

کلینیکا خیزانی



نا: د شاپيره محمد

بوونا پيش وهخت

بوچی بوونا پيش وهخت بهری دهمی پربوونا زکی تمام بیت چیدبیت د کیژ قوناغی دا بچویک دشیئت دژیانې دا بهردهوام بیت. نهگه ر چاقدیریهکا ساخلمی یا باش هه بیت؟

گران بهایه ب تایبته ل ولایاتین ئیگرتی، چنکو دهمی فهحه واندنی (۱۰) ههفتیان فه دکیشیت و نهف شیانه نوکه ل هه ریمی ل بهر دستین مه نینه، له ورا ریژهیا مرنې پتره دقې قووناغی دا. د سهروی چهندي را کو ئیکه یهکا تایبته ب وان زاروکان فه ل نهخوشخانا نازادی هه یه، و هه ژمارهکا وان فهحه واندنا تیدانه ژ بو وهرگرتنا زاروکین (خدج) و چاقدیریا وان، لی جهی داخی یه کو تیرا پیدفییین دهفرا مه ناکهت.

دهمان دم دا هندهک گوت گوتک دناف نافرتهان دا دبلا فن کو زاروکې ههفت هه یقی دمنیت ساخ ویی ههشت هه یقی دی مریت و چ راستی ژ بو قی گوتنی نیه. ژ بهر کو چهند زاروک ههفتیهکی د زکی دهیکی دا بعینت مسوگه رکرنا ژیانې پتر بهرچاقد بیت.

نهوچ نهگه رن دبنه ریخوشکه ر ژ بو بوونا پيش وهخت ؟ ههتا نوکه زانست نهگه هشتیه زانباریهکا دورست ژ بو بوونا پيش وهخت، هه می فه کولینین ل دور قی بابهتی دوویات دکن کو گه لهک هؤکار هه نه دبسه ریخوشکه ر ژ بو رویدانا قی بوونی، ژ وانان ژی، دهمی مالبچیک تووشی وهرماندنې دبیت و نافا (لامینوس) نهوا هه رگاف دبسته ئیک ژ پاشمایین وهرماندنا مالبچیکې دهیکی، ب تایبته دهمی پهردا نافا سهری دهیته راکن، و نهفه ژ (۱۰-۲۰٪) چیدبیت. ژ وان حالهتین پهردا سهری لی دهیته راکن:

نهری تو دزانی کو ریژهیا مرن و کیم نه ندامان دلشی دا زنده دبیت نهگه ر بوونا بچویکی دناقهرا ۲۴-۲۷ ههفتیان دا بیت ژ زکیربوونی؟ فان هه می پرسیارا تو دشنی بهرسفا وان بزانی دهمی تو بچیه دنیفئا گرنگیا بابهتی بوونا پيش وهخت دا...

بوونا پيش وهخت ژ گرنگترین کیشین گرانه کو نوژدارا بوونی تووش دبیت دهمی پهیدابوونی دا، چونکی ریژهیا (۴۵٪) ژ وان دهیکین زکیرکو تووشی بوونا پيش وهخت دبن ب گهف و مهترسینه، و بوون دهمی (۴۸) دهه مئیران دا چیدبیت، و ریژهیا (۵۵٪) تووشی بوونی دبن، لی نافس بوونا وان یا بهردهوامه ههتا هه یفا دووماهیی.

نهم دشین بوونا پيش وهخت پیناسه بکهین. کولهوه یا بهری (۳۷) ههفتیان تمام ببیت. لی نهگه ر نهف رویدانه بهری (۲۴) ههفتیان چیبوو دبیژنی ژ بهرچوون.

ریژا بوونی ل UK 7% بوونا مری یه دگه له وهرار و پيشفه چوونا شیوازین چاره کون و چاقدیریا (خدج)، ۳۰٪ ژوان زارویان بهردهوامی ب ژیانې ددهن و (۸۰٪) دمنیه ساخ و دژین. نهگه ر بوونا وان پشتی ههفتیا (۲۷) بیت ریژهیا کیم نه ندام و ئیک چوونا لهشی (خدج) د ههفتیا (۲۴) ی دا (۴۰٪) و پشتی (۲۷) دبسته (۸۰٪). چاقدیریا (خدج) کیم نه ندامان ل فهحواندنې دهیته کرن کو گه لهک یا

لهوما نوژدارا وئ نه چار دبیت کو پشت ب پشکنینه کا (سونار) ب بستیت بؤ زکی نه خوشی، ههروهسا دفتیت لغین و بزاقا زاروکی د زکی دهیکئ دا بهیته بهرچاگرتن دگه ل هندهک پرسپارا ژ نه خوشی، مینا نایه پهدا ئاقا سهری بچویکی ژئاقا چوووه یان نه ۴۰ دەمی ئەف پیزانینه هه می ژ نه خوشی دهینه وەرگرتن چیدبیت چاره سه رکرن ل دویش وان پیزانینان بهیته کرن، و پینگاغا دووی بؤ دهستنیسانکرنی پشکنینا نه خوشی یه، چیدبیت لیدانا دلئ وئ یا ب له ز بیت و پلا گهرماتیا وئ یا بلندبیت، و دەمی پشکنینی دی نه خوش ههست ب ئیشانا زکی کەت، ب تایبیت (ئیشانا ل رهخی گولچیسکی و بنی زکی) یان ئیشان ل دهوریه رین (رهحمی) دەمی خوین ژبه ر چوووبیت.

• ئیشین گشتی دەمی د زکیربوونی دا دایکی فه دگرن و یا ژ هه میان گرنگتر ئیشا گولچیسکان یا دژوار.

• بهریوونا خوینی بهری پهیدا بوونی و ب تایبیت دئاق (رهحمی) دا کو دبته نه گهری پهیدا بوونا تیک چوونا (رهحمی).

• دیسان هندهک پاشمایین دگریبا (رهحمی) دا پهیدا بئن.

• بوونا دو قولی (جیمک) ل دەمی (۳۴-۳۷) ههفتیان پهیدا بئن، لی بین سی قولی و چار قولی ل دههکی زوی پهیدا بئن.

• خاقیا ل ههفکا (رهحمی) دا دبته نه گهری بوونا پیش وهخت.

• و هندهک ده زمانان زی کارتیکر نه کا کیم هه یه.

• رویدانین ترومیبلان.

چهوا دی جورئ بوونا پیش وهخت هیته دهست نیشانکرن؟

پتريا جاران دەمی ئافرهتا زکیر ههست ب ئیشانه کا ب هینز دکەت قهستا نوژدارا خۇ دکەت و شیرەتین وئ وەر دگریت، کو نه و ئیشانا زکی یان ب هینز دبیته نه گهر ژ بؤ فردهبوونا ههفکا (رهحمی) و نه مانا پهدا ئاقا سهری بچویکی و هه ر نه و نه خوش ههست ب دهرکهفتنا قه باره کا ئاقی دکەت ژ جمی دهستافی بی زراق، و چیدبیت زکچوون ل نک پهیدا ببیت و گه لهک بجیته دهستاقا زراق و ل سه ریک، ههروهسا دل رابوون زی دی هه بیت.

هندهک جاران زی دی خوین ژبه رچیت (نزیف)، پیدقیه کو نه خوش باش روژین زکیربوونا خۇ بهژمیریت، چونکی پرانیا نه خوشان روژین خۇ باش نزانن و میژویا دوماهیک هاتنا بی نغیژیا کو کەتیه تیدا نزانیت.

