سكار ستوريز · رفقة في الطريق

يوم الجراحة، ساعة بساعة

خريطة هادئة وصادقة ليوم الجراحة — الصيام، غرفة العمليات، الاستيقاظ — حتى لا يفاجئك شيء مما يحدث.

في المستشفى

> محتوى تثقيفي.

يوم الجراحة سلسلة من الخطوات الصغيرة المرتبة بعناية، ولا شيء تقريباً منها بيدك — ولهذا تحديداً يساعدك أن تعرف شكل اليوم مسبقاً. هذه الصفحة خريطة للمسار، حتى لا يفاجئك شيء مما يحدث. وتعليمات فريقك تبقى دائماً فوق ما هو مكتوب هنا.

كل مستشفى يسير على إيقاعه الخاص، وسيؤكد لك التوقيتات الدقيقة مساء اليوم السابق أو صباح اليوم نفسه. ما يلي هو الشكل المعتاد ليوم جراحة القلب المفتوح: الصيام، التحضير، غرفة العمليات، الاستيقاظ. وكلمة «عادة» تحمل هنا وزناً كبيراً.

الليلة السابقة وصباح اليوم

- متى تتوقف عن الأكل والشرب — عادة من منتصف الليل أو قبل ذلك. التزم بالوقت بدقة، وأخبر الفريق عن أي شيء أكلته أو شربته بعده.
- استحم واغتسل كما أرشدك الفريق، غالباً بصابون مطهر خاص؛ وهي من أكثر الطرق المعروفة لتقليل خطر العدوى.
- تناول فقط الأدوية التي قال لك فريقك أن تتناولها صباح ذلك اليوم، وكن صادقاً بشأن كل ما تناولته — بما فيه الأعشاب ومسكنات الألم التي اشتريتها دون وصفة.
- اترك المجوهرات والساعة والنظارات وطقم الأسنان والسماعات مع عائلتك أو في الخزانة المخصصة لك.

الصيام عادة هو أصعب جزء في الصباح — معظم الناس يجدون العطش أصعب من الجوع. إن أصبح الأمر صعباً فعلاً فقل ذلك: هناك طرق لتخفيفه، وإخفاء ما تشعر به لا يفيد أحداً.

في غرفة ما قبل العملية

سيُفحص سوار التعريف وتتأكد منه عدة مرات، وتوضع إبرة وريدية في يدك، وتطرح عليك الأسئلة نفسها من أشخاص مختلفين. هذا التكرار ليس نسياناً — إنه طقس أمان. ستقابل طبيب التخدير الذي يشرح لك كيف سيتم تنويمك وكيف ستدار آلامك بعد ذلك.

إلى غرفة العمليات

يُدخلونك على سريرك أو تمشي بنفسك. الغرفة مضيئة ومليئة بأشخاص يرتدون الأخضر، وآخر ما يتذكره معظم الناس هو السقف أو القناع — ثم تستيقظ في مكان آخر. وإن أعطوك دواءً مريحاً قبل ذلك، فقد تكون الرحلة نفسها ضبابية.

أثناء الجراحة

الجراحة نفسها تستغرق عادة عدة ساعات. وخلالها تجلس عائلتك في غرفة الانتظار، ويعطيهم الفريق تحديثات. احسم هذا الأمر الآن: اسأل من سيطلعهم، ومتى يأتي أول تحديث عادة.

الاستيقاظ

ستستيقظ في غرفة الإفاقة أو العناية المركزة، وممرضة قريبة منك. قد تشعر بالارتباك والبرد والعطش والألم، وقد تجد أنابيب حولك — هذا متوقع وليس مضاعفة. والارتباك يزول خلال ساعات.

> «أتذكر أنني دخلت على سرير إلى غرفة مضيئة، ثم فجأة ممرضة تخبرني باسمي وأن عائلتي بانتظاري. الساعات بينهما كانت بيد الفريق — وهذا بالضبط المكان الذي أردتها أن تكون فيه.»

ماذا تسأل فريقك

- متى بالضبط أتوقف عن الأكل والشرب، وما الأدوية التي آخذها صباح اليوم؟
- من سيطلع عائلتي، وكيف — اتصال هاتفي أم في غرفة الانتظار؟
- ماذا أتوقع أن أشعر به عند الاستيقاظ، وكيف سيُعالج الألم؟

> **خذها إلى فريقك الطبي**

> الفريق هو من يرتب يومك، ويريدون منك أن تسأل. قبل يوم الجراحة، تأكد من وقت الصيام وأدوية الصباح وخطة تحديث عائلتك. اكتب الإجابات — أو اطلب من أحد أفراد العائلة كتابتها — حتى لا تحاول تذكرها وأنت صائم.

> **اطلب المساعدة إذا**
>
> قبل الجراحة: أصبت بحمى أو ألم في الصدر أو أي تغير منذ الأمس — أخبر الفريق قبل أن يبدأ اليوم. وفي الصباح نفسه: إن أكلت أو شربت بعد الوقت المحدد، أو تناولت دواءً لم يكن مفروضاً، فقل ذلك فوراً. لن يُلغى بسبب ذلك عملُك — لكن إخفاءه قد يكون له ثمن.

شكل اليوم سيختلف، وتعليمات فريقك تبقى دائماً فوق هذه الصفحة. خطة الطعام والأدوية والتحديثات تأتي منهم — وقرارات علاجك تعود لك وللفريق وحدكم.

أسئلة آخذها إلى فريقي

- ☐ متى بالضبط أتوقف عن الأكل والشرب، وما الأدوية التي آخذها صباح اليوم؟
- ☐ من سيطلع عائلتي، وكيف — اتصال هاتفي أم في غرفة الانتظار؟
- ☐ ماذا أتوقع أن أشعر به عند الاستيقاظ، وكيف سيُعالج الألم؟

للنقاش والرجوع الشخصي. الأولوية لتعليمات فريقك المعالج المناسبة لحالتك. في الطوارئ اتصل بالطوارئ المحلية ولا تنتظر رد المجتمع.