



د. عارف حیتۆ

زکچوون

نەخوشییەکا ب مەترسییە، چونکو د ماوەیەکی کورت دا ساخڵەمیا مرۆفی تیک ددەت و نە دویره بییتە ئەگەرئ مرنا زارۆکی.

مەرەم ب زکچوونئ ئەووە کو دەستاڤا زارۆکی یا روھن بیت، یان وەکو ئافئ بیت، ئەف چەندە زی دبیتە ئەگەرئ نەمانا ئاف و خوییا لەشی و د ئەنجام دا زارۆک تووشی هسکبوونئ دبیت.

هەر زارۆکەکی تووشی زکچوونئ دبیت، فەرە بلەز بهیته چارەسەرکرن و دایباب هەول بدەن کو خوارنێن پاقر و شلەمەنییان بدەنئ، دا کو تووشی هسکبوونئ نەبیت.

ئەگەرئ سەرەکی یێن زکچوونئ گەلەکن وەکو بەدخۆراکی، شیردانا ب میلکی، کولبوونا گوھئ ناڤن، کەفتنا باهیقوکان (بەلاعیم)، گرانهتا (تیفو)، ب کار ئینانا ھندەک جوړین دەرمانان وەکو

نەمپسلین، ب کارئینانا ئافاپیس و خوارنا فیقی و زەرەواتئ نەشویشتی. لئ ئەگەرئ ژ ھەمیا

بەرەلاقر کولبوونا رویشیکانە کو بەکتریا، فایروس و مشەخۆر دچنە د ئاف لەشی زارۆکی دا و

رویشیکا کول دکەن و دبیتە ئەگەرئ زکچوونئ.

ھندەک جاران خوین دگەل زکچوونئ ھەیه، ئەفە زی دبیت ژ بەر ئەگەرئ ھندەک میکروبیئ

تایبەت بیت و یێدقی ب چارەسەریا نۆژداری ھەیه.

ب کورتی ئەم دکارین بیژین کو نە پاقری و بەدخوراکی ئەگەرئ سەرەکی یێن زکچوونئ.