

# Οδηγός Ασθενών για τα Αναισθητικά

## A Patient's Guide to Anaesthesia

### Τι είναι η αναισθησία;

#### What is anaesthesia?

Τα αναισθητικά είναι είδη φαρμάκων που σταματούν την αίσθηση του πόνου κατά τη διάρκεια μιας εγχείρησης ή θεραπευτικής αγωγής. Τα είδη αναισθησίας είναι:

- **Τοπική αναισθησία**  
Πρόκειται για ενέσεις που ναρκώνουν ένα μικρό μέρος του σώματός σας. Θα έχετε τις αισθήσεις σας αλλά θα είστε απαλλαγμένοι από τον πόνο.
- **Περιοχική αναισθησία**  
Αυτές είναι ενέσεις που ναρκώνουν ένα μεγαλύτερο ή βαθύτερο μέρος του σώματος. Θα έχετε τις αισθήσεις σας αλλά δεν θα νιώθετε πόνο.
- **Γενική αναισθησία**  
Αυτή προκαλεί μια κατάσταση ελεγχόμενης απώλειας των αισθήσεων. Είναι απαραίτητη για ορισμένες εγχειρήσεις. Θα χάσετε τις αισθήσεις σας και δεν θα αισθάνεστε τίποτα.

Αυτά τα διαφορετικά είδη αναισθησίας μπορούν να χρησιμοποιηθούν από μόνα τους ή σε συνδυασμό μεταξύ τους.

### Τι είναι η καταστολή;

#### What is sedation?

Τα κατασταλτικά ή ηρεμιστικά είναι φάρμακα που σας κάνουν να νιώθετε σωματικά και ψυχικά χαλαρωμένοι. Θα θυμάστε λίγα πράγματα ή τίποτα από το τι γίνεται κατά τη διάρκεια της εγχείρησης ή της θεραπείας σας.

### Ποιοι είναι οι αναισθησιολόγοι;

#### Who are anaesthetists?

Οι αναισθησιολόγοι είναι γιατροί που έχουν κάνει ειδική εκπαίδευση. Σας φροντίζουν πριν, κατά και μετά την επέμβασή σας για να σας κάνουν να έχετε όσο το δυνατόν περισσότερη άνεση και ασφάλεια.

### Τι μπορείτε να κάνετε πριν από την εγχείρησή σας

#### What you can do before your operation

Θα αναρρώσετε πιο γρήγορα αν έχετε την καλύτερη δυνατή υγεία πριν από την εγχείρηση ή τη θεραπεία σας. Για να μειωθούν οι κίνδυνοι από το αναισθητικό και να είναι η εγχείρησή σας πιο ασφαλής θα πρέπει:

# Οδηγός Ασθενών για τα Αναισθητικά

## A Patient's Guide to Anaesthesia

- **Να σταματήσετε το κάπνισμα**

Οι καπνιστές έχουν υψηλότερο κίνδυνο αναπνευστικών προβλημάτων κατά τη διάρκεια και μετά από τη χορήγηση αναισθητικών. Σταματήστε το κάπνισμα 6 εβδομάδες πριν από την εγχείρησή σας για να βοηθήσετε στη μείωση αυτού του κινδύνου. Συζητήστε με το γιατρό σας σχετικά με τη θεραπεία υποκατάστασης νικοτίνης ή την παροχή συμβουλευτικής αρωγής για να σας βοηθήσουν να κόψετε το κάπνισμα. Μην καπνίζετε την ημέρα της επέμβασής σας.

- **Να χάσετε βάρος**

Αν είστε πολύ υπέρβαρος, η ελάττωση του βάρους σας και η βελτίωση της φυσικής σας κατάστασης θα μειώσουν πολλούς από τους κινδύνους που ελλοχεύουν σε μια αναισθησιολογική διαδικασία. Οι παρενέργειες και επιπλοκές ενός αναισθητικού θα συζητηθούν αργότερα σε αυτό το ενημερωτικό δελτίο.

- **Να δείτε τον οικογενειακό σας γιατρό (GP)**

Πηγαίνετε στον οικογενειακό σας γιατρό (GP) για μια γενική εξέταση της υγείας σας και συμβουλευτείτε τον/την σχετικά με τυχόν άλλα προβλήματα υγείας.

- **Να δείτε τον οδοντίατρό σας**

Αν έχετε χαλαρά/σπασμένα δόντια μιλήστε με τον οδοντίατρό σας πριν από την εγχείρηση ή τη θεραπεία σας.

## Η προεγχειρητική κλινική

### The preadmission clinic

Για προγραμματισμένες εγχειρήσεις, μπορεί να σας ζητηθεί να πάτε σε μια προεγχειρητική κλινική. Εκεί θα γίνει αξιολόγηση της υγείας σας για να διασφαλιστεί ότι η υγεία σας είναι όσο το δυνατόν καλύτερη πριν από την εγχείρηση ή τη θεραπεία σας. Η αξιολόγησή σας μπορεί να περιλαμβάνει εξετάσεις αίματος και καταγραφή της ηλεκτρικής δραστηριότητας της καρδιάς σας με τη χρήση ηλεκτροδίων που τοποθετούνται στο δέρμα.

Είναι πολύ σημαντικό να φέρετε μαζί σας μια λίστα με όλα τα φάρμακα που παίρνετε. Υπάρχουν κάποια φάρμακα που θα πρέπει να τα σταματήσετε πριν από την εγχείρηση. Θα σας πουν ποια φάρμακα να σταματήσετε και ποια να συνεχίσετε.

## Την ημέρα της εγχείρησης ή της θεραπείας σας

### On the day of your operation or treatment

#### Φαγητά και ποτά

Θα πρέπει να ακολουθήσετε τις οδηγίες του νοσοκομείου για φαγητό και ποτό. Είναι σημαντικό να αποφεύγετε το φαγητό και το ποτό πριν από μια επέμβαση. Αν υπάρχει τροφή ή υγρό στο στομάχι σας κατά τη διάρκεια παροχής του αναισθητικού, υπάρχει κίνδυνος να καταλήξει στο λαιμό σας και να προκαλέσει βλάβη στους πνεύμονές σας.

Μην τρώτε καμία **τροφή** για 6 ώρες πριν από την ώρα που πρέπει να φθάσετε στο νοσοκομείο.

Μπορείτε να συνεχίσετε να πίνετε **μόνο τα ακόλουθα υγρά** έως και 2 ώρες πριν την άφιξή σας στο νοσοκομείο:

- Νερό
- Λεμονάδα
- Αραιωμένο σιρόπι (κόρντιαλ)
- Διαφανή χυμό μήλου μόνο
- Τσάι ή καφέ (**χωρίς γάλα**)
- Ποτά επανενυδάτωσης (Gatorade/Powerade)

# Οδηγός Ασθενών για τα Αναισθητικά

A Patient's Guide to Anaesthesia

## Εάν έχετε διαβήτη

Μπορείτε να συνεχίσετε να πίνετε **μόνο τα ακόλουθα υγρά μέχρι 2 ώρες** πριν την άφιξή σας στο νοσοκομείο:

- Νερό
- Λεμονάδα διαίτης
- Αραιωμένο σιρόπι (κόρντιαλ) διαίτης
- Τσάι ή καφέ **(χωρίς γάλα)**
- Ποτά επανενυδάτωσης χωρίς υδατάνθρακες

## Εάν παίρνετε φάρμακα

Αν σας έχουν πει οι γιατροί στην προεγχειρητική κλινική να πάρετε τα συνήθη σας φάρμακα, να τα πάρετε με μια γουλιά νερό το πρωί της εγχείρησής σας. Μην πάρετε οποιαδήποτε φάρμακα που σας έχουν πει να τα σταματήσετε.

Παρακαλείστε να φέρετε στο νοσοκομείο όλα τα φάρμακα που παίρνετε τώρα στην αρχική τους συσκευασία. Αυτό γίνεται για να εξασφαλιστεί ότι οι γιατροί θα γράψουν τη συνταγή σας σωστά.

**Φάρμακα που πρέπει να **σταματήσετε** την ημέρα της χειρουργικής σας επέμβασης:**

**Φάρμακα που πρέπει να **πάρετε** την ημέρα της χειρουργικής σας επέμβασης:**

## Όταν φτάσετε στο νοσοκομείο

Αφού εισαχθείτε στο νοσοκομείο, θα σας δώσουν να φορέσετε μια νοσοκομειακή ρόμπα και θα σας οδηγήσουν σ' ένα κρεβάτι για να ξεκουραστείτε. Ένα μέλος της οικογένειας ή φίλος σας μπορεί να περιμένει μαζί σας μέχρι να μπειτε στο χειρουργείο.

Το προσωπικό θα σας κάνει ερωτήσεις αρκετές φορές σχετικά με την εγχείρηση και τη γενική σας υγεία. Αυτές οι ερωτήσεις είναι έλεγχοι ασφαλείας. Τα ερωτήματα εξασφαλίζουν ότι όλο το προσωπικό που σας φροντίζει ξέρει το ιστορικό της υγείας σας και ότι εσείς καταλαβαίνετε τι πρόκειται να συμβεί.

## Μετά την επέμβαση

Θα σας κάνουν να νιώθετε όσο πιο άνετα γίνεται. Θα ξυπνήσετε μετά την εγχείρησή σας και θα αισθάνεστε μεγάλη υπνηλία. Θα σας πάρουν στο θάλαμο ανάρρωσης. Ο παλμός σας και η αρτηριακή σας πίεση θα παρακολουθούνται μέχρι να ξυπνήσετε εντελώς. Θα σας χορηγούν οξυγόνο μέσα από μια πλαστική μάσκα που τοποθετείται πάνω από τη μύτη και το στόμα σας. Όταν θα έχετε συνέλθει με ασφάλεια από το αναισθητικό, θα σας πάρουν σε ένα θάλαμο.

# Οδηγός Ασθενών για τα Αναισθητικά

## A Patient's Guide to Anaesthesia

### Ανακούφιση από τον πόνο

#### Pain relief

Θα σας δώσουν παυσίπονα για να αισθάνεστε άνετα. Το είδος αγωγής για την ανακούφιση του πόνου θα εξαρτηθεί από τον τύπο της επέμβασης που σας έκαναν και μπορεί να περιλαμβάνει:

- **Χάπια, κάψουλες ή υγρά**  
Αυτού του είδους τα φάρμακα καταπίνονται και χρησιμοποιούνται αν σας επιτρέπεται να πίνετε.
- **Υπόθετα**  
Αυτά είναι φάρμακα που τοποθετούνται στον πρωκτό σας. Χρησιμοποιούνται αν δεν μπορείτε να καταπιείτε ή είναι πιθανό να κάνετε εμετό.
- **Ελεγχόμενη από τον ασθενή αναλγησία (PCA)**  
Αυτή είναι μια μέθοδος ενδοφλέβιας χορήγησης αναλγητικού φαρμάκου μέσα από ένα ειδικό μηχάνημα. Θα έχετε ένα κουμπί στο κομοδίνο σας για να το πατάτε αν αισθάνεστε οποιοδήποτε πόνο. Αυτό επιτρέπει στο μηχάνημα να εκλύει μια δόση του παυσίπону φαρμάκου. Για να διασφαλιστεί ότι αυτό είναι ασφαλές οι επισκέπτες σας δεν θα πρέπει να πατούν το κουμπί για λογαριασμό σας.
- **Περιοχικοί αποκλεισμοί και επισκληρίδιοι**  
Η επισκληρίδιος αναισθησία ή ο περιοχικός αποκλεισμός χρησιμοποιούνται μερικές φορές κατά τη διάρκεια και μετά από μεγάλες εγχειρήσεις. Ο αναισθησιολόγος σας θα σας τα εξηγήσει αυτά με περισσότερες λεπτομέρειες αν πρόκειται να χρησιμοποιηθούν.

### Συμβουλές ασφάλειας μετά από αναισθησία

#### Safety advice following anaesthesia

Μετά τη χορήγηση αναισθητικού η ικανότητά σας να σκέφτεστε λογικά, τα αντανακλαστικά σας, η κριτική σας ικανότητα και οι συντονιστικές σας δεξιότητες μπορεί να επηρεαστούν - ακόμα κι αν αισθάνεστε καλά.

Είναι σημαντικό να ακολουθήσετε τις παρακάτω συμβουλές:

- Εάν κάνατε εγχείρηση ή θεραπεία αυθημερόν ξεκουραστείτε στο σπίτι για τουλάχιστον 24 ώρες
- Για 24 ώρες μετά την επέμβαση:
  - μην οδηγείτε οποιοδήποτε όχημα, ακόμα και ποδήλατο
  - μην χειρίζεστε μηχανές
  - μην μαγειρεύετε χρησιμοποιώντας αιχμηρά σύνεργα ή χύνετε ζεματιστά υγρά
  - μην πίνετε αλκοόλ
  - μην καπνίζετε
  - μην παίρνετε υπνωτικά χάπια ή
  - μην παίρνετε οποιοσδήποτε σημαντικές αποφάσεις ή υπογράφετε οποιαδήποτε συμβόλαια
- Αν θα κάνετε εγχείρηση όπου θα πάρετε εξιτήριο την ίδια μέρα:
  - Δεν θα είστε σε θέση να οδηγήσετε, γι' αυτό κανονίστε να σας πάρει στο σπίτι με αυτοκίνητο κάποιος υπεύθυνος ενήλικας.
  - Αν ζείτε μόνος σας, θα πρέπει να κανονίσετε είτε να μείνετε στο σπίτι κάποιου άλλου ή να μείνει κάποιος μαζί σας το βράδυ της χειρουργικής σας επέμβασης.

# Οδηγός Ασθενών για τα Αναισθητικά

## A Patient's Guide to Anaesthesia

---

### Παρενέργειες και επιπλοκές

#### Side effects and complications

Όλα τα φάρμακα, συμπεριλαμβανομένων των αναισθητικών, μπορεί να έχουν ανεπιθύμητες συνέπειες.

Οι ανεπιθύμητες παρενέργειες από αναισθητικά περιλαμβάνουν:

- Αναγούλα ή τάση για εμετό
- Πόνο στο λαιμό
- Φαγούρα
- Μυϊκούς πόνους
- Ζάλη
- Πονοκέφαλο
- Μελανιές στα σημεία που έγιναν ενέσεις

Αυτές οι παρενέργειες δεν πρέπει να κρατήσουν πολύ. Μιλήστε με ένα μέλος του προσωπικού αν ανησυχείτε γι' αυτές τις παρενέργειες.

Στις πιο συχνές επιπλοκές περιλαμβάνονται λοιμώξεις του θώρακα. Αυτές είναι πιο πιθανές αν καπνίζετε.

Πιο σοβαρές επιπλοκές μπορεί να συμβούν σπάνια. Αυτές μπορεί να περιλαμβάνουν ζημιά στα δόντια σας από τον αναπνευστικό σωλήνα, μια σοβαρή αλλεργική αντίδραση, καρδιακή προσβολή, εγκεφαλικό επεισόδιο ή δυσκολίες στην αναπνοή.

Μιλήστε με τον αναισθησιολόγο σας αν έχετε οποιεσδήποτε ερωτήσεις.

### Ερωτήσεις που ίσως θα θέλατε να υποβάλετε στον αναισθησιολόγο σας

#### Questions you may like to ask your anaesthetist

- Ποιος θα μου χορηγήσει το αναισθητικό;
- Μήπως πρέπει να κάνω γενική αναισθησία;
- Τι είδους αναισθητικό μου προτείνετε;
- Έχετε χρησιμοποιήσει συχνά αυτό το είδος αναισθητικού;
- Θα έχω χάσει πλήρως τις αισθήσεις μου και θα αγνωώ εντελώς τι θα γίνεται γύρω μου κατά τη διάρκεια αυτού του είδους αναισθητικού;
- Ποιοι είναι οι κίνδυνοι αυτού του είδους αναισθητικού;
- Διατρέχω τυχόν ιδιαίτερους κινδύνους;
- Πώς θα αισθάνομαι μετά;

### Υπηρεσίες Διερμηνέων

#### Interpreter Services

Επαγγελματίες διερμηνείς είναι στη διάθεσή σας αν χρειάζεστε βοήθεια για να καταλάβετε ή να μιλήσετε αγγλικά. Μπορεί να παρευρίσκεται ένα μέλος της οικογένειάς ή φιλικό σας πρόσωπο, αλλά όλη η επικοινωνία σχετικά με τη θεραπεία σας, συμπεριλαμβανομένης της συγκατάθεσής σας για χειρουργική επέμβαση, θα πρέπει να γίνεται μέσω ενός επαγγελματία διερμηνέα. Οι υπηρεσίες διερμηνέων είναι δωρεάν και εμπιστευτικές.

Είναι δικαίωμά σας να ζητήσετε διερμηνέα αν κανείς δεν σας προτείνει την υπηρεσία. Το προσωπικό θα κλείσει ραντεβού με τον διερμηνέα για σας.

Αν χρειάζεστε διερμηνέα για να επικοινωνήσετε μαζί μας, καλέστε την Υπηρεσία Μεταφραστών και Διερμηνέων (TIS National) στον αριθμό 131 450.