

لەش و تەندرومنى د پرمىار و بەرەشقان دا



بۇچى بىر ك دەھىنە؟

دەما نەم خوارنى دخۆين يان ناقى قەدەخۆين، دىگەل خوارن و ناقى با زى دىچىتە د ناشكى مە دا و نەڭەر رېزىميا باي سەڭەلەك لىن هات دى ناشكى مە پىت و زېۇڭى سەپ خۇزۇ باي خلاس بىكتە دى پال دەتكە سەرىي و د بۇزىدا ناقىبەرا دەڭ و ناشكى مە دا دەرىاس بىت و زەدقىن مە دەركەقىت. دەما نەم ساردەيەكى قەدەخۆين وەڭ كۆككى يان پىپسىن ئىكىسەر بېرىكىن مە دەھىن زېەر سەڭەلەك با د ناش وان دا هەيم.



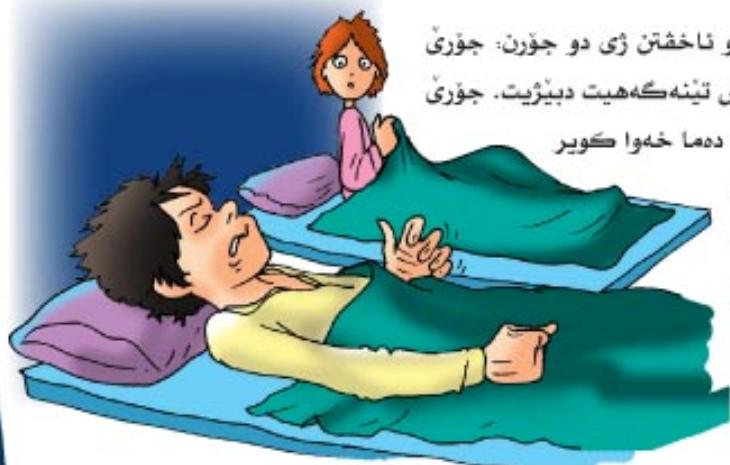
بۇچى دەقىيا مەرۆقچا، قەھوە و ساردىيان ب شەقى قەنە خوت؟

د ئان ھەمى قەخوارنان دا ماددىيەك ھەيدى دېئىنلىق، «كەھاپىن». نەڭ ماددىيە مەرۆقى ب ئاكەھ دىئىنلىق و خەوا مەرۆقى قەدرەقىتىت. زېەر ھندى دەقىيا مەرۆق پىشتى سەعەت شەشى ئىقمارى ئان جۈزىن قەخوارنان قەنە خوت، نەڭەر مەرۆق بىقىت خەۋەكى خوش بىكت. زېلى ئىكدا ئا خەويى، نەڭ جۈزە قەخوارنى مىزى مەرۆقى زى دىئىن و وە دىكەن سەڭەلەك زارۇك ب شەقى ب مىزىنە ب خۇقە.





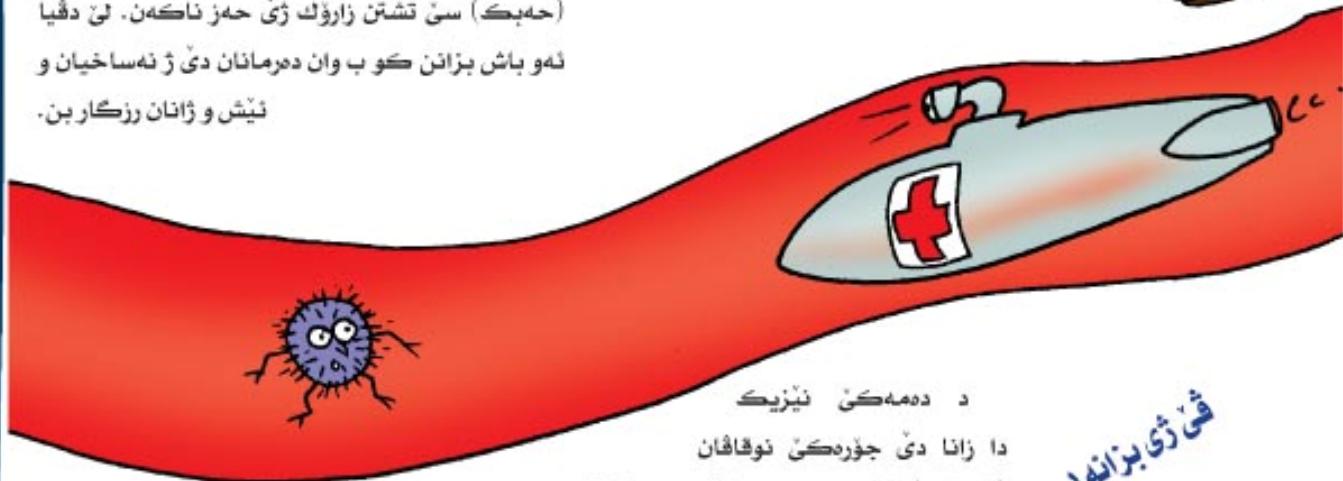
بۇچى ئەم زېھر خەو دناخشىن؟



كەلەك مروقق زېھر خەو دناخشىن. زېھر خەو ناخشىن زى دو جۆرن: جۈزى نىكى، مروقق هندەك پەيىف و نىقرستەيىن كەس تىنەكەھىت دېرىت. جۈزى دووئى، مروقق زەلال دناخشىت. زېھر خەو ناخشىن دەمما خەوا كۈپر دا روى ددەت، ھينگىن مەزىن مە يىن بىيەنۋەدا يە زېھرەندى ناخشىنىن مە بىيەنلىق دەرىدىايى نىن. لى دەمما مروقق خەونەكىن دېبىنیت مەزى دىكەفتە سار و چالاكسىن و ھينگىن زېھر ناخشتىن مە زى زەلانلىق دەيت.

دەرمان چىنە و فایىدى وان جىيە؟

دەرمان ماددهيىن كىيمىايىن نە ھارىكاريا تەشن
مە دىكەن زېۋى كۆر نەساختىان رىزگار بىن. هندەك
دەرمان بەكترييا و قايروسان دىكۈرن. هندەك نىش و
زانا تەنا دىكەن.
مروقق دەرمانان يان ب
رىڭا دەقى و مەرىگەرت و يان
زى ب رىڭا دەرزىدانانى.
دەرزىدانان و دەرمان و دىنك
(حەبىك) سىن تىشىن زارۇك زى حەز ناكەن. لى دەقىا
ئەم باش بىزانن كۆب وان دەرمانان دى زەنەساختىان و
نىش و زانان رىزگار بىن.



د دەمەكىن نىزىك

دا زانا دى جۈزەكىن دوقاڭان

(غەواسە) ئافرىتن كۆب شىۋىجىمەكىن ئىكىسەر

و ب رىڭا رەھىن خويىنى دەرمانان كەھىننە وى جەي يىن پىندىقى.

قىزى بىرالىغا