

تەندروستى

چارەسەریا رەبۇيىن

د. عارف حىتو

د خەلەكا بۇرى دا مە بەحسى نىشان و ئەگەر يىن رەبۇيىن كىرىپ، ئەفچارە ژى دى بەحسى چارەسەریا وى كەين. ب راستى رەبۇ ژ وان ئىشانە يىن كو فەرە تۈوشبووپى ب زوپىرىن دەم بىگەھىننە خەستەخانى چونكى هەر گىرۆكىنەك دېيتە ئەگەر ئەگەر پەيدا بۇونا گەفيىن دژوار ل سەر ژيانا وى.

ل خەستەخانى، كارى ژەميا گىرنىڭتىر دانا نوکسجىنى يە و د بەر قى دانى را ژى دى كۆمەك دەرمانان دەنلى كو پىيىدىقى يە دانا دەرمانان ل بن چاقدىريما نۆزدارەكى زارۇكان بىت. ئەگەر گەلەك رەزىن رەزت بىنە ناڭ بۇرىيىن ھەناسەيى دا، فەرە ئەو رەزىن ب ئالاقەكى تايىبەت بەھىتە كىشان و دەرمانىن زىننەدەر ژى بىدەنلى دا كو تۈوشى چ كولبۇونىن سەربارك نەبىت.

پاشى رەوشما زارۇكى باشتىرلى دەھىت، فەرە نۆزدار رەوشەنېرىيەكى ساخلىمەمىي بۇ دايىبابان بىزىت و نىشا بىدەت كا دى چەوا ئالاقىن بىيىنفرەھەكەر ل مال ب كار ئىينىن. گەلەك جاران دەمنى بىنکورتكىيەكى سەقك زارۇكى دەگرىت، ب رىكاكان ئالاقان دايىباب دەكاران ھارىكاريا زارۇكى بىكەن، هەتا كو خود ژ تۆزى، دويكىلا جىڭارا و كەشىن سەرمایى دوور بىمەت. زىدەبارى قىنەندى ژى دى دەرمانەكى ستىرۆيدى ب شىۋاپىزى حەبکان دەنە زارۇكى كو رۆژانە (١ - ٢ ملگم) بۇ ھەر كىلو گرامەكى كىشا وى (٤ - ٦) جاران وەرگرىت. نەف دەرمانە دى ھارىكاريا زارۇكى كەت كو ژ بىنکورتكىيە بەھىتە پاراستن و رىكەكى چارەسەریا دومدرىيە. ئەگەر زارۇك نەھىتە

چارەسەركەن، يان ژى قان دەرمانىن دومدرىيە و ل ناقمال وەرنەگرىت، دوور نىنە تۈوشى گەلەك سەرباركان بىبىت و نەف سەرباركە كار دەكەنە سەر ساخلىمەميا پشىن زارۇكى و دېيتە ئەگەر ئەگەر سەرباركە دەزگەھەن ھەناسەيى. د نەنجام دا نەف سەرباركە دېنە ئەگەر ئەگەر تىكچۇونا ساخلىمەميا زارۇكى و ئەگەر سەربارك ب زووتىرىن دەم نەھىنە دەسىنىشانكەن و چارەسەرگەن، دوور نىنە زارۇك پى بىرىت.