆگەکە.



وێنەی ٢-١٦

بەشی بیست و یەکەم

چارەسەر بە ئۆکسجین

چارەسەر بە ئۆکسجین

ئۆکسجین: گازێکی ڕوون، بێ بۆن، بێ ڕەنگ، بێ تامە کە بە نزیکەی لە ٪۲۱ ئەو هەوایە پێکدەهێنێت کە ئێمە هەڵیدەمژین. هەروەها پێویستە بۆ کارکردنی خانە زیندووەکان بە شێوەیەکی گونجاو.

هەر سیستەمێکی گەیاندنی ئۆکسجین (Oxygen wall outlet یان oxygen cylinder) ئەم پێکهاتانە دەگرێتەوە:

- هەموو لوولە گازییە پزیشکیەکان پێویستە کۆدی ڕەنگی ستانداردی گونجاو بێ. لوولەی ئۆکسجین بە ڕەنگی سەوز لەگەڵ شانێکی سپی دیاریکراوە کە نیشانە کراوە بە Oxygen یان O2.
- **پێوەری کەمکردنەوە:** بۆ کەمکردنەوەی پەستان لە پەستانی ژینگەدا.
- **گێچی ئۆکسجین:** ئامێرێکە کە کۆنترۆلی لێشاوی ئۆکسجین دەکات بە لیتر لە هەر خولەکێکدا.
- **چۆنیەتی گەیاندن:** ماسک یان کانۆلای لووت.
- **ئامێری شێدارکەرەوە:** بۆ گەرمکردن و شێدارکردنی ئۆکسجین پێش دانان.

PART OF OXYGEN CYLINDER.

وێنەی ۱-۱۷

پێوانەکردنی هەناسەدان

Tidal volume: لە تەمەنی پێگەیشتوودا، بە نزیکەی ٥٠٠ مل هەوا هەناسە وەردەگرێت و هەناسە دەداتەوە بۆ هەر هەناسەدانێک.

Respiratory rate: چەنێک هەناسە دەدەیت لە هەر خولەکێکدا.

Vital capacity: زۆرترین قەبارەی هەوا کە دەتوانی بیدەیتەوە لە دوای هەر هەناسە وەرگرتنێک.

Residual volume: بڕی هەناسەی ماوە لە ناو سییەکان لە دوای هەناسەدانەوە بە پێی زۆرترین توانا.

FiO2 : ڕێژەی کەرتی ئۆکسجینی تەواو.

گواستنەوەی ئۆکسجین لەگەڵ دوانە ئۆکسیدی کاربۆن لە لەشدا:

بە شێوەیەکی ئاسایی زۆربەی ئۆکسجین (٩٧٪) بە شلی تێکەڵ دەبێت لەگەڵ Hemoglobin(هەڵگری ئۆکسجینی ڕەنگ سوور)

لە ناو خڕۆکە سوورەکانی خوێن (RBCs) وە هەڵدەگیرێت لە شانەکاندا بە شێوەی Oxyhemoglobin.

لە ٣٪ لە ناو پلازمای خوێندا دەتوێتەوە.

گواستنەوەی دوانەئۆکسیدی کاربۆن لە خانەکانی لەشەوە و گەڕانەوەی بۆ سییەکان بە سێ ڕێگە:

١- لە ٦٥٪ ی هەڵگیراوە لە ناو خڕۆکە سوورەکان لە شێوەی Bicarbonate(HCO3).

٢- لە ٣٠٪ تێکەڵ دەبێت لەگەڵ Hemoglobin بە شێوەی carbaminohemoglobin بۆ گواستنەوە،

٣- لە ٥٪ دەگوازرێتەوە لە ناو گیراوە و پلازمادا بە شێوەی ترشی کاربۆنیک carbonic acid.

سیستەمی گەیاندنی ئۆکسجین:

سیستەمی لێشاوی نزم لەگەڵ لێشاوی بەرز بەردەستە بۆ گەیاندنی ئۆکسجین بە نەخۆشەکە. هەڵبژاردنی سیستەمەکە بە پێی پێویستی ئۆکسجینی نەخۆش و ئاسوودەیی ڕەچاوکردنی گەشەسەندوی دەبێت. سیستەمی لێشاوی نزمی گەیاندنی ئۆکسجین لە ڕێگەی بۆری بچووکەوە. ئامێری جێبەجێکردنی لێشاوی نزم بریتییە لە کانۆلای لووت، دەمامکی دەم و چاو، چادری ئۆکسجین، لەگەڵ catheters ی ناو قورگ. چونکە بەم جۆرە ئامێرانەی هەوای ناو ژووریش لەگەڵ ئۆکسجینی تەواوکەردا هەڵدەمژرێت. ڕێژەی ئۆکسجینی هەڵمژراو (FiO2) بە پێی ڕێژەی هەناسەدان دەگۆڕێت، tidal volume, لەگەڵ لێشاو بە لیتر. سیستەمی لێشاوی بەرز سەرچاوەی هەموو ئەو ئۆکسجینەیە کە لە کاتی هەوا گۆڕین دا پێویستە بە بڕی ورد. بە لەبەر چاو گرتنی هەناسەدانی نەخۆشەکە. سیستەمی لێشاوی بەرز بەکاردێت بۆ گەیاندنی (FiO2) بە وردی و ڕێکی بە دەمامکی ڤینچوری لەگەڵ سۆندەی گەورە.

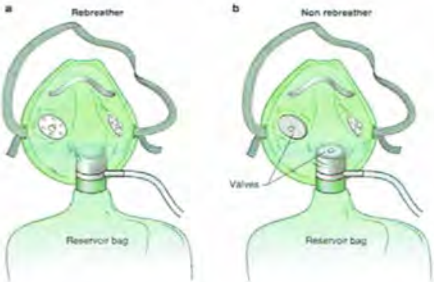
کانۆلا: کانۆلای لووت (نووکی لووت) باوترین و هەرزانترین ئامێرە کە بۆ دانانی ئۆکسجین بەکاردێت ڕێژەیەکی کەمی ئۆکسجین دەگەیێنێت(٪٢٤ بۆ ٪٤٥) بە ڕێژەی لێشاوی ٢بۆ٦ ل/خولەک.

دەمامکی دەم و چاو: دەمامکی دەم و چاو کە لووت و دەمی ناخۆش دادەپۆشێت، بەکاردێت بۆ هەڵمژینی ئۆکسجین، دەرچەی هەناسەدان لە ئەملاولای دەمامکەکەوە ڕێگە بە دەرچوونی دووانەئۆکسیدی کاربۆن دەدات بۆ ڕزگاربوون.

simple face mask: کە بە ڕێژەی ٪٤٠ بۆ ٪٦٠ ئۆکسجین دەگەیێنێت بە لێشاوی ٥ بۆ ٨ ل/خوولەک. بەکار دەهێنرێت کاتێک گەیاندنی ئۆکسجین بۆ ماوەیەکی کەم زیاد دەکرێت.

partial rebreather mask: بە ڕێژەی لە ٪٤٠ بۆ ٪٦٠ ئۆکسجین دەگەیێنێت بە لێشاوی ٦ بۆ ١٠ ل/خوولەک. جانتای خەزن کراوی ئۆکسجین کە هاوپێچ کراوە پێوەی ڕێگە بە نەخۆشەکە دەدات دووبارە هەناسە بدات بە ڕێژەی ٣/١ ی هەوای هەناسەدانەوە بە ئۆکسجین. بەم شێوەیە (FiO2) زیاد دەبێت بە دووبارە بەکارهێنانەوەی ئۆکسجینی بەسەرچوو. جانتای هەناسەدانی نیمچە نیوە نابێت بە تەواوی بەتاڵ بکرێتەوە لە کاتی هەناسە وەرگرتن کە ئەمەش بۆ ڕێگە گرتنە لە دروستبوونی دوانەئۆکسیدی کاربۆن. ئەگەر ئەم کێشەیە ڕوبدات دەبێت پەرستار ڕێژەی لێشاوی ئۆکسجین زیاد بکات.

Nonrebreather mask: بەرزترین چڕی تەواوی ئۆکسجین دەگەیێنێت. ٪٩٥ بۆ ٪١٠٠ لیتر بە لێشاوی ١٠ بۆ ١٥ ل/خوولەک. ڕێگای یەک، لە دەرچەی دەمامکەکەوە لە نێوان جانتای خەزنکراو و دەمامکەکە ڕێگری لە هەوای ژوورەکە و هەناسەدانەوەی نەخۆشەکە بکە لە چوونە ژوورەوەی بۆ ناو جانتاکە کەواتە تەنها ئۆکسجینی ناو جانتاکە هەڵدەمژرێت.



وێنەی ٢-١٧

دەمامکی ڤێنچوری: گەیاندنی ڕێژەی ئۆکسجین دەگۆڕێ لە ٪٢٤ بۆ ٪٤٠ یان ٪٥٠ بە لیتر لێشاوی ٤ بۆ ١٠ ل/خوولەک. دەمامکی ڤێنچوری سۆندەیەکی فراوانی گەورە لەگەڵ color-coded jet adapters کە دەگونجێت بۆچڕی وردی ئۆکسجین لەگەڵ لێشاو بە لیتر.

چادری دەموچاو: چادری دەموچاو دەتوانێت جێگای دەمامکی ئۆکسجین بگرێتەوە. چادری دەموچاو ڕێژەی جیاوازی ئۆکسجین دابین دەکات. بۆ نموونە لە ٪٣٠ بۆ لە ٪٥٠ ڕێژەی ئۆکسجین لە ٤ بۆ ٨ ل/خوولەک. بەزۆری پشکنین بۆ ڕووی پێستی نەخۆش بکە بۆ هەر شێداریەک، خوران و شکبوونەوە.

Catheter ی ناو قورگ: Catheter ی ناو قورگ دادەنرێت لە ڕێگەی شوێنێکی دروستکراو بە نەشتەرگەری لە بەشی خوارەوەی مل ڕاستەوخۆ بۆ ناو قورگ. کاتێک شوێنەکەی گەشەی کرد (چاک بووە) نەخۆشەکە ٢ بۆ ٤ جار هەموو ڕۆژێک Catheter کە لێدەکاتەوە و پاکی دەکاتەوە. ئۆکسجین بۆ Catheter کە زیاد دەکرێت زیاد لە ١ل/خوولەک پێویستە شێدار بکرێتەوە. هەروەها ڕێژەی زۆری لێشاو ئەوەندەی ١٥ بۆ ٢٠ ل/خوولەک دەتوانرێت بەکاربهێنرێت.

پێناسە: چارەسەر بە ئۆکسجین بریتییە لە پێدان ئۆکسجین بە نەخۆش لە خەستیەک کە زیاتر بێت لە خەستی بەرگەهەوای زەوی کە ٪٢١ە.

بەکارهێنان :

١ .کاتێ کە کۆئەندامی هەناسە لەکاریکەوێت، کە ئەمیش دوو جۆری هەیە:

- **-جۆری یەکەم**، ناسراوە بە hypoxaemic respiratory failure کەمبونەوەی ڕێژەی ئۆکسجین(واتە شکستهێنان لە گەیشتنی ئۆکسجین بە شانەکانی لەشمان). لەم حاڵەتەدا PaO2 کەمترە لە ٨ kPa(60 (mmhgلەکاتێکدا کە ڕێژەی دووانەئۆکسیدیکاربۆن (Pco2)ئاساییە یان نزمە. باوترین هۆکارەکان بۆ توشبوون بەم حاڵەتە بریتین لە هەوکردنی سیبەکان، ئاوسانی سیبەکان pulmonaryoedema و حاڵەتێکی تر کەلە پێگەیشتوواندا ڕوودەدات ئەویش بە adult respiratory distress syndrome ناسراوە.
- **جۆری دووەم**، ناسراوە بە بەرزی ئاستی ڕێژەی دووانەئۆکسیدی کاربۆن یان لەدەستدانی توانای کردنەدەرەوەی دوانەئۆکسیدی کاربۆن. لەم حاڵەتەدا سیکلدانۆچکەکانمان ناتوانن ئەورێژە دوانەئۆکسیدەی کە لە جەستەماندا هەیە بکەنە دەرەوە. ڕێژەی PCo2 زیاترە لە ٦ kPa(45mmhg). باوترین هۆکارەکانی ئەمحاڵەتە بریتین لە COPD، ناتەواوی دیواری سنگ، بەکارهێنانی ڕێژەی زیاد لە دەرمان و بەرکەوتنی زەبر بەسنگ جەڵدەی دڵ، وەستانی دڵ، چەند جۆرێکی شۆک(hypovolemic, septic, cardiogenic shock) ،هەر حاڵەتێک کە تیایدا کە گواستنەوەی ئۆکسجین تێیدا کەمبێتەوە وەک کەم خوێنی(anemia) ، لەکاتی بەنج، وەستانی هەناسە لەکاتی خەودا، ئازارێکی زۆر، ڕەبۆ، جەڵدەی سیبەکان(PE) ،هەرحاڵەتێ کە کاربکاتە سەر ئەو دەمارانەی کە ماسولکەکانی بەشدار لە هەناسەدان کۆنترۆڵ دەکەن وەک پوکانەوەی ماسوولکەکان و Guillain-Barre، زەبرێکی زۆربەهێز کە کاریگەری هەبێ لەسەر ناوپەنچک، پەراسوو، سی و بۆری هەوا هەبێت،کۆبونەوەی هەوا لەنێوان پەردەی سیبەکان وە کۆبونەوەی ئاو لەنێوان پەردەی سیبەکان.

پێداویستییەکان:

- ئامێری گەیاندنی ئۆکسجین کە لە لایەن چاودێرانی تەندروستییەوە دابینکراوە.
- بۆری ئۆکسجین (ڕەچاوی بۆری درێژ بکە)
- ئامێری شێدارکەرەوە ئەگەر پێویستی کرد.
- ئاوی پاکژکراو بۆ ئامێری شێدارکەرەوەکە.
- سەرچاوەی ئۆکسجین.
- گێچی ئۆکسجین.

هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- ئەگەر بەردەست بێت، تێبینی تازەترین ئەنجامی گازی خوێنی خوێنبەرەکانی نەخۆشەکە(ABG) یان بەهای لێدانی پێوانی ئۆکسجین(SpO2).	بە شێوەیەکی ئاسایی تۆمارکردنیpH نەخۆشەکە، ئۆکسجینی خوێنبەرەکان، ڕێژەی کاربۆن دایۆکسایدی خوێنبەرەکان، یان تێربوونی ئۆکسجینی خوێنبەرەکان .
٢- دانانی ئامێری گەیاندنی ئۆکسجین، وەک(کانولا، دەمامک، سۆندەی T،collar tracheostomy) بە سۆندەی ئۆکسجینەوە، لەگەڵ هاوپێچکردنی کۆتایی سۆندەکە بە سەرچاوەی ئۆکسجینی شێداری هەموارکراو بۆ ڕێژەی لێشاوی دیاریکراو.	شێداری ڕێگە لە وشکبوونەوەی لووت و پەردەی لینجی دەم و دەرهاویشتەکانی ڕارەوی هەوا دەگرێت. دڵنیا بەرەوە لە گەیاندنی ئۆکسجینی تەواو.
٣- بەکارهێنانی ئامێری ئۆکسجین: أ- دانانی هەردوو سەری کانولاکە لەسەر کوونە لووتی نەخۆشەکە، ئەگەر سەرەکانی چەماوە بوو پێویستە بەرەو خوار و ناوەوەی کوونە لووت دابنرێت. پاشان سۆندەی کانولاکە بپێچەوە لە سەرو گوێچکەی نەخۆشەکەوە. پێوەبەستنی پەتێک بۆ ئەوەی کانولاکە بە تەواوی بگونجێ، بەڵام زۆر توند نەبێ. ب- بەکارهێنانی دەمامک بە دانانی لە سەر دەم و لووتی نەخۆشەکە. پاشان هێنانی پەتی دەمامکەکە بۆ پشتی سەری نەخۆشەکەو گونجاندنی بە شێوەیەکی ئاسوودە بەڵام بە توندی نا.	أ-لێشاوی ڕاستەوخۆی ئۆکسجین بۆ ناو کۆئەندامی سەرەوەی هەناسەدان. نەخۆشەکە زیاتر حەز بە دانانی ئامێرەکە دەکات کە بە ئاسوودەیی لەگەڵی بگونجێ. ب- ڕێژەی ئۆکسجینی دیاریکراو دابین دەکات و پەستان لەسەر کوونە لووتەکان ناکات.
٤- چاودێری کردنی کاری گونجاوی ئامێری گەیاندنی ئۆکسجین. ا-کانۆلای لووت: کانۆلا بە شێوەیەکی گونجاو جێگیر کراوە لەسەر کونە لووتەکان. ئۆکسجینی بۆ دەچێت لە سەرکەیەوە. ب- ReservoirnasalcannulaOxymizer: گونجاوە بۆ کانۆلای لووت. جانتای خەزن کراو دادەنرێت لە ژێر لووت یان وەک مەدالیای مل لە مل دەکرێت. ج-Nonrebreathingmask: بەکارهێنانی هەر وەک دەمامکی ئاساییە. ئەملاولای دەمامکەکە داخراوە، کەواتە هەوای هەناسەدانەوە ناچێتە ناو جانتای خەزنکراو. د-دەمامکی ڤێنتوری: بەکارهێنانی هەر وەک دەمامکی ئاساییە. هەڵبژاردنی ڕێژەی گونجاوی لێشاو. ئ- چادری دەموچاو: بەکارهێنانی چادرێک لە ژێر چەناگەی نەخۆشەکە لەگەڵ دانانی لەسەر دەم و لووتی. دەبێت شل بێت، چونکە هەمیشە تەماوی دەبێت. ف- سۆندەی Tیان tracheostomy collar : ئەگەر چاودێرانی تەندروستی داوای ئۆکسجینی کرد. ڕێژەی لێشاو ڕێکبخە لە ١٠ل/خوولەک هەر وەک ئەوەی داوا کراوە.	دڵنیا بوون لە کرانەوەی ئامێری گەیاندن و دروستی ڕێژەی ئۆکسجینی دیاریکراو. أ- دابینکردنی ڕێژەی ئۆکسجینی دیاریکراو لەگەڵ کەمکردنەوەی پەستان لەسەری کوونە لووتەکان. ب- گەیاندنی بەرزی ڕێژەی لێشاوی ئۆکسجین بە کانۆلای لووت، گەیاندنی ڕێژەی ٢:١ (بۆ نموونە ٦ل/خوولەک بە کانۆلای لووت بە نزیکەی یەکسانە بە ٣،٥ل/خوولەکی oxymizer device ج- ڕێگە نادات هەوای هەڵمژراوەکە دوبارە بدرێتەوە. دەروازەی ئەملاولای دەمامکەکە ڕێگە بە هەناسەدانەوە دەدەن. بەڵام دادەخرێت لەکاتی هەناسە هەڵمژین ئەمەش بۆ ڕێگە گرتن لە هەڵمژینی هەوای ژوورەکە. د- بەکاردێت کاتێک ئامێری لێشاوی بەرز ئارەزوومەند دەکرێت. ی- سەرچاوەی زۆرباشی شێدارکردنەوە، بەڵام ناتوانرێت کۆنترۆڵی چڕییەکەی بکرێت، بەڵام ئەگەر نەخۆش پێویستی بە ڕێژەی بەرزی ئۆکسجین هەبوو، ناتوانرێت ئەم ئامێرەی بۆ بەکار بێت. ف- دابینکردنی شێدارکەرەوەی تەواوکەر بۆ ڕێگەگرتن لە وشکبوونەوەی بۆری هەوا. FiO2 یارمەتی ڕێکخستنی Nebulizer دەدات.

ڕێکخستنی nebulizer بۆ ڕێکخستنی FiO2 بە گونجاوی. پێوەلکاندنی سۆندەی T بە ET یان بە tracheostomy .tube دانانی tracheostomy collar لەسەر tracheostomy tube لەگەڵ بەستنی پەتەکانی بۆ ئەوەی بە ئاسانی بگونجێت.	
٥- جەختکردنەوە لە دانانی گیچ و سەرچاوەی ئۆکسجین بۆ ئامادەکاری گونجاو ڕێژەی لێشاوی دیاریکراو.	دڵنیابوونەوە لە گەیاندنی چارەسەری ئۆکسجینی دیاریکراو بە یارمەتی کانۆلا و دەمامکی تایبەت.
٦- پشکنینی کانۆلاو دەمامک هەموو ٨ کاتژمێر جارێک. هێشتنەوەی دەفری شێدارکەرەوەکە بە پڕی هەمووکات.	دڵنیابوون لە کرانەوەی کانولەکە لەگەڵ لێشاوی ئۆکسجین. ئۆکسجین گازێکی وشکە. کاتێک بەکاردێت لە ڕێگەی کانۆلای لووت بە ڕێژەی ٤لیتر لە خوولەکێکدا یان زیاتر پێویستە شێدارکەرەوەی بۆ زیاد بکرێت. کەواتە نەخۆشەکە ئۆکسجینی شێدار هەڵدەمژێت.
٧- ئاگادارکردنەوە بە بەکارهێنانی نیشانە لەسەر دیوار و پشت جێگای نەخۆشەکە لەگەڵ لە کاتی چوونە ژوورەوە.	بۆ ئاگادارکردنەوەی سەردانیکەران و چاودێرانی تەندروستی کە لە ئێستادا نەخۆشەکە لە ژێر ئۆکسجینە.

ئامێری Oxymizer: ئامێرێکە کە دیزاینێکی تایبەتی بۆکراوە بۆ پێدانی ئۆکسجین لەڕێی لووتەوە بەکار دەهێنرێت

گیرەی Tracheostomy: لاستیکێکی تایبەتە کە دیزاینکراوە بۆئەوەی ئەو سۆندەیەی کە لەسەر بۆری هەوا دانراوە جێگیر بکات

تۆمارکردن و ڕاپۆرت:

- تۆمارکردنی ڕۆژ و کات.
- کردنی واژۆ بۆ پاراستنی بەرپرسیارێتی پیشەیی.
- فایلی زانیارییەکان، زانیاری کۆکراوەی بەردەوام دابین دەکات.
- تۆمارکردنی هەموو زانیاریە پەیوەندیدارەکان.
- ئەنجامی هەڵسەنگاندنی هەناسە تۆمار بکە، شێوازی گەیاندنی ئۆکسجین، ڕێژەی لێشاو، کاردانەوەی نەخۆش، هەموو کاردانەوە و کاریگەریەکی لاوەکی و گۆڕینی داواکاری دابینکەرانی تەندروستی.
- ڕاپۆرتکردنی هەر ئەنجامێکی چاوەڕواننەکراو بۆ دابینکەرانی چاودێری تەندروستی یان پەرستاری بەرپرسیار.

دەرئەنجامی چاوەڕواننەکراو	هۆکارە پەیوەندیدارەکان
١- نەخۆش دوچاری کولانەوەی پێست یان شکان دەبێت. بۆ نموونە (لە گوێچکەکانی، ئێسکی لووت، کوونە لووتەکان، ناوچە پەستان لەسەر کراوەکانی تر). وشکبوونەوەی لووت، لینجە پەردەی ناو دەم، ئازاری لووت، لووت پژان.	- زیادکردنی شێداری بۆ سیستەمی گەیاندنی ئۆکسجین. - دابینکردنی چارەسەری گونجاوی پێست. جێلی نەوت لە دەوروبەری ئۆکسجین بەکاردەهێنە، لەبەرئەوەی توانای گرگرتنی هەیە.
٢- نەخۆش دوچاری بەردەوامی کەمی ئۆکسجین دەبێت.	- ئاگادارکردنەوەی دابینکەری چاودێری تەندروستی. - داواکاری دابینکەری چاودێری تەندروستی بە دەست بهێنە بۆ بەدواداچوون و چاودێری SpO2 یان دیاری کردنیABG . - ڕەچاوی پێوانەکان بکە بۆ باشترکردنی کرانەوەی بۆری هەوا، چۆنیەتی کۆکین، هەڵمژین لە ڕێی دەم و قوڕگ.
٣- نەخۆش دوچاری وشکبوونەوەی لووت و لینجە پەردەی بەشی سەرەوەی بۆری هەوا دەبێت.	- ئەگەر ڕێژەی لێشاوی ئۆکسجین زیاتر بوو لە ٤لیتر لە خوولەکێکدا. شێدارکردنەوە بەکار بهێنە. کاتێک لێشاوی ئۆکسجین کەمتر بوو لە ٤ل/خوولەک. ئەوا سیستەمی شێداری جەستەی بەسە. - هەڵسەنگاندنی باری شلەی نەخۆشەکان و زیادکردنی شلە ئەگەر گونجاو بێت. - دابینکردن و چاودێری دەم بە بەردەوامی. - بەدەستهێنانی داواکاری دابینکەری تەندروستی بۆ بەکارهێنانی خوێناوی پاکی لووت بە پچر پچری.

پرۆسەی چارەسەری کێشەکان لە پێدانی O2

کێشە	هۆکارەکەی	ڕێگەگرتن	کرداری پێشنیارکراو
بێ توانایی لە پاراستنی بۆری هەوا	شوێنی نەخۆش. دەردراوەکانی بۆری هەوا.	دابینکردنی سەرین بۆ پشتگیری نەخۆش سەری جێگاکە بەرز بکەرەوە پیشاندانی orthopnoeic position بە نەخۆش. دابینکردنی دەفری بەڵغەم لە کاتی هێنانەوەی خوێیاوی nebulizers ئەگەر پێشنیار کرابوو بۆ شل کردنەوەی دەردراوەکان.	- شوێنی نەخۆش باشترە بە دانیشتووبەوە و بە گۆشەی زیاتر لە ٤٥ - هاندانی نەخۆش بۆ کۆکین لەگەڵ دەرکردن و هێنانەوە ئەگەر توانی یان دەرکردنی دەردراوەکان بە هەڵمژین ئەگەر نەیتوانی خۆی بیکات.
بێ توانایی بۆ پاراستنی ئۆکسجینی پێویست.	گەیاندنی ئۆکسجینی ناتەواو، نزمبوونەوەی شوێنی نەخۆشەکە. هەناسەبڕکێی زیاتر. نزمبوونەوەی ڕێژەی ئۆکسجینی ناو خوێن. نزمبوونەوەی گازی خوێن.	زیادکردنی لەرە لەر و تۆمارکردنی تێبینییەکانی دەماری دڵ و ڕێژەی هەناسەدان پێوەلکاندنی لیدانی پێوەری ئۆکسجین. بەکارهێنانی تەکنیکی NEWS.	هەڵسەنگاندنی ڕێژەی ئۆکسجین زیادکردنی گەیاندنی ئۆکسجین بە بەکارهێنانی کەمترین ڕێژەی سەدی ئۆکسجین بۆ بەدەستهێنانی ئامانجی تاکەکەسی نەخۆشەکە.
وشکبوونەوەی دەم	چارەسەری ئۆکسجین دەتوانێت ببێتە هۆی وشکبوونەوەی ناو دەم	دابینکردنی چاودێری ئاسایی دەم یان لیکی دەستکرد ئەگەر پێشنیار کرا.	زیادکردنی شیدارکردنەوە بۆ سورەکە(سەیری ڕێنمای کردارەکە بکە٩.٢ شیدارکردنەوەی چارەسەری هەناسەدان) پێدانی چارەسەری ئاسایی دەم.
نا ئاسوودەیی کانۆلای لووت یان دەمامک	شوێن یان بەکارهێنانی کانۆلا دەمامکی ئۆکسجین	دەمامکی قەبارەی گونجاو بەکاربهێنە	دڵنیابوونەوە لە دروستی دانانی و ئاسوودەیی نەخۆشەکە. بڕینی سەری کانۆلاکە کە دەچێتە ناو کانۆلاکە بۆ ئەوەی درێژ بێت.

بەرگە نەگرتن لە چارەسەری ئۆکسجین	ترس و بێتاقەتی شێواوی کەم ئۆکسجینی	ڕوونکردنەوەی پێویستییەکانی چارەسەرەکەو سوودەکانی کە هەیەتی. ڕێگە بە نەخۆشەکە بدە بە پیشاندانی هەر ترس و نیگەرانیەک کە هەیەتی هاندانی خزم و چاودێریکارانی کە بمێننەوە لەگەڵ نەخۆشەکە.	هەڵسەنگاندنی نەخۆش لە هەر گۆڕانێک. دڵنیابە لەوەی بەردەوام دڵنیایی بدرێتە نەخۆش. دڵنیا بوونەوە لەوەی کە نەخۆش پەیوەستە بە ژینگەو ئامێری ئۆکسجین. ڕەنگە پێویست بکرێت ئۆکسجینی بۆ زیاد بکرێت.
بێ توانایی لە گفتوگۆکردن	دەمامکەکە دەبێتە هۆی گفتوگۆکردن قورس بێت. لەوانەیە نەخۆشەکە گوێی لە چاودێرەکە یان پەرستار نەبێ، وە بە پێچەوانەوە.	گفتوگۆکردن لەگەڵ نەخۆش بە بەکارهێنانی شێوەی نازارەکی یان قەڵەم و کاغەز یان تەختەی هێما.	یارمەتی نەخۆشەکە بدە کە بجوڵێت بە چواردەوری جێگاکەیا ئەگەر نەیتوانی زۆر دوور بڕوات. جوڵاندنی نەخۆشەکە لەگەڵ هەڵگرتنی لوولەکی ئۆکسجینەکە ئەگەر گونجاو بوو.
بێ توانایی لە پاراستنی پاکوخاوێنی کەسی.	نەجوڵان لەسەر جێگادا سەربەخۆی لە بەستنی دەمامک.	دابینکردنی کلێنسی- پاکوخاوێن بۆ نەخۆشەکە.	دابینکردنی دڵنیایی نەخۆش، مانەوەی بە سەربەخۆی لە هەر کوێیەک بوو. ڕێگەدان بە جێبەجێکردنی پاکوخاوێنی خۆیان ئەگەر توانیان یان یارمەتیدانی نەخۆشەکە لە پاکوخاوێنی ئەگەر نەیتوانی.
بێ توانایی لە پاراستنی ژینگەیەکی سەلامەت.	لێبوونەوەی ئۆکسجین لە گێچەکەی. وەرگەڕان یان گرێ بوونی سۆندەی ئۆکسجین. لابردنی دەمامک لە لایەن نەخۆشەوە.	لێدانی پێوانەی ئۆکسجین لەگەڵ ئاگادارکەرەوەیەکی دەنگی.	دڵنیابوونەوە لە پێوەلکانی ئۆکسجین بە گێچەکەیەوە. پشکنینی نەخۆش بە شێوەیەکی ئاسایی. دڵنیابوونەوە لەوەی کە هیچ وەرگەڕان و گرێیەک دروست نەبێ، دڵنیابوونەوە لەوەی کە نەخۆش پەیوەستە بە ئۆکسجین.

بەشی بیست و دووەم

تەندروستی پێست

تەندروستی پێست

پێست گەورەترین ئەندامی لەشە، لە ٪١٥ کێشی لەش دەگرێتەوە. ڕووبەری پێست بە نزیکەی ٧٦٠٠ سانتیمەتر چوارگۆشەیە و ٣/١ قەبارەی سوڕی خوێن لە تێکڕای کەسی پێگەیشتوودا پێکدەهێنێت. پاراستنی یەکگرتوویی(سەلامەتی) پێست پرۆسەیەکی ئاڵۆزە، کە زۆرجار گرنگی پێنەدراوە تاکو زیانی پێگەیشتووە، دەتوانین برین بەوە پێناسە بکەین کە ئازارێکە لەسەر پێست یاخود پێکهاتەکانی ژێرەوەی پێست، کە لەوانەیە لەئەنجامدا ببێتە هۆی لەدەستدانی یەکگرتوویی پێستەکەو زیانگەیاندنی و پەککەوتنی کرداری فیسیۆلۆژی شانەکە. بۆ ئەوەی بتوانین برینەکە بە باشی هەڵبسەنگێنین و چارەسەری تەواوەتی بۆ بکەین، پێویستە دەکات تێبگەین لە کرداری فیسیۆلۆژی سارێژبوونی برینەکە. لەگەڵ زانیاری چۆنێتی پێچانەوەی برین و ئەو بەرهەمانەی لەبەر دەستدان. پێویستە پرۆسەی هەڵسەنگاندنی بەردەوامی بەڵگەنامەکان و بڕیارە پزیشکییەکان ڕووبدەن بۆ ئاسانکاری چاکبوونەوەی برین بە باشترین شێوە.

فیسیۆلۆژی برین و چارەسەرکردنی:

پۆلێنکردنی برینەکان:

برینی کورت خایەن – هەر برینێکی نەشتەرگەری کە بە تەقەڵ یان هەر برینداربیەک چارسەر ببێت بە وازلێهێنانی بۆ سارێژبوونی بە شێوەیەکی سروشتی. برینی ماوە کورت پێشبینی کراوە بەرەو پێش بچێت (چارەسەر ببێت) لە ڕێگەی چەند قۆناغێکی ئاسایی و ئەنجامەکەشی داخستنەوەی برینەکەیە.

برینی درێژ خایەن- ئەو برینەیە کە سارێژ نابێت لەو ماوە ئاساییەی کە بۆی دانراوە و هیچ کاردانەوەیەکی بۆ دەرمان و چارەسەراکان نیە، ماوەی ئاسایی سارێژبوونی برین (٤ هەفتە)یە ئەگەر چاک نەبوو ئەوا ناو دەبرێت بە Stuck . ئەم هەوکردنە بەهۆی دواکەوتن و ناتەواوی یان نارێکی لە پرۆسەی چارەسەرکردنە. سارێژبوونی برین دوادەکەوێت بە بوونی هۆکاری ناوەکی و دەرەکی وەک دەرمان، خۆراکی خراپ، زیاتر لە نەخۆشییەک یان حاڵەتێک لە هەمان کاتدا لە برین پێچێکی نەگونجاو.

جۆرەکانی چارەسەرکردن:

چارەسەرکردن بە تەقەڵ (مەبەستی سەرەکی): لێوارەکانی برین یەک دەگرن بەیارمەتی ئامێرێکی دەستکرد وەک دەزووی دورینەوە، کاپیسە، چەسپ یان لەزگە. ئەم شێوازی چارەسەرکردنە کەمتر وادەکات شانەکان بمرن، وە برینە سارێژبووەکە کەمتر شوێنەکەی دەردەکەوێت. پاکترین نەشتەرگەری برین و ئەو برینانەی بەهۆی بەرکەوتن بە شتێکەوە کە پێیان دەترێن traumatic wound بە دورینەوە بەڕێوە دەبرێن.

دواخستنی مەبەستی سەرەکی: کاتێک برینەکە توشی هەوکردن دەبێت یان پێویستی بە خاوێنکردنەوەی چڕتر هەیە یان لابردنی پاشماوەی برینەکە عادەتەن دوای ٣-٧ ڕۆژ لە مەبەستی سەرەکی ئەنجام دەدرێت. لەوانەیە بەکاربێت بۆ

ئەو برینانەی کە بەهۆی بەرکەوتن بە شتێکەوە بووبێت (نموونە، سووتان، بەرکەوتن بە ئامێرێکی تیژ) یان برینە پیس بووەکان.

چارەسەرکردنی برین بە وازهێنان لێی بۆ سارێژبوونی بە سرووشتی (مەبەستی دووەم): بریتییە لە سارێژبوونی برین لە خۆوە لە رێگەی پرۆسەی Granulation (کە پرۆسەی چاکبوونەوەی برینە بە دروستبوونی بەستەرە شانەی نوێ و مولوولەی خوێن لە لێواری برینەکە)، چوونەوەیەک و Epithelialisation (پرۆسەی دروستبوونی رێگرێک لەنێوان برینەکە و ژینگەی دەرەوە). لە ئەنجامدا جێی برین دروست دەبێت و ئەم رێگەیە بەکاردێت بۆ چارەسەرکردنی ئەو برینانەی کە تـوشی نەخـۆش دەبێت بە مـانەوەی لە جێگادا و نەجـوڵانی بـۆ مـاوەیەکی درێـژ وەکـوو Pressure injuries.

Skin graft: لابردنی بەشێکی ئەستوور یان تەواو لە چینی دەرەوەی پێست یان ناوەوەی و چاندنی بۆ شوێنێکی تر بە مەبەستی خێراکردنی چاکبوونەوە و کەمکردنەوەی مەترسی هەوکردن.

Flap- نەشـتەرگەری پێسـت و وەرگـرتنی پێکهـاتەی ژێـرەوەی پێسـت لە بەخشـەرێکەوە بـۆ وەرگـرێـک بە مەبەستی چاککردنەوەی برین. فلاپەکان بە گوێرەی پێکهـاتەی شـانەکە نـاودەبرێن و لەوانەیە لکانـدنی دوو پارچەی جەستە لە خۆ بگرێت بۆ دابینکردنی مولوولەی خوێنی پێویست بۆ ئەو شوێنانەی کە پێوەلکێنراون.

سارێژکردنی برین زنجیرە هەنگاوێکی ئاڵۆزە دەکرێت بە شێوەیەکی فراوان دابەش بکرێت بۆ دوو قۆناغ:

راگرتنی خـوێن بەربوون- وەڵامێکی خێرایە بۆ برینی جەستەیی و پێویستە کە کۆنترۆڵی خوێنبەربوونەکە بکرێت. لەم هەنگاوانەی خوارەوە پێکدێت:

١. کەم بوونەوەی تیرەی ناوەوەی خوێنبەرەکان

٢. وەڵامدانەوەی پەرەی خوێن

٣. وەڵامدانەوەی ماددە کیمیایەکانی جەستە بۆ چاکبوونەوەی شانەکان & دووبارە دروستبوونەوەیان -ئەمیش سێ قۆناغ لە خۆ دەگرێ:

- قۆناغی هەوکـردن (٠-٤ رۆژ) وەڵامی ئاسـایی جەسـتە بۆ بریـندار بـوون. ئەم قۆنـاغە دەبێتە هـۆی زیادبوونی تیرەی مولوولەکانی خوێن کە هۆکارە بۆ زیادبوونی لێشاوی خوێن کە دەبێتە هـۆی گەرمی، سووربوون، ئازار، ئاوسـان و لەدەسـتدانی کرداری ئاسـایی شـانەکە. رەنـگە روودانی کێم(جەراحەت) لە برینـدا هەبێت ئەمەش وەڵامدانەوەیەکی ئاسایی جەستەیە.
- قۆناغی دووبارە نوێبوونەوە (٢ - ٢٤ رۆژ) ئەوکاتەیە کە برینەکە چاک دەبێت. جەسـتە مولوولەی خوێنی نـوێ دروسـت دەکات، کە رووی بـرینەکە دادەپۆشـێت. ئەم قۆنـاغە پێکـدێت لە دووبـارە نوێبـوونەوە و Epithelialisation و برینەکە بچووکتر دەبێتەوە.
- قۆناغی پێگەیشتن (کێم کردن)(٢٤ رۆژ - ١ ساڵ) قۆناغی کۆتایی چاکبوونەوەیە، کاتێک جێ برین دروست دەبێت. برینەکە هێشتا لە مەترسیدایە و پێویستە لە بەرکەوتن بە رووەکان بیپارێزیت.

ناوی کردار: پێچانەوەی برین

پێناسە: داپۆشین و پاراستن و پاککردنەوەی برینە، بە بەکارهێنانی شێوازێکی خاوێن لە برینپێچی لەگەڵ دەرمان یان بەبێ دەرمان.

مەبەست لەم کردارە :

- بۆ سارێژکردن و چاکبوونەوەی برینە.
- بۆ ئەوەی رێگری لە زیندەوەرە وردەکان بکەین لە چوونە ژوورەوەی بۆ ناو برینەکە.
- بۆ وشکبوونەوەی دەردراوەکانی (کێم)ی برینەکە.
- بۆ هەڵمژینی شلە و دابینکردنی ژینگەی وشک بۆ دەوروبەری برینەکە.
- بۆ رێگریگرتن لە جوڵاندنی برینەکە و پشتگیری کردنی،
- بۆ یارمەتیدان لە لابردنی شانە زیان لێکەوتووەکان.
- بۆ یارمەتیدانی بەکارهێنانی دەرمان بۆ برینەکە.
- بۆ دابینکردنی ئاسوودەیی.

پێداویستییەکان:

- دەستکێشی خاوێن (Sterile).
- لەفاف و مقەست و گیرە (ئەو ئامێرەی کە گۆشتەکەی پێ دەگریت).
- دەستکێشی خاوێن(ئاسایی).
- خاوێنکردنەوەی دەفری پێداویستییەکان(ئارەزوومەندانەیە).
- کیسی خۆڵ بۆ برینپێچە پیس بووەکان یانیش سەتڵ بەکاربهێنە.
- پارچەی دژە ئاو بەکاربهێنە بۆ سەر برینەکە بۆ پاراستنی لە تەربوون.
- لەزگە.
- لەفاف بەپێی پێویست.
- دابینکردنی برینپێچی زیادە، مەڵهەمی دژە میکرۆب و بەکتریا.
- بەکارهێنانی ئەسیتۆن یان ماددەی لێکەرەوە (ئارەزوومەندانەیە).
- نۆرماڵ سەلاین (ئارەزوومەندانەیە).

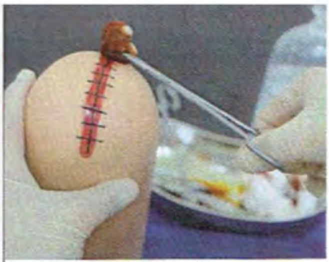
هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١-جێبەجێکردنەوە و پێداچوونەوەی ئەرک و هەنگاوەکان یەک لەدوای یەک بەپێی سەرەکیترینیان (پرۆتۆکۆڵ)	دابینکردنی پێوەرەکان بۆ پێوانەکردنی ئاسایی نەخۆش و دابینکردنی رێبەری بۆ دیاریکردنی ئامێرەکان یارمەتیدەر دەبێت بۆ پێوانەکردنی لە شوێنێکی گونجاودا. (بۆ نموونە، لێدانی دڵ و پەستانی خوێن پێوانەن بۆ کرداری دڵ و خوێنبەرەکان بە باشی).
٢- دەستەکانت بشۆ.	-بۆ رێگریکردن لە مەترسی توشبوون بە هەوکردن و پیسبوون
٣-هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکار بهێنە کە پێویستەو خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش.	-بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکە و کارمەندانی تەندروستی لە دژی میکرۆب و زیندەوەرە وردەکان.
٤-کۆکردنەوەی ئەو پێداویستییانەی کە پێویستن	-بۆ رێگری کردن لە دواکەوتنی کردارەکە -رێکخستن ئاسانکاری دەکات بۆ ئەنجامدانی کردارەکە بە کارامەیی و بە تەواوی.
٥-پشکنینی هەنگاوەکان و ناسنامەی نەخۆشەکە پشتڕاست بکەوە بە بەکارهێنانی لانی کەم دوو پێناسی نەخۆشەکە.	- هەنگاوەکان جۆری برینپێچەکە روون دەکاتەوە. - بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە.
٦-روونکردنەوەی کردارەکە بۆ نەخۆشەکە.	بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ و زیادکردنی هاوکاری بۆ بەدەستهێنانی رەزامەندی نەخۆشەکە بۆ ئەنجامدانی کردارەکە، پێدانی زانیاری خێراتر و هەماهەنگی و لێک تێگەیشتن.
٧-دەرگای ژوورەکە دابخە و پەردەکان دابدەرەوە.	-بۆ دابینکردن و پاراستنی تایبەتمەندێتی نەخۆشەکە و کەمکردنەوەی میکرۆب و زیندەوەرە هەواییەکان.
٨-سەرچەفێکی دژە ئاو یان (Macintosh) لەژێر نەخۆشەکە دابنێ.	بۆ ئەوەی سەرچەفی بێدەکە لە تەڕکردنی ماددەکانی لەش و پاککەرەوەکان بە دوور بێت،
٩-یارمەتی نەخۆشەکە بدە و لە شوێنێکی ئاسوودەدا دابنێ بۆ ئەوەی بتوانین بە ئاسانی دەستمان بگاتە ناوچەی برینەکە.	شوێنە گونجاوەکە ئاسوودەیی دابین دەکات
١٠- لە شوێنی کارکردنەکە، کیسی خۆڵی کراوە دابنێ.	پۆشاکە پیس بووەکان لەناو کیسی خۆڵ دابنرێت، بەبێ ئەوەی رووی دەرەوەی سەتڵەکە پیس بکەیت.
١١- لەزگەی سەر پۆشاکەکە لابدە، ئەگەر پێویست بوو لێکەرەوە بەکار بهێنە، ئەگەر لەزگەکەش پیسبوو، دەستکێش بەکار بهێنە.	وا ئاسان ترە لەزگەکە شل بکەیتەوە پێش ئەوەی دەستکێش لەدەست بکەیت.
١٢- بە وریایەوە پۆشاکە پیسەکان بە ئاراستەیەکی پاک بۆ پیس دابکەنە.	لابردنی پۆشاکی نەخۆشەکە بە وریایی و ئاگادارییەوە وا لە نەخۆشەکە دەکات زیاتر هەست بە ئارامی بکات. هەروەها دڵنیابێتەوە کە سۆندەکەی لانەچێت ئەگەر هەیبوو.
١٣- ئەگەر برینپێچەکە نووسابوو بە رووی پێستەکەیا، دەتوانرێت بە بەکارهێنانی برێکی کەم لە خاوێنکەرەوە یان بە نۆرماڵ سەلاین شێدار بکرێتەوە.	خاوێنکەرەوە دەبێتە هۆی لێکردنەوەی برینپێچ بە ئاسانی.
١٤- بڕ و جۆر و بۆنی دەردراوەکە بخەملێنە.	-پرۆسەی سارێژبوونی برین یان بوونی هەوکردن پێویستە تۆمار بکرێت. -تێبینی کردنی برینپێچەکە لە کاتی لابردنی دا یارمەتیدەرە لە دیاریکردنی رێژەی دەردراوەکە و بۆنی برینەکە و هەروەها کاریگەرە لەسەر پێستی سەر برینەکە.

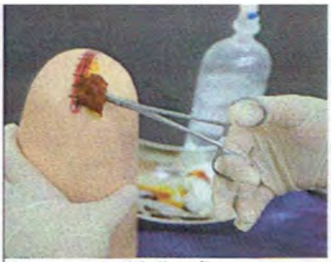
١٥- فرێدانی برینپێچەکە بۆ کیسی خۆڵ . لابردنی دەستکێشەکە لە ناوەوە بۆ دەرەوە و فرێدانی بۆ ناو کیسەکە ئەگەر دەستکێشەکانت زۆر پیس ببوون بەهۆی دەردراوەکانەوە.	فرێدانی برینپێچە پیس بووەکان بە شێوەیەکی گونجاو دەبێتە هۆی ڕێگریکردن لە بڵاوبوونەوەی زیندەوەرە وردەکان
١٦- برینپێچە پاکەکان و ئامادەکاریەکانی تر بە شێوەیەکی خاوێن لە شوێنی کارەکەتدا دا بنێ.	ئامادەکاریەکان بەشێوەیەکی ئاسان دەستمان پێی دەگات و بە پاکوخاوێنی دەمێننەوە.
١٧- سەری گیراوە خاوێنکەرەوەکە بە خاوێنی بکەرەوە.	پاکوخاوێنی برینپێچەکان و گیراوەکە پارێزراوە.
١٨- دەرمانی پاککەرەوە بڕژێنە بەسەر لەفافەکەدا لەناو دەفرێکدا و شوێنی برینەکەی پێ پاکبکەرەوە .	
١٩- دەستکێشی پاک(Sterile) لەدەست بکە.	
٢٠- برینێکی پاکژ یاخود برینی نەشتەرگەری.(وێنەی١-١٨) • پاکی بکەرەوە لەسەرەوە بۆ خوارەوە یان لە ناوەڕاستەوە بۆ ڕووی دەرەوە • بۆ هەر برینێک گۆزێکی چوارگۆشە بەکار بێنە و پاشان فڕێی بدە، پاشان فرێدانی بۆ ناو کیسی خۆڵەکە، دەست لە سەتڵی خۆڵەکە مەدە بە دەستکێشەوە . • دەوروبەری سۆندەکەش پاککەرەوە ئەگەر هەبوو، بە جووڵەیەکی بازنەیی لە ناوەڕاستەوە بۆ ڕووی دەرەوەی. • بۆ هەر جووڵەیەکی بازنەیی گۆزێک بەکار بێنە.	-پاکردنەوە دەکرێت لە کەمترین شوێنی پیس بوو بۆ پیسترین شوێن ئەنجام بدرێت. -ئەو شوێنەی کە پێشتر پاکراوەتەوە جارێکیتر پیس دەکرێتەوە، دەست مەدە لە کیسی خۆڵەکە بە گیرەکە بۆ ڕێگریکردن لە پیس بوون.
٢١- برین و جێگە برینی نەشتەرگەرییەکان وشک بکەرەوە بە لۆکەیەکی ئیسفەنجی بۆ هەر پاککردنەوەیەک یەک لۆکە بەکار بهێنە.(وێنەی٣-١٨)	لەبەرئەوەی شێ ناوەندێک دابین دەکات بۆ گەشەی زیندەوەرەوردەکان .
٢٢-ئەنجامدانی هەڵسەنگاندنی برین: -هۆکاری برین -شوێنی برین -مەودای برین و مەودای شانە شل بووەکان -خەمڵاندنی شێوەی برینەکە ئەویش لە ڕێگەی تەماشاکردنی جۆری شانەی برینەکە.)زەرد /sloughy, سوور/granulation, ڕەش/necrotic, پەمەیی /epithelializing, سەوز/infected tissue. / -لێواری برین (بەرەو خوار، هەڵتۆقیو undermining (واتە برینی شانە ڕیشاڵیەکان کە پێست و پێکهاتەکانی تر پێکەوە دەبەستێتەوە) وشک، دەرپەڕیو یان لول بوو. -دەردراو (جۆر، بڕ، ڕەنگ، لەیەک چوون، بۆن) -ڕەوشتەکانی دەوروبەری پێست (maceration, سووربوونەوەی پێست، گیرخواردنی شلە، گەرمی، capillary refill time) -ئازار (بڕ، نیشانە، چۆنێتی، زیادکردنی فاکتەرەکان یان چاکبوونەوەی)	دابینکردنی کۆمەڵێک لەو زانیاریانەی کە خۆت دەیزانی و ئەو زانیاریانەی کە نەخۆش پێتی دەڵێن بۆ هەڵسەنگاندنی کاریگەری پلانی بەڕێوەبردنی برین و دانانی پلانێکی گونجاو.

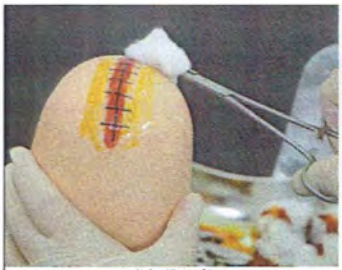
٢٣ - بەکارهێنانی مەلهەمی دژە میکرۆب و بەکتریا بە گیرەکە ئەگەر داوا کراوبوو.	-لەوانەیە گەشەی میکرۆب و زیندەوەرە وردەکان دوابکەوێت و پرۆسەی چاکبوونەوە باشتر بێت.
٢٤- لێدانی برینپێچێکی وشکی خاوێن لە برینەکە بە بەکارهێنانی گیرە.	گەشەکردنی زیندەوەرە وردەکان لەوانەیە دوا بکەوێت و پرۆسەی چاکبوونەوە باش ببێت.
٢٥-ئەگەر دەردراوەکان هەبوون: مقەستی خاوێنکراو بەکاربێنە بۆ بڕینی ٤*٤ لەفافی چوارگۆشەی و دانانی لە ژێری و دەوروبەری برینەکە.(وێنەی٥-١٨)	لەبەرئەوەی دەردراوەکان هەڵدەمژێ (وەک پلێتە وایە)
٢٦-بەکارهێنانی چینی دووەمی گۆزەکە بۆ سەر شوێنێ برین.(وێنەی٦-١٨)	- چینی زیادەی لەفافەکە یارمەتی هەڵمژینی دەردراوەکان دەدات.
٢٧ -لابردنی دەستکێشەکانت لە رووی ناوەوە و بۆ دەرەوە فڕێدانی لە کیسی-خۆڵ ئەگەر لە دەستت کرد.	-بۆ رێگریکردن لە گواستنەوەی زیندەوەرە وردەکان
٢٨-بەکارهێنانی لەزگە بۆ پاراستنی برینپێچەکە.	لەزگە ئاسانترە بۆ کارپێکردن پاش ئەوەی دەستکێش لابرا.
٢٩-بە بەردەوامی پشکنینی برینپێچەکە و شوێنەکانی برینەکە.	چاودێری کردنی نزیک دەتوانێت هەر ئاڵۆزییەک بدۆزێتەوە بە زووترین کات ئەگەر هەبێ.
٣٠-روونکردنەوەی ئەنجامەکان و رێنماییەکان بۆ نەخۆشەکە	بۆ ئاڵوگۆڕ پێکردنی زانیارییەکان و دابینکردنی چاودێری پێویست دەستبەجێ،
٣١- کۆکردنەوەی پێداویستیە بەکارهاتووەکان، یان هەڵگرتنیان لە شوێنێکی گونجاودا. شوێنەکەت پاک بکەرەوە وەک یەکەم جار کە دەستت کرد بە کردارەکە	بۆ پاراستنی ناوچەکەو پێداویستیەکان بەسەلامەتی و پاکوخاوێنی و بەکارهێنانیان لە داهاتوودا
٣٢- دەستکێشەکان لابدە و پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە	بۆ رێگری کردن لە مەترسی گواستنەوەی زیندەوەرە وردەکان یان هەوکردن.

تۆمارکردن و راپۆرتکردن:

- بەروار و کاتی پێچانەوەکە تۆمار بکە.
- تێبینی شێوەی برین و برینی نەشتەرگەری بدە وەک وشکبوونەوە، بۆن، سووربوونەوە، هەروەها بوونی کێم یان هەر ئاڵۆزییەک.
- کردنی واژۆ بەرپرسیارێتی پیشەیی دەپارێزێت،
- بەڵگەنامە کۆکراوەکان زانیاری بەردەوام دابین دەکات.


وێنەی ١٨-١


وێنەی ١٨-٢


وێنەی ١٨-٣

وێنەی ١٨-٤

وێنەی ١٨-٥

وێنەی ١٨-٦

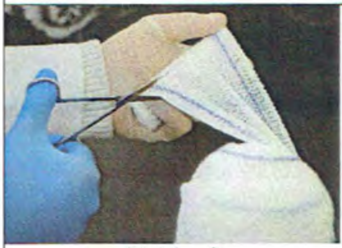
وێنەی ١٨-٧

وێنەی ١٨-٨

وێنەی ١٨-٩

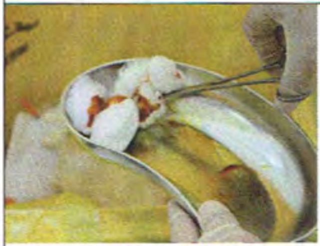
وێنەی ١٨-١٠

وێنەی ١٨-١١


وێنەی ١٨-١٢

وێنەی ١٨-١٣

وێنەی ١٨-١٤


وێنەی ١٨-١٥

وێنەی ١٦-١٨

پۆلێنکردن	خاسیەت	بەکارهێنان	خاڵە باشەکانی	خاڵە خراپەکانی
Gauze	مادەی(گۆز) چنراو یان نەچنراو	- برینی هەوکردوو. - برینەکان کە پێویستیان بە پێچانەوە هەیە. - ئەو برینانەی وشک دەبن - ئەو برینانەی کە زوو زوو پێویستیان بە گۆڕینی برینپێچ هەیە.	- هەرزانترە لە جۆرەکانی تری پێچەرەوە. - دەتوانرێت بەکار بهێنرێت بۆ هەر جۆرە برینێک.	دەبێت زوو زوو بگۆردرێت کە ئەمەش تێچووەکەی زیاد دەکات. لەوانەیە بنوسێت بە شوێنی برینەکە. زۆر جار کاریگەری نیە بۆ برینە تەڕ و شێدارەکان .
Transparent Films	لە مادەی polyurethane پێکهاتووە	-برینی نیمچە ئەستوور -شوێنی بەخشەر(واتە ئەو پێکهاتەیەی کە لە بەخشەرەکەوە وەری دەگرین) -سووتانی کەم -قۆناغی یەکەم و قۆناغی دووەمی برینی سەر جێگە	-رێگە دەدات ئۆکسجین بچێتە ژوورەوە لە پێچەرەوەکە بۆ برینەکە. -رێگە دەدات شلەکان بێنەدەرەوە. -لەگەڵ برینەکە باش دەگونجێت. -دەتوانرێت تاکو یەک هەفتە لە شوێنی برینەکە بمێنێتەوە. -یارمەتی شیبوونەوە و تێکشکاندنی شانە مردووەکان دەدات. -رێگری دەکات لە لێکخشاندن بە پێچەوانەی برینەکە.	-لەوانەیە بە هەندێک برینەوە بچەسپێ -گونجاو نیە بۆ برینە زۆر وشکەکان -لەوانەیە تەری و شێداری برینەکە زیاد بکات، ئەویش بەهۆی رێگریکردن لە چوونەدەرەوەی ئاو لە ئیپیدێرم بۆ دەرەوەی پێست بە یارمەتی بەربەستێکی فیزیکی.

			-بۆ بینینی برینەکە پێویست ناکات لا ببرێت. -برینەکە بە وشکی دەهێڵێتەوە. -ڕێگری دەکات لە چونەژوورەوەی بەکتریا بۆ ناو برینەکە	
Foams	پێکهاتووە لە فیلمێک داپۆشراوە بە جێلێک یان مادەی پۆلیپوریتان کە جەمسەرداره	-برینی سەر جێگە -سووتانی کەم -وەرگرتنی بەشێک لە پێست لە بەخشەرێکەوە -برینی شەکرە -شوێنە بەخشەرەکان -برین بەهۆی کێشە لە خوێنهێنەرەکانی قاچ	-ئاسودەیی -نا نوسێت بە برینەکە -هەڵمژەرێکی زۆر باشە -وادەکات پێویستی بە گۆڕینی زوو زوو نەبێت.	-لەوانەیە پێویستی بە پێچانەوەی دووەمی هەبێ بۆ وەستاندنی فۆمەکە لە شوێنی خۆی. -ئەگەر نەگۆردرێت زۆرجار دەبێتە هۆی تەری و شێداری برینەکە -ناتوانرێت لەسەر ئەو برینانەی کە eschar(قەتماغە) و وشکن بەکاربهێنرێت -هەندێک لە فۆمەکان گونجاو نین بۆ هەندێک لە برینەکان وەکو ئەو برینانەی کە توشی هەوکردن بوون یان کوون بوون.
Hydrocolloids	مادەیەکی لینجی تێدایە وەک methylcellulose, gelatin or pectin کە دەئاوسێت بۆ بارستەیەکی وەک جێل	-سووتان -برینی سەر جێگە - برین بەهۆی کێشە لە خوێنهێنەرەکانی قاچ	-یارمەتی شیبوونەوە و تێکشکاندنی شانە مردووەکان دەدات - دابینکردنی ئینسولەیشن	-پاشماوە جێدەهێڵێت لە شوێنی برینەکە کە هەڵەیەو دەبێتە هۆی هەوکردن.

			بۆ شوێنی برینەکە -دژە ئـاوە و ڕێگـرە لە چـوونەژوورەوەی بەکتریا، میز یان پیسایی بۆ ناو برینەکە -هەڵمـژەرێکی باشە بۆ دەردراوەکان	-لەوانەیە لول ببێت لەسەر شوێنێکی جەستە کە دەبێتە هۆی لێکخشاندن. -ناتوانرێت بەکاربهێنرێت بە بوونی هەوکردن.
Alginates	-خـوێیەکی تیایە کە لە چەندجۆرە قەوزە یەکی دیاریکراوەوە وەرگیراوە لەوانەیە چنراو یان نەچنراو بێت و وە Hydrophilic gel پێکدەهێنێت	-برین بەهۆی کێشە لە خوێنهێنەرەکانی قاچ -ئەو برینانەی کە کونیان تێدایە -لەگەڵ ئەو برینانەی کە دەردراوێکی زۆری هەیە	-هەڵمژەرێکی زۆر باشە -لەوانەیە لەسەر ئەو برینانە بەکار بێت کە هەوکردنیان هەیە . -نا نووسێت بە برینەکەوە. -یارمەتی شیبوونەوە و تێکشکاندنی شانە مردووەکان دەدات	-هەمیشە پێویستی بە پێچانەوەی دووەمی هەیە. لەوانەیە ببێتە هۆی وشکبوونەوەی شوێنی برین، هەروەها وشکبوونەوەی بەستەرەکان وەک، کەپسول یا ئێسک (نابێت بەکاربهێنرێت لەم حاڵەتەدا)
Composite or combination dressing	-دروستبووە وەک هەرجۆرێکی دیکەی برینپێچ. بەڵام تەنها تێکەڵەیەکن لە برینپێچێکی شێدار و گۆز.	زۆری جۆراوجۆرێتی برین، بەندە لەسەر پێچانەوە	-بە زۆری بەردەستە -ئاسانە بۆ بەکارهێنان	لەوانەیە زۆر گران بێت و قورس بێت بۆ هەڵگرتن خۆش نیە بۆ بەکارهێنان.

دەرکەوتن و شیکردنەوەی شێوەی برین:

Granulate: تێبینی دەکرێت کاتێک شانەی سوورەی تازە دروست دەبێت لە ماوەی پرۆسەکە. شانە شێدارەکان ڕەنگی سوور یان پەمەییان هەیە، لە کۆلاجینی نوێ پێکدێن، شانە جیر و تۆڕە مولوولەییەکان وا دەکەن شانەکە بە ئاسانی خوێن هاتوچۆ پێبکات.

Epithelializing : پرۆسەیەکە کە ڕووی برینەکە داپۆشراوە بە پێستێکی نوێ، ئەمە کاتێک دەستپێدەکات کە برینەکە پڕبۆتەوە لە (granulation tissue). شانەکە پەمەییە، بە نزیکەیی سپیە و تەنها لە سەرەوەی Granulation Tissue ڕوودەدات.

Sloughy : تێبینی دەکرێت بە بوونی نیشتنی شانە زەردباوەکان و پێکهاتنیان بەهۆی کەڵەکەبوونی خانە مردووەکان. نابێت لەگەڵ بوونی کێم و جەراحەت لێت تێکبچێت.

Necrotic : برینێکە بەوە پێناسە دەکرێت کە شانەی مردووی تێدایە. برینەکە دەردەکەوێت بەشێوەیەکی ڕەق و توند، وشک و ڕەش. بەستەرە شانە مردووەکان بە ڕەنگی ڕەساسی دەردەکەون. بە هەبوونی شانەی مردوو پرۆسەی سارێژبوونی برین دوادەکەوێت.

Hyper granulating : ئەمە تێبینی دەکرێت کاتێک granulation tissue گەشە دەکات لەسەر لێواری برینەکە. ئەمە کاتێک ڕوودەدات کە قۆناغی سارێژبوونی برینەکە دوادەکەوێت، زۆربەی کات لە ئەنجامی نەبوونی بەکتریای سوودبەخش یان کولانەوەوە ڕوودەدات .

هۆکاری برینەکە: گرنگە هۆکاری برینەکە دیاری بکەین (بەهۆی ڕوداوێک یان نەشتەرگەری)، جۆری برینەکە (برینی پێست برین بەهۆی کێشە لە خوێنهێنەرەکانی قاچ یان برینی سەر جێگە)

زۆر جار ڕادەی لەدەستدانی شانە بە بەکارهێنانی ئەم زاراوانەی خوارەوە باس دەکرێت:

- ڕوکەش: ئیپدێرم توشی برین دەبێت .
- نیمچە ئەستوور: دێرم و ئیپدێرم توشی برین ببن .
- تەواو-ئەستوور: دێرم و ئیپدێرم شانەکانی ژێر دێرم توشی برین ببن، لەوانەیە درێژ ببێتەوە بۆ ماسلوکە، ئێسکەکان یان ژێیە ماسولکەییەکان.

جۆرەکانی دەردراوەکان:

Sanguineous exudate دەردراوێکە ڕێژەیەکی گەورەی خانەی خڕۆکە سوورەکان لەخۆ دەگرێت.

Purulent exudates دەردراوێکە پێکدێت لە خڕۆکە سپییەکان، پاشماوەی شانەی مردوو، بەکتریای زیندوو و مردوو.

Serosanguineous exudates: ماددە هەوکردنەکە پێکهاتووە لە تێکەڵەیەک لە خوێنی ڕوون و خوێنی بەستوو.

Serous exudate: ماددە هەوکردووەکان پێکهاتوون لە serum (بەشێکی ڕوون لە خوێن) سەرچاوە دەگرێ لە خوێن و ناپۆشێکی ئاوی لە جەستەدا، وەکو ناوپۆشی سک، ناوپۆشی سی، ناوپۆشی دڵ، ناوپۆشی مێشک؛ ئاوی دەردەکەوێت و خانەی کەمی هەیە.

ڕێژەی دەردراوەکانی بـرین گـرنگە بـۆ پێـوانەکردن، بە زۆری بە سـووک، مامناوەنـد یـان قـورس وەسـف دەکرێت. ڕەنگەکە ئاماژە بە جۆری دەردراوەکە دەکات، بەڵام لەوانەیە ئاماژەش بە جۆری بەکتریاکە بکات لەسەر برینەکە. بۆ نموونە، بەکتریای pseudomonas aeruginosa ڕەنگی شین-سەوز هەیە.ڕەق ئاماژە بە ئەستووری یان پێکهاتە لە دەردراوەکانی برینەکە دەکات.

هاتنی بۆن لە برینەکە لەوانەیە ئاماژە بە بوونی هەوکردن بکات لە برینەکە یان پیسبوون لەلایەن شلەی لەش.

قەبارەی برین:

کاتێک برینێک دروست دەبێت، لە پێشدا دەبێت قەبارەکەی هەڵبسەنگێنرێت. بۆ پێوانەکردنی برینێک دەتوانیت بە درێـژایی کات بەدواچـوون بـۆ قۆناغەکانی بـرینەکە بکەیـت. پێشـنیار دەکرێـت کە پێویسـتە لانی کەم مانگانە بـرینە درێژخایەنەکان هەڵبسەنگێنرێن هەرکە گۆڕانکارییەکی گرنگ لە قۆناغەکانی برینەکەدا دروست بوو.

برینەکە دەتوانرێت بە بەکارهێنانی شێوازی دوو ڕەهەندی بپێورێ وەک بە شـوێنپێهەڵگرتنی پەراوێزەکانی برینەکە بە بەکارهێنانی هێڵ و دیاریکردنی قەڵەم. ئەگەر شـێتی گرافی مەتری بۆ شـوێنپێهەڵگرتنی بـرینەکە بەکار بێت، دەکرێت قەبارەکە دیاری بکرێت بە ژماردنی ژمارەی هێڵەکان. هەروەها ڕاستەیەک دەتوانیت بەکاربێت بۆ پێوانەکردنی درێژی و پانی برینێک. هەڵسـەنگاندنی قـووڵی یـان درێـژیی بـرینەکە دەتوانرێت ئەنجـام بـدرێت بە بەکارهێنـانی پشـکنەر (Probe)

لێواری برین:

لێواری برین یان قەراغی برینەکان دەکرێت نیشـانەی گرنگمان پێ بدەن بە پێی جۆری ئەو برینەی ئێمە چارەسـەری دەکەین :

برینی خوێنهێنەرەکانی قاچ بەوە دەناسرێتەوە کە بەرەو خوار بووە.

ئەو برینانەی کە لەسەر قاچ و خوێنبەرەکان دروست دەبن لێوارەکانی دەرتۆقیون.

کاری سەرەکی برینییە لە کەمکردنەوەی برینی سەر جێگە .

برینی پێ بەهۆی نەخۆشی شەکرەوە قەراغێکی ڕەق و وشکی هەیە.

شێرپەنجەی پێست برینێکی بەرزبووەوەی لە لێوارەکاندا هەیە.

دەوروبەری پێست:

شـوێنی دەوروبەری پێست گرنگە بۆ خەمڵاندن، چونکە دەکرێ یارمەتیدەربێت بـۆ هەڵبژاردنی برینپێچی گونجاو . قەراغی بــرین و دەوروبەری پێســت دەبێ هەڵبســەنگێنرێن بــۆ ئەگەری هەبــوونی بزمــارە و تەڕی و شــێداری و کۆبـوونەوەی شـلە و سـووربوونەوەی پێسـت. ئەو نەخۆشـانەی کە شـەکرەیان هەیە دەکـرێ لە بەشی خـوارەوەی پێیاندا بزمارە هەبێت، بەهـۆی بەرزبوونەوەی پەستانی بنی پێیە کە دەبێتە هـۆی ڕێگرێک بۆ چاکبوونەوەی بـرین. ئەگەر پێسـتی دەوروبەری بـرینەکە تەڕ و سـپی بـوو ئەمە ئەوە دیـاری دەکات کە بـرینەکە بـرێکی مامناوەنـد تـا زۆر دەردراوی بەرهەمهێناوە و پێویستە لەفافێکی هەڵمژێنەر بەکار بهێنیت.

هەڵبژاردنی برینپێچ:

برین پێویستی بە بەڕێوەبردن و چارەسەری جیاواز هەیە لە قۆناغە جیاوازەکانی چاکبوونەوەدا. برینپێچ گونجاو نیە بۆ هەموو جۆرە برینێک. لەبەر ئەوە هەڵسەنگاندنی برینەکە زۆر پێویستە. قۆناغەکانی چاکبوونەوەی برین بە خێرایی ڕوودەدات لە ژینگەیەکی پاکدا، لە ژینگەیەکی شێدار (نەک تەڕ)، هەروەها پارێزگاری لە لەدەستدانی گەرمی دەکات و ڕێگری لە توشبوون بە بەکتریا دەکات. برینپێچی گونجاو کاریگەری زۆر گرنگی هەیە لەسەر ڕێژە و چۆنیەتی چاکبوونەوەی برین. برینپێچی گونجاو یارمەتیدەر دەبێ لە کەمکردنەوەی چوونەژوورەوەی بەکتریا و دروستبوونی ئازار کە پەیوەندیدارە بە چارەسەری برینەکەوە. برێکی زۆر لە برینپێچ هەیە کە دەتوانی هەڵیانبژێریت. کاریگەرترین جۆری برینپێچ پێویستی بە هەڵسەنگاندنی وردی برین و زانیاری سەردەمیانە هەیە لەسەر برینپێچ.

چاکبوونەوەی برین بە مەبەستی سەرەکی:

ئەم برینانە پێویستیان بە کەمێک ڕێکاری پێویست هەیە لەجیاتی چاودێریکردن و پارێزگاریکردن لە پیس بوون.

برینپێچە پێشنیارکراوەکان:

- Dry non adherent
- Island dressing
- Semi permeable films
- Hyrocolloids
- Foams

چاکبوونەوەی برین بە دواخستنی نیازی سەرەتایی

کاتێک ڕوودەدات کە برینەکە پیس بووبێت یان گومانی هەوکردنی لێ بکرێت. ئەم برینە بە پێویستی بە پاکردنەوە هەیە پێش ئەوەی دەست بە چاکبوونەوە بکات.

برینپێچە پێشنیارکراوەکان :

Normal saline compresses

Amphorous hydrogels or hydrogel impregnated gauzes to assist with debridement.

Calcium alginate ropes or ribbons

Hydrofibre ropes or ribbons

Drainable wound/ostomy appliances when large amounts of exudate is present foams

برینپێچی هەڵمژێنەر یان پارێزگاریکارێکی دووەمی پێویستە بۆ زۆربەی برینەکان. ئەوە گرنگە دڵنیابینەوە کە دەوروبەری برینەکە پارێزگاریلێکراوە لە تەڕی. دەستەسڕی پێست دەکرێ بەکاربێت.

چاکبوونەوەی برین بە مەبەستی دووەمی:

برینی نەشتەرگەری یان ئەو برینانەی کە بەهۆی بەرکەوتن بە شتێکەوە بووە، دەکرێ رێگە بدرێ بە چاکبوونەوەی لە رێگەی مەبەستی دووەمی. بۆ نموونە کوون بوونی پێست، برینی بەشێکی بچووکی پێست لە کاتی نەشتەرگەری، دوبارە کرانەوەی برینەکە دوای پێکەوەبەستنی، پارچەپارچەبوونی رووی پێست یان برینێک کە نەگەشتووەتە ماسولکە و چەوریبەکان.

هەڵبژاردنی برینپێچ دەبێ لەسەر بنچینەی تایبەتمەندیە تایبەتەکانی برینەکە بێت. ناردنی بۆ چارەسەکاری برین پێویستە رەچاوبکرێت بۆ هاندانی چاسەرکرنی برینەکە.

چاودێری سوتاوی

سووتان برینێکە لە ئەنجامی گواستنەوەی گەرمی لە شوێنەکەوە بۆ شوێنێکی تر دروست دەبێت. تێکچوونی شانەکان لە ئەنجامی مەینی خوێن، لە دەستدانی پرۆتین، یان شیبوونەوەی ئایۆنیەکانی خانە و پێکهاتەکانی دەبێت .

پێست و لینجە پەردەکان کە لە بەشی سەرەوەی بۆری هەوادان شانەکانیان تێکدەچن، شانە قوولەکان، کە ئەندامەکانی هەناوی دەگرێتەوە، دەکرێت زیانی پێبگات لە رێگەی سووتانی کارەبایی یان بەرکەوتنی بە سەرچاوەیەکی گەرمی بۆ ماوەیەکی درێژ. درانی پێست دەبێتە هۆی زیاتر لە دەستدانی شلە، هەوکردن، نزمبوونەوەی پلەی گەرمی لەش، جێی برین، هێرشکردنە سەر بەرگری لەش و گۆڕانکاری لە شێوە و کردارەکەیدا. سیستەمی ناوەوەی لەش دوای سووتانێکی زۆر جێگیری لە ورژمی خوێندا لە دەست دەدات. روودەدات لە ئەنجامی لە دەستدانی مولوولەکانی خوێن و ئاڵوگۆڕکردنی شلەکانی وەک، سۆدیۆم و پرۆتین لە خانەوە بۆ ناو بۆشایی شانەکان. لە دەستانی جێگیری وروژمی خوێن لە دڵ روودەدات، شلە و (electrolyte) کە ماددەیەکە دروست دەبێت لە رێگەی گیراوەیەکەوە کاتێک ئەو گیراوە دەتوێنرێتەوە لە توێنەرێکی جەمسەردارردا وەک ئاو، هەروەها قەبارەی خوێن، سیبەکان و هەندێک میکانیزمی تر.

گۆڕانی دڵ و دەمارەکان:

کەمبوونەوەی قەبارەی خوێن ئەنجامی لە دەستدانی شلە و کەمبوونەوەیە لە گەیاندنی ئۆکسجین. لەگەڵ بەردەوام بوونی لەدەستدانی شلە و کەمی قەبارەی خوێن، وروژمی خوێن بەردەوام دەبێت لە کەمبوونەوە و وە پەستانی خوێن کەمدەبێتەوە. لە وەڵامدا، کۆئەندامی دەمار(سیمپاساوی) catecholamine دەر دەدات کە جۆرێکە لە دەمارە هۆرمۆن کە گرنگە لە وەڵامدانەوەی قەلەقی، کە دەبێتە هۆی زیادبوونی لێدانی دڵ، لە ئەنجامدا ماسولکەکانی دەوری بۆری خوێن گرژ دەبێت.

بە زیادبوونی گرژی بۆریەکانی خوێن کرداری فیسیۆلۆژی دڵ کەم دەکات. مانەوەی شلە پەستانی خوێن لە مەودای نزم بۆ ئاسایی دەپارێزێت و کرداری فیسیۆلۆژی دڵ باشتر دەکات. سەرەرای مانەوەی شلە بە پێی پێویست، پەستانی دڵ (پەستانی دەماری ناوەندی، پەستانی خوێنبەری سیبەکان، pulmonary artery wedge pressure) بە کەمی دەمێنێتەوە لە ماوەی (burn shock) دا. (Burn shock) دەستەواژەیەکی پزیشکییە کە ئاماژە بە کەمی ورژمی خوێن و کەمی قەبارەی خوێن و گرژبوونی مولوولەکانی خوێن دەکات، کاتێک کەسێک زۆر بە توندی دەسوتێت.

بەگشتی گەورەترین قەبارەی شلە لەدەست دەدەین لە ٢٤ بۆ ٣٦ کاتژمێر دوای سووتانەکە، دەگاتە لووتکە لە ماوەی ٦ بۆ ٨ کاتژمێر. کاتێک کە مولوولەکانی خوێن دەستیان کردەوە بە جێگیربوون، burn shock باشدەبێتەوە و شلەکان دەگەڕێنەوە ناو بۆرییەکانی خوێن. شلەکان دوبارە هەڵدەمژرێنەوە لە لایەن شانەکانی ناو بۆریەکانی خوێن، قەبارەی خوێن زیاد دەکات. ئەگەر کرداری دڵ و گورچیلە بە پێی پێویست بوو، ئەوا بەرهەمی میز زیاد دەکات. زۆر پاڵاوتنی شلەی جەستە و میزێکی زۆر بۆ ماوەی چەند رۆژێک بۆ ٢ هەفتە بەردەوام دەبێت. لە کاتی سووتاندا، ڕەنگە چەند خانەیەکی خوێنی سوور لەناوبرێن و هەندێکی دیکەش زیانیان پێبگات، لە ئەنجامدا کەمی خوێن ڕوودەدات. سەرەرای ئەمەش، ڕەنگە بەهۆی لەدەستدانی پلازماوە رێژەی خرۆکەی سوور بەرزبکرێتەوە. قەبارەی خوێن کەم دەکات لە ماوەی نەشتەرگەریەکاندا، چارەسەرکردنی برین یاخود لێکۆڵینەوە لە دۆزینەوەی نەخۆشی، هەروەها شیبوونەوەی خرۆکە سوورەکانی خوێن کە ئەمانە هۆکار دەبن بۆ کەمی خوێن. گواستنەوەی خوێن پێویستە بۆ پارستنی ئاستی رێژەی هیمۆگلۆبین بۆ گواستنەوەی ئۆکسجین.

گۆڕانی شلە و ئلیکترۆلایت

دوای سووتان ئێدیما بە خێرایی پێکدێت. سووتانێکی ڕوکەشی دەبێتە هۆی دروستبوونی ئێدیما دوای ٤ کاتژمێر لە سووتان، لە کاتێکدا سووتانی قووڵ بەردەوام دەبێت لە دروستبوونی ئێدیما بۆ ماوەیەکی درێژتر تا ١٨ کاتژمێر لە برینداربوونی. ئەمەش دەبێتە هۆی زیادبوونی ئازار لەو ناوچەیەدا و وەڵامدانەوەی لوولەکانی خوێن و لیمفەکان و زیانگەیاندن بە شانەکانیان. لە دەستدانی یەکرتوویی مولوولەکان و شلەکان لە ئەنجامی دروستبوونی برین و ئێدیما تەنها لەو ناوچەیەدا دەبێت کە سووتاوە. ئەو نەخۆشانەی کە زیاتر دەسوتێن، تووشی ئێدیما دەبن لە تەواوی جەستەیاندا .دووبارە کرداری هەڵمژینەوە بە نزیکەی ٤ کاتژمێر دەستپێدەکات و بە ٤ رۆژ تەواو دەبێت دوای برینداربوونی بەهۆی سووتانەوە. هەرچەندە، کرداری هەڵمژینەوەی شلەکان پشت بە قووڵایی برینی شانەکان دەبەستێت. برینی نیمچە ئەستوور بە خێرایی چارەسەر دەبێت بە هۆی کرداری لیمفەکان و زیادبوونی دەردانی شلەکان کاتێک بەراورد دەکرێت بە برینی ئەستووری تەواودەکرێت ئێدیما لە برینە سووتاوییەکان کەم بکرێتەوە لە رێگەی دورکەوتنەوە لە دامەزراندنی شلە(موغەزی) لە ڕادە بەدەر لە ماوەیەکی زوودا دوای سووتانەکە. شلەی لە ڕادە بەدەر ئێدیما زیاد دەکات لە هەردوو حاڵەتی سووتان و نە سووتانی شانەکاندا. شانە سووتاوەکان ڕەق دەبن لە ژێر ئێدیماکە، وەک تۆرنیکە ڕەفتار دەکات، بە تایبەتی ئەگەر سووتانەکە لە لێوارەکانیدا بوو. لە کاتی زیادبوونی ئێدیمادا، پەستان لەسەر مولوولەکانی خوێن و دەمارەکاندا ڕودەدات کە هۆکارە بۆ کەمکردنەوەی وروژمی خوێن و لە ئاکام دا ischemia ڕوودەدات کە سنووردارکردنی خوێنە بۆ شانەکان، کە ئەم ئالۆزیە وەک Compartment syndrome وایە. لەوانەیە پزیشک پێویستی بە ئەنجامدانی Escharotomy بێت، (وێنەکە). نەشتەرگەرییەکە بۆ شانە مردووەکان (کە لە ئەنجامی سووتانەوە دەبێتە هۆی مردنی) بۆکەمکردنەوەی گرژبوونی مولوولەکانی خوێن کە کاریگەری دەکاتە سەر شانەی سووتاو (Demling,2005a). سوڕانەوەی قەبارەی خوێن بە شێوەیەکی بەرچاو کەم دەبێتەوە لە ماوەی shock burn دا. سەرەڕای ئەوەش، لەدەستدانی شلەی بەهۆی بە هەڵمبوونەوە لە برینە سووتاوەکاندا لەوانەیە بگاتە ٣ بۆ ٥ لیتر یان زیاتر لە ماوەی ٢٤ کاتژمێر هەتاوەکو ڕووکاری سووتاوییەکان دادەپۆشرێن. لە ماوەی burn shock دا، ئاستی سێرۆم سۆدیۆم لە دووبارە جێ گرتنەوەی شلەکاندا جیاوازی هەیە. عادەتەن، کەمبوونەوەی سۆدیۆم لە خوێندا (نەمانی سۆدیۆم) هەیە. کەمبوونەوەی سۆدیۆم لە خوێندا باوە لە ماوەی هەفتەی یەکەمی قۆناغی ماوە کورتدا، هەروەها ئاو دەگۆڕێت بۆ (پۆتاسیۆم) لە ئەنجامی تێکشکاندنی زۆری خانەکان. کەمبوونەوەی پۆتاسیۆم لە خوێن (نەمانی پۆتاسیۆم) لەوانەیە دواتر ڕوودات و پێویستی بە پێدانی پۆتاسیۆم ببێت.

ئێدیما: دەستەواژەیەکی پزیشکییە دەبێتە هۆی هەڵئاوسانی بەشێک لە جەستە و ئازار و هەوکردنی.

گۆڕانی سییەکان

بە نزیکەیی لە ٪ ١٠ بۆ ٪ ٢٠ ئەو نەخۆشانەی لە سەنتەری سووتاوییەکانادا تۆمارکراون لە کاتی هەناسەداندا ئازاریان هەیە. بوونی ئەو برینانەش ماوەی مانەوەیان لە نەخۆشخانە زیاد دەکات، دەستنیشان دەکرێت بەهۆی توندی ئازارەکانیان، هەروەها مردن و ڕێژەی نەخۆشی زیاد دەکات(palmieri,2007). ئازاری هەناسەدان کاتێک ڕوودەدات، کە سووتاوەکە پێکهاتەیەکی گەرم دەباتە ناوەوەی جەستەی یان بەرکەوتنی بە تەقینەوەیەک کە دەبێتە هۆی هەڵمژانی هەوای زۆر گەرم و گازی زیانبەخش. گرژبوونی بۆرییەکانی هەوا (بەهۆی بڵاوبوونەوەی هستامین، سیرۆتۆنین، thromboxane هۆرمۆنێکی جۆری پرۆستاسیکلینە کە لە خوێنبەرەکانەوە دەرچووە و دەبێتە هۆی کۆبوونەوەی پەڕەکانی خوێن و تەسکبوونەوەی خوێنبەرەکان، گرژبوونی بۆرییەکانی خوێن) و chest constriction secondary to circumferential full-thickness chest burns cause this deterioration. تەنانەت بە بێ ئازاری سییەکان، هایپۆکسیا(کەمی ئۆکسجین) لەوانەیە هەبێت. لە سەرەتای برینداربوونی بەهۆی سووتانەوە، دەمارە هۆرمۆن(catecholamine) دەردرێت بۆ وەڵامدانەوەی پەستانی برینی سووتاوی و گۆڕینی بە وروژمی خوێن، بەم شێوەیە ڕێژەی ناردنی ئۆکسجین کەمدەکات. دواتر، زۆری مێتابۆلیزم و بەردەوام بوون لە ڕژانی دەمارە هۆرمۆن دەبێتە هۆی زیاتر بەکارهێنانی ئۆکسجین لە لایەن شانەوە، کە هۆکارە بۆ کەمی ئۆکسجین (هایپۆکسیا). بۆ ئەوەی دڵنیابین کە ئۆکسجینی پێویست بەردەستە بۆ شانەکان، ئۆکسجینی تەواوکراو لەوانەیە پێویست بێت. ئازاری سییەکان بەوە دەناسرێتەوە کە لە بەشی سەرەوەی بۆری هەوا ئازار هەیە یان لە کاتی هەناسەدان لە خوارەوەی گەروو. ئازاری بەشی سەرەوەی بۆری هەوا لە ئەنجامی هەناسەدانی ڕاستەوخۆی گەرمیە کە گەورەتر بێت لە C ١٥٠ (F ٣٠٢). ئەم زیانە لە ئەنجامی ئێدیمای بەشی سەرەوەی بۆری هەوایە، کە دەبێتە هۆی ڕێگری کردن لە بەشی سەرەوەی بۆری هەوا، کە pharynx و larynx لەخۆ دەگرێت، لە کاتژمێری سەرەتای برینداربوونی بە سووتان.
ئازاری هەناسەدان لە بەشی خوارەوەی گەروو لە ئەنجامی هەڵمژینی گەرمی ماددەکان یان گازە زیان بەخشەکانەوە. هەڵمژینی گازە زیان بەخشەکان زۆر جار سەرچاوەیەکە بۆ مردن. ئەم بەرهەمانە بریتین لە: ئۆکسیدی کاربۆن، سیانید، ئەمۆنیا، ئەلدیهاید، ئەکرۆلین، دووانەئۆکسیدی گۆگرد و ئیسۆکیانات. کەمی ئۆکسجین لە شانەکاندا لە ئەنجامی هەڵمژینی ئۆکسیدی کاربۆنەوەیە.

گۆڕانی گورچیلە

لەوانەیە کرداری گورچیلە گۆڕانکاری بەسەردا بێت لە ئەنجامی کەمی قەبارەی خوێن. تێکچوونی خڕۆکە سوورەکانی خوێن لە شوێنی برینەکەدا لە ئەنجامی هیمۆگلۆبینی ئازادە لە میزدا. ئەگەر ماسولکە زیانی پێبگات (نموونە، سووتانی کارەبایی)، مایۆگلۆبین دەردەدرێت لە لایەن خانەی ماسولکەکان و گورچیلەکان. جێگرەوەی قەبارەی شلەی پێویست وروژمی خوێنی گورچیلە دەگەڕێنێتەوە، ڕێژەی پاڵاوتن و قەبارەی میز زیاد دەکات. ئەگەر بە پێی پێویست وروژمی خوێن لە گورچیلەکانەوە نەیەت، هیمۆگلۆبین و مایۆگلۆبین بۆرییەکانی گورچیلە دادەخەن، لە ئەنجامدا مردنی شانەی بۆرییەکان و سستی گورچیلەی لێدەکەوێتەوە.

گۆڕانی سیستەمی بەرگری لەش

بەرگری لەش بە زۆری بە برینی سووتاوی دەگۆڕدرێت، ئەو نەخۆشانەی کە برینی سووتاویان هەیە مەترسی هەوکردنیان زۆرە. پێست گەورەترین بەربەستە بۆ ڕێگری کردن لە هەوکردن، کاتێک کە مەترسی لەسەر دروست دەبێت، نەخۆشەکە بەردەوامە لە بەرکەوتنی بە ژینگەی دەرەوە. ئەم گۆڕانکاریانە دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی بەرگری لەش و مەترسی زیادبوونی هەوکردن. لە ئەنجامدا هۆکاری سەرەکی مردن لە نەخۆشە سووتاوەکاندا کە پاش ٢٤ کاتژمێر زیندووە، بریتییە لە لەکارکەوتنی ئەندامەکانی لەشی

گۆڕانی پلەی گەرمی لەش

نەتوانینی هاوسەنگی پلەی گەرمی لەش لە ئەنجامی لە دەستدانی پێستەوەیە. ئەو نەخۆشانەی کە برینی سووتاویان هەیە جەستە پلەی گەرمی نزم نیشان دەدات لە کاتژمێرەکانی سەرەتای دوای بریندار بوون. دواتر، زۆری مێتابۆلیزم گەرمی ناوەکی ڕێکدەخاتەوە، نەخۆشەکە پلەی گەرمی نزمدەبێتەوە لە دوای برینداربوونی بەهۆی سووتانەوە.

گۆڕانی کۆئەندامی هەرس و جگەر

لەوانەیە دوو ئەگەری ئالۆز لە کۆئەندامی هەرس و جگەر(GI) ڕووبدات:

Paralytic ileus (نەمانی جووڵەی ریخۆڵە) و Curling ulcer.(وێنەکە) کەمبوونەوەی جووڵە و دەنگی ریخۆڵە زیاد دەکات لە کاتی نەمانی جووڵەی ریخۆڵە لە ئەنجامی زیانی سووتانەکەوە. کشانی گەدە و هێڵنجدان دەبێتە هۆی ڕشانەوە مەگەر بە تیوبێک ماددەکانی ناو گەدەی بۆ لابدەی. خوێن بەربوونی گەدە دووەم گەورەترین سترێسی فیسیۆلۆژیە لەوانەیە ئاماژە بە بوونی خوێن بکات لە پیسایی، گەڕانەوەی ئەو مادانەی کە لە گەدەدا هەیە، یان ڕشانەوەی خوێناوی. ئەم نیشانانە ئاماژە بە خوێنبەربوونی گەدە و بەشی سەرەوەی ڕێخۆڵە (Curling'sulcer) دەکات. بەربەستەکانی دەوری لینجە پەردەکان ڕێگە بە چوونەژوورەوە دەدەن، ئەم چوونەژوورەوەیەش ڕێگە بە گەشەکردنی بەکتریای کۆئەندامی هەرس و جگەر دەدات، بەکتریاکان دەگوازرێنەوە بۆ ئەندامەکانی تر، دەبنە هۆی هەوکردن. نەخۆشەکە ناتوانێت بەرگری لە دژی بەکتریاکە بکات بەهۆی نەمانی بەرگری لەش. نەخۆش لەگەڵ سووتانی گەورەی TBSA (TotalBodySurfaceArea) هەروەها مەترسیدارە بۆ abdominalcompartment syndrome (ACS) کاتێک پەستانی زیاد لە پێویست لە ناو بۆشایی ماسولکەی داخراو لە لەشدا دروست دەبێت. During resuscitation، ئەو شلەیەی لەناو بۆشاییەکانی سکدا هەیە، دەبێتە هۆی هەڵئاوسانی سک و کەمبوونەوەی بەرهەمی میز، نزمە پەستانی خوێن و کەموکوڕی هەناسەدان.

ئەو پەرستارەی گرنگی بە نەخۆشێک دەدات کە برینەکەی سووتاوە پێویستی بە ئاستی بەرزی زانیاری هەیە دەربارەی ئەو گۆڕانکاریە فیسیۆلۆجیانەی کە دوای سووتان ڕوو دەدەن، هەروەها هەڵسەنگاندنێکی زیرەکانە بۆ ئەوەی گۆڕانکاری ورد لە دۆخی نەخۆشەکە بدۆزیەوە.

هەروەها پێویستە پەرستارەکە بتوانێت پەیوەندیەکی کاریگەر دروست بکات لەگەڵ ئەو نەخۆشانەی کە برینی سووتاویان هەیە، ئەو خێزانانەی توشی ئەو ڕووداوانە بوون، ئەندامانی هەموو دەستەی بەڕێوەبردنی سووتاوی. چاودێری نەخۆشەکە بکە، سووتان پێویستی بە زانیاری و شارەزایی هەیە لە ماوەی چاودێریکردنی بەردەوام لە برین تا چاکبوونەوەی. ئەمە چاودێری جۆری و ئەنجامی باشتری نەخۆش و کوالێتی گونجاوی ژیان مسۆگەر دەکات. برینی سووتاوی لەوانەیە کاریگەری لەسەر خەڵکی لە هەموو گروپ و تەمەنە جیاوازەکان و ئابووری و کۆمەڵایەتی هەبێت. نێرینەکان زیاتر لە دوو جار شانسی برینداربوونی سووتانیان هەیە لە ژنان، زۆرترین گرووپی تەمەن بۆ بەرکەوتن لە نێوان ٢٠ بۆ ٤٠ ساڵی تەمەنیدایە . کۆمەڵەی پاراستنی ئاگرکوژێنەوەی نیشتمانی ڕاپۆرتی داوە کە ساڵانە ٤ هەزار کەس بە ئاگر و سووتان دەمرن. چاودێریکردنی برین بە شێوەیەکی ئاسایی بۆ سێ قۆناغی چاودێری پۆلێن دەکرێت: قۆناغی بووژانەوە/ژیانەوە، قۆناغی توند/ناوەند، و قۆناغی نوێبوونەوە.

قۆناغی چاودێریکردنی برین		
قۆناغ	**ماوە**	**پێشییەتی**
بووژانەوە/ژیانەوە	لە دەستپێکردنی برینەوە بۆ تەواوکردنی نوێبوونەوەی شلە	فریاگوزاری سەرەتایی ڕێگری لە شۆک بوون ڕێگریکردن لە تەنگە نەفەسی دیاریکردن و چارەسەرکردنی ئازار
توند/ناوەند	لەسەرەتای زۆر میزکردن تا داخستنەوەی برین بە تەواوی (وێنەکە)	خەملاندنی برین و چاودێری سەرەتایی چاودێری برین و داخستنی ڕێگریکردن یان چارەسەری ئاڵۆزییەکان، لەوانە هەوکردن
نوێبوونەوە	لە داخستنی برینە گەورەکانەوە بۆ ئەوەی بگەڕێتەوە بۆ ئاستی گونجاوی جەستەیی و کۆمەڵایەتی دەروونی	پشتگیری خۆراک ڕێگریکردن لە جێ برین و گۆج بوون چاکسازی جەستەیی، پیشەیی بونیادنانەوەی جوانی ڕاوێژکاریی دەروونیی کۆمەڵایەتی

چاودێری تایبەت بۆ بەساڵاچوان:

کەمبوونەوەی جووڵە و ڕێکخستن و هێز و هەست و گۆڕانکاری لە بینیندا مەترسی زیاتر بۆ برینداربوون بە سووتان لە بەساڵاچواندا زیاتر دەکات. زەحمەتی چێشتلێنان و خۆشتن و چالاکییەکانی تری ژیانی ڕۆژانە پەیوەندیدارە لەگەڵ سووتان و برین بە ئاوی گەرم کە لەم گرووپ و تەمەنەدا هەیە. ئەم گۆڕانکاریانە کەسانی بەتەمەن دەخاتە مەترسی سووتانی توندەوە چونکە کارێکی قورسە بۆ ئەم تەمەنە کە ئاگرەکە بکوژێننەوە و خۆیان لە سەرچاوەی سووتاوییەکە لابدەن .

نەخۆشییە بۆماوەییەکان و کێشانی جگەرە و ئەو نەخۆشییانەی کە بەهۆی بەرکەوتن بە ژینگەیەکی پیسەوە سەرهەڵدەدەن یاخود ئەو کێشە تەندروستیانەی/نەخۆشیانەی کە لە ڕابردوودا هەبووە کاریگەری دەکەنە سەر چاکبوونەوەی نەخۆش لە تەمەنەی پیرێتیدا. کرداری هەناسەدان لە بەساڵاچواندا سنووردارە، لەبەرئەوە گۆڕانکاری لە بۆری هەوا، جیری سنگ و هەناسەدان کاریگەریان لەسەر دروست ببێت. ئەمەش دەکرێت کاریگەری کێشانی جگەرە بێت. کەمبوونەوەی کرداری دڵ و نەخۆشی لە خوێنبەرەکانی دڵدا مەترسی ئاڵۆزی زیاتر لە بەتەمەنەکاندا دروست دەکات کە برینی سووتاویان هەیە. بەدخۆراکی و بوونی نەخۆشی شەکرە یان تێکچوونی لە ڕژێنەکاندا پێویستی بە چاودێری ورد هەیە. ڕەنگە پلە جیاوازەکانی ئاراستەکردن خۆیان پێشکەش بکەن لەسەر وەرگرتن یان لە ڕێگەی کۆرسی چاودێریکردن، خەملاندنی ئازار و دڵەڕاوکێ دەکەنە بەرەنگاربوونەوەیەک بۆ تیمی سووتاو. پێستی بەساڵاچووان باریکتر و کەمتر جیرە، کە کار دەکاتە سەر قووڵایی برین و توانای چاکبوونەوەی.

توندی

توندی لە برینی سووتاوی دیاری دەکرێت بە چەند هۆکارێکی جیاوازەوە کاتێک کە یارمەتی تیمی سووتاوی دەدات لە هەڵسەنگاندنی سووتاویەکە و خەمڵاندنی و پێشبینیکردنی مانەوەی نەخۆش لە ژیان و پلان بۆ چارەسەرکردنی. ئەم هۆکارانە تەمەنی نەخۆشەکە دەگرێتەوە؛ قووڵی برینەکە؛ بڕی ئەو شوێنەی جەستە کە سووتاوە؛ بوونی ئازار لە کاتی هەناسەداندا؛ بوونی ئازار لە شوێنەکانی تری دا؛ شوێنی برینداربوون لە ناوچە تایبەتەکانی وەک دەموچاو، بەیەنی ئەندامی زاوزێ و کۆم، دەست، یان قاچ؛ و بوونی نەخۆشی لە ڕابردووی نەخۆشەکەدا. گەنج و بەساڵاچوان بەردەوام لە زیادبوونـدان بـۆ مـردن کاتێـک بەراورد دەکـرێن بە تەمەنەکـانی تـر بە هەمـان برینـداری و بەرهەڵسـتیان لە چاکبوونەوەی سووتاویدا.

قووڵی برین

قـووڵی بـرین پەیوەندیـدارە بە پـلەی گەرمی و مـاوەی بەرکەوتـن بەو هۆکـارە. بـۆ نمـوونە، لە حـاڵەتی سـووتان لە گەورەکانـدا، یەک چـرکە بەرکەوتـن بە ئـاوی گەرم لە پـلەی 68.9C (156F) لەوانەیە ئەنجـامی سـووتانی هەردوو ئیپیدێرم و دێرم بێت، کە دەبێتە هۆی برینداربوونی تەواو ئەستووری(پلە سێی) پێست. (وێنەکە) ١٥ چرکە بەرکەوتن بە ئاوی گەرم لە پلەی 56.1C (133F) هەمان ئەنجامی هەیە کە سـووتانی تەواوی پێستە. پلەی گەرمی کەمتر لە C٤٤ (F١١١) دەتوانرێت بـۆ مـاوەیەکی درێـژ بەبێ برینـداربوون بەرگە بگرێـت. سـووتان پـۆلێن دەکرێـت بەگـوێرەی قووڵی شانە تێکچووەکە وەک برینی رووکەشی نیمچە ئەستوور، برینی قووڵی نیمچە ئەستوور، یان برینی ئەستووری تەواو. لە سـووتانی نـیمچە ئەسـتووری ڕوکەشـیدا، ئیپیـدێرم لەنـاو دەچێـت یـان زیـانی پێـدەگات و لەوانەیە دێـرمیش بریندار ببێت. سووتانی قووڵی نیمچە ئەستوور ئیپێدێرم لەناو دەبات و چینی سەرەوەی دێرم زیاتر بریندار دەبێت بە بەراورد بە بەشی خـوارەوەی دێـرم. ڕەنـگی ئەو نـاوچەیەی سـووتاوە سـپی دەبێـت بەهـۆی نەگەڕانەوەی خـوێن بە شـێوەیەکی ئاسـایی. سـەلکی مـوو بە بێ زیـان دەمێنێـتەوە. سـووتانی تەواو ئەسـتوور بـرێتییە لە لەنـاوچوونی تەواوی ئیپیدرم و دێرم و لە هەندێک حاڵەتدا تێکچوونی شانەی ژێرەوە وەک، ماسولکە و ئێسک. مەودای ڕەنگی برینەکە بە شـێوەیەکی فـراوان لە سـپی زەردهەڵگەڕاوەوە بـۆ سـوور، قـاوەیی، یـان ڕەشـێکی سـوورباو دەگۆڕێـت. ئەو نـاوچەی کە سووتاوە بێ ئازارە و هەست تێیدا کەم دەکات، چونکە دەمارە ڕیشاڵییەکان لەناودەچن.

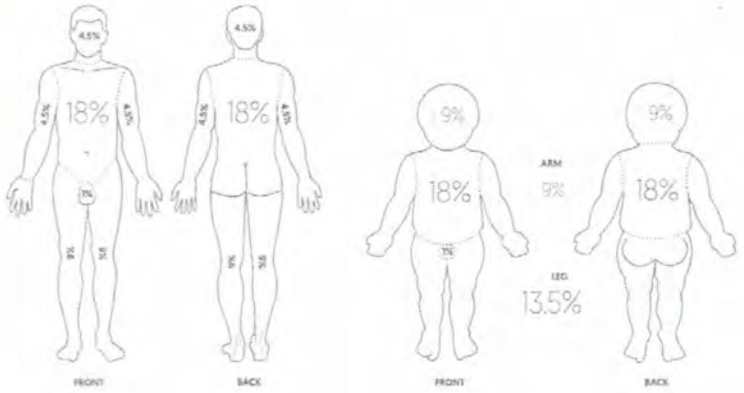
تایبەتمەندییەکانی سووتان بە گوێرەی قووڵیان				
جۆر	ناوچەکانی پێست کە توش دەبێت	نیشانەکان	شێوەی برینەکە	ماوەی چاکبوونەوەی
ڕوکەشی نیمچە ئەستوور	ئیپیدێرم؛ لەوانەیە بەشێکی دێرمیش بگرێتەوە	وەک چەقاندنی دەرزیەک بە دەستدا زۆر هەستیارە(لە ڕادەبەدەر هەستیار) ئازارەکەم دەبێتەوە بە شتێکی سارد(نموونە، سەهۆڵ)	سوور، زەردهەڵگەڕاو کاتێک پەستانی دەخەیتە سەر؛ کەمێک وشکبوونەوەی هەیە یان هیچ ئاوساوییەکی نیە.	بە تەواوەتی چاک دەبێتەوە لە ماوەی هەفتەیەکدا بە بێ دەرکەوتنی هیچ جێ برینێک
قووڵی نیمچە ئەستوور	ئیپیدێرم؛ بەشی سەرەوەی دێرم، بەشێکی قووڵی دێرم	ئازار زۆر هەستیارە، هەستیاری بە هەوای سارد هەیە.	برین، سووربوونەوە؛ تێکشکانی ئیپیدێرم؛ تەڕبوونی شوێنی ئیدیماکە	چاکدەبێتەوە لە ماوەی ٢ بۆ ٤ هەفتە. هەندێک جێ برین و کەم بوونەوەی ڕەنگ لە دوای خۆی بەجێدێڵێت. لەوانەیە بگۆردرێت بۆ تەواو ئەستوور
تەواو ئەستوور	ئیپیدێرم؛ هەموو دێرم، هەندێک جاریش شانەکانی ژێرەوەی پێست؛ لەوانەیە بەستەرە شانە، ماسولکە، ئێسک بگرێتەوە	ئازاری نیە شۆك هیماتوریا (خوێن لە ناو میزدا) و لەوانەیە هیمۆلایسیس (لەناوچوونی خانەی خوێن) (وێنەکە) برینی ناوەوە یان دەرەوە (سووتانی کارەبایی)	وشک؛ زەردباو، نەرم و جیر، یان ڕەش هەڵگەڕاو لەگەڵ ئیدیما	شانەی مردوو(ڕەنگی ڕەش) کە پێویستی بە نەشتەرگەری دەبێت، ئەویش بە لابردنی شانە مردووەکە و گواستنەوەی بەشێکی تەندروستی پێست. بەجێهێشتنی جێ برین و لەدەستدانی کردارەکەی. هەندێ جاریش لەدەستدانی پەنجاکان.

ڕادەی ڕووبەری ڕووکەشی جەستەیی بریندار بووە

چەند ڕێگە و ڕێبازی جۆراوجۆر بەکاردەهێنرێت بۆ خەمڵاندنی TBSA کە بەهۆی سووتانەوە کاریگەری لەسەر دروستبووە؛ لە نێوانیاندا یاسای نۆ، میتۆدی لوند و برۆودەر و میتۆدی پالمەر. ئەم شێوازانە هاوکاری تیمی سووتاو دەکەن لە توانای بڕیاردان لەسەر چارەسەر و گواستنەوەی نەخۆشەکە بۆ سەنتەری سووتاوی.

یاسای نۆ

میتۆدێکی باوە، یاسای نۆ (وێنەکە)، ڕێگایەکی خێرایە بۆ خەمڵاندنی ڕادەی سووتان لە گەورەکاندا. سیستەمی جەستە دابەش دەکات بەسەر نۆ خاڵدا. کۆی گشتی ئەم بەشانە یەکسانە بە کۆی ڕووبەری ڕووکاری جەستە، هەروەها پێوانەیەکی گرنگە لە توندی برینێدا.



میتۆدی لوند و برۆدەر

میتۆدی لوند و برۆدەر میتۆدێکی وردە بۆ خەمڵاندنی ڕادەی سووتان، کە ڕێژەی ڕووبەری ڕووکاری بەشە توێکاریە جۆراوجۆرەکان بەتایبەتی سەر و قاچەکان دەناسێتەوە، هەروەک پەیوەندی بە تەمەنی نەخۆشەوە هەیە. بە دابەشکردنی جەستە بۆ ناوچە زۆر بچووکەکان و دابینکردنی خەمڵاندنی ڕێژەی TBSA کە لە لایەن هەر بەشێکی جەستەوە هەژمار دەکرێت، مرۆڤ دەتوانێت خەمڵاندنێکی باوەڕپێکراوی سووتانی TBSA بەدەست بهێنێت. دەستپێکردنی هەڵسەنگاندنی سەرەتایی بۆ نەخۆش پشت دەبەستێت بە گەیاندنی نەخۆش بۆ نەخۆشخانە و پێداچوونەوەی لە ماوەی ٧٢ کاتژمێری یەکەم لەبەرئەوەی دیاریکردنی برینەکە و قووڵی دەردەکەوێت بە ڕوونی و ئاشکرایی لە ماوەی ئەم کاتەدا.

ڕێژەی سەدی ڕووکەشی سووتاوی لەش بەپێی

تەمەن	گەورە	١٠بۆ ١٥ساڵ	٥بۆ ٩ساڵ	١بۆ٤ساڵ	٠بۆ ١ ساڵ	لەکاتی لەدایک بوون
نیوەی سەر ٪	٣ ١/٢	٤ ١/٢	٥ ١/٢	٦ ١/٢	٨ ١/٢	٩ ١/٢
نیوەی ڕان ٪	٤ ٣/٤	٤ ١/٢	٤ ١/٤	٤	٣ ١/٤	٢ ٣/٤
نیوەی قاچ ٪	٣ ١/٢	٣ ١/٤	٣٪	٢ ٣/٤	٢ ١/٢	٢ ١/٢

میتۆدی پالمەر

ئەو نەخۆشانەی کە سووتانێکی پەرش و بڵاویان هەیە، یان بۆ هەڵسەنگاندنێکی خێرای پێش نەخۆشخانە، ڕەنگە میتۆدی پالمەر بۆ خەمڵاندنی ڕادەی سووتانەکان بەکار بهێنرێت. قەبارەی لەپی دەستی نەخۆشەکە، بەڵام ڕوبەری پەنجەکانی ناگرێتەوە، بە نزیکەی ٪١ TBSA یە. لەپەی دەستی نەخۆشەکە بە بێ پەنجەکانی یەکسانە بە ٪ 0,5 TBSA و وەک پێوانەیەکی گشتی بۆ هەموو گروپە تەمەنەکان بەکاردێت.

پێویستە هەموو قوربانییەکی سووتاوی سەرەتا وەک نەخۆشێکی تراوما هەڵبسەنگێنرێت. جەخت لەسەر پاراستنی بۆری هەوا و هەناسەدان و سووڕی خوێنی نەخۆشەکە بکەن. کاتێک سووتانەکە بەهۆی هۆکارێکی کیمیاییەوە دروست دەبێت، ئەولەویەتی ئەوکارە بریتییە لە لابردنی هۆکارەکە و پێداکردنی ئاو بە ناوچە زیانلێکراوەکەدا. دواتر هەڵسەنگاندن لە سەری تا پێی نەخۆشەکە ئەنجام بدە و بەدوایدا هەوڵ بۆ وەستاندنی سووتانەکە و برینەکە بدە. بۆ بەرزکردنەوەی سەقامگیری، پێویستە بە وردی چاودێری باری هەناسەدانی نەخۆشەکەت بکەیت، بەتایبەتی ئەگەر تووشی هەڵمژینی دوکەڵ بووبێت. ئاگاداربە کە نەخۆشێک دەسووتێت زیاتر لە ٢٠٪ ی هەموو ڕووکاری جەستەی دەگرێتەوە، عادەتەن پێویستی بە دامەزراندنی شلە(موغەزی) هەیە، کە ئامانجیەتی پشتگیری لە میکانیزمەکانی قەرەبووکردنەوەی جەستە بکات، بەبێ ئەوەی بەسەریدا زاڵ بێت. ١ پێشبینی پێدانی شلە (وەک گیراوەی لاکتەیت ڕینگەر) بۆ هێشتنەوەی بەرهەمی میزی نەخۆش بە ٠,٥ بۆ ١ مللە / کگم / کاتژمێر بۆ منداڵان و ١ بۆ ١ بۆ ٥ /١ مل لە کغم / کاتژمێر بۆ گەورەکان، وە چاودێریکردنی پەستانی خوێن و لێدانی دڵ بکەن. هەروەها پێویستە کۆنترۆڵی پلەی گەرمی لەش بکەیت، چونکە لەدەستدانی پێست، دەست لە ڕێکخستنی پلەی گەرما وەردەدات. شلە گەرمەکان و گڵۆپی گەرم و پێخەفی هایپەرتێرمیا بەکاربێنە، بە گونجاوی، بۆ ئەوەی پلەی گەرمی نەخۆشەکە لەسەرووی ٩٧ پلە ئێف (C °٣٦,١) دا بمێنێتەوە، ئەگەر بکرێت. لەگەڵ ئەوەش، زوو زوو چاو بە ئەنجامەکانی تاقیگە بخشێنەوە وەک ئاستی سیرۆم ئەلیکترۆلیت بۆ دیاریکردنی گۆڕانکاری زوو لە دۆخی نەخۆشەکە. هەوکردن دەتوانێت ئاستی قووڵی برین زیاد بکات، هۆکارە بۆ کەمبوونەوەی یەگرتووی پێست، هێواش چاکبوونەوە، ئازاری توند، مانەوەی زۆر لە نەخۆشخانە، هۆکاریشە بۆ مردن. بۆ ڕێگری کردن لە هەوکردن، بەکارهێنانی تەکنیکی وردی خاوێنکەر لەکاتی چاودێریکردن، پێچانەوەی شوێنی سووتاوییەکە، چاودێری کردن و سوڕاندنەوەی IV Lines بە ڕێکوپێکی، هەروەها بە وریاییەوە ڕادەی سووتان و کارەکانی سیستەمی جەستە و باری سۆزداری نەخۆشەکە

هەڵدەسـەنگێنێت. هەوکـردن دەتوانێـت ئاسـتی قـووڵی بـرینەکە، کەمبـوونەوەی یەگرتـوویی پێسـت، هێـواش چاکبوونەوە، ئازاری توونـد، مانەوەی زۆر لە نەخۆشخانە زیاد بکات، هەروەها هۆکاریشە بۆ مردن. بۆ ڕێگری کردن لە هەوکـردن، بەکارهێنـانی تەکنـیکی تونـدی خـاوێنکەر لەکاتی چـاودێریکردن، پێچـانەوەی شـوێنی سـووتاویەکە، چاودێری کردن و سوڕاندنەوەی IV Lines بە ڕێکوپێکی، وە بە ورياییەوە ڕادەی سووتان و کارەکانی سیستەمی جەستە و باری سۆزداری نەخۆشەکە هەڵدەسەنگێنێت.

ناوی کردار: چارەسەرکردنی برینی سووتاوی

مەبەست لەم کردارە :

بۆ پاراستنی جێگیری فیسیۆلۆجی نەخۆشەکە

چاککردنەوەی تەواوی پێست

ڕێگریکردن لە هەوکردن

بەرزکردنەوەی کرداری و تەندروستی کۆمەڵایەتی دەروونی

بۆ باشترکردنی چارەسەرە گشتییەکان

پێداویستییەکان:

- نۆرماڵ سەلاین
- خاولییەکی پاک
- مقەستێکی خاوێن
- گیرە و مەڵهەم topical medication
- شاشی تایبەت بە سووتان
- گۆزی لوولخواردووەکان
- دەرمانی ئازار شکێن
- دەستکێشی خاوێن
- بەرگێکی پارێزەری خاوێن(Gown)
- کەمامە
- Surgical cap
- ڕووناککەرەوەیەک
- سەتڵی خۆڵ
- پێخەفێک
- گۆزێکی خاوێن(Sterile)

ئەم کردارە پێویستە بە شێوازێکی زۆر خاوێن ئەنجام بدرێت و هەموو ئەو پێداویستیانەی کە لە برینپێچیدا بەکار دێت، پێویستە خاوێن بێت. گیراوەی نۆرماڵ سەلاین بە نوقم کردنی لە ئاوێکی گەرمدا و داخستنی سەری بوتڵەکە. هەموو پێداویستیەکانی برینپێچی لەسەر مێزەکە دابنێ. دڵنیابە لەوەی کە رووناکی تەواو(لایت) بەر ناوچەی برینەکە دەکەوێت بۆ رێگەدان بە هەڵسەنگاندنی وردی برین. کردنەوەی پێداویستیەکان بەکارهێنانی بە شێوەیەکی پاکوخاوێن. رێکخستنی پێداویستییەکان لە شوێنێکی پاکدا بۆ بەکارهێنان.

مەبەست لە هەنگاوەکان	هەنگاوەکان
- دابینکردنی پێوەرەکان بۆ پێوانەکردنی ئاسایی نەخۆش، و دابینکردنی رێبەری بۆ دیاریکردنی ئامێرەکان یارمەتیدەر دەبێت بۆ پێوانەکردنی لە شوێنێکی گونجاودا. (بۆ نموونە، لێدانی دڵ و پەستانی خوێن پێوانەن بۆ کرداری دڵ و خوێنبەرەکان بە باشی).	١-جێبەجێکردن و پێداچوونەوەی ئەرک و هەنگاوەکان یەک لەدوای یەک بەپێی سەرەکیترینیان (پرۆتۆکۆڵ)
بۆ رێگریکردن لە مەترسی توشبوون بە هەوکردن و پیسبوون	٢- پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە
بۆ پاراستنی خۆت و نەخۆشەکەو هەموو ئەوکەسانەی لەوێ ئیشدەکەن لە زیندەوەرە بچووکەکانی وەک ڤایرۆس و بەکتریا	٣-هەموو ئەو خۆپارێزیە ستانداردانە بەکار بهێنە کە پێویستەو خۆت بپارێزە لە بەرکەوتن بە خوێن و شلەکانی لەش بە بەکارهێنانی دەستکێش
بۆ رێگریکردن لە دواکەوتنی کردارەکە -رێکخستن ئاسانکاری دەکات بۆ ئەنجامدانی کردارەکە بەکارامەیی و بە تەواوی	٤-هەموو پێداویستییەکان کۆبکەرەوە
بۆ پاراستنی ئارامی نەخۆشەکە	٥-دڵنیابوون لە فەرمانی پزیشک
بۆ پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە، (بۆ ئەوەی کارێکی هەڵە بۆ نەخۆشەکە ئەنجام نەدەین)	٦- فەرمانەکە بپشکنە و ناسنامەی نەخۆشەکە پشتراست بکەنەوە بە بەکارهێنانی بە لایەنی کەمەوە دوو لە ناسنامەی نەخۆشەکە
بۆ کەمکردنەوەی دڵەراوکێ و زیادکردنی هاوکاری بۆ بەدەستهێنانی رەزامەندی نەخۆشەکە بۆ ئەنجامدانی کردارەکە، پێدانی زانیاری خێراتر و هەماهەنگی و لێک تێگەیشتن.	٧-کردارەکە بۆ نەخۆشەکە روونبکەوە و لەگەڵیدا تاووتوێی بکە
-بۆ بەرزکردنەوەی ئاسوودەیی نەخۆش -ئاستی ئازارەکە یارمەتیدەرە بۆ هەڵسەنگاندنی پێوانەی کەمکردنەوەی ئازارەکە -کەمی ئۆکسجین دەتوانێت هەمان نیشانەی نەخۆشی بدات و پێویستە نەخۆشەکە ئاستی ئۆکسجین لە لەشیدا ئاسایی ببێتەوە پێش ئەوەی دەرمانی ئازار شکێنی بۆ بەکاربهێنرێت.	٨- خەمڵاندنی ئازاری نەخۆش، ئەگەر داواکراو بوو، دەست بەجێ پێدانی ئازار شکێنێک (IV analgesic) پێش کردارەکە. جیاوازی هەیە لە بێ ئارام بوون بەهۆی ئازارەوە و بێ ئارامبوون بەهۆی کەمبوونەوەی ئۆکسجین(هایپۆکسیا).
ژینگەیەکی جێگیر دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی لەدەستدانی گەرمی،	٩- ژینگەیەکی گەرم بۆ نەخۆشەکە دابین بکە لە رێگەی بەکارهێنانی Heat Shield،(وێنەکە) گڵۆپی گەرم، پێخەف یان داگیرساندنی گڵۆپی سەرەوەی سەر نەخۆشەکە؛ دڵنیابە لەوەی کە پلەی گەرمی نەخۆشەکە زۆر بەرز نەبێتەوە.

١٠- هەڵسەنگاندنی پلەی گەرمی لەشی بە بەردەوامی	هەڵسەنگاندنی بەردەوامی پلەی گەرما یارمەتی دەدات لە دیاری کردنی کەمبوونەوەی پلەی گەرمی لەش(Hypothermia) پلەی گەرمی لەش دەبێت C٣٦,١ بۆ C ٣٨,٣ بمێنێتەوە (F٩٧ بۆ F١٠١)
١١- پاراستنی سیستەمی هەوایی نەخۆشەکە لە ڕێگەی گونجاوی شوێنی نەخۆشەوەکەوە، لابردنی دەردراوەکان، بەکارهێنانی ئامێری دەستکردی هەوایی ئەگەر پێویست بوو. (وێنەکە)	سیستەمی هەوایی زۆر گرنگە بۆ هەناسەدان
١٢- ئۆکسجینی شێدار دابین بکە	ئۆکسجینی شێدار تەری بۆ شانە برینداربووەکان دابین دەکات؛ ئۆکسجینە تەواوکەرەکان ئۆکسجینی سیکلدانۆچکە زیاد دەکات
١٣- هەڵسەنگاندنی دەنگی هەناسەدان، ڕێژەی هەناسەدان، ریتم، قووڵی، و ڕێکوپێکی(وێنەکە). چاودێری نەخۆش بکە بۆ نیشانەکانی کەمی ئۆکسجین.	ئەم هۆکارانە داتای سەرەکی دابین دەکەن بۆ هەڵسەنگاندنی زیاتر و بەڵگەی زیاتر بۆ زیادبوونی کێشەی هەناسەدان
١٤- چاودێری ئەمانە بکە: a. سووربوونەوە یان برینی لێو یان ڕومەت b. Singed Nostrils c. سووتانی دەمچاو، مل، سنگ d. زیاتر گڕبوونی دەنگ e. بەڵغەم و دەردراوەکانی سیستەمی هەناسەدان	ئەم نیشانانە ئاماژە بە برینداربوونی هەناسەدان و مەترسی لە کارکەوتنی هەناسە دەدەن
١٥- هانی نەخۆش بدە بۆ کۆکە و هەناسەدانی قووڵ . هانی نەخۆش بدە بۆ بەکارهێنانی incentive spirometry بە پێی پێویست. (وێنەکە ٣)	ئەم چالاکیانە یارمەتی جووڵە و لابردنی دەردراوەکان دەدات.
١٦- چاودێری نیشانە زیندووەکان بکە (کە فشاری دەماری ناوەندی یان خوێنبەری سییەکان لەخۆ دەگرێت، ئەگەر نیشان درا) و بەرهەمی میز، و وریابە بۆ نیشانەکانی کەمبوونی خوێن یان زیادبوونی شلە.	کەم خوێنی مەترسییەکی سەرەکیە دەستبەجێ دوای برینداربوونی بە سووتان. زیاد دامەزراندنی شلە(موغەزی) لەوانەیە ببێتە هۆی زیادبوونی شلەی لەش پەستانی خوێن زیاتر لە ٦٠/٩٠ mm Hg و ڕێژەی دڵ کەمتر لە ١٢٠ لێدان/خولەک چاوەڕوان دەکرێت
١٧- چاودێری گازەکانی ناو خوێن، خوێندنەوەی ئامێری ڕێژەی ئۆکسجین، ئاستی کاربۆکسیل هیمۆگلۆبین.	زیادکردنی PaCO2 و کەمکردنەوەی ڕێژەی PaO2 و O2 لەوانەیە ئاماژە بێت بۆ پێویستی هەوا گۆڕینی میکانیکی(mechanical ventilation) . (وێنەکە ٤)
١٨- پاراستنی IV lines و ڕێکخستنی شلەکان بە ڕێژەی گونجاو، وەک ئەوەی بۆی پێشنیار کراوە	شلەی پێویست * پێویستە بۆ پاراستنی شلە و هاوسەنگی ئەلیکترۆلیتی ئەندامەکان. تێبینی: بۆ ئەوەی IV lines چاک بکەین هەرگیز مادە لکێنەرەکان(leucoplast plaster, IV dressing) بەکار مەهێنە کە پێست لە ئەنجامی سووتانەوە هەستیارە و دەتوانێت کۆتایی بە زیانەکە بێنێت؛ باندج بەکاربهێنە بۆ چاکردنەوەی IV line

١٩- چـاودێری نیشـانەكانی كەموكـوڕی یـان زیـادبوونی سۆدیۆم، پۆتاسیۆم، كالسیۆم و فسفۆر و بیكاربۆنات بكە.	گـۆڕینی خـێرا لە دۆخی شـلە و ئەلیكترۆلیـت لە كـاتی برینـداربوونی بە سووتان پێشبینی دەكرێت.
٢٠- چـاودێری كـردنی بەرهەمی مـیز بە لایەنی كەمەوە كاتژمێرێك ڕۆژانە بە پێی كێشی نەخۆشەكە	بەرهەمی میز و كێشی- نەخـۆش زانیاری دەربارەی كرداری گـورچیلە، جێگـرەوەی پێویستی شلە، و شلەی پێویست و بارودۆخی شلە دابین دەكات
٢١- لابردنی لەفاف بە بێ تەڕكردنی: ١-لابردنی چینی لەفافە كۆنەكە بەرەو خوارەوە بۆ چینی ناوەوە بە بڕینی دەرەوەی لەفافەكە بە مقەستێكی خاوێن. (وێنەكە ٥) ٢- ئەگەر چینی ناوەوە وشک دەركەوت، تەڕی بكە بە نۆرماڵ سەلاینێكی گەرم ٣- چینی ناوەوەی لەفافەكە لا بەرە بە گیرەیەكی خاوێن . ٤- بە پێی سیاسەتی دەزگاكەت(facility policy)، ئەو لەفافە پلاستیكییە پیسە فڕێبدە ٥- دەستكێشە پیسەكان لابدە و دەستەكانت خاوێن بكەرەوە، دەستكێشی تازە بكەرە دەستت. ٦- برینەكە بە لۆكە و نۆرماڵ سەلاین پاک بكەنەوە، هەروەها بە پێی پێویست دەردراوەكان و توێژاڵەكان لاببەن.(وێنەكە) ٧- هەڵسەنگاندنی دۆخی برینەكە؛ بڕی و جۆر و بۆنی دەردراوەكە بخەمڵێنە. ٨- خێرا كار بكە كاتێک برینەكان پێویستە دەر بكەون	١-بڕینی چینی دەرەوە، كردنەوەی باندج و لەفاف ئاسان دەكات ٢- بۆ لابردنی بە ئاسانی ٣- بۆ ڕێگری كردن لە پیسبوونی برینەكە ٤- چونكە لەفافی پیس پەناگەیە بۆ زیندەوەرە وردەكان ٥-بۆ دابینكردنی كردارێكی پاكوخاوێن ٧- هەڵسەنگاندنی دۆخی برینەكە زانیاری دەدات لەسەر پرۆسەی سارێژكردنی برینەكان. پرۆسەی سارێژكردنی برین و هەبوونی هەوكردن پێویستە تۆماربكرێت. چاودێریكردنی ئەو برینپێچەی لا دەبرێت یارمەتیدەرە لە خەمڵاندنی فراوانی ئەو دەردراوانەی كە لەسەر لەفافەكە هەیە و بۆن و كاریگەری ئەو شانانەی كە دەوری برینەكەیان داوە. ٨- كەمترین بەركەوتن بە برینەكە كەمترین گەرمی لەدەست دەدات.
٢٢- دانانی برینپێچێكی تەڕ ١-تەڕكردنی لەفافەكە بە دانانی لە دەفرێكی گەورەكە گیراوەیەكی خاوێنكەرەوەی تێدابێت وەک Silver nitrate. ٢- لەفافەكە بگوشە هەتا تەڕی نامێنێ دواتر لەسەر برینەكە دایبنێ. ٣- لەفافەكە بگوشە و بیخەرە سەر گۆزەكە ٤- دووجار بە لەفافەكە وەرەوە بەسەر گۆزەكە (وێنەكە) ٥- نەخۆشەكە بە پێخەفێكی لۆكە دابپۆشە	٤- بۆ ئەوەی بە سەلامەتی بیهێڵێتەوە ٥- بۆ نەهێشتنی سەرما، بەتانیەكە بگۆڕە ئەگەر بێت و شێدار بێت. ئەگەر پێویست بوو لایتی گەرمی سەرەوەی بەكاربهێنە.
٢٣- بۆ بەكارهێنانی برینپێچێكی وشک لەگەڵ بابەتی دەرمان(Topical medication) ١-برینپێچە كۆنەكە لابدە و پاكی بكەرەوە وەک لە	

سەرەوە باسمان کردبوو ٢- بەکارهێنانی دەرمانی داواکراو بۆ برینەکە لە توێژاڵە تەنکەکاندا (٢- بۆ ٤-ملم ئەستوور) بە دەستکێشێکی خاوێن. ٣- دانانی چەند چینێک لە گۆز لەسەر برینەکە کە دەرمانەکە لەخۆ دەگرێت، بەڵام رێگە بدە دەردراوەکانی برینەکە لابچێت. (وێنەکە) ٤- ئەو ناوچانەی نەسووتاوە دای مەپۆشە. ٥- تەواوی برینپێچەکە داپۆشە بە لولکردنی بە گۆزێک و بیپارێزە بە بەرگێکی شەفافی جیر یان تیپ.	
٢٤- پشتگیری سۆزداری و دڵنیایی دابین بکەن	پشتگیری سۆزداری گرنگە بۆ کەمکردنەوەی ترس و دڵەراوکێ لە ئەنجامی برینداربوونی بە سووتان. ترس و دڵەراوکێ هەستی ئازار زیاتر دەکات
٢٥- هەموو رێوشوێنەکان بۆ نەخۆش و خێزانەکەی روون و ساکار روونبکەرەوە.	زیاتر تێگەیشتن ترس کەم دەکاتەوە. رەنگە ئاستی بەرزی دڵەراوکێ دەست وەربداتە هەڵەتێگەیشتن لە بابەتەکان .
٢٦- ئەنجامەکە رونبکەرەوە و رێنمایی بکە	بۆ هاوبەشی پێکردنی زانیارییەکان و دەستبەجێ دابینکردنی پێداویستییەکان
٢٧- گەراندنەوەی پارچەکان. کۆکردنەوەی کەرەستە بەکارهاتووەکان؛ کەرەستە پاککەکان وازلێبێنە یان لە شوێنێکی گونجاودا هەڵی بگرە. شوێنەکەت پاکبکەرەوە و جێی بهێڵە وەک یەکەم جار.	بۆ پاراستنی ناوچەکەو پێداویستیەکان بەسەلامەتی و بە پاکوخاوێنی بۆ بەکارهێنانی لە داهاتوودا
٢٨- دەستکێشەکانت لابدە و پاکوخاوێنی دەست ئەنجام بدە	بۆ رێگریکردن لە مەترسی توشبوون بە هەوکردن و پیسبوون

تۆمارکردنی زانیارییەکان:

- تۆمارکردنی بەروار و کاتی پێچانەوەکە دیاری بکە.
- باسی دۆخی برین و تەکنیکی تایبەت بە گۆرینی برینپێچ و دەرمان و شوێنی سووتاوی و دانبەخۆداگرتنی نەخۆش بکە. تۆمارکردنی دەرمانی ئازاری پێش نەشتەرگەری و کاریگەرییەکەی. تێبینیکردنی فێرکردنی نەخۆش و وەڵامدانەوەی نەخۆش بۆ رێنمایی دابینکراوە. پێدانی واژۆ بەرپرسیارێتی پیشەیی دەپارێزێت
- بەڵگەنامە کۆکراوەکان زانیاری بەردەوام دابین دەکات

بەڕێوەبردنی لە دەستدانی شلە و شۆک

لە تەنیشت بەڕێوەبردنی قورسی لە هەناسەدان، گرنگترین پێویستی ڕێگریکردنە لە بورانەوە بە جێگرتنەوەی بە شلە و ئەلیکترۆلیت. هەروەک پێشتر وتمان مانەوەی نەخۆشەکە بە برینداری، سووتاوی پشت دەبەستێت بە مانەوەی شلەی پێویست.

چارەسەربە جێگرەوەی شلە:

کۆی قەبارە و ڕێژەی جێگرەوەی شلەی IV دەپێورێ لەلایەن وەڵامی (ئاگایی) نەخۆشەکە و ئەو شلە جێگرەوانەی کە بۆی دانراوە. تەواوی مانەوەی شلە بە چاودێریکردنی کۆی بەرهەمی میز دیاری دەکرێت، کە پێوانەیەکە بۆ ڕێکوپێکی لە کرداری گورچیلەدا. کۆی بەرهەمی میز ٠,٥ - بۆ ١,٠ mL/kg/h بۆ گەورەکان وەک ئامانجی بۆ دووبارە ژیانەوە بەکارهێنراوە .پێوانەی زیادەی پێویستییەکانی شلە و وەڵام بۆ جێگرەوەی شلە و ڕێژەی خڕۆکە سوورەکانی خوێن (هێماتۆکریت) و هێمۆگلۆبین و ئاستی سیرۆم سۆدیۆم لە خۆدەگرێت . لەماوەی ٢٤ سەعاتی یەکەمی پاش برینداربوون، ئەگەر ڕێژەی هێماتۆکریت و ڕێژەی هێمۆگلۆبین کەمبێتەوە یان ئەگەر بەرهەمی میزکردن لە ٥٠ ML/hلەسەعاتێکدا تێپەڕبکات، ڕەنگە ڕێژەی شلەی IV کەمبێتەوە . ئامانجەکە ئەوەیە کە ئاستی سیرەم سۆدیۆم لە مەودای ئاسایی دا بپارێزێت لە کاتی جێگرەوەی شلە. ئەو هۆکارانەی کە پەیوەستن بە زیادبوونی مەرجەکانی شلەیی بریتین لە: دواکەوتنی جێگرەوەی شلەی لەش، برینداربوونی ئەستووری تەواو یان زیانگەیاندن بە ڕێڕەوەی هەناسەدان و سنگ بەهۆی گەرمیەوە(Inhalation injury).

پزیشک هەڵدەستێت بە دابینکردنی شلەی پێشبینیکراو بۆ ٢٤ کاتژمێری یەکەم لەسەر بنەمای ڕێژەی سوتانەکە و دابینکردنی شلەی جێگرەوەی پێویست لە ئەنجامی کەمبوونەوەی ئاستی خوێن لە ماوەی ٢٤ کاتژمێری سەرەتای پاش سوتان بۆ گێڕانەوەی پلازما بۆ ئاستی ئاسایی لە دوای ٤٨ کاتژمێر. ئام هەنگاوانە خەمڵێنراون بەپێی ئاستی لە دەستدانی شلە لە لەشدا لەسەر بنەمای ڕێژەی سەدی TBSA ی سوتاو وکێشی.نەخۆشەکە . . زیاتر (٢٠٪ بۆ ٢٥٪) TBSAپەیوەندی هەیە بە فراوانبوونی مولولەکانی خوێن و زیاد بوونی شلەی ناو مولولەکان لە ٢٤ کاتژمێری یەکەم ی پاش سوتان . ڕێژەی چاکبوونەوە یاخود بوژانەوە ناو دەم و ڕێڕەوی ناوەکی زیاترە لەو کەسە پێگەیشتوانەی کە ڕێژەی سوتانەکەیان کەمترە لە ٢٠٪ TBSA. بوژانەوەی خوێنهێنەرەکان کاتێک پەسەند دەکرێت کە ڕێژەی سوتان زیاتر بێت لە (٢٠٪) ی TBSA.

باوترین هاوکێشە بۆ ئەو نەخۆشانەی خەمڵێنراون بە سووتانی TBSA، دامەزراندنی گیراوەی هاوتۆن (isotonicsolution) لە ماوەی ٢٤ کاژمێری یەکەم کە مەوداکەی ٢ بۆ ٤ مل/کگ . هەروەک لەگەڵ هاوکێشەکانی تر نیوەی بدرێێ لە ٨ کاژمێری یەکەمی دوای برینداربوونی بە سووتان و نیوەکەی تریشی.بدرێێ لە ١٦ کاژمێری داهاتوودا . ڕێژەی کاژمێر و قەبارەی زیادکردنی بەپێی وەڵامی(ئاگایی) نەخۆش هەموار دەکرێت .

سووتانی گەورە، توشی شکستی بەمپی سۆدیۆم پۆتاسیۆم (میکانیزمێکی فیسیۆلۆژیە کە لە هاوسەنگی شلە-ئەلیکترۆلیت دا ڕوودەدات)دەبن . بۆیە ئەو نەخۆشانەی کە سووتانی زۆر گەورەیان هەیە لەوانەیە پێویستیان بە ڕێژەیەکی زیاتر لە ملیلترێک لە شلە بێت، بە بەراورد لەگەڵ ئەوانەی کە سووتاوی بچووکیان هەیە. هەروەها ئەو نەخۆشانەی کە تووشی برینی کارەبا و سووتانی ڕێڕەوی هەناسەدان و سنگ یان دواکەوتنی دامەزراندنی شلەی پێویست بوون و ئەو کەسانەی کە لەکاتی مەستبووندا یان بەکارهێنانی دەرماندا سووتاون لەوانەیە پێویستیان بە شلەی زیادە بێت.

ئەم نموونەیەی خوارەوە بەکارهێنانی هاوکێشەی کۆدەنگی لە نەخۆشێکی ٧٠ کگم (lb-١٥٤) کە بە ٥٠٪ TBSA سووتاوە، روون دەکاتەوە:

١-هاوکێشە: ٢ بۆ ٤ ml/kg/%TBSA

٢- 2 mL * 70 kg * 50 TBSA*7000 mL/24 h

٣- بەرەێوبردنی پلانەکان: first 8 hours=3500 mL, or 437 mL/h; next 16 hours=3500 mL, or 219 mL/h

تێبینی: هاوکێشەکان تەنها رێبەرن. بەڵگە لەسەر ئاگایی نەخۆشەکە، بریتییە لە رێژەی لێدانی دڵ و پەستانی خوێن و بەرهەمی میز، کە ئەمانە بە سەرەتاییترین دیاریکەر دادەنرێن بۆ چارەسەرکردنی شلەی جەستەی نەخۆشەکە و دەبێت لانی کەم کاژمێرێ جارێک هەڵسەنگاندنی بۆ بکرێت .

دەرەنجامەکانی نەخۆش باشتر دەبێت بە دامەزراندنی شلەی گونجاو.

تێکچوونی هەریەکێک لەم شێوانەی کە لە خوارەوە لیستکراوە، دەتوانی شێوە لەیەک چووەکان و دەستێوەردانەکان بەکار بێنێت بۆ یارمەتیدان لە رێگریکردن لە تێکچوون.

تێکچوون	ڕێگریکردن لە تێکچوون	ڕۆڵی پەرستاری
مل(گرژبوونی مل)	خاوبوونەوە	لابردنی بالیفەکە لەسەر جێگەکە
مل (گرژبوونی بەستەرەکانی مل)	لەسەر دەم کەوتن لەگەڵ کەمێک بەرزکردنەوەی سەری (وێنەکە)	سەرین یان خاولیەکی لولکراو لە بەشی سەرەوەی سنگی دابنێ بۆ گرژبوونی cervical spine یان دانانی cervical collar.
ژێربال (نزیکبوونەوە لە تەوەرەی جەستە و خولاندنەوەی بۆ ناوەوە)	خولانەوەی جومگەی شان و ١٠٠ بۆ ١٣٠ پلە دورکەوتنەوە لە تەوەرەی جەستە (وێنەکە)	بەکارهێنانی IV pole، لە تەنیشت مێزەکە یان Sling بۆ ڕاگرتنی قۆڵ
ژێربال(نزیکبوونەوە لە تەوەرەی جەستە و خولاندنەوەی بۆ ناوەوە)	گرژبوونی جومگەی شان بەرەو پێشەوە و ١٠٠ بۆ ١٣٠ پلە دورکەوتنەوە لە تەوەرەی جەستە (وێنەکە)	بەکارهێنانی IV pole، لە تەنیشت مێزەکە یان Sling بۆ ڕاگرتنی قۆڵ
بەشی پێشەوەی دیواری سنگ(جوڵاندنی شانەکانت بۆ پێشەوە و بڵاوبوونەوەی دەفەی شان بە درێژای پشت)	دورکەوتنەوەی شان لە تەوەرەی جەستەوە و خولانەوەی بۆ دەرەوە	لابردنی بالیفەکە لەسەر جێگەکە
سنگ یان سک(چەماندنەوەی بڕ بڕەی پشت)	دورکەوتنەوەی شان لە تەوەرەی جەستەوە و خولانەوەی بۆ دەرەوە لەگەڵ جێگیری سمت(بە بێ گرژبوون)	هیچ سەرینێک لە ژێر سەر یان قاچەکان بەکار نەهێنیت
لاتەنیشتی جەستە(چەماندنەوەی بڕ بڕەی پشت بە لایەکدا)	لەسەر پشت کەوتن: کاریگەرە بە دورکەوتنەوەی قۆڵە لە تەوەرەی جەستەدا	سەرین یان پێخەفێکی لولکراو لە تەنیشتەکانیدا دابنێ
ئانیشک(گرژبوون و لولبوونی بەرەو ناوەوە)	جێگیرکردنی ئانیشک و سوراندنەوەی مەچەک بۆ سەرەوە و بۆ خوارەوە	بەکارهێنانی Splint بۆ ئانیشک، تەختەی قۆڵ، یان مێزێک لە تەنیشت جێگاکەدا
مەچەک(گرژبوون)	جێگیرکردنی(خاوبوونەوەی) لە ١٥ پلەدا	بەکارهێنانی splint بۆ دەستی
مەچەک(خاوبوونەوە)	جێگیرکردنی(گرژبوونەوەی) لە ١٥ پلەدا	بەکارهێنانی splint بۆ دەستی
پەنجەکان(ئەو ئاڵۆزیانەی کە لە چاکبوونەوەی هەندێ لە ئەندامەکانی ناوەوەدا ڕوودەدات وەک ئێسکەکانی دەست لە نێوان مەچەک و دەستدا؛ لەدەستانی پەرچەکرداری لەپی دەست)	جوڵاندنێکی زۆری جومگەی نێوان ئێسکی و پەنجە و ئێسکی دەست؛ جوڵاندنێکی کەمی جومگەکانی نێوان پەنجەکان؛ جوڵاندن و دورکەوتنەوەی لە ڕادەبەدەری پەنجە گەورە لە تەوەری جەستەوە (وێنەکە)	بەکارهێنانی splint بۆ دەست؛ لەگەڵ پێچانەوەی پەنجەکانت بە جیا
سمت(خولاندنەوە بەرەوە ناوەوە، گرژبوون و دورکەوتنەوە لە تەوەری جەستە؛ ئەگەری دەرچوونی جومگەکان هەیە لە شوێنی خۆیاندا ئەگەر ماسولکە یان پێستەکە بە توندی هاتەوە یەک)	خولانەوە بە بێ گرژبوون و دورکەوتنەوەی لە تەوەرەی جەستە: لەسەر سک پاڵکەوتن پارێزگاری لە خاوبوونەوە دەکات	بالیفێک لەژێر سمتی دابنێ ئەگەر لەسەر پشت پاڵکەوتبوو یان trochanter rolls بەکاربێنە یان knee or long leg splints بەکار بێنە

ئەژنۆ (گرژبوون)	پارێزگاری لە خاوبوونەوەی دەکات	بەکارهێنـانی Splint بـۆ ئەژنـۆ و بە پێ ئەوەی بالیف لەژێر قاچیدا بێت
پاژنەی پێ(گرژبوونەوە بەرەو روی دەرەوەی جەستە ئەگەر ماسولکەکانی پێ لاواز بوون یان بەستەرەکانی دابەش ببوون)	گرژبوونەوەی(جولاندنی) پاژنەی پێ بەرەو روی جەستە بە مەودای ۹۰ پلە (وێنەکە)	بەکارهێنانی تەختەی پێ یان ankle splint

بۆ زانیاری زیاتر :

بە نواندنێکی خێرا کاتێک برینێکی سووتاو رووددەدات، دەتوانیت چانسی چاکبوونەوەی نەخۆشێک باش بکەیت بە بێ هیچ ئالۆزییەک. تیمی فریاکەوتن لە شوێنی رووداوەکە پێویستە چەند هەنگاوێک لەخۆ بگرێت بۆ وەستاندنی سووتان لە خراپتربوون؛ هەڵسەنگاندنی بۆری هەوا و هەناسەدان و سوری خوێن(ABCs)؛ داوای یارمەتی لە تیمی پزیشکی فریاکەوتن بکە و پشتگیری سۆزداری و فیسیۆلۆجی بۆ نەخۆشەکە بکە.

١-وەستاندی پرۆسەی سووتان

- ئەگەر بریندارەکە گڕی گرت، پێی بڵێ بکەوێتە سەر زەویەکە و ئاگرەکەی بکوژێننەوە. (ئەگەر بترسێت و راب بکات، هەواکە زیاتر ئەیسوتێنێ، سووتاویەکەی زۆر خراپتر دەکات و مەترسی برینداربوونی سیستەمی هەناسەدان زیاد دەکات). یان ئەگەر دەتوانیت بریندارەکە بە بەتانییەک یان بەرگێکی گەورەتر بپۆشە بۆ کوژاندنەوە و پاراستنی ناوچە سووتاویەکە لە پیسی. سەری لە دەرەوەی بەتانیەکە بهێڵەوە بۆ ئەوەی ئەو هەوا ژەهراویە هەڵنەمژێت. هەر کە گڕی ئاگرەکە نەما، نەخۆشەکە بکەرەوە بۆ ئەوەی گەرماکە کەم ببێت.
- ناوچە سووتاوەکە سارد بکەرەوە بە هەر شلەیەک کە گڕ ناگرێت بۆ کەمکردنەوەی ئازار و وەستاندنی سووتانەکە لە قووڵبوون یان گەورەبوون .
- ئەگەر بکرێت، هەر سەرچاوەیەکی گەرما لابدە، وەک خشڵ و پشتێن و هەندێک جۆری جلوبەرگ. سەرەڕای زیادکردنی پرۆسەی سووتان، ئەم ئایتمانە لەوانەیە ببێتە هۆی تەنگبوونەوە وەک لە گەشەی ئێدیما. ئەگەر جلوبەرگی نەخۆشەکە بە پێستەکەیەوە پەیوەست بوو، هەوڵ مەدە لێبکەیتەوە، بەڵکو لە دەوروبەریەوە بیبڕە.
- برینەکە بە مادەیەکی خاوێن، وشک، شیت یان شتی تری نەرم داپۆشە.

٢- زیانەکە هەڵبسەنگێنە

- ABCs ی نەخۆشەکە هەڵبسەنگێنە، ئەنجامدانی دوبارە ژیانەوەی دڵ و سییەکان، ئەگەر پێویست بوو. پاشان پشکنین بۆ برینە سەختەکانی تر بکە، وەک شکان، برینی بڕبڕەی پشت، برینی پێست، Blunt trauma، و برینی سەر.
- خەمڵاندنی رادە و قووڵایی سووتانەکان . ئەگەر سووتاویەکە لە شوێنێکی داخراودا رویدا؛ نیشانەکانی سیستەمی هەناسەدان بخەملێنە؛ مووەکانی لووت، سووتانی دەم و چاو، بەڵغەم، کۆکە یان گڕ بوونی دەنگ، فیکە لێدان(لە کاتی هەناسەدان) تەنگی هەناسە. خەمڵاندنی نیشانەکانی ژەهراویبوونی بە ئۆکسیدی کاربۆن: سەرگێژ بوون، هێڵنجدان، سەرئێشە و دڵەکوتێ.

- پەیوەندیکردن بۆ یارمەتی بە خێرایی. کەسێک بنێرە بۆ پەیوەندی کردن بە خزمەتگوزاری پزیشکی فریاکەوتن (EMS).
- ئەگەر نەخۆشەکە بە ئاگابێت، هەوڵبدە بە زووترین کات کورتەیەک لە نەخۆشییەکانی بزانی کە لە ڕابردودا هەیبووە.
- دڵنیابە لەوەی یارمەتی دان لە ڕێگادایە. پشتیوانی سۆزداری دابین بکەن بەمانەوە لەگەڵی و وەڵامدانەوەی پرسیارەکان و ڕوونکردنەوەی ئەوەی کە بۆی دەکرێت .
- کاتێک یارمەتی دەگات، ڕاپۆرتێک بدە بە EMS سەبارەت بە دۆخی نەخۆشەکە.

بەشی بیست و سێیەم

مامەڵەی دوای نەشتەرگەری

مامەڵەی دوای نەشتەرگەری

چاودێری ئەو نەخۆشەی هەر نەشتەرگەرییەک ئەنجام دەدات، پێش ئەنجامدانی نەشتەرگەری چاودێری تەواو کراوە. پێش دەستپێکردنی نەشتەرگەری نەخۆشەکە، پێشتر هەڵسەنگاندنی تەواو و گونجاوترین پشکنینی بۆ کراوە بۆ ئەوەی دڵنیابن لەوەی کە لە توانای جەستەییدان بۆ ئەوەی نەشتەرگەری بکەن و لە باری دەروونییەوە ئامادەبن بۆ پرۆسەکە. چاودێری کردن بەردەوامە لە قۆناغی پێش نەشتەرگەریدا بۆ دڵنیابوون لەوەی نەخۆشەکە بە شێوەیەکی پێویست ئامادە کراوە بۆ نەشتەرگەری و کەمکردنەوەی مەترسیە پەیوەستەکان. چاودێریکردن لە نەشتەرگەریدا بە زۆری لە ٣ قۆناغ پێکدێت، کە لە نەشتەرگەری و چاکبوونەوەی نەخۆشەکە لە بەشی چاودێری پاش نەشتەرگەری (PACU). چاودێری کردن لە ناو نەشتەرگەریدا لەلایەن تیمێکی هەمە لایەنەوە بە ئەنجام دەگەیەنرێت، دەستاودەستکردنی تەواوی نەخۆش لە هەموو قۆناغێکدا پێویستە. چاودێریکردن لە دوای قۆناغی نەشتەرگەری بەردەوامە کاتێک نەخۆشەکە چاودێری دوای نەشتەرگەری وەردەگرێت. لە پێش و لە پاش دەرکردنی لە نەخۆشخانە. بڕ و چڕی چاودێری دوای نەشتەرگەری پێویستە بە شێوەیەکی بەرچاو دەگۆڕێت بە پێی جۆر و سروشتی نەشتەرگەرییەکە (بچووک، گەورە،) و باری جەستەیی، دەروونی و کۆمەڵایەتی نەخۆشەکە.

بنەماکانی چاودێری

هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەری دەبێت بریتیی بێت لە وەرگرتنی مێژووی تەواوی نەخۆشەکە، تاقیکردنەوەی جەستەیی و ڕێکخستنی پشکنینی گونجاو. لێکۆڵینەوە و وەرگرتنی مێژووی پێش نەشتەرگەری ئەمانە دەگرێتەوە:

مێژووی پزیشکی

مێژووی پزیشکی دەبێت بە مێژووی پێشکەشکردنی نەخۆش دەستپێبکات. بۆ هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەری بەم شێوەیە دەستپێدەکات بە هۆکاری ئەوەی کە بۆچی ئەم نەخۆشە پلانی ئەم کردارەی بۆ دانراوە. گرنگە ئەوە لە خۆ بگرێت کە چۆن نەخۆشەکە یەکەم جار نەخۆشییەکەی باس کردووە، لەگەڵ نیشانەکانی ئەو دۆخە و هەر چارەسەرێک کە دابین بکرێت. وردەکاری چارەسەرەکان وەک چارەسەری کیمیایی پێشووتر یان چارەسەری تیشکی گرنگە هەبێت لە ناو مێژووی تەندروستی. مێژوویەکی تەواوی لە کێشەی پزیشکی ئێستا و پێشووتری وەربگیرێت. ئەمە هەر مێژوویەک لە نەخۆشییەکانی وەک شەکرە، پەستانی خوێن، تەنگەنەفەسی، پەتا، جەڵدە یان نیشاکانی دڵ وەک ئازارەکانی سنگ یان کەمی هەناسەدان لە خۆ دەگرێت. زۆر گرنگە کە زانیاری تەواو وەرگیرابێت وەک بەرواری دەستنیشانکردنی نەخۆشییەکە، جۆری توندیەکەی، چارەسەری بەردەوام و هەر مێژوویەکی تری نەخۆشخانە بۆ ئەو نەخۆشییانە. بە پێی وەرگرتنی تۆمارێکی باوەڕپێکراو و ڕوون لە مێژووی پزیشکی نەخۆش، بناغەی دروستکردنی پلانی چاودێری بۆ دانراوە. ئەمەش دڵنیات دەکاتەوە لەوەی کە گەشتی نەشتەرگەری نەخۆشەکە سەرکەوتووە، ئەمەش مەترسی بەڕێوەبردنی نا چالاک کەم دەکاتەوە و سەلامەتی زیاد دەکات بە کەمترین ناخۆشی بۆ نەخۆشەکە و لەگەڵ هەندێک شتی گرنگ تر.

مێژووی خێزان

پرسیارکردن لە نەخۆش سەبارەت بە نەخۆشییە بۆماوەیی و باوەکانی خێزانەکەی، وەک بەرزی پەستانی خوێن، نەخۆشی جەڵدەی خوێنبەرەکان، جەڵدە، شەکرە و بەرزی ڕێژەی کۆلیسترۆڵ، هەر یەک لەمانە ئاگادار کەرەوەیە بۆ دکتۆری بێهۆش کردن لە بوونی هەر کێشەیەکی پزیشکی شاراوە.

پێداچوونەوەی سیستەمی جەستە

پێویستە کە هەر یەک لە سیستەمەکانی خوارەوەی لەش بە وردەکارییەکی زیاتر هەڵبسەنگێنرێت کە ئەمەش بەشداری لە پێدانی زانیاری دەربارەی باری تەندروستی گشتی نەخۆش دەکات.

کۆئەندامی دڵ و دەمار

- کارکردنی دڵ.
- مێژووی نەخۆشییەکانی دڵ و دەمارەکان وەک ischaemia, anaemias لەگەڵ clotting disorders.
- پەستانی خوێن.
- مەترسی نەخۆشەکە لە تووشبوونی بە خوێن مەیین، خوێن بەربوونی لە ڕادەبەدەر. ئەگەر نەخۆشەکە مێژووی خوێن مەیین یان نەشتەرگەری بۆ دەکرێت کە ئەمە مەترسییەکی گەورەی هەیە، لەوانەیە پێش نەشتەرگەری پێویستی بە دژە مەیین بێت بۆ ڕێگری کردن لە مەیینی خوێن.

کۆئەندامی هەناسە

- مێژووی نەخۆشی هەناسەدان وەک تەنگەنەفەسی، نەخۆشی درێژخایەنی ڕێڕەوی هەوا.
- نەخۆشییەکانی هەناسە.

کۆئەندامی گەدە

- مێژووی هەرسکردن.
- باری خۆراکی و BMI.
- کارکردنی جگەر.
- کارکردنی گورچیلە بە لە خۆگرتنی شێوازی میز کردن.

کۆئەندامی دەماری ناوەندی

- مێژووی نەخۆشی دەماری وەک پەرکەم، جەڵدەی کاتی بەهۆی کەمی سەرچاوەی خوێنەوە.
- فایلی ئازار.

سیستەمی کوێرە ڕژێنەکان

- کارکردنی غودە.
- ڕێژەی شەکری ناو خوێن دەپێورێت بە پشکنینی HbA1c.
- مێژووی هەر نەخۆشییەکی تری هەوکردنی دەردراوە ناوەکییەکان.

سیستەمی ماسولکە و ئێسک

ئەمە دەبێت پێداچوونەوەیەک بە مەودای جووڵە و هەر نەخۆشییەکی تری ماسولکە و ئێسک تێدا بێت کە لەوانەیە ئازاری نەخۆش بدات یان جووڵەی سنووردار بکات.
مێژووی نەشتەرگەری لەگەڵ بێهۆشکردن پێویستە لەسەر هەڵسانگاندن کاران کە مێژووی نەشتەرگەری پێشووتری نەخۆش کۆبکەنەوە. مێژووی نەشتەرگەرییە گەورەکانی پێشووتری نەخۆش یان بێهۆش کردنی بەم دوایانە دەبێتە هۆی پێدانی بیرۆکەی باش بە هەڵسەنگاندن کاران دەربارەی توانای جەستەیی نەخۆش بۆ نەشتەرگەریە پلان بۆ دارێژکراوەکە. هەروەها گرنگە بۆ دۆزینەوەی کێشە بێهۆش کارییەکانی پێشووتری وەک هێڵنجدان و ڕشانەوە لە دوای نەشتەرگەری، هەروەها مێژووی بەرزی پلەی گەرمی لەش hyperthermia malignant. دەستنیشانکردنی ئەم هۆکارانە گرنگە لە هەڵسەنگاندنی ئەگەری مەترسی ئەنجامدانی ئەوکردارەی کە دەستنیشانکراوە بۆ نەخۆش. کۆمەڵگای ئەمریکی بێهۆشکەران (ASA) پێوانەیەکیان پەرەپێدا کە نەخۆشەکان پۆلێن بکات لەسەر بنەمای هەمان جۆر تووشبوون. پێوەرەکە ئامرازێکی دروستکراوی باشە لە هەژمارکردنی مەترسی نەخۆش لە دروستبوونی کێشەی بێهۆش کردن کە پەیوەندی هەیە بە بارودۆخی ئێستایەوە. لە هەڵسەنگاندنی بێهۆشکاریدا هەر جۆرە تێکچوونێکی دڵ، جگەر یان سییەکان، نارێکی لە خوێنبەربوون، مێژووی گرنگی reflux یان hiatus hernia. کێشەی هەناسەدان وەک هەناسە بڕانی کاتی لە خەودا، تەنگەنەفەسی بەشەوان.

دەرمان و هەستیاری

لیستێکی تەواوی دەرمانەکانی ئێستای نەخۆش، لەوانە دەرمانی زیاد لە پێویست، هەروەها ڤیتامین و دەرمانی گیایی، لە لیستەکە دا پێویستە. زۆربەی دەرمانەکان کارلێک دەکەن لەگەڵ دەرمانە بێهۆش کەرەکان کە ئەمەش کاریگەری خراپی لەسەر نەخۆشەکە دەبێت لە ماوەی نەشتەرگەری یان لە دوای نەشتەرگەری دا. ئەمانە بریتین لە دژە مەیین، دەرمانی شەکرە، دژە کالسیۆم، beta-blockers لەگەڵ هەندێک دەرمانی دژە خەمۆکی. ئەگەر نەخۆشێک steroids یان opiates وەربگرێت، ئەوا پێویستە بە وریاییەوە تێکەڵ بکرێن لە ناو یان لە دوای نەشتەرگەری. لەوانەیە دەرمانە تایبەتەکان پێویست بکات بوەستێنرێن لە بەکارهێنان پێش نەشتەرگەری بۆ ماوەی چەند ڕۆژێک یان چەند هەفتەیەک لەبەر گرنگی نەشتەرگەرییەکە. پێویستە باری هەستیاری نەخۆش دیاری بکرێت وردەکاری تایبەت بە کاردانەوەکانی تۆمار بکرێت. دەرمانە 'intolerance' کان دەبێت بە دۆکۆمێنت بکرێت بۆ ڕێگری کردن

لە کاریگەرییە لاوەکییە تووندەکانی وەک هێڵنجدان و ڕشانەوە. مێژووی کاردانەوەکانی پێشووتری بە anaphylactic پێویستە بەتەواوی بە دۆکۆمێنت بکرێت بۆ ڕێگە گرتن لە ڕووداوی نەخوازراو. ئەو نەخۆشانەی کە هەستیارییان هەیە بە latex ئەوا پێویستە لە لیستی چاودێری یەکەم دا بن، پێویستە دەستەی چاودێری ئاگاداربکرێنەوە بۆ ڕێگری کردن لە هەر ئالۆزییەک.

مێژووی کۆمەڵایەتی

مێژووی کۆمەڵایەتی، دۆخی کۆمەڵایەتی وەک ژیانی ناو ماڵ و پیشە لە خۆ دەگرێت. لە ناو مێژووی کۆمەڵایەتیدا، هەڵسەنگاندن کاران بیرۆکەیەکی گشتی دەربارەی ڕاهێنانی کۆمەڵایەتی بە نەخۆش پەرە پێدەدەن کە لەوانەیە کاریگەری لەسەر توانای جەستەی نەخۆش بۆ نەشتەرگەرییەکەی هەبێت، بەڵام لە هەمان کاتدا کاریگەری لەسەر چاکبوونەوەیان هەیە. گرنگە زانیاریمان لەسەر وێنەی پیشەی ڕابردووی و ئێستای نەخۆشەکە هەبێت. پیشەی نەخۆش دەبێتە هۆی پێدانی وێنەیەک بە هەڵسەنگاندن کارەکە نەک تەنها دەربارەی ماڵی نەخۆش و باری دارایی، بەڵکو ئەگەری تێکچوونی هەیە وەک کێشەی هەناسەدان یان کێشەی هەیە لە ماسولکە و ئێسک. تێگەیشتن لە سیستەمی پاڵپشتییەکانی نەخۆش وەک خێزان یان کۆمەڵگایەکی فراوان گرنگە. ئەمە ڕێگە بە هەڵسەنگاندن کارەکە دەدات کە بلۆکە شاراوەکانی ڕێگاکە هەڵبگرێت بۆ دەرکردنێکی کاتی. ئەگەر دەرکەوت کە نەخۆشەکە پشتگیرییەکی کەم یان هیچ پشتگیرییەکی بەردەستی نییە لەلایەن کۆمەڵگاوە، ئەوا هەڵسەنگاندن کارەکە دەرفەتی هەیە بۆ دەستپێکردنی هەر پلانێکی دەرکردن یان ئاگاداربوونی خزمەتگوزاری کۆمەڵایەتی پێش وەرگرتنی نەخۆشەکە، کە ئەمەش ڕێگە دەدات بە نەخۆشەکە بۆ ڕێگری کردن لە هەر ئەگەرێکی دواکەوتن لە کاتی دەرکردنی لە نەخۆشخانە. هەروەها پێویستە بەدواداچوون بکرێت بۆ جگەرەکێشان و بەکارهێنانی ماددە هۆشبەرەکان و کهول. خراپ بەکارهێنانی کهول بۆ ماوەیەکی درێژ، بەرهەمی تووتن یان دەرمان دەتوانێت ببێتە هۆی زیان گەیاندن بە ئەندامەکانی جەستە، ئاڵۆزییە پزیشکییە پەیوەندیدارەکان، بەم هۆیەشەوە ڕێژەی مردن و نەخۆشی پێش نەشتەرگەری زیاد دەکات. ڕووداوەکانی ناو و پاش نەشتەرگەری وەک ژەهراویبوون بەهۆی کهولەوە delirium tremens (ڕووداوی ژەهراوی بوونی کاتی) بە دۆخی لە ناکاوی پزیشکی دادەنرێن.

ئەلکهول

پێویستە گفتوگۆ بکرێت لەگەڵ نەخۆش کە گرنگی ڕاستگۆی هەیە دەربارەی خواردنەوەی کهول یان وەرگرتنی دەرمان. زۆر لە نەخۆشەکان زۆر جار دان بە بەکارهێنانی دا دەنێن، بەڵام لەوانەیە نکۆڵی بکەن لەوەی کە زیاد لە ڕادەبەدەریان وەرگرتبێت یان کێشەیەکیان هەبێت. گرنگە ئەو بڕەی کە ڕۆژانە یان هەفتانە بەکاردەهێنرێت دیاری بکرێت. زۆرترین وەرگرتنی پێشنیارکراو بۆ نێر ٢١ یەکەیە لە هەفتەیەکدا، هەروەها بۆ مێ ١٤ یەکەیە لە هەفتەیەکدا.

جگەرەکێشان

گرنگە هەڵسوکەوتی جگەرە کێش هەڵبسەنگێنرێت. درێژی کاتی کەسی جگەرە کێش، بە ژمارە لە هەفتەیەکدا چەند جار جگەرەی کێشاوە، شێوازی جگەرەکێشانیان، یان کاتەکانی ڕۆژ، جگەرەکێشان لەگەڵ چەند چالاکیەکی دیاریکراو وەک لە خەو هەستان، کاتی خەوتن یان بۆ کۆنترۆڵکردنی فشار. وازهێنان لە جگەرەکێشان پێش نەشتەرگەری گرنگە و یارمەتیدەرە، هەروەها پێویستە لە کاتی هەڵسەنگاندن دا پێشنیاری بۆ بکرێت. ماوەی جگەرەکێشان پەیوەندی هەیە بە کاریگەرییە سەربەخۆکانی لەسەر بڕەکەی، درێژی ماوەی جگەرە کێشان. جگەرە کێشەکان بۆری هەوایان زۆرتر کارلێک دەکات کە ئەمەش مەترسی زیاتر دروست دەکات بە تووشبوونیان بە قورگ گیران laryngospasm یان تەسکبوونەوەی بۆری هەوا bronchospasm. ئەوان چانسی ـ زیاتریان هەیە لە گەشەسەندنی هەوکردنی

سپیەکان لە دوای نەشتەرگەری بە هۆی لاوازبوونی توانایەوە بۆ پاکردنەوەی دەردراوەکان. جگەر کێشان کاریگەری لەسەر جگەر هەیە، کە ئەمەش ئەوە دەگەیێنێت کە نەخۆش پێویستی بە دەرمانی زیاتر هەیە. چاکبوونەوە لە دوای نەشتەرگەری بە هۆی جگەرە کێشانەوە کاریگەری لەسەری دەبێت لەبەر ئەوەی نیکۆتین دەبێتە هۆی تەسکبوونەوەی ملوولەکانی خوێن. نیس NICE(۲۰۱۳) پێشنیاری وازهێنان لە جگەرە کێشان دەکات لەبەر سوودی ئەو کەسانەی کە نەشتەرگەری ئارەزومەندانە دەکەن، لە کاتێکدا

- ئەو نەخۆشانەی جگەرە کێشن دەناسرێنەوە.
- نەخۆشەکان زانیاری گونجاو، ئاماژە و ڕێکاری خۆپارێزی وەردەگرن.
- نەخۆشەکان ڕێچکەیەکی بی مەودایان هەیە لە نێوان چاودێری سەرەتایی و دواناوەندی.

بە دواداچوونی پێش نەشتەرگەری

یەکێکی تر لە لایەنەکانی هەڵسەنگاندنی پێش نەشتەرگەری بریتییە لە ڕێکخستن و لێکدانەوەی لێکۆڵینەوەکانی پێش نەشتەرگەری. لێکۆڵینەوەکان زۆر جار داوای دروستکردنی بەها بنەڕەتییەکان دەکات، پشتگیری یان بەدکردنەوەی دەستنیشانکراوە جیاوازەکان. هەروەها پشتگیری یان چاودێری کردنی بەڕێوەبردنی پرۆسەکانی نەخۆشی کە هەیە. ئەنجامی تاقیکردنەوەی جەستەیی و وەرگرتنی مێژووی ڕاستەوخۆی پزیشکی بۆ جۆرەکانی پشکنینی پێش نەشتەرگەری پێویستە. لێکۆڵینەوەکان زۆر جار لەسەر بنەمای ڕۆتینی ڕۆژانە ئەنجام دەدرێن نەک لەسەر ئاماژەی تەندروستی نەخۆش یان بۆ یارمەتیدانی لە بەڕێوەبردنی پێش نەشتەرگەری.

پشکنین	
Haematology ڕێژەی تەواوی خوێن (FBC)، کە هێمۆگلۆبین، haematocrit لە خۆ دەگرێت	نەخۆش بە هەبوونی مێژووی • جگەرە کێشان • گرێی سەرەتانی • نەخۆشی هەناسەدان • نەخۆشی دڵ لەوانەیە مەترسی زۆری هەبێت بۆ خوێن بەربوون یان ناتەواوی لە خڕۆکە سوورەکانی خوێنی دا هەبێت polycythaemia.
ڕێژەی خڕۆکە سپییەکانی خوێن	نەخۆش بە هەبوونی مێژووی • چارەسەری کیمیای لەم دوایانەدا یان چارەسەری تیشکی • گرێی سەرەتانی • هەوکردن و تووشبوونی بەم دواییانە لەوانەیە ڕێژەی خڕۆکە سپییەکانی بەرز یان نزم بکات.
ڕێژەی خەپلەی خوێن Platelet	ڕێژەی خەپلەی خوێن پێویستە پشکنینی بۆ بکرێت بۆ ئەو نەخۆشانەی مێژووی: • ئەگەری خوێن بەربوون • نەخۆشی گورچیلە یان سپیەکان • چارەسەری کیمیایی لەم دوایانەدا
پشکنینی مەیین کەprothrombin لەگەڵ نیوەیەک لە thromboplastin چالاک کراو	ئەمە پێشنیار نەکراوە مەگەر نەخۆشەکە : • دژە مەیینی وەرگرتبێت • مێژووی خوێن بەربوونی هەبێت • مێژووی خوێن بەربوونی دوای نەشتەرگەری • مێژووی خوێنبەربوونی هەیە وەک (نەخۆشی جگەر یان نەخۆشی پیسی)

گـــروپ لەگەڵ خەزن کـــردن و بەیەک گەیاندن	هەبوونی خوێنە پشکنین بۆ کراوەکە گرنگە بۆ ڕۆژی نەشتەرگەریەکە، کاتی زیاتر بە بانکی خوێن دەدات بۆ دۆزینەوەی خوێنی گونجاو و پێویست. ئەو نەخۆشانەی جۆری خوێنی نا ئاسایی یان دژە تەنی دەگمەنی هەیە لەوانەیە پێویست بکات خوێنێکی تایبەتیان بۆ دابین بکرێت لەلایەن بـانکی نەتەوەیی خـوێنەوە، هەبـوونی ئەو نمـوونەیەی کە پێشـتر کـۆکراوەتەوە دەبێتە هـۆی کەمبـوونەوەی هەڵە کـردن و ئەو نەخۆشـەی نەشـتەرگەری بـۆ ئەنجـام دەدرێـت دوا دەکەوێ.
Serum biochemistry ئاستی هیمۆگلۆبینی Glycosylated (HbA1c)	ئەو نەخۆشانەی کە مێژوویان هەیە لە : • بەکارهێنانی steroid • قەڵەوی • نەخۆشییەکانی دڵ و دەمار • نیشانەی پێشنیار کراو بۆ نەخۆشی شەکرە
هێڵی سەرەکی ئاستی کیراتین و نایترۆجین یوریای خوێن	ئەو نەخۆشانەی کە مێژوویان هەیە لە: • ناتەواوی لە کارکردنی گورچیلە • شەکرە • نەخۆشییەکانی دڵ و دەمار • قەڵەوی • دەرمانەکانی وەک steroids یان diuretics
پشکنینی کاری جگەر وەک ئەلبومین	ئەو نەخۆشانەی کە باسی: • نەخۆشییەکانی جگەر • گرێی سەرەتانی • بەکارهێنانی کهول • بەدخۆراکی • زەردوی جگەر و گورچیلەکان یارمەتی دەرن لە هەرسکردن و فرێدانی ماددە بێهۆشکەرەکان لەگەڵ دەرمانەکان. بۆیە، زۆر گرنگە دڵنیا ببینەوە لەوەی کە ئەم خۆرە نەخۆشانە پێش نەشتەرگەری ئەم جۆرە پشکنینانەیان بۆ کراوە بۆ دڵنیابوونەوە لە کاری پێویستی ئەندامەکان.
ئاستی ئەلێکترۆلایت	پێویسـتە پشـکنینی ئاسـتی ئەلێکترۆلایـت بکرێـت پـێش نەشـتەرگەری بـۆ ئەو نەخۆشـانەی مێژووی: • ناتەواوی لە کارکردنی گورچیلە • شەکرە • گرێی سەرەتانی • بەدخۆراکی • ڕشانەوە و سکچوون • دەرمان وەک diuretics یان چارەسەری کیمیای ئەم نەخۆشـانە لەوانەیە پـێش نەشـتەرگەری پێویسـت بە بەکارهێنـانی دەرمـان بکـات وەک پۆتاسـیۆم بـۆ باشـترکردنی ئاسـتی ئەلێکترۆلایـت. نـا هاوسـەنگی ئەلێکترۆلایـت وەک hypokalaemia یـان hyponatraemia کە لەوانەیە مەترسـیدار بێـت بـۆ سـەر ژیانیـان لە ماوەی پێش نەشتەرگەری.
پشکنینی کاری غودە	ئەو نەخۆشانەی کە مێژوویان هەیە لە hypo- or hyperthyroidism. ئەو نەخۆشانەی کە نەخـۆشی بێ چارەسـەری غـودەی تونـدیان هەیە، لە مەترسـییەکی زۆری گەشەسـەندنی thyroid storm'' دان (کە بەشێوەیەکی مەترسیدار ڕێژەی دڵ، پەستانی خوێن، پلەی گەرمی بەرز کردۆتەوە) کە پەیوەندی بە فشاری نەشتەرگەریەکەوە یان نەخۆشییەک هەیە.
شیکاری میزUrinalysis	ئەو نەخۆشـانەی کە نیشـانەکانی تووشـبوون و هەوکـردنی بـۆری میزیـان هەیە یـان ئەو کـردار و نەشتەرگەریانە کە بۆ بۆری میز دەکرێت وەک cystoscopy بینینی میزەڵدان.
پشکنینی دووگیانی	پشکنینی دووگیانی دەبێت تەواو کرابێت لەسەر بنەمای هەبوونی مێژووی پزیشکی، ڕێکەوتی دوایین سـوری مانگانە. ئەمە پێویستە بە شـێوەیەکی نموونەی لە ڕۆژی داخڵ بـوونی بکرێـت مەگەر نەخۆشەکە گومانی ئەوە بکات کە دووگیانە لە کاتی هەڵسەنگاندنەکە دا.

هێڵکاری دڵ ECG

١٢ لیدە ستانداردەکەی هێڵکاری دڵ بە زۆری ئەنجام دەدرێت بە پێی تەمەنی نەخۆشەکە، هۆکارە مەترسیدارەکان، هاو نەخۆشیەکان لەگەڵ ئەنجامی پشکنینە جەستەییەکان. نمرەی ASA ی نەخۆشەکە و نمرەی نەشتەرگەرییەکە لە نەشتەرگەریە پلان بۆ دانراوەکە لەوانەیە ئەمانە ئاماژە بە ECG بکات. ڕێژەی ئەو نەخۆشانەی کە نارێکی ECG یان هەیە بە پێی تەمەن ڕوو لە زیاد بوون دەکات، لەگەڵ هەبوونی هاو نەخۆشیەکان. هەروەها دەکرێت ECG بکرێت بۆ دروستکردنی هێڵێکی سەرەکی پێش نەشتەرگەری بۆ بەراوردکاری لە پاش نەشتەرگەری.

وێناکردن: تیشکی سنگ X-ray(CXR)

دەتوانرێت CXR ببێتە هۆی پێدانی زانیاری گرنگ بۆ پشتگیری کردن یان بەربەرچدانەوەی دەستنیشانکردنی شاراوە یان بۆ هەڵسەنگاندنی زیاتر وتووندی نەخۆشیەکی دیاریکراو. ئەو نەخۆشانەی کە مێژووی نیشانەکانی یان نەخۆشی دڵ یان هەناسەدان باس دەکەن، ئەوا پێویستە CXR تەواو کردبێت پێش نەشتەرگەری ئەگەر نەخۆشەکە CXR هەبووبێت لە ماوەی ٦ مانگی پێشوودا، پێویست ناکات دووبارە بکرێتەوە مەگەر کێشەی نوێ دروست بووبێت یان ئەو کێشانەی کە هەن بەرەو خراپتر چووبن.

کردار: چاودێری پێش نەشتەرگەری

پێناسە: چاودێری پێش نەشتەرگەری ئەو چاودێریە جەستەیی و دەروونیە کۆمەڵایەتیەیە کە بۆ نەخۆش دابین کراوە بۆ یارمەتیدان لە ئامادەکردنی بەڕێوەچوونی نەشتەرگەرییەکە بە سەلامەتی. ئامادەکاری دەروونی کۆمەڵایەتی بریتییە لە هەڵسەنگاندن و کۆنترۆڵکردنی فشار، ئاستی پەروەردەی نەخۆش، ڕەزامەندی وەرگیراو، لە کاتی جێبەجێکردنی ئامادەکاری جەستەی لەگەڵ ڕێگە گرتن لە لە دروستبوونی ئاڵۆزی لە پێش و لە پاش نەشتەرگەری.

جێبەجێکردنی هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١ گفتوگۆ لەگەڵ نەخۆش بکە: • ئەگەر بزانن چ نەشتەرگەریەک دەکەن و بۆچی • ئەگەر بتوانن باسی برینەکە بکەن، هەر لێدانێکی ناو دەمار یان وشکبوونەوەیەک. کە لەوانەیە پێشبینی بکرێت لە دوای نەشتەرگەری. • ئەگەر پێیان وترا بێت دەربارەی ئاستی ئازار و دڵنیابوون لە چاکبوونەوەیان بە زووترین کات.	بۆ دڵنیابوون لە تێگەیشتنی نەخۆش لە سروشت و دەرئەنجامی نەشتەرگەریەکە بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێ و ئەگەرە ئاڵۆزەکانی دوای نەشتەرگەری.
٢ پشکنینی نەخۆش بۆ ئەو ڕێوشوێنانەی کە پەیوەندی هەیە بە لێکۆڵینەوەی کردارەکە لەگەڵ ئەنجامەکان کە بریتییە لە تێبینییەکانی نەخۆش. نموونەکان بریتین لە تیشکی X, ECG, MRI, CT, ECHO، پشکنینی خوێن، پشکنینی میز.	بۆ دڵنیابوون لە بەردەستبوونی هەموو زانیاریە پێویست و پەیوەندیدارەکان بۆ پەرستارەکان، بێهۆشکارەکان و ئەوانەی نەشتەرگەریەکە ئەنجام دەدەن .
٣ دڵنیابوون و هەبوونی دۆکۆمێنت کاتێک نەخۆشەکە بۆ دواین جار خواردن و خواردنەوەی خواردووە، دڵنیابوونەوە لەوەی کە لەگەڵ ڕێنماییەکانی پێش نەشتەرگەری دۆکۆمێنتی پێش نەشتەرگەری هەمان شت بن.	بۆ کەمکردنەوەی مەترسی هەڵهێنانەوە لەگەڵ ئاوسانی گەدە لەو شوێنانەی بێهۆش کردنەکەی لێدراوە. دەکرێت ٩ کاتژمێر بخایەنێ یان زیاتر بۆ هەڵهێنانەوەی ژەمی خواردن بۆ بەتاڵ کردنەوەی گەدە .
٤ پشتڕاستکردنەوە و دکۆمێنت کردنی ئەو جۆرە دەرمانانەی نەخۆش وەری گرتووە و لە چ کاتێکدا بووە. دڵنیابوونەوە لەوەی کە ئەمانە لەگەڵ ڕێنماییەکانی پێش نەشتەرگەری دۆکۆمێنتی پێش نەشتەرگەری هەمان شت بێت.	بۆ دڵنیابوونەوە لەوەی کە نەخۆش هیچ دەرمانێک وەرناگرێت یان هیچ دەرمانێک لە بیر ناکات کە کاریگەری خراپی هەیە لەسەر نەشتەرگەریەکە بۆ نموونە بەردەوامی لە زیاد بەکارهێنانی ژەمی warfarin.
٥ ئەگەر نەخۆشەکە ڕەگەزی مێ بێت و تەمەنی منداڵبوون بێت: ئ/ پشکنینی بارودۆخی دوگیانیەکەی و دۆکۆمێنتی ئەنجامەکان بکە لە دۆکۆمێنتی پێش نەشتەرگەری. ئەگەر پشکنینی دوگیانی پێویست بێت بۆ نموونە نەخۆشەکە نیگەرانی دەربڕێت لەوەی کە دووگیانە یان نەشتەرگەرییەکی ئافرەتانەی بۆ دەکرێت دەرئەنجامی پشکنینەکە دەبێت بدرێت بە نەخۆشەکەو بە دۆکۆمێنت بکرێت لە دۆکۆمێنتی پێش نەشتەرگەری دا. ب/ ئەگەر گونجاو بوو، لە نەخۆش بپرسە کە ئایا لە باری خوێنبەربوون دایە و دڵنیابە لەوەی کە خاولیەکی تەنکی داناوە نەک لۆکە.	بۆ نەهێشتنی ئەگەری دووگیانی نەزانراو پێش ئەنجام دانی نەشتەرگەریە پلان بۆ دانراوەکە. ئەمە بۆ ڕێگەگرتنە لە تووشبوون بە نەخۆشی ئەگەر خاولییەکە لە شوێنی خۆی مابێتەوە لە ٦ کاتژمێر زیاتر.
٦. بە ئامادەبوونی نەخۆشەکە، پشکنین بۆ فۆڕمی ڕەزامەندی نەخۆش بکە کە بە دروستی واژۆو بەرواری بۆ کراوە.	بۆ پابەندبوون بە پێداویستییە یاساییەکان و سیاسەتی نەخۆشخانە دڵنیابە لەوەی نەخۆشەکە لە نەشتەرگەریەکە تێگەشتووە.

٧ ئەگەر گونجا، ئەوا پشکنین بۆ شوێنی کردارەکە بکە و دڵنیا بەرەوە لەوەی کە بە دروستی نیشانە کراوە لەگەڵ نەخۆشەکە و فۆرمی ڕەزامەندی.	بۆ دڵنیابوونەوە لەوەی کە نەخۆشەکە نەشتەرگەرییەکی دروست ئەنجام دەدات کە ڕازیبووە.
٨ پشکنین بۆ نەخۆشەکە بکە بزانە هەڵسەنگاندنی پێش سڕکردنی بۆ کراوە لە لایەن دکتۆری سڕکردنەوە.	بۆ دڵنیابوون لەوەی کە نەخۆشەکە دەتوانێت گونجاوترین سڕکردنی پێ بدرێت و هەر پێداویستییەکی تایبەت بە سڕکردن کە ئاماژەی پێدراوە
٩ پێوان و تۆمارکردنی پەستانی خوێن و هەناسەدان و تێربوونی ئۆکسجین و پلەی گەرما و کێش و شەکری خوێنی نەخۆش ئەگەر پێویست بێت (لە بەڵگەنامەکانی پێش نەشتەرگەریدا).	بۆ دابینکردنی داتای بنەڕەتی بۆ بەراوردکردن لە نێوان نەشتەرگەری و دوای نەشتەرگەریدا. کێش تۆمار دەکرێت بۆ ئەوەی دکتۆری سڕکردن بتوانێت ژەمی دروست و تەواوی دەرمان بە نەخۆشەکە بدات.
١٠ داوا لە نەخۆش بکە هەموو خشڵ و ئارایشت و نینۆکەکانی لابدات. ڕەنگە ئەڵقەی هاوسەرگیری لە پەنجەکانی بمێنێتەوە، بەڵام دەبێت بە شریتی هەستیاری داپۆشرابێت و پارێزراو بێت. نەخۆشەکان داوای لەبەرکردنی شێوەی تری خشڵی کانزا دەکەن بۆ نموونە زنجیرەکان (لەبەر هۆکاری کەسی یان ئاینی پێویستە ئەمە گفتوگۆی لەسەر بکرێت لەگەڵ تیمی نەشتەرگەری دا.)	خشڵی کانزا لەوانەیە بە ڕێکەوت ون بێت یان لەوانەیە ببێتە هۆی زیانگەیاندن بە نەخۆشەکە بۆ نموونە چارەسەری نەخۆشی بە سووتاندن، جوانکاریی دەموچاو هەڵسەنگاندی ڕەنگی نەخۆشەکە قورس دەکات. ڕەنگی نینۆک کە دەبێتە هۆی ئەستەمی بوون لە کاتی بەکارهێنانی pulse oximeter کە بۆ چاودێریکردنی لێدان و ئاستی تێربوونی ئۆکسجینی نەخۆشەکە بەکاردێت. شینبوونەوەی ڕووی دەرەوەی.
١١ ئەگەر نەخۆشەکە شتێکی بەنرخی پێبوو، دەبێت تۆمار بکرێت و هەڵبگیرێت بە پارێزراوی بە پێی سیاسەتی نەخۆشخانە.	بۆ ڕێگە گرتن لە ون بوون.
١٢ داوا لە نەخۆش بکە لە کاتی نزیکبوونەوەی نەشتەرگەرییە پلان بۆ دارێژراوەکە حەمام بکات لەگەڵ پێش وەرگرتنی دەرمانەکان (ئەگەر ئەمە پێشنیار کرابوو). ئەگەر نەخۆشەکە قژی درێژ بوو، پێویستە ببەسترێت لە دواوە بە پارچەیەکی ناکانزا.	بۆ کەمکردنەوەی مەترسی تووشبوون بە هەوکردنی برین دوای نەشتەرگەری و ڕێگریکردن لە ڕووداوەکانی نەخۆش کاتێک ئارام دەبێتەوە بۆ سەلامەتی و بۆ ڕێگری کردن لە پێوەلکانی قژ لە کەرەستەکان لەگەڵ کەمکردنەوەی مەترسی تووشبوون بە هەووکردنی .
١٣ بەکارهێنانی پێرستەکانی دژە ئیمبۆلی antiembolic stocking بەپێی ڕێکاری متمانەی ناوخۆیی	بۆ کەمکردنەوەی مەترسی خوێن مەین لە ناو خوێن هێنەرەکان یان pulmonary emboli پێش نەشتەرگەری
١٤ دڵنیابە لەوەی نەخۆشەکە دوو دەستبەندی ناوی ئەلیکترۆنی لەدەست دایە کە ناوی تەواوی خۆی تێدایە، بەرواری لەدایکبوون و ژمارەی (NHS). یەکێکیان لەسەر مەچەکی نەخۆشەکە و ئەوەی تریان لەسەر ئەژنۆی. ئەو دەستبەندەی ناوەوەی کە پێشتر بۆ نەخۆشەکە دانرا بوو، پێویستە وردەکارییەکان بەزارەکی بپشکنرێت و پشتڕاستکردنەوەی لەلایەن نەخۆشەکە و دژی تێبینی پزیشکی نەخۆشەکە. دەست بەندەکان سپی دەبن مەگەر سیاسەتی متمانەی ناوخۆی مەرجی ئەوە بێت ڕەنگکردنی کۆد پێویست بێت بۆ ئاگادار کردنەوەی پسپۆڕانی تەندروستی لە مەترسی بۆ نموونە هەستیاری، لەو بارودۆخەدا دەست بەندەکان سوور دەبن.	بۆ دڵنیابوونەوە لە ناسینەوەی و دەستنیشانکردنی نەخۆشی دروست و ڕێگە گرتن لە هەڵەی ناسینەوەی نەخۆش. بۆ کەمکردنەوەی کاردانەوەی هەستیاری بەرامبەر هۆکارە ناسراوەکان و بۆ ئاگادارکردنەوەی هەموو ئەو چاودێرانەی کە بەژدارن لە هۆڵی نەشتەرگەری نەخۆشەکە.

١٥ تۆمارکردن لە ئەگەری هەبوونی کڵاوی ددان، کاری ددان، یان ددانی شل لە لیستی پشکنینی پێش نەشتەرگەری.	پێویستە دکتۆری سڕکردن ئاگادار بکرێتەوە بۆ ڕێگەگرتن لە ڕووداوی نەخوازراو. ددانی شل یان ددانی دەستکرد دەکرێت هەڵبمژرێت لەلایەن نەخۆشەوە لە کاتی تێکردنی بۆری ئەندۆتراکیاڵ.
١٦ دۆکۆمێنت کردنی هەر کارێکی دەستکردی نەخۆش لە لیستی پشکنینی پێش نەشتەرگەری کە ئایا لابراون بۆ نموونە (پەلی دەستکرد، ددان، ئامێری بیستن) یان ناگۆڕێت بۆ نموونە (تەزووی کارەبای دڵ، جێگۆڕکێ کردنی ئەژنۆ). کاری دەستی لابراو لەوانەیە بمێنێتەوە هەتا نەخۆش لە ژووری بێ ئاگایی بێت. چاویلکە لەگەڵ ئامێری بیستن لەوانەیە بمێنێتەوە هەتا نەخۆش سڕدەکرێت(ئەمانە لەوانەیە لە شوێنی خۆیان بهێڵدرێنەوە ئەگەر سڕکردنی ناوچەیی بەکاربهێنرێت. هەر کارێکی دەستکرد کە لادەبرێت دەبێت بە ڕوونی دەست نیشان بکرێت(بە شێوەیەکی نموونەیی لەگەڵ ناسێنەری نەخۆش) و هێشتنەوەیان لە ژووری وەرگرتنەوە.	بۆ بەرزکردنەوەی سەلامەتی نەخۆش لەکاتی نەشتەرگەریدا. بۆ نموونە ددانە دەستکردەکان لەوانەیە ڕێگا لەڕێگەی هەوا بگرێت، هاوێنەی چاو کە لەوانەیە ببێتە هۆی داخورانی بیلبیلەی چاو. کاری دەستی ناوەکی لانەبراو لەوانەیە کاریگەر بێت بە تەزووی کارەبای کە بەکاردێت لە چارەسەر بە بەکارهێنانی گەرمی. بۆ ئەوەی نەخۆشەکە بە تەواوی گفتوگۆ بکات، هەروەها بۆ کەم کردنەوەی دڵەڕاوکێ لەگەڵ تواناندان بە نەخۆش بۆ تێگەیشتن لە ئەنجامدانی هەر ڕێوشوێنێک. بۆ بە تواناکردنی ئەو نەخۆشانەی کە ئەندام و پەلی دەست کردیان هەیە بۆ ئەوەی بەشێوەیەکی سەربەخۆ بجوڵێن.
١٧ بپشکنە کە ئایا نەخۆشەکە میزی فڕێداوە لە پێش پێدانی دەرمان یان بێهۆشکردن.	بۆ ڕێگەگرتن لە لەدەستدانی کۆنترۆڵی میز کردن لە کاتی هەوکردن یان بێهۆشی لەگەڵ لە هەبوونی ئەگەری پیسبوون ناوچەی پاک.
١٨ کاتێک لیستی پشکنینی پێش نەشتەرگەری تەواو بوو، پێدانی هەر دەرمانێکی پێشوەختە ئەگەر نوسرابێت بە پێی ڕێنماییەکانی دکتۆری بێهۆشکار. ئەو نەخۆشانەی کە دەرمانی هێمنکەرەوە وەردەگرن پێویستە ئامۆژگاری بکرێن کە لە جێگادا بمێننەوە و دەتوانن سیستەمی پەیوەندی پەرستاران بەکاربهێنن ئەگەر یارمەتی پێویست بێت.	لەوانەیە دەرمانی جیاواز بنوسرێت بۆ ئەوەی بێهۆشکردنێکی تەواوی پێبدرێت بۆ نموونە: temazepam بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێی نەخۆش ببێتە هۆی خەو و پشوودان، پرسیارکردن لە نەخۆش لە پێش پێدانی دەرمان سەرچاوەیەکی باوەڕپێکراو نییە بۆ پشکنینی زانیارییەکان لەوانەیە نەخۆش خەمبار یان سەر لێشێواو بێت. بۆ کەمکردنەوەی مەترسی ڕووداوی کتوپڕ لە بریتی نەخۆش لەوانەیە دەرمانی پێشوەختە وا لە نەخۆش بکات تووشی خەم و شێواوی بێت.
١٩ یاوەری نەخۆش بکە بۆ هۆڵەکە بۆ وەرگرتنی تێبینییەکان، خشتەی دەرمان، تیشکی X- ئەنجامی خوێن، فۆڕمی ڕەزامەندی تەواوکراو و لیستی پشکنینی پێشوەختە. پێویستە نەخۆش ببرێتە هۆڵەکەوە لەلایەن کارمەندی تەندروستی ڕاهێنراو. ئەو نەخۆشانەی جووڵەیان هەیە و دەرمانی هێورکەرەوەی پێشوەختەیان وەرنەگرتووە خۆیان دەتوانن لەسەر پێی خۆیان بڕۆن بە لەپێ کردنی پارێزەری گونجاوی پێڵاو. ئەو نەخۆشانەی کە توانای جووڵەیان نییە یان دەرمانی هێورکەرەوەی پێشوەختەیان وەرگرتووە، پێویستە بە عارەبانە ببرێنە هۆڵەکە.	بۆ ڕێگەگرتن لە دواکەوتن کە دەبێتە هۆی ئەوەی دڵەڕاوکێی نەخۆشەکە زیاد بکات، هەروەها بۆ دڵنیابوونەوە لەوەی کە دکتۆری بێهۆشکار و پزیشکی نەشتەرگەری هەموو ئەو زانیاریانەیان لایە کە پێویستە بۆ چارەسەری سەلامەتی نەخۆشەکە. بۆ کەمکردنەوەی دڵەڕاوکێی نەخۆش و دڵنیابوون لە هەبوونی ژینگەیەکی ئارام لە کاتی بێهۆشکردن. بۆ کەمکردنەوەی مەترسی ڕوودانی دروستبوونی برین بە ڕێکەوت لە نەخۆش. بۆ کەمکردنەوەی مەترسی ڕوودانی دروستبوونی برین بە ڕێکەوت لە نەخۆش وەک دەرمانی پێشوەختە لەوانەیە نەخۆشەکە تووشی خەم و شێواوی بکات.
٢٠ پێدانی بەڵگەی تەواو بە پەرستاری بێهۆشکار یان بە چاودێرانی بەشی پزیشکی لە کاتی گەیشتن بە ژووری بێهۆشکردن، بە بەکارهێنانی تۆماری نەخۆش و لیستی پشکنینی پێش نەشتەرگەری. چاودێری تەندروستی لەگەڵ نەخۆش دەمێنێتەوە تا ئەو کاتەی بە تەواوی پشکنینی بۆ دەکرێت لەلایەن یاریدەدەری بێهۆشکار/ پەرستارەوە.	بۆ دڵنیابوون لەوەی نەخۆشەکە نەشتەرگەری دروستی بۆ دەکرێت. بۆ دڵنیابوون لە هەبوونی بەردەوامبوونی چاودێری و پاراستنی سەلامەتی نەخۆشەکە بە ئاڵوگۆڕکردنی هەموو زانیارییە پەیوەندیدارەکان.

کەمترین پێوەر بۆ دەرکردنی نەخۆشەکان لە بەشی چاودێری لە پاش بێهۆشکردن:

- نەخۆشەکە بەتەواوی هۆشیارە، دەتوانێت هەوای پاک دابین بکات لەگەڵ هەبوونی reflexe پارێزەری هەوا.
- هەناسەدان و ئۆکسجینی دابینکراو.
- سیستەمی دڵ و دەمار جێگیرە، بەبێ هەبوونی نارێکی دڵی روونەکراوە یان هەبوونی خوێنبەربوونی بەردەوام.
- پێویستە بەها دیاریکراوەکانی لێدان و پەستانی خوێن نزیک بێت لە بەها ئاساییەکانی پێش نەشتەرگەری یان لە ئاستێکی پەسەند دا بێت، بەشێوەیەکی نموونەیی لە نێو ئەو چوارچێوەی بێت کە دکتۆری بێهۆشکاران دایان ناوە، و دەبێت peripheral perfusion تەواو بەردەست بێت.
- ئازار لەگەڵ دڵتێکەڵهاتن لە دوای نەشتەرگەری و رشانەوە دەبێت بە تەواوی کۆنترۆڵ بکرێت، لەگەڵ ئازار شکێن و دژە رشانەوەی گونجاو ئەو پارێزییەی کە نووسراوە.
- پلەی گەرما دەبێت لە رێژەیەکی پەسەنددا بێت. نابێت نەخۆشەکان بگەرێنرێنەوە بۆ ناو ئەو بەشە ئەگەر بەشێوەیەکی بەرچاو پلەی گەرمی دابەزی.
- چارەسەری ئۆکسجینی پێویستە بنووسرێت ئەگەر پێویست بوو.
- کانۆلای دەمار پێویستە دیار بێت، سووربووبێتەوە ئەگەر پێویست بکات بۆ دڵنیابوون لە دەرکردنی پاشماوەی دەرمانی بێهۆشکردن لەگەڵ پێشنیارکردنی شلەی ناو دەمار ئەگەر گونجاو بێت.
- پێویستە هەموو دەردراوەکان و سۆندەی میزی نەشتەرگەری بپشکنرێت.
- هەموو تۆمارە تەندروستیەکان دەبێت تەواو بن و تێبینیە پزیشکییەکان ئامادە بن.

چاودێری دوای نەشتەرگەری:

پێناسە : چاودێری پاش نەشتەرگەری ئەو چاودێریە جەستەیی و دەروونیەیە کە بە نەخۆشەکە دەدرێت ڕاستەوخۆ لە دوای گواستنەوەی لە ژووری چاکبوونەوە بۆ ناو قاوش. چاودێری پاش نەشتەرگەری بەردەوام دەبێت تا نەخۆشەکە لە نەخۆشخانە دەردەکرێت و لە هەندێک باردا وەک چاودێرییەکی سەرپێی بەردەوام دەبێت.
پێکهاتەو فێرکردنی پێش نەشتەرگەری کاریگەری ئەرێنی لەسەر چاکبوونەوەی نەخۆشێک هەیە کە نەشتەرگەری بۆ کراوە. پێدانی زانیاری و ئەزموونی فێرکردن بۆ یارمەتیدانی نەخۆش و تێگەیشتن لە ئەزموونی نەشتەرگەری بەشداری چالاکی هەبێ لە پرۆسەی چاکبوونەوە. ڕاهێنانی دوای نەشتەرگەری بریتییە لە هەناسەدانی قەفەزەی سنگ لەگەڵ کۆکەی کاریگەر، پێچانەوەو ڕاهێنانی قاچ. پزیشکەکە لەوانەیە داوای هەناسە پێوێکی کاریگەر بکات بۆ نەخۆشەکە بە تایبەتی لە کاتی مەترسیدا بۆ گرژبوون یان هەوکردنی سییەکان بۆ نموونە جگەرە کێشی- درێژ خایەن یان ئەو نەخۆشانەی کە بۆ ماوەیەکی درێژ خایەن لەسەر جێگە ماونەتەوە. چاودێری کردنی ئاسایی و ڕاپۆرتی وردی چاودێریە پزیشکییەکانی نەخۆش لە ماوەی دوای نەشتەرگەری دا بەشێکی سەرەکین لە ڕێگای چاودێری نەشتەرگەری پلان بۆ دارێژراو، کە دەتوانێت لێ پیس کردنی شاراوە دەستنیشان بکات. پێویستە پلانێکی ڕوون و ئاشکرا بۆ چاودێری دەروونی بۆ هەر نەخۆشێک دروست بکرێ، وردەکاری هەبوونی تێبینییەکان و پێوانەکان .پێویستە هەموو پەرستاران ئاگاداری پێوانەکان بن بۆ ئەم تێبینیانە و ئەوەی کە ئاساییە بۆ نەخۆشەکە لە ژێر چاودێری.
تێبینییەکانی دوای نەشتەرگەری پێویستە بەراورد بکرێن لەگەڵ تێبینییە سەرەکیەکانی کە لە پێش نەشتەرگەری وەرگیراون، لە کاتی نەشتەرگەری و لە ناوچەی چاکبوونەوە . وەرگرتنی تێبینیەکان بە ڕێکوپێکی لە دوای نەشتەرگەری پێویستە دیاری بکرێت بە پێی سیاسەتی ناوخۆی ڕێنماییەکان وە ئەمەش کاریگەری دەبێت لەسەر جۆری ئەو نەشتەرگەریەی کە ئەنجام دەدرێت، هەروەها لەگەڵ شێوازی کۆنترۆڵکردنی ئازار وەک epidural کە بە پێی بارودۆخی پزیشکی نەخۆش دەستنیشان دەکرێت. هەموو نیشانە گرنگەکان و هەڵسەنگاندنەکان پێویستە تۆمار بکرێن بە پێی ڕێنماییەکانی پاراستنی تۆمار.

تێبینیە بەردەوامەکانی دوای نەشتەرگەری	ڕێژەی ئاسایی
• پەستانی خوێن • لێدان(ڕێژە، ریتم، فراوانی) • ڕێژەی هەناسەدان(ڕێژە، قووڵی، هەوڵ و شێواز) • تێربوونی ئۆکسجینی دەرەکی • پلەی گەرمی • هاوسەنگی وردی شلە (input and output) • هەڵسەنگاندنی ئازار • هەڵسەنگاندنی هێورکردنەوە	• >۱۰۱ -۱٤۹ mmHg گرژی systolic • ٥١ - ١٠٠ لێدان بۆ هەر خولەکێک • هەناسەدان ۹-١٤ بۆ هەر خولەکێک • >۹٥٪ لە هەوای ژوور • ۳٦.١-۳۷.۹ سلیزی • هاوسەنگی گونجاو کە لەلایەن دکتۆری نەشتەرگەرییەوە ڕێنمایی کراوە و نەشتەرگەریەکە ئەنجام دەدرێت. • پێوەری ئازاری ژمارەی زارەکی ٠- ١/١٠ لە پشوودا، ١٠/٣ لەسەر جووڵە/کۆکین • هەڵسەنگاندنی هێورکردنەوە
تێبینی زیادە ئەگەر بەشێوەیەکی پزیشکی پێویست بێت: شەکرەی خوێن پەستانی دەمارە ناوەکییەکان وەڵامدانەوەی دەماری	٤-٧ mmol/L ٥-١٠ سم ئاو پێوەری Glasgow Coma: ١٤-١٥/١٥ یان AVPU: AV

کردارەکە: چاودێری دوای نەشتەرگەری

پێداویستییەکان:

- بالیف(سەرین) ئارەزوومەندانەیە بەکاردێت بۆ جێگیرکردنی نەشتەرگەریەکە لەکاتی کۆکین بۆ کەم کردنەوەی نا ئاسودەیی.
- Incentive spirometer
- Positive expiratory pressure (PEP) device
- Stethoscope

جێبەجێکردنی هەنگاوەکان	مەبەست لە هەنگاوەکان
١- هەڵسەنگاندنی مەترسی نەخۆش بۆ دروستبوونی ئاڵۆزی لە هەناسەی نەخۆش لە پاش نەشتەرگەری: دیاریکردن لە ئەگەری هەبوونی نەخۆشی درێژخایەنی سییەکان بۆ نموونە: ئاوسانی سییەکان، هەوکردنی درێژخایەنی بۆریەکانی هەوا، تەنگەنەفەسی. هەر بارودۆخێک کە کاریگەری لەسەر جوڵانی دیواری سنگ هەبێت، بۆ نموونە قەڵەوی، دووگیانی پێشوەختە، نەشتەرگەری سنگ یان سک. هەبوونی مێژووی جگەرەکێشان وە هەبوونی ئاستی هیمۆگلۆبینی کەم کردوو.	بێهۆشکردنی گشتی نەخۆش ڕووبەڕووی کێشەی هەناسەدان دەکاتەوە لەبەرئەوەی سییەکان بە تەواوی لە کاتی نەشتەرگەری دا پڕنین لە هەوا، coughreflex ئەوەستێت بەمەش دەبێتە هۆی کۆبوونەوەی لیک لە ناو ڕێڕەوی هەوا . دوای نەشتەرگەری، سییەکان ناتوانن بەشێوەیەکی تەواو بکشێن ئەمەش دەبێتە هۆی گرژبوون و هەوکردنی سییەکان atelectasisandpneumonia. بارودۆخی درێژخایەنی نەخۆشی سییەکان مەترسی زیاتر دروست دەکات لە گەشەسەندی ئاڵۆزی و نەخۆشییەکانی هەناسە. جگەرە کێشان زیان بە ڕیشۆڵەی پاکردنەوە دەگەیەنێت و دەرکردنی لیک زیاد دەکات. ئاستی کەمی هیمۆگلۆبین دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی گەیاندنی ئۆکسجین.
٢- گوێ گرتن لە سییەکان.	هێڵێکی سەرەکی دروست دەکات بۆ بەراوردکردن لە دوای نەشتەرگەری.
٣- هەڵسەنگاندنی توانای نەخۆش بۆ هەناسەی قووڵ و کۆکە بە دانانی دەست لەسەر سکی نەخۆش، نەخۆشەکە هەناسەیەکی قووڵ هەڵدەمژێت و چاودێری جووڵەی شان و دیواری سنگ و سک دەکەیت. پێوانەی دەرچوونی سنگ بکە لە کاتی هەناسەدانی قووڵ دا. داوا لە نەخۆش بکە کە بکۆکێتە سەر پارچە کلینسێک لە دوای هەڵمژینی هەناسەیەکی قووڵ.	زۆرترین توانا بۆ فراوانکردنی سنگ و توانای کشانی سنگ و توانای کۆکینی بەهێز ئاشکرا دەکات، وەک هێڵی سەرەکی کاردەکات بۆ پێوانەکردنی توانای نەخۆش بۆ ئەنجام دانی ڕاهێنانەکان لە دوای نەشتەرگەری.
٤- هەڵسەنگاندنی باری مەترسی نەخۆش لە ئەگەری دروستبوونی خوێن مەیین وەک گەورەبووەکان، ئەو نەخۆشانەی توانای جووڵەیان نییە، یان ئەو نەخۆشانەی کە مێژووی کەسی یان خێزانیان هەیە لە خوێن مەیین، لەگەڵ ئەو ژنانەی کە تەمەنیان لە ٣٥ ساڵ زیاترە جگەرە دەکێشن و حەبی کۆنترۆڵکردنی لە دایکبوون وەردەگرن لە زۆرترین مەترسیدان. تێبینی کردنی سووربوونەوە، ئاوسان، گەرمبوون، یان نەرمبوونەوە. هەڵسەنگاندنی تورەکەی ئاوساوی یان تورەکەی ئاوساوی زیاتر بێت کە ٣ سانتیمەتر (١،٢) ئینچ بەراورد دەکرێت لەگەڵ نیشانەکانی قاچ. بەراوردکردنی قاچەکان بۆ یەکسانی دوولایەنە. دەستلێدان لە لێدانی پەیدەری قاچ.	لە دوای بێهۆشکردنی گشتی، سوڕی خوێن خاو دەبێتەوە، دەبێتە هۆی زیاتر دروستبوونی خوێن مەیین. نەبوونی جووڵە دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی گرژبوونی ماسولکەکان لە پەلەکانی خوارەوەی جەستە، دەبێتە هۆی سست بوونی دەمارەکان. فشاری جەستەی نەشتەرگەری لە زۆربەی تاکەکاندا بارێکی زۆر گونجاو دروست دەکات. دەستکاریکردن و شوێن گۆڕین لە کاتی نەشتەرگەریدا لەوانەیە بێ ئاگایانە ببێتە هۆی برینداركردنی دەمارەکانی قاچ. نیشانەکان لەوانەیە دەرخەری هەڵئاوسانی خوێنهێنەرکان و دروستبوونی خوێن مەیین بن. (phlebitis and (thrombus

٥- هەڵسەنگاندنی توانای نەخۆش بۆ جووڵەی سەربەخۆ کاتێک لە جێگادایە.	ئەو نەخۆشانەی کە لە جێگادا ماونەتەوە، تەنانەت بۆ ماوەیەکی سنوورداریش، پێویستە بەشێوەیەکی ڕێکوپێک ڕوو وەربگێڕن.
٦- هەڵسەنگاندنی خواست و توانای نەخۆش بۆ فێربوونی ڕاهێنانەکان.	توانا بۆ فێربوون پەیوەستە بە ئامادەیی و توانا و ژینگەی فێربوونەوە.
٧- فێری هەناسەدانی ناوپەنچک diaphragmatic بکە: یارمەتی نەخۆش بدە بۆ هەبوونی ئاسودەیی لە دانیشتن و وەستان. ئەگەر نەخۆشەکە دانیشتنی هەڵبژارد، سەری جێگاکە بەرزبکەرەوە بۆ شێوەی نیمچەی semi-Fowler's یان Fowler's، یارمەتی بدە لە لاکردنەوەی جێگاکە یان ڕاستکردنەوەی کورسییەکە. ئەگەر نەخۆش لەسەر کورسی دانیشتبێ، ئەژنۆ دەبێت لە ئاست یان بەرزتر بێت لە پێکان. ئەگەر پێویست بوو تەواڵێتی سەفەری بەکاربهێنە. ب- ڕاوەستان یان دانیشتن لەبەردەم نەخۆش. ج- ڕێنمایی نەخۆش بکە بۆ دانانی لەپی دەستەکانی لەسەر یەکتر بە درێژایی بەشی خوارەوە و پێشەوەی قەفەزەی سنگ؛ دانانی سەری سێ پەنجە بە سووکی و پێکەوە. نیشانی نەخۆشی بدە. د- نەخۆشەکە هەناسەی قووڵ و هێواش هەڵدەمژێت، هەڵمژینی لە ڕێی لووتەوە لەگەڵ پاڵ پێوەنانی سکی لە دژی دەستەکانی. بۆ نەخۆشی ڕوون بکەرەوە کە هەست بە هاتنە خوارەوەی جووڵەی ناوپەنچکی دەکات لە کاتی هەڵمژیندا. نیشانی نەخۆشی بدە. ی- دەبێت نەخۆش دوور بێت لە بەکارهێنانی ماسولکەکانی سنگ و شان لەکاتی هەڵمژیندا. ف- هەڵمژینی هەناسەی قووڵ و خاو هەڵگرتنی ژماردنی تا ٣، هەناسەدانەوە بە هێواشی لە ڕێگەی دەمەوە وەک ئەوەی مۆمێک بتەقێنێت.(داخستنی لێوەکان) گ- دووبارەکردنەوەی ڕاهێنانی هەناسەدان سێ بۆ پێنج جار. هـ- نەخۆش دەبێت مەشق لەسەر ڕاهێنانەکان بکات. ڕێنمایی کردنی کە بۆ هەر کاتژمێرێک ١٠ هەناسەی قووڵ هەڵبمژێ و ڕابیگرێ کاتێک بە ئاگان لە ماوەی دوای نەشتەرگەری هەتا کاتی جوڵان. هەڵبژاردەیەکی تر ئەوەیە کە نەخۆش هاندەری هەناسە پێوان بەکاربهێنێت. بەرە بەرە ڕێگە بە کۆنترۆڵکردنی هەوای دەرکراو دەدات. ڕێگە بە نەخۆش دەدرێت کە چاودێری هێواشی و شێوازی ڕیتمی هەناسەدانی بکات. دووبارەکردنەوەی ڕاهێنانەکان دەبێتە هۆی بەهێزکردنی فێربوون. هەناسەی قووڵ بە ڕێکی دەبێتە هۆی ڕێگری کردن یان کەم کردنەوەی ئالوزییەکانی پاش نەشتەرگەری. هەناسە پێوی هاندەر دەبێتە هۆی پێدانی هاندەرێکی بینراو بۆ هەناسەدان بە قووڵی ئەگەر کرا.	ڕێک ڕاوەستان دەبێتە هۆی ئاسانکردنی کرانەوەی ناوپەنچک بە بەکارهێنانی هێزی کێشکردن بۆ دوورخستنەوەی ئەندامەکانی سک لە ناوپەنچک. ڕێگری دەکات لە گرژبوونی ماسولکەکانی سک، کە ئەمەش ڕێگە بە کرانەوەی زۆرتری ناوپەنچک دەکات. هەناسەدانی ناوپەنچک ڕێگە بە فراوان بوونی تەواوی سییەکان و باشتربوونی هەواگۆڕکێ و ئۆکسجینی ناو خوێن دەدات. هەناسەی قووڵ ڕێگە بە هەوا دەدات بە ڕادەیەک تێپەڕێت بە لینجیە تۆپەڵ بووە ڕێگرەکان، بە زیادکردنی هێز لەگەڵیدا دەبێتە هۆی دەرکردنی تۆپەڵەکە. کۆکین دەبێتە هۆی شل کردنەوەی دەردراوەکان و یارمەتیدەرە بۆ لابردنیان لە تورەکەی هەوای سییەکان و بۆری هەوا. نەخۆش دەتوانێت چاودێری ڕاهێنانی هەناسەدان بکات کە لەلایەن پەرستارەوە ئەنجام دەدرێت. شوێنی دەستەکان ڕێگە بە نەخۆش دەدات کە هەست بە جووڵەی سنگ و سک بکات وەک دابەزینی ناوپەنچک و فراوانبوونی سییەکان لە سنگدا. هەناسەدانی قووڵ و هێواش ڕێگە بە تەواوی فراوان بوونی سییەکان دەدات و ڕێگە دەگرێت لە هەناسە بڕکێ یان هەوا گۆڕکێ. هەناسە هەڵمژین لە ڕێی لووتەوە دەبێتە هۆی گەرم، شێدار، فلتەر کردنی هەوا. ڕوونکردنەوە و پیشاندان و سەرنجدانی جووڵەی ئاسایی هەوای سنگ. نەخۆش فێردەبێت کە تێبگات کە هەستکردن بە هەناسەدانی ناوپەنچک چۆنە. بەکارهێنانی ماسولکەی شان و سنگ لە کاتی هەناسەدان دەبێتە هۆی زیادکردنی بەکارهێنانی وزەی ناپێویست و ڕێگە بە فراوان بوونی تەواوی سییەکان نادات.
٨- فێرکردنی چارەسەری پەستانی هەناسەدانەوەی ئەرێنی بکە(PEP) لەگەڵ کۆکینی "huff" ئەنجامدانی پاکوخاوێنی دەست. جێبەجێ کردنی ئامێری (PEP) بۆ ڕێکخستنی داواکراوەکان. ڕێنمایی نەخۆش بکە کە وا دابنیشێت لە شێوازی نیمچە فاولەر یان بەرزی فاولەر دایە و لووت گرەکە لەسەر لووتی نەخۆشەکە دابنێ. (وێنەی٣) دانانی دەم گرە لە دەوری لێوی نەخۆش. ڕێنمایی کردنی بە هەڵمژینی هەناسەی تەواو و دانەوەی دوو یان سێ جار درێژ تر بێت لە هەناسە هەڵمژین. دووبارەکردنەوەی شێوازەکە ١٠ بۆ ٢٠ هەناسە. لابردنی ئامێرەکە لە دەم و نەخۆش هەناسەی قووڵ و هێواش بۆ ماوەی ٣ چرکە ڕادەگرێت.	ڕێکخستنی زیاتر پێویستی بە هەوڵی زیاتر هەیە. پەرەپێدان بە فراوانکردنی سییەکان و قرپدانی بەڵغەم. دڵنیا بەرەوە لەوەی کە نەخۆش هەموو هەناسەیەکی لە ڕێگەی دەمەوە دەدات. دڵنیا بەرەوە کە نەخۆش بە دروستی ئامێرەکە بەکاردەهێنێت. پەرە دان بە فراوانبوونی سییەکان پێش کۆکین. کۆکینی "huff" یان تەکنیکی هەناسەدانەوەی بە زەبر، پەرەدان بە پاکوخاوێنی بۆری هەوا دەبێتە هۆی زیاد دەرکردنی دەردراوەکان.

ڕێنمایی نەخۆش بکە کە بەشێوەیەکی خێرا، کورت، بەهێز هەناسە بداتەوە "huff".	
٩- فێرکردنی کۆکەی کۆنترۆلکراو: ڕوونکردنەوەی گرنگی مانەوەی بە شێوازی ڕێک. پیشاندانی کۆکە، هەڵمژینی ٢ هەناسەی هێواش و قووڵ، هەڵمژینی لە ڕێگەی لووتەوە، دانەوەی لە ڕێی لێوەوە(pursed lips)) هەناسەدان بە قووڵی بۆ جاری سێهەم، هەڵگرتنی هەناسەکەو ژماردنی هەتا ٣. کۆکین بە تەواوی دوو بۆ سێ کۆکینی لە دوا یەک بە بێ هەناسە هەڵمژین لە نێوان کۆکەکان.(بە نەخۆش بڵێ کە هەموو هەواکە لە سییەکانی دەربکات). نەخۆش ئاگاداربکەرەوە لە جیاتی پاکردنەوەی گەروو با بە قووڵی بکۆکێت. ئەگەر برینی نەشتەرگەری لە سنگ یان سک دروست بوو، نەخۆش فێر بکە کە داستەکانی یان سەرین لەسەر ناوچەی کرانەوە دابنێت و دانانی دەستەکان لەسەر سەرینەکە بۆ پارێزگاری کردن لە کرانەوەکە. لە کاتی ڕاهێنانی هەناسەدان یان کۆکین، بە نەرمی فشار بخەرە سەر دژی ناوچەی کرانەوە بۆ پارێزگاری کردن و پشتگیری کردن. نەخۆش بەردەوام دەبێت لەسەر ڕاهێنان کردن بۆ ڕاهێنانی کۆکین، پێچانەوەی کرانەوەکە. ڕێنمایی نەخۆش بکە کە ٢ بۆ ٣ جارلە هەر کاتژمێرێکدا بکۆکێت کاتێک بە ئاگایە. ڕێنمایی نەخۆش بکە کە پشکنین بۆ بەڵغەم، بۆ ڕەقی، بۆن، برەکەی لەگەڵ گۆڕانی ڕەنگەکەی بکات و بۆ ئاگادارکردنەوەی پەرستار ئەگەر هەر گۆڕانکارییەک تێبینی بکرێت.	شوێنەکە ئاسانکاری بۆ کرانەوەی ناوپەنچک و پەرەدان بە فراوان بوونی سنگ و سک دەکات. هەناسەی قووڵ دەبێتە هۆی کشانی سییەکان بەتەواوی بەمەش هەوا دەجوڵێت لە پشت لینجیەوە دەبێتە هۆی ئاسانکردنی کۆکین بە باشی. کۆکەی یەک لە دوا یەک یارمەتیدەرە لە لابردنی لینجی بە شێوەیەکی کاریگەرتر و تەواوتر لە جیاتی یەک کۆکەی بەهێز. پاکردنەوەی گەروو نابێتە هۆی لابردنی لینجیەکان لە بۆری هەوای قووڵ. برینی نەشتەرگەری دەبڕێت لەڕی ماسولکەکان، شانەکان، کۆتایی دەمارەکان. ڕاهێنانی هەناسەدانی قووڵ لەگەڵ کۆکە دەبێتە هۆی دانانی فشار لەسەر هێڵی دوورینەوە ئەمەش نا ئارامی دروست دەکات. پارێزگاری کردنی کرانەوەکە بە دەست یان بە سەرین پشتگیریەکی بەهێز دروست دەکات ڕاکێشانی کرانەوەکە و ئازار کەم دەکاتەوە. کۆکین بە قووڵی لەگەڵ پشتگیری کردنی بە باشی دەبێتە هۆی دەرکردنی لینجی لەگەڵ کەمێک نا ئارامی. ڕەقی، بۆن، بڕ، لەگەڵ گۆڕانی ڕەنگی بەڵغەم ئاماژەیە بۆ هەبوونی ئاڵۆزی لە بۆری هەوا وەک هەوکردنی سییەکان.
١٠- وانەی سوڕانەوەی فێر بکە (بە نموونە باس لە سوڕانەوە بۆ لای ڕاست دەکات): ڕێنمایی نەخۆش دەکرێت بۆ ئەوەی لەسەر پشت بێت و بەرەو لای چەپی جێگاکە بسوڕێتەوە. ئەو دەتوانێت ئەم کارە بکات بە نووشتانەوەی ئەژنۆکان و فشار خستنە سەر پاژنەی پێکانی لە دژی دۆشەکەکە بۆ بەرز کردنەوە و جوڵاندنی سمتەکانی. ڕێنمایی نەخۆش بکە بۆ دانانی دەستی ڕاست یان سەرین لەسەر شوێنی کرانەوە بۆ پاراستنی. ڕێنمایی نەخۆش بکە بۆ ئەوەی ئەژنۆی قاچی ڕاستی بە ڕێکی بهێڵێتەوە و ئەژنۆی قاچی چەپی بچەمێنێتەوە بە بەرزی. نەخۆش بە دەستی چەپ دەسکی ڕاستی جێگاکە دەگرێت لە کاتی ڕاکێشانی بەرەو لای ڕاست. ڕێنمایی نەخۆش بکە کە هەر ٢ کاتژمێر جارێک لە لایەکەوە بسوڕێتەوە سەر لایەکی تر کاتێک بە ئاگایە. ئەگەر نەخۆش نەیتوانی ئەمە ئەنجام بدات، تێبینی خشتەی کارمەندەکان یان چاودێری سەرەکی بکە کە دەبێت هەر ٢ کاتژمێر جارێک نەخۆش وەربگێڕن. تۆ پێویستە سەرین دابنێیت لە پشتی نەخۆشەکە بۆ یارمەتی دانی لە مانەوەی لەسەر لا.	شوێن دانان لە نموونەی لای چەپی جێگاکەوە دەست پێدەکات، کەواتە سوڕانەوە بۆ لای ڕاست نابێتە هۆی ئەوەی نەخۆش لە قەراغی جێگاکە بمێنێتەوە. بەرزکردنەوەی سمتەکان ڕێگری لە هێزی لێکخشاندنی جەستە دەکات لە دژی بەتانیەکە بجوڵێن. پاراستنی شوێنی کرانەوەکە پشگیری لە کەم کردنەوەی ڕاکێشانی هێڵی دوورینەوەکە دەکات لە کاتی سوڕانەوە. ڕاکێشانی قاچەکان بە ڕێکی پارێزگاری لە شوێنی نەخۆش دەکات. نوشتانەوەی قاچی چەپ کێشی دەگۆڕێت بۆ ئاسانکردنی سوڕانەوەکە. ڕاکێشانی بەرەو لای دەسکی جێگاکە دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی هەوڵ دان بۆ سوڕاندنەوەی. کەمکردنەوەی مەترسی ئاڵۆزییەکانی ملوولەکانی خوێن لە ڕێگەی گرژبوونی ماسولکەکانی قاچ لە دەوری خوێن هێنەرەکان بۆ باشترکردنی گەڕانەوەی خوێن. هەروەها ئاڵۆزی سییەکان کەم دەکاتەوە لە ڕێی گۆڕینی لینجی و ڕێگەگرتن لە ڕەقبوونی
١١- ڕاهێنانی قاچی فێر بکە: نەخۆش لەسەر پشت بێت لە جێگاکەدا. ڕاهێنانی قاچی پیشان بدە بە ئەنجام دانی ڕاهێنانی مەودای نا ڕاستەوخۆ هاوکات ڕوونکردنەوەی ڕاهێنانەکە. خولاندنەوەی هەر ئەژنۆیەک بە یەک ئاراستە پاشان بە ئاراستەیەکی تر.	بۆ دابین کردنی شوێنی تونێکاری ئاسایی لە پەلەکانی خوارەوە و جووڵەی ئاسایی جومگەکان بۆ هەر جومگەیەک لە پەلەکانی خوارەوە. ڕاهێنانی بازنەی ئەژنۆ دەبێتە هۆی دابینکردنی جووڵەی جومگەکان و گەڕانەوەی خوێن زیاد دەکات.

ڕێنمایی نەخۆش بکە بۆ وێنەکێشانی بازنەیەکی خەیاڵی بە پەنجە گەورەی قاچ. پێنج جار دووبارەی بکاتەوە. جێگۆڕکێ کردنی قاچ بەرەو دواوە لەگەڵ بەرەو پێشەوە بە جوڵاندنی هەردوو پێکان، پەنجەکان بەرەو سەرەوە پاشان بەرەو خوارەوە بەرەو کۆتایی دۆشەکەکە. وا لە نەخۆش بکە کە هەست بە گرژبوونی نەرمای ماسولکەکان بکات و بە نۆرە خاو بێتەوە. پێنج جار دووبارە کردنەوەی. ئەنجام دانی ڕێکخستنی ماسولکەکانی ڕان لە ڕێگەی تووند کردنەوەی ڕان و هێنانە خوارەوەی ئەژنۆکان بەرەو دۆشەکەکە، پاشان خاوکردنەوەی. پێنج جار دووبارە کردنەوەی. نەخۆش بە نۆرە هەر جارەو قاچێکی بەرز دەکاتەوە لەسەر ڕووی جێگاکە؛ نەخۆش دەست دەکات بە هێشتنەوەی قاچەکانی بە ڕێکی پاشان نووشتانەوەی قاچی لە سمت و ئەژنۆ. پێنج جار دووبارە کردنەوەی. نەخۆش بەردەوام دەبێت لە ڕاهێنانەکان بە لایەنی کەمەوە هەر ٢ کاتژمێر جارێک ڕاهێنان دەکات کاتێک بە ئاگایە. نەخۆش ڕێنمایی دەکرێت بۆ ڕێکخستنی سوڕاندنەوە لەگەڵ ڕاهێنانی قاچ و هەناسەدانی ناوپەنچک، هاندەری هەناسە پێوان، ڕاهێنانی کۆکین.	نەرمای قاچ درێژ دەکاتەوە و ماسولکەکانی نەرمای قاچ گرژ دەکات. یارمەتیدەرە لە گەڕانەوەی خوێن. جێبەجێکردنی ڕاهێنانەکانی ماسولکەی ڕان ماسولکەکانی قاچی سەرەوە گرژ دەکات. جوولەی ئەژنۆ دابین دەکات، گەڕانەوەی خوێن بۆ دڵ باشتر دەکات. بەرزکردنەوەی قاچ دەبێتە هۆی زیادکردنی گرژبوون و خاوبوونەوەی ماسولکەکانی ڕان زیادکردنی جوولەی سمت و ئەژنۆ بە هێشتنەوەی بە ڕێکی و نووشتانەوەی جومگەکانی سمت و ئەژنۆ. دووبارەکردنەوەی زنجیرە ڕاهێنانەکان دەبێتە هۆی بەهێزکردنی فێربوون. جێبەجێکردنی ڕاهێنانەکان بە شێوەی ڕۆژانە دەبێتە هۆی گەشەکردن. زنجیرەی ڕاهێنانەکان بریتییە لە ڕاهێنانی قاچ، سوڕاندنەوە، ڕاهێنانی قووڵ، کۆکین. ڕاهێنان کردن پێش کۆکین دەبێتە هۆی زیادکردنی توانای گواستنەوەی دەردراوەکان کە ئەمەش دەبێتە هۆی دەرکردن و پاکردنەوەی.
١٢-چاودێری نەخۆش بکە کە هەموو ڕاهێنانەکان بە شێوەیەکی سەربەخۆ ئەنجام دەدات.	ڕەخساندنی دەرفەت بۆڕاهێنان و گەڕانەوە و پیشاندانی ڕاهێنانەکان. دڵنیابەرەوە لەوەی نەخۆش فێری تەکنیکی دروست بووە.
١٣- هەڵسەنگاندنی فراوان بۆ بوونی سنگی نەخۆش.	بۆ دیاریکردنی مەودای کشانی سییەکان.
١٤- گوێگرتن لە سییەکانی نەخۆش.	دەنگی هەناسە دەبێتە هۆی ئاشکرا کردنی ئەگەر بۆری هەوا پاک بێت.
١٥-بە نەرمی دەست لە پشتی قاچ بدە بۆ سووربوونەوە، گەرمی، نەرمی. هەڵسەنگاندنی لێدانی پێیەکانی.	لە نەبوونی نیشانەکان و لێدانی ئاسایی زۆربەی کات ئاماژە بە نەبوونی خوێن مەین دەکات لە خوێن هێنەرەکان.

تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردن:

- تۆمارکردنی دۆزینەوەکانی هەڵسەنگاندنی جەستە لە ڕاپۆرتێکدا یان لە پەڕی هێڵکاریدا.
- تۆمارکردن و ڕاپۆرتکردنی هەر ئالۆزییەک کە وەرگیراوە.
- تۆمارکردنی تێبینییەکانی پەرستار و تۆماری تەندروستی ئەلکترۆنی(EHR) ئەو ڕاهێنانانەی کە تۆ پیشانی نەخۆشت داوە یان نەخۆش بە شێوەیەکی سەربەخۆ ئەنجامی بدات.
- ڕاپۆرتکردن بۆ پەرستاری گونجاو لە گۆڕینی داهاتوودا لە هەبوونی هەر کێشەیەک کە نەخۆش هەیەتی لەکاتی جێبەجێکردنی ڕاهێنانەکان.

بەشی بیست و چوارەم

زاراوەی زانستی

زاراوەی زانستی

وشە	وشە
Antiseptic	ماددەیەکە بەکاردێت بۆ لەناوبردنی زیندەوەرە وردبیینەکان کە لەسەر زیندەوەران نیشتەجێن
Anxiety	بریتیە لە هەستکردن بە دڵەڕاوکێ و ترس و زۆر بیرکردنەوە
Anemia	حاڵەتێکە کە خوێن بڕی تەواو لە خڕۆکە سوورەکانی تێدا نییە کە بتوانێت ئۆکسجینی پێویست بگوازێتەوە بۆ شانەکانی لەش
American heart association (AHA)	ڕێکخراوێکی نا بازرگانییە لە ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا کە گرنگیدەدات بە لێکۆڵینەوەی پزیشکی لەسەر دڵ و مولوولەکانی خوێن، وە هۆشیارکردنەوەی بەکارهێنەران بۆ ژیانێکی تەندروست
Anesthesia	کردارێکە بۆ بەکارهێنانی ئەو جۆرە دەرمانانەی کە توانای هەستکردن بە ئازار کەمدەکەنەوە
Appendicitis	بریتیە لە هەوکردنی ڕیخۆلە کوێرە
Alkalosis	حاڵەتێکە کە پەیوەستە بە ترشێتی
Aetiology	زانستێکە لێکۆڵینەوە لە هۆکار و بنچینەی نەخۆشیەکە و کاریگەریەکانی دەکات، بۆ زیاتر تێگەیشتن لە کاریگەری جینی و سروشتیە جیاوازەکان کە بە هۆکاری نەخۆشی دادەنرێن.
Antibiotics	بریتییە لە ماددەیەك یان گیراوەیەك کە دەبێتە هۆی لەناوبردن یان ڕاگرتنی گەشەی زیندەوەرە وردبینەکان.
ACS	بریتییە لە بەرزبونەوەی پەستانی ناو سک و دەبێتە هۆی لاوازبوون یان لەکارکەوتنی یەکێک لە (mmhgزیاتر لە ٢٠) ئەندامەکان
Accu-check III	جۆرێکە لە ئامێری پێوانی شەکرە
Acidemia	بریتییە لە زیادبوونی خەستی ئایۆنی هایدرۆجین لەخوێندا و کەمبونەوەی PH
Acrolein	سادەترین ئەڵدیهایدی ناتێرە (پێکهاتەیەکی کیمیایە)
Aldehyde	O=C(H)– لە کیمیادا، پێکهاتەیەکی ئەمدامیە کە ئەمە پێکهاتەکەیەتی
Alveolar	سکڵدانۆچکەیی
Analgesic	ئازارشکێن، بۆ دەرمان بەکار دێت
Aseptic	خاوێن لە هەر جۆرە زیندەوەرێکی دەرەکی وەک بەکتریا، مشەخۆر و ڤایرۆسەکان
Autoimmune	کاردانەوەی خۆیی(خودی) خڕۆکەسپیەکانی خوێن دژ بە جەستەی خۆمان

Acidic urine	بەرزی ڕێژەی ترشی میز
Alkaline urine	بەرزی ڕێژەی تفتی میز
Anticoagulation	چارەسەرکردن بە بەکارهێنانی دەرمانی دژە مەین بۆ کەم کردنەوەی مەترسی دروست بوونی کلۆلی خوێن
Antimicrobial agents	وردبینەکان و ڕێگە گرتن پێکهاتەی کیمیایە بەکاردێت بۆ لەناوبردنی زیندەوەرە لە گەشەکردنیان.
Antiseptic swabs	سوابێکە بەکاردێت بۆ پاکردنەوەی برین و بەکارهێنانی لە فریاگوزاری سەرەتای
Anuria	واتە نەبوونی میز
Anaphylactic shock	کاردانەوەیەکی توند و تەواوی جەستەیە بەرامبەر ئەو مادده کیمیایانەی دەبێتە هۆدروست بوونی هەستیاری لە جەستەدا، نەچوونی ئۆکسجینی پێویست بۆ خانەکانی لەش
Anticonvulsants	بر یتیە لە جۆرێك لە گرووپی دەرمان کە بەکاردەهێنرێت بۆ ڕێگری کردن و گرژبوونی ماسوولکە ڕاوەس تاندنی
Antecubital	وشەیەکی زانستی لەش زانیە کە ئاماژە بەو بەشە سێگۆشەییە چاڵە دەکات جوومگەی ئان یشك لە نێوان ئێسکی بازو و ئێسکی باسکدا بوونی کە لە هەیە
Avascular	بە واتای برێکی کەم یاخوود نەبوونی لولەکانی خوێن دێت
Antihistamine	پۆلێکە لە گرووپی دەرمانە باوەکان بەکاردەهێنرێت بۆ چارەسەر کردنی هەسیاری نیشانەکانی
Anterolateral	ئەم ووشەیە زیاتر لە زانستی لەش زانیدا بەکاردەهێنرێت بە واتای لە پێشەوە ناوەڕاست و دور لە هێڵی یان لە بەردەم
Abrasion	مەبەست لە توێژاڵی چینی سەرەوەی پێستە کە توشی برینداری و خوێن بەربوون دەبێت
(aVR)	بریتیە لەو نیشانە کارەباییە پۆزێتڤانەی کە لە بەشی شانی ڕاستەوە دێن
aVL	بریتیە لەو نیشانە کارەباییە پۆزێتڤانەی کە لە بەشی شانی چەپەوە دێن
aVF	بریتیە لەو نیشانە کارەباییە پۆزێتڤانەی کە لە هەردوو قاچەکانەوە دێن
AV node	گرێی گوێچکەلەسکۆلە بریتیە لە گورزەیەك لەو خانە کارەباییانە کە بەرپرسن لە ڕێکخستنی پیوەندی چالاکی کارەبای سکۆلەکان و گوێچکەلەکان
Arrhythmia	ناتەواوی لە لێدانی دڵدا . کاتێك ڕوودەدات کە نیشانە کارەبایەکانی دڵ بە تەواوی لێدانەکانی دڵ ڕێك ناخەن.
Anticipated	بە واتای کاتی پێشبینی کراو دێت، یان ڕوودانی شتێك پێش کاتی دیاریکراو
Atrioventricular nodal reentrant tachycardia (AVNRT)	جۆرێکە لە لێدانی دڵ بە خێراییەکی زۆری نائاسایی
Atrioventricular reentrant tachycardia (AVRT)	جۆرێکە لە لێدانی دڵ بە خێراییەکی زۆری نائاسایی
Anastomosis	نەشتەرگەری پێکەوەلکانی دوو پێکهاتەدا

Aetiology	زانستی زانینی هۆیەکانی نەخۆشی
Autolytic debridement	کرداری دووبارە دروستبوونەوە و چوونەوە باری ئاسایی شانەکانە ە ڕیگەی ئەنزیمی خودی لەشمانەوە
Amorphous hydrogel	جۆرێکی مەلهەمە بۆ شیدار ڕاگرتنی برین بەکاردێ
Abduction	ڕاکێشان دوور لە تەوەرەي لەش
Apnea	هەناسەبڕاني کاتي
Amyotrophic Lateral Sclerosis) ALS(	ڕەقبوونی خانەکانی دەمار لە مێشکدا
Auscultate	تاقیکردنەوەي سنگ و دڵ بەگوێ لێگرتنیان بە بیستۆك
ACLC	پشتگیری لێدانی دڵ پێشکەوتوو، پشتگیری ژیانی دڵ و دەماری پێشکەوتوو، کە زۆربەی کات بە نامەی "ACLS" ئاماژەی پێ دەکرێت، ئاماژە بە کۆمەڵێک ڕێنمایی کلینیکی دەکات بۆ چارەسەری بەپەلە و دەرکەوتووی ترس لە ژیان.
Asystole	ناتەواوی کرژبووني سکۆڵە
Apron	بەروانکە .
American Society of Anesthesiologists (ASA)	کۆمەڵگای ئەمریکیی ئەنستیسیۆلۆجیستەکان کۆمەڵەیەکی پەروەردەیی و توێژینەوەی زانستیی و پزیشکییە کە بۆ بەرزکردنەوەی پێوەرەکانی ڕاهێنانی پزیشکیی بێهۆشی و باشترکردنی نەخۆشەکان ڕێکخراوە
Apnea	بریتییە لە وەستانی هەناسە یان هەناسەبڕانی کاتی
Analgesic	ئەو دەرمانانەن بەکاردێن بۆ کەمکردنەوەی ئازار
Antiemetic	ئەو دەرمانانەن بەکاردێن بۆ ڕێگریکردن لە ئێڵنجدان و ڕشانەوە
Airborne infection isolation room (AIIR)	ژوورێکە دیزاین کراوە بۆ ئەو نەخۆشانەی کە نەخۆشی سیلیان هەیە. بۆ ڕێگریکردن لە بڵاوبونەوەی زیندەوەرە وردەکان
Antimicrobial	جۆرێکی دەرمانە کە زیندەوەرە وردەکان دەکوژێت بەتایبەت بەکتریا. وە ڕێگر دەبێت لە گەشەکردنیان
Anger	حاڵەتێکی دەرونیە کە کەسەکە زۆر تورە دەبێت
Bradycardia	بریتیە لە نزمبوونەوەی ڕێژەی لیدانی دڵ
Blister	کۆبونەوەی ئاوە لەژێر پێست کە وەک تڵۆق دەردەکەوێ و ئازاربەخشە

Bronchoconstriction	تەسکبوونەوەی بۆریچکەکانی هەوا
Browder method	ڕێگایەکە بەکاردێت بۆ پێوانی ڕێژەی سووتاوی جەستە
Buccal mucosa	چینێکی تەنکە لە ڕوکەشەشانە لە گوپ یان لە پشتی لێوەکاندا لەناو دەم کە دەلکێت بە پوک و ددانەکانەوە
Burn-shock	توشبوونی کەسەکەیە بە شۆک بەهۆی سووتانەوە
Bacterial flora	کۆمەڵەی جۆرەکانی بەکتریایە لە لاشەدا
Bicarbonate (HCO3)	ماددەیەکە پێی دەوترێت تفت کە لەش پێویستیەتی لە یارمەتی دانی ڕاگرتنی pHهاوسەنگی ترشی ئاسای
Bifurcation	دابەشکردنی شتێک بۆ دوو بەش
Butterfly adhesive strips	باندجی پێچراوە بەکاردێت بۆ پێچانی برینی بچووک و کەم
Buttocks	دوو شانەی ئەستووری ماسولکە گەورەن کە سمت پێک دێنن
Biphasic waveform	شیوەیەکی شەپۆلیە کە هەندێک ئامێری هاوسەنگکردنی لێدانی دڵ بەدیار دەکەویَ کە وزە لە دوو قۆناغدا بەتاڵ دەکاتەوە (یەکەم پۆزەتیف ، پاشان نێگەتیڤ)
Broselow tape	جۆرێکە لە تیپ یاخود کاغەزێک کە هەندێک ڕەنگی لەسەر تۆمار کراوە بۆ پێوانی درێژی یاخود باڵای منداڵ بەکار دێت
Bruising	شین بوونەوە
Bls	پشتگیری ژیانی بنچینەیی بە جۆرەها کرداری فریاگوزاری پێناسە دەکرێت بۆ یارمەتیدان لە مانەوەی دەستبەجێی نەخۆشێک، لەوانە ژیانەوەی دڵ و کۆنترۆڵی خوێنبەربوون.
Bronchi	بۆریِ هەوا
Bronchus	دوو لقەکەی بۆری هەوا
Brisk pulsatile reflux	بەرزبوونەوەی خێرایە لە خوێنبەري سەرەکیي مل و خێرای ڕوودانی سەکتە
Benadryl	بریتیە لە ڕەچەتەی دەرمانی پزیشکی کە بەکاردەهێنرێت بۆ چارەسەری هەستیاری وەلامدانەوەی
Body mass index (BMI)	بیردۆزێکی پێوانەی بیرکاریە بەکاردەهێنرێت بۆ پێوانەکردنی کێش و باڵا لە لێکدانی کێش و بەرزی کەسەکەوە ڕێگەی
Bruising	بریتیە لە برینداربوونی خانەکانی پێست وتێکشکانی دەزوولە ملولە خوێنەکان و دزەکردنی خرۆکەسورەکانی خوێن
Blurred vision	جۆرێکە لە نەخۆشیەکانی چاو کە دەبێتە هۆی ئەوەی کەسەکە بە باشی نەبینێت
Bony orbit	بریتیە لە بۆشاییەك کە لە سەردا هەیە یان بۆشاییەکە لە ئێسك کە چاوی تێدا جێگیر کراوە

Bony prominence	ئەم بەشەی ئێسك نزیکە لە رووی پێست و ئەگەری پەستان وبرینداربوونی زۆرە وەك لە بەشەکانی دیکەی ئێسك
Blinking	بە واتای داخستنی پێلوی چاو دێت بە شێوازێکی خێرا.
BMI	بەهایەکە دەستمان دەکەوێت بە دابەشکردنی بارستایی کەسەکە لەسەر باڵای بە مەتر دووجا
Beta blockers	گروپێکی دەرمانە بەکاردێت بۆ رێکخستن و چارەسەر کردنی ناتەواوی ریتمی لێدانی دڵ
Bronchospasm	بریتیە لە گرژبوونی بۆریچکە هەواییەکان. کە وا دەکات کەسەکە بە قورسی هەناسە بدات
Bronchitis	هەوکردنی ناوپۆشی بۆریچکەکانی سییە
Chest X-ray	بریتیە لە وینەگرتنی سنگ بە بەکارهێنانی تیشك، بۆ ئەو حاڵەتانەی کە .کێشەیەك لە سینگ و دەوروبەری هەبێت
Capnography	.بریتیە لە پێوانەکردنی دوانە ئۆکسیدی کاربۆن لە کاتی هەناسە دانەوە
Central venous pressure (CVP)	.بریتیە لە پەستانی خوێن لە "ڤینا کاڤا" لە نزیك گوێچکەلەی راست لە دڵ
Carbon monoxide(CO)	یەکە ئۆکسیدی کاربۆن
carboxyhemoglobin	هیمۆگلۆبینی تێر بە یەکەئۆکسیدی کاربۆن
Cardiovascular	دڵ و بۆریەکانی خوێن
Catecolamime	هۆرمۆنێکە کەلەلایەن رژێنی ئەدرینالەوە دەردەدرێت
Chill	موچرکە
Chlorhexidine	ماددەیەکە بۆ خاوێنکردنەوەی پێستی نەخۆش لەکاتی نەشتەرگەری و خاوێنکردنەوەی دەست بەکار دێت، یاخوود بۆ پاككردنەوەی ئامێرە پزیشکیەکان
Coagulation	مەیاندن(خوێن)
Contamination	پیس بوون بە زیندەوەرەکانی وەک بەکتریا و ڤایرۆسەکان
CKD-V dialysis	بریتیە لە قۆناغی پێنجهەمی نەخۆشی گورچیلە. وە لەکار کەوتنی گورچیلەکانی لێ دەکەوێتەوە
Coronary artery disease	نەخۆشی بۆریەکانی دڵ
Cyanide	بریتی گەدە یاخوود ریخۆلە کە بەهۆی سترێسەوە دروست دەبێ
Center for disease control and prevention (CDC)	ئاژانسی تەندروستی گشتی نەتەوەیی ویلایەتە یەکگرتووەکانە.

Chemotherapy	چارەسەری نەخۆشییە بە بەکارهێنانی ماددە کیمیاییەکان
Chest auscultation	بەکارهێنانی بیستۆک بۆ گوێگرتن لە سیستەمی هەناسەدانی نەخۆش ولێکدانەوەی دەنگی سییەکان.
Chlorhexidine	پێکهاتەیەکی دژە بەکتریایە بەکاردێت بۆخاوێن کردنەوەی پێست لە دوای بریندار بوون یان پێش دەرزی لێدان.
Chronic obstructive pulmonary disease (COPD)	نەخۆشیەکە کە دەبێتە هۆی داخستنی بۆری هەواو کێشەی پەیوەندیدار بە هەناسەدان
Coal dust	خۆڵی خەڵوزە کە وەک تۆز وایە دروست دەبێت لە کاتی وردکردنی خەڵوز.
Contraindications	بارودۆخێکی دیاری کراوە کە نابێت دەرمان، کرداری پزیشکی، یان نەشتەرگەری بکرێت چونکە دەبێتە هۆی زیان گەیاندن بە نەخۆشەکە.
Corneum	چینی دەرەوەی پێست
Cuffed ETT	وا دیزاین کراوە وەک دروستبوونی بەربەستێک لەبۆری هەوا بۆ ئەوەی هەوا بە دەرەوەی تیوبەکاندا تێپەر نەبێت
Crystalloid	بەکاردێ لە کاتێکدا بۆ کۆنترۆلکردنەوەی شلەکانی لەش لە کاتی وەک وشکبوونەوە یاخود خوێنبەربوون
Comorbidities	هەبوونی چەن نەخۆشییەکە لەیەک کاتدا
Contraction	چوونەوەیەک و کەمبوونەوەی قەبارە یان درێژی
Capillary refill time	کردارێکە بە پەستان خستنە سەر ناوچەیەک و پاشان لابردن بۆ زانینی کاتی پاریکراو لە گەڕانەوەی ڕەنگی پێستەکە بۆ ڕەنگی ئاسایی خۆی
Calloused wound	جۆرێکە لە برین کە وشکە و ڕەق دەبێت و ئازاری نیە
Cervical mucus	شلەیەکە لە ناوپۆشی منداڵداندا دروست دەبێت
Cervical spine	(ناوچەی مل) لە حەوت ئێسک پێک دێت (بربرەc7-c1) ، کە لە یەک جیا دەکرێنەوە بە خەپلەی نێوان بربرەکان . ئەم خەپلانە ڕێگە بە بربرەکان دەدەن بە ئازادی بجولێن لە کاتی چالاکیدا کار بکەن.
Cervical collar	تەوقی مل، کە بە پاڵپشتی ملیش ناسراوە، ئامێرێکی پزیشکییە کە بۆ پشتگیری ملی کەسێک بەکاردێت.
Cardiopulmonary	پەیوەند بە دڵ و سییەوە
Cephalic	تایبەتی بە بە سەر یا مێشك
Chlorhexidine	دەرمانێکی دژە پیسکەرە بۆ پست بەکاردێت پێش نەشتەرگەری
Chevron method	ڕێگای شیڤرۆن برواو بینین و مەبەست و بەهاکانمان بۆ ڕوون دەکاتەوە.
Cardiac dysrhythmias	تێکچوونی لێدانی دڵ

CPR	کردارێکی فریاگوزاری ژیانە کە ئەنجام دەدرێت کاتێک دڵ لە لێدان دەوەستێت.
Cardiac arrest	وەستانی دڵ حاڵەتێکی سەختی دڵە. دڵ لە لێدان دەوەستێت هەروەها بە مردنی لەناکاوی دڵ ناسراوە لێدانی دڵت بە هێزی کارەبایی کۆنترۆڵ دەکرێت
Cyanosis	شین هەڵگەڕاني پێست شین هەڵگەڕان لەبەر کەمي ئۆکسجین لە خوێندا
Carotid	خوێنبەري سەرەکیي ملە
Canthus	بریتیە لە هەر دوو گۆشەی چاو کە لە ئەنجامی بە یەك گەیشتنی هەردوو بەشی سەر و خواری پێڵوی چاو دروست دەبێت
Cerumen	مۆمی گوێ بریتیە لەو ماددەی گوێیەکان دەری دەدەن
Co morbidity	بریتییە لە دەرکەوتنی چەند نیشانەیەک یان چەند نەخۆشیەکی دیکە لە هەمان نەخۆشدا
Chest X-ray (CXR)	بریتیە لە بەکارهێنانی بەشێکی کەم لە تیشک بۆ دروستکردنی ڕەسمێکی ڕەش و سپی بۆ بینینی ئەندامەکانی نەواوە
Chickenpox	دڕکەومێکوتە
Crystalloid fluids	ئەم جۆرە شلەیە کانزا خوێیەکانی تێدایە لەگەل هەندێ لە ماددە بچووک کە لە ئاودا دەتوێنەوە. نمونەش بۆ ئەمە نۆرماڵ سەڵاین ٠.٩ ٪
Cardiac output (CO)	بریتیە لە ژمارەی لێدانی دڵ لە یەک خولەکدا
Computed tomography (CT)	بریتە لە ڕەوانەکردنی تیشکی ئێکس بۆ ناو جەستە. جا بۆ دروستکردنی ڕەسم بێت یاخود دەستنیشانکردنی نەخۆشی بێت
Cloudy cerebrospinal fluid (CSF)	ئەو شلەیەی کە لەناو مێشک و دڕکە پەتک هەیە ئەگەر ڕەساسیەکی کاڵ یاخود ڕەنگی وەک هەور وابوو ئەمە ئەوامان بۆ دەردەخات کە خرۆکە سپیەکان یان پرۆتین لێرەدا کۆڵەکە بووە
Candida albicans	هەوکردنێکە بەهۆی کەڕووەوە ڕودەدات. زیاتر دەم و پێست و زێ دەگرێتەوە
Crackles	ئەو دەنگەیە کە لە سیپەکانەوە دەبیسترێت بەهۆی شلەوەیە لە بۆرێچکەکانی ڕێرەوی هەناسەدان
Diarrhea	حاڵەتێکە کە تێیدا پیسایی هەناو بە شێوەیەکی بەردەوەم دەردەکرێت، وە لە .شێوەی شلە دەبێت
Dialysis	کردارێکە بۆ لابردنی پیسایی و شلەی زیاد لەناو خوێن کاتێك گورچیلەکان بە تەواوی کردارەکانیان جێبەجێ ناکەن .

Dermis	بریتیه له چینێك له بەستەرەشانه كه دەكەوێته نیوان بەشی دەرەوەی پێست وە بەشی ژێرەوەی شانەكانی پێست .
Dyspnea	.دەستەواژەیەكی پزیشكیە كه پەیوەسته بە تەنگی هەناسەدان
Dysthymia	شێوەیەكە لە شێوەكانی پەستبوون و تورەیی درێژخایەن
Denaturation	پرۆسەی گۆڕینی پێكهاتەیەكی پرۆتینیە
Depigmentation	کەمبونەوەی رەنگی پێست، قژ و چاو
Devitalized tissue	قاژ قاژ بوون یاخوود جیابونەوەی شانەیەک(نم/پێست)
Disruption	دەمکردنەوەی برین
Duodenal erosion	داخورانی ناوپۆشی ریخۆڵە(سێیەکی سەرەتای ریخۆڵە)
Deflation	دەرکردن یان بەتالکردنەوەی هەوایە لە ناو شتێک
Deteriorate	لاوازی و خراپ بوونی بارودۆخی نەخۆش
Diabetic Mellitus	نەخۆشیەکە کە لاشە بەتەواوی توانای بەرهەم هێنان و کاردانەوەی ئاسای نییە بۆ ئەنسۆلین
Diuresis	کردنی میزێکی زۆر
Dysuria	هەبوونی ئازار لە کاتی میزکردن
Dextrose	بەکاردێ لەکاتێکدا کە بری شەکر لە خوێندا زۆر کەم بێت
Debridement	لابردنی بەش یاخود پێستە مردووەکەی بەشی سەرەوەی لەسەر برین
Diabetic foot ulcer	دروستبوونە برینە لە پێیەکان لەو کەسانەی توشبوونی شەکرەن بە هۆی شەکرەوە
Dorsiflection	کردەي بەرەوپشتەوە جووڵاندن، بەپشتدا شکاندنەوە
Dizziness	گێژبوون هەستکردن بە سەر گێژخواردن
Dorsal	پەیوەند بەپشتەوە
Dilated pupils	ناوەندی رەشی چاوە کاتێک لە ئاسایی گەورەتر بێت
Defibrillation	بەکارهێنانی شۆکی کارەبایی بۆ وەستاندنی فرپنی ماسولکەی دڵ
Diabetic ketoacidosis (DKA)	نائەواوییەکی نەخۆشی شەکرەیە ،کاتێک جەستە ناتوانێت ئەنسۆلینی تەواو بەرهەم بهێنێت .
Devitalized tissue	بریتیە لە خانە و شانەی مردوو کە ناتوانرێت چارەسەر بکرێت پێویست و البیرێت بۆ ئەوەی خانەی دیکە دووبارە جێگەی دەکات البکرێتەوە بگرێتەوە

Dorsal recumbent position	مەبەست لە شێوازی مانەوەی نەخۆشە لەسەر ج ڕوویەك, لێرەدا ئەم وشەیە بە واتای ئەوە دێت کە نەخۆش دەبێت لەسەر پشت و بە شێوەیەکی تەخت پاڵبکەوێت وە گۆشەیەك لە ژێر سەری دابنرێت
Diaphoretic	وشەیەکی پزیشکییە بە کاردەهێنرێت بۆ پێناسە کردنی دەردانی ئارەق بە ئاسای زیاد لە ڕادەی پێویست شێوازێکی نا
Deltoid	ماسولکەیەکی نزیك سێگۆشەییە، لە ئێسکی چەڵەمەوە بەسەر شاندا درێژ بەشی سەرەوەی ئێسکی بازوو دەبێتەوە تا دەگاتە
Diphenhydramine	بریتیە لە گروپێك لە دەرمان کە بەکاردەهێنرێت بۆ کەمکردنەوەی نیشانەکانی تەنگەنەفەسی و تای بەرز وە نیشانەکانی بریتین لە زیپکە هەستیاری و وپەڵەی سوور و خوراندن و فرمێسکی زۆر
Dyspnea	بریتییە لە کورتی هەناسەدان
Delirium	بریتییە لە تێکچوونی توانا مێشکیەکان لە ئەنجامدا دەبێتە هۆی تێکچوون لە بیرکردنەوەدا و کەمبوونەوەی ئاگایی لێ دەکەوێتەوە
Diaphragmatic	ڕاهێنانانێکی هەناسەدانە کە یارمەتیدەرە لە بەهێزکردنی ناوپەنچنک
Dorsal	پاڵکەوتنە لەسەر پشت. پێی نەخۆشەکە جێگیر دەبێ بە زەوییەکە یاخود سیسەمەکە لەگەڵ بەرزکردنەوەی کەمێک لە ئەژنۆکانی
Diphtheria	نەخۆشیەکی مەترسیدارە کە هۆکارەکەی بەکتریایە. کە دەبێتە هۆی قورسی لە هەناسەدان، وەستانی دڵ، ئیفلیجی و مردن.
D5W	موغەزیەکە بەکاردێت بۆ چارەسەری کەمی ڕێژەی شەکر لە خوێندا
Dextrose	ئەم جۆرە موغەزیە بەکاردێت بۆ چارەسەری کەمی ڕێژەی شەکر لە خوێندا و هەروەها دابینکردنی شلەی پێویست بۆ جەستە (بۆ ئەو کەسانەی تەنها ڕێژەی ئاو لە جەستەیاندا کەمی کردەوە نەک ڕێژەی ئیلکترۆلایت)
Epidermis	چینی دەرەوەی پێستە
Epigastrium	بەشی ناوەند و سەروی سکە
Epinephrine	هۆرمۆن و گەیێنەرێکی دەمارییە بەکاردێت بۆ چارەسەرکردنی هەستیاری، وە ڕێکخستنی لێدانی دڵ.
Endoscopy	کردارێکی پزیشکیە بەکاردێت بۆ بینینی بەشەکانی ناوەوەی لەش
E. coli	جۆرێکە لە بەکتریا کە بەشێوەیەکی ئاسایی لە ڕیخۆڵەدا بوونی هەیە.
Endocrine disorder	نەخۆشی کوێرەڕژێنەکان
Epithelium	رووکەشەشانە

Escharotomy	بریتیە لە بڕینی پێست بەشێوەیەکی هێڵی لەکاتی سووتاویدا و یارمەتی هێشتنەوەی پێست و تێکنەچوونی دەدات
Evaporation	بەهەڵم بوون
Encrustation	توێکڵ یان ڕووپۆشێکی ڕەق
Enteral nutrition (EN)	بریتییە لە پێدانی خواردن یان دەرمان لە ڕێگەی گەرووی مرۆڤەوە.
Enuresis	توانای نەبوونی کۆنترۆل کردنی میز کردن
Epilepsy	نەخۆشییەکی سیستەمی ناوەندە دەمارە کە چالاکی مێشک نائاسای دەبێت
Eustachian	بۆرییەکی ڕەقە کە گوێچکەی ناوەند دەبەستێتەوە لەگەڵ گەروو پاڵەپەستۆی هەوا یەکسان دەکات لە هەردوو لای پەردەی گوێ.
Electrolyte	ئەو ناوەندەیە کە ئایۆنەکان لە خۆ دەگرێت. گرنیگ ترینیشیان بریتییە لە سۆدیۆم، پۆتاسیۆم و کلۆراید.
Epidural	بەنجێکی لۆکاڵە کە دەدرێت لە خوارەوەی پشت لە دەوری دڕکە پەتک
Emphysema	ڕەوشێکی سییەکانە کە دەبێتە هۆی هەناسەدانی کورت
Enterohemorrhagic	بەکتریای ئیکۆلی ژەهرێک دروست دەکات کە زیان بە ناوپۆشی ڕیخۆڵە باریکە دەگەیەنێت کە دەبێتە هۆی سک چوونێکی خوێناوی
ECF	ئەو شلەیە کە لە دەرەوەی خانەدا هەیە
Early Goal-directed Therapy	چارەسەر و چاودێری زۆر وردە بۆ ئەو کەسانەی توشی شۆک بوون بەهۆی دابەزینی پەستانی خوێنیان
EGDT	بریتیە لە چاودێری کردنی نەخۆشەکە بۆ ماوەی ٦ کاتژمێر لە ژوری بەشی فریاکەوتندا کە چاودێری سوڕی خوێنی کەسەکە و دابینکردنی ئۆکسجینی تەواو لە خۆ دەگرێت
Endotrachial drug administration (ET)	پێدانی دەرمانە لەڕێگەی تیوبی بۆری هەواوە
Epithelialisation	کرداری چاکبونەوەی ناوچەی زامدارە و دروستبوونەوەی پێستی زیندوو داپۆشەری نوێ
Exudate	دەردراو، یاخود دزەکردنی شلەیە لە ناوچەیەکەوە بۆ ناوچەیەکی دیکە زۆر کات لا ناو خوێنەوە بۆ شانەکان
Exudate	بریتیە لە بارستای کۆمەڵێک لە خانەکان و شلەکان کە دەچێتە ناو خوێنبەرەکان یان ئەندامێک بە تایبەتی لە هەوکردندا. شلە کە لە ناو دەمارەکانی خوێنەوە دزە دەکات بۆ ناو شانەی نزیک.
Extension	ڕاکێشان بۆ خستنەوە جێ و گرتنەوەي لە جێچوون یا شکاوي
Eid	ئامێرێکە بۆ چاودێریکردن و کۆنترۆلکردنی ئەوشلانە بەکار دێت کە لەڕێی خوێنهێنەرەکانەوە دەدرێت

Endotracheal tube (ETT)	بریتیە لە بۆری هەناسەدان دەکات کە لە ڕێگەی چوونە ناوەوەی بە بۆری هەوادا
Endobronchial	نێوان بۆری هەوا
Extubate	لابردنی هەر بۆرییەک لە بەشی ناوەوە
Emergency medical service (EMS)	خزمەتگوزاری پزیشکی لەناکاو ،خزمەتگوزاریەکە کە چاودێری و گواستنەوەی نەخۆش لە دەرەوەی نەخۆشخانە بۆ چاودێریی یەکلاکەرەوە، بۆ ئەو نەخۆشانەی کە نەخۆشی و برینداریان هەیە کە نەخۆشەکە پێی وایە حاڵەتی فریاکەوتنی پزیشکی پێویستە .
Eczema	بریتیە لە دیاردەیەك کە پێستی لەش سوردەبێتەو و بەردەوام دەبێتە هۆی خوراندن ئەم دیاردەیە زیاتر لە منداڵدا ڕوودەدات بەلام دەگونجێت لە هەر کاتێکی تەمەندا بێت ڕووبدات
Ear Irrigations	کردارێکە دەکرێت بۆ لابردنی ئەو ماددەی گوێچکە بەرهەمی دەهێنێت کە پێی دەوترێت مۆمی گوێ
Emesis	کردارێکە یان نموونەیەکە لە ڕشانەوە
Eardrum	تەپڵە پەردە ئەو بەشەیە کە گوێی دەرەوە جیا دەکاتەوە لە گوێی ناوەڕاست
External anal sphincter	مەبەست لە لووسە ماسوولکەی دەرەوەی دەرچەی کۆمە.
Fibrinogen	جۆرێکە لە پرۆتین لەناو خوێندا کە یارمەتی مەیاندنی خوێن دەدات
Fatty acid	پێکهاتەیەکی گرنگی چەورییە
FiO2	چڕی ئۆکسجینە لە تێکەڵەی گازدا
Fowler's position	شێوەیەکە لە شێوەکانی پاڵکەوتنی نەخۆش بە نزیکەیی ٤٥ بۆ ٦٠ پلەیە. ئەم شێوازە عادەتەن بۆ نەشتەرگەری دەمارەکان و قۆڵ و شان بەکاردێت
Flowmeter	ئامێرکە بۆ پێوانەکردنی خێرای لێشاوی شل
Flexion	کرداری چەماندنەوە یان نوشتانەوە ، بەتایبەتی چەمانەوەی ئەندامێک یان جومگەیەک.
FDA-approved	بریتیە لە داتای کاریگەری دەرمانەکان کە هەڵسەندگێدراون و قبوڵ کراون CDER لەلایەن سەنتەری توێژینەوەی زانستی و خەمڵاندنی دەرمانەکان
Fluid volume excess (FVE)	بەرزبوونەوەی نائاسایی ڕێژەی سوڕانی خوێن لە لەشدا
Femoral pulse	لێدانی دڵ لە خوێنبەری بنی ڕان(فیمۆراڵ)

Faecal specimens	بریتیە لە تاقیکردنەوەیەکی تاقیگەی بە وەرگرتنی نموونەیەك لە پیسای نەخۆش هەبوونی بەکتریا بە هەبوونی هەر وردە زیندەوەرێك بە واتای ئەوە دێت کەسەکە نەخۆشە
Foreskin	بریتیە لەو پێستەی کە بەشی سەرەوەی چووك دادەپۆشێت
Glucometer	ئامێرێکە بۆ پێوانی ڕێژەی شەکر لە خوێن
Gastrointestinal (GI)	بریتیە لە ڕێڕەوی کۆئەندامی هەرس کە لە دەم تاکو کۆم درێژدەبێتەوە
Glycosylated	کارلێکیکە کە گلایکۆسیل دەلکێت بە هایدرۆکسیل بۆ دروستکردنی گلایکۆکۆنجوگەیت گلایکۆکۆنجوگەیت گەردیلەیەکی کاربۆهایدرایتە کە دەلکێت بە پرۆتین یان چەوری کرداری گرنگ ئەنجام دەدەن لە جەستەدا وەک پەیوەندی نێوان خانەیەک بۆ خانەیەکی دیکە، کە یارمەتی دەرن لە گواستنەوەی شلە و ماددەکانی دیکە
Gastrocnemius muscles	ماسولکەکانی پوز
Gerontology	بریتییە لە زانستێک کە لە گەورەبوون و بەتەمەن بوونی مرۆبەکان دەکۆڵێتەوە هەر لە منداڵیەوە تا پیر بوون، لەسەر بەنەمای کۆمەڵایەتی، کلتور، لایەنی دەروونی، توانای فێربوون و بایۆلۆجی مرۆڤ
Gestational diabetes mellitus	شەکرەی کاتی دووگیانی
glomerular filtration rate (GFR)	کردارێکە بەکاردێت بۆ پێوانی ڕێژەی باش کارکردنی گورچیلەکان
Glottis	دووزەلەیی(کونێکە لەناو قورگدا کە دەکەوێتە سەر بۆری هەوا
Glucose tolerance test	تێستێکە بەکاردێت بۆ پێوانی ڕێژەی شەکر کە دەچێتە ناو شانەکانی لەشمان(وەک ماسولکە و چەوریەکان
Glans penis	بەشی دەرەوەو کۆتای ئەندامی زاوزێی نێرینەیە
Granulation	کرداری چاکبوونەوەی برینە کە تیایدا خانەو شانەی نوێ دروست دەبنەوە
Genitalia	بریتیە لە ئەندامەکانی زاوزێ
Hyperglycemia	دەستەواژەیەکی پزیشکیە کە ئاماژەیە بە بەرزبوونەوەی ڕێژەی شەکر لە خوێن.
Hyperventilation	بریتیە لە هەناسەدانی قوڵ و خێرا
Hemiplegic	بریتیە لە بێهێزی، نەتوانینی کۆنترۆڵی لایەکی جەستە. ئەمیش بەهۆی زیان بەرکەوتنە بە مێشکەوە
Hypothermia	دەستەواژەیەکی پزیشکی کت و پڕە کاتێك ڕوودەدات کە لەش ڕێژەی لەدەستدانی گەرمی زیاتر بێت لە ڕێژەی دروستکردنی گەرمی، کە ئەمەش .دەبێتە هۆی دابەزینی پلەی گەرمی لەش بە شێوەیەکی ترسناك

Hypovolemia	کەمبوونەوەی قەبارەی خوێنە لە کئەندامی دڵ و موولولەکانی خوێن
Hemoglobin	پرۆتینێکە لە خوێن کە ئۆکسجین هەڵدەگرێت وە دەیگوازێتەوە بۆ بەشە جیاوازەکانی لەش.
Hyponatremia	حاڵەتێکە کە تێیدا ڕێژەی سۆدیۆم لە خوێن کەمدەبێتەوە
Hypokalemia	بریتییە لە دابەزینی ڕێژەی پۆتاسیۆم لە خوێن.
Histamine	ماددەیەکی کیمیاییە کە لە لەلایەن خرۆکە سپییەکانی خوێنەوە دەردەدرێنە ناو ڕێڕەوی خوێن کاتێك سیستەمی بەرگری دژی هۆکارەکانی هەستیاری چاوەڕوانکرو بەرگری دەکەن
Hypoxia	حاڵەتێکە کە شانەکانی لەش ئۆکسجینی تەواوی دەست ناکەوێت بۆ پاراستنی هاوسەنگی پێویست.
Hyperesthesia	حاڵەتێکە کە تێیدا زیادبوونێکی نائاسایی لە هەستیاری ڕوودەدات
Hydrotherapy	بریتییە لە بەکارهێنانی ئاو بۆ چارەسەرکردنی نەخۆدی یان پاراستنی تەندروستی.
Hypoallergenic	دەستەواژەیەکی پزیشکیە ئامازە بەو شتانە دەکات کە هەستیارییەکی کەمتریان تیا بەدی دەکرێت.
Hypotension	کاتێك ڕوودەدات کە ڕێژەی بەستانی خوێن لە ڕێژەی ئاسایی کەمتردەبێت.
Homeostasis	کردارێکە بۆ ڕێگریکردن و ڕاوەستانی خوێن بەربوون
Hematuria	بریتییە لە بوونی خوێن لە میز
Hypoxaemia	بریتیە لە دابەزینی ڕێژەی ئۆکسجین لە خوێن
Hypercapnic	بریتییە لە کەڵەکەبوونی دوامە ئۆکسیدی کاربۆن لە ڕێڕەوی خوێن
Haematology	ئەو تایبەتمەندیەیە کە بەرپرسە لە دیاریکردن و بەڕێوبردنی گروپێکی فراوان لە تێکچوونە بێ زیان و زیانبەخشەکانی خانەکان سوور و سپی و پەرەکانی خوێن و سیستەمی مەیین لە منداڵ و پێگەیشتووەکان
Haematocrit	تاقیکردنەوەیەکە بۆ پێوانی ڕێژەی خوێن کە لەخرۆکەی سوور پێکدێت
Hyponatraemia	کاتێك ڕوودەدات کە ڕێژەی سۆدیۆم لە خوێن بە شێوەیەکی نا ئاسایی کەمدەکات
hypercoagulable	بریتییە لە زیادبوونی ویستی خوێن بۆ کلۆت بوون یان مەیین
Hepatitis A	A بریتییە لە هەوکردنی جگەر کە بەهۆی ڤایرۆسی هەوکردنی جگەر جۆری ڕوودەدات
Hypotonic	گیراوەیەکە کە بە ڕێژەیەکی کەمتر لە خوێن شلە و شەکر و خوێی تێدایە
Hypertonic	گیراوەیەکە کە بە ڕێژەیەکی زیاتر لە خوێن شلە و شەکر و خوێی تێدایە
Hypernatremia	دەستەواژەیەکی پزیشکیە بەکاردێت بۆ باسکردنی ڕێژەیەکی زۆر لە سۆدیۆم لە خوێن
Hypoalbuminemia	بریتییە لە کەمبوونەوەی ڕێژەی ئەلبۆمەن لە خوێن

Healthcare	ستافی تەندروستی
Hematocrit	رێژەی خرۆکەسوورەکانی ناوخوێنە
Hemoconcentration	بریتییە لە زیاد بوون لە رێژەی خرۆکە سوورەکانی خوێن
Hemodynamic	چۆنیەتی جوولەی خوێن لەلەشدا
Hemolysis	تێکشکان و شیبونەوەی خرۆکەسوورەکانی خوێن
HbA1c test	تێستی شەکرەی سێ مانگی
Hoarseness	بریتییە لە گۆڕانی دەنگ بۆ سەوتێکی گڕ
Hips	ئەو بەشەی لەشە کە دەوری جەمگەی سمت دەدات
Humidifier	ئامێرێکە بۆ دابینکردن یان هێشتنەوەی شێداری
Hypercholesterolemia	بوونی ئاستی بەرزی پلازمای کۆلیسترۆڵ
Hydrocolloid dressing	داپۆشەری برین
Hydrofiber	جۆرێکی لەفافە بۆ داپۆشینی برین بەکاردێ کە ماددەیەک لە پێکهاتەکەیدا هەیە یارمەتی زوو تیماربوونی برنەکە دەدات
Heart failure	دڵە کوتێ دڵ خوێنی پێویست بۆ بەشەکانی لەش نانێرێت
Hypertonic saline (HS)	ئەم جۆرە موغەزیە بەکاردێت بۆ زیادکردنی شلەی ناو خانەکان. وە هەروەها .بەکاردێت بۆ چارەسەری کەمی سۆدیۆم لە خوێندا
Hazardous infectious waste	بریتیە لەو پاشەڕۆ و پاشماوانەی کە لەوانەیە ببنە هۆکاری نەخۆشی بۆ وە ئەو پاشەڕۆیانە دروست دەبن بەهۆی کاری چاودێری جەستەی مرۆڤ شوێنی چارەسەر کردنی نەخۆش.تەندروستیەوە وەك نەخۆشخانە و
Hemorrhoids	بریتیە لە نەخۆشی مایەسیری، کە دەبێتە هۆی هەڵئاوسانی لوولەی خوێنبەرەکان لە دیواری ریخۆڵە و لە دیواری کۆمدا
Ischemia	حاڵەتێکە کە تێیدا ڕێگری دەکرێت لە دەرپەڕینی خوێن یان کەمکردنەوەی، .لە بەشێکی دیاریکراوی لەش
Isotonic solution	.گیراوەیەکە کە هەمان خەستی خوێی هەیە، وەك خانە و خوێن
Intolerance	بریتییە لە نەتوانینی جەستە بۆ هەرسکردن و هەڵمژینی هەر یەک لە ماددە خۆراکیەکان یاخود لە دەرمانەکان
Immunosuppression	ئەو دەرمانانەن کە بەرگریە کۆئەندامی لەشمان هێور(لاواز) دەکاتەوە
Inhalation	هەڵمژین
Interstitial fluid	شلەی نێوان لولە خوێنەکان و خانەکانە
Intravascular	ناو لولەکانی خوێن

Ionization	بریتییە لە وەرگرتن یاخوود لەدەستدانی ئەلیکترۆن
Isocyanate	گروپێکی کیمیاییە کە ئەمە شێوگەکەیانەR-N=C=O
Immunosuppression	بارودۆخێکی کاتی یان هەمیشەی لەکارکەوتنی سیستەمی بەرگری لەشە کە ئەمەش دەبێتە هۆی زیاد کردنی مەترسی تووشبون بە نەخۆشی
Incision	برینی نەشتەرگەریە لەسەر پێست یان گۆشت
Intraoperative	لە کاتی نەشتەرگەریدا
Iodophors	تێکەڵەیەکە لە یۆد بۆ لە ناو بردنی ڤایرۆس بەکاردێت
Impetigo	هەوکردنی پێستە لە منداڵادا کە هۆکارەکەشی بەکتریایە
ICF	ئەو شلەیە کە لە ناو خانەدا هەیە
Intracranial pressure (ICP)	ئەو پەستانەیە کە دەکەوێتە سەر شانەکانی مێشک و کەلەی سەر
Intraosseous drug administration (IO)	پێدانی دەرمانە ڕاسەوخۆ بۆ مۆخی ئێسک
Intravenous drug administration (IV)	پێدانی دەرمان لەرێگەی دەمارەوە
Incision	برین ، شەقکردن
Immobilize	ڕێگرێکردنە لە جوڵە
Interphalangeal	نێوان گرێ پەنجەکان
Infiltration	هەر بارێکي نەخۆشيي شانەکانە، بەهۆي بووني ماددەي نامۆوە تێیاندا
Interclavicular	نێوان هەردوو چەڵەمەکان
Idiosyncratic	بریتیە لە کاردانەوەیەکی نا ئاسای بۆ ماددە کیمیایەکان کە نامۆیە بۆ ئەو .کەسەی پێی دەدرێت
Intramuscular (IM)	.وشەکە بە واتای ناو ماسولکە یان بۆ ناو ماسوولکە دێت
Immunization	پرۆسەیەکە کە بە هۆی کوتانەوە کەسەکە دەپارێزێت لە تووشبوون بە .نەخۆشی
Iliac crests	وشەیەکە لە زانستی لەش زانی کە ئاماژەدەکات بە ناوچەیەکی چەماوە لە بەشی سەرەوەی ئێسکی کلۆت
Irrigant	شۆردنی بۆشاییەکانی لەشە یان شوێنێکی برینداربوو بە ئاو یان گیراوەی دیکە
Isoelectric period	ماوەیەکە لە ئامێری نەخشەکێشی هێلکاری دڵ کە بریتیە لە کۆتای شەپۆلی ئێس و سەرەتای شەپۆلی تی
Itching	خوراندن

Internal sphincter	لووسە ماسوولکەی خۆنەویستە لە بەشی ناوەوەی لەشدا بە شێوەی ئاسایی لە باری گرژبوون دایە نموونە وەك ئەو لووسە ماسوولکەی دەوری گەدە لە کاتی وەرگرتنی خۆراکدا دەمی گەدە دەکاتەوە بەڵام لە کۆتاییدا بە هۆی ئەم لووسە ماسوولکە خۆنەویستەوە دادەخرێت
Jaundice	.حاڵەتێکە کە پێست و سپێنەی چاو و لینجە پەردەکان زەرد هەڵدەگرێن
Kyphosis	بە چەماوەیەک پێناسە دەکرێت کە پێوانەکەی ٥٠ پلە یان گەورەترە لە تیشکی ئێکس، تاقیکردنەوەیەکی ناسینەوە کە تیشکی وزەی کارەبایی نادیار بەکاردێنێت بۆ بەرهەمهێنانی وێنەی شانەی ناوەکی.
Leukocytes	خانە سپییەکانی خوێنە کە یارمەتی لەش دەدات بۆ لەناوبردنی ڤایرۆس و بەکتریاکان.
Lithotomy	ئەم شێوازی پاڵکەوتنە عادەتەن لە کاتی نەشتەرگەری منداڵدا بەکاردێت. کە نەخۆشەکە لەسەر پشت پاڵدەکەوێت و ئەژنۆکانی دەچەمێتەوە بە نزیکەیی ٧٠ بۆ ٩٠ پلە
Lancet	ئامێرۆچکەیەکی بچوکە بۆ کون کردنی پەنجە بەکار دێت لەکاتی ویستنی بڕێکی کەم لە خوێن
Larynx	قورقوڕاگە
Leucoplast	ئەندامۆچکەیەکی بچوکە لەناو خانەی ڕووەکیدا هەیە
Lidocaine	جۆرێکی دەرمانە وەک سڕکەر بەکاردەهێنرێت بۆ نەهێشتن یاخود ڕێگریکردن لە ئازار کە بە شێوەی مەڵهەم و شلەش بەردەستە
laceration	پارچەپارچە کردن
lymphedema	ئاوساني شانەكاني ژێر پێست لەبەر شلەي ليمف زۆر تێزان
LMA	هێلی هەوایی ماسکی لارنجاڵ جێگرەوەیەکی پەسەندە بۆ ماسکی بێهۆشی لە ژووری نەشتەرگەری. زۆر جار بۆ کردارە کورتەکان بەکاردێت
lupus	گرێ گرێبووني پێست و لينجە پەردەيە، دەنكۆڵەي قاوەيي لەسەر پێست و لە چەند شوێنێکدا پەیدادەبێت
Low-molecular-weight heparin (LMWH)	مەیینی لە ڕێگریکردن بۆ بەکاردێت کە بەستنەکان دژە دەرمانە لە پۆلێکە .دڵ ماسوولکەکانی تێکشکانی چارەسەرکردنی و خوێن
Lipohypertrophy	کۆبوونەوەی نا ئاسایی چەوریە لە ژێر ڕووی پێستدا
Latex	جۆرێکە لە جۆرەکانی دەستکێش دروستکراوە لە ماددەیەکی تەنکی وەک پلاستیک.
Lactated Ringer’s solution	جۆرێکە لە موغەزی بەکاردێت بۆ چارەسەکردنی کەمی پەستانی خوێن و گەڕانەوەی هاوسەنگی شلەی جەستە
liver cirrhosis	دواین قۆناغی نەخۆشی جگەرە
latissimus dorsi	ماسولکەیەکی گەورەوە تەختە کە دەوری ناوەڕاست و خوارەوەی پشت دەدات
Lotion	گیراوەیەکە بۆ نەرمکردنەوە بەکاردێ
Malaria	نەخۆشییەکی کوشندەیە، بەهۆی مشەخۆرەکانەوە ڕوودەدات کە تووشی هەندێ لەو مێشوولانە دەبێت کە لەسەر مرۆڤ خۆراك خۆراك وەردەگرن.

Morbidity	بریتییە لە تووشبوون بە نەخۆشی یان حاڵەتێکی دیاریکراو
Mortality	بریتییە لە پێوانەکردنی ڕێژەی مردن لە کۆمەڵەیەکی دیاریکراو
Mastectomy	لابردنی تەواو مەمک بە نەشتەرگەری بەهۆی شێرپەنجەوە
Metabolism	کارلێکی کیمیاییە کە تیایدا خۆراک دەگۆڕێت بۆ وزە
Metacarpal bone	بریتیە لە ئێسکەکانی ناو دەست
Microorganism	وردە زیندەوەر(بەکتریا، ڤایرۆس)
Molecule	گەرد
Mucosa	چینێکی تەنکە لە رووکەشە شانە کە دەکەوێتە ناوپۆشی ڕێڕەوەکانی ناو لەش(کۆئەندامی هەرس) و بۆشاییەکان(میزەڵدان
Multiple organ dysfunction syndrome (MODS)	بریتیە لە لەکارکەوتنی دوو ئەندام یان زیاتر لە هەمان کاتتدا
Maturation	پێگەیشتن
Maceration	خووسان
Musculoskeletal	ئێسکەکان و ماسوولکەکان و ژێ ماسولکەییکان و بەستەرەکان، شانە نەرمەکان لە خۆدەگرێت
Malignancy	بوونی خانەی شێرپەنجەییە لە جەستەدا کە لەوانەیە ببێتە هۆی مردنی کەسەکە
Malnutrition	حاڵەتێکی مەترسیدارە کاتێک ئەو خۆراکانەی دەیخوێت ماددە پێویستەکانی وەک ڤیتامین و پرۆتین و کاربۆهایدراتی بە پێی پێویستی تێدا نیە.
Measles	سورێژە
Mycoplasma pneumonia	جۆرێکی بەکتریایە کە دەبێتە هۆی کۆکەی وشک، تا، کورتی هەناسەدان.
Mumps	ملە خرە
Meninges	بریتین لە سێ بەرگ کە مێشک و بربڕەی پشت دادەپۆشن
Metacarpophalangeal	ئەو جومگە گەورەیەیە کە لە دەستدایە کە ئێسکەکانی پەنجەکان و ئێسکەکانی مەچەک پێک دەگەیەنێ .
Metacarpal	ئێسکی دەست
Mandibular rami	ژێر چەناگە
Memodynamic	ئاماژە بە پێوانە سەرەتاییەکانی کاری دڵ و دەمار

Myocardial infraction (MI)	تێکشکانی ماسوولکەکانی دڵە بەهۆی نەچوونی خوێنی پێویست بۆ ئەو ناوچەیە
Mean arterial pressure	بریتیە لە تێکرای پەستانی خوێنبەرەکان لە یەک سوری دڵدا (گرژبون و خاوبونەوەی دڵ)
Mannitol	دەرمانی میز پێکەرە بەرکاردێت بۆ کەمکردنەوەی ئاوسانی جەستە و کەمکردنەوەی پەستانی چاو و دەوروبەری مێشک
MAP	بریتیە لە تێکرای پەستانی خوێنبەرەکان لە یەک سوری دڵدا (گرژبون و خاوبونەوەی دڵ)
Magnetic resonance imaging (MRI)	بەکارهێنانی خانەی موگناتیسی یان شەپۆلی دەنگ بۆ دروستکردنی وێنەیەکی تەواوی شانەکان و ئەندامەکانی جەستە
Magnifications	پرۆسەی گەورەکردنی شتەکانە (خانە و شانە هتد...)
Nausea	بریتییە لە هەستکردن بە ناڕەحەتی، وە ئارەزووکردن بۆ ڕشانەوە
Nausea	ئێڵنجدان
Noxious gas	گازی ژەهراوی
Necrotic tissue	شانە یان خانەی مردوو
nasal mucosa	لینجی ناوپۆشی لوت
Nonflammable liquid	بە ئاسانی گڕ ناگرێت و خێرا ناسوتێت ئەگەر داگیرسابێت.
Neuromuscular	پەیوەندي ڕەگ و ماسولکە
Neonatal basic life support (NBLS)	پشتگیری ژیانی بنچینەیی بە جۆرەها کرداری فریاگوزاری پێناسە دەکرێت بۆ یارمەتیدان لە مانەوەی دەستبەجێی منداڵی ساوا
Neonatal advanced life support (NALS)	ئەم بەرنامەیە تیشک دەخاتە سەر کارامەیی ژیانەوەی سەرەتایی بۆ منداڵە تازە لەدایکبووەکان.
Neurology	دەمارناسی لقێکە لە زانستی پزیشکی کە پەیوەندی بە نەخۆشی و نارێکی سیستەمی دەمارەوە هەیە.
Necrosis	بریتیە لە مردنی خانە و شانەکانی لەش. لە ئەنجامی نەچوونی خوێن بۆ ئەو خانە و شانانە
Nitrile	جۆرێکە لە جۆرەکانی دەستکێش کە توانای بەرگەگرتنی بۆ دڕان زۆر زیاترە لە دەست کێشەکانی تر
Nephrotoxic	بریتیە لە خراپ بوونی کرداری گورچیلە بەهۆی کاریگەی ژەهری ماددە کیمیاییەکان یاخود ژەهری دەرمانەکان
Neutrophils	جۆرێکی خرۆکەی سپییە
Otoscope	ئامێرێکە کە روناکیەکی تیشکدەر دەردەدات بۆ یارمەتیدان لە وێنەگرتن و پشکنینی ڕێڕەوی گوێ و پەردەی گوێ.
Oedema	بریتییە لە کۆبوونەوەی شلەکان لە لەش، کە دەبێتە هۆی هەڵئاوسانی شانە تووشبووەکان.
Oesophageal	سورێنچک بەشێکە لە ڕێڕەوی هەرس

Otolaryngologist	.بەشێکە لە بواری پزیشکی تایبەتە بە نەخۆشیەکانی لووت و قورگ و گوێ
Oxalate	خوێ یان ئەستەر بۆ ترشی ئۆگزالیک
Orthopnea	قورسی هەناسەدانە لە کاتی پاڵکەوتندا ئەویش بەهۆی کۆبوونەوەی شلەیە لە سیپەکاندا
ORTHOPNEIC POSITION	شێوازێکی دانیشتنە کە نەخۆشەکە لەسەر سمت دادەنیشێت و پشتی کور دەکاتەوە
Pathogenic	بریتییە لەو جۆرە زیندەوەرانە کە دەبنە هۆی نەخۆشی
PPE (Personal protective equipment)	بریتییە لە جلی پارێزەر یان کڵاو یان چاویلکەی پارێزەر و هەندێ کەرەستەی تر کە بۆ پاراستنی کەسەکە لە تووشبوون بە نەخۆشیەکان بەکاردێت
Photophobia	بریتییە لە هەستیاری بە ڕۆشنایی
Puberty	ئەو کاتەیە کە لەشی منداڵ گۆڕانکاری بەسەردێت و گەشە دەکات کاتێك باڵغ دەبێت
Prediabetic	حاڵەتێکی مەترسیدارە کە تێیدا ئاستی شەکر لە خوێن لە ئاسایی زیاتر دەبێت، بەڵام بەتەواوی بەرز نەبۆتەوە بۆ ئەوەی وەك نەخۆشی شەکرەی جۆری دووەم دەستنیشان بکرێت
Pacemaker	ئامێرێکی بچوکە کە لە سنگی دادەنرێت یان دەچێنرێت، بۆ ڕێکخستنی لێدانەکانی دڵ
PaCO2	بریتییە لە ڕێژەی دوانەئۆکسیدی کاربۆنی تواوە لە خوێندا
Palmer method	ڕێگایەکە بەکاردێت بۆ پێوانی ڕێژەی سووتان
Polycythemia	زۆربوونی ڕێژەی خڕۆکە سوورەکانە لە جەستەدا
Prothrombin	پرۆتینێکە دروست دەکرێت لە لایەن جەگەرەوە
positive expiratory pressure therapy (PEP)	هەناسەدان لە ڕێگەی ئۆکسجین ماسکەوە
paraplegic	جۆرێکە لە ئیفلیجی کە نەخۆشەکە ناتوانێت بەشی خوارەوەی جەستەی بجوڵێنێت
pharyngeal	بۆریەکی ماسولکەییە کە دەم و بۆشایی لووت دەلکێنێت بە قورگ و سورێنچک
Pertussis	کۆکە ڕەشە
PaO2	بریتییە لە ڕێژەی ئۆکسجینی تواوە لە خوێندا
Paralytic ileus	بریتییە لە لەکارکەوتنی ماسولکەکانی ڕیخۆڵەو و نەجوڵانی خۆراک تیایدا
Peristalsis	بریتییە لە جوڵەی ئاسایی ڕیخۆڵە
Pharynx	گەروو

Placenta	وێلاش
Postburn injury	برینێکە کە دوای سووتان توشی نەخۆشەکە دەبێت
Precautions	خۆپارێزی
Prehospital	پێش نەخۆشخانە
Prolonged hospitalization	داغل بوون لە نەخۆشخانە بۆماوەیەکی درێژ
Pulmonary artery pressure	پەستانی سەر خوێنبەرەکانی سییەکان
Pulse rate	رێژەی لێدانی دڵ
Purulent	(جەراعەت)برینێک یان ناوچەیەک کێمی کردبێت
Parameter	پێوەر
Partial-thickness burns	جۆرێکی سوتانە کە جگە لە چینی سەرەوەی پێست بەشیک لە چینی دووەمیش دەگرێتەوە
Peritoneum	بەرگێکی تەنکە کە دەروی بۆشایی سک دەدات و ئەندامەکانی ناوەوە دادەپۆشیت
Pleura	پەردەیەکی تەنک و لوسە سییەکان دادەپۆشێت
Pericardium	بەرگێکی دووتوێیەدەوری دڵی داوە
Pseudomonas aeruginousa	جۆرێکی بەکتریایە کە لە مرۆڤد دەبێتە هۆی هەوکردنی خوێن و سییەکان
Phlebitis	هەڵئاوسانی خوێن هێنەر
Peripheral pulse	لێدانی دڵ لە ئارتری پەلەکان
Pediatric basic life support (PBLS)	پاڵپشتی ژیانی بنەڕەتی منداڵان، رێکارێکی رزگارکردنە کە بە مەبەستی رێگرتن لە زیانەکانی مێشک
Pediatric advance life support (PALS)	ئامانجی پشتگیری ژیانی پێشکەوتووی منداڵان (PALS) رزگارکردنی ژیانە بۆ منداڵێک کە تووشی بریني سەخت یان نەخۆشی دەبێت
Pneumothorax	چوونە ژوورەوەی هەوا بۆ ناو سنگ
Pulseless electrical activity (PEA)	باری کلینیکی دیاری کراوە بە بێ وەڵام دانەوە و نەبوونی هەستی وەڵامدانەوە لە ئامادە بوونی چالاکی کارەبایی دڵ.
Penis	پێکهاتەی بەشی دەرەوەی ئەندامی زاوزێی نێرینەیە واتە (چوك)
Pelvic floor	کۆمەڵێك لە ماسوولکەیە بەستراوە بە حەوزە کەلێنەوە کە پاڵپشتی ئەندامەکانی ناو حەوزە کەلێن دەکات وەك میزلدان و ملداندان...هید
Puncture-proof container	مەبەست لەو دەفرەیە کە بە تایبەتی بە کاردەهێنرێت بۆ پاشماوە پزیشکیەکان وەك دەرزی
Pruritus	مەبەست لە خوراندنی پێستە هۆکاری سەرەکی دەگەڕێتەوە بۆ وشك بوونەوەی پێست کە وادەکات کەسەکە بێزار بکات زۆر جار رووشان و

	برینداربوون ڕوودەدات
Purkinje	بەکێکە لە تایبەترین ماسوولکە ڕیشاڵەیەکانی دڵ بەشێکە لە تۆڕی کارەبایێ دڵ کە نیشانە کارەبایەکان لە گرێی گوێچکەلەسکۆڵەوە دەگوازێتەوە بۆ سکۆڵەکان.
P interval	ماوەی گرژبوونی گوێچکەلەکان دەنوێنێت
Peristalsis	جووڵەی لووسە ماسوولکەکانە لە ناو لەشدا لە ئەنجامی تێپەڕ بوونی خۆراك بە ناو گەروو و ڕیخۆڵەدا تێپەڕ دەبن بەهۆی ئەم جووڵە و شەپۆلانەوە
Parainfluenza	جۆرێکە لە ڤایرۆس کە توشی سییەکان دەبێت و نەخۆشیان دەخات بە تایبەتی توشی کۆرپەلە و منداڵ دەبێت
Pediculosis	کۆبونەوەی جۆرێک لە جۆرەکانی مێرووە لەو شوێنانەی کە موو هەیە بەتایبەتی لە قژدا
Peripheral edema	بریتیە لە ئاوسانی بەشی خوارەوەی قاچەکان و دەستەکان
Parasitic protozoa	مشەخۆرێکی تاک خانەن کە خانە و شانەکان داگیر دەکەن و لەسەریان دەژین
Parasympathetic nervous system	ئەم سیستەمە وا دەکات لە جەستە کە بگەڕێتەوە باری ئاسایی خۆی
QRS complex	لادانە لە ئامێری نەخشەکێشی هێڵکاری دڵ کە ئاماژە بە هەبوونی چالاکی سکۆڵەکان دەدات
Rubeola	نەخۆشیەکی درمە کە دەبێتە هۆی هەوکردنێکی توند، وە بەهۆی ڤایرۆسی میسلس ڕوودەدات.
Radiography	زانستێکی بەکارهێنانی تیشکە بۆ دابینکردنی وێنەی شانەکان و ئەندامەکان و ئێسك و موولولەکانی خوێن کە لەشی مرۆڤ پێکدێنن
Reabsorption	دووبارەهەڵمژینەوە
Regurgitation	گەڕانەوەی پێکهاتەکانی گەدە بۆ ناو قوڕگ
Rehabilitation	پارمەتیدانی نەخۆش بۆگەڕانەوەی بۆ باری ئاسایی خۆی لەرووی جەستەیی و دەرونیەوە
Respiratory dysfunction	لەکارکەوتنی کۆئەندامی هەناسە
Restlessness	جێ بەخۆنەگرتن، نائارام، زۆر جوڵە
Resuscitation	بوژاندنەوە
Regeneration	نوێبوونەوە
Rotation	خولانەوە
Radiation therapy	چارەسەری شێرپەنجە کە دەرمانی بەرزی تیشکدانەوە بەکاردێنێت بۆ کوشتنی خانە شێرپەنجەکان
Radial pulse	لێدانی کەوەرە
Respiratory arrest	وەستانی هەناسەدان
Reintubate	چاودێریکردن و داتا

Recumbent	شێوازێکی پاڵکەوتنە کە نەخۆشەکە بە لای ڕاست یان چەپ پاڵدەکەوێت
Reflex	بریتیە لە جووڵەیەکی خۆنەویست
Respiratory rate	ژمارەی هەناسەدانە لە یەک خولەکدا
Rhonchi	دەنگێکە دەبیسترێت (بلقە بلق) لەکاتی هەناسە وەرگرتن و هەناسەدانەوە
Stethoscope	.ئامێرێکی پزیشکیە بەکاردێت بۆ بیستنی دەنگە ناوەکییەکانی لەش
Seizure	.تێکچوونێکی کارەبایی کت و پڕ و نارێکە لە دەماخە
Scar	جێی برین، بزماتە
Serotonin	ماددەیەکی کیمیاییە کە مێشک و خانە دەماریەکان بەکاریدێنن بۆ جێبەجێکردنی فرمانی ئاسایی خۆیان
Singed nostril hair	مووی ناوپۆشی لووت
Socioeconomic	باری کۆمەڵایەتی و ئابووری
Spirometer	ئامێرەکە بەکاردێت بۆ پێوانی ڕێژەی ئەو هەوایەی هەڵدەمژێن و دەیدەینەوە لە هەناسەدانێکدا
Sulfur dioxide	گازێکی بێرەنگ و بۆنداره
Sjögren's syndrome	ناتەواوی سیستەمی بەرگری لەشە کە بە دوو نیشانەی باو دەناسرێتەوە (وشک بوونەوەی چاو و دەم)
Sphygmomanometer	ئامێرێکە بۆ پێوانە کردنی پەستانی خوێن
Steri-Strips	لەزگەی پێچانی برین
Suboptimal	لاوەکی
Stridor	دەنگێکی گڕی لەراوەی قایمی تایبەتییە لەکاتی هەناسەداندا پەیدادەبێت
Swelling	ئاوسان
Sloughy	وشەمە زیاتر بۆ برین بەکار دێ .برینێکی تەڕ یاخود ێدار بەوتای ئەوەی وشک نەبێ
Syrup	شروب
Suppository	شاف ،جۆرێکی دەرمانە بە کۆم هەڵدەگیرێ
Scoliosis	چەماوەیەکی لاوەکی بڕبڕەکەیە سکۆلیۆس چەماوەیەکی لاوەکی بڕبڕەکەیە کە زۆربەی کات لە هەرزەکارەکاندا دەستنیشان دەکرێت.
Subluxation	نیمچە لەجێچوون بەهۆی جوڵانی بڕبڕەکانەوە

Spinal cord	پەتي بڕبراگە، دڕکە پەتک لە بەشی خوارەوەی مێشکەوە درێژ دەبێتەوە بۆ خوارەوەی دواوە
Sclerosis	ڕەق بووني شانەکان
Semipermeable	نیمچە دادەر
Spinal immobilization	جێبەجێ دەکرێت بۆ کەمکردنەوەی جووڵەی ستووني بڕبڕە.
Sternocleidomastoid	یەکێکە لەماسولکەکاني مل
Sternum	کۆڵەکەي سنگ
Sinoatrial node	پێکهاتەیەکی تایبەتە بە ماسولکەی دڵ کە دەست دەکات بە ناردنی لێشاوی کارەبایی بۆ هاندانی گرژبوون
Supraventricular tachycardia (SVT	لێدانی دڵێکی نائاسای خێرا یان نائاسای کە کار دەکاتە سەر ژووری سەرەوەی دڵ (گوێچکەڵە)
Sensory nerve	هەستە دەمارەکان زانیاریەکان کۆدەکەنەوە لە ڕێگەی دەمارە خانەکان بە شێوەی ئەرکی کار زانیاریەکان دەگوازنەوە
Streptococcal pharyngitis	بریتیە لە هەوکردنی بەشی دواوەی گەروو کە هۆکارەکەی بەکتریایە
Stretch receptors	وەرگرێکی پرۆتینیە کاری سەرەکی ڕاکێشانی ماسوولکەیە
Sacral vertebrae	ئێسکێکی شێوە سێگۆشەی تەختی گەورەیە کە دەکەوێتە نێوان ئێسکی کلۆك و کۆتا بڕبڕەی ئێسکی سێ بەندی
Specimen	بریتیە لە بەشێکی بچووك یان نموونەیەك لە هەر ماددەیەك یان هەر کانزایەك ئامادە بکرێت بۆ تاقیکردنەوە
Scabies	جۆرێکی زۆر بچوکی مێرووە کە لە سەر ئیپیدێرم دەژی. هێلکە دادەنێت لەم شوێنەدا و گەشە دەکات و زۆر دەبێت. دەبێتە هۆی خورانێکی زۆری پێست.
Severe acute respiratory syndrome (SARS-CoV),	نەخۆشییەکە توشی سییەکان دەبێت. هۆکارەکەشی ڤایرۆسی کۆرۆنایە
Sterofundin	ئەم جۆرە موغەزیە بەکاردێت بۆ جێگرتنەوەی ئەو شلەیەی لەدەستمان چووە و وە هەروەها دەتوانرێت بەکاربهێنرێت بۆ کەسانەی کە خوێنی جەستەیان ترش بووە (واتە PH کەمی کردووە)
Stroke volume (SV)	بریتە لەو قەبارە خوێنەی کە سکۆڵەی چەپ لە یەک کاتی گرژبونی دڵدا پاڵی پێوە دەنێت
Staphylococcus aureus	جۆرێکی بەکتریایە کە لەسەر پێستی مرۆڤەکان هەیە
Serology	زانستی لێکۆڵینەوەی شلەی جەستەیە
Sternocleidomastoid	بریتیە لە جووت ماسولکەی بەشی پێشەوەی مل
Skin graft	کردارێکە تیایدا بەشێک لە پێست ناوچەیەی لەش لەڕێگەی نەشتەرگەرییەوە لادەبرێت و بۆ ڕوپۆشکردنی ناوچەیەکی دیکە

Thermoregulatory	بریتییە لە توانای زیندەوەر بۆ پاراستنی پلەی گەرمی لەش، تەنانات لەو کاتانەی کە پلەی گەرمی دەوروبەرەکەشی جیاوازبێت .
Tachycardia	.دەستەواژەیەکی پزیشکیە کە ئاماژە بە زیادبووی ڕێژەی لێدانی دڵ دەکات
Thermometer	ئامێرێکە بۆ پێوانی پلەی گەرمی لەش
Thrombophilia screen	بریتییە لە تێکهەڵکێشکردنی چەند تێستێک بۆ دیاریکردنی ئەونەخۆشیانەی پەیوەندیان بە خوێنەوە هەیە
Thromboxane	هۆرمۆنێکە کە دەردەدرێت یارمەتی کەڵەکەبوونی پەرەکانی خوێن و گرژبونی خوێنبەرەکان دەدات
Tourniquet	لاستیکێکی دیزاینکراوە بەکاردێت بۆبەستنی پەلەکان لەکاتی وەرگرتنی خوێن یان کانۆلا دانان
Temporal artery thermometer (TAT)	ئامێرێکە بۆ پێوانە کردنی پلەی گەرمی کە لەسەر پێستی ناوچەوان دادەنرێت.
Total enteral nutrition(TEN)	ئەو کەسانەی کە سیستەمی هەرسکردنیان زیانیان پێگەیشتووە یان بە خراپی کاردەکات.
Thromboplastin	بریتییە لە تێکەڵەی هەر یەک لە فۆسفۆلیپید و ئەو فاکتەرانەی لە پلازمادا هەن کە ئیشیان مەیاندنی خوێنە لە ڕێگەی گۆڕینی پرۆثرۆبین بۆ ثرۆمبین.
Trendelenburg's position	ئەم شێوازی پاڵکەوتنە ئەوەیە سەری نەخۆشەکە ڕوەو زەوییە، قاچەکانیش ڕوەو ئاسمان بەتایبەتی بەکاردێت بۆ ئەوکەسانەی نەشتەرگەری سک و خوارەوەی سک دەکەن
Trochanter	بەشێکە لە ئێسکی ڕان کە ئیشی بەستنەوەی ماسولکەیە بە ئێسکەوە
Tuberculosis	نەخۆشی سیل، نەخۆشیەکە کە بەهۆی بەکتریاوە ڕودەدات، توشی سییەکان دەبێت نیشانەکانیشی بریتین لە کۆکە، ئازاری سنگ، ئارەق کردنەوە لە شەودا هتد....
Throat	بۆرییەکی ماسولکەییە لە پشتەوە لوت دەست پێدەکات بۆ بەشی خوارەوەی مل (گەروو)
Trochanter	کڵاوە تۆپە ئێسك: یەکێکە لەو دوو چوکلەیەي دەکەونە ژێرەوەي ملی ئێسکي ران
Toxic fumes	دووکەڵی ژەهراوی بە گشتی گازی زیانبەخش، تۆز، یان دووکەڵن کە لە ئەنجامی چالاکی گۆڕانی کیمیایی وەک گەرمکردنەوە، کاردانەوە، یان تەنانەت تەقینەوە بەرهەم دەهێنرێت.
Thrombophlebitis	گیرانی خوێنبەر پرۆسەی هەوکردنەکە دەبێتە هۆی گیرانی خوێنبەر و دەمارێک یان زیاتر، عادەتەن لە قاچەکاندا.
Thalassaemia	نەخۆشی خوێن بووە هۆی ئەوەی کە جەستە بە تەواوی پرۆتینێک دروست نەکات کە پێی دەوترێت هیمۆگلۆبین

T wave	ئاماژەیە بە ماوەی خاووبونەوەی سکۆڵەکان
Tympanic membrane	بریتیە لە تەپڵە پەردە کە گوێی دەرەوە و گوێی ناوەڕاست لە یەکتری جیادەکاتەوە
Toddler	بریتیە لەو منداڵانەی کە تەمەنیان لە نێوان ١ ساڵ بۆ ٣ ساڵە
Trochanter	بریتیە لە بەشی سەرەوەی ئێسکی ران کە ئەرکی بەستنەوەیە بە ماسوولکەوە
Tuberculosis	بریتیە لە هەوکردنی بەکتریا کە زۆر جار تووشی سییەکان دەبێت دەشێت تووشی ئەندامەکانی دیکەیش ببێتە وەك گورچیلە
Tuberculin (TB)	بریتیە لە هەوکردنی بەکتریا کە زۆر جار تووشی سییەکان دەبێت دەشێت تووشی ئەندامەکانی دیکەیش ببێتە وەك گورچیلە
Trapezius	ماسولکەیەکی شێوە لا تەریبە کە درێژدەبێتەوە لە خوارەوەی مل و شانەکان کە رێگە بە جوڵەی سەر و شانەکان دەدات
Urethral erosion	داخوران یان هەوکردنی ئەندامی زاوزێی نێرینەیە
Urgency	خێرا میزکردن
Urinary incontinence (UI)	لەدەست دانی کۆنترۆڵ کردنی میز
Urinary tract infection (CAUTI)	هەوکردنێکە لە هەر بەشێک لە رێرەوی میز
Uncuffed ETT	بۆ منداڵ زیاتر بەکار دێ بۆ ئەوەی بەدوورین لە بریندار بوونیناوپۆشی بۆری هەوا
Ulcer	برین
Urticaria	بەشێکی دەرپەڕیووی سەر پێستە زۆر جار هەمان ئەو نیشانانەی هەیە کە هەستیاری کە پێی دەوتەێت لیر
Urinary elimination	پرۆسەی بەتاڵ کردنەوەی میزڵدانە لە میز
Urination	بریتیە لە کردنە دەرەوەی میز لە جەستە
Urinary bladder	ئەندامێکی ماسوولکەی توورەکەیە لە ناو حەوزە کەلێندا، لە بەشی سەرەوە لە پشت ئێسکی میزڵدان
Urinary drainage system	مەبەستی لە ئامێری بەتاڵ کردنەوەی میزە کە بەشێکی سۆندەکە براوەتە ناو میزڵدانەوە و سەرەکەی دیکەی بەستراوە بە جانتای میزەکەوە
Urethral sphincter	پێکهاتەیەکی ماسوولکەیە کە کاری رۆشتنی میز لە میزڵدان بۆ ناو میزەرۆ رێکدەخات
Urinary catheterization	بریتیە لە کرداری بەتاڵ کردنەوەی میزڵدان لەو برە میزەی تێیدا کۆبۆتەوە
Ulceration	برین پێک هێنانی برینێکە لە بەشێک لە جەستەدا
Vasoconstriction	گرژبونی لولەکانی خوێن

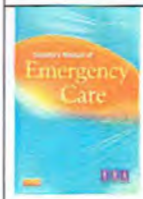
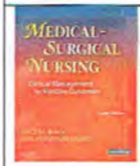
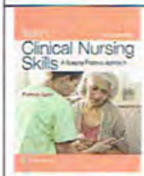
Venipuncture	کونکردنی خوێنهێنەر
Viscera	هەناو، ناو سک
Vomiting	رشانەوە
Vaginal draining	شلەیەکی سپی روونە کە لە ئەندامی زاوزێی مێینە دێتە دەرەوە
Viscosity	بەرهەڵستی بۆ لێشاوی شلە یان نیمچە شل
Vital signs	هەڵسەنگاندنی پزیشکییە بە تایبەتی رێژەی لێدان، پلەی گەرمی، رێژەی هەناسەدان، پەستانی خوێن، کە ئاماژە بە بارودۆخی نەخۆشەکە دەدەن.
Vasoconstriction	کەم بوونەوەي تیرەیناوەوەي خوێنبەرەکان
Vasodilation	کشان و فراوانبوونی ناوەوەی خوێنبەرەکان
Vagina	زێ
Venipuncture	کون كردني خوێن هێنەر بۆ کۆکردنەوەی خوێن لە دەمارەکان
Ventral	پەیوەند بە سکەوە
VAD	ئامێرێکە کە یارمەتی پاڵپێوەنانی خوێن دەدات لە دڵدا
Ventilator	هەواگۆڕ ئامێرێکە کە هەوا دابین دەکات و گواستنەوەی هەوای هەناسەدان بۆ ناو و دەرەوەی سییەکان
Ventricular tachycardia v-tach	رێژەی خێرای دڵ لە ژوورەکانی خوارەوەی دڵەوە سەرهەڵدەدا.
Ventricular fibrillation v-fib	جۆرێکی مەترسیدارە لە نارێکی لێداني دڵ
Vagal maneuvers	هەوڵدان بۆ هێواشکردنی دڵە کوتێ لە بەشی سەرەوەی گوێچکەلە
VBG	فەحسی گازەکانی ناو خوێنهێنەرەکان
Voiding	بەتاڵ کردنەوەی میزڵدانە لە میز
Vertigo	بریتیە لەوەی کەسێك هەست دەکات سەری گێژدەخوات و هاوسەنگی لە دەست دەدات
Vastus lateralis	بریتیە لە ماسوولکەیەك کە دەکەوێتە لا تەنیشتی سمتەوە، ئەم ماسوولکەیە گەورەترین ماسولکەی چوارسەرە
Ventrogluteal	جۆرێکە لە لێدانی دەرزی بۆ ناو ماسوولکە کە دەبێت لە بەرزترین. ناوچەی ئێسکی کلۆك لێ بدرێت
Varicella	ئەو ڤایرۆسەیە دەبێتە هۆی درکەومێکوتە

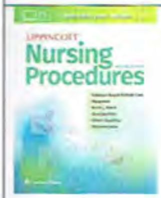
Vinyl	ئەم جۆرە دەستکێشە زۆر تەنکە زۆر بەردەستە لە بازاردا بەزۆری بەکاردێت بۆ ئەو کردارانەی کە مەترسی کەم دروست دەکات لەسەر تەندروستی نەخۆشەکە
Wegener's granulomatosis	نەخۆشییەکی نا ئاساییە کە دەبێتە هۆی هەوکردنی دەمارەکانی خوێن لە لووتدا.
World health organization (WHO)	رێکخراوێکی نێودەوڵەتیە کە بەشێکە لە نەتەوە یەکگرتووەکان و بە پێدانی زانیاری و دەرمان یارمەتی وڵاتانی هەژارتر دەدات.
Wound dehiscence	بارودۆخێکە کە برینێک ئەنجام دەدرێت لە کاتی نەستەرگەریدا یان پێستەکە لەیەک جیا دەبێتەوە لەدوای ئەوەی بەیەکەوە دەدورێتەوە.
Wheezing	دەنگێکە لەکاتی هەناسەداندا پەیدا دەبێت
Windpipe	بۆری هەناسە، قۆرقۆراگە
Xiphisternum	نزمترین بەشی کۆڵەکەی سنگە
Xylocaine gel	جێلێکە بەکاردێت بۆ رێگە گرتن لە ئازار و نا ئاسودەی
Z-track	جۆرێکە لە دەرزی ناو ماسوولکە رێگایەکە بەکاردێت بۆ رێگربکردن لە چوونە ناوەوەی دەرمانەکە بۆ ناو چەوربە خانەکان
Zoster	نەخۆشیەکی ڤایرۆسیە نیشانەکانی بریتین لە زیپکە و تلۆقە لەسەر پێست کە ئازاری هەیە

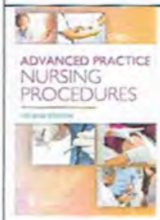
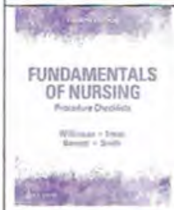
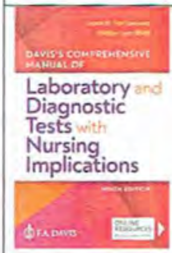
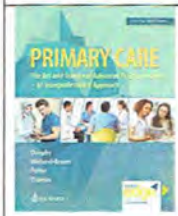
بەشی بیست و پێنجەم

سەرچاوە بەکار هاتووەکان

سەرچاوە بەکارهاتووەکان

	Fundamentals of Nursing 11th Edition by Patricia A. Potter RN PhD FAAN (Author), Anne Griffin Perry RN MSN EdD FAAN (Author), Patricia A. Stockert RN BSN MS PhD (Author), Amy Hall RN BSN MS PhD CNE (Author)
	Kozier & Erb's Fundamentals of Nursing (Fundamentals of Nursing (Kozier)) 10th Edition by Audrey Berman (Author), Shirlee Snyder (Author), Geralyn Frandsen (Author)
	Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing (Brunner and Suddarth's Textbook of Medical-Surgical) Fifteenth, North American Edition
	Wong's Nursing Care of Infants and Children 11th Edition by Marilyn J. Hockenberry PhD RN PPCNP-BC FAAN (Author), David Wilson MS RN C (NIC) (Author)
	Sheehy's Manual of Emergency Care (Newberry, Sheehy's Manual of Emergency Care) 7th Edition by ENA (Author), Belinda B Hammond (Editor), Polly Gerber Zimmermann RN MS MBA CEN (Editor)
	Medical Surgical Nursing Clinical Management for Positive Outcomes 8th edition, Two-Volume Set 8th Edition by Joyce M. Black PhD RN CPSN CWCN FAPWCA (Author), Jane Hokanson Hawks DNSc RN BC (Author)
	Taylor's Clinical Nursing Skills: A Nursing Process Approach 5th Edition by Pamela B Lynn MSN RN (Author)

	Clinical Nursing Skills and Techniques 10th Edition by Anne Griffin Perry RN MSN EdD FAAN (Author), Patricia A. Potter RN PhD FAAN (Author), Wendy Ostendorf RN MS EdD CNE (Author), Nancy Laplante (Author)
	Clinical Skills Manual for Maternity and Pediatric Nursing 5th Edition by Ruth Bindler (Author), Jane Ball DrPH RN CPNP (Author), Marcia London (Author), Michele Davidson (Author)
	Nursing Interventions & Clinical Skills 7th Edition by Anne Griffin Perry RN MSN EdD FAAN (Author), Patricia A. Potter RN PhD FAAN (Author), Wendy Ostendorf RN MS EdD CNE (Author)
	Nursing Care Plans: Diagnoses, Interventions, and Outcomes 10th Edition by Meg Gulanick PhD APRN FAAN (Author), Judith L. Myers RN MSN (Author)
	Fundamentals of Nursing Care: Concepts, Connections & Skills Third Edition by Marti Burton RN BS (Author), David Smith MSN RN (Author), Linda J. May Ludwig RN BS MEd (Author)
	Lippincott Nursing Procedures 8th Edition by Lippincott (Author)
	The Royal Marsden Manual of Clinical Nursing Procedures, Professional Edition (Royal Marsden Manual Series) 10th Edition

	Mosby's Pocket Guide to Nursing Skills & Procedures (Nursing Pocket Guides) 9th Edition by Anne Griffin Perry RN MSN EdD FAAN (Author), Patricia A. Potter RN PhD FAAN (Author)
	Advanced Practice Nursing Procedures Second Edition by Margaret R. Colyar DSN ARPN C-FNP (Author)
	Procedure Checklists for Fundamentals of Nursing Fourth Edition by Judith M. Wilkinson PhD ARNP (Author), Leslie S. Treas PhD RN CPNP-PC NNP-BC (Author), Karen L. Barnett DNP RN (Author), Mable H. Smith PhD JD MN NEA-BC (Author)
	Davis's Comprehensive Manual of Laboratory and Diagnostic Tests With Nursing Implications 9th Edition by Anne M. Van Leeuwen MA BS MT (ASCP) (Author), Mickey L. Bladh RN MSN (Author)
	Primary Care: Art and Science of Advanced Practice Nursing - An Interprofessional Approach Fifth Edition by Lynne M. Dunphy PhD APRN FNP-BC FAAN FAANP (Author), Jill E. Winland-Brown EdD APRN FNP-BC FAANP (Author), Brian Oscar Porter M.D. Ph.D. M.P.H. M.B.A. (Author), & 1 more

[1] https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/media/en/publications/Publications/safe-use-of-ppe.pdf
[2] https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S253104372030088X
[3]https://books.google.com/books?hl=th&lr=&id=HID6NpLrwOsC&oi=fnd&pg=PR1&ots=vYGpaiuZZQ&sig=lCwXdr9p-c4c60tje-YlBiuoXfs
[4] https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5058571/

[5] https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5058571/#B5

"لەبنەڕەتدا من وانەبێژێکی کوردم، بەڵام لە ئێران هەرگیز فێرنەبووم کە بە زمانی کوردی بنوسم و بخوێنمەوە؛ نزیکەی ٣ ساڵ لەمەوبەر کاتێ هاتم بۆ کوردستانی باشوور، بڕیارمدا کە خۆم فێربکەم کە چۆن بە کوردی لە بوارەکەی خۆمدا وانە بڵێمەوە. بۆئەم مەبەستە، هەموو کتێبخانەکانی سلێمانی و هەولێر گەڕام بۆئەوەی کتێب لە بواری پەرستاریدا کۆبکەمەوە بە زمانی کوردی بەڵام هیچم دەستنەکەوت؛ داوام لە چەند کەسێك کرد لە ناوچە جیاوازەکانی کوردستان بەڵام هیچیان بۆدەستنەخستم؛

ئەو بیرۆکەیە هاتە مێشکمەوە کە ئەگەر هیچ ڕێگایەك نییە با خۆم ڕێگایەکی تازە دروست بکەم؛ وە زستانی (٢٠٢١) بوو کە دەستم بە نووسینی ئەم کتێبە کرد وە دوای هەوڵ و ماندوو بوونێکی زۆر توانیمان یەکەم کتێبی بواری پەرستاری بەرهەم بهێنین بە زمانی کوردی.

ئەم کتێبە پێکهاتووە لە تازەترین چاپی (٢٠) کتێبی جیهانی لەبواری پەرستاریدا، کەواتە بە خوێندنەوەی ئەم کتێبە تۆ زانیاری هەموویانت وەرگرتووە؛

لەکۆتایدا هیوادارم هەموو ئەوکەسانەی لە بواری پەرستاریدا کاردەکەن لەسەر ئەم ڕێگایە بەردەوامبن و کتێبی زیاتر و زیاتر بە زمانی کوردی بەرهەم بهێنن."

یوسرا ڕازیانی

٢٠٢٢