پەیوەندی و مامەڵەکردن و ڕێگاکانی لە یەکدی تێگەیشتن

نوسینی: ڤێندی گرانت
پەرچڤەی: شێرزاد حەسەن

پەیوەندییەکان:

ئەگەر تۆ تەنیا دوورەپەرێز نەبیت و خۆت لەخەڵک و دونیا جیانەکەیتەوە، مەحاڵە بتوانیت خۆت لەپەیوەندییەکان بدزیتەوە.

ئێمە هەمیشە لەناو پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکاندا دەژین و تیایدا نوقمین چونکە ئەو پەیوەندی و ئاڵۆ گۆڕە ئادەمیانە بەرد ئەو بناغەین کە ئێمە ژیانی خۆمانی لەسەر بنیات دەنێین، سەرەڕای ئەوەش ئێمە لەناو ئەو پەیوەندییانەدا خۆمان دەپارێزین و بۆ دڵنیایی دەگەڕێین.

لە فەرهەنگدا کە پێناسەی (پەیوەندی) دەکات؛ وەک ئەڵقەو بازنە پێناسەی کردووە کە شتەکان و کەسەکان بەیەکەوە دەبەستێتەوە، یان وەک دامەزراندنی پردی بەیەکەوە گرێدانی کەسەکان و سازدانی ئەو پەیوەستبوونە- پێناسە بەوە تەواو دەبێت کە ئەوەیان حاڵەتێکە یان دۆخێکە کە هەر یەکێک بەوی دیکە دەبەستێتەوەو بەیەکیان دەگەیەنێت. بەڵام ئەو شێوازو ڕێگەیەی کەتیایدا ئەو پەیوەستبوون و بەیەک گەیشتنە

دروست دەبێت زۆر گرنگە بۆ تێگەیشتن و چاککردنی پەیوەندی.

بەشێوەیەکی سروشتی یەکەم پەیوەندی هەر یەک لە ئێمە لەگەڵ دایکی خۆیدایە. زۆربەی کات ئەمەیان هەستێکی جوان دەخولقێنێت.

لەو قۆناغەدا کە ساوایی و تا دواتریش ئەوان ئاگایان لە ئێمەیەو پەروەردەمان دەکەن، خۆشەویستی و سۆزمان پێ دەبەخشن و ئارامی ئاسوودەگیمان بۆ فەراهەم دەکەن، جگە لە دابینکردنی هەموو پێویستیەکانی حەوانەوە، هەر ئەم ئەزموونەشە کە بناغەیەک دادەمزرێنێت بۆ هەموو چەشنە پەیوەندییەکانی ڕۆژانی ئایندەی ژیانمان- ئەوەیان دەبێت بە نموونەیەک بۆ پەیڕەوکردن. لەگەڵ تێپەڕبوونی ڕۆژگاردا هێدی هێدی کە پتر پێدەگەین، پەیوەندی زۆرتر دادەمەزرێنین؛ پەیوەندی پتر لەگەڵ باوک، براکان،

خوشکەکان، باپیرەو داپیرەو کەس‌و کارە نزیکەکانمان. لە دوای چەند ساڵێکی کەم دەکەوینە سەرکێشی چوونە دەرەوەو دوورکەوتنەوە لە دڵنیایی‌و ئاسایشی ماڵ، جگە لەدامەزراندنی پەیوەندی لەگەڵ هاوڕێکانمان دەرودراوسێ، مامۆستاکان‌و کەسانێك کە دەستەڵاتدارن. ئیدی جیهانی خۆمان تا بێت بەرفراوانتر دەکەین.

لە هەر شوێنێك کونجێکی ئەم دونیایەدا پێویستیەکان تێرو دابین بکرێن، جۆرێك لە پەیوەندی دروست دەبێت. هەتا لە نێوان پیاوێك‌و سەگەکەیدا پەیوەندی هەیەکە تیایدا هەر یەکەیان پێویستیەکانی ئەوی دیکەیان تێر دەکات: لە ئاسایش‌و دڵنیایی، خۆراك‌و پەناگا کە لەلایەن پیاوەکەوە بۆ سەگەکەی دابین دەکرێت، لەبەرامبەر ئەوەدا سەگەکە یاوەری خاوەنەکەی دەکات‌و گوێڕایەڵی دەبێت، دەیپارێزێت، هەر ئەو هۆیەشە کەوا دەکات سەگەکە مەشق بکات تا ئەو ڕۆڵ‌و ئەرکە ببینێت. ئەوان، هەردووکیان، بە هێمنی‌و ئاشتیەوە لەگەڵ یەکدی هەڵدەکەن.

هەروەها ئێمە پەیوەندیمان لەگەڵ ژینگەو سروشتی دەوروبەرمان هەیەو ئەو جیهانەی کە تیایدا دەژین، چ خەمناکە کە ئێمە هەست بەوە نەکەین‌و بێباك بین بەرامبەر ژینگەی خۆمان، هەر ئەو بێباکیە وای‌کرد کە چەندەها دارستان وێران بکرێن، دەوروبەرمان پیس‌و ژەهراوی بێت، پیسی‌و ئاوەڕۆ زۆر لە سەرچاوە سروشتیەکانی سەر ئەم زەوی‌یەی وێران کردووە.

ئێمە هەر هەموومان چەندەها پێویستیمان هەن، ئەو پێویستییانەش دەبنە بنەماو کرۆکی بوونمان، هەموو پێویستیەکانی منداڵێکی تازە لە دایکبوو بە تەواوەتی لەلایەن دایکیەوە دابین دەکرێت، لەو سەرەتایەو لەو ڕۆژە زووانەدا پێویستیەکانی دایکە لەو هەستە سروشتیە خۆی دەنوێنێت کە تەواو بایەخ بە کۆرپەکەی بدات؛ هەردووکیان ئارام‌و قایلن‌و پەیوەندییەکی جوان‌و بەهێزیش لەنێوانیاندا دروست دەبێت. ئەگەر، لەبەر هەر هۆیەك، دایکە لە کۆرپەکەی وەرس‌و بێزار بێت، یان بەراستی خۆزگە بخوازێت کە ئەو منداڵەی نەبووایە، ئەوکات ئەم چەشنە پەیوەندییە پڕ لە خۆشی‌و ڕەزامەندییە دروست نابێت. کاریگەری‌و دەرئەنجامەکانی ئەو بێزاربوون‌و ڕەتکردنەوەیە زۆر زوو ئاشکرا دەبن، بەتایبەتی لەسەر ڕەفتاری منداڵەکەدا کەهەست بە دڵنیایی‌و ئاسوودەگی نەکات، لەوەدا کە توانای نیە هەست‌و نەستی خۆی دەربڕێت، دووچاری تووڕەیی‌و بێزارییەکی زۆر دەبێت، یاخود کەسایەتیەکی وای لێ دەردەچێت کە لە داواکردن تێر نابێت‌و نازانێت ڕەزامەندی چی‌یە.

هەندێك جار ڕوو دەدات کە دایکەو منداڵەکەی، لەو ساڵە ناسکانەی سەرەتای تەمەنی منداڵەکە، لە یەکدی دابڕێن‌و جیاببنەوە، هەڵبەت هەستی دۆڕان‌و لە دەستچوون بۆ ماوەیەکی زۆر دڕێژ لە ساڵانی تەمەنی منداڵەکەدا کاریگەری زۆر خەراپی دەبێت، ئەو ئەزموونە تاڵە کاردەکاتە سەر لەبەری ژیانی داهاتووی، بەتایبەتی پەیوەندییەکانی.ئەم کەسە بەدبەختانە بە قورس‌و زەحمەتی دەزانن کە بڕواو متمانەیان بە خەڵکی هەبێت‌و ترسێکی قوڵیان لە هەر چەشنە جیابوونەوەو لێکدابڕانێك هەیە. زۆر جاران هەست‌و سۆزیان سەرکوت دەکرێت یان ئەوەتا نکوڵی لێ دەکرێت منداڵێك کە لە خۆشەویستی‌و سۆز دابڕابێت؛ ئەگەری ئەوەی‌هەیە کە حەز بکات هەموو شتێك موڵکی ئەو بێت‌و داگیری بکات یاخود بەغیلی‌و ئیرەیی بە هەموو کەسێك‌و شتێك دەبات، هەر هەموو ئەو شتانەشی کە وەك هەڕەشەو مەترسی لەسەر خۆی حسابیان بۆ دەکات.

ئێمە کە بۆ یەکەمین جار دڵدار دەبین‌و کەڵەکەی عیشق دەکەوێتە سەرمان بۆ هەمیشە ئەو هەستەمان لەلا دورست دەبێت کە ئەوەیان پەیوەندییەکی جوان‌و سەراسیمەیە. ئێمە بە تەواوەتی لە قۆناغی ئەڤیندارى جەخت دەکەینە سەر خەسڵەتە جوان‌و باشەکانی ئەو کەسەی کە خۆشمان دەوێت‌و بەتەواوەتی چاومان کەم‌و کوڕی‌و نەنگی‌و خاڵە لاوازەکانی بەرامبەرمان نابینێت. هەتا گەر کەسێك لێمان بپرسێت‌وگومان لە ئێمە بکات، لەوەدایە هەر نکوڵی لێ بکەین‌و دان بەوەدا نەنێین کە ئەو خۆشەویستەمان کەم‌و کوڕی هەیە، هەر بەڕاستیش بڕوا بەچاوی خۆمان دەکەین‌و بەس. کەسانێك کە دەڵێن (خۆشەویستی کوێرە) دەقاو دەق وەسفە بۆ ئەو دۆخەی کە ئێمە تیایدا دەژین. بە هەرحاڵ.. لەگەڵ تێپەڕینی ڕۆژگاردا- چونکە مەحاڵە لەسەر ئەو دۆخە تەندروست‌و نمونەییە بمێنێتەوە، بەتایبەتی لە دونیایەکی واقیعیدا کە ناکرێت هەتا هەتایە خۆش خەیاڵ بین- ئیدی وا لێ دێت کە چاومان هەندێك شت ببینێت کە (ئەوەندە جوان‌و

سەرنج ڕاکێش نین) کە لە کەسایەتی خۆشەویستەکەماندا هەن. ئیدی لەو بەهەشتە دێینە خوارێو لەسەر زەمینی واقیع دادەبەزین و دەکەوینە ناو ئەو بازنەو تەلبەندو سنوور بەندییەی کە ناهێڵێت وەک مرۆڤ بژین، یان بە واتایەکی دیکە ببین بە مرۆڤ.

ئەمەیان هێشتا چاکە گەر هەریەک لەو دڵدارە بجوڵێتو بیەوێت پەیوەندییەکان ڕێک بخاتەوەو خۆی لەگەڵ ئەو دیکە بگونجێنێت، مەبەستی بێت لەگەڵ هاوەڵەکەیدا هەمان هەنگاو هەڵبێنێت. گرفتو کێشەکان لێرەوە دەست پێدەکەن کە یەکێک لەو جووتانە (کەپڵ) هەر هەڵەو کەمو کوڕی بدۆزێتەوە یان هەر گلەیی بکاتو ڕەخنەبگرێت، کەچی ئەوی دیکەیان هێشتا بە تەواوەتی جەخت بکاتە سەر لایەنە جوانو خەسڵەتە شیرینەکانی بەرامبەرەکەی. لەم دۆخەدا زۆر ئاماژەو قسەو داوا هەتا گەر بێ مەبەست بوترێنو ئازار بەخشیش نەبن هەر خەراپ دەکەونەوە، هەر بۆ نموونە گەر تۆ سەرنجێکی وا دەربڕیتو بڵێیت- (تۆ بەراستی مەبەستت بوو کە چێشتەکە پتر بکوڵێت) یان (ئەرێ تۆ دەتوانیت گەرماوەکە پاک بکەیتەوە دوای ئەوەی کەخۆت تێداشۆری؟)

ئا ئەم چەشنە سەرنجو توانجانە بەسن بۆ ئەوەی کە ئازارێکی قوواڵو درێژخایەن بەجێ بێڵن. ئەو کاتانەی ئێمە دڵدارو دڵخوازین زۆر ئامادەین کە زوو بریندار بینو شکستەبار بینو ئازاری قووڵ بچێژین، هەمیشە ناسک دەبینەوە بۆ وردو خاش بوون.

لەگەڵ برادەرێکمدا گفتو گۆمان لەسەر ئەوە دەکرد، ئەم پێی وتم کەلە ڕۆژانی یەکەمی ژن هێنانەکەیدا هەستو نەستێکی گەرمو گوڕو تووندوتۆڵ لە نێوان خۆیو ژنەکەیدا هەبووە، بەڕادەیەک کە ژنە ئامادەنەبووە هیچ شتێکی بداتێ گەر تەواوو ساغ نەبووبێت، دەبوو هەر شتێک بێ کەمو کوڕیو بێ غەوش بووبێت. ڕۆژێکیان ئەو ژنە سێوێکی پێشکەش بە میردەکەی کردووە کە بەتایبەتی لە بازاڕ کڕیبووی، بەڵام کە پیاوەکە قەپاڵ لە سێوەکە دەگرێت کرمێکی چکۆلە بەدی دەکات. ژنە بەم شتە هیچە وەڕسو وێران بوو، بگرە بۆ چەندین سەعات دوای ئەوەش هیچ شتێک دڵی ژنەکەی خۆش نەکردەوە ئەو هەڵچوونو تێکچوونە زۆرەی کە سەیرەو کەچی هەندێک خەڵکی دیکە هەن ئەم جۆرە حاڵەتە دەکەن بە گەمەو گاڵتەو هیچ ئاکامێکی خەراپی لێ ناکەوێتەوە.

چ شتێک پەیوەندییەکی باشو کۆک دادەمەزرێنێت؟

ئەگەر ئێمە هەندێک داواو پێویستی بەهێزمان هەبێت، ئەو داواو پێویستییانەش لەلایەن هاوسەرو هاوڕێو هاوەڵەکانمان دا بین

بکرێن، ئەوە ئەو کاتە ئێمە لەگەڵ ئەواندا پەیوەندییەکی باشو بەهێزو درێژخایەنمان بۆ فەراهەم دەبێت. ئەگەر یەکێک لەو دوو هاوسەرو هاوەڵەمە خۆشبەخت بێت بەوەی کە دەیبەخشێتو بەرامبەرەکەشی ئاسوودەو قایل بێت بەوەی کە هەمیشە ئەو بەخششە وەردەگرێت، ئەمەشیان هەر وا دەکات پەیوەندییەکی جوان دابمەزرێت بە حوکمی ئەوەی کە بە تەواوەتی پێویستییە جیاوازەکانی هەردوولا تێر دەکرێن بنەماو گەوهەری پەیوەندی باش لەوەوە دێت کە پێویستیەکانمان تێر بکرێن، حەزو داواکانمان دابین بکرێن، ئەو کاتەی کە پێویستیەکانمان فەراهەم نابن، بەتایبەتی لەکاتی خۆیدا، ئەگەری ئەوە زۆرە پەیوەندییەکان بڕمێن دیارە ئەوجووتە- کەپڵە، لەوانەیە، هەر بەردەوام بن کە بەیەکەوە بژین، لەوانەیە وا هەست بکەن کە هێشتا بەیەکەوە پەیوەندیدارن، بەڵام لە ڕاستیدا ئەوان بوونەتە دووکەس کە لە هەمان ماڵدا دەژین بێئەوەی هیچ پەیوەندیو سەرو سەودایەکی ڕاستەقینەیان بە یەکەوە هەبێت.

لە سەرەتادا:

شێوەی سروشتی بۆ دامەزراندنو دەستپێکردنی هەر پەیوەندییەک لەوەوە پەیدا دەبێت کە هەریەک لە ئێمە جەخت لەسەر خەسڵەتە جوانەکان دەکاتو چاوی شتە باشەکانی

بەرامبەرەکەی دەبینێت. لەوە دەچێت کارێکی ئاسان بێت، لە سەرەتادا، هەر یەک لە ئێمە منداڵەکەی خۆش بوێت، هاوسەرەکەی، دایک و باوکی، هاوڕێکەی، بەڵام بۆ ئەوەی ئەمدۆخە بەردەوام بێت و پەرە بستێنێت و ببێت بە شتێکی هەمیشەیی، مەرجە لەسەرمان کە گفت و گۆو مامەڵەکردن و لە یەکگەیشتن بکەین بەبەردی بناغەی ئەو پەیوەندییەمان. تۆ لەوەدا پێویستت بەکات هەیەو هەوڵێکی زۆرت دەوێت تا لەگەڵ بەرامبەرەکەتدا بتوانن داواو پێویستیەکانی یەکدی دابین بکەن.

هەرچەندە زەماوەند کردن یەکێکە لە هەرە گرنگترین پەیوەندییەکان کە ئێمە دەچینە ناوی (وا نەخشەی بۆ دەکێشرێت کە بەدرێژایی تەمەن بەردەوام بێت!)، شتێکی سەیرە کە خەڵکی زۆر کەم لە کات و عەقڵی خۆیان تەرخان دەکەن تاوەکو وا بکەن تەمەنی ئەو زەماوەندە درێژ تر بکەنەوە. چوونە ناو پەیوەندییەک بەبێ پەرواو پرس و هەر ئاواهی لەسەر هەوەنتە؛ دەکرێت و یەکێک بێت لەو هۆکارو هێزە هەرە ڕووخێنەرەکان کە ناهێڵن پەوەندی ئەو دوو کەسە تەمەن درێژ بێت.

گەر شتەکان بەو ئاڕاستەیە ڕۆیشتن کە کەمێک بەرەو خراپی و تێکچوون بچن، لە خۆت بپرسە.. چونکە لەوانەیە تۆ چیتر بایەخ بە هەموو لایەنو خەسڵەتە جوانەکانی بەرامبەرەکەت نەدەیت.

زۆربەی هەرە زۆرمان لەسەر کارو ئیش سەرگەرمی پەیوەندی دیکەین. لێرەشدا هەموو ئەو پرنسیپانەی کە بۆ زەماوەند باسمان کرد بە کەڵکی پەیوەندی ناو دەزگاو کارگەکانیش دێن. هەرکاتێک یەکەمین سیحرو جوانی و تازەیی لە پەیوەندییەکەتدا نەما، لەبەرامبەر ئەو کارمەندەی کە لەگەڵتایە، دەبێت یەکسەر بیر لەوە بکەیتەوە کە مامەڵەو هەڵسوکەوتت لەگەڵیدا تووندو تۆڵتر و بەجۆرێکی دیکە بێت. کاتێکی زۆرتر بۆ خۆت وەربگرە تاوەکو سەرلەنوێ شێوەی ڕوانین و بۆ شتەکانی دەوروبەرت هەڵسەنگێنیتەوە. گرفت و کێشەکان یان قایل نەبوون زۆر بە سادەیی سەر هەڵدەدەنەوە چونکە تۆ وات لێهاتووە کە لە ڕوانگەیەکی خەراپو سەقەوە شتەکان ببینیت.

ئاڵۆ گۆڕی پەیوەندیو مامەڵە کردن:

ئاڵو گۆڕی بیرو ڕاو لە یەکدی حاڵیبوون بناغەی هەر پەیوەندییەکە لەوە دەچێت زۆر جار ئێمە وا چاوەڕێ بکەین کە دەبێت هاوسەرەکانمان هاودەمەکان هەمیشە وردبین و چاوتیژ بن، بەڕادەیەک کە ئەوەی بە چاو نابینرێت ئەوان ببینن، بڕوایەکی وامان لەلا دروست دەبێت کە بە جۆرێکی نادیارو سیحراوی مەرجە ئەوان دەرک بە هەستو نەستی ئێمە بکەن بێ ئەوەی ئێمە مەبەستو نیازی خۆمان بۆ ئەوان ئاشکرا کردبێت.

ئا ئەوەیان بەتایبەتی لە پەیوەندی (سێکسی)دا دەردەکەوێت، گرفتێکی هاوبەشە لەنێوان زۆر لە ژنو مێردەکان چۆن چۆنی پیاو بزانێت کە ژنەکەی حەز بەچی دەکاتو ڕقی لە چییە، چ شتێک دەیورووژێنێتو وە ئاگای دێنێتو چ شتێک وای لێ دەکات سارد بێتو دابمرکێتەوە، هەڵبەت بێئەوەی هیچ ئاماژەو گفت و گۆو ئاڵو گۆڕێک لە گۆڕێدا هەبێت، دیارە ئەوەیان سیحریش دەرەقەتی نایەت. ئەو پزیشکانەی کە لە بواری (سێکسی)دا چارەسەری ژنو پیاوان دەکەنو لەگەڵ ئەو گرفتو دەردانە مامەڵە دەکەن بە منیان وتووە کەوا نەبوونی گفتوگۆو دڵو دەروون کردنەوەو ئاڵو گۆڕی بیرو ڕا یەکێکە لە هۆکارە هەرە باوەکان کەوا دەکات شتەکان بە هەڵەدا بچنو چەوتو چەوێڵی بێتە پێشێ.

خۆ دەکرێت، هەڵبەتە، شتەکان بە جۆرێکی دیکە بن، بەڵام زۆربەی جار، پتر لەوەی کە چاوەڕێ دەکرێت، لەم چەشنە بارودۆخە ئاڵۆزانەی پەیوەندی نێوان ژن و مێردەکان: ئەوە ژنە کە ناتوانێت پێویستیو ئارەزووەکانی خۆی بۆ بەرامبەرەکەی ڕوون بکاتەوە.

زۆر شت هەن کە بەشێوەیەکی (نائاسایی و لەسەر ئاستی نەست)مرۆڤ دەرکیان پێ دەکاتو زۆر بەباشی ئیشی خۆیان دەکەن بێ ئەوەی پێویست بە شیکردنەوەیان بکات، یان گفت و گۆیان لەسەر بکرێت، لێرەدا.. ئێمە لەو شێوازو ڕێگایانە ورد دەبینەوە کە تیایدا پەیوەندییەکان لەسەر ئاستی هەستو ئاگایی لە پاڵ کەمێک زانیاری زیاتر دەکرێت باشترو جوانتر بکرێنو تەمەنیشی، بە واتا تەمەنی پەیوەندییەکان، درێژتر بکرێتەوە.

بۆ دوو کەس کە بیانەوێت گفتوگۆ بکەنو بیرو ڕا بگۆڕنەوە، زۆر پێویستە کە یەکێکیان ئامادە بێت شت

وەربگرێت و گوێ بگرێت، کەچی ئەوی دیکەیان پۆلێکی دۆستانە ببینێت و دڵو دەروون کراوە بێت و لە قسەو دەربڕین نەوەستێت. ئەو کاتەی کە هەردوو کەسەکە بە یەکەوە بیانەوێت بیرو ڕاو خەیاڵەکانیان بخەنە ڕوو، لە هەمان کاتدا، ئا لەم دۆخەدا هیچ پەیوەندیو لە یەکدی تێگەیشتنێك دروست نابێت وەکو دەڵێن هەرکەس بۆ خۆی دەخوێنێ. ئەوەیان تێبینی دەکرێت ئەوکاتەی دەمەتەقێ لەنێوان دووکەسدا دەسازێت، ئەو کاتەی یەکێك کراوەتەوەو قسە دەکات و بیروڕاکانی خۆی دەردەبڕێت کەچی ئەوی دیکەیان لەبری ئەوەی گوێ بگرێت و ڕۆڵی- وەرگر-ی هەبێت، زوو زوو خۆی تێ هەڵدەقورتێنێت و قسە بە بەرامبەرەکەی دەبڕێت. ئەوانە هەردووکیان جەخت دەکەنە سەر بیرو ڕاکانی خۆیان سەر ئامانج و دیدو بۆچوونەکانیان، لەبری ئەوەی بەراستی گوێ لەیەکدی بگرن و بەشداربن لەو گفت و گۆیەی کە لە نێوانیاندا دامەزراوە. لە زۆربەی گفت و گۆو مشت و مڕەکاندا ئەو دۆخە تێبینی دەکرێت، هەر لەبەر ئەوە هیچ پەیوەندیو ئاڵو گۆڕێکی ڕاستەقینە ڕوو نادات و جێی خۆی ناگرێت.

تێگەیشتن لە پێویستیەکانی خۆت:

یەکەمین هەنگاو بەرەو قسەکردن لەسەر پێویستیەکانی خۆت ئەوەیە کە تێیان بگەیت. گەر هەستت کرد ئەوەیان قورسە کە دیارە زۆر کەس وایان لێ دێت، چونکە زۆر جاران خەڵکانێك هەن هیچ خەیاڵو بیرۆکەیەکیان نیە لەسەر ئەوەی کە بزانن پێویستیەکانیان چیەو یاخود لە پەیوەندیداریدا چیان لەو کەسەی بەرامبەر دەوێت بەوە دەست پێ بکە کە لەو شتانە ورد بیتەوە کە دڵخۆش دەکەنو وا دەکەن کە لەخۆت ڕازی بیتو باشتر خۆت ببینیت بۆ ئە شتانە بگەڕێ کە ئاسوودەت دەکەنو هەستی سەربەستیو سەرفرازیت لەلا دەخولقێنن، ئەو شتانەی کە بەدەرن لە تاوانو هەستکردن بە گوناە.

کاتێك کە سەیری فلیمێك دەکەیت یان ئەوەتا کتێبێك دەخوێنێتەوە بزانە ئەو فلیمەیان ئەو کتێبە چی تێدایە کە خۆشیت پێ ببەخشێت؟

لەناوئاخنی وەڵامەکەتدا ئەو حەقیقەتە دەردەوێت کە تۆ لە پێویستیەکانی خۆت تێبگەیت. گەر مێردەکەت (بۆ نموونە) زۆر بەناسکی لە مسی کردیت، یان ژنە زۆر خۆشەویستانە بەخێر هاتنەوەی مێردەکەی دەکات ئەوکاتەی کە لە ئیشو کار دەگەڕێتەوە، هەر ئەم ڕەفتارە چەشنە کاردانەوەیەك لەناو تۆدا دەجوڵێنیت، پاشان وا بیری لێ بکەرەوە کە تۆ هەمان پێویستیت نیەو لە خۆتدا هەستی پێ ناکەیت.

لەو شوێنەی کە کاری تێدا دەکەیت لەوەدایە تووشی جۆرە خەڵکانێك بیت کە چاوەڕێ دەکەن لەوەی کە تۆ بزانیت ئەوان چ شتگەلێکیان لەتۆ دەوێت بێئەوەی کە ڕوونی بکەنەوە کە بۆ چ کارو مەبەستێك ڕوویان لەتۆ کردووە.ئەوە لای خۆت ڕوونو ئاشکرا بێت کە تۆ ناتوانیت هەموو تواناکانی خۆت بخەیتە گەڕ بۆ جێبەجێکردنی هیچ ئیشو کارێك کە هەر هەموو شتو لایەنەکانی ئەو کارە ڕوون نەکرێتەوەو پێداچوونەوەو تەتەڵەیەکی باش نەکرێت.

ئەوەیان پرنسیپێکی بنەڕەتیەو کەچی زۆر جاران فەرامۆش دەکرێت:

ئەو کاتەی کە خەڵکی ئاسوودەو خۆشبەخت بن لە ئیشو کارەکانیاندا، ئەنجامو بەرهەمی باشتر بە دەستەوە دێت.

ئەگەر، لە میانەی ئیشو کارەکانتدا، هەستت کرد کە پێویستیەکانت

بە تێڕیو پڕی دابین نەکراون، لە خۆت بپرسە کە لە پای چی بەم جۆرە بیر دەکەیتەوە. ئایا لەبەر ئەوەیە کە تۆ بێزارو وەڕسیت، دڵتەنگو نیگەرانیت، جارسیت، فەرامۆش کراویت؟ ئایا ئەو کارە وات لێ نەکات کە هەستی بەرەنگاریت لەلا بورژێنیتو بیسلەمێنێت کە تیایدا کارامەیت؟ ئایا ئەوەی کە پێی بوروژێنێتو بەپرسیاریییەتی: کەمە یان زۆرە؟ هەرکاتێك تۆ گرفتەکەت دەستنیشان کرد، هەوڵبدە کە چارەسەرێکی بۆ بدۆزیتەوە.

لەوانەیە لەو میانەدا تۆ تووشی هەراو ژاوە ژاوو دەردەسەری بیت،

لەو میانەدا تۆ تووشی هەراو ژاوەژاوو دەردەسەری بیت، یان لەگەڵ بەڕێوەبەرو سەرۆکێکی سەرقاڵ دەستەویەخە بیت، بەڵام هەڵی ئەوە زۆرتر کە گەورەکەت (ژن بێت یان پیاو)دواجار ئەوە بە باشتر دەزانێت کە گوێت لێ بگرێ، هەمیشە هەوڵبدە کە شتێکی ئەوتۆ بکەیت تاوەکو هەڵەکان

نەهێڵیت‌و بارودجۆخەکە چاك بکەیتەوە، ئەو هەوڵە باشترە لەوەی کە ئەندامێکی باش‌و کارامە لە دەست بدەیت کە لە ئیش‌و کارەکەتدا بەکەڵکت بێت.

کلیلە نادیارەکانی پەیوەندیداری

جیا لەو پەیوەندی‌و مامەڵەی زارەکی‌و ڕوبەڕوو، ئێمە هەر هەموومان هەست‌و نەستی خۆمان بەکارەهێنین، بەشێوەی جۆراوجۆر. تا بتوانین لەگەڵ ئەوانی‌دیکە بیرو ڕا بگۆڕینەوە‌و لێیان تێبگەین، هەرچەندە زۆربەی خەڵکی ئاخافتن- قسەکردن-دەکەن بە ئامرازێك‌و هەموو توانای خۆیان بەکاردێنن تاوەکو هەست‌و نەستی خۆیان دەربڕن، دەست دەجوڵێنن تا ئەونیازو جەستەی هەیانە جوانتر پیشانی بدەن، ئێمە هەر هەموومان حەز بەوە دەکەین کە بە تەنها پشت بە یەکێك لە هەستەکانمان ببەستین. پتر لەوانی دیکە.

هەندێك کەس هەن کە سەرەتا (وێنە)ی شتێکیان لەلا بەرجەستە دەبێت، کەچی کەسانی دیکە هەن ئەو شتە دەخەنەوە یادی خۆیان بە جۆرێك کە (هەست) بەو شتە بکەن، ئاو نموونەیەکی باشە بۆ ڕوونکردنەوەی مەبەستەکەمان کاتێك پرسیارم لە کۆمەڵە خەڵکێك کرد کە بیر لە دەریایەك بکەنەوە، لە دەرئەنجامی ئەو ئەزموونە بۆم دەرکەوت کە (60٪) بینیان، (30٪) گوێیان لە شەپۆ هوپی دەریاکەوە بووە، ئەوانی دیکە کە دەکات (10٪) وایان هەستکرد کە لەناویدا مەلە دەکەن.

بۆ هەندێك کەس (بۆنکردن‌و دەنگەکان) کە پەیوەستن بە ئەزموونێکەوە یارمەتیان دەدات ئەو ئەزموونەیان بیر بکەوێتەوە‌و سەرلەنوێ بچنەوە ناو هەمان یادەوەری بۆ ئەوەی لەوە تێبگەیت کە لە خودی خۆتدا ئەمەیان چۆن کار دەکات، یارمەتی خۆت دەدەیت گەر هوشیارو ئاگاداری ئەو دۆخ‌و شێوازە بیت کەتۆ بۆ خۆت چۆن چۆنی‌و ڕوو بەڕووی شتەکان دەبیتەوە‌و کاردانەوەت چۆن دەبێت.

گەر ئێمە نەتوانین ئەو حاڵەتە بەدی بکەین کە بزانین خەڵکی چۆن لە ئەزموونێك نزیك دەبنەوە‌و چۆن دەچنە ناوی، زۆر شتمان لەکیس دەچێت‌و دەبێتە مایەی لە یەکدی تێنەگەیشتن.

سەرچاوە: Are you in control/ Wendy Grant/ Melbourne/ pages (81-87)

توتیا بۆ چارەسەرکردنی هەوکردنی تونەی سییەکان بەسودە

لێکۆڵینەوەیەکی نوێ پێشنیازی بۆ ئەو منداڵانەکردووە کە بەهۆی هەوکردنی تونەی سییەکانەوە دەنالێنن ڕەنگە لە خواردنی توتیا (زنگ) سود وەربگرن.

پزیشکەکانی بەنگلادش دەڵێن زنگ یارمەتی منداڵان دەدات تا لە نەخۆشییەکانیان زۆر بە خێرایی چاك ببنەوە.

ئەم نەخۆشییە لە هەموو نەخۆشییەکانی دی زیاتر دەبێتە هۆی کوشتنی منداڵان ئەمەش زیاتر لە وڵاتە تازە پێگەیشتووەکان دا زۆرترە.

تیمی پزیشکی لانست وتەی پزیشکەکانی بنکەی لێکۆڵینەوەی تەندروستی و دانیشتوانیان ڕاگەیاند و وتیان پێدانی زنگ بۆ منداڵان دەتوانێت یارمەتی ڕزگاربونی ژیانی زۆربەیان بدات.

هەوکردنی سییەکان ساڵانە دەبێتە هۆی کوشتنی ملیۆنەها منداڵ زۆر جار کاریگەری دەکاتە سەر ئەو منداڵانەی کە کێشیان کەمە لە کاتی لە دایك بووندا یان کۆئەندامی بەرگریان لاوازە بەهۆی بەدخۆڕاکییەوە یان نەخۆشی دیکەوە.

ئەم توێژینەوە (270) منداڵی گرتەوە ئەوانەی لە نێوان (دوومانگ تا بیست و سێ مانگ) ڕۆژانە 20 ملیگرام زنگیان پێ دەدرێت جگە لە دەرمانی دیکە لەگەڵ دەرمانە دژە زیندەکان، چاك دەبنەوە.

توێژەرەوەکان سەرنجیان دا ڕێژەی چاکبوونەوەی ئەو منداڵانەی زنگیان پێ دەدرێ زۆر زیاترە لەو منداڵانەی کە زنگیان پێ نادرێت هەروەك چۆن ڕێژەی بەجێهێشتنی نەخۆشخانەشیان زیاترە لەوانەی دی.

پزیشکەکان ڕوایان وایە ڕەنگە زنگ ببێتە هۆی زیادکردنی خێرایی چاك بوونەوە. ئەمەش لە ڕێگای کەمکردنەوەی هەوکردن و نزم کردنەوە لاوازکردنی بەربەست لە ڕێڕەوی هەناسەدان دا بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا وتیان پێویستیان زیاتر بە لێکۆڵینەوە هەیە بۆ دۆزینەوەی چۆنێتی بەکارهێنانی.

بەڵام پزیشکەکان وتیان ئەنجامەکان ئەوەیان دەرخستوە پێدانی زنك بە منداڵان کاریگەری خۆی چەسپاندووە.

سوڕی چارەسەرکردن بە زنگ تەنها (0.15) دۆلاری دەوێت لە کاتێکدا یەك ڕۆژ مانەوە لە نەخۆشخانەکانی بنگلادش (25) دولاری ئەمریکی دەوێت.

پزیشکەکان دڵنیان بەباسەکەیاندا وتیان (بەڕەچاوکردنی مانەوەی ڕێژەیەکی زۆر لەو منداڵانە لەو ماوەی تەمەنیان بەهۆی تۆش بونیان بە هەوکردنی سییەکان لە نەخۆشخانەکان ئەوا تێچوونی ئەمە دەبێت تێچوونێکی جەوهەری بێت.

ئەتەوە یەکگرتووەکان لەلایەن خۆیەوە ئامانجی بۆ ئەو منداڵانە داناوەو بەڕێژەی سێیەکی نێوان ساڵانی (1990-بۆ 2015)ە چونکە کەمکردنەوەی مردن بە تووش بوونی بە هەوکردنی سییەکان بۆتە کارێکی سەرەکی و پێشینە.

ڕێکخراوی نەتەوە یەکگرتووەکانیش بۆ چاودێری منداڵان (یونسیف) لەلایەن خۆیەوە دانی بەوەداناوە لە پێناوی بەدی هێنانی ئەم ئامانجەدا پێویستی بە هەوڵدانی زۆر هەیە.

شادمان

نەخۆشی ئەلزایمەر

هادی محەمەد عەبدوڵڵا
کۆلێژی پزیشکی- زانکۆی سلێمانی

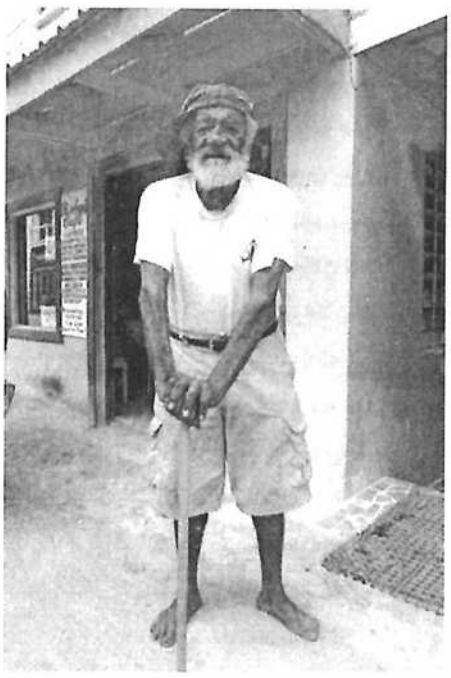
دەستپێک:-

بریتییە لە نەخۆشییەکی ئالۆز کە کار دەکاتە سەر دەماخ (brain)و یەکێکە لە جۆرەکانی خلەفاوی (Dementia)و سەرەتایەکی نادیاری هەیە کە بریتییە لە کۆرسێکی هێواش و پاشانیش کەم بوونەوە لە فرماندا و دەبێتە هۆی لەدەست چوونی لەسەر خۆی خانەکانی مێشک.

ئەم نەخۆشییە بۆیەکەم جار لەلایەن پزیشکی ئەڵمانییەوە د. ئەلۆیس ئەلزایمەرەوە لە ساڵی 1906دا وەسف کراوە.

ئەم نەخۆشییە کار دەکاتە سەر لە 11٪ دانیشتوان کە تەمەنیان لە سەروی 65 ساڵییەوە. هۆکاری چوارەمی مردنە لە دوای نەخۆشییەکانی دڵ، شێرپەنجەو سەکتە (stroke). هەرچەندە وا هەست دەکرێت کە دەگمەن بێت، بەڵام تۆێژینەوەکان دەریان خستووە کە ئەلزایمەر باوترین هۆکاری نەخۆشی خلەفاوییەو لە 50٪ هەموو نەخۆشییەکانی خلەفاوی پێک دێنێت.

خلەفاویش کۆمەڵە نیشانەیەکی زۆر دەگرێتەوە کە پەیوەندیان هەیە بە کەمبوونەوەی توانای بیرکردنەوە. نیشانە باوەکانی بریتین لە لەدەستدانی لەسەر خۆیی یادەوەری (memory)، کەم بوونەوەی ئاستی ژیری و بڕیاردان، ووڕبوون (Disorientation) (کەسەکە شوێنەکانی لێتێک دەچێت)، بەگران فێربوون، لە دەستدانی تواناکانی زمان، و کەم بوونەوەی توانای نەخۆشەکە بۆ جێ بەجێکردنی ئەرکە ڕۆتینییەکان، هەروەها ئەو کەسەی کە خلەفاوی هەیە هەست بە گۆڕان دەکرێت لە کەسایەتی و ڕەفتارو هەڵس و کەوتیدا، هەروەکو ماخۆلان (agitation) (نەخۆشەکە لە شوێنێکدا ئۆقرە ناگرێت و هەر دێت و دەچێت)، دڵە ڕاوکێ، بڕوای هەڵە (delusion)(بڕوای بەشتێک هەیە کە



لە ڕاستیدا بوونی نییە)، و ووڕینە (hallucination) (هەندێك شت دوست بکات کە لە ڕاستیدا بوونی نییە).

بەرەو پێش چوونی نەخۆشی ئەڵزایمەر

نەخۆشییەکە بەرەو پێش دەچێت بەڕێژەی جیاواز، ماوەی نەخۆشییەکە لەوانەیە جیاواز بێت لە 3 ساڵەوە بۆ 20 ساڵ. لەسەرەتادا ئەو ناوچانەی مێشك کە کۆنترۆڵی یادەوەری و بیرکردنەوە دەکەن کاریان تێدەکرێت. بەڵام کاتێك نەخۆشییەکە بەرەو پێش دەچێت خانەکانی ناوچەکانی دیکەی مێشکیش کاریان تێدەکرێت و دەمرن، لەم کاتەدا نەخۆشەکە پێویستی بە چاودێرییەکی تەواو هەیە. ئەگەر نەخۆشەکە نەخۆشییەکی دیکەی ترسناکی نەبێت ئەوا لە دەستدانی فرمانەکانی مێشك خۆی دەبێتە هۆی مردن.

هۆکارە مەترسیدارەکان (Risk Factors)

هیچ کەس نازانێت بە تەواوی کە هۆی نەخۆشییەکە چییە؟، بەڵام توێژەرەوەکان دەزانن کە چی گۆڕانێك بەسەر مێشکدا دێت کاتێك مرۆڤ پیر دەبێت و چی ڕوودەدات بەسەر خانەکانی مێشکدا لە نەخۆشی ئەڵزایمەرو لەبارەی بوونی پەیوەندی لەنێوان جینەکان و نەخۆشییەکەداو چەندان هۆکاری دی کە لەوانەیە گرنگ بن.

زۆربەی توێژەرەکان کۆکن لەسەر ئەوەی کە هۆکاری ئەم نەخۆشییە لەوانەیە کۆمەڵە هۆکارێك بێت:-

1-بایۆلۆژی نەخۆشی ئەڵزایمەر:

دوو پێکهاتەی نائاسایی هەیە لە مێشکدا کە پەیوەندییان هەیە بە نەخۆشییەکەوە:

-تێکڵەی پرۆتینییەکان کە پێیان دەوترێت (Amyloidplaques) کە ئەمیش پێك هاتووە لە تۆپەڵێك پارچەی پرۆتینی کە کەڵەکە دەبێت لە دەرەوەی خانەکان.

-تۆپەڵە ریشاڵە دەماریەکان (Neurofibrillary tangles) ئەمیش کۆمەڵێك پرۆتینی گۆڕاوە لە ناو خانەکاندا.

ئەگەر دوای مردن نمونەیەك لە شانەی مێشکی قوربانییەکە وەربگیرێت (autopsy) سێ پێکهاتەی نائاسایی هەیە:

ا-لەدەستدانێکی گەورەی دەمارەکان لەناوچەی دیاریکراوەکاندا.

ب-تۆپەڵە پرۆتینییەکان.

ج-تۆپەڵە ریشاڵە دەماریەکان.

لە دەستچوونی دەمارەکان زۆر توندە لەو ناوچانەی مێشك کە گرنگن بۆ یادەوەریو فێربوون وەکو هیپۆکەمپەس (Hippocampus)و تێکڵی مێشك (cerebral cortext). دەمارەکانی مێشك مادەی ئەسیتایل کۆلین (Acetylcholine) بەکاردێنن وەکو گوێزەرەوەیەکی دەماری (Neurotransmitter) لە فرمانەکانیاندا بەڵام ئەم مادەیە کەم دەبێتەوە لە دەمارە لە دەستچووەکاندا چونکە ئەنزیمی کۆلین ئەسیتایل ترانسفێرەیز (cholineacetyl transferase) کە مادەی ئەسیتایلی کۆلین دروست دەکات زۆر کەم دەبێتەوە لە ناوچە زیان لێکەوتووەکانیدا.

سەرەڕای لە دەست چوونی دەمارەکان، کە لە بونێکی تێکڵە پرۆتینییەکان هەیە لە دەرەوەی خانەکاندا، کە پێك هاتووە لە پاشماوەی تەوەرە هەڵوەشاوەکانی دەمارەکان و کۆتایی تەوەرەکان و ڕیشاڵی پرۆتینی نائاسایی کە پێی دەڵێن بێتائەمایلۆید- (Betaamyloid) کە ئەمیش بەشێکە لە گلایکۆپرۆتینی پەردەی خانەکان کە پێی دەڵێن پرۆتینی مادەی سەرەتایی ئەمایلۆید (Amyloid precursor protein) (APP) کە کۆد کراوە بە چینێك لەسەر کرۆمۆسۆمی (21). ئەو کەسانەی کە کۆنیشانەی داونیان (Down syndrome) هەیە کە دروست دەبێت بە کرۆمۆسۆمێکی زیادەی (21) کە دەبێتە هۆی دواکەوتنی هۆش و مێشکیشیان تێکڵێکی پرۆتینی نیشان دەدات کە بێتا ئەمایلۆیدی تێدایە. ئەم پرۆتینە زۆر بەدەگمەن لە کەسە زۆر پیرەکاندا دەبینرێت کە توانای هۆشیان ئاساییە. بێتا ئەمایلۆید پرۆتینێکی ژەهراوییە بۆ دەمارەکان و دەبێتە هۆی کۆبوونەوەی هایدرۆجین پێرۆکساید.

سێیەم پێکهاتەش بریتییە لە بوونی تۆپەڵە ڕیشاڵییە دەمارییەکان کە پێکهاتووە لە گورزەی نائاسایی ریشاڵۆچکە پرۆتینییەکان لە ناو خانەکانی شوێنە زیان لێکەوتووەکاندا، ئەم تۆپەڵانە پرۆتینێکییان تێدایە کە پێی دەڵێن (A68) کە هەروەها لە مێشکی ئەو بەساڵاچووانەشدا دەبینرێت کە کۆنیشانەی داونیان هەیە. وا دەردەکەوێت کە (A68) دانەیەکی گۆڕاوی پرۆتینێکە کە پێی دەوترێت تاو (Tau) کە بەشێوەیەکی ئاسایی پەیوەندیدارە لەگەڵ بۆرێکەکانی پەیکەری خانە، لەوانەشە بەشداری بکات لە مردنی خانەکاندا.

2-تەمەن و مێژووی خێزان:-

لێکۆڵینەوەکان دەریان خستووە کە گەورەترین مەترسی ناسراو بۆ گەشەکردنی نەخۆشی ئەڵزایمەر زیادبوونی تەمەنە. نزیکەی لە 11٪ هەموو خەڵکی لە تەمەنی 65 ساڵو بەرەوژور ئەم نەخۆشییەیان هەیە. و لە 50٪ی هەموو خەڵکی لە تەمەنی 85 ساڵو بەرەوژور ئەم نەخۆشییەیان هەیە. هەروەها بوونی نەخۆشییەکە لە ناو خێزانەکەدا ئەویش هۆکارێکی دیکە: بوونی نەخۆشییەکە لە یەکێك لە دایك یان باوك، خوشك یان برا یان خزمێکی نزیکی ئەوا هەڵی توشبوون بە نەخۆشییەکە زیاد دەکات.

3-ڕەگەز: ئافرەتان زیاتر تووشی دەبن وەك لە پیاوان بەڕێژەی 1:2.

4-پێکانی سەر: (Head injury)

هەر پێکانێکی سەر 3-4 جار مەترسی تووش بە نەخۆشی ئەلزایمەرو خڵەفاوی زیاد دەکات ئەمیش بەزۆری ڕووەدات لە بۆکسەڕەکاندا (ئەوانەی یاری بۆکسێن دەکەن) ئەمیش لەوانەیە بەهۆی لێدانی بەردەوامی سەرەوە بێت.

5-بۆماوەیی (Genetics):

زاناکان 3 جینیان دەستنیشانکردووە کە لێپرسراون لە شێوە دەگمەنە بۆماوەییەکانی نەخۆشییەکە کە ڕووەدەن پێش 65 ساڵی.

هەروەها تۆێژەرەکان یەك جینیان دەست نیشان کردووە کە مەترسی تووشبوون بەشێوەی زۆر باوی نەخۆشی یەکە زیاد دەکات کە کار دەکاتە سەر خەڵکی بەساڵاچوو.

هەروەها سێ ئەلیلی جینێك لەسەر کرۆمۆسۆمی 19 لێپرسراون لە دروستکردنی گەردێك کە پێی دەوترێت (Apoliooprotein E4) (apo E4) کە یارمەتی گواستنەوەی کۆلیسترۆڵ دەدات لە خوێندا. ئەو کەسانەی کە یەك کۆپی یان دوو کۆپی ئەم ئەلیلانەیان هەبێت هەڵگری مەترسییەکی زیاترن بۆ تووش بوون بە نەخۆشییەکەو دەرکەوتنی لە تەمەنێکی کەمتردا ئەگەر بەراورد بکرێن لەگەڵ ئەو کەسانەی کە ئەلیلی دیکەیان هەیە بۆ گەردەکانی دی (apoE4)یان (apo E3). سەرەڕای ئەوەش ئەو کەسانەی کە ئەلیلی (apo E4)یان هەیە پاش مردنیان بە پێکانی سەر، ئەگەری زۆری هەیە کەمێشکیان پرۆتینی بێتا ئەمایلۆید دەربخات.

هەرچەندە کە چۆنێتی دروستکردنی ئەم کاریگەرییە لە لایەن (apo E4)ەوە ئاشکرا نییە بەڵام زاناکان دەڵێن (apoE2)و (apo E3) فرمانێکی پارێزەران هەیە بەڵام (apoE4) ئەم فرمانەی نییە.

لە ژمارەیەکی کەم لە نەخۆشەکاندا، ئەڵزایمەر پەیوەندی هەیە بە بازدان لە کرۆمۆسۆمی (21)دا کە لێپرسراوە لە پرۆتینی مادەی سەرەتایی ئەمایلۆید (APP) یان جینێکی دی لە سەر کرۆمۆسۆمی 14.

6-هۆکارەکانی دیکە:

ئەو هۆکارانەی کە پەیوەندییان هەیە بە سوپڕی خوێنەوە وەکو بەرزی ئاستی کۆلیسترۆڵو بەرزی پەستانی خوێن کە دەبنە هۆی سەکتەو نەخۆشی دڵ، لەوانەشە مەترسی تووش بوون بە ئەڵزایمەر زیاد بکات.

هۆکارەکانی دیکەش وەکو : ئەو ڤایرۆسانە لەسەر خۆ کار دەکەن ، ماددە ژەهراوییەکان وەکو ئەلەمنیۆم ، کەموکوڕی بۆماوەیی لە مایتۆکۆندریادا، کەمبوونەوەی خوێنی ڕۆیشتوو بۆ مێشك کە دەبێتە هۆی کەم بوونەوەی ئۆکسجینو گلوکۆز لە مێشکدا.

نیشانە ئاگادارکەرەوەکانی نەخۆشی ئەلزایمەر

هەندێك گۆڕانكاری ئاسایی لەیادەوەریماندا ڕووەدات كاتێك بەسالاً دەچین ، بەڵام نیشانەكانی ئەلزایمەر زیاترن وەك لەبیرنەمانێكی سادە لەیادەوەریماندا .

نەخۆشەكە هەست بەقورسی دەكات لەپەیوەندی لەگەڵ كەسانی دیكەدا ، لەفێربووندا ، لەبیركردنەوەدا، لەلێكدانەوەی شتەكاندا ، ئەگەر نیشانەكانی تووندبوون ئەوا كاردەكاتە ئیش كردنی كەسەكە ، چالاكییە كۆمەڵایەتییەكانی و ژیانی خێزانەكەی.

لەبەرئەوە ئەو كۆمەڵانەی كە لەم نەخۆشییەدا كاردەكەن، لیستێكیان لە نیشانە باوەكانی ئەم نەخۆشییە دروست كردووە بەم شێوەیە:-

1-لەدەستدانی یادەوەری (Memory loss)

یەكێك لە باوترین نیشانەكانی بریتییە لەبیرچوونەوەی زانیارییە تازە فێربووەكان، لە كاتێكدا ئاساییەكە ناوەكان، ژمارەی تەلەفۆنەكان و ژوانەكانی لەبیربچێتەوە، ئەو كەسانەی كە خڵەفاوییان هەیە زۆر جار ئەو شتانەیان لەبیر دەچێتەوەو پاشانیش بیریان ناكەوێتەوە.

2-قورس جێبەجێكردنی ئەركەكانی ڕۆژانە:-

نەخۆشەكە هەست بە قورسی و گرانییەك دەكات بۆ تەواوكردنی ئەركەكانی هەموو ڕۆژێكی، ئەو ئەركانەی كە ڕۆژانی دی ئەوەندە تێكەڵییان بوو بوو بیری لێنەدەكردنەوە كە چۆن جێبەجێدەكرێن، و لەوانەیە كەسەكە نەتوانێت ژەمە خۆراكێك ئامادە بكات، یان چێشتەكەی دەسوتێنێت یان نایكوڵێنێت، یانی ناتوانێت ئامێرێكی ناو ماڵ بەكاربهێنێت یان جل و بەرگەكانی بەشێواوی لەبەر دەكات.

3-كێشەكانی زمان: (Language Problems)

هەندێك جار كەسێك لەوانەیە كێشەی هەبێت بۆ دۆزینەوەی وشەی ڕاست، بەڵام ئەو كەسەی كە ئەم نەخۆشییەی هەیە زۆر جار وشە سادەكانی لەبیر دەچێتەوە، یان شوێنیان دەگرێتەوە بە وشەی نائاسایی كەوا لە قسەكانی یان نووسینەكانی دەكات قورس بن بۆ تێگەیشتن، بۆ نمونە نەخۆشەكە نەیتوانی داوای فڵچەی دەمو ددانی بكات ئەوا داوای شتێكی دی دەكات بۆ دەمو ددانی.

4-سەر لێتێكچوون بۆ شوێن و كات (Disorientation)

نەخۆشەكە لەسەر شەقامەكەی خۆیان وون دەبێت و نازانێت ئەو شوێنە كوێیە و چۆن هاتووە بۆ ئێرە و لەوانەیە نەشزانێت بگەڕێتەوە بۆ ماڵەوە.

5-كەم بوونەوەی ژیری:

نەخۆشەكە لەوانەیە جل و بەرگەكانی بگۆڕێت بە بێ گوێ دانە كەشو هەوا لەوانەیە جلێكی زۆریان ئەستور لەبەر بكات لە ڕۆژێكی گەرمدا یان جلێكی كەم یان تەنك لەبەر بكات لە ڕۆژێكی ساردا. هەروەها نەخۆشەكە بیری كەم دەبێتەوە لە بارەی پارەوە لەوانە بڕێكی زۆر پارە بدات بە تەلەفۆنێك یان بە كڕینی شتێكی ناوماڵ كە پێویست بەو بڕە پارە ناكات.

6-بە هەڵەدانانی شتەكان:

نەخۆشەكە لەوانەیە شتەكان لە شوێنێكی نائاسایی دابنێت بۆ نمونە لەوانەیە ئووتوو لە ناو فرێزەری سەلاجەكەدا دابنێت، یان سەعاتی دەستی بخاتە ناو شەكردانەوە.

7-گۆڕان لە مزاج یان ڕەفتاردا (Mood and behavior changes):

نەخۆشەكە گۆڕانی مەزاجی زۆر خێرا نیشان دەدات لە هێمنییەوە بۆ گریان لە گریانەوە بۆ توڕەبوون بە بێ هۆیەكی ئاشكرا.

لە قۆناغە سەرەتاییەكانی نەخۆشییەكەدا، گۆڕانكاری لە كەسایەتی نەخۆشییەكەدا ڕووەدات، وەكو بێزاربوون (زوو تووڕە دەبێت (irritability)، دڵە ڕاوكێ، خەمۆكی، كاتێكیش نەخۆشییەكە بەرەو پێش دەچێت نیشانەكانی دیكەی نەخۆشیەكە لەوانەیە ڕووبدات و وەكو پشێوییەكانی خەو، بڕوای هەڵە، وڕێنەكردن، جوڵەی ناڕێك، نائارامی، خۆ بریندار دەكات، ناڕەحەتی سۆزی و زمانی هەڕەشە زۆر بەكاردێنێت.

هەروەها نیشانەیەكی دی ماخۆلانە (agitation) كە دەبێتە مایەی ئازارو ناڕەحەتی بۆ نەخۆشەكەو چاودێرەكەشی (چونكە نەخۆشەكە هەر دێت و دەچێت)، نەخۆشەكە هەست بەبێ تاقەتی و ناڕەحەتی دەكات و لەیەك شوێندا ئۆقرە ناگرێت و زوو زوو شوێنەكەی خۆی دەگۆڕێت لەبەر ئەوە چاودێرەكانیان زۆر تووشی ناڕەحەتی دەبن.

هەروەها گۆڕانكاری لە كەسایەتی نەخۆشەكە بەشێوەیەكی بەرچاو ڕووەدات، لە ڕادەبەدەر تووشی سەرلێتێكچوون و گومان و ترس دەبێت.

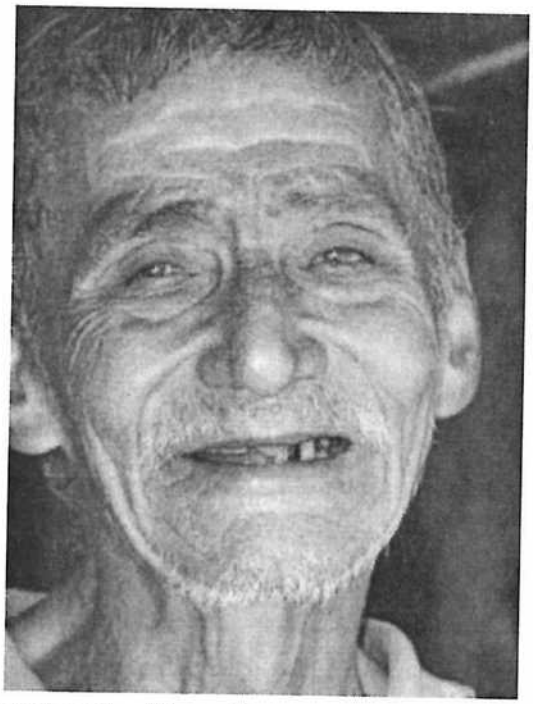
8-لەدەستدانی توانا:

نەخۆشەکە زۆر ناچالاک دەبێت و بۆ چەند سەعاتێکی زۆر لە بەردەم تەلەفزیۆندا دادەنیشێت، زیاتر دەخەوێت وەک لەوەی پێویستە، و چالاکییە ئاساییەکانی جێبەجی ناکات.

قۆناغەکانی نەخۆشی ئەڵزایمەر (Stages of AD)

پسپۆڕەکان شێوازە باوەکانی بەردەو پێشچوونی نیشانەکانی نەخۆشی ئەڵزایمەریان دۆکیومێنت کردووەو زۆر شێوازیان پەرە پێداوە بۆ قۆناغبەندی کردن کە پشت لەسەر ئەم شێوازانە.

بەرە پێش چوونی نیشانەکان هاوتایە لەگەڵ بەرەو نەمانچوونی خانەکانی دەمار کە روودەدات لە نەخۆشی ئەڵزایمەردا، سەرەتاش مردنی خانەکان لەو خانانەوە دەست پێدەکات کە بەشداری دەکەن لە پرۆسەی فێربوونو یادەوەری، وورده وورده بلاودەبێتەوە بۆ ئەو خانانەی کە کۆنترۆڵی بەشەکانی دیکەی بیرکردنەوە، بڕیاردان و ڕەفتار دەکەن، لە کۆتایشدا ئەو خانانەش دەگرێتەوە کە کۆنترۆڵی ڕێک و پێکی جوواڵە دەکەن.



ئەم سیستەمی قوناغبەندییە زانیارییەکی بە کەڵک بە ئێمە دەبەخشێت بۆ تێگەیشتن لە نەخۆشییەکەو پاشانیش دانانی پلان بۆ داهاتوو. ئەوەی کە جێی سەرنجە کە هەموو قۆناغەکان لە پرۆسەیەکی بەردەوامدا ڕوو دەدەن و هیچ کەسێک نییە کە هەموو نیشانەکانی تیا دەربکەوێت و نیشانەکانیش لەوانەیە ڕووبدات لە کاتی جیاوازو تاکی جیاوازدا.

نەخۆشەکە بەتێکڕای 8 ساڵ دەژی دوای ناسینەوەی (Diagnose) نەخۆشییەکە، بەڵام لەوانەیە بمێنێتەوە لە 3 ساڵ تاوەکو لە هەر شوێنێک بێت.

لەم قۆناغبەندییەدا چەمکە زۆر باوەکانی هێواش (mild)، مام ناوەند (moderate)، تووندی مام ناوەند (moderatly severe)و تووند (severe) بەکاردەهێنرێت، وەکو قۆناغەکانیش دابەش دەبنەوە بۆ قۆناغی سەرەتایی (early stage)، قۆناغی ناوەڕاست (midstage)و دوا قۆناغ (last stage).

قۆناغەکانیش ئەمانەن:-

قۆناغی -1- خراپ نەبوونی ئەرکە باڵاکانی مێشک (No cognitive impairment)

لەم قۆناغەدا کەسەکە هەست بە کێشەی یادەوەری ناکاتو لە کاتی چاوپێکەوتنی پزیشکیدا هیچ پشێویەک دەرناکەوێت.

قۆناغی -2- دابەزینی زۆر هێواشی ئەرکە باڵاکانی مێشک (very mild cognitive decline)

کەسەکە لەم قۆناغەدا وا هەست دەکات کە لە بیرچوونەوەی هەبێت بە تایبەتی لە بیرچوونەوەی وشە ناسراوەکان یان ناوەکان یان شوێنی کلیلەکان و چاویلکەکان یان هەر شتێکی ڕۆژانەی دی. بەڵام ئەم گرفتانە دەرناکەون لەکاتی پشکنینی پزیشکیدا یان ئاشکرا نییە بۆ هاوڕێکانی، خێزانەکەی، هاوپیشەکانی.

قۆناغی -3- دابەزینی هێواشی ئەرکە باڵاکانی مێشک (Mild cognitive decline)

قۆناغی سەرەتایی (early stage)

نەخۆشییەکە دەتوانرێت بناسرێتەوە لە هەندێک (نەک هەموو) نەخۆشەکاندا لەگەڵ نیشانەکاندا. هاوڕێکانی، خێزانەکەی، هاوپیشەکانی دەتوانن تێبینی کەمو کوڕییەکانی بکەن. گرفتەکانی یادەوەری یان تەرکیزکردن (concentration) لەوانەیە هەستی پێبکرێت لە لێنۆڕینی کلینیکیدا یان چاوپێکەوتنێکی پزیشکی وردا.

نەخۆشەکە هەست بە قورسییەک دەکات لە بیرکردنەوەی ناوەکان یان وشەکان ئەمەش تێبینی دەکرێت لەلایەن کەسو کاری یان هاوڕێ نزیکەکانییەوە. و توانای بیرکەوتنەوەی ناوەکانی کەم دەبێتەوە کاتێک بە کەسێکی نوێ دەناسرێت.

کەمو کوڕی جێبەجێکردنی چالاکییە کۆمەڵایەتییەکانی یان کاروبارەکانی هەست پێ دەکرێت. توانای پیلان دانانی یان خۆ ڕێکخستنی کەم دەبێتەوە.

قۆناغی -4- دابەزینی مام ناوەندی ئەرکە باڵاکانی مێشک:

(قۆناغی سەرەتایی یان هێواشی ئەڵزایمەر) (Moderate cognitive decline)

لەم قۆناغەدا، چاوپێکەوتنێکی پزیشکی ورد، کەمو کوڕییە ڕوونەکان دەردەخات لەم شێوانەدا: کەم بوونی زانیاری لەسەر بۆنە تازەکان یان ڕووداوە هاوکاتەکان. کەم بوونەوەی توانا بۆ ئەنجامدانی لێکدانەوەیەکی ژمارەزانی بۆ نمونە ژماردنی ژمارە سەد بە پێچەوانەوە بە دەرکردنی ژمارە حەوت (100- 93- 86- ..) کەم بوونەوەی توانا بۆ جێبەجێکردنی ئەرکە ئاڵۆزەکان وەکو بازارکردن، دانانی پلان بۆ ئامادەکردنی نانی نێوارە بۆ میوانەکان و یان پێدانی پارەی لیست لە چێشتخانەیەک، و ڕێکخستنی کاروباری دارایی، کەم بوونەوی یادەوەری مێژووی کەسێتی. نەخۆشەکە وەکو کەسێکی کۆنتڕۆڵکراو گۆشەگیر دەردەکەوێت بە تایبەتی لە باری ڕووبەڕووبوونەوەی کردارێکی هۆشی یان کۆمەڵایەتی.

قۆناغی -5- دابەزینی توندی مام ناوەندی ئەرکە باڵاکانی مێشک:

قۆناغی ناوەڕاست یان مام ناوەند (Moderately severe cognitive decline)

کەلێنی سەرەکی لە یادەوەری و کەمو کوڕی لە ئەرکە باڵاکاندا دەردەکەوێت.

لەم قۆناغەدا، نەخۆشەکە لەکاتی چاوپێکەوتنی پزیشکیدا لەوانەیە نەتوانێت وردەکارییە گرنگەکانی بیربکەوێتەوە وەکو ناونیشانی خۆی، ژمارەی تەلەفۆنی، ناوی ئەو کۆلێژەی لێوەی دەرچووە.. و سەری لێتێکدەچێت لە بارەی ئەو شوێنەی لێیەتی، بەرواری ڕۆژەکە، ڕۆژی هەفتەکە، وەرزەکە..

گرفتی هەیە لەگەڵ لێکدانەوەیەکی ژمارەی هۆشی بۆ نمونە ژماردنی پێچەوانەی ژمارە 40 بە ژمارە 4 یان 20 لە 2 و پێویستی بە یارمەتی هەیە بۆ هەڵبژاردنی جل‌و بەرگی گونجاو بۆ وەرزەکە یان بۆنەیەک.

عادەتەن زانیارییان لا دەمێنێتەوە لە بارەی خۆیانەوەو دەزانێت ناوی خۆی چییە یان هاوسەرەکەی یان ناوی منداڵەکانی.

عادەتەن پێویستیان بە یارمەتیدان نییە لە خواردندا یان بۆ چوونە سەر ئاو. بەڵام پێویستیان بە هەندێک یارمەتی هەیە بۆ چالاکی ڕۆژانەیان.

قۆناغی -6-دابەزینی توندی ئەرکە باڵاکانی مێشک

(قۆناغی ناوەڕاست یان توندی مام ناوەندی ئەڵزایمەر) (Severe cognitive decline)

گرفتەکانی یادەوەری بەرەو خراپتربوون دەچن، گۆڕانی بەرچاو لەوانەیە لە کەسایەتی نەخۆشەکە دەربکەوێت، نەخۆشەکە پێویستی زۆری بە یارمەتی هەیە لە چالاکییە ئەریتییەکانی ڕۆژانەی.

لەم قۆناغەدا، لەوانەیە کەسەکە زۆرترین ئاگایی خۆی لە دەست بدات لە بارەی ڕووداوە نوێیەکانەوە و لە بارەی دەوروبەریشییەوە، و ناتوانێت مێژووی کەسێتی خۆی بە تەواوی کۆبکاتەوە، هەرچەندە ناوی خۆی لە بیردەمێنێت، بە دەگمەنیش ناوی هاوسەرەکەی یان چاودێرەکەی لەبیر دەچێتەوە، بەڵام بەشێوەیەکی گشتیش دەتوانێت دەمو چاوە ناسراوەکان لە دەمو چاوە نەناسراوەکان جیا بکاتەوە. پێویستی بە یارمەتی هەیە بۆ لەبەرکردنی جل‌و بەرگەکانی بە ڕێک‌و پێکی. ئەگەر چاودێری نەبێت لەوانەیە هەڵە بکات لە لەبەرکردنی جلەکاندا وەکو لەبەرکردنی بیجامە بەسەر جلەکانی کاتی ڕۆژیدا، یان لە پێکردنی پێڵاوەکان بە تاکەوتاکی. و هەروەها نەخۆشەکە هەست بە پچڕاندنی سۆپی خەوی دەکات.

نەخۆشەکە پێویستیبە یارمەتی هەیە بۆچوونە سەر ئاو. هەروەها نەخۆشەکە تووشی میزەچرکەو زۆر چوونە سەر ئاو دەبێت. هەروەها گۆڕانکاری بەرچاو لە کەسایەتی نەخۆشەکەدا دەردەکەوێت لەگەڵ نیشانەی ڕەفتاریدا وەکو زۆر گومان کردن، بڕوای هەڵە (بۆ نمونە وا هەست دەکات کە چاودێرەکەی کەسێکی فێڵبازە)، وڕێنەکردن، و نیشانە ڕەفتارییەکان وەکو تێکچوونی دەست خەتی لە کاتی نووسیندا، یان خۆی بریندارکردەکات، و لەوانەیە ونبیش بێت.

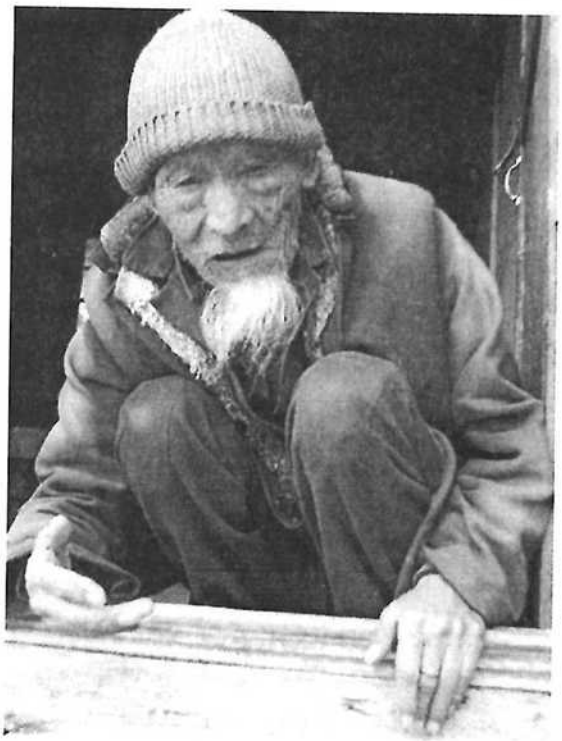
قۆناغی -7- دابەزینی زۆر توندی ئەرکە باڵاکانی مێشک:

(قۆناغی کۆتایی یان توندی ئەڵزایمەر) (Very severe cognitive decline)

ئەمەش قۆناغی کۆتایی ئەڵزایمەرە کە تیایدا نەخۆشەکە توانای بۆ وەڵامدانەوەی دەوروبەر، قسەکردن، پاشانیش بۆ کۆنترۆڵکردنی جوواڵە لە دەست دەدات. زۆر جار کەسەکە توانای بۆ قسەکردنێکی ڕێک‌و پێک لە دەست دەدات هەرچەندە لەوانەیە

بەڕێکەوت ووشەکان یان بڕگەکان تەواو بێت.

نەخۆشەکە پێویستی بە یارمەتی هەیە لەنان خواردندا، لە چوونە سەرئاو و هەروەها تووشی میزە چرکەیەکی زۆر دەبێت و نەخۆشەکە ناتوانێت بەبێ یارمەتی بڕوات بەڕێگادا، و بەبێ یارمەتیش ناتوانێت دابنیشێت. و توانای لەدەست دەدات بۆ زەردەخەنە کردن‌و هەڵگرتنی سەری بەڕێکی، و ماسولەکانی ڕەق دەبن‌و توانای قوتدانیشیی خراپ دەبێت.



(خەیاڵەکان لەمێشک دەرکەوە لەبارەی ئەڵزایمەرەوە)

خەیاڵی-1- لەدەست دانی یادەوەری بەشێکی سروشتییە لە پیربوون.

ڕاستییەکەی/ لە ڕابردوودا، خەڵکی بڕوایان وابوو کە لەدەست دانی یادەوەری بەشێکی سروشتییە لە پیربوون. زۆرجاریش نەخۆشی ئەڵزایمەر هەبووە ووتوویانە بەشێکی سروشتییە لە پیربوون. ئێستا پسپۆڕەکان دەریان خستووە کە لەدەستدانێکی تووندی یادەوەری نیشانەی نەخۆشییەکی ترسناکە.

ئەو پرسیارەی کە بەکراوەیی دەمێنێتەوە ئەوەیە کە ئایا یادەوەری بەشێوەیەکی سروشتی دادەبەزێت تاڕادەیەکی دیاری کراو. زۆربەی خەڵکی واهەست دەکەن لەگەڵ پیربوونیان یادەوەرییان کە دەبێتەوە ئایا ئەم قسەیە بنچینەیەکی زانستی هەیە؟ تا ئێستاش لەژێر توژێنەوەدایە.

خەیاڵی-2- نەخۆشی ئەڵزایمەر کوژەرنییە.

ڕاستییەکەی/ ئەڵزایمەر نەخۆشییەکی کوژەرە، دەست پێدەکات بەمردنی ئەوخانانەی کە دەکەونە ئەو ناوچانەی کە گرنگن بۆ یادەوەری. هەرچەندە لەدەست چوونی کۆتایی ئەو خانانەی کە دەکەونە ناوچەکانی دیکەی مێشکەوە دەبێتە هۆی شکستی سیستەمە بنەڕەتییەکانی لەش. هەروەها لەبەرئەوەی زۆربەی نەخۆشیەکان نەخۆشی دیکەیان هەیە لەتەمەنی پیریدا، کەواتە هۆکاری ڕاستەقینەی مردن لەوانەیە یەک هۆکار نەبێت، و لەوانەشە تەنیا لەدەست چوونی فرمانەکانی مێشک ببێتە هۆی مردن.

خەیاڵی-3- پێکانی سەر دەبێتە هۆی نەخۆشی ئەڵزایمەر.

ڕاستییەکەی/ چەند توێژینەوەیەک دەریان خستووە کە نەخۆشی ئەڵزایمەر زیاتر باوە لەناو ئەو کەسانەی کە تووشی پێکانێکی تووندی سەر دەبن (واتە بوورانەوەی بەدوادابێت) لەماوەی ژیانیدا. و توێژینەوەی تازە پێویستە بۆ تێگەیشتن لەوەی کو ڕوو دەدات لە مێشکدا لەو پێکانانەداو و چۆن ئەو گۆڕانکاریانەی پەیوەندی دیارن بە ئەڵزایمەرەوە.

خەیاڵی-4- خواردنەوە لەدەفری ئەلەمنیۆم یان لێنانی چێشت لە مەنجەڵو تاوەی ئەلەمنیۆمدا دەبێتەهۆی ئەڵزایمەر.

ڕاستییەکەی/ پشت دەبەستێت لەسەر توێژینەوەی تازە کە بەکارنەهێنانی دەفرو تاوەو مەنجەڵی ئەلەمنیۆم تۆ ناپارێزێت لە ئەڵزایمەر. ڕۆڵی تەواوی (ئەگەر هەبێت) ئەلەمنیۆم لە نەخۆشی ئەڵزایمەردا هێشتا لەژێر توێژینەوەو گفتوگۆدایە.

هەرچەندە زۆربەی تویژەرەکان باوەڕیان وایە کە بەڵگەیەکی وا لەبەر دەست دا نییە کە ئەلەمنیۆم هۆکارێکی مەترسی داربێت بۆ ئەڵزایمەر یان خەڵەفاوی.

خەیاڵی-5- مادەی ئەسپاتیم (ماوەیەکی شیرین بەخشە بۆ شیرین کردنی شتی دی بەکاردێت) دەبێتەهۆی لەدەست دانی یادەوەری.

ڕاستییەکەی/ زۆر تویژینەوە ئەنجام دراوە لەسەر کاریگەری ئەسپارتیم بۆ فرمانە بالأکانی مێشك لە مرۆڤ و ئاژەڵدا. ئەم تویژینەوانە هیچ بەڵگەیەکی زانستیان نەداوە بە دەستەوە کە پەیوەندییەك هەبێت لە نێوان ئەسپارتیم و لەدەست دانی یادەوەری.

ئەسپارتیم ڕەزامەندی لەسەر دراوە لەلایەن بەڕێوەبەرایەتی خۆراك و دەرمانی ئەمریکییەوە FDA لەساڵی 1996 بۆ بەکارهێنانی لە هەموو خۆراك و خواردنەیەکدا ئەم مادەیە دروست دەبێت لە یەکگرتنی دوو پێکهاتەی پڕۆتینی: ترشی ئەسپارتیك و فینایل ئەلەنین لەگەڵ 10٪ میسانۆل، میسانۆلیش زۆر دەبینرێت لە میوەو سەوزەو خۆراکە ڕووەکییەکانی دی.

خەیاڵی-6- چارەسەری بەدەست هاتوو هەیە بۆ وەستاندنی بەرەو پێش چوونی نەخۆشی ئەڵزایمەر.

ڕاستییەکەی/ تا ئەم کاتەش چارەسەرێکی پزیشکی نییە بۆ چاك بوونەوە یان وەستاندنی بەرەوپێش چوونی نەخۆشییەکە، ئەو دەرمانانەی کە لەلایەن (FDA)ەوە ڕەزامەندی لەسەر دراوە لەوانەیە بۆ ماوەیەکی کاتی توانای بیرکردنەوەو یادەوەری لە هەندێك نەخۆشیدا چاك بکاتەوە یان جێگیر بکات.

ئامارەکان لە ئەمریکاوە لەبارەی نەخۆشی ئەڵزایمەر Statistics

نەخۆشی ئەڵزایمەر بەشێکی سروشتی نییە لەپیربوون، بەڵکو گرفتێکی تێکشکێنەری خانەدەمارییەکانی مێشکە کە دەبێتە هۆی تێکدانی یادەوەری، بیرکردنەوەو ڕەفتارەکانی و لە کۆتایشدا دەبێتە هۆی مردن. کاریگەری ئەڵزایمەر لەسەر تاکەکان و خێزانەکان و سیستەمی چاودێری تەندروستی وای لەنەخۆشییەکە کردووە کە ببێتە یەکێك لە گەورەترین کێشەکانی پزیشکی و کۆمەڵایەتی و ئابووری.

*4.5 ملیۆن ئەمریکی نەخۆشی ئەڵزایمەریان هەیە، ئەم ژمارەیەش زیادی کردووە بەبڕی دووئەوەندە لەساڵی (1980) وە.

*ژمارەی ئەو ئەمریکییانەی کە نەخۆشی ئەڵزایمەریان هەیە بەردەوام لە زیادبوون دایە تا ساڵی (2050) ژمارەی نەخۆشەکان دەگاتە 11.3-16ملیۆن.

*دۆزینەوەی چارەسەرێك کە بتوانێت دەرکەوتنی نەخۆشییە دوابخات بەماوەی 5 ساڵ ئەوا دەتوانرێت ژمارەی نەخۆشەکان کەم بکاتەوە بە 50٪ دوای 50ساڵ.

*لەڕا وەرگتنێکدا لەلایەن کۆمەڵەی ئەڵزایمەرەوە Alzheimer's Association یەك لە دە ئەمریکی دەڵێن کە یەکێك لە ئەندامانی خێزانەکانیان ئەڵزایمەریان هەیە، یەك لەسێ ئەمریکیش دەڵێن کە هەندێك کەس دەناسین کە نەخۆشییەکەیان هەیە.

*زیادبوونی تەمەن گەورەترین مەترسییە بۆ تووش بوون بە ئەڵزایمەر، هەر یەکێك لە 10 کەس لەسەرووی 65 ساڵییەوە نزیکەی نیوەی ئەوانەی لەسەرووی تەمەنی 85 ساڵییەوە تووش دەبن. بەدەگمەنیش خەڵکی لە تەمەنی30 یان 40 ساڵیدا تووشی ئەڵزایمەر دەبن لەڕێگەی گواستنەوەی بۆ ماوەییەوە.

*کەسێك نەخۆشی ئەڵزایمەری هەبێت دەتونێت بەتێکڕایی 8ساڵ تاوەکو 20 ساڵ یان زیاتر بژیت لە دەرکەوتنی نیشانەکانەوە. ئەو کەسانەی کە نەخۆشی ئەڵزایمەریان دەتوانن ژیان بەرنەسەر بەنزیکەی نیوەی ئەوانەی کە لە هەمان تەمەندان بەبێ خڵەفاوی لە دوای ناسینەوەی نەخۆشییەکەوە. تێکڕای کاتی مانەوەی نەخۆشییەکەش کاری تێدەکرێت لەلایەن تەمەنییەوە لە کاتی ناسینەوەی نەخۆشییەکەو تووندێتی کێشە تەندروستییەکانی.

*تێچوونەکانی سالأنەی ڕاستوخۆو ناڕاستەخۆ بۆ چاودێری کردنی نەخۆشەکان بەلایەنی کەمەوە 100 بلیۆن دۆلارە بەگوێرەی هەڵسەنگاندنەکان ئەم بڕە پارەیە بەکارهێنراوە لەلایەن کۆمەڵەی ئەڵزایمەرەو پەیمانگای نیشتیمانی بۆ بەسالأچووان.

*نەخۆشی ئەڵزایمەر بڕی تێچوونەی 61 بلیۆن دۆلارە لەساڵێکدا بەگوێرەی ڕاپۆرتێکی کۆمەڵەی ئەڵزایمەر، 24.6

دۆلاری خەرج دەکرێت بۆ چاودێری تەندروستی ئەڵزایمەر و 36.5 دۆلاری خەرج دەکرێت بۆ چاودێری نەخۆشەکان.

*زیاتر لە 7 کەس لە 10 کەس ئەوانەی کە ئەڵزایمەریان هەیە لەماڵەوە ژیان دەبەنە سەر، لە 75٪ چاودێرییەکان لەلایەن خێزانەکانو هاوڕێکانیانەوە دابین دەکرێت.

ئەوانەی دیکەشیان خەرجی چاودێریان بۆ دابین دەکرێت لەسەر گیرفانی خێزانەی کە نزیکەی 12500 دۆلارە لەساڵێکدا.

*نیوەی کەسەکانی چاودێرگەکە نەخۆشی ئەڵزایمەریان هەیە یان پشێوەیەکی پەیوەندیداریان هەیە.

*تێکڕایی تێچوون بۆ چاودێری چاودێرگەکان 42000 دۆلارە لەساڵێکداو و لە هەندێك ناوچەی وولاتیشدا بۆ 70000 دۆلارە لە ساڵێکدا.

تێکڕایی تێچوونی چاودێری بۆ نەخۆشێکی ئەڵزایمەر تاکۆتایی تەمەنی نزیکی 174000 دۆلارە.

*تا ساڵی 2010 تێچوونی چاودێرییە تەندروستییەکان بۆ نەخۆشەکان چاوەڕوان دەکرێت زیاد بێت بە 54.5٪ واتە لە 31.9 بلیۆن دۆلارە لە ساڵی 2000 بۆ 49.3 بلیۆن دۆلار و خەرجی چاودێری ئەو نەخۆشانەی خڵەفاویان هەیە زیاد دەبێت بە 80٪ واتە لە 18.2 بلیۆن دۆلارەوە بۆ 33 بلیۆن دۆلار لە ساڵی 2010 ئەمە ڕاپۆرتێکی کۆمەڵەی ئەڵزایمەر بوو.

*کۆمەڵەی ئەڵزایمەر زیاتر لە 165 ملیۆن دۆلاری خەڵات کردووە لە بەخشینەکانی توێژینەوەدا لە ساڵی (1982) ەوە.

*حکومەتی فیدرالی نزیکەی 640 ملیۆن دۆلاری بۆ توێژینەوەی ئەڵزایمەر خەرج کردووە لە ساڵی (2003)دا.

ناسینەوەی نەخۆشی ئەڵزایمەر Diagnosis

پێویستە ڕاوێژ لەگەڵ پزیشکی تایبەتیدا بکرێت لەبارەی توانای بیرکردنەوەو یادەوەری و گۆڕانی لە کەسایەتیو ڕەفتاردا.

زوو ناسینەوەی نەخۆشییەکە بۆ ئەو کەسو خێزانانەی کە ئەڵزایمەریان هەیە سودی زۆرە لەوانە:

*کاتێکی باش لەبەردەست دایە بۆ چاککردنی جۆری ژیانی.

*ئەو دڵە ڕاوکییە کەم دەکاتەوە کە هۆکارەکەی نەزانراوە.

*هەڵێکی باشتر دەڕەخسێت بۆ سود وەرگرتن لە چارەسەرەکان.

*کاتی زیاتر لەبەردەست دایە بۆ پلان دانانی داهاتوو.

زۆر گرنگە بۆ پزیشکەکە کە هۆکارەکانی لەدەست دانی یادەوەری یان نیشانەکانی دیکەی دیاری بکات چونکە هەندێك نیشانەکانی خڵفاوی یان نیشانەکانی وەکو خڵەفاوی دەتوانرێت پێچەوانە بکرێتەوە ئەگەر دروست بووبن بەهۆی حاڵەتی چارەسەرکراوی وەکو خەمۆکی، کارلێکی دەرمانی، پشێویەکانی ڕژێنی دەرەقی، و کەم بوونی ڤیتامینی دیاری کراو (لەوانە ڤیتامینE بێت).

لێنۆڕینە باوەکان Common Tests

تەنها لێنۆڕینێکی ناسەرەوە نییە کە بتوانێت نەخۆشی ئەڵزایمەر دەربخات کە ئەگەر کەسێك هەیبێت. پرۆسەی ناسینەوەکە چەند جۆرێك لێنۆڕین دەگرێتەوە و لەوانەشە لە ڕۆژێك زیاتری پێ بچێت.

ئامێرو پێوەرە ناسەرەوەکان وایان لە نەخۆشییەکە کردووە کە گونجاو بێت بۆنەوەی پزیشکەکە بتوانێت زۆر بەوردی لە 90٪ نەخۆشییەکان بناسێتەوە.

هەڵسەنگاندنەکان ئەم هەنگاوانە دەگرێتەوە:

1-ڕاوێژکردن بە پزیشکێکی چاودێری سەرەتایی و ئەگەر گونجاو بە پزیشکێکی دەماریش.

2-وەرگرتنی مێژووی پزیشکی کەسەکە بۆ کۆکردنەوەی زانیاری لەبارەی بارە جەستەیی و هۆشییە هەنووکەییەکانی نەخۆشەکە، و لەبارەی بەکارهێنانی دەرمان و مێژووی تەندروستی خێزانەکەی.

3-هەڵسەنگاندنی باری هۆشی کەسەکە بۆ دیاریکردنی هەستی نەخۆشەکە لەبارەی شوێن و کات، توانای لەبیرمان، و تێگەیشتن و پەیوەندیکردن و وتوانای چاسەرکردنی کێشەی ژمارەزانی سادە.

4-زنجیرەیەک هەڵسەنگاندن بۆ توانای یادەوەری، لێکدانەوە، پەیوەندی دەمارە جوڵەکان و بینین و تواناکانی زمان.

5-پشکنینی جەستەیی کە هەڵسەنگاندنی باری خۆراکی کەسەکەو پەستانی خوێن و لێدانی دڵ دەگرێتەوە.

6-پشکنینێک بۆ هەست بە ئازارکردن Sensation و هاوسەنگی و فرمانەکانی دیکەی کۆئەندامی دەمار.

7-سکانی Scan مێشک بۆ دەرخستنی هۆکارەکانی دیکەی خڵەفاوی وەکو لێدان.

8-لێنۆرینە تاقیگەییەکان: وەکو لێنۆرینی خوێن و میز بۆ دەست کەوتنی زانیاری تازە لەبارەی کێشەکانی دی وەکو لە نەخۆشی ئەڵزایمەردا کە لەوانەیە ببنە هۆی خڵەفاوی.

9-هەڵسەنگاندنێکی دەروونیانە بۆ هەڵسەنگاندنی مەزاج و هۆکارە سۆزییەکانی دی کە دەبنە هۆی نیشانەکانی وەکو خڵفاوی یان لەوانەیە نەخۆشی ئەڵزایمەریان بەدوادا بێت.

چارەسەرکردنی نەخۆشییەکە Treatment

چارەسەر نییە بۆ نەخۆشی ئەڵزایمەر، هەرچەندە زۆر چارەسەری دەرمانی هەیە کە لەوانەیە نیشانەکان چاک بکاتەوە یان جێگیریان بکات بۆنەوەی خراپتر نەبن، و زۆر ستراتیجی چاودێری و چالاکی هەیە کە لەوانەیە گرفتە ڕەفتارییەکان کەم بکاتەوە یان نەیانهێڵێت.

توێژەرەکان بەردەوامن بۆ دۆزینەوەی چارەسەرێکی تازە بۆ گۆڕینی کۆرسی نەخۆشییەکەو و ستراتیجەکانی دی بۆ چاککردنی باری ژیانی ئەوانەی کە خڵەفاویان هەیە.

دەرمانە نوسراوە باوەکان بۆ ئەڵزایمەر

پێشەکی/ نیشانە سەرەتاییەکانی نەخۆشی ئەڵزایمەر ئەمانە دەگرێتەوە:

لەدەستدانی یادەوەری، سەر لێتێکچوون، ووربوون Disonentation ، گرفتەکانی لێکدانەوەو بیرکردنەوە.

کتێك خانەکانی مێشك دەمرن و پەیوەندی نێوان خانەکان نامێنێت ئەم نیشانانە خراپتر دەبێت.

هەرچەندە ئەو دەرمانانەی کە ئێستا هەن ناتوانن بەرەو پێش چوونسی مردنی خانەکان بگۆڕن بەڵام لەوانەیە یارمەتیدەربن بۆ کەم کردنەوەیان جێگیرکردنی نیشانەکان، هەروەها ئەم دەرمانانە پێویست بوون بە چاودێری دواخات.

کیکەرەکانی ئەسیتایل کۆلین ئیستەرەیز

Acetyl cholinestrase inhibitors

بەڕێوەبەرایەتی دەرمان و خۆراکی ئەمریکی FDA ڕەزامەندی لەسەر دوو پۆل دەرمانی دیاریکراو نیشانداوە بۆ چارەسەرکردنی ئەو نیشانانەی نەخۆشییەکە کە لە توانا بالأکانی مێشکدا دەردەکەون.

یەکەم پۆل دەرمانەکان بریتین لە کیکەرەکانی کۆلین ئیستەرەیز، سێ دەرمان بە زۆری لەم پۆلە بەکاردەهێنرێن:

1-دۆنیپێزیل Donepezil (Aricept) لەساڵی 1996 ڕەزامەندی لەسەر دراوە.

2-ڕیڤاستگمین Rirastigmine (Exelon) لە ساڵی 2000 ڕەزامەندی لەسەر دراوە.

3-گەلانتامین galantamine (Reminyl) لە ساڵی 2001 ڕەزامەندی لەسەر دراوە.

یەکەم کپکەری کۆلین ئیستەرەیز کە تاکرینە Tacrine (cognex) لە ساڵی 1993 ڕەزامەندی لەسەر دراوە بەڵام ئێستا بەدەگمەن بەکاردەهێنرێت بەهۆی زیانەکانییەوە لەوانەش زیان گەیاندن بە جگەر.

هەموو ئەم دەرمانانە بەکاردەهێنرێت بۆ کپ کردنی فرمانی ئەنزایمی کۆلین ئیستەرەیز کە ماوەی ئەسیتایل کۆلین تێك دەشکێنێت، کەواتە ڕێگە دەگرن لە تێکشکاندنی مادەی ئەسیتایل کۆلین کە ڤوێزەرەوەیەکی دەمارییە neurotrarsmitter لە مێشکدا گرنگە بۆ تواناى یادەوەری و تواناکانی دی بیرکردنەوە. ئەم دەرمانانە ئاستی ئەم گوێزەرە دەمارییە بەبەرزی دەهێڵنەوە تەنانەت لە کاتێکیشدا کە ئەو خانانەی ئەم مادەیە دروست دەکەن بەردەوام لەناو بچن و بمرن.

نزیکەی نیوەی ئەو کەسانەی کە ئەم دەرمانانە وەردەگرن هەست بەچاکسازییەکی باش دەکەن لە نیشانە بالأکانی مێشکدا.

دەرمانەکانی دی وەکو:

*میمانتین memantine (namenda) ئەم دەرمانە لە ئۆکتۆبەری ساڵی 2003دا ڕەزامەندی لەسەر دراوە لەلایەن (FAO)وە بۆ چارەسەر کردنی نەخۆشی ئەڵزایمەری مام ناوەند بۆ توند.

ئەم دەرمانە وەکو دژەکارێکی antagonist وەرگری NMDA (N-methyl D-aspartate receptor) لە مێشکدا ئیش دەکات. هەڵدەستێت بە ڕێکوپێك کردنی چالاکی گلوتامەیت glutamate کە گوێزەرەوەیەکی کیمیایی تایبەتمەندی مێشکە کە بەشداری لە ئامادەکردنی زانیاری و خەزنکردنی و پاشانیش گەڕاندنەوەی.

گلوتامەیت ڕۆڵێکی بنەڕەتی دەبینێت لە پرۆسەی فێربوون و یادەوەری ئەمیش بەهاندانی وەرگرەی NMDA بۆ ڕێپێدانی بڕێکی کۆنترۆڵکراو لە کالیسیۆم کەبچێتە ناوخانەی دەمارەوە بەمەش توانایەکی ئەرکی Action potential دروست دەکات کە پێویستە بۆ خەزن کردنی زانیاری.

لەلایەکی دیکەوە، ئەگەر بڕی گلوتامەیتەکە لەڕادەی خۆی زیاتر بێت ئەوا زیاتر هانی وەرگرەی NMDA دەدات و بەمەش بڕێکی زۆر لە کالسیۆم دەچێتە ناو خانەی دەمارەکەوە و دەبێتە هۆی تەقین و مردنی خانەکە.

میمانتین لەوانەیە خانەکە بپارێزێت لەکاتی زۆر بوونی گلوتامەیتدا ئەویش بەکپ کردنێکی بنچینەیی وەرگرەکانی NMDA.

ڤیتامین E

زۆرجار ڤیتامین بەکاردەهێنرێت وەکو چارەسەرێك بۆ ئەڵزایمەر چونکە لەوانەیە یارمەتی خانەکانی مێشك بدات بۆ بەرگری کردن لەخۆیان دژی هێرشەکان.

لەئەنجامی فرمانی ئاسایی خانەکانەوە، پاشەڕۆیەك دروست دەبێت پێی دەوترێت Free radical کە جۆرێك گەردی ئۆکسجینە دەتوانێت زیان بە پێك هاتووەکانی خانەو مادە بۆ ماوەییەکەی بگەیەنێت. ئەم زیانە پێی دەوترێت سترێسی ئۆکسێنەر oxidative stress کە ڕۆڵی هەیە لە دروست کردنی ئەڵزایمەر.

خانەکان خۆیان بەرگری سروشتییان هەیە دژی ئەم زیانە لەوانەش دژە ئۆکسێنەرەکان antioxidands (ڤیتامین C وE) بەڵام لەگەڵ زیادبوونی تەمەندا هەندێك لەم بەرگرییە سروشتییانە کەم دەبێتەوە.

توێژینەوەکان دەریان خستووە کە وەرگرتنی ڤیتامین E سودی هەیە بۆ ئەڵزایمەر. و زۆرترین خەڵکی دەتوانن ڤیتامین E وەرگرن بەبێ هیچ زیانێك. بەڵام هەرگۆڕانکارییەك لەدەرمانەکاندا پێویستە پرس بە پزیشك بکرێت چونکە دەرمانەکان لەوانەیە زیان دروست بکەن.

سەرچاوەکان

-psychiatry by Janis L.cutler and Eric R.marcus P 83,87,96
psychiatry For students of Medicine P 124.
-PrinCIple of Anatomy and physiology p 425.
-internet www.alz.org

شەکر

زۆربەی کات شیرین
هەندێکجار تاڵو سوێرە

نوسینی: دکتۆر غەسان عەزو
بەرچڤەی: هۆژان جەمال

شەکر سەرچاوەی وزەی مرۆڤە، بەبێ ئەو ناتوانیت فنجانێك چا یان قاوە بخۆیتەوە، دەچێتە دروستکردنی زۆربەی خواردەمەنیەکانی ئیشی هەریرو جۆرەکانی شیرینی، بەبڕێکی دیاریکراو بۆلەش پێویستە، زیادەڕۆیی لەخواردیندا دەبێتە هۆی خێراکردنی بەکارهێنانی ڕژێنی پەنکریاس، ئابوری هەندێك دەوڵەت پشتی پێدەبەستێت، دەتوانرێت بەتەنها یان بەئاوێتەیی بخورێت، کەسیش نازانێت تەمەنی شەکر چەندە.

لەئەنجامی لێکۆڵینەوە بۆمان دەرکەوت شەکری چەوەنەر دەمێك نیە دۆزراوەتەوە، لەساڵی 1747 دا زانای کیمیایی ئەڵمانی ئاندریك مارگراف توانی شەکر لەچەوەنەر بدۆزێتەوە، بەڵام هەنگاوەکانی دەرهێنانی و ئامادەکردنی لە ڕووی پیشەسازییەوە لە داوییدا لەسەرەتای سەدەی نۆزدەدا دۆزرایەوە بەڵام شەکری قامیش ڕای جیاواز سەبارەت بەمێژووی دۆزینەوەکەی هەیە، ئایا تەمەنی بۆکەی دەگەڕێتەوە؟

بیست و سێ سەدە لەمەوبەر جەنگاوەرەکانی ئەسکەندەری مەقدۆنی گەیشتنە هندو یەکێك لەسەیرو سەمەرەکانی جیهانیان بینی کە مادەیەکی ڕەنگ سپی و تام شیرین و پێکهاتە ڕەق بوو، کاتێك پرسیاریان دەربارەی ئەم مادەیەکرد زانییان ئەو مادەیە ئاوگی ڕوەکێکە لەجۆری قامیش کەلەو ناوچەیە دەچێنرێت، تەنانەت یەکێك لەسەرکردەکانی سوپای ئەسکەندەری مەقدۆنی نوسیویەتی لەهند دارێك هەیە هەنگوینی بێ هەنگ بەرهەمدەهێنێت، ماوەیەك تێپەڕی تاکو ئەم ڕووەکە گەیشتە چین کەلەوێ ناوی هەنگوین زیان بەردی هەنگوینیان لێنابوو، بەڵام میسرییەکان پێیان دەووت خوێنی هندی لەڕشووی ناوەکەشیە لەبنچینەدا لە Sakkara ی هندی وەرگیراوە کەبەئینگلیزی

(Sugar) و بەنـــەڵمانی (Zucker) و بەڕەنســـی (Sugar) بەروســـی (Caxap) ی پێدەوترێـــت بـــەم شـــێوەیە هنـــد بەنیشتمانی ســەرەکی شــەکر یــان وردتــر بڵێــن بەنیشــتمانی ســەرەکی قامیشی شــەکر دادەنرێت، بــەپێی ئەفسانە هندییە کەدەگێڕنــەوە ڕۆژێــك خواونــد تۆوێکــی بەئیشــبار کــوڕەزای ســوباندی پاشای بناریسا بەخشیوەو لــەم تــۆوەوە قامیشــی شەکر دروستبووەو لــەو ڕۆژەوە خەڵکی ئــەم مادە شیرینەیان دەستکەوتووە.

بەڵام هیندییە کۆنەکان چۆن توانییان ئاوگی ئــەم ڕووەکە بۆشەکر بگۆڕن؟ ئەو ڕشێکایانە چی بوون کەبۆ خاوێنکردنــەو خەستکردنەوەی ئەم ئاوگە پــەنایان بۆبرد. بەداخــەوە نازانین ئەمانە چۆن بوون، بــەڵام لــەم ســەردەمانەی ئێستاماندا ئــەم جۆرە ڕێگایانە نیە، بــەڵام تەکنۆلۆژیای نوێ هــەیە کەژمارەیەك کرداری ئاڵۆز لەخۆدەگرێت.

لێرەدا هــەوڵ دەدەیــن بــەکورتی چۆنیــەتی دەســتکەوتنی شەکری دەکــەین، باســی دەستکەوتنی ئــەو شــەکرە دەکــەین کەئاسایی لەسەر مێزی ئانی بــەیانیان دەیبینێن چەوەنــەر لــە 18٪ ی شــــەکرە لەگــــەڵ کۆمــــەڵێك خڵتــــەی بــــێ ســــوودا جیاکردنــــەوەی شــــەکر لــــەو خڵتانــــە بــــەکرداری ســــەرەکی دادەنرێت لەکارگەکانی دروستکردنی شەکرد، ئاوگەکــەی لــە پارچــە پارچــەکردنی چەوەنــەر دەردەهێــنرێت (ئاســایی ئــەم کــــرداڕە بــــەکرداری بڵاوبوونــــەوە نــــاودەبرێت) ئاوگــــە ســەرەتاییەکە لەقۆناغە ســەرەتاییەکانی ئامــادەکردنیدا تــامی خۆشەو ڕەنگی تۆخە بەڵام بۆنی ناخۆشە.

جیر (ئۆکسیدی کالسیۆم) لەگــەڵ گــازی دوانۆکســیدی کــاربۆن بــۆ خاوێنکردنــەوەی ئاووگەکــە بــەکاردەهێنرێت کەبەرهــەمی سوتانی بــەردە جیرەکەیە (کاربۆنــاتی کالسیۆم) وئاسایی هەموو کارگەیەکی شەکر فرێنکی سوتاندنی بــەردی جیری تێدایە جیر لەگــەڵ ئاودا دادەوەشــێنرێت و شیراوێکی جــیری دروستدەبێت و دەکرێتــە نــاو ئاوگــە بڵاوبووەکــە، جــیر لەگــەڵ ئاووگەکــە کــارلێك دەکــات و گــیراوەو نیشــتوویەك پێکدێنێت لەنیشتووەکەدا پێکهاتــەی چــەوری و خوێیــەکانی ترشە ئەندامیەکان و مادە ڕەنگاو ڕەنگەکان بەشێوەی لول بوو لەبنی گیراوەکە دەنێشێن، بەڵام شەکرەکە لەگەڵ جیردا کارلێك دەکــات و شــەکری تــواوە لەگیراوەکــەدا دروســتدەکات، دەتوانرێت لەخڵتەکانی دیکە کەنیشتوون جیابکرێنەوە.

خۆ ڕزگارکردن لەجیرەکە بەشێوەی ســەربەست بێت یــان لەشێوەی یەکگرتوودا بێت لەگەڵ شــەکرەکە بــەقۆناغی دووەم دادەنرێت لەکرداری بەرهەمهێنانی شەکردا.

گــازی دوانۆکســیدی کــاربۆن شــــەکرەکە لەجیرەکــــە جیادەکاتــەوەو مادەیــەکی تەباشیری نــەتواوە پێکدەهێنێــت تەنانەت لەدوای مامەڵەکردنی ئاوگەکە بــەجیرو دوانۆکسیدی کــاربۆن هــەر هــەندێك بۆیــەی تێدادەمێنێتــەوە بۆلــەناوبردنی ڕەنگــی ئاوگەکــە بــەگازی دوانۆکســیدی کــبریت لــەناودا چارەسەر دەکرێت هایدرۆجینی چالاك بەرزدەبێتەوە کەلەگەڵ ئــەو کۆمەڵەیــەدا کارلێك دەکات کەدەبنــە هــۆی دروستبوونی ڕەنگ، بــەم شێوەیە گیراوەکــە دەبێتــە گیراوەیــەکی بــێڕەنگ و پاشــان کــرداری پــاڵاوتن و هــەڵمین و کوڵاندنــی بۆدەکرێــت و گــیراوە خەســتەکە بۆکریســتاڵەکانی شــــەکر دەگۆڕێــت و جیادەکرێتەوەو وشکدەکرێتەوە.

کەتیرەو گلۆکۆز:

بەشــێوەیەکی گشــتی وچــەندەها جــۆر لەشــەکر هەیــە، شەکری قامیش یان چەوەنــەر کەبەســوکەڕوز ناســراوە تاکــە جــۆری شــەکر نیــە لــەخۆراکی ڕۆژانــەماندا بــەڵکو زۆربــەی خۆراکەکان شەکری تایبــەتی خۆیان تێدایە شــەکری ماست لاکتۆزەو شەکری جۆ ماڵتۆزەو شەکری میوەو تــوو فراکتــۆز یان گلۆکۆزە. لێرەدا لەسەر شــەکری گلۆکــۆز هەڵوێســتەیەك دەکــەین، کەبەیەکــەم شــەکر دادەنرێت بەرێکــەی کاریگــەریی و پیشەســازی بەرهــەم هــاتبێت. زانــای کیمیــایی ڕوســی قنستەنتین کیر هجوف بەڕێکــەوت لەســاڵی 1811 دا لــەکاتی ئەنجامگــەیاندنی هــەندێك تاقیکردنــەوە لەســەر پیشەســازی دروستکردنی (فەخفوریی) ئــەو ڕێگــە پیشــەسازییەی ئاشکرا کرد کە بۆ دەرهێنانی گلۆکۆز (شــەکری تــرێ) بــەکاردەهێنرێت لــەکاتی گــەڕان بەشــوێن مادەیــەکی دیکــەدا لــەجیاتی کــەتیرە (مادەیــە ڕەشــباوە لەقــەدی داری ئاکاســیا کۆدەکرێتــەوە) بەتێکــەڵ کردنی هــەندێك مادەی کیمیایی بۆنــاو ئــەم مادەیــە

کیرهجوف نیشاستەی دەستکەوت، لەگەڵ ئاودا پایوەشاندو بەبوونی ترشی کبریتیک گەرمی کردن، دوای ماوەیەک بارستاییەکی لینجی دەستکەوت کەلەکەتیرە دەچوو، کاتێک کیرهجوف ویستی تامی بکات تاکوو بیناسێتەوە لەوکاتەدا پشت بەم ڕێگریە دەبەستڕا بۆناسینەوەی مادەکان- تێبینکرد تامی خۆشە زانا کیرهجوف گەیشتە ئەو دەرئەنجامەی بەشێک لەنیشاستەکە بۆشەکر گۆڕاوە، ڕاستەوخۆ ئەم دۆزینەوەیە لەئەکادیمیای زانستی سەلمێڕاوەو ناوبانگی ئەکادیمییان بەم زانایە بەخشی تاکو ئێستا لەهەموو جیهاندا ئەو پرەنسیپەی کی هجوف داینا، بۆتە بناغە لەبەرهەمهێنانی گلۆکوز لەنیشاستە مادەیەکی کاربۆهایدرەیتی فرەشەکر، واتا لەژمارەیەکی زۆر لەگەردی گلۆکۆزی نائاوی لەشێوەی زنجیرەدا، پێکدێت، لەکرداری ڕۆشنە پێکهاتن لەڕوەکدا، نیشاستە لەگلۆکۆز دروستدەبێت، ئەگەر پێچەوانەی ئەم کردارە ڕوبدات و نیشاستە بشکێنرێت گلۆکۆزمان دەستدەکەوێت، ئەمەش ئەو کردارە بوو بەراستی لەتاقیکردنەوەکانی کیرهجوفدا ڕویدا، چونکە لەکاتی کارلێکردنی نیشاستە لەگەڵ ئاو لەکرداری یەقکردنەوە، بەبونی هاندەرێک وەک ترشی کبریتیک یان هایدرۆکلۆریک، نیشاستەکە بەچەند هەنگاوێک بۆگلۆکۆز دەگۆڕێت.

بەڵام لەپیشەسازیدا گلۆکۆزی نیشاستە لەئامێری تایبەتیدا لەژێر پەستانی (3.5–3) کەش بەبوونی هاندەرێک بەڕێژەی 0.65– 0.5 (یەکێک لەترشەکان) دەستدەکەوێت، لەداوی کرداری شکاندنی نیشاستەکە، ئەو گیراوەیەی دەستدەکەوێت بەزیادکردنی بڕێک کاربۆنات، هاوسەنگ دەکرێت، گیراوە هاوسەنگ کراوەکە دەپاڵێورێت و گەرم دەکرێت و گلۆکۆزەکە بەکریستاڵ دەکرێت خوێنی چێشت بۆزیادکردنی خێرایی کریستاڵ بوونی گلۆکۆز، بەکاردەهێنرێت ئاوێتەیەکی پێکهاتەیی دروست دەبێت کەبەئاسانی دەشکێت و بەبەکارهێنانی سەنتەر فیویج کریستاڵەکانی گلۆکۆزمان دەستدەکەوێت.

هەروەها دەتوانرێت لەداریش گلۆکۆز دەربهێنرێت و لەڕووی کیمیایەوە لەگەڵ ڕێگەی پێشوودا جیاوازییان نیە، ئەو سلیۆلۆزەی دارەکەی لێدەروستبووە بریتیە لەمادەیەکی کاربۆهایدراتی، بەڵام ڕێگەی خاوێنکردنەوەی گلۆکۆزە بەرهەمهاتووەکە لەدارەوە، ئەستەمە.

مەبەست لەتام شیرینی چیە؟

مادە شەکرەمەنییەکان بەوە دەناسرێن تامییان خۆشەو ئارەزوو کراون و لەکاتی سوتاندنیاندا بڕێک گەرمی دروست دەکەن، وەک زانراوە گەرمی سوتانی یەک گرام لەشەکر لە لەشی مرۆڤدا 4.1 گەرمۆکەیە (گەرمۆکەیەکەی پێوانی گەرمی) تامی شیرینی شەکر لەجۆرێکەوە بۆجۆرێکی دیکە دەگۆڕێت، بۆ جیاکردنەوەی تامی جۆرە جیاوازەکان لەشەکر، شەکری چەوەنەر (سوکەروز) بەیەکەی پێوانەی شیرینی دادەنرێت، تامی شیرینی شەکری گلۆکۆز 0.74و شیرینی شەکری مالتۆزو لاکتۆز 0.32 و شیرنترین جۆرەکانی شەکر شەکری فراکتۆزە کەدەگاتە 1.73 بەپێی ئەم پێوانەیە.

پەیوەندییەکی بەتین لەنێوان تامی شەکرو پێکهاتە کیمیاییەکەیی و پێکهاتەی دروستبوونەکەیدا هەیە، تامی شەکر لەچوارچێوەی گەردەکانیدا پشت بەدوو کۆمەڵە دەبەستێت یەکەمیان کۆمەڵەی (گلوکوفورز)ە ناوەکە لەدوو وشەی گرییکیەوە هاتووە، گلۆکۆز واتا تامی شیرین و فوروز ماناکەی واتا هەڵگری تامی شیرین. کۆمەڵەی دووەم (ئۆکسو گلو کوزاید)ە لەوشەی ئۆگسانوی گریکیەوە هاتووە واتا زۆر زانا شولن برگەر پەیوەندی نێوان شیرینی شەکرو دروستبوونی بەندی هایدرۆجینی نێوان کۆمەڵەی هایدروکسیلی لە گەردەکانیدا، ئاشکراکرد (ژمارەی بەندە هایدرۆجینیەکان و دروستبوونیان لەناو یان دەرەوەی گەردەکە) تاقیکردنەوە زانستیەکان بەبەکارهێنانی تیشکی سەروو بنەوەشەیی تیورەکەی شولن برگەر یان سەلماند.

لەگەڵ بەرفراوانی بڵاوبوونەوەی ئەم تیۆرە لەلێکدانەوەی تامی شەکرو ئەو مادانەی لێوەی نزیکن لەپێکهاتەی کیمیاییدا وەک کهول فرە گەردیلەیی.

بەڵام نەیتوانی هۆکاری شیرینی سوکەرین بۆنمونە لێکبداتەوە کە بەهیچ شێوەیەک لەگەردی شەکر ناچێت لەپێکهاتەی کیمیایدا، هەروەها نەیتوانی هۆکاری شیرینی خوێنی بریلیوم و قورقوشم، ڕونبکاتەوە کەقورقوشم لەگەڵ

ترشی سرکیك کارلیّك دەکات و خوێیەك پێکدێنێت کەتامی شیرینە بەلام زۆر ژەهراوییە.

شەکر نیە، بەلام تامی شیرینە:

زۆر مادە هەن کەتامیان شیرینەو دەچنە ژەمە خۆراکی ڕۆژانەمانەوە بەلام بۆئەو شەکرە دەرهێنراوە ناگەرێنەوە کەلە بەرهەمە سروشتیەکان دەردەهێنرێن، وەك گلسرین ترشە ئەمینیەکانو..هتد.

لەبواری پیشەسازی خۆراکدا لێکۆڵینەوەی زۆر ئەنجامدەدرێت بەئامانجی دروستکردنی ئەلتەرناتیڤی شەکرە سروشتیەکانو بەکارهێنانیان لەشیرینکردنی خۆراکەکانی ڕۆژانە، سوکەرین یەکێکە لەم مادانەو بەشێوەیەکی پیشەسازی بۆیە وەك لەمادەیەکی سەرەتایی بەشدار دەبێت لەئامادەکردنیدا.

تامی سوکەرینی خاوێن لەتامی سوکەروز (شەکری قامیش یان چەوەندەر) 700 جار شیرنترە، تەنها 0.00005 گرام بەشی شیرینکردنی لیترێك ئاو دەکات هەروەها بەرهەمێکی پیشەسازی هەیە بەناوی ئەلدوکسیم کێبڕکێ لەگەڵ سوکەرین دەکاتو بەڵکو پێنج هێندەی ئەو شیرینترە ئایا شەکری سروشتی کەمە؟ کێشەکە پەیوەندی بە کەمی یان زۆری سەرچاوەکانی شەکرەوە نیە، چونکە شەکرە دروستکراوەکان لەبارودۆخو بەپێی پێوانەی دیاریکراو بۆچارەسەرکردنی تێکچوون لە نارێك هاوسەنگ بوونی خۆراکی ناولەشی مرۆڤ، واتا شەکر یان کاربۆهیدراتەکان بەشێوەیەکی گشتی، ئەمەش پێی دەوترێت نەخۆشی شەکرە. ئەو کەسانەی نەخۆشی شەکرەیان هەیە دەبێت. لەجیاتی شەکری ئاسایی لەخۆراکیاندا بەکاربهێنن لەهەندێك لەدەوڵەتان ڕێگە بەبەکارهێنانی سوکەرین لەخۆراکی نەخۆشەکانی شەکرە، دەدرێتو لەدروستکردنی ئیشی هەویرو شەربەتی بێ کهولدا بەکاردەهێنرێت، وەك یەکیتی سۆڤیەتی پێشوو، بەلام لە ولاتە یەکگرتوەکانی ئەمریکا لەم ساڵانەی دواییدا، مادەی سیکلماتی سۆدیۆم یان پۆتاسیۆم بەکاردەهێنرێت کە بڵاوبوونەوەی بۆئەم جۆرە خۆراکانە بەربڵاوە مادەی سیکلمات خوێیەکە شیرینییەکەی 30-40 جار لەسوکەروز شیرنترە، لە پیشەسازی دروستکردنی سپیایی وشکدا بەکاردێت.

سوکەرینو سیکلیماتو ئەو مادانەی دیکەش کەوەك ئەمان وان تامێکی شیرینی هەڵخەڵەتێنەر بەو کەسە دەبەخشن کەدەیخوات کەبەهیچ شێوەیەك بەهای خۆراکیان نیە، لەراستیدا بەهیچ پێوانەیەك ئەم مادانە بە ئەلتەرناتیڤی شەکری سروشتی دانانرێن. لەبەرئەوە کیمیای خۆراکزانی لەهەوڵی بەردەوامدایە بۆئەنجامگەیاندنی تویژینەوەکانیو ئامادەکردنی ئەو مادانەی تامییان شیرینەو بەها خۆراکی نارەزووکراویان هەیەو هیچ زیانێکیش بەو کەسانە نەگەیەنێت کەنەخۆشی شەکرەیان هەیەو بەکاریان دەهێنێت.

زاناکان توانیان سوربیتول بەرهەمبهێنن کەبەرهەمێکی سروشتیەو بریتیە لە کهول پێکهاتوو لەشەش گەردیلە کاربۆن، دەتوانین لەخۆراکەکانی ڕۆژانەدا هەستی پێ بکەین وەك تۆو، ناوەکەی لاتینیەو دەگەڕێتەوە بۆ ناوی دارك لە ڕەشەداردا کە یەکەمجار لەناوگی ئەو دارەدا تێبینی کرا.

سوربیتول بەوە دەناسرێت تامەکەی شیرینە بەلام شیرنیەکەی دەگاتە نیوەی شیرینی سوکەروز، سەرەڕای بەها خۆراکیە گەورەکەی بەپێچەوانەی سوکەرینو سیکلماتەوە هەر گرامێك لەسور بیتۆڵ 3.9 کیلۆ گەرمۆکە بەلەشی دەبەخشێت سەرەڕای ئەوەی مادەیەکی کهولیەو کاربوهایدراتی نیە، لەبەرئەوە کاریگەری زیانبەخشی بۆ ئەو کەسانە نابێت کە نەخۆشی شەکرەیان هەیە، بەهای ڕاستەقینەی ئەم مادەیە لەم خاڵەدا کۆدەبێتەوە.

دەتوانرێت بەکرداری هایدرۆجینکردنی بەبوونی هاندەری نکیلو لەژێر پەستانی بەرزی (80-70) کەش، بەشێوەیەکی پیشەسازی سوربیتولێ لەگلوکۆز دروستبکرێت دەتوانرێت سوربیتول وەك شێوەی پارچە شوکولاتە دروستبکرێت ولە هەندێك لەفرۆشگەکانی شیرینی دەستدەکەوێتو لەجیاتی شەکر سوربیتول بەکارهاتووە.

سێ بەکارهێنانی ئەندازەی ئەلیکترۆنی

بەڕێزان: محەمەد عارف
سەرپەرشتیاری پسپۆڕی فیزیا

لەم باسەدا، سێ شتی گرنگ باس دەکەین

1- بیستۆکە زیرەکەکان

2- کۆمپیوتەر کە بەپوناکی نیش دەکات

3- دوو پڕۆبۆت یەکێکیان بۆ بینین ئەویتریان بۆ بیستن.

لەوکاتەوە کەزانای بەناوبانگی ئەمریکی (تۆماس ئەدیسۆن) لەساڵی 1877 زایندا میکرۆفۆنی دۆزیەوە، تەکنەلۆژیای دەنگ بەرەو پێش کەوتن بەردەوامە، بەهۆی دەزگای تۆمارکردنو قەوانی لێزەرەوە دوواجار لەم بوارەدا ئەوە بوو بیستۆکی زیرەکیان دۆزییەوە.

هەر لەسەرەتای تۆمارکردنی ئاوازەکانەوە، بەرەو پێش هەبوونی تۆمارکردنی دەنگ بەردەوام بوو تاوەکوو ئێستا.

ئێمە دەزانین یەکەم ئامێر کەپێویستە بۆ تۆمارکردن (مایکرۆفۆنە).

مایکرۆفۆن ئامێرێکەو وزەی دەنگ دەگۆڕێت بۆ وزەی کارەبایی ئەم ئامێرە پێک هاتووە لەپەردەیەکی کاربۆنی بەکەمترین پەستانو یان بەپەستانی شەپۆلێکی دەنگ کەلە ئامێرێکی مۆسیقیەوە دەردەچێتو بەر ئەم پەردەیە دەکەوێت دەلەرێتەوەو نیش دەکات.

مایکرۆفۆنەکان چەند جۆرێکیان هەیە کە ئەمانەن:

1- مایکرۆفۆنی یەک ئاراستە: ئەو دەنگانە وەردەگرێت کەبە ئاراستەی مایکرۆفۆنەکانەکە ئاراستە دەکرێن، پێیان دەوترێت مایکرۆفۆنی جۆری (دل) چونکە ڕووەکەی چاڵە وەکو (دل) ئەم شێوەیەش سنوری ئەو شوێنە دەست نیشان

دەکات کەمایکرۆفۆنەکە دەنگەکانی لێوەردەگرێت و بۆ تۆمارکردنی ئەو بەرنامانە بەکاردەهێنرێت کەکۆمەڵێك هاوبەشی تێدا دەکات چونکە ئایانەوێت ئەو ژاوەژاوانەی کەلەدەوروو پشتیاندا هەیە تۆماربێت.

2- مایکرۆفۆنی هەمە ئاراستە: ئەم مایکرۆفۆنە بۆ هەموو ئاراستەیەك بەکاردەهێنرێت و لەهەموو لایەکەوە دەنگ وەردەگرێت ئاراستە بازنەییەکەی دەتوانرێت ستوری ئەو دەنگانە دەست نیشان بکات کەوەریان دەگرێت ئەم جۆرە مایکرۆفۆنانە بەکاردەهێنرین بۆ ئەو دەنگە هەمە جۆرانەی کەلەدەستەیەك گۆرانی بێژەوە دەردەچێت.

3- مایکرۆفۆنی دوو ئاراستە: ئەم مایکرۆفۆنانە لەپێشەوەو لەدواوە دەنگ وەردەگرن بەهێزی پەستانی دەنگ ئیش دەکەن، تۆماری جیاوازی پەستانی نێوان هەردوو پەردەی پێشەوەو دواوە دەکەن پێچکردنەوەی ئاراستەکەی کەشێوەی ژمارە (8)ی وەرگرتووە، ئەو شوێنە دیاری دەکات کەمایکرۆفۆنەکە دەیەوێت دەنگی لێوەرگرێت، ئەم مایکرۆفۆنە بەکاردێت بۆ گفتوگۆ کردن لەنێوان دوو کەسدا جۆری تۆمارکردنی دەنگەکە بەندە بەجۆری مایکرۆفۆن، ئامێری تۆمارکردنی دەنگەکەوە، ئەگەر هەردووکیان لە جۆرە باشەکان بن ئەوا تۆمارکردنەکەش باش دەبێت.

بەگشتی نیشی ئەم مایکرۆفۆنانە ئەوەیە کەشەپۆلە دەنگییەکان دەگۆڕن بۆ شەپۆلی کارەبایی بەهۆی ترانسفۆرمەرێکی ئەلکترۆنییەوە، ئینجا تۆماردەکرێت بەشێوەی شەپۆلی کارۆمۆگناتیسی وەکو شەپۆلی دەنگەکە.

بەڵام ئێستا بەهۆی سیستمی ئووسییەوە (دیجیتال) دەتوانرێت هەرساتێکی دەنگ بکرێت بەگەردی زۆر بچووك و فراوانیەکەی تۆماربکرێت بەشێوەی (جوتەك) بەنەواوی وەکو لە کۆمپیوتەردا هەیەو ئەم جووتەکە کلیلە بەندە بەدوو ڕەنوسەوە یەکێکیان (سفرە) ئەویتریان (یەکە).

ئەو دوو ڕەنوسە بەچەند ڕێگەیەك ڕێکدەخرێت یەکێکیان بەزنجیرەیەکی جیاواز گەیەنراو بەکلیلێکی تایبەتی ئەم ڕێك خستنە جگە لەوەی دەنگەکە وەکوو خۆی دەردەهێنێت بەرهەمهێنانەکەشی دووبارە دەکاتەوە بەوردی.

جووتە نیشانەکە دەگوێزرێتەوە بۆقەوانێك لەچاڵوو چۆلیە درێژییە جیاوازەکانی قەوانەکەدا تۆمار دەکرێت، ئەو ڕوناکییەی لەیزەرەکە ئاراستەی دەکاتە لەناوچاڵوو چۆلی قەوانەکەدا ون دەبێت و لەناو فۆتۆدا بۆدێکی ئەلیکترۆنیدا دەردەکەوێت ئەم فۆتۆدا بۆدە توخمێکی ئەلیکترۆنی هەستیارە بەرامبەر ڕوناکی جووت نیشانەکە دەگۆڕێت بۆنیشانەی کارەبایی ئەم نیشانە کارەبیانە لەلایەن گەورەکەرێکی کارەباییەوە گەورە دەکرێت کەبەشێکی سەرەکیە لەهەرئامێرێکی دەنگداردا ئەم گەورەکەرە نیشانەکە دەگوێزێتەوە بۆ بیستۆکێك ئەمیش نیشانە کارەباییەکە دەگۆڕێت جارێکیدی بۆ نیشانەی دەنگ بەهۆی ترانسفۆرمەرێکی دەنگەوە.

بیستۆکەکان لەئیش کردندا وەکو مایکرۆفۆنەکان ئیش دەکەن پێك هاتووە لەچینێکی تەنك چەسپێنراو لەسەر لایەکی بیستۆکەکەوە گەیەنراو بەناوەڕاستی بیستۆکەکەوە بەتەلێکی گەیەنەری شۆڕبۆو لەناو بوارێکی موگناتیسیدا لابەرەڵاکەی پەردەکە دەلەرێتەوە بەگوێرەی لەرینەوەی ئەو شەپۆلە دەنگانەی بەری دەکەوێت ئەو پەردانەی بۆنەم بیستۆکانە بەکاردێن سێ جۆرن یەکێکیان بچوکەو بۆلەرەلەرە بەرزەکان بەکاردێت، ناوەندەکانیان بۆلەرە لەرە ناوەندەکان، گەورەکانیان بۆدەنگە لەرە لەرە نزمەکان.

بەهۆی تەکنەلۆژیای تازەوە توانرا پەرەبدرێت بەم جۆرە بیستۆکانە، ئەوە بوو لەم دواییەدا جۆرە بیستۆکیکیانە دروست کرد کەپێی دەوترێن (بیستۆکی زیرەك) ئەم جۆرە بیستۆکە چالاکانە، دەتوانن قەبارەی ژورەکەو ئەوشتو مەکانەی کەلەو شوێنەدا و یان لەوژورەدا هەیە، و یان لەدەورو پشتیدا هەیە بیگونجێنێت لەگەڵ باری خۆیدا بەجۆرێك ئەگەر ئەوبیستۆکە لەهەر شوێنێکی مالێکدا دانرێت، ئەوا خاوەنی ئەو ماڵە بەهەمان شێوە گوێی لەمۆسیقای (بتهۆڤن دەبێت) و یان هەر ئاوازێکی دی لەوبیستۆکانەوە کەبەئامێری تۆمارکەرەکەیەوەیە.

ئەو توێژینەوانەی بووە هۆی دۆزینەوەی ئەم تەکنیکە تازەیە دوو شێوەی بڵاوکردنەوەی دەنگ دەگونجێن یەکەمیان پێی دەوترێت (بیستنی دەرونی) کەبریتیە لەتوێژینەوەی زانستانە بەدوای ئەو ڕێگەیەدا کەوا لەمرۆڤ دەکات حەز بکات گوی بگرێت و دووەمیشیان ئەلیکترۆنەکە توانای داوە بۆ توێژینەوەی زانستیانە بۆ وێنەکێشانی نەخشەیەك بۆ پڕۆگرامی ڕەنوسی نەخشەکە هەموو ڕاست کردنەوە دەنگییەکان کەبەهۆی ژورەکەوە، دابەش کردنە

ئەندازەییەکەیەوە دروست دەبێت دەگرێتەخۆی و بچوکی دەکاتەوە، بۆنەوەی لەگەڵ بیستنە دەرونیەکەدا بگونجێت لەبەرنەوە نەخشەکە هەڵدەستێت بەراستکردنەوەی شەپۆلەکات کەبڵاودەکرێتەوە بۆنەوەی بگونجێت لەگەڵ بواری دەنگەکەدا لەژورەکەدا.

ئەم تەکنیکە تازەیەی دەنگ وا چاوەڕوان دەکرێت لەبازاڕدا بڵاوبێتەوە، هەرچەندە لەسەرەتادا نرخەکەی زۆر گران دەبێت بەڵام لەداهاتودا هەموو خاوەن ماڵێك ئامێری بیستۆکە زیرەکەکانی دەست دەکەوێت.

شەپۆلەکانی دەنگ تەنها بۆبیستنی دەنگە خۆشەکانوو ئاوازە جیاجیاکان بەکارنەهێنراوە بەڵکوو بەکاردەهێنرێت لەدروست کردنی کۆمپیوتەردا، و شەپۆلە سەروو دەنگیەکان بەکاردێت لەبواری لەحیم کردندا.

تەکنەلۆجیای تازەی ئەلیکترۆنی لەژیانی ڕۆژانەماندا ڕەنگی دەداتەوە وەکوو بەکارهێنانی فڕنی کارەبایی، فڕنی مایکرۆیی.. هتد

بنچینەی ئیشکردنی سوپە ئەلیکترۆنیەکانی ئەم ئامێرانە سوپە ئەلیکترۆنیە ڕەنوسیەکانە.

بنچینەی ئیشکردنی ئەم سوپە ئەلیکترۆنیە ڕەنوسیانە بەندە لەسەر ناردنی نامەیەکی ڕەنوسی بەهۆی بارگە کارەباییەکانەوە گوێزانەوەی بارگەی کارەبایی دەگونجێنرێت لەگەڵ ژمارەی (1)دا بەڵام نەناردنی دەگونجێنرێت لەگەڵ (سفر)دا. کۆمەڵێك لەم ڕەنوسانە بەیەکەوە بەشێکی سنورداری زانیاریمان دەدات زۆربە کورتی دەتوانین بیڵێین ئەو ئامێرانەی لەسەر ئەم زانیاریانە دروست کراون بەکردنەوەو داخستنی سوپە کارەباییەکانیان کۆمەڵێك زانیاری بەشێوەی (شیفرەی) کارەبایی دەنێرن.

یەکەم سوپە ئەلیکترۆنیە ڕەنوسیەکان بەچەند لولەیەکی ئەلیکترۆنی ئیشیان دەکرد کەلە گڵۆپە ڕوناکیە کارەباییەکان دەچوون، هەریەك لەم لوولانە دوو جەمسەریان تێدابوو یەکێکیان بۆ هێزە کارەبایی مووجەب (جەمسەری مووجەب) و ئەویتریان بۆهێزی کارەبایی سالب (جەمسەری سالب).

ئەو کۆمپیوتەرانەی کەلەشەڕی جیهانی دووەمدا بەم شێوەیە دروست دەکران هەریەکەیان بە هەزارە هەزار بۆری ئیشیان دەکرد و ئەمەش ڕوبەڕێکی ئێجگار گەورەو بڕێکی ئێجگار زۆر گەرمی لێ پەیدا دەبوو و تەمەنیشیان کورت دەبوو بەڵام لەکۆتایی ساڵی 1940 ز یەکەم ترانسفۆر دۆزرایەوە بەڕوبەڕێکی کەمترو نرخێکی هەرزانتر و بڕێکی گەرمی زۆر کەمتر وتەمەنێکی درێژتر.

پێویستی مرۆڤ بەنزامێکی ئەلیکترۆنی بچوك، بووە هۆی بەرەو پێش خستنی سوپە تەواوەکان کەلەدوایدا ناسرا بە (سلیکۆنی خلتاوی) ئەم ماددەیە قەبارەکەی ناگاتە (6ملم) هەزارەها توخمی گەیەنەری تێدایە، ڕوبەڕێکی زۆر کەم داگیردەکاتو توانای ئەنجامدانی وزەیەکی گەورەی هەیە.

نیمچە گەیەنەرەکان بنچینەی دورستکردنی (سلیکۆنی خلتاوین) ئەم ماددانە لەباری سروشتیدا کارەبا ناگەیەنن بەڵام دەبنە کارەبا گەیەنەر کەبەشێوەیەکی کیمیاوی چارەسەر دەکرێن. نیمچە گەیەنەر لەماددەی سلیکا دروست دەکرێت کەلەناو خۆڵدا دەردەهێنرێت وەخلتاوی دەکرێت بەخلتەی وەکوو (ئەنتیمۆن، زەرنیخ..)

بەرێگەی کیمیاوی، وروەکانیان دەست بەسەر گوێزانەوەی بارگە کارەباییەکان دەگرن.

لەم دەسالەی ڕابوردودا نزامی ڕاگەیاندن زیاتر پەرەی سەندوو ئالۆز ترو زیاتر خێراتر بوو بەهۆی دۆزینەوەی وێنەی شانە بییەوە (الصوره الخلویه) وای لێهات بینینە ئەلیکترۆنیکان بەخێرایی ڕوناکی بگوێزرینەوە.

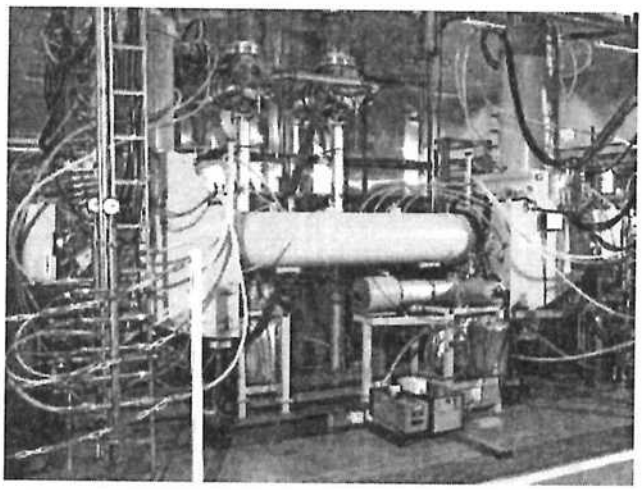
ئەلیکترۆنیکی بینین بەشێکە لە ئەلیکترۆنیك کە کارەباو ڕوناکی تێدا بەکاردەهێنرێت بۆ ئیش پێکردنی سورە تازەکان. بۆنمونە شەپۆلە کارەباییەکان دەتوانن بچنە ناو سوپێکەوە بۆبەرهەم هێنانی لەیزەر بەقەدەر دەنکی خۆی زانیارە کارەباییەکان دوبارە (تەشفیر) دەکرێنەوە بەهۆی شەپۆلەکانی ڕوناکییەوە ئینجا دەگوێزرێنەوە بەهۆی شانە ڕوناکیەکانەوە بۆسورە بینایی ئەلیکترۆنیە تازەکان.

یەکێك لەرێگە تازە پێش کەوتووە بەکارهێنراوەکان بۆدروست کردنی نیمچە گەیەنەرەکان، ئەوەیە بەکارهێنانی تیشکێکی گەردیلەیی بوو بەشێوەیەك بڕێك لەماڕاوەی نیمچە گەیەنەرەکە لەڕوبەڕێکدا دەچەسپێنرێت ئینجا تیشکێکی گەردیلەیی دەیان گەردی لێدەدرێت لەشوێنێکی جیاکراوەدا ئەو گۆڕانکارییەی کەدەکرێت لەپێکهاتەی ئەو شوشەیەدا بەجۆرێك دەبێت کۆمپیوتەر بتوانێت دەست بەسەر هەموو ئەو گۆڕانکاریانەدا بگرێت واچاوەڕوان دەکرێت کەئەم پێش

کەوتنە تازەیە والە بینینە ئەلیکترۆنیەکان بکات زیاتر پێش کەوتوو ترو چاکتر بێت وەنرخەکەشی گونجاو بێت.

بەتەکتیکی تازە دەتوانرێت لەروبەرێکی زۆر تەسکدا سوپە ئەلیکترۆنیەکان دروست بکرێت بەبەکارهێنانی تیشکە چرە ئایۆنیەکان کەتوانایان هەیە کەچەندەها قڵیش (اخاوید) نەقش بکەن لەروبەرێکدا نەگاتە بەشێکی میکرۆنێک بڵاوکردنەوەی ڕوناکیو دەست بەسەراگرتنی لەم قڵیشانەوە دەبێت.

بەهۆی خێرایی گوێزانەوەی زانیاریەکانەوە لەم سەردەمەدا لەم جۆرە سوپە کارەباییانە زۆر بەفراوانی‌بڵاوبۆتەوە هەروەها بەهۆی بچوک کردنەوەی قەبارەی سلیکۆنی خڵتاوییەوە بەرێژە (10) ئەوەندە لەماوەی کەمتر لەنیوەی سەدەیەکدا توانیویانە کۆمپیوتەرێک رێک دروست بکەن کەلەوە پێش بەقەدەر ئاوێنەیەکی بچوکی ئۆتۆمبێلێک بوو بگۆڕێن بۆمیکرۆ خڵتەیەک (میکرۆشیس) کەبەدگمەن دەبینرێت و بەنیشانەیەکی ڕوناکی (اشارة ضوئیة) ئیش بکات.



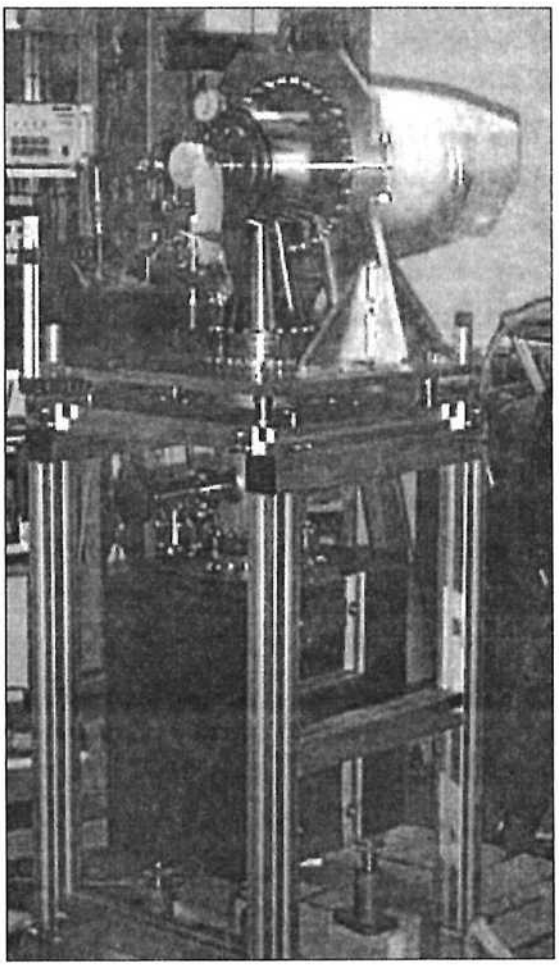
زۆربەی تەکنەلۆجیای زانیارەتازەکان لەنیشانەکانی ئەندامەکانی لەشی مرۆڤەوە وەرگیراوە، لەو ڕوانگەیەوە ئامێری وەکوو وێنەگرتنو کۆمپیوتەری لێ هەڵقوڵاوە و هەروەها ئامێری ئەلیکترۆنی بوتکەر (پەستان پێوی ئەلیکترۆنی بۆنکەر) یەکێکە لەو ئامێرانە لەسەر بنچینەی بۆنکردنی لوتی مرۆڤ دروست کراوە.

لووتی مرۆڤ دەتوانێ هەست بەبۆنێکی دیاریکراو بکات وەکوو بۆنی گوڵ وەیان بۆنێکی ناخۆش بەڵام ناتوانی هەست بۆنی تلیاك و، تەقەمەنی شاراوە بکات لەناو جانتایەکدا وەکوو سەگە پۆلیسەکان. هۆی ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی هەستی بۆن کردن لای سەگە پۆلیسیەکان بەهێزترە چونکە دەتوانن هەموو بۆنەکان خەزن بکەن لەزاکرەی بۆنیاندا، و بەئاسانی دەتوانن ئەو جۆرە بۆنانە هەست پێبکەن کەتووشیان دەبێت هەر چەندە شاراوەش بێت کاتێك تەنۆلکەکانی هەر بۆنێك دەچێتە ناو بۆشایی لوتی سەگێکەوە بەگەندە مووە مایکرۆییەکان ناوەوەی لوتی سەگەکە و بەکۆتایی خانەکانی چاودێرییەوە هەڵدەواسرێت، ئەم خانە چاودێرییانە بڕێك بۆن دەنێرن بۆ چەقی بۆنکردن لەمێشکدا مێشکیش جۆری بۆنەکە دەست نیشان دەکات.

سەگ دەتوانێ ماددە ئەندامیکان وەکوو بەلەکوو، گیا بەبۆن بدۆزێتەوە بەڵام کەتووشی ماددە نائەندامێکان دەبێت بەتایبەتی ئەوانەی کەبەکاردێن بۆ دروست کردنی تەقەمەنی ناتوانی بەتەواوی هەستیان پێبکات لێرەدا دەوری پەستان پێوی بۆنی ئەلیکترۆنی دێت یەکەم جار کەئەم ئامێرە دروست کرا نەیدەتوانی سمادەکان لەسروشتدا دەست نیشان بکاتوو بیان ناسێتەوە، لەدوایدا زیاتر ئەم دەسگایەیان بەرەوپێش برد تاوای لێهات لەفڕۆکەخانەکاندا بەکاردەهێنرا ئەم ئامێرە زۆر هەستیارترە لەلوتی سەگ دەتوانێت هەست بەو تەکۆلکانەی تەقینەوەیەك بکات کەلەنێوان ملیۆنەها تەنۆلکەدایەو بڵاوبۆوەتەوە لەدوورەوە هاتووە.

لەم ئامێرە لەدووبەش پێك هاتووە، یەکەمیان هەڵدەگیرێت وبەکاردێت بۆوەرگرتنی قەبارەیەك لەو هەوایەی کەدەورو پشتی جانتاکەی داوە سەگێکی بچوکی بۆش پاڵێوەرێکی زۆر هەستیاری تێدایە بۆ تەنۆلکەکانی تەقەمەنیەکان دەخرێتە ناو ئەم بەشەیانەوە پەستێنەرێکی ناوەکی تێدایە هەڵدەستێت بەهەڵمژینی هەواکە تەنۆلکەکانی تەقینەوەکە لەگەڵ پاڵێوەرەکەدا یەك دەگرن یەکگرتنێکی کیمیاوی، ئینجا سەلکە بچوکەکە دەخرێتە ناو بەشێکی تری ئامێرەکەوە کەقەبارەکەی لەقەبارەی جانتایەکی دەست زیاتر نیە لێرەدا ئەو نمونە هەوایە لەناو شیتەڵ کەرێکی گازیدا شیتەڵ دەکرێت تەکنیکی جیاکردنەوەکە (شیتەڵ کردنەکە) پێك هاتووە لە دەرچەیەك گەیەنراو بەبۆرییەکی شوشەی درێژ نمونە هەواکە بەناو سەلکەکەدا تێپەڕدەکرێت بۆناو

بۆرییەکەو تێکەڵ بەنایترۆجین دەکرێت وەلەئاستێکی دیاریکراودا بۆرییەکە پڕدەبێت لەماددەیەکی ڕەق و بەئارامی دەمێنێتەوە، کەپێی دەوترێت مانەوەی کاتی دوای ئەوبارە گەردەکانی تێکەڵەکە یەک لەدوای یەک بەگوێرەی جیاوازی چڕی لەبۆرییەکەوە بەخێرایی دینە دەرەوە بەهۆی کاشفێکەوە کەدەست نیشانی یەکەیەکە ئەو ماددانە دەکات بەگوێرەی جیاوازی خێرایی هاتنە دەرەوەیان لەسەر شاشەیەکی ئەلیکترۆنی دەردەکەوێت ئەگەر نموونەکە ماددەی تەقەمەنی تێدابێت ڕاستەوخۆ نامەیەکی ترسناک لەسەر شاشەکە دەردەکەوێت.



دەتوانرێت بەستێنەری بۆنکەر بەکاربهێنرێت بۆ دۆزینەوەی هێرۆوین کۆکایین، و ئەو بەرهەمە کشتووکاڵیانەی کەلەدەرەوە بەرێگەیەکی قاچاخ ئێستا هەوڵی ئەوە دەدرێت کەئامێرێك دروست بکرێت کەتوانای بینینی هەبێت وەشتی شاراوەش ڕاستەوخۆ بەدی بکات هەنگاوی زۆر گرنگ دەنرێت لەم بوارەدا کەپێی دەوترێت بینینی دەستکرد. بەهۆی لەیزەرەوە دەتوانرێت هەرسێ قوواڵیی هەرتەنێك ببنیرێت ئەگەر تیشکی لەیزەری بەرکەوێت بەهۆ بینی سێ‌ڵاوە دەتوانرێت دووری لەنێوان بەربەستێکوو سەرچاوەی لەیزەرەکە دیاریبکرێت وەلەناو کۆمپیوتەردا خەزن بکرێت ئەمەش بەگونجاندنی کاتی نێوان بینینی بەربەستەکەو ئاڕاستەکردنی لەیزەرەکەدا دەکرێت کاتێك بەربەستەکە (هدف) بەر تیشکی لەیزەرەکە دەکەوێت، هەندێك لەوتیشکە بەخێرایی ڕوناکی دەگەڕێنەوە بۆئامێرێکی کەشف کردن، ئامێرەکەش شێوەو قوواڵی ئەوبەربەستە تۆمارەکات و ئەو زانیاریانە دەنێرێت بۆ ئێستگەی وێنەگرتن بۆگرتنی وێنەی قەبارەیی بەربەستەکە.

ئێستا دەتوانرێت وێنەیەکی سێ لا لەڕێگەی کۆمپیوتەرەوە بنێرێت بۆمانگە دەست کردەکان، و بەهۆی ئامێرێکی تایبەتی وێنەکێشانەوە دوبارە وێنەکەی دەکێشرێتەوە دەتوانرێت ئەم ئامێرە بکرێت بەدەستی ڕۆبۆتێکەوە بە هۆی کۆمپیوتەرێکەوە ڕۆبۆتەکە دەتوانرێت نیشانەکە دەست نیشان بکاتوو بەدوایدا بگەڕێت ئەم تەکنیکە دەتوانرێت لەزۆر شتی تردا بەکاربهێنرێت.

بەم زوانە ربۆتێك دەنێرین بۆمەریخ بۆ گەشف کردن.

گوێزانەوەی زانیاریەکان لەئێستگەیەکی چاودێری کردنەوە لەسەر زەوی بۆ ئەو ڕۆبۆتە لەسەر مەریخ سست دەبێت لەئەنجامی دوری لەنێوان زەویو مەریخەوە بەڵام ئەم جۆرە ڕۆبۆتە خۆبەخۆی خۆی ئیش دەکات لەدەرەوەی گۆی زەوی بەهۆی بینینی دەستکردەوە و بەکاتێکی کەم و هەروەها بەهۆی پێش کەوتنی زانستی ئەلیکترۆنەوە.

لەپاشەڕۆژدا ئامێرێك لەسەر سەردا دادەنرێت دوو شاشەی بچوکی پێوە دەبێت و بەهۆی بەرنامەی کۆمپیوتەری سێ ڕێگەوە و لەبەرکردنی بەرگێکی تایبەتی دەتوانرێت هەستی تەواو بەو شتە ترسناکانە بکرێت کەلەژێر زەویدا هەیە و هەروەها دەتوانین بچینە قوواڵیی ئەم گەردونەوە و ئەمەش بەشێکە لەخەوی داهاتوومان.

ئیڤان پتروڤیتش پاڤلوڤ ...

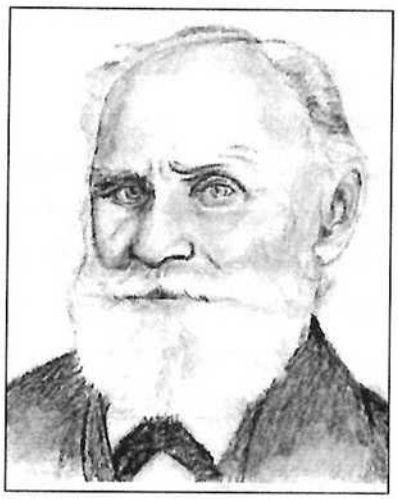
1936–1849

Pavlov, Ivan Petrovich

نوسینی: ڕۆشنا ئەحمەد

بەشی یەکەم:

لەدوا ساڵەکانی سەدەی نۆزدەدا، دەروونزانی وەک زانستێکی سەربەخۆ جێگەی خۆی لەنێو زانستەکانی دیکەدا دەکردەوەو زاناکان سەرقاڵی تۆژاندن بوون لەتیۆرو چەمکەکانی ئەگەرچی فسیۆلۆژیای مێشک لەوکاتەدا وەک تەنگژەیەک بەدەرکەوت کە توانای چارەسەر کردنی نەبێت. زاناکان هەوڵێکی زۆریان خستەگەڕ لەپێناو بڕواهێنان بەوەی مێشک ئەندامێکە یان کۆئەندامێکی ئەقڵی مرۆییە، بەڵام زانست تا ئەو دەمەش لەبەردەم دیاریکردنی ئەو ڕێگایەی کە مێشک کاری پێدەکات، تەواو دەستەوەستان بوو و ، ڕاستی و یاسا تایبەتیەکانی ڕێگەی کارکردنی مێشک بە نەزانراوی مابۆوە، تۆژەرو زاناکان لەو بڕوایەدا بوون کە هیچ میتۆدێك بواریان پێنادات بچنە ناو کەللەی سەرەوە و لە نهێنی و چۆنیەتی ئەرك و کاری مێشك شارەزابن. ئەوکاتە دەروونزانی زانستێك بوو کە تازە دروست بوو بوو، دوور بوو لەوەرگرتنی تیۆرییەکانی مێشک وەک بنەڕەتێك لە تۆژینەوەکانیدا.



گەورە دەروناسی ئەمریکی (ولیەم جێمس)[1] ساڵی (1885) کتێبێکی دەربارەی دەروونزانی نووسی و تیایدا نکۆڵی لە بوونی ڕۆح کردو جەختی لەوە

کـــردەوە کـــە مێشـــک بریتییـــە لەشـــەندامی بیرکردنـــەوە، لەتێۆرییەکەیدا دەست بەشیکردنەوەی (دەرگای پێشەوە) و (دەرگای پشتەوە) ی مێشک دەکات، بـــەرای ئـــەو دەرگـــای پێشەوەی شلەیەکی جولاّو (هەلقولیو) ەو هیچ جیاوازییەکی لەگەلّ ئەو ئاگاییـــەدا نییە کەلەپڕێ هەستەوەرەکانەوە دێـــن، بەلاّم ڕەمەکە (غـــەریزە) خۆڕسکەکان و هـــەڵچوون و زۆربـــەی خوونەریتـــەکان کەتووتەتـــە دەرگـــای پشـــتەوەی مێشـــک (مەبەستی لەڕەمەکی مۆلکدارێتی تایبـــەت بەچینی بۆرژوایە، هـــەروەها ڕەمەکـــەکانی شـــەڕانگێزی و کوشـــتاری ..) - دەروونزانی بەو شێوەیەی ولیـــەم جیمســـی خستـــەڕوو بـــووە بەردی بناغـــەی ئایدۆلۆژیـــەتی بـــۆرژوازی، چونکـــە نیشـــانەی ئەقڵی و بۆماوەییەکان لەسەر بنەڕەتی ڕەگەزو جۆرو نەتەوە شیدەکاتەوە، تەنانەت بەپێی ئـــەم تیۆرییـــە دەتوانین بڵێین: هەموو پیاوێکی سپی پێست یان هـــەموو پیـــاوێکی ئەمریکی، پلەی مێشکیان باڵاترە لە چاو پیاوانی ڕەش پێست و چینی کرێکاران، کە پلەی مێشکی ئەمان نزمترە !

بەمجۆرە دەروونزانی لەگەلّ دروست بوونی ئیمپریالیزمدا دروست بوو پەرەی سەند، تـــاوەکو پـــەنجا ســـاڵی دواتریـــش لەسەدەی بیستدا، دەروونزانی ڕۆڵێکی مـــەزنی لـــەبوونیادی ئایدۆلۆژییـــەتی ئیمپریـــالیزمی ئـــەمریکیدا گـــێڕا، ئەگـــەرچی زانســـت توانـــای شـــیکردنەوەی گـــرێو نهێنیـــەکانی مێشکی نەبوو.

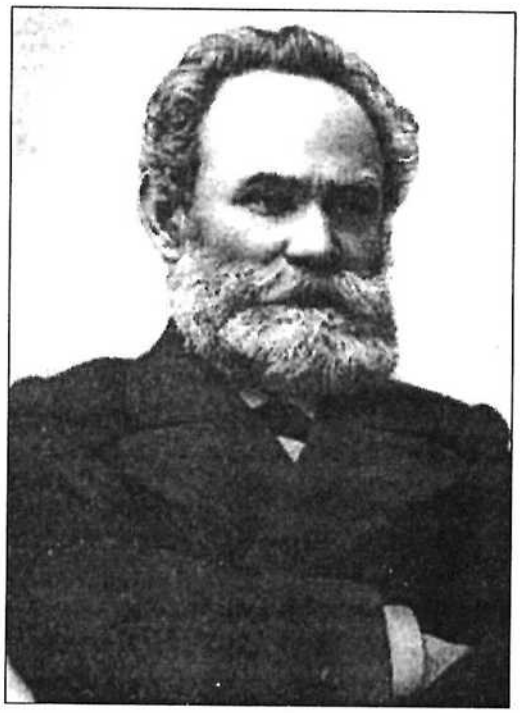
پـــاڤلۆڤ لـــەنێو ئـــەم بارودۆخـــەدا و لـــەپێناو کردنـــەوەی گرێیـــەکان ڕێگەیـــەکی درێـــژی بـــڕیو بێووچـــان لەگـــەڕان و تاقیکردنـــەوەو تۆژینـــەوەدا ســـەرقاڵ بـــوو و دواتـــر گەیشـــتە ئاکامە بەپێزو مەزنەکان. بەوەش زانست لەبەردەم مێشـــکدا بەدەستە وەستانی نەمایەوە، بەڵکو بووە خاوەنی تیـــۆری و میتۆدو کۆمەڵێک ڕاستی و یاسا، کەبواری چوونە پێشیاندا بۆ تێگەیشتن لـــە ئـــاڵۆزترو باشـــتر شـــارەزابوون. بەدەرکـــەوتنی تیۆرییـــەکانی پـــاڤلۆڤ، زانســـت تـــەنگژەی فســـیۆلۆژیای پرۆسەکانی کۆنـــەندامی دەمـــاری بـــاڵ (دەمـــاخ)ی تێپـــەڕاند و دەروونزانی و نـــۆژداری ئەقڵیش پێکـــەوە لـــەکۆت و بـــەندەکان دەربازبوون و ڕێگەیەکی پڕوون و جێگیرو چەسپاویان بینییـــەوە تاوەکو ببنە زانستێکی تەواو.

"کۆڵنەدان و پابەندی"

پـــاڤلۆڤ، زانـــای سروشـــتی پرۆســـیو دامەزرێنـــەری تۆژینەوەی ئـــەزموونی بابـــەتی لـــەچالاکی دەمـــاریی بـــاڵا لای مـــرۆڤ و ئـــاژەڵ و هـــەروەها قوتـــابی (ســـیخنۆڤ)2 ی بـــاوکی فســـیۆلۆژیای ڕوســـی، لـــە (1849/8/19)دا لەدێیـــەکی ڕوســـیا کـــەپێیان دەوت (ڕیـــازان) لـــەدایک بـــووە، بـــاوکی قەشـــەیەکی ســـادەی هـــەژاربوو، بـــۆ دابـــین کردنـــی پژێـــوی ژیـــان لـــەپاڵ قەشێتیەکەیدا کاری کشتوکاڵی و دارتاشی دەکرد و بـــەردەوام تێکەڵی نێوەندە ڕۆشنبیرییەکان دەبوو. پاڤلۆڤ لە باوکییـــەوە فێری خۆشەویستی زانین بوو، لەخێزانەکەشیـــەوە خەسڵەتی میهرەبانی و هـــەوڵو کۆششی وەرگرت، لـــە تەمەنی پێنج تـــا حـــەوت ســـاڵیدا لەســـەر دەستی ژنێکی بەتەمەن فێری ئەلف و بێکـــان بـــوو، ئەگـــەرچی لـــەو ماوەیـــەی تەمـــەنیدا بـــەهۆی کەوتنەخوارەوەی لەجێگەیەکی بەرزەوە لاوازو نەخۆش بوو و تـــا یـــازدە ســـاڵی لـــە خوێنـــدن بێبـــەش بـــوو، بـــە هـــۆی لاوازییەکەشیـــەوە زۆرجار دوچاری لێـــدان دەبـــۆوە لەلایـــەن منداڵانی لادێیەکانەوە، ئەمەش ڕۆحی بەئەنجامدانی ڕاهێنانو مەشقە وەرزشییەکانی لـە دەروونـدا چەسپاند کـــە تاکۆتـــایی تەمەنی دەستبەرداری وەرزش کردن نەبوو. لـە تەمەنی یـازدە ساڵییەوە دەست بەخوێندن دەکات و لـە قۆناغی ئامادەییدا وانـــەکانی زانســـتی لۆژیـــکو ژیربێـــژی و فەلســـەفەو پرەنسیبەکانی مەســـیحیەت دەخوێنێـــت، دواتـــر دەچێتـــە زانکـــۆی (سان بترسبورگ-لینینگـــراد) و دوو ســـێ ســـاڵ لـــە سەردەستی (سیخنۆڤ) وانـە سروشتیەکان دەخوێنێت، ئـەم مامۆستایە نموونەی باڵاو ڕێبـــەری زانست و هـــەوێنی بـــیرو ڕێبازی پاڤلۆڤ بوو، ئەگەرچی ڕژێمی قەیسەری ئەوکاتـــەی ڕوسیا ئـەم مامۆستایەیان لەوانـە ووتنـەوە دوور خستـەوە و خەمو پەژارەیان لەدڵی پاڤلۆڤدا دروست کرد، بەلاّم پاڤلۆڤ گـەرمتر و بـەگوڕتر درێـژەی بـە خوێنـدن تۆژینـەوەکانیدا، تـــاوەکو ســـاڵی (1925) بـــووە مامۆســـتای ئـــەکادیمیای سەربازی، دواتـر بـووە ئـەندامی ئـەکادیمیای زانستـەکانو پـەرەی بەزانیاریـیەکانی (سـیخنۆڤ) دا دەربـارەی سروشـتی پەرچەکرداری چالاکی ئەقڵی، ئـەویش لـەڕێی بـەکارهێنانی میتۆدی پەرچەکرداری مەرجدارو نامەرجدارەوە3.

پاڤلۆڤ کەسێکی زۆر پابەند و ڕێـک و تـەواوبوو لەئەرک و کارەکـانیدا، بەڕادەیـەک هاوەڵـەکانی دەیـانتوانی بـەپێی

گەیشتنی پاڤلۆڤ بۆ تاقیگەکەی (کە کاتژمێر نۆی سەر لەبەیانی هەموو پۆژێکی ئامادەی دەبوو، دەست بکەن بە ڕێکخستنی کاتژمێرەکانی دەستیان ! ئیدی سەرەڕای ترس و گرژی بارودۆخەکان، لەشەڕو پێکدادانی شۆڕشگێڕان و دوژمنەکانیان لە (1914–1917) بەرەودواش و سەرەڕای سەختی کەش و هەوای ڕوسیا، لەگەڵ ئەوەشدا بەدرێژایی ژیانی کەسێکی بەسۆزو دڵ پڕلە بەزەیی بوو، لەنێو هەموو تۆژینەوەکانیدا هەست و سۆزێکی گەرم و بنەڕەتی لەناخیدا هەڵدەقوڵی و هانی دەدا لەکارو پەرەسەندنی نوژداریدا و لەڕووی تیۆری و جێبەجێ کردنیەوە بەشداری بکات، تاوەکو بتوانێت کەمێک لەو ئازارو ئەشکەنجانە کەمبکاتەوە کە مرۆڤ بەدەستیەوە دەنالێنێت. کارو ماندوو بوونەکانی بەئەمەک و بەئامانەتەوە بەئەنجام دەداو دەیخستنەڕوو، بەڕاشکاوی ڕەخنەی لەخۆی و لەکەسانی دیکە دەگرت، لەم بارەیەوە دەڵێت: (گەورەیی تۆژەر ئەوە نییە کە لە توانایدا بێت دوچاری هەڵە نەبێت، بەڵکو لەوەدایە کە ئامادەبێت دان بەو هەڵەیەدا بنێت و هەوڵی چاککردنەوەو ڕاست کردنەوەی بدات).



یەکێک لە خەسڵەتە دیارەکانی پاڤلۆڤ بریتی بوو لەوەی توانایەکی سەیرو لەبن نەهاتووی هەبوو لەبەردەم بوون و درێژەدان بەکارەکانی، بەڕادەیەک زیاتر لە (65) ساڵی تەمەنی خۆی، هەر پاش تەواوکردنی خوێندنی زانکۆیی لە (1875)ەوە تاوەکو مردنی لە سەرەتای (1936) تەرخان کرد بۆ تۆژینەوەی تاقیگەیی ڕێک و بەردەوام و بۆ خوێندنەوەو وانە ووتنەوەو بەشداری کردنی لەکۆنگرە زانستییە ناوخۆیی و جیهانیەکان و بلاوکردنەوەی بۆچوون و تۆژینەوەکانی. لەنێو کۆنگرە جیهانیەکاندا ڕێزو پێگەی تایبەتی خۆی هەبوو و لەزۆربەی وولاتە سەرمایەدارە پێشکەوتووەکانەوە داوایان لێدەکرد لە زانکۆکانیاندا وانە بڵێتەوە، ئەویش بەدەنگ بانگەوازەکەیانەوە دەچوو و بەشێوەیەکی کاتی وانەی لە ژمارەیەکی زانکۆ بەناوبانگەکاندا ووتەوە، لەساڵی (1904) دا خەڵاتی نۆبڵی، لە فسیۆلۆژیادا پێبەخشرا، کە پێی بووە یەکەم زانای فسیۆلۆژی و یەکەم زانا و تۆژەری ڕوسی ئەو خەڵاتە وەربگرێت.

پاڤلۆڤ جەنگی زانستی دژبە هەردوو قوتابخانەی جشتالیتی وڕەفتارگەرایی بەرپاکردو بە درێژایی ژیانی بەمیتۆدە زانستیەکەیەوە پابەندبوو بۆ دۆزینەوەی ڕاستی و نهێنیەکان لەڕێی ئەزموونی تاقیگەییەوە، لەوەشدا لێکدانەوەیەکی زانستی بۆ ڕەفتارەکان پێشکەش کرد. توانی بەمیتۆدی پەرچەکردارە مەرجدارەکانەوە یاساو میکانیزمە بنەڕەتیەکانی چالاکی مێشک بدۆزێتەوە. تۆژینەوەکانی لە فسیۆلۆژی پرۆسەی هەرس کردندا بووە هۆی ئەو بیرۆکەیەی پاڤلۆڤ کە دەڵێت: (دەکرێت میتۆدی پەرچەکردارە مەرجدارەکان لە تۆژینەوەی ڕەفتارو چالاکی ئەقڵی ئاژەڵان و لە چۆنیەتییاندا بەکاربهێنرێت)، یان لەبارەی دیاردەی (دەردانی لیک) لەڕووی دەروونیەوە و، دۆزینەوەو ڕونکردنەوەی زانیاریەکانی دەربارەی دوو سستمی ئاماژەیی4 ، کەتۆژینەوە ئەزموونییەکانی بوونە بنەڕەتێک بۆئەو ئاکامانەی پێیگەیشت لەبارەی ئەرکی (وەزیفەی) ئاماژەیی دەروونیی و چالاکییەکانی.

بایەخی تیۆرییەکانی پاڤلۆڤ لەچالاکی پەرچەکرداری مێشکدا دەکەوێتە نێو شیکردنەوەی چەندین دیاردەی دەروونیی و سوودێکی زۆری بەنوژداری دەروونیی و ئەقڵی گەیاند. بەبڕوای پاڤلۆڤ: (دەروونزانی و نوژداری ئەقڵی نابنە دوو زانستی تەواو، ئەگەر بەهەموو هێزێکەوە بەفسیۆلۆژیاو

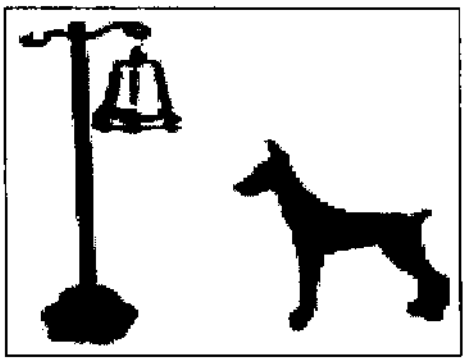
فسیۆلۆژیای نەخۆشییەکانی چالاکی دەماریی بالأوە نەبەستێتەوە، کەدواتر لە هەردووکیانەوە خاڵی دەرچوونی خۆیان دەست نیشان دەکەن) دەروونزانی لای پاڤلۆڤ بریتییە لە دیاریکردنی دیمەنی جۆرییەتی دیاردە دەروونییەکانو پاشان دیاریکردنی بواری تۆژینەوە لێی بۆ دۆزینەوەی یاسای جۆرێتی ئەم دیاردانە، ئەو لە تۆژینەوەی دەروونیدا پشتی بە یاساو فسیۆلۆژییەکانی کۆنەندامی دەمار دەبەست، گوتنی ئەوەی (هیچ چالاکییەکی دەروونی بەبێ چالاکی دەماریی نابێت) لای پاڤلۆڤ، مانای ئەوە نییە کەچالاکی دەروونی هەمان چالاکی دەماریییە، بەڵکو هەردووکیان دوو ڕووی جیاوازی چالاکییەکن کە لەیەک چاوگەو بنەڕەتی ماددییەوە لەقۆناغی پەرەسەندنی چۆنیەتی تایبەتدا دەردەچن.

تیۆرییەکەی دەربارەی چالاکی پەرچەکردار خاڵی دەستپێکی پاڤلۆڤ بوو لەم ڕێگەیەدا، چونکە چالاکی پەرچەکرداری تۆپکڵی مێشک بریتییە لەو چالاکییە دەماریییەی کە یاسا فسیۆلۆژییەکانی دینامیکای (چالاک) دەمارەکان دیاری دەکەن، کەلە هەردوو پرۆسەی (ووژاندنو چەپاندن (وەستان)5 دا خۆی دەنوێنێتو لەگەڵ ئەو خاسیەتانەی هەیانە وەک بلاوبوونەوەو چڕبوونەوەو کاریگەری ئالوگۆڕپیاندا دەردەکەوێت، لەلایەکی دیکەوە بریتییە لەو چالاکییە ئەقڵییەی کە ڕووی درکپێکردنو تێبینیکردن و بیرهاتنەوەو بیرکردنەوەو ئەندێشەکردنەوە خۆی نیشان دەدات. ئەمەش مانای ئەوەیە؛ ئەگەر فسیۆلۆژیا لەچالاکی دەماریی بالأ (دەماخ) بتۆژێتەوە، بەو پێیەی کە کۆمەڵێک ووریاکەرەوەنو کاردەکەنە سەر مێشکو کۆنەندامی شیکردنەوەی هەستیی، ئەوا دەروونزانی لەم ووریاکەرەوانە دەتۆژێتەوە، بەو پێیەی بابەتی مەعریفەو هەڵسوکەوتو ڕەفتارن مرۆڤ لەگەڵیاندا کارلێک دەکات، لەوەدا کە (خود)یکە.

تیۆریو زانیارییەکانی پاڤلۆڤ بوونە سەرەتاو بنەڕەتێک لە تۆژینەوەی دەروونیدا، و لەلایەن چەندین زانای دەروونی ژمارەیەکی زۆری وولاتانەوە گرنگیان پێدەدرێت، بەتایبەتی لەوڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا و بەزۆری لەلایەن (دکتۆر هورسلی هانیت) لە زانکۆی (هۆبکنز). ئەگەرچی هەندێک زانای دیکە زیاتر پشت بە تیۆرییەکانی (فرۆید)6 دەبەستن. پێمان باشە لێرەدا ئاماژە بۆ ووتەیەکی پاڤلۆڤ بکەین دەربارەی فرۆید، لەوەدا کە دەڵێت: (کاتێک بیر لەفرۆید و لە خۆشمان (ئیمەی زانایانی فسیۆلۆژیا) دەکەمەوە، لەمێشکمدا وێنای دوو گروپ دەکەم کە دەستیان کردوە بە بڕینی تونێلێک بەرەو لوتکەی چیا تا بگەنە پووناکی، واتە تێگەیشتن لەئەقڵی مرۆیی، دەبینم فرۆید ڕێگەکەی بەرەو خوارەوە گرتووە و بەرەوژێر تونێلەکە لێدەدات، تاوەکو خۆی لە وێڵگەی (نا ئاگاییدا) داپۆشی، بەڵام ئێمە ڕێگەمان بەرەو پووناکی سەرکەوتووەو ڕۆژێک لە ڕۆژان کارەکەمان بەئاکام دەگەیەنینو دەگەینە هەوای بەرفراوانو پووناکی، بەبڕواوە ئەمە دەکەین، چونکە ئێمە لەسەر ڕێگەیەکی ڕاستین، لەبەرئەوەی بەتۆژینەوە لەپەیوەندی نێوان تونێکڵی مێشکو ئەوەی لەژێر تونێکڵەکەدایە توانای داینێ دەربخەین چۆن پرۆسە دەماریییە ئاگایی و ژێر ئاگاییەکان دروست بوونو پەرەیان سەندوە، هەروەها بەباوەڕەوە دیاردەکانی پەیوەندی و کاریگەری نێوان ناوچەکانی پەردەی مێشکمان دەرخستووە و زانیمان کە چۆن حاڵەتەکانی دەماریی دوبارە بخوڵقێنینەوە، ئێمە تۆژینەوەی کلینیکیو فسیۆلۆژیامان پێکەوە بەستووە، بەڵام فرۆید تەنها لەڕێی مەزنە کردنەوە دەیەوێت حاڵەتە ناوەکییەکانی مرۆڤ بزانێت ..)

زانیارییەکانی پاڤلۆڤ دەروونزانیو نوژداری دەروونی و ئەقڵی خستە بەردەم سەرەتای ڕێگەیەکی نوێو بەرەو ڕاستی زانستە تەواوەکان پێشیخست. ئەمڕۆ لایەنگرانی لەبوارە زانستیو دەزگا زانستییەکاندا زۆرە، چونکە میتۆدەکەی پێشکەوتنێکی بەرچەستەکراوی هێنایەدی، لەڕووی تیۆری و جێبەجێکردنەکانی زانستی فسیۆلۆژیا نوژداری دەروونی و نوژداری ئەقڵی و هەروەها دەرمانی نوژداری و کیمیایی و زیندەیی و تێکەڵ کردنی ڕەگەزیو ڕاهێنانی ڕاژەڵان و پەروەردەی جەستەییو خزمەتگوزارییە کۆمەڵایەتییەکان. ئەمڕۆ تیۆرییەکانی پاڤلۆڤ قوتابخانەیەکنو بە بنەڕەتێکی نامرازەکانی سیبرنیتیکی پەرەسەندو دادەنرێت، تاوەکو بەهۆیەوە لاسایی لایەنە تاکگەراییەکانی چالاکی ئەقڵی

بکاتەوە. نووسراوە سەرەکیەکانی پاڤلۆڤ بریتین لە: (بیست ساڵ لە تۆژینەوەی بابەتی دەربارەی چالاکی دەماریی بالآ- رەفتار- لای ئاژەلآن -- 1920) و (چەند وانەیەک لەکاری دوو نیوەکرۆکی گەورەی مێشک - 1927). کەبەهۆی تۆژینەوەی بڵووچان و بەردەوام سەرقاڵییەوە زۆر درەنگ بەرهەمەکانی بلاوەدەکردەوە، تەنانەت یەکەم نووسراوەکەی لەژێر هەڕەشەی یەکێک لە قوتابیەکانی بلاوکردەوە، چونکە پێی راگەیاندبوو، ئەگەر بلاوی نەکاتەوە، ئەوا ئەو بەو شێوەیەی لە پاڤلۆڤی بیستووە بلاوی دەکاتەوە !



"قۆناغەکانی تۆژینەوە"

تۆژینەوە فسیۆلۆژییەکانی پاڤلۆڤ ئەگەرچی پەیوەندییان بەیەکترەوە هەیە، بەڵام دەتوانین بڵێین بەشێوەیەکی گشتی بەسەر سێ قۆناغدا دابەش دەبن کەلێرەدا بەکورتی باسیان دەکەین:-

یەکەم .. قۆناغی تاقیکردنەوەی سەربەخۆ دەربارەی سوپی خوێن لەساڵی (1878)دا سەرقاڵی بوو، ئەم تۆژینەوەیەی دوولایەنی هەیە، یەکەمیان بەندە بەڕێکخستنی دەماریی پەستانی خوێن، دووەمیان بەندە بەچالاکی دڵەوە. پاڤلۆڤ لەم قۆناغەدا زانین و تۆژینەوەی گرنگی خستە پوو، سەبارەت بە دەمارەکانی دەردانی پەنکریاس و پۆڵی ناوەندە دەمار - Central neurvous لەسوپی خوێندا، کەبابەتی تێزەکەی بوو لە وەرگرتنی پلەی دکتۆراکەی، بەناونیشانی (دەمار بزوێنەرەکانی دڵ) ، یەکێک لە پرەنسیپە گشتییەکانی ئەم تۆژینەوەیە ئەوەیە: مێشک چالاکییە زیندەییەکانی ناوخۆ (هەناوییەکان) و دەرەکیەکان ڕێکدەخات، واتە مێشک هێزی ڕێکخەری ژینگەی ناوخۆیە و ئەرکەکەی بریتییە لە هێنانەدی و پاراستنی حاڵەتێک لە هاوسەنگی دینامی لەناو لەشدا، بەم پرەنسیپەش دەووترێت (ڕێکخستنی دەماریی ڕەفتارو هەڵسوکەوت).

دووەم .. فسیۆلۆژیای هەرس کردن، تۆژینەوە لە ڕژێنی لیک بەلایەن پاڤلۆڤەوە تەنها پەنجەرەیەک بوو کە دەڕوانێتە ئەوەی لە مێشکدا ڕوو دەدات. لەڕێی تۆژینەوە لە چالاکی لیک، پاڤلۆڤ لەئەرکی دووئیوە کرۆکی مێشک بەگشتی و لە تۆڕکلی مێشک بەتایبەتی تۆژییەوە، ئەوەی زانایانی فسیۆلۆژی و دەروونی پێ دەڵێن : دەردانی سایکۆلۆژی) لیک لای ئاژەڵی بالآ یان مرۆڤ، چ بەبینین یان بۆنکردنی خواردن، یان بەوەی پاڤلۆڤ پێی دەڵێت: ڕێگەی پەرچەکردارە مەرجدارەکان - Conditioned Reflexes وە دۆزینەوەی بنەڕەتی فسیۆلۆژی ئەو دەردانەش (سایکۆلۆژی)یە.

ئەو پەیوەستیە کاتییەی بوونەوەری زیندوو بە بەدەوروبەرەوە دەبەستێتەوە جیاوازە لەو پەیوەستییە هەمیشەییەی کەلە شێوەی پەرچەکردای خۆڕسکدا دەردەکەوێت، پەیوەستی کاتی میکانیزمی بنەڕەتی دیاردە دەروونیەکان پێکدەهێنێت. پاڤلۆڤ دەڵێت: باشتر وایە پێی بڵێین پەرچەکردارەکان، چونکە پەرچەکردار بریتییە لەمیکانیزمی پەیوەستییەکی دیاریکراو کەلەڕێگەی کۆئەندامی دەمارەوە دروست دەبێتو و دیاردەکانی جیهان دەرەکی پێکەوە دەبەستێتو لەلایەن جەستەوە بەدیاریکراوی دەیگەڕێنێتەوە. پاشان هەردوو میکانیزمی دەماریی فسیۆلۆژیو دەروونی بریتین لە پەرچەکردارەکان، ئەگەرچی جیاوازی نێوانیان ئەوەیە: پەرچەکردار گەڕاندنەوەیە (بزوێنەری دەرکی تیایدا بۆ پرۆسەیەکی دەماریی دەگۆڕێت و بەڕێگەیەکی بازنەیی دەگوازرێتەوە)، لە کۆتاییە ڕووکەشەکانی دەماری هاتوو دەست پێدەکاتو لەڕێی ڕیشاڵەکانەوە دەچێتە ناوەندە دەمارەوە وپاشان لەڕێی دەماری دەرچووەوە دەگەڕێتەوە تا دەگاتە ئەو ئەندامەی پەیوەندی بە بزوێنەرەکەوە هەیەو چالاکی دەکات. ئەگەرچی پەرچەکردارە دەروونیەکان، بەپێچەوانەوە و بەگوێرەی چەندین مەرج ڕووبەڕووی گۆڕان و وەستان دەبنەوە، میکانیزمی دەروونی پەرچەکرداری مەرجدارە، بەڵام میکانیزمی فسیۆلۆژی پەرچەکرداری نامەرجدار - unconditioned Reflex یەکەمیان کاتییەو لەماوەی ژیانی بوونەوەری زیندوودا چەندین جار

PAVLOV & HIS DOG WERE NEVER POPULAR AT DINNER PARTIES

وەردەگیرێت. بەڵام دووەمیان خۆڕسکانەیە و بەشی تەواوکەری ئامادەگی فسیۆلۆژییە بۆ گشت جۆرەکە. بەپێی شیکردنەوەی پاڤلۆف لە پەرچەکرداری نامەرجداردا دەبینین خەسڵەتە جەوهەرییەکان ڕۆڵی بزوێنەر دەبینن وەکو خەسڵەتە سروشتیەکان یان کیمیاییەکان کە پەیوەندییەکی ڕاستەوخۆیان بە ڕۆڵی فسیۆلۆژی لیکەوە هەیە. بەڵام لەپەرچەکردارە مەرجدارەکاندا، خەسڵەتە لاوەکییەکانی ماوەکان ڕۆڵی بزوێنەر دەبینن وەک ڕەنگ و شێوە و بۆن و دەنگ کە هیچ پەیوەندییەکی ڕاستەخۆی بە ڕۆڵی فسیۆلۆژی لیکەوە نیە.

لێکۆڵینەوەکەی لەم بارەیەوە بووە هۆی پەیدابوونی ئەو بۆچوونەی کە دەڵێت:

دەتوانرێت بەرنامەی پەرچەکرداری مەرجدار بۆ تۆژینەوە لە ڕەوشت و چالاکی هۆشەکی ئاژەڵان بەکاربهێنرێت.

بێگومان گەورەترین دیاردە کە پاڤلۆف دۆزییەوە بریتییە لەم پەرچەکردارە مەرجدارە، بەوپێیەی کلیلی زانینی دیاردە دەروونییەکانە. پەرچەکرداری ئەرکی مێشک لای هەندێک لەزانا فسیۆلۆژییەکانی پێش خۆی ناسرابوو، لەسەرویانەوە (سیخنۆف) ی مامۆستاکەی، بەڵام لەچوارچێوەی تیۆریدا بوو نەک ئەزموونی، بەپای پاڤلۆف ئەم تیۆرییە پێویستی بە سەلماندنێکی تاقیگەیی هەبوو، لەبەرئەوەش قۆناغی تۆژینەوەی تاقیگەیی لێهەڵکرد.

سێیەم .. قۆناغی تۆژینەوە لە چالاکی دەماریی بالاْ - دەماخ، وەک چۆن تۆژینەوەکانی پاڤلۆف لە فسیۆلۆژیای سوپڕی خوێنو کۆئەندامی هەرسدا بەرەسەن و نایاب ناسرا، هەرئاواش تۆژینەوەکانی دواتری بە داهێنانێکی شێوازێکی نوێی تۆژینەوە لەقەڵەم درا، تۆژینەوەی لەچالاکی دەماریی بالاْ لەسەرەتاکانی سەدەی بیستدا دەستی پێکرد، لەبارەی لێکۆڵینەوە لە فسیۆلۆژیای مێشک و تیۆری دەماریی بالاْ، ئەمەش هەنگاوێکی مەزنە لە زانینی نهێنییەکان و کردنەوەی گرێیەکان، چونکە لەئاستێکی پەرەسەندنایە، چ لەڕووی بایۆلۆژییەوە یان لەڕووی کۆمەڵایەتییەوە. پاڤلۆف لەڕێی تاقیکردنەوە تاقیگەییکانیەوە بۆیەکەمجار لەمێژووی زانستدا سەلماندی؛ کە دوو نیوە کرۆکی مێشک ئەو ئەندامە چالاکییە دەماریە بالاْیەیە کە ئەرکە بنەڕەتییە بایۆلۆژیو کۆمەڵایەتیەکەی بریتین لە بەئەنجامدانی گونجاندنی لەگەڵ نێوەندی دەوربەردا، هەروەها سەلماندی: ئەو چالاکییە دەماریە بالاْیەی تویکڵی مێشک پێی هەڵدەستێت بریتییە لە ڕێکخستنی ژینگەی ناوەوەی مرۆڤ لەگەڵ ژینگەی دەرەوەیدا، یان ڕێکخستنی ئەندامەکانی ناوەوەی لەشو دواتر ڕێکخستنی پەیوەندییەکانی بەو ژینگە دەرەکییەی تیایدا دەژی.

سیاسەت و پەوشتی نوێی دانیشتوان

نوسینی: دکتۆر ئەحمەد ئەبو زەید

سەرەڕای ئەوەی هەموو بەڵگەکان ئاماژە بۆ نزم بوونەوەی ڕێژەی منداڵبوون لەم جیهانە پێشکەوتووەدا دەکەن، بەڕادەیەك کە گەشەی دانیشتوان لە هەندێك وڵاتدا لە پلەی سفرە تێناپەڕێت، کەچی ڕێژەی پیتاندن لە جیهانی سێیەمدا هێشتا لە بەرزبوونەوەدایە ! بێگومان ئەم ڕێژەیەش پسپۆر و تۆژەرانی دانیشتوانزانی نیگەران کردووە.

ئەو کاریگەرییە خراپانەی بەهۆی زۆربوونی ژمارەی لەدایك بووانەوە لە جیهانی سێیەمدا پەیدا دەبێت، دەبێتەهۆی کەمبوونەوەی بەروبومە سروشتیەکانی سەر گۆی زەوی و تێکچوونی هاوسەنگی لەنێوان مرۆڤ و ژینگەدا. هەندێك لە ئامارەکان دەریدەخەن کە ژمارەی دانیشتوانی جیهان بەدرێژایی ساڵ، لەهەر هەفتەیەکدا نزیکەی (یەك ملیۆن و نیو) کەس زیاد دەکات،واتە لە ساڵێکدا (90) ملیۆن دانیشتوانی نوێ زیاد دەکات، ئەم ژمارەیە سێئەوەندەی دانیشتوانی کەندایە ! مانای ئەوەیە دانیشتوانی جیهان بەرەو (6) بلیۆن کەس زیاد دەکات و ئەم ژمارەیەش نێستا تۆمارکراوە و بۆ ساڵی (2025) دەگاتە (9) بلیۆن کەس.

ڕێژەی زیادبوونی دانیشتوانی جیهان لەنێوان ساڵانی (1900–1960) نزیکەی (1398) ملیۆن کەس زیادی کرد، بەڵام لەنێوان ساڵانی (1960–2000) نزیکەی (3041) ملیۆن کەس زیادی کرد، واتە چل ساڵی کۆتایی سەدەی بیست سێئەوەندەی شەست ساڵی پێشتر بوو، واتە جیهان لەماوەی ئەم چل ساڵەدا بەڕێژەی (75) ملیۆن کەس لەهەر ساڵێکدا زیادی کردووە، بەمانای : (205) هەزار کەس لەیەك ڕۆژدا و نزیکەی (85) کەس لەیەك کاتژمێردا و (140) کەس لەیەك هەفتەدا.

ئەم ژمارانە سەرنجڕاکێشن، بەڕای هەندێك هەڵسەنگاندن و تۆژەرەوە لەدوای مشك ژمارەی مرۆڤ لەهەموو بوونەوەرە شیردەرەکان زیاترە لەسەر گۆی زەوی، هیچ کاتێك لەمێژووی ژیاندا، گۆی زەوی ژمارەی یەکێك لەم بوونەوەرانەی

نەگەیشتۆتە ئەم ئاستو ژمارەیە، کەلە هەموو تەرازووەکانی سستمی ژینگەیدا دەردەچێت.

شتێکی هەروا ئاسان نیە، کە زیادبوونی ژمارەی دانیشتوان بەم شێوەیە ئاسنوردارە لەسەر هەسارەیەکی پووبەر سنووردار زیاد بکات، لەبەرئەوە پێویست بووە سیاسەتێکی خێراو یەکلایی‌کەرەوە دانرێت بۆ دوورخستنەوەی ئاکامە ترسناکەکانی ئەم زیادبوونە. ئەوەی لە مەترسیەکان زیاد دەکات، بەرزبوونەوەی ئاستی کەسە تەمەن زۆرەکانە لەجیهاندا، بەتایبەتی وولاتە تازەپێگەیشتووەکان، لەئەنجامی بەرزبوونەوەی ئاستەکانی چاودێری تەندروستی، وا چاوەڕوان دەکرێت ژمارەی کەسانی پیر و بەتەمەن زیاتر بن بەبڕی سێ ئەوەندەی شەست سالّی داهاتوو واتە لە سالّی (2050)دا، بێگومان ئەمەش دەبێتە بارێکی قورس بەسەر ژیانی نابووریەوە، ئەگەر کاری گونجاریان بۆ دابین نەکرێت گەلّ تواناو پێداویستیەکانیاندا بگونجێت.

کەلّەکەبوونی گرفتەکان

ئەوەی جێی داخە، زۆربەی ئەم زیاد بوونە لە وولاتانی جیهانی سێیەمدا ڕووەدات، کە خۆیان بەدەست دەیان گرفتی وەک خراپی باری ژینگەییان و کەمی بەروبومە سروشتیەکان و هەژاری و بێتوانایی لەدابین کردنی تەکنەلۆژیای پێشکەوتووەوە دەنالێن، زیادبوونی دانیشتوان لەخۆیدا گرفتێک نییە کە پێی نیگەران بین، بەڵکو ئەوەی مایەی نیگەرانییە بریتییە لە تێکچوونی هاوسەنگی لەنێوان ڕێژەکانی زیادبوونی دانیشتوان و ڕێژەکانی گەشەی ئابووری. لەهەموو حاڵەتەکاندا زیادبوونی دانیشتوان بۆ ئارەزووکردن لەزیادبوونی منالّ ناگەڕێتەوە، بەڵکو چەند هۆکارێکی دیکە بەشداری لە پاراستنی ئەم زیادبوونە دەکات، وەک پێشکەوتنی نوژداری و چاودێری تەندروستی و خزمەتگوزارییە کۆمەڵایەتیەکان، کە بوونە هۆی کەمبوونەوەی ڕێژەی مردنی منالّان و باشتر ژیانی کەسانی بەتەمەن کەپێشتر بەم چەشنە نەبووە. لەگەلّ هەبوونی لایەنە پۆزەتیڤەکانی ئەم خزمەتگوزارییە، بەلّام ڕەنگدانەوەی لەسەر زیادبوونی ژمارەی دانیشتواندا پرسیارەکان دەوروژێنێت دەربارەی چارەنووسی ڕەگەزی مرۆیی و کۆمەڵگەی مرۆیی، چونکە ئەگەر بەربەستێک لەبەردەم ئەم زیادبوونەدا دانەنرێت، ئەوا چاوەڕوانی مەترسیەکان دەکرێت، وەک؛ کەمی خۆراک، زۆر پیس بوونی ژینگە، جەنجاڵی زۆر، ناچار کۆچکردنی ناوخۆیی و دەرەکی، بێجگە لەپەیدابوونی گرفتو کێشەکێش لەنێوان دانیشتوانی بنەڕەتی و دانیشتوانە کۆچکردووەکاندا و بزربوونی ناسنامەی کەلتوری ڕەگەزی و زمانەوانی و ئایینی و چەندین گرفتی دیکە.

بەڕای هەندێک لەو زانایانەی بایەخ بەچارەنووسی مرۆیی دەدەن، ڕێژەی ئەم زیادبوونەی دانیشتوان لەتوانای هەسارەی زەوی زیاترە، لەدابین کردنی خۆراک و جێگە بۆیان، بێجگەلەوەی بە ژینگەی سروشتی دەگەیەنێت، هەروەک لەدیمەنەکانی مانگە دەستکردەکانەوە دەردەکەوێت، هەموو سالّێک نزیکەی (40) ملیۆن دۆنم لەبەروبومی سروشتی وێران دەکرێت، لەبەر جێگرتنەوەیان بە پرۆژە پیشەسازییەکان و بۆ دابین کردنی پێداویستیەکانی دانیشتوانی زۆر بووەوە.

یان لەئەنجامی کەمتەرخەمی و کۆچکردن بەرەو جێگە پێشکەوتووەکان بە مەبەستی کارکردن، یاخود لەناوبردنی بوونەوەری زیندووی دیکە، وەک تێبینی کراوە هەموو سالّێک نزیکەی (27) هەزارلەجۆری بوونەوەرە زیندووەکان لەناودەبرێن و لەجێیاندا پرۆژەی پیشەسازی بنیاد دەنرێت. سەرەڕای هەموو ئەو هەوڵانەی کەبۆ چاککردنی بارودۆخی ژیان دەدرێت، کەچی تا ئێستا نزیکەی (3) بلیۆن کەس لەئاوی پاکژی خواردنەوە بێبەشن. لێرەدا دەڵێین کەلّەکەبوونی کێشەو گرفتەکان لەئەنجامی زیادبوونی ترسناکی دایشتوانی جیهانەوە پەیدادەبێت، لەگەلّ ئەوەی زۆر وولاّت لەبەردەم ئەم زیادبوونەدا چەندین کۆت و بەربەستیان داناوە.

گەشبینی و چارەنووسی مرۆڤ

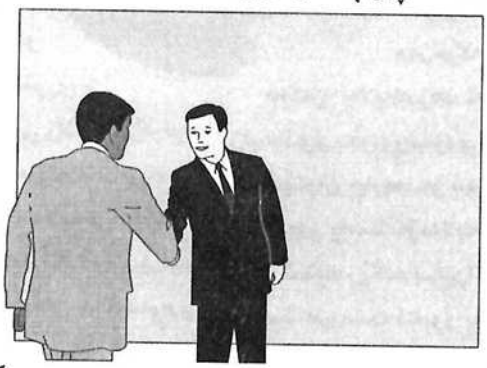
بەرامبەر ئەم نیگەرانی و ڕەشبینییە، دیدێکی دیکەی گەشبین تر هەیە دەربارەی چارەنووسی ڕەگەزی مرۆیی و توانای کۆمەڵگەی مرۆیی لەڕووبەڕووبوونەوەی کێشەکاندا، هەروەها گۆڕانی ئەو گرفتانە بەشێوەیەک کەلە بەرژەوەندی خۆیدا بێت، دیارە میژووی مرۆڤایەتی زۆری لەم بەگژداچوونەوەو زاڵ بوونانەی تێدایە.

پێشکەوتنی زانستی و تەکنەلۆژی لەم بوارەدا توانای مرۆڤ زیاتر دەکات و ئاستی هۆشیاری خەڵکی بەرامبەر مەترسیەکان بەرزدەکاتەوە، وادەکات مرۆڤ هەنگاوی

پێویست بۆ چاککردنی ڕەفتارو شێوازەکانی بنێتو کار بۆ پاراستنی بەروبوومەکان بکاتو بگرە هەوڵی دۆزینەوەی بەروبوومی نوێش بداتو چاو بە زۆربەی بنەما کۆمەڵایەتیو کەلتوورە کۆنەکاندا بگەڕێنێتەوە تاوەکو بیکاتە ئاوازێکی بەرگری لەخۆیان، بەوپێیەی جێگەو چاوگەی شانازی کردنەو بۆ لەناوبردنی هەژارییەو دابین کردنی گوزەران و ژیان لە وولاتە هەژارەکاندا.

بەم پێیە ژمارەیەك لە زاناو هزرمەندان کە خاوەن دیدێکی گەشبینانەن، لەو بڕوایەدان؛ لەئەنجامی بەرزبوونەوەی ئاستی هۆشیاری خەڵکی سەبارەت بەگرفتو مەترسیەکانی زیادبوونی زۆری دانیشتوان، دەبینرێت خەڵکی هەوڵ بۆ کەمکردنەوەی ڕێژەی پیتاندن دەدەن، بەتایبەتی لەڕێی ئاوازە زانستیەکانەوە بەسەر منالبووندا زاڵ دەبن، ئەگەرچی لەلایەن نێوەندە ئایینییەکانەو دژایەتی دەکرێن.

لەلایەکی دیکەوە (سروشت)یش بۆ خۆی ڕوو لە بەکارهێنانی لۆژیکە تایبەتەکەی خۆی دەکات بۆ دانانی سنورێك لەبەردەم ئەم زیادبوونەدا، لەڕێی پەتاو درمو کارەساتەکانەوە.



بەڕای هەندێك لەو زانا گەشبینانە؛ هەسارەی زەوی لە توانایدا زۆر لەم ژمارەیەی ئێستای دانیشتوان هەڵگرت، لێرەدا پرسیارێك دەردەکەوێت: قەبارەی ئەو زیادبوونە چەندەو ؟ ئەو نرخەش چی وچەندە کەدەبێت مرۆڤایەتی لەسەر ئاستی ئابووریبیدات ؟ یاخود چی دەربارەی چۆنیەتی ژیانو ئامرازەکانی ژیانو زیادبوونی جموجۆڵو کۆچکردنی مرۆیی و لەویشەوە بۆ هەڵایسانی دەیان گرفتو کێشمەکێش لەنێوانیاندا. زانا گەشبینەکان پێیانوایە زیادەڕۆیی لەترسو نیگەرانیماندا هەیە سەبارەت بەزیادبوونی دانیشتوان، ئەگەرچی هەر هەر ئەو زانایانە خۆیان پێیان باشترە کە بەسەر ئەو زیادبوونەدا زاڵ بین خەڵکی ڕێنمایی بکرێن دەربارەی کەمکردنەوەی ڕێژەکانی پیتاندن، بەتایبەتی لە وولاتانی هەژارو تازەپێگەیشتووەکاندا کە بەرگەی نەهاتیو هەژاری زیاتر ناگرن، بەڵکو هۆشیار کردنەوەی ئەو میللەتانە دەبێتە هاندەرێك بۆ بەرزکردنەوەی ئاستی بژێویان.

جیهانی شارە گەورەکان

مەسەلەکە لێرەدا تێپەڕاندنی تێدایە، سەرەڕای بەرزبونەوەی ڕێژەکانی پیتاندن لەناوچە جیاوازەکاندا، دەبینین ناوچە ژیاریەکان دوچاری تەنگژەی ژمارەی دانیشتوانە، ئەویش لە ئەنجامی کۆچکردنی خەڵکەیەوە بۆیان تادێت شارەکان بە جەنجاڵو گەورەتر دەبنو ژمارەی دانیشتوانەکانیان بە ملیۆنەها دەژمێردرێت، بەمشێوەیە شارە گەورەکان کە بەناوی (Megacities) دەناسرێت بەدەردەکەون، وابۆ یەکەمجارە لە مێژوودا کە ژمارەی دانیشتوان لەناوچە ژیاریەکاندا یەکسان دەبێت بەژمارەی دانیشتوانی لادێ، وەك لە بلاوونامەیەکی بەشی دانیشتوانی سەر بە نەتەوە یەکگرتووەکاندا لە (2002/2/21) دا هاتووە: جاران ژمارەی دانیشتوان لە ناوچە ژیاریەکانی هەسارەی زەویدا نزیکەی (2.2) بلیۆن کەس بوو، بەڵام وا چاوەڕوان دەکرێت ئەم ژمارەیە ساڵی (2030) بگاتە (5) بیلۆن کەس لەکۆی دانیشتوانی ئەوکاتە کە دەگاتە (9) بلیۆن کەس (ئەم ژمارانە هەموو مەزەنە کردنو هەڵگری مشتومڕن). لەساڵی (1950)دا ژمارەی (30٪) دانیشتوانی جیهان لەناوچە ژیاریەکان دەژیان، لەساڵی (2000)دا ڕێژەکە گەیشتە (47٪) و واچاوەڕوان دەکرێت لەساڵی (2030)دا بگاتە (60٪). هەروەها پێیان وایە سەرەڕای زۆرتربونی کۆچکردن لەنێو ساڵانی (2000–2030)، بەڵام ژمارەی دانیشتوانی لادێیەکان ئەو گۆڕانە بەخۆوە نابینن، ئەمەش هێمایەکی دیکەیە بۆ ئاستی کەڵەکە بوونی گرفتی دانیشتوان و ئاڵۆزبوونی زیاتری لەداهاتوودا.

هەندێك ژمارە ئاماژە بەوە دەکەن کە نزیکەی (75٪) ی دانیشتوانی وولاتە پێشکەوتووەکان ئێستا لە ناوچە ژیاریەکاندا دەژین و لە ساڵی (2030)دا بەرز دەبێتەوە بۆ (84٪) و لەناوچە کەمتر پێشکەوتووەکان دەگاتە (60٪)، ئەگەرچی ژمارەی دانیشتوان لەم وولاتانەدا لەساڵی (2000) لە (3.7٪) ی دانیشتوانی جیهان زیاتر نەبوو، بەڵام ئێستا لە ئەنجامی گۆڕانی بەردەوامی ژمارەی دانیشتوانەوە وا چاوەڕوان دەکرێت بوونی شارە زەبەلاح و گەورەکان ببێتە مۆرکێکی شارەکانی داهاتوو. کە لەچاو شارەکانی ئێستادا بەوە جیادەکرێتەوە کە ناوچەیەکی دڕێژ بۆوەیە و ژمارەیەك شار لەخۆ دەگرێت، بەجۆرێك هەر شارێك لەوانە وەك بنکەیەکی ژیاری دادەنرێتو ژمارەیەك لە کۆبوونەوە لادێی و

نیمچە ژیارییەکان لە دەوری کۆدەبنەوە، بەو پێیەی بنکەی دابین کردنی پێداویستیەکانیانە بە شێوەیەکی ئاڵۆگۆڕ و دەبنە نێوەندێکی بنکە ژیاری و پیشەسازییەکانی دی.

گرفتەکانی شارە گەورەکان

دانیشتوانی شارە گەورەکان سەرەڕای خۆشگوزەرانی و بواری کارکردنیان، بەڵام ڕووبەڕووی گرژی گرفتی زۆر دەبنەوە، لەسەروو هەموویەوە بەرزبوونەوەی ترسناکی بڕی تێچوونەکانی ژیان، بەوپێیەی تەواو پشت بە ئامرازە تەکنەلۆژییە پێشکەوتووەکان دەبەستن کە نرخیان گرانەو ڕێژەیەکی کەمی دانیشتوان دەتوانن دابینی بکەن، واتە هێڵی جیاکەرەوە لەنێو گروپە کۆمەڵایەتیەکاندا دروست دەبێت، ئەوەی دەتوانێت سوود لەم تەکنەلۆژیا ئاڵۆزە وەربگرێت، لەگەڵ ئەوانەی لەتوانایاندا نییە.

سەرەڕای ئەوەی زۆر بوونی ئەو ڕێژە بەرزەی دانیشتوان، ڕێژەی پیس بوونی ژینگەش بەرزدەبێتەوە، یان ئەو گرفتانەی لەئەنجامی نیشتەجێ بوونی کۆچکردوەکان دروست دەبێت و ئەو کێشمەکێشانەی بەهۆی جیاوازی کەلتوری و زمانو ڕەگەز و ئاینەوە بەرپا دەبن. ئەگەرچی زاناو تۆژەرەوە گەشبینەکان لەوبڕوایەدان ئەو جیاوازییە دەبێتە هاندەرێک بۆ هێنانەدی گەشەکردنو پێشکەوتنی زیاتر. لەلایەکی دیکەوە هەندێک نووسەر لەئەنجامی جەنجاڵی شارەکانەوە بیر لە دروستکردنی پردو ڕێگە کارەبایی و جووڵاوەکان دەکەنەوە و ئەگەرچی ئەم پرۆژەیە بڕی تێچوونی زۆرە، بەڵام تۆژەران بەهێند وەریدەگرن.

پێدەچێت هیچ ڕێگەمان نەبێت لەوە زیاتر کە بەرەو بیرۆکەو شێوازە کۆنو ناسراوەکان بگەڕێینەوە تاوەکو بەسەر ڕێژەکانی پیتاندنداز ڵ بین، لەڕێی ڕێنمایی و هۆشیارکردنەوەی خەڵکی، بەتایبەتی لەوڵاتە هەژارو دواکەوتووەکاندا کە هێشتا بەپێی بیروباوەڕە ئاینییەکان ڕێگرتن لە منداڵبوون بە تاوان و گوناە دەزانن. پێویستە هەموو ئامرازێکی پەرەسەندوو بۆ ڕێگرتن لەو منداڵبوونانە دابنرێت کە پێویست نین یان ئەو منداڵانەی لە دەرەوەی پەیوەندی هاوسەری و خێزاندا دروست دەبن کە بەداخەوە لەژێر دروشمی ئازادیی زایەندیدا لە وڵاتە خۆرئاواییەکانەوە بەرەو زۆربەی وڵاتانی جیهانی سێیەم دەگوازرێتەوە و بەناوی ئازادی و سەربەخۆیی ئافرەتانەوە چاو لەبنەماو پرەنسیپە ئاکاریو کۆمەڵایەتیەکان دەپۆشێت و گوێ بەچۆنیەتی و ڕێکخستنی پیتاندن و ڕێژەکانی نادات، ئەگەرچی لەلایەن هێزە پارێزراوەکانەوە دژایەتی دەکرێن و مشتومڕ دەخوڵقێنێت. لە زۆر وڵاتدا ئافرەت بەرپرسیاری ڕێژەکان پیتاندن دەبێتەوە، بەڵام شتێکی گرانیش نابێت ئەگەر نیوەی ئەو بەرپرسیارێتییە بخرێتە ئەستۆی پیاوان و بەپلەیەکی باش بەسەر پیتاندندا زاڵ بن، ئەگەرچی بەرامبەر ئەم پرسیارانە هەندێک ئەزموونی (هیند) لەسەردەمی ئەندیرا غاندی بەنمونە دەهێنینەوە کە هەوڵیدا پیاوان نەزۆک بکرێن بەڵام ئەو هەنگاوە خراپ بەسەر ژیانی سیاسیدا شکایەوە.

لەخۆرئاوادا، هەندێک وڵات لەژێر دروشمی پاراستنی ژن لە منداڵبوونو ئازادکردنی ژن بەو پێیەی خاوەنی جەستەی خۆیەتی، پرۆسەی لەباربردنی منداڵیان کردە مافێکی ڕێپێدراو ئەویش بەگوێرەی چەند مەرجێک، بەڵام چەند لایەنێک ئەم پرۆسەیە دەکەن، لەلایەک وەک ئەوەی دەبێتە هاندەرێک بۆ بەرەڵڵایی زایەندیو بڵاوبوونەوەی نەخۆشییە زایەندییەکان هێشتا هەندێکیان چارەسەر نەکراون، لەلایەکیش بەو پێیەی دژ بەئایین و یاسا کۆمەڵایەتیەکان دەوەستێتەوە، ئەگەرچی بەچەشنێک ڕێگە بەپراکتیزەکردنی دەدرێت کە کۆڕپەلە هێشتا دروست نەبوو بێت نەبێتە هۆی کوشتنی ڕۆح و گیانلەبەرێک.

بێجگە لەمە، چارەسەری دیکەی سەرنجڕاکێش بۆ زیادبوونی دانیشتوان لە گۆڕێیە کە بەندە بە پەرەسەندنی زیاتری زانستەکانی بۆشایی ئاسمانەوە، لەداگیرکردنی هەسارەکانی دیو شوێنی نیشتەجێی دیکەی دانیشتوان ! بەڵام ئایا زەوی دەتوانێت ملیۆنەها مرۆڤ ڕەوانەی هەسارەکانی دیکە بکات کە سالانە بەرهەمیان دێنێت، تاوەکو گرفتەکانی هەڵاوسانی دانیشتوانو ژینگە کەمبکاتەوە ؟ ئەی دەبێت ژیان لە داهاتوودا لەسەر زەوی و هەسارەکانی دیکە چۆن چۆنی بێت ؟ دیارە گرفتی زۆربوونی دانیشتوان تاوەکو پاش سەدەی بیستو یەکیش زاناو تۆژەران هەر سەرقاڵ دەکات.

پەرچڤەی: تارا

مەلاریا

خوێنرێژێکی مایکرۆسکۆپی هەڕەشە لەجیهان دەکات

نوسینی:دکتۆر سەید عاشور ئەحمەد

مرۆڤایەتی لەوباوەڕدا بوو بەهۆی پێشکەوتنی زانستیەوە توانیویەتی لەزۆر نەخۆشی درەو پەتا کەپێشتر مرۆڤی هەراسان کردبوو، ڕزگاریبووە، بەڵام سەرلەنوێ بڵاوبوونەوەی هەندێك نەخۆشی وەك مەلاریا لەهەندێك شوێنی جیهاندا، بووە مایەی دڵەڕاوکێو هەوڵدان بۆ دەستبەسەراگرتنی ئەم نەخۆشیە ترسناکە.

مشەخۆری نەخۆشییەکە چوار جۆری هەیە: هەموویان بۆتوخمی پلازمودیوم Plasmodium دەگەڕێنەوە کەئەمانەن:

1- پلازمودیوم ڤیڤاکس P.vivax

لەباشوری ئاسیاو ئەمریکای ناوەڕاستو خۆرهەڵاتو ناوەڕاستی ئەفریقا هەیە.

2- پلازمودیوم ئۆڤاڵ P.ovale

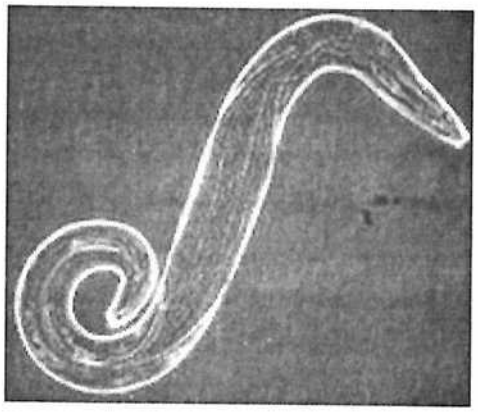
لەخۆرئاواو باشوری ئەفەریقاو خۆرئاوای باسفیکی هەیە.

3- پلازمودیوم مەلاریا P.malariae

بوونی لەسەرئاستی جیهان کەمە.

4- پلازمودیوم فالسیبارام P.falciparum:

مەترسیدارترین جۆری مشتەخۆرە لەئەفریقا بلاوە، لەباشوری خۆرهەڵاتی ئاسیاو ئەمریکای باشوریش هەیە، دەبێتە هۆی توشبوون بەمەلاریای مێشك کەمەترسیدارترین جۆری مەلاریای بلاوە لەناوەڕاستو باشوری کیشوەری ئەفەریقی.



نیشانەکانی توشبوون بەمەلاریا:

بەشێوەیەکی گشتی لەگەورەدا هەست بەلاوازیو ئارەقکردنەوەو ئازاری هەناوو ماسولکەکان دەکات سەرەڕای دڵتێکەڵهاتنو سکچوون (لەشێوەی ئاودا دەبێت) لەگەڵ

بوونی تادا، ئەم نیشانانە لەماوەی 20–7 رۆژ لەدوای تۆشبوونەکە دەردەکەون.

لەمندالّدا تێبینی کۆکەو هەناسە سواریو لەرزو تا دەکرێت لەوانەیە نیشانەکان هەندێک باری دیکەشیان لەگەڵدا دەربکەوێت وەک سوربونی ڕەنگی میزو خوێنبەربوونی لەخۆوەو دابەزینی شەکری خوێن هەروەها دەشێت بێتە هۆی لەبارچوونی کۆرپەلە لەژنانی دووگیاندا یان کەمبوونی کێشی کۆرپەلە لەدوای لەدایکبوون، یان کۆرپەکە بەنەخۆشی لەدایک دەبێت لەجۆری مەلاریای فالسیبارام کەوتمان مەترسیدارترین جۆریانە لەوانەیە نۆرەی لەرزگرتنی توند ببێتە هۆی جیابوونەوەی خوێنبەرەکانی مێشکو تێکچوونی خانەکانی، لەگەڵ دڵتێکهەڵاتنو سەریەشەو تێکچوونی هەناسەدانو لەخۆچوون (بورانەوە)و لەوانەشە بەمردن کۆتایی بێت.

وەک زانراوە هۆکاری نەخۆشییەکە بەهۆی مێشوولەی ئەنوفیلیسەوە دەگوازرێتەوە، مشەخۆرەکە لەناو مێشوولەکەدا گەشە دەکات تاکو بتوانێت تووشی نەخۆشیەکە بکات کەلەڕێگەی پێوەدانی مێشولەکەوە ڕوودەدات. پاشان بەرەو جگەر دەڕوات و زۆر بەزۆری زیاد دەکات، پاشان بۆ سوڕی خوێن دەڕوات تاکو هێرش بۆ خڕۆکە سورەکانی خوێن بەرێت، لەوێوە دەردەچێت بۆهێرشکردنە سەر خڕۆکەی سوری دیکەی خوێنو بەم شێوەیە.

300 ملیۆن تووشبوونو ملیۆنێك گیان لەدەستدان:

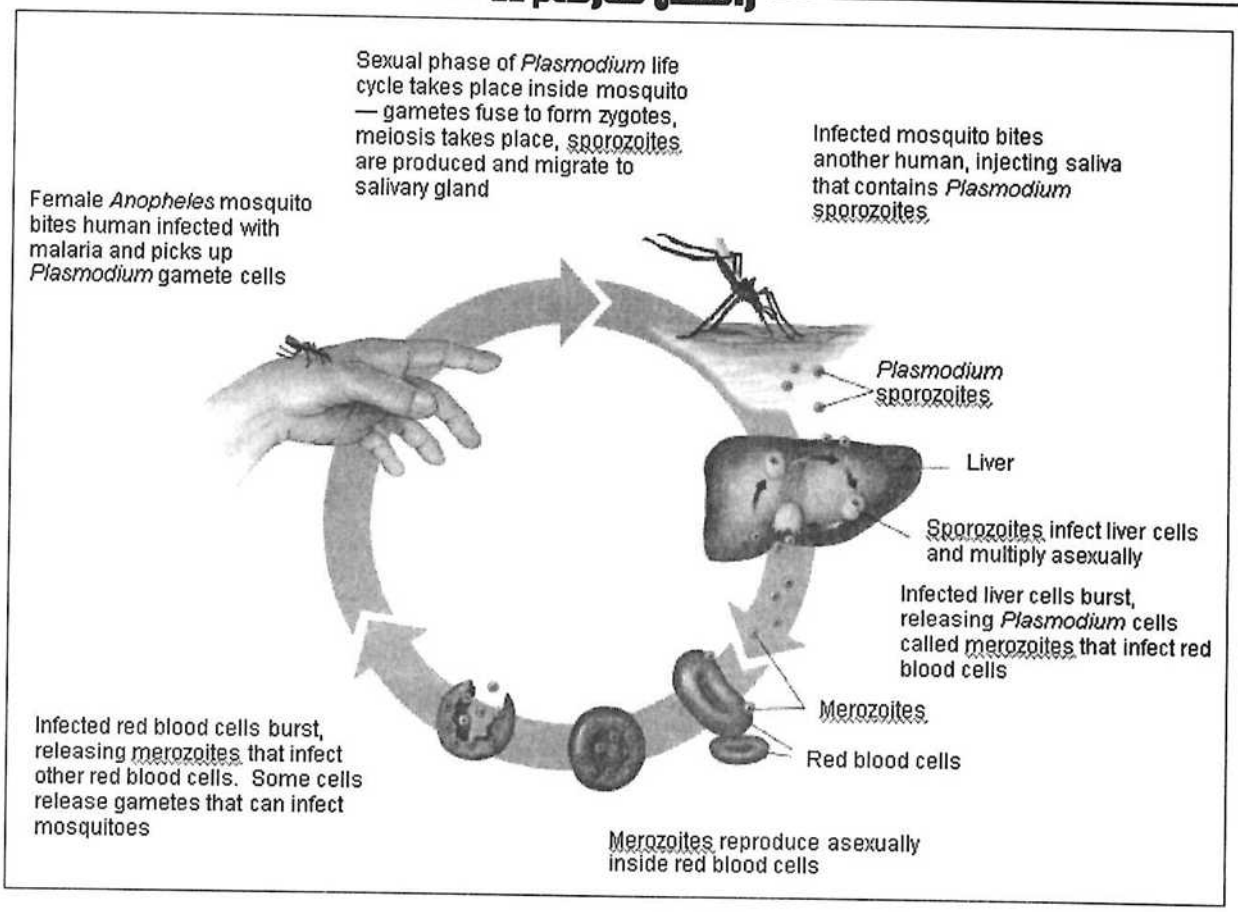
بەپێی ڕێکخراوی تەندروستی جیهانی، لەکۆی سێ سەد ملیۆن بەلایەنی کەمەوە توشبوونی مەترسیدار بەمەلاریا سالانە ملیۆنێک حالەتی مردن تۆمار دەکرێت 90٪ یان بەتەنها لەئەفەریقایەو زۆربەشیان منداڵانی خوار تەمەنی پێنج سالّن لەراپۆرتێکی ڕێکخراوی ناوبراودا باسکراوە مەلاریا هەرەشە لە 40٪ ی دانیشتوانی جیهان دەکاتو لەدەوڵەتە تازە گەشەکردووەکان بڵاوە کە هەژاری بەسەردا کێشاون، زۆربەی ئەو منداڵانەی بەدەست ئەم نەخۆشیەوە دەنالێنن لەناوچەکانی ناوەڕاستو باشوری کیشوەری ئەفەریقا دەژین، کەلەو ناوچانەدا ڕۆژانە نزیکەی سێ هەزار منداڵی ئەفەریقی بەهۆی نەخۆشیەکەوە گیانیان لەدەستدەدەن واتا هەر 40 چرکەو منداڵێك دەمرێت، هەروەها ئەم نەخۆشیە بەهۆکاری سەرەکی توشبوون بەکەم خوێنی لەمندالّدا دادەنرێت، بەتایبەتی لەدەوڵەتانی تازە گەشەکردوو.

نەخۆشیەکە لەکیشوەری ڕەشدا بەتایبەتی هەردوویەک لەسێی باشور (باشوری ناوچە بیابانییەکان) بڵاوبۆتەوە، هەر لەنیوەی سودانەوە تاکو دەگاتە باشوری کیشوەرەکە، ئاووهەوای ئەو ناوچانە لەگەڵ ژیانی ئەو مێشوولەیەدا دەگونجێت کەنەخۆشیەکە دەگوازێتەوە وەرزی گواستنەوەی نەخۆشیەکە تاکو زۆربەی مانگەکانی سالّ بەئاراستەی ناوجەرگەی کیشوەرەکە درێژە دەکێشێت مەلاریا بەهۆکاری یەکەمی مردن دادەنرێت لەدەوڵەتانی ئەفریقا وەک موزەمبیق، هۆکاری دووەمی مردنیشە لەهەموو ئەفەریقادا (ئایدز لەسالّی 2003ەوە پلەی یەکەمی وەرگرتووە) ئێستاکە نزیکەی 1.6 ملیار کەس لەو ناوچانەدا دەژین کەنەخۆشیەکەیان بەشێوەیەکی بەرفراوان تێدا زیاد دەکات، هەروەها نزیکەی یەک ملیۆن کەس لەوناوچانەدا دەژین کەبەم نەخۆشیە تەنراوە.

لەباشوورەوە بەرەو باکور:

بەرنامەی نیشتمانی یەمەنی بۆبنەبڕکردنی مەلاریا لەسالّی 2003دا بڵاویکردەوە، سالانە یەک ملیۆنو نیو حالەتی توشبوون بەمەلاریا لەیەمەن، تۆماردەکرێت، سالانە لە 1٪ ئەو ژمارەیە بەهۆی نەخۆشیەکەوە دەمرن، نەخۆشیەکە لەسەتارسەری ولاتدا لەگەڵ جیاوازی مانەوەیاندا، بڵاوەو بەیەکێك لەهەرەگرنگترین گیروگرفتە تەندروستیەکان دادەنرێت. ئەم بەرنامەیە لەپیلانی دووەمیدا (2001–2006) ئامانجی دابەزینی یان کەمکردنەوەی ڕێژەی توشبوونە بەنەخۆشییەکەو کەمکردنەوەی ڕێژەی ئەو کەسانەیە کەبەهۆیەوە گیانیان لەدەستدەدە، ئەویش لەڕێگەی پشکنینی ڕاستو خێرایی حالەتەکانو پەیڕەوکردنی چارەسەری ڕاستەوخۆ هەروەها نەخشەیەک بۆبنەبڕکردنی تەواوی نەخۆشیەکە لەدورگەی سوقتەری بە هاتنی سالّی 2005ەیە، وەک گرنگترین ئامانجە گشتیەکانی نەخشەی بنچینەی بەرنامەکە.

لەناوەڕاستی یۆلیوی 2003دا لافاو بارانە وەرزییە زۆرەکان ڕۆحی سەدەها کەسی کردە قوربانیو بەملیۆنەهاش بوونە ئاوارە لەهندو چینو ئەفغانستان. لافاوە کاولکەرەکان



لەخۆرهەڵاتی هند بووە هۆی بڵاوبوونەوەی نەخۆشیەکەو جۆرەها نەخۆشی درمی دیکە. ئەو نەخۆشیانەی ئاوی لافاوەکان دەیگوازێتەوە بۆتە مەترسیەك هەڕەشە لەژیانی هەزارەها کەس دەکاتو ناچاری کردوون بێ جێگەو بێ لانە بژین، بەتایبەتی لەخۆرهەڵاتی هند لەمۆریتانیاش وەرزی پاییز بەوەرزی بڵاوبوونەوەی نەخۆشیەکە دادەنرێتو سالانە نزیکەی 250 هەزار کەس توش دەبن.

هۆکاریشە لەبەردەم گیان لەدەستدانی کەسێك لەکۆی هەرسێ کەس کەگیانیان لەدەست دەدەن نەخۆشیەکە بەزۆری توشی ژنانو ژنانی دووگیانو منداڵان دەبێتە بەهۆی لاوازی بەرگریانەوە هەروەها بەرفراوانکردنی چاکسازی کشتوکاڵی لەرێگەی دروستکردنی بەربەستەکان لەقەراغی ڕوبارو بڵاوبوونەوەی کشتوکاڵ لەژێر دارخورماکاندا کاریگەری هەبوو لەسەر بڵاوبوونەوەی نەخۆشیەکە.

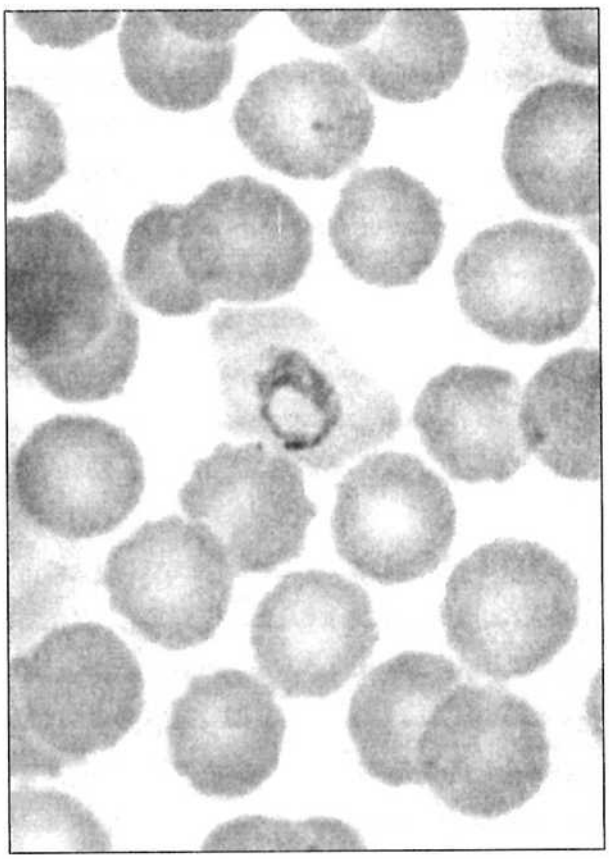
مەلاریا بۆتە گیروگرفتێکی تەندروستی گەورە لەسەر ئاستی نەوەد دەوڵەت لەجیهانداو لە 80٪ ی توشبوونەکان لەناوچەکانی ئەفەریقادان ئەو زەرەرو زیانە ئابوورییانەی بەهۆی مەلاریاوە تۆمارکراوە سالانە بەسێ ملیار دۆلار مەزەندە دەکرێت، کەیارمەتی فراوانکردنی بازنەی هەژاری دەدات بۆ بەدبەختیش دەرکەوتووە مێشوولە بەرگری دژی هۆیە کیمیاییەکانی بنەبڕکردن پەیداکردووە، ئەو ئاڕاستەیەی بۆ چارەسەرکردنی نەخۆشیەکە بەهۆی هۆیە پزیشکیو خۆپارێزییەکانەوە لە چوارچێوەیەکی نێودەوڵەتیدا، گیراوەتەبەر ناونراوە بە (لەناوبردنی مەلاریا) کەبەهاتنی ساڵی 2030 بەتەواوەتی نەخۆشیەکە بنەبڕ دەبێت.

ڕێکخراوی پزیشکی بێ سنور بەبۆنەی ڕۆژی ئەفریقیەوە بۆبنەڕکردنی مەلاریا ڕایگەیاند ئامانجەکانی کۆمەڵەی هەشتو سەرکردەکانی دەوڵەتە ئەفریقیەکان لەپێناوی کەمکردنەوەی ڕێژەی مردووان بەهۆی مەلاریاوە بۆ نیوە بەهاتنی ساڵی 2010 هەروەك خەون دەمێنێتەوەو نایەتە دی، تەنها لەوکاتەدا نەبێت کەنەخۆبەخشەکان ڕاشکاوانە

بڕیاردەدەن بۆ تاقیکردنەوەی چارەسەری سەرکەوتوو لەسەریان.

لەئەورووپاش مەلاریا هەیە:

ڕێکخراوی تەندروستی جیهانی لەڕاپۆرتێکدا ئاماژەیدا بەژمارەی حاڵەتەکانی مەلاریا لەدەوڵەتانی یەکێتی ئەورووپی، لەساڵی 1981دا 2882 حاڵەت بووە، لەساڵی 1997 دا بووە بە 12328 حاڵەت هەرچەندە چاودێری پزیشکی ڕێک‌و پێکیش هەیە بەڵام لە 7٪ ی ئەو نەخۆشانە گیانیان لەدەستدەدەن، ساڵ لەدوای ساڵ ژمارەی ئەو ئەورووپیانە زیاد دەکەن کەدەگەڕێنەوە بۆ ئەورووپاو لەوناوچانە بوون کە مەلاریای لێ بڵاوبۆتەوە، مەترسیەکان زیاتردەبن لەدوای ئەوەی مێشوولەی ئەورووپی مشەخۆری مەلاریا لەو گەشتکەرانەوە وەردەگرن‌و سەرلەنوێ زنجیرەی ناوخۆیی گواستنەوەکە دەستپێدەکات هەرلەهەمان ڕاپۆرتدا هاتووە کۆچی پەناهەندەکان بەهۆی ململانێ هەرێمیەکانەوەو زۆربونی ژمارەی جۆگەکانی ئاوو ئاوەڕۆ کەناوچەیەکی نمونەیی زۆربوونی مێشوولەیەو وەستانی بەرنامەکانی



تەندروستی گشتی لەدوای هەرەس هێنانی سیستمی شیوعیەت، گشتیاران هۆکاربوون لەبەردەم دوبارە گەڕانەوەی ئەم نەخۆشیە بە شێوەیەکی دراماتیکی کەلەوانەیە دەرئەنجامی خراپی لێبکەوێتەوە ئەو ناوچانەی زۆر کاریگەربوون دەوڵەتانی یەکێتی سۆڤیەتی پێشوو لەگەڵ ئەفغانستان ڕاپۆرتەکە ئاماژەیدا کەئازربینجان‌و تاجیکستان لەئێستادا بەدەست بڵاوبوونەوەی بەرفراوانی مەلاریاوە دەنالێنن، هەروەها هەرلەیەکە لەئەرمینیاو تورکمانستانیش بڵاوبۆتەوە بەڵام لەچوارچێوەیەکی بەرتەسکتردا.

بەڵام لەتورکیا تاکو ئاستێکی زۆر لەساڵی 1989 ەوە مەلاریا ڕیشەکێش کراوە، بەڵام پرۆژەیەکی گەورەی ئاوەڕۆ لەباشوری خۆرهەڵاتی وڵاتەکە بۆتە هۆی بەرزکردنەوەی ژمارەی حاڵەتەکانی توشبوون بەمەلاریا بەڕێژەی پانزە ئەوبەندەی جاران لەنێوان ساڵەکانی (1994-1995) بەرپرسانی ڕێکخراوی تەندروستی جیهانی لەوباوەڕدان چاودێری پزیشکی باش‌و بەردەوام‌و وەرزی زستانی سارد دەبنە ڕێگر لەبەردەم بڵاوبوونەوی مەلاریا لەئەورووپای باکور، هەرچەندە تیرەی مێشولەی وای لێیە دەتوانێت مشەخۆرەکە هەڵبگرێت.

بیل جیتس پاڵپشتی ڕووبەڕوبوونەوە دەکات:

یەکێك لەویلایەتەکانی خۆرئاوای تایلاند سەرکەوتنی لەکەمکردنەوەی ڕێژەی مردووان بەهۆی مەلاریاوە بۆنیوەی ژمارەی پێشوو، بەدەستهێنانی تیمێك لەتوێژەرەوە بەریتانییەکان دەستکەوتێکی زانستیان گەورەیان بەدەستهێنا کەهیوایەکی نوێی بۆبنەبرکردنی مەلاریا هێنایە ئاراوە.

نوسینگەی تەندروستی لە یەکێك لەولایەتەکانی سەر سنوری بورما، بەرنامەیەکیان جێبەجێکرد ناویان نا دەستپێشخەری بنەبرکردنی مەلاریا لەیۆلیۆی ساڵی 2001 وەتاکو سێبتمبەری ساڵی 2002 بەردەوام بوو ئەم بەرنامەیە بووە هۆی کەمکردنەوەی مەترسیدارترین جۆرەکانی مەلاریا.

(پلازمودیوم فالسیبارام) بەڕێژەی 30٪ کەژمارەی توشبووان بووە 43 هەزار لەکاتێکدا ساڵی ڕابوردوو ئەم

ژمارەیە 62 هەزار کەس بوو ڕێژەی مردوانیش بووە 42٪ وبەژمارەش تەنها 36 حاڵەت تۆمارکرا لەبەرامبەر سااڵی رابوردوو 62 حاڵەتی مردن بوو، ئەمەش بە دەستکەوتێکی پزیشکی جیهانی دادەنرێت.

تاقیکردنەوەکە پشتی بەدوو ڕەگەز بەستووە:

یەکەمیان: پشکنینی زووی نەخۆشیەکە بەهۆی تۆڕێکەوە کەنزیکەی سەد گوندنشین دەگرێتەوەو بۆنەو مەبەستە ئامادەکران.

دووەمیان: بەکارهێنانی پێکهاتەیەک لەکۆمەڵێک دەرمان کە مشەخۆری مەلاریا ناتوانێت بەرگری لێبکات یەکێک لە خۆبەخشەکان کوخێکی لەگوندی (دووی هین کیو) دروستکردبوو کەچەند کیلۆمەترێکی کەم لەبورماوە دوربوو ڕۆژانە پێشوازی لەنەخۆش دەکرد ئەم خۆبەخشە دڵۆپێک خوێنی پەنجەی نەو کەسانەی وەردەگرنو لەژێر مایکرۆسکۆپدا تەماشای دەکرد بۆزوو دەستنیشانکردنی ئەگەری توشبوونیان بە مەترسیدارترین جۆرەکانی مەلاریا، دەستکەوتنی نەنجامیش تەنها دەخولەکی دەویست. دامەزراوەی (بیلو میلندا جیتس) بەرنامەکەیان بەبڕی 4.3 ملیۆن یۆرو بەرێوەدەبرد وشایانی باسە بیل جیتس لەکۆتایی مانگی سێپتێمبەری 2003 نزیکەی 170 ملیۆن دۆلاری بەبەرنامەکە بەخشی لەپێناوی بنەبڕکردنی یەکجارەکی مەلاریا کەبوو بەهۆی هاندانی هەموو جیهان بۆچڕکردنەوەی هەوڵەکانی بنەبڕکردنی ئەم نەخۆشیە.

بۆبەدبەختی هەندێک لەدەرمانە گرنگەکان کەهەرزانترینو سەلامەترین دەرمانن. بەتێپەڕبوونی کات کارایییەکەیان لەدەستدەدا چونکە مشەخۆرەکە بەرگری لەدژی پەیدا دەکرد.

لەهەندێک ناوچەی جیهاندا مشەخۆری مەلاریا بەرگری دژی چوار جۆر دەرمانی خۆپارێزی گرنگ پەیدا کردووە.

توێژەرەوە بەریتانیەکان بەهاوکاریکردن لەگەڵ توێژەرەوەکانی زانکۆی بایوتیک لەبانکۆک لەتایلاند- توانیان پێکهاتەی نەو مادە پرۆتینیە دیاری بکەن کەوادەکات مشەخۆری مەلاریا بەرگری دەرمانەکانی پێبکات (گۆڤاری Nature Strutural ی بایەلۆژی زانستی بەریتانی) یەکێک لەبەرپرسانی پەیمانگای زیندەوەرزانی خانەیی و گەردیلەیی لەزانکۆی ئەدەنبەرە ڕایگەیاند زانینی پێکهاتەی نەو پرۆتینە یارمەتیدەر دەبێت لەدروستکردنی دەرمانی نوێ کەزامنی کوشتنی مشەخۆرەکە بکاتو نەیەڵێت بەرگری لەدژی پەیدا بکات جەختی لەوەش کردەوە ئەمە پێشکەوتنێکی دیار لەبواری توێژینەوەکاندا دەگەیەنێت بایەخی ئەم دەستکەوتانە لەگەڵ بەرزبوونەوەی بەرگری مەلاریا بەرامبەر چارەسەرکردن زیاد دەکات چونکە تاقیگەکانی دەرمان نەگەیشتونەتە دۆزینەوەی پێکهاتەی دەرمانی نوێ، لەجیاتی ئەو دەرمانانەی هەر لەپەنجاکانەوە بۆبنەڕکردنی ئەم مشەخۆرە بەکاردەهێنرێن، بەهۆی کەمبوونەوەی دەستکەوتی ماددی لەم بوارەدا چەند مانگێکە هەوڵی زانستی نوێ لەنارادایە بۆ بنەبڕکردنی ئەم نەخۆشیە، ئەویش لەڕێگەی کوتانێکی نوێوە کەبەپراکتیکی نەموزەمبیق تاقیکراوەتەوەو بناوی RTS,SIASO2A.

تۆڕی زانیاری هەرێمی کەتەواوکەری نەتەوە یەکگرتوەکانە لەناوەڕاستی یۆلیۆی ساڵی 2003 مژدەی نەوە ڕادەگەیەنێت کەئەم کوتانە دەرئەنجامی پزیشکی پێشکەوتوو لەهەر کوتانێکی دیکە زیاتر دەگەیەنێت بەڕێژەی 71٪ لەزامبیا سەرکەوتنی بەدەستهێنا قۆناغی دووەمی ئەم تاقیکردەوانە لەناوەڕاستی ساڵی 2003دا دەستپێکردووەو ئێستاکەش لەتاقیگە زانستیە پێشکەووەکاندا سەرقاڵی دیاریکردنی نەو جینەن کەبەرپرسە لەنەخۆشی مەلاریا، هەروەها نەخۆشیە مەترسیدارەکانی دیکەش وەک هەروەک لەکۆنگرەی بایوتەکنۆلۆژی لەیۆلیۆی ساڵی 2003 ئاماژەی پێدرا.

بەڕچڤەی: ساکار جەمال

سێ بیردۆزی فیزیا
ڕێژەیی ... کوانتەم ... تەقینەوەی گەورە

پەرچەی: ئەندازیار زاهیر محەمەد سەعید

ڕێژەیی:

لەڕۆما و لەساڵی (1663ز) کڵێسا گالیلۆ گالیلی فیزیازانی تاوانبارکردو حوکمی گرتنی بۆ هەمیشەیی دا بەسەردا، تاوانەشی ئەوەبوو کە دەیووت زەوی شێوەی گۆییەیە و بەدەوری خۆردا دەسوڕێتەوە. لەگەڵ ئەم حوکم دانەدا بیردۆزەکەی گالیلۆ تێڕوانینی مرۆڤایەتی بۆ گەردون گۆڕی. پاش (242) ساڵ فیزیازانێکی دی بیردۆزێکی سەرسوڕهێنەرتری بۆ گەردوون داڕشت. کێ لەو بڕوایەدایە کە زیرەکترین زاناکانی شۆڕشی زانستی بەدرێژایی مێژوو فەرمانبەرێکی سادەیە لە نوسینگەی تۆمارکردنی داهێنانە زانستیەکان ؟ بەڵام ئەمە ڕاستییە.

لەساڵی 1905 کاتێک تەمەنی (26)ساڵ بوو ئەلبێرت ئەنشتاین بیردۆزێکی زانستی دۆزییەوە کە کۆمەڵگای مرۆڤایەتی وروژاند، و دەناسرێت بە بیردۆزی ڕێژەیی. ناوەڕۆکی بیردۆزەکە باس لەخودی ئەنشتاین ناکات، بەڵکو باس لەبیردۆزی زانایەکی فەلەکی ماتماتیکی فیزیایی ئیتاڵێ دەکات کە ئەویش گالیلۆگالیلیە کە لە بیزا لەساڵی (1564) لەدایک بووە. پێش گالیلۆ خەڵکان بڕوایان وابوو، هەموو شتێک بۆ نمونە (شەمەندەفەرێک) یەک باری سروشتییان هەیە ئەویش وەستانە، بەڵام جوواڵە بابەتێکی جیاوازەو لە دەرەوەی سروشتە. گالیلۆ ئەمەی بەهەڵە داناو ووتی: ئەگەر سوارێک پشت نەبەستێت بە هەر خاڵێکی دەرەکی ئەوا هەرگیز لەتوانایدا نیە کە تەئکید لەوە بکاتەوە کە ئەو شتەی پێی دەڕوات دەجوڵێت یان نا ؟ باوادابنێین بۆ نمونە سوارێک تۆپێکی هەڵدا ئەگەر شەمەندەفەرەکە وەستاوبوو ئەوا تۆپەکە بەئاراستەی ڕاستەوخۆ بەردەبێتەوە، هەروەها کاتێک

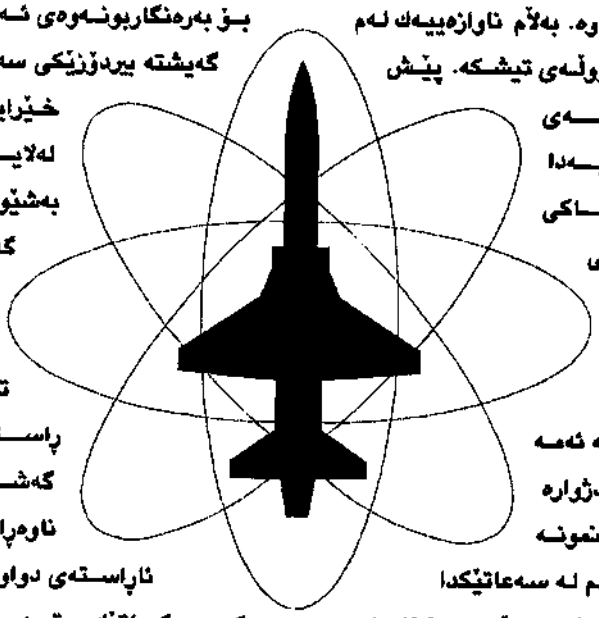
شەمەندەفەرەکە بەخێراییەکی نەگۆڕ بجوڵێت ئەوا ئەو بارە هەر بەو شێوەیە بەردەوام دەبێت، بەنیسبەت سوارەکەوە تۆپەکە شاوڵیانە بەردەوام بەردەبێتەوە، هۆی ئەم ڕووداوە زۆر ساکار بوو لای گالیلۆ، ئەو یاسا فیزیاییەی کە دەست دەگرێت بەسەر جووڵەی شتەکان بریتییە لەخۆی. هەرچەندە بجوڵێن یاخود نەجوڵێن، جوڵەو وەستان بەکورتی بابەتێکی ڕەها نیە بەڵکو ڕێژەیین.

کاتێک ئەنشتاین لە گۆڕەپانەکە دەرکەوت هەر لەسەرەتای سەدەی بیستەمەوە هەموو شتەکان بەو بیردۆزە ڕێژەییەی کە باسمان کرد لێک دەدرایەوە، لەگەڵ ئەوەشدا کە زەوی بەخێرایی (11) کم لە چرکەیەکدا دەسوڕێتەوە خەڵکان وامەست دەکەن کە زەوی وەستاوە. بەڵام ناوازەییەک لەم یاسایەدا هەیە کە ئەویش جووڵەی تیشکە. پێش ئەوەی ئەنشتاین بیردۆزەکەی بڵاوبکاتەوە خەڵکان لەوبڕوایەدا بوون کە شەپۆلەکانی ڕووناکی هەمیشە بەهەمان خێرایی دەجوڵێن خاڵی چاودێرێکردنی لەهەر کوێیەکدا بێت.

ئەنشتاین هەستی کرد کە ئەمە لەگەڵ پرنسیپەکانی ڕێژەییدا دژوارە با ئەمجارە شەمەندەفەرێك بۆ نمونە وەرگرین کە بەخێرایی (100)کم لە سەعاتێکدا دەڕوات، و باوادابنێین کە گەشتیارێك لە کۆتایی شەمەندەفەرەکەیەو بەرەو پێشی شەمەندەفەرەکە بەخێرایی (5) کم لە سەعاتێکدا دەڕوات، ئەوا چاودێریکاری ویستگەکە لە ویستگەکەدا دانیشتووە دەبینێت کە گەشتیارەکە بەخێرایی (5)کیلۆمەتر ناڕوات بەڵکو بەخێرایی (105) کیلۆمەتر لە سەعاتێکدا دەڕوات، ئەمەش پرنسیپەکانی ڕێژەیی تەنکیدی لەسەر دەکەنەوە کە خێرایی گەشتیارەکە وەستاوە لەسەر خێرایی شەمەندەفەرەکە، بۆ بێبەختی ئەم بیردۆزە ساکارە جێبەجێ ناکرێت بەسەر ئەو شتانەی کە پەیوەندی بەتیشکەوە هەیە. ئەمجارەیان ئەو گەشتیارەی کە لە کۆتایی شەمەندەفەرەکەیەو لایتێکی فلاشی پێیەو پرتەیەک ڕووناکی بەرەو پێشی شەمەندەفەرەکە دەنێرێت، ئەوا بەنیسبەتی گەشتیارەکە تیشکەکە لەفلاشەکەوە بەخێرایی تیشکی ناسایی دەڕوات (کەنزیکەی 300000 کیلۆمەتر لە چرکەیەکدا) (بۆ ناسانکاری ئەم بابەتە بەخێرایی تیشک بە 300000کم/چرکە دادەنێین بەڵام خۆی لەڕاستیدا نێستا ئەم نەگۆڕە سروشتییە بەشێوەیەکی زانستیانەترو وردتر پێوراوەو بڕەکەی نزیکەی 2.99725×10^5 کم/چرکەدا).

بەڵام بەنیسبەت چاودێرێکەوە کە لە ویستگەکەو بەپێی بیردۆزە ڕێژەییە کلاسیکیەکە دەبێت خێرایی تیشکی فلاشەکە لەگەڵ خێرایی شەمەندەفەرەکە کۆبکەینەوە کە ئەمەش شتێکی نەشیاوە. تیشک بەخێرایی خۆی دەڕوات لەهەر کوێیەکەوە چاودێر بکرێت و بپێورێت.

بۆ بەرەنگاربونەوەی ئەم دژواریە نامۆیە ئەنشتاین گەیشتە بیردۆزێکی سەرسوڕهێنەر؛ ئەو ووتی: ئەگەر خێرایی تیشک نەگۆڕێت ئەوا کات لەلایەکی دیکەوە لاستیکییە، بەشێوازێکی تر کات بەخێرایی خۆی گەشت ناکات بەنیسبەتی چاودێرێکی جێگیر یاخود چاودێرێکی جوڵاو، ئەم تاقیکردنەوەی خوارەوەش ئەم ڕاستیەی سەلماند. ئەمجارەیان گەشتیارەکە لە فارکۆنەکەی ناوەڕاستایەو لەیەک کاتدا دوو تیشکی ناڕاستەی دواوەو پێشەوەی شەمەندەفەرەکە کرد، کاتێک پرتەی تیشکەکە دەگاتە کۆتایی شەمەندەفەرەکە دەبێتە هۆی کردنەوەی دەرگاکان لە هەردوولا، واتە بەنیسبەتی گەشتیارەکە هەردوو دەرگاکە (دەرگای بەشی دواوەو دەرگای پێشەوە) لەیەک کاتدا دەکرێتەوە، لەبەرئەوەی پرتەی تیشکەکە لەیەک کاتدا دەگاتە هەردوولا، بەڵام بەنیسبەتی چاودێرێکەوە کەلە ویستگەکە دانیشتووە ئەوا هەردوو دەرگاکە لەیەک کاتدا ناکرێنەوە، چونکە بەشی دواوەی شەمەندەفەرەکە وا دەردەکەوێت کە بەرەو پرتەی تیشکەکە دێست، لەکاتێکدا پێشەوەی شەمەندەفەرەکە ڕادەکات لەپرتە تیشکەکە ئەنجامەکەشی: ئەوەیە کە پرتە تیشکەکە یەکەمجار دەگاتە دەرگاکەی دواوە



پاشان دەگاتە دەرگاکەی پێشەوە لەبەر ئەم هۆیە دەرگاکەی دواوە پێش دەرگاکەی پێشەوە دەکرێتەوە.

ئەم تاقیکردنەوەیە کە ئەنشتاین ناوی نا تاقیکردنەوەی حیسابکراو (تجربة محسوبة) تەنکیدی ئەوە دەکاتەوە کە کات بابەتێکی ڕەها نیە هەروەکو چۆن پێشتر بڕوا وابوو، بەڵکو کات ڕێژەییە، و جوڵەکەی پشت دەبەستێت بەجوڵەی ئەو کەسەی کەپێوێت، و بابەتی ڕێژەیی دەتوانرێت تێبینی بکرێت کاتێك خێرایی تەنەکان نزیك دەبێتەوە لەخێرایی تیشك. لەبیردۆزەکانیەوە ئەنشتاین پێشبینی ئەوەی کرد کە ڕێشتنی کەشتیە ئاسمانیەکان بەخێراییەك کە نزیك بێت لە خێرایی تیشك وادەکات کەکات بەخاوتر تێپەڕبێت وەك ئەوەی لەسەر زەوی تێپەڕدەبێت، ئەم جیاوازی دوانەیە بەوە بیهێنەبەر چاوی خۆت کە دووکەس یەکەمیان لەسەر کەشتیەکی ئاسمانی گەشت دەکات بەخێراییەك کە نزیك بێت لە خێرایی تیشك، لەکاتێکدا کەسی دووەم لەسەر زەوی بمێنێتەوە، بەپێی بیردۆزەکەی ئەنشتاین دەبێت ئەو کەسەی کەلەسەر زەوی ماوەتەوە زووتر پیری دێت بەسەردا وەك لەوەی لەسەر کەشتیە ئاسمانیەکەیە.

هەروەها ئەنشتاین دووپاتی کردەوە کە شتێك نیە خێراتر بڕوات لە خێرایی تیشك یاخود بگاتە خێرایی تیشك؛ لەبەرئەوەی لەم کاتەدا بارستاییەکەی دەگاتە ناکۆتا ئەمەش پێویستی بەبڕێکی یەکجار زۆر هەیە لە ووزە کە خەیاڵییە بۆئەوەی بگاتە خێرایی تیشك کە ئەمەش مەحاڵە. ئەم بابەتانەش ئیتر ئەگەر بەدڵی چیرۆك نووسە زانستیەکان بێت یاخود نەبێت، ڕاستیەکی نەگۆڕە.

تا ئێستا لەبەرئەوە گەورەترین خێرایی کە دیاری کرابێت بریتییە لە خێرایی تیشك. بیردۆزی ڕێژەیی ناتوانێت وەڵامی هەموو پرسیارێك بداتەوە، و بەکارنایات بۆ لێکدانەوەی ئەو ڕووداوانەی کە لە سنورێکی زۆر بچوکدا ڕوو دەدەن، هەروەکو لەبواری گەردیلەدا، بۆ وەڵامدانەوەی ئەم پرسیارانە پێویستە پەنابەرێتە بەربیردۆزی فۆتۆن (بیردۆزی کوانتەم).

بیردۆزی فۆتۆن:

دووجۆر ڕووداو لە جیهانەکەماندا هەن، ئەوانیش:

ڕووناکی و ماددەن. بەڵام ئایا هۆگریبان بەیەکەوە چی دیاری دەکات. پێویستە لەسەرەتای بیستەم وەڵامی ئەم پرسیارە بدرێتەوە، دەست پێدەکەین لەبیردۆزی فۆتۆنەوە، هەتا هەندێ لەفیزیاییەکان ڕوونداوە فیزیاییەکانیان دابەش کردووە بۆ دووبەش ئەوانەش:

شەپۆلەکان و وردیلەکانن (گەردیلەکانن).

گەردیلەکان وەکو تەنە نەبینراوەکانی گەردوون وان، و بارستایی تایبەتی خۆیان هەیە و دەتوانین شوێنەکانیان دیاری بکەین، بەڵام شەپۆل کاتێك دروست دەبێت کە بەردێك (یاخود تەنێك) دەکرێنە ناو گۆماوێك، دەبینین شەپۆلی ئاوەکە بڵاودەبێت بە هەموو لایەکی گۆماوەکە کە جوڵەیەکی بەردەوامی هەیە ناتوانین دیاری بکەین.

لە سەرەتای سەدەی بیستەم بڕوا وابوو کە ڕووناکی لەشەپۆل پێك دێت، و ئەوەی ڕاستییە هەر ڕەنگێك لە تیشکی ڕوناکی لەشەپۆلێك کە درێژی شەپۆلەکەی دیاریکراوە پێك دێت، شەپۆلی تیشکی سوور دووئەوەندە درێژترە لەشەپۆلی تیشکی شین، بەڵام گەردیلەکان وێنەیەکی بچوککراونەن لەمادە. و گەردەکان وادادەنرا کە پێك هاتبن لەگەردی بچوکتر، ناووك ئەلیکترۆنیك یاخود زیاتر لە خولگەی تایبەتی بەدەوریدا دەسوڕێتەوە، بەڵام تێبینییەکی سادە ئەم نمونەیە ڕەت دەکاتەوە؛ بۆ نمونە ئەگەر دەستمان کرد بەگەرمکردنی قاڵبێك لە ئاسن، بەپێی فیزیای کلاسیکی پێویستە شەپۆلە ڕووناکیەکان لە هەموو پارچەیەکەوە دەربچێت، بەڵام ئەوە بەو شێوەیە نیە کە دەبینین. لەڕەنگی ڕەشی بنچینەییەوە قاڵبەکە یەمجار بۆ ڕەنگی سوور دەگۆڕێت؛ و پاشان بۆ ڕەنگی سپی تا دەڕوات بۆ سەروو بنەوشەیی، قاڵبەکە لە شەپۆلێکەوە بەدرێژییەکی دیاریکراو بازدەدات بۆ یەکێکی تر و بەو جۆرە، کە ئەمەش لەگەڵ فیزیای کلاسیك ناوازەیە و دژایەتی دەکرێت، بۆ شیکارکردنی ئەم دووفاقەیە (ئەم کێشەیە) فیزیاییەکان پەنایان بردە بەرئەوەی کەدان بەوەدا بنێنن کە ڕووناکی لەسەر شێوەی گەردیلەی بچوك لەووزە دەردەچێت کە بریتین لە فۆتۆنەکان. بۆ هەر فۆتۆنێك ڕەنگێکی جیاواز هەیە، یەك لەدواییەکی ڕەنگەکان بەنیسبەتی قاڵبە ئاسنەکەوە لەڕاستیەکەرە سەرچاوەی گرتووە کە ئەویش: گەیشتنی قاڵبە ئاسنەکە بەپلەیەکی گەرمی دیاریکراو وادەکات کە فۆتۆنەکان ڕەنگ وەربگرن کە گونجاوە لەگەڵ گەردیلەی گەرمییە بەخشراوەکە.

بەڵام فیزیاییەکان ئەوەیان دوپاتکردەوە کە گەردیلەکان خۆیان وەکو ئەوە نیە کە خۆیان بەخەیاڵیاندا هاتبوو، بەڵکو

بەپێچەوانەوی بیروباوەڕەکەیان کە ئەلیکترۆن ڕوبەڕێکی جێگیری نیە بەدەوری ناوکی گەردیلە، بۆ نمونە لەسەر ڕووی خۆر گەردیلەکان بەتوندوتیژی دەردەچن، کاتێک ئەلیکترۆنێک پلەیەک بەرزدەکرێتەوەو وازی لێ دەهێنرێت بۆ ئەوەی جارێکی تر بگەڕێتەوە شوێنی خۆی ئەوا بڕێک لەووزە دەردەچێت لەهەر جارێکدا کە ئەم کارە دوبارەبکرێتەوە.

ئەلیکترۆن دەتوانێت بەدەوری ناوکدا بسوڕێتەوە و دەتوانێ زیاتر لە ئاراستەیەک وەربگرێت، بۆ بەرەو پێش چوونی هەنگاوێکی باشتر فیزیاییەکان لە لێکۆڵینەوەکانیان ئەوەیان دوپاتکردەوە کە ناتوانرێت ژمارەی هێڵی ئاستە ناکۆتاکان بژمێردرێت کە ئەلیکترۆنێک دەیکرێتە بەر، بەشێوازێکی تر ناتوانرێت شوێنی ئەلیکترۆن بەتەواوەتی دیاری بکرێت لەهەرکاتێکدا کە ویستمان، بەڵکو دەتوانرێت پێشبینی ئیحتمالانە بنوێنرێت بەدرێژی شەپۆلێکی تەماوی کە دەوری ناوکی ناوکی گەردیلەی داوە. لەسەر بنەمای ئەم دۆزینەوانە بڕوا وابوو کە ڕووناکی پێک دێت لە شەپۆلەکان هەروەها دەگوترێت بۆ گورزەیەک لە گەردیلەکان، هەروەها ئەلیکترۆن وا دانرا کە تەنۆلکەیەکەو سیفەتی شەپۆلیشی هەیە، ئەم پێناسە تازەیە بۆ ڕووناکی و مادە بوو بەهۆی بەرپاکردنی شۆڕشێک لە بیرکردنەوەی زانستی. لە سروشتدا هەر بووە، هەتا هۆیەکان خۆیان دەبن بە ئەنجامەکان بە بەردەوامی.

بەدیاریکردنی تۆپێک کە نیشانەی لێ گیراوەتەوە، و بە پاڵنانی بەهێزێکی دیاریکراو یاریزانێکی بلیارد دەتوانێت بیخاتە ئەو چاڵەی کە دەیەوێت، بەڵام ئەگەر یاریزانەکە ویستی بازبدات بەسەر بیردۆزی کوانتەم ئەوا ئەنجامەکان بە تەواوی جیاواز دەبن. دەتوانرێت بە ئاسانی شوێنی تۆپەکە دیاری بکرێت کاتێک کە وەستاوە، بەڵام لەکاتی خولانەوەیدا، دیاریکردنی شوێنەکەی داپۆشراوە بەهەورێکی تەمومژاوی کە ناتوانرێت دیاری بکرێت، و لەوە خراپتر ئەوەیە کە تۆپەڵەکە بە ئاراستەیەکی تەواو پێچەوانە دەجوڵێت کە (180°) پلە جیاوازە لە ئاراستەی دیاریکراو، هەتا یاریزانە بەناوبانگەکان تووشی هەڵە دەبنو ئەنجامەکانیان ناتوانن بپێکن. لە بەختباشی یاریزانەکان، بیردۆزی فۆتۆن لە جیهانی گەردیلەکان بەسەرکوتویی کاری پێدەکرێت بەهۆی بیردۆزی فۆتۆنەوە بوو میکرۆسکۆبی ئەلیکترۆنی دۆزرایەوە کە دەتوانین شتی زۆر وردی پێ ببینین کەلەوەو پێش بەو جۆرە نەبوو.

سەری میکرۆسکۆپەکە لە نیشانەکە نزیک دەکەینەوە کە دەمانەوێت بەوورییەکی یەکجار زۆر دیراسەی بکەین؛ بەجۆرێک ڕووی ئەو گەردیلەی کە لەژێر دیراسەکردنداید بەڕووی ئەو گەردیلانە بکرێت کە دەوری داوە، کاتێک بارگەیەکی کارەبایی تێپەڕ دەکرێت بەنێوانیاندا و تا ڕووی نێوان گەردیلەکەو ئەوەی دەوری داوە کەم بکرێتەوە چڕی بارگە زیاتر دەبێت، بەوێنەگرتنی ڕووی نیشانە دیاریکراوەکە دەتوانین نەخشەی وردی ڕووەکەی بکێشین. لە هەندێ جاردا نەخشەکە دەدۆزرێتەوە کەلەوەو پێش هیچ میکرۆسکۆپێک نەی دەتوانی پیشانی بدات، کە ئەویش ئەو مادانەیە کە هەر گەردیلەیەکی لێپێکهاتووە، بەڵێ ڕاستە هەرچەندە ئەنشتاین یەکێک بوو لەو زانایانەی کە دەوری گرنگی بینی لە پەرەسەندنی بیردۆزی فۆتۆن بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا یەکێک بوو لە نەیارەکانی ئەم بیردۆزە. و لە زۆرجار لەکاتی گفتوگۆکردندا لەگەڵ لایەنگرانی بیردۆزی کوانتەم (قوتابخانەی پلانک) دەیووت:

(إن الله لایلعب بالنرد) واتە مەبەستی ئەوەبوو کە ئەم گەردوونە هەڕەمەکی و بەڕێکەوت (صدفة) دروست نەبووە بەڵکو بەیاسایەکی مەحکەم دروست کراوەو دەچێتە ژێر ڕکێفێکی جەبری حەتمی و دەتوانرێت دیاری بکرێت.

بیردۆزی تەقینەوەی گەورە The big bang theory :

هیچ بیردۆزێک نیە لەم ڕۆژگارە کە گفتوگۆو دەمەتەقێی لەسەر نەکرێت؛ لەسەر ئەم بنچینەیەو لەهەوڵێکدا بۆ لێکدانەوەی پرسیارێکی مێژوویی کە پەیوەندی بەسەرەتای دروست بوونی گەردوونەوە، بیردۆزێکی تازە سەریهەڵدا کە دەناسرێت بە تەقینەوەی گەورە (مەزن) و لەم دواییانەدا گرنگیەکی زۆری پێدرا لەلایەن ناوەندە زانستیەکانەوە، لەکوێوە هاتووین ؟ پرسیارێکە هەرچەندە مرۆڤ لەخۆی دەکات، بەڵام هەندێک جار باوکان بەمندالەکانیان دەڵێن لەتوانەوەی دوو خانە لەگەڵ یەکتردا هاتوین کە ئەویش هیلکەو تۆوە، بەڵام زیندەوەرزانەکان گەڕانەوە بۆ زیندەوەرە سەرەتاییەکان (بەکتریای سادە) بەباشتر دادەنێن. بەڵام زاناکانی بواری فیزیا لە قۆناغی ڕابووردووی گەردووندا قاڵبوونەوە، لەبەرئەوە بیردۆزێکی تەواو و هاوئاهەنگ پێک هێنراوە دەربارەی سەرەتای گەردوون. لەسەر ئەم بیردۆزە کە دەناسرێت بەتەقینەوەی گەورە، گەردون لە نەزانەوە نەبووە (یاخود بەلایەنی کەمەوە وەکو ئەوە نەبووە کە ئێستا هەیە)، بەڵکو مێژووەکەی دەگەڕێتەوە بۆ نزیکەی 15 بلیۆن ساڵ، دوای تەقینەوە مەزنەکەی یەکەمجار بەچرییەکی ئێجگار زۆر و بە قەبارەیەکی ئێجگار بچوک؛ ئەو تەقینەوەیە هێندە گەورەبوو کە بووە هۆی پەیداوونی کات و ڕووبەڕوو ماددەو

وزە کە گەردونەکەمانی پێکهێناوە. زاناکان بۆیان دەرکەوت کە زۆربەی ئەستێرەکان هەروەکو خۆری خۆمانە، ئەستێرەکان بێگومان هەڕەمەکیانە بەگەردوندا بڵاوبونەتەوە بەڵکو هەریەکەیان خولگەی دیاریکراوی خۆی هەیە، کۆمەڵ کۆمەڵ پێکەوەن پێیان دەوترێت گەلەستێرە (المجرة). و گەلەستێرەکان نەگۆڕنین لە ئاسماندا. لەئەنجامی چاودێریکردنی ڕەنگی تیشکی گەلەستێرەکان لێکۆڵەرەوەکان دوپاتیان کردەوە کە هەموو گەلەستێرەکان لێمان دوور دەکەونەوە، و تا گەلەستێرەکان زیاتر لێمان دووربن ئەوا خێراتر لێمان دوور دەکەونەوە، ئەم دۆزینەوەیە زاناکانی گەیاندە ئەوەی کە گەردوون فراوانبونەکەی بە بەردەوامی لەزیادبوندایە، گەردون وەکو بااڵۆنێك بیهێنە پێش چاوی خۆتو هەسارەکان چەند خاڵێك بن لەسەر بااڵۆنەکە دەبینین کە چۆن خاڵەکان لەیەکتری دوور دەکەونەوە کاتێك بااڵۆنەکە دەتەقێت. و ئەگەر ئێمە لەسەر ڕووی یەکێك لەوخاڵانە بین دەبینین کە چۆن هەموو خاڵەکانی تر لێمان دوور دەکەونەوە، و دەبینین کەچۆن ئەوەی زیاتر لێمان دوورە زووتر وون دەبێت لێمان، ئا بەم جۆرەش گۆڕانکارییەکان ڕوو دەدەن لەگەردوندا. بۆچی گەردون فراوانیەکەی زیاد دەکات ؟

بۆئەوەی لەمە تێبگەین، پێویستە وابیهێنینە بەرچاوی خۆمان کە گەڕاوینەتەوە دواوە، دەبینین کە گەلەستێرەکان هەموویان لەیەکتری نزیك بونەتەوەو تا ئەو ڕادەیەی کە تەنها یەك خاڵیان پێك هێنابێت وە یەکیان گرتبێت، ئەمە وای لەزاناکان کرد کە بڕوایان وابێت کە گەردوون لەخاڵێکی زۆر بچوکەوە دەستی پێکردووە دوای تەقینەوەیەکی نامۆ، بۆ دوپاکردنی ڕاستی ئەم بیردۆزە پێویستمان بە کۆمەڵێك نەگۆڕو سەلماندنی تر هەیە. بۆ زیاتر چەسپاندنی ئەم بیردۆزە، دوو ئەندازیاری کارەبایی لەساڵی 1964 لە تاقیگەکانی (بێڵ)ی تەلەفۆنی هەستان بەم کارە. بینزیاس و ویلسۆن وەرگری شەپۆلی پێدەنگیان بەکارهێنا بۆ دیاریکردنی پێناسەی تەشویش کە بەخراپی کاردەکاتە سەر پەیوەندییەکانی مانگە دەستکردەکان.

بە شێوەیەکی چاوەڕوان نەکراو (صدفة) ئەو شەپۆلانەیان دۆزییەوە کەلە قۆناغی گەردونەوە بڵاودەبنەوەو دێن بەرەو ڕومانو بەهەموو بۆشایی ئاسماندا بڵاودەبنەوەو ئەو تیشکانەش (شەپۆلانەش) لەوانە دەچێت کە دەگەڕێنەوە لە فڕنێکی کارەبایی کەلە چێشتخانەکاندا هەیە؛ بەاڵم زۆر زۆر ساردترن. بینزیاسو ویلسۆن ووتیان: ئەو تیشکانە لەوانەیە جۆرێك بێت لەو دەنگدانەوەی کە دروست بووە لە تەقینەوەی سەرەتایی. زاناکان هەوڵیان دا زیاتر شارەزا بن لەوکاتو ساتانەی کە گەردوونی تیا فەراهەم هاتووە؛ کە دەگەڕێتەوە بۆ تەنۆلکە تاودراوەکان، ئەم تەنۆلکانە مادەو وزەیان دووڕەگ کردووە و زاناکان هەوڵیان دا دەربارەی زانینی توانستی مادە بۆ پلەی گەرمی بەرزو پەستان. ئەم تاقیکردنەوەیە کە حیسابی ووردیان بۆ کردووە وامان لێدەکات کە باوەڕمان وابێت کە گەردون لەسەرەتا زۆر بچوك بوبێت و چڕی یەکجار زۆر بوبێت، هەروەها لەوپەڕی گەرمیدا بوبێت. بڵقی سابون پێك دێت لە گەردیلەی ساکار کە مادەی لێپێك دێت، هەروەکو چۆن تیشکیشی لێ پێك دێت؛ بەاڵم پلەی گەرمی دەستی بەدابەزین کردووە، پاشان ڕووداوەکان زۆر بەخێرایی ڕویان داوە، بۆ نمونە لەماوەیەکی زۆر زۆر کەمی چرکەیەکدا فۆتۆنەکانو نیوترۆنەکان دروست بوون.

و پاش دوو خولەك فۆتۆنەکانو نیوترۆنەکان هاوئاهەنگ بوونو تا گەردیلە پێك بهێنن، هەرچەندە ئەمە زۆر زۆر تۆپاڵتە بووە بەاڵم کۆمەڵی نەبینراوەکان تیشکیان بەندکردووە، لەبەرئەوە گەردوون لەوکاتەدا تەنها بارستاییەکی نادیار بووە، و پاش 100 هەزار ساڵ دوای تەقینەوەکە پلەی گەرمی چڕی گەردون زۆر زۆر دابەزیوە، و پاش دەرچونی لە بەندکردنی مادە فۆتۆنەکانی تیشك بااڵبونەتەوە بە بۆشایدا.

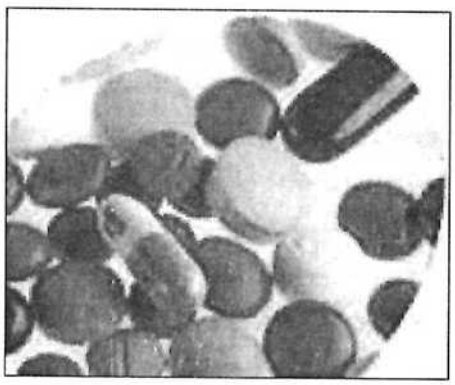
بەو جۆرە گەردون بەشەفافیەکەیدا جیاکرایەوە، تروسکە ڕوناکیە زۆرەکان کە ئەمڕۆ دامرکاونەتەوە بنچینەی ئەو تیشکانەن کە هەردوو زانا بینزیاسو ویلسۆن دۆزییانەوە. لەم دواییانەدا مانگی دەستکردی سەر بەکۆمپانیای ناسا بەشێکی تری ئەم لێکۆڵینەوانەی شیکارکرد ئەویش دیسان پێوانەکردنەوەی چڕی ئەو تیشکە گەردوونیانە بوو کەلە قۆناغی گەردوون تا ئێستا بە هەموو ئاراستەیەکدا بااڵودەبنەوەو بۆیان دەرکەوت کە جیاوازییەکی کەم هەیە، بەنیسبەتی زانا فیزیاییەکانی ئەستێرەکان وا دەردەکەوێت کە ئەم دۆزینەوەیە تەئکید لە ئاراستەیەك دەکاتەوە ئەویش ئەوەیە کە گەردوونی سەرەتایی چونیەك نەبووە بەڵکو لەسابونێك چووە، بەهۆی چڕبوونەوەی ماددەو بەهۆی کێشکردنەوە (الجاذبیة) گەلەستێرەکان دروستبوون ئەمە خاڵی سەرەتایە کە بووە هۆی دروستبوونی هەسارەکانو ئەستێرەکان، و پاش ماوەیەکی درێژ ژیان دروستبوو کە توانای لێکۆڵینەوەی هەیە لە هۆیەکانی بوونی.

لەوانەیە تەقینەوەی گەورە وەاڵمی تایبەتی بداتەوە بە نەژددمان، بەاڵم ئایا چارەنوسی چییە ؟ بڕوا وایە کە ئەمە کۆتایی دێت بەوەی کە گەردون دەگەڕێتەوە هەروەکو چۆن دەستی پێکرد یاخود تەقینەوەیەکی تری هەروەکو دروست دەبێت کە بەهۆیەوە گەردونێکی تری تازە دروست دەبێت.

دەرمانو لاوازی سێکسی

پەرچڤەی: دانا قەرەداخی

هەندێك پزیشكەكان دەكەن بە دوو بەشەوە، بەشێكیان دەتوانن چارەسەری لاوازی سێكسی بكەنو بەشی دووەمیشیان خۆیان دروستی دەكەنو هۆكاری نەخۆشیەكەش، سەیر لەوەدایە ئەم پۆلین كردنی پزیشكانە لەهەندێك پرەوە پاستە چونكە بەكارهێنانی دەرمان بۆ مەبەستی چارەسەری لاوازی سێكسی دوو سەرەیە، سەرێكیان ئەوەیە كە هەندێك جار مەبەست دەپێكێت، بەڵام هەمیشە تەلزمی بۆ ئەم لاولا ڵێدەبێتەوە واتە كاریگەری لاوەكی دروست دەكات، و تا ئێستاش داهێنانی دەرمانێك كەبێ ئەم تەلزمانە بێت، خەوێكە نەهاتۆتە دی، بەشێك لەو كاریگەرانە حۆیان دەبنە هۆی لاوازی سێكسی، بۆنمونە لەوانەیە كەسێك كە دەرمانی بەرزە پەستانی خوێن دەخوات، لە ئەنجامدا تووشی لاوازی سێكسی ببێت !!.



یا لەوانەیە زاوا لە شەوی زاوایەتیدا سەرنەكەوێت بەهۆی خواردنی دەرمانەكانی قورحەی گەدەوە، یا خوێندكارێك بەهۆی خواردنی حەبی دڵەپاوكێوە وەك سەهۆڵ سارد بێت. زۆربەی ئەمانە بۆ چارەسەری دەردەكەیان پەنا بۆ هەموو شتێك دەبەنو پەنگیشە لەو هەوڵەیاندا پەنا بۆ جادوگەرو فاڵچیو كتێب گرەوەكانیش ببەن.

ئەوانە پەنا بۆ ئەو شتانە دەبەنو نازانن تاوانباری یەكەم لای خۆیانەوە لەسەر كۆمودینۆكەی تەنیشتیان وا لە پاكەتێكی جوانی پازاوەدا، پێش نانخواردن یا لە پاشدا بەشێوەی كەپسول یا دەرزی، یا چەپ دەچێتە ناو قولایی جستەیانەوە، ئەگەر نەخۆش بەمە بزانێت، نازانێت پەنا بۆچی ببات، ئایا لۆمەی پزیشكەكەی بكات، یا شكات لەو كۆمپانیایە بكات كە دەرمانەكەی دروست كردووە؟! یا تەنها دەست بخاتە سەر پوومەتیو چاوەڕێی دەرویەك بێت ؟!

پزیشكیش لەمەدا هیچ لۆمەیەك ناكرێت، چونكە ئەو دەیەوێت ئەو نەخۆشە چاك بكاتەوە كە نەخۆشەكە بۆی هاتوە، ئیتر كاریگەریە لاوەكیەكان لای ئەو ئەو بایەخە گەورەیەی نیە، چونكە هیچ دەسەلاتێكی دیكەی لەو كاتەدا نیە. لیستی ئەو دەرمانانەی دەبنە هۆی لاوازی سێكسی زۆر درێژو لقدارن، و

لەبەرئەوەی سێکس بەپلەی یەکەم لەلایەن کۆئەندامی دەمارەوە کۆنترۆڵ دەکرێت، کەواتە دەرمانەکانی کۆئەندامی دەمار دەچنە سەری لیستەکەوە چونکە زۆربەی ئەو دەرمانانەی کاریان لەسەر ناوەندە کۆئەندانی دەرمار هەیە، دەبنە هۆی لاوازی سێکسی کێشەی هەڵدان، بەڵام ئەم دەرمانانە چۆن ئەو کاریگەریە لاوەکیە دەکەن، ئەوە بەهۆی کاریان بۆهێور کردنەوەو ئارام بەخشینو ڕاگرتنی ئەستێل کۆلین لە ڕژانەوە دەبێت، ئەستیل کۆلین لەناو دەرمانەکاندایە، ڕاگەیاندنە دەمار لە دەمارە خانەیەکەوە دەگوێزرێتەوە بۆ یەکێکی دی، و لەبەر ئەوەی سێکسیش ڕاگەیاندنو نامەی خۆی هەیە، کەواتە بە نەڕژاندنی ئەو مادەیە لەناو دەمارەکاندا، نامەکان دەوەستنو ڕاگەیاندنەکان ناگەیەنرێن.

یا لە ڕێگای کاریگەریان لەسەر دوپامینو ئەدرینالینەوە دەبێت کە هەردوکیان دوو هاندەری ئەم کارەن. هەندێك دەرمانیش هەیە کاری سێکسی ڕادەگرن بەهۆی زیاد ڕژاندنی هۆرمۆنی پرولاکتینەوە، کە ئەویش ئەو هۆرمۆنەیە لەبنەچەدا دەبێتە هۆی ڕژاندنی شیر لە مەمکەکانی ژنەوە لە دوای منداڵبون، بەڵام لە پیاویشدا بە ڕێژەیەکی کەم هەیە، کاتێك لە ئاستی خۆی زیاتر دەبێت، دەبێتە هۆی لاوازی سێکسی.

نمونە ئەو دەرمانانەش ئەو کۆمەڵە دەرمانەیە کە پێیان دەوترێت هێورکەرەوە بنچینەییەکان وەك کۆمەڵەی فینۆسیازین و کۆمەڵەی هێورکەرەوە بچوکەکان وەك دیازیپام، هەروەها زۆربەی حەبەکانی نوستن بەتایبەتی جۆرەکانی باربیوتورەکان. هەرچی دژە خەمۆکیەکانیشە لە لاوازی سێکسیدا تاوانباری یەکەمن بەتایبەتی ئەوانەیان کە پێیان دەوترێت"دژە ماو" تەنانەت "پروزاك" کە لەکاتی دۆزینەوەیدا گەورەترین ژاوەژاوی نایەوەو بە دەرمانی یەکەمی دژە خەمۆکی دانرا، کەچی کاریگەرییەکی زۆر خراپی هەیە و دەبێتە هۆی لاوازی سێکسی بەرادەیەك هەندێك پزیشك لەگەڵیدا دەرمانی ئەلبوهمین دەنوسن چونکە چالاککەرە تا دەرمانەکە نەبێتەهۆی خەمۆکیەکی وا زۆر بەهۆی لاوازی سێکسیەوە کەببێتە هۆی خۆ کوشتنی کەسەکە.

بەڵام ئەو دەرمانی خەمۆکیەی کە کاریگەرییە لاوەکیەکەی سەیرە دەرمانی (ترازودۆن)ە کە هەندێك جار ئەو حاڵەتە دروست دەکات کە پێی دڵێن Poiapism کە بریتیە لە ڕەپبونێکی پر ئازاری چوك کە زۆربەی جار 4-6 سەعات دەخایەنێت و هەندێك جار لە ژووری نەشتەرگەری بەهۆی نەشتەرگەرییەکی بچوکەوە دای دەمرکێنن‌ەوە، و خوێنی لێ ڕزگار دەکرێت !!

لە مێشك و کۆئەندامی دەمارەوە بۆ دڵو لولەکانی خوێن، ئەگەر دڵ بەپێی ڕای شاعیرەکان سەنتەری خۆشەویستی بێت ئەوا دەرمانەکانی بەپێی ڕای پزیشکان زۆربەی جار هۆکاری لاوازی سێکسین. چونکە هەندێك لە دەرمانەکانی چارەسەری کێشە دڵیەکان لەوانەیە ببنە خەنجەرێك‌و لەپشتەوە بکرێن بەجەستەدا، بەڵام ئێمە هەندێك جار ئازاری ئەو خەنجەرە قبول دەکەین لەبەرئەوەی چارەسەری شتێکی گرنگمان بۆ دەکات.

جۆری یەکەم لەم دەرمانانەو ناسراوترینیان دەرمانەکانی بەرزە پەستانی خوێنە، ئەم دەرمانانە بەپێی کتێبە پزیشکیەکان دەکرێن بە هەشت بەشەوە، سێ‌جۆریان لەبارەی لاوازی سێکسیەوە بێ‌تاوانن، بەشی یەکەمی بێ‌تاوانەکان کەڕاستەوخۆ کار بۆ فراوانکردنی مولولە خوێنەکان دەکەن جۆری (مینۆکسیدیل)ەو بەشی دووەمیشیان کاردەکەن بۆ چالاك کردنی ئەنزیمەکانی گۆڕینی ئەنگیۆتنسین هەرچی بەشی سێیەمیشیانە ئەو دەرمانانەن کە کار لەڕێڕەوی کالسیۆمدا دەکەن، ئیتر هەموو بەشەکانی دیکەی دەرمانی دابەزێنەری پەستانی خوێن دەچنە ناو قەفەزی تاوانبارییەوە.

لەگەڵ ئەمانەشدا ڕەنگە نەخۆشی پەستانی خوێن بەگشتی بەکارهێنانی هیچ دەرمانێك تووشی خۆی تووشی لاوازی سێکسی ببێت، بەهۆی تەسکبوونەوەی لولە خوێنەکانیەوە کە دەبێتە هۆی ئەوەی بەباشی خوێن نەچێت بۆ چووك کە ئەوەش ئەلفبای کاری سێکسیە، ئەم خوێن

نەچوونە بەباشی رەنگە هەندێك دەرمانی پەستانیش دروستی بكات.

هەرچی دەرمانە تاوانبارەكانی پەستانی خوێنە بریتین لە میزپێكەرەكان بەلأم نابن بەهۆی لاوازی سێكسی بەهۆی بەرگرتن لە سوپڕی خوێن، بەڵكو دەبنە هۆی لاوازی سێكسی لەوانەی بەكاری دەهێنن بەرێژەی 9٪ تا 31٪ لەرێگای دابەزاندنی نێرە هۆرمۆنەوە تێستۆستیرۆن (Testosteron) كە ئەوەش دەبێتە هۆی دابەزاندنی ئارەزوی سێكسی هەرچی جۆرەكانی دیكەی دەرمانی پەستانی خوێن كەپێیان دەوترێت "رێگرەكانی بێتا" و لە هەموویان گرنگتر "پروپرانۆلول"ە بەهۆی كاری لەسەر خوێنبەرەكان و مێشكەوە دەبێتە هۆی لاوازی سێكسی، لەبەرئەوە ئێستا پزیشكان پەنا بۆ دەرمانێكی دیكە دەبەن ئەویش "ئەنینولول"ە و كاریگەریەكەی لەسەر لاوازی سێكسی شایانی باس نیە، دوا كۆمەڵەی دەرمانی پەستان كە تاوانبارە بریتیە لەو كۆمەڵەیەی كەكار دەكاتە سەر سەمپەساوییە كۆئەندامی دەمار وەك "ئەلدومێت" كە زۆرجار دەبێتەهۆی خاوبوونەوەو سستیو زۆربوونی هۆرمۆنی پرولاكتین كە ئەوانەش هۆكارن بۆ توشبوونی لاوازی سێكسی.

زۆرجاریش بۆ نەخۆشانی دڵ دەرمانی دژە چەوری وەك "ئەترۆمید" و ئەللوپید" دەنوسرێت، لەوانەیە هەندێك لەم دەرمانانە تێكەڵ بەو هۆرمۆنانە بن كە بەرپرسن لە هرووژاندنی سێكسیو فەرمانەكانیان تێك بدەنو لەپاشدا لاوازی سێكسی دروست بكەین.

دیجۆكسین كە باشترینو بەناوبانگترین درمانی دڵە وەك هەندێك لە دەرمانەكانی دی دەبێتەهۆی دابەزینی هۆرمۆنی نێر "تێستۆستیرۆن" و زۆركردنی هۆرمۆنی مێ "ئیستڕۆجین" بەلأم دەبێتە هۆی زیادكردنی رێژەی كالسیۆم لە ماسولەكەكانی چووكدا لەبەرئەوە دەبێتەهۆی گرژی ئەو ماسولكانەو نایەڵێت خوێن بەباشی بۆیان بچێت، كە كاریگەری ئەوەش دیارە و لەپێشەوە باسمان كردوە.

لەكۆندا دەوترا رێگا بۆ ناو دڵی پیاو، گەدەیەتی، ئێستا دەوترێت رێگا بۆ پەككەوتنی پیاو، گەدەیەتی، لەبەرئەوەی دەرمانەكانی چارەسەری قورحەی گەدە وەك "تاگامێت" و رانیتیدین" زۆربەی جار دەبنەهۆی دابەزینی سێكسیو زیادكردنی قەبارەی مەمك لەپیاودا، و "سیمیتدین"یش دەبێتە هۆی دابەزینی فەرمانە سێكسیەكان لەرێگای زیادكردنی هۆرمۆنی "پرولاكتین"ەوە هەروەها لە رێگای زیادكردنی گرژی ماسولكە ناوپۆشەكانی ئیسفەنجە شانەی چووكەوە.

ئەو هۆرمۆنانەش كە وەك مایسترۆی جەستەنو زۆرجار بۆ چارەسەری هەندێك نەخۆشی بەكاردێن دەبنەهۆی تێكدانی ئۆركێستراكەی لەش لەبرێتی سەرپەرشتی كردنی.

وەك هەندێك لەو هۆرمۆنە دەرمانیانەی بۆ چارەسەری گەورەبوونی پرۆستات بەكاردێنو دەبنەهۆی بەرزكردنەوەی هۆرمۆنی مێ "ئیستڕۆجین" ئەوانیش دەبنەهۆی لاوازی سێكسی.

هەروەها ئەو دژە هۆرمۆنانەی كە دەبنە هۆی لاوازی سێكسی وەك دەرمانەكانی دژە هۆرمۆنی نێر "تێستۆستیرۆن" كە هەندێك جار لە دەرمانەكانی كەپوودا دەبینین وەك "نیزورال" یا هەندێك دەرمانی چارەسەری پرۆستات و قژروتانەوە وەك "پروسكار" كە رێگە لەكاری ئەم هۆرمۆنە دەگرن.

لەكۆندا شاعیران وتویانە "بەدەرمانێك چارەسەرم دەكات كە خۆی دەردە" بەلأم ئێمە لێرەدا دەڵێن مەرج نیە هەموو نەخۆشان وەك یەك بن بۆ ئەم دەرمانانە و هەمان چارەنوس چاوەڕێیان بكات، بەلأم ئەوانە گلۆپی سورن لەبەردەم پزیشكدا هەلدەكرێن پێش ئەوەی لەبەردەم نەخۆشەكەدا هەڵكەین ئاگاداری دەكەن كە لەوانەیە ئەو رەچەتەیەی بۆ نەخۆشە داماوەكەی دەنوسێت هەندێك جار ببێتە دەمانچەیەك گولەی لاوازی سێكسی پێوەبێت، لەبەرئەوە پێویستە زۆر بیربكاتەوە پێش تەقاندنی.

میز ڕانەگرتن لە مرۆڤدا

Human Urinary Incotinence

د. عەدنان عەبدوڵڵا کاکی
نەشتەرگەری شارەزای گوڕچیلەو میزەڕۆ

ڕانەگرتنی میز کێشەیەکە ئەگەرمرۆڤ دوچاری هات ئەوا بە تەواوی ژیانی لێتاڵ دەکات لەبەرئەوەی چەندەها ماکی لێدەکەوێتەوە:

-کەسەکە هەمیشە بۆنی میزی لێ دێت.

-فرە خەرجی بۆ چەندەها پێداویستی و کەسەرەی پزیشکی کەنەخۆشەکە بۆ تەرنەبونی جەستەی بەمیز بەکاریان دێنێت.

-ئەرك و ماندوبونێکی زۆر بۆ ئەو دایك و باوکەی منداڵێ میز ڕانەگیریان هەیە.

-ڕەنگە کەسەکە لەکاری ئاسایی خۆی بکەوێت و بێ بژێوی ژیان بمێنێتەوە.

-گۆشەگیربونی نەخۆشەکە لەژیانداو دورکەوتنەوەی لە چالاکیە کۆمەڵایەتیەکان و بونی بە کەسێکی بەرهەم لەکۆمەڵگاداو ڕەنگە بەسواڵکەر یان جیابونەوەی هاوسەرێتی لێ بکەوێتەوە.

-کاردانەوەی نەرێی لەسەر دەرونی ئەو منداڵەی ڕانەگرتنی میزی هەیە لەگەڵ ماکەکانی ئەم بارە دەرونیە ناڕاساییە.

- سوتانەوەی پێستی دەوری ئەندامەکانی زایندەیی و ڕانەکانی نەخۆشەکە دەبێتە ئازارو خوراندنی زۆری ئەم ئەندامانە.

- تۆش بونی کەسەکە بە دڵە ڕاوکێ و پەستی بەتایبەتی کە نەخۆشەکە پاکی دەست نوێژی بۆ ڕاگیر ناکرێت بۆ نوێژکردن.

- کاتێك کەسێك ڕانەگرتنی میزی تۆش دەبێت ئیتر بەنەخۆش دادەنرێت و پێویستە بخرێتە ژێر چاودێری پزیشکێك بۆ:

- دەستنیشانکردنی بارەکە.

- دۆزینەوەی هۆ یان هۆکانی میز ڕانەگرتنەکە.

- چارەسەری گشتی و تایبەت بە دەرمان، نەشتەرگەری، پێداویستی و کەرەسەی پزیشکی.

لە سەرەتادا ئەرکی پزیشکەکەو دەست بەکاربونی پەیوەستە بە:

- تەمەنی نەخۆشەکە.

-میژوی پابوردوی نەخۆشەکە بۆ لەوە پێش نەخۆشیانەی توشی هاتوە، یان زەبر، نەشتەرگەری، باری دەرونی.

-پشکنینی سەرجێو تاقیگەییو هەمە جۆرە تیشکەکان.

- چارەسەری سەرەکی، درێژخایانی،گشتی، تایبەتی،نەشتەرگەری، کەرەسەی پزیشکی، دەرمان، دەرونی، بەپێی هۆ یان هۆکانی باری میز پانەگرتنەکە.

-هەندێك باری پانەگرتنی میز لە ئەنجامی بەکارهێنانی دەرمانە بۆ نەخۆشی دیکە.

- هەندێك باری پانەگرتنی میز لە ئەنجامی نەخۆشی ئەندامەکانی جەستەیە جگە لە ئەندامەکانی گورچیلەو میزەڕۆ.

-هەندێك باری پانەگرتنی میز لەو نەخۆشانەدا پوەدات کە دوچاری نەخۆشیەکی هەناوی توند دەبن وەك نەخۆشی ئینفلۆنزا.

هۆزانی میز پانەگرتن

پانەگرتنی میز لە نێرینەی مرۆڤدا:

لەباری میز پانەگرتن لەنێرینەی مرۆڤدا تێبینی ئەوە دەکەین کە نەخۆشەکە پۆژ لە دوای پۆژ میز لە میزڵدانیدا کۆ دەبێتەوەو میزڵدانی کشاوە، لەئەنجامدا میزی لە کونی میزیەوە درێژ بێت کە پەنگە بەهۆی یەکێك لەم بارانەی خوارەوە بێت:

- ساکار گەورەبونی پڕۆستات.

-زەبر گەیشتن بە ماسولکەکانی کۆنترۆڵی میز لە دەوری میزەڕۆ کاتی نەشتەرگەری لابردنی پڕۆستات.

-شێرپەنجەی پڕۆستات.

-هەڵئاوسانی ملی میزڵدان.

-گرژبون و تەسك بونەوەی میزەڕۆ.

-میزڵدانی شل.

پانەگرتنی میز لە منی مرۆڤدا:

میز پانەکرتن لەمنی مرۆڤدا پەنگە پاش یەکێك لەم بارە نەخۆشیانەی خوارەوەدا بێت:

- پانەگرتنی میز کاتی فشار بۆ نمونە کاتی کۆکین، پێکەین، پاکردن، دەست دانە شتی قورس.

- زەبری ناوزێ کاتی مندالْ بون.

میز پانەگرتن لەنێرومنی مرۆڤدا:

چەند هۆیەکی هاوبەش هەیە بۆ پانەگرتنی میز لە نێرو منی مرۆڤدا:

1-هۆکارە زگماکیەکان:

- میزڵدانی دەرپەڕیو (Ectopia Vesicae)

-بەرزی کونی میزەڕۆی چوك (Epispa dias)

-نێرکی نێوان میزڵدانو زێ

2- هەوەکانی گورچیلەو میزەڕۆکان

3- نەخۆشیەکانی کوێرەڕێنەکان وەك ژەهراوی‌بونی پڕێنی ملەقۆرتە (دەرەقیە)

4- شێرپەنجەکان وەك شێرپەنجەی پڕێنی پرۆستات، ملی منداڵان.

5- نەخۆشیە دەماریەکان (شێواوکاری میزڵدانی زگماکی یان دروست بوو):

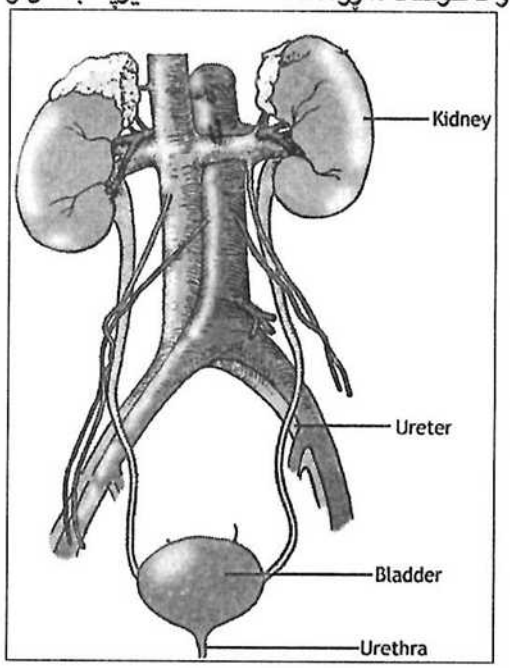
-نەخۆشی Myelo dysplasia

- نەخۆشی Multiple Sclerosis

-زەبرەکانی دڕکە پەتك (پەتکە دەمار)

- تێکچونەکانی کاری مێشك وەك باری پوداوەکانی بۆریەکانی خوێنی مێشك، خڵەفان.

-نەخۆشی پارکنسن Paralysis) Parkinson (Agitans



6- هۆکارە دەرونیەکان و نەخۆشیە دەرونیەکان وەك نەخۆشی هستریا، خەمۆکی.

7-بارەکانی کەمبونەوەی قەبارەی میزڵدان وەك لە نەخۆشی سیلی میزڵدان، پاش چارەسەری تیشکی شێرپەنجەکانی ئەندامەکانی ئەستیلك.

8- پاش بەکارهێنانی دەرمان وەك:

- دەرمانەکانی Anticholinergics
- دەرمانەکانی دژە خەمۆکی (Tricyclics)
- دەرمانی Lithium
- هەندێک دەرمانەکانی دژە بەرزە پەستان
- دەرمانی Phenothiazines

9- نەخۆشی کۆ نیشانەی میزەچوپکێی تەنگاو وەک لەنەخۆشی (Spina Bifida Occulta) چارەسەری ئەم بارە باشکردنی نەخۆشەکەیە بە پزگاربونی لەسکالاو نیشانەکانی بارەکەی بە بەکارهێنانی دەرمانەکانی (Anticholinergics) لەگەڵ (Tricyclics).

میکانیزمی پانەگرتنی میز بەهۆی بەکارهێنانی دەرمانەوە.

-کۆبونەوەی میز لە میزڵدان و پاشان لێ پشتنی میز لێی بەهۆی ئەم جۆرە دەرمانانەوە (Anticholinergics، ئازارشکێنەکان، خۆش (کەرەوەکان).

-فرەدروست کردن و پشتنی میز لەلایەن گورچیلەکانەوە بەهۆی دەرمانە زۆر میز دروستکەرەکان.

-شێواندنی کاری ئەو بەشەی کۆنترۆڵی گرژی میزەڕۆ بەهۆی ئەم جۆرە دەرمانانەوە (Alpha-Adrenergic Agonistsandantagonists-,)

پشکنین و شیکارییەکان بۆ باری پانەگرتنی میز Calcium Channel-Blockers-Theophylline

-خوێن بۆ WBC,Differential,Count,EsR

- خوێن بۆ پادەی شەکر

-خوێن بۆ هۆرمۆنی T_3,T_4

-میز بۆ شیکاری بونی (هەو، بەرد، لو)لەگورچیلەکان و میزەڕۆکاندا.

-بەکارهێنانی ئامێری سەروە دەنگ (Ultra-Sound) بۆپشکنینی گورچیلەکان و میزڵدان (کشاندن و پربونی لەمیز).

- تیشکی- × بۆ سنگ (بۆ بونی نەخۆشی سیلی سنگ).

-تیشکی ڕەنگاو ڕەنگی گورچیلەکان و میزەڕۆکان (I,V ,U)

-دانانی بۆری میز لە میزەڕۆ بۆ:

* دەست نیشانکردنی بونی کشاندنی میزڵدان و کۆبونەوەی میز.

* دەست نیشانکردنی قەبارەی میز لە میزڵداندا پاش میزکردن بۆ دۆزینەوەی باری گیران لە ملی میزڵداندا.

-بەکارهێنانی ئامێری بەینی میزڵدان.

بەکارهێنانی ئامێری (C,T).

بەکارهێنانی ئامێری (MRI).

چارەسەری پانەگرتنی میز لەگەڵ جۆرە تایبەتیەکانی دوای دەستنیشانکردنی هۆ یان هۆکانی پانەگرتنی میز بە یارمەتی سکالاو نیشانەکانی نەخۆشەکە لەگەڵ میژوی پابوردوی و ئەنجامدانی پشکنینی پزیشکی و ئامێری و شیکاریە تاقیگەییەکان، ئیتر چارەسەر ئاسانەو پەیوەست **دەبێت** بەیەکێک یان پتر لەم ڕێگە چارانەی خوارەوە:

1- بەکارهێنانی دەرمان

2-نەشتەرگەری و ئامێرە پزیشکیە چارەسەرەکان.

3- چارەسەری سروشتی.

جۆرە تایبەتەکانی پانەگرتنی میزو چارەسەریان

*ئەو ژنەی گەیشتۆتە تەمەنی نائومێدی توشی میز پانەگرتن بوە ئەوا بۆ یەک مانگ دەرمانی (Oestriol)2-4 ملغم لەیەک ڕۆژدا پێ دەدرێت و کێشەی پانەگرتنی میزی نامێنێت.

* میزڵدانی نەسرەوتوو چارەسەری:

- دەبێتە هۆی پانەگرتنی میزی درێژخایان لە بە تەمەندا.

-میزکردنی نەخۆشەکە هەڕەمەکیە (کاتی بۆ نیە).

- قەبارەی میزی هەمو میزکردنێکی سەرو (150)سی‌سی‌یە.

-نەخۆشەکە هەستی هەیە کە وا میزی دێ پێش میزکردن.

چارەسەری باری میزڵدانی نەسرەوتو بەم ڕێگایانەیە:

-ڕاهێنانی میزڵدان بەمیزکردن هەموو 1-2 کاتژمێرێ.

-بەکارهێنانی دەرمانەکانی (Anticholinergics)وەک Oxybutinin, Imipramine,Propantheline

-بەکارهێنانی دەرمانەکانی (Alpha-adrenergic Blockers)فرەتر بۆ ئەو بارانەی کەکۆنترۆلی نێوان گرژی میزڵدان و میزەڕۆ شێواوە، وەک دەرمانی Phenoxybenzamine,Prazosin

*پانەگرتنی میز لەمیزڵدانی پڕ لە میزو لێ پشتو:

کاتێک میزڵدان پڕ دەبێت لەمیزو ئیتر لێی دەڕژێت بارەکە بە پانەگرتنی میز خۆی پیشان دەدات، ئەمەش لەچەندەها باری نەخۆشی بەدی دەکرێت.

کۆبونەوەی میز لەمیزڵداندا ڕەنگە بەهۆی گیرانی میزەڕۆوە بێت یان شێواندنی کاری گرژبونی میزڵدان.

کۆبونەوەی میز لەمیزڵداندا ڕەنگە ساتەوەختی بێت واتە لە ماوەیەکی کەمدا (چەند کاتژمێرێك) ڕو دەدات و بەدوایدا نەخۆشەکە ڕانەگرتنی میزی دەبێت کەبەهۆی چەندەها باری نەخۆشیەوە دەبیت وەك:-هەوی میزەڕۆ.

-بەردی میزەڕۆ.

- دوای بەکارهێنانی هەندێك دەرمان.

کۆبونەوەی میز لە میزڵداندا ڕەنگە دڕێژخایان بێت (لەماوەی چەند ڕۆژێك) وە بە دوایدا نەخۆشەکە ڕانەگرتنی میزی دەبێت کە بە هۆی چەندەها باری نەخۆشیەوە دەبێت وەك:

-بارەکانی گیرانی ملی میزڵدان لەم نەخۆشیانەدا:

1- گرژە ڕەقبونی ملی میزڵدان.

2- ساکار گەورەبونی پڕۆستات.

3- شێرپەنجەی گلاندی پرۆستات.

4- گرژە ڕەق بون لەمیزەڕۆدا.

5- تەسك بونەوەی کۆتایی کونی میزەڕۆ

6- بونی پەردەکانی میزەڕۆی زگماکی.

چارەسەر بۆ ئەم ڕانەگرتنی میزە لەم بارانەی گیرانی ملی میزڵدان نەشتەرگەریە.

-بارەکانی شێواندنی کاری گرژبونی میزڵدان لەم نەخۆشیانەدا.

1- بارەکانی بێهێزی ماسولکەکانی دیواری میزڵدان.

2- زەبر لەسەر خوارەوەی پەتکە دەمار.

3- لوی ئەندامەکانی ئەستیلك.

4- نەخۆشی Spina Bifida Occulta

5- نەخۆشی Myelomeningocele

6 نەخۆشی Neuropathy

7- باری Radiculopathy

چارەسەر بۆ ڕانەگرتنی میز لەم بارانەی شێواندنی کاری گرژبونی میزڵدان بەم شێوانەیە:

-ڕەنگە باری میز ڕانەگرتنەکە باش ببێت پاش دانانی بۆری میز بۆ نەخۆشەکە بۆ ماوەی 7-14 ڕۆژ.

-بەکارهێنانی دەرمانەکانی (Alpha- adrenergic Blockers)

وەك Bethanechol

-نەشتەرگەری

*ڕانەگرتنی میز لە بێهێزی کۆنترۆڵی گرژی لە ملی میزڵداندا:

لەم جۆرەدا میز ڕانەگرتن ڕو دەدات کاتێك نەخۆشەکە هێز دەکات وەك پێکەنین، کۆکین، پژمین، هەڵگرتنی شتی قورس کە لەم جۆرە نەخۆشانەدا بەدی دەکرێت:

- لە نەخۆشی پیاودا کاتێك زەبر دەگاتە ماسولکە گرژێنەرەکانی میزەڕۆ (کۆنترۆڵی میزەڕۆ) لەملی میزڵدان و میزەڕۆدا بەهۆی زەبری دەرەوە یان پاش نەشتەرگەری لابردنی گلاندی پرۆستات.

- لەنەخۆشی ژندا لەتەمەنی بێئومێدی کاتێ منداڵی زۆری بوە، یان بەهۆی تەمەنەکەیەوە.

چارەسەری ئەم جۆرە ڕانەگرتنە بەم شێوانەیە:

-بەکارهێنانی دەرمانەکانی (Alpha- adrenergics) وەك (phenylpropanolamine)

- لە ژناندا لەتەمەنی بێئومێدی بەکارهێنانی دەرمانی (Oestrogen) بەشێوەی چەوری بخرێتە ناوزێ.

- لە ژناندا وەرزش و ڕاهێنانە بۆ بەهێزکردنی ماسولکەکانی ناوگەڵ وەك وەرزشەکانی (Kegel)

-نەنجامدانی نەشتەرگەری تایبەت بۆ ناوگەڵ.

*تەنگاو میز ڕانەگرتن:

لەم جۆرەدا نەخۆشەکە هەم ڕانەگرتنی میزی هەیە و تەنگاویشە بۆ میزکردن، ڕەنگە هەندێکیان هەم لەکاتی هێزکردنیشدا میز ڕانەگرتنیان هەبێت، ئەم جۆرە میز ڕانەگرتنە لەم نەخۆشانەدا بەدی دەکرێن:

-کاتێك سۆ هەبێت لەئەندامێکی جەستەدا.

-هۆی نەزانراو بۆ بارەکە.

-باری شێواو کاری دەماری میزڵدان.

- نەخۆشی Spina Bifida Occulta

نەخۆشی Multiple Sclerosis

-بونی بەردی میزڵدان

-بونی لوەکانی میزڵدان

- نەخۆشی سیلی میزڵدان

چارەسەری ئەو بارەی هۆکەی نەزانراوە لەم میز ڕانەگرتنەدا بەکارهێنانی دەرمانەکانی (Anticholinergics) وەك Propantheline

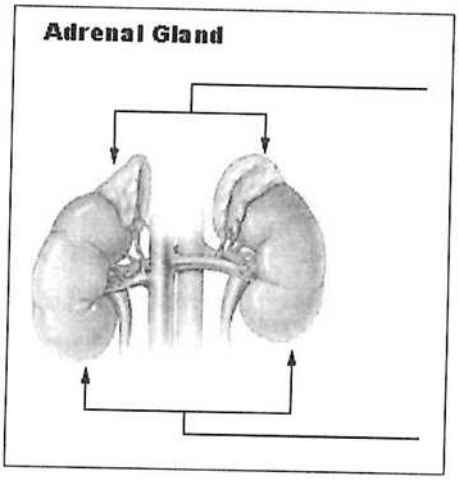
*ڕانەگرتنی‌میز لەزگماك هەڵەی پەیوەندی خوارەوەی میزەڕۆ:
-نەخۆشەکە منیە.
-ڕانەگرتنی میزی دەبێت بە درێژایی ژیانی.
- کونی خوارەوەی میزەجۆ ڕەنگە لەبەشی کۆتایی میزەڕۆدا بێت یان لە کۆتایی زێ یان لەناو زێدا خۆی دابێت.
دەست نیشانکردنی ئەم باری میزڕانەگرتنە بەم جۆرە دەبێت:
-تەماشاکردنی دەرەوەی زێو ناوەوەی.
-تەماشاکردن بە ئامێری بین.
-بەکارهێنانی تیشکی ڕەنگاو ڕەنگ گورچیلەکان.
-بەکارهێنانی تیشکی ڕەنگاو ڕەنگی میزڵدانو میزەڕۆکانی میزکردن.
چارەسەری ئەم جۆرە میزڕانەگرتنە نەشتەرگەریە.
*ڕانەگرتنی میز بەهۆی تەواو بێکۆنترۆڵی گرژی لەمیزەڕۆدا:
- لەمنداڵاندا زگماك ناتەواو جێگای کردنەوەی کونی میزەڕۆ (Epispadias)
- لەژناندا کاتێك زەبر بەملی میزڵدانو میزەڕۆ دەگات
-لەپیاواندا کاتێك زەبر بەملی میزڵدانو میزەڕۆ دەگات بۆ نمونە پاش لابردنی پڕۆستات.
چارەسەری ئەم جۆرە میز ڕانەگرتنە نەشتەرگەریە.
*ڕانەگرتنی میز لە شێواوکاری دەماری میزڵدان:
لەم بارەدا نەخۆشەکە توشی ڕانەگرتنی میز دەبێت کاتێك بەهۆی نەخۆشیەوە کاری دەماری میزڵدان تێك دەچێت.
جۆرەکانی شێواوکاری دەماری میزڵدان ئەمانەن:
- جۆری شل:
لەم جۆرەدا میزڵدان دەکشێتو میز تیایدا کۆدەبێتەوە پاشان لێی دەڕژێت (ڕانەگرتنی میز).
جۆری گرژ:
لەم جۆرەدا میزڵدان گرژ دەبێتو هەر میزێك بێتە ناری فرێی دەداتە دەرێ (ڕانەگرتنی میز).
ئەو نەخۆشیانەی دەبنە هۆی شێواوکاری دەماری میزڵدان:
-زگماك ناتەواویەکانی میزڵدان.
- زەبر بەمیزڵدان یان دەمارەکانی.
- نەخۆشیەکانی مێشك.
-نەخۆشیەکانی درکە پەتك.
- نەخۆشیە دەماریەکانی میزڵدان.
جۆرە تایبەتەکانی شێواو کاری دەماری میزڵدان:
- شل کار دەماری میزڵدان تێبینی دەکرێت لە ناتەواویە زگماکیەکانی پەتکە دەمار
-شل یان گرژ کار دەماری میزڵدان ئەنجامی توش بونە بە هەندێك لە نەخۆشیە هەناویەکان.
- زەبری ساتەوەختی درکە پەتك دەبێتە هۆی شل کاری دەماری میزڵدانو میز ڕانەگرتن بۆ چەند ڕۆژ یان هەفتە یان مانگ پاشان دەبێتە هۆی هەتا هەتایی گرژ کار دەماری میزڵدان یان شل کاری دەماری میزڵدان.
-شێواوکاری دەماری زگماکی میزڵدان لەم بارە ناتەواویە زگماکانەدا بەدی دەکرێت:
1- باری Myelomeningocele
2- کۆنیشانەی Filum Terminale
3- باری Cauda Equina
-شێواوکاری دەماری میزڵدان ئەنجامێکی زەبرە لەسەر پەتکەدەمار (ئیفلیجییەك لا، ئیفلیجی چوار پەل) بەهۆی ڕودانی:
1- باری Transrerse Myelitis.
2- باری کەرتبونی پەتکە دەمار.
-شێواوکاری دەماری میزڵدان کە دەبێتە هۆی ڕانەگرتنی میز لەم نەخۆشیانەدا بەدی دەکرێت:
1- نەخۆشی فەرەنگی
2- نەخۆشی شەکرە.
3-لوەکانی مێشك‌و درکە پەتك.
4- نەخۆشیە Degenerative یان Demyelinating
5- نەخۆشی Multiple Sclerosis
6-باری Amyotrophic Lateral Sclerosis
- گرژە ڕەق بونی‌ملی میزڵدان لە شێواوکاری دەماری میزڵدان
دەبێتە هۆی گەرانەوەی میز بۆ گورچیلەکان لەگەڵ ماکەکانی ئەم بارە.
-لە شێواوکاری دەماری میزڵدان نابێت کون بکرێتە میزڵدان لە بەر میزڵدان بۆ دەرکردنی میز.
- لە شێواوکاری دەماری میزڵدان پێویستە کۆندۆم‌و بۆری میز دانرێت بۆ نەخۆشەکە بۆ دەرکردنی میز.
- بڕین بەئامێری بین لە میزەڕۆوە ئەنجام دەدرێت بۆ ئەو نەخۆشە نێرو مێیانەی پاش میز یان هەیە پاش میزکردن یان گرژە ڕەقبونی ملی میزڵدانیان هەیە، یان لەنێردا بڕینی ماسولکەکانی کۆنترۆڵی میز لە خوار ملی میزڵدان لەمیزەڕۆدا

کورتیزۆن..
بکوژی زوڵمێکراو

پەرچڤەی: تەلار سالح

هەریەک لەئێمە بەدەگمەن نەبێت- دەرمانی کورتیزۆنی بەشێوەیەک لەشێوەکان بۆمەبەستێکی چارەسەرکردن، لەژیانیدا بەکارهێناوە هەرچەندە کورتیزون زۆرجار وەک دەرمانێکی بەد ناو ناودەبرێت بەڵام چارەسەرێکی کارایە بۆ زۆر حاڵەتی نەخۆشی، یاریزانەکانی تۆپی پێ زوربەیان دەرزی کۆرتیزۆنیان بۆجومگەو بەستەرە شانەکانی لەشیان بەکارهێناوە، یاخود ئەگەر جارێک لەجاران توشی هەستیاری لەسنگ یان پێست یان چاو یان لوت بوو بێت، ئەوا بەدڵنیایی پەنات بۆکورتیزون دەبرێت لەشێوەی حەب یان دەرزی یان مەرهەم یان قەترە یان بەخاخ.

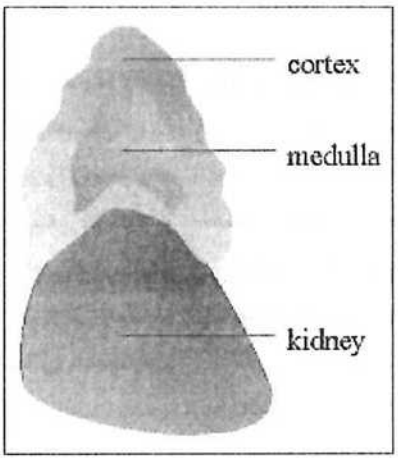
کورتیزون میوانێکی هەمیشەییە لەناو لەشی مرۆڤ، رژێکی بچوک کەدەکەوێتە سەر گورچیلە، بەدەربڕنێکی وردتر تۆیکڵی سەرە گورچیلە رژێن لەخوێندا راستەوخۆ دەیڕژێت وەک یەکێک لەکوێرە رژێنەکان واتا ئەو رژێنانەی کەناڵیان نیە بۆ دەردان یان رژاندن ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت ئەم مادەیە واتا کورتیزون بەئارەزوی خۆی بەئازادی بەناو لەشدا دێتو دەچێت بەبێ ئەوەی بتوانێت ڕەتبکرێتەوە وەک چۆن داوا لەپزیشک دەکەیت کەلەکاتی نەخۆشیدا کۆرتیزۆنت بۆ نەنوسێت، بەڵام جیاوازییەکەی لەوەدایە لەناو لەشدا بەپری دیاریکراو هەیە، ئەگەر لەسنوری فسیۆلۆژی خۆی بڕەکەی تێپەڕیکرد تەنانەت ئەگەر بۆماوەیەکی کەمیش بوو بەدۆزی دیاریکراویش بوو (حەپێک یان دووان یان سیان) ئەوا دەبێتە دەرمانێکی ئەفسوناوی بەڵام ئەگەر لەم سنورە تێپەڕیو بۆماوەی بۆنمونە دوو ساڵ بەدۆزی گەورە بەکارمان هێنا ئەوا دەبێتە مەترسیدارترین دەرمان کەتاکو ئێستا مرۆڤ دایهێنابێت.



ئەو کورتیزۆنەی باسی دەکەین هۆرۆمۆنی ژیانە، هەر ئەو هۆرمۆنەیە

کەبەهۆیەوە روبەڕوی شڵەژان و مەترسی و هەڵوێستە ناخۆشەکانی پێدەکەین، بەبێ ئەو ژیان نابێت، لەبەر ئەوە نەخۆشی ئەدیسۆن کەرژێنەکە توانای دەردانی کورتیزۆن لەدەستدەدات، نەخۆشیەکی کوشندەیە ئەگەر فریانەکەوین خێرا کورتیزۆنی ئەلتەرناتیڤی بدەینێ.

دەتوانین بڵێین کورتیزون ناوی جوڵەیی هۆرمۆنێکی گرنگی کارایە کەئەویش هایدرۆکورتیزۆنە، چونکە کورتیزۆن خۆی هۆرمۆنێکی سستە نەسودی هەیە و نەزیان و دەبێت بۆ هایدرۆکۆرتیزون بگۆڕێت لەجگەردا ئەوکاتە فرمانە بایەلۆژییەکانی جێبەجێ دەکات وەک لە میتابۆلیزم (زیندەپاڵ) یان رێکخستنی سۆدیۆم یان پۆتاسیۆم لەلەشدا، ئێستاکە زانست پێشکەوتووەو ئەلتەرناتیڤی دروستکراوی دیکەی لەکارگەکاندا بەرهەم هێناوە کەلەتوانایدایە هەمان چارەسەرکردنی پێویست جێبەجێ بکەن.. لەبەرئەوە دۆزە فسیۆلۆژییە کەلەش دەریدەدات بۆمەبەستی چارەسەرکردنی دۆزی هەوکردنەکان یان وەستاندنی بەرگری لەش سودییان نابێت.

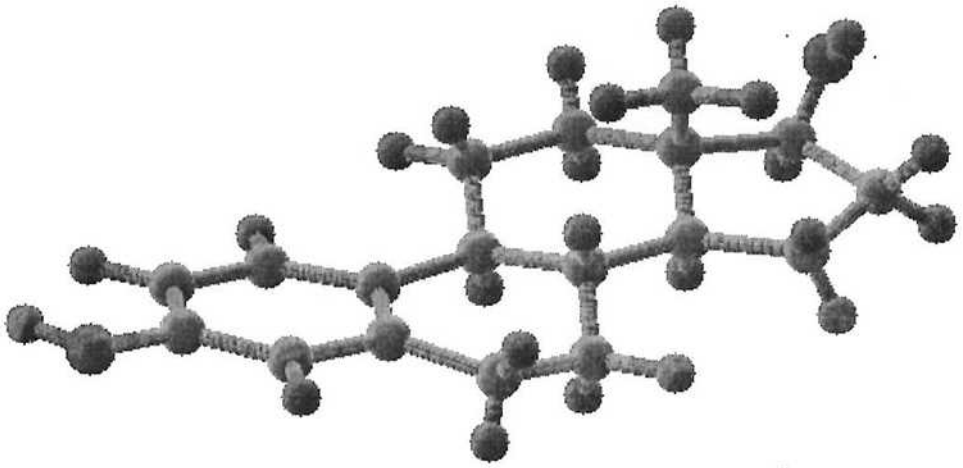


چیرۆکی دۆزینەوەی کۆرتیزۆن زۆر دێرینەو بۆسالّی 1855 دەگەڕێتەوە کاتێک د. تۆماس ئەدیسۆن تێبینیەکانی خۆی لەسەر نەخۆشیەکانی رژێنی سەرگورچیلە، تۆمارکرد لەدوای سالّێک زانای فسیۆلۆژی براون سیکوارد تاقیکردنەوەکانی لەسەر ئاژەڵ بەئەنجامگەیاندو ئەو دوو رژێنەی دەرهێنا بینی ئاژەڵەکان راستەوخۆ مردن، بەڵام ئەم کارەی سیکوارد قبوڵ نەکراو بووە مایەی گاڵتەپێکردنو لەلایەن هەندێک کەسیشەوە بەوە تاوانباریانکرد کە نەشتەرگەرییەکە بۆتە هۆی مردنیان نەک لابردنی رژێنەکان، لەگەڵ کۆتایی هاتنی سەدەی نۆزدەهەم زانایەکی دیکە هەوڵی چارەسەکردنی نەخۆشی ئەدیسۆنیداو کۆرتیزۆنی لەرژێنی ئاژەڵ دەرهێنا بەڵام سەرکەوتنی بەدەستنەهێنا چونکە کۆرتیزۆنە دەرهێنراوەکە لەمرۆڤ وەرنەگیرا بوو، هەروەها بڕەکەشی کەم بوو، لەسالّی 1920 دا ئاشکرابوو هۆرمۆنی کورتیزۆن لە هۆرمۆنەکانی دیکە جیاوازە کە ئەو رژێنە دەریدەدات و گرنگترینیشیان ئەدرینالینە زاناکان ئەوەیان سەلماند کەلەلایەن تۆێکڵی ئەو رژێنەوە دەردەڕێت، لەسالّی 1935دا بەڕێگایەکی دروست کۆرتیزۆن لەورژێنە جیاکرایەوە، پاشان لە کارگە بەڕێگایەکی ئاڵۆز لە ئاوگی زراو دروستکراو بۆیەکەم جار لەسالّی 1949 کەوتە بازاڕی بازرگانیەوە ئەم شۆڕشی داهێنانە کەجیهانی هەژاند بۆ زانای کیمیایی ئەمەریکی ئیدوارد کیندال دەگەڕێتەوە کەخەڵاتی نۆبڵی لەسالّی 1950دا لەسەر وەرگرت، کاتێک کیندال لەسالّی 1972دا کۆچی دوایی کرد، جیهان بەرزگارکەری مرۆڤایەتی لەئازار ناویان برد، بەڵام تاکو ئێستا هەموو جیهان لەچاوەڕوانی ئەو مەعجیزەیەدان ئەو کەسەی بیهێنێتەدی ئەویش شیکردنەوەی ئەو گیروگرفتە ئەزەلیەیە کەچۆن چەکی کۆرتیزۆن بۆئامانجە راستەوخۆکەی ئاڕاستە بکرێت بەبێ بەکارهێنانی بۆهیچ ئامانجێکی دیکە یان راستترە بڵێین بەبێ جێبەجێکردنی هەموو نیشانە بایەلۆژییەکانی دیکە کەنەخۆش پێویستی پێی نیە، بۆنمونە چارەسەری هەوکردن بکات بەبێ ئەوەی پەستان بەرزبکاتەوە، یان چارەسەری هەستیاری بکات بەبێ زیادبوونی رێژەی شەکر.. وبەم شێوەیە ئەگەر ئەمە روبدات دەبێتە دیاری سەدەی نوێ.

تاکو ئەو موعجیزەیە رودەدات پێویستە بەکاریگەری کۆرتیزۆن ئاشنابین، یان بەدەستەواژەیەکی دیکە پێویستە بزانین کۆرتیزۆن کەلەناو لەشماندا هاتوچۆ دەکاتو خانەو شانەکانمان جێدێڵێت، چی دەکات؟ بەکورتی دەتوانین دوو هێڵ یان دوو فرمانی سەرەکی بۆ کۆرتیزۆن دانێین:

1-فرمانێکی ئەوەیە لەگەڵ کانزاو خوێیەکان لەلەشدا مامەڵە دەکات یان راستترە بڵێین لەگەڵ سۆدیۆمو پۆتاسیۆمو هەڵگرتنی سۆدیۆم لە گورچیلەکانداو دەردانی پۆتاسیۆم لەخوێندا، زیاد دەکات.

ئەگەر زانیت خوێی چێشت ناوە زانستیەکەی کلۆریدی سۆدیۆمە ئەوا دەزانین هەڵگرتنی سۆدیۆم یان خوێ ئاوی لەگەڵدا هەڵدەگرێتو لەش هەڵدەئاوسێتو وەک میزەڵانی لێدێت، ئەمە لەباری دۆزە دەرکیە زیادەکاندا.



شێوەی کیمیایی کۆرتیزۆن

2- فرمانەکەی دیکەیان مامەڵە لەگەڵ زیندەپاڵی ئەندامی کاربۆهیدرات و پرۆتین و چەوری دەکات، بەم شێوەیە:

أ- کاربۆهیدرات یان مادە نیشاستەییەکان: بەرهەمهێنانی گڵۆکۆز لەجگەر زیاد دەکات و بەکارهێنانی گلۆگۆز لەخانەکاندا کەمدەکاتەوە ئەمەش ڕێژەکەی لەخوێندا بەرزدەکاتەوەو ئەمەش پێچەوانەی فرمانی ئەنسۆلینە، بەهەمان شێوە دۆزە دەرمانیە زۆرەکان لەوانەیە ببنە هۆی نەخۆشی شەکرە.

ب- پرۆتینەکان: دروستکردنی پرۆتینەکان کەم دەکاتەوەو ئیقاعی ڕماندنیان خێرادەکات، لەبەر ئەوە ماسولکەکان تووشی لاوازی و ئێسکەکان تووشی فشەڵی دەبن و گەشە کەم دەبێتەوەو پێست تووشی پوکانەوە دەبێت، موولولە خوێنەکان تەنک دەکاتەوەو بەئاسانی زیانیان پێدەکەوێت، لەبەرئەوە ساڕێژ بوونی هەربرینێك یان بڕینی گەدە یان دوانزە گرێ زۆر ئەستەم دەبێت.

ج- چەورییەکان: کۆرتیزۆن کاردەکاتە سەر دابەش بوونی چەوری لەلەشدا، ئەمەش نەهامەتیەکانی زیادبوونی کێشە، چەوری لەناوچەی شانەکان کۆدەبێتەوەو لەناوچەی سك زۆر دەبێت و ورگ دروست دەبێت و لەناوچەی دەم و چاویش ئەوە ڕووەدەدات کەپێی دەڵێن دەم و چاوی ئەڵی مانگە کەلەراستیدا پەیوەندی بەکوێرە ڕژێنەکانەوە هەیە.

د- کاریگەرییەکانی دیکەی: کۆرتیزون دژی هەوکردنەکانە، ئەمەش بایەخە گەورەکەی ئاشکرا دەکات کە وایکردووە پزیشکەکان بیکەنە گۆچانێکی ئەفسووناوی دەستیان و ئەو ئامانجەش کە د. کیندالڵ لەپێناویدا کۆرتیزۆنی دۆزییەوە چارەسەرکردنی هەوکردنی جومگەکان بوو بەتایبەتی ڕوماتوید ئەم گۆچانە ئەفسوناوییە لەوانەیە بێت بەخەنجەرێکی تیژو لەپشتەوە نەخۆش بپێکێت ئەگەر هەوکردنەکانی بەکتریاو کێم یان کەڕوی لەگەڵدا بوو، نەخۆشەکەش دۆزی گەورەی لەکۆرتیزۆن وەرگرت بەبێ ڕەچاوکردنی بوونی بەکتریا.

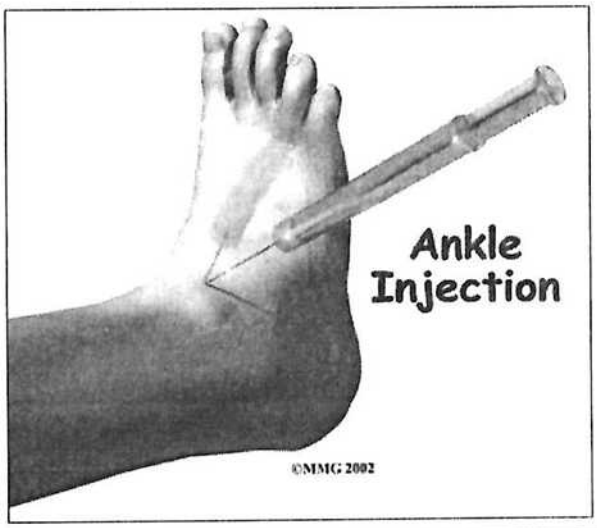
بەهەموو پێوەرەکان دۆزینەوەی کۆرتیزۆنی دەستکرد شۆڕشێکی زانستی گەورەبوو، نرخی یەك گرام لەم هۆرمۆنە ئەفسوناوییە لەسەرەتای دۆزینەوەیدا دوو سەد دۆلار، پاشان نرخەکەی لەساڵی 1965دا بووبە پەنجا سەنت و ئێستاکە نرخی گرانترین دەرزی کۆرتیزۆن تەنها یەك دیناری دەوێت لەبەرئەوە کۆرتیزۆن بۆتە پاڵەوانی زۆربەی ڕەچەتەی پزیشکەکان و لەهەندێك کاتدا تەنها پاڵەوان خۆیەتی، هەندێك پسپۆڕێتی هەیە وەك نەخۆشیەکانی پێست و هەستیاری ئەگەر بڕیاری بەکارنەهێنا و نەنوسینی کورتیزۆن لەڕەچەتەکاندا بدرێت ئەوا ئەو پسپۆڕانە لەوانەیە واز لەپزیشکی بهێنن و لینۆرگەکانیان بەکلیل و قفڵ کڵۆم بکەن.

ئەمە نوکتە نیە، بەڵکو ڕاستیەکە گوزارشت لەو پەندە دەکات کە دەڵێت کورتیزۆن بووە هۆی ئاوەدانکردنەوەی ماڵەکان!!

بێگومان مانّی پزیشکەکان کە سوپاسی د. کیندالّ دەکەن کەلە دەستەوسانی و شکستی رزگاری کردن لەبەردەم زۆرێک لەو حالّەتە ئەستەمانەی پێش ئاشکراکردنی کۆرتیزۆن بەدەستیەوە دامابوون.

بەکارهێنانەکانی کۆرتیزۆن لەچارەسەرکردندا زۆربەر فراوانەو زیادە رۆیی نیە ئەگەر بلّێین سێ بەشی پزیشکی دەگرێتەوە، کەبۆ هەندێک لەپسپۆرێتیەکان هەموو پزیشکییە شێوەکانی بەهۆیەوە کۆرتیزۆن وەردەگرێت، هەموو شێوەکانە وەک حەپو دەرزی و مەرهەمو قەترەو لوسیون.. هتد واتا کتێبی کۆرتیزۆن ئەو روپەرانەیە کەبە فراوانی گەردون کۆتاییان نایەت و بەکارهێنانەکانیشی لەژماردن نایەن وەک نۆرەکانی بەرهەنگی (رەبۆ)و هەستیاری (حەساسیەت) بەهەموو شێوەکانیەوە لەچاو، پێست، سنگ، لووت، ئەکزێمای پێست و گورگە سورەو لوکیمیا (شێرپەنجەی خوێن) و دەردە بلّق.

هەندێک جۆری ئەنیمیاو بەکارهێنانی لەدوای حالّەتەکانی چاندنی ئەندامەکانی لەش و هەوکردنی جگەر، هەروەها لەروماتویدو هەوکردنی جومگەو بەستەرەکان و هەندێک نەخۆشی کۆلۆن و گورچیلەو دەردەشا کەبەرگری دژی دەرمانە ئاساییەکان دەکات، هەروەها کۆرتیزۆن لەکاتی بەرزبوونەوەی رێژەی کالسیۆم لەدوای هەندێک لە گمۆلّە پیسەکان، بەکاردەهێنرێت تەنانەت پزیشکەکانی جوانکاری بۆ ئەوشوێنە زیپکە بەشێوەی دەرزی بەکاردەهێنن کە لەش تێکدەدەن پزیشکەکانی لوت و گوێش بۆ چارەسەری هەوکردنی دەماری حەوت بەکاردی دەهێنن.



بێگومان ئەمانە دلّۆپێک بوون لەدەریای بەخۆری کورتیزۆن و بەکارهێنەرە زۆرەکانی، کەژمارەیەکی یەکجار زۆر لەنامەی ماستەری لەسەر وەرگیراوە لەبەرئەوە کورتیزۆن وەک ئامێرێکی مۆزیکی وایە بەدەستی پزیشکی زیرەکەوە بۆکەمانچەیەکی دەنگ ناسک و بەسۆز دەگۆڕێت، فرمێسکی ئەو کەسانە وشکدەکاتەوە کە ئازاریان هەیەو پەنا بۆ پزیشک دەبەن، بەلّام پزیشکی کەشکۆلّ کەبەبێ هۆشیاری یان تێگەیشتن بەکاریدەهێنێت بەدەستیەوە بۆ تەپلّێکی ناخۆش دەگۆڕێت و هەموان بێزار دەکات و لە دەنگی ناسازی کەرپەبن بەراستی کۆرتیزۆن ئەو کلیلە ئەفسوناوییە کەدەشێت دەرگای بەهەشتمان بۆ بکاتەوەو لەوانەشە بمانخاتەوە ناو ئاگرەوە، بەچەندەها تاوانیش کراون لەژێر ناونیشانی چارەسەرکردنی بەکۆرتیزۆن. نەخۆشیەک هەیە پێی دەوترێت کۆشینگ کەبەهۆی ئەو هەموو کۆرتیزۆنەوە دروست دەبێت کەپزیشکەکان بەراست و چەپدا بۆنەخۆشی دەنووسن، لەکتێبی پزیشکیدا ناو دەبرێت بەکۆنیشانەی کوشینگی هەڵەی پزیشکی atrogenic cushing syndrome ئەمەش نیشانەکانیەتی:

-زیادبوونی ژمارەی جارەکانی ئاو خواردنەوەو میزکردن.

-زۆر بوونی ئارەزوکردنی خواردن.

-زیاد بوونی کێش.

-لاوازی زۆرو هەستکردن بەشەکەتی.

-لەدەستدانی قژو لاوازی گەشەکردنی.

-زۆربونی بۆیەکانی پێست، لەبەرئەوە رەنگی کەسەکە توخ و تاریک دەبێت.

-لاوازی و پوکانەوەی پێست و دەرکەوتنی پەڵە لەسەری.

-نەزۆکی.

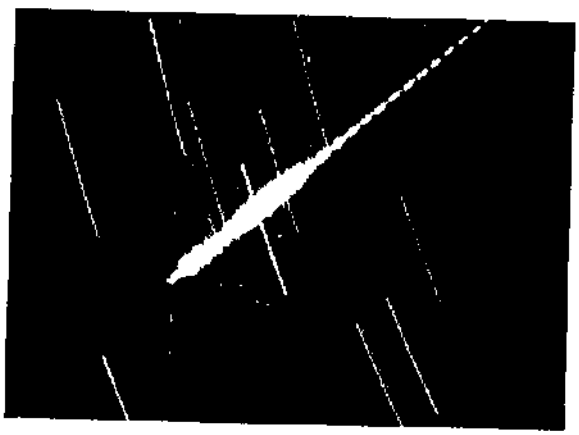
-زوو توشبوون بە بەکتریاو ڤایرۆس و کەرووی نەخۆشیەکان.

ئەو کلکدارانەی هەرگیز لەزەوی دەکەن

پەرچڤەی: تەها ئەحمەد ڕەسوڵ

لەماوەی دە ساڵی داهاتوودا.

لەساڵی 1970دا یەکێک لەو کلکدارە زۆرو زەوەندانەی لەسەر خولگەی خۆیان، لەنێوان هەسارەکانی کۆمەڵەی خۆرەکەماندا ڕەتدەبن لەڕەوتەکەی خۆی لایداو چونکە ئەوەش دووبارە دەبۆوە هیچ کام لەگەردوونناسەکان گرنگییەکی ئەوتۆیان پێنەدا، بەڵام لەساڵی 1992دا ئەو کلکدارە نێجگار زۆر لە هەسارەی مشتەری نیزکبۆوەو چووە نێو ناوچەی هەژی کێشکردنیەوە، ئەم جوونە دژوارەش گەردوونناسی ئەمریکی (یۆژین شۆمیکەر) و (کارۆلین)ی هاوسەری ئاگاداری بوونو لە 25ی مارتی 1993دا لەڕوانگەی گەردوونیی سەر بەوڵایەتی کالیفۆرنیا ڕایانگەیاند کە پێداماڵینی ئەو کلکدارە ڕاکردووە بەهەسارەی



لەماڵراو لەهەموو ئەدگارێکی بینرا.

کۆنگرێسی ئەمریکی داوای لەوەکالەتی گەردوونی (ناسا) کرد کە تۆژینەوەیەک سەبارەت بەو کلکدارانە بکەن کە لە زەوی نزیکدەبنەوە

لەماوەی دە ساڵی داهاتوودا.

لەساڵی 1970دا یەکێک لەو کلکدارە زۆرو زەوەندانەی لەسەر خولگەی خۆیان، لەنێوان هەسارەکانی کۆمەڵەی خۆرەکەماندا ڕەتدەبن لەڕەوتەکەی خۆی لایداو چونکە ئەوەش دووبارە دەبۆوە هیچ کام لەگەردوونناسەکان گرنگییەکی ئەوتۆیان پێنەدا، بەڵام لەساڵی 1992دا ئەو کلکدارە نێجگار زۆر لە هەسارەی مشتەری نیزکبۆوەو چووە نێو ناوچەی هەژی کێشکردنیەوە، ئەم جوونە دژوارەش گەردوونناسی ئەمریکی (یۆژین شۆمیکەر) و (کارۆلین)ی هاوسەری ئاگاداری بوونو لە 25ی مارتی 1993دا لەڕوانگەی گەردوونیی سەر بەوڵایەتی کالیفۆرنیا ڕایانگەیاند کە پێداماڵینی ئەو کلکدارە ڕاکردووە بەهەسارەی

قەبارە گەورە واقیعێکە لادانی تێدا نییە. (شۆمیکەر) و ژنەکەی چاوەدێری جوولەی ئەو کلکدارەیان دەکردو ساتی پێداماڵینی چاوەڕوانکراویان بەوردی دەستنیشان کرد؛ کە ئەویش لەمانگی گەلاوێژی 1994 دا ڕوویدەدا. زیاتر مەزەندەیان کردو ڕایانگەیاند کە ئەو کارەساتە لەنێوان 17 و 24 ی گەلاوێژی 1994دا دەبێت، ئیدی لەناکامە پڕ مەترسییەکانی ئەو پێداماڵینەیان دەکۆڵییەوە چونکە کلکدارەکە وەختێ بەرەو مشتەری کێش بووە سەری هەڵدرون بووەو، بووە بەبیست پارچەوە، تیرەی هەرەیک لەو پاراچنەش (پارچە بەردەکان) لەنێوان کیلۆمەترێک بۆ چوار کیلۆمەتردا بوون، هەروەها خێرایی کلکدارەکەش 216 کیلۆمەتر بووە لەکاتژمێرێکدا، بەواتای خێرایی لەشەمەندەفەرێک زیاتر بووە.

زاناکان چاوەڕێی ئەو پێداماڵینەیان دەکرد، بۆ ئەو کلکدارە بێ ناوەش کەنۆیەم دۆزینەوەیان بوو لەکلکدارەکاندا ناویان نا (شۆمیکەر – لیڤی – 9) بەپێی ناوی دۆزەرەوەکەی. لەڕاستیشدا ئەو یەکەمین پێداکێشانە ڕوویدا لەو مێژوو و بەروارەی کەدایاننا بوو، بەوەش وەسف کرا کەوێنەیەکی بچووککراوەی ڕۆژی قیامەتە، بەڵام دانیشتوانی سەر ڕووی زەوی هەستیان بەهیچ نەکرد ئەوەش لەبەرئەوەی مەودای نێوان زەوی و ئەو هەسارەیە لەیەکترەوە زۆر دوورەو، نزیکە لە 628 ملیۆن کیلۆمەتر.

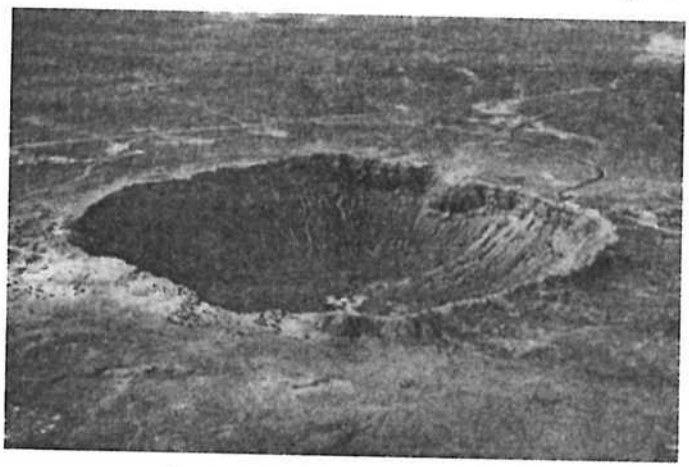
لەبەر دژواری و توندی پێداماڵینەکەش، ئەو تیشکانەی لێی پەیدابوون لەسەر ڕووی مانگە (پاشکۆ) گەورەکاندا پەخش بۆوەو دەتوانرا بەڕوونی لەسەر زەوییەوە وێنەی بگرن، بەپێی چڕی ئەو تیشکدانەوانەش لەسەر مانگەکان و وێنەگرتنی شەبەنگەکانی، زانایان توانیان مەزندەیی ئەو تەقنیەوانە هەڵسەنگێنن کەدوا بەدوای یەک لەماوەی هەشت ڕۆژدا ڕوویاندا. ڕوانگە گەردوونیەکان ئەوەیان تۆمار کرد کە یەکەمین تەقینەوە بەهۆی پێداماڵینی بەردێکەوە بووە کەتیرەکەی 3،2 کیلۆمەتر بووە، توندی تەقینەوەکەش هاوتای تەقینەوەی نۆ ملیۆن میگا – تەن دەبوو لەتی ئێن تی و زۆرتر لەتەقنیەوەی بۆمبە ئەتۆمییە پەنگ خواردووەکان کە لەئەمبارە سەربازییەکانی وڵاتە گەورەکاندا هەیە، زانایان وایان لێکدایەوە کەتەقنیەوەیەکی بەو چەشنە هەڵبەتە دەبێت چەند چاڵێکی کردبێتە سەر ڕووی هەسارەکە، ئەو چاڵەی کەتیرەکەی لەزەوی گەورەترە، تەقینەوەکان زیاد لەبیست جار بەدوای یەکدا ڕوویانداو زانایان وتیان ئەگەر نەوە لەسەر ڕووی زەوی بووایە سیمای شارستانیەتی مرۆڤایەتی نەدەماو زەمین بۆ پێش 65 ملیۆن ساڵ دەگەڕایەوە.

ڕوونکردنەوە لەسەر ڕووداوەکە

وەسفی ڕووداوەکەمان کرد، لێرەدا گونجاویشە کەتیشکێک بخەینە سەر کلکدارەکەش. چونکە جیهانی کلکدارەکان هێشتا بەنهێنی ماونەتەوە، هێشتا کە هەموو لایەنەکانی دەستنیشان نەکراوە، لەبەرئەوە زاناکان لەسەریانە پەردە لەڕووی ئەو نهێنیانە هەڵماڵن.. ئەمەش لەبەرئەوەی زۆربەی کلکدارەکان لەدەوری خولگەی زەوی دەسوڕێنەوەو پیایدا ڕەتدەبن، پێشتریش کەزۆری بەسەردا تێنەپەڕیووە وەختێک کلکداری ناسراو (هالی) لەساڵی 1986دا لێمان نزیک بۆوە کەدەتوانرا بەچاوی ئاسایی ببینرێت، ئەویش لەهەموو 76.1 ساڵێکدا بەلامانداو ڕەتدەبێت، ڕوانگەی (حەلوان)یش توانیبووی لە 1910 دا وێنەی بگرێت.

ساڵی 1986 زانایان بەهەلیانزانی ئەو نزیکبوونەوەیە بە بەکارهێنانی ئامێرەکانی سەردەمی بۆشایی دابنێن کە پێشتر بۆیان هەڵنەکەوتبوو. هەستان بەسازدانی خولگەی دەیان لەمانگە دەستکردەکانو کەشتییە ئاسمانیەکان بۆ وێنەگرتنی لەو مەودایانەوە کەپێشتر نەدەتوانرا هێندە نزیک ببنەوە. لەو هەوڵەشدا زانایانی ئەو وڵاتانە بەشداربیان کرد کە لەبواری گەردوونیدا پێشکەوتوون، وەک یەکێتی سۆڤیەت (جاران) و ویلایەتە یەکگرتووەکانو ژاپۆنو وەکالەتی گەردوونی ئەوروپی و ئەڵمانیای یەکگرتوو و ئیتاڵیا. هۆی ئەو هەماهەنگییەش، هەوڵێک بوو بۆ کردنەوەی بادیارەکانی نهێنی کلکدارەکان کەهێشتان زانایان لەو بڕوایەدان کەپێکهاتەی مادییان لەدۆخی بەستوودایە (سەهۆڵین)، وەک ئەوەی لەساردکەرەوەیەکی –یەخچاڵ– ی گەردوونیدا بێت، هەروەها لەخولگەی هێلکەییدا دەسوڕێنەوە، بەڵام ئەو تەوەرانە تەشیلەیی و درێژبوونەوەیەکی ئێجگاریان هەیەو ڕۆدەچنە نێو بۆشاییەوە تاوەکو بلیۆنان کیلۆمەتر. هەروەها سەبارەت بەو کلکدارانەش کە لەکۆمەڵەی خۆرەوە نزیکدەبنەوە، وەختێک دەچنە ناوچەی کێشکردنی یەکێک لەهەسارەکان ئەوا بەرەو ڕووی بەکێش دەکرێتو بڕێک

لەخولگەکەی لادەداو سەرلەنوێ نغرۆی نێو بۆشایی قوڵ دەبێتەوە، ئەوەی لەکلکدارەکاندا مایەی سەرنجە دوور لەتەنە ئاسمانیەکانی دی، شێوە تایبەتیەکەیەتی کە سەیرو سەمەرەیە. چونکە لەپاش خۆیەوە کلکێکی درێژ ڕادەکێشێتو درێژی هەندێکیان هەزاران یان ملیۆنان کیلۆمەتر دەبێت، بەدەروی سەریشیدا کەوا پێدەچێت هەموو مادە بەردینەیەکەی لەوێدا چڕ دەبێتەوە، تیشکێکی درەوشاوە پەخش دەبێتەوە، سالانێکی درێژ مادەی پێکهاتووی کللکو پاشووی کلکدارەکان زانایانی سەرسام کردبوو، چونکێ تەنکو ڕوونەو هیچ لەتیشکی ئەستێرەکانی پاش خۆی ناشارێتەوە، هەمیشەش ئەو پاشکۆیە (کلکی) کلکدارەکە ڕووەو ئاراستەیەک دەگەڕێت کە لەخۆر دوورەکەوێتەوە یان کلکی دوور لەخۆر ڕادەگرێت.



ئەوەی کە تەماشای دەکات و ئاگاداری جوولەکەی بێت وا دێتە پێش چاوی تاوسێکە لەنێوان ئەستێرەکاندا فێڵ دەکات و تەڵەکەبازی دەنوێنێت.

هەمیشە کلکەکەی دوور لەسەری ڕادەکێشێت کە شەبەنگێک لەتیشک دایپۆشیووە. ئەوەی سەیریشە لە کلکدارەکاندا ئەوەیە کە کلکی هەر یەکێکیان جێگیر نییە، بەڵکو درێژییان زیاد دەکات وەختێ سەری تواوەی نزیکدەبێتەوە لەخۆر، کاتێکیش کە لێی دوور دەکەوێتەوە درێژییەکەی ڕووەو کەمی مل دەنێت، سەلمێنراویشە لەشیکارییەکاندا کەشەبەنگی ئەو تیشکانەی لەسەرو کلکیدا دەردەپەڕن چڕی مادە لەسەریاندا کۆدەبێتەوە کە هێندەی کارگەیەکی کیمیایی دەچێت، ناوکی گەردیلەکانی مادەکەی کە لەبەردو تەپوتۆز پێکدێن دەگۆڕێن بۆ پێکهاتەی کیمیایی و ئایۆناتی کارەبایی.

هەروەها خێرایی کلکدارەکەش لەبەر خولگەکەی جێگیر نییە، زۆر دەبێت چەندە لەخۆرەوە نزیک ببێتەوەو بەدوورکەوتنەوەی کەمدەبێتەوەو ئیدی بێ هاوتا لەبۆشایی ئاسماندا نقوم دەبێت

دەرکەوتنی کلکدارەکان لەئاسمانی زەویدا بەشێوەیەکی ئەوتۆ بەخرافاتو بیری پووچەوە لکاوە، زۆرینەی خەڵکی پەیوەندی ڕووداوەکانی لافاوو بوومەلەرزەو وشکیو قاتوقڕی ژینگەو کارەساتەکانیان بەوانەوە لێك داوەتەوە، هەندێکیش لەدەرکەوتنو دیارنەمانیاندا کورسی دەسەلاتو جەنگەکانیان بەوانەوە گرێداوە، لەبەرئەوە کلکدارەکان لەزۆرینەی سەرچاوەو کتێبە کۆنەکاندا ناویان هاتووە، بۆ نمونە لە (ئەلیادە)دا وا وەسف کراون کەهەستیان هەیەو پەتاو قاتوقڕیو نەخۆشییان لێدەکەوێتەوە. لەئەندەبی عەرەبیشدا ناوی لەکتێبی (الکامل) و ئیبن ئەسیردا هاتووە، وا وەسف کراوە کە کلدارێك (لەچەپی قیبلەوە دەرکەوتووە هەروەك قوڵینگێك کە کلکێکی درێژی هەبووەو مرۆڤ لێیان کردۆتەوە".

(ئیبن ئیاس) یش لەمێژووی ڕووداوەکانی ساڵی 860ی کۆچیدا وا ناوی بردووە "لە ئاسماندا ئەستێرەیەك دەرکەوتووە کەکلکێکی درێژی هەبووەو ڕووەو ڕۆژهەڵات کشاوە، بەهۆیەوە قسەی خراپو ناشیرین لەنا وخەڵکیدا زیادی کردووە!!".

لەسەردەمی نوێشدا چەند کلکدارێك وێنەیان گیراوەو ناویان لێنراون بۆئەوەی لەکلکداری هالی جوێ بکرێنەوە، یەکێکیان کلکداری (کەۆتیك)ە کەماوەکەی بەدەوری زەویدا هەموو 75 هەزار ساڵ دوبارە دەبێتەوە، کارگەی ئاسمانی ئەمریکی (سکای لاپ) ساڵی 1974 وێنەی گرتووە لەکاتی نزیکبوونەوەی لەزەوی، کلکدارێکی دیکەش کە ناوی (ئیراس)ە لەساڵی 1983 دا وێنەی تۆمار کراوە. بەڵام ئەو کلکدارەی کە ئێمە مەبەستمانە، ئەوەیە کە خۆی کێشا بەهەسارەوی مشتەریداو یەکەمین پێدامالینی بۆشایی

گەردوونی دروست کردو تاوەکو ساڵی 1970 وەک ئامازەمان پێدا بەنادیاری مابۆوە.

نهێنیەکانی هەسارەی مشتەری

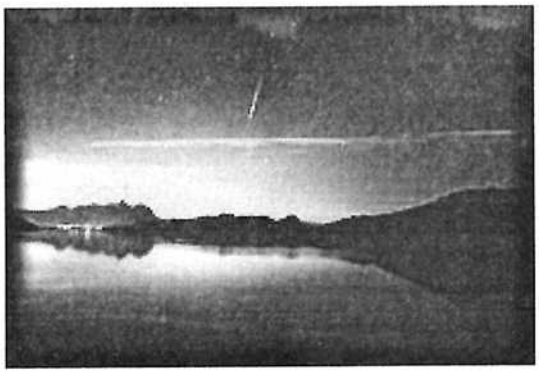
هەسارەی مشتەری دادەنرێت بەنێوەندی زنجیرەی دووری هەسارەکانی کۆمەڵەی خۆر لەخۆرەوە، پێنجەمین ژمارەیە لە سیستمی دووری هەسارەکان (نۆ هەسارەکە) کە بەپێی دوورییان بەم چەشنەن: عەتارد – زوهرە – زەوی – مەریخ – مشتەری – زوحەل – ئۆرانۆس – نبتۆن – بلۆتۆ.

دووری مامناوەندی لەخۆرەوە 778 ملیۆن کیلۆمەترە، مشتەری لەهەسارەکانی دیکە بەوە جیادەکرێتەوە کە لەهەمووان گەورەترەو تیرەکەی لەچاو زەویدا (2، 11) جار گەورەترەو قەبارەکەی (1295) جار لەزەوی گەورەترە سەرباری ئەوە لەهەمووان دەوڵەمەندترە لەکێشکردنی پاشکۆکانیدا، مانگەکانی ژمارەیان 16 مانگەو هیچ کام لەهەسارەکان ئەوەیان نییە.

بەدەوری خۆردا یەک جار کەدەسوڕێتەوە 11 ساڵ و 313 ڕۆژ دەخایەنێت، بەڵام کەبەدەروی خولگەکەی خۆیدا دەخولێتەوە ماوەی نۆ کاتژمێر (نۆ کاتژمێرو 55 خولەک) زیاتر ناخایەنێت، بۆ پشکنینی سەر ڕووی مشتەریو مانگەکانی، ولایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا کە شتی ئاسمانی (بیونیز – 10) ی لەساڵی 1972 دا هەڵداو کەشتیەکە لەگەڵ خۆیدا نامەیەکی نووسراوی هەڵگرت لەگەڵ وێنەداو بەئاگادارییەوە ڕووەو کێشکردنی مشتەریان نارد بۆئەوەی ئەگەر هەر بوونەوەرێکی ژیر لەسەر ڕووەکەی هەبن بگات بەدەستیان، نامەکە لەسەر پارچە کانزایەک هەڵکۆڵرا بوو وەک ئەوەی بڵێت (ئێمە لەسەر ڕووی هەسارەی سێیەم دەژین، ئەم نامەیەش بەکەشتیەکدا ڕەوانە دەکەینو ژیان لای ئێمە لەسەر بنچینەی نێرو مێ بەڕێوە دەچێت).

لەساڵی 1977دا ولایەتە یەکگرتووەکان دوو کەشتی دیکەی نارد لەجۆری (ڤۆیجەر) بۆ سەردانی چوار لەهەسارەکانو مشتەری یەکێکیان بوو، یەکەمیان لێشاوێک لەخاسیەتەکانیو پێکهاتەی مانگەکانی پیشاندا، بە ڕوانگەکانی زەوی زانایان ئەو زانیاریانەیان چنگ نەکەوتبوو لەبارەیەوەو ئەوە ڕوون بۆوە لەوێنە ئاسمانیەکاندا کەپشتێنەیەک بەدەوری مشتەریدا دەسوڕێتەوە، پشتێنەکە ئەستووری 35 کیلۆمەترەو لەبەرزی 60 کیلۆمەترەوە لەسەروو هێڵی یەکسانی – کەمەریی – هەسارەکەدایە. ئەو پشتێنەیە لەبەردو تەپوتۆزی گەردوونی پێکهاتووەو وا لێکدەدرێتەوە بەهۆی هەپرون بوونی یەکێک لەمانگەکانی هەسارەکە پەیدا بووبێت.

هەروەها وێنە ئاسمانیەکان ئەوەیان پیشاندا کە ناوچەیەک لەسەر ڕووەکەی کەلای زانایان بە (چاوی سوور – سەرچاوەی سوور) ناسراوە ڕەنگەکەی لەسورەوە بەرەو قاوەیی دەگۆڕێت، ناوچەیەکە تیایدا گێژەنو گێژەڵووکەی شەپۆلدار هەیەو با بەجوڵەیەکی حەلەزۆنی (لوولپێچ) هەڵدەکات بەچەشنی گەرداوە یاخیو سەرکێشەکان، خێرایشیان لە 400 کیلۆمەتر کەمتر نییە لەکاتژمێرێکدا، ئەوەش جوڵەی هەوا نییە بەڵکو جوڵەیەکی گەرداوە لەگازی هیلیۆمو ئامۆنیا و هایدرۆجینو هەندێک لەهەڵمی ئاو.



وێنەگرتنی ڕووداوەکە

وەک ئەوەی لەساڵی 1986 دا ڕوویدا سەبارەت بەکلکداری هاڵی، ئاواش کلداری شۆمێکەر زانایانی هاندا بۆ وێنەگرتنی پێدامانێنەکەیو ئاکامەکانی بەچەند ڕێگەیەک، هەروەها بەهەمان وێنەگرتنی باوەوە کەپشت بەڕوانگە گەردوونیەکانی سەر زەوی دەبەستێت، ئەزموونی بەدەست هاتوو لەڕێگە نوێیەکانی سەردەمی بۆشایی زۆری دیکەی خستە سەر خەرمانی ڕوانگەی زەویو ئامێرەکانی.

سەرباری توانستی وێنەگرتنیش لەو مەودایانەوە کەزۆر نزکین لەهەسارەکەو مانگەکانی، دوای دەربازبوون لەزۆرینەی لەمپەرەکانی وەک بوونی هەورو تەپوتۆزی لێڵ لەبەرگی گازی زەویداو دوچاربوون بەشکاندنەوەی تیشک لەسەر چینەکانی، بڵاوبوونەوەی وێنەکانیش بەهۆی ئەو تیشکانەوە کە

لەشارەکانەوە دەردەچن شەوانە، لەپاشاندا وێستگاکانی زەوی لەکاردابوون بۆ ئاڕاستەکردنی کەشتییە ئاسمانیەکان کەلەڕووداوەکەوە نزیکبوون، بۆ ئەوەی هەستن بەگەیاندنی ئەو وێنانەوە کەڕوویدەدا، لەو کەشتییە ناودارانەش، کەشتی (ماجەلان) بوو کە چەند ساڵێکە لەبۆشاییدایە، هەروەها کەشتی ئاسمانی (گالیۆ) کەساڵی 1989 لەپێناوی تۆژینەوە لەهەسارەی زوهرە هەڵدراو لەدواتریشدا بۆ لێکۆڵینەوە لەهەسارەی مشتەری لەنزیکەوە ساڵی 1995، بەو کەشتییەش توانرا ڕێگەیەک بدۆزرێتەوە بۆ قۆستنەوەو هێشتنەوەی لەنێوان کێشکردنی مشتەری و زەویدا، ئەوەش بەرپێیە کەکەشتیەکە بەرەو مەبەستەکەی بەکێش بکرێت لەنزیکبوونەوەی لەسەر ڕووی مشتەرییەوە.

هەروەها ئاڕاستەکانی وێنەگرتنی کەشتی (ڤۆیجەری 2) کە بەر لەدوانزە ساڵ هەڵدراوەو لەدووری 6 ملیۆن کیلۆمەترەوە لەهەسارەکەوەیە، بۆ وێنەگرتنی پێداماڵینەکەو ئاکامەکانی. شوێنی ئەو کەشتیە زۆر گرنگ بوو و ڕێگەی پێدرا راستەوخۆ وێنە بگرێت، ڕووی ئەو هەسارەیە تۆمار بکات کە لەزەوییەوە دوورەو باش نابینرێت، گرنگترین ئەو وێنانەی پێداماڵینەکەیان گەیاند ڕوانگەی بۆشایی ئەمریکی (هابڵ) بوو کەچاکسازی لەخاسیەتەکانیدا کرابوو بەو دواییە.

هەروەها کەشتیەوانانی ئاسمانی ئەمریکی (کۆلۆمبیا) ڕاسپێردران کە لەوکاتەدا لەبۆشایدا بوون وێنەی پێداماڵینەکە بگرن، بەڵام کەشتیەوانەکان نەیانتوانی ئەوە بکەن، زۆربەی ڕوانگە ئاسمانیەکانی زەوی لەوەدا سەرکەوتن کەوێنەی ئەو تیشکە پرشنگدارو بێ هاوتایانە بگرن کە شانبەشانی تەقینەوەکان دەردەپەڕین و دەکەوتنەوە لەسەر ڕووی مانگەکانی مشتەری، لەوانەش ڕوانگەی باشووری ئیسپانیاو ڕوانگەی (قتامیە) لەمیسر، چەندین ڕوانگەی دیکە لەویلایەتە یەکگرتووەکان و فەرەنسا و بەریتانیا، زانایان گەیشتنە ئەو بڕوایەی کەتوندی تەقینەوەکان کەدوابەدوای یەک لەماوەی هەشت ڕۆژدا ڕوویاندا بەپێوانی بەهێزی تیشکدانەوە لەسەر مانگەکان بەتایبەتی مانگی (ئایۆ)، کەتیایاندا ئەو پەڵە تیشکە وێنەگیراوانە تیرەیان زیاتر بووە لەتیرەی زەوی بەسێ جار، هەروەها زانایان پێوانەیان بۆ شەبەنگە گازییەکانیش کرد لەگازی (میسان) کەهاوشانی تەقینەوەکان بووە لەگەڵ گەرمبوون و تیشکدانەوەدا.

ئیستێك لەبەردەم ئەنجامەکاندا

ئەو پرسیارەی بەسەر زمانی خەڵکی و زۆربەی زانایانەوەیە ئەوەیە: چی ڕوویدەدا گەر ئەو پێداماڵینە لەسەر زەوی بووایە؟ چۆن بتوانین ئەو مەترسییانە لەزەوی دوورخەینەوە بەرامبەر بەبوونی (15) کلکدار کەخولگەکانیان لەنزیك خولگەی زەوییەوەیە؟

بەڵگەو ڕاستییە زانستییەکان ئاماژە بەوە دەکەن کە جۆری ئەو پێداماڵینە بەزەوی ئەگەر ڕووبدات، بەهۆیەوە تەپوتۆزێکی چڕ بەرز دەبێتەوەو بەسە بۆئەوەی چەند مانگێك ڕووی تیشکی خۆر لەزەوی دابپۆشێت، لەئاکامیشدا ئەو شەپۆلە گەرمیانە ڕوویاندەدا کەبەسن بۆ بەهەڵم بوونی ئاوی دەریاو ئۆقیانووسەکان، بۆ سووتاندنی درەختو دارستانەکانو خەفەکردنی هەموو وێنەکانی ژیانی ئاژەڵانو مرۆیی، ڕووی زەوی دەبووە گۆیەکی کاکی بەکاکی سامناك، ئەژیانی لەسەر بێ و نە ئاو، ئەو وێنەیە دەگەڕایەوە کە زاناکان وا دەهاتە پێش چاویان زەوی بەر لە 65 ملیۆن ساڵ هەیبووەو ئەو تێکچوونە هۆیەك بووە بۆ نەمانی دونیای زیندەوەرانی نێو ئاو (خاکئاوی) و ئاژەڵو باڵندە زەبەلاحەکان کە لەکتێبە کۆنەکاندا وێنەی کێشراوە بەر لەسەرهەڵدانی سەردەمی شیردەرو گەشەسەندنی ژیانو لەگەڵیدا پەیدابوونی مرۆڤ بەشێوە سادەکەی.

ئەوەش وای لەزانا چینیەکان کرد زانایانی جیهان بانگهێشت بکەن بۆ هاوکاری لەلێکۆڵینەوە دەربارەی تەنە فڕیووە ونەکانی نێو بۆشایی، بەتایبەتی ئەو پارچە پەڕیوانەی کە لەکلکداری شۆمپکەر بوونەتەوە لەساتی نزیکبوونەوە لەبەرگی گازی مشتەری، لیژنەی زانستەکان لەکۆنگرێسی ئەمریکی بڕیارێکیدا کە وەکالەتی بۆشایی (ناسا) ڕابسپێرێت بەئامادەکردنی تۆژینەوەیەك سەبارەت بەو کلکدارانەی لەزەوی نزیکدەبنەوە لەماوەی دە ساڵی داهاتوودا.

بێگومان حاڵەتی ترس و تۆقاندنیش بەسەر زانایاندا زاڵبوو، بەرامبەر بەگریمانەی دووبارە بوونەوەی هەمان پێداماڵین ئەمجارەیان لەگەڵ زەویدا، کلکدارە گەڕۆکەکانیش خولگەکانیان خولگەی زەوی دەبڕن لەماوەی جیا جیادا، ئەوەش بەر لەچەند مانگێك کە بەڕاستی ڕوویداو جیاوازی

کاتیش لەو بڕینەدا لەنێوان خولگەی زەوی و خولگەی یەکێک لەو کلکدارانە تەنها شەش سەعات بوو.

لەم دواییانەشدا کۆمەڵێک لەزانایانی بەریتانی ئەوەیان دەستنیشان کرد کە کلدارێک هەیەو ناویان لێنا (ماکهۆلز - 2) بەخێراییەکی ئەوتۆوە ڕووەو خۆر دەکشێت، ئەوەیان بۆ دەرکەوت کە بووە بەچەند پارچەیەکەوەو هەندێکیان ناڕاستەیان ڕووەو زەوی مل دەنێن، بەڵام زۆربەیان ئەوەیان ڕوونکردەوە کە گرانە بەپێشبینیکردنی ڕەفتاری ئەو پارچانە، وا دەبینرێت کە پاش سەد ساڵی دیکە لەزەوی نزیکدەبنەوەو چارەنووسیان هەر وا ئاسان نییە ئێستا بزانرێت، چونکە بەکێشکردنی زۆر زەوەندی مشتەری دەورۆژێنو ڕەنگە هەسارەکانی دیکەش کاریگەرییان لەسەریان هەبێو بەرەو دەرەوەی کۆمەڵەی خۆر سەریان لێ تێک دبەن.. یاخود کار لەخولگەکانیان بکرێو ڕووەو تەوەرەی زەوی پاڵ بنرێن، ئەمەش ئەگەر شتێک ببێکێت، ئەوەیە پێویستە زۆرتر تۆڕینەوە لەسەر زانینی ئەو هۆکارانە بکرێن کەدەسەڵاتیان هەیە لەسەر جوواڵەی کلکدارەکان، هەروەها زۆرتر پرۆسەی پشکنینو وێنەگرتن بگرێتە بەر بۆ بەداداچوونی ئەو جوواڵەیە، ئەمەش وای لەهەندێک لەزانایان کرد کە دەست بەکاربن بۆ ئامادەکردنی بۆمبە هایدرۆجینیەکان، خۆئامادەکردنیش بۆ هەڵدانی ئەو موشەکانە ڕووەو ئەو کلکدارانە بەرلەوەی لەزەوی نزیکدەبنەوە، بۆئەوەی بتەقێنرێنەوە پێش ئەوەی پێداماڵین ڕووبدات، هەرچەندە ئەم بانگهێشتەش شتێک لەتوانستو چاونەترسی تێدایە بەڵام هەڵگری شتێکیشە لەهەڵەشەیی، چونکە ئەوەی وەڵاناوە کەتەقنیەوەیەکی بەوشێوەیە لەکلکدارەکان شانبەشانی پەرش بوونەوەی خۆڵەمێشو تیشکدانەوەی کۆژمر دەخەنەوە کە لەسەر زەوی ڕوودەدەنو دەکەونەوە خوارەوە، لەبری ئەوەی ئەو پێداماڵینو دۆزارییە بۆ زەوی، بیر لەوە دەکەنەوە کە ئاکامەکانی لەسەر سەری ملیۆنان مرۆ لێکبدەنەوە. هەرچەندە گەردوونیش حاڵەتێکی هاوسەنگی بەسەریدا زاڵە، بەڵگەش بۆئەوە بوونی ملیۆنانو بەڵکو بلیۆنان لەتەنە ئاسمانیو گەردوونیەکانە بەبێ ئەوەی تێکچوون لەنێوانیاندا ڕووبدات جگە لەپێداماڵینە ئاوازەو دانسقەکان نەبێت، لەکاتێکدا ئەو تەنانەش بە بلیۆنان هەنو ڕەپت و زەبتی لەنێوانیاندایە لەو ساتەوە کەخواوەند دروستی کردوون، بەر لە 14 ملیار ساڵ، لەوبارەیەوە قورئانی پیرۆز لەچەند سورەتێکدا فەرموویە:

-لا الشمس ينبغي لها ان تدرك القمر ولا الليل سابق النهار وكل في فلك يسبحون، يس 40.

-يغشي الليل النهار يطلبه حثيثا والشمس والقمر والنجوم مسخرات بأمره، الاعراف 54.

شێوەی پێداماڵین لەنێوان تەنە ئاسمانیەکاندا دانسقەنو لەسەر ڕووی زەوی چەند وێنەیەکی کەمو ئاوازەیان هەیە، وەک دەرکەوتنی ستێر (الشهب) و کەوتنی نەیزەکەکان، ئەوەشی کەڕوودەدات بەڵگەیە بۆ توانای خواوەند لەبڕینی هاوسەنگیدا کەهەیە لەگەردووندا، با مرۆڤەکان بیریان بێتەوە کە دەفەرمێت: الذي خلق سبع سماوات طباقا ماترى في خلق الرحمن من تفاوت فارجع البصر هل ترى من فطور، ثم ارجع البصر كرتين ينقلب إليك البصر خاسئا وهو حسير - الملك 3، 4.

تێبینی:

1-دوای ئەوەی زانایانی بەریتانی لەمەترسیەکانی کلدارەکانیان بە (تۆنی بلێر)ی سەرۆک وەزیرانی بەریتانیا ڕاگەیاند کە لەسەردانیدا بۆ واشنتۆن، سەرۆک (بۆش) لەو مەترسیانە ئاگادار بکاتەوە، بەڵام بلێر نەیتوانی پێی ڕابگەیەنێت، چونکە ئەوکاتە دەمی لێدانی ڕژێمی عێراق بوو و کێشەکە وەک خۆی مایەوە.

2-لەم دواییانەدا کۆمەڵێک لەزانایان کەشتییەکیان دروست کرد بەناوی (کەشتی نوح) و تیایدا نمونەی (العینە) جۆرەکانی بوونەوەرو ڕووەکەکانیان وەرگرتو لەسندوقێکدا پاراستیان، بڕیارە پاش دوو سێ ساڵیتر ئەو کەشتییە (نوح) بگەیەننە سەر ڕووی مانگ، بۆئەوەی ئەگەر مەترسی ئەو کلدارو تەنە گەردوونیانەی ڕۆژێک لەڕۆژان نمونەی سەر ڕووی هەسارەی مشتەری دووبارە ببێتەوە لەگەڵ زەویداو ژیانی نەهێشت، ئەو نمونەی (الحامل النووی) لەسەر ڕووی مانگ بپارێزرێت، هیواداربن کارەساتێکی بەو چەشنە هەرگیز ڕووبەڕووی زەوی نەبێتەوە.

وەرزشی دەورونی

عەبدوڵڵا تۆفیق
سوید

لە دێر زەمانەوە مرۆڤ سەردانی پەرستگاکانی کردووە بە هۆی هەر جۆرە بڕوایەکیانەوە بێت، و لەوێدا بە هۆی پاڕانەوە و نوێژکردنیان هەستێك بە خۆنزیك بوونەوە لە ناوەوەی خۆیان یان خواکانیان وای کردووە کە ئەو مرۆڤە جۆرێك لە پشوو ئارامی رۆحی رووی تێ بکات.

باوترین وەرزشی رۆحی لە زۆربەی وڵاتانی جیهاندا بە تایبەت وڵاتانی چین و هیندستان و ژاپۆن و ئەمریکای باشور خۆی لە مێدیتاسون و شی گۆن و یۆگادا دەبینێتەوە، ئەم وەرزشە رۆحیانە کارگیەییەکی پاستەوخۆیان بۆ ژیانی ڕۆژانەی ئەوانەی کە پەیڕەوی دەکەن هەیە. و لەزۆربەی زۆری قوتابخانەکانی ئەو وڵاتانەی کە ناومان بردن دەخوێندرێن و ئەم جۆرە وەرزشانە وا بەربەرە زۆربەی وڵاتانی دیکەی ئەورپاش دەگرێتەوە.

بۆچی وەرزشی دەرونی؟

ئێمە هێزو تواناکانمان هەر لە ماسولکەو بازوماندا نییە بەڵکو لە ناوماندایە زۆر کەسمان دیووە کە مەچەك و باز و گەورە بووە بەڵام لەبەر لاوازی بڕوا بە خۆی بونی نەیتوانیوە کارێك ئەنجام بدات کە کەسێکی دی ئەنجامی داوە. هەموو یەکێك لە ئێمە خاوەنی توانا و هێزێکی یەکجار گەورەیە، زۆربەی سەرچاوەکانی ئێمە لە ناوەوەماندایە پێویستە فێری ئەو شێوازانە بین کە بتوانن ئەوانە بەکاربهێنن. بەهۆی وەرزشی دەرونییەوە. ئێمە دەتوانین لەگەڵ خۆماندا کاربکەین و گوێ لە ناوەوەی خۆمان بگرین وە ببینە هاوڕێی خۆمان، ئێمە دەتوانین شتە باشەکانی ناوەوی خۆمان هەڵبژێرین و ئەوانەی کە نێگەتیڤن فرێی بدەینە دەرەوەی خۆمان. کارکردن لەگەڵ ئەمانەدا کارێکی ئاسانەو پێویستی بە

وەرزشی فیزیکی نیە هەتا ئەوە بکەینە هۆکارێك بۆ نەکردنی ئەو وەرزشە.

و بێ گومان من زۆر لەگەڵ ئەوەدام کە هەموو مرۆڤێك پێویستی بە وەرزشی جەستەیی هەیە و ئەگەر هەر نەشیتوانی ئەوا رۆژی (1 کاتژمێر) دابنێت بۆ پیاسەکردن.

ئێمە ئەگەر بمانەوێت وەکو مرۆڤێکی سەرکەوتوو لە ژیاندا لە گەشەکردندا بین، ئەوا ئێمە پێویستیەکی زۆرمان دەبێت بە تێگەیشتن لە خۆمان. دەبێت بزانین ئەو شتەی ئێمە دەیکەین لە ژیانی رۆژانەماندا لە پێناوی چییدایە و ئامانجەکەی چییە؟ وەرزشی دەرونی زۆر شتمان فێردەکات لەبەرئەوەی پەیوەندییەکی راستەوخۆی هەیە بە بیرکردنەوەکانی رۆژانەمان، خەونەکانمان، ئامانجەکانمان و بڕوا بەخۆبونمان بە هێزدەکات و کەسایەتیەکی باشمان بۆ دروست دەکات.

ئەم وەرزشە بەشێوەیەکی زانستی چۆن سەری هەڵدا؟

لەگەڵ هەموو ئەوانەی کە باسی وەرزشی دەورنیم بۆ کردون ئەم پرسیارەیان ئاراستە کردووم. ئێمە وەکو کورد هەتا ئێستا بە شێوەیەکی زانستیانە باس لەم بابەتە گرنگە نەکراوەو کەسێکی پسپۆڕو زانا نەبووە کە ئەم زانستەی سەردەم بهێنێتە ناومانەوە. گومانم لەوەدا نیە کە بەهۆی بارودۆخی سیاسی عیراق و کوردستانەوە زەحمەت بووە ئەم کارە.

لە ساڵی 1979 پرۆفیسۆر و زانای دەرون ناس(Lars-Eric Unesthal) یەکەمین کەس بوو کە ئەم وەرزشەی بە شێوەیەکی زانستیانە دۆزییەوە لە سەرەتای 1980 دا خوێندنی باڵای لە شاری ئۆرۆبرو لە سوید کردەوە لە بواری گەشەکردنی کەسایەتی لە رێگەی وەرزشی دەرونیەوە).

لاش- ئێریك هەتا ئێستا ناودارترین کەسە لەو بوارەدا و چەندەها کتێب و کاسێتی گوێ گرتن و بابەتی جۆراوجۆری بە جیهاندا بڵاوبوەتەوە.

لاش- ئێریك بەردەوام لە هەوڵدایە قوتابخانە لەو بوارەدا بکاتەوە لە زۆربەی وڵاتاندا و ئێستا لە ئەمریکا، روسیا، ڤێتنام، هیندستان، چین، ژاپۆن، ئەفریقای باشور، ئوسترالیاو ئەنزویلاو پیرۆ و زۆربەی وڵاتانی دی لە ئەمریکای باشور وڵاتانی دیکەی ئەوروپادا بەردەوام لە کۆڕ و سیمینار کردنەوەدایە چەندەها پسپۆڕی لەو بوارەدا دروست کردووە.

لاش-ئێریك وەرزشی دەرونی بە زۆربەی ئەو یاریزانە پێشکەوتووە جیهانیایە کردووە کە باشترین پلەیان بە دەست هێناوە. کە ناوبراو ئەو یاریزانانەی خستوەتە ژێر هایپۆسەلەمەس لەوانە مایکڵ جوردن کە باشترین یاریزانی باسکەیەو چەندەها یاریزانی مەلەو گۆڵف و هەڵبژاردەی تۆپی پێی جیهانی و هتد. ئەم زانستە ئێستا لە جیهاندا بایەخێکی گەورەی پێ دراوەو زانستە کە بڵاوبوەتەوە بە جیهاندا. و ئێمەی کوردیش پێویستە بە دوای ئەم جۆرە زانستانەدا بگەڕێین و زانست نایەتە بەردەم کەس، پێویستمان بە خوێندنەوەی ئەم جۆرە بابەتانە هەیە بۆ ئەوەی کە کۆمەڵگەکەمان گەشە بکات بەشێوەیەکی پۆزەتیڤ.

لاش- ئێریك ئوستوڵ دەڵێت: (مرۆڤ دەتوانێت وڵاخ بەرێتە بەردەم ئاو بەڵام دەبێت خۆی ئاوەکە بخواتەو) واتە ئێمە زانستە کە دەگەیەنین بەڵام هیچ کەس ناتوانێت بە زۆر کەسێکی دی فێری زانست بکات.

بۆچی ئەم وەرزشە پێویستە؟

ئێمە بە هەموو جۆرێك جەستەو دەرونمان ئازار دەدرێت بەهۆی ناپەحەتی ژیان و کاروباری رۆژانەمان و فشاری هەمیشەی لەسەر ناوەوەمان ماندو دەبین بە هەموو جۆرێك زۆرجار توشی سەر ئێشەو و چاوسوربون دەبین، زۆرجار تاقەتی گفتوگۆمان نامێنێت و لە هەمان کاتدا ئێمە زۆر لە خۆمان دەکەین کە بەردەوام نەکتەرێکی باش بین بۆ ئەوەی بەرامبەرەکەمان هەست بە کەمی کەسایەتیمان نەکات. ئەم جۆرە فشارەی کە لە خۆمانی دەکەین دەبێتە هۆی ناساغیمان لە دەرونماندا و پاشان جەستەمان ماندو دەکات و نەخۆش دەکەوین. لە هەموو ئەم حاڵەتانەدا مرۆڤ تەنها خەوی هەڵبژاردووە بۆنەوەی پشو بدات و بەرەنگاری ئەم فشارانە ببێتەوە راستە خەو پێویستە و هێمن کەرەویەو لەشت دەحەسێنێتەوە، بەڵام لەبەرئەوەی کە ئێمە ناوەوەمان ماندووە تەنانەت زۆرجار خەویشمان دەشێوێت و خەوی پچڕ

پچڕ دەکەین خەوی سەیر سەیریش دەبینین. زۆرجار خەو زڕاندنەکەمان ئەوەندەی تر ناڕەحەتمان دەکات.

وەرزشی دەورنی چارەسەرێکی دیکەیە بۆ هەموو ئەم حاڵەتانە، بەڵام چۆن دەکرێت؟ وەرزشی جەستەی بە هەمو جۆرەکانیەوە کاریگەرییەکی گەورەی هەیە بۆ پشوی مرۆڤ و لەش ساغی و دوورکەوتنەوە لە کاری خراپ لەبەر ئەوەی ئێمە بەهۆی هۆرمۆنەوە هەموو لە شمان خۆشییەکی پێدا دێت، بە هۆی جوان سوڕانی خوێن و تەواوی ماسولکەکانمانەوە ئەم جۆرە وەرزشانە تا ڕادەیەک ئاسانن و دەکرێت بیان کەین ئایا بە تەنها بیت یان بە گروپ.

ئێمە بێ ئەوەی کە ئاگادار بین ڕۆژانە دەچینەوە بێ ئاگایمانەوە هەندێک جار چەند خولەکێکی تیایدا دەمێنینەوە بۆ نمونە کە سواری پاس یان ئوتومبێل دەبین خەیاڵمان دەڕوات و ئاگات لەو شوێنە نامێنێت کە تۆ تیایدایت. یان کە سەیری بەرنامەیەک یان یارییەکی تۆپی پێ دەکەیت سەرنجت بە شێوەیەک ڕادەکێشرێت کە بیرت دەچێت کە تۆ لەو ژورەدا بیت. لەم حاڵەتانەدا ئێمە بە ئاگابونمان پشو دەدات و دەچینەوە ناو بێ ئاگایمانەوە. هەر وەک دەڵێین خەیاڵی ڕۆیشتوە. زاناکان دەڵێن ئەگەر مرۆڤ خۆی لەبیرچوو بە هۆی سەیرکردنی تا بلۆیەک، بە هۆی گوێ گرتن لە مۆسیقایەک، بەهۆی نوێژکردنەوەیان کارێکی سەرنج ڕاکێش ئەو کاتە ئەو مرۆڤە پەیوەندی بەستووە بە ناوەوەی خۆیەوە.

وەرزشی دەرونی دەیەوێت لە ژیانی بە ئاگابونەوە بمان بات بەرەو بێ ئاگایی. لەبەر ئەوەی ئێمە ناتوانین هەمیشە لە بە ئاگابوندا بین چونکە توشی هیلاک بونمان دەکات و ناتوانین مرۆڤێکی باش بین. زۆربەی زۆری سەرچاوەکانی ئێمەو گرفت چارەسەرکرنمان لە بێ ئاگابونماندایە ئێمە ناتوانین پشو بدەین ئەگەر بە ئاگابین.

پشودان و خاوبنەوەی لەش و دەورنمان پێویستی بە شێوازێکی زانستیانە هەیە بۆئەوەی کە ئێمە زیاتر بە ئاگابین لەو کارانەی کە دەیکەین لەگەڵ ناوەوی خۆماندا.

(سیمگوند فرۆید) لە کۆتایی 1800 کاندا باس لە بێ ئاگابون و بەئاگابونی مرۆڤ دەکات، کەوا مرۆڤ دەچێتە ئەو دوو حاڵەتەوە کە ئەویش لە مێشکدایە. لە ساڵی 1981 دا(ڕۆگر سپێری) لە وڵاتی سوید خەڵاتی نوبڵی لەسەر شیکردنەوەی مێشک وەرگرت کەوا سەلماندی کە مێشکی مرۆڤ لە دوو بەشی سەرەکی پێک دێت کە ئەوانیش لای ڕاست و چەپی مێشکە.

لای ڕاستی مێشک (بێ ئاگا)بونمانەولای چەپی مێشکیش (بەئاگا)بونمانە. ئێمە بە هۆی خاوبنەوەی لەش و دەورنمانەوە کە چەندەها شێوازی جۆراو جۆری هەیە دەتوانین لە بەئاگابونەوە بچینە لای بێ ئاگابونمان، لەوێدا لەگەڵ بیرکردنەوەکانمان خەونەکانمان و هەستەکانماندا کاربکەین. ئێمە لە حاڵەتی ئاسایدا کە لەگەڵ کەسێکدا گفت و گۆ دەکەین، لە کاتێکدا کە شتێک دەخوێنینەوە و پرسیارێکی ماتماتیکی وەڵام دەدەینەوە یان کاتێک کە خۆمان دەگونجێنین لەناو کۆمەڵێک خەڵکدا و قسەیان بۆ دەکەین و زمانێکی بێگانە بەکاردەهێنین ئەو کاتە ئێمە لە لای چەپی مێشکماندایین و بەکاری دەهێنین.

چۆن فێری شێوازەکانی خاوبونەوەی لەش و دەرون دەبین؟

شێوازی زۆر هەیە کە فێریان ببین هەر وەکو هیپنۆس، شی گۆنگ، یۆگا، مێدی تاسون، تایچی و خاوبونەوەی لەش و دەرون بە هۆی مۆسیقای هێمن و دەنگ. زۆربەی ئەم وەرزشە دەرونیانە-ڕۆحیانە پێویستان بە فێربون هەیە بەهۆی کردنەوەی کۆرسەوە لەلایەن کەسانی پسپۆڕەوە لەم بوارەدا. بەڵام ئاسانترین حاڵەتیان ئەوەیە کە بتوانێت گوێ لەمۆسیقایەکی هێمن بگریت لە کاتێکدا تۆ دەتەوێت پشو بدەیت. باشترین جۆری مۆسیقا بە لای ئێمەوە مۆسیقایەکە کە دەنگی شەپۆلی ئاو دەنگی هەواو درەخت و باڵندەی تیادا بێت. ئەم جۆرە مۆسیقایانە ڕاستەوخۆ دەچنە ناوتەوە هێمنت دەکاتەوە. تێبینی:- هەندێک مۆسیقا هەیە کە بە بیستنی تراژیدیایەکت بیر دەخاتەوە، یان بەسەر هاتێک ئەو جۆرە مۆسیقایانە بە مۆسیقایەکی گونجاوی دانانێن وەک مۆسیقایەک بێت لە شێوازەکانی خاوبونەوەی لەش و دەروون. هەموو یەکێک لە ئێمە کاتی ئەوەی هەیە کە گوێ لە مۆسیقایەکی هێمن بگرێت لە کاتی نوستندا کە سودیشی دەبێت بۆ باشی جۆری خەوەکەت بۆ خۆت و منالەکانت کە

بە هۆیەوە هەست بە چالاکی بکەیت بۆ ئەو رۆژەی لەبەر دەمتایە.

ئەگەر بمانەوێت فێری مێدی تاسون ببین کە ئەم وەرزشە دەورنییە زۆر لەلای چینیەکان، هیندیەکان ئەمریکاییەکان و ڕوسەکان باوە، دەتوانین تەکنیکێکی سادەو ئاسان بەکاربهێنین، بۆ نمونە:- دانیشە بە هەر شێوەیەك بێت کە لە شت پێی خۆش بێت و قەفەزەی سنگت و سکت نەرم و شل بێت. هەناسەیەکی قوڵ هەڵکێشە و هەست بەو تونگیەیە بکە لەسەر قەفەزەی سنگت و هەناسە بەرەو دەرەوە هەوڵ بدە هەناسەکەت هێمن بکەرەوە بە یەکسانی و لەسەرخۆ هەناسەبدە، هەر هەناسەیەك کە تۆ دەیدەیتە دەرەوە هەست بکە کە خاوترت دەکاتەوە. کە هەستت کرد هەناسەت نەرم وشل بوەو خاوبوەتەوە. ئەوکاتە دەتوانیت بۆ ماوەی 5 خولەك هەناسەی خۆت بژمێرەکە لە 1 وە هەتا 10 دیسانەوە لە 1 وە هەتا 10 بەو شێوەیە بەردەوام بە لە 1 وە هەتا 10 بژمێرە لەگەڵ هەناسەدانە دەرەوەت دا. ئەم جۆرە و وەرزشە هاوسەنگیەك لە نێوان لەش و دەرونتا دروست دەبێت کە هەست بە لە ئارامی و نەرمی دەکەیت لە سکت و سنگتا.

شێوازێکی دیکەی مێدی تاسون ئەوەیە کە دەتوانیت خۆن خاوبکەیتەوە لە سەرەتاوە پاشان لە باتی ئەوەی لە 1وە هەتا 10 بژمێریت تۆ وشەیەك دوبارە بکەرەوە لەگەڵ هەناسەدانە دەرەوەتدا. وشەیەك کە مانای نەبێت بۆ نمونە ئەم وشەیە دوبارەبکەرەوە(زم م.م م م م م)یان ووشەی (هام م م م م م) ئەو پیتی (م)ە دەبێت درێژ بکرێتەوە بۆ ئەوەی مێشکت پشو بدات و لەگەڵ هەناسە هەڵکێشاندا تۆ ووزەی تازەو توانا بۆ خۆت بهێنی و لەگەڵ هەناسەدانە دەرەوەتدا فشارەکانی ناوەوەت فڕێ بدەیتە دەرەوە.

وەرزش و هونەری (یۆگا) کەمێ ناڕەحەتە کە لەوانەیە هەموو کەسێك نەتوانێت بەوشێوانە بوەستێت یان دانیشێت کە ئەو هونەرە داوای دەکات. هەموو یەکێك لەو شێوازی وەرزشانە هێمن کەرەوەیە و مێشکمان پاك دەکاتەوە. پاڤلوف ی دەروونناسی ڕووسی لە یەکێك لە کۆنفرانسە وەرزییەکاندا ووتی: (وەرزشی دەروونی مێشك ڕێك دەخاتەوەو ئەو شتانەی کە پێویست نین لەوێدا بن فڕێیان دەداتە دەرەوە و ڕێگا خۆش دەکات بۆ هاتنی زانیاری نوێ). پاڤلۆ مێشکی لە باتی کۆمپیوتەر داناو ووتی: (ئەگەر ئێمە کۆمپیوتەرەکانمان پڕ بکەین لەبەرنامە و نوسین، ڕێگای شتی دیکە نابێتەوە لە کۆتایدا. ئەوکاتە ئەو بەرنامەو نوسینانەی کە ئێستا پێویستمان پێیان نەماوە دەبی فڕەیان بدەینە دەرەوەی کۆمپیوتەرەکە، لەبەرنەوەی شوێنی زانیاری دی ببێتەوە).

لاش نێریك ئونستۆڵ دەڵێت: (مێشك وەك کەنتۆرێکی جلوبەرگ وایە ئەگەر ئێمە هەر جلوبەرگی تێبناخنین بەپیسی و چڕچ و لۆچی، دەبینی شێوەیەکی ناشرینی دەبێت و هەمووی بەسەریەکدا دەکەوێت، بەڵام ئەگەر سەر لەنوێ بەجوانی ڕێکت خستەوە و بەرێکوپێکی داتنان ئەوکاتە جێگای جلی دیکەش دەبێتەوە). ئەم نمونانە مەبەستی ڕێك خستنەوەی مێشکە. وەرزشی دەروونی بە هەموو شێوازەکانیەوە مێشك ڕێك دەخاتەوە و ئەو فشارانە سوك دەکات و هێدی هێدی کەفێری بوین ئەو ناڕەحەتیانەمان ناهێڵێت و لە کۆتایدا مێشکمان وا پادەهێنین کە شتێك وەرنەگرین کە نەمانەوێت.

وەرزشی دەروونی هەروەك هەموو وەرزشێکی دی فێربوونی هەر جۆرە کارو کردارێك پێویستی بەوە هەیە کە دووبارە و سەدبارە ببێتەوە. هیچ یاریزانێك بەیەکەم هەوڵدانی فێری وەرزشەکەی نابێت و نەبووە، بگرە چەندەها سەدەها هەوڵی داوە چەوتییەکانی ڕاست بکاتەوە هەتا تەواو فێری یارییەکە ببێت. لێرەدا ئەم نمونەیە ئەوە دەگەیەنێت کە مرۆڤ پێویستی بە ڕاهێنان هەیە، وەك دەڵێن: بڕینی هەزاران میل لە هەنگاوێکەوە دەست پێ دەکات، یان دەڵێن: ڕۆم بە ڕۆژێك دروست نەکراوە.

ئێمە ئەگەر بمانەوێت بەتەواوی فێری شێوازەکانی وەرزشی دەروونی ببین ئەوا پێویستمان بەوە دەبێت کە گوێ لەو کاسێت و سیدیانە بگرین کە ئێستا لە تۆمارگاو دوکانەکانی سی دی دا هەن و پەیڕەوییان بکەین کاسێت و سیدی یەکانیش هەریەکەو ناوێکی تایبەتییان هەیەو سێ چوار بەرنامەیش لەخۆدەگرن. وەك سەرەتا گوێ لە کاسێتی خاوبونەوەی لەش و دەروون بگرە پاشان سی دی

گەشەکردنی کەسایەتی. بۆ منداڵانیش سی دی خاو بوونەوەی لەش و دەروون بۆ منداڵان کە لە تەمەنی 10 ساڵانە هەتا 15 ساڵانە دەتوانن گوێی لێ بگرن کە گوێت گرت چەند جارێك و پەیڕەویت کرد تۆ بەرەبەرە بۆت ئاسان دەبێت کە ئەو وەرزشە بکەیت و چەند هەفتەیەکی کەمی دەوێت کە ئیتر تۆ ئەو بەرنامانە دەچنە ناوتەوە، دەچنە بێ ئاگایی‌تەوە هەرکاتێك و لە هەر شوێنێك پێویستت بەوە هەبوو کە بەسەر حاڵەتێکدا زاڵ بیت، دەتوانی زۆر بەتوانایانە بەبێ هیچ زیانێك بە جەستەو دەروونت بێیتە دەرەوە. بەهۆی وەرزشی خاوبوونەوەی ماسولکەوە ئێمە فێری ئەوە دەبین کە دەم و چاو تەواو ماسولکەکانی لەشمان نەرم و شل و لەپشوودانن و زۆر ئازاریان نەدەین لەکاتی ناپێویستدا. ئێمە کە فێری ئەوە بووین ئەوکاتە ئێمە هەمیشە تواناو ووزە لە لەشماندا هەیە و کۆیان دەکەینەوە بۆ کاتی پێویست نەرم و نیانی لە دەم و چاودا خۆشییەکمان دەداتێ کە بۆ نموونە هەست بەپشوێك لە مێشکماندا دەکەین و گرژییەکان وون دەبن.

سەرەڕای ئەوەیش کە ئەو کەسەی دەمان بینێت ئێمەی پێ قبوڵ دەبێت، لەبەرئەوەی ئێمەی مرۆڤ ئاوێنەی یەکترین، زۆرجار ئێمە ئەوەمان بینیوە کە کەسێك بواری دەروونی تەواو نەبووە بەهۆی حاڵەتێکەوە پەست و نا ئارام بووە، ئەم کەسە دەموچاو گرژبووە و شەڕی فرۆشتووە بە کەسانی دیکە بەڵام دەبنین کە ئەوانی دیکە بەهەمان شێوە دەم و چاویسان وەکو ئەم گرژ کردووەو بووەتە ناخۆشیان.

بەپێی لێکۆڵینەوەکانی (پاڤلۆڤ) کەسێکی 45 ساڵی سویدی وەك 25 ساڵێکی ڕوسی وا بووە لە بواری تەندروستی و بەدەست هێنانی زانست و چارەسەردا.

ئەمە ئەوەشی گەیاند کە ئەوانەی وەرزشی دەروونی دەکەن تەمەنیان 8 ساڵ درێژتر دەبێت لەوانەی کە نایکەن. ئەوەی شایانی باسە وڵاتی سوید هەتا ئێستا یەکەمین وڵاتە لەو بوارەدا ڕوسیا 18 هەمین وڵاتە.

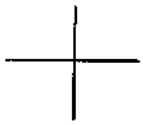
چۆن ئێمە گەشە دەکەین بەهۆی وەرزشی دەروونییەوە؟

یەکێك لە ئامانجە هەرە گەورەکانی ئەم وەرزشە گەشەکردنی کەسایەتییە هەموو مرۆڤێك کە ئێمە پرسیاری لێ دەکەین حەز بە گەشەکردن و گۆڕانکاری لە ژیانی دا دەکات. ئەو مرۆڤانەی کە دەیانەوێت وەك خۆیان بمێننەوە تەمبەڵن یان خۆیان لە بواربکی باش دا دەبینەوە. لەوەرزشی‌دەروونیدا ئێمە فێری ئەوە دەبین کە زیاتر هەوڵ بدەین کە لە دۆخێکی باشەوە بەرەو باشتر بچین. هەروەك زانایەك دەڵێت: ئەگەر باشتر هەبێت باشە هیچ باش نییە. ئەگەر ئێمە بەم هێڵەی خوارەوە کە من دەیکەم ئەوە دەگەیەنێت مرۆڤ ناتوانێت لەبەشی تەوازون دا بمێنێتەوە واتە لە ناوەڕاستی باش و خراپ دا دەبێت، لەبەرئەوەی ئێمە نازانین بەخۆمان کە بەئاسانترین گرفت نەخۆش دەکەوین.

ئێمە با لە ناوەڕاستدا نەمێنینەوە و بەوە ئارام نەگرین. هەوڵ بدەین بەرەو (+) بچین. ئەگەر وابمێنینەوە بۆی هەیە بەرەو (−) بچین. مەبەست لە (5) تەندروستی واتە نە باش و نەخراپ.

چۆن دەتوانین بەسەر خۆماندا بچینەوە؟

زۆرکەس لە ئێمە ئەوە دەکاتە بەهانە کە ئەوەی دەیکات لە دەستی خۆیدا نییە بەڵکو ئەوە دەکات کە دەیکات بە باشی و خراپییەوە. ئێمە ئەم جۆرە کردارانە تەواو بێ تاقەتمان دەکات و نازانین ئەوشتە چیە کەپاڵمان پێوە دەنێت کە ئەوە بکەین کە دەیکەین. مرۆڤ دەزانێت کە چی هەیە، بەڵام نازانێ کە چی ڕوو دەدات و چی وەردەگرێت، هەربۆیە شتەکان لە لامان ئاڵۆزتردەبن و بێ ئاگایانە زۆرشت دەکەین کە لە ویست و ئارەزووی ناوەوەی خۆماندا نییە، ئەم دوو هێڵەی کە من دەیکەم و یەکتر دەبڕن بەم شێوەیە ئەوەمان بیر دەخاتەوە کە ئێمە بۆچی ئەو شتانە دەکەین کە نامانەوێت و هەروەها ئەو شتانەی کە دەمانەوێت نایکەین.



ئەگەر ئێمە توانیمان ئەم دووهێڵە بکەین بە دووهێڵی سەرەکی لە ژیانماندا و و ئەوشتانە بنوسین کە دەمانەوێت

بیکەین لەژێر دەسەلات و کۆنترۆڵی خۆماندا. هەروەها ئەوە نەکەین کە نامانەوێت، ئەوکاتە خۆمان کۆنترۆڵی ئارەزوو وویستەکانی خۆمان دەکەین.

وەرزشی دەروونی دەیەوێت بە لێك نزیك بوونەوەی تۆ لەگەڵ ناوەوەی خۆتدا پەیوەندییەك دروست ببێ کە دەبێتە هۆی گەشەکردنی کەسایەتییەکەت. ئێمە زۆرجار پێویستمان بە پێنوس و کاغەز دەبێت بۆ نووسینی ئەوشتانەی کە لە ناخماندا هەیە بۆ نمونە/ بیرکردنەوەیەك سەرشێتمان دەکات و زۆر پێیەوە دەتلێنەوە، ئەگەر ئێمە بتوانین ئەو شتانە بنووسین کەلایەنە ئیجابیەکەی وهەروەها نەسلبییەکەیشی ئەوکاتە دەزانین کە ئەو بیرکردنەوەیە ئەوە دەهێنێت من خۆمی بۆ هیلاك بکەم یان نا.

زۆرجار ئێمە باس لە گرفت و پەشۆکاوی خۆمان دەکەین و دەیکەینە گرفتێکی گەورە بۆ زیانی خۆمان، بەڵام هەرگیز پرسیار لە ناوەوەی خۆمان ناکەین کە ئێمە چیمان دەوێت. ئایا دەمانەوێت بەو شێوەیە بمێنینەوە یان دەمانەوێت گۆڕانکارییەك بەسەر حاڵەتەکەدا بێت. و ئایا لەم حاڵەتانەدا ئێمە چی دەکەین بۆ دەربازبوونمان لەم گرفتانە. ئەگەر ئێمە توانیمان بگەینە ئەو بڕوایەی کە ئێمە خۆمان گرفتەکانمان گەورە دەکەین بەهۆی بیرکردنەوەکانمانەوە. ئەو کاتە هەر خۆیشمان بە گۆڕینی بیرکردنەوەکانمان دەتوانین هەموو گرفتەکانمان چارەسەربکەین، لە بەرئەوەی ئێمە لەناخماندا سەرچاوەی زۆری گرفت چارەسەرکردن و بیرۆکەی نوێی تێدایە. گرنگ ئەوەیە کە کاری لەگەڵدا بکەین و هەوڵ بدەین کەماوە بەخۆمان بدەین و پەلە نەکەین لە بەدەست هێنانی ئەوشتانەدا کە دەمانەوێت. گرنگ دەستپێکردنە راستە مرۆڤ پێویستی بەیارمەتی هەیە هەتا رێنمایی بکرێت بۆ دۆزینەوەی رێگا راستەکەی، بەڵام ئێمەی مرۆڤ هەموو لە یەکتری جیاوازین و کەسێك نییە لە یەکێکی دیکە بچێت هەر ئەوەیشە دونیای جوان کردووە و دەبێت ئەوە قبوڵ بکەین. هەربۆیە مرۆڤ تەنها خۆی دەزانێت کەچی دەوێت لە دونیادا کە بەدەستی بهێنێ و کاری بۆ یکات، بەڵام کە باس لە زانست دەکرێت مرۆڤ دەبێت بەدوایدا بگەڕێت و هەوڵ و تەقەڵای بۆ بدات.

فیزبوونی زانست لە خوێندنەوەوە دەست پێدەکات و پاشان ئارەزو لە دڵی خوێنەردا پەیدا دەبێت هەتا خۆی دەبێتە هاندەری خۆی و کەسایەتییەکی لێ دەردەچێت. بەدوای زانست گەڕاندا کارێکی زەحمەت نییە ئەگەر ئارەزوویەك هەبوو بە تایبەت دەروناسی ئەوەمان فێر دەکات کە ئێمە کێین و لە کوێداین، خەڵك قبوڵ بکەین وەکو خۆیان کەهەن و باشترین کەسایەتیمان لێ دروست دەکات و گەشەکردنێکی باش بەخۆوە دەبینن.

هەر ئەمەیە کە وەرزشی دەرونی دەیەوێت بە ئاسانترین شێوە فێرت بکات کە وەرزش بەناوەوەی خۆت بکەیت کە ئەویش لە رێگای گۆڕانکاریەوە لە بیرکردنەوەکانت وە بتوانی بیرکردنەوەکانت بەکار بهێنی بەو شێوەیەی کە ئاسودەی و بەختیاری و ووزەت پی ببەخشێت. شێوازەکان زۆرن و ئاسانن، دەتەوێت بەختیار و لەش ساغ بژیت؟ دەتەوێت گەشە بکەیت و گۆڕانکاری بەسەر ژیانتا بهێنیت؟ دەتەوێت ماڵەوەتان و چواردەورت و هاوڕێیانی کارەکەت سودت لێ وەربگرن و هەست بە گۆڕانکاری لە تۆدا بکەن؟ دەتەوێت بیرکردنەوە سلبییەکانت بگۆڕیت بەرەو ئیجابی؟ دەتەوێت لەناوەوەی خۆت شارەزاو نزیك ببیتەوە؟ دەتەوێت ئامۆگاری دەرەکەی ناوەوەت بدۆزیتەوە؟ دەتەوێت خۆشەویست ببی لای خەڵکی و خۆت و خەڵکت خۆش بوێ؟ دەتەوێت فێربی کە تواناکانی ناوەوەی خۆت بەکاربهێنی بۆ زاڵ بوون بەسەر گرفت و نەخۆشییەکانتدا؟ دەتەوێت بڕوا بەخۆبوونت بهێزببێت؟ دەتەوێت سود لە هەموو ڕووداوەکانی ژیانت وەربگرێت و ببێتە ئەزمونێك بۆت کەسودیان لێ وەربگری بۆ کامڵ بوونی کەسایەتیت؟

ئەمانەو چەندەها پرسیاری دی هەن کە بەهۆی وەرزشی دەروونییەوە تۆ وەڵامیان وەردەگری، وەڵامەکانیش لە ناوەوەی خۆتدا هەن، حەز دەکەم ئەم جارەیش دووپاتی بکەمەوە کە وەرزشی دەرونی فێربوونی ئاسانە وەك سەرەتایەك هەوڵبدە گوێ لە کاسێتی (خاوبونەوەی لەش و دەرون) بگرە پاشان CD یەکانی دیکەهەن لە دوکانی CD و تۆمارگاکاندا.

پرۆژەی گاپ

نەڵقەیەکی تری کۆڵۆنیالیزمەکردنی کوردستان

هەڵۆ بەرزنجی

بەرکۆڵێك

زانستکاری ئینگلیزی (Henry Carendish) لەساڵی 1776 دا لەتاقیکردنەوەیەکدا لە (Royal Society in London) بەهاوکاریی نامێرێکی نەلەکتڕۆنی ئاوی لەگڕێدانی H + O پێکهێنا. ئەم دوو مادەیە سەرەتا ناویان نەبوو. ناوبراو ناوی نان هەوای ڕاگرانتنی ژیانو هەوای ناسووتێنەر.

ساڵی 1785 زانایەکی کیمیاوی فەرەنسایی (A.L.Lavoisien) هەمان تاقیکردنەوەی سەرێی دووبارە کردەوەو سەرکەوتوو بوو لەکارەکەیداو دوو مادەی ناوبراوی ناونا H و O.

هایدرۆرجین یەکجار لەشەڕدا بەکارهێنراوە. (Cheonike Gyeton de) چوار ساڵ پاش پەلاماردانی زیندانی Bastille -پاستیل، بە مەبەستی دوژمنایەتی کردنی دوژمنانی کۆماری فەرەنسا، داوای کرد هایدرۆرجین بەبڕی زۆر بەرهەم بهێنرێو وەك بالۆن ئامادە بکرێ. ئەوە بوو لەساڵی 1794 دا لەسەربازگەیەکی لای شاری پاریس یەکەم بۆمبای هایدرۆجینی دروستکرا. کەنەدییەکانیش هەوڵی دروستکردنی ئەم چەکەیان داوەو ئێستاش شاسواری ئەم مەیدانەن‌و لەم ڕووەوە خاوەنی گەورەترین کارخانەن لەجیهاندا.

زانستکار (J.B Sanderson Haldane) هێزی هایدرۆجیننناس ساڵی 1923 کە هێشتا تەمەنی نەبوو بووە 30 ساڵ لەزانستگەی (Cambridge) لێکچەرێکی لەسەر ئەم بابەتە داو ئاماژەی بەوە کرد، کەوا هایدرۆجین سەرچاوەی وزەی ئایندەیە. ئەم قسەیە لەو سەرەمەدا وەك تەقینەوەیەك وەرگیرا. هێندە جێی سەرسوڕمان بوو تەنانەت هاوئەکادیمیەکانی خۆشی باوەڕیان پێ نەدەکرد. ناوبراو وتی: هایدرۆجینی شل گرام بە گرام کاریگەرترین خەزنکەری

وزەی ئاسراوە، کەسێبەرابەری هەر یەکەیەکی دیکە کێشی گەرمی زیاتر لەنەوت دەدات. (Julse Veme) لەسالی 1874 دا لەکتێبی (دوورگە پڕ لەنهێنیەکان)دا کە لەگەرمەی شەڕی ناوخۆی ئەمەریکادا بڵاویکردۆتەوە. باس لەهەڵاتنی 2 سەرباز دەکات، کە لەئوردووگایەکی مەیدانی شەڕەوە بەهۆی بالۆنێکەوە لەدووری 7000 میل لە نیشتمانی خۆیان دەنیشنەوە. ڕۆژێ یەکێ لەسەربازەکان لەئەندازیار (Cyrus Hardiny) ی دەپرسێ: چی بەسەر بازرگانی و پیشەسازی ئەمەریکادا دێت، گەر خەڵووزی نەما؟. چی دەسووتێنن؟. هاردین لەوەڵامدا دەڵێ ئاو. واتە 128 سالّ پێش ئێستا ئەم بیرۆکەیە هەبووە، کەئاو بکرێتە سەرچاوەو روناکی و گەرمی ئ دروست بکرێت وا جێی هەموو کەرەسەکانی دیکە بگرێتەوە.

شۆڕشی ئاو کە بەشێکی دیاری پسپۆڕان و زانایانی دنیای بەخۆوە سەرقاڵ کردووە. زانایان بەردەوام عەودالّی ئەوەن وەك ئەلتەرناتیفێکی باشتر لەنەوت بیخەنە کارەوە، بەمەبەستی ئەوەی وەك چارەسەرێك بەڕووی موسڵمانی رادیکاڵ و کۆنایی هێنان بەبەشێك لەو کێشەمو هەرایانەی لەدنیادا لەژێر پەردەی نەوتدا هەیە بهێنن و بەشێکی دیاری چارچنۆکی ڕۆژئاوا خاربکەنەوە.

دوای ڕووداوەکانی 11ی سێپتەمبەری 2001 هەردوو کارخانەی گەورەی (Dutch Shell & Royal) لەکۆنفرانسێکی پرۆگرامی UN دا بانگەوازی ئەوەیان کرد ئاو بکرێتە سەرچاوەی وزەی داهاتوو، لەو بانگەوازەدا هاتووە، کەخەڵووز - نەوت - گاز فۆرمێکی نوێ وەردەگرن و Shell نزیکەی یەك ملیارد دۆلاری بۆ خەرجی تازەکردنەوەی ئەم پرۆژەیە تەرخان کردووە.

پێدەچێت ولاتی ئیسلاند بیەوێ یەکەمین دەستپێشکەری ئەو هەنگاوە گەورەیە بێت. کە مەبەستێتی خۆی لەو وابەستەییەی خەڵوزو نەوت ڕزگار بکات. ئامانجێکی دیکەش لەو مەبەستەدا بێکێ و ژینگەی ولاتەکەی لەدووکەڵو گازی CO2 پاك بکاتەوەو بپارێزێ. بۆیە بڕیاری داوە هەتا سالّی 2050 لەڕووی ئابووریەوە پشت بەئاو ببەستێت. ئەم ڕاگەیاندنەش لەلایەن (Jon Bjorn Skulason) بەڕێوەبەری Icelandic New Energy (INE) وە لەبەڵگەنامەیەکدا بڵاوکرایەوە.

دوورگەی ئیسلاند دانیشتوانەکەی 285000 کەسە و 180000 یان خاوەنی ئوتومبێلی خۆیانن. شەقامێکی بازنەیی بەدرێژایی 1400 کم بەدەوری دوورگەکەدا هەیە و بۆ هەر 200 کم (بەنزینخانەیەك - ئاوخانەیەك) دروست دەکەن.

بەڕێوەبەری ناوبراو دەڵێ: دوای ئەو ڕاگەیاندنە دانیشتوانی دوورگەکە بەردەوام تەلەفونمان بۆ دەکەن و دەپرسن، کەی دەتوانن - ئوتومبێلی ئاو - بەئاو ئیش بکات بکڕن؟.

بەڵێ بەم جۆرە گۆڕان و پێشکەوتن لەدارەوە بۆ خەڵوزو لەوێوە بۆ نەوت دەمانگەیەنێتە شۆڕشی ئاو.

پرۆژەی گاپ ئەڵقەیەکی تری کۆڵۆنیالیزمەکردنی کوردستان

ئەو گۆڕانە گرنگەی شۆڕشی پیشەسازی بەسەر جیهانداو بەتایبەتی بەسەر ئەورووپادا هێناى، ڕەوتی میژوویی و سیاسی جیهانی لەگەڵی لاوە گۆڕیو ولاتانی پیشەسازی خستە سەر کەڵکەڵەی گەڕان بەدوای (کەرەسەی خاوو بازاڕ) داو زەمینە خۆشکردن بۆ ئاسانترو هەرزانتری بەرەو پێشچوون و بەردەوامی داهێنانە نوێیەکانیان. ئەم نیازە نوێیەشیان هێنانیە سەر بیری ئەوەی چاوی تەماع بڕنە ولاتانی تری جیهان بەتایبەتی لەڕۆژهەڵاتی ناوەڕاست و بەرنامەی پراکتیکی و زیرەکانەی بۆ نەخشەکێش بکەن و سامانی ئەم ولاتانە بۆ سودو بەرژەوەندیی خۆیان تاڵان بکەن.

نەوت.. یەکەم کەرەسەو فاکتەری گرنگ بوو لەو دەمەدا کە گۆڕانی گەورەی لەبواری گەشەپێدان و بەردەوامی پیشەسازی و تەکنەلۆژیادا پێکهێناو بینی. لەگەڵ هەڵگیرساندنی شەڕی جیهانی یەکەمداو بڵاوبوونەوەی هێزە سوێندخۆرەکان بۆ ناوچەکانی ژێر قەڵەمڕەوی عوسمانییەکان وە دۆزینەوەی (چاڵگەی نەوت) تێیاندا، بایەخی ئەم ناوچانە زۆر بەزربوونەوە.

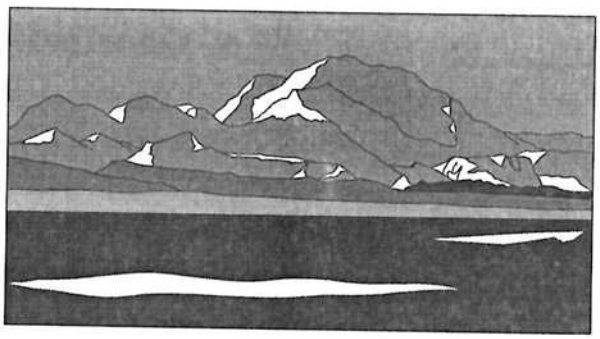
کوردستان.. یەکێك بوو لەو ولاتانەی لەپاڵ بوونی چەندین کەرەسەی تری گرنگدا بەکانگای نەوت ناشکرا بوو. ئەم هۆیەش واشکایەوە کە هێزە سوێندخۆرەکان (فەرەنسا و ئینگلیز) وە بەتایبەتی ئینگلیز ڕۆڵێکی گرنگ لەنەخشەکێشان و دیاریکردنی چارەنووسی کورد و

کوردستاندا بلێزێ‌و پلانێکی ستراتیژی (دوورو نزیک) ڕەنگڕێژ بکات.

هەر بۆیەشە کێشە و هەرای زۆری بۆ خۆی قووتکردەوەو بەگژی (فەرەنسا، ئیتالیا، تورک‌و ڕووسیای تەزار)یدا چووەوەو پشتی لەدۆستە نزیکەکەی خۆی (یۆنان) کرد، پاش ئەوەی لەشەڕدا بەرانبەر ئەتاتورک، دابەزین. ئینگلیز هەموو ئەمانەی لەپێناوی خواروو‌ی کوردستانداو ستراتیژە گرنگەکەی لەکوردستاندا کرد.

ئاکامی پەیمانە چەپەڵەکانی (سان ریمۆ‌ن‌و سایکس پیکۆ) و دیزە بەدەرخۆنەکردنی پەیمانی (سیڤەر) بەدابەشکردنی میراتی عوسمانی کۆتایی هات‌و کوردستانیش دابەشکراو هەر بەشێکی بەزۆر خرایە سەر دەوڵەتە زۆڵەکەکانی (تورکیا، ئێران، عێراق، سوریاو سۆڤیەت).

تەنهاو تەنها هەر (نەوت بڕیاری چارەنووسی سیباسی کوردستان)ی نەداوە، چونکە ئینگلیز پاش حاڵیبوونی لەوەی کورد هەموو مەرام‌و نیازەکانی بۆ ناهێنێتە دی، ئیتر بەهەموو شێوەیەک دژی پێکهێنانی کیانی کوردی وەستایەوە. دیسان ئینگلیز بەجانتایەکی دبلۆماسییەوە هاتبووە ئەم ناوچەیە کەدەقی بڕیارەکانی (سایکس پیکۆ)ی تێدا بوو. شێخ مەحمودی رابەری کوردایەتی ئەو سەردەمەی کورد، کەمێژووی بزووتنەوەکەی لەگەڵ ئینگلیزدا لەهەڵچوون‌و داچوونـدا بوو، ئەو دەمەی بووە حوکمداری کوردستان لەشوێنێکی وەک هەڵەبجەدا کەتەنها (70) کم لەوڵای سلێمانییەوەیە دەسەڵاتی بڕی نەکردووە، چونکە ئینگلیز ڕێگەی موماڕەسەکردنی دەسەڵاتی ئاسایی لێگرتبوو. یاخود هەر لەدژی ئیرادەی کورد بازی بەختیان هەڵدایە سەرشانی (مەلیک)یک لەحیجازەوەو هێنایان‌و تاجی عێراقیان کردە سەر. شێخ مەحمودیش بۆ هیندستان دوورخرایەوە و فڕۆکەی ئینگلیز لەهەموو عێراقی دروستکراودا بۆ یەکەمینجار لەسلێمانیدا مەرگی چاند.



لەباڕێکدا کەچ زەمینەی کوردستان‌و چ لێهاتوویی شێخی نەمر بۆ ئیدارەی دەوڵەت زۆر گونجاو لەبارتر بوون.

ئیدی نەوت بەوەوە نەوەستاو چووە مەیدانی دروستکردنی بەرژەوەندی‌و پێوانەو کێشانەی گەلێ هاوکێشەی گرنگەوە. دەبینین گەلێ لەمیللەتانی دنیا بەهۆی بوونی نەوت‌و سامانی تری ژێر زەوییەوە بوونەتە خاوەنی کیانی سەربەخۆی خۆیان، کەچی بۆ کورد بووە هۆیەکی بندەستی‌و نیشتمان پارچە پارچە بوون.

گەلێک پێیان وایە تەنها نەوت فاکتەرو کەرەسەی بایەخدارە لەجیهاندا. دەکرێت ئەم بۆچوونە بۆ ئەو سەردەمەی ساوایی شۆڕشی پیشەسازی بەڕاست بگەڕێت. بەڵام وەک ئێستا دەبینین ئەندازیارو شارەزاکانی ئەوروپایی هەرزوو هەستیان بەگرنگی گەلێ شتی‌تر کردووە کە ئەو پێویستییانە وابوون بۆ جۆری پیشەسازی‌و تەکنەلۆژیای ئەو ڕۆژە زۆر مەبەست نەبوون‌و زۆر بۆی دانەماون.

ئاو.. هێدی هێدی وەک ئاشکرا دەبێت یەکێک بووە لەو سەرچاوە و سامانە زۆر گرنگانەی کەوا هەست بە بەبایەخی کراوەو لەبەرچاو گیراوەو بگرە لایان زۆر لەنەوت بەنرختر نەبووبێت، وا قەت کەمتر نەبووە. ئەندازیاری سویسری (Hans Boesch) لەکتێبەکەیدا ئاو یان نەوت – Wasser oder Oel دا دەڵێ (بۆ ئابووریەکی نەتەوەیی بەهێزو چەسپاو ئاو وەک خوێنی شادەماری ژیان وایە، کە لەم سەرچاوەیەوە بەهاو قازانج‌و دەستکەوتێکی زۆر گەورە هەڵدەقوڵێ، بەڵام نەوت زیاتر لەجۆگەلەیەک دەچێت کە سنوری وڵاتی خۆی جێدەهێڵێت‌و بێ هیچ سوودو قازانجێکی زۆر دەڕژێتە نێو ئەستێلێکی تەرەوەو ڕۆڵی گەورە لەگۆڕانی ژیانی خەڵکی ئەو وڵاتەدا دەبینێ).

ئاشکرایە کەوا نەوت ڕۆڵی کاریگەری لەچارەنووسی ئێمەدا لەم سەدەیەدا گێڕاوە.. بۆ ئەم سەردەمە نوێیەش بەگوێرەی هەلومەرج‌و دیاردەو پێداویستیەکانی تەکنەلۆژیاو پرکردنەوەی گەلێ پێویستی تری گرنگ ئاو ئەم جارە

بەهەمان کێشانەو پێوانە دەمانکاتەوە قوربانی سیاسەتی نوێ.

بەتایبەتی پاش ئەوەی رێژەیەکی زۆری ئاوی زەریاو رووبارەکان پیس بوون و ئاووهەوای وڵاتە پیشەسازییەکان ژیانی خەڵکییان خستۆتە مەترسییەوە. ئاو جگە لەوەی نرخی پەیتا پەیتا بەرز دەبێتەوە، هەمان کات دەستکەوتی گەلێ سنووری تری تێپەڕاندووەو ئەمڕۆ وەک چەکێکی سیاسی بەکاردێت و هەڕەشەی پێدەکرێت. هەڵبەت بایەخ و گرنگی ئاو بەوەدا لەنەوت و گەلێ شتی تر بالاترە، چونکە کانگاو سەرچاوەیەکی بێکۆتاییە و بەژیانی رۆژانەی مرۆڤەوە بەندە.

کوردستان چەند بەنەوت دەوڵەمەندە جارەهای جار زیاتر بەئاو دەوڵەمەندەو خاوەنی (دیجلە، فورات، زێی گەورەو بچووک، خابوور، سیروان و گۆمەکانی وان و ورمێ و دەریاچەکانی (دوکان و دەربەندیخان) و ملیۆنەها کانی و کارێزو سەرچاوەی تری ئاوە. هەروەها بەئەندازەیەکی زۆریش بەفرو باران لەکوردستاندا دەبارێ. ئەمانە هەمووی کانگای زێڕن.

وا بۆ چەند ساڵێک دەچێ خەریکە پەردە لەسەر پلانی (پڕۆژەی خواروو رۆژهەڵاتی ئەنادۆل) بەتورکی (Gueneydogu Anadolu projesi) کورتکراوەکەی بە (GAP) لادەبرێت و سەرنجی جیهان بەلای خۆیی و (دووری – Dimension)ەکانیدا رادەکێشێت.

تورکیا جگە لەوەی بەوڵاتێکی میلیتاری هەژار ناسراوەو زوو زوو ئینقلابی تێدا روو دەدات، ئەمڕۆ لەسایەی ئەم پڕۆژەیەوە نەعرەتە لێدەدات و ترسی خستۆتە بەردەم وڵاتانی (عێراق – سووریاو ئێران) و هەموو کەنداو و هەتا ئیسرائیلیش. پڕۆژەی ئاوبراو بۆتە مایەی مقۆمقۆی وڵاتانی ئەورووپایش. بەتایبەت ساڵانێکی زۆرە تورکیا دەیەوێت ببێتە ئەندامی کۆمەڵگای ئەورووپایی و بەشداری پێشبڕکێی جیهانی بکات لەمۆدێرنیزەکردنی وڵاتەکەیداو بازارێکی گەرمی ناوخۆ پێک بهێنێ و باری ئابووری پێ راست بکاتەوە. پڕۆژەی ئاوبراو دەیکاتە خاوەنی سەرچاوەیەکی گەورەو بەهێزی وزەی کارەبایی و گەلێ دەستکەوتی تری بەرز کەدەتوانێ زۆر هەنگاوی گرنگ لەسەر ئەو زەمینە خۆشبووە بنێ ێ لەسەر ئاستی بەرنامەی ئاوخۆو دەرەوەو بەگشتی گەمارۆی کورد بدات و سڕینەوەی کوردستان خێراتر بەئەنجام بگەیەنێت.

مێژوو و پێکهاتووەکانی پڕۆژەکە

پڕۆژەی GAP لەساڵی 1970 وە نەخشەی بۆ کێشراوە و لەکۆتایی هەمان ساڵەوە کاری تێدا دەکرێت. ئەم بیرە بیری (ئەتا تورک)ە کە زۆر بەپەرۆشی پیشەسازیی نەتەوەییەوە بووەو لەهەموو بۆنەیەکدا دووپاتی بایەخی ئەم مەسەلەیی کردووەتەوە. کەواتە ئەمە خەونێکی کۆنی داگیرکەرانە.

لەسەر رووباری دیجلەو فورات بەندای ئەتاتورک دروست دەکرێت، کە بەتێکڕا بەندارەکە:

2کم درێژەو 169 م بەرزە. پڕۆژەکە هەمووی 73000 هەزار کم زەوی داگیر دەکات. واتە دوو ئەوەندە و نیوی وڵاتی بەلجیکا یاخود هێندەی هەرسێ وڵاتی هۆڵەندا- لۆکسۆمبۆرگ- بەلجیکاو لە 30٪ هەموو وڵاتی ئەڵمانیا پێکدەهێنێت. 21 سیستەمی ئاودێری گەورە کە لە 13 پڕۆژە پێکهاتووە کەئەمانەن:

1-پڕۆژەی فوراتی خوارو.
2-پڕۆژەی وزەی ئاویی قەرەقایا.
3-پڕۆژەی لیوارەی فورات.
4-پڕۆژەی ئاودێری - بازیکی، سوورووج.
5-پڕۆژەی کاحتا، ئەیدینامان.
6-پڕۆژەی ئارەبان، گویسقو، ئەیدینامان.
7-پڕۆژەی گازی ئەنتەب.
8-پڕۆژەی قرالفیزی، دیجلە.
9-پڕۆژەی باتمان.
10-پڕۆژەی سلیڤان، باتمان.
11-پڕۆژەی کەرزان.
12-پڕۆژەی ئیلیسو.
13-پڕۆژەی جەزیرە.

نزیکەی 50 وێستگەی ئاوی هەیە. گاپ 16000 هەزار کم زەوی پێ ئاو دەدرێت. ئەمەش نزیکەی 5.9٪ هەموو رووبەری تورکیایە و 22 ملیارد وات وزەی کارەبایی لەیەک کاژێردا بەرهەم دەهێنێت. گاپ 2 کەناڵی هەیە کە 27 کم درێژن و لەلایەکی بەندای ئەتاتورکەوە لای شاری نورفەوە

ئەڕوات و بەگەورەترین و درێژترین کەنالی ئاودێری جیهان دەژمێردرێت و بۆ هەر چرکەیەک 328 کم ئاو دەدەن.

پڕۆژەی ناوبراو 12000 هەزار کرێکار بەدوو شەفت کاری لەسەر دەکەن.

گاپ 6 پارێزگاری کوردی (ئەدیمان، ئورفە، ماردین، سیرت، دیاربەکر، گازی ئەنتەب) ئەگرێتەوە. رژێمی تورکیا بۆ کرێکارانی پڕۆژەکە و ئەندازیارە بێگانەکان ئاوەدانی (بەنداوی ئەتاتورک)ی کردۆتەوە بەقوتابخانەو هۆتێل و مزگەوت و نەخۆشخانەوە نزیکەی 9000 هەزار دانیشتووی هەیە. تورکیا بەم پڕۆژەیەوە پاش ولاتی نەرویج دەبێتە گەورەترین ولاتی خاوەنی سەرچاوەی هێزی ئاوخۆیی ئاو لەئەوروپادا. 70٪ ی دانیشتوانی راستەقینەی گاپ نەخوێندەوارو دواکەوتوون. بەنمونە 13000 هەزار کەس یەک پزیشکیان هەیەو 70٪ گوندەکانی کوردستان بێ کارەباو تەلەفون و پێداویستی و دەستاوێژەکانی دیکەی خۆشگوزەرانی ژیانن. لەدەوروبەری ئەم پڕۆژەیەدا 3551 گوندی بچوک و 1538 ئۆردوگای بچوک هەیە دەبێت تێکبدرێن و خەڵکەکەی بۆ شوێنی تایبەتی رابگوێزرێن و دژ بەشۆڕشی کورد بەزۆر چەکدار بکرێن. گاپ وەک لەبەرچاو گیراوە لەنێوان ساڵانی 2000–2020 دا کۆتایی بێت. ئەم بەرهەمەش 25٪ ڕێژەی نەوت هێنانی تورکیا لەعێراقەوە کەمدەکاتەوە بۆ تورکیا کەجاران 46٪ پێویستی وزەی تورکیا بەنەوتی عێراق پڕدەبوەوە، هۆکاری پەلەکردن لەم پڕۆژەیە گرێ درابوو بەسەرکەوتنیانەوە لەهەنگاوی یەکەمی تاقیکردنەوەکەیاندا لەپڕۆژەی قەوارە بچوکی بەنداوی کەبەن کەبەتەینا 44٪ وزەی تورکیای پێ دابین کرا. ساڵی 1970 کەقەیرانی نەوت سەری هەڵداو مەترسی گەروە رووی لەپڕۆسەی پیشەسازی کرد، ئەو دەمە خێرا تورکیا بۆ فەراهەمکردنی پێویستییەکی تر لەجێی نەوت بەهاریکاری کارخانەو دامودەزگا جیهانییەکان بیری لەوە دەکردەوە لەهێزی ئاو هیوای خۆی مسۆگەر بکاتو بەو حاڵە شرەی باری ئابووریەوە کە داهاتی ساڵانەی تاکێک لەتورکیادا 38 دۆلارە، کەچی بڕی 22 ملیۆن دۆلار بۆ بەئەنجام گەیاندنی ئەم پڕۆژەیە تەرخان بکات.

تورکیا بۆ ئەم مەبەستە پەیمانی لەگەڵ کارخانە و ئەندازیارانی (ئەڵمانی و سویسری و ئیتالی) ببەستێ و لەبانکی جیهانییەوە قەرز مسۆگەر بکات بەبیانووی دامەزراندن و بیناکردنەوەی ولاتەوە. ئەوەی شایانی وتنە تورکیا بۆ هەر ئەندازیارێکی بێگانە 10 بەرابەری ئەندازیاری تورک پارەی داوە.

بەکورتی لەگەڵ تەواوبوونی ئەم پڕۆژەیەدا ئاسۆی دواڕۆژێکی خێرو بەرەکەت ڕوو لەتورکیا دەکات. وەک خۆیان دەڵێن (دەرمانی هەموو دەردەکانمان دەکات) و (ئێمە ئاغا و سوڵتانی دواڕۆژی ناوچەکەین). هەژاری و بەرتەسکی بازاڕی تورکیا بەهۆی ئەو قەیرانەوەی ئامانجمان بۆ کرد، تا ساڵی 1970 تەنها دوو کارخانەی ئۆتۆمۆبیلی وەکو (فۆرت و فیات) هەموو پێداویستی هاتووچۆی تورکیای پێ تێر کراوە.

بەرپاکردنی گۆڕانێکی گەورە لەپیشەسازیکردنی تورکیا وە پەرەسەندنی بەسەر شێوەو شێوازی بازاڕی ئەورووپایی بەرنامەیەکی ستراتیژی بۆ تورکیا هێنایە گۆڕێ و وا بۆ 10 ساڵ دەچێت تورکیا توانای شمەک ناردنە دەرەوەی هەیە.

ناوەندە ئابووریەیکانی تورکیا لەخولگەی ئەم شارانەدایە (دیاربەکر، باتمان، سیرت، ئەدیئامان، ئورفە، گازی ئەنتەب و ماردین) کە کوردستانە، کوردستان سەرچاوەی زۆربەی کەسەرە خاوەکانی تورکیایە. وەک مس و خەڵووز لەئیلازق و سەرپاکی بۆ شاری (مێرسین)ی تورکنشین و ناوچەکانی دی دەبات.

شێوانەنی سروشتی کوردستان

بەهۆی پڕۆژەی گاپەوە سروشت و دیمۆگرافیای کوردستان هاتۆتە گۆڕین و زیانی سەختی پێگەیشتووە. نزیکەی 155 گوند بوون بەژێر ئاوەوە و دانیشتوانەکانیان لەساڵی 1980 – 1938 دا ڕاگوێزراون بۆ دووری 1500 کم دوور لەزێدی خۆیان و هیچ خەرامانێکیان بەرانبەر بەزیانەکانیان وەرنەگرتووە و ئەوانەیشی بەرەنگاری ئەم ڕاگوێزانەیان کردووە سزای تووندتر دراون و بۆ قوڵایی شوێنە دوورەکانی تورکیا دوورخراونەتەوە. بێگومان بەشی 55٪ یان خاوەنی زەوی خۆیان بوون و لێیان سەندراوەتەوە و بەهیچ جۆرێک ڕێگەیان پێنادەن لەهیچ شوێنێکی تری تورکیا زەوی و زار بکڕن یاخود خانوو دروست بکەن.

تورکدۆقان کە بەزانای سۆسیۆلۆژی سەرپەرشتیکەری پڕۆژەکە دانراوە دەڵێ: (گاپ دەبێت پاشماوەی فەرهەنگ و شارستانیمان بێت و هەمان کات وازەو گوزارشتی ناسنامەی نەتەوەیی نەمرۆمان بێت). تورکیا لەچەندین ڕێگاو کەناڵەوە لەباری سۆسیۆلۆژی مانەوییەوە دەیەوێت هانی کورد بدات تاوەکو پشتیوانی لەم پڕۆژەیە بکەن و بەدەم بانگەوازو پلانەکانی دەوڵەتەوە بسن دوو دڵی و سڵکردنەوە بچن. بەتایبەتی دوای ئەوە کە ساڵی 1980 بڕیارێکی گرنگ سەبارەت بەکوردستان ڕاگەیەندرا. کەچیتر نابێت ئەم ناوچانە بەدراکەوتوویی بمێننەوە. (واتە ڕێگاوبان و کارەباو تەلەفون) یان بۆ ڕابکێشرێت و بەشێوەیەکی سیستەماتیکی ئاوەدان بکرێتەوە. ئەو پەردە چەپەڵەی دراوە بەسەر ئەم هەموو ناوانانەدا ئاوی (بەرنامەی گەشەسەندن و پێشکەوتنی تورکیا)ی لێنراوە. بەڵام دەبینین لەکەنالی ئورفەدا 16000 هەزار کرێکاری تەنها تورک کاری تێدا دەکەن و بەهیچ جۆرێک ڕێگە نادەن کوردێک کاری تێدا بکات. تەنانەت ئەو تورکانەی لەبولگاریاو وڵاتانی تردە ڕوو لەتورکیا دەکەن لەوێ کاریان دەدەنێ و نیشتەجێیان دەکەن. بەمەرجێ زۆرینەی کوردی ئەم ناوچانە هەژارو بێکارن.

دەوڵەتی تورک بیانووی بۆ ئەمە ئەوەیە گوایە کورد لەکارکردندا کەمتەرخەمو تەمەڵن. بەڵام بەپێچەوانەوە بۆ بەرەی شەڕو بواری سەربازی، سەربازە کوردەکان لەبەرئەوە گوایە نازاو جوامێرو ووریاو کردەن، سەر سنوورە پڕ مەترسییەکانو پێشەوەی بەرەکانی جەنگیان پێ دەتەنن.

یاخود بەرهەمی هەموو پڕۆژەی گاپ ڕاستەوخۆ کارەباکەی بۆ وێستگەیەکی تایبەتی لەئەنقەرە دەگوێزرێتەوە، تاکە گلۆپێک لەکوردستاندا بەکارەبای (گاپ) هەڵناکرێت.

ئاکامی ئەم سیاسەتە چەپەڵۆ فاشییانە دەگەڕێتەوە بۆ ئەو بەرنامە وردو زیرەکانەی کە ئەم پڕۆژەیە لەخۆی گرتووە. لەلایەن ژەنەڕاڵو ئەندامانی ئاساییشی نەتەوەیی و شارەزایانی تورکییەوە پەسەند کراوەو دووری ستراتیژی و سیاسی و ئابووری و سەربازی تێکشکاندنی کۆمەڵایەتی خۆی هەیە و بۆ چەندین چەرخی داهاتوو زامنی سەلامەتی تورکیای پێوە دیارە. کلیلی گفتوگۆو مامەڵە و هەڵوێستیان دەبێت بەرانبەر بەوڵاتانی ناوچەکە و جیهان.

گووتەی (بەهەشتی داهاتوو) گەلێ جار لەبری (گاپ) لەلایەن بەرپرسەکانی تورکەوە بەکاردێت. پڕۆژەی (گاپ) لەباری کشتوکاڵو پەروەردەکردنی مەڕو ماڵاتەوە زیانی زۆری گەیاندووە. بەنموونە بەهۆی کەمبوونەوەی شینایی و لەوەڕگاوە لەناوچەکەدا 5 ملیۆن مەڕو 2 ملیۆن بزن تەفروتوونا بوون. هەزاران باڵندەو گیانلەبەری تریش لەبەردەم هەڕەشەدان و بەرەو نەمان دەچن. ئەمەش زیانی گەورەیە بەسامانی میللیمان گەیشتووەو دەگات.

ئامانجە گشتییەکانی ڕژێم لە (گاپ) دا

خودی ڕژێمی ناوەندی بۆ بەرهەمهێنانی ژیانێکی پڕ لەکامەرانی بۆ میللەتی سەردەست، لەم پڕۆژە کۆلۆنیالیزمییە ئەم لایەنانەی تری بۆ لەبەرچاو گرتوون:

-بەشی گەشتوگوزار لەشاری نەیدینامان گەشەی پێبدرێت بەکردنەوەی هوتێل و سەیرانگای زیاترو مۆدێرنترو جۆگاو ڕووبارو دەریاچەی دەستکرد پێکبێت. پڕۆژەی ناوبراو بە بەهەشت، ئاوو هەواکەی هێندە لەبارو سازگارە کە لەئاووهەوای وڵاتی کالیفۆرنیای ئەمەرکیا گەلێ گرنگتر دەبێت. ساڵانە دەکرێ 2–3 بەرهەمی جۆاروجۆری لێ بەرهەم بهێندرێت.

-گەشە بەپیشەسازی کشتوکاڵو دانەوێڵەو دەرهێنانی ڕۆنی ڕووەکو لەئورفە بدرێت. لەدیاربەکریش بەهەمان شێوە.

-بەرهەمهێنانی ئامێری مۆدێرن بۆ هاپین و ئارد بەرهەمهێنان.

-لەسیرت کارخانەی گۆشتو ماسی خستنە قووتووەو پیشەسازی بەرهەمهێنانی چەرم دابمەزرێ.

-شاری گازی ئەنتەپ وەک ناوەندێکی گرنگ بۆ ئەم ناوچەیە بایەخی پێبدرێتو کارخانە و دامەزراوی پێویستی تێدا بکرێتەوە.

-گۆڕانکاریکردن لەڕێگاوبانی شارەکاندا بۆ ئاسانکردنی کۆنترۆڵی سەربازیو پاراستنی ئاسایش لەکوردستاندا.

-بەرهەمی ناوماڵو چنینو رستنو کاری دەست رەنگینیو پیشەسازی کیمیاویو تەلەفونو پەیوەندییەکانی تر بەرەو پێش ببرێن.

-بوژانەوەی زەوییە وشکو بێکەڵکەکانو بەشێوەیەکی نوێ بەپیتو بەرەکەت کردنیان.

-گەشەدان بە بازرگانیو ناردنە دەرەوەی شمەکو فرۆشتنی ئاو چ بە وڵاتانی ناوچەکە بەتایبەتی وڵاتە عەرەبیەکان. بەتایبەت کەنرخی ئاو هاوشانی نەوتو زیاتریش دەوەستێتەوە.

-ناردنە دەرەوەی وزەی کارەبایی و بەرهەمی کشتوکاڵی زیاتر.

-بەکارهێنانی ئاو وەک چەکێکی سیاسی دژی ناحەزەکانی (سوریا، عێراقو ئێران). وەک کێشەکەی سەرەتای ساڵی 1990 کەتورکیا ڕێژەی ئەو ئاوەی کەدەچێتە سوریاوە لە 500 مەتر سێجاوە لەخولەکێکدا کرد بە 120 م3. دیمەرێل دەڵێ (چۆن خوا نەوتی بەعەرەب داوە، واش ئاوی بەتورک داوە. بۆیە ئێمە مافی خۆمانە چۆن هەڵسوکەوت لەگەڵ ئەم بەرەکەتەدا دەکەین).

-گەمارۆدانی بزووتنەوەی کوردایەتی پاش سەرهەڵدانی ئەو خەباتە چەکدارییە تێیدا. بەتایبەت ئەم ناوچەیە بەدیارترین ناوچەی جموجۆڵ کولتووی خەبات ناسراوە.

-هەوڵێکی تر لەبەگەڕخستنی سیاسەتی شۆڤێنیستانەی کەمالیسیانە بۆ توانەوەی کوردو ڕاگوێزانیان بۆ ناوچە تورک نشینەکان بەقەوڵی دێمرل با (زمانی خاوێنی کوردی تێکەڵ بەزمانی تورکی بێتو ئەم کوردانە ببنە تورک) هەڵبەتە لەسنووری ئەم پڕۆژەیەدا نزیکەی 5 ملیۆن کورد دەژینو بێ موڵکو ماڵنو ناچاری خراپەکردن دەکرێن.

-کەمکردنەوەی مەترسی لەسەر ئابووریو ئاسایشی وڵات.

-پاراستنی بایەخی جیوپۆلەتیکی تورکیا بۆ بەرژەوەندی جیهانخۆرانو خۆ قووتکردنەوە وەک ئاغای ناوچەکە. بەتایبەتی بەسەر ئێراندا وەک وڵاتێکی شیعەو بەسەر عێراقدا وەک دەوڵەتێکی بەهێزو چاوبرینە ولایەتی موسڵ. لەم ڕێگایەشەوە کوردستان بکاتە بنکەو پایەگای هێزە جیهانییەکان بەتایبەت پاش نەمانی شەڕی سارد.

-هەوڵی بەپەلە بۆ بوونە ئەندامی کۆمەڵگای ئەوروپاو نیشاندانی وزەو بایەخی بازاڕو بەرهەمی تورکیا بە ئەوروپا.

لەم ڕووەوە وەزیری ناوخۆیان زوو زوو ڕایدەگەیەنێت کەوا (تا سەدەی 21 وڵاتێکی زێڕین ساز دەکەن). بەڵگە بۆ سەلماندنی زیاتری بایەخو ڕۆڵی ئاو لەڕاگەیاندنێکی ستراتیژی ناسی کەنداو (Peter Schweizer) ی ئەمەریکیدا دەردەکەوێت، کەلەدەمی شەڕی دووەمی کەنداودا وتی (ئێمە بەیارمەتی تورکیا دەتوانین سەدام لەچەند هەفتەیەکدا بێئەوەی پێویست بەتەقاندنی یەک تاقە فیشەک بکات بهێنینە سەرچۆک). بێگومان مەبەستی بەئاوی دیجلە و فوراتە.

ستراتیژی ئاو لەناوچەکەدا

قەیرانو قاتوقڕی ئاو وەک پێویستیەکی ژیان لەناوچەکەدا تا بێت بەرز دەبێتەوەو هەموو وڵاتانی ناوچەکەی ناچاری ئەوە کردووە بیر لەدواڕۆژو چارەنووسی خۆیان بکەنەوە. بەنموونە ئیسرائیل وەک دەوڵەتێکی بەهێزو پێشکەوتوو بۆ ناوچەکە دێنینەوە تا بزانین ئاو چ ئەرکێکی

بـۆ دروسـتکردووە و چ مەترسـییەکی خسـتۆتە بـەردەم داهاتووی. ئیسرائیل بـۆ خـۆی بـە (دەوڵـەتی تینـووی ئـاو) ناوبانگی دەرکردووە.

ئیسرائیل تەنها بۆ دانانی دەزگایەکی پاکردنـەوەی ئـاو لەخۆیٚ لەناوچەیەکی بچووکی کـەرتی غـەزا دا زیـاتر لـە 150 ملیۆن دۆلاری بەخەرج داوە . 1948 کە ئیسرائیل دروستکرا ژمـارەی دانیشـتوانی 160 هـەزار کـەس بـوو. بـەتێکڕا پێویستیان بە 230 ملیۆن م3 ئاو بوو. لەسۆنگەی زیادبوونی ژمارەی دانیشتوانیەوە بەتایبەت پاش ئەوەی کەجولەکەکانی شـورەوی بـەرەو ئیسـرائیل دەگەڕێنـەوە تـا سـاڵی 2000، کەدەگەنـە نزیکـەی 5.5 ملیـۆن دانیشـتوان. هـەموو سـاڵێ پێویسـتی بـە 1800 ملیـۆن م3 ئـاوی زیـاتر هەیـە. دەبێـت ئەوەش بووترێت 1/2 یەک لەسەر دووی ئەو ئاوەی ئیسرائیل بـەکاری دێنێـت هـی خـۆی نییـە، واتـە ناکەوێتـە سـنووری دەوڵەتەکەیەوە.

توانای تەکنیکی و لێوەشـاوەیی جوتیـارێکی ئیسـرائیلی زۆر لـەجوتیارێکی میسری زیـاترە، بۆیـە بەهـەمان بـڕی ئـاو بەرهـەمی جوتیـارە ئیسرائیلییەکە6 بەرامبـەر زیـاتر دەتوانـێ پێویستی بەرهەم بهێنێ.

خاتوو (Joyce Starr) ی دامەزرێنـەری (Global Water Policyan Technology Summits) دەڵـێ: دانیشـتوانی میسر کەوا ئێستا نزیکەی 55 ملیۆنـەو تـا سـاڵی 2000 بـە 77 ملیۆن مەزەنە دەکرێت، وا بۆ هەر هاوڵاتیەکی رێژەی 30٪ ئاو کـەم دەبێتـەوە. ئـەم مەترسـییەش دێتـە رێـی ئیسـرائیل و ئەردەن. ئەم هۆیانە و گەلـێ هـۆی تریش وایان لەئیسـرائیل کـردووە، زۆر بـەجدی بـیر لەمەسـەلەی دابینکردنـی ئـاوی دوارۆژی خـۆی بکاتـەوە. بۆیـەکا لەپشـت هـەر هـێرش و پەلامارێکیەوە بۆ سەر وڵاتانی عەرەبی ئەندازیارو پسپۆڕانی شارەزای ئـاو بـەخۆیان و فـایل و نەخشـەکانیانەوە بـەدوای تانکەکانەوە دەچنە بەرەکانی جەنگەوە. هەربۆیەشە ماوەیەکە کەوتۆتـە سـەر بـیری بەئـەنجام گـەیاندنی پڕۆژەیـەکی ئاوڕاکێشانی دەریای سپی ئاوەڕاست بۆ دەریای مردوو. ئەم پڕۆژەیەش پارەیەکی زۆری دەوێت.

UNESCO لەراپۆرتێکیدا دەڵێ ساڵی 25000 هـەزار منـاڵ بـەهۆی کـەمی ئـاوو بەناچارانـە بـەکارهێنانی ئـاوی پیـس دەمرن. ئەفەریقا کـەوا 100000000 ملیـۆن دانیشتوانی هەیە تا دە ساڵی داهاتوو 40٪ یان بەهۆی کەم ئاوییەوەی تووشی نەخۆشی دەبن.

کوردو ئاگری شەڕی ئاو

لەهـەموان ئاشـکرایە نەخشـەی سیاسـی رۆژهـەڵاتی ناوەڕاسـت نەخشـەیەکی سروشـتی و ئاسـایی نییـە، بـەڵکو راستەوخۆ بەرهـەمی شـەڕو دەسـتێوەردان و نەخشەکێشـانی هێزە نەهریمەنەکانە!!. لـەپانتایی کۆمـەڵێ بواری ئـابووری و سـەربازی و فەرهـەنگیدا کراوەتـە بـازاڕ بـۆ ڕووتاندنـەوەو قازانجی ئەو هێزانە.. ئەم بنەمایەش (بەرژەوەندی گلاو) بۆتە مایـە و کانگـای کۆمـەڵێ کێشـەی ئـاڵۆزی چارەسـەرنەکراوی دەردەدار، کەسیمای نا ئارامی بەهـەموو ناوچەکە بەخشـیوە پێکەڵ پێکەڵی و پێکداچوونی مەسەلەکانی نەتەوەیی، ئایینی و سیاسی بەو چەشنەی دەیبینین ساڵەهایە کە ئاسوودەیی ڕوو لەناوچەکە نـەکردووە. زەمینـەی دروستی شینبوونیشی لـەڕێگای ڕێککەوتننامـە و ئاشـتی ڕۆژانـەوە نـەبووە. لـەم هاوکێشەیەدا هەردەم میللەتی بندەست و بێ کیان زەرەرمەند و بەشخوراوتر بووە. لێکدانەوە مێژوویی و سیاسییەکان بەو قەناعەتەمان دەگەیەنن، کەتەنیا لەڕێگای شەڕێکی دیکـەداو دەرفەت و پاڵپێزی هەڵتەکاندنی ئەو نەخشانە ساز دەبێت و بەئەنجام دەگات!. دەنا ڕێگا چارەی دیکـە لەئاسـۆی دوورو نزیکدا مەحاڵەو بەدی ناکرێت؟!!.

دۆزی کورد.. وەک ئەوەی دڕ بە ویست و خواستی خۆی دابەشکراوو داگیرکراوەو بەزۆر لکێندراوە بەو دەوڵەتە زۆڵەکە دەسـتکردانەوە، ڕاسـتەوخۆ بەرهـەمی ئـەو سیاسـەتە کۆڵۆنیالیسشـتی و نامرۆڤانەیـەو تـەواو لـەبیر کـراوەو خزێنراوەتە نێو چوارچێوەیـەکی جیۆلۆپۆلیتیکـی ئـەوتۆوە، دەرەتـانی هەناسەدانیشـی لێتـەندراوە. یـەکێ لـەدیاردە نوێیەکان کەناوچەکەی هێندەی دیکـە بـەرەو ئـاڵۆزتر بـوون دەبات و وەک فاکتێکی نوێ تێکەڵ بەو بارودۆخ و نەخشە نا ئاسایی و ئاڵۆزانە دەبێت کێشەی ئاوە. ا شەڕ لەپێناوی ئاودا جێی بەشەڕ لـەپێناوی نەوتدا لـەق کـردووە. کێشـەی نـەوت بەنزیکەیی بەتایبەت پـاش جـەنگی دووەمـی کـەنداو بـەرەو چارەسـەرکردن چووەو ڕێژەو بەشی دەوڵەتانی هاوپـەیمانی شـەڕ زامـن و مسـۆگەر بـووە.ا ئـەو شـەڕەی لـەپێناوی ئـاودا بەڕێگاوەیە مەترسی و هەڕەشـەیەکی زۆر ترسـناکی بـەرووی جیهان بەگشـتی و ڕۆژهـەڵاتی نـاوین و نزیکـدا کردۆتـەوە.

شەڕی ئاو واتە شەڕ لەپێناوی مانو ژیان دا!. بایەخێ ئاو کەپێی دەوترێت (زێڕی سپی) هەر لەو سنوورەدا قەتیس نەماوە بۆ ژیانو ئاوەدانیو کشتوکاڵو هەندێ بواری تەکنەلۆژیاو بەرهەمهێنان وەکار بەرێو رۆڵ لەئاوەدانیو دامەزراندنی کۆمەڵگای شارستانیو هۆکاری راگوێزاندا بگێڕێ، بەڵکو ئەمڕۆ وەك سامانێکی زۆر بەنرخی میللیو چەکێکی سیاسیو سەربازی گرنگو یەکلاکەرەوەو کالایەکی بەنرخی بواری ئابووری چۆتە مەیدانی دیاردەکانو بۆتە بنەمایەکی زۆر کاریگەر بۆ پتەوکردنی چوارچێوەی زۆر لەدەوڵەتانی ناسیونالیستیش!.

مەڵبەندی نێو نەتەوەیی لێتوێژینەوەی ستراتیژی ئەمەریکی (Center for strategie and International Studies) ئامارێکی کردووە، کەوا لەساڵی 2000 دا لەناوچەی رۆژهەڵاتی ناوەڕاستو نزیکدا زۆر شوێن هەیە بەر لەهەر شوێنێکی دیکە شەڕی گەرمی لەسەر قاتوقڕی ئاو لێهەڵدەگیرسێت!. وەك تورکیا سوریا – عێراق لەسەر فورات و میسر – سودان – تانزانیا رواندە ئۆگەندە زائیر لەسەر نیلو ئیسرائیلو ئەردەن لەسەر یەرموکو سوریاو ئیسرائیل لەسەر بەرزاییەکانی جۆلان کەسەرچاوەیەکی ئاوە. ئەم شوێنانە لەناوچە بەرچاوەکانی ئەو ئامارەن!. فاکتەری زیادبوونی ژمارەی دانیشتوانو کەمبوونەوەی رێژەی ئاویش رۆڵی گرنگ لەم پرۆسێسەدا دەگێڕن. دیارە هەڵکەوتی ناسروشتی ئەو دەوڵەتانەی ناوچەکە هەر دەبێتە مایەی پێکدادانی سەربازیو کێشمەکێشی سیاسیو جوگرافیی!!

بەحوکمی ئەوەی بیژۆو دروستکراوی دەستی (ئینگلیزو فەرەنسا)ن، بگرە نەشتوانراوە لەبچوکترین بواردا لەسەر پەیمانێکی گونجاو بۆ دابەشکردنو رێکخستنی سامانێکی وەکو ئاو لەناوچەکەدا رێك بکەون. گەرچی یاسای نێودەوڵەتی هەوڵی چەسپاندنی بڕیاری پاراستنی بەرژەوەندی یەکترو رێکەوتن لەسەر سوودی هاوبەشی ئەو دەوڵەتانە دەدات، وەلێ گۆڕانە سیاسییە خێراکان، دەرفەتی سەقامگیربوونیان نەهێشتۆتەوە، کە دەزانین پەیوەندییەکان بنچینەیەکی مێژوویی ساغڵەمیان نییە!. ئەم ئامارەیە لەلایەن سەنتەری ناوبراوەوە بەدیوێکی هاندانی ئەم وڵاتانەیە بۆ مشورخواردنی کەرەسەو تەکنەلۆژیای نوێی ئەمەریکیو کارکردنە بەو نەخشەو پلانانەی ئەم سەنتەرانە دایدەڕێژنو هەمان کاتیش ئاگادارکردنەوەی ئەم حکومەتە دواکەوتووانەیە کە هەوڵی گلدانەوەو پاراستنی ئاو بدەن.

پرۆفیسۆر ئارتون سوفیری ئیسرائیلی دەڵێ: ئیسرائیل لایەکی هاوکێشەی ئەو شەڕانەی لەسەر ئاو دروست دەبن پێکدێنێت. تورکیا دەڵێ: پرۆژەی (گاپ) دەرمانی هەموو دەردەکانمان دەکاتو ئێمە دەکاتە ئاغاو سوڵتانی ناوچەکە.

گەر تەماشای کێشەی ئاڵۆزی نێوان جولەکەو عەرەب بکەین، وا دەبینین ساڵەهایە کە ئاو رۆڵی هەرە سەرەکی لەو ململانێیەدا دەگێڕێت. دروشمی (زەوی بەرانبەر بە ئاشتی) هەر مەسەلەی رووبەرێکی بیابانی روت نییە. گەر وابوایە پێکدەچوو لەمێژ بێت مەسەلەکان بەئاستێکی بەرزتر بگەیشتنایە؟! بەتایبەت پاش ئەوەی کەئیسرائیل زامنی بوونی خۆی لەڕووی سەربازیو سیاسییەوە لەمێژە مسۆگەر کردووە. وەك دەڵێن ئاو بۆتە کلیلی ئاشتی لەناوچەکەدا. رێکنەکەوتنو نەگێڕانەوەی بەرزاییەکانی جۆلان بۆ سوریا لەبەر هەبوونی ئاوەو گێڕانەوەی مانای خنکانە بۆ ئیسرائیل.

فشاری ئیسرائیل بۆ سەر ئەردەن لەڕێگای ئەمەریکاوە تاوەکو ئەردەنیش لەگەڵ ئیسرائیل بکەوێتە نێو چەرخو فەلەکی ئاشتییەوە، هەر بەمەبەستی مسۆرگەرکردنی ئاوی یەرموکی ئەردەنە بۆ ئیسرائیل!

ستۆفەر تۆماس دەڵێ: ئەو دەستکەوتەی ئیسرائیل لەئاودا لەشەڕی 1967 دا دەستی کەوت، ساڵانە بەرانبەر بە 2 ملیارد دۆلارە. پاش دەست بەکاربوونی تورکیا لەپرۆژەی ناسراو بە GAP بەسەرپەرشتیی ئۆزالی ئەندازیاری ئابووریناسو دیمیرەلو ئەندازیاری هیدرۆلیک چەندەها مەبەستی دوورو نزیکی سیاسیو ژیانی لەپشتەوە بوو. کاتێ رێکەوتننامەیەکی نێودەوڵەتی نەبوو لەدابەشکردنی ئاودا، تورکیا ئامادە نەبوو بچێتە ژێر باری هیچ مەرجێکەوە، بانکی نێو نەتەوەیی کە ئەو دەم ئۆزال تێیدا ئەندامیش بوو ئامادە نەبوو کۆمەکی تورکیا بکات بۆ پرۆژەی ناوبراو. تورکیا بۆ یارمەتی وەرگرتن ناچار بوو رووی یارمەتی لەئەورووپا ئەڵمانیاو سویسرا بکات بۆ بەئەنجام گەیاندنی گاپ. سعودیە و کوێت پارەیەکی زۆریان بۆ ئەم مەبەستە بەقەرز دایە تورکیا.

پرۆژەی گاپ.. هاوسەنگێتی تەواوی ناوچەکەی تێکداوە و کۆمەڵێ هەڕەشەی نوێی بەرووی ناوچەکەدا تەقاندۆتەوە.

گاپ دووەم گەورەترین پرۆژەی جیهانە. بۆ ولاتێکی کشتوکاڵی و سەربازی وەک تورکیا گەڵ گرنگەو دەیخاتە خانەی ولاتێکی پیشەسازی بەرچاوەوە. گاپ لە 21 بەستو 17 وێستگەی بەرهەمهێنانی ووزەی کارۆناوی پێکهاتووە، لەگەڵ دوو کەناڵی زۆر گەورەدا. تەنیا بەستی ئەتاتورک 48 ملیارد م3 ئاو گل دەداتەوە و دەتوانێ چۆڕپڕی بەفڕۆ چوون و ئاو ڕژانە سوریاو عێراقەوە بکات. فورات 320 ملیارد م3 .سالانە ئاو دەدات. بۆ پرکردنەوەی بەستی ئاوبراو تورکیا لە ساڵی زیاتری کات پێویستە. گرنگی ئاو بۆ ولاتانی سوریاو عێراق ژیانی هەموو دانیشتوانەکەی پێوە گرێ دراوە و بۆتە یەکەم پێداویستی ژیان. تورکیا لە مێژە ئاگاداری ئەم ڕاستییەیە، بۆیەکا بەرانبەر هەر جموجۆڵێکی هەڕەشەی زیانبەخش (لەدیدی تورکیاوە) بۆ سەر تورکیا، ئاو یەکەم چەکە وەلامی ناحەزەکانی پێدانەوە و لە دژیان وەکاری ببات.

بێ خۆخستنە باسە مێژوویەکانەوە، پەیوەندی نێوان تورکیاو سوریا لە هەنووکەدا لەسەر سێ کوچکەی: ئاو بەدەستی تورکیاوە، کارتی کوردی لەدەست سوریادایە، کێشەی ئەسکەندەروونەی عەرەب لەلایەن تورکیاوە داگیرکراوە، کە کێشەی نێوان نەتەوەی عەرەب تورکیا تێدا ڕەنگ دەداتەوە. بەتایبەت پاش ڕێکەوتنامە سەربازییەکەی نێوان ئیسرائیلو تورکیا. لەباری ئێستادا سوریا گرفتاری چەند هۆ و هۆکارێکە کە بریتین لە : نەمانی شورەیی و لە دەستدانی نەو دۆستایەتیو پاڵپشتەی هەیبوو؛ پارچە چارچەیی عەرەب و بێمتمانەیی پێیان، بێهێزی باری ئابووری و کێشەی ناوخۆ لەگەڵ ئیسلامیەکاندا بۆیە تەنها و لاواز و ماوەتەوە. ئەم فاکتەرانە ئاستەنگ و ڕێگرن لەبەردەم سوریادا هەتا بڕیاری شەڕێکی ڕاگەیەندراو دژی تورکیاو ئیسرائیل بدات. بۆیە هەر لە سەرەتاوە قورسایی خۆی خستۆتە سەر دوو تەوەر: کارتی کوردی، کە لە پێویستدا دەتوانێت نەمی لێبکات و هەمان کات نەشی بدات. ناچارانە بە سەر هەموو عەرەبدا پشتی خۆی بەئێران ببەستێ و قایم بکات.

بەهاتنە سەر کوحمی خاتەمی، حافز الاسد بە سەرۆکایەتی دەستەیەکی 300 کەسی چووە تاران و کۆمەڵێ باسی بەسەرکردەوە و چەندین پەیمانی نوێی بەست، جێی سەرنجە کەلە 1979 وە ئەمە دووەم سەردانی الاسد بووە. دەستەی ئاوبراو زۆربەیان شارەزایانی سەربازی و جەنەڕاڵ بوون.

سوریا هەتا هەنووکە وەک هێلانەیەکی تیرۆریستانی ناوچەکە و جیهان ناسراوە. ئەمڕۆ نەو دەستووپێوەندە بەستراوە. بۆیە پێویستی بەو چەند تەوەرو بەرە ناوچەییە هەیە. بەتایبەتی کارتی کوردی، چونکە هەر نەبێت کورد نەک هیچ داوایەکی بەرانبەری لە سوریا نییە، بەڵکو زۆر لایەنی کوردی خۆیان بە منەتباری سوریا دەزانن !!. یاخود لە مامەڵەدا ناتوانێ وا بە ئاسانی دەستبەرداری بەرژەوەندیەکانی ئێران بێت، وەک لەوەی دەتوانێ زۆر بە ئاسانی سازش بە کارتی کوردیەوە بکات. یان بیکاتە مەبەستێکی فشار بۆ ملدانی تورکیا بۆ گفتوگۆی سەر مێزو زامنکردنی بەرژەوەندییەکانی خۆی. خۆ گەر ئەم سیاسەتو تاکتیکانە لە پێناوی ستراتیژی ئاودا سەریان نەگرت، وا دەتوانێ بەلایەنی کەمەوە بەکارتی کوردی گێرەشێوێنی بخولقێنێ!!.

دیاردەکانی ئەم دواییەی ئاوەوەی ولات نزیکی دوا بۆچوونمانە. بۆیەکا هێزێکی کوردی لەبری نەتەوەی عەرەب هەڕەشە لە ئیسرائیل دەکاتو سنوور و بەرەی ئێران دەکەنە سەنگەرو خۆیانی تێدا دانادە دەدەن. کوردستان کراوەتە گۆڕەپانی ململانێی ئاشکرای نێوان بەرژەوەندی ناوچەیی وجیهانی شەڕی ئاوخۆ هیچ پەهەندێکی کوردی نییەو ڕاستەوخۆ بۆ پاراستنی بەرژەوەندی دەوڵەتە داگیرکەرەکانە و لەپێناوی هیچ بۆ گۆڕانێکی پۆزەتیڤ و دەستکەوتێکی میللیدا نییە. بگرە هەڕەشەی ڕاستەوخۆ بەسەر دەستکەوتی حکومەتەکەی ڕاپەڕینی گەلەکەمان (کە نەمانی ویست و داوا و خەونی هەموو داگیرکەران و دوژمنانو خۆفرۆشانە). ئەو پلانەی ئەمرۆ لە کورد بە ئاگایی خۆیەوە دەکرێ و ئامێری جێبەجێکەری پلانەکەش هەر کورد خۆیەتی. ئاکامی ئەم پێشهاتو مەرگەساتە وا دەکات زیانی جەرگبڕی هەبێتو مەترسی گەورەی لێبکەوێتەوە !!. هاتنی لەشکری تورکی داگیرکەر بۆ سەر کوردستان بە پلەی یەکەم فشارە لەسەر سوریاو هەڕەشەیە بۆ ئێران.

بۆ ئیسرائیل پێویستە سوریا هەڵوێستی نەرم بێتو مل بدات. ئێران چاوترسێن بکرێ. ئیسرائیل بە تورکیا ئەم دوو

ئامانجە دەپێکێ. هەموو لایەکیش دەخوازن گۆڕەپانی شەڕەکەیان لێدوور کەوێتەوە. کەچی هێزە کوردییەکان کە لە قۆناغی خەباتی رزگاریدان !! ئاگری ماڵەکەی خۆیان بۆ خۆسووتاندنو کوردستان کاولکردن خۆشتر دەکەن. یەکێ دەبێتە شمشێر و ئەوی دیکە بە قەڵغانی دەستی داگیرکەران.

لەهەلومەرجی ئێستادا دوژمنانی کورد شارەزای باری دەروونی و شوێنە زامدارەکانی جەستەی کوردن، بۆیەکا لە هەر راگەیاندنو بۆنەیەکدا بازوویەکی کورد دەشکێنن و کوتەکێ دەدەنە دەست بازووەکەی دیکەی !. هەرچی تاوانی نامرۆڤانەیە دەیکەن بە بیانووی ئەوەی بانگهێشت کراون لەلایەن هێزێکی دیکەی کوردییەوە. بەم شێوەیە سیاسەتی چەپەڵیان پیادە دەکەن. مەترسی ئەم سیاسەتە جەهەنەمییە بۆ کورد دەیان هێندەی بەکارهێنانی گازی ژاراوی پڕ مەترسیترە.

ئیدی تاکەی ئەقڵی سیاسی کوردو جەماوەر خۆیان ناخەنە بەردەم پرسیاری: ئایا بەم سیاسەتی کورد کوژی و ئازاوە گێڕییە چ قازانجێ بە کورد دەگات !؟ کاروانەکە بەرەو کوێ دەڕوات و بەکام هەوار دەدەین !؟ بۆ ئەوەی کورد نەبێتە یەکەم سووتەمەنی ئەو تەنوورەی (عەرەب و ئیسلام / تورکیا و ئیسرائیل) چی بکەین باشە !؟.

گۆڤاری (خوێندکاری کورد) ژمارە 24–25 گەلاوێژی 1997/2606.

هەندێك زانیاری دیكە لەمەڕ شەڕی ئاوەوە!...

خوێنەری خۆشەویست ... بەرودوا هەندێ بابەت لەسەر ئاو و بایەخی ئاو بلاوکراوەتەوە و ئەو مەترسیانەی پێشبینی دەکرێن بۆ هەڵگیرساندنی شەڕ لە پێناوی ئاودا، ڕۆژانە لێمان نزیك دەبێتەوە. لێرەدا لەمەڕ شەڕی ئاوەوە هەندێ زانیاری گشتیو داتا و سەرژمێری بەسەر دەکەمەوە کە ڕاستەوخۆ کۆمەك بە شارەزابوونی زیاتر دەکات لەسەر ئەو کارەساتانەی چاوەڕوانی دەکرێن.

بە گشتی 75٪ دنیا ئاو داگیری کردووە، کە بڕیتیە لە 10800000کم3. ئەمەش دەکاتە 10800 ترلیۆن م3 ئاو و 97٪ ی لە دەریا لووشەکاندایە و کەڵکی بەکارهێنانی نییە.

لە ڕۆژهەلاتی نێزیکدا نزیکەی 300 ملیۆن مرۆڤ دەژین، کە لە 8٪ ی هەموو دانیشتوانی جیهان پێك دێنن و خاکەکەی ڕووبەری 11–12٪ ی هەموو گۆی زەوی داگیر دەکات و تەنیا 7٪ بەکەڵکی دانیشتن و ژیان دێت. ئامار کراوە بۆ هەر کم2 ، 26 کەسی بەردەکەوێ. لە ڕاستیدا گەرەکە حسابی 318 کەس بکرێت ... عەرەب وەك نمونەیەك دێنینەوە، چونکە دیارترین نەتەوەی گەورەی ئەم ناوچەیەن. ئیرادەی ئاویان وا بەدەست عەرەبەوە و گەمارۆدراون بە تورکیا و ئێران و ئیتیوپیای خاوەن ئاو و لەم سێ بەردا لە جەنگدان.

لەبەرەیەکی تایبەتیشدا لە جەنگدان لەگەڵ ئیسرائیلدا. ڕێژەی زاوزێ لە ولاتانی عەرەبیدا 3٪ بەرزەو ساڵی 1950 عەرەب 76 ملیۆن بوو، ساڵی 2035 دەبنە 600 ملیۆن. هەموو ئەو ئاوەی لە ولاتانی عەرەبیدا هەیە بڕیتیە لە 173 ملیارد م3 کە لە ساڵێکدا شیاوی بەکارهێنانە. لە کاتێکدا ولاتانی عەرەبی پێویستیان بە 328 ملیارد م3 ئاو هەیە. کەواتە کەمی ئاو لە ولاتانی عەرەبیدا بە ملیاردەهایە. ولاتێکی وەك ئاڵەمانیا ڕێژەی 151٪ کەس بەر هەر کم2 دەکەوێت.

باکوری ئەفەریقا و ڕۆژهەلاتی نێزیك وشکایی و بیابانی تێدا لە مەغریبەوە تا مەنگۆلیا دڕێژ دەبێتەوە. مانگی مارتی 1986 ڕێژەی بارانبارین لە تونس 150٪ ملم زیاتر بووە، کەچی لە مانگی 10–12 دا لە تێکڕای ئاسایی زۆر کەمتر باران باریوە. بەغدا ساڵانە 72–151 ملم بارانبارینی کەمتر بۆتەوە. ساڵانە دەوری 1–2 ملیارد مرۆڤ بەهۆی زیادبوون وشکایی و لە کەڵك کەوتنی زەوی بۆ ژیان دەکەونە بەردەم هەڕەشەی ترسناکی سروشتیەوە !. ئەم وشکایی زیادبوونە تەنانەت ئیسپانیا و سیسیلیای ئیتالیا و یۆنان دەگرێتەوە. پسپۆڕ و شارەزاکانی ئەمەریکی لە ساڵی 1980 داو لە سەردەمی (جێمی کارتەر) دا ڕاپۆرتێکیان بەناونیشانی2000 Global ئامادەکرد و گەیشتن بەم ئاکامە : (زیادبوونی دانیشتوانی نیوەی گۆی زەوی هەتا ساڵی 2000 پێویستی دووقاتی ئاو لەگەڵ خۆیدا دێنێتە کایەوە... گەورەترین کێشەش بۆ ئەو ولاتانە دەخولقێنێ کە بۆ هەر سەرێك ئاوی کەم بەربکەوێت و ڕێژەی زیادبوونی ژمارەی دانیشتوان لە ولاتەکەیاندا زۆر بەرزە. ئەم دیاردەیەش لە ولاتە تازە پێگەیشتووەکاندا بەتایبەت ئەو ولاتانەی کە لەباری ماڵیو تەکنەلۆژییەوە ناتوانن بەسەر ئەو کێشەیەدا زاڵ بن. هەراش زیاتر لەنێوان ئەو ولاتانەدا ساز دەبێت، کە ڕووبار دەیان بڕێتو لەباری نێونەتەوەییشەوە یاسایەکیEguitable

Distrbution رێکخەری دابەشکردن یەکسان سوود لێوەرگرتنیان نییە بیچەسپێنن، بۆیە بە پێچەوانەوە لەم مەسەلەیەدا ویست و هێزو ئارەزووی سیاسەتی بەرژەوەندی رۆژانەی دەوڵەتەکان کاریگەرن و یاسەکە بەرپێوە دەبەن و قورمیشی پووداوەکان دەکەن).

لەگەڵ ئەوەی رێکەوتن و هاوکارییەکی بەرچاوی نێوچەیی هەتا ئێستا لەنێو ولاتانی وەک ئێکوادۆر-پیرۆ، ئەمەریکا بەریتانیا-ئەمەریکا-مەکسیک دا سەبارەت بەر ئاوەی دەکەوێتە نێوانیانەوە هەیە. هەر لایەک هەوڵی پاراستنی بەرژەوەندی لایەکەی دیکە دەدات. بەڵام وا دەبینین هەرای نێوان بەرازیل و ئەرجەنتین لەسەر پرووباری Rio de la Plata و ئیسرائیل و ئەردەن لەسەر پرووباری ئەردەن و پاکستان و هیندستان و بنگلادیش لەسەر پرووباری ئیندۆز و ئێراق و سوریا لەسەر فورات و تورکیا و سوریاو ئێراق لەسەر فورات و میسرو ئیتیوپیا لەسەر نیل دا بەرپێوە.

هەر ئەوەدم جێگری وەزیری دەرەوەی جارانی R.Armitagr U.S.A لەم پرووەوە ووتی (ئەمەریکا رووبەرووی بەرپرسیارێتییەکی تایبەت دەبێتەوە، ئەم ساتە وەختە دەرفەتێکی باش دەبێت بۆ ئەمەریکا دان بەوەدا بنێت کە قەیرانی ئاو لە رۆژهەلاتی نێزیکدا تووندوتیژو ئالۆزتر دەبێت. لەوانەشە سیناریۆی شەڕ دووریی نوێ بە مەسەلەکان ببەخشێ!. بۆ حکومەتی ئەمەریکی وا چاکە لەکاتی خۆیدا ئامادەبێت هەوڵێکی Multinational لسە ناوچەکەدا رێک بخات).

1/4 ی دانیشتوانی دیمەشق هاوینان بەهۆی کەمی ئاوەوە ئاویان نییە !. 88٪ ی ئاوی سوریا لە تورکیاوە دێت. لە دەوروبەری عەمان سالانە 3م ئاو لە بەرزی ئاستی دەریا نزم دەبێتەوە. هەر لە عەمانو دیمەشق لە زستاندا مەترێ بەفر دەبارێ. لە تورکیا هەزاران خەڵک دەبن بە ژێر هەرەسی بەفرەوە. لەنێو چیاکانی کوردستان و لوبنان هەزاران کەس رێگەی هاتووچۆیان بەهۆی زیادبوونی بەفر بارینەوە لێدەگیرێت.

پرۆفیسۆر John Kolars لە زانستگەی Michigan لە 28-6-1990 ووتی: گەلانی عەرەبزمان دەکەونە سەر لێواری قەیرانێکەوە، کە دووریەکانی ئەوەی هەتا ئێستا رووبداوە دەری دەخات، ئەم قەیرانەش لە رێگای کەمبوونەوەی ئاوەوە سەر هەڵدەدات. هەر بۆیەش لەم بارەوە گۆڤاری Foreigen Policy ی ئەمەریکی ئامازە بە بایەخی ئاو لەئایندەدا دەکات و دەڵێ: لە پایەکانی وەزارەتی بەرگریدا، زامنی ئاو مسۆگەرکردن هێندەی شوێنگەی زامنی سەربازی سنرخو بایەخی دەبێت.

بۆ ولاتە عەرەبزمانەکان کێشەکە لەوەدا خۆی گەورە و مەترسیدار دەنوێنێ کە 3/2 یان پشت بە ئاری رووبار (ئەم رووبارانەش لە ناوچەی نا عەرەبییەوە دێت) و ئاوی سوێری دەریاکان دەبەستن هەموو دەزانین سەرچاوەی ئاوی رووباری دیجلە و فورات و نیل لە کوێیە ؟!. رووباری ئەردەنیش (سوریا، ئەردەن، لوبنان و ئیسرائیل) خۆیان بە خاوەنی دەزانن. لەنێوان سەلتەنەتی عەممان و ئیماراتدا هەرا لەسەر ئاوی بورعلیمی هەیە.

لە ناوچەکەدا تەنیا لە ولاتانی (تورکیا، ئێران و سودان) نرخی ئاوی ئاسایی بۆ هەر سەرێک نرخی ئاسایی خۆی تێدەچێت... دەنا لە سالی 1985 دا لە رۆژهەلاتی نێزیکدا بۆ پاککردنەوە و ئامادەکردنی ئاوی خواردنەوە سالانە 300 دۆلار بۆ هەر کەسێک سەرفکراوە. ئەم بڕیارەیەش بەهای دووبەرابەری هەمان کارە لە ولاتێکی وەک ئەمەریکا و پێنج بەرابەری هەمان کارو پێویستییە وەک لە خواروی رۆژهەلاتی ئاسیادا !. پرۆسەی کەمبوونەوەی ئاو لەرۆژهەلاتی نێزیکدا هەر ئابێتە مایەی شەری نێوان دەوڵەتان، بەڵکو لەنێو خودی ئەو ولاتانەشدا هەڕەشەی زەوی وشکبوونەوە زیاد دەکاتو برسێتی و هەژاری و مەرگ ترس دەخاتە بەردەم ژیانی خەڵکەوە، چونکە بە تێکڕایان کشتوکاڵیو سەرچاوەی ژیانیان ئاوە!. بۆ نمونە بۆ 1 تەن گەنم سالانە 1800 م3 و بۆ 1 تەن برنج 5000م3 و بۆ 1 تەن لۆکە 7500م3 م3 و بۆ 1 تەن گۆشتی سور 2000م3 ئاو پێویستە. لەبواری پیشەسازییشدا بۆ 1 لیتر نەوت 12 لیتر ئاو، بۆ 1 تەن ئاسن 200م3، بۆ 1 تەن مس 500م3، بۆ 1 تەن نیکڵ 800م3 و بۆیەک تەن ئەلەمنیۆم 1500م3 ئاو پێویستە. سەنتەرێکی لێکۆڵینەوە لە سالی 1980دا لە لوبنان ئامارێکی بەم شێوەیە دەرخست: لە سالی 1990 دا هەر سەرێک لە رۆژێکدا لە لوبنان بە 165 لیتر ئاو هەیە. سالی 2015 ئەو پێویستیە دەبێتە 260 لیتر ئاو لە رۆژێکدا ئەردەن حەفتاکاندا 60 لیترو لە نەوەدەکاندا 85 لیتر

ئاو بۆ هەر سەرێك هەبووە، لە كاتێكدا پێویستی پاستەقینە نزیكەی 120 لیتر ئاو بووە رۆژانە.

وەك ئاماژەمان بۆ كرد زۆربەی ئەو وڵاتانەی شانازی دەكەن بە رووبارەكانیانەوە و بەوەوە ناویان دەركردووە، سەرچاوەی ئاوەكەیان لە وڵاتی خۆیاندا نییە. ئەمە لە باری جوگرافی و مێژوییەوە مەسەلەیەكی بەڵگەنەویستە. دیجلە و فورات وچیاكانی بەشە كوردستانی بندەستی توركیاوە هەڵدەقوڵێن و نیلیش لە وڵاتانی ئەسیوبیاوە دێت! كەچی شۆفێنییەكی تەسكبینی وەك د.نبیل السمان لە كتێبەكەیدا (حرب المیاه من فورات الی نیل) دەنووسێ: رووباری دیجلە و فورات زۆربەی لقە سەرەكیەكانی لە دامێنی خواروی چیاكانی تۆرۆزەوە لە بەرزاییەكانی ئەنادۆلی خاكی ئێستای توركیاوە هەڵدەقوڵێن، كە كاتێ هەتا ساڵی 1936 بەشێكی سروشتی و سیاسی خاكی سوریا بووە. وابزانم ئەم بۆچوونانە هیچ وەلامێك هەڵناگرێ، بۆیە منیش وەك خۆی دەیكەمەوە دیاری ئەو ئەقڵە نەخۆشەی داگیركەرانی كوردستان!. دەكرێت بە سوریا بەبێ ئاوی رووباری فورات بگوترێ وڵات نییە، چونكە نزیكەی 640000 هەزار هكتار زەوی سوریا لەسەر ئاوی فورات بەندە. ئاوی سوێر و خوێناوی خەرجی ئەمەنە زۆرە، پرۆژەكەی بە گەڵ وڵات ناچێت بەڕێوە. ئەمرۆش 60٪ توانای جیهانی بۆ پالأرتنی ئاو لەخۆ لەرۆژهەڵاتی نیزیكدایە. 30٪ لە سعودیە و لەساڵی 1953 وە لە كارداید.

100٪ ی ئاوی كوێت پێویستە لە خوێ پاك بكرێتەوە. ئەم رێگاچارەی پاككردنەوەی ئاو لە خوێ لەماوەدای دووردا زۆر سەركەوتوو نابێت. بەهۆی پیسبوون و پاككردنەوەی بۆرییەكانەوە لە خوێ ووزەو خەرجی زۆر زۆر گەورەی گەرەكە. لەساڵی 1970 دا ئیسرائیل سالأنە زیاتر لە 500000 دۆلاری تەرخانكرد بوو بۆ كرداری بارانبارینی دەستكرد بەهۆی هەورەوە. بۆ زیاكردنی 15٪ بارانبارین لە ئیسرائیلدا. ئەم رێگایەش سەری نەگرت. چونكە شوێنی باران بارینەكە نەدەكرا كۆنترۆڵ بكرێت. گەلەك جاران هەورە دەستكردەكانیان دەكرد بە باران و لەسەر دەریاكان دەبارین. یاخود لە شوێنی مەبەستو ئەو حەوز و جۆگەلانە نە دەباری كە بۆیان ئامادە كردبوو. كەمی بارنبارین و زیادبوونی وشكایی زەوی كێشەی دانەوێلە و كشتوكاڵیشی وا بەملەوە..

لەو وڵاتێكی وەك میسردا ساڵی 81٪ 1971 دانەوێلەی ناوخۆیی خۆی بەرهەمهێناوە. ساڵی 1981 بووە بە 49٪ . لەعێراقدا ساڵی 1970 91٪ دانەوێلەی خۆی بەرهەمهێناوە. ساڵی 1981 بووە بە 47٪ . ئەم رێژە بۆ كەموزیادی پێویستییەكانی گۆشت و رۆنی زەیت بە هەمان شێوە بووە.

ئیسرائیل 34٪ و میسر 25٪ی بژێوی خۆیان لە نەمەریكاوە دێنن. تا بێت پێویستی هاوردەیان زیاتر دەبێت. ساڵی 1980 لە رۆژهەڵاتی نیزیكدا 32 ملیۆن تەن گەنم بەرهەمهێنراوە، تەنیا 20 ملیۆنی پێویستی بە 30 ملیۆن تەن هەبووە. بەپێی حسابكردنەكە بۆ ساڵی 2000 هەزار 43 ملیۆن تەنی پێویست دەبێت. ئەم فاكتەرەش باری ئابووری لە خۆدانەبووی ئەو وڵاتانە هێندەی تر دادەوەشێنێ و ملكەچ و قەرزاریان دەكات. سەرئەنجام بەرەو شەڕو پێكداكێشان و هەرەس مل دەنێن.

لەلایەكی دیكەوە لە كەناری دیجلەو فورات و نیل دا مێژووی مرۆڤایەتی سەری هەڵداوە. شارستانێتی و كوولتورو لەوێوە پەیدا بووە. لە ئایینە ئاسمانییەكاندا چیرۆكەكانی كەشتی نوح و حەزرەتی موسا خستنە ناو سەبەتەوە و دانی بەدەم ئاوی نیلەوە و زۆر چیرۆكی ئەفسانەیی دیكەمان بەرچاو دەكەیت. شەڕی نێوان بابلی و سۆمەری و ئاشووری و میدی و فیرعەونەكان لە مێژوودا هیچ كاتێ لە مەبەستو بالأدەستییان بەسەر ئەم ناوچە پڕ لەخێرو بەرەكەتەی ئاودا دوور نەبووە. ئەم وڵاتانەی خۆیان بەخاوەنی ئەم پارەدووە دەزانن، ئیمرۆ ڕووبەڕووی هەڕەشەیەكی نوێ بوونەتەوە.

سەرئەنجامی كۆمەڵێ هۆو هۆكار، لەسەرو هەموویانەوە هۆكاری سیاسی. لە سەردەمی كۆنەوە بیر لەگلدانەوەی ئاو بۆ سوو لێوەرگرتنو فشاری سیاسی لەكاتی پێویستدا كراوەتەوە. لەسەردەمی نوێدا پاش ئەوەی نەخشەی سیاسی و جوگرافیای ناسروشتی هاتە كایەوە، مەترسی و پێویستی ئاوو زۆر كەرەسەی خاوی دیكەی وەك نەوت بەتایبەتی دەركەوت. مرۆڤ لە هەلومەرجی ئێستادا حكومەتەكان ناچاربوون بیرۆكەی (بەنداو) ی ئاو بخەنە كار.

ئەم بیرۆكە تازەیەش كە تێكەڵ بەو نەخشە و مەرامە سیاسییانە دەبێ، ئیدی متمانەی ئەو دەوڵەتانە بەیەكتر هێندەی دیكە بەرەو خانەگومانی دەچێت !!.

1910–1925 بەنداوی زنار لەسەر رووباری نیلی شین بۆ گلدانەوەی ملیۆنـــی م3 ئـاو دروستکراو لـــە 1932–1936 بەنداوی جبل العلیا بۆ 3500 م ئاو دروستکرا. کاتێکیش میسر ویستی بەنداوی بەناوبانگی ئەسوان دروست بکـات، لەبەرئەوەی خۆی بە خاوەنی یەکەمی نیل دادەنێ هەقی ئەوە بە خۆی دەدات زیاتر سوود لە نیل وەربگرێ، گوایە ژمارەی دانیشـتوانی ســێ بەرابـەری ســودانە. هـــەرای سیاســییان لێپەیدابوو. وە ساتێ ئیتیوپیا ویستی رووباری تانا بەنداو دروست بکات ئەنوەر سادات رایگەیاند کەوا میسر ئامادەیە بچێتە شەڕێکەوە کە ئیتیوپیا بەنیاز بێت لەسەر رووباری تانا یاخود سەرچاوەی رووباری نیلی شین بەنداو دروست بکات.

بەهەمان شێوە بۆ سوریا و عێراق بەرانبەر پرۆژەی GAP ی تورکیـا هـــەمان هەڵوێســت وەرگـیرا. وەڵ هەلومـــەرجی ناوچەکـە و گـیرۆدەیی ئـــەو دوو وڵاتـــە جـارێ شـــەڕەکەی داخستووەتا. ساڵی 1954 عێراق دژی دروستکردنی بەندای الطبقة لەسەر ئاوی فـورات لەلایـەن سوریاوە وەستایەوە و لەشکری بردە سەر سنووری سوریا. لە ساڵی 1967 دا سوریا و عـــێراق پەیوەندییـــەکانیان ئـــاڵۆز بـــوو. عـــێراق داوای 14000000 ملیۆن م3 ئاوی کرد، بەڵام سوریا رایگەیاند کەوا عێراق پێویستی تەنها بە 9000000 م3 . هـەرای سیاسی لـە مەسەلەی ئاوەوە سـەری هـەڵداوە. ئیتیوپیا کۆمـەکی سوپای ڕزگاریخوازی سودان – SPLA ی مەسیحی دەکات. میسریش کۆمەکی ئەریتریە موسڵمانەکان لە خەباتی سەربەخۆیدا دژی دەسەڵاتی ئیتیوپییەکان دەکات. ئیتیوپیـاش بـۆ پاراستنی بەرژەوەندیـەکانی خـۆی دۆستایەتییەکی تووندوتۆڵـی لەگـەڵ ئیسرائیلدا دروستکردووە. ئەو وڵاتانـەی کـە رووبـاری نیـل پێیـــاندا تێدەپـــەڕێت، ســـاڵی 1983 لـــەنێو خۆیـــاندا ڕێکەوتننامەیەکیان بەناوی برایەتی –Undugu وە دامەزراند. وەڵ ئیتیوپیا کە قفڵ و کلیلی ئاوەکەی لایە رازی نەبوو ببێتە ئەندامی ئـەو ڕێکەوتنانەمەیـە. ســاڵی 1990 کـاتێ لیژنـەی پرۆگرامی گەشەپێدانی UNDPوUNO و Undugu ویستیان پێکـەوە لێکۆڵینەوەیـەک لەسـەر حـەوزی نیل بگرنـە ئەسـتۆ و ئامـادە بکـەن. ئیتیوپیـا ڕێگـەی لیژنەکـــەی نـــەدا بێتـــە وڵاتەکەیـــەوە. میســـر بەرنامەیـــەکی درێژخایـــەنی خســـتۆتە بەردەست و بـەر لـە هـەر شـتێ هـەوڵی بەرهـەمهێنانی ووزەی کارەبا دەدات. بۆیـە تۆڕێکی پێکـەوە گرێدانـی کارەبـایی لـە نێوان بەندای ئەسوان و Ingu لە ئۆگەندە سازدا.

بەرانبەر بەمە سودان گەرەکییەتی پرۆژەی هیدرۆکارەبایی لەسـەر ڕووبـاری Albert و Edward دەبـەزرێنێ. شـەڕی عـێراق و ئـێران 1980– 1988 دەوری 452.2 ملیـۆن دۆلاری عێراق و 644 میلۆن دۆلاری ئێرانی تێچوو 100000 هـەزار لـە عـێراق و 300000 هـــەزار کـوژراو لـــە ئـێران و بـــە هـــەردووڵا 750000 هەزار بریندارییان دا. ئێران لە ساڵی 1919 وە نـەوت دەنێرێتـــە دەرێ و عـــێراق لـــە 1931 وە. بـــەڵام تـــەنیا ئـــەو 8 ساڵەی شەڕ نرخی زیـاتری لـە هـەموو ئـەو سـاڵانەی نـەوت ناردنە دەرەوە تێچوو. دیارە کێشەی شط العرب و کەنداوی فارسی تەڵەزکەیـەکی ئەزەلیـە و نـە چارەسـەرکراوە و نـە بـۆ هەمیشەیی دەکرێ لـەنێوان ئـەم وڵاتـەدا هـەردەم و هەمیشـە فاکتەرێکی حازر و ئامادە و کاریگەر و سازش لەسـەر شـەڕی نێوانیان بووە و دەبێ. ئەمرۆ لە ڕێگای ئاوەوە ئیسرائیل لـە دوو لاوە دەکـارێ فشـار بخاتـە سـەر سـوریا: لـە بـاکوورەوە بەهۆی تورکیـاوە و لـە خـوارەوە لـە ڕێگـای ئەردەنـەوە. ئـەو پەیوەندییەی ئیسرائیل و تورکیا بە مەبەستی فشارە بۆ سـەر سـوریا و عـــێراق مســـۆگەرکردنی ئـــاوی دیجلـــە و فوراتـــە. پـەیوەندی ئیسرائیل لەگـەڵ ئیتیوپیـاو ئۆگـەندە دا بۆ فشـارە لەســـەر میســـرو ســـودان. بنـــەمای ســـێ کوچکـــەیی (زەوی، ئاشتی، بەرووبووم) ناوەڕۆک و دروشمی سیاسەتی ئیسرائیل و ئەمریکایـــە بـــۆ چارەســـەرکردنی کێشـــەی ڕۆژهـــەڵاتی ناوەڕاست. لە ساڵی 1967 دا هەرسێ وڵاتی تورکیا، سوریاو عێراق لـە بـەغدا کۆبوونـەوە بـۆ ڕێکـەوتن لەسـەر مەسـەلەی دابەشکردنی ئاو، داواکاری تورکیا 18000 ملیـۆن م3 ئـاو و سوریا 13000 ملیۆن م3 و تورکیا 14000 ملیۆن م3 بوو. بەڵام ڕێکنەکەوتن.

لە هەنووکەدا ێ سوریا ێ عێراق هەر یەکەیان بەجیا پاش زاڵی و دەستڕێشتوویی تورکیا بەهۆی GAP وە بەسەر ئاوی فورات و دیجلە دا، ڕێکەوتننامەی جیا و سەربەخۆیان لەگـەڵ تورکیادا مۆرکردووە. وەك دەزانین لە دەمی شەڕی عێراق و ئێراندا سوریا بۆریـیـە نەوتـەکانی عـێراقی بـڕی بـە خـاکی سوریادا تێپەڕن، چونکە سوریا لایەنگری ئێران بوو.

تورکیـا وەك دەوڵـەتێکی بـە پرواڵـــەت بێلایـــەن ڕێگـــەی دەربازبوونی بە نەوتی عـێراق دا. ساڵی 1988 لـە دیمەشق

ڕێکەوتنامەیەکی گرنگ لەسەر دەستی (ئۆزال) دا لەگەڵ سوریادا مۆرکرا. وەڵ پابەندی پێوە نەکرا. دواجار ڕێکەوتنامەی مانگی ئۆکتۆبەری 1998 لە نێوان سوریاو تورکیادا لەسەر مەسەلەی ئاو و ئاسایشی سنووری بەرانبەر بە کێشەی P.K.K ئەمەش شیاوی هەڵوەشانەوە و جێبەجێ نەکردنە. لە ڕووی یاسای نێو دەوڵەتییەوە ڕێکەوتن و بەکارهێنانی ئاو بەپێی پێویست و ژمارەی دانیشتوان و پێویستی کشتوکاڵی و ئابووری و پیشەسازی دیاری دەکات.

ئەو وڵاتەی زیاتر سوود لە ئاو وەرگرێ و زیان بە وڵاتی دراوسێ بەو سوود لێبینینیە بدات. دەبێت قەرەبووی زیانی ئەو وڵاتە بە پارە بداتەوە. لەمانگی 11-1991 دا لە ئەستەمبوڵ بڕیار درا کۆنفراسێك بۆ کێشەی ئاو بگیرێت، نەگیرا، چونکە 7 وڵاتی عەرەبی بەهۆی بەشداری ئیسرائیلەوە ئامادە نەبوون. مانگێ بەر لەم کۆنفراسە لەسەر مەسەلەی (کۆنفراسی ئاشتی لە ڕۆژهەڵاتی ناوەڕاستدا) بۆ مەسەلەی کێشەی ئاو بڕیار درا جارێکی دیکە کۆببنەوە. ئەوە بوو بڕیار درا لە مانگی 5-1992 دا لە ڤییەنای پایتەختی نەمسا بگیرێ. ئاکام نوێنەری 32 وڵات بەشداربوون. بەڵام دیسان چەند دەوڵەتێکی گرنگ وەك (عێراق و ئێران) داوەت نەکرابوون. سوریا و لوبنانیش بەشداری کۆبوونەوەکە نەبوون. بۆیە نەتوانرا هیچ بڕیارێکی تێدا بدرێ. بە تایبەت کە نوێنەری ئیسرائیل سوور بوو لەسەر ئەوەی تەنها باسی لایەنی تەکنیکی ئاوی تێدا بکرێت. وڵاتە عەرەبیەکان داوایان ئەوە بوو لە پێشەوە باسی چۆنییەتی دابەشکردنی ئاو بکرێت. لە مانگی 6-1992 دا Rio de Janerio ی پایتەختی بەرازیل نوێنەری 300 سەرەك دەوڵەت و زانا و پسپۆری شارەزا لەسەر پرسی ئاو کۆبوونەوە. دیسان نەیانتوانی کێشە ئاڵۆزەکانی لەمەڕ ئاوەوە چارەسەر بکەن.

ئۆزاڵ لە دەمی خۆیدا پێشنیازی ڕاکێشانی (بۆرییەکانی ئاشتی) خستە بەردەست و کە بریتی لە پرۆژەیەك نزیکەی 20 ملیارد دۆلاری تێدەچوو. بڕیار بوو سالانە 2.5 ملیارد م3 ئاو لە تورکیاوە بگوێزێتەوە، واتە ڕۆژانە 3.5 ملیۆن م3 . نرخی گاڵۆنێ ئاو بەم ڕێگایە سێ بەرابەری ئەوەی تێدەچوو ئاو لەخۆێ چاك بکەنەوە. بانگاشە زەقە ڕووکەشەکەشی بریتی بوو لە بەرقەرارکردنی ئاشتی لە ناوچەکەدا، وەك لە ناوەکەیەوە هاتووە. لە بۆرییەکانی ئاشتیەوە ئاو دەبوو بنێرن بۆ:

1-سوریا و ئەردەن و ڕۆژئاوای سعودیە. 2-کوێت و ئیمارات و شوێنەکانی دیکەی سعودیە. درێژی ئەم دوو بۆریە نزیکەی 20000 هەزار کم تیرەی م3 دبوو. بەڵام ئەمەش سەری نەگرت!. ئێرانیش ویستی بە بۆرییەکی 2000 هەزار کم ئاو لە ڕووبارێ کاروونەوە بۆ قەتر بنێرێ. ئەمەش مایەوە و بۆی نەکرا. سەرئەنجام ئەوەبوو کۆمیسیۆنی کۆمەڵایەتی و ئابووری سەر بە UNO ڕەخنەی تونده لە تورکیا و ئێران گرت، سەبارەت بەوەی هەردوو وڵات ئایانەوێت ئەو ئاوەی لەبەردەستدایە بە ڕێکوپێکی دابەشی بکەن و هەردوو وڵات دەیانەوێ ئاو وەك ئامرازێکی دەسەڵات و باڵادەستیو زاڵبوونی خۆیان بەسەر ناوچەکەدا بەکاربهێنن... لە سەردەمی شادا ئێران توانی ڕێڕەوی چەمێکە بەرەو عێراق لای خانەقینەوە دەهات بگۆڕێو نەهێڵێ چیدی بە عێراقدا تێپەڕێت.

پەیمانە گشتیو و تایبەتییەکان، دابونەریتو عورفی نێودەوڵەتی و پرینسیپە گشتیەکانی یاساش International Law Association لەسالی 1966 دا لە هێلسینکی بڕیاری لەسەر دراوە. سڵە 41 بەند پێکهاتووە، کەچی هەر گفتوگۆیان لەسەر دەکرێت و هەتا ئێستا کاریان بە دروستی پێنەکراوە. دوا بڕیاری دەزگای یاسای نێودەوڵەتی سەر بە ڕێکخراوی نەتەوە یەکگرتووەکان لە دوا کۆبوونەوەی خۆیدا لە سالربۆرگ - نەمسا لە سالی 1991 دا دەڵێ: (هەر وڵاتێك مافی بەکارهێنانی ئاوی ڕووبارە نێودەوڵەتییەکانی هەیە، کە بە وڵاتەکەیدا تێدەپەڕێت. بە پێی ئەو مەرجانەی کە یاسای نێودەوڵەتی دایدەنێت. هیچ دەوڵەتێك مافی دامەزراندنی پرۆژەی هەندەسیو بەکارهێنانی ئاوی ڕووبارو حەوزەکانی نییە، کە ببێتە مایەی زیان گەیاندن بە ئاو. هەڵسان بەکارێکی وا، تەنیا لە کاتی ڕێکەوتنی پێش وەخت و ئامادەیی قەرەبووکرنەوەی زیانەکاندا دەبن).

ڕووباری نیل 6671کم درێژە :

62.7 ٪ دەکەوێتە سودانەوە، دانیشتوانی 23.800 ملیۆنە.

12.1٪ دەکەوێتە وڵاتی ئیتیوپیاوە، دانیشتوانی 49.5 ملیۆنە.

9.9٪ دەکەوێتە وڵاتی میسرەوە، دانیشتوانی 52 ملیۆنە.

7.7٪ دەکەوێتە ولاتی ئۆگەندەوە، دانیشتوانی 17.1 ملیۆنە.

3.8٪ دەکەوێتە ولاتی تانزانیاوە، دانیشتوانی 24 ملیۆنە.

1.8٪ دەکەوێتە ولاتی کینیاوە، دانیشتوانی 23.8 ملیۆنە.

ڕووباری نیل چەند لق و جۆگەی دیکەشی دەچێتە سەرو 8 ٪ و دەکەوێتە زائیرەوە.

گرنگترین بەنداوەکانی سەر ڕووباری نیل:

ئەسوان / 1902–1912 تەواو بووە و لە 1934 وە بەرفراوانتر کراوە. 6.333ملیۆن م3 ئاو گلدەداتەوە.

سد العالی / 1971 بۆ گلدانەوەی 165.000 ملیارد م3 دروستکراوە.

Kashmel Girba 1964 تەواو بووە، بۆ 1200 ملیارد م3 ئاو گلدانەوە دروستکراوە.

جبل علیا 1037 تەواو بووە، بۆ 3600 ملیارد م3 ئاو گلدانەوە دروستکراوە.

زنار 1925 تەواو بووە، بۆ 1000 ملیارد م3 ئاو گلدانەوە دروستکراوە.

Roseies 1966 تەواو بووە، بۆ 3000 ملیارد م3 ئاو گلدانەوە دروستکراوە.

ڕووباری فورات : 2320 کم درێژە :

445 کم دەکەوێتە تورکیاوە.

673 کم دەکەوێتە سوریاوە.

1200 کم دەکەوێتە عێراقەوە.

بەنداوەکان:

کەرەبان / 1973 تەواو بووە. قەرەقایا 1987 تەواو بووە.

ئەتاتورک 1990 تەواو بووە. ئەمانە دەکەونە تورکیاوە.

التورە / 1973 تەواو بووە. دەکەوێتە سوریاوە.

رمادی 1954 و هندیە 1913 تەواو بوون. دەکەونە عێراقەوە.

ڕووباری دیجلە 1656کم درێژە:

300 کم دەکەوێتە تورکیاوە.

1358 کم دەکەوێتە عێراقەوە.

ئاسکی موسڵ 1974 و سامەڕا 1956و کوت 1939 تەواو بوون. دەکەونە عێراقەوە.

ڕووباری ئەردەن 650 کم درێژە

بەنداوەکان:

مقارین 1964 و مخبە 1973 و لیف طلال 1977 تەواو بوون. دەکەونە ئەردەنەوە.

پێویستی ئیسرائیل بە ئاو بە ملیۆن م3

ساڵ	هەموو	کشتوکاڵ	ڕێژە بە ساڵانە
1948	350	260	٪17
1949	1.274	1.032	٪90
1969-70	1.564	1.24	٪98
1976-77	1.670	1.271	

ئاو لە ئەجەندەی داهاتوودا

هەموو لە بایەخ و گرنگی ئاو لە مێژووی ژیانی مرۆڤیەتیدا، ئاگادارین. سەرەتای ڕسکانی ژیانی مرۆڤایەتیش لە هەموو شارستانییە کۆنەکانیدا هەر لە کەناری ڕووبار و دەریاو سەرچاوە ئاوییەکانەوە بووە. ساتێ مرۆڤ بەدوای بژێوی ژیاندا وێڵبووە لە کەناری ئاوەکاندا مەودای حەسانەوەی بۆ خۆی هەڵبژاردووە. ئینجا لە سازدانی هێلانە و شارۆچکە و شارەوە گەیشتۆتە ئەم پلەیەی ئەمڕۆ، کە دەبینین دیسان مرۆڤ ئاوی بۆ بازرگانی و هاتوچۆ بەرکارهێناوە. لەدنیای ئەمڕۆشدا ئاو چەکێکی گرنگی سیاسیو سەربازی و سەرچاوەیەکی یەکجار بەنرخ و گەورەی ئابووریشە.

ڕۆژانی 24–8 تا 4–9–2002 لەشاری یوهانسبۆرگ لە ئەفەریقا UN پاش دە ساڵ تێپەڕبوون بەسەر کۆبوونەوەکەی 1992 ی بەرازیلدا گەورەترین کۆبوونەوەی لە تەمەنی خۆیدا بەست. ئەم کۆبونەوەیە نزیکە 6000 هەزار کەس لە سەرەک دەوڵەت و نوێنەری 109 ولاتو نوێنەرو ئەندامانی چەندەها ڕێکخراوی نا دەوڵەتی NGO بەشداربیان تێداکرد. دیارە کێشەکانی ئاو و برسێتیو هەژاری و ژینگە سەرتۆپی خشتەی کارەکانی کۆنفراسەکەیان داگیرکردبوو.

ئەوەی لەوێدا باسکراوە بریتیە لەوەی لە 6.2 ملیارد مرۆڤ لە دانیشتوانی سەر زەوی لەم کاتەدا نزیکەی ملیاردێک مرۆڤ ئاوی پاکی خواردنەوەیان نییە و دەستیان پێی ڕاناگات. و باس لەوە کرا کەوا ئەم ژمارەیە تا ساڵی 2030 دەبێتە نزیکەی 3 ملیارد و نزیکەی 5 ملیۆن دەمرن کە زۆربەیان منداڵن. World Watch-Institut لە لێکۆڵینەوەیەکدا دەڵێ:

نزیکەی 14 تا 30 هەزار کەس رۆژانە بەهۆی نەخۆشی خواردنەوەی ئاوی پیسەوە دەمرن. بۆ رزگارکردنی ژیانی 2 میلۆن مرۆڤ پێویستی بە 200 ملیارد دۆلار هەیە. ئەمەش پێویستە کاری بۆ بکرێت و هاوکاری بکرێت.

ئاو پێویستییەکی بایەلۆژییە ... بۆ خواردن و خواردنەوە و خۆپاراستن لە نەخۆشی و پاکوخاوێنی بەکاردێت، چونکە وەک دیارە 90٪ نەخۆشیەکان لە پیسبوونی ئاوەوە دروست دەبن. دیسان بۆ بەختەوەری مرۆڤ بۆ پێویستی ناوماڵ، پیشەسازی، کشتوکاڵ، گەشتوگوزار، سەیرانگا و گەڵ بواری دیکەی ژیان پێویستە.

بەحرەین لە ووڵاتە هەرە هەژارەکانی دنیایە لە سەرچاوەی ئاودا، کەچی رێژی هەرە بەرزی ئاوی پاکی دەگاتێ. بەڵام بەنگلادیش ئاوی زۆرە، وەڵێ چاک نییە و بۆ خواردنەوە دەست نادات و باری ئابووری خراپی ووڵاتەکەش رێگرە لەبەردەم کۆمەڵێ پرۆژەدا کە لەو ووڵاتەدا بێتە کایەوە.

ئاو بەهۆی ژەنگاوی بوونو ڕزینی بۆرییەکانەوە پیس دەبێت و لە گەڵ لە ووڵاتانی جیهاندا توانای تازەکردنەوە و گۆڕینی ئو بۆرییانە نییە، یاخود فەرامۆش دەکرێن. و هەروەها سەرچاوەی ئاوی خواردنەوە بەهۆی بارانەوە پیس دەبێتو خەرجییەکی زۆری بۆ پاکردنەوە دەوێ تاوەکو شیاوی خواردنەوە بێت. ئاو دیسان بەهۆی ژەهرو پیسی ناو هەواوە پیس دەبێت. لە 20 ساڵی داهاتوودا زیادبوونی 70–30٪ ژمارەی دانیشتوانی سەر زەوی و زیادبوونی پێداویستی ئاوەوە، پێویستی 40٪ ئاو بەرز دەبێتەوە.

ئەوجا هەتا هەنووکە نزیکەی بڕی 70٪ ئاو بۆ کشتوکاڵ و زەویوزار پێویستە و ئەمەش بەهۆی بەرزبوونەوەی پلەی گەرما و بەرەو وشکبوونەوەی زەوی ئاوی زیاتر پێویست دەبێت. هەر بۆ نمونە بۆ بەرهەمهێنانی یەک تەن دانەوێلە، پێویستی 1000 تەن ئاو دەخوازێت. 90٪ ئاو کۆنترۆڵ ناکرێت و کەس نازانێ چی لێ دێت. لە شوێنێکی وەک ئۆگالالەی ئەمەریکادا، کە سەرچاوە و حەوزێکی گەورەی ئاوە، سالأنە 12 ملیارد م3 ئاو وون دەبێت. هۆکارێکی یەکجار گرنگی زیادبوونی مەترسی ئاو پەیوەندی بە بەرزبوونەوەی پلەی گەرمای زەوییەوە هەیە، کە تا 2100 بەرێژەی 6٪ پلەی سەدی زیاد دەکات. بۆ بەرنگاربوونەوەی ئەم مەترسییە سەرچاوەکان باس لەوە دەکەن کە سالأنە 150–300 ملیارد دۆلار خۆی دادەسەپێنێ. لەکاتێکدا کەوا لە ووڵاتێکی ئەوروپایی وەک ئەڵمانیا دا کە سەرچاوەی ئاویشی هێندە زۆر نییە، هەر تاکێک بە 130 لیتر ئاو ڕۆژانە ژیان دەگوزەرێنێ.

800 ملیۆن مرۆڤ بە برسێتیەوە دەنالێنێ. تەنها لە ووڵاتێکی وەک زیمبابۆیدا نزیکەی 6 ملیۆن کەس برسێتی هەڕەشەی ژیانیان لێدەکات. ملیارد و نیوێ مرۆڤ زیاتر ئەلەترکیان نییە و دوو تا سێ ملیارد مرۆڤ بەلوعە و شوێنی دەستشۆری نییە. بانکی نێودەوڵەتی لە ئاکارێکی خۆیدا دەڵێ 600 ملیارد دۆلار بۆ 10 ساڵی داهاتوو بۆ مشورخواردنی ئاو و زامنکردنی لە ووڵاتانی تازە پێشکەوتوودا پێویستە خەرج بکرێت تاوەکو تووشی کارەساتی گەورە نەبین. کێشە و هەرا لەسەر ئاو لە دنیادا باسو خواستێکی گەرمە و گەر چارەسەرێکی دادپەروەرانە و یاسایی دروستی نەکرێت. کە ئەویش دیارە بەهۆی ئەو بارودۆخە سیاسییە بەسەریەکدا هەڵپژاوە ئاسۆی مژدە بەخشی تێدا بەدی ناکرێت، ئەوا مرۆڤایەتی چاوەڕوانی شەڕی گەرم و خوێناوی گەورەیە لەسەر ئاو. لێکۆڵینەوە جیهانییەکان ئاماژە بە 15 شوێنی دنیا دەکەن، کەلەسەر ئاو بەزمو هەرا دروست دەبێت.

بەشی هەرە زۆری ئەو ناوچانەش وان لە ئاسیاو ئەفەریقادا. هەر لە دەمی ئەو کۆنفراسەدا لە کاتێکدا کە ئیسرائیل وا بەو تووندوتیژییە ڕووبەڕووی فەلەستینیەکان دەبێتەوە. وەزیری ئاو و ئاودێری ئەردەنی حازم ناسر پرۆژەی ڕاکێشانی ئاوی دەریای سووری بۆ دەریای مردوو لەگەڵ ئیسرائیلدا خستە بەر باس، کە بڕی 8 ملیارد دۆلاری تێدەچێت. هۆیەکەشی ئەوەیە کەوا دەریای مردوو سالأنە بەرزی یەک مەتر ئاوەکەی کەم دەکات و تا ساڵی 2050 نیواونیو دەبێت.

پەراوێزەکان:

+Wasser oder Oel چاپی 1944 بڵێن.

+ناونیشانی وتارێکی بەنرخی پارێزەر جەرجیس فەتحوڵڵایە کە لە گۆڤاری (الثقافة الكردية)ی لەندەن دا بڵاوکراوەتەوە.

+سەربەخۆیی، ژمارە 12–1991/22. ئۆرگانی پارتی سۆسیالیستی کورد (پاسۆک).

لەنووسینی ئەم باسەدا بۆ هەندێ زانیاری سوودم لەنامیلکەی GAP گاپ ی مەدیکۆ وەرگرتووە.

+هەروەها سوودم لە گۆڤارو ڕۆژنامە ئەڵمانیەکان وەرگرتووە.

کلۆنکردنی بایۆلۆژی لەجیهانی ئاژەڵاندا

نوسینی: دکتۆر جەرجیس محەمەد حسێن
هەولێر

بنچینەی چیرۆکەکە

لەو بەڵگە نەویستانەی لەژیانی بایۆلۆجی جیهانی زیندەوەراندا هەیە، زانستە پراکتیکییەکان لەسەرەتادا، لەبەناغەکانیاندا پشتیان بەبینینی ڕاستەوخۆو وەسفی، بەستووە. بەڵام بەهۆی داهێنانو دۆزینەوە زانستییەکانەوە لەم بوارەدا، زانستە بایۆلۆژیەکان ڕێڕەوی وەسفییان وەرگرت زیاتر لەوەی مەتەڵو نەهێنی بگەیەنن کە دەبنە هۆی سەیرکردنیان بە بەرزیو شکۆمەندییەوە. لەبەرئەوە ڕووە شاراوەکانی ئەم نهێنییانە کەچوونەتە ناو ئامێزی سروشتو شێوەکانی ژیان، بۆ مرۆڤ رونو ئاشکرا نەبوو. لەو نهێنیانەش کرداری زۆربوونو وەچە خستنەوەیە لەهەموو زیندەوارندا بەوردە زیندەوەرانیشەوە، کە دیاردەو شێوەو ڕوخساری فرە جۆریان هەیەو بەپێی ئەو چەمکە ئایینیو فیکریو زانستیانەی مرۆڤ هەر لەسەرەتای قۆناغە میژوویەکانەوە کەهاتۆتە ژیانەوە تاکو ئێستا، هەڵیگرتوون، مۆرکی ڕەوتی سروشتییان بۆ کرداری زۆربوون، وەرگرتووە.

بەم شێوەیە هزرەکان دەربارەی ژیانی سروشتیو ژینگەو مرۆڤ یەک لەدوای یەک لەدایکبوون، لەو هزرانەش هزری ژیانو چۆنێتی بەردەوام بوونیو پارێزگاری کردنی سیفەتی زۆربوونو وەچە خستنەوەیە لەزیندەوەراندا.

لێرەوە ئاشکرا بوو کەژیان بەدووان دەستپێدەکات، نێرو مێ، بەم شێوەیە ئەم لۆژیکو ڕەوتە سروشتییە دۆزرایەوە کە لەزۆربوونی زیندەواراندا بەدرێژایی هەموو ڕۆژگارو لەهەموو شوێنێکی ئەم هەسارەیەدا کە هەڵگری هەر ترپەکی زیندووەو شوێنی نیشتەجێبوونی هەموو زیندەوەرانە هەر لەساتی لەدایکبوونەوە تاکو مردن، لەسەری ڕاهاتووین. ئەم سوننەتە لەبنچینەکانی ژیانەو بەشێوەی جیاوازو جۆراوجۆر بۆ دەربڕینی چۆنێتی بەردەوامبوونی بوونو ژیان بوونی هەر

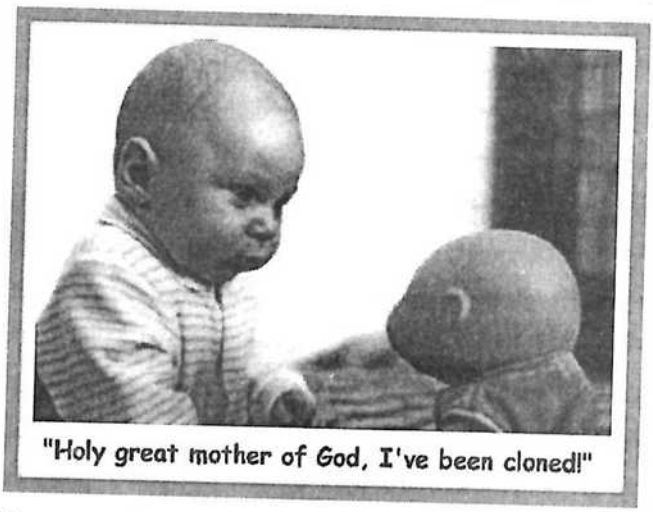
جۆرێك بێت لەزیندەوران، گوزارشتی لەخۆی کردووە. بەڵام گشتییان لەسەر ئەوە کۆکن بناغەیەکی جەوهەری هەیە کە بەردەوامبوونی ژیان پشتی پێدەبەستێت، ئەو بناغەیەش بەدوادا یەکدا هاتنی تاکەکانو وەچەسوپکێیە. (ژیان لەسەر زەوی هەر لەسێ هەزار ملیۆن ساڵ یان زیاترەوە بەردەوام بووە، ماوەیەك کە دەکاتە سێ بەشی ماوەی ناوبراو زیندەوەران لەڕێگەی دەزووە دابەشبوونەوە، زیادییان کردووە. وەك بنچینەیەکی سەرەکیش ئەم دابەشبوونە جەخت لەوە دەکات خانە بەرهەم هاتووە بچوکەکان بەتەواوەتی لەخانەکانی باوان دەچن کە دابەشبوونو بەهەمان شێوە بەرهەمی دەهێننەوە بەبێئەوەی شێوەی نوێ دەربکەوێت، تەنها لەحاڵەتی زۆر دەگمەندا نەبێت، ئەویش لەڕێگەی بازدانەوە ڕووەدات، لەبەرئەوە پێشکەوتن بەدرێژایی ئەو ماوەیە سست‌و هێواش بوو، ئێستا دەردەکەوێت یەکەمین زیندەوەران لەڕێگەی توخمە خانەکانی ئەو ڕووەکانەوە کە لەقەوزە سەوزەکانەوە نزیك بوون، زاوزێیان کردووە. ئەمە کەمتر لەپێش هەزار ملیۆن ساڵەوە دەستی پێکردووەو بۆتە پاڵنەر بۆ بەرەو پێشچوونی پێشکەوتن، خێرا دەرکەوتنیش هۆکاری ئەو فرە جۆرییە سەرسوڕهێنەرەیە کەئێستاکە تێبینی دەکرێت).

بۆئەوەی بەشێوە زانستییە ساکارەکە لەم کرداره تێبگەین کە بناغەی بەردەوام بوونی مانەوەی جۆرە لەزیندەوەراندا بەگشتی (مرۆڤ‌و گیانەوەران‌و ڕووەك‌و زیندەوەرانی دیکەی وەك کەڕوو میکرۆب‌و قەوزە).

بۆ تێگەیشتن لەم بابەتە پێویستمان بەگەڕانەوەیە بۆ زانیارییە سەرەتاییە بنچینەییەکانی کە لەڕابووردوودا لەسەر کورسیەکانی خوێندن فێری بووین. یەکەم وێنە بۆ هەر کەسێکی خوێندەوار لەئێمە ڕاڤە دەکرێت ئەوەیە گوڵ لەدەنکە هەڵێدەگرن. دوای بۆمان ڕوونکراوەتەوە ئەو دەنکە هەڵاڵەیە لەبەشی نێرینەی هەمان گوڵ یان گوڵێکی دیکەی هەمان جۆرەوە هاتووەو لەگەڵ هێلکۆکەدا یەکیگرتووە.

لەقۆناغی دوا بەدوایەکەکانی خوێندندا کرداری زاوزێکردنمان لەزیندەوەرانی دیکەدا بەمرۆڤیشەوە بۆ ئاشکرا بوو، تاکو بەکرداری زۆربوون لەزیندەوەرە زۆربچوکەکاندا کەبەچاو نابینرێن (وەك بەکتریاو ڤایرۆس) و تەنها بەمایکرۆسکۆبی ئاسایی یان مایکرۆسکۆبی ئەلەکترۆنی دەبینرێن کە توانای سەدەها هەزار جار گەورەکردنییان هەیە، ئاشنابووین.

لەڕێگەی ئەم خوێندنانەوە بۆمان دەرکەوت بەهۆی زۆربوونەوە لەزیندەوەران بەگشتی (هەموو ئەو زیندەوەرانەی ژیانییان تێدایە)، ئەوانەی دەبینرێن‌و ئەوانەی مایکرۆسکۆپین، تاکێکی نوێ لەدایك دەبێت کە لەهەمان جۆری باوانە. بەم شێوەیە پارێزگاری لەجۆر دەکرێت، لەکاتێکدا ئەگەر چالاکی لەدایکبوون بۆ پارێزگاری کردنی تاکەکانی هەمان جۆر، نەما یان پچڕانی تێکەوت، ئەوا ئەوجۆرە بوونی لەژینگەدا لەدەستدەدات ئەگەر لەسەر زەوی بژی یان ئاوی یان هەوایی بێت. لەبەردەم ئەم دیاردە بایۆلۆژییەدا کەزیندەوەرە زیندووەکانی پێدەناسرێت واتا زیادبوونی ژمارەیان‌و پارێزگاری کردن لەجۆرەکەیان، چۆن ئەو ڕووداوە زانستییە گەورەیە لێکبدەینەوە کەپێشکەوتنی بایۆلۆجی بۆی کردینە دیاری کە ئەویش بەرهەمهێنانی بەرخێك لەمەڕێکی حەوت ساڵ بەکرداریکی تاقیگەیی کەهاوشێوەی لەهەموو جۆرە باوەکانی زۆربوون لەزانستی زیندەوەرانیدا، نەبوو.


"Holy great mother of God, I've been cloned!"

بەڕاستی ئەمە مەسەلەیەکە شایانی لێدوانەو هاندەرە بۆ ئاڕاستەکردنی پرسیاری گەورە سەبارەت بەمەسەلەی ئەم دروستکردنە. ئایا ڕووداوەکە بریتییە لەدروستکردنێکی نوێ کەپێشتر ژیان پێی ڕانەهاتووە، یان گۆڕانێکە لەڕێڕەوی سروشتی کرداری زاوزێکردن کەزیندەوران لەمرۆڤ‌و

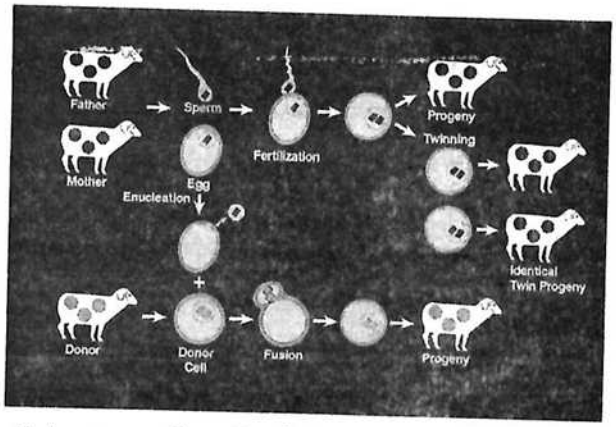
گیانەوەرو ڕووەك پێیدا تێپەڕ دەبن..؟ ئایا ئەم ئەزموونە سەیرە چ کاریگەرییەکی بۆ سەر مرۆڤ و ژیان لەخۆگرتووە..؟!.

پێش وەڵامدانەوەی ئەم پرسیارانە، پێویستە بەماهییەتی ئەم تاقیکردنەوە گرنگە ئاشنا بین، بۆ بەدیهێنانی ئەم ئاشنابوونەو بۆ ئاشکراکردنی هەوڵە سەرەتاییەکان، پێویستە یادەوەریمان، بۆ دواوە بگەڕێنینەوەو ڕووپەڕەکانی بایۆلۆژی لەم بوارەدا هەڵبدەینەوە بۆ پەیداکردنی زانیاریو گەیشتن بەزۆربوونی نا توخمی تاقیگەیی.

دەبینین ئەم مەسەلەیە لەسااڵنێکی زۆر لەمەوبەرەوە بەئەقڵی زاناکاندا هاتووە. لەبەرئەوەی هەموو زیندەوران لەشریتی بۆماوەیی پێکهاتوون کەواتە بۆچی بەشێك لەشریتی یەکێك لەخانەکان لێنەکەینەوەو بەشریتی خانەیەکی دیکەی نەگەیەنین تاکو بەسیفەتی نوێوە لەو خانە نوێیەدا کەبۆی گوازراوەتەوە گوزارشت لەخۆی بکات، پاشان کێ دەتوانێت جینەکان لەنێوان زیندەوەرێکی تاك خانە بۆ زیندەوەرێکی دیکەی هەمان جۆر بگوازێتەوە بۆ دروستکردنی سیفەتێکی نوێو ئەو نەتجامەش کەلەمەوە دەستدەکەوێت لەئایندەدا مرۆڤ دەستەوسان نابێت لەگواستنەوەی جینەکان لەنێوان زیندەوەرانی زۆر باڵاتردا.

ئاسایی گەیشتن بەم ئامانجە پێویستی بەکارگەو پەیمانگەی پێشکەوتوو، هەیە کە لەگەڵ ئەم پسپۆرییەدا بگونجێت، لەپێناوی ئەمەدا سااڵنێکی دوورودرێژە، ژمارەیەکی زۆر لەدامەزراوەو کۆلیژی تویژینەوەو کۆمپانیاکان ئەرکی ئەنجامگەیاندنی ئەم تویژینەوە ئاڵۆزانەیان گرتۆتە ئەستۆ، لەپێناوی گەیشتن بەدەرئەنجامی بۆماوەیی کەسیفەتەکانی زیندەوران بگۆڕێت بەشێوەیەکی چاوەڕواننەکراو کەسنورەکانی ئەقڵ قبوڵیان نەکات. سەرچاوە پسپۆڕیەکانی زانستەکانی تەکنۆلۆژیا ئامارە دەدەن کەپێشینەی ئەم دۆزینەوە زانستییە بۆ زانای ڕووەکزانسی ستیواردو لەزانکۆی کورنیسل لەوڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکا، دەگەڕێتەوە کەخاوەنی یەکەمین تاقیکردنەوەی زانستی سەرکەوتووە لەم بوارەدا، ئەم زانایە سەرکەوتنی لەئەزمکردنی ڕووەك لەڕێگەی خانە نەپیتێنراوەکانەوە، بەدەستهێنا، بەمانایەکی دیکە لەتاقیگەدا یەکەمین نەوەی گێزەری لەناتوخمە خانەکان بەرهەم هێنا، کە ئەمەش ڕێڕەوێکی باو نەبوو لەڕەوتی سروشتی زۆربوونی توخمە خانەکان لەنێوان تاکەکانی یەك جۆردا.

یەکەم کار لەستیوارد ئەنجامیدا جیاکردنەوەی ناتوخمەخانەکان بوو کە بەزانستی پێیان دەڵێن خانە جەستەییەکان لەشانەی نیانی ڕووەکی گێزەر لەڕێگەی کۆمەڵێك تەکنیکی تاقیگەییەوە جیایکردنەوە، پاشان ئەو خانە لەبەر یەکهەڵوەشاوانەی لەو ناوەندە دەرهێناو بەتەکنیکێکی تایبەتی بۆ ناوەندێکی دیکەی گواستنەوە کەگیراوەی خۆراکی گەشەپێکەری تێدا بوو لەگەڵ دابینکردنی بارودۆخی گونجاو بۆ گەشە. بەچەند جار دووبارەکردنەوەی تاقیکردنەوەکان ستیوارد تێبینی کرد خانەجیاکراوەکان دەستییان بەزۆر بوون کردووەو بۆ چەندەها شانە گۆڕاون، لەدوایین دانەیاندا تێبینی کرد ڕەگی دەرکردووە، پاشان لەناوەندێکی خۆراکی ڕەقدا ڕواندیو ڕەگەکان لقییان لێبۆوەو قەدو گەڵاکانیش دروستبوون، پاشان ڕووەکەکەی بۆ سەر زەوی گواستەوە لەخاکێکی گونجاودا، بینی ڕەگو قەدو گەڵاکان بۆ ڕووەکێکی تەواوی گێزەر گەشەیان کردووە. بەم شێوەیە خانەکە خانەکە ڕووەکێکی هاوچەشنی ئەو ڕووەکەی لێدەرچوو کە لێیوەرگیرا بوو. بەمەش زانا ستیوارد دەروازەکانی تویژینەوەو لێکۆڵینەوەی لەم بوارەدا لەبەردەم ناوەندەکانی تویژینەوە زانستییەکاندا کەتینووی وەرگرتنی ئەم تاقیکردنەوە گرنگانە بوون، والأکرد. لەسەر بناغەی دووبارەکردنەوەی تاقیکردنەوەی ستیوارد لەسەر ڕووەکی دیکە وەك توتنو مەعدەنووسو تالیشكو چنار، نەوەی نوێی ئەم ڕووەکانە یان لەڕێگەی بەکارهێنانی ناتوخمە خانەکانەوە، دەستکەوت. ئەمە لەجیهانی ڕووەکزانیدا ڕوویدا، بەڵام ئایا ئەمە ئەوە دەگەیەنێت لەسروشتدا هاوتای دیکەی نییە؟ وەڵامەکە بەڵێیە.. هاوتەیەکی هەیەو لەڕووەکزانیدا بەسەرزە زۆربوونی ناتوخمی ناسراوە، کە لەڕێگەی چاندنی تۆوە نابێت، بەڵکو لەڕێگەی وەرگرتنی بەشێکی بچوك کە لەقەدەوە لقی لێبووبێتەوەو گۆپکەی ڕووەکە بنچینەکەی پێوە بێتو لەخاکێکی گونجاودا دەچەقێنرێت، بۆ ڕووەکێکی نوێی هاوچەشنی ئەو ڕووەکەی گۆپکەکەی لێوەرگیراوە گەشە دەکات، ئەمەش لەگوڵەباخو ترێو پەتاتەو قامیشە شەکردا.. هتد باوە.



بەڵام پرسەکە ئۆرگید بەشێوەیەکی دیکەی سەیر زیاد دەکات، گۆپکەکە لەلوتکەی گەڵایەکی پێگەیشتووە بەهۆی باوە لێیدەبێتەوەو لەشوێنێکی دیکەی گونجاو بۆ پرسەکێکی هاوچەشنی پرسەکە دایکەکە، دەپرسێت. ئەمە لەجیهانی پرسەکدا بەڵام لەجیهانی ئاژەڵاندا کەجیهانێکی ئاڵۆزترە ئایا کۆپی هاوچەشن بەهەمان ڕێژەوی باوی پەوتی سروشتی زۆربوون، دەستدەکەوێت؟ وەڵام دەڵێین بەڵێ.. ئەو کرداره لەزانستی ئاژەڵدا بەناکامە زۆربوون لەمێرووەکاندا ناسراوە یان پێی دەڵێن زۆربوونی لەبەرگرتنەوە لەمشەخۆرەکانو وردە زیندەوراندا، یەکەمییان لەمێروولەو زەردەواڵەو مێرووی گەزۆدا، هەیە، دووەمییان لەسەرتاییەکانداو سێهەمیشیان لەگەڕوو بەکتریاو قەوزەدا هەیە. هەروەها وێنەی زۆربوونی لەبەرگرتنەوە لەڤایرۆسەکانیشدا هەیە، کەبەسیفەتی زیندوو نازیندووش لەهەمان کاتدا دەناسرێن، چونکە ڤایرۆس لەدەرەوەی لەشی زیندوو نا زیندووەو لەناو خانەدا تەنێکی زیندووە.

بەڵام ئەو وێنانەی ئەم جۆرە زۆربوونە لەزیندەوراندا دەنوێنن، جیهانی مێرووەکانە. وا دەردەکەوێت ئەم مەسەلەی زۆربوونە لەم زیندەوەرانەدا بۆ پاراستنی جۆرەکەیانو مانەوەیان شێوازی زۆر پەرەسەندووی وەرگرتبێت بە بەراوردکردن لەگەڵ جیهانەکانی دیکەدا، هۆی ئەم پەرەسەندنەش بۆ دێرینی مێژووی بوونی مێرووەکان لەسەرگۆی زەوی کە بۆ 400 ملیۆن ساڵ پێش دەرکەوتنی مرۆڤ، دەگەڕێتەوە، لەو شێوە پەرەسەندووانەی زۆربوون لەجیهانی مێرووەکاندا، ناکامە زۆربوونە بۆ بەرهەمهێنانی مێرووی ناکام لەهەمان جۆر، هەروەها ناکەمە زۆربوون بۆ بەرهەمهێنانی نێرەو مێییەو بۆ بەرهەمهێنانی تێکەڵەیەک لەنێرو مێ زۆربوونی کرمۆکەیی زایەندی لەهەندێک لەجۆرەکانی مێرووەکاندا.

ئەمەی دواییان لەجیهانی بایۆلۆژیادا بەسیفەتێکی دەگمەن دەناسرێت کەبریتییە لە بەکارهێنانی مێرووە دایکەکە چونکە کرمۆکەکان بۆ خۆراکەکەیان راستەوخۆ پشت بەشانەکانی دایکەکە دەبەستێت. بەشێوەیەکی گشتی ئەم جۆرە ناکامە زۆربوونە بۆ بەکارهێنانی تاکەکانی هەمان جۆر بەبێ پێتاندن بەهاوتای سەوزە زۆربوون لەجیهانی پرسەکدا دادەنرێت، چونکە بناغەکەیان هەر یەکێکەو بریتییە لەزۆربوون بەهۆی خانەی ناتوخمییەوە.

بەڵام تاقیکردنەوەکەی زانا ستیوارد کە لەجیهانی پرسەکەوە دەستپێکرد چۆن لەسەر جیهانی ئاژەڵان بۆ دەستکەوتنی کۆپی هاو وێنەی بنچینەییەکە بەهۆی تەکنیکی تاقیگەییەوە دەستێوەردانی مرۆڤەوە جێبەجێ دەکرێت.. ؟ لەزانکۆی ئۆکسفۆرد لەبەریتانیا د. جیردون خۆی ئامادە کردو گشت پێداویستییەکانی کە لەئەنجامگەیاندنی تاقیکردنەوەکەیدا یارمەتییان دەدا، دابینیکرد، ئەو تاقیکردنەوەیەی توشی سەرسوڕمانی کردین، ئەنجام زیندەوەرێکی هاوێنەی دایکەکە بەبێ پێتاندن یان یەکگرتنی توخمی هاتە دونیاوە.

زیندەوەرەکە بۆقێکی زیندووی تێرو تەواو بوو کە لەپێگەی گۆڕینەوەی ناوکی هێلکەکە بەناوکی خانەیەکی ناتوخمی دروستبوو بوو.

د. جیردون یانزە بۆقی لەکۆی 707 هەوڵ لەماوەی چەند ساڵێکدا، بەرهەمهێنا. بەم شێوەیە پەردە هەڵدرایەوەو دەروازەکان بۆچوونە ناو ڕێگەی زۆربوونی لەبەرگرتنەوە لەجیهانی ئاژەڵاندا. بەهۆی ئەفسونی توانای سەرنج راکێشانی ئەم تاقیکردنەوەیەو ئەو دەرئەنجامە سەرسوڕهێنەرانەی کەلێوەی پەیدا بوو، لەبەرئەوە وەک هەورە بروسکە دەرکەوتو تاقیگەو ناوەندە زانستییەکان لەدەوڵەتە پێشکەوتووەکاندا زۆر بەخێرایی وەریانگرت بۆ دوبارەکردنەوەی تاقیکردنەوەکەو پەرەپێدانی جێبەجێکردنەکانی لەسەر جۆرەکانی دیکە لەئاژەڵان بۆ ناشکراکردنی سامانی هەڵگیراوی جیهانەکانی ژیانو چوونە ناو ڕێرەوە شاراوەکانیەوە بۆ کردنەوەی نیشانەی ئەفسونەکانی.

هەروەها لەدایکبوونی مەڕە سکۆتلەندییەکە کە فراوانترین راگەیاندنی لەسەر ئاستی نێو دەوڵەتی بەخۆوە بینی، کە کۆپیەکی هاوێنەی مەڕێکی دیکە بوو بەبێ پووداني پیتاندن، ئەمانە ئەنجامی سروشتی ئەو پێشکەوتنانە بوون کە لە ڕێڕەوی تاقیکردنەوەکانی دوای سەرکەوتنی تاقیکردنەوەکانی د. جیردون، هاتە ئاراوە.

ئەم زیندەوەرە نوێیە کە کۆپیەکی هاو ڕێنەی بنچینەییەکەیە لەکێشانەی ڕەوتی سروشتی درکپێنەکراوی لای ئێمە تاکو ئێستا هیچ گۆڕانێکی لەخۆ نەگرتووە، لەهەمان کاتدا گۆڕانێک لەڕەوتی سروشتی باوو ناسراو لای ئێمە دێنێتە ئاراوە، چونکە تاقیکردنەوەی بۆقەکانو مەڕە نۆسکۆتلەندییەکە بەشێوەیەکی ناتوخمی پێشکەوتنێکی دەگەمەن بوو لەجیهانی بایۆلۆژیدا.

کلۆنکردن و کۆپییە هاوڕێنەکان

بنچینەی چیرۆکی کلۆنکردنی مەڕەکە ئەوە بوو د. ئایان و یلموت و کیس کامبل لەگەڵ تیمی توێژینەوە سکۆتلەندییەکە توانییان کۆپییەکی هاوڕێنەی مەڕەکە بێننە بەرهەم بەپشتبەستن بەخانەیەکی ناتوخمی وەک سەرچاوەیەک یان مادەیەکی سەرەتایی ئەم بەرهەمهێنانە، دەتوانین تیۆری ئەم دەستکەوتە زانستییە بەم شێوەیە بخەینەڕوو:- هەر خانەیەک لەخانەکانی لەشی ئاژەڵ یان مرۆڤ ژمارەیەکی تەواوی لەجینەکان یان مادە بۆماوەکان بۆ هەر سیفەتێک لەسیفەتەکانی زیندەوەر، تێدایە، بەپێچەوانەی خانە توخمییەکانەوە کەنیوەی ژمارەکەی تێدایەو بەیەکگرتنی هێلکەوتۆو ژمارەکەیان تەواو دەبێت. جیاوازییەکی دیکە ئەوەیە خانە ناتوخمییەکان خانەی تایبەتن بەپێست یان قژ یان دڵ یان گوانو ئەندامەکانی دیکەش، ئەم تایبەتمەندییەش ئەوە دەگەیەنێت جینە بەرپرسەکان لەئەندامەکانی لەش ئەوانەن کە بۆ جێبەجێکردنی فرمانە تایبەتییەکەیان، گوزارشتییان لێدەکرێت.

بەڵام جینەکانی دیکەش ڕۆڵییان هەیەو دەتوانرێت بەشێوەیەک وەسف بکرێن کە لەباری سڕبوونداں. بەڵام جینەکانی خانە توخمەیکان لەدوای تەواوبوونی ژمارەکەیان بەیەکگرتن، دەستدەکەن بەتایبەتمەندبوون و خانە ناتوخمییەکان بەناڕاستەی جیاواز بەرنامەڕێژ دەکات (وەک دووانەی کۆرپەلە، دابەش بوونی کۆرپەلە لەقۆناغە سەرەتاییەکاندا بۆ دوو بەش).

یان گەشەپێدانی خانەی کۆرپەلە لەتاقیگەدا بۆ قۆناغێکی گەشەی دیاریکراوو پاشان دووبارە چاندنەوەی لەمندالدانی ژنێکدا لەلایەکی دیکەوە لەسەرەتای هەشتاکاندا توانرا جینێک یان زیاتری ئاژەڵێک لەپێکهاتەی بۆماوەیی هێلکەیەکی پیتێنراوی ئاژەڵێکی دیکەدا بچێنرێت، هەروەها تەنانەت جینە مرۆییەکانیش لەم کرداری گواستنەوانەدا بەکارهات لەپێناوی دەستکەوتنی سیفەتی بەرهەمهێنانی یان پزیشکی ئارەزوو نەکراو، ئەم کارە لەوکاتەدا بەدوبارە نەندازەکردنەوەی پێکهاتەی ئاژەڵێکی نوێ وەسف کراو نێستا بەزاراوەی ئاژەڵە جین چاککراوەکان دەناسرێت، کە بەگواستنەوەی جینی هۆرمۆنی گەشەی مرۆیی بۆ هەندێک ئاژەڵ بۆ خێراکردنی گەشەکەیان، دەستپێکرد.

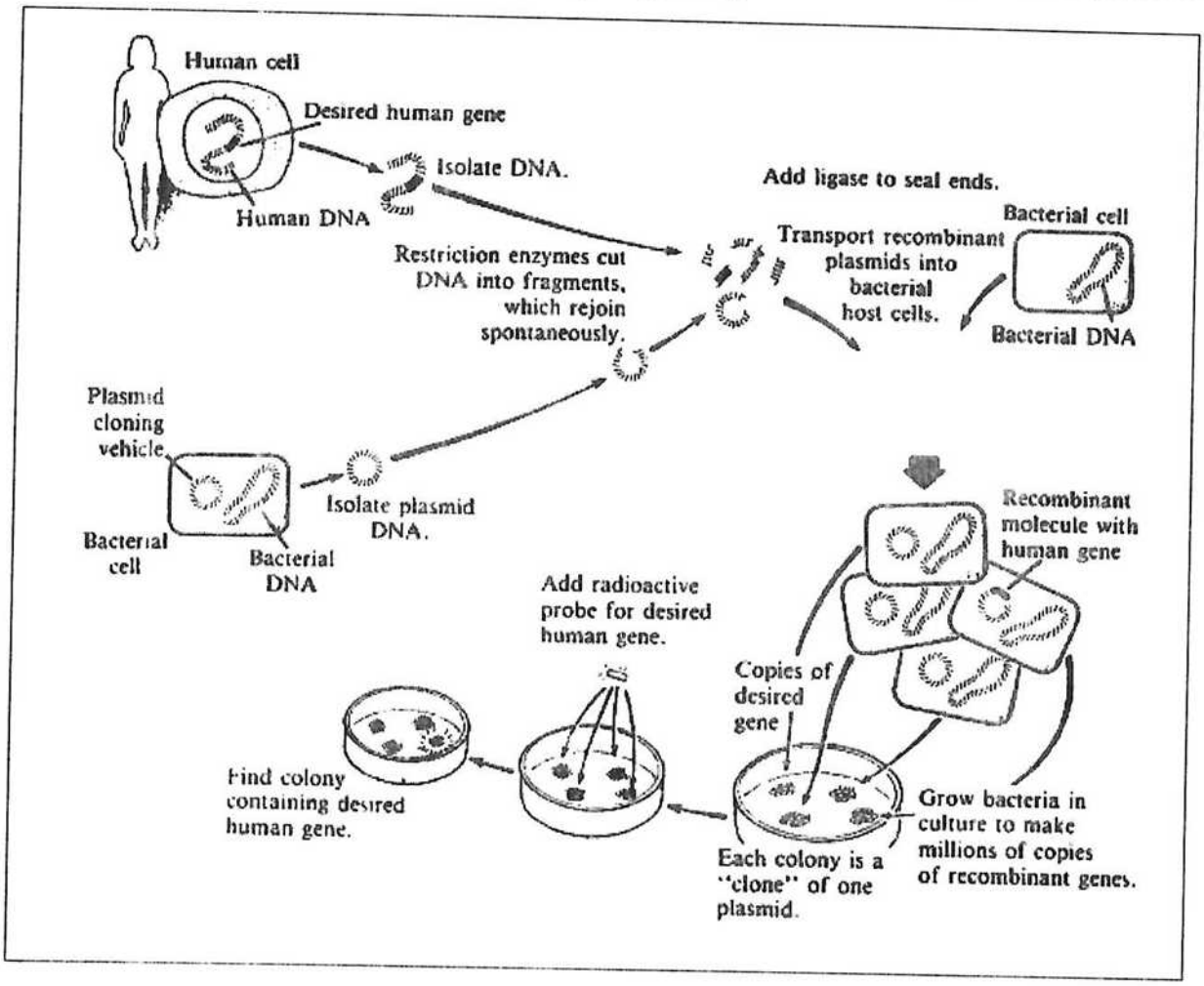
پەرەسەندنی تەکنیکەکانی کلۆنکردن هەر لەتاقیکردنەوە سەرەتاییەکانی زانستی کۆرپەلەوە کەئامانجی لێکۆڵینەوەی ئیشکالییەتی جیاکاریو تایبەتمەند بوونی خانەیی بوو لەکاتی دروستبوونی کۆرپەلەییدا بەیەکێک لەم دوو ڕێگەیە ئەنجامدرا:-

زیادکردنی کاتێک خانەکانی بارستایی لە قۆناغە سەرەتاییەکاندا:

کۆرپەلە لەکۆمەڵێکی دیاریکراو لەخانە (2-12) خانە پێکدێت بەشێوەیەک هەر خانەیەکی تاک پێویستی بەوەیە پەرەبسێنێتو بۆ کۆرپەلەیەکی سەربەخۆ گەشە بکات، بەمەش ژمارەیەک کۆرپەلەی هاوشێوەمان دەستدەکەوێت لەڕووی پێکهاتەی بۆماوەییەوە لەبەرئەوەی هەموویان یەک بنچینەیان هەیە کەخانەیەکی پیتێنراوە.

ڕێگەی گواستنەوەی ناوکەکان

یەکەمجار ئەم ڕێگەیە هەردوو زانا یۆکزونک لەپەنجاکاندا جێبەجێیان کردو کۆرپەلەی ڕشکاوەکییەکانیان بەکارهێنا، کۆرپەلە لەدەرەوەی لەش دەبێتو ئیشی لەسەر دەکرێتو تاقیکردنەوەکانی لەسەر ئەنجام دەدرێت هەر دەرەوەش چاودێری گەشەکەی دەکرێت، ئەم ڕێگەیە لەلایەن زانا کوردن سالی 1968 پەرەپێدرا، تەکنیکی سەرەتایی ئەم ڕێگەیە



بریتییە لەلابردنی ناوک لەخانە پێتێنراوەکەو پاشان دەستکەوتنی ناوک لەخانەیەکی ناتوخمی کۆرپەلەیەکی گەورەو چاندنی ئەم ناوکە لەخانەی هێلکە پتێنراوەکەدا کەناوکەکەی لابراوە.

لەکاتی گەشەکردنی کۆرپەلەکەدا، زانیارییە بۆماوەییەکانی زیندەوەرەکە کە ناوکی خانە ناتوخمییەکەی لێوەرگیراوە، دەنوێنێت واتا لەرووی بۆماوەییەوە کۆپییەکە لەو.

بایەخی ئەم تاقیکردنەوانە لەوەدا کۆدەبێتەوە خانە ناتوخمییەکان لەگەڵ تایبەتمەندێتییاندا گشت زانیارییە بۆماوەییەکان هەڵدەگرن بەڵگەش بۆ ئەم راستییە ئەوەیە توانای ئاراستەکردنی دروستبوونی کۆرپەلەیەکی تەواویان هەیە بەهەموو جۆرە شانە جیاوازەکانەوە، نەک تەنها جۆرێکی دیاریکراو کە ئەو خانە ناتوخمییە بنوێنێت کە ناوکەکەی گواستراوەتەوە.

ئەمەش خۆی لەخۆیدا رێگە دەدات بەدەستکەوتنی کۆرپەلەیەک کەپێکهاتە بۆماوەییەکەی وەک پێکهاتەی بۆماوەیی ئەو زیندەوەرە وابێت کە تاکە خانەیەکی ناتوخمی لێوەرگیراوە.

هەرچەندە ئەم تاقیکردنەوانە زۆر بەوردی ئەنجامدراون و پێشکەوتنێکی تەکنیکی گەورەش دەنوێنن، بەڵام ئامانجەکەیان تاکو ئاستێکی زۆر ئەکادیمی بوون، وە بەرهێنانیشیان بۆ مەبەستی جێبەجێکردن نەبوون. بەهۆی ئەم تاقیکردنەوانەوە تەکنیکە جێبەجێکراوەکانی زانستی کۆرپەلەزانی کە خۆی لەتەکنیکی منداڵانی بۆریدا دەنواند، بەرەو پێشەوە چوو پەرەیسەند، کە دەتوانرێت بەهۆی ئەم تەکنیکەوە هێلکەی زیندەوەرێکی شیردەر وەک مرۆڤ بۆ

دەرەوەی لەش وەربگیرێت و لەمیدیایەکی چاندنی دەرەکیدا واتا بۆری تاقیکردنەوە بپێتێنرێت و هەروەها تاکو قۆناغێکی دیاریکراو لەمیدیایەکی چاندندا گەشەی پێبکرێت و پاشان بۆ منداڵدان بگەڕێنرێتەوە. ئەم تەکنیکە ئاسیۆ نوێی گرنگی والاکرد سەرەڕای بەکارهێنانە زۆرەکانی لەچارەسەرکردنی نەزۆکی لەمرۆڤدا، ئەم تەکنیکە زانستییە پێویستی بەشارەزایی زۆرو توانای بێ سنور هەیە، لەبەرئەم هۆیە ئەم تەکنیکە لەچەند تاقیگەیەکی زانستی دیاریکراو لەجیهاندا ماوەتەوە.

بەڵام کلۆنکردنی بەکتریا بەدەیەیەک پێش ئەو ئاراستەیەی سەرەوە کەوت کەئێستا باسمان کرد، ئەویش بەهۆی هۆکاری تەکنیکییەوە، کاتێک جینە گرنگەکان لەڕووی تەندروستییەوە وەک جینی ئەنسۆلین کە بۆ چارەسەری نەخۆشی شەکرە بەکاردێت لەمانگاو بەرازەوە بۆ بەکتریای هەوێن گواستراونەوە، سود لەم تەکنیکە وەرگیرا وەک هۆکارێکی بەرهەمهێنان یان کارگەیەکی بایۆلۆژی زیندوو بۆ بەرهەمهێنانی ئنسۆلین بەکەمترین بڕی تێچوون.

هەروەها جینی هۆرمۆنی مرۆیی دەتوانرێت بەبڕێکی تێچوونی کەم لەبەکتریا وەربگیرێت، بەشێوەیەک بەراورد ناکرێت لەگەڵ ڕێگە تەقلیدییەکانی پێشوو کەپشتی بەدەرکردنی دەبەست لەژێر مێشکە ڕژێنەکان. ئەو مەیمونانەش کە لە یەکێک لە ناوەندەکانی توێژینەوەی ئەمەریکی بە بێ پێتاندنو بە بێ ڕێگەی پێشوو کە ڕوننکرایەوە لە دایکبوون، ئەمانە نهێنی نوێمان لە نهێنییە ناکۆتاکانو ڕێکخستنە بێسنورەکان کە ژیان لە تۆێکانیدا حەشاری داون، ئاشکرا دەکات.

تاکو ئاستی وەرگرتنی ئەم هزرو دۆزینەوە نوێو سەیرو سەمەرانە ڕونیبکەینەوە کە پرن لە ڕەگەزەکانی ئارەزووی ئاشکراکردنو تاسە بۆ ئاشنابوون پێیانو چۆنێتی کاردانەوەیان لەسەر ئەقڵمان باس بکەین بەتایبەتی ئێمەی خۆرهەڵاتی وەک تاکو وەک کۆمەڵگەش دەگەڕێنەوە بۆ دەستەواژەیەک کە لەپێشەکی کتێبێکی زانستیدا نوسیومەو ئەو کتێبە لە چوارچێوەی (کتێبی گینفان) لە بەغداد ساڵی 1990 بە ناونیشانی (مرۆڤو بایۆلۆژیای هاوچەرخ) بڵاوبۆتەوە: دەستەواژەکەش بەم شێوەیەیە:-

"ئەو ململانێیەی کە لە سایەی زانستە هاوچەرخەکانەوە ڕووبەڕووی دەبینەوە، ململانێیەکی ڕاستەقینەیە لە ئاڕاستی ڕوانینی ئایندەماندا"

هەروەها تێیدا هاتووە "پێشکەوتنی زانستی لە خێراییە سەرسوڕهێنەرەکەیدا لە گەشەکردنو پێشکەوتنیدا بەحوکمی جوڵەی کۆمەڵگەکان، یاسایەکی بابەتییە، پێویستە لەسەر مرۆڤ لەم یاسایە تێبگات تاکو ئەو کاریگەرییە بێنێتە دی کە لە ڕێڕەوی واقیعو ڕوونکردنەوەی ڕوانینەکانیدا، لە پێناوی والاکردنی دەروازەی نوێی بەرفراوان لە ژیاندا، کردویەتی بەئامانجی.

چونکە دەستکەوتە زانستییە هەنوکەییەکان ئەو تۆوە یان ئەو ڕووەکە بچکۆلەیەیە کە گەشە دەکاتو لقی لێدەبێتەوە و بەری سەیرو دەگمەن بە ئەقڵمان و ڕۆژگارەکەمان دەبەخشێت.

لەبەردەم ئەم ڕوانگەیەدا بۆ زانستەکانی ئایندە چۆن بڕوانینە دەستکەوتە بەپیتو بڕەوەکانی خەیاڵ لە بواری زانستی هاوچەرخو پێشکەوتنە زانستیە گەورەکان کە ڕێڕەوی خۆیان لەجیهاندا دۆزیوەتەوە.

هەر لەم ڕوانگەیەوەو لەدوای ئاشنا بوونمان بەماهییەتی ئەو ڕووداوە سەیرو دەگمەنانەی لە جیهانی ئاژەڵاندا پەیوەندییان بەکلۆنکردنی بایۆلۆژییەوە، هەیە، مەسەلەکە بە پەیوەستی بەتاقیکردنەوەو پێشبینیکردنی ئەو کاریگەرییانەی لەسەر ئێمەی مرۆڤ بەجێیدەهێڵێت، دەمێنێتەوە. بە بۆچوونی ئێمە ئەم هەڵسەنگاندنە لەدوو ئاڕاستەدا گیری خواردووە یان کۆبۆتەوە، ئاڕاستەیەکی پۆزەتیڤانەو ئاڕاستەیەکی نێگەتیڤانە. ئاڕاستە بۆزەتیڤەکەیان لەوەدایە ئاسۆی بەرفراوان والا دەکاتو ئومێدی گەورە بۆ ئاشکراکردنی زیاتری نهێنییەکانی خانە بەتایبەتی ئەوانەی پەیوەندییان بەجیهانی جینەکانو ترشە ناوکییەکانەوە، هەیە ، دێنێتە ئاراوە، چونکە نهێنی گەورەیان حەشارداوە، مەتەڵی گەشەکردنی خانە شێرپەنجەییەکان کە مرۆڤ بە دەستییەوە دەناڵێنێت پێویستی بە کلیلێکی کونکەر هەیە بۆ کردنەوەی ئەفسانەکانی و ئاشکراکردنی نهێنییەکانی کرداری زۆربوونی ڤایرۆسەکان کە تاکو ئێستا هۆکاری پێویست بۆ دەستەبەسەراگرتنیان ئەستەم بووە، ئەم نهێنیانە پێویستیان بەچوونە ناو قوڵایی زیاترو

کرانەوەی گەورەتر هەیە لە پێناوی شکاندنی قفڵەکانیداو شیکردنەوەی نیشانەکانیدا. هەروەها لەلایەنە پۆزەتیڤەکانی دیکە ئاسۆکان بۆ دابینکردنی خۆراکی دانیشتوانی سەر زەوی، والاّ دەبن، لەڕێگەی بایەخدانو هێشتنەوەی ئەو سیفەتانەی بەرهەمهێنان کە بەوە دەناسرێن سیفەتی باشن و توانای زۆریان هەیە، لەو گیانەوەرو رووەکانەی بە بەرهەمهێنەر دادەنرێن. هەروەها ئەم تاقیکردنەوانە دەروازەی لەبەردەم دۆزینەوەی یان زیاترکردنی بەرهەمهێنانی دەرمانە پزیشکییەکان کە ئەستەمی بایۆلۆژی دەبێتە ڕێگر لە بەدەرەم بەرهەمهێنانیاندا، والاّ کرد.

بەڵام کاریگەرییە نێگەتیڤەکانی ئەم بەرهەمە زانستییە وەك هەر دۆزینەوەیان داهێنانێکی زانستی دیکە کە مرۆڤ بەدەستی هێناوە، لەگەڵ خۆیدا کۆمەڵێك کێشەی نێگەتیڤی هەڵگرتووە کە زیان بەمرۆڤ و مرۆڤایەتی دەگەیەنن، بەڵگەشمان بۆ ئەمە دۆزینەوەی تەقەمەنی و فڕۆکەو چەکی ناوکییە. بەڵام ئەمە ئەوە ناگەیەنێت ئەم دۆزینەوەیە خزمەتی مرۆڤایەتی نەکردووە، بەڵکو خزمەتی کردووەو بەردەوام باشترین دەستکەوتیشی پێشکەش دەکات. بەشێوەیەکی گشتی ئەو ترس و نائارامییانەی ڕێڕەوی ئەم تاقیکردنەوانەی تەنیوە وەك کاریگەرییە نێگەتیڤەکانی بۆ سەر مرۆڤ، پەیوەستە بەئەگەری بەکارهێنانەکانییەوە لەبواره نادوستەکانی زانستداو جێبەجێکردنی لەسەر مرۆڤ و زیندەوەرە زیندووەکانی دیکە بۆ ئامانجی نازانستی و نا مرۆڤایەتی. بەڵام ئەقڵی مرۆیی کە لەماوەی چەند دەیەیەکی کەمی ڕابووردوودا زۆر بەخێرایی پێشکەوتنەکانی پێشکەشکرد، بە بەراوردکردن لەگەڵ سەدەکانی پێشوودا، ڕوانینێکی نوێ و تیشکی ڕووناکییەکی نوێ و گۆشەنیگایەکی نوێی بەگشت زانستەکان بەخشی، کەمژدە بەخشی داهێنان و هەژاندنی هەموو بەشێکە لەکێڵگەکانی مەعریفەو زانین، ئەمەش ڕووداني ڕێنسانسێکی ڕاستەقینە لەسەردەمەکەماندا ئاسان دەکات.

بەڵام مەسەلەکان بە پەیوەستی بەلۆجیکی گشتی ئەقڵی مرۆڤی هاوچەرخەوە ماونەتەوە. لەلای هیچ کەسێکیش پەنهان نییە ئەم ئەقڵە تواناو دانایی خۆی تاکو ئێستا بۆ باوەشکردن بەژیانداو پاڕێزگاریکردنی لەسەر ئەم هەسارەیە کە بەجوانیەکانی ژیان نەخشکراوە، سەلماندوە. بەڕای من ئەم ئەقڵە پێشکەوتووە کەدرکی بەمەترسییەکانی قۆرغ کردنی ژینگەو کارەساتەکانی بەهۆی پیسبوونی ژینگەوە ڕوودەدەن، کردووە، لەدوای ئەوەی درکی بەمەترسییەکانی بلاّوبوونەوەی چەکە ناووکی و چەکە کۆکوژەکان لەمادە کیمیاوی و بایۆلۆژییەکان، کرد. مرۆڤ لەدوای ئەم درکپێکردنە کاریکرد بۆ ڕێگەگرتن لەبەکارهێنانی لەچوارچێوەیەکی نێو دەوڵەتیدا.

ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت ئەقڵی مرۆیی هەمیشە ئاڕەزووی کاری باشو ڕێکخستنو ڕێکوپێکی دەکات لە دەسەلاّتگرتن بەسەر ئەو مەسەلانەی هەڕەشە لەمەسەلە گشتییەکانی مرۆڤایەتی دەکەن.

لەبەرئەوە خاوەنی ئەم سامانە بەهیچ نرخێك ناخەملێنرێت کە مرۆڤەو هەڵگری بلێسەی ڕەوشتەو لەتوانایدایە پێشکەوتنە بایۆلۆژییە نوێیەکانو پێشکەوتنەکانی ئایندەی ئەم زانستەو زانستەکانی دیکە لەچوارچێوە دروستەکەی خۆیدا دابنێتو بیخاتە سەر ڕێگا دروستو ڕێڕەوە ئاسودەکەیی و هێڵە هاوسەنگەکەی وەك ڕێزگرتنێك بۆ ژیانو پایەدانانێك بۆ شارستانی و خزمەتی مرۆڤایەتی.

بەڕێز دکتۆر جەرجیس ئەم وتارەی بە عەرەبی بۆ ناردین بەڕێز سۆزان جەمال بۆی کردین بە کوردی

نەخۆشی زمانەکانی دڵ

Valvular Heart Disease

ئومێد فایەق قەرەداخی
کۆلیژی پزیشکی – زانکۆی سلێمانی

زمانەکانی دڵ چین؟

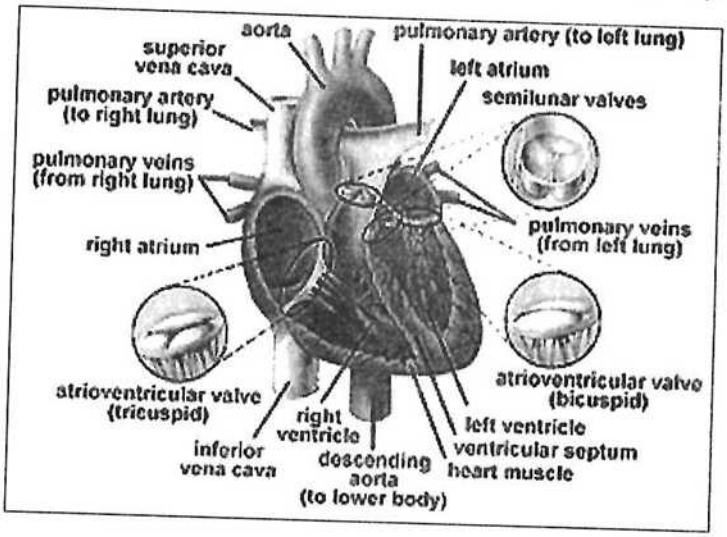
بۆ وەڵامدانەوەیەکی دروستی ئەم پرسیارەو بۆ تێگەیشتن لەخودی نەخۆشیەکانیش، کەلێرەدا دەمانەوێت قسەی لێوە بکەین، لەڕاستیدا پێویستە بگەڕێینەوە بۆ تۆپکاریو کارئەندام

زانی ئەم پێکهاتانەو پەیوەندیان بەتۆپکاری گشتی دڵو لولە گەورەکانی خوێنەوە.

دڵ بۆ خۆی ئەندامێکی پەمپ ئاسایەو لەدوو نیوەی تاڕادەیەک یەکسان پێکهاتووە. هەندێک نیوەی لای چەپ بەدڵی چەپو نیوەکەی دیکەی بەدڵی ڕاست ناوزەند دەکەن، هەرییەک لەم دوو نیوەیەش لەگوێچکەلەو سکۆڵەیەک پێکهاتووە، ئەمانیش پێکهاتەی شێوەی ژوورینو لەهەر لایەکی دڵدا لەڕێگای زمانە تاجیەکانەوە لەیەکتر جیادەکرێنەوە بەشێوەیەک کەتەنها ڕێگا بەچوونی خوێن دەدەن لەگوێچکەلەوە بۆ سکۆڵەو لەباری ئاساییدا هەرگیز ڕێگا نادەن بەپێچەوانە گەڕانەوەی خوێن، ئەم فرمانەش بەپێی گۆڕانە فیسیۆلۆژیەکانی نێو دڵ ڕێك دەخرێت، بۆ وێنە زمانەکان لەکاتی بەرزبوونەوەی کرژە فشاری خوێندا (Systolic pressure)، کەپەستانی نێو سکۆڵەکان زیاد دەکات، داداەخرێن، لەهەمان کاتدا چوونی ئەم زمانانە بۆ نێو گوێچکەلەکان بەهۆی دەزولەی بچوکی ماسولکەییەوە، کە بە پەتەژێیەکان ناسراون، بەربەست دەکرێت ئەم پەتەژێیانە (chorde tendinae) لەسەرێکیانەوە نوساون بەلێوارە بەرەڵاکانی زمانەکانەوەو لەخوارەوەش سەرەکەی دیکەیان بەماسولکە گۆییەکان (Papillary muscles) ی ناوپۆشی سکۆڵەکانەوە نوساوە.

ئەم ماسولکانە لەکاتی کرژی فشاری سکۆڵەدا کرژ دەبن و لەکاتی خاوبوونەوە فشاردا (Diastolic pressuer) خاو دەبنەوە.

خوێنی پاڵنراو لەلایەن سکۆڵەی لای ڕاستەوە دەچێتە سییە خوێنبەرەوە لەڕێگای زمانەیەکی سیانی نیمچە بازنەییەوە کەپێی دەڵێن - سیە زمانەی نیمچە بازنەیی. بەهەمان شێوە خوێنی پاڵنراو لەلایەن سکۆڵەی چەپەوە لەڕێگای زمانەی نیمچە بازنەیی شاخوێنبەرەوە دەچێتە شاخوێنبەرەوە. هەریەک لەم دوو زمانەیە لەسێ پەڕە یان گەڵا پێکهاتوون، ئەو پەرانەش بۆ خۆیان لەبەستەرە شانەی فایبەری پێکهاتوون کەبەتوێژاڵێکی تەنک لەناوپۆشە خانە ڕووپۆش کراون. ئەم خانانە لەدیووی ناوەوە لەگەڵ ناوپۆشی دڵداو لەدیووی دەرەوە لەگەڵ ناوپۆشی خوێنبەرەکاندا بەردەوامن.



*نەخۆشییەکانی زمانەی تاجی (دووانی) کامانەن؟

زمانەی تاجی (دووانی) (Mitral valve) گوێچکەلە سکۆڵە زمانەی لای چەپی دڵەو لەدوو پەڕە پێکهاتووە، ئەم پەڕانە لەبنکەکەیاندا نوساون بەو ئەڵقە فایبەرییەی کەدەوری دەرچەی نێوان گوێچکەلەو سکۆڵەکەی ئەم لای دڵی داوە و لەسەرە بەرەڵاکەیاندا نوساون بەپەتەژێیەکانەوە.

فرمانی ئەم زمانەیە دەست بەسەراگرتنو ڕێکخستنی چوونی خوێنە لەگوێچکەلەی چەپەوە (Left atrium) بۆ سکۆڵەکەی هەمان لا (Left untricle) ئەو نەخۆشیانەی کە ئەم زمانەیە دوچاریان دەبێت بریتین لە:

ا-تەسکبوونەوەی زمانەکە (Mitral stenosis)

ب-پێچەوانەگەڕانەوەی خوێن پیایدا (Mitral regurgitation).

ج-شۆڕبوونەوەی زمانەکە (Mitral prolapse).

تەسکبوونەوەی زمانەی تاجی (دووانی) چییە؟ هۆکارەکانی کامانەن؟

برتییە لەبەربەستکردنی دەورانی خوێن لەگوێچکەلەی چەپەوە بۆ سکۆڵەکەی هەمان لا بەدەرچەی ئەم زمانەدا تاڕادەیەکی بەرچاو.

تەسکبوونەوەی ئەم زمانەیە لەزرینەی دۆخەکانیدا بنچینەکەی بریتییە لەزمانە هەوی ڕۆماتیزمی (Rheumatic Valvulitis) دڵ، ئەگەر چی هەندێك جار لەهۆکاری دیشەوە سەرچاوە دەگرێت، وەك

1-بەد دروستبوونی زگماکیانەی زمانەکە، ئەم دۆخە یان زیاتر لەمندالاندا دەبینرێت.

2-ناو پۆشە هەوی دڵ بەهۆی درمەوە.

3-ڕەقبوونی پەڕەی زمانەکە لەپیراندا.

4-نەخۆشی نیشتنی ئەمایلۆید لەزمانەکەدا.

5-جومگە سۆی ڕۆماتیزمی.

6-نەخۆشی هەنتەر - هیرتەر (Hunter - Hurter disease)

7-هەندێك دەرمانی وەك مێسی سیرماید (Methysermide) ئەم دەرمانە بۆ ڕێگاگرتن لە لایەشەی سەر (Migraine) بەکاردەهێنرێت یان بۆ دەست بەسەراگرتنی سکچونێك کەپەیوەستە بە شێرپەنجەی کۆئەندامی هەرسەوە.

وەك پێشتر ئاماژەمان پێکرد نەخۆشی ڕۆماتیزمی دڵ باڵوترین هۆی تەسکبوونەوەی زمانەی تاجی (دووانی)یە بەجۆرێك کەنزیکەی 50٪ی هەموو ئەوانەی ئەم زمانەی دڵیان تێدا تەسك بووەتەوە پێشتر نەخۆشی ڕۆماتیزمی دڵیان تێدا دەست نیشان کراوە.

*فیسیۆلۆژیای نەخۆشیەکە چۆنە؟

بۆ نمونە، تای رۆماتیزمی دەبێتە هۆی پێکەوە نوسانی پەڕەکانی زمانەکەو پەتەژێیەکان بەوەش دەرچەی نێوان گوێچکەڵەو سکۆڵەکە ڕەحەتی ئاسا تەسک دەبێتەوە. ئەم تەسک بوونەوەیەش دەورانی ئاسایی خوێن بەزمانەکەدا بەربەستو سنووردار دەکات، لەئەنجامدا پەستانی گوێچکەلە بەرز دەبێتەوەو قەوارەکەشی زیاد دەکات. زیادبوونی پەستانی خوێن لەگوێچکەلەی چەپدا کارێک دەکات کەپەستانی نێو سییە خوێنهێنەرەکانیش بەرز بێتەوەو بەردەوام بوونی ئەم بەرزە پەستانەش هۆکارێکی باش دەبێت بۆ گەورەبوونی خوێنبەرەکانی سی، کەبۆ خۆی فاکتەرێکی دیاری بەرزە پەستانی خوێنە لەسییە سوڕی خوێندا، کەبەسوڕی بچوکی خوێن ناوزەد کراوە، ئەو بەرزە پەستانەش ڕەنگە ببێتە هۆی چەند خوێن بەربوونێکی کەمو لەئەنجامیشدا هیمۆسایدرین دەنیشێتو پاشان گرێچکەی وردی نێسک ڕەنگە لەسیدا دروست ببێت.

لەڕاستیدا هەموو ئەو نەخۆشانەی ئەم زمانەی دڵیان تەسک بۆتەوە لەمەترسیدان؛ مەترسی دروستبوونی مەیووی لەگوێچکەلەی چەپداو مەیووی یان هەر پێکهاتەیەکی دی کە لەتوانایدا هەیە دەورانی خوێن لەلوکانی خوێندا بەربەست بکات بەتایبەتی لەو نەخۆشانەدا کەلێدانی گوێچکەلەی دڵیان خێراو نەگونجاوە لەگەڵ سکۆڵەدا.

*سکالاکانی نەخۆش کامانەن؟

زمانەی تاجی لەباری ئاساییداو لەکاتی خاوبوونەوەدا تیرەکەی نزیکەی 5سم دەبێت، بەڵام لەدۆخی توندو دژواری ئەم نەخۆشیەدا تیرەکەی بۆ 1سم یان کەمتر بچوک دەبێتەوە. لەڕاستیدا نەخۆش تا ئەو ساتەی تەسکبوونەوەکە نەگاتە ئاستێکی مامناوەند (نزیکەی 2 سم یان کەمتر) نەخۆش هەست بەهیچ سکالایەک ناکات، سەرەتا سکالاکان تەنها لەکاتی ماندبووندا پوودەدەن ئەگەرچی لەباری توندی نەخۆشیەکەدا گوێچکەلەی چەپ بەشێوەیەکی هەمیشەیی پەستانەکەی بە بەرزی دەمێنێتەوەو کارێ دەکات، کەتەنانەت لەکاتی حەوانەوەشدا سکالاکان هەستیان پێ بکرێت تەسکبوونەوەی زمانەی تاجی دووانی دەشێت هەریەکێک لەم سکالایانەی خوارەوە بخوڵقێنێت:-

1-بێ توانایی کارکردنو زوو ماندوبوون بەهۆی زیادبوون و بەرەو پێشچوونی لەسەرخۆی هەناسە تونديەوە. هەناسە توندی لەکاتی ڕاکێشان (orthopnoea) هەروەها لەشەودا (paroxismal noctural dyspnoea) ڕەنگە لەگەڵ دەست پێکردنی لێدانی خێراو نەگونجاوی گوێچکەلەدا (Atrial Fibrillation) یان لەژانی دووگیاندا گەشە بکات. هەروەها بەهۆی کەمی خوێنی پاڵنراو لەخولەکێکداو زیادنەبوونی لەکاتی جوڵەو ماندوبووندا، گەشەنگ بوون دێتە ئاراوە، ئەم سکالایەشە جیاکەرەوەیەکی باشی تەسکبوونەوەی تونددو دژواری زمانەکەیە.

2-زیادبوونی ئەگەری توشبوونی سنگ بەدرمەکان، کەپەیوەندییان بەهەڵناوسانی سییەکانو خراپ بوونی هەناسە تودنیەوە هەیە.

3-کۆکەی خوێناوی (Haemoptysis) کەبەهۆی هەڵناوسانی یان مردنی بەشێکی سییەکانەوە یان بەهۆی توشبوونی سنگ بەدرمەکان یان پچڕانی خوێنهێنەرە فراوانبووەکانی بۆری هەواوە پوودەدات.

4-ناوسانی سییەکانو سست بوونی لای ڕاستی دڵ (Right Heart Failure) لەوەشەوە هەڵناوسانی سکو لاقو قولەپێ.

5-سنگە درێ (Anggina) ڕەنگە لەئەنجامی بەرزبوونەوەی پەستانی سکۆڵەی لای ڕاستەوە یان بوونی مەیووی یان هەر بەربەستکەرێکی دی لەخوێنەبەرە تاجیەکانی دڵدا (Coronary arteries) ڕووبدات.

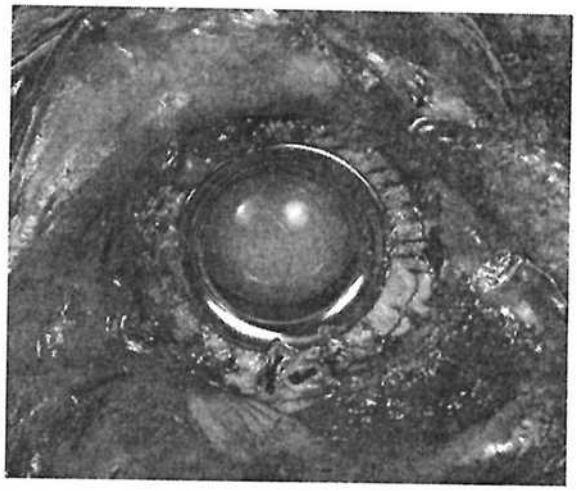
6-دروستبوونی مەیووی یان هەر مادەیەکی بەربەستکەر لەسوڕی گەورەی خوێندا، کە لەسکۆڵەی چەپەوە سەرچاوە دەگرێت، ئەم گرفتە لەنزیکەی 20٪ ی تێکڕای نەخۆشەکاندا بە بەکارهێنانی دژە مەیوپەکانیش چارەسەر ناکرێت، هەروەک لە 25٪ ی چارەسەرکراوەکاندا دووبارە سەرهەڵدەداتەوە. لەڕاستیدا نزیکەی 50٪ ی هەموو ئەم بەربەستکەرانە لەخوێنبەرەکانی دەماغدا پوودەدەن کەڕەنگە ببنە هۆی توشبوون بەجەڵتەی دەماغ (Cerebrovascular accident).

7-کۆنیشانی ئۆرتنەر (Ortner's syndrome) لەکاتی دۆخی تونددژواری تەسکبوونەوەی زمانەکەدا دەبینرێت. لەم کۆنیشانەدا فراوان بوونی خوێنبەرەکانی سی یان

گوێچکەلەی چەپ ڕەنگە ببنە هۆی پەستاوتنی دەماری گەڕاوەی سندوقی دەنگ (Recurrent laryngeal nerve) بەوەش کەسی توشبوو دەنگی گڕ دەبێت.

***نیشانەکانی نەخۆشیەکە کامانەن؟**

زمانە تەسک بووەکە وا دەکات کەخاڵی بوونەوەی گوێچکەلەی چەپ کاتێکی زیاتر بخایەنێت و ئەوەش وادەکات کەپەڕەکانی زمانەکە لەسەرەتای کرژە فشاردا هەر بەکراوەیی بمێننەوە، پاشان لەگەڵ دەنگێکی نائاسایی بەرزدا دادەخرێن (دەنگی یەکەمی دڵە). دواتریش ڕۆشتنی شێواو و هورژومی خوێن لەگوێچکەلەوە بۆ سکۆڵەکە بەهۆی کرانەوەی لەپڕی زمانەکەوە دەبێت دەبێتە هۆی پەیدابوونی مڕەمڕێکی نەزم لەکاتی خاوبوونەوەی سکۆڵەدا.



زیادبوونی بەرزە پەستانی سیبە سوڕی خوێن دەتوانرێت لەڕێگای هەستکردن بەو لێدانە نائاساییانەوە دیاری بکرێت کە لەلای چەپی سنگداو لەو لای کۆڵەوە (Steinum) تێبینی دەکرێت، ئەوەش بەهۆی گەورەبوونی قەوارەی سکۆڵەی لای ڕاست یان بەهۆی بەرەو پێشەوەهاتنی دڵەوە لەئەنجامی فراوان بوونی گوێچکەلەی چەپەوە ڕوویداوە. بەرزە پەستانی سیبە سوڕی خوێن دەبێتە هۆی بەرزبوونی دەنگی دووەمی دڵ.

***ڕێگاکانی پشکنین بۆ دیاریکردنی نەخۆشیەکە:-**

جگە لەسود وەرگرتن لەنیشانەو سکاڵاکان، پزیشکی پسپۆر دەتوانێت بۆ دڵنیابوون لەنەخۆشیەکە ئەم پشکنینانەش بۆ نەخۆش ئەنجام بدات:

1-هێڵکاری کارەبایی دڵ (ECG) : لەم پشکنینەدا دەتوانرێت لەکاتی بوونی نەخۆشیەکەدا تێبینی ئەمانە بکرێت:

ا-گەورەبوونی گوێچکەلەی چەپ، کەدەبێتە هۆی دووقاق بوونی شەپۆلی ا .

ب-گەروەبوونی سکۆڵەی ڕاست، کە دەبێتە هۆی لادانی تەوەرەی کارەبایی دڵ بۆ لای ڕاست.

2-وێنەگرتنی سنگ بەتیشکی X : ئەم پشکنینە نیشانی دەدات، کەگوێچکەلەی چەپ گەورە بووە بەبێ ئەوەی سکۆڵەکەی هەمان لا گەورە بووبێت، هەروەها دەری دەخات کەخوێنەبەرە سەرەکیەکانی سی و سکۆڵەی لای ڕاستیش لەقەوارەدا گەورە بوون، ڕەنگە ئەوەش نیشان بدات کەسیەیە خوێنهێنەرەکانی سەرەوە چۆن گەورەبوون، ئەوەش بەڵگەیەکی بەرزە پەستانی خوێنە لەو لولانەدا.

3-هێڵکاری ر سەدای دڵ: (Echocandiography):

باشترین ڕێگای پشکنینە کەدەتوانرێت نەخۆشیەکەی پێ دیاری بکرێت، و لەهەمان کاتدا تۆندی تەسکبوونەوەکە دەردەخاتو زانیاری تەواو لەمەڕ تۆیکاری زمانەکە دەخاتە پێش چاو. لەم پشکنینەدا دەتوانین ببینین کە:

ا-پەڕەکان ئەستور بوونو ناجوڵێن.

ب-ڕووبەری زمانەکە کەم بووەتەوە.

ج-تێکڕایی پڕ بوونی سکۆڵەی چەپ لەکاتی خاوبوونەوە فشاردا کەمی کردووە.

4-قەستەرەی دڵ (Cardia catheterization):

ئەم ڕێگایە بۆ پشت ڕاستکردنی تۆندی دۆخی تەسکبوونەوەکە بەکاردەهێنرێت، ئەوەش لەڕێگای پێوانەکردنی جیاوازی پەستان دەبێت لەنێوان سکۆڵەو گوێچکەڵەی چەپدا.

5-دۆپلەر

یاریدەدەر دەبێت لەنرخاندنی تۆندی نەخۆشیەکەداو زانیاری سەبارەت بەدۆخی ڕەق بوونی پەڕەکانی زمانەکەو گەورەبوونی قەوارەی گوێچکەلەی شچەپو بەرزە پەستانی سیە خوێنبەرەکانو جیاوازی پەستانی نێوان سکۆڵەو گوێچکەلەی چەپیش دەدات بەدەستەوە.

*دەست نیشان کردنە جیاوازەکان:-

مەبەست لەو دۆخانەی نەخۆشیە جیاوازەکانە، کە رەنگە لەگەڵ تەسکبوونەوەی ئەم زمانەی دڵدا لەساتی دەستنیشان کردندا تێکەڵ بکرێن. ئەم نەخۆشیانە رەنگە نیشانەی هاوشێوەی تەسکبوونەوەی زمانەی تاجی دووانی دروست بکەن، بەڵام لەڕێگای هێڵکاری سەدای دڵەوە دەتوانرێت جیابکرێنەوە. لەوانە:

1-پێچەوانە گەڕانەوەی خوێن بەزمانەی تاجی دووانیدا (Mitiral regurgitation).

2-کەمووکوڕی بەربەستی نێوان دوو سکۆڵەکە، لەم دۆخەی نەخۆشیدا.

قەوارەی خوێنی هاتوو لەگوێچکەڵەی چەپەوە بۆ سکۆڵەی هەمان لا لە کاتی خاوبوونەوەی سکۆڵەکاندا زیاد دەکات.

3-مرەمڕی ئۆستین. فلینت (Austin – Flint murmur)

4-تەسکبوونەوەی زمانەی تاجی سیانی لای ڕاستی دڵ (Tricuspid stenosis).

5-کەمووکوڕی بەربەستی نێوان گوێچکەلەکان، لەم بارەدا دەورانی خوێن لەکاتی خاوبوونەوەی سکۆڵەکاندا، لەگوێچکەلەی ڕاستەوە بۆ سکۆڵەکەی هەمان لا، بەزمانەی سیانیدا زیاد دەکات.

6-مرە مڕی کاری - کوومب (Carey- coombs-murmur).

7-لینجە گمۆڵی گوێچکەلەی چەپ (LA. myroma) جۆرێکە لەشێرپەنجەی دڵ بەتایبەتی لای چەپی دڵو توشی بەربەستی نێوان دوو گوێچکەلەکە دەبێت.

هەندێک سکالای وەک تا، ئازاری جومگەکانو بێ هۆشبوونی لەپڕ دروست دەکات؟

*چارەسەری نەخۆشی توشبوو بەتەسکبوونەوەی زمانەی دووانی دڵ چۆن دەکرێت؟

لەڕاستیدا ئەو نەخۆشانەی کە سکالایەکی کەمیان هەیە پێویستە لەڕێگای وەرگرتنی دەرمانەوە چارەسەر بکرێن. چارەسەر بەدەرمانیش بەم شێوە دەبێت:

1-دیجۆکسین (Digoxin) بەکاردێت بۆ دەست بەسەراگرتنی تێکڕای لێدانەکانی سکۆڵەو کەم کردنەوەی وەلامەکانی بۆ لێدانی خێراو نەگونجاوی گوێچکەلە.

2-مێز ڕوونکەرەوەکان (Diuretics) بۆ چارەسەری هەڵناوساوی سیەکانو هەناسە توندی بەکاردێت.

3-دژە مەینەکان (Antico agulants)، بایەخی بەرچاویان هەیە لەکەمکردنەوەی مەترسی مەیووی لەخوێنبەرەکاندا.

4-دژە زیندەکان (Antibiotics). ئەم دەرمانانە چ بۆ خۆپاراستن و چ بۆ چارەسەر سودێکی گەورەیان هەیە، بۆ وێنە پێنسلین لەدژی سەرهەڵدانەوەی تای ڕۆماتیزمی دەدرێت بەو نەخۆشانەی لەخوار 21ی ساڵی تەمەنەوەن، هەروەها ئەموکسیسیلین یەک کاتژمێر بەر لەددان کێشان دەدرێت بۆ ڕێگاگرتن لەتوشبوون بەناوپۆشەسۆی دڵ، کە ڕەنگە هەندێک جار هۆکاری تەسکبوونەوەی زمانەکە بێت.

لەگەڵ هەموو ئەمانەدا دەبێت لەوە دڵنیابین کەچارەسەری بنەڕەتی ئەم نەخۆشییە بریتیە لەڕێککردنەوەی زمانەکەو جیاکردنەوەی یان گۆڕینی لەڕێگای نەشتەرگەییەوە. دیارە بڕیاردان بۆ ئەنجامدانی ئەم دوو ڕێگا بنەڕەتیە کاتێک دەبێت کە:

1-سکالاکانی نەخۆش پاش وەرگرتنی دەرمانەکانیش هەر بەردەوام بێت.

2-هەڵناوساوی سیەکان چاک نەبوون، یان

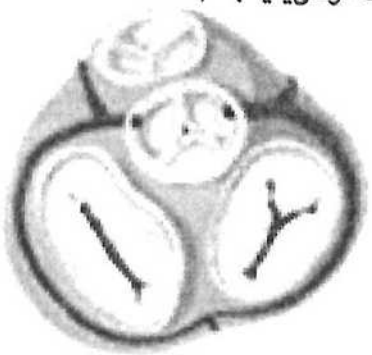
3-بەرزە پەستانی خوێن لەسییە سوڕدا ڕووەو گەشەو زیادبوون چووە یان کاتێک لەڕێگای قەستەری دڵەوە یان هێڵکاری دۆپلەری سەدای دڵەوە ئەوە دەسنیشانکرا کەڕوبەری زمانەکەو بۆ نزیکەی کەمتر لە 1سم تەکسبووەتە.

نەشتەرگەری جیاکردنەوەی پەڕەکانی زمانەکە (Valvotomy) یان ڕێککردنەوەی زمانەکە (Valvoplasty) لەڕێگای بالۆنەوە کاتێک گونجاون، کەزمانەکە هێشتا جوڵاو بێت و لەکاتی داخراندا خوێن پیایدا پێچەوانە نەڕواتەوە هەروەها ڕەقیش نەبووبێت، ئەگەر هاتوو یەکێک لەو سێ مەرجەی تێدا نەبوو ئەوا پێویستە نەشتەرگەری گۆڕینی زمانەکەی بۆ ئەنجام بدرێت.

***پێچەوانە گەڕانەوەی خوێن بەزمانەی تاجی دوانیدا چییە؟ هۆکانی کامانەن؟**

ئەم نەخۆشییە بریتیە لەپاڵنانەوەی خوێن لەسکۆڵەوە بۆ گوێچکەلەکە لەلای چەپی دڵدا، لەکاتی کرژبوونی سکۆڵەداو بەهۆی پەککەوتەیی زمانەکەی دێوانیانەوە واتە زمانەی تاجی دووانی.

تای ڕۆماتیزمی هۆکارێکی گرنگی ئەم نەخۆشییەیە بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا زانراوە کەزۆر هۆکاری دی هەن و دەبنە هۆی ئەم گرفتەی دڵ. تووشبوونەوەکان دەریان خستووە، کەلەباری بوونی تای ڕۆماتیزمیدا زمانەی دووانی لەهەمان کاتدا تەسکیش دەبێتەوەو پێچەوانەش خوێنی پیا دەگەڕێتەوە، ئەمە لەکاتێکدایە، کەئەو دۆخانەی نەخۆشیەکە، کەتەسکبوونەوەی لەگەڵ نیە بەزۆری لەنەخۆشی و فاکتەرێکی دیکەوە سەرچاوەی گرتووە نەک تای ڕۆماتیزمی. بۆ وێنە لەڕۆژگاری ئێستاماندا شۆڕبوونەوەی زمانەکە (Mitral Prolapse) باڵوترین هۆی پێچەوانە گەڕانەوەی خوێنە بەزمانەی دووانی دڵدا، هەروەک نەخۆشی کەم خوێنی و مردنی ماسولکە گوێیەکانی ناو سکۆڵەکان و فراوان بوونی سکۆڵەی چەپیش هۆکاری دیاری ئەم نەخۆشیەن. لەڕاستیدا هەریەک لەم هۆیانەی خوارەوە ڕەنگە ببنە هۆی گەشەکردن و دەرکەوتنی نەخۆشییەکە:



1-گرفتە زگماکیەکان، کە ئەم دۆخانەی نەخۆشی دەگرنەوە:

1-گەورەبوونی قەوارەی ماسولکەکانی دڵ.

2-نەخۆشی بەستەرە شانەکانی دڵ، لەوانە، کۆنیشانی ئەهلەر دانکۆس (Ehler- Danlos syndrome)، کۆنیشانی هیرلەر (Hurler's sy.)، کۆنیشانی مارفان (Marfan's sy.) و شکستە دروست بوونی ئێسک.

3-تەسکبوونەوەی زگماکی زمانەکە.

4-هاتنە خوارەوەی پێکهاتەی زمانەکە.

5-کۆنیشانی تەواو گەشەنەکردنی لای چەپی دڵ.

6-سەرچاوە گرتنی نائاسایی خوێنبەری تاجی چەپ لەسیە خوێنبەرەوە لەبری ئەوەی لەشوێنی ئاسایی خۆیەوە واتە لەڕەگی شاخوێنبەرەوە سەرچاوە بگرێت.

ب-هۆکاری وەرگیراوەکان، وەک:

1-نەخۆشی خوێنبەرە تاجیەکان وەک سنگە درێو جەڵتە Muyocardial infarction.

2-پچڕان یان نائاسایی بوونی پەتەژێیەکان.

3-ناوپۆشە هەوی دڵ بەهۆی بەکتریاوە.

4-ڕەقبوونی ئەو ئەڵقە فایبەرییەیی لەنێوان گوێچکەلەو سکۆڵەدایەو زمانەکەی پێوە نوساوە.

5-نەخۆشی زمانەی شاخوێنبەر.

6-پاش نەشتەرگەری دڵ.

7-جومگە هەوی ڕۆماتیزمی (Rheumatoid arthritis)

8-هەوکردنی بڕبڕەی پشت (Ankylosing spondylitis)

9-ڕەق بوونی پێست (Scleroderma).

10-دەردە گورگانە (lupus erythematous)

11-لینجە گەوڵ.

12-نەخۆشی کاواساکی (Kawasaki).

لەڕاستیدا زمانەی تاجی دووانی لەچەند بەشێك پێکهاتووە؛ پەڕەکانی زمانەکە، بەتەژێیەکان، ئەڵقە فایبەریەکە، ماسولکە گوێیەکان و ئەو بەشەی دڵە ماسولکە کەماسولکە گوێیەکانی پێوە نووساوە. جا پێچەوانە گەڕانەوەی خوێن بەم زمانەدا دەڕێنجامی گرفتێکە کە لەتوێکاری یان فرمانی ئەم پێکهاتانەدا گەشە دەکات.

***فیسیۆلۆژی نەخۆشییەکە چۆنە؟**

لەباری درێژخایەنی نەخۆشییەکەدا ئەو بەشەی خوێنی پاڵنراو لەلایەن سکۆڵەی چەپەوە کەدەگەڕێتەوە نێو گوێچکەلەکە ڕادەی گەورەبوونی گوێچکەلەو سکۆڵەکەی لای چەپ نیشان دەدات. سکۆڵەی چەپ بۆ خۆگونجاندن لەگەڵ قەوارە زیادبووەکەی خوێندا (کە لەبری پاڵنان بۆ ناو شاخوێنبەر گەڕاونەتەوە گوێچکەلەو جارێکی دی لەکاتی خاوبوونەوەی سکۆڵەدا دێنەوە خوارێ) هەوڵی فراوان بوون دەدات. و لەهەمان کاتدا دیوارەکەشی ئەستورو ئەستورتر دەبێت بۆئەوەی یاریدەی هێشتنەوەی فرمانە میکانیکیەکەی بدات. ئەم خۆگونجاندنە وا دەکات کەسکۆڵە لەکاتی خاوبوونەوە فشاری لەپردا پڕ بێت لەخوێنی هاتوو بەبێ ئەوەی هیچ زیادبوونێکی ئەوتۆ لەپەستانی نێو سکۆڵەو

گوێچکەلەی هەمان لاشدا یان لەپەستانی خوێنی نێو موولوولەکانی سیپە سوپدا ڕوبدات.

لەباری کتوپڕی نەخۆشیەکەدا هیچ یەکێک لەسکۆڵەو گوێچکەلەی چەپ فریای خۆگونجاندن ناکەون. لەبەرئەوە بەرزە پەستانێکی دیار لەهەریەک لەگوێچکەلەو سیپە موولولەکانی خوێندا گەشە دەکات. ئەم زیادبوونی پەستانەش دەبێتە هۆی هەڵئاوسانی لەپڕی سیپەکان (Acute pulmonary oedema)

***سکالاکانی نەخۆشیەکە چین؟**

پێچەوانە گەڕانەوەی خوێن بەزمانەی تاجیدا لەباری کوتوپڕیدا دەبێتە هۆی هەناسە سواریەکی سەخت یان هەڵئاوسانی سیپەکان. بەڵام دۆخی درێژخایەنی نەخۆشیەکە بۆ چەند ساڵێک قەرەبوو دەکرێتەوە بەبێ دەرکەوتنی هیچ سکالایەک. پاشان یەکەمین سکالا کەدەردەکەوێن بریتین لەکەشەنگ بوونو هەناسە سواری کەڕەنگە دواتر تەشەنە بکات بۆ هەناسە توندی لەکاتی ڕاکشانو لەشەویشدا و پاشان هەڵئاوسانی پەلەکان. زۆرجار دەرکەوتنی لەپڕیان خراپ بوونی لەپڕی سکالاکان لەپیاوانی تەمەن ناوەندیدا ئاماژەیە بۆ پچڕانی پەتەژێیەکانی دڵ. هەروەک بوونی پێشینەیەک لەگەڵ تای ڕۆماتیزمیدا بەڵگەیە کە بۆ ئەو ڕاستیەی کەهۆکاری نەخۆشیەکە بریتییە لەنەخۆشی ڕۆماتیزمی دڵ. بوونی جەڵتەی دڵ لەڕابردوودا یان سنگە درێژ ئەوە نیشان دەدات کەپەککەوتەیی زمانەکە لەئەنجامی مردن یان کەم خوێنی ماسولکە گوێیەکانی دڵەوە سەری هەڵداوە، یان هەندێک جار بەرزبوونەوەی تا لەڕابردوودا ئاماژەیەکە بۆ توشبوونی نەخۆشیەکە بەهۆی ناو پۆشەسۆی دڵ بەهۆی بەکتریاوە.

***دەستنیشانکردنی نەخۆشیەکە چۆن دەبێت؟**

ئەم نەخۆشیەش بەچەند ڕێگایەک پشکنینی بۆ ئەنجام دەدرێت بەمەبەستی دەستنیشانکردنی، لەوانە:

1-هێڵکاری کارەبایی دڵ (ECG):

ا-لەباری دوورودرێژی نەخۆشیەکەدا گەورەبوونی سکۆڵەو گوێچکەلەی لای چەپ نیشان دەدات.

ب-کاتێک ماسولکە گوێیەکان کەم خوێن بن یان مردبوون، ئەم هێڵکاریە بەڵگەکانی جەڵتەی بەشی خوارەوە یان پشتەوەی دڵ نیشان دەدات.

ب-وێنەگرتنی سنگ بەتیشکی X :

دیسان ئەم ڕێگایەش لەدۆخی تونددژواری درێژخایەنی نەخۆشیەکەدا گەورەبوونی سکۆڵەو گوێچکەلەی چەپ نیشانی دەدات. هەروەها لەکاتێکدا هۆکاری نەخۆشیەکەی دڵ تامی ڕۆماتیزمی بووبێت، دەتوانرێت تێبینی ڕەقبوونی پەردەکانی زمانەکە بکرێت. لەکاتی لێدانی لەپڕو توندی نەخۆشیەکەدا ئەم وێنەگرتنە هەڵئاوسانی سی دەردەخات، ئەگەرچی قەوارەی دڵ هیچ گۆڕانێکی بەسەردا نەهاتووە.

3-هێڵکاری سەدای دڵ:-

زۆرجار یاریدەدەر دەبێت لەدەستنیشانکردنی نەخۆشیەکەدا، بۆ وێنە لەکاتی شۆڕبوونەوەی توندی زمانەکە ڕەقبوونی ئەو ئەڵقە فایبریەی زمانەکەی هەڵگرتووە یان ئەستوربوون و بەئەستەم جوڵانی پەڕەکانی زمانەکە، هەروەک زانیاری لەمەڕ قەبارەی سکۆڵەو گوێچکەلەی چەپیشی دەخاتە پێش چاو.

4-قەستەرەی دڵ:

ئەم ڕێگایەی پشکنین بۆ پشت ڕاستکردنی دەستنیشانکردنەکە سود بەخش دەبێت، دەتوانرێت لەم ڕێگایەوە ئاستی فرمانی زمانەکە بنرخێنرێت وە گرفتەکانی دیکەی زمانەکەو تۆێکاری خوێنبەرە تاجیەکانیش دیاری بکات.

***دەستنیشانکردنە جیاوازەکان:-**

ئەو نەخۆشییە هاو شێوانەی پێچەوانە گەڕانەوەی خوێن بەزمانەی دووانیدا، کە ڕەنگە تێکەڵاو بکرێن لەدەستنیشانکردندا برتین لە:

1-پێچەوانە گەڕانەوەی خوێن بەزمانەی سیانی تاجیدا کەدەکەوێتە نێوان سکۆڵەو گوێچکەلەکەی لای ڕاستی دڵ.

2-کەمرکوپڕی بەربەستی نێوان دوو سکۆڵەکە.

3-نەخۆشی زمانەی شاخوێنبەر.

***چارەسەری ئەم نەخۆشیە چۆن دەبێت؟**

لەباری کوتوپڕی نەخۆشیەکەدا، نەخۆش پێویستی بەدەست بەجێ ئەنجام دانی قەسترەو گۆڕینی زمانەکەی دڵی هەیە، ئەگەرنا ڕێژەی مردنەکان یەکجار بەزرتر دەبێت. لەڕاستیدا نەخۆش تاکو ئامادە دەبێت بۆ نەشتەرگەریەکە پێویستە دەرمانە میزرونکەرەکان وەربگرێت.

لەدۆخی درێژخایەنی نەخۆشیەکەدا. بەیەکێک لەم دوو ڕێگایە دەکرێت نەخۆشی چارەسەر بکرێت:

1-بەکارهێنانی دەرمان:

ئەگەر نیشانەو سکالاکانی نەخۆشیەکە هێواش بوون لەڕاستیدا نەخۆشی دەتوانێت بەرگە بگرێت. لەم کاتەدا هەندێک دەرمان بەکەڵک دەبن بۆ پارێزگاریو خۆپاراستن لەبەرەو خراپ چوونی نەخۆشیەکە. نەخۆش پێویستە هەندێک دەرمانی وەک دژە زیندەکان لەدژی ناوپۆشە سۆی درمی دڵ بەکاربهێنێت بەر لەدان کێشان یان ڕەوشی دیکەی هاوشێوەدا.

لەدۆخی مامناوەندی نەخۆشییەکەدا، سکالاکان بەبەکارهێنانی دەرمانی وەک میزرونکەرەوەکان، دیجۆکسین و فراوان کەرەکانی لولەکانی خوێن دەتوانرێت دەستیان بەسەردا بگیرێت.

2-چارەسەر بەنەشتەرگەری:

لەدۆخی تووندی نەخۆشییەکەدا کە بەکارهێنانی دەرمان کۆتایی بەسکالاکان ناهێنێت، دڵ زیاترو زیاتر گەروە دەبێت یان سکۆڵەی چەپ لەبەجێهێنانی فرمانەکانیدا بەرەو شکست دەچێت، نەشتەرگەری گۆڕینی زمانەکە بۆ نەخۆش ئەنجام دەدرێت.

*مەبەست لەشۆڕبوونەوەی زمانەی تاجی دووانی چییە؟ هۆکانی چین؟

ئەم گرفتەی دڵ بریتیە لەدەرپەڕینی یەکێک یان هەردوو پەڕەی زمانەکە بۆ نێو گوێچکەلەی چەپ لەکاتی کرژە فشاری سکۆڵەکەداو یەکێکە لەهۆکارە بڵاوەکانی پێچەوانەگەڕانەوەی خوێن لەسکۆڵەوە بۆ گوێچکەلە. ئەم دەردەی دڵ لەئەنجامی کەموکوڕی هەرەمەیی زگماکیەوە یان گۆڕانە رمێنەرەکانی وەک توشبوون بەلینجە گمۆڵەوە سەرهەڵدەدات، هەندێک جاریش وەک دەرئەنجامێکی نەخۆشی بەستەرە شانەکانی دڵ دەردەکەوێت، بۆ نمونە لەئەنجامی توشبوون بەکۆنیشانی مارفان.

*سکالاکانی نەخۆش چین؟

زۆرینەی نەخۆشەکان هیچ سکالایەک هەست پێ ناکەن. و لە هەندێکی دیکەیاندا هەندێک سکالای وەک گەشەنگ بوون، ئازارێکی نامنونەیی سنگ و بەئاگابوون لەلێدانەکانی دڵ (Palpitation) باون.

*نیشانەکانی نەخۆشیەکە کامانەن؟

ئەو نەخۆشانەی گرفتار بوون بەشۆڕبوونەوەی ئەم زمانەیەی دڵیانەوە، دەتوانرێت هەندێک سیفەتی تایبەتییان تێدا تێبینی بکرێت وەک تەسکی تیرەی سنگیان لەپێشەوە بۆ پشتەوە، رێکی پشتیان، چاڵی سنگیان، درێژی پەلەکانیان و بەرزی پلەی پەرچە کرداری جومگەکانیان.

لەم نەخۆشانەدا دەتوانرێت لەڕێگا گوێگرتن لەسنگیانەوە بەیستۆکێکی پزیشکی تێبینی ئەمانە بکرێت:

1-کرتەیەک یان چەند کرتەیەک لەناوەڕاستی کاتی کرژە فشاری سکۆڵەدا (Mid systolic click) ئەم دەنگە لەلوتکەی دڵدا بەرزتر دەبیسترێت.

2-لەکۆتایی کرژە فشاردا مرمڕی دەنگ دەبیسترێت (late systolic murmur).

*نەخۆشیەکە چۆن دەستنیشان دەکرێت؟

جگە لەنیشانەکان کەپێشتر باسمان کردن، ئەم پشکنینانەش بۆ دەستنیشانکردنی ئەنجام دەدرێن.

1-هێڵکاری کارەبایی دڵ:

دەشێت ئاسایی بێت یان لەوانەیە هەندێک گۆڕانی نا تایبەت لەشەپۆلی T دا ڕووبدات بەتایبەتی هەڵگەڕانەوەی ئەم شەپۆلە لەلیرەکانی III و avf دا.

2-وێنەی سنگ بەتیشکی X :-

دیسان ئەمیش دەشێت ئاسایی بێت یان پشتێکی ڕاست یان سنگێکی چاڵ نیشان بدات.

*نەخۆش چۆن چارەسەر دەکرێت؟

پێویستە نەخۆش بەردەوام لەوە دڵنیا بکرێتەوە کەشۆڕبوونەوەی زمانەی تاجی دووانی زۆرتر بێ زیانە. ئەوانەشیان کەئازاری نامنونەیی سنگ یان خێرا لێدانی سکۆڵەیان تێدا بەردەوامە پێویستە لەگەڵ دڵنیاکردنەوەدا دەرمانە بەربەستکەرەکانی وەرگری B (B-Blockers) یان بدرێتێ. هەندێک جاریش لەو نەخۆشانەدا کەدۆخی تووندی پێچەوانە گەڕانەوەی خوێنیان بەم زمانەدا هەیە یان نیشانەکانی سست بوونی دڵ، یان خراپ بوونی کاری سکۆڵەی چەپیان تێدا تێبینی دەکرێت، نەشتەرگەری گۆڕینی زمانەکە ڕێگا بنەڕتیەکەی چارەسەر دەبێت.

سەرچاوەکان:

Referencec

1-The Heart
-Roberit cischlant M.D.
-Jiwillis Hurs. M.D.
Mitral valve disease p/93-102.
Dauglar C. Morris.

2-Davidcon's principles & paractice of medicine.
Disease of cardiovascular system
N.A Boon. K.A.A Fox. P. Bloomfield p/274-102.

3-The ECG made easy
John R. Hampton
P/93.

4-Cunninghams manual of practical anatomy
Volume 2
Thorax and Abdomin
G.J.Romanes.
Mitral Valve p/63.

5-Apocket Manual of Differential Diagnosis.
Stephen N. Adler, Diann. B. Gasbarra and Debra adler
Mitral valve p/46-47.

6-Main stream Medicine
Cardiology
By P.G. chares and A. J. Marshall.
Valvular Heart disease p/220-233.

7-The Cardio vascular system at glance 2002.
Philip.I. Aaronsons.
Jeremy p.T. Ward.
Anatomy/ physiology review.

کشتوکاڵ و جیهانگیری

نوسینی: جۆن لوزنبرگر
بەرچڤەی: ڕۆشنا ئەحمەد

کەمی زانیارییەکان لە نێو ئەو مشتومڕەی ئێستا لە گۆڕێدایە دەربارەی جێبەجێکردنەکانی بایۆتەکنەلۆژی بە تایبەتی لە کشتوکاڵدا، بۆتە مایەی نیگەرانییەک کە شایانی نییە، بەڵام بەڕاستی کاری نەکردۆتە سەر ئەو بایەخەی بەلایەنەکانی دیکەی دەدەن، کە ئەوەش کارێکی شیاونیە! ئێمە پێویستمان بە تێڕوانینێکی گشتی سەرتاپای دیمەنەکە هەیە بۆ تێگەیشتنمان لەوەی کۆمپانیا زەبەلاحەکان چۆن چۆنی بەسەر بەروبوومی کشتوکاڵیدا زاڵ دەبن؟ واقیعی ئێستا دەڵێت ئەو زاڵ بوونەوەی کە خەریکە بەسەر بایۆتەکنەلۆژیدا تەواو گەورە بێت، دەرەنجامی پرۆسەی بەردەوامی سێ لە چوار بەشی سەدەی ڕابردووە. کەواتە باڵێرەوە بڕوانینە مێژووی کشتوکاڵ.

مێژووی کشتوکاڵ

کشتوکاڵ لە 10-15 هەزار ساڵ بەر لە ئێستا دۆزراوەتەوە، لە 2-3 هەزار ساڵی ڕابردووش پەرەی سەندووە و ژیاری جۆراوجۆری جووتیارانی پێکهێناوە، ئەو ژیارەی کە لەگەڵ ژینگە ناوخۆییەکانیاندا بگونجێت و توانای گەشە و پەرەسەندنی لە ناوەو لە پەیوەندییەکانی دەرەوەیدا پێی ببەخشێت، ئەمەش لە زۆر ناوچەی جیهاندا وەک لە ئەورووپا و ئاسیا و مەکسیک و ئەمریکای ناوەڕاست و ئەندیز و هەندێک ناوچەی ئەفریقیادا ڕوویداوە.

لە سەرەتاکانی قۆناغی داگیرکاریدا جووتیارە ئەمریکییەکان سەرەڕای چەندین کارەساتی وەک گەردەلوولی خۆڵین پەرەیان بە سستمی کشتوکاڵێکی ڕازاوەدا، سستمێک کە دەیوویست بۆ هەتایی بمێنێتەوە. زۆربەی ئەم ژیارە کشتوکاڵییانە لە حاڵەتێکی یەکگرتوودا بوون و هەتاوەکو کۆتایی جەنگی دووەمی جیهانیش بەوشێوەیەمانەوە، بەڵام ئێستا ڕێژەیەکی کەمی ئەو سستمە بەشەق و شڕی ماوەتەوە! پیشەسازی لە ڕێگەی چەندین هەنگاوی بە دوایەکەدا، وویستی جووتیاران و ئەو بوارانەی قازانج و

سەرکەوتنی لە دوابوو لە کشتوکاڵی قۆستەوە و هەموو گرفت و مەترسییەکانی بۆ جێهێشت، وەک: بەروبوومێکی خراپ، کەش و هەوای نالەبار، زیانی داهات لە پێداویستیەکان و داشکانی نرخی بەروبوومەکانی. گووتاری کۆن کە لایەنگری ئامرازەکانی کشتوکاڵ نوێ دەکات، دەڵێت: ئەمە تاکە ڕێگەیەکە کە گرفتی برسییەتی لە جیهاندا چارەسەر دەکات و خۆراک بۆ ژمارە زۆرەکانی دانیشتوانی داهاتوو دابین دەکات. بەڵام مەخابن ئەمە یەکێکە لە خەیاڵپلاوییەکان!

بێگومان دەتوانین شێوازە کۆنەکانی کشتوکاڵ بەهۆی زانین و زانیارییەکانی ئەو ڕووە چاکتر بکەین، لە ڕووی چۆنیەتی گەشەی ڕووەك و پێکهاتەی خاك و کیمیاییەکەی و ڕێگەی دیاریکردنی تەمەنەکەی، یان لە زانیاریمان دەربارەی ئەو پرۆسە زیندەییانەی لەناو ڕووەکدا ڕوودەدات، بەڵام پێویست ناکات چاکسازی لە ڕێڕەوی ڕووبەرە فراوانەکاندا بۆ یەك جۆر بەروبووم بێت، یان پشت بە ئامێرە پێشکەوتووەکانی کشتوکاڵی ببەستێت و دیدێکی بۆ ڕۆڵی پەیوەندە کیمیاییەکان و دەرمانەکانی لەناوبردنی مێروو هەبێت. تاکە بەروبوومی کشتوکاڵی ئەوەیە کە لە ماوەی داگیرکاریدا داهێنرا، هێزی داگیرکار لە توانایدا نەبوو بڕەو بەکاری ئەو جووتیارانە بدات کە خۆیان چەندین جۆری بەروبوومەکانیان دەڕواند بۆ پاراستنی مانەوەی ژیانیان و چالاکی بازاڕەکانی ناوخۆ و دەوروبەریان، داگیرکار بڕێکی زیاتری لە لۆکەو شەکر و قاوە و چا و کاکاو دەویست، ئائەمەیە هۆکاری هەڵکەندنی ملیۆنەها کەس لە خاك و نیشتمانی بنەڕەتی خۆیان و بووە چاوگەیەکی بازرگانیکردن بە کۆیلەکانەوە لە ئەفریقاوە بۆ هەردوو ئەمریکاکە. ئەو بازرگانییەی بووە یەکێك لە گەورەترین کارەساتەکان لە مێژووی مرۆڤدا.

گرفتی بنەڕەتی کشتوکاڵی نوێ بریتیە لە ڕێگەی کشتوکاڵی کاتی یان ئەوەی درێژ ناخایەنێت تەنانەت ئەگەر بەروبوومەکە گەیشتە ئەو ئاستەی کە باسی لێوە دەکەن، کە تەنها دەبێتە هۆی دواخستنی کارەسات، خۆ ئەگەر ڕووبدا ئەوا کارەساتەکە گەورەتر دەبێت، ئەگەر بەڕڕسیارێتی ئێمە خۆراك پێدانی نەوەو وەچەکان بێت کە زۆر زوو گەشە دەکەن و ئامرازەکانی زیاد بوونی دانیشتوانیش بخەینە ژێر دەسەلاتەوە، ئەوا دەبێت پەرە بە ڕێگەی بەروبوومی کشتوکاڵی درێژخایەن بدەین.

زۆربەی جووتیارە کۆنەکان پەرەیان بەو ڕێگایانە داوە کە درێژ خایەنن، جووتیارە چینییەکان بە درێژایی سێ هەزار ساڵ بەروبوومێکی زۆریان وەبەرهێناوە بەبێ ئەوەی خاکەکەیان بێپیت بێت، بەڵکو بە پێچەوانەوە، بەڕێگەی خۆیان زیاتر پاریزگارییان لە خاکەکە کردووە و تا ئەوپەڕی بەپیتیان کردوە. جووتیارە هاوچەرخەکانیش، ئەوانەی بۆ ڕێگە کۆنەکان دەگەڕێنەوە، دەیانەوێت فێربن چۆن کشتوکاڵیان تادێت زیاتر درێژە بکێشێت و بەپێی ژینگەکەیان بەروبوومێکی چاك وەبەربێنن! لە هەمان کاتدا چۆن پاریزگاری لە جۆراوجۆریی بایۆلۆژی ڕووەکەکانیان بکەن کە پێشتر لە ژینگەکەیان و ڕووبەرە جوگرافییەکەی دەوروبەریاندا هەبووە. با ئێمە ئەمە بە (کشتوکاڵی گەڕاوە) ناوزەند بکەین لەبری ناوەکانی وەك کشتوکاڵی بایۆلۆژی یان کشتوکاڵی ئەندامی یان جێگرەوە، چونکە کاتێك ئێمە مامەڵە لەگەڵ ژیاندا دەکەین هەموو شتێك چاك بێت یان خراپ، بایۆلۆژییەو ئەندامییە، تەنانەت قەسابخانە بەکۆمەڵەکانیش ئەندامییە، جێگرەوە تەنها ئەوە ماناکەیەتی کە جیاوازە و ڕەنگە جێگرەوەیەکی خراپتر بێت، بەڵام گەڕاوە مانای گەڕانەوەی ئەوەیە کە لە دەست چووە یان گەڕانەوەی ئەوەیە کە کەسانی دی وێرانیان کردووە.

کشتوکاڵی نوێ

کشتوکاڵی نوێ چەند هەنگاوێکی ناوە کە لە نێو هەموو سستمەکانی هاوسەنگیی ژینگەی سروشتیدا، دەکەوێتە دەرەوەی پشتێنەی سستمی ژیانی

سروشتی، بۆ نموونە هەر لە سەرەتایەکی زووەوە کە دەمانەوێت پارچە زەوییەکی بێ پیت چاکبکەین، وەک شوێنی گرکانەکان، دەبینین وردە وردە مەرجە ژینگەییەکانی ئەم زەوییە دەست بە چاکبوونەوە دەکات تا دەگاتە لوتکە و زەوییەکە دەگاتە چالاکی بایۆلۆژی درێژخایەن. بەڵام سستمی هاوسەنگی ژینگەیی لە کشتوکاڵی نوێدا تەواو دەبێتە هۆی پێچەوانەکەی، چونکە خۆراکپێدانی بەزۆر دەسەپێنێت، واتە پەیتی کیمیایی و دەرمانەکانی لەناوبردنی مێروو کە پێی دەووترێت کیمیاییەکانی کشتوکاڵی کە دەبێتە هۆی دابەزینی ئاستی سروشتی لە ژینگەی زەوییەکە و جۆراوجۆری بایۆلۆژی لە دەست دەدات.

کشتوکاڵی نوێ بۆ نەگبەتی لە ڕامانێنی خاك و گۆڕینی بە پیتەکەیدا سەرکەوتووە، لە ڕێی هێنانی پەیینە بازرگانییەکان لە کانەکانی فۆسفاتەوە (کە بە خێرایی ووشکی دەکات) و کانەکانی (پۆتاس و نایترۆجین)یش کە دەوڵەمەندتر و زۆرترن و لە بەرگی هەواییەوە، کە چاوگەیەکەو وەك دەڵێن تەواو نابێت و بەڕێگەی (ئامۆنیا- هابربوش) دروست دەکرێت، ئەمانەش پرۆسەی دەستکردن و بڕێکی زۆری ووزە بەکاردەبەن ، کە لە جۆرەکانی خەڵوز بەرهەم دێن، گەرچی کاتێك ئەو نایترۆجینەی کە لە کارەبای هایدرۆلیکەوە بەرهەم دێت و دەست بکەوێت، لە توانایدایە جێگەی سووتەمەنییە خەڵوزییەکان بگرێتەوە لە پرۆسەکانی دیکەدا. سەرەڕای ئامرازەکانی دیکەی وەك دەرمانەکانی لەناوبردنی مێروو و ئامێر و مەکینە قورسەکان کە بەڕێژەیەکی زۆر ووزە بەکاردەبەن.

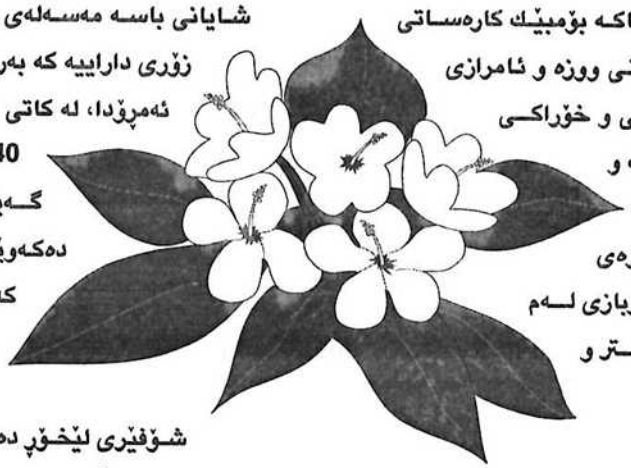
کشتوکاڵ لە ڕوانگەی هەموو ئیکۆلۆژییەوە ئەو نەخشەیەیە کە ووزەی خۆر لە ڕێگەی پرۆسەی (ڕۆشنە پێکهاتن)ەوە ڕووەك وەریدەگرێت. هەموو شێوە کۆنەکانی کشتوکاڵ بە باشی ووزەیان بەکار بردووە، بەڵام کشتوکاڵی نوێ بۆتە هۆی وێرانکردنی ئەم لایەنە ڕەسەنە لە کشتوکاڵدا، چونکە زۆربەی لایەنەکانی پرۆسەی کشتوکاڵی نوێ بەڕێژەیەکی زۆر ووزە بەکاردەبەن و خەریکە هەموو ئەو پرۆسانەی کەوا دانراوە بەروبوومیان زۆرتر بێت، زیاتر پێویستیان بە سووتەمەنییەکان دەبێت، بە مانایەکی دی پێویستیان بە بڕێکی زۆرتری ووزە هەیە زیاتر لەوەی بەرهەمی دێنێت، دەتوانین بڵێین حاڵی کشتوکاڵی نوێ وەك حاڵی بیرە نەوتەکانە، کە مەکینەی خستنەکاری پەمپی ڕاکێشانی نەوت بڕێکی زیاتر لەو نەوتەی ڕایدەکێشت، بەکاری دەبات. ئەمجۆرە چالاکییانە ناتوانن بەردەوام بن، تەنها بە پشتگیری داراییەکی چاك نەبێت.

دەڵێت کشتوکاڵی نوێ توانایەکی هەیە کە نزیکەی (2٪)ی دانیشتوان دەتوانن خۆراکی خەڵکەکەی دی دابین بکەن. لە سەرەتای سەدەی بیستدا نزیکەی (60٪)ی دانیشتوانی زەوی کاریان دەکرد، لە ئەورووپا و وولاتە یەکگرتووەکان و زۆربەی وولاتانی دی، لە کۆتایی جەنگی دووەمی جیهانیشدا ڕێژەکە لە (40٪) نزیك بوو. ئەمڕۆ دانیشتوانی جووتیار لە وولاتە یەکگرتووەکان لە (2٪) کەمترە و لە وولاتە ئەورووپییەکانیش ژمارەکە لەم ڕێژەیە (2٪) نزیك دەبێتەوە و هێشتا پەستان لەسەر جووتیاریش هەیە بۆ پاشەکشێ کردنی!

ئێستا کە دەووترێت ئابووری نوێ تەنها (2٪)ی دانیشتوان دەتوانن خۆراکی هەموو دانیشتوان بدەن بەرامبەر (60٪ یان 40)ی پێشوو، ئەوەیان خەیاڵپلاوییە یان درۆیە کە لەسەر بەراوردێکی لەبنەڕەتەوە هەڵە دامەزراوە. لە ڕەوتی گشتی ئابووریدا، جووتیاری کۆن نوێنەری سستیمێکی تەواو بوو بۆ بەروبوم و دابەشکردنی خۆراك، هەروەها ئەم جووتیارە بەرهەمهێنی ئەو مادە سەرەکییانە بوو کە خستنەکاری ئەم سستمە دەیوویست. لە ڕێگەی پەیەنی ئاژەڵییەوە پاریزگاری لە بەپیتی زەوییەکە دەکرد و چاندنی بەروبوومە کشتوکاڵییەکانی ئاڵوگۆڕ دەکرد و لەیەك کاتدا دوو جۆر بەروبوومی دەڕواند. خاکەکەی یان بە پەینی ئاژەڵی سەوز یان بە گژوگیای ووشك دادەپۆشی و لە کاتی وەرزی کشتوکاڵ نەکردندا پشووی بە خاکەکە دەدا. تۆوی لە باشترین جۆری بەروبوومەکەیدا هەڵدەبژارد، ئاژەڵەکان ووزەیان بۆ دەگەڕاندەوە یان ڕەشەبا و هێزی پاڵێوەنانی ئاو ووزەی ئاشەکەیان دابین دەکرد، ئەوانە هەموو شێوەیەکی ووزەی خۆر بوون، هەرچییەکی جووتیار بەرهەمی دەهێنا بە دەگمەن ڕاستەوخۆیانەو هەفتانە دەچووە دەست بەکاربەران لە بازاڕدا. بەڵام جووتیاری ئەمڕۆ تەنها دانەیەکە لە دانەکانی شانەی بوونیادێکی زۆری تەکنۆکراتی، هەمیشە پێویستی بە یاساو ڕێسای تایبەت و پشتگیرییەکی زۆری دارایی هەیە، بە بەراورد لەگەڵ پێشینەکاندا کە خۆیان تا ڕادەیەك هەموو

شتێکیان دروست دەکرد بۆ بەرهەم هێنان و دابەشکردنی بەروبوومی کشتوکاڵی، جووتیاری ئەمڕۆ لە شۆفێرێکی لێخوڕ و منداڵێك کە ئامێری پرژانی دەرمانی مێرووی لەسەر شانی داناوە زیاتر چیدی نییە.

پاش کۆتایی جەنگی دووەمی جیهانی، ئەڵمانیا بە تەواوی وێران بوو بوو، پرۆژەی (مارشاڵ) سوودێکی هەبوو، لەوە پاستریش دانیشتوانەکەی ڕەنگ زەردو برسی، هەموو شتێکی خۆیان لە موستیلەو پیانۆ و کاتژمێرەکانیان بەرامبەر بە برێك خۆراك دەگۆڕییەوە، جووتیار لەو کاتەدا خاوەنی خۆراك بوو، دانەوێڵە و پاقلە و پەتاتە و سەوزە و میوە و شیر و پەنیر و مریشك و قاز و چەندین خۆراکی دیکەی هەبوو. ئەمڕۆ پێویستمان بە جەنگ نییە تاوەکو جووتیارە ئەوروپییەکان بخەینە نێو هەمان هەڵوێستەوە خەڵکەکەی دیکەش بەوپەڕی ماندوێتییەوە بە دوی پاروە نانێکدا بگەڕێت، بەڵام ئەگەر کارەساتێك قەوما ئەو داماوانە بەرەو کوێ مل دەنێن؟ کەوتنی تاکە بۆمبێك کارەساتی لێدەکەوێتەوە، لە وێران بوونی ووزە و ئامرازی هاتووچۆو پەینی کانزایی و خۆراکی ئاژەڵی و داڕمانی بانك و پەیوەندی و تۆڕەکانی کۆمپیوتەر.. ئەوەی سەرنجڕاکێشە هێزی سەربازی لەم مەسەلەیەدا نەحوشتر و نەحوشترمێی نابێت!



بەرهەمهێنانی خۆراك

سستمی بەرهەمهێنان و دابەشکردنی خۆراك کە لەم ڕۆژەدا ریشاڵ و جۆرە ناخۆراکیەکان دەگرێتەوە، لەبیرە نەوتییەکان وهەموو کانی کانزا و مادە خاوەکانی دی دەست پێدەکات و لەڕێی کارگەکانی پاڵاوتن و تەنووڕەکانی پۆڵاو ئەلەمنیۆم و دروستکردنی ئامێرەکان و لەڕێی سستمەکانی بانکەکانەوە دەڕوات، هەموو سستمێکی گواستنەوەو گەیاندنە جیاوازەکان لە بنەڕەتدا پشت بە جۆری سووتەمەنیەکان و دروستکردن و داگرتن و و پێچانەوە و ئامێرەکانی کۆمپیوتەر و زنجیرەی سۆپەر مارکێتەکان و کۆمەڵەی دروستکارەکان و خۆراکە تەواو ئامادەکان دەبەستن کە پێشتر نەبوون، باشترواپە پێی بڵێین پیشەسازی (گۆڕانی سروشتی خۆراك) یان پیشەسازی (پیسکردنی خۆراك بەو مادە کیمیاییانەی پێی دەڵێن مادە پارێزەرەکان یان بۆن و بەرامەکان).

ئەگەر وویستمان جووتیارە کۆنەکان بە جووتیاری ئەمڕۆ بەراورد بکەین، ئەوا پێویستە کاتژمێرەکانی کارکردن لە هەموو ئەو پیشەسازییانە و هەندێك کاری دیکەدا زیاد بکەین، سەرەڕای هەندێك خزمەتگوزاری وەك: خزمەتگوزارییەکانی دروستکردنی ئەو خۆراکانەی کە- بە خۆراك-نین تا ئەو ئاستەی ڕاستەوخۆ یان ناڕاستەوخۆ لەبەرهەمدا بەشداری دەکات و پڕۆسەکانی گەیاندن و دابەشکردن.. بگرە پێویستە کاتژمێرە پێویستەکانی کارکردنیش لە خۆبگرێت، کە یەکسانە بەو دراوەی دەبێت لە پێناو پێدانی باجەکاندا دەستگیر بکرێت، کە وەك پشتگیرییەکی دارایی دراو وایە لە کشتوکاڵی نوێدا.

شایانی باسە مەسەلەی پشتگیری دارایی، چەشنێکی زۆری دارایی کە بەر جوتیار ناکەوێت لە ئابووری ئەمڕۆدا، لە کاتی کاکرکردن دەچێت، لەوەدا کە 40٪ و زیاتریش بەرهەم و گەیاندن و دابەشکردنی خۆراك دەکەوێت. بەڵام ئابوریناسە کۆنەکان کە ئەمڕۆ حکومەتەکانمان گوێیان بۆ ڕادەدێرن، بە دیدە جیهانییە ئاڵۆزەکەیانەوە شۆفێری لێخوڕ دەخەنە لیستەوە، بەڵام توانا و چالاکی کشتوکاڵی دەخەنە نێو لیستی دروستکردنی ئامێرەکان و پەیینە کیمیاییەکان و دەرمانەکانی لەناوبردنی مێروو و پیشەسازیە کیمیاییەکان، وەك بڵێیت هیچ پەیوەندییەکیان بەخۆراکەوە نییە!

ئەوەی لێرەوە هەڵیدەهێنجین، تەنها سەرلەنوێ دابەشکردنەوەی کارە، بەڵام توانایەکی چاك لە کشتوکاڵدا بەدی ناکەین، با بەدرێژی و ووردی هەندێك ڕووی گرنگی دیکە بپشکنین، هەرچەندە کشتوکاڵی نوێ وەك سستمێکی بەرهەمهێنان و دابەشکردن باشترین شت نییە لەچاو هێزی کاردا بەرهەمی زیاتر نییە، بەڵام لەچاو بەرهەمی دۆنمێکدا کەمترین بەرهەمی هەیە.

کامیان بەرهەمیان زیاترە؟

لە زۆربەی کاتەکاندا کشتوکاڵی نوێ هەروەک بەرهەمی ئاژەڵیی وێرانکارە، تێکدانی خۆراکی زیاترە وەک لە بەرهەمهێنانی. لە خواروو بەرازیلدا و لە ماوەی پەنجا ساڵی ڕابردوودا دارستانە گەورەکانی نیمچە هێڵی یەکسانییان بە تەواوی لابرد، ئەویش لە دۆڵی (ئۆرۆگوای)یدا کە ژمارەیەکی زۆر کەمی دارەکانیان هێشتەوە. لابردنی ئەم دارستانانەو سووتاندنیان لەگەڵ ڕووەکە سروشتییەکانی ناوچەکەدا بە ئامانجی بواردان بە کشتوکاڵ کردنی (فاسۆلیا) لەم ڕووبەرە فراوانانەدا، بە مەبەستی کەمکردنەوەی ئاستی برسییەتی لەناوچە هەژارەکانی بەرازیلدا نەبوو، بەڵکو لە پێناو زیادکردنی سەرمایەی چەند کەسێک بوو کە هیچ شارەزاییەکیان لە شێوازی کشتوکاڵدا نییەو، لە پێناو ناردنی بۆ بازاڕی هاوبەشی ئەوروپی ئەوکاتە، بە ئامانجی دابینکردنی خۆراک بۆ مەڕو ماڵاتی ئەوروپی.

کشتوکاڵی فاسۆلیا یەکێکە لە گرنگترین مادە کشتوکاڵییە زۆرەکانی ئەمڕۆ کە مەکینە و مادە کیمیاییە کشتوکاڵییەکان بە زۆری بەکاردەبات، بە کشتوکاڵێکی دواکەوتوو ناپێورێت بە بەراورد لەگەڵ هاوشێوەکانیدا لە وڵاتە یەکگرتووەکان. لەکەش و هەوای نیمچە یەکسانی ئێمەدا جووتیار سیفەت و توانای زیاتری هەیە لە کشتوکاڵی گەنم و جۆو دانەوێڵەکانی دیکەدا، بەراوردکردنی ئەوەی جووتیارەکانمان دەتوانن بیپوێنن لە هەمان خاکدا بە بەروبوومێکی نزم دادەنرێت، لەیەک هێکتاردا بەروبووم دانەوێڵە لە هاوین و زستاندا بەدەگمەن لەسێ تەن تێپەڕ دەکات، ئەو جووتیارەی بە ئاسانی خۆراکی دانیشتوانە ناوخۆییەکان بەرهەم دێنێت، لەیەک هێکتاردا بە ئاسانی پازدە تەن خۆراک بەرهەم دێنێت کە جۆراو جۆرە لە پەتاتەکان و قامیشی شەکر و دانەوێڵە، بێجگە لە سەوزە و هەموو جۆرە میوەکان و جۆو وێنجەی ئاژەڵەکانی، هەروەها مریشک و بەرازیشی پاگرتووە. سەرەڕای ئەم ڕاستییە سیاسەتە ڕەسمییەکانی کشتوکاڵی هەمیشە پشتگیری کوڕی گەورەی کردووە لەسەر حسابی ئەم جووتیارە، کە سەدان هەزاری ناچار کردووە دەست لە خاکەکانیان هەڵگرن و بەرەو شارەکان یان باکوورە دوورەکان و بەرەو دارستانە باراناوییەکانی ئەمازۆن کۆچ بکەن.

ولایەتی (رودونیا) بەمۆی پارەی (دراوی بانکی جیهانی)یەوە وێرانکاری بە خۆوە بینی، چونکە جووتیارە نوێیەکانی لەو ناوچە کشتوکاڵییە دەژیان فێرنەبوون بەبێ پشتگیری بمێننەوە، زۆربەیان لە بێدراویدا کۆچیان کرد وێرانکارییان لە دوای خۆیان جێهێشت، دارستانە نوێیکانیش لەسەر نەخشەی جیهان لابران! لە ناوەڕاستی بەرازیلیشدا و لەناوچەی حەشیشەی (سیرادۆ)دا (کە یەکسانە بە ناوچەی حەشیشەی ساڤانای ئەفریقی) بە تەواوی ناوچەکە وێرانکرا تاوەکو فاسۆلیا بچێنن، ڕووبەڕی یەکێک لە زەویە کشتوکاڵییانەی فاسۆلیا زیاترە لە سەد هەزار هێکتار، ناوچەی سیرادۆ لە تەواوی جۆراو جۆرییە سروشتییەکەی دەوڵەمەندترین شوێن بوو، تەنانەت لە دارستانەکانی هێڵی یەکسانی کە ناوچەیەکی باراناوییە.

نموونەیەکی دیکە ئەو تۆمەتبارکردنەی جوتیارانی هێندی سوورە کە لە ناوچەی (شیاباس)ی مەکسیک دەژین و بە دواکەوتوو لە قەڵەمیان دەدەن، ئەو جووتیارانە نێستا کێشمەکێشیانە دژ بە بازاڕی ئەمریکای باکور (نافتا) لە پێناو مانەوەیاندا، ڕەخنەکە ئەوەیە کە هیندییەکان لەیەک هێکتاردا تەنها دووتەن لە گەنمە شامی بەرهەم دێنن، بەرامبەر بە جوتیاری نوێی مەکسیک کە لەیەک هێکتاردا بەروبوومەکەی دەگاتە 6 تەن. ئەم سەرژمێرییە تاکە بەشێکە لە وێنەکە، بەڵێ جووتیاری نوێ لەو ڕووبەرەدا شەش تەن بەرهەم دێنێت، بەڵام جووتیاری هیندی سوور چەندین بەروبووم دەڕوێنێت، لەنێو داوی -تووڵی- گەنمەشامییەکاندا پاقلەمەنیەکان بەرزدەبنەوە، بێجگە لە شانەی هەنگ و پەتاتە و تەماتە و هەموو جۆرەکانی سەوزەو میوەو گژوگیا بە سوودەکان، لە هەمان هێکتاردا ئەم جووتیارە خۆراکی پەلەوەر و ئاژەڵەکانیشی دەڕوێنێت، بە ئاسانی پازدە تەن لەیەک هێکتاردا بەرهەم دێنێت، بەبێ پەینن و دەرمانە کیمیاییەکان و بەبێ قەرزی بانک و پشتگیری حکومەت و کۆمپانیا جیاوازەکان.

هەڵچەکەندنی ئا ئەم مرۆڤانە لە خاکی خۆیان مانای بەردەوام پوودانی گەورەترین کارەساتەکانە لەم ڕۆژەدا،بلاوبوونەوەشیان لەنێو شارەکاندا چ سودێک بەشار دەگەیەنێت و چ زیانێکیش لە ڕێژەی بەروبوومە خۆراکییە سروشتییەکان دەکەوێت؟ ئەوان لە شوێنی خۆیاندا خاوەنی

زمان و کەلتووری ژیاری خۆیانن، هەڵکەندن و زیان پێگەیاندنیان، هەڵکەندنی ڕەگەزی ژیارییەکانە.

بەرهەمی ئاژەڵی نوێ

لە حاڵەتی پەروەردەی چڕی ئاژەڵی، لە پێناو گۆشت و هێلکەدا، ئەو ڕێگایانەی گرتویانەتە بەر بەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ ڕێگای وێرانکارن، خۆراکی مرۆڤ وێران دەکەن زیاتر لەوەی بەرهەمی دێنن. پەلەوەرەکان لە سەربازگەکانی سزادانداز زۆر داماو دەبینرێن یان کارگەکانی هێلکە کە کێڵگەکانی پەلەوەریان تێپەڕاندوە، ژەمە خۆراکێکی یەکسانیان (لە ڕووی زانستیەوە)، دەخرێتە بەردەم، لە دانەوێڵەو فاسۆڵیاو کێکی ڕۆنی خورماو جارجارەش ژەمێکیان لە ماسی دەدەنێ، لە هەندێك حاڵەتدا لە بەرازیل ژەمی ئاردەشیریان دەدەنێ کە لە بازاڕی هاوبەشی ئەوروپاوە دەیهێنن، ئەمەش پەلەوەرەکانی خستۆتە پێشبڕکێوە لەگەڵ مرۆڤدا، چونکە ئەو خۆراکانەیان دەدەنێ کە مرۆڤ بۆ خۆی بەرهەمی دێنێت. بەمجۆرە مەسەلەکە دەگۆڕێت بۆ بێهوودەییەکی ڕەها، ئەگەر ئامانج بریتی بێت لە بەشداریکردن لە چارەسەرکردنی گرفتی برسییەتی لە جیهاندا. لە کشتوکاڵی کۆندا پەلەوەرەکان لەسەر مێروو و کرمەکان و گژوگیا و پاشماوەی خۆراك و بەروبوومەکان دەژیان، ئابەمجۆرە توانای زەوی جووتیار لە وەرگرتنی پێداویستییە مرۆییەکان زیاد دەکات. ئێستاش هەموو ئەوانە تەسك دەکەنەوە.

ڕێژەی گۆڕانی خۆراکپێدانی ئاژەڵ بۆ ئەو خۆراکەی بە کەڵکی بەکاربردنی مرۆیی دێت لە ڕێژەی (20–1) نزیك دەبێتەوە. دەبێت ئەوەش ڕەچاوبکەین کە نیوەی کێشی ئاژەڵ (پەلەوەر)ی زیندوو پەڕو ئێسك و هەناوەکەیەتی و مرۆڤ بەکاری نابات، دەبێت ئەوەش ڕەچاو بکەین کە ڕێژەی (دان–ئالیك)ی ووشکراوە لە ڕێی ووزەی بەکاربراوەوە دەگاتە 12٪ی ئاو، لە کاتێکدا ڕێژەی ئاو لە گۆشتەکاندا دەگاتە 80٪. لە لەوەڕگاکانی قەڵەو کردنیشدا بە تواناترین و باشترین ئامرازی تێکەڵ بەکاردێت کە کێشی دەگاتە 2.2کگم بۆ دەستگیرکردنی یەك کیلۆ لە کێشی مریشك، مرۆڤ تەنها نیوەی بەکار دەبات، بەمجۆرە ڕێژەکە دەبێتە 2.2 بۆ 1 لە ڕاستیدا دەشبێتە 4.4–1، بە چاککردنەوەی ڕێژەی ئاویش واتە بەلێکدانی 4.4×0.88 و 1×2، ڕێژەی ڕاستیمان دەستدەکەوێت کە بریتیە لە 3.87 بۆ 0.2 واتە ڕێژەکە یەکسانە بە 19.36 بۆ 1.

ئێستا هەندێك کۆمپانیای بەخێوکردنی پەلەوەر تاڕادەیەك زۆر بەچاکی ئەم ڕێژەیەی چاك کردوە، ئەویش بە خستنە ناوەوەی پاشماوەی پەلەوەرە سەربڕاوەکان بۆ ناو ئالیکەکەیان، بەمجۆرە پەلەوەرەکانیان کردۆتە جۆرێك لە بوونەوەرە شێتەکان، ئەوانەی خۆیان دەخۆن، لایەنێکی دیکەی بێهودەیی لەم مەسەلەیەدا ئالیکەکەیانە کە لە ڕووی زانستیەوە تەواو، پێکهاتەی سەوزایی هەرتێدا نیە، هەروەك ئەو خۆراکەی بە بەرازەکان دەدرێت، لە کاتێکدا پەلەوەر و بەرازەکان ئەو ئاژەڵانەن کە بە هەڵپەوە پەلاماری سەوزە و میوە و گوێز و ڕەگەکانی ناوزەوی دەدەن.

لە گەڕانەوەی ئەزموونەکانی کشتوکاڵی کۆنی دڕێژخایەندا، نەك سەوزە کاڵەکیش بە پەلەوەرەکان دەدەین، دواتر ئاژەڵێکی ساغ و تەندروستمان چنگ دەکەوێت، بەبێ دەرمان و بێ پزیشکی ڤێرتێنەرییەکان. بەمجۆرە لە سەربازگەکانی بەندیخانەی پەلەوەرە نوێیەکاندا و لە گەوڕی بەرازەکاندا، چەند بوونەوەرێکی داماوو غەمبار دەژین لە ژێر ئەم پەستانانەدا. ئێستا کاتی هاتووە ئابڕووی ئەو درۆیە بەرین کە دەڵێت: کشتوکاڵ تەنها بە ڕێگەی تەکنۆکرات لە توانایدایە ڕەگەزی مرۆیی لە برسییەتی دەرباز بکات. چونکە پێچەوانەی ئەم گووتەیە ڕاستە.

پێویستیمان بەشێوەی نوێی لێپرسینەوە هەیە، لەوەی پێی دەڵێن پێشکەوتنی کشتوکاڵی ئەویش هەموو تێچوونێکی لێدەبڕێت: وەك نەگبەتیەکانی مرۆڤ و وێرانکردنی ژینگە و لەناوچوونی جۆراوجۆری بایۆلۆژی لە شوێنی دیاریکراودا، تەنانەت لە ناوچوونی جۆراوجۆری بایۆلۆژی لە ڕووەکە سروشتیەکەی دەوروبەرمان! ئەمەش زیانێکی زۆر خراپ دەخولقێنێت، ئێستا خراپتریش دەبێت بە دروستکردنی بایۆتەکنۆلۆژی کە وەبەرهێنە گەورەکان ئالوگۆڕی پێدەکەن، ئەوەی دیار و گرنگە ئەوەیە لە هەموو

ئەوانەدا گەشەیەکی درێژخایەن بە هیچ جۆرێک دەستگیرناکەین، دواتر دەپرسین: ئایا مافی ئەوەمان هەیە کەوا بجوڵێینەوەو ڕەفتار بنوێنین وەک ئێمە دوایین نەوەی مرۆڤین؟

دروستکردنی جووجەڵە:

لە حاڵەتی دروستکردنی جووجەڵەدا بە ئاسانی درک بەوە دەکەین چۆن ئەم ئامرازە وێرانکارانە پەرەیان سەندوە، من باس لەوە دەکەم کە لە بەڕازیلدا تێبینیم کردوە، چونکە بەڕازیل یەکێکە لەو دەوڵەتە گەورانەی کە گۆشتی پەلەوەر بۆ خۆرهەڵاتی ناوەڕست و یابان ڕەوانە دەکات. ئاکامی تێبینیەکان زۆر خاکییە و ئاسانە، چەند بازرگانێکی بچووکیان لە لەوەڕگەی مریشکەکاندا بەندکرد بۆ ئەوەی گەنمەشامی دەرخواردی مریشکەکان بدەن، ئەم سستمە کۆبۆوە تا گەیشتە ئەم ئاستەی ئێستای، کە دەرزەنێک کۆمپانیای زەبەلاح و هەندێک کۆمپانیای گچکە لە گۆڕێدان و ڕۆژانە سەدان هەزار جووجەڵە هەڵدەواسن.

ئەوان بە گوێرەی ئەو ڕێسایانە کاردەکەن کە خۆیان بۆ خۆیان داناوەو پێی دەڵێن: سەری تەواو بەرهەمهێن لەگەڵ کۆمپانیاکەدا پەیمانەکە ئیمزا دەکات، کە ڕازییە بە کڕینی هەموو پێداویستیەکان لە پرۆسەی بەرهەمدا، بە جووجەڵە بچووکەکان و خۆراک و دەرمانە تایبەتەکەی لە کۆمپانیاکەوە، ئەگەر ئەو جووتیارێک بێت و دانەوێڵەیەکی زۆریشی هەبێت، ڕێگەی نادات ئەو دانەوێڵەیە بە پەلەوەرەکان بدات، لە مەرجی پەیمانەکەدا کڕینی ئالیکی ئامادە بۆ مریشکەکان هاتووە، ئەوەی لە سەریەتی: فرۆشتنی گەنمەشامی کێڵگەکەیەتی بە هەمان ئەو کۆمپانیایەکە خۆی کارگەی ئالیکی هەیە و شوێنی تروکانی هێلکە (هەڵهێنانی جووجەڵە) و جێگەی سەربڕینیان هەیە.

شوێنی هێلکە بەندیخانەیەکی دیکەیە، بەندەکان کەڵەشێرێک بۆ دەجووجک دادەنێن، بە ئازادی هاتوچۆ دەکەن، بەڵام بۆیان نییە لەسەر هێلکەکانی خۆیان کڕبکەون، چونکە شوێنی هیچلکەدانانیان بەجۆرێکە کە دەزانن چۆن هەموویان لە جیچگەیەکدا خڕ دەکەنەوە، ئەو جووجکەی لە هێلکەی فرنەکانەوە سەردەردێنێت ئەو جووجکە سروشتیە نییە کە پێشتر دەژیا، بەڵکو جۆرێکی نوێی کۆپی کراون وەک ڕووەکی گەنمەشامی کە لە توانایدا نییە سەرلەنوێ ڕەگەزی خۆی بەرهەم بێنێتەوە، بەرهەمهێن پاش کڕینی پێداویستیەکان ناتوانێت بێجگە لەو کۆمپانیایە بەرهەمەکەی بە کەسی دیکە بفرۆشێت، تەنانەت بە پێشبڕکێکارەکەی، چونکە ئەویش بەرهەمەکانی ناکڕێت.

بەرهەمهێن لە خەیاڵپاڵوێدا نوغرۆ دەکرێت، لە ڕاستیدا ئەو کۆیلەیەکە کەبێ دیاریکردنی کاتژمێرەکانی کار، کاردەکات، بەبێ موڵەتی ڕەسمی، بێ موڵەتی هەفتانە، بێ موچە، بێ سەرمایە... هەرزیانێکیش ڕووبدات، ملی بەرهەمهێن دەگرێتەوە، وەک نەخۆشی پەلەوەرەکان، تێچوونی دەرمانە پێویستەکان و و بەرکەوتنی خۆریی، یان مەترسییەکانی وەرزی هاوین کە هەزارەهایان لەو پەلەوەرگایانە دەمرن بەهۆی خراپی هەواگۆڕکێ و بەسەریەکدا کەوتنیان و بەهۆی گواستنەوەیان بۆ شوێنی سەربڕین و دابەزینی نرخیان.. خۆ ئەگەر بەرهەمهێن لە کارەکانیدا سەرکەوتوو بوو و قازانجێکی زۆری دەستگیر کرد، ئەوا قازانجەکەش دەچێتە گیرفانی کۆمپانیاکەوە.

زیادبوونی بەرهەم لە بەندیخانە و سەربازگەکانی پەلەوەردا نابێتە هۆی چارەسەری برسییەتی لە جیهاندا، بەڵکو گرفتەکە گەورەتر و بێچارەتر دەکات! ئەوەی گرنگە لێرەدا جووتیارەکان ئەم ڕێگایانەیان دانەهێناوە، بەڵکو ئەوانەی هەوڵی زیادکردنی سەرمایەکانیان دەدەن، هەروەها لە ئەنجامی داوانەوەی تەکنۆکرات نەبوو، مەبەست توانای جەنگیی بوو، بەڵکو ئەو داوانەوەیە لەگەڵ تێپەڕبوونی کاتدا، ئەندامییانە پەرەی سەند.

میتۆووی دروستکردنی کشتوکاڵی

لە جەنگی دووەمی جیهانیدا حکومەتی ئەمریکی دەستیکرد بە سستمی پێشکەشکردنی پشتیگیری دارایی بۆ بەرهەمێهانی دانەوێڵە، کە بووە هۆی زێدە بەرهەمێکی زۆر، لەبەرئەمە دەسەلاتدارە کشتوکاڵییەکان بەدوی بەکاربردنە نامرۆییەکانی دانەوێڵەدا گەڕان، قۆناغی تەواویی سەر قۆناغی ئەوساتە بوو لە دەستێوەردانی دەسەلات، بە خێرایی ئامرازەکانی گەمارۆخستنە سەر پەروەردەی پەلەوەرەکان بەلایەن جووتیارانەوە گۆڕان، لە ڕێی دەرکردنی یاساو ڕێسای تایبەتەوە! بە ڕاستی هەوڵیاندا و سەرنەکەوتن، بەڵام بە فرۆشتنی ڕاستەوخۆی هێلکەی پەلەوەرەگاکان لەلایەن

جووتیارانەوە بە بازارەکان سەرکەوتنیان بە دەست هێنا، پرۆسەکە زۆرگرانە.

لە حاڵەتی گەنمەشامی شێوێنراودا، لە سەرەتادا هیچ داونانەوەیەک لە گۆڕێدا نەبوو، بەڵکو دواتر دەرکەوت. شەتڵەکان تێبینیان کرد تێکەڵکردنی دوو جۆری بێگەردو چاك لە جۆرەکانی گەنمەشامی لە توانایدایە لە 8 بۆ 10 (نەوە) بەربێت و مرۆڤ رووەکێکی بەرهەم زۆر و قەبارە رێکوپێکی دەست دەکەوێت، بێگومان ئەگەر مەسەلەکە پێچەوانە بێت، تەواو بێهیوا دەبن، کاتێك بۆیان دەردەکەوێت ئەو تێکەڵکردنە لە هەمووکاتەکاندا ئاکامێکی جێگیریان نادات. ئەگەرچی لەکاتی سەرلەنوێ ڕواندنەوەی تۆوەکانی، چاندنەکە شکست دەهێنێت بە گوێرەی یاسا بۆ ماوەییەکانی (مەندل) بەروبووم دەکەوێتە حاڵەتێك لە جەنجاڵی کە هیچ دەنکێك لەوی دیکە ناچێت و هەمووش بێفەڕ.

بەڵام ئەم مەسەلەیە تایبەتمەندی گەورەی هەبوو لە دیدی بازگانانی تۆوەکانەوە ئێستا جووتیار ناتوانێت پارێزگاری لە تۆوەکانی بکات، هەمیشە پێویستی بەکڕیارە لە هەموو ساڵێکدا، چونکە بەرهەم هێن تا ئێستا پێویستی بە وەرگرتنی (مافی داهێنان) نییە، بەوەی چاکە دانەوێڵەکانی دی وەك گەنم و جۆ لەگەڵ هەوڵەکانی گۆڕێنی جینیدا نەگونجاون و سوودێکی ئابووری بۆ خاوەن شەتڵەکان نەبوو. ئەوان هەوڵ دەدەن دست وەردەنە نێو هەموو رووەکێکەوە، ئەم مەسەلەیەش لە سەر جووجەڵە سەرکەوتنی بەدەستهێنا.

لە باشووری بەڕازیلدا دەبێت دەزگایەك بۆ پاراستنی ڕەگەزەکۆنەکانی جووجەڵە دابمەزرێنن، لەبەرئەوەی زۆربەیان هەڕەشەی لەناوچوونیان لێدەکرێت، وەك چۆن هەندێکیان لەناوچوون. بەڵام ئەو جۆرانەی کە تێکەڵ کراون و بەرێگە نوێیەکان دەپارێزرێن و خاوەن (مارکە)ن، ئەوانە دوچاری ئەم مەترسییە نابنەوە. هەروەك حاڵی گەنمەشامی کە هەموو شێوە کۆن و جۆراو جۆرەکانی تەواو بوون. جووتیاری ئەمرۆ ئەگەر یەکێك لە جۆرەکانی ڕواند، ئەوا دەتوانێت قەرز لە بانك وەربگرێت چونکە بانکەکان تەنها پشتگیری جۆرە تۆمارکراوەکان دەکات.

مامەڵەکردنی ڕاستەوخۆ لەگەڵ جینەکاندا، کە ئێستا پێی دەڵێن بایۆتەکنەلۆژی، واتە ئەو تەکنۆلۆژیایەی مامەڵە لەگەڵ ئاستی کرۆمۆسۆمەکان دەکات. ئەم مامەڵەیە نزیکترین ڕێگە لەبەردەم خاوەن شەتڵەکان دەکاتەوە بۆ سەپاندنی دەسەڵاتیان بەسەر ژیانی ڕووەکی و دەرکردنی جووتیار لێی زۆربەی ئەو بەروبوومانەی لەم مامەڵەیەوە وەبەردێن، کاریگەرییەکەیان بەسەر بەروبووەمەکانی دواتر هەیە، لەبەرئەمە خاوەن شەتڵەکان هەمیشە پێویستیان بەوەرگرتنی (مافی داهێنان) هەیە. دواتر دەگەڕێینەوە بۆ ئەم باسە، بەڵام بابپرسین: بۆچی تۆوەکان لەپشت دەرکەوتنی کیمیاییەکانی کشتوکاڵی نوێدابوون؟

کیمیاییەکانی کشتوکاڵی نوێ:

تاوەکو کۆتایی ساڵانی چلەکان، توێژینەوە کشتوکاڵییەکان بە دوی چارەسەرە سروشتییەکاندا دەگەڕان بۆ گرفتەکانی، ئاسۆ لەوێدا ئیکۆلۆژیا بوو کە پارێزگاری لە هاوسەنگی سروشتی ژینگە دەات، هەرچەندە ئەوکاتە هیچ باسێك لە ووشەی ئیکۆلۆژیا نەدەکرا. ئەگەر ڕێگە بە بەردەوام بوونی ئەم ڕێڕەوە بدرایە، ئەوا ئێستا چەندین شێوەی کشتوکاڵی درێژخایەن و بەروبووم زۆرمان دەبوو کە لەگەڵ ژینگەکەیدا بگونجێت. بەڵام لە پەنجاکاندا دروستکردنی کیمیاییەکان دەستی پێکرد، مەسەلەکەیان بەدانانی چوارچێوەیەکی نوێ بۆ کشتوکاڵ چارەسەرکرد و بڕانەوە، لەنێو قوتابخانە کشتوکاڵییەکان و لە بنکەکانی توێژینەوەی کشتوکاڵیدا. درێژبوونەوەی ئەو چوارچێوەیە ناودەنێین : NPK+P پیتی N یەکەم پیتە لەناوی چاوگەی نایترۆجین بەلاتینی، پیتی P یەکەم پیتی فۆسفۆر بە لاتینی، پیتی (K) پیتی (پۆتاس)ی، واتە کالسیۆن بەلاتینی، بەڵام دوا پیتی P بریتیە لە پیتی یەکەمی ووشەی دەرمانی لەناوبردنی میڕوو بە ئینگیزی Pesticide- ئەم دەرمانەش لەبنەڕەتدا جۆرێکە لە جۆرەکانی ژەهر.

پەیینە کیمیاییەکان

پەیینە بازرگانییەکان لە دوای جەنگی یەکەمی جیهانییەوە بوونە کارێکی گەورە، چونکە لە سەرەتای زووی جەنگەکەدا هاوپەیمانەکان ڕێگەی گواستنەوەی (نایترۆجین) یان لە چیلییەوە بۆ ئەڵمانیا بڕی، کە چاوگەیەکی پێویستە بۆ دروستکردنی چەك و مادە تەقینەوەکان. پرۆسەی کیمیای (هابر- بوش) کە نایترۆجین لە هەوای بۆشایی دەردەهێنێت ئەوکاتە زانرابوو، بەڵام هێشتا ئەو پرۆسە پیشەسازییە نەبوو

کە بڕی وا گەورەی بازرگانی لەم چاوگەیە دروست بکات. لەبەرئەوە ئەڵمانیا چەندین دەزگای و بەرهێنانی دروستکرد کە ووزەی زۆریان هەیە، خستنیە گەڕ و توانای بۆ ماوەی چوار ساڵ بجەنگێت.

باشە ئەگەر ئەم پرۆسە کیمیاییە زانراوەی ئەوکاتە نەدەبوو، جیهان لە چ حاڵێکدا دەبوو؟ بێگومان وەڵام بەمشێوەیەیە: جەنگی یەکەمی جیهانی دەستی پێنەدەکرد، ڕێککەوتنامەی فرسای ئیمزا نەدەکرا، پاشان هیچ (هیتلەر)ێک بەدەرنەدەکەوت! بەمجۆرە دەبنین چۆن یەک پرۆسەی تەکنۆلۆژی دەتوانێت هەموو ڕێڕەوی مێژوو بگۆڕێت!

دوای تەواوبوونی جەنگی یەکەمی جیهانی بڕێکی زۆری نایترۆجین و ووزەکانی بەرهەمی پیشەسازی بێکار مابوونەوە و هەڵگیرابوون، بازاڕی ئەو چەکی تەقینەوانە نەبوو، ئائەو کاتە بڕیاری دروستکردنی پەیینە نایترۆجینیەکان ڕوەو کشتوکاڵ درا اوەکو ئێستا. جووتیار بەو ئامرازانەی پەیینکردنی ئەندامیەڕازی بوو بۆ پاراستن و زیادبوونی بەپیتی زەوییەکەی. مارکە چیلییەکان وەک (سلتبیتەر، جوانۆ) لە تەسکترین پشتێنەدا کاردەهات و بۆ چەند بەروبوومێکی تایبەتکراو، بەشێوەیەکی سەرەکیش لە بەستەنە چڕەکاندا.

پەیینی نایترۆجینی لە شێوەی خوێی نیمچە بێگەردایە، چڕییەکەی زۆرە، وەک پەیینەکانی نیترات و ئامۆنیا. جۆرێکە لە جۆرەکانی خوو پێوەگرتن، تاوەکو زیاتر بەکاربێت، ناچار دەبێت بەدوایەکدا زیادو زیاتری بەکاربهێنیت. ئەم پەیینانە زۆر خێرا بوونە کاری گەورە، بەمجۆرەش دروستکردنی کۆمەڵی تەواو لە پەیینەکانی فۆسفات، پۆتاس، کالیسیۆم، چاوگە وردو تیژەکان، پەرەیان سەند، تەنانەت لەوانەش کە لە شێوەی خوێی زبردان و هەندێک جار بەفرۆکە بەسەرخاکدا (زەویە کشتوکاڵییەکاندا) دەپرژێنرێن.

دەرمانەکانی لەناوبردنی مێروو

جەنگی جیهانی دووەم هەنگاوێکی گەورەی بەدروستکردنی دەرمانەکانی لەناوبردنی مێروو نا، بەپێوەری گەورەو بڕی زۆر. ئەمڕۆ لەسەر زەوی ئەو ژەهرانە بلاودەبنەوە کە نرخەکانیان دەگاتە سەدان ملیار دۆلار. گازە ژەهراوییەکان تەنها یەک جار لە کاتی جەنگی یەکەمی جیهانیدا بەکار هات، بەڵام کاریگەری وێرانکاری بۆ هەردوولا هەبوو! لە بەرئەوە جارێکی دیکە بەکارنەهێنرایەوە. گازەکان لە هێرشەکانی جەنگی دووەمی جیهانیدا بەکارنەهێنراون! بەڵام ئەوکاتە زۆر تۆژینەوە بەئەنجامدرانو کۆمپانیای (بایر) لە نێو ئەوانی دیکەدا لەم یارییەدا بەدەرکەوت. پەرە بەترشی فۆسفۆڕیک دراو پاش جەنگ ووزەی بەرهەمهێنی گەورەیان هەبوو، ئەوکاتە ووتیان ئەوەی مرۆڤ دەکوژێت لە توانا شیدایە مێروو بکوژێت، لە بەرئەوە پێکهاتەی نوێیان لەم مادانە دروست کردو وەک دەرمانەکانی لە ناوبردنی مێروو فرۆشتیان!

مادەی (دی دی تی–DDT) وەک گیراوەیەکی تاقیگەیی ناسراوبوو، (موللەر) کە تۆژەرەوەی تاقیگەی کۆمپانیای (جایجی) بوو تێبینی کرد کە ئەم مادەیە مێروەکان دەکوژێت بەبێ ئەوەی (ڕووکە شانە) زیان لە مرۆڤ بدات، خێرا هێزە سەربازییە ئەمریکییەکانی تێگەیاندو دۆزینەوەکەی خۆی لا باسکردن، چونکە ئەوان دوچاری مەلاریا بووبوون لە ناوچەی (باسیفیک) کە لە وێدا لەگەڵ یابانییەکان دەجەنگان. ئەم دەرمانانە بێسنور بەکارهێنران، وایاندەزانی کاریگەری لاوەکییان نییە، بەسەر ڕووبەرە فراوانەکاندا پرژێنران، تەنانەت لە ناو ماڵەکانو لە ژێر جلو بەرگەکانی مرۆڤ.

ماوەیەکی کەم بەر لەتەواوبوونی جەنگ، فرۆکەیەکی ئەمریکی–جەنگی–بڕێکی زۆر لە مادەی D2, 4T2, 4, 5 ژەهر زۆر بۆ ڕووەک هەڵگرتبوو و بەرەو مانێلا لە ئۆقیانووسی هێمن دەچوو بۆ پرژاندنی بەسەر بەروبوومەکانو بڕسیکردنی یابانییەکان، مەسەلەکە لە دەست دەرچوو بوو، فرمان دەرکرا بوو بۆ گەڕانەوەی فرۆکەکەو نەپرژاندنی مادەکە، چونکە چەند فرۆکەیەکی ئەمریکی بۆمبی ئەتۆمییان بەسەر هێرۆشیماو نیکازاکیدا پرژاندبوو و یابان لە تاودا داوای وەستاندنی جەنگیان کردبوو.

ڕاستیەکان هەمان چیرۆکیان دوپات کردەوە، بڕێکی هەڵگیراوەی زۆر لە مادەکانو نەبوونی کڕیارو دوبارە داڕشتنەوەی مادەکان وەک دەرمانی لەناوبردنی مێروو و سەپاندنی بەسەر جووتیاراندا.. لە کاتی جەنگی ڤێتنامیشدا سوپای ئەمریکی کۆیڕانە دەرمانە پرتەقاڵیو ڕەنگەکانی دیکەیان بەسەر ملیۆنەها هێکتار لە زەوییەکانی

دارستانەکانی هێڵی یەکسانیدا ڕشت، بەوبیانووەی کە تەنها ماددەیەکی تۆڕژییەو هێزە شاراوەکانی دوژمن ئاشکرا دەکات! لە ڕاستیدا ماددەکە چڕییەکی زۆری لە 4,5 D2, لەخۆگرتبوو و بەتەواوی ئەو دارستانانەی لەناوبرد.

پیشەسازی نەخشەدەکێشێت و سیاسەت جێبەجێ دەکات و بەسەر بنکەکانی تۆژینەوەی کشتوکاڵی دابەشی دەکات کە بەتوندی بەبنکە ڕەسمییەکانی تۆژینەوەو لقەکانییەوە بەندە، بێجگە لە قوتابخانە کشتوکاڵییەکان، چەندین کۆمەڵەی پەستانی سیاسیش پێکهاتن بۆ دەرکردنی بڕیارو یاساو ڕێسا، سیستمی بانکەکانیش دامەزران بۆ قەرزدان بەجووتیاران.

بەهەموو ئەمانە، بارودۆخێکی سەخت بۆ جووتیار خولقێنراوە کە ناتوانێت لێی دەرچێت و هیچ جێگرەوەیەکی دیکەش بەدی ناکات. ئەمڕۆ زۆربەی قوتابخانە کشتوکاڵییەکان و پەیمانگاو بنکەکانی تۆژینەوە بەو چوارچێوەیەی بەدەوری کشتوکاڵدا نەخشێنراوە ڕازین و پرسیار لە هیچ شتێك ناکەن و سەرنج لە ڕاستیەکان نادەن! زۆربەی جووتیارانیش، بەوانەش کە لە بواری کشتوکاڵدا دەرکراون بەو ڕێگا نوێیانەی ڕازین و بڕوا دەکەن، زۆر بەدگمەنیش لۆمەیەکی خۆیان دەکەن سەبارەت بەنەبوونی توانایان بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ ئەو ڕێگایانەدا!

ڕووداوی هەموو ئەمانە بەهۆی داونانەوەی کۆمەڵێك ئەقڵی شەڕانگێزەوە نەبووە، بەڵکو لە ئەنجامی زنجیرەیەك هەڵپەرستی بەدوایەکدا پەڕەی سەندووە، تا مەسەلەکە دەگاتە تەکنیکێکی نوێ، یان پرۆسەیەکی دی، یاساو ڕێسای دیکە کە کەسانێك بەباشترینی دادەنێن، ئیدی ئەو تەکنیکە دێتەبوون، دەپارێزرێت، دەخرێتە بیرومێشکەکانەوە، ئەوانەش کە وەریناگرن جەنگێك بەرامبەریان قووت دەبێتەوە، یان لە بیردەکرێت، یاخود گاڵتەی پێدەکرێت.

بایۆ تەکنەلۆژیا

پێدەچێت نێستا لە حاڵەتی (بایۆ تەکنەلۆژیا)ی کشتوکاڵدا کە چەندین کۆمپانیای زەبەلاح دەسەڵاتدارەکەین، ئێمە ملکەچی داونانەوەیەکی گەورەی ڕاستەقینە دەکات، و پێدەچێت قەبارەو ماوەی وێرانکارییەکانی بەسەرماندا دێت، پێشتر نەماندیوەو لەودیو وێناکردنەکانمانە، چونکە هەسەلەی سەرەکی لێرەدا ئەوە نییە: خۆراکەکانمان تا چ ڕاستێك خراپو تەنانەت زیانبەخش دەبێت (کە هەردوو گرینمانەکە نێستا لە گۆڕێدان)، بەڵکو مەسەلە زیادبوونی دەزگا نوێیەکانەو خەڵکی ناچار دەکات پشتیان پێببەستێت، مەسەلە زاڵ بوونە بەسەر ئەو جووتیارانەی ماون و بواری هەڵبژاردن لەبەردەم بەکاربەردا تەسك دەکەنەوە. شۆڕشی سەوز لە چەند دەیەی ڕابردوودا جۆراوجۆری بەروبوومە کشتوکاڵییەکانی لە دەست داین، ئەو جۆراوجۆرییەی دەرەنجامی هەڵبژاردنی هوشیارانە یان بێئاگاییانەی جووتیاران بوو لە هەزارەها ساڵی ڕابردوودا، تەنهایەر لەو خێزانە ڕووەکییە بکەنەوە کە پێیان دەڵێن (کرۆسیفیری) کە خاوەنی کەلەڕەو کەلەرمی چینی و تووڕو قەرنابیت و چەندین ڕووەکی دیکەن و لە سەریان دەژین، هیچ ڕۆژێك داوا لە یەکێك لەو جووتیارانە نەکراوە (مافی داهێنان)وەچنگ بێنن یان بەروبوومەکە یان تۆمار بکەن و جۆرەکانیان دیاری بکەن.

پیشەسازی ئەوڕۆ دەیەوێت بەچاکردنە جینییەکانیان ڕازی بین، بەمەبەستی بەخۆراك بوونی خۆراك و نەمێشتنی برسییەتی لە جیهاندا، ئەوان هەردەم سوورن لە سەر ئەوەی کە هیچ ڕێگەچارەیەکی دیکە نییە، لەوە زیاتر. خۆیان باشتر ڕاستیەکان دەزانن، هەموو تاکێکیش دەزانێت کە پێویستە کشتوکاڵ لەو ژەمرانە دەرباز بکرێت، بەڵگەش هەزارەها جووتیاری ئەندامین لە جیهاندا.

پیشەسازی دەخوازێت تۆوو دەرمانی لەناوبردنی مێروو پێکەوە بفرۆشێت، بەبیانوویەك و بەناچارکردنی جووتیار بۆ بەکارهێنانی، تەنانەت ئەگەر پێویستی پێنەبێت! بەڵام لە حاڵەتی دەرکەوتنی ڕووەکێکدا کە ناوو ناتۆڕەی باش نییەو جینی بکوژی تێدایە، داونانەوەکە زیادو زیاتر ڕوون دەبێتەوە، چونکە لە وێنەی ئەمجۆرە تۆوانەدا ناچار نابن بچنە نێو گرفتەکانی داواکردنی وەرگرتنی (مافی داهێنان)، هەموو ئەمانەش نە لە نزیك و نە لە دوورەوە هیچ پەیوەندییەکیان بەبابەتی زیادکردنی بەروبوومەوە نییە، بەڵکو گەورەو نایاب کردنی پرۆسەی لێسەندنی مولکە بنەڕەتی و ڕەسەنەکانە لە جووتیارو گۆڕینی جووتیارەکانی ئێستایە بۆ تەنها زێدە پێویستیەکانی پیشەسازی. ئەو پرۆسەیە مەسەلەی هەڵکەندنی جووتیاران لە زەوییەکانیان گەورەتر دەکات و هەڵوەشان و لێکپچڕانی کۆمەڵایەتی زیاتر دەکات و جۆراوجۆری بایۆلۆژی لە سروشتدا لە دەست دەچێت، بگرە دەبێتە هۆکاری بەکەڵەکاکردن و بڵاوبوونەوەی برسییەتی!

بەهارات و داو دەرمان و سوودەکانی

بەیان پەرچڤەی کردووە

هەندێك داوودەرمان وا باشە لە چێشتخانەوە بگوێزرێتەوە بۆ دەرمانخای مالّ.

پسپۆرەکانی خواردن وای دادەنێن کە هەندێك داوودەرمان وا باشە لە چێشتخانەی مالّەوە بگوێزرێتەوە بۆ دەرمانخانەی مالّەوە لەبەرئەوەی سوودی پزیشکی و دروستیان هەیە دوای ئەوەی کە لێکۆڵینەوەکان سەلماندوویانە کە دروستکراوی سروشتیان تێدایە میکرۆب و کەپووەکان لەناو دەبەن و بەرگری لە پیسبوونی خواردن دەکان و سوودیان لە چارەسەری هەندێك نەخۆشیدا هەیە.

بۆ نمونە خواردنی زەنجەفیل سودی هەیە لە چارەسەری سوربوونەوەی گەروو گەورەبوونی مولولەی خوێن و، بەڵام ئەگەر تێکەڵ کرا لەگەڵ دارچینیدا ئەوا چالاکی مولولەی خوێن و گەرمی لەش زیاد دەکات.

بەڵام دارچینی ئارەزووی خواردن زیاد دەکات و چالاك کەرەوەی کۆئەندامی هەرس کردنە، و ڕازیانەش سودی هەیە لە چارەسەری نەمانی گازەکان و هێمنکەرەوەی کۆئەندامی دەمارە.

و لێکۆڵەرەوەکان دەڵێن یەك کوپ ئاوی کوڵاوی گوڵە بەیبوون یەك دەرمانخانەمان پێ دەبەخشێت ئەگەر قژی سەرمان پێ شۆرد ئەوا بریقەدار دەبێت و ئەگەر دەموچاومان پێ شت ئەوا ئەو چەورییەی کە بە دەموچاوەوەیە نایهێڵێت و چرچی دەموچاو لادەبات و پاکەرەوەی چاوەو غەرغەرە پێکردنی پوك بەهێز دەکات و ڕێگە لە هەوکردنی گەرو دەگرێت و خواردنەوەی هەرس کەرو هێمن کەرەوەیە.

زەعفەرانی بەناوبانگ بەکارهێنانی بەستراوە بە زەیتی زەیتون و بە بەردەوامی بەکارهێنانی بە یەکەوە بەرگری لە نەخۆشی دەکات و ئامازەش بەوە دەکەین کە زەعفەران پێکهاتووە لە مادەیەك کە میکرۆب دەکوژێت و لەش دەپارێزێت لە نەخۆشییەکانی کۆئەندامی هەرس و بەرگری لە هەموو جۆرەکانی پیسبوونی خواردن دەکات.

و زەردەچەوە بە ڕەنگە زەردەکەیەوە کە هندیەکان بەکاریدەهێنن لە دروستکردنی کاری لە مادەیەك پێکهاتووە کە دژە کارتێکەرە بۆ جەڵتەو ئۆکساندن و نزمبوونەوەی کۆلیسترۆڵ و شەکری خوێن و وەستاندنی هەندێك وەرەم.

و بیبەری تیژ (تون) لە گرنگترین داوودەرمانەکانە بۆ کردنەوەی ئارەزووی خواردن و بە تازەیی بەکاردەهێنرێت یان بە هاڕاوی و لە دروستکردنی هەندێك خواردن دا وەکو سرکە پارێزەری خواردن و گۆشت و ڕاکێشەی تام و بۆنەو سەرچاوەی ڤیتامین (C. A) و بەکاردەهێنرێت لە پزیشکی میللیداو مولولەی خوێن بەهێز دەکات و چالاك کەرەوەی دڵە بە مەرجێك زۆرخۆری تیادا نەکەیت. لەبەرئەوەی هەندێك نیشانەی لاوەکی هەیە وەکو مایەسیری. و هەروەها پێویستە لە حاڵەتی تووشبوون بە بریندار بوونی (هەوکردنی) گەدە یان گران هەرسکردندا بەکارنەهێنرێت.

و بیبەری ڕەش دادەنرێت بە شای بەهارات بە هۆی جیاوازی شێوەو جۆرەکانی و دەتوانێت ڕێژەیەکی زۆر میکرۆب لەناوببات، و ئارەزووی خواردن زیاد دەکات و هەرسکەرێکی باشەو گازەکان نامێڵێت و هەندێکی بەکاردەهێنرێت بۆ چارەسەری کۆکەو ڕەبۆ یا (بەرهەنگ / سنگ تونڈی) و هەندێك نەخۆشی دڵ.

نەعنا کەشەنگ بوونی (گرژی ماسولکەکان) گەدە کەم دەکاتەوەو دەردراوی ئەنزیمەکانی هەرسکردن لە گەدەو ڕیخۆڵەدا زیاد دەکات.

و هێل کە بۆنێکی خۆشی هەیە یارمەتی هەرسکردن دەدات و دڵ تێکهەڵهاتن و ڕشانەوە نامێڵێت، و هەروەها دەکرێتە ناو چاوە بۆئەوەی تامەکەی خۆش بکات.

داوودەرمان و بەهارات لە خواردن و خواردنەوەدا بەکاردەهێنرێن سودی دروستی زۆریان هەیە لەوانە ئارەزووی خواردن زیاد دەکات و خواردن دەپارێزن لە تێکچوون و بەرگری پیسبوونی دەکەن و بەرگری لەش دژی نەخۆشی بەهێز دەکەن.

بەشی چوارەم:

تێکچوونە بۆماوەییەکان

Genetic disorders

نوسینی: ئەکرەم قەرەداخی

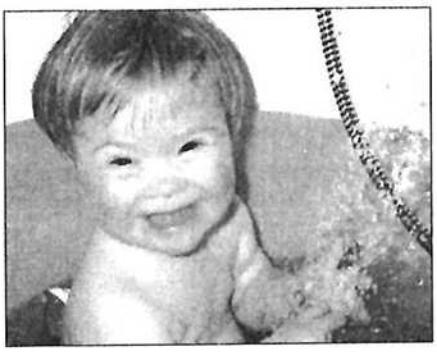
لە هەرسێ بەشەکەی پێشودا دەربارەی کۆمەڵێك لە تێکچوونە بۆماوەییەکان دواین. لەم ژمارەیەشدا هەوڵدەدەین لە هەندێکی دی بدوێین:

مەنگۆلی

(یا کۆنیشانەی داون Down Syndrom)

کورتەیەکی مێژویی

چیرۆکی مەنگولیزم یا کۆنیشانەی داون لە ساڵی 1866وە دەست پێ دەکات کاتێك پزیشکێك کە ناوی جون لانگدن داون John Langdon Downبوو وتارێکی زانستی لەسەر کۆمەڵێك منداڵ بڵاوکردەوە کە تیایدا باس لە کۆمەڵە سیفەتێکی هاوبەشی ئەو منداڵانە دەکات کە بەدەست دواکەوتنی مێشکەوە Mental retardation دەیان نااڵند. کۆمەڵە منداڵەکە خەڵکی شاری سەری Surrey بون لە ئینگلتەرەو دواکەوتنی مێشکیان لەگەڵدابوو کە لێپاشدا بە مەنگولی ناو بران.



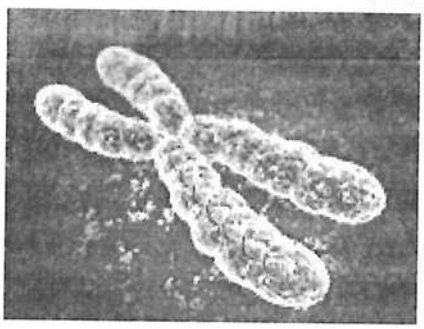
داون ناوی مەنگولی بەسەر ئەو منداڵانەدا دابری لەبەرئەوەی دەموچاوی هەمویان شێوەی خەڵکی مەنگولیایان تێدا بوو. لەساڵی 1960دا کۆمەڵێك زانای بۆماوەزانی ئاسیاوی ناڕەزایی خۆیان بەرامبەر بەم ناوە دەربڕی و رایانگەیاند کە رازی نین بەو جۆرە منداڵانە بوترێت مەنگولی. چونکە مەنگولیەکان گەلێکن وەك هەمو گەلانی دنیا و بەهیچ

شێوەیەک کەموکوڕییان نیە. بۆیە لە ساڵی 1970وە ناوەکە بە ناوی دۆزەرەکەیەوە ناونرا ((کۆنیشانەی داون)) کە ئەمەش لەلایەن ئەمریکیەکانەوە بوو پاش بژارەوە گەڵاڵە کردنی سەرجەم زاراوە زانستیەکان. ئێستاش لە بەریتانیاو هەندێک وڵاتی ئەوروپی هەر پێی دەوترێت ((داون)) بەتەنها.

لەچارەکی یەکەمی سەدەی بیست دا، بۆچونی جیاجیا هەبوو لە بارەی هۆکاری پەیدا بوونی ئەم کۆنیشانەیە، بەڵام لەساڵی 1930دا هەردوو زانا وردنبرگ Waardenburg و بلێر Bleyr یەکەمین کەسێک بوون کە هۆکارەکەیان گەراندەوە بۆ تێکچوونی کرۆمۆسۆمی. لە پاشدا و لەساڵی 1959دا زانا جیروم لیجن Jerome Lejeune و پاتریسیا جاکوبس Patricia Jacobs هەریەکەیان بەتەنها کاری لە سەرکرد بۆیان دەرکەوت کە بەهۆی زیاد بوونی یەک کرۆمۆسۆمی ژمارە 21 وە رووەدات

کرۆمۆسۆم Chromosome

کرۆمۆسۆم پێکهاتویەکی دەزولەییە لە DNA و پروتین پێکهاتوە. لە هەموو خانەکانی جەستەی زیندەوەردا هەیە، لە هەر خانەیەکی مرۆڤدا ژمارەیان 46 دانەیە، و بەشێوەی جووت جووت ریز دەبن واتە لە هەر خانەیەکدا 23 جووت هەیە، چونکە هەر جوتێک هەمان شێوەو درێژی و قەبارەیان



هەیەو هەمان جۆریش جینیان لەسەرە.

لە دروستبونی گەمیتەکانی مرۆڤدا (واتە دروستبونی تۆو یا هێلکە) ژمارەی ئەم کرۆمۆسۆمانە لە جووتەوە دەبن بە تاک واتە هەر جووتە لە یەکتری جیا دەبنەوەو بە تاکی دەچنە ناو گەمیتێکەوە بۆیە تۆو لە مرۆڤدا 23 کرۆمۆسۆمی تاکی تێدا دەبێت، هەروەها هێلکەش هەر 23 کرۆمۆسۆمی تاکی تێدا دەبێت. کاتێک تۆو و هێلکە یەکتری دەگرنەوە لە ئەنجامی جوتبونی نێرو مێ، سەر لەنوێ لە هێلکەیەکی پیتراودا 23 جووت کرۆمۆسۆم پەیدا دەبێتەوە.

داون چۆن ڕوو دەدات؟

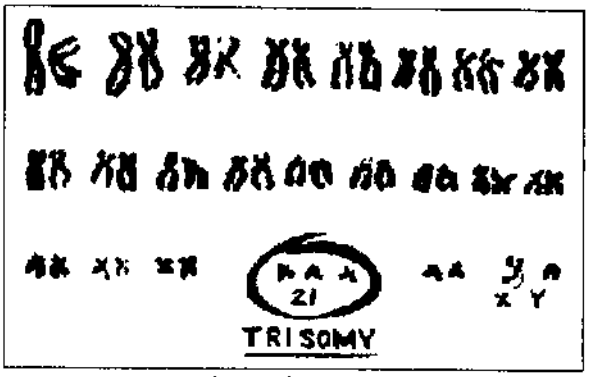
ئەو دابەشبوونەی کۆ ژمارەی کرۆمۆسۆم جووتەکانی لەش دەکات بە تاک لە گەمیتەکاندا پێی دەوترێت کەمە دابەشبوونە (Meiosis) هەندێک جار وا ڕو دەدات کە جووتێک کرۆمۆسۆم لە یەکتری جیانەبنەوەو پێکەوە بچنە ناو گەمیتێکەوە ئەو کاتە ئەو گەمیتە لە بریتی ئەوەی 23 تاک کرۆمۆسۆمی تێدا بێت 24 ی تێدا دەبێت و گەمیتەکەی دی 22 تاکی تێدا دەبێت و ئەمەش بە تێکچوونی ژمارەی کرۆمۆسۆم دادەنرێت.

زۆر جار وارێک دەکەوێت کە هەردوو کرۆمۆسۆمی جووتی ژمارە (21) لە یەکتری جیا نەبنەوەو بەرەویەک گەمیت بڕۆن ئەگەر وارێکەوت هێلکەیەک لە بریتیی ئەوەی یەک کرۆمۆسۆمی ژمارە 21 تێدا بوو دوو دانەی تێدا بوو لە ئەنجامی لێک جیانەبوونەوەیان کە پێی دەوترێت (Nondisjunction). ئەوا کاتێک ئەو هێلکەیە کە دوو کرۆمۆسۆمی 21ی تێدایەو بە تۆوێک دەپێتێنرێن کە ئەویش یەک دانەی لە کرۆمۆسۆمی 21 تێدایە ئەوا ئەو هێلکە پیتراوەی لەم پیتێنەوە پەیدا دەبێت سێ دانەی لە کرۆمۆسۆمی 21 تێدایە واتە لە بریتی ئەوەی 46 کرۆمۆسۆمی تێدا بێت 47 کرۆمۆسۆمی تێدایە و زیادەکەش بریتیە لە کرۆمۆسۆمی ژمارە (21) کە سێ دانەیە لە بریتی دوو دانە.

بەو شێوەیە ئەو منداڵەی لەم پیتێنەوە پەیدا دەبێت لە هەر خانەیکی جەستەی دا لە بریتیی 46 کرۆمۆسۆم 47 کرۆمۆسۆمی تێدایە واتە بە زیادەی یەک کرۆمۆسۆمی ژمارە (21)و بەم دیاردەیەش دەڵێن دیاردەی سێ کرۆمۆسۆمی واتە (Trisomy)

لە هەندێک جاردا پارچەیەک لە کرۆمۆسۆمی 21 دەشکێت و دەپەڕێت و دەچێتە جێی پارچەیەکی کرۆمۆسۆمی 14، ئەو کاتە ڕاستە ژمارەی کرۆمۆسۆم هەر 46 دەبێت واتە هیچ زیادەیەکی تێدا نابێت بەڵام بەشێک لە کرۆمۆسۆمی زیادەی 21 لەسەر کرۆمۆسۆمی 14یەو بەم دیاردەیەش دەوترێت Partial Trisomy 21 و بەکردارەکەش دەوترێت یەکگرتنەوەی باڵە درێژەکانی کرۆمۆسۆم یا Robertsonian Trransllocation و ئەم حاڵەتەش لە باوانەوە بۆ نەوەکان دەگوێزرێتەوە بۆیە وا باشە ئەگەر لە

منداڵێکدا ئەم دیاردەیە بینرا لێنۆرین بۆ کرۆمۆسۆمەکانی باوک و دایکەکە بکرێن بزانن هەیانە یان، نا دیاردەیەکی دیکەی کرۆمۆسۆمی 21 هەیە کە بەمۆزاییك Mosaicism ناودەبرێت تیایدا هەندێك خانەی جەستەی منداڵەکە (47) کرۆمۆسۆمی تێدایە واتە ئاساییە، بۆ نمونە لەوانەیە هەموو خانەکانی خوێن 46 کرۆمۆسۆم بن بەڵام خانەکانی پێست هەریەکە (47) کرۆمۆسۆمی تێدابێت.



کرۆمۆسۆمی 21 و کۆنیشانەی داون

هەموو کرۆمۆسۆمێك ژمارەیەکی دیاریکراو جینی لەسەرە، هەر یەکێك لەو جینانە بەرپرسە بۆ دروستکردنی پرۆتینێك یا نەزیمێکی تایبەتی لە لەشداو لەئەنجامی سەرجەمی کارەکانی ئەو جینانەوە ئەندام و کۆئەندامەکانی جەستە دروست دەبن، و بەم کردارەش دەڵێن دەربڕین (expression) بەڵام کاتێك کە کرۆمۆسۆمێك زیادە دەبێت، ئەوا دەربڕینەکە زیاتر دەبێت و پەیدا دەترێت (over expression) بۆ ئەو جینانە. و لە هەندێك جاردا ئەو زیاد دەربڕینە کێشەیەکی گەورە دروست ناکات، بەڵام لە حاڵەتی داوندا کێشەیەکی زۆر دەنێتەوە.

تاقیکردنەوەکان سەلماندویانە کە کرۆمۆسۆمی 21 نزیکەی (200–250) جین هەڵدەگرێت و ئەم ژمارەیەش لە چاو کرۆمۆسۆمەکانی دیکەدا کەمە چونکە بچوکترین کرۆمۆسۆمی خانەی مرۆڤە.

هەروەها دەرکەوتوە کە تەنها چەند ناوچەیەکی سەر کرۆمۆسۆمەکە دەبێتە هۆی نانەوەی کێشە بۆ منداڵەکە، بەو ناوچانەش دەوترێت ناوچەی شلۆق critical region.

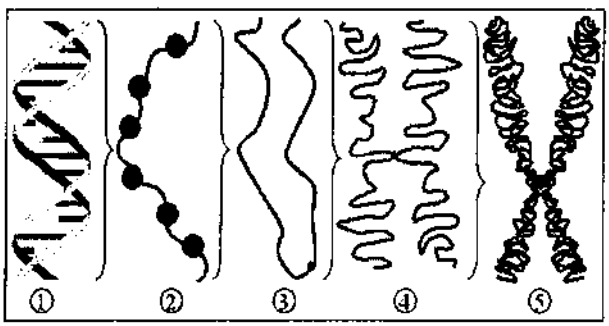
بەڵام سەیرەکە لەوەدایە کە ئەم ناوچانە بە یەکەوەنین واتە هاوسێ نین لەسەر کرۆمۆسۆمەکە بەڵکو لە نێوانیاندا ناوچەی دی هەیە کە پەیوەندیان بە حاڵەتی داونەوە نیە.

کامەن ئەو جینانەی ئەم کێشەیە دەنێتەوە؟

پاش توژینەوەیەکی زۆری ئەم ساڵانەی دوایی زانایان بۆیان دەرکەوتوە کە ئەو ناوچەو جینانەی کێشە لەو منداڵانەی داونیان هەیە، دروست دەکەن ئەمانەن:

- SOD1- زیاد بوونی دەربڕینی ئەم جینە دەبێتە هۆی زوو پیریەتی و دابەزینی بەرگری جەستە. هەروەها لەوانەی کە ئەلزایمەریان هەیە دەبێتە هۆی هەندێك جۆری خلەفان.
- COL6A1- زیادبوونی دەربڕینی ئەم جینە دەبێتە هۆی تێکچوونی دڵ.
- ETS2 زیاد بوونی دەربڕینی دەبێتە هۆی تێکچوون لە کەللەدا.
- CBS زیادبونی دەربڕین دەبێتە هۆی ڕێگرتنی زیندەپال و دوو هێند بوونی DNA.
- CAF1A زیاد بوونی دەربڕین دەبێتە هۆی تێکدانی کرداری دروستکردنی DNA.
- DYRK زیاد بوونی دەربڕین دەبێتە هۆی تێکدانی میشك.
- CRYA زیاد بوونی دەربڕین دەبێتە هۆی ئاوی سپی Cataracts؟
- GART زیاد بوونی دەربڕین دەبێتە هۆی تێکدانی دروستبونی DNA و چاکبوونەوەی.
- IFNAR زیاد بوونی دەربڕین دەبێتە هۆی تێکدانی دروستبونی مادەی ئینتەرفیرۆن Interferon لە خانەکاندا کە بەرگری لە هاتنە ژورەوەی ڤایرۆس دەکات لەگەڵ ئەمانەشدا چەند جینێکی دی دۆزرانەتەوە کە لەو منداڵانەدا کێشەی دیکە دەنێنەوە بەڵام بایەخیان کەمترە وەك جینەکانی APP، GLUR5، SIOOB، TAM، PFKL و گەلێکی دی.

یەکێك لە هەرە دیارە دیارەکانی ئەو منداڵانەی کە کۆنیشانەی داونیان هەیە، توشبونیانە بە دواکەوتن و



تێکچونی مێشك. و ئەمە لە هەر هەموياندا دوبارە دەبێتەوە، بەڵام هەندێکیان لە گەلیشدا هەر لە منداڵیەکی زووەوە تووشی تێکچوونەکانی دڵ یا فێ یا کەمی رژانندنی رژێنی دەرەقی hypothyroidism یا تێکچوونەکانی هەناو دەبن لە کاتێکدا کە هەندێکی دیکەیان ئەوانەیان نیە.

گومان لەوەدانیە هۆکاری ئەم جیاوازیانە دەگەڕێتەوە بۆ بوونی ئەلیلە (allele) جیاوازەکانی سەر جینەکانی ئەو منداڵانە کە هەر یەکەیان بە جۆرێکی جیاواز دەربری دەکەن.

لەگەڵ ئەمانەشدا تێکەڵبونی کاریگەری جینە ساغەکانی ئەو کەسە لەگەڵ زۆر دەربرینی جینە دوبارەبوەکاندا کاریگەری جیاواز دروست دەکات.

ڕێژەی دوبارەبوونەوەی

بەتاقیکردنەوەکان دەرکەوتوە کە لەبەر ئەوەی بەشی هەرە زۆری لێك جیانەبوونەوەی جووت کرۆمۆسۆمی 21 لە مێدا روودەدات. لەبەر ئەوە تا تەمەنی دایکەکە گەورەتربێت ڕێژەی رووداتی مەنگۆلی (یا داون) زۆرتردەبێت بۆ نمونە ئەو دایکانەی تەمەنیان لەنێوان 20–24 ساڵی دایە ڕێژەی خستنەوەی منداڵی داون تیایاند (1490/1)ە و لەتەمەنی 30–35 ساڵ دا (660/1)*و لە 40 ساڵیدا ئەم ڕێژەیە دەبێت بە (106/1)ە و لەتەمەنی 45–49 ساڵیدا ڕێژەکە دەبێت بە (11/1).

هاوکۆلکەی زیرەکی لە منداڵی داوندا زۆر بە دەگمەن لە سەرو (60)ەوە دەبێت بەزۆری دەماخیان بچوك و کێشیان کەمە، لەبەر ئەوەی ئەمانە بەزۆری توانای ئەوەیان نیە. لە خوێندندابن یا بەردەوام بن و پێویستیان بە سیستمێکی پەروەردەی تایبەت هەیە.

وەك لەسەرەوە باسمان کرد بەشی هەرە زۆری ئەو منداڵانەی مەنگۆلیان هەیە، نەخۆشیەکانی دڵیان هەیە، لەبەر ئەوە زۆر پێویستە لە پاش لەدایك بوون ببرێنە لای پزیشکی پسپۆری دڵی منداڵ Pediatric بە مەرجێك ئامێری ئیکۆی لابێت واتە echocardiogram لە دوو مانگی یەکەمی تەمەنی منداڵەکەدا بۆ ئەوەی هەر عەیبێك لە دڵی منداڵەکەدا هەبێت چارەسەری بکات.

10٪ی ئەو منداڵانەی مەنگۆلیان هەیە کێشەیان لە ریخۆڵەکانیشدا هەیە کە زۆر جار پێویستیان بە نەشتەرگەرییە. 50٪ یان کێشەیان لە بینین یا لە بیستن دا هەیە، کێشەکانی بینین لە نزیکبینی یا دوربینی یا ئاوی چاو دایە. بۆیە وا باشیشە هەر لە مانگەکانی یەکەمی تەمەنەوە پزیشکی پسپۆری چاو ببینێت. هەر ئەمەش دەربارەی پزیشکی گوێ چونکە زۆر جار کێشەیان لە دەمارەکانی بیستن بە تایبەتی لە گوێی ناوەندا هەیە بۆیە ئەگەر زوو چارەسەر نەکرێن کێشەیان لە قسەکردندا دەبێت.

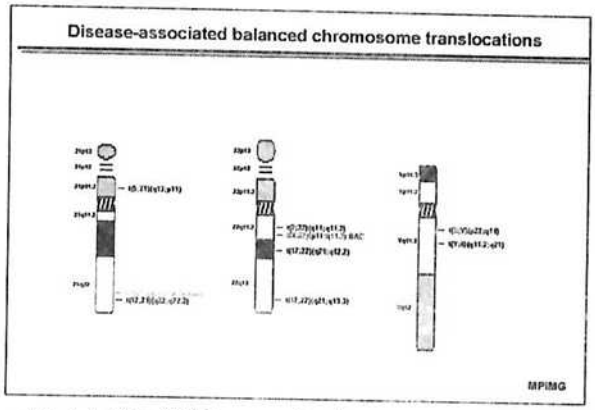
هەندێکیشیان کێشەی سی و بۆریچکەکانی سییان هەیە. بەشێوەیەکی تا ڕادەیەك کەمتریش هەندێکیان توشی لوکیمیای ڕژێنی دەرەقی دەبن.

بەزۆری گوێی ئەم منداڵانە کەمێك بەرەو سەرەوە چوەو لوتکەکەی کەمێك لوچی خواردوە، دەمیان بچوکە، وا دەردەکەوێت وەك زمانیان گەورەبێت وایە. بەزۆری لوتیان بچوکە، پردی لوتیان پانە، هەندێکیشیان ملیان کورتە و دەستیان بچوك و پەنجەکانیان کورتە.

کە گەورەش دەبن بالایان کورتە، جومگەکانیان نەرمییەکی نائاسایی تێدایە.

زۆربەی ئەو منداڵانەی کۆنیشانەی مەنگۆلی یاداونیان هەیە هەندێك لەم نیشانانەیان تێدا دەردەکەوێت، بەڵام نەك هەموی بەیەکەوە.

دواکەوتنی مێشك تیایاندا زۆر بڵاوە، لە کەسێکەوە بۆ



کەسێکی دی لە نیمچە ئاساییەوە دەگۆڕێت تا دوا پلەی دواکەوتن، بەڵام زۆربەیان لە پلەی ناوەندان 10٪ یان یا کەمتر زۆر بە توندی دواکەوتنی مێشکیان تێدایە زۆر زەحمەتە بڕوابکەیت کە کە ئەمانە مێشکیان بەرەوپێشەوە ببرێت و چاك بن.

لە سەرەتاوە کەسوکار پێویستە هەوڵ بدەن ئەم منداڵانە وەك منداڵانی ئاسایی فێری نان خواردن، چونە تەوالیت، خۆپاك کردنەوە، دەموچاوشتن و رویشتن... هتد... بکرێن.

*ئایا دەتوانرێت ئەمانە ببرێن بۆ خوێندن؟

-بەڵێ ئێستا پرۆگرامی تایبەت بە خوێندنی ئەمانە هەیە کە تاڕادەیەك فێری نوسین و خوێندنەوە دەکرێن و لەگەڵیشیدا فێری هەندێك کاری کارامەیی ئیشی دەست وهی دی دەکرێن.

هەروەها پرۆگرامی تایبەتیش هەیە بۆ گەورەکانیان تا پشت بەخۆیان ببەستن و بتوانن پەیوەندی هاوریەتی دروست بکەن و لە ماڵدا کارەکانی خۆیان راپەڕێنن.

*ئایا هیچ چارەسەرێکی تایبەتی بۆ ئەمانە هەیە؟

-لە راستیدا تا ئێستا هیچ چارەسەرێك بۆ ئەمانە نیە، هەروەها بۆ تێکچونی کرۆمۆسۆمەکانیشیان کە ئەوە نەخۆشییەیان بۆ دروست دەکات.

تاقیکردنەوە نوێیەکان ئەوەیشان دەدەنە کە ئەو دایکانەی ترشی فولیك لە کاتی سکپری دا کەم وەردەگرن یا هەر وەری ناگرن ئەمە دەبێتە هۆکارێك بۆ خستنەوەی ئەم منداڵانە، بۆیە ئێستا بۆتە یاسایەك کە هەموو دایکێکی سکپر رۆژانە دەبێت 400 مایکروگرام ترشی فۆلیك وەربگرێت (ئەوەش بۆ دابەزاندنی مەترسیەکانی هەندێك لە عەیبە زکماکیەکانی دەماخ و درکە پەتك)

کێ مەترسی زۆر لێ دەکرێت بۆ خستنەوەی منداڵی مەنگۆلی؟

-بە پلەی یەکەم ئەو دایك و باوکەی لەوەپێش منداڵی مەنگۆلیان خستۆتەوە، ئەوسا ئەو دایکانەی کە تەمەنیان لە سەروو 35 ساڵیەوەیەو منداڵیان دەبێت.

لە هەندێك ئامارداو بەم شێوەیە مەترسیەکە هاتووە ئەو دایکانەی تەمەنیان لە 25 ساڵیدایە ڕێژەی خستنەوەی ئەو جۆرە منداڵە تیایاندا 1250/1 یە لە 30 ساڵیدا ڕێژەکە دەبێتە 1000/1 و لە 35 ساڵیدا دەبێتە 400/1 و لە 40 ساڵیدا دەبێتە 100/1.

*ئایا دەتوانرێت پێش لەدایك بون بزانرێت ئەو منداڵە مەنگۆلی هەیە؟

-بەڵێ بە بەکارهێنانی لێنۆرینی پێش لەدایك بون واتە وەرگرتنی چەند دڵۆپێکی کەم لە شلەی ئەمنیۆن کە دەوری منداڵەکەی داوەو پێی دەوترێن لێنۆرینی amniocentesis یا بەو لێنۆرینە نوێیەی کە تازە هاتۆتە کایەوە و پێی دەڵێن chorionic villus sampling، هەروەها بەهۆی شەپۆلەکانی سەرو دەنگیشەوە ulltrasound لەدوای هەفتەی 16 هەمەوە تا ڕادەیەك دەزانرێت.

پاش لەدایکبون پزیشك دەتوانێت بەهۆی لێنورینی خوێنی منداڵەکەوە بزانێت کە مەنگۆلی هەیە یان نا ئەویش بە گەرانە بە دوای کرۆمۆسۆمە زیادەکەی (21)دا.

*ئایا ئەوانەی مەنگۆلیان هەیە دەتوانن هاوسەری بکەن؟

-هەندێك لەوانەی مەنگۆلیان هەیە دەتوانن هاوسەری بکەن. ئەو ژنانەی کە مەنگۆلیان هەیە بەڕێژەی 50:50 منداڵی مەنگۆلی دەخەنەوە، بەڵام لە زۆربەی حاڵەتەکاندا کۆرپەلەی توشبوو لە بارەدەچێت. لە 15٪-20٪ ی ئەوانەش کە لەم جۆرە دایکانەوە پەیدا دەبن لە پاشدا و لە ناوەندی تەمەندا توشی ئەلزایمەر دەبن.

*چی لەم بارەیەوە نوێیە؟

-نوێترین کارێك کە لەم بارەیەوە کرابێت کاری ئەو تیمەی زانایانی بایۆلۆژیە لە فەرەنسا و بەریتانیا و ئەمەریکا کە توانیان هەموو جینەکانی سەر کرۆمۆسۆمی 21 دیاری بکەن

و ئەمەش هەنگاوێکی زۆر گەورەیە بەرەو دۆزینەوەی ڕێگە چارەیەک بۆ ڕوونەدانی نەخۆشیەکانی ئەم کرۆمۆسۆمە.

هەروەها چەند تیمێک لە پزیشکان بەردەوام خەریکی دۆزینەوەی ڕێگە چارەیەکن بۆ دەماخی ئەو منداڵانەی مەنگۆلن، تا بزانن کاریگەری ئەو دواکەوتنی مێشکە بە تەواوی چ ناوچەیەک لەدەماخدا دەگرێتەوە بە مەبەستی چارەسەرکردنی و لەم بارەیەشەوە هیوا زۆرە.

هەروەها گەلێک لە زاناکان خەریکی تاقیکردنەوەن لەسەر چەند دەرمانێک کە نەیەڵێت جووت کرۆمۆسۆمی 21 بەیەکەوە بمێنێتەوە لەدایکەکەدا بەڵکو لەیەکتری جیابێنەوە تا ئەو کێشەیە بۆ منداڵ دروست نەکەن.

***هیچ شوێنێک هەیە کە دایک و باوک پەنای بۆ بەرن بۆ وەرگرتنی زانیاری زیاتر دەربارەی منداڵی مەنگۆل.**

-گەلێک سەنتەری جیهانی هەیە کە وەڵامی دایک و باوک دەداتەوەو ڕێنمایی دەکات بۆ ئەمەش دەتوانن پەیوەندی بە گۆڤارەکەمان (زانستی سەردەم)ەوە بکرێت.

***بەکورتی دەتوانین ڕوخساری ئەو منداڵانەی داونیان هەیە بزانین؟**

-بەڵێ هەروەک لە سەرەوە هەندێکمان باس کرد بە کورتیش دەتوانین بڵێن ئەو منداڵانە ئەم نیشانانەیان هەیە:

*چاویان بۆ سەرەوە یا بۆ خوارەوە کەمێک لارە.

*بەشی ناوەوەی چاویان لۆچێک لە پێستی تێدایە و پێی دەڵێن (epicanthal fold).

*درزی چاویان تەسک و کورتە.

*زۆرجار پەڵەیەکی سپی لەسەر لێواری بیلبیلەیان دەبینرێت.

*ڕوخساری دەموچاو پانە.

*سەریان لە ئاسایی بچوکترە

*نەرمە مەلاشوی سەریان لە ئاسایی گەورەترە، چونکە بە ساوایی زۆر بە هێواشی گەشەدەکەن

*گوێ بچوکترو نزمترە

*دەم بچوکە، لێوەکان تەنکن، زمان دەردەکەوێت و زۆر جار دێتە دەرەوە چونکە بۆشایی دەم بچوکە.

*مل وا دەردەکەوێت لە ئاسایی کورترە و لۆچی پشت و لامل بە ساوایی دەردەکەن و لە پاشدا نامێنن.

*قۆڵ و قاچ بە گوێرەی لەش کورتن.

*دەستەکان خرپن و پانن، پەنجەکان کورتن، پەنجە بچوک بۆ ناوەوە هاتوە، لەبەری دەستدا تەنها پەک تاکە چرچ هەیە

*پێ پانە و پەنجەکانی کورتن، ماوەی نێوان پەنجە گەورەو پەنجەکانی دی زۆرە.

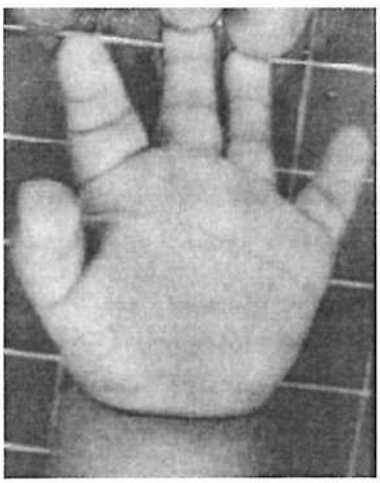
*پەرەچە کردار تیایدا لاواز ترە لە ئاسایی و دەنگی گریانی زۆر کزە

*ماسولکەکان گرژیان کەمە، جومگەکان لوسن

هەر منداڵێک شەش تا دەی لەو خاڵانەی سەرەوەی هەبوو، ئەوا بێ لێنۆرینی کرۆمۆسۆمی، پزیشک یەکسەر دەزانێت کە ئەو منداڵە داونی هەیە.

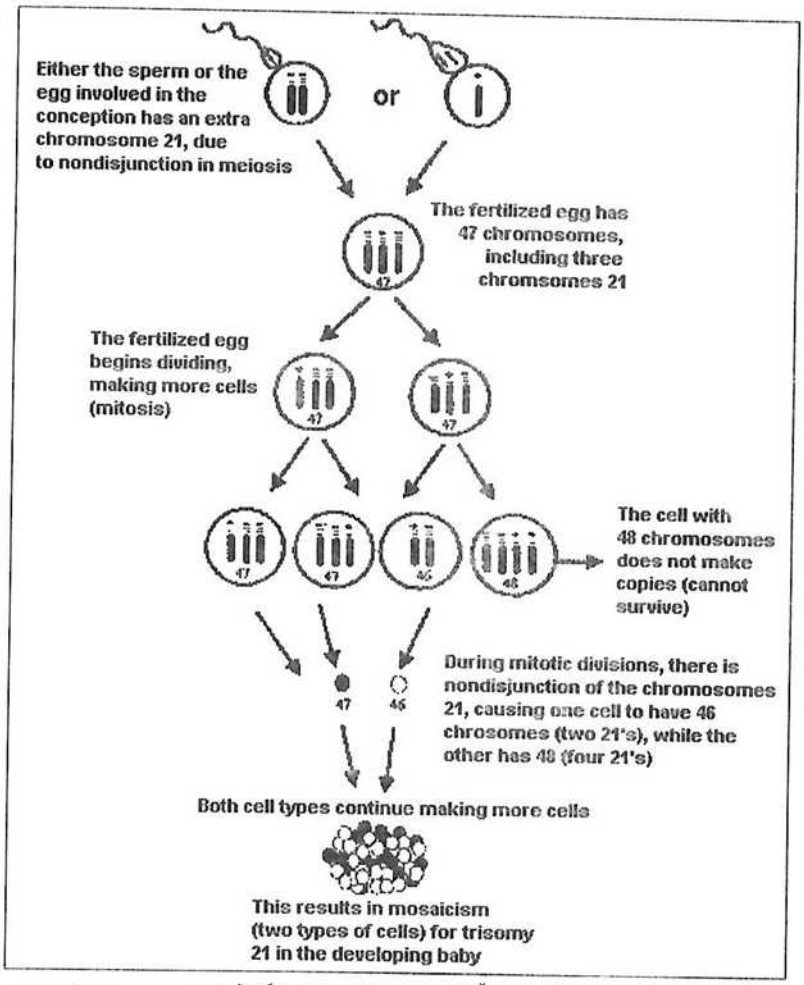
***گاریگەری ئەم ڕوخسارانە لەسەر تەندروستی منداڵەکە چیە؟**

-گەلێک کاریگەری ئەم ڕوخسارانە لەسەر تەندروستی هەندێک لەو منداڵانە دەردەکەوێت، یەکێک لەوانە لەبەر ئەوەی کە دەمی منداڵەکە بچوکە، زمان بەتەواوی جێگای نابێتەوەو گیرفانەکانی لوتیش باش دروست نەبون، هەناسەدان کەمێک ناڕەحەت دەبێت و هەندێک جار بەتەواوی هەست بەخیزە خیزی منداڵەکە دەکرێت لەکاتی هەناسەداندا ئەمە سەرەڕای ئەوەی کە دەبێت منداڵەکە زمانی دەربهێنێت بۆ ئەوەی هەوا بتوانێت بچێتە ژورەوە.



***کاریگەری کەمی کرژی و تونەدی ماسولکەکانی چیە؟**

-کەمی توندی یا گرژی ماسولکەکانی کاریگەرییان لەسەر قسەکردن و نان خواردنی هەیە، بەڵام کاریگەری تەواوی لەسەر جوڵەی هەیە کە ناتوانێت بە تەواوی و بەشێوەیەکی ڕێکوپێک بجوڵێت. بۆیە هەر لە هەفتەکانی یەکەمی تەمەنیەوە پێویستە پیشانی پزیشکی تایبەت بدرێت. ئەو پزیشکە دایکەکە یا کەسوکارەکە فێر دەکات



چۆن هەڵی بگرن و چۆن بیجوڵێنن و چۆن پەرە بەگەشەی جوڵەی بدەن، تا وای لێ دەکەن رۆژ بەرۆژ جوڵەی باش ببێت و پشت بەخۆی ببەستێت و لە پاشدا ماسولکەکانی بەهێزببێت، تا بتەواوی دەتوانێت پێ بگرێت و بەباشی بروات.

ئێستا لە زۆربەی ولاتە پێشکەوتووەکانی جیهان پسپۆری تایبەتی لە سەنتەری تایبەت بە منداڵانی داوندا، ئەو کارانە جێبەجێ دەکەن و وا لە منداڵەکە دەکەن گەشەی تەواو لە هەموو بوارەکانی جوڵەو قسەکردن و خۆراک خواردن و هەناسەدانی تەواو بکات. و بۆ ئەم مەبەستەش دەها کۆمەڵەی نیشتمانیان هەیە بۆ توشبوانی داون.

باری کۆمەڵایەتی و کۆنیشانەی داون

زۆربەی هەرە زۆری یاساکانی ولاتانی جیهان و پارێزەران و دادوەران دان بەوەدا دەنێن کە کەسانی هەڵگری داون، وەک هەموو مرۆڤێکی دیکەی ئەم سەرزەویە مافی تەواوی خۆیان هەیە بۆ ئەوەی دەستەبەری هەموو مافێکیان بۆ بکرێت، هەر لە پەروەردەکردن و خوێندن و پێ گەیاندن و دۆزینەوەی کار بۆیان سەرەڕای پاراستنی کەسێتی و شکۆ کەرامەتیان بە پێچەوانەی هەڵمەتی هەندێک شەپۆلی تایبەتی وەک لە سیەکانی سەدەی رابوردودا لە ئەلمانیای نازی دا رووی دەدا بۆ لەناوبردینان.

ئێستا لە هەندێک ولاتدا رێگە بە پزیشک دەدرێت کە ئەو منداڵەی دەزانرێت مەنگۆلە لە سکی دایکیدا، لەباری ببات.

هەروەها بەردەوام مامۆستایان دەخرێنە کۆرسی تایبەتەوە بۆ ئەوەی لەپاشدا بتوانن وەک پسپۆری پەروەردەی تایبەت هەڵسوکەوت و رەفتار لەگەڵ ئەو جۆرە منداڵانەدا بەشێوەیەکی زانستی بکەن، ئەمە سەرەرای راهێنان و کردنەوەی خولی تایبەت بۆ دایکان تا لە ماڵیشەوە ئەو منداڵانە هەست بە ناموێی و دەستەوسانی نەکەن و وەک مرۆڤ بە تەواوی رەفتاریان لەگەڵدا بکرێت.

یەکێکی دی لەو گرفتانەی کە لە ولاتە پێشکەوتووەکان بیری لێ کراوەتەوە کێشەی ئەو منداڵانەیە پاش مردنی دایک و باوکیان، کە زۆبەی جار براو خوشکەکان ناچنە ژێر بەرپرسێتی بەخێوکردن و پەروەردەیانەوە، لەبەرئەوە هەندێک دەزگای تایبەتی هەن کە چاودێری ئەو منداڵانە دەکەن، هەروەها لە کۆرسی تایبەتدا پایان دەهێنن چۆن خۆیان کارەکانی ژیانیان ڕاپەڕێنن و لە هەندێک جاردا هەر چوار یا پێنج لەو کەسانەی مەنگۆلیان هەیە دەخرێنە ناو خانوێەک یا ئەپارتمانێکەوە بۆ ئەوەی خۆیان کاروبارەکانی ژیانی ڕۆژانەیان ببەن بەڕێوە تەنها چاودێرێکیش لە ڕۆژێکدا جارێک یا لە هەفتەیەکدا جارێک سەریان دەدا و کێشەکانیان چارەسەر دەکات و ئەو کاروبارانەش کە پەیوەستن بە دام و دەزگاکانەوە بۆیان جێبەجێ دەکات و لە زۆر حاڵەتیشدا کاری تایبەتیان بۆ دەدۆزنەوەو موچەیەکیان بۆ دابین دەکەن.

سەرچاوەکان: لە ئەڵقەی پێنجەمدا دێن

گەشتێك بەرەو موشتەری

پەرچڤەی: پەخشان محەمەد ڕەئوف

لە کاتێکدا کەشتی فەزایی (فۆیجەر) بەهێواشی بەسەر هەسارەی موشتەریەوە دەسوڕایەوە دیمەنی شوەبە بریسکەدارەکانیش بۆ خۆیان باکگراوندێکی سەرنج ڕاکێشەریان دروستکردبوو، لە کاتی گزنگیشداو لە ئاسۆی شینەوە کەوانەیەکی ئالتونی لە پروناکی ستوون دەبێت بەسەر سەرەوە کە ئەوەش یەکێکە لە ئەڵقەکانی موشتەریو گەشتەکەشمان بەرەو زەبەلاحی کۆمەڵەی خۆرە.. موشتەری.

هەردوو کەشتی فەزایی (فۆیجەر1)و (فۆیجەر2) لە ساڵی (1979)دا سەرکەوتنی باشیان بەدەستهێنا لە دەستخستنی زانیاری چاك و سەرسوڕهێنەر دەربارەی هەسارەی موشتەریو مانگە دڵرفێنەکانی کەوای لە زاناکان کرد تیۆریو تۆژینەوەی نوێی پەرەپێدراو بەدەستبهێنن دەربارەی هەسارەکە.

موشتەری هەسارەی پێنجەمە لە ڕووی دووری لە خۆرەوەو هەر (12) ساڵی زەمینیو جارێك بەدەوری خۆردا دەسوڕێتەوەو (778) ملیۆن کیلۆمەتر لە خۆرەوە دوورە. قەبارەی هەسارەی موشتەری (1000)ئەوەندەی قەبارەی زەویەو چڕیەی بازنەی یەکسانیەکەی بەئەندازەی یان زیاترە لە مارەی نێوان زەویو مانگو، بارستاییەکەشی بەتەنها (8) ئەوەندەی بارستایی هەر هەشت هەسارەکەی دیکەی کۆمەڵەی خۆر دەبێت، هێزی کێشکردنی موشتەری ئەوەندە زۆرە کە وای لە هەسارەی (مەریخ) کردووە کە لە زەوی نەچێتو خێرایی هەسارۆکەکانی نێوان مەریخو موشتەری بەڕادەیەکی وا کەم بۆتەوە تا وای لێکردون کە وەك یەك تەن دەربکەونو پێکەوە بنووسێنو هەسارۆکە بچووکەکانیش بکەونە پەڵەی (ئۆرت)ەوە کە (150) ملیۆن کیلۆمەتر لە خۆرەوە دوورە.

***بارستاییەکی گەورەی گەرم:.**

هەسارەی موشتەری ڕەق نیە بەڵکو لە سەر ڕووەکەی گازی جۆراوجۆر شەپۆلدەدەن کە وەك بەرگێك تووندوتۆڵ دەردەکەوێت کە هێڵی تاریکی تیا بێت، هەرچەندە بەرەو قوڵایی ئەو بەرگە بڕۆین چڕی گازەکان زیاد دەکات تا لە کۆتاییدا دەبنە شل، پەستانی ناوجەرگەی هەسارەکە (100) ملیۆن جار لە پەستانی زەپۆشی زەوی زیاترەو بەهۆی ئەو پەستان زۆریەی ناوجەرگەکەی تەنها هایدرۆجینو بەرگێکی بەردینی لە ئاسنو سلیکات لە ناوجەرگەکەیدا دەبێت.

هەسارەی موشتەری زۆر بەخێرایی بەدەوری خۆیدا دەخولێتەوە کە یەك خول لە (10)کاژێردا تەواو دەکات، بەوەش هەسارەکە فووتێکراو دەبێت لە ناوچەی هێڵی یەکسانیدا، ئەو خێراییە زۆرەیش هۆکارێکی دروستبوونی

پشتێنەی ڕەنگاوڕەنگە بەدەوری هەسارەکەدا، کە بریتین لە هەوری بلاوبوەوە بەئاراستەی تەریبی هێڵی یەکسانیەکەی، ئەو پشتێنەش بەشێوەی ڕەنگی نزیک بەیەک دەردەکەون وەک ڕەنگەکانی پرتەقاڵی و قاوەیی و خۆڵەمێشی و شین و زەردو ئەو ڕەنگانە بەردەوام لە تێکچوون و گۆڕانکاریدان بەجۆرێک هەرچەند ڕۆژێک و جارێک دەگۆڕێن. بواره موگناتیسیە بەهێزەکەی موشتەری و خۆرەباو بواری موگناتیسی مانگە نزیکەکانی بەجۆرێکی ئاڵۆز کارلێک دەکەن کە دەبێتە هۆی ناردنی نیشانەی ڕادیۆیی خولی و دروستبوونی چەند کارلێکێکی کیمیایی سەیرو ئاڵۆز لە سەر مانگە جیاجیاکانی.

لە زۆر ڕووەوە موشتەری زیاتر لەوەدەچێت کە ئەستێرەبێت نەک هەسارە، چونکە هەر خۆی سەرچاوەی گەرمیەو ئەو گەرمیەی لێیدەردەچێت دەکاتە (1.6)ئەوەندەی ئەو گەرمیەی کە لە خۆرەوە پێی دەگات، کە ئەوەش بەڵگەیە لە سەر بوونی سەرچاوەیەکی گەرمیدەر لە ناو هەسارەکەدا کە لەوانەیە پاشماوەی ئەو گازە گەرمەیە کەمینە بێت کە لە کاتی دروستبوونی هەسارەکەدا هەبووبێت.

***پەڵە سوورە نادیارەکە:.**

بەسەر ڕووی موشتەری ڕەشەباو گێژەڵووکەی بەهێزی وا هەڵدەکات کە هیچ شتێک لە بەردەمیدا خۆی ناگرێت، ئەو با بەهێزانەش لە ئەنجامی ڕۆیشتنی بەردوام و زۆر خێرای تەوژمە گازیەکانی سەر ڕووەکەیەوە دروستدەبێت کە خێراییان زیاد لە (300کم/کاژێر) دەبێت، پەڵەسوورەکەش یەکێکە لەو پەڵە سوورە زۆر گەورە گازیانەی کە ناوچەی پەستان بەرزەکەی دەکەوێتە بەشی باشووری هەسارەکە نزیک بەهێڵی یەکسانی، کە پانیەکەی سێ هێندی تیرەی زەوی دەبێت، هەموو شەش ڕۆژ جارێک ئەو پەڵە سوورە بەپێچەوانەی جوواڵەی میلی کاتژمێر بەدەوری هەسارەکەدا دەسوڕێتەوە، بەرزی ئەو پەڵەیە (8کم) لە سەروو لوتکەی پەڵە هەوریە دراوسێکانیەوە دەبێت، بەپێی وێنە یەک لە دواییەکەکانی کەشتی (فۆیجەر) جوڵەی بەردەوام هەیە لە نێوو دەرەوەی پەڵەکە، هەروەها وێنەکان چۆنیەتی کارلێکردنی لەگەڵ هەورە دراوسێکان و پەڵە زەردەکانی ڕووندەکاتەوە کە ساردترن لە پەڵە سوورەکە خۆی، ئەوەش دەرکەوتووە کە پەڵە هەوری سپی خۆی دەکات بەنێو بواری سوڕانەوەی پەڵە سوورەکەو ئینجا بەتوندی فڕێ دەدرێتە دەرەوە، هەروەها سێ ناوچەی هێلکەیش دۆزراونەتەوەو ئەوانیش نادیارن و نازانرێت چین؟ وا دەردەکەوێت کە ئەو پەڵە سوورە تا ڕادەیەکی زۆر جێگیر بێت هەر لەو کاتەوەی کە مرۆڤ هەستی بەبوونی کردووە لە پێش (350) ساڵ لەمەوبەرەوە، هەندێک جار زۆر بەجوانی دەردەکەوێت و هەندێک جاری دیکەش بەتەواوی دیار نامێنێت و ڕەنگەکانی وون دەبن بۆ ماوەی چەند ساڵێک.

هەسارەی موشتەری تا ئێستا (16) مانگی دۆزراونەتەوە کە هەریەکەیان بۆ خۆی جیهانێکی وون و نادیارن و هەریەکەیان سیفەت و کەسایەتی تایبەت بەخۆیانیان هەیە، چوار لە مانگە نزیکە ناوەکیەکانیان گالیلۆ لە ساڵی (1610)دا دۆزینیەوە کە بۆ یەکەم جار بەتەلسکۆبەکەی سەیری هەسارەی موشتەری کردو ئەو چوار مانگەش بە(مانگەکانی گالیلۆ) دەناسرێت کە ئەمانەن (ئایۆ، یوروبا، گانیمید، گالیستۆ)، گانیمید بەگەورەترین مانگی کۆمەڵەی خۆر دادەنرێت کە تیرەکەی دەگاتە (5300کم)و لە هەسارەی عوتارد گەورەترە.

مانگەکانی گالیلۆ ڕۆڵێکی باشیان دی لە مێژووی گەردوونیدا، چونکە سوڕانەوەی ئەو چوار مانگە بەدەوری موشتەریدا بۆ خۆی کۆمەڵەیەکی خۆری بچووک دەردەکەوتن کە بەوەش ئەو ڕایەی زانا (کۆپەرنیکۆس) بەهێزدەبوو کە دەیووت هەسارەکان هەموو بەدەوری خۆردا دەسوڕێنەوەو زەوی جێگیرو وەستاو نیە.

گەورەترین کتوپڕی کە ڕووبەڕووی کەشتی فەزایی (فۆیجەر) هاتووە ئەو سەیروسەرمەرەیەی مانگی (ئایۆ)یە کە لە قەوارەی مانگی گۆی زەویدایەو زۆرترین دەمە بورکانی تێدایە کە تا ئێستا شوێنەکانی نۆ دەمە بورکان لە سەر ڕووەکەی دیاریکراوە کە لە دەمەکانیانەوە شاڵاوی بورکانی لە گۆگردو ئاوێتەکانی کە تۆکڵی مانگەکە گەرمو نەرم دەکەنەوەو لە ژێر کاریگەری هەڵکشان و داکشاندا کە بەهۆی هێزی کێشکردنی گەورەی موشتەریەوەیە، نوتەکی دیار لە سەر ڕووی مانگەکە دروستدەبێت، لەبەرئەوەی کە خولگەیەکی نابازنەیی هەیە بۆیە نوتەکەکان بۆ پێشەوەو دواوە دەردەچن و ڕووی تۆکڵی مانگەکە لارو نارێک دەبێت،

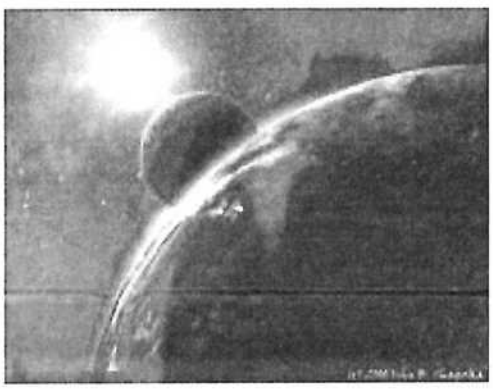
لە ئەنجامی فشارو کشانی زۆردا لێکخشاندنە گەرماییەکی وا زۆر دروست دەبێت کە ناوجەرگەی مانگە کە دەتوێنێتەوەو شالاوی گڕکانی دروست دەکەن.

زاناکان ئەوەشیان بۆ دەرکەوتووە کە مانگی (ئایۆ) لە گاتی سوڕانەوەی بەدەوری موشتەریدا تەنۆلکەی سەرەتایی دەردەکەن کە لە ئەنجامی چالاکی گڕکانییەوە پەیدا دەبێتو کەشتی (فۆیجەر)یش ئەوەی دەرخستووە.

***گەڕان بەدوای ئەگەری بوونی ژیان:.**

مانگی (یورپا) کە لەڕووی قەبارەو پێکهاتە بەردیەکەیەوە هەر لە (ئایۆ) دەچێت، بەڵام خولگەی (یورپا) زۆر دوورە لە موشتەریەوە لەبەرئەوە ئەو مانگە هەفتەی یەک جار گەرم دەبێت بەهۆی دیاردەی هەڵکشانو داکشانەوە، زاناکان وا دادەنێن کە ناوچەیەک هەبێت لە ژێر توێکڵە سەهۆڵینە تەنکەکەیدا کە کاریگەری هەڵکشانو داکشانی لەسەربێت، هەرچی ڕووەکەیەتی سافو بێ نوتەکو بێ دەمە گڕکانەو تەنها بوونی چەند هێڵێکی تاریک لە سەر ڕووەکەی بەدی دەکرێت.

چالاکی تیشکاوەری ناوەکیو گەرم بوون بەهۆی هێزی کێشکردنەوە (هەروەک ئەوەی لە مانگی (ئەیو)دا ڕوودەدات) کە مانگەکە گەرم دەکاتو وا دەکات کە چینێکی تەنک لە سەهۆڵ لەسەر ڕووەکەی هەبێت، لەبەرئەوەی لەوانەیە کە ئاوو هەندێک گەرمی لەسەر ڕووەکەی هەبێت بۆیە زاناکان وادەبینن کە جێگای خۆیەتی کە بەدوای ژیاندا بگەڕێن لە سەر ئەو مانگە.



بەڵام دوو مانگە دەرەکیەکانیش (گانیمی د.گالیستۆ) کە دوانەن هەریەکەیان نیوەیان سەهۆڵەو نیوەکەی دیکەیان بەردینە، ڕووی (گانیمید)ی سەهۆڵی تووشی داقلێشاندنو لافاوی بەردەوام بووە کە بۆتە هۆی دروستبوونی چاڵو چۆڵی قوڵو گەورە لەسەر ڕووەکەی، هەرچی مانگی (گالیستۆ)یە پڕیەتی لە دەمە گڕکانو بەدەوریدا بازنەی گەورەی هاوچەق بەرەو دەرەوە دڕێژدەبنەوە تا مەودای (2000کم) کە دەمە گڕکانی وای تێدایە وەک چاوی (ڤالهالا) کە نزیکەی (10) بازنەی هاوچەقی هەیەو ئەو چاوە لە ئەنجامی بەرکەوتنی نەیزەکێکەوە دروستبووە کە پارچەکانی پاشماوەی بەرکەوتنەکە لە شوێنی بەرکەوتنەکە دوورکەوتونەتەوەو بەستویانەو ئەو چاڵەیان دروستکردووە.

***ئەڵقەکانی موشتەری:.**

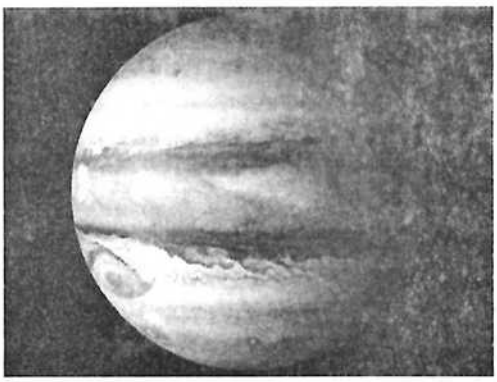
هەرچەندە بڕوا وا بووە کە هەسارەی موشتەری ئەڵقەی نیە، بەڵام کەشتی فەزایی (فۆیجەر1) وا بەرنامەڕێژ کرابوو کە بگەڕێت بەدوای ئەو ئەڵقانەدا، هەر وەک چۆن ئەڵقەکانی زوحەل دۆزراوەو ئاشکرابوونو ئەڵقەکەی هەسارەی (ئۆڕانۆس)یش چەند ساڵێک پێش ئەڵقەکانی زوحەل دۆزرایەوە.

کاتێک وێنەکانی (فۆیجەر1) دەریخست کە ئەڵقە بەدەوری موشتەریدا هەیە، لە گرنگترین ئامانجەکانی (فۆیجەر2) ئەوەبوو کە وێنەی ئەو ئەڵقانە بگرێت لە چەند لایەکەوە، ئەڵقەکان بەشێوەیەکی چاوەڕوان نەکراو زۆر پڕشنگدار دەرکەوتن کە ئەوەش لەوانەیە بەڵگەی بوونی تەنۆلکەی وا بێت کە ڕووناکیەکان بەئاڕاستەی ئێمە پەرش دەکاتەوە. پاش دووبارەکردنەوەی شیکردنەوەی وێنەکانی هەردوو کەشتی (فۆیجەر) لە ساڵی (1985)دا دەرکەوتووە کە ئەڵقەکانی دەوری موشتەری بەسێ شێوە دەردەکەون؛ یەکێکی سەرەکی ڕووناکی کز کە دەکەوێتە سەرو هەورەکانی دەوری هەسارەکەو، یەکێکی ناوەکی کزتر دی، بەڵام ئەستورترو بەڵام ئەڵقەی سێیەم مڵو تەنکەو بەرەو دەرەوەی هەسارەکەو بەدەوری هەسارەکەدا دڕێژدەبێتەوە.

کەشتی فەزایی (فۆیجەر1) دەریخست کە سێ مانگی بچوکی بەردینی بەناوی (میتس)، (ئیندارستی)و (سیب) لە نێوان مانگی (ئەیۆ)و هەسارەی موشتەریدا بەدەوری هەسارەی موشتەریدا دەسوڕێنەوە، ئەو مانگە بچوکانە تەنۆلکەی بچوکی وا دەردەکەن کە ئەوانەن ئەڵقە تەنکەکانی دەوری موشتەری دروستدەکەن، هەندێک لەو تەنۆلکانە بەشێوەیەکی لولپێچی دەڕۆن بەرەو ناوەوەو خەرمانەیەک دروستدەکەن کە تازە پۆشی موشتەری دڕێژدەبێتەوە، هەندێکی دیکەیان پەردەیەکی تەنک دروستدەکەن کە بەرەو دەرەوە دڕێژدەبێتەوە، ئەڵقەکانو مانگەکانی موشتەری لە نێو ناوەندێکی پڕ لە تیشکی چڕوپڕ لە ئەلکترۆنو ئایۆندا دەبنو هەمووشیان لە نێو بواری موگناتیسی بەهێزی هەسارەکەدا دەبن.

گەشتە فەزاییەکانی کراون بۆ هەسارەی موشتەری دەریانخستووە کە هەسارەکە بواریکی موگناتیسی بەهێزی شێوە ئەڵقەیی هەیەو بریتیە لە چەند پشتێنەیەک وەک پشتێنەکانی (ڤان ئالن)ی گۆی زەوی، کە لەوێدا پرۆتۆنو

ئەلکترۆنە وزە بەرزەکان دەگیردرێن، ناوەڕاستی ئەڵقەی بوارە موگناتیسییەکە لە سوپرانەوەی بەردەوامدایە و بەشی دەرەوەشی کارلێک دەکات لەگەڵ خۆرەبا لە دووری (7) ملیۆن کیلۆمەترەوە و پرتە ڕووناکی دەنێرن هەروەک ئەستێرەی دەریا، و شەپۆلێکی ڕاتەکاندن دروست دەکەن و هەرکاتێکیش خۆرەبا کە بەهێزبوو ئەوا بوارە موگناتیسیە دەرەکییەکە بەرەو ناوەوە دەنێررێتەوە. هەرچەندە هەسارەی موشتەری بوارێکی موگناتیسیی بەهێزی هەیە کە (13)هێندەی هێزی کێشکردنی ڕووی زەویە، بەڵام ئەو بوارە تێکچوو شێواوە بەهۆی ئایۆنەکانی گۆگرد و ئۆکسجین کە لە مانگی (ئایۆ)وە دێن، چونکە بەرگە موگناتیسییەکەی موشتەری لەگەڵ موشتەریدا دەسوڕێتەوە و نزیک دەبێتەوە لە مانگی (ئایۆ) و چەند تەنێک لە ماددەی ئ̇ڕادەکێشێت لە ماوەی چەند چرکەیەکداو لە ئەنجامدا دەدرەوشێنەوە و تیشکی سەروبنەوشەیی دەردەکەن، لەبەرئەوەی ئەو ئایۆنە قورسانە لە هەسارەی موشتەریەوە دەردەچن دەبنە هۆی فووتێکردنی بەرگە موگناتیسییەکەی هەسارەکەو گەورەبوونی بۆ دوو هێندەی جارانی، هەندێک لە ئایۆنەکانی گۆگرد و ئۆکسجین بەدرێژایی بوارەکە دەنیشن و لەئەنجامی ئەوەشدا شەفەقێکی چڕی سەروبنەوشەیی دروستدەکەن.



لە میانەی جوڵەی مانگی (ئەیۆ) بەنێو بواری موگناتیسی موشتەری، ئەو مانگە هەروەک دینەمۆیەک گەورە کاردەکات و (400) هەزار ڤۆڵت لەسەر تیرەی بوارەکەدا دروستدەکات کە تەزوویەک دروستدەکات نزیکەی (3)ملیۆن ئەمپێر دەبێت، ئەو تەزووەش بەدرێژایی بوارە موگناتیسییەکە دەڕوات تا دەگاتە چینی ئایۆنۆسفیری موشتەری و کە ئەوەش دەبێتە هۆی ڕوودانی تەقینەوەی گەورە لە شەپۆلی ڕادیۆیی لە بەرگە زەپۆشی هەسارەی زەبەلاحدا.

*** زەپۆشی موشتەری:**

زەپۆشی موشتەری دەریایەکی گۆڕاوە لە پەڵە هەوری بەرزبووەوە و دابەزیوی ڕەنگاوڕەنگ، هێزی زۆری گێژەڵووکەو بایەکان هەورەکان دەدرێنێت و خێرایی جوڵەیان زیاد دەکات و، بەشی زۆری پێکهاتەی زەپۆشەکەشی گازی هایدرۆجینەو ڕێژەی گازی هیلیۆمیش لە (10٪) تێپەڕ ناکات، و کەمێک لە گازی دیکەی وەک میسان و ئایترۆجین بەشەکانی سەرەوەی زەپۆشەکەشی زۆر ساردەو پلەی گەرمیەکەی (−130)°س دەبێت، چەند شریتێکی بریقەداریش هەن کە بە(نیتاقەکان) ناودەبرێن و شریتی تاریکیش هەن کە بە(پشتێنە) ناودەبرێن، کە بریتین لە گازە داکەوتووەکان و بەزۆری لوتکەکانی ئەو پشتێنە تاریکانە نزمن بە(25کم) لە خوار ناوچە ڕووناکەکانەوەن بۆیە گەرمترن.

یەکەمین بینینی هەسارەی موشتەری بەهۆی کەشتیە ئاسمانیەکانەوە بوو، چونکە ئەو بینینە زۆر جیاوازە لە بینینی هەسارەکە بەهۆی تەلسکۆبە زەمینیەکانەوە، کەشتیە فەزاییەکانیش بەرەو جەمسەرەکانی هەسارەکە دەڕۆیشتن لە بەر دوو هۆ، یەکەمیان بەهۆی پشتێنە تیشکدانی چڕوپڕی ناوچەکانی دیکەی کە زیان بدەن لە کەشتیەکان و، دووەمیان چونکە زاناکان ناتوانن لە سەر زەویەوە جەمسەرەکان ببینن چونکە تەوەرەی موشتەری نزیکەی لەوەی ستوون بێت لە سەر خولگەی زەوی بەدەوری خۆردا، بۆیە زاناکان زۆر بەپەرۆش بوون بۆ بینینی جەمسەرەکانی موشتەری لە هێڵەپانەکانی سەرەوەی هەسارەکە کە لەهێڵی یەکسانیەوە سەیریان دەکەین بەتەواوی جوڵەی پشتێنە هەوریەکە دەوەستێ و دەگۆڕدرێت بۆ گێژەڵوکەو بایەکی تەوژم چەواشە، هەورەکانی ئەو ناوچانەش بەزۆری بریتین لە دەنکۆڵەی سەهۆڵین لە نایترۆجین. هەورە نزمەکانیش تاپادەیەک تاریکن و لە هەوری زەوی دەچن.

هەواو زەپۆشی موشتەری دەکوڵێت، بەڵام خێرا خولانەوەی هەسارەکە بەدەوری خۆیدا وای کردووە کە ئەو کرداری کۆڵاندنە ڕێکبخات، هەوا گەرمەکە سەر دەکەوێت بۆ ناوچە ڕووناکەکان و لەگەڵ خۆیدا هەڵمی نایترۆجین دەبات و لەو ناوچانەدا دەبنە سەهۆڵ، کاتێک ئەو هەورە بەرزانە سارد دەبنەوە و دادەبارنە سەر ناوچە تاریک و گەرمەکان و لەو ڕێگایەشەوە موشتەری خۆی دەرباز دەکات لەو گەرمیە زیادەیەی هەیەتی.

لە ناوەڕاستی ماوەی نێوان ڕووی موشتەرو چەقەکەیدا لە بەر زۆری فشارو بەرزی پلەی گەرمی ئەو گازی هایدرۆجینەی هەیە وەک کانزایەکی تواوە کار دەکات و بڕێکی باش لە تەزووی کارەبا دروست دەکات کە زاناکان وا دەبینن کە ئەو تەزووە کارەبایە زۆرەی هەسارەکەش سەرچاوەی ئەو بوارە موگناتیسیە زۆر بەهێزەی هەسارەکە بێت کە خۆی دەگەیەنێتە خولگەی مانگەکانی.

هەرچەندە گەشتی فەزایی زۆرترو زیاترو وردتر بکرێت بۆ سەر هەسارەی موشتەری ئەوا نەهێنی زیاترو زانیاری زۆرتر بەدەست دەهێنرێت دەربارەی ئو هەسارە زەبەلاحەی کۆمەڵەی خۆرەکەی خۆمان.

چەمکی کات لە تیۆری ڕێژەییدا

نوسینی: جەمال محەمەد ئەمین
پسپۆڕی فیزیک

زانا ئیسحاق نیوتن باوکی فیزیای کلاسیکی بەم جۆرە باس لەکات دەکات:

(کاتی بیرکاری ڕاستەقینەی ڕەها، بەشێوەیەکی یەکسانو وەک یەک بەهەموو لایەکدا دەڕوات بەبێ ئەوەی هیچ پەیوەندی بەهۆکاری دەرەکییەوە هەبێت..)

کاتێك نیوتن ئەو چەند وشەیە تۆمار دەکات دەربارەی کات، خۆی چاك دەزانێت کەئەو باس لەدۆزینەوەیەکی نوێ ناکات تا گفتوگۆو وتوویژ هەڵبگرێت، بەڵکو ئەو مەبەستیەتی کەچەمکە زانراوەکان دەربارەی کات لە دەقێکی زانستیانەدا بخاتە بەردەست، بەکورتی مەبەستی نیوتن ئەوەیە کە (کات) بەشێوەیەکی چونیەك بەهەموو لاکانی گەردووندا دەڕوات بوونێکی ڕەهای هەیەو پەیوەندی بەهیچ هۆکارێکی دەرەکی خۆیەوە نیە، ئەوەش چەمکێکە کە بۆ ماوەیەکی زۆر دوورو درێژ هەموو زاناکانو فەیلسوفەکان پێی قایل بوونو بێ هیچ ملەجڕێو نکوڵی کردن وەریانگرتووە.

بەڵام زانا ئەلبێرت ئەنشتاین بەو چەمکە کلاسیکیەی کات قایل نیەو نەك هەرکات لای ئەنشتاین ڕێژەییەو ڕەها نیە بەڵکو ئەو هەموو چەمکە کلاسیکیەکان بەڕێژەیی دادەنێتو بەرگری ڕەهایی لەهەموویان دادەماڵێت.

گەردوون لەلای ئەنشتاین لەچوار دووری پێکدێت کەسیانیان دووری (شوێنن) و ڕێژەیین، چوارەمیشیان (کاتە) کە دەبێت ئەویش هەر ڕێژەیی بێت. پێش ئەوەی باس لەکات بکەین لەتیۆری ڕێژەییدا، جێی خۆیەتی بزانین چەند جۆر کات هەیە، دەتوانین چوار مانا بۆ کات دیاری بکەین:

1/کاتی گریمان Conceptual Time:- ئەوەش ئەوکاتەیە کە لە زانستی جۆلەی تیۆریدا (Theoretical Dyn.) مامەڵەی پێدەکرێتو ئەو (کاتە) وەك بابەتێکی بیری

ڕووت بـــەدرێژایی چارەســـەرکردنی گـــۆڕان و جوواڵـــە دەمێنێتەوەو هەرکات بەشێوەی کرداریانە مامەڵەی لەگەڵدا کرا ئەوا بێ مانا دەبێت، بەپێی ئەو مانایە بۆ ئەو (کاتـە) لێرەدا کات دابڕاو دەبێت لەکارتێکەری دەرەکی و یەک دووری دەبێت و تێگەیشتنی گرانە، زانای دیراک هەوڵیدا چارەسەری ئەو بابەتە بکات و تاپادەیەکی باشیش چارەسەری کرد.

2/کاتی ڕاستی (هەستپێکراو) (Percetual Time) :-

ئەمیش ئەوکاتە کە لەلایەن هەستە خۆییەکانەوە درکی پێدەکرێت و هەر کاتێک ئەو هەستانە نەمان ئەوا (کاتی) ڕاستیش نامێنێت، ئەم (کات)ە ناکرێت وەک بیرێکی ڕووت وەک کاتی گریمانی دابنرێت چونکە قەتیس ماو دەبێت تەنها لەهەستە خۆییەکانداو، لەبەرئـەوەی ڕووداوەکـانیش وەک زنجیرەیەکی یەک بەدوای یەک ڕوودەدەن و لەگەڵیشیاندا کاتی هەستپێکراو دەبێت بۆیە ئەوکاتە یـەک دووری و یـەک ئاڕاستە دەبێت.

3/کـاتی فیزیـاوی (Physical Time) :- بریتیـە لـەو (کاتـە)ی کـە لـەدونیای فیزیـادا بـەکاردێت، بـۆ ژمـێرکردنی جووڵەو گۆڕانی شـوێن، بـۆ نمـوونـە کـاتی فیزیـاوی بریتیـە لەساڵو ڕۆژو کاژێرو خولەک، دەکرێت بڵێین کاتی فیزیاوی تێکەڵێکـە لـەکاتی گریمـانی و کـاتی هەسـتپێکراو، کـاتی فیزیایی بەندە بەجوڵەی تەنەکانەوە کەیەکێکە لەسیفەتەکانی مادده بەهەردوو شێوەکەی وەستاوی (بارستایی) و جووڵاوی (وزە)، بۆیە کـاتی فیزیـایی بریتیـە لەگوێزانـەوە لەشـوێنی فیزیاییدا.

4/کاتی ڕەها (Absolute Time) :- ئەمـەش ئەوکاتەیـە کـەکاتی خـۆی زانـا نیوتـن ئامـاژەی بـۆ کـردو بەشـێوەیەکی یەکسـان بەهـەموو لایـەکدا دەڕوات، و زانـا نیوتـن ئامـاژەی بەوەش دا بوو کـە دەکرێـت کـاتی ڕەهـا ڕێکبخرێـت، ئەگـەر توانرا کاتژمێرێکی وا دروستبکرێت کەنیشانەی دیـاریکراو بـدات لەکاتـە یەکسـانەکاندا، ئـەوا دەبێـت ئـەو کـاتژمێرە بەپێوانـەیی دابـنرێت و کاتژمێرەکـانی دیکـەی لەســەر ڕێکبخرێت، بەبێ ئەوەی گوێ بدرێتـە دووریـە شـوێنیەکان، بەڵام کەئەنشتاین هات ئەوکاتە ڕەهایەی ڕەت کردەوەو هەموو کاتی بەکاتی فیزیایی دانا.

یەکەی پێوانەکردنی کات لەسەر زەوی بریتیە لە (ڕۆژ) و پارچـەکانی وەک کـاژێرو خولـەک و چرکـەو لـە (ڕۆژ) یـش گـەورەتر مـانگو سـاڵو سـەدەیە، ڕۆژ ئەوکاتەیـە کـە زەوی دەیخایـەنێت بـۆ تـەواوکردنی یـەک خـول بـەدەوری خۆیـدا، ساڵیش لەسەر زەوی بریتیە لەکاتی تەواوکردنی یـەک سـوڕی تەواوی زەوی بـەدەوری خۆردا، هـەر هەسـارەو ڕۆژو سـاڵی خۆی هەیە جیاواز لەوانی دی، بۆ نمونە ساڵی بلۆتۆ دەکاتە (248) ساڵی نێمەو ساڵی عوتارد تەنها سێ مانگە، بێگومان ئـەو جیاوازیـەی کـات لەسـەر هەسـارەکانی کۆمەڵـەی خـۆر کارێکی وا دەکات کەنەتوانرێت پێوەرێکی پێوانەیی بۆ کات دابنرێت، ئایا کام (ڕۆژ) لەڕۆژەکانی سەر هەسارەکان بکەین بە پێوەر؟ خۆ ئەگەر کاتی سەر زەویمان کردە پێوانەیی ئەوا گرفتـــی وا ســـەرهەڵدەدات دەربـــارەی کســـات خـــۆی کەچاوەڕوانکراو نیە، چونکە گەردوون ئەوەندە فراوانە کـە ناکرێت پێوەرە ئاساییەکانی سـەر زەوی وەک (م، کـە، میـل) بەکاربهێنین بـۆ زانینـی دوورییـەکانی، بۆیـە یەکـەی (ساڵی) ڕووناکی بەکاردەهێنین کەبریتیە لـەو ماوەیـەی کە ڕووناکی دەیـبڕێت لـەماوەی یـەک سـاڵدا، ڕووناکیش بـەو خێرابیـە گـەورەی کـە گـەورەترین خێرابیـە لـەم گەردوونـەو بڕەکـەی (300000کم/چرکە)یە، واتـە لـەماوەی یـەک چرکـەدا ڕووناکی حـەوت جارو نیـو بـەدەوری زەویـدا دەسـوڕێتەوە، ڕووناکی لەمانگـەوە دەگاتـە زەوی بـە (3/1 1) چرکـەو لـەخۆرەوە ڕووناکی بە (8) خولەک دەمانگاتێ و، لەنزیکترین ئەستێرەوە کە (ئەلفاقە نتوروسە) ڕووناکی بـەچوار ساڵ دەگاتـە سـەر زەوی، واتـە مـاوەی نێـوان مـانگو زەوی (3/1 1) چرکـەی ڕووناکیەو ماوەی نێوان خۆرو زەوی (8) خولەکی ڕووناکیـەو ماوەی نێوان نزیکترین ئەستێرەو زەوی (4) سـاڵی ڕووناکیە، دەبـا خوێنـەری بـەڕێز تێبینـی بکـات کـەپێوەری کـاتی بـەکاردەهێنین بـۆ دەرخسـتنی دووری نێـوان پێکنـەرەکانی گـەردوون واتـە (شـوێنەکان)، خـۆ ئەگـەر تـەقینەوەیـەک لەسـەر نزیکترین ئەستێرە لەزەویـەوە ڕووبـدات ئـەوا پـاش (4) سـاڵ

ئێمەی مرۆڤ دەنگو باسی ئەو تەقینەوەمان پێدەگات، تیرەی مەجەرەی ڕێگای شیریش (80) هەزار ساڵی ڕووناکیە، واتە ڕووناکی لەمسەری مەجەرەکەوە بە (80) هەزار ساڵ دەگاتە ئەو سەری! ئەوە هەمووی لەسنوری مەجەرەکەی خۆماندا، خۆ ئەگەر باس لەمەجەرەکانی دیکە بکەین ئەوا ماوەکان ژمارەی وا دەردەچن کە ناچنە عەقڵەوە، بەهۆی تەلسکۆپە نوێیەکانەوە مەجەرەی وا دۆزراوەتەوە کەلەدووری هەزار ملیۆن ساڵی ڕووناکیەوەیە!!، زانا (شارلییە)ش تیرەی گەردوونی بە (10) هەزار ملیۆن ساڵی ڕووناکی داناوە، واتە ئەگەر ڕووداوێك لەمەجەرەیەك لەلایەکی گەردوون ڕوویدا ئەوا پاش (10) هەزار ملیۆن ساڵ هەواڵەکەی دەگات بەلاکەی دیکەی گەردوون.

لەوانەی پێشووەوە دەردەکەوێت کەکات بابەتێکی ئاڵۆزەو هەروا بەئاسانی و سانایی نایەتە بەردەست، کاتی هەموو گەردوون یەك کات نیەو پچڕپچڕو جیاوازەو لەهەمووشی گرنگتر کاتی ڕەها نیە وەك نیوتن بۆیچووە بەڵکو کات ڕێژەییە، جگە لەوانەش ڕەگەزەکانی تۆمارکردنی کات بریتین لە (یەکە) و (خاڵی دەست بەپێوانەکردنەکە) (Recoring) دەتوانین پێوانەکردنەکە بەکاتی بەغداد یان پاریس یان واشنتن وەربگرین کەئەوانەش خاڵی دەست بەپێوانە کردنی جیاوازن و، دەشتوانرێت یەکەی پێوانەکردنی کاتەکە بەچرکەو خولەك و کاژێرو ڕۆژ وەربگیررێن کە ئەوەش جیاوازیە لەیەکەکاندا، واتە میتۆدێکی دیاریکراو نیە بۆ دیاریکردنی کات هەروەها شوێنیش هەر بۆیە بۆماوەیەکی زۆر ئەو دوانە (کات و شوێن) بەدوو هێندەی جیاواز دادەنران، بەڵام بەپێی تیۆری ڕێژەیی ئەو جیاوازیە نیەو دەتوانرێت وا سەیری ئەو دوو هێندە بکرێت کەوا بەستەی یەك بن و ڕێژەیشن، بۆ نمونە کاتێك ڕووداوێك لەشوێنێکی سەرزەویدا روودەدات ئەوا تۆمارکردنی ئەو ڕووداوە لەشوێنی ڕووداوەکەو لەدوو شوێنی دیکەدا جیاواز دەبن لەشوێنێکدا تۆمارکردنەکە پێش یان دوای تۆمارکردنەکەی شوێنێکی دی دەبێت، بۆ زیاتر ڕوونکردنەوە ئەگەر ڕووداوێکی خۆش (پشت بەخوا ڕووداوەکان هەر خۆش دەبن) لەشاری سلێمانی و لەکات ژمێر (6)ی سەرلەبەیانی ڕوویدا ئەوا ئەو ڕووداوە لەکات ژمێر (10)ی شەوی ئەمەریکا تۆمار دەکرێت و کەهێشتا لەئەمەریکا ڕۆژە کۆنەکەی پێش ئەو ڕۆژەی لای خۆمانەو، لەیابان ڕووداوەکە لەکاتژمێر (12)ی نیوەڕۆ تۆمار دەکرێت ئەمە ئەگەر هەواڵی ڕووداوەکە کتوپڕ بگاتە ئەو شوێنانە، واتە سەیر دەکەین کات و شوێن لەیەك کاتدا تێکهەڵکێشن و وابەستەی یەکترن و دوو هێندی جیاواز نین، هەربۆیە دووری (کات) زیادکراوە (بەپێی ڕێژەیی) بۆ سێ دووریەکەی دیکە (درێژی، پانی، بەرزی) لەبونیادی گەردوون دا.

جگە لەوانەش و لە هەمووی سەیرتر بەپێی تیۆری ڕێژەیی (کات) بەشێوەی چوونیەك بەگەردووندا بەهەموو لایەکدا بڵاو نابێتەوە وەك نیوتن بۆیچووە، بەڵکو بەپێی ڕێژەیی کات کەموزیاد دەکات بەپێی بارودۆخی دیاریکراو و شوێنی دیاریکراو! مەبەستیش لەو بارودۆخە بارودۆخی خۆیی نیە کە هەستپێکردنی چاودێر بگرێتەوە، واتە بۆ نمونە کاتێك یەکێك لەباریکی خۆش و حەواوە دەبێت وا هەست دەکات کە کاتەکەی زۆر بەخێرایی لێبڕوات، یان بەپێچەوانەوە ئەو کەسە لەباریکی ناڕەحەت و ناخۆشدایەو وا هەستدەکات کەکاتی بەهێواشی لێدەڕوات، مەبەست لەبارودۆخ ئەوانە هیچیان نیە، چونکە ئەو گۆڕانەی لەکاتدا ڕووەدات لەو دوبارەدا دەگەڕێتەوە بۆ هەستو درکی ئەو کەسە خۆی و هیچ لەنرخی (کات)ی زانستی واتە لەکاژێرەکان ناگۆڕێت، مەبەستی ئەنشتاین زیادو کەم کردنی کات نیە بەگوێرەی هەستی ئەو بەڕێزە، بەڵکو مەبەستی ئەنشتاین لەکەمو زیاد بوونی کات بەپێی بارودۆخ و شوێنی دیاریکراو گۆڕانی نرخی کاتە زانستیەکەیە لەو بارانەدا.

مەبەستی ئەنشتاین ئەوەیە کە (کات) دەگۆڕێت بەگۆڕانی خێرایی و ئەوەش لەتیۆری ڕێژەیی تایبەتی بەدرێژی باسکراوە، هەروەها (کات) دەگۆڕێت بەگۆڕانی بارستایی و ئەوەش بەدرێژی لەتیۆری ڕێژەیی گشتی باسکراوە.

بەنموونەیەکی سادە چۆنیەتی گۆڕانی کات بەگۆڕانی خێرایی ڕوون دەکەینەوە، بەڵام دەبێت ئەوە بزانین کەئەم

نمونانەی باسیان دەکەین ئێستا جێبەجێ ناکرێن و لەداهاتوودا لەوانەیە جێبەجێ بکرێن، ئەمەش نمورنەکەیە، ئەگەر دوو هاوڕێ یەکێکیان گەشت بکات بەرەو فەزاو هەریەکەیان خاوەنی کاتژمێرێکی سیحری زۆر وردی هەبێت، یەکێکیان کەشتیەکی فەزایی هەبێت کەخێرایییەکەی نزیک بەخێرایی پووناکی بێت و ئەوی دیکەشیان خاوەنی پوانگەیەکی نەمەندە ورد بێت کەبزانێت چی لەناو کەشتیەکەدا پرووەدات و چاودێری کاتژمێرە سیحراویەکەی ناو کەشتیەکەش دەکات هەر لەسەر زەویەوە، ئێستا ئەگەر هاوڕێ فەزاییەکە دەست بەگەشتەکەی بکات بەرەو هەسارەی موشتەری و لەکاتی دەرچوونی هەردوو هاوڕێکە کاتژمێرە سیحریەکانیان ڕێکخستبێت و هەمان کاتی دەخوێندەوە، پاش دەرچوونی هاوڕێ فەزاییەکە هاوڕێکەی دیکەیان زۆر بەوردی چاودێری کاتژمێرەکەی لای خۆی و کاتژمێرە فەزاییەکەی ناو کەشتیە فەزاییەکە دەکات لە ڕێگای ئەو پوانگە پێشکەوتووەی لایەتی، هاوڕێی پوانگەکە تێبینی دەکات کە هەرچەندە خێرایی کەشتیەکە زیاد بکات ئەوا کاتژمێری ناو کەشتیەکە دوا دەکەوێت لەچاو کاتژمێرەکەی سەر زەوی، خۆ ئەگەر خێرایی کەشتیەکە زۆرتر زیادی کرد ئەوا دواکەوتنی کاتژمێری ناو کەشتیەکە زیاتر دەبێت، خۆ ئەگەر خێرایی کەشتیەکە نزیکبوەوە لەخێرایی پووناکی ئەوا دواکەوتنی کاتژمێرەکەی ناوی زۆر زیاتر دوادەکەوێت، و ئەگەر خێرایی کەشتیەکە گەیشتە خێرایی پووناکی (هەرگیز ئەوە ناکرێت) ئەوا میلەکانی کاتژمێرەکەی ناو کەشتیەکە لەجێ دەکەوێت و دەوەستێت، واتە بەزیادبوونی خێرایی کاتیش خاو دەبێتەوە لەخێرایی پووناکیدا کات دەبێتە ناکۆتاو مانای کات نامێنێت و ئەم یاسایەش ئەو پاستیە دەردەخات:

$$T = T0/\sqrt{1-V^2/C^2}$$

کە (T) کاتێکە کە تەنەکە بەخێرایی (V) دەڕوات و (T0) کاتی تەنەکەیە کەخێرایی سفر بێت و (C) خێرایی پووناکیە.

ئێستا با نمونەکە تەواو بکەین بۆ بابەتی دووەمیان کە کەم بوونەوە یان خاوبوونەوەی کاتە بەزیادبوونی بارستایی، ئەگەر وامان دانا هاوڕێ فەزاییەکەمان بە سەلامەتی گەیشتە سەر هەسارەی زەبەلاح هەسارەی موشتەری و لەوێش پوانگەیەکی پێشکەوتوی وای دامەزراند کەبەئاسانی پەیوەندی بکات بەهاوڕێی سەرزەوی و ئەوا یەکەم پرسیار دەیکات دەربارەی کات دەبێت ئەو تێبینی دەکات لەلای ئەو (لەسەر هەسارەی موشتەری) دواکەوتووە لەچاو کاتی سەرزەوی هەرچەندە پێشتر ئەوان کاتژمێرەکانیان وەک یەک لێکردبوو (کاتژمێری سەرزەوی و کاتژمێرەکەی سەر موشتەری)، خۆ ئەگەر پاش چەند ڕۆژێکی دی پرسیاری کاتی سەر موشتەری بکرێت ئەوا دەبینرێت کە کاتژمێرەکەی سەر موشتەری زۆر زیاتر دواکەوتووە! هۆی ئەو دواکەوتنە گەورەیی بارستایی موشتەریە، خۆ ئەگەر هاوڕێی سێیەمیان کە لەسەر هەسارەیەکی گەورەتر بوو ئەوا کات لەلای ئەو زۆر زیاتر خاوبوەوەیە و کاتژمێرەکەی سەری زۆر زیاتر دواکەوتوو دەبێت، واتە لەبارستاییە گەورەکانیشدا بەهەمان شێوەی خێراییە زۆرەکان کات هێواش دەبێتەوە.

جگە لەوانەی پێشوو، لەکاتێکدا نیوتن باس لەوە دەکات کە کات ڕەهایەو بەیەکسانی و چونیەکی بەگەردووندا بڵاودەبێتەوە، ئەنشتاین لەتیۆریە ڕێژەییەکەیدا نەک هەر کات بەڕەها دانانێت بەڵکو گوزارشەکانی وەک (ڕابوردوو، ئێستا داهاتووش) بەنەبوو دادەنێت و ئەو گوزارشانە تەنها تایبەت بەزەویەوەن لەلای ئەنشتاین، بەڵام لەگەردووندا کات وەک یەکو چونیەک بڵاونابێتەوەو ڕابوردوو و ئێستا و داهاتووش هیچ مانایەکیان نامێنێت، بۆ نمونە ئەگەر ڕووداوێک لەسەر زەوی لەکاتژمێر (12)ی شەودا ڕووبدا ئەوا هەر ئەو ڕووداوە لەشوێنێکی دیکەی ئەم گەردوونەدا پێش ئەر کاتژمێرە تۆمارکراوەو لەشوێنێکی دی پاش ئەو کاتژمێرە تۆمار دەکرێت، واتە هەمان ڕووداو بۆ گوێ زەوی دەمی (ئێستا) دەیگرێتەوەو بۆ دوو شوێنەکەی دیکەی گەردوون دەمەکانی (ڕابوردوو و داهاتوو) دەیگرنەوە!!.

سەرچاوە

1-الف باء النسبية تاليف برتراند راسل

2-المدخل الى النظرية النسبية د. محمد باسل جاسم الطائي.

3-الكون الأحدب د. عبدالرحيم بدر.

پلان بۆ سەعیکردنی کاریگەر

نوسینی: دکتۆر لایل میللر
بەرچەی: حسین مەحمود مستەفا

ئەگەر خوێندکارانی خوێندنگاکانی دواناوەندی و زانکۆ بیانەوێت سەرکەوتنێکی باش بەدەست بهێنن، پێویستە گەشە بە شێوازی باش بۆ سەعیکردن بدەن هەتا کاتیان بۆ فراوان بێت و بڕەخسێت بۆ پێویستیەکانی خوێندنگا یان زانکۆ لەلایەک و بۆ بۆنە کۆمەڵایەتیەکان لە لایەکی کەوە، هەندێك لە زانکۆکان پشت دەبەستن بە یارمەتییدانی خوێندکارەکانیان بۆ دەستەبەرکردنی ئەرێتەکانی سەعیکردنی باش لە ئەنجامی دەڵەمەندکردنیان بە ڕێبەر لە (شێوازی سەعیکردنی هۆشیارکەردا، لەگەڵ ئەوەشدا ئەم ڕێبەرانە خوێندنەوە بە ڕووکارێکی شیاو دادەنێن بۆ سەعیکردن، و هەروەها ئامازە بەوە دەدات کە (خوێندنەوەی کاریگەری ڕووت) بەس نیە بۆ بەرەنگاربوونەوەی پێویستیەکانی ژیانی زانکۆ یان خوێندنگا بۆ ئەوەی هەندێك هۆکاری گرنگ لە سەعیکردنی کاریگەر ئاشکرا بکەین ئەم پێنج پرسیارەت ئاڕاستە دەکەین:

1-سەعیکردنی کاریگەر چیە؟
2-کێ بەرپرسیارە لێی؟
3-لە کوێ سەعی دەکرێت؟
4-کەی سەعی دەکرێت؟
5-چۆن سەعی دەکرێت؟

1-سەعیکردنی کاریگەر چیە؟

زۆربەی خوێندکار بەڵکو ئەوانەش کە نمرەی باش بە دەست دێنن بە تەواوی، کاتێکی زیاد لە پێویست لە سەعی کردندا بەسەر دەبەن چونکە گەشەیان داوە بەشێوازی سەعیکردنی تۆندو کات ڕووخێنەر، و هەندێك خوێندکاریش کاتێکی زۆر دادەنێت بۆ سەعیکردن بەبێ ئەوەی سوودێکی زۆریان دەست کەوێت بە هۆی ناڕەحەتی مادەکەوە هەموو کات پێویستیان بەوە هەیە، و بۆ زاڵ بوون بە سەریدا کاتێکی زۆر بۆ ئەو مادانە دیاری بکەن، لە هەردوو حاڵەتەکەدا ئەوانە نەشارەزان بە هەندێك بنەمای بنەڕەتی بۆ ماندووبوون و ڕادەی گرنگیدان بەو وانانە. ئەوانە پێویستیان بە باشکردنی بەکارهێنانی کات هەیە بۆ سەعیکردن لە بری تەرخانکردنی کاتێکی درێژ بۆی.

ئەوەی ئێمە مەبەستمانە سەیکردنی کاریگەرە، ئەو خوێندکارەی خووی بە نەریتی سەیکردنی کاریگەرەوە گرتووە بۆ سەیکردن لە ماوەیەکدا کاتێکی کەم بەسەر دەبات و باشتر تێ دەگات وەك لەوەی فێری شێوازی کاریگەر نەبووە لە سەیکردندا.

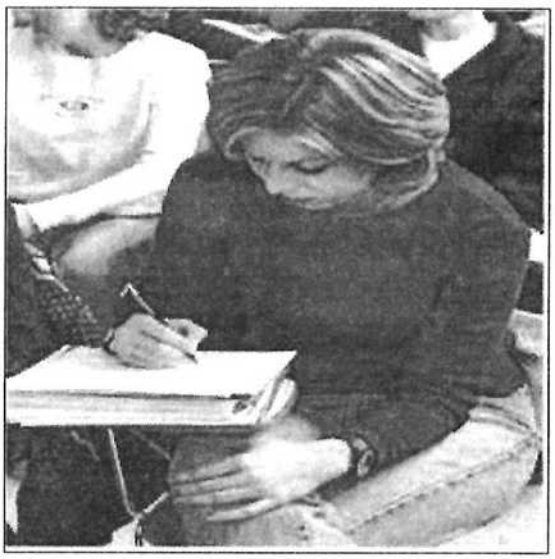
2-کێ بەرپرسیارە

ئاسایی‌یە کە باوکان و مامۆستایان لە قۆناغی دواناوەندیدا هەوڵ دەدەن خوێندکاران نەریتی سەیکردن بزانن لە ڕوانگەی ڕەخساندنی کات و شوێنی گونجاو بۆیان، و پارێزگاری کردنیان لە جەنجاڵی ئەگەراوی، کاتێك خوێندکارەکە گەشە دەکات دەبینێت کە زیاتر بەرپرسیارە لە خۆی، بە تایبەتی لە زانکۆدا، بەشێوەیەك خوێندکارەکە بۆی ئاشکرا دەبێت کە هیچ کەس گوشار ناخاتە سەری بۆ سەیکردن، لێرەدا بۆی دەردەکەوێت کە پێویستە بە باشی گەشە بە خۆی بدات و هەست بەوە دەکات کە سەیکردن گرنگە بۆ دەرچوون لە وانەکاندا، و هەروەها پێویستی سەرشانیەتی هەست بە بەرپرسیاریەتی خۆی بکات بۆ دەستەبەرکردنی کاتی تەواو بۆ سەیکردن... لەگەڵ ئەوەشدا کۆمەڵێك چالاکی زانکۆیی و خوێندنگایی دی هەن کە پێویستی خۆیان دەوێت، ئەو کاتە بۆی دەردەکەوێت کە کارێکی ئاسانە ئەگەر کاتی سەیکردنەکەشی تەرخان کات بۆ ئەو چالاکیانە هەندێك خوێندکار هەن کە درەنگ دێنەوە بە خۆیاندا، ئەمانە سەیکردنیان پشت گوێ خستووە، پەنا دەبەنە بەر هەرچەندە هیواشیان بە دەرچوون لاوازە- سەیکردن پیاداچوونەوەی خێرا لە دواڕۆژە کەمەکانی پێش تاقیکردنەوەدا، و کاتێکیش دەرناچن بەهانە بۆ خۆیان دروست دەکەن، پەنا دەبەنە بەر لۆمەکردنی مامۆستاکانیان و ئەوانەی لەمااڵوە لەگەڵیاندان و لۆمەکردنی کۆمەڵە کەسانێکی دیکەش.

لەگەڵ ئەو پێویستیە ناڕەحەتانەی زانکۆ لەم کاتەماندا، خووگرتن بە سەیکردنی خراپەوە دەبێتە هۆی سود وەرنەگرتنی خوێندکار لە بەرنامە زانکۆیەکەیدا بەهەموو شێوەکانی‌یەوە، لە هەمان کاتیشدا هەستکردنی خێرا بە ناتەواوی دەیپارێزێت لە زۆربەی تەنگشەو کۆسپەکانیدا.. ئەگەر خوێندکار ئارەزووی هەبوو فایلی ئەکادیمی خۆی چاك بکات پێویستی سەرشانیەتی کە خۆی کاربکات بۆ ئەرکی سەرشانی و ئەنجامدانی یەکە بەیەکەی کارەکانی خوێندنگاکەی.. چەند پێشوازی لەو بەر پرسیاریەتە بکات لە پێش کاتدا بە ڕادەی ئەوەش سەرکەوتنی باش لەوانەکانیدا بە دەست دێنێت.

3-لە کوێ سەعی دەکرێت؟

هەندێك خوێندکار توانای ئەوەیان هەیە لە هەموو شوێنێکدا سەعی بکەن، بە ڕۆشتنەوە بێ یا بە دانیشتن توانای ئەوەیان هەیە کە بیری خۆیان ڕێك بخەن، لە لایەکی کەوە زۆربەی خوێندکاران توانای پەیت (ترکیز) بوونیان نیە و خنکاون لە چالاکی‌یەکانی‌کەدا، لە کاتێکدا لە ژووری سەعی کردنیشدان هێشتا ڕزگاریان نەبووە لەبیروخەیاڵی دی کە زاڵ بووە بەسەر هۆشیاندا، ئەمەش کێشەی زۆربەی زۆری خوێندکارانە.. با ئێستاش هەندێك ئەو هۆکارانە بخەینە ڕوو کە شوێنی سەعی‌کردن زیاتر کاریگەرتر دەکەن.



یەکەم: ڕزگاربوون لە پەرتەوازە بوونە بیستراوەکان: ئەمەش بەوە دەبێت کە شوێنێکی هێمن هەڵبژێردرێت، کە خوێندکار تیایدا دەتوانێت پارێزگاری خۆی بکات لە کارتێکردنی دەنگی دەرەوە، ئەمەش بەوە دەبێت کە کاتی دیاری کراو دابنرێت بۆ سەیکردن بە ڕێکەوتن لەگەڵ ئەوانەی کە لە گەڵیدا دەژین لەو ماڵەداو لەگەڵ جێبەجێکردنی پێویستی تەواو بە پێشوازی نەکردنی میوان لە ژووری سەعی کردندا و لەو جۆرە کاتانەدا، بەڵام ئەگەر ئەوە مەحاڵ بوو، ئەو کاتە خوێندکار دەتوانێت چەند

کاتژمێرێك دیاری بکات بۆ سەعی‌کردن لە کتێبخانەی خوێندنگاکە یان زانکۆ کە ئەوێ بێدەنگی بەدڵی نەرە. یان فرسەتی چۆڵی پۆلێك لە پۆلەکانی خوێندنگا لەکاتی پشوودا بدۆزێتەوە و سەعی تیادا بکات.

دووەم: ڕۆگار بوون لە پەرتەوازە بوونە بینراوەکان: ئەمەش زۆرجار لە شوێنی سەعیکردندایە، یان لەبەردەمی سەعی کەردایە بەبێ نیاز و مەبەست. وێنەی دۆستێك دەتبات بۆلای زنجیرەیەك لە یاداشتەکان لە هەموو ئەو کاتانەدا کە سەیری دەکەیت و دەستەڕاگەیەکی یاداشت کە ئامادەت کردووە لە بۆنەیەکدا، لە خەیاڵتدا کۆمەڵە پسپۆڕیەکت بۆ دروست دەکات، و نامەیەك کە لە ڕابوورددا پێنگەیشتبێت لە کەس وکارتەوە هەستی دەروونت دەوروژێنێت بۆ ئەو تەنگەشانەی کە بەرەنگاریان دەبێتەوە و بلاوکراوەیەك لە نوسینگەکەتدا بیری وا لەمێشکتدا دەبزوێنێت بۆ ئەو کاتە بەختیارانەی کە لە تواناتدا هەیە زیندووی کەیتەوە بە پەیڕەویکردنی، بەڵکو دووکەڵی جگەرەش کە بەلاری بەرز دەبێتەوە هەستت ڕادەکێشێت و بیرت تێك دەدات، ئەوانەو گەلێك شتی دی کە لە نووسینگەکەتدا هەیە خوێندکار ڕاپێچ دەکەن بۆ ساتێکی زۆر لە زیندە خەو لەوساتانەدا کەوا گومان دەبەیت لە سەعی کردنا بەسەرت بردووە. لەبەرئەوە یەکەم کاری سەرەکی بۆ ئامادەکردنی شوێنێکی گونجاو بۆ سەعیکردن، چۆڵکردنی نووسینگەکەیە بەپێی توانا لەو کارتێکەرە پەرتەوازانە. بەڵکو باشتر وایە چۆڵ بکرێت لە هەموو شتێك بێجگە لە کتێب و دەفتەر و قەڵەمی پێویست بۆ نووسینی تێبینییەکان. هەنگاوی دووەمیش تێبینی کردنی هەرشتێکی دیکەی پەرتەوازەیە کە سەرنج ڕاکێشێ بێت و لەکاتی دانیشتندا بەرچاوت بکەوێت. لەبەرئەوە پێویستە ئەو شوێنە بدۆزیتەوە کە ناوی لێ نراوە گۆشەی سەرنج ڕاکێشان لە شوێنی دانیشتنیەوە. هەرشتێك بکەوێتە ناستی گۆشەیەك کە 60° بێت لە هەردوولای بینینی پێشەوەت پێچەوانەیە لەگەڵ پەیت بوونت لە خوێندنەوەتدا بەتایبەتی ئاوێنەکان کە بەربەست دروست دەکەن بەهۆی فراوانکردنی بواری پەرتەوازەبوون ئەویش بەهۆی کاردانەوەی وێنەپەرتەوازە بینراوەکانی دیکەی کە بەزۆری لە ژووری سەعی‌کردندان، و ئەو سەعیکەرە لە سەعی‌کردنەکەی دا چەند ببزوێت ئەو پەرتەوازانە کاریگەرتر دەبن.. بۆ باش کردنی کرداری پەیت بوون پێویستە بەشێوەیەکی دانایانە خۆت لەوشتانە بپارێزێت کە لە بواری گۆشەی پەرتەوازەبوونەوە ئاراستەت دەبێتەوە، لە هەموو پەرتەوازەیەکی بینراو تا توانات هەبێت، و پێویستە نوسینگەی خوێندنەوە لە گۆشەدا بێت لەگەڵ چۆڵی دیوارەکانی لە هەموو پەرتەوازەیەك.

سێیەم: ژوونـاکی: ژوناکی هۆکارێکی گرنگە بۆ ڕوودانی کرداری پەیت بوون لەکاتی سەعیکردندا، کاتێك دەزانیت کە ژوناکی کەم دەبێتە هۆی ماندووبوونی چاو پاشانیش ماندووبوونی سەعیکەر بەگشتی، ئەوکاتە پێویستە تەنها پشت بەگڵۆپە سەرەکییەکەی بنمیچی ژوورەکە نەبەستێت، بەڵکو پێویستە گڵۆپێکی گونجاو بۆ نووسینگەکە بەکاربهێنین کە ژوناکی ناپاستەوخۆ بەسەعی کەرەکە ببەخشێت، حاشاڵەو گڵۆپانەش کە ژوناکییەکی بەهێزو چڕوپڕ دەڕژێنێتە سەر نووسینگە و لاپەڕەکان، و بەکارهێنانی گڵۆپی گونجاو لە نووسینگەدا کاری گڵۆپە سەرەکییەکەی ژوورەکە بێ ئەرزش ناکات، و پێویستە داگیرساو بێت تاکو جیاوازییەکی ئاشکرا دروست نەبێت لە نێوان ژوناکی ژوورەکەو ژوناکی نووسینگەکەدا، کەوا لەچاو دەکات زووتر ماندوو ببێت. بەو شێوەیە کۆکردنەوەی ژوناکی ناپاستەوخۆی گڵۆپی نوسینگەکەو ژوناکی گڵۆپی سەرەکی ژوورەکە شێوازێکی نموونەیی دەسازێنن بۆ سەعیکردنی کاریگەر.

چوارەم: هەوا گۆڕکێ و پلەی گەرمی: هەروەها ئەم دوانەش دووخاڵی سەرەکین بۆ سەعیکردنی کاریگەر، ئەوەی پەیوەندی بەهەوا گۆڕکێوە هەیە، پێویستە بەردەوامی کرداری هەواگۆڕکێ ئەنجام بدرێت بەبێ ڕوودانی شەپۆل ئەگەر خوێندکارەکە لە کۆکردنەوەی پەنجەرەدانەی دەتوانێت سەعی بکات، ئەوە پێویستە بەلای کەمەوە لە ڕۆژێکدا یەك جار هەوای ژوورەکە نوێ بکرێتەوە، بەڵام دەربارەی گەرمی دانراوە کە سەعیکردنی کاریگەر لە ژوورێکدا باشە کە کەمێك لە ژووری ئاسایی ڕۆژانەمان ساردتر بێت، چونکە ژووری گەرم وا لەسەعی‌کەر دەکات کە ئارەزووی بێتاقەتی بکات، ئەوکاتەش سەعیکردنی کاریگەر کارێکی ناڕەحەتە.

پێنجەم: پەرتەوازەبوونی فیزیایی (جەستەیی): هەرگیز هەوڵ مەدە لەسەر کورسییەکی نەرم و شل یان لەسەر

پێخەف سەعی کاریگەر بکەیت بە ئاگادارییەکی تەواوەوە، چونکە حەوانەوەی لاشەیی داوای حەوانەوەی ئەقڵیش دەکات.. باشترین کورسی بۆ سەعیکردنی کاریگەر کورسی ئاسایییە.. ئەمەو لەگەڵ ئەوەی شوێنی دیاری کراو بۆ سەعیکردن کارێکی پێویستە.. ئەگەر لە شوێنێکدا سەعیت دەکردوو هەر لەو شوێنەدا یاریت دەکرد یان خەریکی ئارەزووەکانت دەبووایت یان نینۆکت دەکرد یان نامەت دەنووسی.. هتد، ئەوە پەیت بوون لەلات کارێکی ناڕەحەتە، بەپێچەوانەی ئەوەشەوە، دانیشتنت لە نووسینگەیەکدا کە تایبەتت کردووە بۆ سەعیکردن بە تەنها ئەوە پەیت بوونت بە خێرایی بۆ مسۆگەر دەکات.

4-کەی سەعی دەکرێت: خوێندکاران شێوازی سەعیکردنیان جیاوازە هەموو خوێندکارێك شێوازی تایبەتی هەیە بۆ سەعیکردن کەوا گومان دەبات لە شێوازەکانی کە باشترە، ئەگەر ئەو شێوازانەی بۆ ئاسانکراو لە ماوەیەکی کەمدا لەوانەکانی تێ گەشت ئەوە دانی پیادا دەنێت و بەردەوام دەبێت لەسەری، بە پێچەوانەی ئەوەشەوە ئەگەر هەستی کرد ئەنجامێکی باشی نابێت یان کات بە فێڕۆ دەدات، ئەوە هەوڵ دەدا بیگۆڕێت و شێوازی دی بکرێتەبەر.. بەو مانایە ئەگەر نەریتی سەعیکردنی ئێستەی نەبێتە هۆی دەرنەچوون و هەرەس هێنان بابەلای کەمەوە و لابخرێت و بگۆڕدرێت بۆ شێوازێك کە بەڵێندەرە بۆ قۆستنەوەیەکی کاریگەری کاتی خوێندکارەکە.. هەندێك لەبەکارهێنانی کاریگەر بۆ شێوازەکانی سەعیکردن دادەخورێت، چونکە لە بنەڕەتدا نایانەوێت واز لە شێوازە کۆنەکەیان بێنن کە باوەڕێکی تەواویان پێی هەیە، زۆرجار پێش ئەوەی پێشوازی لە نەریتی نوێ بکرێت پێویستە واز لە نەریتی کۆن

بهێنرێت، ئەگەر خوێندکارەکە ویستی کاریگەرییەکی گەورە لە سەعیکردندا بۆ خۆی بڕەخسێنێت، پێویستە بە پەرۆشەوە واز لە شێوازی کۆن بێنێت بۆ خاتری هەندێك شێوازی نوێ.. ڕۆبەنسن لە کتێبەکەیداو سەعیکردنی کاریگەر، سێ شێوازی بەکەڵك بۆ قوتابیانی زانکۆ باس دەکات کە شیاوی ئەوەیە بیخەینە پێش چاو، کە خوێندکار دەوڵەمەند دەکات بە هۆکاری باش بۆ جێگیر بوونی بیرو ڕای گرنگ و بنج بەست کردنی لە بیی‌دا... ئەمەش ئەو سێ شێوازەیە بە کورتی:-

أ-گوێ گرتنی خودی: Self recitation بەم شێوەیە بە کورتی باسی دەکات، خۆت پرسیار لە خۆت بکە لەکاتێکدا کە سەعی دەکەیت و بەوەشدا دەچیتەوە کە سەعیت تیادا کردووە.

-بەدرێژایی کات ئاگات لەو پرسیارە پێشنیار کراوانە دەبێت لەبارەی باسە سەرەکیەکانەوە، و هەوڵ بدە بیانخوێنیتەوە تا وەڵامەکانیت بۆ ئاشکرا دەبێت.

-لە کاتی پیاچوونەوەدا پرسیار ئاراستەی خۆت بکەو تەماشا بکە ئەگەر دەتوانیت وەڵام بدەیتەوە، وەڵامەکانت بپێوە بەهۆی پشت بەستنەوە بەو تێبینیانەی کە نوسیوتن لە کاتی سەعیکردندا.

-کاتێك سەعی بۆتاقیکردنەوەیەك دەکەیت، هەوڵ بدە یادی ئەو پرسیارە بکەیتەوە کە لەوانەیە مامۆستا بیهێنێتەوە، و خۆت بۆ نمونەی ئەو جۆرە پرسیارانە ئامادەبکە.

ب-پیاداچوونەوەی بەردەوامی بەقۆناغ Spaced review.

دوای سەعیکردن ڕاستەوخۆ بڕۆرەوە بەوەدا کە سەعیت تیادا کردووە، پاشان پاش هەفتەیەکیش بڕۆرەوە پیایدا، با لە هەموو هەفتەیەکدا لە بەرنامەتدا هەبێت کە بڕۆیتەوە بەهەموو ئەو وانانەدا کە لەو ماوەیەدا خوێندووتن. ئەم پیاداچوونەوە کورتە زامنی ئەوەیە کە هەرچی سەعیت تیاداکردووە بە زیندوویی لە بیرتدا بمێننەوە، ڕزگارت دەکات لەو سەعیە خێرایەی کە پێش تاقیکردنەوە پەنای دەبەیتە بەر.

ج-ڕێبازی پێنج هەنگاوەکە SQ3R :

ڕۆبەنسن بنەماکانی ئەم ڕێبازەی داڕشتووە، پاشان بە ڕێبازی (شەش هەنگاوەکە/ SQ4R) ناوی بردووە، بۆ زیاتر

ڕوون کردنەوە میللەر دویسان شەش هەنگاوی ئەم ڕێبازەی بەم شێوەیە پێناسە کردووە.

1-سەرنجێکی گشتی Survey سەرنجێکی خێرای سەرباسەکان بدە لە هەموو بەشەکاندا بۆ بینینی خاڵە سەرەکی و سەرەتاییەکان، ئەم سەرنج دانە تەنها چەند چرکەیەک دەخایەنێت، ئەم شێوازە خاڵە سەرەکی و سەرەتاییەکان لەبیرتدا دەچەسپێنێت.

2-ناراستەکردنی پرسیار ouestion: پرسیارێک ناراستەی سەر باسی یەکەم بکە، ئەمەش پاڵنەرێک دەبێت بۆت و تێگەیشتنەکەت دیاری دەکات، چونکە پاڵنەرێک دەبێت بۆ پشکنینی وەڵامەکان، بەو شێوەیە تێگەیشتنت بۆ ئەو بەشە زیاد دەکات کە دەیخوێنیتەوە.

3-خوێندنەوە ئەمەشیان لە پێناوی ئەوەدایە کە بگەڕێیت بە دوای وەڵامی ئەو پرسیارانەی کە لە خۆتت کردوون لە هەنگاوی پێشوودا، هەوڵ بدە کە گەڕانەکەت کاریگەر بێت خۆت دەبینیتەوە کە چاوەکانت بە خێرایی بەسەر دێڕەکاندا دەڕۆن، باسە درێژەکەم بایەخەکان گوێی پێ نادات و خۆی ناراستەی خاڵە گرنگەکان دەکات.

4-گوێ گرتن: هەوڵ بدە گوێ بگریت لە وەڵامی پرسیارەکان بەبێ تەماشاکردنی کتێبەکە، بۆ ئەوەی زمانی تایبەتی خۆت بەکاربهێنیت و گرنگی بە داهاتی پرسیارەکە بدەیت، ئەگەر توانای ئەمەت هەبوو ئەوە زۆر باشە و ئەگەر نا سەرلەنوێ بگەڕێرەوە بۆ بەشەکەو جارێکی کە چاوی پیادا بخشێنەرەوە، ئەوەی لێرەدا سوودمەندە ئەوەیە کە تێبینیە کورتەکان بنوسیت کە بنەمایەکی باش پێک دێنن بۆ پیاداچوونەوە یان سەیکردنی کۆتایی.

5-دووبارەکردنەوە: Repeat هەنگاوەکانی دووەم و سێیەم و چوارەم لە هەموو بەشێکدا دووبارە بکەرەوە پرسیارێک لە سەرەتای باسەکەدا دروست بکە، پاشان وەڵامەکەی بخوێنەرەوە، پاشان گوێ لە وەڵامەکەی بگرەو تێبینیە کورتەکان بنووسە، بەم شێوەیە بەردەوام بە هەتا وانەکە هەمووی تەواو دەکەیت.

6-پیاداچوونەوە Review:

چاوبخشێنە بە تێبینیەکاندا هەتا تێڕوانینێکی تێرو تەسەل بۆ خاڵە سەرەکییەکان و پەیوەندییەکانی نێوانیان دەخولقێنێت، زیرەکیت تاقی بکەرەوە بە گوێ گرتن بۆ ئەو خاڵانەی دەکەونە ژێر هەموو سەرباسێکە، لە ڕێگای پرکردنەوەی تێبینیەکانتەوە هێنانەوە یادی خاڵە سەرەکیەکان، پاشان دۆزینەوەی هەموو خاڵێکی سەرەکی و وەبیر هێنانەوەی خاڵە لابەلاییەکانی ژێری.

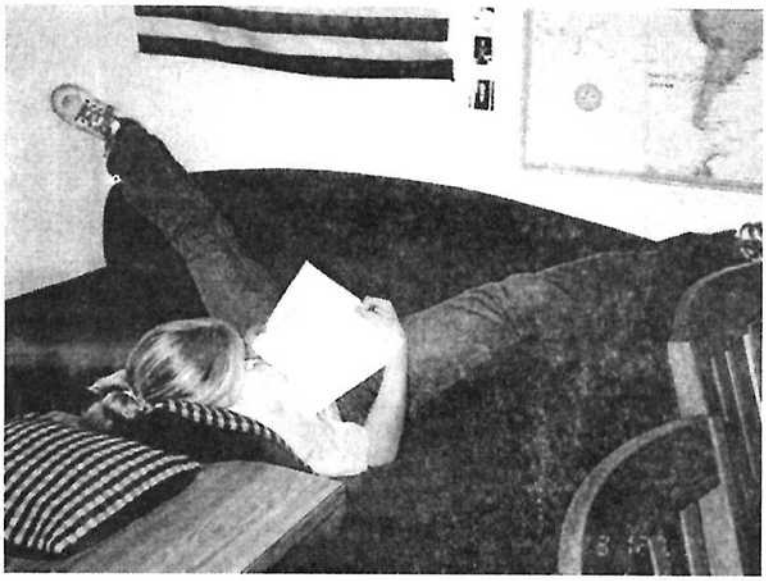
ئەنجامەکانی کۆتایی:

پیادەکردنی شێوازەکانی سەیکردن بەو شێوەیەی کە باسمان کرد خوێندکار لە زۆربەی دڵە ڕاوکێکانی ڕزگار دەکات کە هەمیشە هاوڕێی هەوڵەکانیەتی کە لە پێناوی تێگەیشتندا بەکاریان دێنێت لە کاتێکدا کە بە تەنها سەعی دەکات. زۆربەی خوێندکار پشت بە خوێندنەوەی تەنها دەبەستێت لە مادەکانی خوێندنگادا بۆ تێگەیشتنی هەموو ناوەڕۆکی مادەکە، لەبەرئەوە ڕێگاکانی پێشوو کە بریتی بوون لە هەوڵێکی زۆر بۆ تێگەیشتنی گشتی مادەکان کەم دەکاتەوە لە ئەنجامی خوێندنەوەیەکی سەرپێییدا، و هەنگاوی سەیکردنی دیش پێشکەش بە خوێندکار دەکات، وەکو چاو پیاخشان و ناراستەکردنی پرسیار و گوێ گرتن و پیاچوونەوە، بۆ زیاتر تێگەیشتنیان لە مادەکە، کە توانای خێرایی لە خوێندنەوەدا زیاد دەکات لەگەڵ داواکاری بەردەوامی بیروبۆچوون لە پشتی وشەکانەوە.

و لەگەڵ گەشە پێدانت بە شێوازی خوێندنەوەی خێرا، تەماشا دەکەیت ئەوەی کە ئەی خوێنێتەوە بە ئاسانی لێ تێ دەگەیت، بێ گومان ئەوەی لێرەدا بەلامانەوە گرنگە خوێندنەوەی کاریگەرە کە بریتییە لەو هەندەی لێ تێ دەگات لە یەکەی کاتی سەیکردنداو لە ئەنجامی زیادبوونی کاریگەریەتی خوێندنەوەدا کاتت بۆ دەستەبەر دەبێت بەشێوازەکانی دی کەیارمەتیت دەدەن بۆ بنیاتنانی تێگەیشتنێکی درێژخایەن بۆ چوارچێوەی ماددە سەرەکییەکەی خوێندن.

ئاموژگارییەکان:

سەرکەوتنی بەرنامەی سەیکردنت پشت بەو گرنگی پێدانە دەبەستێت کە هەوڵی بۆ دەدەیت بۆ پلان دانان بۆی، و ئەگەر ئەم خاڵانە ڕەچاو بکەیت ئەوە بەرنامەیەکی کاریگەرت بۆ مسۆگەر دەکات.



1-پلان بۆ بەرنامەیەکی هاوسەنگ بۆ چالاکییەکان: ژیانی زانکۆیی پرخساری زۆری هەیە کە هەموویان گرنگن بۆ دەرچوون، هەندێکیان کاتی دیاری کراوو نەگۆڕیان دەوێت، و هەندێکی کەیان نەرمن، لەو چالاکییانە.

*کاتی دیاریکراو: خواردن، چالاکی لیژنەکان، وانە هاوینەییەکان، کارکردن.

*نەرمەکان: خەوتن، ئارەزووەکان، سەیرکردن، حەوانەوە، کاری تایبەتی.

2-دابەشکردنێکی دادگەرانەی کاتی سەیرکردن بەسەر مادە جیاجیاکانی خوێندندا.

3-لەکات و شوێنێکی ڕێک و پێکدا سەعی بکەو هەموو کاتێکیش ئەو مادەیە دیاری بکە کە سەعی تیادا دەکەیت: میژوو.. کیمیا.. هتد.

4-هەرکەبۆت گونجا لە نزیکترین کاتدا سەعی لەو وانەیەدا بکە کە خوێندووتە، سەعاتێک سەعی کردنی دوای وانە بێژی باشترە لە چەند سەعاتێکی سەیرکردن پاش چەند ڕۆژێک، بەڵکو دەتوانیت چاو بەتێبینییەکاندا بخشێنیت کە هێشتا لە بیرتدا زیندوون.

5-لە خوێندنگادا سوود لە ساتەکانی بەتاڵی وەربگرە بۆ سەیرکردن، چونکە سەعاتێک یان دوو سەعات لە ساتە بە تاڵەکاندا بەبێ سوود لە دەست دەچێت، لەگەڵ ئەوەشدا قۆستنەوەی بۆ سەیرکردن وانەیەک کە تازە خوێندووتە، کاتی دی بۆ ئەو خوێندکارە دەرەخسێنێت هەتا بیقۆزێتەوە بۆ چالاکییەکانی دی یان بۆ حەسانەوە لە میانی ئەو هەفتەیەدا.

6-زیاتر لە دوو سەعات تەرخان نەکەیت بۆ سەیرکردنی مادەیەکی خوێندن لەیەک کاتدا، چونکە سەیرکەر دوای سەعاتێک یان دوو سەعات ماندوو دەبێت و توانای پەیت بوونی کەم دەبێتەوە، و گۆڕینی مادەکە بەمادەیەکی کە پاش حەسانەوەیەکی کەم یارمەتی بەردەوامی چالاکی و کاریگەری دەدات.

7-قەرەبوو کردنەوەی ساتە فەوتاوەکان: بریتیە لەو ساتانەی کە ئامادەتکردوون بۆ سەیرکردن، پاشان بە هۆی ڕووداوێکی کت و پڕەوە لە دەستت چووە، لەبەرئەوە بەرنامەکەت ڕێکخەرەوە بۆ قەرەبووکردنەوەی ساتە فەوتاوەکان، بۆ نموونە: قۆستنەوەی چەند سەعاتێکی ڕۆژی پشوودانی هەفتە.

8-چەند سەعاتێک تەرخان کە بۆ پیاداچوونەوەی گشتی بە قۆناغ، بە کورتی دەچینەوە بەو مادەی خوێندنی دیاری کراوەدا کە سەعیت تیادا کردووە هەتاوەکو بەدرێژایی کات بەزیندوویی لەبیرتا بمێنێتەوە.

9-گوێگرتنی خوودی بەکاربهێنە وەک ڕەمزێک بۆ گەشەکردنی بیرت.

10-تێبینییە ڕێک و پێکەکان بپارێزە کە لە کاتی وانەبێژو ئەرکەکاندا دێنەڕێت، ئەمە لە باشترینی بنەماکانی پیاداچوونەوەیە.

11-هەمیشە هەوڵ بدە کە کاریگەری سەیرکردنت باشتر بکەیت. بۆ ئەمەش پشت بە ڕێبازی شەش هەنگاوەکە ببەستە SQ4R.

الفیصل-1150

کێشەی
ڕەپبوون لە هەرزەکاردا

دکتۆرە هیلن برانسن
بەرچاوی: سەرهەند قەرەداغی

زۆرێک لە کوڕان وا بیردەکەنەوە کە باڵقبوونیان هەنگاوێکی گەورەیە بەرەو پیاوەتی و خۆبەگەورەزانین و دەستکەوتنی گەلێک ماف و بەرپرسیاری.

بەڵام لای هەندێکی دیکەیان باڵقبوون و ڕەسیوی مایەی بەختیاری و شادی نییە -چونکە ئەم ڕەسیویە لایان دەبێتە سەرچاوەی هەست بە گوناح و ترس و شەرم، بە هۆی ئەو پاڵنەرە سێکسیانەی کە لە خۆیاندا دەیدۆزنەوە.

لە کاتی کارکردنمدا وەک ڕاوێژکار، حاڵەتێکی تایبەتی کوڕێکم هاتە بەردەم کە ناوی پیتەر بوو، ئەو حاڵەتە نموونەیەکە بۆ ئەو هەستە ناخۆشەی کە کوڕی زۆر لەو قۆناغەی ژیانیاندا دایان دەگرێت.

پیتەر خوێندکارێکی سەرکەوتوو بوو، زۆر هەست ناسک بوو، بیرکردنەوەی هاوسەنگ بوو، لە خێزانێکی ئیماندار بوو. واتە کێشە سێکسیەکان هەرگیز لە ماڵەکەیاندا باس نەکرابوو، جگە لە چەند دەستەواژەیەکی دەمامک کراو یا پچڕپچڕ، کاتێک پیتەر گەیشتە حەڤدە ساڵی، هەرکە دەکەوتە ناو کۆمەڵە کچێکەوە ڕەنگی تێکدەچوو و تووشی حاڵەتێکی دەروونی سەیر دەبوو، چوکی ڕەپ دەبوو، لەبەرئەوە بەردەوام دەیویست خۆی لەو حاڵەتانە دووربخاتەوە، و لە هیچ چالاکیەکی وادا بەشداری نەدەکرد کە کچی تێدابێت. ڕۆژێک بەڕێوەبەر ناردی بۆ لای ڕاوێژکاری خوێندگەکە، چونکە زۆر داوای مۆڵەتی دەکرد، بۆنەوەی لەو هەڵوێستانە دوورکەوێتەوە، لەبەرئەوەی کاتێکی زۆری لە ژوورەی تەوالێتدا بەسەردەبرد.

پیتەر تا ماوەیەکی زۆر نەیدەزانی چی بە ڕاوێژکاری خوێندگاکە بڵێت، بەڵام لە دواییدا ڕۆژێک دەروونی خۆی بۆ کردەوەو پێی وت: لە کاتی زۆر ناڕەبارداً، ئەندامی زاووزێی ڕەپ دەبێت و بە تەواوی بەرزبوونەوەی لە جلەکانیەوە دیارەو

زۆرجار ئەمە هۆی سەرەکیە بۆئەوەی لە پۆل بچێتە دەرەوەو بۆئەوەی هاوڕێکانی پێی نەزانن.

پیتەر بە پاوێژکارەکەی وت: "من نازانم چی بکەم، زۆر حەزدەکەم دان بە خۆمدا بگرم، بەڵام ناتوانم".

پسپۆڕانی بوارە سێکسییەکان ئەوە دەزانن کە کوڕان هەندێك جار گەورەکانیش، ئەوانەی پەروەردەیان لە نێوان سێکس و هەست بە گوناحدا بووە، هەمیشە ترسێکی تایبەتیان لە وریاکەرەوە سێکسیەکان لە بەردەمی خەڵکدا هەیە، ئەوانە ناتوانن بە شێوەیەکی سروشتی حاڵەتە سێکسیەکان ببینن، ئەم هەڵوێستەشیان دەگەڕێتەوە بۆ دایك و باوکیان.

لە پاوێژکارو دایکی پیتەردا، دایکەکە دەڵێت: "ئەوە ئەرکی سەرشانی باوکیەتی ئەو باسانەی لەگەڵدا بکاتەوەو لای بکات بە شتێکی سروشتی".

باوکەکە پیاوێکی ئیمانداری پاست بوو، وا دەرنەدەکەوت هەرگیز لە ژیانیدا هیچ کێشەیەکی سێکسی هەبێت، لە هەژدە ساڵیدا ئەو کچەی هێنابوو کە خۆی بە دڵی بوو، هەڵوێستیشی بەرامبەر سێکس ئەوە بوو کە مرۆڤ دەبێت جڵەوی پاڵنەرە سێکسیەکانی خۆی بگرێت، و هەرگیز نابێت باسی کێشە سێکسیەکان بکات، ئەگەر زۆر زۆر پێویست نەبێت. باوکەکە دانی بەوەدا نا کە کارەکە زۆر بە گران دەزانێت بتوانێت ئەو جۆرە باسانە لەگەڵ کوڕەکانیدا بکاتەوە، بەڵام هەوڵی ئەوەی داوە کە بیروڕای ئایینیان لەو بارەیەوە بداتێ.

ئەوە کارێکی زۆر گرانە قەناعەت بە باوکی پیتەر بکەیت کە باسکردنی ئەو جۆرە باسانە وەك: جووتبوونی نێرومێ، پاڵنەری سێکسی و هەستی مرۆڤ بەرامبەریان لە زۆر حاڵەتدا شتێکی سروشتی و باشە، بەڵام لە هەندێك حاڵەتی دیکەدا نەگونجاوە.

باوکی پیتەر زۆر دڵی بەوە خۆش بوو کە زانی کوڕەکەیان هیچ جۆرە مەوعیدێکی لەگەڵ کچاندا نییە، بەڵام لە پاستیدا پیتەر ئەوەی لەوەوە نەهاتبوو کە بایەخ بە کچان نادات بەڵکو لێیان دەسڵەمیەوە، تەنانەت نەیدەتوانی نزیکیان بکەوێتەوەو قسەیەکیان لەگەڵدا بکات.

ئەم کێشەیە بە پلەیەکی زۆر گەورە بووبوو لای تا ئەو پادەیەی بە پاوێژکارەکەی وت: "تەنانەت ئەو کچانەش کە هیچ مەیلێکم بۆیان نییە دەبنە هۆی ڕەپبوونی چوکم، وا دیارە ئەقڵم لەسەرمەوە دێتە دەرەوە، من ناتوانم لەگەڵ وانەکاندا بڕۆم. ئەمە یەکێکە لەو هۆیانەی وایان لێکردوم لەوانەکانمدا باش نەبم".

من بەو سیفەتەی کە پاوێژکاری کاروباری سێکسیم ئەوە دەزانم کە گەنجان لەو تەمەنەدا بە تایبەتی لە سەرەتاکانی بالقبوونیاندا لە زۆر لەو حاڵەتانەدا چوکیان بۆ ماوەیەك ڕەپ دەبێت، هەرچەندێك لەناو خەڵکیشدا بن بە تایبەتی ئەگەر نەیانتوانی ڕووبەڕووی ئەو هاندەرە نوێیانە ببنەوە کە توشیان دەبن.

کپکردنی هەستە سێکسیەکان:

لە پاستیدا گەلێك گەنج هەن کە دەترسن لە بەردەم خەڵکدا چوکیان ڕەپبێت، ئەوەش وایان لێدەکات هەستە سێکسیەکانیان کپ بکەن. ئەگەر ئەم کپکردنە زۆر درێژەی کێشا، ئەوا دەبێتە هۆی کێشەو لە دواییدا زۆر گرانە پیاو بتوانێت بگونجێت لەگەڵ قۆناغەکانی دیکەی ژیانیدا.. جا ئەوە لە ژیانی هاوسەریدا بێت یا هی دی..

هەرچۆنێك بێت پەرچەکرداری زۆری ئەمە دەبێتە حاڵەتێکی شاز نەك یاسا. چونکە زۆرجار ئەو کوڕە پاش چەند هەڵوێستێك کە پەیوەندیان بە ڕەپبوونەوە هەیە، فێردەبێت چۆن پەرچەکرداری جەستەیی دەربارەی ئەو حاڵەتە هاندەرانە بە سروشتی وەربگرێت.

ئەوکاتەی ئەو کەسە لە بارەی جەستیەوە ئەوە فێردەبێت کە ئەو پیاوێکی پێگەیشتووەو پاڵنەرو پەرچەکرداری نێری پێگەیشووی ڕەسیوی هەیە، و هیچ چارەیەك نییە دەبێت

ڕووبەڕووی هەندێك باری ڕەپبوونی کتوپڕ ببێتەوە.. کاتێك لاو دەتوانێت ئەم ڕاستیانە قبوڵ بکات، ئەوسا ئیتر کێشەکە سادە دەبێتو گەورە دەرناکەوێت. بەڵام بۆ ئەو کەسەی کە پڕە لە هەستێکی پڕ لە گوناح بەرامبەر بە سێکس، ئەوا ئەم قسەیە ناتوانرێت جێبەجێ بکرێت، چوکە بڕوا بەخۆکردن لە هەموو حاڵەتێکدا پێویستی بە ماوە و شارەزایی پەیداکردن هەیە. هیچ کەسێکیش نازانێت چۆن چارەسەری ئەم حاڵەتە کتوپڕانە بکات کەسێکی پێگەیشتووی بڕوا بەخۆکەر نەبێت. باشترین هەنگاو بۆئەوەی منداڵەکانمان تووشی ئەو هەستە نەبن سەیرکردنی شتەکانە بە سروشتی.

چونکە ئەو خێزانەی پێگەیشتنی سێکسی لە منداڵەکانیدا وەك کارێکی سروشتی وەردەگرێت، وەك شتێك کە شیاوی باوەڕپێکردنە بێ شەرم یا هەست بە گوناح کردن، ئەم جۆرە خێزانە دڵەڕاوکێی ڕەپبوون یا ئەوەی لە دواییدا لێوەی پەیدا دەبێت، لە منداڵەکانیدا دروست ناکات.

لە شێوەکانی دڵەڕاوکێی ڕەپبوون پڕکارکردنی بیرە بە دەستپەڕەوە. زۆربەی باوك و دایکان لە ترسی ئەوەدان کە منداڵەکانیان زیادەڕەوی لەم خوەدا بکەن، لەگەڵ ئەوەی هیچ بەڵگەیەکی زانستی لەبەردەستدا نییە کە ئەم خووە کێشەیەك دروست بکات، بەڵام هەست بە گوناح کردن دەربارەی ئەم خووە کاریگەری سۆزی زۆر توندی لێ دەکەوێتەوە.

وەرگرتنی سروشتی دایك و باوك کارێکی یاریدەدەرە

هەڵوێستی ئەو دایك و باوکەی کە هەستی کوڕەو کارەکانی تاوانبار ناکەن، بەڵکو بە ئاشکراو ئازاد وەریدەگرن، بەرئەنجامی باشی لێ دەکەوێتەوە، هەڵوێستی ئایدیالیشی ئەوەیە کە هەموو کەسێك ئەو خوەی لە قۆناغێکدا هەبووە، و بەوەی شتێکی سروشتیە، بەڵام ئەمە بۆ باوك و دایك سروشتی نیە، چونکە یا خۆیانی لێدەدزنەوە، یا دەست دەکەن بە سزادانی منداڵەکە، کە بێگومان ئەمە زیاتر کارەکە ئاڵۆز دەکات و لە پاشدا تەنگژەیەکی دەروونی بۆ بەرپا دەکات.

کوڕی ئاسایی مێشکی خۆی بەو خووەوە، گیرنادات، و هەموو بارەکانی بە سروشتی دێتە بەرچاو، بەڵام ئەوەی کە ڕەپبوون لای دەبێتە حاڵەتێکی دوودڵی، زۆربەی کات هەوڵدەدات بە تەنها بێت و ئەو خوە ئەنجام بدات و لە باشتریشدا هەستی ئەوە دایدەگرێت کە لەوانەیە بە هۆی ئەم خووەوە نەزۆك یا خەساو دەرچێت، لەم حاڵەتەتانەدا ئەو گەنجە پێویستی بە پزیشکی پسپۆڕە، بۆئەوەی ئەو خووە نەبێتە هۆکارێك بۆ دواکەوتنی لە خوێندن یا کار.

لە هەندێك حاڵەتی نائاسایشدا هەندێك کوڕ لەو حاڵەتانەدا هەندێك کار دەکەن کە تیایدا ئازاری جەستەیان دەدەن وەك سزایەك بۆ پەرچەکرداری پاڵنەرە وروژێنەرە تونەدەکان.

ئەو کەسە چی بکات باشە

پێویستە پێش هەموو شتێك ئەو کەسە بزانێت کە هەموو کەسێك، نێر بێت یا مێ زۆرجار بەر حاڵەتی هروژاندنی سێکسی دەکەوێت کە چاوەڕوانی نەدەکردو جەستەش لە بارودۆخی نەگونجاودا وەڵامی خۆی دەداتەوە، ئەمە ڕووداوی سروشتیەو هەموو کەسێك تیایدا بەشدارە، لەبەرئەوە ڕەپبوون هەستی گوناح و تاوان دروست ناکات، ئەگەر کەسەکە لەگەڵ زانینی ئەمانە هەموویدا هەر هەستی گوناحی تێدا مایەوە، ئەوا حاڵەتەکەی پێویستی بە چاودێری پزیشکی هەیە، دەشتوانرێت بابەتەکە لەگەڵ مامۆستایەکی شارەزای بابەتەکە لە خوێندنگەدا باس بکرێت، یا لەگەڵ پزیشکی خێزانەکە، یا پیاوێکی ئاینی، و ئەگەر هەڵوێستەکە پێویستی بە پسپۆڕێکی سایکۆلۆژی یا پزیشکێکی دەروونی هەبوو ئەوا ئەوان دەتوانن گەلێك ڕێنمایی باشی بدەنێ. لە ڕاستیدا زۆربەی کوڕان ئەوە دەزانن ئەو شڵەژان و تێکچوونەی کە بەندن بە ڕەپبوونی لە پڕەوە، لەگەڵ کاتدا خۆی لادەچێت، کاتێك کە کەسەکە بڕوای بە خۆی و هەستەکانی دەبێت.

سەرچاوە: Sexology

پاڵنەرەکانی فێربوونی خوێندکار

پەرچڤەی: ڕۆخۆش عەلی
پسپۆڕی زمانی ئینگلیزی

پەروەردەی فێربوونی منداڵی شیرەخۆرو بچوک و پێویستی بەهێزی بۆ دۆزینەوە ئاوێتە دەبن و جۆرێک تێگەیشتن لە دەورو بەر دروست دەکات وەک جەیمیز ڕیفنی(James Rffini 1993)نوسەر دەڵێت((کەسێک بە دەگمەن دەبیستێت باوک ودایک بێزاری لە سستی پەروەشی فێربونی منداڵی بەر لە قوتابخانە دەر بڕن)) هەمیشە کە منداڵ گەورە دەبێت بەداخەوە ئارەزووی فێربونی کەم دەبێتەوە و پرۆسەکەی بە بێزاری لەبری دڵخۆش بون پەیوەست دەبێت. ژمارەیەکی زۆری خوێندکار، خوێندکارێک لە چوار خوێندکار پێش دەرچونیان خوێندنگا بەجێدەهێڵێت. ژمارەیەکی زۆری خوێندکار تەنها بەجەستە نەک بە بیرو هۆش لە پۆلدان و لە خۆ تەرخان کردنی تەواوی ئەزمونی فێربوندا شکست دەهێنن. هۆشیاری پەروەردکاران سەبارەت چۆنیەتی پێشکەوتنی هەڵوێست و ڕاو بۆچونی خوێندکار لە پرۆسەی فێربون و ئاسان کاریەکانی خودی پرۆسەکە یاریدەی کەم کردنەوەی کەمتەرخەمی خوێندکار دەدەن.

بزوێنەری فێربونی خوێندکار چییە؟

بە شێوەیەکی سروشتی بزوێنەری خوێندکار پەیوەستە بە ئارەزوی بەشداریکردنی خوێندکار لە پرۆسەی فێربوندا هەروەها بەو هۆکارو ئامانجانەی بەشداری کردنی یانەکردنی چالاکی ئەکادیمی لەسەر بەندە.

هەرچەندە لەوانەیە بەشێوەیەکی چونیەک خوێندکار بۆ ئەنجامدانی کارێک جۆش بدرێت بەڵام لەوانەیە سەرچاوەی جۆش دانیان جیاواز بێت. خوێندکاری خاوەن بزوێنەری سروشتی بۆ بەرجەستە کردنی ((خۆشی و فێربون یان زیرەکی دەیبزوێنێت)) چالاکی ئەنجام بدات بەڵام بزوێنەری دەرەکی خوێندکار بۆ دەست کەوتنی خەڵاتی وەک((پلەو پایەی بەرزو کۆشش کردن و ڕزامەندی مامۆستا)) و دوورکەوتنەوە لە سزا چالاکی ئەنجام دەدات.

زاراوەی بزوێنەری فێربوون(Motivation to learn) کەمێک واتای جیاوازی هەیە وەک هێرمن مارشاڵ(hermin marshall 1987) بەکارێکی ئەکادیمی پرواتاو بەنرخ وسودمەند بۆ فیرخواز بەبێبایەخ دان بە هەبون یا نەبوونی سوودی ناوەڕۆک پێناسەی دەکات. پێناسەیەکی دی

کەبزوێنەری فێربوون بە ماوەو ئاستی بەشداری کردن وپابەند بون بەپرۆسەکەوە تایبەتمەند دەکات.

ئەو فاکتەرانە چین کە کار لە گەشە کردنی بزوێنەری خوێندکار دەکات؟

جێر بروفی(Jere Brophy 1987) دەڵێت بزوێنەری فێربوون توانایەکە لەئەزمونی گشتی یەوە بەرجەستە دەکرێت بەڵام لەمیانەی شێوازێکی ڕاستەوخۆ و گەیاندنی ئامانجەکان و ڕاهێنانی ڕاستەوخۆ یان بە کۆمەڵایەتی کردن بەهۆی کەسانی پسپۆڕ بە تایبەتی باوک و دایک و مامۆستایان چالاک دەکرێت دەروبەری منداڵ کۆمەڵێک هەڵوێستی سەرەتایی دروست دەکات و بەرەو فێربوون ئاراستەیان دەکات. کاتێک باوک‌و دایک گەشە بە پەرۆشی سروشتی فێربوونی منداڵ دەربارەی جیهان دەدەن لەڕێگەی پێشوازی کردن لەپرسیارو هاندانی دۆزینەوەو ئاشناکردنیان بەوسەرچاوانەی کەدەتوانن جیهانەکەیان فراوان بکات، پەیامێکی شایستەو خۆش‌و باوەڕ پێکراوسەبارەت بە فێربوون بە منداڵ دەبەخشن کاتێک منداڵ لەماڵدا لەسەر درک کردن بەنرخ و توانا و سەربەخۆیی و بەهێزی پەروەردە کرا لەڕوبەڕبونەوەی مەترسییەکانی پرۆسەی فێربوندا بەتوانا دەبێت بە پێچەوانەوە بەشێوەیەکی سەرەکی گەر منداڵ خۆی کارامەو بەتوانا نەبینێت، سەربەستی‌و توانای ڕوبەڕوبونەوە و بەدواداچوونی نەکادیمیانەی گرفتەکانی زۆر کەم دەبێتەوەلەسەرەتای دەست پێکردنی خوێندنگادا منداڵ ڕاو بۆچونەکانی تایبەت بەسەرکەوتن و شکست دروست دەکات .

بنەماکانی سەرکەوتنیان بەهاوبەشی بۆ ((هەوڵدان‌و توانا‌و بەختەوەری و ئاستی ئاڵۆزیی کارەکە)) و شکستیان بۆبێ توانای‌و کۆشش نەکردن دەگەڕێنەوە، کەڕۆڵێکی گرنگ لەچۆنێتی ڕوبەڕوبونەوەو چارەسەر گرفتەکانی فێربووندا دەگێڕێت.

هەروەها ڕاو بۆچوونەکانی خودی مامۆستا سەبارەت بە فێرکردن‌و فێربون و جۆری هیواکانیان بە خوێندکاران کاریگەریەکی بەهێزی لەپرۆسەی فێربووندا هەیە وەک دیبوڕاستیک (Deborah Stipek 1988) دەڵێت ((بەڕادەیەکی زۆر خوێندکار پێشبینی فێربوون دەکات گەر مامۆستاکانیان پێشبینی فێربونیان بکەن))

هەروەها ئامانج‌و پلان‌و یاسا بەرفراوانەکانی خوێندنگاو فراوانتربوونی فێربوونی ئاڵۆز لەگەڵ کەش‌و هەوای پۆل دا ئاوێتە دەبن‌و بۆجێگیرکردن یان گۆڕینی هەڵوێست‌و بۆچونەکانی پەیوەست بەخوێندکار کاردەکەن .

وەگۆڕنکاریە بەرفراوانەکان زیاتر لەیەک بەشی تۆری بزوینەر لەخۆ دەگرێت بۆ نموونە هەر چەندە منداڵی بچوک گەش بینە بە سەرکەوتن تەنانەت لە ڕووبەڕوو بونەوەی شکستە دووبارەکاندا و بەگشتی کۆششکردن پۆزەتیڤانە دەبینێت بە پێچەوانەوە منداڵی گەورەتر شکست دەهێنن و کۆشش وەک (شمشێرێکی جوت بڕەی دەبینن) (Double edeged s word) لای خوێندکار ئەو شکستەی لە ئەنجامی کۆششکردنی زۆر ڕوو دەدات کاریگەرن نێگەتیڤانەی زیاتر بە تایبەتی لەسەر بیرۆکەی بۆچونیان بۆ توانا لەخۆ دەگرێت، بە پێچەوانەی ئەو شکستەی لە ئەنجامی کۆشش کردنی کەم یان هەر نەرکردنی ڕوو دەدات.

ئایا بزوێنەری سروشتی خوێندکار بەسودە؟

ئایا ئاراستەکردنی سەرەتایی بزوێنەری سروشتی یان دەرەکی خوێندکار بەرەو پرۆسەی فێربوون سودمەندە؟ گەشە کردنی جەستەیی گرنگی ئەو ئاراستە کردنە دووپات دەکاتەوە. کاتێک خوێندکاران لە ناخەوە ئاڕاستە دەکرێت ئارەزووی بەکارهێنانی ئەو ستراتیژیانە دەکەن کە پێویستی بە کۆششی زیاتر هەیەو بەتوانایان دەکات بەوردی بەدوادا چوونی زانیاری بکەن (J.condryand j.chambers 1978)دەڵێن خوێندکاری ئاراستەکراوی سروشتی لەکاتی ڕوبەڕوبونەوەی کارێکی فیکری ئاڵۆزدا کۆی زانیاری گونجاو بڕیاری ستراتیژی دروست دەکات بە بەراوردکردنی لەگەڵ ئەو خوێندکارانەی ئاراستەیان دەرەکیە.

هەرچەندە خوێندکاری ئاراستەکراوی سروشتی ئەرکی تاڕادەیەک گران‌و بەسودیان پێچاکترە بەپێچەوانەی خوێندکارانی ئاراستەکراوی دەرەکی ئارەزووی ئەو ئەرکانەی ئاسانترەو خوێندکار کەمترین کۆششی پێویست بۆ وەدەستهێنانی گەورەترین خەڵات دەکەن.

هەرچەندە توێژینەوەکان دەریدەخات کە مامۆستا هەندێک سودی گرنگ لەبوونی بزوێنەری سروشتی وردەگرێت بەڵام ناکرێت وەنابێت هەموو چالاکیەیە پەروەردەییەکان بۆ بزواندنی بزوێنەری سروشتی ئاراستە بکرێن.

چۆنێتی بەهێزکردنی بزوێنەری فێربوون لە قوتابخانەدا

هەرچەندە میژووی بزوێنەری خوێندکار لەهەموو قۆناغێکی نوێی خوێندندا یاوەری دەکات. بروفی (Brophy

1978) دەڵێت بەڵام پێویستە مامۆستایان خۆیان وەک (هۆکاری چالاکی بەکۆمەڵایەتی کردن) (Active Socialization Agents) دابنێن و ((توانای چالاککردنی بزوێنەری فێربوونی خوێندکاریان هەبێت)) کەشو هەوای پۆل گرنگە ، گەر خوێندکار پۆل بەشوێنێکی یاریدەدەرو گرنگی فێربوونی زانیاری بزانێت کەتێیدا رێزی لێ بگیرێتو هەستی بەگەڕانەوەی بۆ پۆلەکەی کرد، ئارەزووی بەشداری کردنی تەواوی پرۆسەی فێربوون دەکات. هەروەها ئامانجی هەمەجۆری ئەرکەکە دەتوانێت بزوێنەری فێربوونی خوێندکار بەهێزتر بکات.

پێویستە لایەنی فیکری کارەکە گرانو خۆش بێت بەڵام بتوانرێت ئەنجام بدرێت .

وەک پەیوەندی پاستەو خۆی ئەرکەکان یاریدەی گەشەکردنی بزوێنەری خوێندکار دەدات فێربونی ناوەڕۆکیش (Contex tualizing) هاریکاری بەکارهێنانی توانای خوێندکار لەجیهانی واقیعدا دەکات . ئەو ئەرکانەی جیاوازی مامناوەند لەخۆ دەگرن بەسودن چونکە پەرۆشی بزوێنەری سروشتی خوێندکار چالاک دەکەن برۆفی (Borphy 1986) دەڵێت جگە لە دەرخستنی مەرجە دیاریکراوەکانو ئامانجە کورت مەوداکان و هەروەها پێشکەش کردنی تێبینی زارەکی تایبەت بەکارەکە بەسوودەو یاریدەی خوێندکار دەدات سەرکەوتن بەکۆششەوە پەیوەست بکات. لەلایەکی دیکەوە پێویستە بەهۆشیاریەوە خەڵاتە دەرەکییەکان بەکاربهێنرێت چونکە رۆڵی شاراوە لەکەم کردنەوەی بزوێنەری سروشتیدا دەگێڕێت .

ئەوەی لەپۆلدا ڕوودەدات ناچێگیرە بەڵام وەک مارتن ماچەرو کارۆڵ مدگلی (martin machr and carol midgley) 1991) ((دەڵێن پۆل دورگە نییە)) لەوانەیە پشت بەستن بەڕادەی گونجاندنی ئامانجەکانی پۆلو ڕاهێنان لەگەڵ ئامانجە بەرفراوانەکانی خوێندگە کۆششی پۆل لاواز یان بەهێز بکات .

بەئامانجی یاریدەدانی بزوێنەری فێربوون پێویست ڕێژەی پلانەکانی خوێندنگەو ڕاهێنان جەخت لەسەر ((فێربوونی ئەرکی ئاڵۆزو کۆشش)) وەک لەئەرکی‌پەیوەست بەبەجێهێنانی‌و پێشبڕکێ بکەن .

چۆن دەتوانرێت یاریدەی ئەو خوێندکارانە بدەین کەبزوێنەری سروستیان بۆفێر بوون نییە یەکەم هەنگاوی پەروەردکاران بۆ زانینی ئەو ستراتیژیانەی لەڕاستیدا خوێندکار بۆپارێزگاری کردنی بەهای زانینی خۆی بەکاری دەهێنن ((وەک کۆشش نەکردن فێڵ کردنو کەم تەرخەمی ...هتد))لەکۆتایدا خودی ئامانجەکانی خۆیان لەناو دەبات وئەو پرۆسەیەی کە((پلانی نوێو بەکۆمەڵایەتی کردنو ئەنجامدانی ڕاهێنان)) لەخۆ دەگرن پێی دەوترێت (گەڕانەوەی توانا) (Attribution Retraining) بۆ خوێندکاری ناچالاکو کەم تەرخەم بەکاردەهێنرێت بۆ:

1/ جەخت کردنی زیاتری خوێندکار لەسەر ئەرکەکانو نەهێشتنی بیر پەردەوازە بوون کەلەئەنجامی ترسیو شکست بوونەوە دروست دەبێت.

2/ ڕووبەڕوبونەوەی شکستیو هەڵەو گرفتەکان لەبیری ڕوخاندن بەگەڕانەوە بۆهەنگاوە پێشینەکانو دۆزینەوەی ئەڵتەرناتیڤ واتە(جێگرەوە بۆیان) .

3/ گەڕانەوەی شکستی خوێندکار بۆ کۆشش نەکردنی پێویستو نەبوونی زانیاری یان پشت بەستن بەستراتیژی لاواز بۆ نەبوونی توانا.

بۆرفی (Borphy 1986) دەڵێت لەوانە سودێکی دیکەی ستراتیژیەکان لەخۆگرتنی، نیشان دانی کۆشش وەک کارێکی سوودمەند و پەرەپێدانی توانا وەک زانیاری دیاریکراو جەخت لە تێگەیشتنی تەواو دەکات لەبەر ئەوەی خوێندکاری لێهاتوو بەتوانا فێربوون وەک شتێکی بێهاوتا هەڵدەسەنگێنێت، گرنگە باوکو دایکو بەرپرسەکانی خوێندنگا بەتەواوی خۆیان بۆ گەشەکردنو مانەوەی سەر لەنوێ دروست کردنەوەی بزوێنەری فێربوونی خوێندکار تەرخان بکەن.

سەرچاوەکان

_Ames, Carole A. motivation : what teacher need to know College Record 91.3 (spring 1990) (: 409-21)
Occasional Paper No.. 101. East lansin, Michig an Institude for Resar on Feacing, Michigan state
Borph, jere, (On Motivating Students)

پیشەسازی بۆن (عەتر)

کۆنەکەی نابوریی فەرەنسا

Perfumes

پەرچڤەی: فازڵ حسەین مەلا ڕەحیم

نەریتی دروستکردنی بۆنی فەرەنسی دەگەڕێتەوە بۆ چەند سەدەیەک لەمەوبەر. ئەمڕۆ بۆ فەرەنسیەکان بەشێکی فراوانی هەناردەی بۆنی هەموو جیهان پێکدێنێت. چوار لەو هەشت گروپە زەبەلاحانەی ئەو بوارە فەرەنسین. بەرهەمی بەسەرچووی Par excellence کە هەزاران کارو ژمارەی فرۆختی گەورەی هێناوەتەکایەوە، بۆنێکی نایابە و ڕۆژ لە دوای ر ڕۆژ ناو پەیدا دەکات، و وەک سێکتەر چەند ساڵێکە بە چەندین گۆڕاندا تێپەڕیوە. زۆر بە دەگمەن کەرتێکی(سێکتەر) پیشەسازی وەها گرنگ لەو ژمارە زۆرە ناچوینیەکیە پێک دێت: وەک نمونەیەک لە نایابی و چێژ وهەست بزواندن و ناسکیی، پیشەسازی بۆن بۆارێکە بۆ خاوەن پیشەسازیە بەهێزەکان و پسپۆڕانی بازرگانی و ڕیکلام لەسەر ئاستی جیهانی. لەگەڵ ئەو ماناو ئاماژە بێ بایەخەی کە ئەو بەرهەمە هەیەتی، پیشەسازی بۆن تاپادەیەکی زۆر بەسەلامەتی ماوەتەوەو ڕەوتی خۆی گرتوە. ڕێژەی نەشونماکردنی لەفەرەنسادا لە نێوان 12.3٪ بوە لە ساڵی 1991 دا بۆ 4.2٪ لە ساڵی 1993دا و 3.2٪ لە ساڵی 1994 دا بێنەوەی دابەزێت بۆ ژمارە کەمەکان (لەفەرەنسا لە 10 ژن 9 ژن بۆن بەکاردێنن و پیاوانیش هەر لە دوو پیاو یەکێک). سەرەڕای چەند سەدەیەک لەنەریتی، پیشەسازانی، بۆنی فەرەنسی ئاستێک لە ئاستەکانی تەکنەلۆژیای هونەر بەکاردێنن.

بۆن دەگاتە ئاستی تەواوبوون و پێکهاتنی تەواو لە ڕێگای داهێنەرە خاوەن بەهرەکانەوە (ئەو ((لووت))ە بەناوبانگانە پسپۆرو کارامەن لەتێکەڵکردنی ڕۆحە[1] جۆراو جۆرەکان) کە شارەزای نوێترین داهێنانی کیمیاوین و

(1) ڕۆح: گوشراو و ئاوی ڕووەک بەخەستی.

هەروەها ئاگاداری نرخی بازاڕی کەرەسە خاوە سروشتیە گرانبەهاکانن. بۆن زۆر بە ئاگاداریەوە دەخرێتە شوشەوەو ناوی بەناوبانگترین کەسایەتی لێدەنرێت. لەگەڵ ئەوەشدا هیچ کات بۆن وەک ئەمڕۆ باوی نەبووەو ئێستا لەسەر ڕەفەی پێشنگاو دوکانە گەورەکان دادەنرێت بۆ فرۆشتن. لەهەمان کاتیشدا بۆن تەنیا ئافرەت ڕاناکێشێت، بەڵکو پیاوانیش بۆی دەچن ڕۆژ لە دوای ڕۆژ بە گەنج و مندااڵیشەوە. بازاڕی بۆن لەفراوانبونێکی تەواودایە.

لەکەرتی پیشەسازی بۆندا فەرەنسا جێگەی شانازیی بۆ خۆی بچڕیوە بەو چوار دەزگایەی کە پێشەنگن و دەیان هەزار کۆمپانیای بچوکتر‌ەوە. بەگشتی ئەم پیشەسازیە بازاڕێکی ناوخۆیی بە نرخ 29.4 ملیار فرەنکی فەرەنسی (یاخود 5.8 ملیار دۆلار) پێکدێنێت(بە هەموو مارکە بازرگانیەکانەوە) کە دەتوانین نزیکەی 5.5 ملیار فرەنک(یەک ملیار دۆلار) هاوردەکان‌و 29.7 ملیار فرەنک ی هەناردەکانی ساڵی 1995ی بخەینەپاڵ. ئەوەشمان لەبیرنەچێت کە بۆنی فەرەنسی بەشێکی گرنگە لە هەناردەی جیهانی لەم کەرتەدا.

نزیکەی 100 جۆر بۆن لەساڵێکدا دەکەوێتە بازاڕەوە

لە ساڵی 1995دا نزیکەی سەد جۆر بۆنی تازە کەوتە بازاڕەوە هەروەک ساڵی 1994 کە کارێکی زۆرو ناڕەحەتی بۆ ئەنجامدرا. پایزی پێشوتر (دابەزینی جۆرە گرنگەکان لە بازاڕدا هەموو کات لەکۆتای ساڵدایە کە سەری ساڵی تازە و کریسماس بەرێوە دەبن) کۆمپانیای (لانکوم) بۆنی پۆێم، و دیور و(دۆلاك) بۆنی ڤیتا و (کارتیەر) بۆنی سۆپریتی یان خستە بازاڕەوە ئەمە بێجگە لە بۆنی لومال کە جان پۆل گۆلتیە یاخود نیلانگ لەلایەن لالیک‌و پێنج شەش بۆنیش لەسەر شێوازی ئەمریکی و ئیتاڵی کە عادەتەن لە لایەن کۆمپانیا گەورە شارەزاکانەوە دروست دەکرێن. خستنە بازاڕی ئەم بۆنانە دەخوازێت خەرجی ڕیکلام، کە نزیکەی 20 ملیۆن دۆلار بۆ کۆمپانیای کارتیە کە سێ هێندەی بڕی پارەکەی دیور(کریستیان دیور)و لانکۆم دەبێت سەرف بکرێت. ئەمە بێجگە لە خەرجی نەخشەکێشان و خستنە ناو شوشە و پێچانەوە.. هتد کە نزیکەی 100 هەزار دۆلار دەگرێتەوە.

لە ساڵی 1996دا کۆمپانیاکان بەڵێنیان نوێکردەوە لەسەر شێوازە نایەبەکەی پێشوو بڕۆن تەنانەت ئەگەر ئەو بەرهەمانەی دەخرێنە بازاڕەوە هەرە بەناوبانگەکانیش نەبن: کۆمپانیای پاکۆ ڕابان بۆنی(پاکۆ)ی خستنە بازاڕەوە بە پڕوپاگەندەیەکی زۆر بەرفراوانەوە لە چاپەمەنیەکان و تەلەفزیۆن دا، جیان فرانکۆ فێرێ(گێفێف)ی دابەزاند و میشێل کلاین کە پاریسیەکی ڕەسەنە(راندێڤوو)ی دابەزاند، جیانی فێرساس (بلۆند)، و ڕێژین بۆنی(پالاس)و تیفانی بۆنی(تروست)...

لە جیهانی بۆن دا سستی‌و پشودان نیە و بەرهەمە دابەزیوەکان یەک بەدوای یەکدا دێن. لە ڕاستیدا ناوی مارکە گرنگەکان دەکەونە مەترسی گەورەوە. لەو کاتەوە کە دیۆر بۆنی(پواسۆن)ی لەسەرتاسەری جیهاندا خستە بازاڕەوە، بەرهەمی نوێ ئیتر دەبێت لەسەر ئاستی گەورەو جیهانی بێت بۆئەوەی سەرکەوتن بەدەستبهێنێت. بە واتایەکی دیکە، بۆ گەیشتن بە فرۆختی ساڵانەی یەک ملیار فرەنک و فەرەنسی بۆن وەک بەرهەمێکی بێ بایەخ کە کاریگەریەکی بڕاوەو خێرای هەیە بوەتە کۆڵەکەی پیشەسازییەکی بەرچاو و گرنگ. کۆمپانیا فەرەنسیەکان جێگای باشیان بۆ خۆیان مسۆگەر کردوە لە ناو مارکە بەناوبانگەکاندا. لۆرێل بە پلەی دووەم دێت دوای کۆمپانیای(ئیستی لاودەر)ی ئەمریکی‌و کۆی فرۆختی لەجۆرەکانی بۆن گەیشتە 6 ملیار فرانک(1.2 ملیار دۆلار) لە ساڵی 1994 دا. بۆنو ئارایشتە فەرەنسیەکان پشتوپەنای پیشەسازین و ئەم ناوو مارکە بەناوبانگانە دەخەنە بازاڕەوە: لانکۆم، ڕالف لورین، کا شاریل، گای لاروش جورجیو ئەرمانی، پالۆماپیکاسۆ و لانڤین. ڕێک بە دوای ئەودا کۆمپانیای لویس ڤیتۆن موت هێنێسی(LVMH) دێت کە خاوەنی کریستیان دیۆر، گورلان، جیڤنجی و کێنزۆ یە(فرۆختی نزیکەی یەک ملیار دۆلارە).

گروپی ئەکویتین کە سەر بە Elf ە زۆر لە دوای ئەمانەوە نیە بە هۆی لقە کۆمپانیای سۆنافی یەوە کە مارکەی سەینت لورینت، نینا ڕیتشی، ڤان کلیف و ئارپلس، ئۆسکار دی لارێنتا لەخۆگرتوە(فرۆختی 900 ملیۆن دۆلارە). لە دواییدا کۆمپانیای شانێل شانازی بە فرۆختی خۆی دەکات کە 700

ملیۆن دۆلارە و خاوەنی ئەو مارکە دێرین و بەناوبانگەیە و هەروەها مارکەی ئونگارۆ. کەواتە ئاشکرایە کۆمپانیا گەورەکان چەندین مارکە دێننە بەرهەم و هەندێکیش کە بەهەڵە دەوترێن ئەمریکایین یان ئیتاڵین، هەر سەر بە گروپە فەرەنسیەکانن. لە پرۆسەیەکی ئاڵۆگۆڕدا، دانەری شێوازی جلوبەرگی فەرەنسایی بەناوبانگ جان پۆل گۆلتیە، بۆنەکەی کە دروستیکرد لە شیۆەی نیوە پەیکەری ئافرەتدا بەدوو قۆڵی لەگەڵ کۆمپانیای شیسایدۆی ژاپۆنیدا بەرهەمی هێنا.

لە پشت ئەم گەمەکارە گرنگانەوە دەیان کۆمپانیای بچوک هەن کە بەردەوامن لە کارکردن، بۆ نمونە کارتێیە(فرۆختی ساڵی 1994 56 ملیۆن دۆلار لەبۆن فرۆشتندا) وە ئەنیک گوتال (لە گروپی تایتینگەر) کە بەرهەمەکانی ناوبانگی زۆری پەیدا کردوە بە تایبەتی لەمەی و خواردنەوەدا. لە نێوان چەندینی دیدا خانەی فەنتازیاو نایابی وەک بوشیرۆن(خشل فرۆش) یان دروستکەرانی شوشەی کریستاڵ، ئەوانەش بۆنیان خستە بازارەوە، ئەمە بێجگە لەو مارکانەی کە زۆر بەناوبانگ نین وەک ئولریک دی ڤارینس کە پێشەنگی بۆنە هەرزانەکانەو لە فەرەنسا بەلانی کەمەوە، تەنیا لە پێشانگە و سوپەر مارکێتە گەورەکاندا دەفرۆشرێت.

پیشەسازییەکی گەشە کردوو

دروستکردنی بۆن لە فەرەنسا پیشەسازیەکە نەریتێکی دێرینی هەیەو شاری گراس(Grasse) لەسەر ڕێڕەوی فەرەنسی مەلەبەندو پایتەختێتی هەر لە سەدەی 18 وە. ئەمڕۆ ئەم پیشەسازیە گۆڕانی بەسەردا دێت. لە ڕاستیدا تەنانەت بۆدرەی جل شتنیش جێگای خۆ لەبازاڕدا کردۆتەوە و لە قەیرانە ئابوریەکانیشدا خۆڕاگربووە. نمونەی ئەوانە لە چەند ساڵی ڕابوردودا بریتیە لە پرۆکتەر.. گامبل ی ئەمریکایی و یونی لیڤەر و هەروەها جونسن– جۆنسن زۆرجار ئەم گروپانە شارەزاو پسپۆڕن لە بەرهەمەکانی جوانکاریی و تەندروستیداو کارامەن لە ئارەزوبزواندنی تەواو کردنی ئەوپەڕی مەودای بەرهەمەکانیاندا، بە واتایەکی دیکە بەرهەم و کەلوپەلی نایاب شتێکی گرنگە. بۆیە (یونی لیڤەر) گروپی ئیلیزابێس ئاردنی سەر بە فابێرجێی کڕی لە ساڵی 1989 دا و هەروەها کۆمپانیای کالڤن کلاین. ناوبراو مۆڵەتی (شیرەر)و (لاگەرفیلد)یشی هەیە.

پرۆکتەرو گامبل بەمارکەی مامناوەندی دەستیان پێکرد وەک ئویل ئۆف ئولاز و ڤیدال ساسوون. بە هۆی کڕینی گروپی ئارایشتی ماکس فاکتەری ئەمریکاییەوە مۆڵەتی(هۆگۆ بۆس)و (لاورا بیاجیوتی) بەدەستهێنا. لە ساڵی 1994 دا گروپە کە زۆربەی بەشەکانی(جورجیو)ی بیڤەرلی هیلزی کڕی. لە سایەی ئەخشەیەکی کڕینی پتەوەوە(بێنکیسەر)ی پیشەسازی ئەڵمانی پاککەرەوەی جل و بەرگ، سەرکەوتوانە لەڕێگای کڕینی کۆمپانیای بۆنی(کۆتی) و بەرهەمەکانی(نێکوس)ەوە چوە قۆناغی و بەرگێکی نوێیەوە.

هاتنەکایەی گروپی نوێ بۆ ئەم بوارە دوو ئاکامی هەیە: یەکەم، پێشبڕکێی تووندتر کە هۆکارە بۆ هەڵیسان لەخەرجیی خستنە بازاڕدا. دووەم، لەڕێگای دابەشکردنی فراوانەوە، پرۆسەی فرۆشتن کە پیشەسازانی پاککەرەوەی جل و بەرگ بەکاریدێنن بە تەواوی پێچەوانەی ئەو پرۆسانەیە کە کۆمپانیا بەناوبانگەکانی بۆن بەکاریدێنن. لەڕابردودا گوزلان تەنیا دابەشکردنی هەڵبژاردەیی پیادە دەکرد. لە پاریس بەرهەمەکانی بە تەنیا لە پێشانگاکانی خۆیدا دەفرۆشێت. بەڵام بەرەبەرە جۆرەکانی بۆن ڕەفەی پێشانگاو بازاڕە گەورەکانی داگیرکرد شانبەشانی بۆندارەکان(معطر)وەک کۆلونیای پیاوان بۆ نمونە.

بۆ نمونە (پیار کاردان) هێڵەکەی تێپەڕاندو دەسەڵاتی دا بە دروستکردنی بۆندارەکان(بۆن بڕەو کولونیاو ئافتەر شەیڤ) بۆ سوپەرماکێتەکان.(کارتیە) پێیوایە کە ئەو باوو بۆچونە گەڕانە دواوەی نابێت و بۆن، وەک شەمپانیا، بەم زوانە لە هەموو سوپەر مارکێتەکاندا دەفرۆشرێت. بەپێچەوانەشەوە هەندێک لە پسپۆڕان پێیان وایە هێشتا تەواو دەرنەکەوتوە چۆن دەبێت و مارکە بەناوبانگەکان توانای پاراستنی چاکتری بەشە هەڵبژێردراوەکانیان هەیە (تۆڕی بەرهەمهێنانەکانی وەک مەلەبەندەکانی بۆن فرۆشتن و بازاڕ و پێشانگا گەورەکان.. هتد) ئەنجامدانی ئەو گەمەیە لە دەست خۆیاندایە بۆ چاودێریکردنی دابەشکردنەکانیان بە هەرحاڵ لە 1995 دا فرۆخت لە دابەشکردنە هەڵبژێراوەکاندا بە ڕێژەی 2.5٪ پاشەکشێی کرد لە کاتێکدا کۆی فرۆخت کە گەیشتبووە 64.6 ملیار فرەنک بە ڕێژەی 5.3٪ زیادیکرد. یەک شت گومان هەڵناگرێت، لە سەرتاسەری جیهاندا شەپی

بازاڕی بۆن لە قورس بوونداید. لەوە زیاتریش دەبێت چونکە ئاسیاو ئەوروپای ڕۆژهەڵات بەرهەمی خراپ و ناپەسەن دابینۆشیوە. ئەم شوێنانە شایستەی سەردانکردنن لە فەرەنسا:

*مۆزەخانەی نێودەوڵەتی بۆن ناونیشان:
8 Place Cours, 06130 Grasse
*مۆزەخانەی شوشەی بۆن. ناونیشان:
33 rue du Temple, 17000 LaRochelle

بەرهەمهێنانی بۆن بە توانایی و ئازایەتی" لووتەکانە"!

لەکاتێکدا مادموازێل شانیل خۆی بۆنی بەناوبانگی(NO.5) دروستکرد کە تا ئێستاش یەکێکە لە بۆنە بەناوبانگەکانی جیهان، بەڵام سەردەمەکە تێپەڕی و ئەمڕۆ دروستکردنی بۆنێك ماف و ئازایەتی ژمارەیەکی کەم لە داهێنەرانە کە بەشێوەیەکی تایبەتی کارامەن لە تاووتوێکردنی(ڕۆحە) گوشراوەکاندا (ئاوی گوشراوی گوڵ ڕووەك) ئەو داهێنەرانە پێیان دەگوترێت(لووتەکان). ئەوە پیشەیەك نیە کە بە بڕوا نامە بە دەستبهێنرێت، چونکە دەبێت ئەو کەسە خولیاو بەهرەی هەبێت لە بۆنوبەرامەدا هەروەها چەندین ساڵ لە مەشقکردن. ئەمە جگە لەوەی کە ئەو داهێنەرە(لووتە) نابێت جگەرەکێش بێت و خۆی دووربخاتەوە لەو شتانەی کە لەوانەیە ئەو تواناو بەهرەیەی لاواز بکات یان زیانی پێبگەیەنێت. بە هەر حاڵ ئەم پسپۆڕە دەگمەنانە(کە بە پەنجەی دەست دەژمێررێن) پێویستە نەك تەنیا توانای ناسینەوەی هەزاران بۆنو بەرامەیان هەبێت بەڵکو پێویستە توانای تێکەڵکردنی ئەو بەرامەیەیان هەبێت بە چاکی و سەرکەوتویی. لە دروستکردنی بۆنێکدا پێویستت بە دەیان (ڕۆح) هەیە بۆ هەڵبژاردنی ئەو بەرامەیەی کە بەردەوام هەستیپێدەکەیت وەك پسپۆران بە(جۆری سەرەکی) ناماژەی پێدەدەن واتە ئەو بەرامەیەی یەکسەر هەستیپێدەکرێت، جۆری سەرەکی ئەو خاسیەتە بە بۆنەکە دەدات و هەروەها (جۆری بنچینەیی) کە هەموو پێکهاتەی بۆنەکە کۆ دەکاتەوە. بۆن لە ڕێگای تێکەڵکردنی ئەو جۆرانەوە دروستدەکرێت کە بەهێزن(ئاشکران) یان تێژن یان بۆنی دارو گوڵیان هەیە یان هەست بزوێنەرن. هەندێك لەو پسپۆڕانە بۆ کارگەیەکی تایبەت کاردەکەن وەك جان پۆڵ گورلان کە بۆنی (سەمسارا)ی دروستکردوە، و هەندێکیشیان کار بۆ مارکەیەکی وەك جاك کاڤالێرو جان گیشارد لەشاری گراس، دەکەن.

توانای ناسینەوەی جیاکردنەوەی جۆرەکان(بەرامەکان) تەنیا بە هەڵمژینی بۆنەکە بەس نیە بۆ دروستکردنی بۆنێك کە ناوبانگ پەیدا بکات و بمێنێتەوە. ئەو کارە پێویستی بەهەستیاریی هەیە بەرامبەر بە ئارەزووی ئەو ڕۆژو ساتە وەك لەمەسەلەی دروستکردنی بۆنی(شالیمار) دا ڕویدا لە ساڵی 1925 کە لەلایەن (گورلان) ەوە دروستکرا، یان بۆنی(ئۆپیوم)ی ساڵی 1977 لەلایەن یەڤیس سەینت لورێنت وە بۆنی (پواسۆن)ی ساڵی 1985 کە لەلایەن(دیور)ەوە دروستکرا. لەم سەردەمەدا بۆن زۆر سەرسوڕهێنەرە وەك بۆنی(لو دیئیسی) کە لەلایەن کۆمپانیای (میاکێ) وە دروستکراوەو سیفەتێکی دەریایی ئاشکرای هەیە، یاخود زۆر ئاشکرانیە، بۆ کێژە گەنجەکان وەك بۆنی (ئێدن)ی کۆمپانیای شانیل لەزۆربەی حاڵەتەکاندا وەك مۆدێلی بەرگ یان هەر کارێکی هونەری سەرکەوتن لە ئەنجامی کۆبونەوەی جەماوەر لەگەڵ جۆرە هەستیارییەکی دیاریکراودا بەدەست دێت. بۆیە دەبێت ئەو بۆنە لەگەڵ ناوی مارکەکەدا بگونجێت کە دەیخاتە بازارەوە و نایابیو لاوێتی هەست بزواندنو ڕەسەنیی لە خۆ گرتبێت. دەبێت پەیوەندی تەواو لەنێوان بۆنەکەو شوشەکەی و ئەو وێنەیەی دەریدەخات هەبێت

بۆنی شانیل(NO.5) و ڕۆحیانەتی مارلین

چ بەرهەمێك چاکترین ڕەزامەندیی بەدەست دێنێت وەك ئەوەی ئەستێرەیەکی سینەمایی وەك مارلین مۆنرۆ کە جارێکیان گوتوبەتی من دەچمە جێگاوە تەنها چەند دڵۆپێك شانیلNO.5 بە لە شمەوەیە شانێل ئەو بەختەوەرەیە کە ئەو بۆنەی لە ساڵی 1921دا دروستکراوەو هێشتا دوای چەندین پێشەنگی مارکەکانە. بۆنەکە ناوی NO.5 لەلایەن مادموازێل شانێل ەوە پێ بەخشرا چونکە پێنج هەمین شوشە بوو لە ناو ئەو شوشانەدا بۆیان هێنا هەڵیبژاردو دەبوایە لە مانگی مایس دا بکەوتایە بازارەوە کە پێنج هەمین مانگی ساڵە. ئەم(

ئاوی حەیاتە) بە بەهایە پڕ فرۆشترین بەرهەمە لەو کاتەوەو ئەمڕۆش 5٪ی کۆی فرۆختی بازاڕی جیهانی داگیر کردوە.

لەوەش گرنگتر گەشەسەندنی فرۆختی ئەم بۆنە بە تەنیا لە سەروو 18٪یە. ئەوەش دەستکەوتێکی ڕاستەقینەی کۆمپانیا دێرینەکەیە کە هەمیشە پشتی بە خزمەتگوزاری ئاکتەرە فەرەنسییەکان بەستووە بۆ مسۆگەرکردنی بەرزکردنەوەی قەبارەی بەرهەمەکەی ئەمڕۆ کارۆل بۆکوێت ڕەزامەندی لەسەر بەرهەمەکانی ئەو مارکەیە دەدات. لەریکلامێکی تەلەفزیۆندا لەم دواییەدا ئەم خانمە لە شێوەی مارلین مۆنرۆدا خۆی نیشان ئەدا. لە ساڵەکانی حەفتادا کاترین دونوڤ بوە هۆی بەرزبونەوەی فرۆختی بۆنەکە لە ئەمریکا چاپەمەنی ئەمریکاش، کە شۆخوشەنگیی ئەم ئاکتەرە کاریتێکردبوو، ئەم ئاکتەرە فەرەنساییەی بە ڕێکپۆشترین ئافرەتی جیهان کاندید کرد. ئەم ناوبانگەی شانێل لەسەرتاسەری جیهاندا هەیەتی ناتوانێت ئەو بونیادە خێزانیەی پایتەختەکەی بشارێتەوە کە لەبواری بۆن دروستکردندا خێزانی(وێرتایمەر) لە ساڵی 1924دا ڕایگرتووە. ئەم گروپە لە ئاڵوگۆڕی دراودا دەرناکەوێت و باسناکرێت و خۆشیان هیچ ناردکێنن لەگەڵ ئەوەشدا وازانراوە کەفرۆختی ساڵانەی لە 8 ملیار فرەنک زیاترە تەنیا لە بەشی بەرهەمهێنانی بۆندا. بەبۆنی NO.5 و NO.19و کۆکۆ. کریستاڵ و ئیگویست ئەم گروپە کە خاوەنی جۆرەکانی بۆنی (ئونگارۆ)یشە بەشەشەمین پلە دێت لە جیهاندا و بەچوارەمیش لەفەرەنسادا دوای (لوریڵ)و(LVMH)و (ئێلف ئەکوتیان).

بۆ ماوەی چەند ساڵێک ئەو کۆمپانیایە لەنزیکەوە پەیوەست بوو بە کەسایەتی دامەزرێنەرەکەیەوە (کۆکۆشانێل)، بەڵام ئەمڕۆ گروپێکی نێودەوڵەتی سەرەکیە .

کۆمپانیا ئەمریکاییەکەی بە تایبەتیش بەڕێوەبەرەکەی(ئالین و برتایمەر) بەم نزیکانە هەموو بەشەکانی کۆمپانیای شەرابی(بوردو) و (شاتوروسان سیگلا) و (دوزیەم کروکلاس) سەربە (مارگو) کڕیەوە. ئەوەش سەرەتایە کە بۆ سیاسەتی فرە وەبەرهێنان (بەشداریکردن لەچەند پرۆژەیەکدا)

گراس، پایتەختی بۆن

گوڵو چەند بۆنێکی ئاژەڵی وەک میسک و عەنبەر پێکهاتەی بنچینەیی هەموو جۆرە بۆنێکن. لە ڕاستیدا لەڕێگای گوڵەوەیە کە پایتەختە ڕاستەقینەکەی بۆن لە فەرەنسا پاریس نیە بەڵکو(گراس)ە، لە ناوچەی کان لەسەر ڕیڤێرای فەرەنسی. چەندین سەدەیە گوڵەباخ و یاسمین و سۆسەن و سۆسەن و جۆری دی لە گوڵ شانبەشانی ڕووەکە بۆندارەکان دەچێنرێن بۆ دەرهێنانی گوشراوەکانیان (ڕۆحەکانیان).

لەم شارۆچکە پڕ خۆرەتاوەدا و لەدامێنی گردەکانی ناوچەی (دی هویت) سەر بە چیای ئالپ، دوو هەزار کەس لە دروستکردنی بۆندا کار دەکەن و بڕی 3 ملیار فرەنک سالانە پەیدا دەکەن(50٪ی بازاڕی بۆن لە فەرەنسا و بازاڕی بەرامەی خۆراک کە 6٪ ی بازرگانی جیهانیە) ژمارەیەک لە گروپە سەرەکیەکانی بۆن وەک سانۆفی لیرە نوێنەرو بارەگایان هەیە. بەڵام بازاڕی ڕاستەقینەی گراس لە گوشراوەکاندایە (ڕۆحەکان) بەناوی (گیڤودان ڕور)و (روبرتێت). لەم ڕۆژانەدا زۆر بە دەگمەن گوڵ لەو شوێنەدا دەچێنرێت چونکە مەسرەفی گرانەو زۆربەی گوڵەکانو بەهارات لە بولگاریاو تورکیاو مەدەغەشقەوە هاوردە دەکرێن.

سەرەڕای گرفت و جێگە گۆڕکێی پیشەسازییەکان دابونەریت لە گراس بەردەوام پەیڕەوی دەکرێت. بۆ نمونە(ڕوبرتێت) ئەو ڕۆحانە بەرهەمدێنێت کە باویەتی لە مێژەوە بۆ کڕیارەکانی خۆرهەڵاتی ناوەڕاست کە ئامادەن لە 3000 فرەنکەوە بۆ 6000 فرەنک بدەن بەیەک لیتر پێکهاتە کە چاکترین ڕۆح پێکدێنێت. ئەم مەمملەکەتی بۆنە لەدایک بوونی پیشەی نوێی بەخۆوە بینیوە: دوو خوشک کە میراتگری مارکەی(فراگۆ نارد)ن دەستیان کردەوە بە خستنە بازاڕی هەندێک جۆر بۆن کە زەمانێک مایەی ناوبانگیی ئەو مارکەیە بوو. بەڵام بەپێچەوانەی ئەمانەوە، مەساریفی ئیش و گرفتی ژینگەوای لە کۆمپانیاکانی دی کرد جێگا گۆڕکێ بکەن چونکە لە ڕاستیدا پیشەسازیی بۆن زۆر زیان بە ژینگە دەگەیەنێت.

گورلان: بەرهەمهێنەری جۆرەکانی بەرامە

کۆنترین بۆنگەر[2] لەفەرەنسا بەرهەمهێنەری ڕاستەقینەی بەرامەکانە. بەدرێژایی 165 ساڵی ڕابوردوو بەرهەمەکانی گورلان سەرجەم بۆنە کلاسیکیە بەناوبانگەکان بوون: لو ئیمپیریال، شالیمار، لوێر بلیو، ڤۆل دونوی و میتسوکۆ. سەرتاپای میژوی پیشەسازی بۆنی فەرەنسی لەو دوو برگەیەدا چڕبۆتەوە(گور- لان). لەسەردەمی ئیمپراتۆری

(2) بۆنگەر: ئەوەی پیشەکەی بۆن دروستکردنە

دوەمەوە بەرەو(بێل ئێپۆك)و سالّەكانی بیست‌و ماوەی دوای جەنگی جیهانی پێنج نەوەی بۆنگەر یەك بەدوای یەكدا هاتوون لەبنەماڵەی گورلان كە دامەزرێنەرەكەی پییێر فرانسوا پاسكالە. هەر لەوساوە یەكەمین پێشانگە لە فەرەنسادا كراوەتەوە لە سالّی 1828دا ئەو كۆمپانیایە لەفرانبونایە ئەمڕۆ حەوت پێشانگەی تایبەتی لە پاریس دا هەیە و چەند دوكانێكی تایبەتیش لە میلان، فرانكفۆرت، توكیو، سنگافورەو هۆنگ كۆنگ.

خانەی گورلان بەرەبەرە گەشەی سەندوە لە بەرهەمهێنانی تەسكەوە لە سەدەی 19 دا بۆ دامەزراوەیەكی ئارایشتی نێودەوڵەتی كە 321 جۆر بۆن یان بەرامەی هەیە و مایەی شانازیی ئەو بەرهەمە فراوانەیەتی لە بازرگانیی بۆنی فەرەنسیدا. شێوازی گورلان لەم دەهانەی رابوردودا لە بنەڕەتدا ئەم بەرهەمانەی لەخۆگرتوو. وەك نموونە: ڤێتیڤەر، هابیت ڕۆژ، شامار، ناهێما، ژاردان دو باگاتێل، سامسارا، هێرێتاژ. لەهەشتاكانەوە خێراییەكی بەرچاو ڕویداوە لە دروستكردنی ئارایشت و بەرهەمەكانی خۆجوانكردن بە مەودایەكی فراوانی ئەو بەرهەمانە: ئیسیما، ئیڤۆلیوشن، ئۆدێلیز و هەروەها هێڵی بەرهەمهێنانی ئارایشت- ماتیئۆریت، تێراكۆتا و لۆردو گورلان.

لە نیسانی 1994دا میژووی بۆنگەریی[3] وەرچەرخانێكی گەورەی بەخۆوە بینی، لەوكاتەوە كە ئەو خانەیە كڕرا لەلایەن گەورەترین كۆمپانیای جیهانی كەلوپەلی خۆشگوزەرانی LVMH واتە (لویس - ڤیتۆن- موت- هێنسی). بەسەرۆكایەتی بێرنارد ئارنۆلت، ئەو گروپە چەند جۆرێكی دی بۆنی لەخۆ گرتوە وەك(كریستیان دیور) و (كێنزۆ). ئایا ئەمە ئەوە دەگەیەنێت كە ئەو ماركەیە كە ئەوەندە تایبەتیە، لە مەسەلەی دابەشكردنی بەرهەمەكانیدا زیاتر دەكەوێتە بەردەستی هاوڵاتیان؟

ئەمڕۆ گورلان بە نیازە خۆی بەرەو پێشتر بەرێت لەڕێگای هێشتنەوەی هەموو نەریتەكانی لە هەمان كاتیشدا چەند توخمێكی كاتی لە بەرهەمەكانیدا تێكەڵدەكات، وەك كریستیان لانیس سەرۆكی دەستەی ئیداری ڕایگەیاند. حاڵی حازر ئەم گروپە 33٪ی فرۆختەكانی لە ئەوروپا بەدەست دێنێت‌و لەفەرەنساش 27٪، ئەمریكا 18٪ ئاسیاو دەوروبەری 18٪ وە خۆرهەڵاتی ناوەڕاست و ئەفریقیاش 4٪. ئەم ڕەهەندە تازەیە كە LVMH خستویەتە ئەستۆی خۆی بێگومان پێگەی تازەی لێدەكەوێتەوەو بێگومان ڕێگر نابێت لەوەی سەرجەمی گروپەكە بە پاستگۆ بمێننەوە بەرامبەر بە دروشمی: (ڕۆژ لەدوای ڕۆژ بە ڕەسەنی گورلان دەمێنێتەوە)

گەشەسەندنی بێ سنووری بۆن بۆ منداڵان

(بۆن كە وەك جەستەی منالّ نەرم و ناسكە)، ئەوەندە ئازیزە لای (بودلێر)كە بێگومان ئەمڕۆ جێی سەرسوڕمانی شاعیرەو ئێستا لە شوشەدا دەفرۆشرێت لەچاكترین پێشانگاكاندا. ڕاستە ئەوە مەیل و بۆچونێكی ئەم دواییە یە و نوێیە كە دە سالّێكە دەستیپێكردوە بەلّام سەركەوتنی جێی‌ی گومان نیە. لەسالّی 1993 دا بازاڕی ئەو بۆنانە نزیكەی 500 ملیۆن فرەنك بوو، بەرامبەر بە 50 ملیۆن لە سالّی 1973دا. ماركەی جلوبەرگی منالّ(تارتین)و (شوكۆلا) یەكەمین بوون لەخستنە بازاڕی بۆنی(پوتی سینبۆن) و بە دوای ئەویشدا (ئەگنێسB) و (جاكادی) و (بۆپوینت) وە (كلەیو). خانەی بەناوبانگی گورلان بەبێ دوو دڵی بوە پێشەنگی بۆنی منداڵان بە دروستكردنی بۆنی(پوتی گورلان). هەرچەند فرۆختی گورلان ئاشكرا نەكراوە، لەگەڵ ئەوەشدا ڕایگەیاندوە كە بڕی فرۆختەكەی سێ ئەوەندی پێشوتر بووە. سودێكی دی ئەم جۆرە بەرهەمە ئەوەیە كەبڕی تێچونی تەنیا 30 ملیۆن فرەنكە، واتە 10 هێندە كەمتر لەتێچونی(سامسارا) كە تازەترین ماركەی بۆنی ژنانەیە.

شانبەشانی بۆنی(ئوفریشێ) كە زۆرکەم یان هیچ ئیسپرتۆیەكی تێدانیە، و بۆ منداڵی ساواو دایكەكانیان دروستكراوە، ئەو بازاڕە شكولاتە و شیرینی بۆنداریشی تێدایە بۆ كیژە بچووكەكان. كیژە بچوكەكان مایەی بایەخی زۆری مارکە سەرەكی بەناوبانگەكانن لەڕێگای خستنە بازاڕی (فلور دینتەر دی) لەلایەن كۆمپانیای جیۆنچی وە بۆنی (تێندر پواسۆ) لەلایەن دێور وە هەروەها بۆنی سوكتر وەك (ئینتدردی) و (پواسۆ) بە نرخی گونجاو تر. لە ڕاستیدا گەوران لەپیاو و ژن بەرامبەر بە نرخ زۆر هەستیارن، لەگەڵ ئەوەشدا زوو فیكر دەگۆڕن و هیچ باكیان نیە لە بری ماركەكیەكی بەناوبانگ ماركەیەكی منالّانە هەڵبژێرن وەك (كوكای)، (ناف ناف) و (بێبیتون) وتەنانەت كۆمەڵە لە بازاڕی (تاتی) توانی بۆنی خۆی بخاتە بازاڕەوە بۆ تەواوكردنی هێڵی بەرهەمهێنانی جلوبەرگەكانیان.

سەرچاوە:Label France

(3) بۆنگەریی: پیشەسازیی بۆن

بەرنامە ڕێژییەکان
ڕەهەندی ئابووری

نوسینی: د.نەبیل عەلی
بەرچڤەی: ڕۆژگار

تەکنۆلۆژیای زانیارییەکان کۆمەڵگەیەکی جیاوازی لە کۆمەڵگەکانی پێش خۆی هێنایە ئاراوە، کۆمەڵگەیەك کە پشت دەبەستێت بە ئابووری زانیارییەکان کە بەرنامەڕێژییەکان ڕۆڵی سەرەکی تێدا دەگێڕن، بەرنامە ڕێژییەکان لە تێڕوانینێکی ئابوورییانەوە بەوە جیادەکرێنەوە کە بنەچە و شمەك خزمەتگوزارین، لەلایەکی دیکەوە بەوەجیادەکرێنەوە کە خۆیان بە تەنها پیشەسازییەکی سەربەخۆن یان دەبنە تەواوکەرو پاڵپشتی پیشەسازییەکانی دیکە.

ئاشنابوون بە دیاردەی ئابوری زانیارییەکان، لەسەرەتادا پێویستی بە ئاشنابوون بە ئابوورییەکی نوێ هەیە، لەوە تێپەڕبێت کە تیوردانەرەکانی ئابوری پشەسازی و سیاسی لە نمونەی ئادەم سمیس و کارل ماركس و فردیش فون هایك بۆیان بە جێهێشتووین، هەروەها ئەوانەی کینزییەت ئابوورییە لیبرالە نوێیەکان (تاتشەری و ریگنی) هێنایانە ئاراوە.

ئەرانەش کە گوتاری جیهانبینی دژ بە چەمکە ئابوورییەکانی ئەلتەرناتیڤی سەرمایەداری تەکنۆلۆژیای پێشکەوتوو دەیخەنەڕوو لە گەڵیدا جیهانبینی هەنوکەیی دەیگرێتە خۆی، هەزری مرۆڤایەتی زۆر پێویستێ بە زانیارییەکی ئابوری جەسور هەیە بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی ئەو کۆمەکە سەرەکییانەی سیستمی ئابوری پشتی پێدەبەستێت و چارخشاندنەوەش بەو بناغانەدا کە هەزری ئابوری کلاسیکی لێوەی دەرچوون.

چارەنوسی مرۆڤایەتی وایلێهاتووە بە هەڵپەسنێراوی ماوەتەوە بەهۆی پابەندبوونییەوە بە کۆمەڵێك توخمی هەستپێنەکراو لە واتای زانیاری و سیستم و نمونە و بیرۆکە، لەلایەکی دیکەوە بەرئەنجامی دەستکەوتە مرۆییەکان فراوانبوون بە شێوەیەك کە ئەو توخمانەش بگرێتەوە کە گەڕاوەن لەگەڵ بڕی تێوونە نامادییەکانی لەلایەن گەڕاوەی وەبەرهێنان لە فێرکردن و ڕاهێناندا، دەستکەوتەکانی

پارێزگاریکردنی ژینگەی کشتوکاڵی، بڕی تێچوونەکانی نەخوێندەواری و لە دەستدانی پێناسەی نەتەوایەتی، بڕی تێچوونەکانی تێکدانی ژینگە و یاریکردن بە نەریتە لۆکەلییەکان، هەروەک لە هەندێک گوندی گەشتوگوزاریدا ڕووەدات، گومانیش لەوەدا نییە کە مامەڵەکردن لەگەڵ ئەم توخمە ئابورییە هەستپێنەکراوانەدا زۆر ئەستەمترە چونکە حسابکردن و ئابلۆقەدان و داریکردنی بابەتە بەیەکداچووەکانیان و کاریگەرییەکانیان ئەستەمە.

ئەم بایەتە سەبارەت بە پەیوەندی ئالووگۆڕکاری ڕەهەندی ئابوری بەرنامە ڕێژەییەکانەو مەبەستمان لە ئابوری بەرنامەڕێژییەکان و بەرنامە ڕێژی ئابورییە.

یەکەم/ ئابوری بەرنامە ڕێژی

لێرەدا چەند لایەن و ئاراستەیەکی سەرەکی ئابوری بەرنامە ڕێژییەکان باسدەکەین کە ئەمانەن:

1-ئاراستەگرتن بەرەو پێکهاتەکانی بەرنامەڕێژی.

2-یەکگرتنی پێوانەیی بە حوکمی ئەمری واقیع.

3-بەرنامە ڕێژییەکان وەک شمەک.

4-بەرنامەڕێژییەکان وەک خزمەتگوزاری.

5-بەیەکەوەلکانی بەرنامە ڕێژییەکان لەشتومەکدا.

6-لە پیشەی ئارەزوو مەندانەوە بۆ دامەزراوە زەبەلاحەکان.

7-نەزمی جیهانگیری لە پیشەسازی بەرنامەڕێژییەکاندا.

ئاراستەگرتن بەرەو پێکهاتەکانی بەرنامەڕێژی:

بەرنامەڕێژییەکان لە جیاتی ئەوەی نمونە تایبەتییەکانی تایبەت بەخۆی دابڕێژێتەوە، ئێستاکە بەدوای ئەو نمونانەدا هەنگاو دەنێت کە دەرهاویشتەی پیشەسازییە تەقلیدییەکانن، پیشەسازی بەرنامەڕێژەییەکان ئێستاکە لە جیاتی ئەوەی بەرنامەی تەواو بەرهەم بهێنێت، پێکهاتە بەرنامەڕێژەییە پێوانەییەکان کۆدەکاتەوە، هەروەها سیستمی شت ومەک لە پێکهاتە پێوانەییەکانی وەک بەرگریکارەکان و چڕکارەکان و تویژاڵە ئەلەکترۆنییەکان کۆدەکرێتەوە. بەرنامەڕێژی هاتۆتە جیهانی سەرلەنوێ بەکارهێنانەوە تاکو لە والاترین دەروازەکانەوە پێ بخاتە ناو جیهانی ئابوری قەبارەوە، ئێستاکە دامەزراوە زەبەلاحەکان لە ڕێگەی گۆڕینی کرداری بەرهەمهێنانی پێکهاتەکانی بەرنامەڕێژی بۆ پیشەسازییەک کە پێویستی بە تەکنۆلۆژیای چڕو سەرمایەیەکی زۆر هەیە، هەوڵدەدەن دروستکردنی بەرنامە ڕێژییەکان بقۆزنەوە. بێگومان ئەم ئاراستەگرتنە بەرەو بەرهەمهێانی پێکهاتەکانی بەرنامەڕێژی، کرداری پەرەپێدانی بەرنامە کۆتاییەکانی جێبەجێکردن خێراکەن و بەمەش بڕی تێوری ئەم پەرەپێدانە دادەبەزێت، سەرەڕای ئەوە بەهەرەو شارەزای کەمتری پێویست دەبێت، ئەم سیفەتەی دواییان زۆر مەترسیدارە کە لە جەوهەردا ئەوە دەگەیەنێت کە بەهرەمەندییەکانی بەرنامەڕێژی لەبەر یەکەهڵدەوەشێنێت و بەمەش نەخشەدانەری بەرنامەکانی جێبەجێکردن وردە وردە لە وردەکارییە هونەرییەکانی ناوەوە دور دەکەونەوە، تاکو بەرنامەڕێژییەکانیش بۆ سندوقی بگۆڕێن، بۆ ئەوەی هەمان دیمەن دوبارە ببێتەوە کە مرۆڤایەتی زۆر بەدەستیەوە نالاندی سەبارەت بە بەرهەمهێنانی پیشەسازی تەقلیدی کە ژمارەیەکی زۆری لە خۆی دورخستنەوەو بووە ڕێگر لەبەردەم پرۆسەی گەڕانەوەی تەکنۆلۆژیا لە جیهانێکی پێشکەوتووەوە بۆ جیهانێکی نەش و نماکردوو.

2-یەکگرتنی پێوانەیی بەحوکمی ئەمری واقیع:

ئاراستەیەکی دیکە لەگەڵ پێکهاتەکانی بەرنامەڕێژی پەیوەندی دەبەستێت و هاوتەریبە پێی ئەویش بریتیە لە یەکگرتنی پێوانەیی بەرهەمەکانی بەرنامەڕێژی و چەسپاندنی زانیاری و پڕۆتۆکۆلەکانە کە لە ڕێگەیەوە زانیارییەکان بەهۆی تۆڕەکانی پەیوەندیکردنەوە ئالووگۆڕدەکرێن، تەنانەت شەپۆلی پێوانەکاری ئێستاکە دەڕواتە ناو پڕۆگرامەکانی نەخشە داڕشتنی سیستم و چۆنێتی مامەڵەکردن کە لە ڕێگەیەوە بەکارهێنەر لەگەڵ بەرنامەکانی جێبەجێکردندا کارتێکردن دەکات. ئێستاکە ئاستی پێشکەوتنی تەکنۆلۆژیا هێندە خێرایە ڕێگە نادات بە دانانی پێوانە نوێیەکان و جێگیربوونیان. ئەو بارە هەنووکەییەی ئێستاکە شایەتی دەدات کە پێوانەکان دەستکردی ڕێکخراوە حکومی و نێو دەوڵەتییەکان نین بەڵکو زۆربەی کات لەسەر بناغەی پێوانەکانی ئەمری واقیع دەسەپێنرێن کە زۆر جار دەگەڕێتەوە بۆ خاوەنی ئەو بەرهەمەی کە زۆرتر باوە، ئەمەش بێگومان مەترسی دورکەوتنەوەی دەوڵەتە تازە گەشەکردووەکان لە گۆڕەپانی

پێشبڕکێی تەکنۆلۆژیای لێدەکەوێتەوە کە ئەستەمە بەرهەمەکانیان لە ئاستی پێویست لە داواکاری یان هەبێت، تاکو لەسەر ئاستی جیهانی پلەی پێوانەیی بەدەست بهێنن، سەرەڕای ئەوەی بواری یەکگرتنی پێوانەیی پێویستی بە کادری هونەری بالایە کە خاوەنی شارەزایی قوڵبن لە وردەکارییە هونەرییەکاندا و بەهرەمەندییەکانی دانوسانی تەکنۆلۆژیدا.

3-بەرنامەڕێژییەکان وەک شمەک:

کاتێک تەکنۆلۆژیای بەرنامەڕێژییەکان کامڵ بوو، پێویست بوو بڕواتە ناوبواری شمەک و بەرهەمهێنانی بەکۆوە، بەرنامەڕێژییەکان توانایەکی زۆریان بەرامبەر بەم جۆرە بەرهەمهێنانە خستەڕوو، ئەمەش لەبەر ئاسانی لە چاپدانی ژمارەیەکی زۆر لە کۆپی بەرنامەکان، ئەویش بە بەکارهێنانی هۆیە ئاسانەکانی تەکنۆلۆژیا، ئەوەشمان لەیاد نەچێت چەمکی بەرهەمهێنان بەکۆ لە بواڕەکانی پیشەسازیدا لە بناغەدا لە دوای دەرکەوتنی چاپکردنەوە سەریهەڵدا، کە بە دەروازەی کردنەوەی بواری پیشەسازییەکانی بەرهەمهێنانی کۆ دادەنرێت بەبێ ئەوەی هیچ کێڕکێکەرێک لە بەرامبەریدا کاربکات.

ئاڕاستەی دەوڵەمەندکردنی بەرنامەڕێژییەکان لە بواری سیستەمەکانی ئیشپێکردندا سەرکەوتنێکی گەورەی بەدەستهێنا، پاشان فراوانتر بوو تاکو بەرنامەکانی زیادکردنی ژمارەی فەرمانبەری نوسینگەیشی گرتەوە سەرەڕای ئەم بەرنامانەش: ڕێکخستنی وشەکان و سیستمی یاسایی داتاکان و پڕۆگرامی نەخشەیی و بەرنامەی نەخشەدانانی شێوەو نمایشتەکان و .. هتد، هەروەها بلاوبوونەوەی جێبەجێکردنەکانی بواری کارگێڕی و بازرگانی و تۆمارگەی تاک و سیستمی کۆمپیوتەرەکان بوون بەهۆی دەرکەوتنی بەرنامە ئامادەکراوەکان، وەک سستمی موچەو چاودێری مادە کۆگاکراوەکان و بەڕێوەبردنی پڕۆژەکان، ئەم بەرنامە ئامادەکراوانە نەخشەیان بۆ دادەڕێژێت بەشێوەیەک بتوانرێت بەپێی بەکارهێنانەکانیان سوودییان لێببینرێت و تاکو ئاستێک ڕێگە دەدرێت هەندێک گۆڕانکاری سادەیان تێدا بکرێت بە مەرجێک چوارچێوەی سەرەکی پڕۆگرامەکە دەستکاری نەکرێت یان نەگرێتەوە.

4-بەرنامەڕێژییەکان وەک خزمەتگوزاری:

لەگەڵ بلاوبوونەوەی بەکارهێنانی ئینتەرنێت بەرنامەڕێژییەکان بەو سیفەتەی خزمەتگوزارین نەک شمەک چوونە ناو بازاڕەوە، ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت کە بەرنامەکانی چوونەتە بازاڕەوەو لەسەر پێگەکانی ئەو کۆمپانیایەی دابەشی کردوون لەسەر تۆڕی ئینتەرنێت دەستدەکەون، بەشێوەیەک بە پێی داواکاریکردن لەو پێگەیەوە وەردەگیرێن هەروەک هەرزانیارییەکی دیکە لەسەر تۆڕی ئینتەرنێت وەردەگیرێن. کۆمپانیای مایکرۆسۆفت ئێستاکە بیر لەوە دەکاتەوە ئەم شێوازە پەیڕەو بکات و لەوانەشە بەم زووانە پێگەیەک بۆ هەریەک لە پڕۆگرامە باوەکانی تایبەتمەند بکات بۆ نمونە بەرنامەکانی ڕێکخستنی وشەکان کە ناسراوە بە Word، لەوانەیە پێگەیەکی بۆ تەرخان بکرێت، لەژێر ناوی www.word.com ئەوانەی بانگەشەی خستنە بازاڕی بەرنامەکان دەکەن وەک خزمەتگوزاری لە ڕێگەی ئینتەرنێتەوە پێیان وایە ئەمە دەبێتە هۆی دابەزینی بڕی تێووی خەرجی بۆ بەکارهێنەر بەتایبەتی بۆ ئەو کەسانەی بەرنامەکە بۆ چەند جارێکی دیاریکراو بەکار دەهێنن، هەروەها دەڵێن خاوەنی بەرنامەکە دەتوانێت لە ڕێگەی ئینتەرنێتەوە جۆرێک لە چاودێری ناوەندی بخاتە سەر بەرنامەکانی بەشێوەیەک ئاگای لە بەکارهێنەری بەرنامەکانی بێت لە هەر شوێنێک بن و دوای ئەو کەسانە بکەوێت کە دەیانەوێت چەتەکانیان دژی بەرنامەکانی بخەنەکار.

5-پێکەوەنوسانی بەرنامەکان لە (شت و مەکدا):

ڕەگەزە مایکرو ئەلەکترۆنییەکان لە زۆربەی زۆری سیستم و ئامێر و کەل و پەلەکاندا شوێنی ڕەگەزە میکانیکی و کارەبایی و ئەلەکترۆنییەکانیان گرتۆتەوە، ئەمەش بۆتەهۆی کەمکردنەوەی ژمارەی پێکهاتەکان و کەمکردنەوەی بڕی تێچووی خەرجی و چاککردنی شێوەو ئاستی ئیشکردن، تێڕوانینێکی خێرا بە ناو ئامێرێکی تەلەفزیۆنیدا لە ئێستاداو بەراوردکردنی بەرابووردوو بە ئاسانی بۆت دەردەکەوێت مایکرو ئەلەکترۆنییەکان چەند بوونەتە هۆی کەمکردنەوەی پێکهاتەکان. ئەم جێگە گرتنەوەیە لەسەر بناغەی ئەو کارە زۆرانە بەئەنجامگەیەنراوە کە بەرنامەڕێژییەکان جێبەجێی دەکەن و پێشتر پشت بەشت و مەک دەبەسترا. لە دوای ماوەیەک لە بەکارهێنانی بەرنامەڕێژییەکان و دڵنیابوون لە

سەلامەتییان و جێگیربوونیان هەندێکجار دەگۆڕێن بۆ ئەوەی پێیان دەڵێن (مایکرۆ ئەلەکترۆنییەکان) یان (پلاستیکییەکان) لەبەرئەوەش بەم ناوە ناونراوە چونکە ناوەندێکە لە نێوان نەرمی بەرنامەڕێژییەکان و تووندوتۆڵی و ڕەقی شت و مەکدا، پاشان ئەم بەرنامەڕێژییە مایکرۆپیانە دەخرێنە ناو تورێڵی ئەلەکترۆنی تاکو دەبنە بەشێکی پێکهاتەی نوسراو لە شت و مەک، ئەم کردارەش بە (کانزاکردنی بەرنامە ڕێژییەکان) ناسراوە و بە شێوەیەکی باشتر خێراتر کارەکان ڕادەپەڕێنێت، سەرەڕای ئەوەی بڕی تێچووی خەرجیش کەمدەکاتەوە. بەم شێوەیە ئاستی ئامادەیی تەکنۆلۆژی بەرز دەبێتەوە، چونکە کارە ئالییەکان لە شت و مەکەوە بۆ بەرنامەڕێژییەکان دەگوازرێنەوە تاکو جارێکی دیکە بۆ شت و مەک بگەڕێتەوە. بێگومان پاڵنەرێکی دیکە لەپشت ئەم ئاراستەیەوە هەیە، ئەویش پاراستنی بەرنامەڕێژییەکانە لە دەستی چەتەکان، هەروەها پێچەوانەکردنەوەی ئەندازەکەیان بەشێوەیەک هەموو کەسێک نەتوانێت دەستکاری بکات تەنها خاوەن شارەزاییە هونەرییە بەتواناکان نەبێت بەم شێوەیە بەرنامەڕێژییەکان وەک پێشتر ئامارەمان پێدا دەچنە ڕیزی لیستی سندوقە ڕەشەکان.

6-لەکاری ئارەزوومەندانەوە بۆ دامەزراوە زەبەلاحەکان:

دروستکردنی بەرنامەڕێژییەکان بەکاری کۆمەڵێک ئارەزوومەند دەستپێکرد کە لە ماڵەکانیاندا بە دەست ئیشیان دەکرد و بەڵام وا ئێستاکە دامەزراوەی زەبەلاح هەیە کە داهاتی ساڵانەیان بە ملیارەها دۆلار مەزەندە دەکرێن، بەڕێوەبەرانی ئەم کۆمپانیایە بەشێوازێک کاردەکەن هێندە جیاوازی نییە لەگەڵ دامەزراوە پیشەسازییەکاندا لە ڕووی پرنسیپە گشتییەکانی ڕێکخستنی چالاکییەکانی نەخشەدانان و بەرهەمهێنان و دابەشکردنی و خستنە بازاڕەوە، ئێستاکە ڕوخسارەکانی هەمان ڕووی دزێو کە لە ڕابوواردودا پێی ڕاهاتبووین دەبینەوە، کاتێک دەبینین دروستکردنی بەرنامە ڕێژییەکان بەرەو زیادکردنی سەرمایەدارەکان و قۆرغکردنی بازاڕ مل دەنێن، بەرنامەڕێژییەکان وردە وردە گۆڕانسی بەسەردا دێت-لە هونەرێکەوە بۆ چالاکییەکی ئەندازەیی دەگۆڕێت و ملکەچی کۆنترۆڵکردنی بەڕێوەبردن و پڕۆگرامی ئەندازەیی دەبێت، هەروەها دابەش بوونی ئیشەکە بۆ چەندەها لقی پسپۆڕی وایکردووە جێبەجێکردنی کارەکانی پێوانەی وردو توند تۆڵ کۆنترۆڵی بکات.

پیشەسازی بەرنامەڕێژییەکان یەکێکە لە بوارە گەرمەکانی کێبڕکێی نێودەوڵەتی، ئێستاکە ئەمەریکا هەوڵدەدات بازاڕی بەرنامەڕێژی جیهانی قۆرخ بکات وەک دەروازەیەکی سەرەکی کۆنترۆڵکردنی هەموو بازاڕی زانیارییەکان، جیهانی پێشکەوتوو دەیەوێت وا لە بەرنامەڕێژییەکان بکات ببێتە سنعەتی یان پیشەی دەوڵەمەندەکان، جێگەی سەرسوڕمان نییە ئەم پیشەیە هاتۆتە مەیدانی بوونەوە، هەروەک هەندێک لە نوسەران پێیان وایە لەسەر دەستی کۆنتێسا (نادا) کچی لۆرد بیرۆنی شاعیری بەناوبانگی ئینگلیزی.

بە گۆڕانی بەرنامەڕێژییەکان بۆ پیشەسازییەکی زەبەلاح بایەخی ئەو کێشانە لە پەیوەندییەکان بە یاسا ئەقڵییەکانەوە دەردەکەون لە بەرنامەکاندا، بەهای ئەم دامەزراوانە وایلێهاتووە مەرجدار بووە بە توانای داهێنانی نەخشەدانەرو پڕۆگرامدانەرەکانەوە و توانای ئەم دامەزراوانە لە پاراستنی ئەم یاسایانە دژی هەوڵەکانی دزین یان لاساییکردنەوەن.

7-نەزعەی جیهانگیری بۆ دروستکردنی بەرنامەڕێژییەکان:

هەروەک زۆبەی بەرهەمە زانیارییەکانی دیکە، باشترین بەڵگەش لە سەر ئەمە هەوڵدانی زۆربەی کۆمپانیاکانی پێشخستنی بەرنامەڕێژییەکانە بۆ تێپەڕین و دەرچوون لە سنووری بازاڕە ناوخۆییەکان و هاملەکردن لەگەڵ جیهانێکی بەرفراواندا، ئەمەش هۆکاری بڵاو بوونەوەی تەکنۆلۆژیای بەدەستەوە هاتنی بەرنامەڕێژییەکانە بۆ دابینکردنی داواکارییە جیاوازەکانی بازاڕ، کرداری ئەم بایەخ پێدانە نێستاکە گرنگی دەدات بە وەرگێڕانی ئەو زمانەی بەرنامەکە لەسەر ئاستی خستنە ناوەوەو ناردنی زانیارییەکان کاری پێدەکات و هەروەها ناشکراکردنی ئەو دەرئەنجامانەی لێوەی پەیدا بوون، بە مانایەکی دیکە کرداری بایەخ پێدان بە وەرگێڕان و تێگەیشتن لە زمانی بەرنامەکە دور لە پێکهاتەی بەرنامەکە جێبەجێدەکرێت بەبی دەستلێدان لەوردەکارییەکانی ناوەوە.

واچاوەڕواندەکرێت کرداری تەرخانکردنی بەرنامەکان بۆ داواکارییەکانی بازاڕە ناوخۆییەک لەگەڵ گەشەکردنی

ناراستەی کۆمەڵایەتی بەرنامەڕێژییەکان بە تایبەتی لە بواری بەرنامە ڕێژییە ڕۆشنبیری وفێرکارییەکان، ئەستەمتربێت.

8-خێرایی لەکارکەوتنی بەرنامەڕێژییەکان:

بەهای بنەچە مادییەکان لە زەوی و عەقار و ئەو شتانەی دەگوازرێنەوە بە جێگیری ڕێژەیی دەناسرێن و پارێزگاری لە بەهاکانیان دەکەن بە تێپەڕبوونی کات تەنانەت ئەگەر بەکاربشنەهێنرێن، بە پێچەوانەی بنەچە زانیارییەکانەوە ئەگەر بەکار نەهێنرێن بەهاکانیان ڕووبەڕووی لەناوچوون دەبنەوە یان سەرهەڵدانی تەکنۆلۆژیایەکی نوێ ڕایاندەماڵێت. بەرهەمهێنانی زانیاریەکان و ڕێگەگرتن لە وونبوونی بەهاکانیان پێویستی بەو دامەزراوەو شێوازی کارکردنانە هەیە کە دەناسرێن بەخێرایی و دینامییەت و توانای قۆستنەوەی فرسەتەکان، لە پێناوی خێرا گۆڕینی ئەم زانیاریانە بۆ بەرهەمێکی زانیاریی سود لێوەرگیراو پێش ئەوەی دوچاری پاشکەوتن و لەکارکەوتنی هونەری بن.

ئەم بارە دەبێتە هۆی زیادبوونی ئارەزووی بەرهەمهێنەر بۆ بەدیهێنانی زۆرترین دەستکەوتی وبەرهێنان لە کەمترین کاتدا لەبەرترسی دەرکەوتنی بەرهەمهێنەرێکی دیکە کە کێبڕکێی لەگەڵدا بکات کە ئەو بەرهەمهێنەرە نوێیە لەوانەیە پشت ببەستێت بە زانیاری باشترو تەکنۆلۆژیای هەرزانتر و بەهای بەرهەمەکانی ئەم کەمبکاتەوە، ئەم پەرۆشییە کە پاڵدەنێت بە بەرهەمهێنەرەکانی زانیاری و ئەوانەی زانیارییەکان دەخەنە بازارەوە و خزمەتگوزارییەکانی دیکەش کە لە سەرەتای دەرکەوتنی بەرهەمە نوێیەکاندا (وەک نرخی دەرمانی ئەیدز) نرخی بەرهەمە نوێیەکان بەرزبکەنەوە. لە مێژووی تەکنۆلۆژیادا زۆر حاڵەت دەبینین کە بەرنامەڕێژییە پێشەنگەکان بەهۆی دەرکەوتنی بەرنامەڕێژی باشترو خێراتر و هەرزانتر دوچاری لەناوچوون و ڕامالین بوون (نموونە ڕامالینی بەرنامەی ڕێکخستنی وشەکان ناسراو بە Word perfect بەدەرکەوتنی بەرنامەی Words) لەلایەکی دیکەوە بەرهەمەکانی زانیاری بەوە جیادەکرێنەوە کە ئەستەمە بەها ڕاستەقینەکەیان دیاری بکرێت لە ئێستادا یان لە داهاتوودا چاوەڕێی بکرێت ئەمەش فرسەت دەبەخشێت بە هەڵپەرستەکان کە بەهای ئەو زانیارییانەی مەبەستیانە بە ئامانجی ڕاکێشانی ئەو وەبەرهێنەرانەی دەبنە قوربانی فێڵەکانی بڵقە تەکنۆلۆژییەکان. لێکۆڵینەوەکانی بایەخی ئابوری بۆچوونی زۆری تێدایە کە بە لێدان دراوە بە بەدیهێنانیان باشترین نمونە لەسەری ئەو بڕە بێشومارەیە لە بڵقی تەکنۆلۆژی کە مەیدانی ئینتەرنێت بەخۆیەوە بینی و بوو بەهۆی دەرکەوتنی ئەوەی ناونراوە بە شکستی (دوت کو com.).

خاوەندارێتی فیکری بەرنامەڕێژییەکان:

ئەو خاڵانەی کە سەبارەت بە پاراستنی مافی خاوەندارێتی فیکری بەرنامەڕێژییەکان دەرچوو و پشت دەبەستێت بە بوونی ئەو مەرجانەی کە پێویستە لە دروستکردنی بەرنامەڕێژییەکاندا هەبێت تاکو سیفەتەکانی بەردەوامی خێرایی گەشەکردن بێنیتەدی و لەم ڕووەوە هەموان کۆکن لەسەر ئەوەی ڕێکەوتنامەی (بیرن) تایبەت بە خاوەندارێتی فیکری لە ئاستی پێویستدا نییە، چونکە تەکنۆلۆژیای زانیاری و پەیوەندییەکان بەشێوەیەکی گشتی و ئینتەرنێت بەشێوەیەکی تایبەتی، کێشەی نوێیان خستۆتەڕوو کە پێویستیان بە تێڕوانینی سەراپاگیرتر هەیە بەرامبەر بە مەسەلەی خاوەندارێتی فیکری، هەوڵدەدرێت هاوسەنگییەک لە نێوان ئەم سێ لایەنەدا بەدیبهێنرێت: خاوەنکاری فیکری کە پارێزراو بێت، پێشکەشکەری خزمەتگوزارییەکانی زانیاری، لایەنی سودمەند، بێگومان ئەم سێ لایەنە لە بەرژەوەندییەکاندا دژایەتییەک لە نێوانیاندایە کە ناتوانرێت فەرامۆش بکرێت. سەرچاوەی کێشەی سەرەکی دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی کە تەکنۆلۆژیای زانیاریەکان توانای بێ شوماری دابینکردووە بۆ کۆپییەکان و دوبارە ناردنەوەوەی و گۆڕانی و دەستکاریکردنی، کێشەی سەرەکیش لە پاراستنی ناوەندە ئەلەکترۆنییەکەدا نییە وەک لە خەپلە چرکراوو نەرمەکاندا چونکە هۆی پراکتیکی هەن بۆ پاراستنی بەشێوەیەک کە سەرکەوتن بەدەست بهێنێت، بەڵام کێشە سەرەکییەکە لە بەکارهێنانی ئینتەرنێت دا خۆی حەشاردراوە وەک ئامرازێکی سەرەکی بۆ دابەشکردنی شمەک و خزمەتگوزارییەکانی دروستکردنی پێکهاتەکان.

چەندەها ئەستەمی سەرەکی هەن ڕووبەڕووی پاراستنی خاوەندارێتی فیکری دەبنەوە لە سەروو هەموویانەوە ئەمانەن:

-بوونی دژایەتییەکی جەوهەری کە هۆکارەکەی لەوەوە سەرچاوە دەگرێت پاراستنی خاوەندارێتی فیکری پێویستی

بە جۆرێک لە چاودێری هەیە لەسەر دزەکردنی (بەکارهێنەرەکان) بۆ سەرچاوە زانیارییەکان و بەکارهێنانیانی ئەو زانیارییانە، ئەم چاودێرییەش هەڕەشەی ڕاستەقینەی خەسڵەتە تاکێتیەکان و ئاسایشی پێگەکانی زانیاری لە خۆدەگرێت.

-لایەنەیاساییەکان بۆ چارەسەرکردنی کێشەکان لەباری سەرپێچییەکاندا مەبەست لە میکانیزمی پراکتیکی پێویستە بۆ جێبەجێکردنی ئەو یاسا زۆرەملێیانە، ساکارترین ڕێگریش لەبەردەم بەجێهێنانیاندا ئەمانە دەگرێتەوە: ئایا کام یاسایانە جێبەجێ دەکرێن، یاسای پەیڕەوکراوی ئەو ولاتەی کە بەکارهێنەرەکەی لێیە؟ یان یاسای پەیڕەوکراوی ئەو ولاتەی کە خزمەتگوزاریەکان پێشکەش دەکەن، یان یاسای ئەو ولاتەی کە خاوەنی کارە فیکرییە بنەڕەتیە پارێزراوەکەیە؟

-ئەو فشارە زۆرەی کە باجەکانی خاوەندارێتی فیکری دەیخاتە سەر فاتورەی گواستنەوەی تەکنۆلۆژیا بۆ دەوڵەتە تازە گەشەکردووەکان، بە تایبەتی ڕێکەوتنامە هەنوکەییەکان بۆ پاراستنی خاوەندارێتی فیکری، زۆربەی کات لە بەرژەوەندی خاوەن پێکهاتەکانداییە لەسەر حسابی بەکارهێنەرەکان، سەرەڕای ئەوەی ئاراستەیەک بۆ بەرفراوانکردنی چوارچێوەی خاوەندارێتی فیکری، بەشێوەیەک کە ببێتە کەفیلی زۆربەی ئەو لایەنانەی کە تاکو ئێستا لە دەرەوەی چوارچێوەی پاراستنن، بۆ نمونە هەندێک لە دۆزینەوە زانیستییەکان لە سەروویانەوە تویژینەوەکانی مایکرۆبایۆلۆژی کە بایەخی زۆری لە ڕووی تەکنۆلۆژی و ئابوری و وەرەوشتییەوە هەیە.

دووەم/ بەرنامەڕێژییەکانی ئابوری

بەرنامەڕێژییەکانی ئابوری ئەمانە دەگرێتەوە:

-بەرنامەڕێژییەکانی زیادکردنی بەرهەمهێنان.

-بەرنامەڕێژییەکانی چاککردنی خزمەتگوزارییەکان.

-بەرنامەڕێژییەکانی پاڵپشتکردنی کارگێڕی ئابوری.

لێرەدا بە کورتی هەریەکە لەم جێبەجێکردنانە باسدەکەین:

1-بەرنامەڕێژییەکانی زیادکردنی بەرهەمهێنان:

مەبەست لە گەشەپێکردنی بەرهەمهێنانی داهاتە مرۆیی و مادی و سروشتییەکانە لە ڕووی چەندێتی و چۆنێتییەوە، نمونە:

-بەرنامەڕێژییەکانی زیادکردنی بەرهەمی کارگەکان.

-بەرنامەڕێژییەکانی زیادکردنی سیستمی فێرکردن.

زەوییەکانی کشتوکاڵ و داهاتەکانی ئاووسامانی ئاژەڵی.

بەرنامەڕێژییەکانی زیادکردنی بەرهەمی کارگەکان:

تەکنۆلۆژیای زانیارییەکان توانای بێشوماری خۆی بۆ زیادکردنی بەرهەمی کارگەکان سەلماندووە، ئەمەش ئەو کارانەیە کە ئێستاکە سیستمی تەواوکاری کارگەکانی جێبەجێی دەکات و کۆنترۆڵکردنی باشی بەرهەمهێنان و چاودێریکردنی بەرهەمی کرێکار و ئامێرەکان و داشکاندنی بڕی تێووی خەرجی بەرهەمهێنان لە ڕێگەی کەمکردنەوەی فەرمانبەران و دابینکردنی مادەی خام و مادە ناوەندییەکان و کەمکردنەوەی بڕی لە دەستچووی وزە، لەلایەکی دیکەوە سیستمی زانیارییەکان ئەڵقەی بەیەکگەیشتنە کە داواکارییەکانی بازاڕ و چالاکییەکانی نەخشەسازی و بەرهەمهێنان و دابەشکردن لە سیستمێکی تەواوکراوەدا بەیەکدەگەیەنێت.

بەرنامەڕێژییەکانی زیادکردنی بەرهەمی فەرمانبەری نوسینگەکان

لەگەڵ زیادبوونی لایەنی ئەقڵی و نوسینگەیی لە دامەزراوەکانی بەرهەمهێنان و خزمەتگوزارییەکاندا، وایلێهاتووە بەرهەمی فەرمانبەرەکانی نوسینگە (یەخەسپییەکان) بۆتە فاکتەرێکی یەکلاییکەرەوە کە جێبەجێ کردنی کاری هەموو دامەزراوەکەیان لەسەر شانە، هەروەها سیستمی تەواوکاری نوسینگەکان بە ئامانجی زیادبوونی کارایی پەیوەندییکردن لە نێوان فەرمانبەرەکانی نوسینگەکان و ناوەندەکانی بەڕێوەبردن و لقەکانداو، خێرایی بەرهەمهێنانی بەڵگەنامەکان و ئاڵوگۆڕپێکردنییان لەگەڵ ئاسانکردن و کۆنترۆڵکردنی کردارەکانی پاراستنی تۆمارگەکان و دەرهێنانی لیستی پێداچوونەوەو پشکنین و جێبەجێ کردنی کاری ڕاپۆرتەکان.

بەرنامەڕێژییەکانی زیادبوونی بەرهەمی سیستمەکانی فێرکردن:

ئەم کارە دەرکەوتووە زۆر جێگەی بایەخە لە دوای ئەوەی هۆیە تەقلیدییەکان شکستیان هێنا لە کۆنترۆڵکردنی فراوانبوونی بێشوماری مادەکانی فێرکاری و زۆر ئاڵۆزبوونیان، هەروەها بەرنامەڕێژییەکانی فێرکاری ئامانجی زیادکردنی بەرهەمهێنانی فێرکەر و فێرکار و بەڕێوەبەری ڕێندنگەیە و بەرهەمهێنانی ئەو کادرانەی کە پڕۆگرامەکان دادەنێن و پەرەی پێدەدەن.

بەرنامەڕێژییەکانی زیادکردنی بەرهەمهێنانی داهاتە سروشتییەکان:

ڕۆڵی تەکنۆلۆژیا تەنها لە زیادکردنی بەرهەمهێنانی داهاتە مرۆیی وتەکنۆلۆژییەکاندا کۆنەبۆتەوە، بەڵکو درێژبۆتەوە بۆ ئەوەی بەرهەمی داهاتە سروشتییەکانیش بگرێتەوە لە ڕێگەی ڕێنماییکردنییان بۆ سود وەرگرتن لە زەوییە کشتوکاڵییەکان و هەوڵدان بۆ جێبەجێکردنی شێوازەکانی ئەندازەی بۆماوەو شێوازەکانی پشت بەستن بە توێژینەوەکان بۆ زیادکردنی بەرووبوومی زەوییە کشتوکاڵییەکان و ڕێژەکانی بەرهەمهێنانی ئاژەڵی.

بەرنامەڕێژییەکانی چاککردنی خزمەتگوزارییەکان

تەکنۆلۆژیای زانیارییەکان ڕۆڵێکی یەکلایی کەرەوەیان بینی لە چاککردنی خزمەتگوزاریەکاندا هێنانە ئارای خزمەتگوزارییەکانی بانک و هاتووچۆ، پەیوەندیکردن و تەندروستی، پاڵنەرێش لە پشت ئەم خزمەتگوزاریانەوە تەنها زیادکردنی ڕەفاهییەتی داواکەری خزمەتگوزارییەکان و ئاسانکردنی کاری ئەو کەسانەی کە ئەم خزمەتگوزارییانە پێشکەش دەکەن نییە، هێندەی ئەوەی بۆ پڕکردنەوەی کەموکوڕی هۆیە تەقلیدییەکانی خزمەتگوزارییەکانە لە دابینکردنی پێویستییەکانداو جێبەجێکردنی داوا ڕۆژەکاندا ئەمەش هۆکەی دەگەڕێتەوە بۆ خێرا بوونی ریتمی ژیان و بەیەکدا چوونی پەیوەندییەکان و ئاڵۆز بوونیان بەهۆی بەردەوام گەشەکردن و پەرە سەندنیانەوە.

نمونەکانیش زۆرن وەک سیستمی بەڕێوەبردن لە بانکەکاندا و لە بەڕێوەبردنی نەخۆشخانەکانەکان و پێشکەشکردنی خزمەتگوزارییەکاندا بە شێوەیەکی باشتر و خێراتر، حجزکردنی شوێن لە کساتی گەشتەکاندا و ئاسانکردنی هاتووچۆکردن، ..هتد، ئەم ڕێوشوێنانەش دەگیرێنەبەر بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی زیادبوونی جوڵەی گەشتەکەران و گەورەبوونی قەبارەی مامەڵە ماددییەکان و ئاڵۆزبوونی خزمەتگوزارییە پزیشکییەکان.

بەرنامەڕێژییەکانی پشتیوانکردنی کارگێڕی ئابووری

هیچ چەکێک لە تەکنۆلۆژیای زانیارییەکان باشتر نییە بۆ ڕووبەڕوو بوونەوەی دیاردەی ئاڵۆزبوونی گشت-ڕوخسارەکانی ژیانی هاوچەرخ، لە دیارترین دیاردە ئاڵۆزەکانی جیهانی ئەمڕۆش کاری سیستمە ئابوورییەکانە کە لەگەڵ ژمارەیەکی زۆری لایەنە سنوردارەکان و پەیوەندیکردن و گۆڕاوە دینامییکییەکاندا مامەڵە دەکات.

لەبەردەم ئەم هەموو دیاردە ئاڵۆزانەدا پلاندانەر و شیکەرەوەکان و هەڵسەنگێنەرەکان و نەخشە دانەرەکانی سیستمەکانی زانیارییە تەقلیدییەکان نابێت تەنها پشت ببەستن بەپڕۆسەی گەڕان بەشوێن نمونەیترو باشتر ڕاستردا بەڵکو وا پێویستە دەکات ئەم سیستمە ئاڵۆزانە لێکۆڵینەوەیان لەسەربکرێت لە کاتێکدا یاسا سادەکانی هۆو دەرئەنجام ناتوانن شیکردنەوەیان بۆ بکەن چونکە هەندێکجار جێبەجێکردنی ئەم کارانە بەو شێوەیە نابێت کە چارەڕواندەکرێت و لەگەڵ هەستی سروشتی لۆجیکی ڕاستەوخۆدا دژی یەک دەوەستن.

تەکنۆلۆژیای زانیارییەکان هۆکاری پراکتیکی تەرخان کردووە بۆ نمونە بەرەو پێشچووەکان کە بەهۆیبەوە دەتوانین کۆنترۆڵی دیاردە ئاڵۆزەکان بکەین، ئەویش لە ڕێگەی توانای ئەم نمونانەوە بۆ ئابڵوقەگرتنی لایەنە جیاوازەکان و ناشکراکردنی ئەو فاکتەرانەی بڕیار لەسەر لێکدانەوەیان دەدەن.

سیستمی نمونە بەرەو پێشچووەکان ڕێگە دەدات بەو شێوازەی ناسراوە بە شێوازی سیناریۆیی بەشێوەیەک شیکەرەوە یان پلاندانەری ئابوری بتوانێت بۆچوونی خۆی هەبێت سەبارەت بە بارودۆخەکان لە سایەی گۆڕانەکانی ناو بازاڕ و گۆڕانە ئابورییەکانی دیکە ئەویش لە ڕێگەی ئاراستەکردنی پرسیارەوە، بۆ نمونە: چی ڕو دەدات ئەگەر نرخی نەوت بەرز بۆوە؟ کاریگەری دابەزینی نرخی دۆلار لەسەر بەرهەمە هەناردەکان چییە؟ دەرئەنجامە ئابورییەکانی لابردنی گومرک چین؟

العربی/مارس/2004

ڤیتامین (D)
دیاری خوّرە بوّمان

پەرچڤەی: هیوا سالّح ئەحمەد
کیمیاگەری پیّشکەوتوو / هوّبەی ژینگەپارێزی

(ویلسوّن ریلی)ی دایك نەیدەزانی ئازاری کوڕەکەی چیە، بەلاّم کاتێك یەکەمین سالّی تەمەنی بەڕێکرد، (ریلی) تەواو دڵنیاو بێگومان بوو کوڕەکەی وەك پێویست لەش ساغ نییە،ئەو ڕۆژانەی لەیاد بوو گووتی: سەری گەشەی دەکرد بەلاّم لەشی هەر بچوك بوو.

دکتۆرێکی مەڵبەندی پزیشکی (بۆستن) پێی گووت (کۆل)ی کوڕت دووچاری ئێسکەنەرمە بووەو، دەبێتە هۆی خورابوونی ئێسك و هۆکەیشی کەمی ڤیتامین (D) یە. سەد ساڵ پێش ئێستا (حواری) یەکانی بۆستن و نیویۆرك و لەندەن بەو مندالاّنەی کە دەستیان لاوازو بێهێزو ناڕێك بووجمەی دەهات. پاش ساڵانی بیستی سەدەی ڕبردوو نەخۆشیئێسکەنەرمە لە ناوا نەما. کاتێك پزیشکەکان هەستیان کرد چارەسەرەکەی لەڕێی خستنە بەر خۆرەوەیە، جوتیارانیش ڤیتامین (D)یان دەکردە ناو بەروبومی شیرەوە.

بەم دواییانە سەرلەنوێ نەخۆشیەکە کەوتوە ناوان، بەلاّم هەربەتەنیا لەناو مندالاّندا نەبوو، هەروەك پرۆفیسوّر (میشلّ هوّلیك) لە کوّلێژی نوّژداری زانکوّی بوّستن کە ماوەی 30 ساڵە سەرقاڵی توێژینەوەی ئەم نەخوّشییە بووە، پێی وایە ئێمە لەنێوەندی شەپوّلێکی کەمی ڤیتامین (D) دا دەژین و باسیش ناکرێت.

حاڵی حازر، زانایان نزمی ئاستی ئەم ڤیتامینە بەنەخوّشیەکانی شێرپەنجەو بەرزی پەستانی خوێن و شەکرەو نەرمی ئێسکەوە دەبەستن.

هوّلیك دەڵێت: ڕۆژ بەڕۆژ زیاتر لەو دەورەی کە ڤیتامین (D) لە گشت لایەنەکانی لەش ساغیی مرۆڤدا هەیەتی دڵنیا دەبین. ئەمە بەڕاستی وەرچەرخانێکی گەورەیە، توێژەرەوان وا ڕاهاتوون کە لەو بڕوایەدا بن بەهای سەرەکی ڤیتامین (D) هەر لە بنیاتنانی ئێسکی پتەوو بەهێزدا پەنهانە، بەلاّم توێژینەوەی نوێ دەری خستووە کە ئەم

توخمە خۆراکییە خاکەڕایە سودو بایەخی زۆری هەیە بە پێچەوانەی ڤیتامینەکانی دیکەوە، ئەم ڤیتامینە لەوخۆراکانەدا نیەکەدەیان خۆێن، جگە لە شیر کە ڤیتامینەکەی تێدە کرێت و. ماسی ناوە ساردەکان وەک سالمۆن و ئیسقەمەری (جۆرێ ماسی دەریایە). لەبری ئەوانە زۆربەی ئەو ڤیتامینەی پێویستمانە لە خۆرەوە دەستمان دەکەوێت، ئەو هۆرمۆنەی پەیوەستە بە ڤیتامین (D) وەو لە ژێر پێستدایە تیشکی سەروو وەنەوشەیی دەمژێت و، پاشتر دەگوازرێتەوە بۆ جگەر و هەردوو گورچیلە و لەوێدا گەردیلەی دیکەی ئۆکسجین و هایدرۆجین هەڵدەگرێت، بەپێی ئەم کردارە ڤیتامین (D) بۆ هۆرمۆنێکی بەهێزو سەرچاوەی خۆراك دەگۆڕێت کە پێی دەگوترێت (کایسترۆیل) و، بەشێکی ئەم دۆزینەوە نوێیە هەر وەك زانایانی ئەمرۆ پێیان وایە ژمارەیەك شانەی لەش نەك هەر جگەر و گورچیلە دەتوانن سود لە ڤیتامین (D) وەربگرن و پێویستی خۆیان لە هۆرمۆنی (کالسیترۆیل) بۆ بەرگری لە نەخۆشی پێك بهێنن.)

کەوتنە بەر تیشکی خۆر

بە پێی ئەم زانیارییانە، تۆێژەرەوان ئامۆژگاریمان دەکەن رۆژانە بۆ چەند خولەکێك ڕوبکەینە خۆرو بەری دەستمان ناوەڵا بێت و بەم جۆرە بڕی پێویستی ڤیتامین(D) ت دەست دەکەوێت. بە قسەی (هۆلیك) گەر شێوازی گوزەرانمان لەناو ماڵ لەبەر چاو بگرین و ئەو پیسیەی پێ لە تیشکی خۆر دەگرێت و، لە ڕاستیدا ئەو کرێمەی بۆ خۆ پاراستن لە تیشکی خۆر بەکار دەهێنرێت، مژینی ڤیتامین (D) تاناستی سفر کەم دەکاتەوە و، بەمجۆرە زۆربەمان بڕی پێویستی ڤیتامین(D) ی دەست ناکەوێت. وادیارە کەمی ئەم ڤیتامینە لەناو دانیشتوانی ناوچە ساردەکان و تەنانەت فینکەکانیشدا بلاوە.

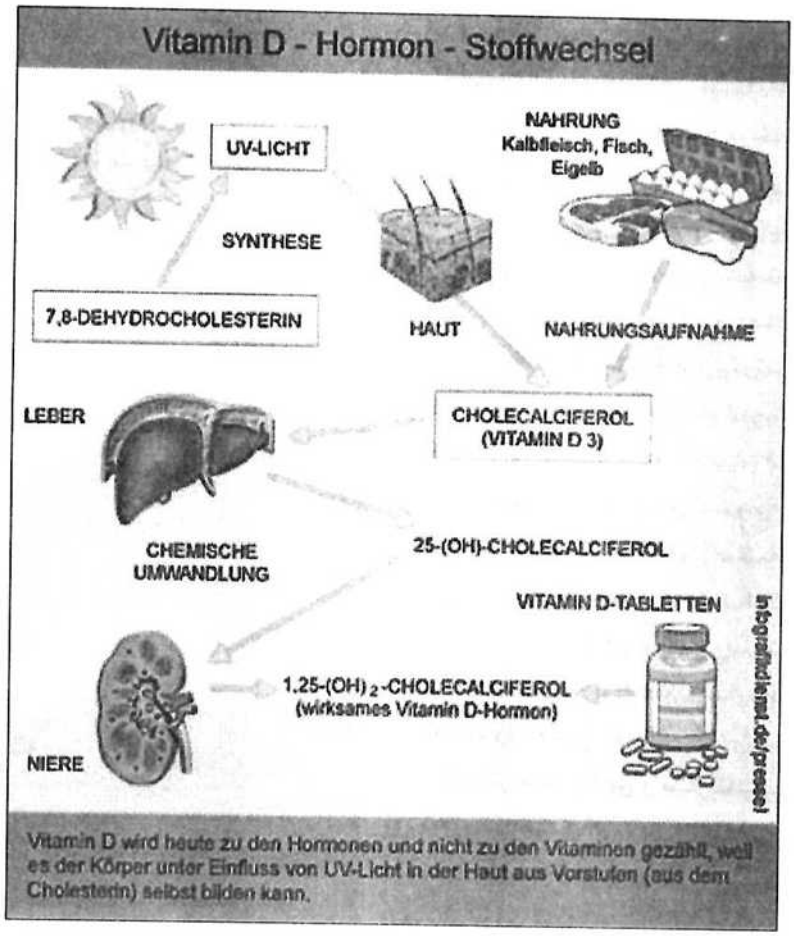
بەبێ کەوتنە بەر خۆر، لەماوەی چەند هەفتەدا لەش هەموو ڤیتامین (D) ی ناو لەش بەکاردەهێنێت و، چەندین تۆێژینەوە لەسەر خەڵکانی دانیشتوی باکوری خۆرهەڵاتی وڵاتە یەکگرتوەکانی ئەمریکا کراوە دەریانخستوە ڕێژەی20-60٪ ی ئەو کەسانەی تەمەنیان 50 ساڵی تێپەڕاندوە دووچاری دابەزینی ناستی ڤیتامین (D) هاتوون، بەسالاچوانیش ڕوو بەڕووی مەترسی گەورەتر دەبنەوە چونکە توانای میکانیزمی پێکهاتنی ڤیتامین (D) یان زۆر کەم دەبێتەوە.

ئەو ئەمریکاییانەی بە بنەچە ئەفریقیایین دووچاری مەترسی گەورەتر دەبنەوە، چونکە پێستیان ڕەشەو زۆر بەزەحمەت پێستیان تیشکی خۆر دەمژێت. پزیشکانی مەڵبەندەکانی خۆپاراستن سەرنجیان داوە 42 ٪ی ئەوکچە ئەمریکاییانەی بەبنەچە ئەفریقیایین دووچاری کەمی ڤیتامین (D)دەبنەوە.

لەو ئەنجامە سەرسوڕهێنەرانەی ولاتەیەکگرتوەکانی ئەمریکا، تۆمارکردنی ساڵانەی حاڵەتی نوێی ئێسکەنەرمەیە کەبەهۆی کەمی ڤیتامین(D) هوەیە، لەوێندەرێ دایکان بە پێی توانایان نازی منداڵەکانیان دەکێشن و، سوورن لەسەر ئەوەی شیری خۆیان بە ساواکانیان بدەن و، ناهێڵن بکەونە بەر خۆر. دایکی لەسەر ئەم بنچینەیە بەدرێژایی یەکەمین ساڵی تەمەنی شیری خۆی بە(کۆل ریلی) دەدا، بەڵام بڕی پێویستی ڤیتامین (D) وەرنەدەگرت، پسپۆڕان دەڵێن شیردەران پێویستیان بەڕاوێژکردنی پزیشکانی منداڵ هەیە سەبارەت بەچۆنیەتی سود وەرگرتن لەسەرچاوەکانی ڤیتامین(D)، بەڵام زۆربەی ڕۆژەکان خۆر لە بۆستن ناکەوێتە بەرچاو. باوکی (ریلی) دەڵێت: کاتێك دەچووینە دەرەوە بۆ سەیران ئەوەندە تیشکی خۆری بەرنەدەکەرت تا پێویستی ڤیتامین (D) بۆ دابین بکات. پاش ئەوەی بڕی پێویستی ڤیامین (D) و چارەسەری دیکەی پێویستی پێدرا زووخێکی پێداهاتەوەو حاڵی حازر لە شاخەو لە باخچەی ساوایان یاری دەکات.

ئەوەی هۆلیك و پزیشکانی دیکەی هەراسان کردووە ئەوەیە لەوانەیە کەمی ئەم ڤیتامینە دیاریدەیەکی ترسناك بێت. بە جۆرێك ڕێژەکی زۆری دانیشتوانی جیهان لە سایەی کەمی درێژخایەنی ئەم ڤیتامینەدا دەژین و، لەوانەیە مەترسی زیاتری هەبێ بۆ تووشبوون بە نەخۆشی ترسناك لە سەرووی هەموو ئەو نەخۆشییانەوە شێرپەنجەیە.

ساڵی 1980 گریمانەی شێرپەنجە سەری هەڵدا، پاش ئەوەی هەردوو برا (فرانك و سیدریك گارلاند) سەریان لەو نەخشەیە سوڕمابوو کە ڕێژەی شێرپەنجەی کۆلۆنی دەردەخست و دوو ئەوەندەی تێکڕایی سروشتییە لە ناوچە ساردەکاندا کە تیشکی خۆری تێدا کەمە.



(سیدریك) كه ئێستا مامۆستای زانكۆی (سان دیبگۆ)یه له كالیفۆرنیا دەڵێت: ئەوە بەڵگەیەكی زۆر ڕوون و ئاشكرا بوو، ئەو جوتە برایە یەكەمین كەسێك بوون ئاماژەیان بە جیاوازی ئاستەكانی ڤیتامین D كردبوو كە لەوانەیە بەرپرسی ئەو دیاردەیە بێت. پاشتر توێژینەوەكان ڕاستی ڕای ئەو دووبرایەیان سەلماند، كە ئەو كەسانەی زیاتر ڤیتامین (D) دەمژن كەمتر دووچاری شێرپەنجەی كۆڵۆن دەبن. هەروەها توێژەوان كاردەكەن تا پەی بە نهێنی پەیوەندی نێوان شێرپەنجەی هەریەكە لە پرۆستات و مەمك و هێلكەدان لەلایەك و كەمی تیشكی خۆر و ڤیتامین دا لە لایەكی دیكەوە ببەن.

لە ڕاستیدا، زانایانی ئەنیستیتۆی نەتەوەیی نەخۆشییەكانی شێرپەنجە لە 24 ولایەتدا لە بروانامەی مردنیان كۆلییەوە، سەرنجیان دا هەڵی مردن لە ناو ئەم جۆرە شێرپەنجانەدا بە ڕێژەی 10–27٪ ی دانیشتوانی ئەو ناوچانەی بە درێژایی ڕۆژانی سال تیشكی خۆر تییدا كەمی كردووە. ئەم بیر و بۆچوونە لە ڕووی بایۆلۆژییەوە بیانووی خۆیی هەیە. بە ڕای (گاری شوارتز)ی پسپۆڕی زانستی ژینگە لە كۆلیژی پزیشكی سەر بە زانكۆی (ویك فوریست)ی ئەمریكایی، كە لە دەوری ئەم ڤیتامینە لە شێرپەنجەی پرۆستاتی تووێژینەوە، ناوبارو دەری خست كە خانەكانی پرۆستات هۆرمۆنی (كالسیترۆیل) پێك دەهێنێت كە گەشەی خانەكان سست و خاوەكاتەوە، كاتێك خانەكان بڕی پێویستی (D)یان پێ نەگات ك هانی بەرهەمهێنانی كالیسترۆڵ دەدات، هەر وەك ئەوە وایە پەتی ئەو سستكردنە پچڕابێت لەمبارەدا بە شێوەیەكی دەستنیشان نەكراو ژمارەی خانەكان زیاد دەكات و دەبێتە مایەی شێرپەنجە.

بەڵام پسپۆڕانی دیكە هێشتا بەم ڕایە ڕەزامەند نین. (دۆناڵد.ل.ترامپ)ی سەرۆكی بەڕێوەبەرێتی پزیشكی ئەنستیتۆی شێرپەنجەی (ڕۆزوێل پارك) لە (بۆڤالۆ) دەڵێت: ئەمە گریمانەیەكی نامەنتیقییانەیە، بەڵام گشت توێژینەوەكان پێوەندی نێوان تیشكی خۆر و ڤیتامین (D) پیشان دەدەن.

(مارگی ماك كۆلوج) لە كۆمەڵەی ئەمریكایی نەخۆشییەكانی شێرپەنجە دەڵێت: كەم بەركەوتنی تیشكی خۆر و كەمی ڤیتامین (D) نابنە مایەی شێرپەنجە پێدەچێت هۆكاری دیكە هەبن.

نەخۆشی شەكرە:

لە فللەندا، كە ڕۆژانە بۆ ماوەی چەند سەعاتێك لە وەرزی زستاندا تیشكی خۆر دەدرەوشێتەوە، دانیشتوانی ئەم وڵاتە بە دەست بەرزی ڕێژەی جۆری یەكەمی نەخۆشی شەكرەوە گرفتارن، بەڵام توێژەرەوەكانی ئەسكەندەنافیا سەرنجیان داوە گەر ڤیتامین (D) بە مندااڵی شیرەخۆرە یا تەنانەت بە ژنانی دووگیانیش بدرێت لە مەترسی تووشبوون بەم نەخۆشییە كەم دەبێتەوە. لە توێژینەوەیەكدا سەبارەت بە 10

هەزار منداڵ کراوە، تویژەرەکان سەرنجیان داوە ئەو کەسانەی بە منداڵی و بە ڕێکوپێکی ڤیتامین (D)یان وەرگرتووە، پاشتر بە ڕێژەی 80٪ کەمتر دووچاری جۆری یەکەمی ئەم نەخۆشییە دەبن لە چاو ئەو کەسانەی‌لەم ڤیتامینەیان وەرنەگرتووە. ئەم گریمانەیە چەند تویژینەوە پشتگیری دەکەن کە لەسەر ئاژەڵ کراون و بینراوە مشک ئامادەی تێدایە دووچاری ئەم نەخۆشییە ببێ گەر لە ساواییەوە ئەم ڤیتامینەی پێ بدرێت کەمتر تووشی نەخۆشییەکە دەبێت. نازانرێت ڤیتامین (D) چۆن ئەم کارە پادەپەڕێنێت. بەڵام (هۆلیک) و ...ئامازە بە جۆری یەکەمی نەخۆشی شەکرە دەکەن کە بەرگرییەکی خۆیی هەیە. لە ڕێی تویژینەوەکانەوە دەرکەوتووە کە ڤیتامین (D) هێندێک لە خانەکانی بەرگری سست دەکات، هەر بۆیە پێدەچێت ئەم ڤیتامینە لە پاراستنی ئەو خانانەدا کە هۆرمۆنی ئینسۆلین دەردەن بە سوود بێت.

بەرزبوونی پەستانی خوێن:

زۆر دەمێکە زانراوە نێوەندی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن لە نێوان دانیشتواندا بەرزدەبێتەوە تا ئەو ولاتە لە هێڵی یەکسانییەوە دووربکەوێتەوە. (هۆلیک) تویژینەوەیەکی لەسەر 18 خۆبەخش کردووە کە بەرزی پەستانی خوێنیان مام ناوەندییەو، بۆ ماوەی 6 خولەک و 3 جار لە هەفتەدا خستنییە بەر تیشکی سەروو وەنەوشەیی، (هۆلیک) پاش 6 هەفتە سەرنجی دا بڕی ڤیتامین (D)لە لەشیاندا دوو ئەوەندە زیادی کردووە بە شێوەیەکی بەرچاویش پەستانی خوێنیان دابەزیووەو، هێندێکیان لە ئاستی سروشتیدا بوون. (هۆلیک) دەڵێت پێدەچێت تیشک دەورێکی گەورەی لەوەدا هەبێت چونکە هانی گورچیلەکان دەدات هۆرمۆنی کالیستروێل پێک بهێنێت. هەر ئەمەیش ئاستێک بۆ چالاکی ئەو ئەنزیمانە دادەنێت کە بۆرییەکانی خوێن تەسک دەکەنەوە کە هۆکارێکی سەرەکی بەرزبوونەوەی پەستانی خوێنە.

ئێسکە نەرمە:

لە کۆنگرە پزیشکیەکاندا، (هۆلیک) سوورە لەسەر ئامازەپێدانی بایەخی ڤیتامین (D) لە بنیاتنانی ئێسکدا لە ڕووی پێشاندانی مارمێلکەیەکی ماڵیی تایبەت بە کچەکەی خۆی، بە بێ ئەوەی بڕی پێویستی لە تیشکی سەروو وەنەوشەیی بەرکەوتبێت ئێسکی مارمێلکە دەشکێن. (هۆلیک) دەڵێت: ئێمە لەم مارمێلکەیە جیاواز نین، لەڕێی ڕێکخستنی وردی کالسیۆمەوە، کاتێک ڤیتامین (D) لە لەشدا کەم دەکات هۆرمۆنی پاراسایرۆید زیاددەکات و دەکەوێتە وەرگرتنی کالیسۆمی ئێسک. زانراوە کە بێهزبوونی ئێسک هۆکارێکی تووشبوونە بە ئێسکەنەرمە، (هۆلیک) لەو بڕوایەدایە کە بەرزبوونەوەی تێکڕاییەکانی ئێسکەنەرمە بۆ ڕاستییەک دەگەڕێتەوە کە ژمارەیەکیان بۆ کاتێکی کەم دەکەونە دەرەوەی ماڵ و ڕاستی مەسەلەکە بە جۆرێکە کە تویژینەوەکان ئامازە بەوە دەکەن کە 30-40٪ی بە سالاچووانی ئەمریکایی و بەریتانیایی تووشبوو بە شکانی ئێسکی سمت بڕی ڤیتامین (D) لە لەشیاندا کەم بووە، دەکرێت گیروگرفتەکە بە ڕووناکی تیشکی سەروو وەنەوشەیی چارەسەر بکرێت کە مەڵبەندەکانی تەندروستی بۆ چارەسەر بەکاریدەهێنن.

چەندمان لە ڤیتامین (D) پێویستە:

مەترسیەکانی دەست نەکەوتنی پێویستی لەش لە ڤیتامین (D) زۆر گەورەن تا ئەو ڕادەیەی تویژەرەوان ئامازە دەکەن بە پێویستی سالانەی پشکنینی بڕی ڤیتامین (D) لە خوێندا. پزیشکان ئامۆژگاریمان دەکەن ڕۆژانە لانی کەم ماوەی 20 خولەک خۆمان بدەینە بەر خۆر بە بێ بەکارهێنانی کرێمی خۆپاراستن لە تیشکی خۆر، گەر تیشکی خۆر نەبوو پزیشکان ڕامادەسپێرن شیر و بەرهەمەکانی و شەربەتی پرتەقاڵ لەم ڤیتامینەی تێ کرابێ بخوێنەوە، سەرباری دەرمانی سوود بەخش بۆ خۆپاراستن لە ئێسکەنەرمەو نەخۆشی دیکە.

الاتحاد ی ئیماراتی

شەکرەو.. توانای بەرگەگرتنی گلوکۆز

Diabetes & Glucose tolerance

عەبدولڕەحمان عەبدوڵڵا حەمە صالح
پسپۆڕی کیمیا / تاقیگەی نەخۆشخانەی منداڵبوون

کاربۆهیدرەیت جۆرێکی سەرەکی خۆراکی مرۆڤەو سەرچاوەی سەرەکی ووزەو گەرمی پێویستە بۆ لەش، چەوریش وەک سەرچاوەی دووەم پۆڵی خۆی لەو بوارەدا دەبینێت، لە مادە خۆراکییەکانیشدا نیشاستە سەرچاوەی سەرەکی کاربۆهیدرەیتە.. نیشاستەش جۆرێکە لە فرە شەکرەکان polysaccharides کە پووەک بەرهەمی دەهێنێت و بە زۆری لە بەروبوومی دانەوێڵەی وەک گەنم و جۆو برنج و هەروەها پەتاتە و شەکری میوەدا هەیە، سەرچاوەی سەرەکی چەورییش لە خۆراکدا چەوریی ئاژەڵی و ڕۆنی پووەکییە وەک ڕۆنی زەیتون و کونجی و گەنمە شامی و گوڵە بەڕۆژە.

ئەو مادە کاربۆهیدرەیتەی کە لە خۆراکەوە وەردەگیرێت دوای شیبوونەوەی بۆ تاکە شەکرەکان لە ژێر کاریگەریی ئەنزیمەکانی هەرسکردنداو دوای مژینیان لەلایەن خانەکانی دیواری ڕیخۆڵەوە بۆ ناو خوێن دەگەنە جگەر، ئەو تاکە شەکرانەش بەشێوەیەکی سەرەکی بریتین لە گلوکوز گالاکتۆز و فرکتۆز، خانەکانی جگەر گەردەکانی فرکتۆز و گالاکتۆزیش دەگۆڕێت بۆ گلوکۆز و ئینجا لە ڕێگەی خوێنەوە گلوکۆزی پێویست دەنێرێت بۆ سەرجەم بەشەکانی لەش و ئەوەشی کە زیادە لە پێویستی لەش دەیگۆڕێت بۆ گلایکۆجین کە ئەمیش فرە شەکرە، جگەر گلایکۆجین لەناو خۆیدا کۆدەکاتەوەو دەیپارێزێت بۆ ئەو کاتانەی کە لەش پێویستی بە شەکرە (وەک سەرچاوەی ووزەو گەرمی) بۆ بەردەوامی و زیندە چالاکییەکانی، لەو کاتانەدا جگەر جارێکی دی گەردەکانی ئەو گلایکۆجینە دەشکێنێتەوە بۆ شەکری سادەی گلوکۆز و لە ڕێگەی خوێنەوە ڕەوانەی شانە جیاجیاکانی لەشی

دەکات، شایەنی باسە ئەگەر مرۆڤ خۆراک وەرنەگرێت ئەوا گلایکۆجینی هەڵگیراو لە جگەردا بەشی (12–24) کاتژمێر دەکات بۆ دابینکردنی گلوکۆزی پێویست بۆ لەش، لەو حاڵەتانەدا کە مرۆڤ بۆ ماوەی درێژتر خۆراک ناخوات سەرچاوەی سەرەکی بەرهەمهێنانی گلوکۆز لە لەشدا بریتیی دەبێت لە گلیسیرۆڵ و ترشە ئەمینییەکان شایەنی باسیشە کە جگەر و گورچیلەکان و ڕوو پۆشە خانەکانی ناوەوەی ڕیخۆڵە ئەم کارە جێبەجێ دەکەن چونکە لەم ئەندامانەدا ئەو ئەنزیمە تایبەتییانە هەیە کە پێویستن بۆ ئەو بەرهەمهێنانە.

هۆرمۆنی ئینسۆلین لە لەشدا کە ڕێژەی پەنکریاس دەیڕێژێت ئەرکی ئاسانکردن و ڕێکخستنی تێپەڕبوونی شەکر (گلوکۆز)ی لە ئەستۆدایە لەناو خوێنەوە بۆ ناو خانە جیاجیاکانی لەش ئەویش بەپێی پێویستی خانەکان و بەشێوەیەکیش کە ڕێژەی شەکر لەناو خوێندا ئاسایی بمێنێتەوە، بێجگە لە مە هۆرمۆنی ئینسۆلین یارمەتی بەکاربردنی شەکریش دەدات لەناو خانەکاندا وەک سووتەمەنییەک بۆ بەدەستهێنانی ووزەی پێویست هەروەک چۆن ڕۆڵی خۆی لە پاراستنی چەوری و ڕۆن لە لەشدار دروستکردنی پرۆتین لە ماسولکەکاندا دەبینێت.. بەو شێوەیە ئینسۆلین سەرپەرشتی و ڕێنمایی هاوسەنگی ووزەو پاراستنی دەکات لە لەشدا و لەو کارەشدا بونیادی ماسولکەکان و ئەو جوولە و چالاکییانەی مرۆڤ ئەنجامی دەدات یارمەتی دەدەن.

کاتێک ڕێژەی هۆرمۆنی ئینسۆلین وەک پێویست نەبێت یاخود تێکچوونێک لە ئەنجامدانی کارو فرمانەکەیدا هەبێت ڕێژەی شەکر لە خوێندا لە ڕێژەی سروشتی ئاسایی خۆی دەردەچێت و بە هۆیەوە تەندروستی ئەو کەسە لەو ڕووەوە تێک دەچێت و تووشی ئەو نەخۆشییە دەبێت کە پێی دەگوترێت (شەکرە Diabetes) ڕێژەی یاخود پەیتی ئاسایی و پێوانەیی شەکر (گلوکۆز) لە خوێندا بە ناشتا (پێش بەرچایی Fasting) لە نێوان 3.9-5.8 mmol/L یان 70- 105 mg/dL،هەروەها ئەو ڕێژەیە لەسەر تێڕیی و 2 کاتژمێر دوای ژەمە خۆراکێکی تەواو کەپێی دەڵێن Post perndial پێویستە لە 7.8 mmol/L یان 140 mg/dL زیاتر نەبێت.

بە بەرزبوونەوەی ڕێژەی شەکر لە خوێندا زیاتر لە ڕێژەی ئاسایی دەگوترێت Hiperglycemia لەم بارەدا ڕێژەی هۆرمۆنی ئینسۆلین کەمترە لە پێویستی لەش بۆ سووتاندنی شەکر و پاگرتنی ڕێژەکەی بەشێوەیەکی ئاسایی و تەندروست لە لەشدا یاخود ئەو ئینسۆلینەی کە هەیە ناتوانێت وەک پێویست بە فرمانەکەی خۆی هەڵسێت، بە دابەزینی ڕێژەی شەکریش کەمتر لە ڕێژەی ئاسایی دەگوترێت Hipoglycemia کە زۆر ڕژاندنی هۆرمۆنی ئینسۆلین لەلایەن پەنکریاسەوە هۆکارێکی سەرەکی ئەم حاڵەتەیە.

بەشی زۆری حاڵەتەکانی نەخۆشی شەکرە لە جۆری بەرزبوونەوەی ڕێژەی شەکری خوێنە واتە Hiperglycemia کە ئەویش دوو جۆرە: یەکەم/ شەکرەی منداڵان کە تیایدا هەر لە منداڵی و سەرەتای تەمەنەوە مرۆڤ دووچاری دەبێت ئەویش بەهۆی کەمی یان هەر نەبوونی هۆرمۆنی ئینسۆلینەوە لە لەشیاندا.. لەم جۆرەدا پەنکریاس هۆرمۆنی ئینسۆلین زۆر بەکەمی دروست دەکات یان هەر دروستی ناکات..

ئەو منداڵانە هەر لە دایکبوونەوە یان هەر لە منداڵیدا بەهۆی نەخۆشی دیکەوە (وەک ئینفلونزا) تووشی ئەم حاڵەتە دەبن و بەنکریاسیان لەکار دەکەوێت بەڵام لێرەدا پێویستە بگوترێت کە ئەو منداڵانە خۆیان هەر لە بنەڕەتدا ئامادە باشی تووشبوونیان بەو نەخۆشییە تێدایە!.. ئەم نەخۆشانە پێویستە بەردەوام لە ڕێگەی دەرزییەوە بە پێی سستمێکی گونجاو ئینسۆلینیان بدرێتێ بۆ ئەوەی ژیانیان بەردەوام بێت.. هەر بۆیە ئەم جۆرەی نەخۆشی شەکرە پێی دەگوترێت پشت بە ستوو بە ئینسۆلین Insulin-Dependent Diabetes Mellitus "IDDM"، جۆری دووەم/ شەکرەی پێگەیشتووانە (Adult) کە بەزۆری لە تەمەنی 30 ساڵی و بەرەو ژوورەوە مرۆڤ تووشی دەبێت ئەویش بە زۆری بەهۆی کەمتر ڕژاندنی هۆرمۆنی ئینسۆلینەوەیە لەلایەن پەنکریاسەوە و شایەنی باسیشە ئاستی بەرزیی شەکر لە خوێندا لە نێوان حاڵەتەکاندا پلەی جیاجیای هەیە و بەشێوەیەکی سەرەکی پابەندی ڕێژەی هۆرمۆنی ئینسۆلین و توانای ڕژێنی بەنکریاسە لە لەشدا، ئەم نەخۆشانە زۆربەیان پێویستیان بە دەرزی ئینسۆلین نییە بەڵکو دەتوانرێت لە ڕێگەی بەکارهێنانی حەبی شەکرە و پەیڕەوکردنی پارێز و وەرزشی گونجاوەوە کۆنترۆڵی ئاستی شەکر لە خوێنیاندا بکرێت و

ڕێگە لە دەرئەنجام و کاریگەرییە خراپەکانی نەخۆشییەکەیان بگیرێت.

بەرگەگرتنی گلوکۆز Glucose Tolerance

ڕێژەی ئاسایی و پێوانەیی شەکر (گلوکۆز) لە خوێندا نیشانەی تەندروستی و بەرگەگرتنی ئاسایی لەشە بۆ ئەو گلوکۆزەی کە لە ڕێگەی خۆراکەوە وەری دەگرێت.. لەسەر ئەو بنەمایەش بێجگە لە شیکارییەکانی دیاریکردنی ڕێژەی یاخود پەیتی شەکر لە خوێندا بە ناشتا Fasting یاخود لەسەر تێڕیی Randum لە تاقیگەدا بۆ دیاریکردنی باری تەندروستی مرۆڤ لەو ڕووەوە.. شیکارییەک یاخود تاقیکردنەوەیەکی تاقیگەیی دیکەش دادەنرێت بۆ دەستنیشانکردنی چۆنێتی و ئاستی بەرگەگرتنی لەش بۆ ئەو گلوکۆزەی کە لە ڕێگەی خۆراکەوە مرۆڤ وەری دەگرێت.

شیکاری بەرگەگرتنی گلوکۆز

Glucose Tolerance test (G.T.T)

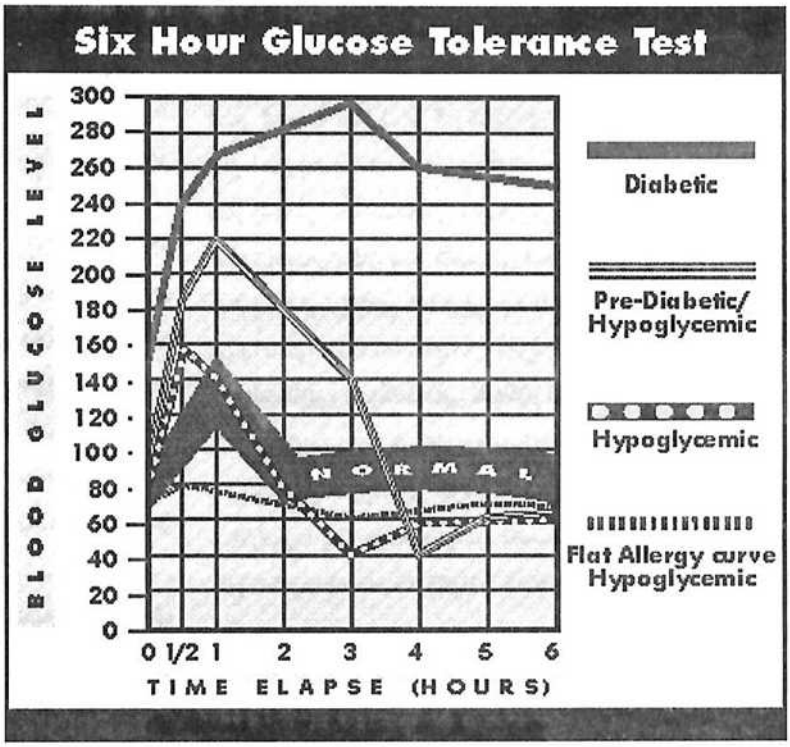
ئەو کەسانەی ڕێژەی شەکری خوێنیان کەمێک بەرزەو نیشانەکانی نەخۆشی شەکرەیان تا ڕادەیەک تێدا بەدی دەکرێت کاتێک شیکارییان بۆ ئەنجام دەردێت بۆ دیاریکردنی شەکر لە خوێنیاندا بە ناشتا.. ئاستی شەکر (گلوکۆز) لە خوێنیاندا لە بواری ئاساییدا دەبێت، بەڵام کاتێک ژەمە خۆراکێکی دەوڵەمەند بە کاربۆهیدرات دەخۆن لە شیان توانای دروستکردنی بڕی پێویستی ئینسوڵۆینی نابێت بۆ سووتاندن و بەکاربردنی ئەو کاربۆهیدراتە بە خێرایییەکی وەک پێویست.. بەو شێوەیەش ئاستی پەیتی شەکر لە خوێنیاندا بەرزتر دەبێت لە ئاستی ئاسایی و دابەزینەوەی بۆ ئاستی ئاسایی دوا دەکەوێت.. ئەمەش بە واتایەکی دی ئەوە نیشان دەدات کە ئەو کەسانە توانای لەشیان بۆ بەرگەگرتنی گلوکۆز دابەزیوە و کەمترە لە توانای ئاسایی کەسێکی تەندروست.. بە مانایەکی دی بڕی هۆرمۆنی ئینسوڵینی ڕێژنراو لەلایەن پەنکریاسەوە کەمترە لە پێویست یاخود تێکچوونێک لە فرمانەکەیدا هەیە، ئەمە کراوەتە بنەمای دادەنان و پەیڕەوکردنی ئەو شیکارییەی خوێن کە پێی دەڵێن (شیکارییە بەرگەگرتنی گلوکۆز Glucose Tolerance Test) تاکو لە ڕێگەیەوە بتوانرێت حاڵەت و جۆری شەکرەکە دیاری بکرێت لەسەر بنەمای بەرگەگرتن و کاردانەوەی لەشی ئەو کەسە بۆ ئەو گلوکۆزەی لە ڕێگەی خۆراکەوە وەریدەگرێت بە تایبەتیش حاڵەتە هێواش و ناوەندەییەکان و هەروەهاش حاڵەتەکانی دابەزینی ئاستی شەکر چونکە حاڵەتە بەرزەکان بە ئاسانی لە ڕێگەی شیکارییەکانی دیاریکردنی ڕێژەی شەکرەوە بە ناشتاو هەروەهاش لەسەر تێڕی دەتوانرێت دەستنیشان بکرێت.

شیکاریی بەرگەگرتنی گلوکۆز لە تاقیگەدا:

بە زۆریی ئەم شیکارییە لە تاقیگەدا لە ڕێگەی 5 جار وەرگرتنی نموونەی خوێنی نەخۆشەکە لە ماوەی 2 کاتژمێردا بۆ دیاریکردنی ئاستی پەیتیی شەکر لە خوێنەکەیدا لە هەرجارێکیاندا ئەنجام دەدرێت.. ئەویش بەم شێوەیە:

یەکەمجار بە ناشتا (پێش بەرچایی) نموونەیەکی خوێنەکەی لێ ڕادەکێشرێت. بۆ دیاریکردنی ئاستی پەیتی شەکر لە خوێنەکەیدا بە ناشتا، دوای ئەم هەنگاوە بڕێکی دیاریکراو شەکری گلوکۆز بە گوێرەی کێشی ئەو کەسەی کە شیکارییەکەی بۆ ئەنجام دەدرێت (یەک گرام شەکری گلوکۆز بۆ هەر کیلۆ گرامێک لە کێشی ئەو کەسە) لە ئاودا دەکرێت بە شەکراو و لە ڕێگەی دەمەوە دەدرێت بە نەخۆشەکە دوای خواردنەوەی شەکراوەکە چوار جاری دیکە لە چوار کاتی جیاوازدا خوێنی لێ وەردەگیرێت بۆ دیاریکردنی ئاستی پەیتی شەکر لە خوێنەکەیدا لە هەر جارێکیاندا ئەویش بەم شێوەیە: دوای نیو کاتژمێر، دوای یەک کاتژمێر، دوای یەک کاتژمێر و نیو، دوای دووکاتژمێری تەواو.

ئەو بنەمایەی میکانیزمی ئەم کارەی لەسەر دیاریکراوە:دوای خواردنەوەی شەکراوەکە کرداری مژینی شەکر لە ڕیخۆڵەدا بەشێوەیەکی خێرا ڕوو دەدات و لە ماوەی کاتژمێرێکدا دەبێتە هۆی بەرزبوونەوەی ئاستی پەیتی شەکر لە خوێندا بە شێوەیەک ڕژێنی پەنکریاس لەو کاتەدا ئاگادار دەبێتەوە بۆڕژانی بڕی زیاتری هۆرمۆنی ئینسوڵین کە کاردەکات بۆ دابەزاندنەوەی ئاستی پەیتی شەکری خوێن بۆ نزیک پەیتەکەی بە ناشتا لە ماوەی کاتژمێری دووەمدا و بە تەواوی ئاستەکەی وەک ئاستی یەکەمجار (ناشتا)ی لێ دێتەوە لە ماوەی کاتژمێری سێیەمدا. بەو شێوەیە ئەنجامی ئەم



شکارییە پەیوەندییەکی بەیانیمان دەداتێ لە نێوان پەیتی شەکر (کلوکۆز)ی خوێن و کاتی وەرگرتنی نموونەکانی خوێنی ئەو کەسەدا.

دەستنیشانکردنی حاڵەتەکانی نەخۆشی شەکرە لەبەر ڕۆشنایی ئەنجامەکانی ئەم شیکارییە:

***شەکرەی زۆر بەرزتر لە ئاسایی:**

لەم حاڵەتەدا لە بنەڕەتدا پەیتیی شەکری خوێن بە ناشتا خۆی لە ئاستێکی بەرزتردایە لە ئاسایی و دوای زیاتر بەرزبوونەوەی ئاستەکەی لە ماوەی کاتژمێری یەکەمی دوای خواردنەوەی شەکراوەکەدا، لە ماوەی کاتژمێری دووەمیشدا هەر بە بەرزی دەمێنێتەوە و ناگەڕێتەوە بۆ ئاستی یەکەمجار (ناشتا) تەنانەت دوای کاتژمێری سێهەمیش، لەم بارەدا لەش توانای بەرگەگرتنی گلوکۆزی زۆر کەمە!

شەکرەی ناوەند:

لەم حاڵەتەشدا پەیتی شەکری خوێن بە ناشتا بەرزتره لە پەیتی ئاسایی بەڵام دوای بەرزبوونەوەی ئاستەکەی لەماوەی کاتژمێری یەکەمی دوای خواردنەوەی شەکراوەکەدا.. لە ماوەی کاتژمێری دووەم و سێهەمدا ئاستەکەی دادەبەزێتەوە بۆ ئاستی کەمێك بەرزتر لەئاستی پەیتییەکەی بە ناشتا، لەم بارەدا لەش توانای بەرگەگرتنی گلوکۆزی ناوەندییە.

***ئاسایی یان وەك ئاسایی:**

لەم حاڵەتەدا ئەگەرچی پەیتی شەکر لە خوێندا بە ناشتا کەمێکیش بەرزتربێت لە پەیتی ئاسایی و پێوانەیی بەڵام دوای بەرزبوونەوەی ئەو پەیتە لە ماوەی کاتژمێری یەکەمی دوای خواردنەوەی شەکراوەکەدا ئەوا لە ماوەی کاتژمێری دووەمدا بە تەواوی دادەبەزێتەوە بۆ ئاستی پەیتی شەکر لە خوێنەکەیدا بە ناشتا، لەم بارەدا لەش توانای بەرگەگرتنی بۆ گلوکۆز ئاسایی و وەك پێویستە.

***دابەزینی پەیتی شەکر (شەکرەی نزم):**

لەم حاڵەتەدا هەر لە بنەڕەتدا ئاستی پەیتی شەکر لە خوێندا بە ناشتا نزمتره لە ئاستی ئاسایی و پێوانەیی (کە بریتیە لە 100ml)، هەرچەندە لە ماوەی کاتژمێری یەکەمی دوای خواردنەوەی شەکراوەکەدا ئاستی ئەو پەیتە کەمێك بەرز دەبێتەوە بەڵام لە ماوەی کاتژمێری دووەمدا ئەو ئاستە دادەبەزێتەوە بۆ ئاستی پەیتیەکەی بە ناشتاو تەنانەت نزمتریش، لەم بارەدا لەش توانای بەرگەگرتنی بۆ گلوکۆز زیاترە لە ئاسایی و پێویست بە واتایەکی دی بڕی ئەو گلوکۆزەی کە مرۆڤ لە ڕێگەی خۆراکەوە وەریدەگرێت بەرگەی ڕێژەی زۆری (زۆرتر لە ئاسایی) ئەو ئینسوڵینە ناگرێت کە لەلایەن پەنکریاسەوە دەڕژێنرێت.

ئەو سەرچاوانەی سودیان لێوەرگیراوە:

1-Medical kngwledge self –assessment program vIII
American Colleg of phsicians.

2-Clinical Chemistry (principles& procedures)
4th Edition By: Jaseph S.Annino& Roger W.Giese

الكيمياء السريرية العملي تأليف محمد رمزى العمري
دار التقني للطباعة والنشر الطبعة الاولى

پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان

Social Relation

نوسینی: ئازاد جەلال
پسپۆڕی کۆمەڵناسی

یەکێك لە سیفەتەکانی مرۆڤ، بوونی پەیوەندییە لە نێوان (ئەو) و دەوروبەریدا، باشتر وایە ئەم پەیوەندییە بە(پەیوەندی مرۆیی) ناوزەد بکرێت، بەچاوپۆشین لەوەی پەیوەندییەکی پۆزەتیڤ یان نێگەتیڤ بێت، هەروەها ئەم جۆرە پەیوەندییە لەگەڵ چەمکی پەیوەندییە مرۆییەکانی دیکەدا جیاوازی بەرچاوی هەیە کە بە پەیوەندی پۆزەتیڤانە ناسراون.

بوونی کۆمەڵگەی مرۆیی پێویستی بە هەبوونی کارلێکی کۆمەڵایەتی هەیە، ئیتر ئەگەر لە ناوەندی خوێندن یان کارکردن یاخود لە نێو هۆزو کۆمەڵگە بچوکەکاندا بێت، بەچاوپۆشین لەوەی ژمارەی ئەم کۆمەڵانە کەم یاخود زۆر بێت.

ئاساییە ئەگەر ببینین هەندێك تاکی نێو ئەو کۆمەڵانە رۆڵێکی کارایان هەیە لە کارلێکە کۆمەڵایەتییەکاندا، لە کاتێکدا هەندێکی دییان بەوە رازیبە کە لە پەراوێزدا دابنرێت، بۆیە هەندێکیان دەبینین هەست بەپشوو و دڵنیایی دەکەنو چێژ لە دروستی دەرونی وەردەگرنو هەست بەبوونی خۆیان دەکەن کاتێك لە چوارچێوەی ئەو کۆمەڵەدا خۆیان دەبینەوە، بەڵام ئەوانی دی هەست بەناڕەحەتیو دڵتەنگیو دوودڵیو داپووخان دەکەن کاتێك مامەڵە لەگەڵ کەسانی دیدا دەکەن، سەرەڕای هەموو ئەوانەی باسمان کرد، وا پێویست دەکات هەموو کەسێك لەچوارچێوەی کۆمەڵێکدا بژیو هەمیشە لە هەوڵی خۆگونجاندا بێتو واز لە هەندێك تایبەتمەندی تاکینەیی بهێنێت بۆئەوەی کاریگەری خراپی هەبێت لە سەر چەمکی کەسێتی خۆی، ئەمەش بۆئەوەی بتوانێت بوونی خۆی بسەلمێنێت لە نێو خێزان، یان ناوەندی خوێندن، یان کۆمەڵگە، یاخود ئەو دەزگاو دامەزراوەی کاری تێدا دەکات.

چەمکی پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان:

بابەتی پەیوەندی کۆمەڵایەتی پێگەیەکی گرنگی هەیە لە زانستی کۆمەڵناسیدا، بەڵکو زۆرێك لە نوسەرو زاناکان بەبنەمای ئەم زانستەی داناوەنێن. دەتوانین پێناسەی پەیوەندی کۆمەڵایەتی بکەین بەوەی: (پەیوەندیو

شوێنەواری ئاڵوگۆڕکراوە لە نێوان تاک و کۆمەڵگەدا کە بەهۆی سروشتی کۆبونەوەیان و ئاڵوگۆڕکردنی نەستیان‌و، تێکەڵبونیان لەگەڵ یەکدی‌و کارلێکیان لە کۆمەڵگەدا دروست دەبێت).

ئەم پەیوەندییە بەیەکێك لە گرنگترین پێویستییەکانی ژیان هەژمار دەکرێت. هەر بۆیە هیچ دەستەو دامەزراوەیەك ناتوانێت سەرکەوتن بەدەست بهێنێت هەتا هەوڵی تەواو نەخاتە کار لە ڕێکخستنی پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکانیدا.

-پەیوەندی کۆمەڵایەتی نێوان کەسەکان چەند جۆرێکی هەیە لەوانە:.

1-پەیوەندی کۆمەڵایەتی کاتیی: ئەم پەیوەندییە کاتێکی دیاریکراوی هەیە، دەستپێکردن‌و کۆتایی لەگەڵ ئەو ڕووداوەدایە کە بەدی دەهێنێت. نموونەی ئەم جۆرە پەیوەندییە: سڵاوکردنی کەسانی ڕێبوار لە یەکدی لە ڕێگاوباندا‌و پەیوەندی نێوان کڕیارو فرۆشیار.

2.پەیوەندی کۆمەڵایەتی درێژ خایەن: بەنموونەی ئەو کارلێکە ئاڵوگۆڕکراوەی ماوەیەکی دیاریکراو دەخایەنێت‌و کۆمەڵێك پێشهاتی کۆمەڵایەتی چەسپاو بەدوای خۆیدا دەهێنێت. پەیوەندی نێوان ژن‌و پیاو نموونەی ئەم جۆرەیە.

3.پەیوەندی کۆمەڵایەتی سنوردار: کارلێکی کۆمەڵایەتی نێوان دوو کەس یان زیاترە، ئەم شێوە ساکارە بەیەکەیەك لە یەکەکانی شیکاری سوسیۆلۆجی دادەنرێت. و لەسەر پەیوەندی ئامانجدارو ناسینی پێشوەختی هەڵسوکەوتی کەسی بەرامبەر وەستاوە.

لە چوارچێوەی ئەو پێناسانەی زانایان بۆ پەیوەندییەکانیان کردوە، ئەوە ڕوون دەبێتەوە کە پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان شێوەی جیاوازیان هەیە، دەگونجێت ئەو پەیوەندیانە کاتیی بن، یان درێژخایەن یاخود سنوردار بن. جا بەهۆی جیاوازییان لە شێوەدا، لە جۆریشدا جیاوازییان دەبێت.

گرنگترین جۆرەکانی پەیوەندی کۆمەڵایەتی ئەمانەن:

1.پەیوەندی کۆمەڵایەتی هاوسێیەتی:.

مامۆستای فەرەنسی (دیمون کوریت) پێناسەی هاوسێیەتی بەوە دەکات کە: (نیشتەجێبوونی دانیشتوانە لە نزیك یەکترەوە، ئەم کەسانە زۆر جار هاتوچۆو سەردان‌و هاوکاری لە نێو خۆیاندا ئەنجام دەدەن.

هاوسێکان بەشداری شادی‌و خەفەتی یەکترین، بۆیە ئەم پەیوەندییە بەئەرکێکی پیرۆز دادەنرێت، بەتایبەت لای گەلانی مسوڵمان کە لە کاتی دیارنەبوونی یەکێکیاندا ئەوی دی چاودێری ماڵەکەی دەکات. هەرچەندە لەم کاتەی ئێستادا پەیوەندی هاوسێیەتی کەمبوونەوەی پێوەدیارەو ماوەیەکی زۆر یەکتر نابینن بەهۆی سەرقاڵیی بەردەوامو زیادبوونی.

پەیوەندی کۆمەڵایەتی خێزانی:.

مەبەست پێی ئەو پەیوەندییەیە کە لە سەر ڕۆڵی هاوسەرو منداڵەکانیان وەستاوە. و بەسروشتی پەیوەندی‌و کارلێکی نێوان ئەندامانی خێزانێکیش دەوترێت کە لە یەك خانوودا نیشتەجێ دەبن. وەك پەیوەندی نێوان ژن‌و پیاو، و نێوان منداڵان خۆیان. خێزانی شارنشین بەوە تایبەتمەندە کە خێزانێکی درێژماوەو باوکسالارییەو پیاوان دەسەڵاتیان بەسەر ئافرەتاندا هەیەو گەورەکانیش بەسەر بچووکەکاندا. بۆیە دەبینین دەسەڵات دابەشکردنێکی هەرەمی هەیەو لە دەستی پیاواندایە. سەرباری ئەمە دەوڵەت کاردەکات بۆ دووبارە وەبەرهێنانەوەی پەیوەندییەکانی تایبەت بەفێرکاری‌و ئایین‌و یاسادانانەوە.

ئەوەی تێبینی دەکرێت چەند گۆڕانێکی بنچینەییە لە چینی خێزانە شار نشینەکاندا لە دیاریکردنی ئابوری‌و ئازادی‌و سەربەخۆییدا.

لەم چوارچێوەیەدا دەگەینە ئەوەی پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان سێ کۆمەڵە پەیوەندی دەگرێتەوە:.

ا.پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکانی نێوان ژن‌و پیاو:.

لە ڕابردوودا باوك سەرپەرشتی خێزانی دەکردو بڕیاری تایبەت بەماڵ لە لایەن ئەوەوە دەردەچوو، بێ‌وچان هەوڵی بەدەستهێنانی پێداویستییە سەرەکییەکانی ژیانی خێزانی دەدات. پەیوەندی ئافرەت بەهاوسەرەکەیەوە پەیوەندییەکی گوێڕەیەڵی‌و ملکەچی‌کردن بوو، کاری ئافرەت تەنها بریتی بوو لە پەروەردەکردن‌و چاودێری منداڵەکانی. بەڵام بەهۆی ئەو پێشکەوتنەی ڕوێداوە لە لایەنی پیشەسازی‌و شارستانیدا ئەم وێنە کۆنە نەماوە. مەودای گۆڕانکارییەکان لە مانەدا خۆی دەبینێتەوە:.

1.یارمەتیدانی هاوسەر بۆ خێزانەکەی لە کاروباری ماڵدا.

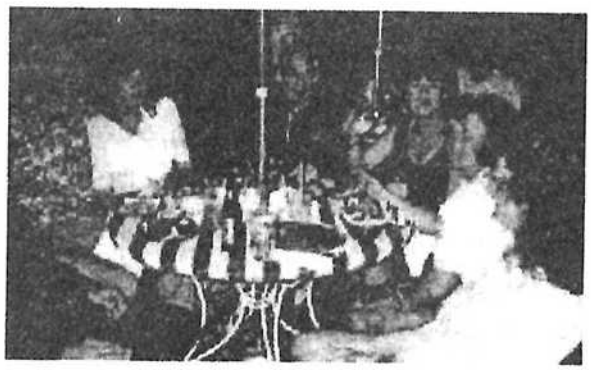
2.لە نەستۆگرتنی لێپرسراوێتی لە لایەن ئافرەتەوە کاتێك هاوسەرەکەی ئامادە نەبێت لە ماڵدا.

3.ناکۆکی نێوان ژن و پیاو.

ب.پەیوەندی نێوان باوان و پۆلەکانیان:

مرۆڤ خۆشەویستی منداڵەکانی هەمیشە لە دڵدایەو هەمووکات شانازی بەنەوەی زۆرەوە دەکات بەتایبەت ئەگەر نێرینەبن. جا ئەگەر کەسێك تەنها کچی ببێت، زۆر حەز بە لەدایکبوونی کوڕ دەکات، چونکە پێی وایە کوڕ سەرچاوەی سەربەرزییە، ئەمەش لە زۆرێك لە ناوچەکاندا بەدی‌دەکرێت، شارنشین بن یان گوندشین، لێکچونێك لە نێوان شارو گونددا هەیە کە حەزکردنە بەنەوەی زۆر بەتایبەت بوونی کوڕ پەیوەندی نێوان ئەندامانی خێزان پێویستی بەهاوکاری و خۆشەویستی هەیە.

ج.پەیوەندی کۆمەڵایەتی لە نێوان پۆلەکاندا:



منداڵی هەر خێزانێك هاوڵاتین و لە جیهانی گچکەکاندا ژیان بەسەردەبەن، تێیدا کۆمەڵێکی جیاواز تاقیکردنەوە وەردەگرن بەهۆی پێکەوەژیانیان لەگەڵ یەکی‌دا. پەیوەندی نێوان خوشك و براکان تایبەتمەندە بەگشتگیری و ڕاشکاوی. جێی ئاماژەیە، پێگەی نەوەکان لە خێزاندا بەپێی زنجیرەی لەدایکبوونیان جیاوازی دەبێت.

بەکورتی: ژیانی کۆمەڵایەتی کاتێك دروست دەبێت کە کەسەکان لە نێو خۆیاندا کارلێك بکەن و کۆمەڵگەی مرۆیی دروست بکەن بەرهەمی ئەمەش کۆمەڵێك پەیوەندی کۆمەڵایەتی و کارلێکە کە بەتەوەری سەرەکی ژیانی مرۆڤایەتی دادەنرێت.

پەیوەندی و کارلێکە کۆمەڵایەتییەکان

یەکێك لە سیفەتەکانی مرۆڤ، بوونی پەیوەندییە لە نێوان نەوو دەوروبەریدا، باشتر وایە ئەم پەیوەندییە بەپەیوەندی مرۆیی ناوزەد بکرێت؛ بەچاوپۆشین لەوەی پەیوەندییەکی پۆزەتیڤ یان نێگەتیڤ بێت. ئەم جۆرە پەیوەندییە لەگەڵ چەمکی پەیوەندییە مرۆییەکانی دیکەدا جیاوازی بەرچاوی هەیە کە بەپەیوەندی پۆزەتیڤانە ناسراون.

دەبینین پەیوەندییەو جۆراوجۆرەکان لە گونددا کەمترە لە چاو شاردا. هەروەها چوارچێوەی ڕێکخستنی کارلێکەکان تێیدا کەمترە، لە کاتێکدا لە شاردا بەفراوانی دەبینرێت. گوندەکان ناسراون بەگەیاندنی سەرەتایی و پەیوەندی بەردەوام، بەڵام ماوەی کارلێك ڕێژەیەکی کەمی هەیە لە شاردا.

کارلێکی کۆمەڵایەتی وێنەو شێوازی جیای هەیە؛ دەگونجێت بەڕێگەی ڕاستەوخۆ یان ناڕاستەوخۆ ببێت، لە نێوان چەند کەسێکی سنوردار یاخود کەسانێکی زۆردا. و دەگونجێت لە ڕێگەی بەکارهێنانی ئاماژەو زمان و نوماوە بێت لە شوێنی کار، یان ماڵ یان لە نێوان نەو کەسانەدا کە پەیوەندی خزمایەتی و هاوسێیەتییان هەیە. کارلێکی کۆمەڵایەتی شێوازی جیای هەیە کە لە هاوکاریکردن و خۆگونجاندن و کێبڕکێ و ململانێ و توڕەبوندا خۆی دەنوێنێت. کاتێکیش ئەم جۆرە کارلێکانە جێگیر دەبن و شێوەیەکی ڕێك وەردەگرن دەگوڕێن بۆ پەیوەندی کۆمەڵایەتی، وەك: پەیوەندی باوکایەتی و برایەتی و هاوڕێیەتی و سەرکردەیی و ملکەچی و دەستبەسەراگرتن.

زاناکان وا ڕاهاتون جیاوازی بخەنە نێوان پەیوەندییە (کاتیی) و پەیوەندییە (بەردەوامەکان) لە بارەی پلەی چەسپاوی و ڕێکی و جێگیربیانەوە. زاراوەی (کردەوە کۆمەڵایەتییەکان). بۆ یەکەمیان و (پەیوەندی کۆمەڵایەتی) بۆ دووەمیان بەکاردێنن. ئەمەش مانای وایە کردەوە کۆمەڵایەتییەکان؛ پەیوەندی کۆمەڵایەتین و لە سەرەتای دروستبوندان. جا ئەگەر جێگیربوون و دەرکەوتن و شێوەیەکی دیاریکراوی وەرگرت دەگوڕێت بۆ پەیوەندی کۆمەڵایەتی. بەمەش جیاوازی لە نێوان کردەوەو پەیوەندی کۆمەڵایەتیدا تەنیا جیاوازییە لە پلەدا نەك لە جۆردا.

تایبەتمەندییەکانی کارلێکی کۆمەڵایەتی:

1.کارلێکی کۆمەڵایەتی بەهۆکاری پەیوەندی و لێکگەیشتنی نێوان تاکەکانی کۆمەڵ هەژماردەکرێت، ناگونجێت ئەو کەسانە بیروبۆچوون لە نێوان خۆیاندا ئاڵوگۆڕ بکەن بێئەوەی کارلێکێکی کۆمەڵایەتی لە نێواندا هەبێت.

2.هەموو کردەوەیەک کاردانەوەیەکی بۆ دەبێت کە دەبێتە هۆی پووداتی کارلێکی کۆمەڵایەتی لە نێوان کەسەکاندا.

3.کاتێک یەکێک لەو کۆمەڵەدا بەهەڵسوکەوت و نواندنێکی دیاریکراو هەڵدەستێت، ئەوا چاوەڕێی وەڵامدانەوەیەکی دیاریکراو دەکات لە لایەن کەسانی دیکەی کۆمەڵەکەوە؛ پۆزەتیڤانە بێت یاخود نیگەتیڤ.

4.کارلێک لە نێوان تاکەکانی کۆمەڵدا دەبێتە هۆی دەرکەوتنی پێشەنگایەتی و تواناو لێهاتوویی کەسەکان.

5.کارلێک لە نێوان چەند کۆمەڵێکدا قەبارەیەکی گەورەتری هەیە لە چاو کارلێکی نێوان ئەندامانی کۆمەڵێک بەتەنها.

6.هەروەها یەکێکی دی لە تایبەتمەندی ئەم کارلێکە؛ جیاوازییە لە نێوان کەسانی کارلێک کردوودا کە دەبێتە هۆی نزیکبوونەوەی هێز لە نێوان تاکەکانی کۆمەڵەکەدا.

لێکۆڵینەوە شیکارییەکان ئاماژە دەدەن بەوەی ژیانی کۆمەڵایەتی لە کردەیەکی کۆمەڵایەتی کەسێکی دیاریکراوەوە دەستپێدەکات و بەدوایدا کاردانەوەی کەسێکی دی پوودەدات.

بەکاریگەریی ئاڵوگۆڕکراوی نێوان دوو کەس یان نێوان کردەوەو کاردانەوەدا دەوترێت: کارلێک. بۆیە دەبێت جیاوازی بکەین لە نێوان کردەی کۆمەڵایەتی و کردەی ناکۆمەڵایەتیدا. کردەی کۆمەڵایەتی بەپێی پێناسەی (ماکس فیبر) بریتییە لە: (ئەو هەڵسوکەتە مرۆییەیە کە مانایەکی تایبەتی هەڵدەگرێت و خاوەنەکەی پەنای بۆ دەبات دوای ئەوەی بیر لە کاردانەوەیەکی چاوەڕوانکراو دەکات لەو کەسانەوە کە ئاڕاستەیان دەکات).

ئەو مانایەی کەسەکە بیری لێدەکاتەوەو مەبەستێتی وا دەکات ئەو کردەوەیەی پێی هەڵدەستێت کۆمەڵایەتی بێت. بۆ نمونە بەر یەککەوتنی بێ مەبەستی نێوان دوکەسی پاسکیل سوار خۆی لە خۆیدا کردەوەیەکی سروشتییە نەک کۆمەڵایەتی، بەڵام هەرلێ هەر یەکێکیان بۆ بواردنی حاڵەتەکەو ئەو زمانەی بەکاری دەهێنن گوزارشت لە کردەیەکی کۆمەڵایەتی ڕاستەقینە دەکات.

کارلێکی کۆمەڵایەتی لە سەر بنەمای کۆمەڵێک پێوانە وەستاوەو کۆنترۆڵ دەکرێت، بەهۆی بوونی یاسایەکی دیاریکراوی پێشبینی کۆمەڵایەتی لە چوارچێوەی بەرێوەبەرایەتی و مەڵبەندی بەتوانای نێو کۆمەڵگەدا. کارلێکی کۆمەڵایەتی کۆمەڵ و کۆمەڵگای مرۆیی پێکدەهێنێت.

بەهۆی ئەوەی کارلێکی کۆمەڵایەتی هۆکاری پەیوەندی نێوان تاک و کۆمەڵە بۆیە بێگومان کۆمەڵێک پێشهاتی کۆمەڵایەتی بەرهەم دەهێنێت کە پەیوەستە بەهەڵوێستی دیاریکراوەوە.

پەیوەندی و پێشبینیە کۆمەڵایەتییەکان

پەیوەندی کۆمەڵایەتی سەر بۆ دەرکەوتنی کۆمەڵێک پێشهاتی کۆمەڵایەتی دولایەنە دەکێشێت، بۆ نموونە پیاو چاوەڕێی ئەوە لە خێزانەکەی دەکات لە قورسایی سەرشانیدا یارمەتی بدات و لەکاروباری خێزانە بچوکەکەیاندا هاوکاری بکات بۆئەوەی ژیانێکی بەردەوام و بەختەوەر بەدیبێنن؛ بەهەمان شێوە ئافرەت پێشبینی دەکات هاوسەرەکەی دڵسۆز بێت بۆی و لێپرسراوێتی بەخێوکردنی خۆی و منداڵەکانی جێبەجێبکات. و پارێزگاری و چاودێری خێزانەکەیان بکەن کە پێکەوە بنیاتیان ناوە. هەروەها فرۆشیار پێشبینی وەرگرتنی شمەکی فرۆشراو دەکات لە کڕیار، کڕیاریش چاوەڕوانی ئەوەیە فرۆشیار چاوبەستی لێنەکات و زیادەڕەوی نەکات لە نرخی ئەو شتەی لێی کڕیوە..

گومانی تێدا نییە پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان کەوتونەتە ژێر کاریگەری ئەو پێشکەوتنە بەرچاوانەی لە کۆمەڵگاکاندا پوویان داوە؛ بەهۆی بەرەوپێشچوونە یەکلەدوایەکەکانی کە مرۆڤایەتییان گەیاندووەتە شۆڕشی پیشەسازی.

ئەمڕۆ مرۆڤایەتی لە شۆڕشێکی نوێدا دەبینین، شۆڕشی زانیاریەکان، کە پێدەچێت شوێنەواری ئەم زۆر لە هی شۆڕشی پیشەسازی گەورەتر بێت. ئەو پێشکەوتنە زانستییە گەورەیەی ئەمڕۆ لە بواری کارو تەکنۆلۆجیادا مەترسی گەلێک گۆڕانکاری ڕیشەیی لە هەردوو بواری مادی و مەعنەویدا لە پشتەوەیە.

بەهەمان شێوە کاریگەری سیستەمەکان لە سەریەکدی چەندین گۆڕانکاریی لە لایەنەکانی خێزانداری و خزمایەتی و پەیوەندی و بەهاو خوونەریتەکان هێناوەتەکایەوە.

شۆڕشی پیشەسازی، پلە بەپلە خێزانی لە ولاتە ڕۆژئاواییەکاندا بەرەو لەناوچوون برد، وەک بۆمبێک هاتە ناو خێزان و کۆمەڵگای جیهانی سێیەم و جیهانی ولاتە گەشەسەندووەکانەوە. پەیوەندییە خێزانییەکان لەگەڵ یەکدیدا گۆڕانکاری بەسەردا هات، هەرچەندە پێشتر ئەم پەیوەندییانە بەهێزبوون و بنەماڵە گەورەکان و پەیوەندی هاوسێیەتی و خۆپاڵدانە کۆمەڵێک بەتەنها، کۆنترۆڵیان دەکرد؛ بەجۆرێک گەر کەسێکی کۆمەڵێکی بێگانە دەستدرێژی بکردایەتە سەر تاکێکی کۆمەڵەکەیان، ئەوا هەموویان پێکەوە بێ وەستان یارمەتییان دەدا. هەروەها ئەو کۆمەڵە بەشداریان دەکرد لە پرۆسەی هاوسەرگیری ئەندامەکانیانداو، گەر کەسێکیش تیایاندا گرفتی ماڵیی هەبوایە هاوکارییان دەکرد.

هۆگربوون و خۆشەویستی لە نێوان هاوسەرەکاندا لە بەرەودا دەبێت، گەر ڕاشکاوی لە پۆڵی گشت ئەندامانی خێزاندا بوونی هەبێت و هەریەکێکیان بتوانێت لە سەر پێشبینییەکانی ئەوی دی ڕێکبکەوێت. بەڵام کاتێک ناکۆکی خێزانی سەرهەڵدەدات کە ڕوبینای ئەو دوو هاوسەرە دژبەیەک بێت لە بارەی گرنگی پۆڵی خێزانیانەوە. یان بەهۆی ڕووداتی گۆڕانکاریی لە پۆڵی هەریەکێکیاندا بەهۆی بارودۆخێکی کتوپڕ یان هەر هۆیەکی دیکەوە، وەک سەرقاڵی ئافرەت بەکاری دەرەوە، یان لە دایکبوونی کۆرپەی نوێ، یاخود ناساغ بونی یەکێکیان.

بەهەمان شێوە گۆڕانکارییە کۆمەڵایەتی و ئابووری و ڕامیارییەکان، بوونەتە هۆی لاوازکردنی ئەم پەیوەندییانە. بۆیە کاتێک بمانەوێت باری کەسێک دەستنیشان بکەین لە کۆمەڵدا، ئەوا هەڵوێستی نێگەتیڤی ئەو کەسە دیاریدەکەین دەربارەی دورخستنەوەی لە لایەنی دەسەڵات و پێشەنگییەوە.

ژیانی خێزان لە ناوچە شارنشینەکاندا نیمچەدابڕانێکی لەگەڵ خێزانەکانی دیدا بەسەرهاتووە. ئەمە گرانتر دەبێت کاتێک خێزانەکان هاوسێیی یەکتربن وکەسیان ئەوی دی نەناسێت.

سەرەڕای ئەمانە، پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان بۆ هەمیشە بەجێگیری و پێویستی دەمێننەوە بۆ ژیانی کەسەکان. چونکە مرۆڤ سروشتێکی کۆمەڵایەتی هەیە و ناتوانێت هیچ کات بێبوونی پەیوەندی لەگەڵ کەسانی دیدا بژی. و کۆبوونەوەو پێکەوە ژیان ڕێبازی ژیانن.

ئەگەر پەیوەندییە خێزانی و خزمایەتییەکان لە کۆمەڵگەیەکەوە بۆ یەکێکی دی جیاوازی هەبێت، ئەوا هەر لەو کۆمەڵگەیەدا لە ژینگەیەکی کۆمەڵایەتییەوە بۆ یەکێکی دی جیاوازی دەبێت، هەروەها لە کۆمەڵێکەوە بۆ کۆمەڵێکی دی جیاوازە، بەپێی قەبارەی کۆمەڵەکەو پلەی شارێتی و ئەو بنەما ئابووریەی تێیدا ژاڵە.

پێشهاتە کۆمەڵایەتییەکان بەرهەمێکی سروشتی و حەتمی ئەو پەیوەندییانەن کە تاکەکان پێکەوە دەبەستێتەوە، و لە کۆتایدا دەبێتە هۆی دروستکردنی تۆڕێکی دەوڵەمەند لە پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان.

تۆڕی پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان

تۆڕی پەیوەندییەکان مانای کۆمەڵێک پەیوەندی کۆمەڵایەتی پێویست دەگەیەنێت کە بەهۆی بەیەکگەیشتن و پەیوەندی نێوان کەسەکان و بیروبۆچوون و شتەکان بەرهەم دێت. تاکەکان لەم تۆڕەدا ڕۆڵێکی کۆمەڵایەتی گەورە دەبینن کە ئامانجی گشتی و ڕۆڵی سەربەخۆ ڕۆشنبیری لاوەکی دەبێت. گەشەکردنی ئەم تۆڕە پەیوەستە بە هاوشانیی لەگەڵ ئایینی ئیسلامدا، بەهۆی ئەوەی هۆکارێکە لە هۆکارەکانی پەیوەندی و پەیوەست بوون لە نێوان تاک و کۆمەڵگاکاندا.

پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان بەپێی بۆچوونی (مالك بن نبي)، ئەم تۆڕە دروست دەکەن بۆیە ئەم تۆڕە تەنها شوێنەوارێکەو لە زیادەکردنی کەسان و بۆچوون و شتەکان بۆ کۆمەڵگەیەکی دیاریکراو وەبەرهاتووە. ئەوەی تێبینی دەکرێت ئەوەیە کەسانی ناو ئەم تۆڕە هەمیشە کۆڕایی دەدەن بەسەر ئەو پێوانانەی بەیەکەوە لە سەری ڕێککەوتون. و فشارێکی ناڕەسمی لە سەر یەکدی دادەنێن بۆ ئەوەی ملکەچی یاسا و پێوانەکان بکەن.

کاتێک کەسەکان لە نێو خۆیاندا کارلێک نەکەن پەیوەندییان پێکەوە کەم دەبێتەوە و تۆڕی پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکانیان لاواز دەبێت، و پێوانە کۆمەڵایەتییەکان دەگۆڕێن. و پەیوەستییە کۆمەڵایەتییەکان و ئاڵوگۆڕکردنی هاوکارییەکان پەرت دەبن و بەردەوامییان کەم دەبێتەوە.

زۆرێک لە زانایانی کۆمەڵناسی هەوڵیانداوە شیکاری پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان بکەن لە بارەی سروشت و هۆکاری گەشەکردنی و جۆرو ئاڕاستەو پلەی بەهێزی و دووبارەبوونەوەیدا.

هونەری مامەڵەکردن لەگەڵ ژینگەدا

ئەحمەد ئەبوزەید
وەرگێڕانی: گۆنا نەسرەدین

لەوانەیە ژینگە بەشێك بێت لە ڕابووردوو بەڵام، بە دڵنیایی بوونی هۆشیاری سەبارەت بە هونەری مامەڵەکردن لەگەڵیدا بەشێکە لە ئایندە.

ئەوەی لەسەر نەتەوە یەکگرتووەکان تێبینی دەکرێت بڕیارەکانی بە دەگمەن ڕێگەی جێبەجێکردنی دروست دەدۆزێتەوە، ئەمەش بەشێوەیەکی تایبەتی لەسەر ئەو بڕیار و ڕێکەوتنامانە جێبەجێ دەبێت کە لە سااڵی ڕابووردوودا سەبارەت بەو مەترسیانەی هەڕەشە لە ژینگە دەکەن، مۆرکراون، هەروەها گرتنەبەری ڕێ و شوێنی بەپەلە بۆ بنەبڕکردنی ئەو مەترسییانەی لە کۆتاییدا لەسەر ڕووی ئەم هەسارەیە بۆ سەر مرۆڤ مایەی هەڕەشەن. چونکە هەرچەندە دەوڵەت و ستافە نێودەوڵەتییەکان درکییان بە ئاستی خەتەرناکی بارەکە کردووە و لەگەڵ ئەو سوربوونە زۆرەی ئەم دەوڵەتانە لە ڕێگەی نوێنەرەکانیانەوە لە کۆنگرەکاندا دەریدەبڕن، ئەم سوربوون و درکپێکردنە تاکو ئێستا نەبوونەتە هۆی دانانی یان سەرهەڵدانی پالن و پڕۆژەی پراکتیکی کە بە ڕاستی سەرچاوەکانی مەترسییەکە بنەبڕبکەن و ئەو هەنگاوانەی کە پێویستە پێوەی پابەند بن دیاریبکەن، ئەمانەش لە پێناوی پاراستنی ژینگەو ڕزگارکردنی لەو تێکچوونانەی ئێستا بە دەستییەوە دەنااڵێنێت. لەوانەیە ئەو کەموکوڕی و پشتگوێ خستانەی ئەو دەوڵەتانە بەهۆی فرە لقی گیروگرفتەکانی ژینگەو زۆری و جۆراو جۆرییانەوە بێت بەشێوەیەك مامەڵەکردن بەیەك جار و چارەسەرکردنیان بە کارایی کارێکی ئەستەم بێت، لەلایەکی دیکەوە ئەم کۆنگرە نێودەوڵەتی و هەرێمییە زۆرانەی سەبارەت بە ژینگە دەبەسترێت زۆربەی کات بانگێشتکردن و بەستنیان دور لەیەك و بەبێ بوونی هەماهەنگی یان سود وەرگرتن لە هەوڵەکانی پێشوو بەدواداچوونی و پشتبەستن بە ئەنجامە دەستکەوتووەکان کەپێشر بەدیهێنراون، بەڕێوەدەچن جگە لە چەند بارێکی جیاکراوە نەبێت، ئەمانە گشتی هانمان دەدەن بۆ بانگەشەکردن بۆ پێداویستی بوونی ڕێکخراوێکی جیهانی گەورە کە بایەخ بە کاروبارەکانی ژینگە

بدات و لە دەسەڵاتیدا بێت لە پێناوی زامنکردنی بە دیهێنانی ئامانجە خواستراوەکانی کۆنگرە و دانیشتنەکان دا ئەم هەوڵانە ڕێکبخات و لە یەکیان نزیک بکاتەوە لەوانەیە بەرنامەی ستافی نەتەوەکان بۆ گەشەکردن لە توانیدا بێت ئەم ئەرکە گرنگ و پڕ مەترسییە بگرێتە ئەستۆ، کە شارەزایان و بایەخدەران بە بارودۆخی ژینگەی تێکچووی ئێستاو و کاریگەرییەکانی بۆسەر ئایندەی کۆمەڵی مرۆیی سەرقاڵ کردووە، هەرچەندە تواناکانی ئەم بەرنامەیە لە کاتی ئێستادا لاوازن.

بەستنی چەندەها کۆنگرە بۆ تەنها یەک بابەت

بەشێوەیەکی گشتی ئەم کۆنگرانە ئامانجیان بە دیهێنانی گونجاندنێکە لە نێوان گەشەکردنیبەردەوام و گەشەی ئابوری لەلایەک، لەگەڵ پاراستنی ژینگە لەلایەکی دیکەوە، بە تایبەتی پاراستنی سەرچاوە سروشتیەکان لە جیهانێکدا کە ژمارەی دانیشتوانەکە بەشێوەیەکی سەرسوڕهێنەر لە زیادبوندایە بە سروشتی حاڵ زیادبوونی داواکردنی خواردن و ئاوو شوێنی نیشتەجێبون خزمەتگوزارییە دروستیەکان و وزە و ئاسایشی ئابوری و هەرشتێک کە پەیوەندی متمانە پێکراوی بە ژینگەوە هەبێت، لەگەڵدا دەبێت. ئەمانە بەشێوەیەکی تایبەتی بەسەر ئەو کۆنگرانەدا جێبەجێ دەبن کە لە ماوەی سی ساڵی ڕابووردوودا لەلایەن ستافی نەتەوەکانەوە بە ستراون هەر لە کۆنگرەی ستوکهوڵم ساڵی 1972ەوە بۆ کۆنگرەی (لوتکەی زەوی) ساڵی (1992) لە ڕیودی جانیرۆ بۆ کۆنگرەی جوهانسبرگ ساڵی 2002 پاشان دواییان کۆنگرەی میلانۆ بوو لە سەرەتای دیسەمبەری ساڵی رابووردوو 2003.

دەشێت جیاوازی لە وردەکاری ئەو بابەتانەدا کە لەم کۆنگرانەدا چارەسەر کراون، هەبێت بەڵام گشتییان لە کۆتاییدا بە دەوری تەنها خاڵێکدا دەسوڕێنەوە ئەویش دیاریکردنی ئەو مەترسییانەیە کە هەڕەشە لە ژینگە دەکەن لە جیهاندا و چۆن درک بەم مەترسیانە و پارێزگاری لە کۆڵەکەکانی ژینگە لە پێناوی بەرژەوەندی نەوەکانی داهاتوو بکرێت. لەوانەیە کرنگرەکەی جوهانسبرگ ساڵی 2002 گرنگترین کۆنگرە نێو دەوڵەتییەکان بێت هەرچەندە جیاوازی سەبارەت بەم خاڵە هەیە واتا ڕای جیاواز هەیە). بەڵام ئەم کۆنگرەیە بەوە جیادەکرێتەوە نزیکەی 65 هەزار بەشدار بوو ئامادەبوون تێیدا کە نوێنەرایەتی 185 دەوڵەتییان کردووە، هەروەها زیاتر لە سەد سەرۆکی حکومەت و سەرەڕای نوێنەری ژمارەیەک کۆمپانیای گەورە لە جیهاندا بەشدار بوون، ئەو کۆمپانیایانەی تۆمەتبار دەکرێن بە پیسکردنی ژینگە بە هۆی ئەو پاشماوە و خاشاکانەی فڕێی دەدەن، هەروەها ئەو مادەو گازانەی لێیانەوە دەردەچن و گیروگرفتی پەنگخواردنەوەی گەرمی زیاد دەکەن، کە بەو فاکتەرە سەرەکییانە دادەنرێت هەڕەشە لە فرسەتی بەردەوام بوونی ژیان لەسەر زەوی لە ئایندەدا، دەکەن. بەستنی کۆنگرەکەی جوهانسبرگ هاوکات بوو لەگەڵ ئەو بارە ناهەمواوە برسێتییەی بەسەر باشوری ئەفریقادا بەهۆی گۆڕانی ئاوو هەواو کەم بارانییەوە هات. لەبەرئەوە پرسیاری گرنگ کە مێشکی هەمووان سەرقاڵ دەکات ئەوەیە: دەتوانرێت چی بکرێت بۆ کەمکردنەوەی نەهامەتییەکانی مرۆڤ لە ئایندەی نزیک و دوردا وەک یەک؟

لە کاتی بەستی کۆنگرەکاندا خۆپیشاندانی سیاسی سازکرابوو کە گوزارشتیان لە ناڕەزایی دەوڵەتە هەژارەکان و هەندێک ڕێکخراوی ناحکومی دژی دەوڵەتە پیشەسازییە دەوڵەمەندەکان دەکرد ئەوانەی بە تێکچوونی ژینگە بەرپرسن لە ڕێگەی بەکارهێنان و بەکاربردنی سەرچاوە سروشتییەکان لە جیهانی سێیەمدا لە کاتی دایگرکردندا یان لە ڕێگەی پیسکردنی ژینگەوە بەهۆی گازەکان و خاشاک و مادە کەڵەکەبووەکانی لە کارگەکانەوە یاخود تەنانەت ئەوانەی لە ئامێرەکانی ماڵەوە وەک ئامێرەکانی ساردکردنەوە و گەرمکردنەوە و بەفرگرەوە، دەردەچن. گروپەکانی (هاوڕێیانی ژینگە) ئەم ناڕەزاییانەیان بە تۆمەتبارکردنێکی

ئاشکرای سەرۆکی دەوڵەتە دەوڵەمەندەکان دانا کە بەسەر زارەکی و بۆ ڕاگەیاندنەکان بانگەشەی پێویستی جێبەجێکردنی سیاسەتی گەشەی بەردەوام بۆ بەرزکردنەوەی ئاستی گەلە هەژارەکان و پاراستنی ژینگە دەکەن، بەڵام لە ژێرەوە و بە نهێنی گرێبەستنی بازرگانی زۆر لەسەر حسابی ئەو کۆمەڵگە هەژارانە لەنێوان خۆیاندا مۆردەکەن. لە ڕاستیدا دەوڵەتە پیشەسازییە گەورەکان کە سەرچاوەی یەکەم و گەورەن بۆ زیان پێگەیاندنی ژینگە، هەر خۆیانن بەرامبەر جێبەجێکردنی بڕیارە نێودەوڵەتییەکان کە ئامانجی ڕزگارکردنی ژینگە و پاراستنیەتی لە وێرانبوون ناڕەزایی دەردەبڕن ئەمانەش زۆر بە ڕوون و ئاشکرایی لە کۆنگرەکەی میلانۆ 2003 سەبارەت بە گۆڕانکارییەکانی ئاووهەواو بوونی بەڵگەی تەواو بەرامبەر بە بەرپرسیارێتی مرۆڤ لەبەربوونەوەی پلەی گەرمی لەسەر هەسارەی زەوی بەشێوەیەک کە هەڕەشە لە ژیانی ژمارەیەکی زۆر لە شێوەکانی ژیان دەکات بەڵکو قڕبوونی هەندێک لە جۆرە زیندووەکان ئەگەر ڕێوشێونی بەپەلە نەگیرێتەبەر دەکەن، لەوانەیە ئەمریکا زیاد لە هەموویان زیاتر بەرپرس بێت بەرامبەر ئەم بارە ناهەمواراندەی بەسەر ژینگەدا هاتوون. هەروەک ڕۆژنامەی گاردیانی بەریتانی لە ڕۆژی 4 دیسەمبەری ساڵی 2002دا دەڵێت زۆر کەش ئیدارەکەی سەرۆک بۆش بە بەرپرس دەزانن لە دانانی کۆسپ لەبەردەم بایەخدانی زیاتر بە ژینگە، هەروەها خۆیشی بە گەورەترین دژی هەوڵە نێو دەوڵەتییەکان بۆ ڕزگارکردنی ژینگەو گەکەشەکردنی دادەنرێت هەروەک لە ڕەتکردنەوەی باوەڕهێنانی بە ڕێکەوتنامەکەی کیوتو ساڵی 1997 ئاشکرا بوو. هەروها ئەم ڕێکەوتنامەیە جەختی لەسەر پێویستی کارکردنم بۆ ڕێگەگرتن لە دەرچوونی گازە شاراوەکان دەکرد، بەشێوەیەک ساڵی 2012 بەبڕی 8٪ دابەزێت بە بەراوردکردنی لەگەڵ ساڵی 1990دا، ئەمریکا ئەوەی ڕەتکردەوە باوەڕ بەم ڕێکەوتنامەیە بهێنێت چونکە ئەم جۆرە ڕێ و شوێنانە زیانی بە ئابووری نەتەوەیی ئەمەریکا دەگەیاند و سەرەڕای ئەوەی تاکو ئێستا بەڕای ئەمریکا مرۆڤ بە تەواوەتی بەرپرس نییە لە گۆڕانەکانی ئاووهەوا پێی وایە ئەم کارە پێویستی بە توێژینەوەی زیاتر هەیە. هەڵوێستی ولاتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا بەو شێوە نێگەتیڤە لە ڕێگرە سەرەکییەکان بوو کە ڕوو بەڕووی کرنگرەکەی میلانۆ بۆوەو و بارەکە بەرەو خراپتر چوو کاتێک ڕوسیاش هەڵوێستی ڕەتکراوەی خۆی لەبەر هەمان هۆکارەکان ئاشکراکرد.

یاسا ناوخۆییەکان پێویستییەکان پڕناکەنەوە

گیروگرفتی پاراستنی ژینگە بە گەورەترین و گرنگترین ئەو ململانێیانە دادەنرێت کە ڕووبەڕوی کرۆمەڵگەی مرۆیی دەبێتەوە و پێویستی بە دەرکردنی بڕیار و گرتنبەری ڕێوشێ،نی یەکلاییکەرەوە هەیە کە زامنی مانەوەی کۆڵەکە پۆزەتیڤەکانی ژینگە کات و یارمەتی مانەوەی ژیان بە هەموو شێوە جیاوازەکانییەوە بدات هەندێک دەوڵەت لە دوای کۆنگرەکەی ستوکهۆڵم ژمارەیەک یاسای تایبەتییان دەرکرد بۆ پاراستنی سەلامەتی ژینگە لەناو سنورە نیشتمانییەکەی خۆباندا ئاگادارکردنی دەوڵەتانی دیکە لە زیان پێگەیاندنی ئەو ژینگە سنورداڕە و داواکردنی قەرەبۆ لەکاتێکدا ئەگەر دەستدرێژی بۆ ژینگەی ئەو سنورانە کرا. بەڵام تاکو ئێستا کارەکە پێویستی بە دەرکردنی یاسای تۆندو ئاشکرا لەسەر ئاستی هەموو جیهان هەیە، بە شێوەیەک لەسەر هەمووان پێویست بێت پەیڕەوی بکەن و لەسەر هەموو دەوڵەتێک بە وردی و بەبێ جیاکاری جێبەجێ بکرێت. ئەمەش لە کاتی ئێستادا بەهۆی هەژموونی سیاسی و ئابوری و سەربازی هەندێک دەوڵەتەوە لەوانەیە کارێکی ئەستەم بێت چونکە سەربازی هەندێک دەوڵەتەوە لەوانەیە کارێکی ئەستەم بێت چونکە ئەو دەوڵەتانە هێندە هێزیان هەیە ڕووبەڕووی هەر یاساو بڕیارێکی نێودەوڵەتی ببنەوە.

هەرچەندە باوەڕبەوە بهێنین گۆڕانکارییەکانی ئاووهەوا و ڕوداوە سروشتیەکان کە کاریگەرییە وێرانکارییەکانی هەموو سنورە جوگرافی و سیاسسەکان دەبەزێنێت و تواناکانی مرۆڤ لە کۆنگرنتڕۆڵکردنیان شکست دەهێنێت بەڵام لایەکی گەورەی -لەوانەیە گەورەترین بێت- گیروگرفتەکانی ژینگە دەستکردی مرۆڤ خۆیەتی کە بەو پەڕی کەمتەرخەمییەوە مامەڵەی لەگەڵ دەکات هەرچەندە درک بەو هەموو زیانانە کە بەسەر ژینگەدا دێت دەکات و خۆیشی چەندە بەهۆی کاریگەری ئەو زیانانەوە ئازار دەچێژێت. ئەمەش لە کۆمەڵگاکانی جیهانی سێهەمدا لەوانەیە ئاشکراتر دەربکەوێت کە ئەوەی ناوەبڕێت بە پەروەردەی ژینگەیی و پشت دەبەستێت بە هۆشیاری تەواو بەرامبەر پرنسیپە دروستەکانی ژینگە دور لە ئاکارەکانی پیسبوونی ژینگە بە

هەموو شێوە جیاوازەکانییەوە و درکپێکردن و ڕێزنان لە ژینگە و پاراستنی، لەلایان بوونی نییە. لەگەڵ ئەوەشدا ئەمانە نابنە هۆکار بۆ لێبوردن و بەخشینی دەوڵەتە پیشەسازییە پێشکەوتووەکان لەبەر پرسیارێتی زیان پێگەیاندنی ژینگە لە چوارچێوەیەکی بەرفراواندا، هەروەها مەیدانەکانی بێتاوان ناکات لە تۆمەتی کەم و کوڕی دابینکردنی یارمەتی پێویست و بەشی پێویست بۆ دەوڵەتە تازە گەشەکردووەکان لە پێناوی بنەبڕکردنی گیروگرفتەکانی کە ڕووبەڕووی ژینگە دەبێتەوە، لەگەڵ ئەوەشدا کە هەندێک گیروگرفتی وەک نەخۆشی و پەتای پیس کە سەرچاوەکەی بەهۆی بارودۆخی ژینگەی نادروستەوە سەرهەڵدەدەن و لە کۆمەڵگە هەژارەکاندا بلاودەبنەوە، لەوانەیە بۆ دەوڵەتە پێشکەوتووەکان خۆیان بگوازرێتەوە. لە کۆنگرەی ریودی جانیرو 1992 دا بۆ نمونە، بایەخێکی زۆر بە مەسەلەی هەمە جۆری زیندەگی درا، داوا لە دەوڵەتە پێشکەوتووەکان کرا یارمەتییە ئابوورییەکان بۆ دەوڵەتانی کەمتر پێشکەوتوو هەژار دوو هێندە بکەن ئەویش لە ڕێگەی جێبەجێکردن و پێشخستنی پرۆژەکانی گەشە پێکردنی بەردەوام کە گیروگرفتی پاراستنی ژینگە بە بەردی بناغەی ئەم جۆرە پرۆژانە دادەنرێت، بەڵام لە دوای 10 ساڵ تێپەڕبوون بەسەر ئەم کۆنگرەیەدا- واتا ساڵی 2002 دەرکەوت دەوڵەتە پێشکەوتووەکان یارمەتیەکانیان بۆ جیهانی سێهەم کەمکردۆتەوە و بەڵکو لایەکی گەورەی بەر پرسیارێتی پیسبوونی ژینگەیان خستۆتە ئەستۆی ئەو دەوڵەتانەی، ئەوەیان لە یاد چووە پیشەسازی و تەکنۆلۆژیاکەیان چ زیانێکی گەورەی بە ژینگە گەیاندووە. جینیفەر مۆرگان بەڕێوەبەری هەڵمەتی گۆڕانی ژینگەیی لە دامەزراوەی World Wildlife ئەمریکی دەڵێت ئەوەی زیاتر مایەی نیگەرانییە لە کاتێکدا زۆربەی حکومەتەکان ئامادەباشی خۆیان دەربڕیوە بەرامبەر ئەو ڕۆڵە دروست و پاستانەی لێیان داواکراوە سەبارەت بە پاراستنی ژینگە، وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکا و هەندێک دەوڵەتی دیکە پەنا دەبەنە بەر ڕێکەوتنامەی دیکە کە هیچ سودێک نابەخشن و هیچ سازشێکی ڕاستەقینەی ئەوانی پێویست نییە، هەروەها لەکاتێکدا تەنها وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا خۆی بەرپرسە لە دەرکردنی 25٪ی گازە شاراوەکان بە زیانەکان کە دەبنە هۆی دیاردەی پەنگخواردنەوەی گەرمی، کەچی داوا لە دەوڵەتە تازە گەشە کردووەکان دەکەن بڕی دەرچووی ئەو گازانە کەمبکەنەوە کە لە پیشەسازییەکانەوە دەردەچن، بەمەش ئەو باوەڕە ساکارە لە یاد دەکەن کە ناتوانرێت هیچ چارەسەرێکی گەردوونی بەبێ یەکسانی گەردوونی بە دەستبهێنرێت. هیچ گومانی تێدا نییە بەرزبوونەوەی پلەی گەرمی بەهۆی دەرچوونی گازەکانی کە ژینگە پیسدەکەن و گیروگرفتی پەنگخواردنەوەی گەرمی زیان بە هەموو جیهان دەگەیەنن و زۆربەی گازاندەکەش ئەستۆی خۆرئاوا دەگرێتەوە و بە تایبەتی وڵاتە یەکگرووەکانی ئەمەریکا. ئەگەر بەریتانیا بەرپرس بێت لە دەرچوونی تەنها لە 3٪ی ئەو گازانە ئەوا ئەم بڕە یەکسانە بە بڕی هەموو ئەو گازە دەرچوانەی لە کیشوەری ئەفریقا ژینگە پیس دەکەن. شارەزایانی ستافی نەتەوەکان لەو باوەڕەدان بە کۆتایی ئەم سەدەیە پلەی گەرمی گەردوونی شەش پلە بەرزدەبێتەوە، ئەمەش لە نێو بارودۆخی ئاڵۆز و تێکچوودا کە لەوانەیە گەردەلوول و لافاو و بەرزبوونەوەی ئاستی ئاوی دەریاکان و ون بوونی ڕووبەری گەورە لە زەوی وشک و کەمبوونەوەی زەوی گونجاو بۆ کشتوکاڵ و تەنانەت بۆ نیشتەجێ بوونی لەگەڵدا بێت. لەکاتێکدا ژمارەی دانیشتوانی جیهان بۆ زیاتر لە دە بلیۆن کەس بەرز دەبێتەوە و لەوانەیە ڕووبەڕووی برسێتی و نەخۆشی ببنەوە.

ڕێکەوتنامەی ژینگەیی جیهانی

میکائیل میچەر وەزیری ژینگە لە بەریتانیا لە ماوەی 2003-1997 لە کاتی پێشکەشکردنی سیمنارێکدا لە بریستۆل لە 25ی ئۆکتۆبەری 2003دا ئاشکرای کرد ئەو خۆڵەی دامەزراوەو کارگە ئەندازییارییەکان سالانە دەبنە هۆی جۆلاندنی زۆر لەوە زیاترە کە هەموو ڕوبارەکانی جیهان بۆ دەریاکانی دەگوازنەو، ئەوانەش لە پیشەسازییەکانەوە پەیدا دەبن لە بڕی دەرچوونی ئەو مادانە زۆر زیاترە کە لە

بورکانەکانی جیهانەوە دەردەچن، تەنانەت لەو پەڕی گۆی زەویدا زۆربەی خواردنەکان بڕێکی زۆر لە قورقوشم و DDTیان تێدایە. هەروەها دەستدرێژییەکانی مرۆڤ بۆ سەر ژینگە لە هەموو جیهاندا بۆتە مەسەلەیەکی ئاسایی و ئاشکرا بۆ هەموان.

لەبەر ئەوە بەهاتنی ساڵی 2050 ڕوباری ئەمازۆن گەڕانەوەیەکی ترسناک بەخۆیەوە دەبینێت (بۆ نمونە). میچەر تێبینی دەکات لەگەڵ ئەو هەموو مەترسییانەی ڕووبەڕووی ژینگەی گەردوونی دەبێەوەو هەڕەشەی قەرتێکەوتن لە زۆرێك لە جۆرە زیندووەکان دەکات، لەگەڵ هەموو ئەمانەدا سیستمێکی جیهانی بۆ بەڕێوەبردنی ژینگە بەدیناکرێت، بەڵکو هیچ ئاماژەیەك بۆ بوونی ئەم جۆرە سیستمە لە ئایندەیەکی نزیکدا نییە چونکە بەرژەوەندییە ئابووریەکان بوونی ئەم جۆرە سیستمە داکۆکیکەرە لە ژینگە ڕەتدەکەنەوە، هەرچەندە ئەمە ڕێگە لە بوونی هەندێك بزووتنەوەی ڕەتکەرەوەی جیهانبینی ناگرێت کە ئەو ئاڕاستە زیانمەند و هەژموونداریەی دەوڵەتە پیشەسازییە گەورەکان ڕەتدەکاتەوە و لە دژی دەوەستێتەوە بەڵام هەژوونداریەی دەوڵەتە پیشەسازییە گەورەکان ڕەتدەکاتەوەو لە دژی دەوەستێتەوە بەڵام ڕەتکردنەوەکانیان لە کاتی ئێستدا کاریگەرییان سنوردارە. دامەزراندنی یان دروستکردنی سیستمێکی نێودەوڵەتی بۆ بەڕێوەبردنی ژینگە پێویستی بە بەستنی ڕێکەوتنامەی نێو دەوڵەتی هەیە کە سزای توند بسەپێنێت لەکاتی دەرچوون لەو ڕێکەوتنانە بە تایبەتی کاتێك زیان پێگەیاندنی ژینگە سنور دەبەزێنێت بۆ کۆمەڵگەکانی دیکە یان بۆ ژینگەی گەردوونی بەگشتی. ئەمەش پێویستی بە دادگای ژینگەیی هەیە کەپشت بە ڕێکەوتنامەیەکی ژینگەیی جیهانی ببەستێت، هەروەها پێویستە چالاکیی بەرنامەی ستافی نەتەوەکان بۆ کاروباری ژینگە کارا بکرێت بەشێوەیەك ئەم دادگایانە دەسەلاتی پیاچوونەوەی بە حاڵەتەکانی پێش ژینگەییدا هەبێت کە نەك تەنها ڕووبەڕووی حکومەتەکان یان دەزگا ڕەسمییەکان دەبێتەوە بەڵکو ئەو ستاف و ڕێکخراوانەش دەگرێتەوە کە حکومەتی نین و بایەخ بە ژینگە دەدەن. لەوانەیە ئەمە یارمەتیدەربێت لە ڕێگە گرتن لە زۆرێك لەو کارەسات و زیانانەی مرۆڤ بە ژینگەی دەگەیەنێت بەهۆی خراپ مامەڵەکردنەوەو لەبەرچاو نەگرتنی ئەو دەرئەنجامانەی لێوەی دەکەونەوە. ئەمەش ئاستی بەڕپرسیارێتی هەندێك لە ڕێکخراوە نێو دەوڵەتییەکان وەك ڕێکخراوی بازرگانی جیهانی و بانقی نێودەوڵەتی و بانقی دراوی نێو دەوڵەتی و هاوتاکانیان، دەخاتە بەردەم پرسیار بەرامبەر بە گەشە پێدانی ژینگە لەسەر ئاستی ناوخۆیی یان هەرێمی یان جیهانی و ڕۆڵیان لە دەرکردن و جێبەجێکردنی بڕیار و ڕێوشوێنی پێویست کە زامنی پاراستنی ژینگەیەکی دروست بکات و پاڵپشتیکردنی ئەو پڕۆژانەش کە ئەم ئامانجانە دێنێتە دی، بەشێوەیەکی تەنها لە پێشکەشکردنی بڕێك پارە یان پێدانی بڕێك قەرز وەك یارمەتی تێپەڕبێت بۆ بەڕاستی جێبەجێکردنی پڕۆژەکان و بلاکردنەوەی هۆشیاری و کلتوری ژینگەیی لە وڵاتەکانی جیهان و بەتایبەتی دەوڵەتانی تازە گەشەکردوو. بەڵام ئەوە تێبینی دەکرێت چالاکی هەندێك لەم دامەزراوەو ڕێکخراوانە لە بواری ژینگەدا بەرەو کشانەوە و چوونەوەیەك دەڕوات بۆ نموونە بەپێی هەندێك سەرچاوە پڕۆگرامەکانی ئاژانسی نێودەوڵەتی بۆ گەشەپێدان AID لە ساڵی 1994ەوە چالاکییەکانیان بەرەو دواوە چوون. بەڵکو لەمانە سەیرتر هەندێك لەم ڕێکخراوە نێو دەوڵەتییانە یارمەتی پێشکەشی ئەو پڕۆژانە دەکات کە لەوانەیە کاریگەرییەکی خراپییان بۆسەر ژینگە هەبێت یان بەلایەنی کەمەوە خاڵی پاراستنی ژینگە لەبەرچاو نەگرن هەروەك لەلایەنی وەبەرهێنانی ئەم جۆرە ڕێکخراوانە دەیبینین لە بواری پەترۆڵ و دامەزراوەکانی دروستکردنی وزە بە بەکارهێنانی سوتەمەنی ڕەق و جۆرەها پڕۆژەی دیکە کە دەبنە هۆی بەرز کردنەوەی پلەی گەرمی لەسەر هەسارەی زەوی.

پەراوەردە و فێرکردنی ژینگەیی پێویستە

پاراستنی ژینگەی ناوخۆیی لەهەر کۆمەڵگەیەك لە کۆمەڵگەکانی دونیا لەوانەیە کارێك بێت لە کارەکانی دەوڵەت و پاراستنی ژینگەی گەردوونیش کارێك بێت لە کارەکانی ڕێکخراوە نێودەوڵەتییەکان، بەڵام لایەنێکی گەورەی بەرپرسیارێتییەکە بێگومان دەکەوێتە ئەستۆی کۆمەڵی نێودەوڵەتی بەگشت ئەندام و ستاف و دامەزراوەو ڕێکخراوە ناڕەسمییەکانیەوە بە تایبەتی تاکەکان خۆیان بەسەرچاوەیەکی یان بە گەورەترین سەرچاوەی زیان پێگەیاندنی ژینگە دادەنرێن و هۆکارێکی ڕاستەوخۆشن لە تێکدانی بارودۆخی ژینگەیی لەناو چوارچێوەی ئەو کۆمەڵگایانەی تێیدا دەژین. لێرەوە پێویستە هەوڵی چڕوپڕ بۆ گۆڕینی ڕەفتار و مامەڵەکردن لەگەڵ ژینگە و ڕوانین بۆ

ژینگە و هەموارکردنی شێوازی مامەڵەکردن لەگەڵ ژینگەدا، بدرێت ئەمانەش هەروەها کاری ئاسان نین، بەڵکو پێویستی بە چوونە ناوجەنگێکی ڕاستەقینە هەیە دژی هەموو ئەو دابونەریتە خراپانەی زیان بە ژینگە دەگەیەنن و دژی نامۆشیاری و کەمتەرخەمیکردن بەرامبەر بە ژینگە و یاساکانی پاراستنی ژینگە، ئەم کارانە بنەبڕکردنیان و زاڵبوون بەسەریاندا ئەستەمە و لەوانەیە پێویستی بە دەرکردنی بڕیاری سیاسی هەبێت، لە پێناوی بنەبڕکردنیاندا بۆ ئەوەی ئەو بڕیارانە شێوەی یاسایەکی تایبەتی لە خۆ بگرن و بۆ پاراستی ژینگە کاری پێبکرێن، کەواتە مەسەلەکە لایەنێکی کۆمەڵایەتی و ئەخلاقی لەخۆدەگرێت کە ناتوانین پشتگوێی بخەین. لەوانەیە چەکی بەهێز و هەرە کاریگەر و زامنکەری بەردەوامی ژینگە بۆ بەدیهێنانی ئەو ئامانجە، بڵاوکردنەوەی هۆشیاری ژینگەیی بێت، لەگەڵ ئەوەشدا کە ئەم کارە پێویستی بە کات و کۆشش و ماندووبوونێکی زۆر هەیە.

لە ڕاستیدا یونسکۆ لە ساڵی 1997دا بەیانێکی سەبارەت بە (فێرکردنی ژینگەیی لە پێناوی ئاندەیەکی باشتردا) دەرکرد، تێیدا بڕیاریدا کەلەسەر ئەو ڕێکەوتنی تەواو هەیە فێرکردن لە هەموو هۆیەکانی دیکە کاریگەرترەو کاراترەو کۆمەڵگە لە ڕێگەیەوە لەوانەیە بتوانێت ڕووبەڕووی ململانێیەکانی نایندە ببێتەوە، گومانیش لەوەدا نییە خوێندن و فێرکردن ئەرکی داڕتنەوە و فۆرمەلە کردنەوەی جیهانی سبەی دەگرێتە ئەستۆ. ڕای زاڵیش لە نێو ئەوانەی بایەخ بە نایندەی ژینگە دەدەن ئەوەیە ناتوانین ژینگە لە تێکچوونی خێرایی کە ئێستا پێوەی دەنالێت ڕزگار بکەین ئەگەر سەرەتا کۆنترۆڵی خۆمان نەکەین یان لە ڕێگەی یاسادانانەوە یان لە ڕێگەی هۆشیاری و باوەڕهێنانی کەسێتی و درکپێکردنی دروستەوە، ئەمەش پێویستی بە ئامادەکردنی خەڵکییە بەشێوەیەکی ڕاست کە پشت بە ئاشنا بوونی زانیارییە سەرەکییەکانی پەیوەندییان بە ژینگەو ئەو مەترسییانەوە هەیە کە لەوانەیە دوچاری ببێتەوە، ببەستێت، هەرچەندە لە هەمان کاتدا ڕایەکی دیکەش باوە ئەویش لەگەڵ هەموو ئەو هەوڵانەی بۆ خاوێنکردنەوەی ژینگە دراون ناتوانین لەو ڕاستییە خۆمان قوتار بکەین کە بڕێکی دیاریکراو لە پیسبوون لە هەموو ناوچەیەکی سەر هەسارەی زەوی هەیە، لە ڕووی پراکتیکیشەوە پێویستە ئەوە بزانین کە کەی پیسبوون دەگاتە ئەو پلەیەی نابێت لێی بێدەنگ ببین، هەرچەندە گەیشتن بەم دیاریکردنە وردە کارێکی ئاسان نییە. ئاڕاستەی بەهێز لە ئاراداان بانگەشەی ئەوەدەکەن پێویستە پەروەردە و فێرکردن لە شێوەیەک ئاڕاستە بگرن خزمەتی ژینگە بکەن، هەروەها باس لە پێویستی کردنەوەی پسپۆڕێتی نوێ لە زانستی ژینگەدا دەکەن لەسەر ئەو بناغەیەی کە بەڕێوەبردنی ژینگە پێویستی بە هاوکاری و یارمەتی لقەکانی دیکەی زانست هەیە لە جیۆلۆژیا و زانستەکانی پەروەدەو ئابوری کۆمەڵناسی و ئەنسرۆپۆلۆژیا، بەڵکو تەنانەت فەلسەفەش چونکە مرۆڤ و دابونەریتی مرۆیی و بەتایبەتی ئەوانەی پەیوەندییان بە هەڵوێستی مرۆڤەوە بەرامبەر بە ژینگەی سروشتی هەیە. چونکە مرۆڤ بەپێی گوتەیەکی ڕۆبەر مۆریسۆن لە وتارێکیدا سەبارەت بە فێرکردن لە پێناوی ئیکۆلۆژیادا دەڵێت: مرۆڤ سەرکەوتووترین زیندەوەرە لە داگیرکردنی زەویدا و بەکارهێنانی و قۆرغکردنی سەرچاوەکانیدا، بەڵام لە هەمان کاتدا مرۆڤ لە هەموو زیندەوەران زیاتر زەوی تێکداوەو و پیسی کردووە. ئەم جۆرە بانگەشانە بوونە هاندەر بۆ پێویستی بوونی ئەوەی پێیدەوترێت (ئەخلاقییەتی زەوی) کە بانگەشەی لە دایکبوونی تێڕوانینێکی نوێ و هەڵوێستێکی نوێ لە یاساکانی مامەڵەکردن لەگەڵ ژینگەدا دەکات ئەویش لە دەروازەی خۆشەویستی و ڕێزەوە تاکو بتوانرێت پارێزگاری لێبکرێت چونکە لە کۆتاییدا هەموی هەر لەبەرژەوەندی مرۆڤ خۆیەتی. دەستەواژەیەکی ڕاست و قوڵ هەیە زۆر جار لەم بوارەدا ئاماژەی پێدەدەم/ ماموستا ئالدۆلیوبۆلد کە یەکێکە لە گەورە پسپۆڕانی توێژینەوەکانی بیابان لە ئەمەریکا دەڵێت: (ئێمە بیرۆکەیەکی ئەخلاقی سەبارەت بە پارساتنی زەوی، بەدیدەهێنین کاتێک بەو شێوەیە لێی دەڕوانین کە کۆمەڵگەیەکە ئێمە ئینتمامان بۆی هەیە و بەمەش دەتوانین بەشێوەیەک زەوی بەکاربهێنین بە ڕێگەیەک کە لە خۆشەویستی و ڕێزەوە بێت، هیچ هۆکارێکی دیکەش نییە یاریمەتی زەوی بدات بۆ بەرگەگرتن و دان بەخۆداگرتن لە بەردەم قورسایی ژیانی ئامێریدا کە مرۆڤی هاوچەرخی پێدە ناسرێت، هەروەها تاکە ڕێگەشە لەبەردەماندا تاکو بەروبومی جوانی زەوی بدۆزینەوە کە زەوی دەتوانێت بەهۆی زانستەوە بەهۆی شارستانی مرۆییەوە بچێنێت، خۆشەویستی زەوی و ڕێزگرتن لێی درێژبونەوەیەکی سروشتی ئەخلاقەتییە).

منداڵ و کتێب

چەندخاڵێک سەبارەت بەهۆگرکردنی منداڵ بەکتێبەوە

جەمال هەڵەبجەی

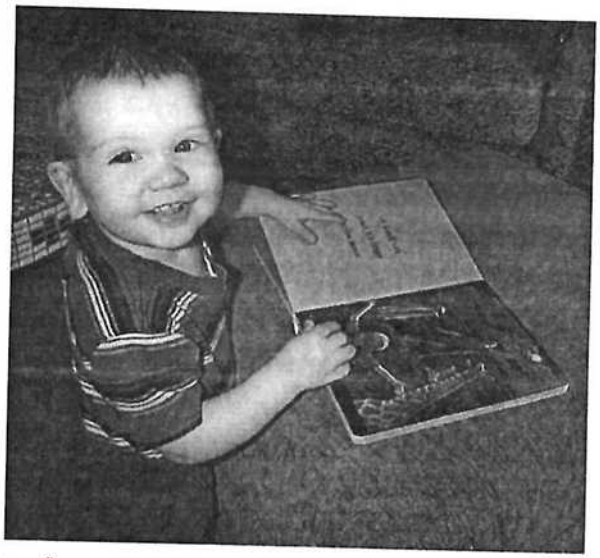
دەرون ناسی منداڵ گرنگی‌بە خوێندنەوەو توێژنەوەی هێزی منداڵ دەدات، بەواتایەکی دیکە، دەروناسی منداڵ لەگەڵ گەشەو گۆڕانکاری لەو ڕەفتارو کردەوانەی بنەما دابینکەری مێرد منداڵی پێدەوترێت، لەو ماوەیەدا کەتاکێک پێدەنێتە قۆناغ و کۆمەڵگە گەورەکانەوە، دەکۆلێتەوە.

واتهد (whitehead) لەکتێبی ئامەنجەکانی پەروەردەدا دەڵێت: منداڵ ...مۆ دەچێت، ئەگەر خواردنی پێبدەین ئەو خۆراکە دەگۆڕێت بۆ وزە، هەم خواردن و هەم چرایەک لەبەردەمیدا دابگیرسێنین و دەنگێکیش دروست بکەین، ئەوا ئەو منداڵ ئەو وزەیە بەشێوەی ڕەفتارو هەڵسوکەوت دەردەبڕێت، جالەبەرئەوەی ئێمەدتوانین بەشێوەی سیستەم وياسایەکی وزەدار، قسەو باس لەمنداڵ بکەین کەپوختەی پێکهاتەیان بریتیە لە خۆراک و جوڵە، وەڕەفتارو هەڵسوکەوت یەکێکە لە بەرهەمەکانی ئەو، بۆنمونە ئەو هاوکاریەیە زۆر گرنگانەی کەدایک و باوکان، مامۆستایان دەتوانن سەبارەت بەگەشەو کاملبونی منداڵ..، ئەمەیە کەیارمەتی منداڵ بدەن تالە بەکارهێنانی جوڵەی بەسودی خۆی لەڕێگەی چاکسازی‌یە تاک و کۆمەڵایە تی‌یەکان بەکاری بهێنێت، منداڵ بەشێوەی سیستەمێکی بەردەوام هەوڵدەدات بەسەر کاردانەوەی گۆڕانی دەورو بەرەکەیدا زاڵ بێت. منداڵ عەودالی جوڵەیە، ئەو وەک بونەوەرێکی زیندوو بەرامبەر بەهەرشتێک کەلە چواردەوریدابێت هەستیارە، بۆنکردنە منداڵ بەهۆی ئەم هەستە سروشتیانەوە ئاشنا دەبێت بەو ژیانەی کەتیایدا دەژی، ئەو هەروا لێناگەڕێ کەئەم دنیایە بێتە ناو پێکهاتەی دەرونیەوە، بەڵکو بەدوایدا دەگەڕێت، منداڵ چاوەڕوان نابێت کە شتێک ڕاستەوخۆ بکەوێتە بەرچاو ودیتنیەوە، بەڵکو سەر بەملاولادا دەکات تائەم شتو ئەو شتەببینێت، منداڵ بەزۆربەی ساتەکانی بێداری لە دۆزینەوەی وکەس و شتەکانی دەوروبەریدا بەسەر دەبات.

لەبەرئەوەی منداڵ بەردەوام لەبەدواگەڕان و بەدوا چوندایە، لەبەرئەوەی ئامادەیدایە کە لەگەڵ هەرشتێک و هەرکەسێکدا ئاشنا بێت، منداڵ تەنها لەشوێن جوڵە ناگەڕێت و بەڵکو ئەیەوێت درێژەشی پێبدات، مەگەرئەوەی کە دووچاری ئازارو نا ئاسودەیی ببێت، ئەگەرچی سەرنج و تێڕامانی منداڵ کورتە، بەڵام هەندێ جار ناتوانێت بەتەنها ئەزموونێک بکاتە خواستی خۆی‌وئیدی جارێک ئەو ئەزموونە دووبارە دەکاتەوە. لەوەی کەوتمان، ئەومان بۆ دەردەکەوێت کە مرۆڤ لە ساتی لەدایک بونی‌یەوە تا چرکەساتی مردنی بە بەردەوامی هەوڵدەدات دنیای زانست و مەعریفەت خۆی فراوان بکات وهەرساتێک شتێکی نوێی دەست بەکەوێت.

هەڵبژاردنی کتێبی شیاو بۆ منداڵان

هەموو مان ئەم ئەزموونەمان هەیە کەمرۆ، زۆربەی خوو هەڵس‌و کەوتە هزریەکانی خۆی بەدرێژایی ژیانی لەماوە و سەردەمی منداڵیدا بەدەست دێنێت، لەم قۆناغەدایە کە چۆنیەتی خۆسازدان لەگەڵ ژینگەکەیدا لەماوەی درێژای ژیانیدا فێری دبێت، جالەبەرئەوە زۆربەی تایبەتمەندی‌و هەڵس‌وکەوتە چاکەکانی سەردانی خۆپێدانی تاکێک



بەخوێندنەوە بەئاسانی دتوانرێت لە قۆناغی منداڵیدا مسۆگەر بکرێت.

خوێندنەوە لە پەروەردەکردنی کەسایەتی منداڵان و فراوانکردنی هۆشیاریان ڕۆلێکی زۆر گرنگی هەیە،وەکی دیکەش دەتوانرێت حەزی خوێندنەوە پەروەردە بکرێت، لێرەدا دایکان و باوکان وەکو کەسانێك کەپێگەو کۆڵەکەی خوێندنەوەی ڕاستو دروست لەمنداڵدا دادەڕێژن، ڕۆلێکی کاریگەریان هەیە، لەڕاستیدا تۆێك کە دایکان و باوکان سەبارەت بەعیشقی خوێندنەوە لەمنداڵدا دەیچێنن، لەسااڵەکانی داواییدا بەهۆی قوتابخانەو کۆمەڵگەوە دێتە بەرهەم، لەسەدەی ئێمەدا باسکردن و ئاماژەپێدانی ئەم خاڵە کەکتێب و کتێب خوێندنەوە تاچ ئاستێك دەتوانێت لەسەر گەشەی کەسایەتین، ئاکاری کەلتوری و کۆمەاڵیەتی مۆرقێك کاری گەری هەبێت، بابەتێکی ڕون و ئاشکرایە، چونکە هەموو کەسێك دەزانێت کتێ بەسودو بایەخەکان یەکێکە لەباشترین ئامێری گەیاندنی هەواڵ و گواستنەوەی کەلتوروشارستانیەتی مرۆڤایەتی لەنەوەیەکەوە بۆ نەوەیەکی دیکە، لەم نێوەندەدا هەڵبژاردنی کتێبی گونجاو بۆ منااڵن و مێردمنااڵن بەتایبەتی لە قۆناغی منداڵی بەهۆی ئەوەی کە بەزۆری منااڵن توانای جیاکردنەوەی کتێبی باش و خراپیان وەك پێویست نییە، حاڵەتێکی زۆر گرنگە، زۆرن ئەو دایك و باوکانەی کە حەز بەباشی بڕ بکەنەوە چ جۆرە زانیارییەك بەنە خزمەتیانەوە تا بواری گەشەی عەقڵی و فکری و ئاکاری و ئاینیان بۆ بڕەخسێت، چۆن لەگەڵ منداڵانی خۆیاندا هاوڕابن، بۆ تەمەنە جیاوازەکان، چ کتێبێك دابین بکەن و چۆن کتێبیان بۆ بخوێنینەوە، و چ شێوەیەکی بەکاربهێنن تا حەز بەکتێب و کتێب خوێندنەوە لە منااڵنماندا بەهێز بکەن.

چۆن دەتوانین هانی منداڵانمان بدەین بۆ خوێندنەوە یەکەمین پێوەر لە هەڵبژاردنی کتێبێکی گونجاو بۆ منااڵن شێوەی چۆنیەتی نوسینی کتێبکە بەپێی ئەو حەزە بنەڕەتیانەی قۆناغی منااڵی، پێویستی هەستکردن بەئاسایشی هزری و فکری، چ مادی چ مەعنەوی، چ سۆزی و چ ئاکاری، پێویستی بەئەندامێتی کۆمەڵ، پێویستی بەخۆشویستن، پێویستی بەڕێزلێنان، سەرەڕای پێویستی بەسەرگەرمی و گۆڕانی دەوروبەر چێژبردن لە جوانیەکان، دەروناسەکان و زانایانی پەروەردە، بنەڕەترین پێویستییەکانی مرۆڤیان لە هەر تەمەن و ساڵێکدا کە پێت ناساندوە، تەنها لە ژیانی ئاسایی ڕۆژانەدا نییە کە بۆ دابینکردنی پێداویستییەکانی مرۆڤ، چ بچوك، چ گەورە لە هەوڵداندان، ئەم کەسانە بەهۆی ئامێری دیکەوە کە گرنگترینیان ئەدەبیات و هونەرە تێر دەبن، دەگۆڕێن و دەگەنە ئاستە بەرزە بەنرخەکانی مرۆڤایەتی هەڵەیە کە ئەگەر وا بزانین ناوەرۆکی ئەوەی کە تەمەنە جیاوازەکان، هەریەك لەم پێداویستییە بنەڕەتیانە پێك دێنێت، یەکسانە.

با بارودۆخی منالێك کە برسییەتی لە بەرچاو بگرین، خۆراکێکی گەرم و بەئەندازەی پێویست، تەنانەت پارویەکی نان سەر لەنوێ چاالکی و وزەی پێدەبەخشێتەوە. ئەو سەرقاڵی یاریکردن دەبێت لەگەڵ هاوتەمەنەکانی خۆیدا، و بۆ ساتێك خەم و خەفەتی داهاتوو فەرامۆش دەکات، هەر ئەم حاڵەتە لە مرۆڤێکی بەتەمەندا نیگەرانی و دڵەڕاوکێیەکی قوڵ و ناهاوسەنگییەکی درێژخایەن دروست دەکات. مرۆڤێك کە دەتوانێت لە ڕابوودوو داهاتوودا لە سنوری بازنەی ئەزمونی خۆیدا جێپێی خۆی بکاتەوە و سەبارەت بەوەش بۆ هەاڵتن لە برسییەتی لە داهاتوودا پیالن دابڕێژرێت و هەموو جۆرە هەنگاوێك بنێت.

خۆشی و شادمانی، خەم و خەفەتی کێشەکانی منداڵان، بچوك و تێپەڕن و وردە وردە کەلێنی گەورەتر لە هەستیاندا دروست دەبێت، لە کاتێکدا کە لەبەرهەمی ئەدەبیاتی بەتەمەنەکاندا بۆ ئەوەی بتوانن لە کاریگەرییەکی زۆرتر بەهرەمەند بن، پێویستیان بەبەخشینێك هەیە کە بتوانن بیروبۆچوون و باوەڕی مرۆڤی باڵغ بوو بەدەست بهێنن.

منداڵ نیگەران دەبێت بۆ بێچووە پشیلەیەك کە لە چرۆکێکدا، دایکی ونکردووە، بەتوندی دڵی لێدەدات، بەاڵم کاتێك پشیلە دەنگی ناسراوی دایکی دەبیستێت، منداڵەکە هەناسەیەکی ئاسوودەیی هەڵدەکێشێت و هێمن دەبێتەوە، شێوازی هونەرمەندانەی هەر ئەم بابەتە سادەیە دەتوانێت مرۆڤێکی بەتەمەن بۆ چەند ساتێك بەبیرکردنەوە ناچار بکات. بەاڵم ئەم لە سنوری بازنەی دیدو ئەزمونی ئەودا نییەو بەخێرایش لە بیرخۆی دەباتەوە، لە حاڵەتێکدا کە منداڵ

چەندین جار بەچکە پشیلەکە لە خەیاڵدانی خۆیدا سەرلەنوێ دەدۆزێتەوەو بیری لێدەکاتەوە.

یەکێکی دیکە لەم پێداویستیانە لە بەرچاوبگرین: پێویستی بەسۆزو خۆشەویستی، خۆش ویستنی دایک، باوک، براوخوشک، گوڵو ئاژەڵەکان، د

ڕەختەکان، خۆرو سروشت سەرەتایترین ناوەڕۆکی ئەو چیرۆکانەن کە ئەم پێداویستیانە لە منداڵدا بەجێدێنێت، وردە وردە ئەم ناوەرۆکە گۆڕانکاری دۆستایەتی لە نێوان هاوتەمەنەکان، لە خۆبوردەیی و فیداکاری لە پێناو ئەواندا جێگەی براو خوشک پردەکاتەوە.

هاوڕێیەتی نیچوان کورپوکچ، یاریو ئەنجامدانی کارە گرنگەکانی منالانە، دۆزینەوەی سۆزو خۆشەویستی لە نێوان گەورەکاندا، دایکو باوک، خۆشەویستان، لە کتێبدا ئەزمونی نوێ دەخەنە خزمەتی مێرد منداڵانەوە، بەجۆرێك کە وردە وردە بۆ هەستێکی توند، گەورەو دروستکەر ئامادە دەبن. ئەگەر بتوانرێت ئەوان لە کاریگەری خراپی نوسراوە خراپو ناپەسەندەکان، فیلمو وێنەکان، دوربخرێنەوە فێردەبن بەپلەی یەکەم ڕێز لە هەستی خۆیان بگرنو ئەم عیشق و ڕێزە وەك گوڵێکی پیرۆزو ناوازە بپارێزنو پەروەردەی بکەن، ئەم ئاتاج بوون بەسۆزو خۆشەویستییە، لە ئەدەبیاتی گەورەکاندا لایەنەکانی فەنتازی، ڕەخنەیی و هەندێك جار تووندوتیژیو ئائومێدی بەخۆوە دەگرێت. شکست و دوڕوییەکان، فێڵو درۆکانی تێدا ئاشکرا دەبێت و پەیوەندی بەوەش کە لە چ تۆڕێکی کەلتوریو کۆمەڵایەتیدا بخرێتەڕوو ئەوە ڕەنگی ئەو دەورووبەریە کاریگەرییەکی سازێنەر بەخۆوە دەگرێت، ناسینی ئەم پێداویستییەو ناوەرۆکیان بۆ دیاریکردنی تەمەنی بەلانی کەمەوە بۆ سود وەرگرتنو چێژبردن لە کتێب زۆر پێویستەو ناتوانرێت چاوپۆشی لێبکرێت.[6]

ڕۆڵی دایکو باوک لە هۆگرکردنی منداڵ بەخوێندنەوە

هەرچەندە منداڵ تەمەنی کەمتر بێت حەزومەیلی زیاترە بۆ ئەو چیرۆکەی کە دایکو باوک یان کەسانی دیکە بۆی دەگێڕنەوە، دەتوانرێت سود لەم حەزو مەیلە وەربگرین بۆ زیاترکردنی خوێندنەوەی منداڵ لە داهاتوودا.

پێویستە کتێبی گونجاو بۆ منداڵ دابینبکرێت، نووسینی چیرۆکو دابینکردنی وێنە بۆ منداڵ حاڵەتێکی نائاسایی هونەرییە، هەر لەبەرئەمە هەموو کتێبێك بۆ منداڵەکەتان گونجاو نییە.

منداڵان لە سەیرکردنیان بۆ وێنەی پەیوەندیدار بەگیانداران و شتومەکی جیاواز چێژێکی تایبەت دەبەن و ئەگەر کتێبی باش و گونجاو بخەنە بەردەستیان ئەوا یەکەمین و گرنگترین شێوازو واتای خوگرتن و حەزکردن بەکتێب لە ناخیاندا دەچێنرێت. دایکو باوک لە پێش قۆناغی خوێندنی سەرەتایەوە کتێبی چیرۆك بۆ منداڵەکانیان بخوێننەوەو ناوی ئەو شت و مەکەو ئاژەڵانەی کە لە کتێبەکەدا هەیە، لێیان بپرسن، و پێیان بڵێن کە چۆنیە قوتابخانەو فێری خوێندن بوویت دەتوانی هەموو ئەم چیرۆکانە خۆت بەئاسانی بیخوێنیتەوە، کاتێك کە لەگەڵ منداڵەکەتدا دەچیتە دەرەوە، داوای لێبکە کە ئەو کتێبو گۆڤارانە هەڵبژێرێچت کە بەلای ئەوەوەی سەرنج ڕاکێشن، ئەگەر ئێوەش بەباشتان زانی بیکڕنو بیخەنە ناو کتێبخانەی تایبەتی منداڵەکەوە.

لە دەرفەتە گونجاوەکاندا هانی منداڵەکانتان بدەن کە لە ڕووی وێنەی کتێبەکەوە، چیرۆکەکە بڵێتو قسە بکات، کاتێك کە منداڵ حەزی لە کتێبێکەو سەیری دەکات دەبێت دایکو باوک هانی بدەن، دەبێت منداڵ بزانێت کە بەهەوڵدانی ڕەزامەندی ئێوە بەدەست دێنێت.

سود وەرگرتن لە شێوازو مۆدیلی وێنەو نەخشەو خوێندنەوەی شیعر ڕێگەیەکی دیکەیە لە ڕێگەکانی هاندانی منداڵ بۆ حەزکردن لە کتێب خوێندنەوە، شیعرەکان دەبێت کورتو خاوەن وەزن بن، لە ڕووی مەبەستو ناوەرۆکەوە باشتر وایە پێکەنیناوی و پەیوەندی بەچیرۆکی ئاژەڵو ئامێری یاری و بابەتی سەرنج ڕاکێشەوە هەبێت.

یەکێك لەو تایبەتمەندییانەی کە پەروەردگار لە ناخی مرۆڤدا چاندوویەتی مەسەلەی چاوليكردنە، حەز بەلاساییکردنەوە لە منداڵدا هێندە لە بەرچاوە کە زۆرێك لە زانایانی پەروەردە ئەوە بەغەریزەی چاولێکەری ناوزەد دەکەن بەڕەچاوکردنی ئەو قسەو باسەی سەرەوە دەگەینە ئەو ئاکامەی کە دایکو باوک لە تەواوی قۆناغەکانی منداڵیدا وەك سەرچاوەو ڕێبەرێکی پسەروەردەیی منداڵەکانیان دەدرەوشێنەوەو خۆیان دەبێت سەرچاوەی کاروکردەوە بن نەك تەنها وتە.

ڕەفتارو دیدو بۆچوونی خۆتان سەبارەت بەکتێبو خوێندنەوە ڕاست بکەنەوە، ئێوە چ جۆرە دیدو بۆچونێکتان سەبارەت بەخوێندنەوە هەیە؟! ئایا لە کوێی خێزاندا گۆڤارو یا ڕۆژنامە دەخوێننەوە، یاخود سالّ بەسالّ دێڕێك ناخوێننەوە؟! خۆ ئەگەر خۆتان بەم چەشنەن ئەوە نابێت ئەو چاوەڕوانییە لە منداڵەکانتان بکەن، تۆ بەکردەوە نمونەیەکتان پێشکەش بە ئەو نەکردووە، ئیدی دروشمبازیش سودێکی نییە.

لە هەڵسوکەوتکردن لەگەڵ منداڵو فێرکردنی ناوبراودا پێویستە لە سەرخۆو لێبوردە بیت، ڕێنیشاندەری منداڵی

خۆتان بـن‌و بـۆ دۆزینـەوەی وەلامـی پرسـیارەکانی منـالْ یارمەتیان بدەن، مۆلەتیان پێبدەن، تا منالەکانتان لە چالاکییە پەروەردەییەکاندا نێوە بە هاوپێو پشتیوانی خۆی بزانێت‌و هەنگاو بەهەنگاو لەگەڵیدا بچۆرە پێشەوە، سەپاندنی بابەتە جیاوازەکان‌و پەلەکردن لە فێرکردنیدا دەبێتە هۆی رق لێبونی منداڵ لە فێربوون‌و خوێندنەوە.

خوێندنەوەی دروست

خوێندن‌و خوێندنـەوە لـە فـێرکردن‌و پـەروەردەکردندا بابەتێکی سادە نییە، بەهـەر کەسـێک کـە بتوانێت پیتـەکان لەگەڵ یەکدیدا بەدروستی ناوێتە بکات‌و وشە بخوێنێتەوە، ناتوانرێت بوترێت، خوێندنـەوە دەزانێت. چەندەها جـار بـۆ فێرخوازان هاتوەتە ئاراوە کە منالێک چیرۆکێکی لـە کتێبێکـی وانەییدا بەجوانی‌و باشی‌و بـەدەنگێکی بـەرز خوێندۆتـەوە، بەڵام کاتێک کە پرسیاریان لێکردوە لەوەی کە خوێندویەتی چ شـتێک تێگەیشتوی؟! توانـای وەلامدانـەوەی نـەبووە، ئەمـە بـەواتای دەرکنـەکردنی ڕاسـت‌و دروسـتی خوێنـدن‌و خوێندنـەوە بـووە. دەبێت بزانرێت کـە خوێندنـەوە جـۆری جیاوازی هەیـە، لـە پلـەی یەکـەمدا دەتوانرێت دوو جـۆر خوێندنەوە جیابکرێتەوە.

خوێندنەوەی ئازاد: خوێندنەوەیەکە کە تاک بەبێ بوونی ئـەرکێکی دیـاریکراو لـە جـۆرە جیاوازەکـانی بابـەتی خوێندنـەوە، ڕۆژنامـە، گۆڤـار، کتێبـی چـیرۆکی‌و..هتـد دەخوێنێتەوە.

خوێندنەوەی ناچاری: خوێندنەوەیەکە کە تاک بـەبوونی ئـەرکێکی دیـاریکراو نـەنجامی دەدات. چـەمکی زانسـتیانە دەبێت بەشێوەیەک دەرک بکرێت کە بتوانێت دەری ببڕێت یا مەسـەلەیەک چارەسـەر بکـات یـا وەلامـی پرسـیارە دیاریکراوەکـان بداتـەوە. یـا لـە تاقیکردنەوەیـەکی گشـتیدا بەشداری بکات، کارێکی لێکۆڵینەوەیی پێشکەش بکات.

خوێندنەوەی ئازاد جۆرە سەرگەرمی‌و خۆسەرقاڵکردنێکە لە کاتێکدا خوێندنەوەی ناچاری بەجۆرێک ئەرکێک لە قەڵەم دەدرێ، لە هەندێک لە کتێبەکانی قوتابخانەدا‌و لە هەندێک لە خێزانەکاندا منداڵان ناچار دەکەن کە کورتکراوەو پوختـەی ئەو کتێبانەی کە بەمەبەستی سەرگەرمی‌و خۆشسەرقاڵکردن خوێچندویانەتەوە، بینووسنەوە، بـۆ ئـەم مەبەسـتەش نمـرە دادەنێـت، ئـەم کـارە دەبێتـە هـۆی جـۆرە قورسـییەکی کاروبێزاری لە خوێندنەوەدا، لانی کەم کارچک کە دەتوانرێت بکرێت ئەمەیە کە داوا لە منالان بکرێت کە بۆ خۆیان دەفتەری کتێـب خوێندنـەوە ڕێکبخـەن‌و ناوی نوسـەر، نـاوی کتێـب، وەرگێڕ، بڵاوکراوەو مێژووی خوێندنەوە کتێب بنوسن، لـە قۆنـاغی دواییـدا خوێندنـەوە لـە ڕووی جـۆری بابـەتی جیـاوازەوە دابەشـبکرێت، شـێوازی خوێندنـەوەی بابـەتی چـیرۆکی‌و مەبەسـتی خوێندنـەوەی لەگـەڵ شـێوازی خوێندنەوەی بابەتی غەیرە چیرۆکی‌و مەبەستەکەی جیاوازی هەیە.

لە جۆری یەکـەمدا ئامـانج چێژبـردن‌و خۆسـەرقاڵکردنە، نێسـتا ئەگـەر مـرۆڤ لـە ناوێتـەبوون لەگـەڵ پاڵـەوانی چیرۆکەکەدا‌و تێپەڕاندنی‌و بەسەربردنی چەند ساتێکی پڕ جـۆش‌و خـرۆش یـا دڵڕفێـن لـە ڕێـڕەوی ڕووداوەکـانی چیرۆکەکـەدا چێـژ وەرگرێـت، ئەمـە بـۆ خـۆی بابـەتێکی دەروونییە، لە ماوەی ئـەم چێژبردنـەدا، ئەزمون‌و تەجروبـەی ژیـانی نـاوبراودا زیـادەبێت‌و دیـدی فراوانـترو بـەرلاوتری سـەبارەت بـەژیان‌و ناسینەوەیەکی قوڵـتر لـە مرۆڤـدا پـەیدا دەکـات، ئـەم ناکامـە پەروەردەییـە، لـە پلـەی دووەمـی گرنگیـەکاندا دەگیرسـێچتەوە. لـە ئـەدەبیاتی منـداڵ‌و مێردمنالاندا زۆربەی ڕاهێنەران‌و دایکان‌و باوکان چاویان لە ئەنجام‌و ناکامی کۆتایی هەیەر منالْ با مێرمنالْ گرنگی بەمە نادات، لە بەرنەوەی منالْ چیرۆکێک بەباش دەزانێت کە بەتام‌و چێژبێت‌و لـە پێدانی ئـەنجام دروبکەوێتەوەو دەبێت مۆڵـەت بدەن بەمنالْ‌و مێرمنالْ لە چیرۆکی باش‌و لە پڕ لەڕووداودا ڕۆبچێـت‌و هـەموو کتێبەکـە بخوێنێتـەوە، لـە خوێندنـەوەی بابەتی نا چیرۆکیدا ئامانج دۆزینەوەی وەلامی پرسیارێک، یا نەهشێتنی بەدوادا چونێکە، منداڵ لێرەدا ڕەنگە تەنها بەشێک لە کتێبەکە بخوێنێتەوە، لەم حاڵەتەدا بێت لێگـەڕێن ئازاد بێت، ڕەنگە لە چەند کتێبێکیشدا بەدوای بابەتێکدا بڕوات‌و لە هەر کتێبێک چەند لاپەڕەیەک بخوێنێتەوە. لـەم حاڵەتەشدا ئێمـە ئـابێت ڕی لـەو کـارەی بگرین، بێدەنـگ خوێندنـەوەو چۆنیـەتی خوێندنەوەی ئاوەڕۆکە جیاوازەکانی، چیر ڕۆ‌و جیا لـە چـیرۆک‌و شـیعر، چۆنیـەتی خوێندنـەوەی لەگـەڵ دەرک پێکردنی واقیعی‌و وەرگرتنی‌و فەرست‌و ناوەڕۆکی بنەڕەتی‌و لاوەکی لـە هـەر کۆپلەیـەکدا‌و هـەروەها خـێرا خوێندنـەوەو ناسـینی ئـەدەبی چـەند مەسـەلەیەکن کـە منـداڵان قۆنـاغی خوێندنی سـەرەتایی لـە ماوەی کارکردن‌و خۆسـەرقاڵکردن بەکتێبـە ناوازەییـەکانیش دووبـارەی دەکاتـەوەو پرۆڤـەی دەکات، دەتوانرێت بوترێت خوێندنەوەی دروست ئەو جۆرە خوێندنەوەیە کە تاکێک هاوتا لەگەڵ ئامانج‌و بوونی لێزانی‌و شارەزایی پێویست بۆ ئەو کارە ئەنجامی دەدات.

سەرچاوە: اطلاعات علمی ژ(294).

چی دەربارەی شێرپەنجەی مەمک دەزانیت؟

What you know about Breast Cancer?

بەشی یەکەم:

پەرچڤەی: لارا ڕەشید دەرویێش عوسمان

کۆلێژی پەرستاری/ زانکۆی سلێمانی

شێرپەنجەی مەمک یەکێکە لە بڵاوترین جۆرەکانی شێرپەنجە کە سااڵنە ژمارەیەکی زۆری ژنان توشی دەبن و ئەندامەکانی دەوروبەر وەک جگەر و میشک دەڕوات. و هەروەها بۆ لیمفە گرێکانی بن هەنگڵیش لەبەر گرنگی باسەکەو و بڵاوی ئەم جۆرە شێرپەنجەیە لە کوردستاندا لەچاو جۆرەکانی دیکەی شێرپەنجە بەپێویستی دەزانم کە کەمێک بەدرێژی لێی بدوێم.

1.کێن ئەو کەسانەی کە زۆر لەبارن بۆ دروست بوونی ئەم جۆرە شێرپەنجەیە تیایاندا؟

تا ئێستا هیچ کەس بەتەواوی هۆکاری سەرەکی ئەم شێرپەنجەیە نازانێت، بەاڵم توێژینەوەکان دەریان خستووە کە ئەو ژنانەی هەندێک هۆکارییان تیادایە زۆرتر لەبارن بۆ دروستبوونی ئەم شێرپەنجەیە وەک لە کەسانی ئاسایی. ئەمەش ئەو هۆکارانەن کە وا دەکەن ئەو ژنە زیاتر لەباربێت بۆ دروست بوونی ئەم جۆرە شێرپەنجەیە:

1.تەمەن Age: بەزۆربوونی تەمەن ڕێژەی تووش بوون بەم شێرپەنجەیە بەرزدەبێتەوە، ئەو ژنانەی تەمەنیان لەسەروو 60ساڵییەوەیە زۆرترین ڕێژە پێک دەهێنن، ئەم شێرپەنجەیە زۆر بەربااڵو نییە پێش دەستپێکردنی قۆناغی ئاچوونەوە (نائومێدی) (menopause).

2.هەبوونی شێرپەنجەی مەمک لەیەکێک لە مەمکەکانیدا پێشتر:.

ئەو ژنانەی پێشتر ئەم شێرپەنجەیەیان لە یەکێک لە مەمکەکاندا هەبووە، زۆرتر لە بارن بۆ تووشبوون بەم

شێرپەنجەیە لە مەمکەکەی دیدا لەچاو ژنانی دیکە کە پێشتر توش نەبوون.

3.بوونی ئەم شێرپەنجەیە لەئەندامانی دیکەی خێزاندا: Family history

ئەم رێژەیە بەرەو بەرزبوونەوە دەچێت ئەگەر یەکێك لە ئەندامانی دیکەی خێزانەکە وەك دایك، خوشك یان کچەکانی ئەو ژنە شێرپەنجەی مەمکیان هەبووبێت، بەتایبەتی لەتەمەنی گەنجیدا (پێش تەمەنی 40ساڵی). یان بوونی ئەم شێرپەنجەیە لە یەکێك لە کەسانی نزیکی خێزانی باوك یان دایك ئەم رێژەیە بەرزتر دەکاتەوە.

4.بوونی گۆڕانکاری لە مەمکەکاندا: Certain Breast change):

لە هەندێك لە ژناندا، هەندێك خانەی نائاسایی لەشانەکانی مەمکیاندا هەیە ئەگەر بەوردبین لێیبنواڕین، وەك خانەی زیاد لە پێویست گەشەکردووان (Atypical hyperplasia)، ئەم حاڵەتەش مەترسی تووش بوون بە شێرپەنجەی مەمك زیاتر دەکات.

5.گۆڕانکاری بۆ ماوەی (Genetic Alteration):.

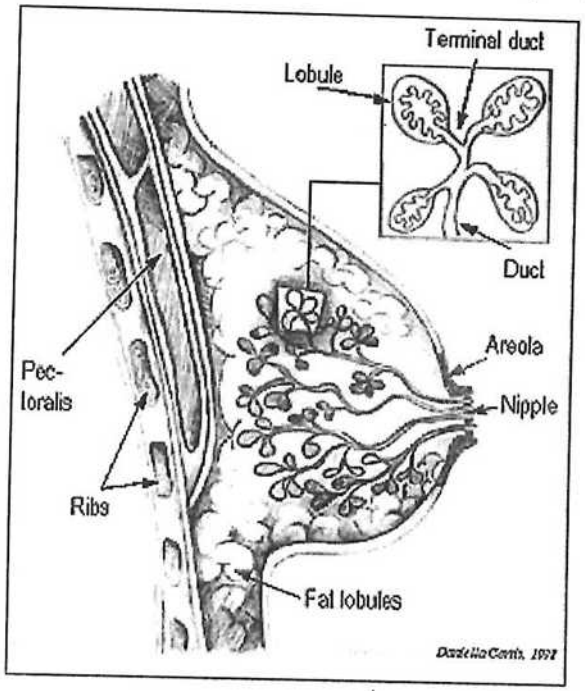
گۆڕانکاری لە هەندێك لەجینەکاندا وەك جینی ($BRCA_2$، $BRCA_1$)، ئەم مەترسیە زیاد دەکات، لەو خێزانانەی کە ئەم شێرپەنجەیەیان هەیە پشکنینی جینەکان بەئامێری وردی تایبەت چەند گۆڕانکاریەکی جینەکان دیاری دەکات.

6.قۆناغی چوونە سەر خوێن و قۆناغی منداڵ بوون: (Reproductive and Menstrual period):

ئەو ژنانەی کە بەتەمەن و تازە منداڵی یەکەمیان دەبێت، مەترسی توشبوونیان بەم شێرپەنجەیە زیاد دەکات.

*ئەو کەسانەی کە بۆ یەکەم جار دەچنە سەر خوێن لە قۆناغێکی زۆر منالیدا (پێش 12 ساڵی)، هەروەها دەچنە قۆناغی لێچوونەوە لە کاتێکی درەنگدا (دوای تەمەنی 55ساڵی)، یان هەر منداڵیان نەبووە، مەترسی توش بوونیان زیاترە وەك لە کەسانی ئاسایی.

*ئەو ژنانەی کە هۆرمۆنی مێینە بەکاردەهێنن (هۆرمۆنی ئیستڕۆجین یان ئیستڕۆجین و پرۆجیستڕۆن بەیەکەوە) بۆ ماوەی 5 ساڵ یان زیاتر دوای چوونە قۆناغی لێچوونەوە، ئەم کەسانەش مەترسی تووشبوونیان زیاترە.



*چەند توێژینەوەیەك کراوە بۆ زانینی ئەوەی ئایا لە بارچوونی منداڵ یان لەباربردن، کاریگەری هەیە لەسەر مەترسی تووشبوون بەشێرپەنجەی مەمك لە دواییدا یان نا، بەڵام لەکۆتایی ئەم توێژینەوانەدا هیچ پەیوەندییەك لەم بارەیەوە نەدۆزراوەتەوە.

7.ڕەگەز: (Race):

شێرپەنجەی مەمك بەڕێژەیەکی زیاتر لەژنانی سپی پێستدا ڕووەدات، وەك ژنانی ولاتانی لاتین، ئاسیا، بە پێچەوانەی هەروەها ژنانی ئەفریکۆ ئەمریکاییەکان (Africo-American).

8.چارەسەری تیشکی بۆ سەر سنگ: (Radiation therapy to chest) ئەو ژنانەی کە چارەسەری تیشکییان بۆ کراوە بۆ سەر سنگیان پێش تەمەنی 30 ساڵی، زۆرتر لەبارن بۆ دروست بوونی ئەم شێرپەنجەیە. بەتایبەتی ئەو ژنانەی کە ئەم چارەسەرە بەتیشك وەردەگرن بۆ شێرپەنجەی جۆری لیمفاوی (Hodgkin's lymphoma)، توێژینەوەکان دەریان خستووە تاوەکو ئەم چارەسەری تیشکیە لەتەمەنێکی گەنج تردا وەرگیرێت، مەترسی تووشبوون بەشێرپەنجەی مەمك زیاتر دەبێت تیایاندا.

9.تونديوتۆڵی مەمك: (Breast density):.

ئەو ژنانەی کە مەمکیان شل و شێواو نییە و خانە چەوریەکانیان تیادا نییە یان رێژەیەکی کەمی تیادایە پاش دەرکەوتنیان بەئامێری مەمۆگرام (mammogram) (کە ئامێرێکی تیشکی تایبەتە بەپشکنینی مەمک)، مەترسی تووشبوونیان زیاترە.

10.وەرگرتنی قۆرمۆنی دروست کراوی جۆری DES

(diethylstibestrol): هۆرمۆنی جۆری (DES) جۆرە هۆرمۆنێکی دروستکراوە لە جۆری ئیسترۆجین (estrogen) کە ئەدرا بە ژنانی سك پڕ لەوڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا لەسالانی نێوان (1940-1971) (بەڵام لە ئێستادا بەکارنایەت) ئەو ژنانەی کە ئەم هۆرمۆنە بەکاردەهێنن لەکاتی سك پڕیدا لەوڵاتانی دیکەی جیهاندا (جگە لە ولایەتە یەکگرتووەکان) بەڕێژەیەکی کەم مەترسی تووشبوویەکان هەیە، بەڵام ئەمە مانای وانییە کە منداڵی ئەو ژنە ئەگەر لە دایك بوو و کچ دەرچوو کە ئەم هۆرمۆنە بەکارهێنراوە لەلایەن دایکیەوە پێش لەدایك بوونی، مەترسی نییە بۆ تووشبوون کاتێك کچەکەی گەورەتر دەبێت، بۆیە پێویستە پشکنینی تایبەتی بۆ بکرێت بۆ زانینی هەبوونی ئەم شێرپەنجەیە لەمەمکەکانیدا.

11.زیادبوونی کێش وەك قۆناغی لێچوونەوە:

(being obese)

دوای قۆناغی لێچوونەوە، زیادبوونی کێش و بەرەو قەڵەوی چوون، مەترسی تووشبوون بەشێرپەنجەی مەمك زیاد دەکات، زیادبوونی کێش، واتە ئەو کەسە بڕێکی زۆر بەرز لەچەوریە شانەکانی هەیە لەلەشیدا، هەروەها لەبەرئەوەی لەش هەندێك لەو هۆرمۆنی ئیسترۆجینەی دروستی دەکات لەچەوریە شانەکانەوەیە، لەبەرئەوە ژنانی قەڵەو بڕێکی زیاتر لەهۆرمۆنی ئیسترۆجین (Esterogen) لەلەشیاندا هەیە وەك لە ژنانی لاوازو کەم کێش. بەرزی رێژەی ئەم هۆرمۆنەش هۆکارێکە بۆ زیادبوونی مەترسی تووشبوون بەم شێرپەنجەیە.

12.چالاکی وەرزشی و جوڵاندن (physical Activity):.

ئەو ژنانەی کەمتر وەرزش دەکەن و هەڵدەسوڕێن لە ژیانی ڕۆژانەیاندا زیاتر لەبارن بۆ توشبوون بەشێرپەنجەی مەمك، ئەوەش بەهۆی زیادبوونی کێشیان.

13.خواردنەوە کحولیەکان: (Alcoholic beverage):

هەندێك لە توێژینەوەکان دەریانخستووە کە زیاد بەکارهێنانی خواردنەوە کحولیەکان، مەترسی تووشبوون زیاد بەم شێرپەنجەیە دەکات لەژناندا. بەڵام نەبوونی یەکێك یان چەند حاڵەتێك لەرانەی سەرەوە کە باسمان کرد مانای توش نەبوون ناگەیەنێت بۆ شێرپەنجەی مەمك لە قۆناغەکانی دوایدا لەژیان.

***گەڕان بەدوای بوونی شێرپەنجەی مەمك (Detection and Screening):**

سکرین و گەڕان بەدوای بوونی شێرپەنجەی مەمك پێش دەستپێکردنی نیشانەکانی لەو ژنانەی کە مەترسی توشبوونیان زۆرە زۆر پێویستە، چونکە چارەسەرکردن و ڕێژەی سەرکەوتنی چارەسەرەکە زۆر زیاترە کاتێك شێرپەنجەکە لەقۆناغە سەرەتاییەکاندا دەدۆزرێتەوە. چەند ڕێگەیەك هەیە بۆ سکرین و دەست نیشانکردنی بوونی شێرپەنجەی مەمك لەقۆناغە سەرەتاییەکاندا ئەگەر هەبێت، ئەو ڕێگایانەش ئەمانەن:

1.دەست نیشانکردن بە بەکارهێنانی ئامێری تیشکی مەمۆگرام: (Screening mammogram):

بۆ ناسینەوەی ئەم شێرپەنجەیە لە قۆناغە سەرەتاییەکاندا پەیمانگای جیهانی بۆ توێژینەوەکانی شێرپەنجەی مەمك (NCI) دیاری دەکات کە:.

*ژنانی تەمەن 40سالّ و بەرەو ژوور پێویستە ئەم پشکنینە بکەن هەموو سالّێك یان دوو سالّ جارێك بەلایەنی کەمەوە.

*ئەو ژنانەی کە مەترسی توشبوونیان بەم شێرپەنجەیە زیاترە وەك لەکەسانی ئاسایی پێویستە ئەم پشکنینە بکەن پێش تەمەنی 40سالّی.

گرنگی ئەم ئامێرە تیشکیە لەوەدایە کە هەبوونی هەموو گرێیەك دەردەخات لەمەمکدا پێش ئەوەی نەخۆشەکە هەستی پێ بکات، هەروەها بوونی تۆپەڵ بوونی توخمی کالسیۆم، بەشێوەیەکی هێشوویی دەردەخات کە پێی دەڵێن (micoocalcification) دەرکەوتنی ئەم دوو حاڵەتە لەوانەیە نیشانەی هەبوونی شێرپەنجەی مەمکبێت لە قۆناغە سەرەتاییەکانیدا بۆیە لەم بارەدا پێویستە پشکنینی زیاتربکرێت بۆ دڵنیابوون.

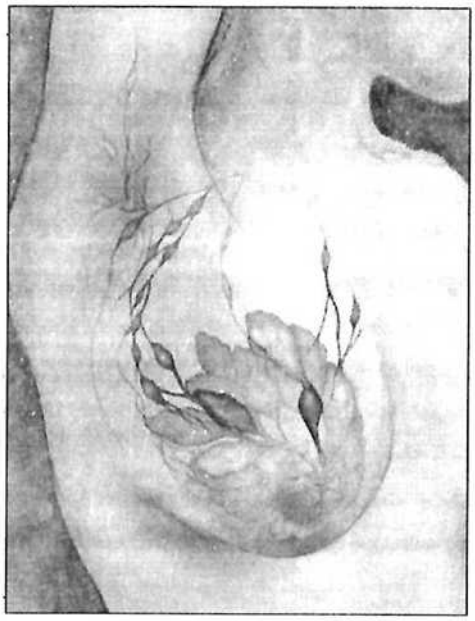
بۆیە وەرگرتنی پارچە گۆشت (biopsy) لە هەر گرێیەک کە هەبێت بۆ پشکنینی شانەیی تاکە ڕێگەی کۆتایی دڵنیابوونەوەیە لەهەبوونی شێرپەنجەکە.

مەمۆگرام (Mammogram) باشترین ڕێگایە بۆ دەست نیشانکردنی بوونی شێرپەنجەی مەمک لە قۆناغە سەرەتاییەکانیدا، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا نابێت ئەم پشکنینە بە تەنها پشتی پێ ببەسترێت بۆ دڵنیابوونەوەی تەواوەتی لە شێرپەنجەکە، هەر لەبەر ئەوەیە پێویستە ژنان چەند خاڵێک هەیە بیخەنە پێش چاویان:.

1.هەندێک جار مەمۆگرام شێرپەنجەکە دیاری ناکات ئەگەر هەشبێت، ئەم حاڵەتەش پێی دەڵێن (False negative).

2.هەندێک جاری دی مەمۆگرام چەند حاڵەتێکی دی دەبینێت کە لەڕاستیدا شێرپەنجە نییە، لەوانەیە تەنها گرێیەکی ئاسایی بێت ئەمەش پێی دەڵێن (False positive).

3.هەندێک لە شێرپەنجەی مەمک زۆر بەخێرایی تەشەنە دەکات و بڵاودەبێتەوە بۆ شانەکانی دەوروبەر پێش دەستنیشانکردنیان بەمەمۆگرام.



ئامێری مەمۆگرام (Mammogram Machine) هەروەکو ئامێری تیشکی (Dental X-ray) ددان، بڕێکی کەم لە تیشک بەکاردەهێنێت، بەڵام دووبارەبوونەوەی بەڕێژەیەکی زۆر لەوانەیە زیانی هەبێت.

2.پشکنینی کلینکی مەمک: (Clinical Breast Exam):

لەکاتی پشکنینی کلینیکیدا، پێویستە ئەو کەسە کە وەستاوە یان دانیشتووەو پاڵ کەوتووە، باڵەکانی بەرزکاتەوە بۆ سەرسەری خۆی و یان دەستەکانی بخاتە سەر ئەژنۆی. لەم کاتەدا سەیری هەردوو مەمکەکە دەکرێت بۆ زانینی بوونی جیاوازی لە شێوەو قەبارەی مەمکەکان، هەروەها سەیری پێستی سەر مەمکەکە دەکرێت بۆ بوونی، پەڵە یان گرێی بچووک کە ئەمانە نیشانەی نائاساییں، هەروەها سەری گۆی مەمکەکان دەگوشرێت بۆ زانینی دەرچوونی شیر لێوەیان یان نا. هەروەها پەنجەکان بەکاردەهێنرێت بۆ زانینی بوونی هەر گرێیەک، پێویستە مەمکەکە بەتەواوی بپشکنرێت، ئێسکی ژێر وەدەوری مەمکەکە، لە هەردوولاوە، گرێیەکە یەکەم جار بەقەبارەی دەنکە بەزالیایەک دەبێت پێش ئەوەی هەستی پێبکرێت، لە پاشان لیمفە گرێکانی دەوری مەمکەکە سەیردەکرێت بۆ بوونی هەر ئاوساویەک تیایاندا. ئەم پشکنینە تەنها 10 خولەک دەخایەنێت و پشکنینێکی ئاسانە.

3.پشکنینی مەمک لەلایەن ئەو کەسە خۆیەوە: (Breast self Examination):

هەندێک لە ژنان مانگانە و بەردەوام پشکنینی ئاسایی مەمکی خۆیان دەکەن بەدەستی خۆیان بۆ دیاریکردنی هەر گۆڕانکاریەک، بەتایبەتی لەو کەسانەدا پێویستە کە مەترسی توشبوونیان زیاترە لە کەسانی ئاسایی، بەڵام گرنگە ئەوەش بزانرێت کە مەمکی هەر ژنێک لەوی دی جیاوازە ئەمەش پەیوەندی هەیە بەزۆربوونی تەمەن، سۆپی چوونە سەرخوێن، سک پڕی، قۆناغی لێچوونەوە، و یان وەرگرتنی هۆرمۆنەکان یان حەبی ڕێگرتن لەسک پڕبوون. ئەمەش شتێکی ئاساییە کە کەمێک جیاوازی هەیە لە قەبارەی هەردوو مەمکەکەیاندا بەمەرجێک ئەم جیاوازییە بەڕەو زیادبوون نەچێت ڕۆژبەڕۆژ، یان مەمکی هەندێک بەئازاردەبێت و گەورەدەبێت لە پێش و یان لەکاتی ماوەی سۆپی چوونە سەرخوێن، ئەمەش شتێکی ئاساییە.

***نیشانەکانی شێرپەنجەی مەمک: (Symptoms):**

شێرپەنجەی مەمک ئەم گۆڕانکاری و نیشانانەی بەدواوەیە:.

*گۆڕانکاری لەمەمکو گۆی مەمکدا:. .

1.بوونی گرێیەک یان ئەستووربوون لەناو یان نزیک مەمکەکە یان لە ژێر باڵدا لەنزیک مەمکەکە.

2.بەئازاربوونی سەری گۆی مەمکەکە.

3.گۆڕانکاری لە شێوەو قەبارەی مەمکەکە.

4.چوونە ناوەوەی سەری گۆی مەمکەکە بۆ ناوەوە.

5.پێستی سەر مەمکەکە، گۆی مەمکەکە و یان ئەو بەشە ناوەییەی دەوری گۆی مەمکەکە سوورەبێتەوە، دەناوسێت و توێخ هەڵدەدات، یان لەوانەیە لێوار دروست بکات یان کون بێت هەروەکو تووکلێی پرتەقاڵ.

*دەرچوونی دەردراو لەسەری گۆی مەمکەکەوە (nipple discharge):

هەرچەندە شێرپەنجەی مەمک نازار دروست ناکات لە قۆناغە سەرەتاییەکانیدا، بەڵام پێویستە ئەو کەسە بەردەوام پشکنین بکات بۆ مەمکەکانی بۆ زانینی هەر گۆڕانکارییەک لە مەمکەکانیدا و گۆڕانی ڕەنگ و شێوەی مەمکەکە ئەگەر هەبێت. بۆ دەست نیشانکردنی شێرپەنجەکە ئەگەر هەبێت لە قۆناغە سەرەتاییەکانیدا، هەروەها بۆ دەستپێکردنی پشکنینی جۆری شانەیی و مەمۆگرافی کە بوون یان نەبوونی شێرپەنجەکە دڵنیا دەکەنەوە.

*دەستنیشانکردنی شێرپەنجەی مەمک (Diagnosis):

ئەگەر گۆڕانکارییەک ڕووبدات لەمەمکدا، ئەوا پێویستە بزانرێت ئەو گۆڕانکارییە بەهۆی شێرپەنجەوەیە یان هۆکاری دیکەی هەیە، ئەگەر گرێیەک هەبوو لە مەمکەکەدا، ئەوا لەوانەیە ئەو گرێیە، گرێیەکی ناسایی یان لوویەکی پاک بێت یان لەوانەیە لوویەکی پیس وەک شێرپەنجە بێت.

پێویستە قەبارەو شێوەو پێکهاتەی لووەکە دیاری بکرێت. هەروەها بزانرێت ئایا گرێیەکە نوساوە بەشانەکانی ژێرەوەی یان بەئاسانی دەجوڵێت. ئەگەر گرێیەکە نەرمو سافو خڕبوون و بەئاسانی جووڵاو نەنوسابوو بەشانەکانی ژێرەوەی لەوانەیە لوویەکی پاک بێت (benign tumor) بەڵام ئەگەر گرێیەکە، گرێیەکی ڕەق و خوارو خێچ بوو و بەتوندی نوسابوو بەشانەکانی ژێر و دەوروبەری، لەم کاتەدا گرێیەکە وا پێشبینی دەکرێت لوویەکی پیس بێت (Malignant tumor).

*دەست نیشانکردنی شێرپەنجەکە بەچەوێنەی تیشکیەوە:

1.مەمۆگرافی (Diagnostic mammography):

بریتییە لە گرتنی وێنەی مەمکەکە بەهۆی تیشکی (X)ەوە، کە بەتەواوی هەموو گۆڕانکارییەک لەمەمکەکەدا دیاری دەکات وەک بوونی، گرێ، ئەستووربوون، دەردراوی گۆی مەمک، هەروەها گۆڕانکاری لەشێوەو قەبارەی مەمکەکەدا.

2.سۆنۆگرافی (Ultrasonography):

ئەم نامێرە بەهۆی بەکارهێنانی شەپۆلە دەنگییە بەرزەکانەوە دەتوانرێت پشکنینی پێبکرێت بۆ مەمکەکە، ئایا ئەو گرێیە کە لەمەمکەکەدا هەیە شلەمەنی تێدایە یان لە شێوەی کیسە، یان لە شێوەی گرێیەکی ڕەق دایە (کە لەوانەیە لوویەکی پاک یان پیس بێت)، ئەم جۆرە سۆنۆگرافە زۆرجار لەگەڵ مەمۆگرافی بەکاردەهێنرێت بەیەکەوە.

3.نامێری زرنگانەوەی موگناتیسی: (MRI.Magnetic Resonance imaging):

ئەم نامێرە چەند شەپۆلێکی کارۆموگناتیسی بەهێز بەکاردەهێنێت بۆ دەستنیشاکردنی شێوەو پێکهاتەی مەمکەکەو هەر گۆڕانکارییەک هەبێت تیایدا پیشانی دەدات، هیچ زیانێکی بۆ تەندروستی ئەو کەسە نییە وەک لەمەمۆگرافیدا هەیە پاش چەند جارێک بەکارهێنانی.

*پشکنینی شانەیی (Biopsy):

پێویستە پارچەیەک لەو گرێیەی کە لەمەمکەکەدا هەیە وەربگیرێت یان ئەگەر لە شێوەی کیسدا بووە شلەی تێدا بوو ئەوا شلەکەی ناوی وەردەگیرێت بۆ پشکنینی و زانینی جۆرەکەی، ئایا لوویەکی پیس یان پاکە. بۆ وەرگرتنی ئەم پارچەیە پێویستە نەخۆشەکە ڕەوانەی پزیشکی نەشتەرگەری پسپۆڕ بکرێت. پزیشکە نەشتەرگەرەکە بەچەند شێوەیەک پارچەی گرێیەکە وەردەگرێت بۆ ناردنی بۆ پشکنینی شانەیی:.

1.ڕاکێشانی شلەیان خانەی گرێیەکە بەهۆی دەرزیەکی تایبەتەوە:. (Fine needle Aspiration):

نەشتەرگەرەکە دەرزیەکی باریکی تایبەت بەکاردەهێنێت بۆ ڕاکێشانی شلەمەنی یان چەند خانەیەک لەگرێی مەمکەکە. ئەگەر شلەکە چەند خانەیەکی تێدابوو، ئەوا دەنێرێت بۆ پشکنینی شانەیی لە ژێر مایکرۆسکۆبدا بۆ دڵنیابوون لەوەی ئەو خانانە خانەی شێرپەنجەین یان نا.

2.پشکنینی شانەی ناواخنی گرێیەکە (Core Biopsy):

لەم جۆرە پشکنینەدا، پزیشکە نەشتەرگەرەکە دەرزییەکی نەستور بەکاردەهێنێت بۆ ڕاکێشانی شانە گومان لێکراوەکانی مەمکەکە، پاشان دەنێردرێت بۆ پشکنینی شانەیی.

3.پشکنینی شانەیی پاش وەرگرتنی پارچەیەک لەگرێیەکە بەرێگەی نەشتەرگەری (Surgical Biopsy):.

ئەمەش دوو جۆرە:

ا.پشکنینی پارچەیە لەشانەی گرێ گومان لێکراوە کە، لێرەدا بەشێک لەگرێیەکە بەرێگەی نەشتەرگەری وەردەگرێت و دەنێردرێت بۆ پشکنین (Incisonal Biopsy):

ب.پشکنین و وەرگرتنی هەموو گرێ گومان لێکراوەکە بەیەک جار بۆ دڵنیابوون لە هەبوونی خانەی شێرپەنجە تیایدا: (excisonal Biopsy):

ئەگەر خانەی شێرپەنجەی دیاریکرا لەگرێیەکە، پێویستە بزانرێت چ جۆرێکە، دووجۆری زۆر سەرەکی هەیە ئەوانەش، شێرپەنجەی کەنالی شیر رژێنەکان لەمەمکدا کە لەناوپۆشی کەنالەکەوە دەست پێدەکات، (ductal carcinoma) هەروەها شێرپەنجەی ئەو شانە هێشویانەی کە مەمکەکەیان پێکهێناوە پێی دەڵێن (lobular carcinom):

ئەگەر گرێیەکە شێرپەنجە دەرچوو، لەوا هەندێک پشکنینی تاقیگەی دی هەیە کە لەسەر ئەو شانانە دەکرێت کە یاریدەدەری باشە بۆئەوەی زانیاری زیاتر پەیدا بکرێت لەسەر شێرپەنجەکە هەروەها هەڵبژاردنی باشترین رێگەچارەسەر.

لە هەندێک ژنانی توشبوو بەشێرپەنجەی مەمک پشکنینی جۆری (hormone receptor test) دەکرێت، ئەمەش یاریدەدەرە لە بڕیاردان لەسەر ئەوەی ئایا هۆرمۆنی جۆری پرۆجسترۆن و ئیسترۆجین (progestron , estrogen) پێویستە بۆ گەشەکردنی شێرپەنجەکە یان نا، کە یارمەتی دەرە بۆ پزیشکە پسپۆڕەکە لە دیاریکردنی باشترین چارەسەر، و یان بوونی فاکتەری جۆر (human epidermal growth factere receptor-2 (HER2) یان (HER2 new gene) هەبوونی (HER2) چانسی گەرانەوەو باشبوونی خانە شێرپەنجەییەکان بۆ باری پێشووی زیاتر دەکات پاش چارەسەر.

***قۆناغەکانی شێرپەنجەی مەمک (Staging):**

پلان دانان بۆ چارەسەرکردنی شێرپەنجەکە پێویستی بەزانینی قۆناغی بەرەوپێشچوونی شێرپەنجەکە هەیە، ئەمەش پێویستە بەقەبارەی شێرپەنجەکەو رادەی بڵاوبوونەوەی شێرپەنجەکە، کە پێویستی بەتیشکی (X)و پشکنینی تاقیگەیی هەیە بۆ زانینی ئەوەی ئایا خانە شێرپەنجەییەکان بڵاوبوونەتەوە یان نا، ئەگەر وایە بۆ چ لایەکی لەش و چ ئۆرگانێک بڵاوبوونەتەوە، کاتێک خانە شێرپەنجەییەکان بڵاودەبنەوەو تەشەنە دەکەن، ئەم خانانە ئەبینرێن لە لیمفەگرێکاندا لە ژێر باسکدا (لەبن باخەڵ) بەتایبەتی (axillary lymphnode)، رادەی تەشەنەکردنی شێرپەنجەکە بەتەواوی نازانرێت تاوەکو دوای نەشتەرگەری بۆ لابردنی گرێ شێرپەنجەیە کە لەمەمکەکەدا، هەروەها لیمفە گرێکان لەژێر باخەڵو باسکدا. قۆناغەکانی شێرپەنجەی مەمک ئەمانەی خوارەوەن:.

1.قۆناغی سفر (Stag 0):

*شێرپەنجەی جۆری دەنکی گەورەی.لەقۆناغی ئاسایدا: (lobular Carcinoma in situ (LCIS)):

بریتیە لەبوونی خانەی ناشاسایی لەڕووپۆشی ناوەوەدا، کە دیاری کەری زیادبوونی ترسناکی شێرپەنجەکەیە.

*شێرپەنجەی کەنالی شێرپەنجەکان لەقۆناغی ئاساییدا: (ducfal Carcinoma insitu (DCIS)):

ئەمەش خانە ناشاساییەکانی قۆناغی پێش شێرپەنجەکە دەگرێتەوە لەناوپۆشی کەنالی شیر رژێنەکانی مەمکدا، کە بڵاودەبێتەوە بۆ شانەکانی دیوی دەرەوەی کەنالی شیر رژێنەکان.

قۆناغی دووەم (Stage II):

ئەم قۆناغەش یەکێک لەم حاڵەتانە دەگرێتەوە:

*قەبارەی شێرپەنجەکە لە 2سم زیاتر نییە، شێرپەنجەکە بڵاوبۆتەوە بۆ لیفەگرێکان لەژێر باسک یان بن باخەڵدا.

*قەبارەی شێرپەنجەکە لەنێوان 2-5سم دایە، لەوانەیە شێرپەنجەکە بڵاوبوبێتەوە بۆ لیمفە گرێکانی ژێر باسک یان بن باخەڵ.

*قەبارەی شێرپەنجەکە لە 5سم زیاترە، بەڵام بڵاونەبۆتەوە بۆ لیمفە گرێکان.

قۆناغی سێیەم (Stage III):

لەم قۆناغەدا قەبارەی شێرپەنجەکە گەورەیە، بەڵام تەشەنەی نەکردووە لەمەمکەکەوە بۆ لیمفەگرێکانی دەوروبەری، پێدەڵێن شێرپەنجەی بەرەوپێشچوونی ناوچەیی (Localy advanced Cancer)، ئەمەش سێ قۆناغی جیای لێدەبێتەوە:.

*قۆناغی (Stage of IIIA) III A:

لەم قۆناغەدا شێرپەنجەکە قەبارەی کەمترە لە5سم، تەشەنەی کردووە بۆ لیمفەگرێکانی ژێرباڵ، لیمفەگرێکان بەیەکەوە نووساون یان نووساون بەشانەکانی دەوروبەری،

یان قەبارەی شێرپەنجەکە گەورەیە (زیاتر لە 5سم)، هەروەها بڵاوبۆتەوە بۆ لیمفەگرێکانی ژێر باڵ (بن باخەڵ).

*قۆناغی IIIB (Stage of III B):

شێرپەنجەکە تەشەنەی کردووە بۆ دیواری سنگ یان پێستی سەر مەمکەکە، یان بڵاوبۆتەوە بۆ لیمفە گرێکانی ئێسکی ژێر مەمکەکە، شێرپەنجەی مەمکی هەوکردوو (inflammatory breast Cancer). جۆرێکە لە شێرپەنجەی جۆری قۆناغی IIIB، کە دەگمەنە.

مەمکەکە سوور هەڵگەڕاوەو ئاوساوە لەبەرئەوە خانە شێرپەنجەییەکان دەبنە هۆی گیرانی موولولە لیمفەکانی پێستی سەر مەمکەکە.

*قۆناغی III C (Stage of III C):

واتا شێرپەنجەکە تەشەنەی کردووە بۆ لیمفەگرێکانی ئێسکی ژێر مەمکەکە هەروەها ژێرباڵ (بن باخەڵ)، یان لیمفەگرێکانی ژێر یان سەر ئێسکە چەماوەکان، شێرپەنجە خۆییەکە لە مەمکەکەدا لەوانەیە بەهەر قەبارەیەک بێت.

*قۆناغی چوارەم (Stage IV):

ئەم قۆناغە، قۆناغێکی پێشکەوتووی شێرپەنجەکەیە کە بڵاوبۆتەوە بۆ بەشەکان و ئۆرگانەکانی دیکەی لەش.

شێرپەنجەی دووبارە بوو (Recunrent cancer):

*شێرپەنجەکە دەگەڕێتەوە بۆ حاڵەتی خۆیی پاش چارەسەرکردن. کە دووبارە دەبێتەوە لەناو مەمکەکەدا یان دیواری سنگدا، یان لەهەر بەشێک یان ئۆرگانێکی تری لەشدا وەک (ئێسک، جگەر، سییەکان..).

*چارەسەرکردن: (Treatment):

ئەو ژنانەی ئەم جۆرە شێرپەنجەیەیان هەیە دەیانەوێت هەر شتێک لەسەر نەخۆشیەکەیان و ڕێگاکانی چارەسەرکردن بزانن.

پزیشکەکەش ئەم جۆرە نەخۆشە ڕەوانە دەکات بۆ لای پزیشکی پسپۆڕی تایبەت بەشێرپەنجە یان نەخۆشیەکانی مەمک، یان ئەو کەسە خۆی داوا دەکات، ئەو پسپۆڕانەی دەتوانن ئەم ئەرکە بگرنە دەست بریتین لە نەشتەرگەری گشتی، پسپۆڕی نەخۆشیە شێرپەنجەییەکان، پسپۆڕی چارەسەری شێرپەنجە بەتیشک، یان پسپۆڕی جوانکاری، کەسی تووشبوو پێویستی بەچەند پزیشکێکی پسپۆڕ هەیە بۆ هەر جۆرێک لە چارەسەر.

چارەسەرەکە چەند هەفتەیەک دوای دڵنیابوون و دەستنیشانکردنی شێرپەنجەکە دەست پێدەکات، ئەم کاتەش پێویستە بۆ کەسی تووش بوو بۆ ئەوەی لەگەڵ پزیشکە پسپۆڕەکەی وتوێژ بکات لەسەر ڕێگەچارەسەرەکان (treatment options)، هەروەها زانیاری زیاتر وەربگرێت لەسەر شێرپەنجەکە پێش بڕیاردان لەسەر دەست پێکردنی چارەسەر.

*ڕێگاکانی چارەسەرکردن (Treatment Methods):

شێرپەنجەی مەمک لە ژناندا بەچەند ڕێگەیەک چارەسەردەکرێت کە بریتیە لە نەشتەرگەری، چارەسەر بەماددەی کیمیایی، چارەسەر بەبەکارهێنانی تیشک (Radiation therapy)، چارەسەر بەهۆرمۆن (hormonal therapy) چارەسەری بایۆلۆجی (biological therapy).

گرنگترین فاکتەر لە هەڵبژاردنی جۆری چارەسەرەکە پەیوەندە بەقۆناغی گەشەی شێرپەنجەکەوە، هەندێک لەژنان زیاد لەیەک جۆر چارەسەر بەکاردەهێنرێت بۆیان، لە هەر قۆناغێک لە قۆناغەکانی شێرپەنجەکەدا، کەسی تووشبوو چارەسەری تایبەت بەکەمکردنەوەی نازارو نیشانە لاوەکییەکانی شێرپەنجەکە بەکاردەهێنێت بۆ کەمکردنەوەی کاریگەرە لاوەکییەکانی چارەسەرکردن هەروەها بۆ کەمکردنەوەی هەڵچوونی سایکۆلۆجی کەسی تووشبوو. ئەم جۆرە چارەسەرە پێی دەڵێن چارەسەری یارمەتیدەر (Supportive care) یان هێورکەرەوە (palliatire care) (Symptom management).

چارەسەری ئەم شێرپەنجەیە بەدوو ڕێگای سەرەکیە.

1.چارەسەری ناوچەیی (Local therapy):

نەشتەرگەری و چارەسەر بەتیشک بریتین لە چارەسەری ناوچەیی، کە بەکاردێت بۆ لابردن و تێکشکاندنی خانەو شانە شێرپەنجەییەکان، کاتێک شێرپەنجەکە بڵاودەبێتەوە بۆ بەشەکانی دیکەی لەش، ئەم چارەسەرە بەکاردێت بۆ کۆنترۆڵکردنی نەخۆشییەکە لەو شوێنانەدا تەنها.

2.چارەسەری گشتی سیستەمی (Systemic therapy):

چارەسەر بەهۆرمۆن، مادەی کیمیایی، چارەسەری بایۆلۆجی بریتین لەچارەسەری گشتی، کە دەچنە ڕاڕەوی خوێنەوە، هەڵدەستن بەتێکشکاندن و کۆنترۆڵکردنی شێرپەنجەکە لە هەموو لەشدا. هەندێک لە ژنانی تووشبوو چارەسەری گشتی وەردەگرن بۆ بچووکردنەوەی شێرپەنجەکە پێش دەستپێکردنی نەشتەرگەری یان چارەسەری تیشکی (Radiation therapy)، بەڵام هەندێکی دیکەیان ئەم چارەسەرە گشتیە لە ڕێگەی خوێنەوە وەردەگرن پاش

چارەسەر بەنەشتەرگەری و چارەسەری تیشکی بۆ ڕێگەبەستن لە دووبارەبوونەوەی شێرپەنجەکە، هەروەها ئەم چارەسەرە بۆ نەو قۆناغە پێشکەوتووەی شێرپەنجە بەکاردەهێنرێت کە بلاوبۆتەوە بۆ بەشەکانی دیکەی لەش.

زۆربەی ژنانی توش بوو دەیانەوێت ئەوە بزانن کە چۆن چارەسەرکردنەکە کار دەکاتە سەر چالاکی ئاسایی ڕۆژانەیان، دەیانەوێت بزانن چۆن ئەبن لەماوەی و دوای چارەسەرکردنەکە، پزیشکە پسپۆڕەکەش باشترین کەسە بۆ باسکردنی ڕێگاچارەسەرەکان، کاریگەرە لاوەکیەکانی ئەو چارەسەرانە، هەروەها ئەوەی چاوەڕوان دەکرێت دوای چارەسەر کردنەکە.

*چارەسەر بەنەشتەرگەری (Surgical Treatment):

نەشتەرگەری یەکێکە لەباوترین ڕێگاکانی چارەسەری شێرپەنجەی مەمک، چەند جۆرێک لە نەشتەرگەری هەیە بۆ ئەم شێرپەنجەیە:

1.نەشتەرگەری بۆ لابردنی شێرپەنجەکە نەک هەموو مەمکەکە (Breast Sparing Surgery):

ئەم ڕێگەیە بەکاردێت بۆ لابردنی تەنها شانە شێرپەنجەییەکان و مانەوەی مەمکەکە وەکو خۆی، هەروەها پێشی دەڵێن (Breast Reconstructive surgery) (lumbectomy) (Segmental mastectomy) (partial Mastectomy).

بەهۆی بڕینێکی نەشتەرگەری جیاکەرەوە، نەشتەرگەرەکە لیمفە گرێکانی ژێرباڵ لادەبات بۆ زانینی ئەوەی ئایا خانە شێرپەنجەییەکان چونەتە ناو سیستەمی لیمفاویەوە (lymphatic System)، ئەم جۆرە نەشتەرگەریەش پێ دەڵێن لابردنی لیمفەگرێکانی ژێرباڵ بەدوو توێکردن (axillary lymphnode dissection). دوای نەشتەرگەریەکە زۆربەی کەسانی توش بوو چارەسەری تیشکی وەردەگرن بۆ تێکشکاندنی ئەو خانە شێرپەنجەییانەی کە ماونەتەوەو لانەبراون لەکاتی نەشتەرگەریەکەدا.

2.لابردنی هەموو مەمکەکە بەتەواوەتی (Mastectomy):

لەم جۆرە نەشتەرگەریەدا هەموو مەمکەکە یان زۆربەی زۆری کە بکرێت لادەبرێت. لە زۆربەی کاتەکاندا نەشتەرگەرەکە لیمفە گرێکانی ژێرباڵ-یش لادەبات. و دوای نەشتەرگەرییەکە کەسی توشبوو چارەسەری تیشکی وەردەگرێت.

توێژینەوەکان دەریانخستووە کە ڕێژەی مانەوەو ژیان یەکسانە لەهەر دوو جۆری نەشتەرگەری (breast sparing surgery) بەبەکارهێنانی لەگەڵ چارەسەری تیشکی هەروەها لابردنی تەواوی مەمکەکە لە قۆناغەکانی I و II شێرپەنجەکە.

ڕێگایەکی تازە بۆ دیاریکردنی بونی خانە شێرپەنجەییەکان لە لیمفەگرێکاندا پێی دەڵێن پشکنینی شانەیی لیمفەگرێکانی پاڕێزەر (sentinal lymphnode biopsy) لەم جۆرە نەشتەرگەیەدایە نەشتەرگەری ڕاهێنراوی تایبەت هەڵدەستێت بەلابردنی یەک یان چەند دانەیەک لە لیمفە گرێکان لەبری لابردنی ژمارەیەکی زۆر لە لیمفە گرێکانی ژێر باڵ (بن باخەڵ). لە نەشتەرگەری جۆری لابردنی تەنها شێرپەنجەکە لەمەمکەکەدا، (Breast Sparing Surgery)، نەشتەرگەرەکە شێرپەنجەکە لە ناو مەمکەکەدا و هەندێک جار لە دەرەوەی مەمکەکەدا لادەبات، بەدەگمەن هەندێک جار هەندێک لە ڕووپۆشی ماسولکەکانی سنگ لە ژێر شێرپەنجەکە لادەبرێت لەگەڵ هەندێک لە لیمفە گرێیەکان لە ژێر باڵدا.

3.لابردنی سادەی هەموو مەمکەکە (total Simple mastectomy):

لەم جۆرە نەشتەرگەیەدا، نەشتەرگەرەکە هەڵدەستێت بە لابردنی هەموو مەمکەکە، هەروەها هەندێک لە لیمفە گرێکانی ژێر باڵ لادەبات.

4.نەشتەرگەری بنچینەیی (modified Radical Mastectomy):

نەشتەرگەرەکە هەڵدەستێت بەلابردنی هەموو مەمکەکە، هەموو یان زۆربەی لیمفە گرێکانی ژێر باڵ، هەروەها ڕووپۆشی سەر ماسولکەکانی سنگ، هەندێک جار نەو دوو ماسولکە بچووکەی سەر سنگیش لادەبرێت بۆ ئاسانکردنی لابردنی لیمفەگرێکان.

زۆربەی ژنان بەتایبەتی لەقۆناغەکانی ناوەڕاستی تەمەندا، دەیانەوێت مەمکە براوەکەیان بۆ دروست بکرێتەوە بۆ وەرگرتنەوەی شێوەی ئاسایی پێشووی مەمکەکەیان بەنەشتەرگەری جوانکاری، ئەم نەشتەرگەریە دەتوانرێت لەکاتی نەشتەرگەری بڕینەوەی مەمکەکەیان لەدوایدا بکرێت، ئەم کەسانە حەز دەکەن لەگەڵ نەشتەرگەری جوانکاری پسپۆڕ وتوێژ بکەن بۆ دروست کردنەوەی مەمکەکەیان بەنەشتەرگەری جوانکاری پێش دەست پێکردنی بڕینەوەی مەمکەکە.

سەرچاوە:

www.cancer.gov

بەرنامەی چاودێری دایکی سکپڕ

ئەڵقەی یەکەم

سەرپەرشتی کردنی بەرنامەکەو ئامادەکردنی

بێگەرد عوسمان محمد
پەرستیاری زانکۆیی و ڕاهێنەری سروشتی
لە مەڵبەندی ڕاهێنانی منداڵان

کۆڕسی یەکەم

ڕاهێنانەوەی دایکان لەماوەی سکپڕیدا

- **ڕاهێنانی وەرزشی بۆ دایکی سکپڕ:**

وەرزش کردن بریتییە لەو ڕواڵەتە شارستانییە نوێیەی لەجیهاندا بەگشتیو لەوڵاتە پێشکەوتوەکاندا بەتایبەتی گرنگی زۆری پێدەدرێت. بێگومان ئەم گرنگی دانەش بێ بنەما نییە، چونکە دەستکەوتی مرۆڤ لەبەرامبەر وەرزشکردندا زۆر گەورەو بەهادارە لەژێر دروشمی (تەندروستی باش دروستەکەری ژیانێکی خۆشە) هەرلەبەرئەوەشە وەرزشکردن بۆتە پێوەری پێشکەوتنی میللەتان.

وەرزش لەڕووی چەندێتیو چۆنیەتییەوە بێ سنورە، ئەمەجگەلەوەی لەگەڵ پێشکەوتنی مرۆڤدا ئەویش بێکۆتا لەگەشەدان وبرەودانداید. هیچ کەس نییە بێجیاوازی نەچێتە چێوەی پرۆگرامی وەرزشکردنەوە، چونکە لەشی مرۆڤ وادروست بووە دەبێت بجوڵێت، ئەگەر نەجوڵێت ژیان لەو لەشەدا دەوەستێت وکۆتایی‌دێت. ئەمە بێجیاوازی تەمەن و ڕەگەزو تەنانەت قۆناغ و بارەجیاوازەکانی دیکەی ژیان.

- **ئایا دایکی سکپڕ دەتوانێت وەرزش بکات؟**

بێگومان بەڵێ.! چونکە بنەمای بیرۆکەی ئەم باسە دەگەڕێتەوە بۆ کۆتایی سەدەی نۆزدەو سەرەتای سەدەی بیست، واتە بنەمایەکی مێژوویی هەیەولەڕووی زانستییەوە قۆناغێکی دوورودرێژی بڕیوە تا گەیشتۆتە ئێمە. هەروەها زانستانە ئەوەیان سەلماندوە کەوەرزشکردن زۆربەکەڵکە بۆ پتەوکردنی باری تەندروستی دایکی سکپڕوکۆرپەلەکەی لەماوەی ساڵی منداڵبونەکەی.

کەواتە دایکی سکپڕیش یەکێکە لەو تاکانەی کە دەبێت بخرێتە ژێر ڕاهێنانی وەرزشی بەپێی بەرنامەیەکی نوێی تایبەت. هەروەها دەبێت چۆنیەتی جۆری‌ئەو وەرزشانەی‌دەیکات لەگەڵ چەندێتی دووبارەکردنەوەیاندا بگونجێت، بەپێی

بارودۆخی تەندروستی دایکەکەو کۆرپەلەکەی. بۆ ئەم مەبەستە پرۆگرامی تایبەت ئامادەکراوە بەدوکۆرسی تەواوکەری یەکتر. کۆرسێکیان بۆ ماوەی 9 مانگی سکپڕی دایکە و بەگشتی دەکرێت بەسێ قۆناغەوە کەبریتییە لە:

سێمانگی قۆناغی یەکەم

سێمانگی قۆناغی دووەم

سێمانگی قۆناغی سێهەم

دابەشکردنی ئەو ماوەیەش بەو قۆناغانە مەبەستی زانستیانەی لەپشتەوەیەو هەروەها بۆ ڕێکخستن و گونجاندنی بەرنامەی(وەرزش و ڕاهێنانەوە)ی دایکانی سکپڕە. کۆرسی دووەم بۆ دوای منداڵبونەکەیەو پەیوەندیدارە بە قۆناغی دایکایەتییەوە سەرنجی تەواوی لەسەر چۆنیەتی گێڕانەوەی باری تەندروستی لەشی دایکەکەیە بۆ دۆخی جارانی.

ڕاهێنانەوەی دایك تەنها بۆ ماسولکەکانێتی، بۆ ئەوەی بتوانێت چستوچالاکی لەشی وەك خۆی بهێنێتەوە چ لەماوەی سکپڕیدا بێت یان لەدوای منداڵبونەکەی. چونکە لەڕاستیدا کاری سەرەکی منداڵان بریتییە لە پاڵنان بەو کۆرپەیەوە کەلەماوەی ئەو 9 مانگەداهەڵیگرتوە، بێئەوەی پێویستی بەیارمەتی هەبێت. بەڵام بەشداری کردنی دایکەکە ئەگەر زانستیانە نەبێت ئەوا ڕەوتی کردارەکە پێچەوانە دەکاتەوە. واتە منداڵبونەکەی قورستردەبێت. بەهەمان شێوە وەرزش بۆ دوای منداڵبون زیاتر بۆ پەیکەری لەشی دایکەکەیە نەك بۆ منداڵان، چونکە منداڵان خۆی سەربەخۆیانە بەشێوەیەکی سروشتی دوای 6 هەفتە دەگەڕێتەوە باری ئاسایی خۆی.

- **بۆچی دایکی سکپڕ پێویستی بە وەرزشکردن دەبێت ؟**

ئەمە پرسیارێکە لەوانەیە لای زۆربەتان دروست بێت دوای ئەوەی ئەو باسەی سەرەوە سەرنج دەدات و بۆیەکەمجار دەبیستێت(**دایکی سکپڕ پێویستی بەوەرزشکردنە**).! زۆر ساکارانە دەتوانین بڵێین دایکانی ئەمڕۆ گەلێك جیاوازیان هەیە لەگەڵ دایکانی ساڵانی پێشودا،

بۆ نمونە: زۆربەی دایکان ئەمڕۆکە کارمەندن یان لەوانەیە لەماڵەوە بێت ئیشوکارو هەڵسوکەوتی ڕۆژانەی گەلێك کەمتر لەچاو دایکێکی ساڵانی پێشو، کەلەکێڵگەیکدا ژیاوەو ئەرکی خزمەتکردنی ئاژەڵەکانیو کۆمەڵێك منداڵ وخێزانەکەی ومااڵەکەی بەسەرەوە بوە بێگوێدانە باری تەندروستی ئەو دایکە. ئەمەجگە لەجیاوازی تواناو بەرگەگرتنی لەشی دایکەکەو لایەنی دەرونی وباری ئابوری، کۆمەڵایەتی، تەنانەت ئاستی ڕۆشنفکریو تەکنەلۆجیای پزیشکیو تەندروستی هەردوو زەمەنەکە.

منداڵبون ئەوە ناگەیەنێت کە دەبێت ئەو دایکە پەیکەری لەشی تێك بچێت، یان وەك جاران چالاکی نەمێنێت. بەپێچەوانەوە لەڕێگای وەرزشکردن وڕاهێنانەوەی لەشی دایکەکەو ڕۆشنکردنەوەی بیرو هۆشی. دەتوانرێت گەورەترین یارمەتی ئەو دایکە بدرێت بۆ گێڕانەوەی سروشتی چالاکیو جوانی لەشی.

هەرچەندە ئەو دایکانەی لەسەرەتاوە لەشیان ناڕێکی تێدایەو دەقیان پێوە گرتوە، لەوانەیە گەلێك ناڕەحەتی ببینن تاکو بتوانن خۆیان ڕابهێننەوە لەسەر ڕێك بونەوەی پەیکەری لەشیان بەگشتی. بەڵام گرنگ ئەوەیە دەست بەوەرزش بکەن چونکە دایك خۆی بەرپرسیارە لەتەندروستی خۆی.

ئامادەکردنەوەو ڕاهێنانەوەی لەشی دایکەکە کردارێکی زۆر قورس وگران نییە، یان هیلاکی زۆری تێدا نییە ماوەی زۆرییش لەدایکەکە ناگرێت، بگرە زۆربەی دایکانی کۆمەڵگای کوردی ماوەی بێئیشیان هێندە زۆرە نەك بەشی وەرزشکردن دەکات بەڵکو دەتوانن زۆر لەوە زیاتریش بەرهەمۆێن بن. وەرزشەکان گەلێك سادەو ساکارن، بەهیچ جۆرێك کاریگەری خراپی نییە بۆ سەر تەندروستی دایکەکە یان کۆرپەکە.

- **ئەو کێشانە چین وا لەدایکی سکپڕ دەکەن پێویستی بە وەرزشکردن بێت؟**

کشان و خاوبونەوە لە ماسولکەکان وجومگەکانی لەشدا بەگشتی زیادەدن لەژێرکاریگەری (بەرزبونەوەی ڕێژەی هۆرمۆنەکان وزیادبونی کێشی لەش) سەرئە نجامی ئەمانە کۆمەڵێک کێشە بۆ دایکی سکپڕ دروست دەبێت لەوانە :

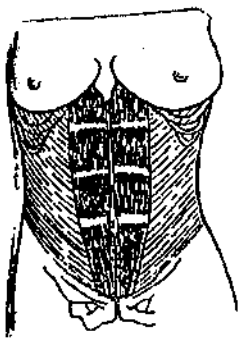
1. **ماسولکەکانی سك :**

کشان وخاوبونەوەی زۆریان بەسەردادێت وهەردوباندی گەورەی پێشەوەی سك (لێکجیادەبنەوە) بەهۆی ئەو فشارە زۆرەی کەگەورەبونی کۆرپەلەکە دروستی دەکات (ئەمە جگە لەهۆکاری تریش). ئەو (لێکجیابونەوەیەی ماسولکە) یەکێکە لەو کێشە گەورانەی لە چاوەڕوانی زۆربەی دایکاندایە بۆ دوای منداڵبونەکەی. چونکە کەمەری باریکو جوانی لەش دەگۆڕدرێت دەبێتە هەڵتۆقینی کەمەرو شۆڕبونەوەی سك. بێگومان هەموو ماسولکەیەکی کشاویش لەتوانار هێزی لاستکێتی (واتە کشان وچونەوەیەك) کەم دەکاتەوە. بەمەش سێبەشی تینی پاڵنانی دایکەکە بۆ کردنە دەرەوەی کۆرپەکەی لەدەستدەدات.

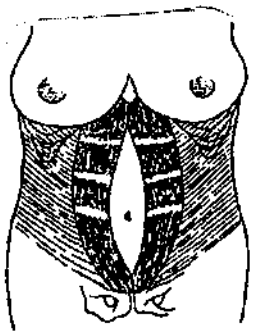
لەبەرئەوە وەرزشکردن باشترین ڕێگاچارەی ئەم ماسولکانەیەو زۆر سەرسوڕهێنەرانە ئەنجامت دەبێت ئەگەر بەردەوامیت هەبوو لەگەڵ بەرنامەکانی خولەکەدا.

ئەمە وێنەی ماسولکەی سکە،

ا/وێنەی ماسولکەی سك پێش منداڵبون،



ب/لێکجیابونەوەی باندی ماسولکە دوای منداڵبون



2. **ماسولکەکانی داوێن (دەرچەی زاوزێ):**

ئەمانیش بەهەمان شێوە بەشێکی زۆری قورسایی کۆرپەلەکەیان دەکەوێتە سەرو، ڕۆژ لەدوای ڕۆژ کشان وخاوبونەوەو بێهێزیان تێدا دروست دەبێت، جگە لەئازار. (ئەم بەشە وەك ڕەفەیەك وایە قورساییەکەی سەری تادێت لەتوانای خۆی گەلێك زیاتردەبێت). هەروەها بەهۆی دوری ماوەی دوگیان بونەکەش دورنییە گرفتی میز ڕانەگرتنیش دروست نەکات بەتایبەت لەسێمانگی قۆناغی سێیەم دا. هەرلەبەرئەوەشە وەرزشکردن تووندوتۆڵی دەداتێوتوانای بەرگەگرتنی ئەو قورساییەی زیاد دەکات.

هەموو ئەو ماسولکانەی لەکاتی سکپڕیدا توشی کشان وخاوبونەوەو نەمەڵی دەبن ئەگەر وەرزشیان پێنەکرێت بەئاسانی ناچنەوە دۆخی جارانیان. بەمەش تووندوتۆڵی لەشی دایکەکە دەبێتە یەك لەچوار بەشی بێش سك کردنەکە.

3. **خاوبونەوەی سوڕی خوێن:**

ئەمەش هۆکارەکانی هاوبەشە لەگەڵ ئەو خاڵانەی سەرەوەدا. بەڵام لێرەدا سستی وڵاوازی دروست دەبێت لەهاتوچۆکردنی خوێن بۆ بەشەکانی لەش وکۆرپەلەکەو دیواری منداڵان. هەربۆیە زۆر جار دایکی سکپڕ ئاوسانێکی زۆر لەقاچو تەنانەت سك وسنگ و دەستەکانیش دروست دەبێت بەتایبەت لەقۆناغی سێهەمدا.(ڕێنماییەکانی ئەم خولە ئەم بارە کەمدەکاتەوە بڕیان چارەسەری دەکات).

4. ئازاری پشت:

گەورەبونی ڕۆژ لەدوای ڕۆژی کۆرپەلەکەو تەمەڵ بونی ماسولکەکان وخاوبونەوەی جومگەکان، هەموو ئەمانە پێکەوە دەبنە هۆی گۆڕینی باری ستونی وەستان وپەیکەری لەش. بەم شێوەیە دەگۆڕێت: کەوانەی بڕبڕەکانی کەمەرو هاوکات لاری (حەوز) بۆ پێشەوە زیاد دەکات، سك زۆرتر دەردەپەڕێت، سنگ کوڕدەبێتەوە، شانەکان خڕدەبنەوەو مل بۆ پێشەوە دەردەپەڕێت. لەشی دایکەکە لەماوەی ئەو 9 مانگەدا دەق بەم شێوە ناهەوسەنگییەوە دەگرێت. سەر باقی ئەبونی زانیاری تەواو سەبارەت بە چۆنیەتی هەڵسوکەوتی دروست لەکاتی سکپڕیدا. هەموو ئەمانەش پێکەوە دەبنە هۆی دروست بونی ئازاری پشت. کە دورنییە ئەم ئازارە نەبێتە هاوڵی نزیکی دایکەکە تەنانەت بۆ دوای منداڵ بونەکەشی.

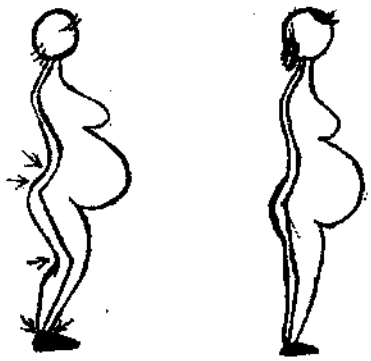
گرنگ نییە سکەکەت چەندقەمەیەکەم یان پێنجەمە، گرنگ ئەوەیە بڕوات بە ڕاهێنانەوەو وەرزشکردن قەبێت بۆ گێڕانەوەی چالاکیو تەندروستی بۆ لەشت

5. خاوبونەوەی ماسولکەبەندی جومگەکان :

بەتایبەت جومگەی پەلەکانی خوارەوە(سمت، ئەژنۆ، پێ). ئاشکرایە ئەم خاوبونەوەیەش دەبێتە هۆی زیادکردنی کەوتن و جارجارێکیش دروستبونی ئازار لەجومگەیەکدا یان دوان بەهۆی زیاد بونی کێشی دایکەکەوە. لەبەر ئەوە پێویستە دایکانی سکپڕ خۆیان بەدوور بگرن لە بەکارهێنانی پێڵاوی بەرز، چونکە نامادەبونی دایکەکەبۆ کەوتن زیاد دەکات و ناهاوسەنگی لەشی دایکەکە زۆرتر دەبێت (وەك لەخاڵی 4 ڕونکراوەتەوە) . ئەم بارە نائاساییەی جومگەکانیش دەتوانرێت بەوەرزشکردن چارەسەر بکرێت.

ئەم وێنانەی لای خوارەوە پەیکەری لەشی دایکی سکپڕ پیشان دەدات لەکاتی لەپێکردنی.....پێڵاوی ئاسایی، پێڵاوی بەرزدا. سەرنج بە لە گۆڕنەکانی پەیکەری لەش تا چەند ناڕێك دەبێت بەهۆی لەپێکردنی پێڵاوی بەرزەوە.

ا / پێڵاوی ئاسایی ب / پێڵاوی بەرز



6. خاوبونەوەی ماسولکەی ڕیخۆڵەکان:

ئەمەش دەبێتە هۆی دروستکردنی گرفت (قەبزیەت) وکۆبونەوەی گازەکان (جگە لەکاریگەری خۆراك بۆ سەر ئەم بارە) بێگومان ئەمەش لەکەسێکەوە بۆکەسێکی تر دەگۆڕدرێت، هەرچەندە بەشێوەیەکی گشتی دایکی سکپڕ توشی گرفت و ناڕەحەتی گازەکان دەبێت. (ئاشکرایە وەرزشەکانی سك بەتایبەتیو ڕاستەوخۆ دەبێتە هۆی چارەسەرکردنی ئەم کێشەیە).

7. میز ڕانەگرتن:

دایکی سکپڕ لە قۆناغی یەکەم وسێهەمی سککردنەکەی توشی کێشەی میزڕانەگرتن دەبێت، بەڵام ئەمە بارێکی ئاساییە ئەگەر پەیوەندی نەبێت بە هەوکردنی ئەم کۆئەندامەوە یان بەتەمەڵی ماسولکەکانی دەرچەی میزکردنەوە. چونکە ئەگەر دایکەکە لەکاتی پڕمەو کۆکەو پێکەنینی ئاسایی‌دا خۆی تەڕبکات (بەتایبەت لەدوای منداڵبونەکەی)، ئەوا پێویستی بەڕاوێژکردنی پزیشکی نەخۆشییەکانی ژنان و ڕاهێنەری سروشتی دەبێت(چونکە ئەم بارە ئەتوانرێت لەڕێگای چارەسەری سروشتییەوە چارەسەربکرێت).

8. هەناسەدا :

گرنگترین کرداری فسیۆلۆجییە کەپێویستی بە راهێنانەوەو وەرزشپێکردنی تایبەت دەبێت لەپێناوی ڕێکخستنی کرداری پاڵنان بەکۆرپەکەو، تێرکردنی لەشی کۆرپەکەو دایکەکە بە ئۆکسجین، خاوبونەوەی لەشی دایکەکە، کەم کردنەوەی ئازار. ئەمانە هەموویان پێکەوە یارمەتیدەرن بۆ منداڵبونێکی ئاسان. جگە لەکەمکردنەوە کێشەی ناتەواوی تەندروستی کۆرپەکە. چونکە زۆرجار کۆرپەکە بەشینبوەوی لەدایک دەبێت سەرئەنجامی کەمی ڕێژەی هەناسەی دایکەکە یان ناهاوسەنگی نەم کردارە لەکاتی منداڵبونەکەدا.

9. خۆخاوکردنەوە:

بێگومان خۆخاوکردنەوە پێچەوانەی خۆتوندکرنە. بەڵام خۆتوندکردن بۆتە ئەو ڕێگاچارەیەیە هەموو دایکێک بەکاریدەهێنێت بۆ خۆڕزگارکردن لەئێشو ئازاری منداڵبون وکردنە دەرەوەی کۆرپەکەی..چونکە هەموو دایکێک وادەزانێت کردنە دەرەوەی کۆرپەکە دەبێت بەهەمولەشی تین بداتە خۆی بۆ پاڵنان. نازانن کرداری خۆتوندکردن ئاراستەی منداڵبونەکە پێچەوانە دەکاتەوەو دورنییە کێشەی تەندروستی ترسناکی لێدروست نەبێت ودایکەکە نەگەیێنێتە ژووری نەشتەرگەری. لەبەر ئەو هۆکارانە راهێنان لەسەرخۆخاوکردنەوە کراوەتە بەشێکی گرنگی بەرنامەکە.

هەموو ئەو دایکانەی کەبەشداری ئەم کۆرسانە دەکەن، فێر دەکرێن کە چۆن دەتوانن ماسولکەکانی لەشیان خاوبکەنەوە هەروەک چۆن دەتوانن گرژی بکەن . چونکە لەش چەند پێویستی بەوەرزش و جوڵە دەبێت هێندەش پێویستی بەپشودان ونوێکردنەوەی تواناکانی دەبێت. هەربۆ نمونە (دڵ بەدرێژایی ژیانی مرۆڤ لەجوڵەدایە کەچی ماوەی پشودانی دوهێندەی ماوەی ئیشکردنێتی).

ئامانجی سەرەکی‌ڕاهێنانەوەو (وەرزش) بۆ دایکی سکپڕ چییە ؟

- **دایك وباوكی ڕۆشنبیر:**

قۆناغی سکپڕیو دروستبوونی کۆرپەلە دودڵیو ئاڕامی دروست دەکات بەهەموو لایەنەکانیەوە. بێگومان ئەمەلەلای دایک زیاترە تاکو باوکەکە. لەبەرئەوە زۆر گرانە بۆ دایک بتوانێت لەشی خاوبکاتەوەو پشوی بداتێ ئەگەر نەتوانێت پشوبدات بەمێشکی. هەر بۆیە چاکترە هەردوکیان بدوێن و پرسیاربکەن، بخوێننەوەو بەشوێن زانیاریدا بگەڕین بۆئەوەی لەو دودڵیو ئاڕامییە ڕزگاریان بێت. چونکە هەبونی زانیاری یارمەتیدەرێکی گەورەیە بۆ ئاسایبونەوەی ئەم ڕوداوە سروشتییە کەمنداڵبونە، وە لەهەمان کاتدا ترس کەم دەکاتەوە لەلای هەردوو دایکەو باوکە. هەروەها ئامادەبونیان بۆ پێشوازی کردنی میوانەکەیان بەجۆشتر دەبێت.

- **ئامانجەکانی ئەم کۆرسە بریتییە لە:**

1. تونڵوتۆڵکردنەوەی زۆربەی ئەو ماسولکانەی توشی بێهێزی و تەمەڵی بوون، لەوانە : ماسولکەکانی ناوچەی سك وکەمەر بەشێوەیەکی تایبەت، ماسولکەکانی ناوچەی حەوز، بەشی سەرەوەی پشت وسنگ، ماسولکەکانی شان.
2. تونڵوتۆڵکردنەوەی زۆربەی ئەو جومگانەی توشی خاوبونەوە یان ئازار بون لەوانە جومگەی (سمت، ئەژنۆ، پێ)
3. راهێنانەوە بۆ ڕێکخستنی هەناسەدان وئامادەکردنی دایک لەم بارەیەوە بۆ کاتی منداڵبوون.
4. کەم کردنەوەی ئازاری پشت .
5. راهێنانەوە لەسەر چۆنیەتی کەم کردنەوەی تینی ژانی منداڵبوون.
6. راهێنانەوە لەسەر چۆنیەتی بەکارهێنانی لەش لەکاتی هەڵسوڕانی ئیشو کاری ڕۆژانەی ناو ماڵدا.
7. گرنگی دان بەچۆنیەتی خاوکردنەوەی لەشی دایکەکە بەتایبەت بۆ کاتی منداڵبونەکەی، چونکە لەڕێگای ئەم خۆخاوکردنەوەیە منداڵبونەکە گەلێک ئاسان وبێکێشەدەبێت.
8. ئامادەکردنی دایکەکە لەڕوی دەروونییەوە بۆ کاتی منداڵبونەکەی.

9. بەهێزکردنی سوڕی خوێن وچالاکی لەش و تواناو بەرگەگرتنی دایکەکە.
10. ڕاهێنانەوەو ئامادەکردنەوەی دایکان بۆدوای منداڵبونەکەیان لەسەرچەند وەرزشێك بۆ گێڕانەوەی چالاکی لەشی دایکەکە، پێدانی شیری سروشتیو چەند زانیارییەکی دی.
11. پێدانی گەلێك زانیاری بەسود سەبارەت بەچۆنیەتی دروستبونی کۆرپەلەو ڕودانی منداڵبون.
12. ڕاهێنانەوە لەسەر چۆنیەتی ڕێك ڕاگرتنی پەیکەری لەش لەکاتی وەستان، ڕۆیشتن، دانیشتن.

تێبینی:
زۆر گرنگە دایکی سکپر سەرنجی هاوڕێکی پەیکەری لەشی خۆی بدات چونکە لەڕاستیدا زیادبونی کێشی لەش بەگشتیو گەورەبونی قەبارەی کۆرپەکە لەیەك ناوچەی لەشدا (سك وکەمەر دەگرێتەوە) ناهاوسەنگی دروست دەکات. بەڵام پێویستە دایك نەوە بزانێت کە ئەم ناهاوسەنگییە دەتوانرێت چارەسەربکرێت و کاریگەری کەمبکرێتەوە ئەویش لەڕێگای ڕێك ڕاگرتنی پەیکەری لەشەوە دەبێت . واتە ڕێك ڕاوەستان (کێشی لەش بخرێتە سەر هەردوو قاچ نەك لاونیو بوەستێت بۆ سەر یەك قاچ) ڕاستکردنەوەی کەوانەیسنگ، پشت لای کەمەر، تونکردنی ناوچەی سك. وەك لەڕێنەکانی خوارەوەدا دیارە.
ا / لەشی دایکێکی سکپر لەبارێکی ناڕێکدا. ب / ڕێك ڕاوەستان و هاوسەنگی لەش لەدایکێکی سکپردا

***ئەوگۆڕانکاریانەی لەکاتی سکپردا ڕوودەدەن:**

ڕوداوەکانی دروستبونی کۆرپەلە لەیەکەم چرکەی پێتانی هەردوخانەی نێرومێیەوە کە بریتییە لە(تۆی باوکەکەو هێلکەی دایکەکە)تا دەگاتە ڕودانی لەدایکبونی ئەو کۆرپەلەیە پاش تەواوکردنی ماوەی 9 مانگ. لەشی ئەو دایکە کۆمەڵێك گۆڕانکاری زۆری بەسەردادێت، تاکو بتوانێت خۆی بگونجێنێت لەگەڵ ئەو بارە نوێیەدا کەلەماوەی دیاری کراودا ڕوودەدات.

خۆی لەخۆیدا قۆناغی دایکایەتی ڕوداوێکی نوێیە بۆهەر ئافرەتێك کەیەکەم جار دەبێتە بەشێك لەژیانی، لەڕووی مەعنەوییەوە دەتوانرێت وا پێناسە بکرێت کەقۆناغێکە پرە لەسۆزو خۆشەویستیو ناسکبونەوەی هەموو ڕواڵەتەکانی دیکەی مرۆڤایەتیو هەستکردن بەوبارەسەیرەی کەناتوانرێت پێش ڕوودانی هەستی پێبکرێت. هەموو ئەو گۆڕانکاریانە بەڵای ئافرەتەوە گەلێك خۆشن ودەبنە کۆمەڵێك یادگاری بیرنەچوەوە ئەگەر بونە دایکایەتییەکە ئارەزومەندانەبێت.

هەروەها لەڕوی فیزیکییەوە بریتییە لەکۆمەڵێك گۆڕانکاری دەرەکیو ناوەکی لەشی دایکەکە. ئەو گۆڕانکاریانەش گەلێك زۆرو وردو ئاڵۆزن، و ناتوانرێت لێرەدا وەك خۆیان باسی لێوەبکرێت.بەڵام بەشێوەیەکی سادەو ساکار بریتین لەم خاڵانەی لای خوارەوە:

* گۆڕانی فسیۆلۆژی: بەشێوەیەکی گشتی ڕوئەدات لەژێرکاریگەری زیاد بونی ڕێژەی هۆرمۆنەکاندا. لەوانە:
1-ئەمانی سوڕی مانگانە. 2-دڵتێك هەڵاتنو دڵەکزێ. 3-میزەچوڕکێ. 4- گۆڕانی ئارەزوی خواردن. 5- قەبزیەت و کۆبونەوەی غازات. 6-هەڵئاوسانی هەردوسنگ. 7-گەورەبوونی منداڵان و ناوچەی کەمەرو سك. 8-کەمخوێنی سەرگێژبوونو بێهێزی. 9-زیادبوونی کێشی لەش بەگشتی. 10-دەرکەوتنی پەڵە لەسەر دەموچاو پێستی سك. 11ئاوسانی پەلەکانی خوارەوە هەندێك جاریش سەرەوە. 12- زیادبوونی ژمارەی هەناسەدان.

- **گۆڕانی دەروونی:**

دایك لەم قۆناغەدا زیاتر پێویستی بەخۆشەویستی هاوسەرەکەی‌و دەوروبەری دەبێت، ناسکتردەبێتەوە لەچاوجارانیدا. هەروەها کەمێك توشی بیرچونەوەدەبێت.

- **گۆڕانی میکانیکیتی لەش.**

تەواوی باسەکانی ئەم نامیلکەیە لێدوانە لەسەر هەموو ئەو گۆڕانکاریانەی کەلەکاتی سکپریدا پوودەدەن لەباری میکانیکیتی لەشی دایکەکەوە.

- **شێوە ڕاستەکانی هەڵسوکەوتی‌دایکی سکپر لە کاتی پشوداندا :**

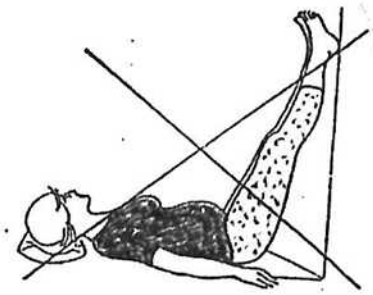
دایکی سکپر بەپێی پێویست دەتوانێت پەیڕەوی ئەم خاڵانەی لای خوارەوە بکات.

1. چەند دەتوانێت گۆشەوپشتی بەکاربهێنێت بۆ کاتی پشودانی، واتە بۆ پاڵکەوتنی یان دانیشتنی. بەجۆرێك پشووئارامی بداتێ.
2. لەکاتی پاڵکەوتندا یان دانیشتندا هەوڵبدات زۆربەی جومگوکانی لەشی کەمێك لەنوشتانەوەدابن چونکە ئەوە لەبارترین شێوازە بۆ پشودان بەماسولکەکانی لەش.
3. پشتی یان گۆشەی نەرموشل (لەپەردوستکراو زۆر پەسەندە) دۆشەك نەزۆرنەرم بێت نەزۆر ڕەق(ئسفنج پەسەند نییە).
4. دوای هەموو هیلاکییەك هەوڵبدە ماوە بدەیت بەخۆت پشوی تەواو وەربگریت، ئەگەر بەدانیشتنەوە بێت یان بەپاڵکەوتن. ئەوپەڕی خاوبونەوە لەشت خاوبکەڕەوەو جارجایکیش هەناسەی قوڵ بدە.
5. باشترین شێوازی پشودان نیمچە دانیشتنە یاخود نیمچە پاڵکەوتن، چونکە ناوچەی سەرو سنگ بەرزەو پەستان لەسەر هەناسەدان کەمەو سییەکان باشتر کاردەکەن.
6. هەموجارێك دوای وەرزشکردن بۆ ماوەی 15خولەکیش بێت پشوی‌تەواو بەخۆت بدە.

* هەڵەکانی هەڵسوکەوتی دایکی سکپڕ:

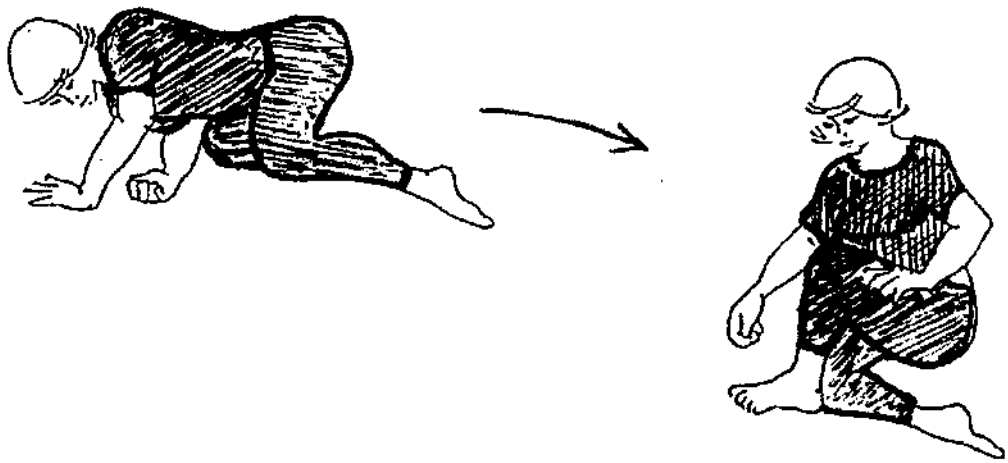
ڕۆژانە دایک کۆمەڵێک ئەرکی لەسەر شانەو دەبێت جێبەجێیان بکات. لەبەرئەوە پێویستە ئاگاداری چۆنیەتی دروستی بەکارهێنانی لەشیو شێوازەکانی هەڵسوکەوتی خۆی بکات چ لەکاتی دانیشتندا بێت بۆ هەستانە سەر پێ، وەستان، تا دەگاتە ڕۆیشتن و وەبە پێچەوانەشەوە. بێگومان ئەمەش بۆ پاراستنی خۆیەتی لە پشتئێشەو ناڕێکی بەکارهێنانی لەش بە گشتی.

ئەم وێنانەی لای خوارەوە ئەو بارە ناڕێکانە دەردەخەن کە دەبێتە هۆی دروستکردنی پشتئێشەو ئازاری جومگەکان بەتایبەت لەکاتی سکپڕیدا، لەبەرئەوە پارێزگاری کردنی لەش لەم هەڵسوکەوتە ناڕێکانە دوورنییە ئەرکی سەردانی پزیشکت لەسەر کەم نەکاتەوە، هەروەها پەیوەستبوون بەم ڕێنماییانەوە بەدرێژایی ژیانت، دەتکات بەخاوەنی لەشێکی بێئازاروچالاک.



- **شێوازی هەستانە سەر پێ لەباری پاڵکەوتنەوە :**

ئەگەر دایکی‌سکپڕ ویستی‌لە پاڵکەوتنەوە هەستێتە سەرپێ، دەبێت لەسەر پشت هەردووقاچی بنوشتێنێتەوە وپاشان خۆی بخاتە سەرتەنیشت، بەشێوەی شاندایان قۆڵی دابنێت بۆ ئەوەی پاڵ بنێت بەلەشی خۆیەوە بۆ دانیشتن لەسەر ئەژنۆ، ئینجا قاچێکی دەردەهێنێت (وەک لەوێنەکەدا دیارە) پاشان هێز دەخرێتە سەر هەردووقاچ بۆ هەستانە سەر پێ. لەکاتی ئەم بار گۆڕینەدا گرنگ ئەوەیە پشت بەپێکوپراست بهێڵدرێتەوە.

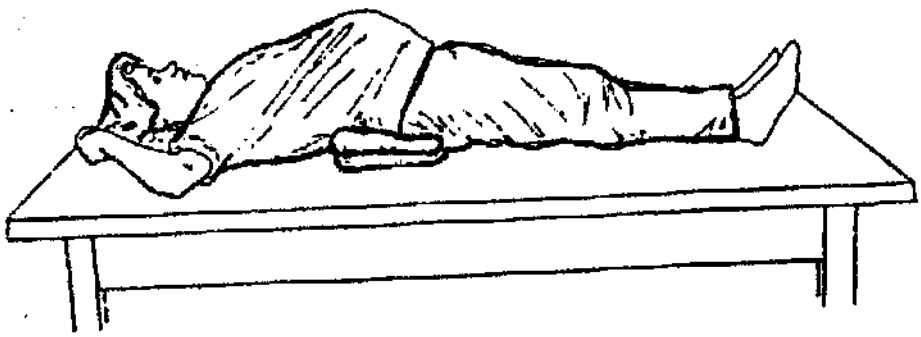


- **چۆنیەتی تەپاوتڵ کردن لەکاتی خەوتندا:**

ئەگەر ویستت لەناو پێخەفەکەتدا تەپارتلێک بکەیت بۆ گۆڕینی باری‌پاڵکەوتنەکەت وپشوی زیاتر، ئەوا پێویستە لەسەر پشت هەردوقاچەکانت بنوشتێنیتەوە ئینجا لەپێشدا تل بەقاچەکانت بدە بەر دیوەدا کەدەتەوێت پاشان سکوسنگت بەرەو ئەو لایە هەڵسوڕێنە ئەم شێوازە یارمەتیدەرە بۆ هێشتنەوەی رێکی باری گۆڕپەکەتو لەشی‌خۆت لەهەمان کاتدا.

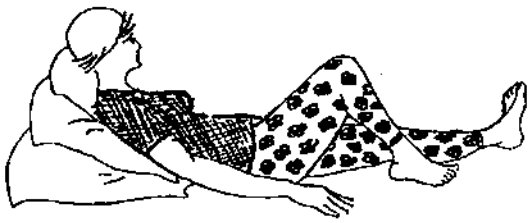
دایکی بەڕێز:

ئەگەر لەو کەسانەی زیاتر پێتخۆشەلەسەر پشت بخەویت باشترە بۆوەرگرتنی پشوی‌تەواو گۆشەیەک یان چەرچەفێک لول بکەیت و بیخەیتە ژێر تەنیشتی‌لای‌پراستی کەمەرو سک وسنگت، بۆئەوەی کەمێک خواربیتەوە بەلای چەپدا. ئەم بارە زیاتر دەتوانرێت بەکاربهێنرێت لەقۆناغی سێهەمی سکپڕیدا. چونکە یارمەتیدەرە بۆ باشترکردنی سوڕی خوێن و هەناسەی‌دایکەکە.



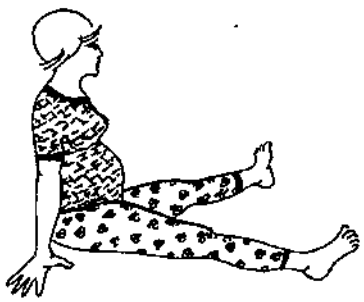
- **وەرزش بۆ زیادکردنی سۆڕی خوێن:**

پێویستە دایکی سکپڕ سەرەتای دەستپێکردنی هەموو وەرزشکردن و ڕاهێنانەوەیەک، ئەم وەرزشانەی لای خوارەوە ئەنجام بدات ئینجا بچێتە سەر وەرزشەکانی دی. چونکە ئەم وەرزشانە یارمەتیدەرێکی زۆرباشن بۆ زیادکردنی سۆڕی خوێن بەتایبەتی بۆ دیواری منداڵان، کۆرپەلەکە وپەلەکانی خوارەوە، لەمەمانکاتدا چارەسەرێکی باشە بۆ ئاوسان ئەگەر هەبوو لەپەلەکاندا.



- **وەرزشەکانی ناوچەی شان :**

ئەم چەند وەرزشەی لای خوارەوە بەکاردەهێنرێت بۆ بەهێزکردنی ماسولکەکانی ناوچەی شان. چونکە سنگ لەکاتی سکپڕیدا گەورە تر دەبێت لەڕوی کێش و قەبارەوە، ئەمەش کاردەکاتە سەر زیادکردنی خڕبونەوەی شان وچەماوەیی بڕبڕەکانی سنگ بۆ پێشەوە بەدرێژایی ماوەی سکەکەو دوای منداڵبونەکەش، ئەگەر شیردانی سروشتی بوو. چونکە هەندێک لەدایکان زۆر نادروستانە ساواکەیان ئەگرنە باوەشو شیری لەدەنێ. ئەمەش ناهاوسەنگی هێزی ماسولکەکانی ئەو ناوچەیە زیادەکات. لەبەر ئەوە پێویستە دایکیسکپڕ ئەو وەرزشانەی لەکاتی کۆرسەکەدا وەری دەگرێت و ڕاهێنانی لەسەر دەکات بەردەوام بێت لەسەری تەنانەت بۆ دوای منداڵبونەکەشی. چونکە یەکێکە لەو وەرزشانەی کە ڕێکیوجوانی لەشی دایکەکە دەپارێزێت.



ڕۆبۆت..
لەنێوان خەیاڵ و ڕاستیدا.

نوسینی: دکتۆر بهیه فرعون
پەرچەمی: دڵنیا عەبدوڵڵا
بسپۆڕی فیزیک

مرۆڤی ئامێرێی یان ڕۆبۆت، شێوەی بونەوەرێکی دەستکردە کەموعجیزە لەئەدەبی خەیاڵی زانستیدا دەکات،بەڵام ئایا وێنە ڕاستیەکەی لەواقیعدا چیيە؟

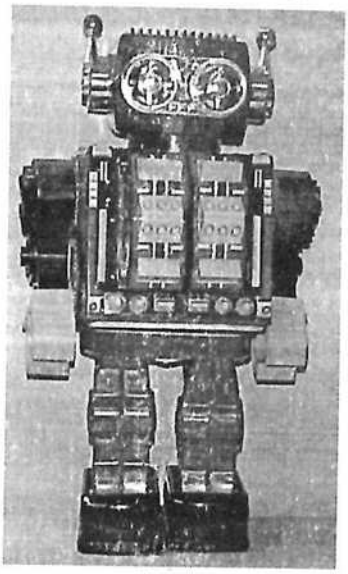
ئاواتی مرۆڤ کەئامێرێک دروست بکات و خۆی بجوڵێت و خۆیشی کۆنترۆڵی بکات لەدایک بوی ئەم سەردەمە نیيە بەڵکو میژووەکەی کۆنە کە لەسەدەی 3000 پێش زایینەوەئەگریکی و چینی وحەبەشەکۆنەکان ئەو پەیکەرو ئامێرانەیان دروست کردوە کە بەهێزی ئاو کاردەکەن و دەتوانن زنجیرەیەک لەجوڵە بەپێی سیستمێکی جێگیر ئەنجام بدەن، لەنزیکەی سالی100 پێش زایندا هیرۆنی ئەسکەندەری ئەگریکیەکانی بەشانۆکانی خۆشحاڵ کرد کەبوکەشوشە جوڵەکەرەکان ڕۆڵیان تیادادەبینی و بەهۆی کوتنە خوارەوەی ئەو قورساییانەی کە بەپەتەوە هەڵواسرابون دەجوڵێنران، لەسەدەکانی ناوەڕاستدا زۆر کاتژمێر دروست کران کەپەیکەرە جوڵەکەرەکانیان تێدابوو کەهەندێکیان تاکاتی ئێستا ماونەتەوە، لەو کاتژمێرانەش ئەو کاتژمێرەی کە لەگۆڕەپانی سان مارکۆ لەشاری بوندقیە سالی1496 دانراوە، کەدوو پەیکەری دوو پیاوی تێدایە بەهۆی دوو چەکوشەوە کەهەڵیان گرتوە لەزەنگەکە دەدەن کاتێک کە کاتژمێرێک لەکات بەسەردەچێت.

و لەسەدەی هەژدەیەمدا هەندێک لەپیشەکارە سویسریەکان ژمارەیەک لەپەیکەرو بوکەشوشەکانیان لەسەر شێوەی مرۆڤ دروست کرد کەدەتوانێت زۆر بەوردی و بەواقیعی شت بنوسێت و وێنەبکێشێت و مۆسیقا لێبدات بەجۆرێک کەئەو کەسەی سەیری دەکات وادەزانێت مرۆڤی ڕاستیيە، کە بەهۆی ئامێرێکی ئاڵۆزی لەبرغوو دداندکان وتەوەرە وردەکانەوە دەجوڵێن و بەهێزی بەندۆڵ دەخولێنەوە، تائێستاش سیان لەو پەیکەرانە بەباشی ماونەتەوە کە لەشتە نایابەکانی مۆزەخانەی هونەرو میژووە لەشاری نیو شانل لەسویسرا.

ڕۆبۆتو چیرۆکەکانی خەیاڵی زانستی:-

یەکەم کەس کەووشەی (ڕۆبۆت) ی وەک نیشانەیەک بۆمرۆڤی ئامێرێی بەکارهێنا نوسەری شانۆیی چیکی کاریل تشایک بوو کە لە شانۆکەیدا (ڕۆبۆت روسومە گشتیيەکان)Robota بووکەلە سالی 1921 نوسیبوی، ووشەی ڕۆبۆت لەووشەیەکی چیکیيەوە وەرگیراوە کەمانای

بەندە یان کرێکاری بەکارهێنەرە لەو شانۆیەدا ئەندازیارێکی بلیمەت کەناوی روسومە هەندێك لەو ڕۆبۆتانە دروست دەکات کە لەو کارە هیچ و پوچانەدا بەکاری دێنێت کەمرۆڤ پێی هەڵناسێت. بەڵام لەدوایدا بۆی دەردەکەوێت کەڕۆبۆت لەمرۆڤ باشترە کەدەستی تێدەچێت براکەی خۆی لەجەنگداو لەکاتی دیکەدا بکوژێت و خراپترین شتی بەرامبەر بکات، لەبەرئەوە لەم شانۆیەدا ڕۆبۆت لەگەورەکەی خۆی کەمرۆڤە هەڵدەگەڕێتەوە و هەموویان لەناودەبات و ئیتر خۆی حوکمی جیهان دەکات. نوسەری ئەمریکی بەڕەگەز روسی ئیسحاق عزیموف بەناو بانگترین کەس بوو کە ئەم بابەتەی باس کرد لەڕێگەی چیرۆکەکانی خەیاڵی زانستییەوە کە لەسااڵی چلەکانی سەدەی ڕابردودا نوسیبوی، گرنگترین شت لەچیرۆکەکانیدا ئەوەیە کەتەرکیز دەخاتە سەر بیرۆکەی دروست کردنی ڕۆبۆتەکان و پرۆگرام کردنیان کەپشت بەسێ یاسای نەگۆڕ دەبەستێت کەبریتین لە:-



1-نابێت ڕۆبۆت ئازاری مرۆڤ بدات، یان بێتە هۆی پشت گوێخستنی مرۆڤ و ئەشکەنجەدانی.

2-پێویستە ڕۆبۆت فرمانەکانی مرۆڤ بەجێبهێنێت بەمەرجێك ئەو فرمانانە دژ بەیاسای یەکەم نەبێت.

3-پێویستە لەسەر ڕۆبۆت کەبونی خۆی بپارێزێت بەمەرجێك کەدژ بەیاسای یەکەم و دووەم نەبێت.

لەم دواییەدا زۆر لەفلیمە سینەماییەکان و زنجیرە تەلەفزیۆنەکان دەربارەی زۆرەکانی ڕۆبۆت دەردەخەن وەك فلیمی (جەنگی ئەستێرەکان) و (پۆلیسی ئامێریی) و هەردوو زنجیرەی (پیاوێك بەملیۆنێك دۆلار) و (ئافرەتی ئامێریی) کەزۆربەیان سەرکەوتنیان بەدەست هێناو بەدڵی بینەرانی بوون.

راستی ڕۆبۆت:

کۆمەڵەی پیشەسازی ڕۆبۆتی ئەمریکی ڕۆبۆت بەوە پێناسە دەکات کەدەزگایەکی فرە فرمانەو بۆ جوڵاندن و گواستنەوەی شت و مەك و پارچەو ئامێرەکان دروست کراون لەڕێگەی پرۆگرام کردنی ئەو جوڵانەوە کەبۆ ئەنجامدانی کارێك یان یەکێکی دیکە دەبێت، ڕۆبۆت بەشێوەیەکی کرداری جوڵەیەکی دیاریکراوو توانا ئەقڵییە سەرەتاییەکانی هەیە کە جوڵەیان سست و قورسەو زۆربەی جۆرەکانی توانای بڕیاردانیان نییە لەبەرئەوە هێشتا تواناکانیان زۆر کەمو ساکارە ئەگەر لەگەڵ تواناکانی مرۆڤدا بەراوردبکرێت، ئەو هەوڵی فلیمو چیرۆکانەی خەیاڵی زانستی کەدەیدەن تەنیا خەیاڵە، بەڵکو تەکنەلۆجیای ئەمڕۆش لەتوانایدانییە کەڕۆبۆتێك دروست بکات کەزیرەکی و توانا هەستیەکانی مێرووڵەیەکی هەبێت کەمێروڵە دەتوانێت قورسایی بەقەدەر چەندەها جارکێشی خۆی هەڵبگیرێت و بەشوێنە سەختەکاندا بڕوات و بە هەڵەو گەڕاوی بڕوات و هەروەها دەتوانێت بەسەر دیوارو درەختدا سەربکەوێت، بەدی هێنانی ئەم کارانە هەمووی پێکەوە تا ئێستا لە زانستەوە دوورە، هەروەها دروستکردنی ڕۆبۆتەکان کەکەمترین توانای بەرزکردنەوەی تەنە قورسەکان و جوڵەو بینین و دەست لێدان و وتوێژە ئەقڵییەکانیان هەبێت تائێستا لەو کارانەیە کەپارەیەکی زۆری تێدەچێت، لەگەڵ ئەوەشداو لەگەڵ ئەو سەرەتاییەی کە ڕۆبۆت لەکاتی ئێستادا هەیەتی کەچی ڕۆڵێکی گرنگ لەزۆربەی لایەنەکانی ژیاندا دەبینێت، لەپیشەسازیدا بۆلەحیم کردن و قاڵب دانان و بۆیەو بەستنی پارچە میکانیکیەکاندا و شتی دیکەدا بەکاردەهێنرێت، لەبواری فەزادا ڕۆبۆت چاکسازی و وردکاری لەڕۆبۆتەکان لەفەزادا دەکات بێجگە لەچاکسازی و بەستنی کەشتییە فەزاییەکان لەسەر زەویش لەبواری پزیشکیدا ڕۆبۆت لەسەر شێوەی قاچ و قۆڵە دەستکردە جێگرەوەکان بەکاردێت، هەروەها لە هەندێك حاڵەتدا بۆچاودێری کردنی نەخۆش بەکاردێت، لەبواری عەسکەریشدا بۆهاویشتنی موشەکەکان و ڕاسپاردە عەسکەریە مەترسیدارەکان و لەپرکردنی چەکە قورسەکان بەفیشەك و هەروەها لەهەندێك بواری دیکەدا بەکاردێت.

زانستی ڕۆبۆتەکان:

بریتییە لەزانستی داهێنان و بەرهەمهێنانی ڕۆبۆتەکان ئەم زانستە لەگەڵ زانستەکانی کۆمپیوتەردا یەکی گرت، زانستی ڕۆبۆتەکان (Robotics) لەگەڵ دەرکەوتنی کۆمپیوتەردا پێشکەوتنێکی مەزنی بینی، کەلەدووبەشی بنەڕەتی پێك دێت تەکنەلۆجی و زانستی، بەشی تەکنەلۆجی لەتەکنەلۆجیاکانی دروست کردنی ڕۆبۆتەکان بەشێوەیەکی وردترو باشترو بەکەمترین تێچوونی پارە دەکۆڵێتەوە: بەڵام بەشی زانستی زۆربابەت لەخۆدەگرێت لەپێشەکیدا ئامادەکردنی ڕۆبۆت بە هەستاریێتیەك و پێشکەوتنێکی زیاترو هەروەها بەبڕێکی زیاتر لەزیرەکی و هەردوو هەستی بینین و دەست لێدان کەئەویش پێی دەوترێت زیرەکی دەستکرد.

بەپێی پێوانەکانی زانستی ڕۆبۆتەکان، ڕۆبۆت بەشێوەیەکی گشتی لەقۆڵێکی جوڵاو یان زیاتر پێك دێت کەبەهۆی گیرەیەکەوە بەلەشی ڕۆبۆتەکەوە دەبەستێت هەروەها چەند هەستەوەرێکی تایبەتی پێوەیە کە زانیاریەکانی دەوروبەری ڕۆبۆتەکەو هەروەها ئەو زانیاریانە وەردەگرێت کەئەنجام دانی جوڵەی داواکراو یان ئەنجام نەدانی دیاری دەکات و دەیگەیەننە دەزگایەکی کۆنترۆڵ کە

ئەرکەکەی کۆنترۆڵ کردنی جوڵەی ڕۆبۆتەکەو ڕێنمایی کردنێکی بەپێی ئەوبارەی کەپێی دەجوڵێت.

تویژینەوە زانستیەکانی ڕۆبۆتەکان هەموویان ئامانجیان ئەوەیە خێرایی و جێڕی وردوی و کاریگەریی و توانایەکی زیاتر بدەن بەڕۆبۆتەکان، بۆ بەدیهێنانی زۆربەی ئەم ئامانجانە زاناکان تویژینەوەکانیان لەزۆر بواری جۆراو جۆردا ئەنجام دەدەن، بۆنمونە بەدروست کردنی قۆڵو گیرەکان لەو داڕشتانەی کەکێشیان کەمەو پتەون و بەوردی هەڵبژێردراون دەتوانرێت خێرایی و جێڕیەکەی زیادبکرێت، وبەزیادکردنی توانای ڕۆبۆت لەبینین و دەست لێدان و هەست کردن بەرادەی ڕەقی یان نەرمی تەنەکان دەتوانرێت وردوبینی و کاریگەری زیاتر لەکارەکەیدا دەست بکەوێت و بەپەرەپێدان و خێراکردنی ئەو پرۆگرامانەی کەپەیوەندی بەهۆکارەکانی ئەو تەنانەوە هەیە کەمامەڵەی لەگەڵدا دەکرێت وەک خێرایی و شوێن و شێوەو دوریەکانی و ئەو هۆکارانەی کەپەیوەندی بە ڕۆبۆتەوە هەیەو پێویستن بۆ ئەنجامدانی ئەو کارەی کەپێی سپێردراوە وەک خێرایی جوڵاندنی قۆڵی ڕۆبۆت و ئەوشوێن و کاتەی کەتێیدا دەستی ڕۆبۆتەکە ئەوتەنانە وەردەگرێت، دەتوانرێت خێرایی و توانای ڕۆبۆتەکە باش بکرێت.

کۆنترۆڵ کردنی ڕۆبۆت بەشێوەیەکی باش کارێکی زۆر ئاڵۆزە بەتایبەتی کاتێک کەهۆکارو گۆڕانکارەکان زۆر جۆراو جۆر دەبن کەپێویستە لەبەرچاو بگیرێن بۆنمونەی جوڵەی ڕوبۆتەکان بەکەڵک بن، هێشتا زۆربەی لایەنەکانی کۆنترۆڵ کردن بێ چارەن بۆ نمونە تائێستا پرۆگرامێک نییە کەبتوانێت کۆنترۆڵ بەبەکارهێنانە زۆرەکانی دەستەوە بکات وەک دەستی مرۆڤ کە لەچوارپەنجە زیاتری تێدایە، بەڵام پێشبینی ئەوە دەکرێت کەزۆربەی ئەم گیروگرفتانە لەڕێگەی توێژینەوەو لێکۆڵینەوەکانەوە لەچەند ساڵێکی کەمی داهاتودا چارەسەر بکرێت.

ڕۆبۆتە دەستکردەکان:

یەکەم بەکارهێنانی بازرگانی ڕۆبۆت لەبواری پیشەسازیدا لەساڵی 1961 بوو، تائێستاش پیشەسازی بەرهەمهێنەری سەرەکی ڕۆبۆتە، بەتایبەتی پیشەسازی کارەباو ئەلکترۆنی وشتە قورسەکان، زۆربەی ڕۆبۆتە دەستکردەکان لەراستیدا ئەو خاسیەتە چاکانەی نییە کەلەمێشکی زۆر کەسدا هەیە کاتێک کەوشەی (ڕۆبۆت) دەبیستن، کەزۆربەیان بریتین لە ئامێرەکان بۆهەڵگرتنی تەنەکان و دانانیان لەجێگەیەکی دیکە یان ئەو ئامێرانەی کەچەند کەرەستەیەکی دیاریکراو دەگرن و زنجیرە کردارێکی تیادا ئەنجام دەدەن کەلەوەو پێش پرۆگرام کراوە، ڕۆبۆتە دەستکردەکان سروشتی کاری پیشەسازی و ڕۆڵی توخمی مرۆڤ تیایدا گۆڕیوە هەروەها ڕۆڵێکی گەورەی لە زیادکردنی بەرهەم هێنان و کەم کردنەوەی تێچوونی پارەی بەرهەمهێنان و چاککردنی جۆرەکەیدا هەبووە، هەروەها زاڵ بوون بەسەر گیروگرفتی مرۆڤدا کەکاتێک خۆی بەوکارە هەڵسێت لەبەر ئەوەی کەئەو کارە مەترسیدارە یان لەناوەندێکدایە کەبۆسروشتی مرۆڤ ناگونجێت ڕۆبۆتی دەستکرد هۆکارێکی نمونەییە بە هەموو مانایەک کەڕۆژانە بۆماوەی 24 کاتژمێر بەبێ هیلاک بوون و وەرس بوون کاردەکات بەبێ ئەوەی هیچ پشوویەک بۆنان خواردن بدات، ڕۆبۆت نەخۆش ناکەوێت و پێویستی بەهیچ زەمانەتێکی تەندروستی و کۆمەڵایەتی نییەو نەهاتنی بۆسەر کارنییەو مان ناگرێت و داوای زیادکردنی کرێ ناکات، ئاڕەزایی هەندێک کەس لەبەکارهێنانی ڕۆبۆت لەپیشەسازیدا بە بیانووی ئەوەی کەدەبێتە هۆی بێکاری هیچ ڕاست نییە، ڕاستە کە ڕۆبۆتی دەستکرد هەندێک کاری لابردووە بەڵام شارەزایی بۆپەیدا کردووە، داهێنانی ڕۆبۆت و پێوانەکردن و پرۆگرام کردن و چاکسازی و چاودێری کردنی کارەکەی و ئامادەکردنی کارگەکان بۆدانانی ڕۆبۆت تێیاینداو گونجانی لەگەڵ ئەم پێشکەوتنە لە سروشتی کارەکەدا ئەمانە هەموو کاری نوێن و دەتوانن ژمارەیەکی زۆر لەکرێکار دابین بکەن زیاتر لەژمارەی ئەو کرێکارانەی کەزیانیان پێگەیشتووەو بێکاربوون، هەرچەندە تەکنەلۆجیای کۆمپیتەرو ڕۆبۆتەکان پێش بکەون بەڵام هەر ناتوانن ئەم کارانە بەتەواوی ئەنجام بدەن تەنها بەشێوەیەکی بەشی نەبێت، چونکە ئەم کارانە پێویستی بەشارەزایی و داهێنانی مرۆیی هەیە کەبەهیچ شێوەیەک فەرامۆش ناکرێت بەمەش ڕۆبۆتە دەستکردەکان مرۆڤی لەکارە سەختو بێزارکەرەکان ڕزگارکردو تواناکانیانی بۆ بنیات نان و داهێنانی زیاتر تەرخان کرد.

ڕۆبۆتە دەستکردەکان زۆر جۆریان هەیە کە بەپێی ڕێگەی کۆنترۆڵ کردنی کارەکانیان دەگوزێت بۆنمونە هەیانە کەراستەوخۆ لەلایەن مرۆڤەوە بەڕێوە دەچێت و هەندێکیان چەند جوڵەیەکی دیاریکراو بەهۆی یەک لەدوای یەکێکی جێگرەوە ئەنجام دەدەن کەناگوزێت، هەندێکیشیان دەتوانن لەمرۆڤەوە ئەو فرمانەنە وەرگرن کەپەیوەندی بەیەک لەدوای یەکی جوڵە داواکراوەکانەوە هەیە، کەئەم یەک لەدوای یەکە لەبەردەکەن و بەردەوام دوبارەی دەکەنەوە تا فرمانی دیکەیان پێدەکرێت، چەند ڕۆبۆتێک هەن کەبەهۆی کۆمپیوتەرەوە بەپێی پرۆگرامێک کەلەوەپێش ئامادەکراوە بە ڕێوەدەچن، هەروەها چەند ڕۆبۆتێک هەن کەزیرەکن و دەتوانن خۆیان کۆنترۆڵی جوڵەکانیان بکەن بەبێ سەرپەرشتی مرۆڤ ئەویش بەهۆی هەستیارەکان و دەزگاکانی ناسینەوەو تێبینی کردن کەتیایاندا دانراون، چەند زمانێک پەرەپێدراوە کە زانکۆی ستانفورد داینەناوەو زمانی AL پرۆگرامی تایبەت بەڕۆبۆتەکان کەبەهۆی کۆمپیتەرەوە بەڕێوەدەچن لەوانەش زمانی AML ومەبەست لەم زمانانەش ئەوەیە کەکاری پرۆگرام کردنی جوڵەی ڕۆبۆتەکان باشترو ڕاستر بکەن ئەمەش کە کۆمپانیای (B.M) پەرەی پێداوە.

ڕۆبۆتە کەسێتیەکان:

ڕۆبۆت تەنها لەبوارە پیشەیی تایبەتەندەکاندا نەماوە بەڵکو لەم دواییەدا هەندێک لەکۆمپانیاکان چەند ڕۆبۆتێکی ناو ماڵیان بەرهەم هێناوە کەبەکارهێنانەکانی زۆرن و بەبەکارهێنانیان تایبەتە بەتەنها کەسێک، کەئەمەش داواکاری زۆری لەسەر بوو ئەمەش وای لە کۆمپانیاکانی دروست کردنی کرد کەپارەیەکی زیاتر لەم پیشەسازیە نوێیانەدا

بخاتە ئیشەوە، شارەزایان پێش بینی لەوە دەکەن کەلەسالانی داهاتودا داواکاری لەسەر ڕۆبۆتە کەسێتیەکان زیاتر بێت.

سێ جۆر لە ڕۆبۆتە کەسێتیەکان هەن کەبریتین لە کیسەڵ و قوڵە ئامێرەییەکان و ڕۆبۆتە جوڵە کەرەکان، کیسەڵە ئامێرییەکان دەزگایەکی بچوکن کەدرێژییان نزیکەی 15سم و لەسەر ڕەوڕەوە دەجوڵێن و دەتوانن دەنگ دەربکەن کە بەهەستەوەرەکانی دەست لێدان و بینین و قەڵەمی وێنەکێشان ئامادەکراون، بەزۆری کیسەڵە ئامێرییەکان بۆ وێنەکێشان بەکاردێن ئەویش بەبەستنی بەکۆمپیتەرێکی ماڵەوە کەکۆنترۆڵی دەکات و وێنەو هێڵە داواکراوەکانی پێدەکێشێت، بەڵام قوڵە ئامێرییەکان لەو ڕۆبۆتانە دەچن کەلەپیشەسازیدا لە کارەکانی لەحیم کردندا بەکاردێت بەڵام بەکارهێنانەکانیان زۆرە کەبۆبەکارهێنانە پیشەسازییە سادەکان بەکەڵک دێن هەروەها دەتوانرێت بۆمەبەستی کردن لەسەر کۆمپیتەر بەکاربهێنرێت بەڵام ڕۆبۆتە جوڵەکەرەکان ئەو بوکەشوشانەن کەدەتوانن قسە بکەن و گۆرانی و شیعر بڵێن و جوڵە بکەن و بگەڕێن و هەندێکیان دەتوانرێت بەکۆمپیوتەری ناو ماڵەوە بگەیەنرێت و هەندێکیان خۆی کۆمپیوتەری تێدایە و زۆربەیان دەتوانرێت پرۆگرام بکرێت و کارە گونجاوەکان هەڵبژێرن، بێ گومان ڕۆبۆتە کەسێتیەکان بەپلەی یەکەم ئامێرێکی دڵخۆش کەرن.

بەڵام دەتوانرێت بۆمەبەستەکانی فێرکاری بەکاربهێنرێن کەبەزۆری منداڵان حەزیان لەم جۆرە یارییانەیە، کە بەهۆیانەوە کرداری فێرکردنیان بەزانیارە جیاوازەکان ئاسان دەکات، بەڵام هێشتا ڕۆبۆتی کەسێتی زۆر لە هەنگاوەکانی لەبەردەمدایە بۆئەوەی پێش بکەوێت و ببێتە دەزگایەکی ناوماڵ کەسودێکی کرداری هەبێت.

گەشەسەندنی دروستکردنی ڕۆبۆتە ژیرەکان:

لەساڵی 1950 دا دوو تیۆر دەربارەی دروست کردنی ڕۆبۆتە ژیرەکان دەرکەوت، تیۆری یەکەم دەڵێت دەتوانرێت ئەم جۆرە ڕۆبۆتانە لەڕێگەی پرۆگرام کردنیان بەپرۆگرامێکی تایبەتی یەوە دەستبکەوێت کەلە چالاکیە بیرکردنەوەکانی مرۆڤ بچێت، بەڵام تیۆری دووەم دەڵێت بۆئەوەی ڕۆبۆتە ژیرەکان دروست بکرێت پێویستە ئەو ڕۆبۆتە سەرەتاییانە دروست بکرێن کە زۆرترین بڕ لەهەستەوەرەکانی تێدابێت و بەو پرۆگرامانە ئامادە بکرێنە کەلە کرداری فێربوون دەچن لەلای مرۆڤ پاشان پلە بەپلە فێربکرێن و پەرەپێبدرێن.

زاناکان لەسەرەتادا هەوڵیان دا کەهەردوو تیۆرەکە جێ بەجێ بکەن بەڵام لەداوییدا گەیانەوە بۆ تیۆری یەکەم کەبڕوایان وایە ئەم تیۆرە ڕاسترە، بەڵام تورێنەوەکانیان زۆر تەنگ و چەڵەمەی هاتەڕێ کەهەندێک لەوزانیانە هەوڵیان دا کە ڕۆبۆتێک دروست بکەن کەبەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ لەبەرزترین ئاستی ژیری مرۆڤدا بێت بەبێ ئەوەی بەهیچ هەنگاوە قۆناغییەکاندا تێپەڕ بین، لێرەوە بیروڕای زاناکان کەلەکۆنگرەی نێودەوڵەتی و وتوێژکردنی ڕەوشتی خۆگونجاندن کەلەم دواییەدا لەپاریس گیرا لەسەر تێڕوانین و بایەخ دان بەتیۆری دووەم کۆبونەوەو لەسەر ئەوە ڕێکەوتن کەبۆئەوان ئاسانتر هەوڵبدەن کە پلەبەپلە بگەنە ئەو ژیریەو لەسادەترین جۆرەوە دەستپێبکەن، هەروەها ئەو ڕۆبۆتانەی کەلەسەر ئەم تیۆرە دروست دەکرێن ناویان نا ئاژەڵە ئامێرییەکان (Animats) ئاژەڵە ئامێرییەکان ئەو ڕۆبۆتانەن کەزۆر سادەو ساکارن کەقەبارەی لەقەبارەی پاکەتێکی جگەرە تێپەڕناکات، بەڵام لەتوانایدایە کەپێش بکەون و لەگەڵ ژینگەی دەوروبەریدا خۆیان بگونجێنن، زاناکان هەوڵ دەدەن ئەو ئاژەڵانە دروست بکەن یان لەسەر دەزگاکانی کۆمپیوتەر دایان بنێن پاشان چاودێریان بکەن و لە ڕەوشتەکانیان بکۆڵنەوە لەواقیعداو لەسەر شاشەی کۆمپیوتەر وەک چۆن زانای زیندەوورزانی یان زانای مێروەکان لەبونەوەرە زیندوەکانی تاقیگە دەکۆڵنەوە، و بەم پێیە هەوڵی پەرەپێدانی نەوەکان دەدەن پەرەپێدانێکی سادە لەنەوەکانی پێشوتر، وادیارە وردە وردە نەوەکانی داهاتووی ئەم بونەوەرانە پێشدەکەون و بەپێی تێپەڕبوونی کات فێردەبن.

ئەمەش لەکۆتاییدا وەک چۆن لەهەندێک لەزاناکان دەڵێن دەبێتە هۆی دەستکەوتنی ئەو ئامێرانەی کەزۆر زیرەکترن لەو ئامێرانەی کەتائێستا دروست کراون.

ئەم تیۆرە هێشتا لەسەرەتای جێبەجێکردنی کردارییدایە و کارێکی گرانە کەپێش بینی ڕادەی سەرکەوتنی بکرێت، بەڵام هەندێک لەزاناکان بڕوایان وایە کەئەم تیۆرە یارمەتی زاڵ بوون بەسەر ئەو تەنگ و چەڵەمانەدا دەدات کەڕێگەی لەبەردەم توێژینەوەکان و زیرەکی دەستکردا گرتوە.

ڕۆبۆت و ئایندە:

بێ گومان ئەو کەسانەی کەگوێ بیستی هەواڵە زانستییەکان دەبن دەزانن کەزانستی ڕۆبۆتەکان ڕۆژ بەڕۆژ زۆر پەرە دەستێنن و پێشدەکەون، شارەزایان پێش بینی ئەوەدەکەن کەڕۆبۆتەکانی ئایندە لەئەنجامی ئەم پێشکەوتنەوەو زیرەکترو خێراترو بچوکترو بەهێزترو هەرزانترو بەکارهێنانیان ئاسانتر بێت، هەروەها پێش بینی لەوە دەکەن کە ڕۆبۆتەکان بچنە ئەو بوارانەی کەتائێستا نەچوونەتە ناوی وەک خزمەت کردن لەماڵاندا و ڕۆڵیان لەوبوارانەی کە لەکاتی ئێستادا کاری تیادەکەن زیاتر پەرەبسێنێت، کە لەداهاتودا بەتەواوی لەکارگەکاندا کاریکەن و ڕۆبۆتەکان هەموو کارەکانی بەرهەم هێنان و دروست کردن و سەرپەرشتی کردن و کارگێڕی بەڕێوە ببەن ئەگەر بەرهەمی ئەم پێشکەوتنە بەشێوەیەکی ڕاست ببرێتە ڕێوە ئەوا پێشکەوتن و خێرو خۆشی دەبێتە مایەی مرۆڤ، گومانی تێدانیە کەئاواتی دروست کردنی ئەو ئامێرانەی کەدەچنە ڕیزەی مرۆڤەوە لەزیرەکی و هەڵسوکەوتیاندا لەسەرەتای مێژوەوە و تائێستاش لەخەیاڵی مرۆڤدایە، کێ ئەزانێ لەوانەشە ڕۆژێک لەڕۆژان مرۆڤ بگات بەم ئاواتە کۆنەی ئەوکاتەش چیرۆکەکانی خەیاڵی زانستی دەبنە ڕاستی، ئایا چوونە دەرەوە بۆ فەزا لەرابردودا خەونێک نەبوو کەلەوکاتەدا لە زۆر لەچیرۆکەکانی خەیاڵی زانستیدا ڕەنگی دابوبیەوە کە لەمڕۆشدا بۆتە واقیعێکی ڕاست؟

یەنگی دنیا

Loquat

نووسینی: ئیبراهیم مەعروف
مامۆستا لە بەشی باخداری - زانکۆی سلێمانی
ibrahim-mn@yahoo.co.uk

یەنگی دنیا دارێکی میوەی هەمیشە سەوزە Evergreen، بەئینگلیزی پێیدەوترێت (Loquat) یان (Japan or Japanese Plum)، بەعەرەبی (الینگی دنیا) یان (البشملە).. ناوە زانستییەکەی (Eriobotrya japonica)، سەر بەخێزانی گوڵە باخییەکانە Rosaceae و دەگەڕێتەوە بۆ ناوچە نیمچە کەمەرەییەکانی ئاسیا.. داری یەنگی دنیا جگە لەوەی کە دارێکی میوەیە، بەڵام لەبەرئەوەی کە دارێکی هەمیشە سەوزەو گەڵاکانی شێوەو ڕەنگێکی سەرنج ڕاکێشیان هەیە لەگەڵ ڕەنگی بەرەکەی کە زەردێکی بەرەو پرتەقاڵییە جوانییەکی تایبەتی بەدارەکە دەبەخشن و دەکرێت بۆ مەبەستی جوانی و ڕازاندنەوەی باخچەی ناوماڵ پەروەردە بکرێت.

داری یەنگی دنیا لە ناوچە مامناوەندەکانی وڵاتی چینەوە سەریهەڵداوەو پتریش لە بەرازییەکانی خۆرهەڵات و ناوەڕاستی ئەو وڵاتەدا بەربڵاوە کە بەوە ناسراون زستانیان مامناوەندی و ڕێژەی شێیان بەرزە.. ئەم دارە هەر لە کۆنەوە لە وڵاتانی چین و یابان پەروەردە کراوەو تا ئێستا بەتەواوی نەزانراوە کە چۆن و کەی هاتووەتە عێراقەوە.

چاندنی داری یەنگی دنیا لە سەر ئاستێکی بازرگانی لە ڕۆژهەی ناوچە جیاوازەکانی جیهان سەرکەوتووە، بەتایبەتی وڵاتانی حەوزی دەریای ناوەڕاست، ئوستڕالیا، باشوری ئەفریقا، ئەمریکای لاتینی، کالیفۆرنیا، هتد..و ئێستا وڵاتی یابان بەباشترین ناوچە دادەنرێت لە جیهاندا بۆ پەروەردەکردنی داری یەنگی دنیا لە ڕووی بازرگانییەوە، و سالانە نزیکەی 17000تۆن یەنگی دنیا بەرهەم دێنێت.

داری یەنگی دنیا دارێکی قەبارە بچووک بۆ مامناوەندییە، ڕووتەکەی خڕە، گەڵاکانی چڕە، بەدەگمەن ڕێدەکەوێت کە بەرزییەکەی لە 8مەتر لابدات، قەدەکەی کورتە، ڕەنگی قەد قاوەییەکی کاڵە، لقەکانی ناسکن و لە هەندێک شوێندا کوڵکنن کە پاشماوەی گەڵاکانە پاش وەرینیان. گەڵاکان سادەن، شێوەیان هێلکەیی درێژکۆلەیە، لووتکەیان تیژە، قەراخیان دانداڕە، پانییان 3-10سم دەبێت، بەشی سەرەوەی گەڵاکان ڕەنگیان سەوزی تۆخە، بەشی خوارەوەش سەوزێکی کاڵە (بستەیی) و کوڵکنە، دەماری گەڵاکان چاڵن، ئەم لاولای دەمارەکان بۆ سەردەوە بەرزبوونەتەوە.

چرۆی گوڵی یەنگی دنیا لە جۆری ئاوێتەیە (واتە چرۆکە دەکرێتەوەو سەوزە گەشەیەکی بچووک دەردەکات و پاشان گوڵەکان دروست دەبن)، گوڵەکان هێشووین و لە سەر لاسکێک دروست دەبن کە درێژییەکەی 10-20سم دەبێت و تێکڕای 50گوڵیان لە سەرە.

کاتی گوڵکردنی یەنگی دنیا لە عێراق لە مانگی تشرینی دووەمەوە دەستپێدەکات تا کانوونی یەکەم، گوڵەکان بۆنێکی عەتری سووکیان هەیە، ڕەنگیان سپییە، بەشێوەیەکی لووتکەیی لە سەر لاسکەکان ڕیز دەبن، گوڵەکان تێزەموکن (واتە بەشی نێرەو مێیەشیان تێدایە)، لە 5 کاسە گەڵا و لە 5پەڕە گەڵا و 20پۆرگ و 1هێلکەدان پێکهاتوون، هێلکەدانیش لە 5بەش (کەرپەلە)ی بنک یەکگرتوو پێکهاتووە.. هەندێک جاریش ڕێدەکەوێت کە گوڵ لە 4

یان 6 پەڕە گەلا پێکدێت هێشووی گوڵ بچووک و گوڵەکان پەرش وبڵاودەبن و نزیکەی 10بەریان ئەدروست دەبێت.

بەری یەنگی دنیا شێوەی خڕیان هەرمێییە، ڕەنگیان لە نێوان زەردی کاڵ تا پرتەقاڵی تێردایە.. درێژییان لە نێوان 3-7سم دایە، تۆپکڵیان تەنکە، گۆشتیان پتەوە و کە بەتەواوی پێدەگات ناودار دەبێت، تامی ترشە، ژمارەی تۆو لە بەری یەنگی دنیادا لە نێوان (1-10) تۆوداییە، چونکە هێلکەدان لە 5 کەرپەلە پێک دێت و هەرپەکە لە کەرپەلەکانیش لە دوو بەش پێکدێن، کەواتە پێدەچێت ژمارەی تۆوەکان بگاتە (10)، بەڵام پتر لە بەرئەوەی هەندێک لە کەرپەلەکان لە ماوەی پەرسەندنیاندا دەپووکێنەوە ژمارەی تۆوەکان هەمیشە لە نێوان (3-5) تۆوداییە.. تۆوەکان لووسن، بریسکەدارن، ڕەنگیان لە نێوان قاوەیی کاڵ و تێردایە لەگەڵ بوونی چەند خاڵێکی سپی یان زەردی بچووک لە سەر بەرگی تۆوەکان.. تۆوەکان ئەگەر ژمارەیان زۆر بوو ئەوا شێوەیان خڕە، بەڵام ئەگەر هاتوو ژمارەیان زۆربوو ئەوا شێوەیان سووچدار دەبێت بەهۆی پاڵەپەستۆیان لە سەر یەکتر، تیرەی تۆوەکان لە نێوان 0.5-2سم دایە.

ڕێژەی گۆشت: تۆو لە بەری یەنگی دنیادا زۆر نزمەو لە هەندێک لەو چەشنانەدا کە تۆویان زۆرە ئەم ڕێژەیە ئێجگار نزم دەبێتەوە، ئەمەش تاکە خاڵی لاوازی بەری یەنگی دنیایە.. سیفەتی ڕێژەی گۆشت.. تۆو بەپێی چەشنەکانیش دەگۆڕێت و لەو چەشنانەدا کە 1-2 تۆویان تێدایە ئەم ڕێژەیە باشەو باشتر وایە پتر ئەم چەشنانە هەڵبژێرین بۆ چاندن و زۆرکردن.

بەری یەنگی دنیا ناکلایمەکتیریە Non-Climacteric، واتە ئەگەر هاتوو بەسەوزی لێکرایەوە ئیتر لە پەرەسەندن و پێگەیشتن دەوەستێت و ناتوانرێت پێگەیاندنی دەستکردی بۆ بکرێت، لە بەرئەوە دەبێت هەرگیز بەپێنەگەیشتوویی لێنەکرێتەوە بەڵکو لەسەر دارەکە بهێڵرێتەوە تاوەکو بەتەواوی پێدەگات.

بەرەکان پێش پێگەیشتن سەوزو بچووکن، گەشەیان هێواشە، بەڵام لەوەرزی بەهارداو بە بەرزبوونەوەی پلەی گەرما بەرەکان دەست بەگەشەی خێرا دەکەن و پێدەگەن.

هەندێک لە چەشنەکانی یەنگی دنیا کە پێدەچێت ڕێژەیەکی زۆر لە بەرەکانیان پێش پێگەیشتن هەڵبوەرێن، دەتوانرێت لە کاتی هەڵپێکانی بەردا دارەکان بەگیراوەی 2,4,5-T و بەخەستی 20-40ملگم بۆ هەر لیترێک ئاو بپرژێنرێن بۆ ڕێگرتن لە هەڵوەرینی بەر لەلایەکو لە لایەکی دیکەشەوە دەبێتە هۆی زووتر پێگەیاندنی بەرەکان.. بۆ کەمکردنەوەی ژمارەی تۆوەکان و زیادکردنی ڕێژەی گۆشت: تۆو دەتوانرێت لە مانگی ئەیلول بەدواوە هەتا کاتی هەڵپێکانی بەردارەکان بەگیراوەی جبریللین و بەخەستی 100-200ملگم/لیتر بپرژێنرێن کە دیسان کاریگەری باشی دەبێت لە زوو پێگەیاندندا.

کەشوهەواو خاکی گونجاو:

داری یەنگی دنیا لە هەموو خاکێکدا دەژی بەمەرجێک ئەو خاکە ئاوی زیادە لە خۆنەگرێت و قووڵ بێت.. باشترین جۆری خاکیش بۆ ئەم دارە بریتییە لە خاکێکی تێکەڵەی لمین کە بڕێکی باش لە مادەدە ئۆرگانیەکانی تێدابێت.. داری یەنگی دنیا لە خاکێکدا سەرکەوتوو نابێت کە قووڵییەکەی کەم بێت یان کۆیرەچین (الطبقة الصماء) بەرزبێت، بەڵای کەموە ئەم چینە دەبێت لە 2م دوورتربێت لە ناستی ڕووی خاکەوە، هەروەها ئەو خاکەش کە ڕێژەی کلس تیایدا بەرزبێت دیسان بۆ داری یەنگی دنیا دەست نادات.

سەبارەت بەئاووهەواش، داری یەنگی دنیا لە ناوچە نیمچە کەمەرییەکانەوە سەریهەڵداوە، واتە پێویستی بە ئاووهەواو پلەی گەرمی مامناوەندی هەیە بەتایبەتی لە وەرزی زستاندا.. ئەم دارە زۆر هەستیارە بۆ زۆقم و ووشکەسااڵ، و بەرگەی پلەی گەرمای بەرزی هاوەڵ بەهەوای وشک ناگرێت لە وەرزی هاویندا و لە زستانیشدا زۆر کاریگەر دەبێت بەپلەکانی گەرمای زۆر نزم بەتایبەتی داری کۆرپە (نەمام) کە لە(-4س)دا دەمرێت. بەڵام داری بەتەمەن لە توانایدا هەیە کە تا نزیکەی (-10س)ش بەرگە بگرێت.

سەبارەت بەبەرزوونزمی لە ئاستی ڕووی دەریاوە، داری یەنگی دنیا لە مەودایەکی فراواندا توانای گەشەکردنی هەیەو تاوەکو سنووری 1800م لە ئاستی ڕووی دەریاوە بۆی دەگونجێت. لەو ناوچانەشدا سەرکەوتووە کە ڕادەی باران بارینی ساڵانە لە نێوان 600-1000ملم دایە. وەرزی گوڵکردن دەکەوێتە ماوەی نێوان کۆتایی هاوین و سەرەتای زستانەوە، گوڵەکان زۆر هەستیارن بۆ زۆقم و پلەکانی گەرمای نزمی ژێر سفر ئەگەر بۆ ماوەیەکی کورتیش بێت.. ئەو گوڵانەی کە لە وەرزی هاویندا هەڵیدەپێکن ڕووبەڕووی پلەی گەرمای بەرزو گڕەی هاوین دەبنەوەو کاریگەر دەبن، لە پەرەسەندندا هێواش دەبن، تۆپکڵەکانیان ڕەش هەڵدەگەڕێت و بۆگەن دەکەن، بەم شێوەیە بەرهەمەکە بێسوودو بەکەڵکی خواردن نایەت.. ئەو بەرانەش کە نزیکی پێگەیشتن و لە کاتی گۆڕانی ڕەنگدا ڕووبەڕووی سەرما یان ڕێژەی شێی بەرزو تەمومژ دەبنەوە تامیان زۆر ترش دەبێت، سیفاتی جۆرییان خراپ دەبێت و بۆن و بەرامیان کەم دەبێت.

چەشنەکانی یەنگی دنیا:

داری یەنگی دنیا زۆر چەشنی جیاوازی هەیە، بەشێوەیەکی گشتی دەتوانین بەدوو ڕێگا دابەشیان بکەین:

1.بەپێی پێگەی سروشتی.

2.بەپێی کاتی پێگەیشتن.

لە خوارەوەش بەکورتی لە هەریەکە لەم ڕێگایانە دەدوێین:

1.دابەشکردنی چەشنەکانی یەنگی دنیا بەپێی پێگەی سروشتی:

ا.کۆمەڵەی چینی Chinese group–بەرەکانیان گەورەن، شێوەیان هەرمێییە، ڕەنگیان پرتەقاڵی تێرە.

ب.کۆمەڵەی یابانی Japanese group–بەرەکانیان بچووکن، ناسکن، ڕەنگیان زەردی کاڵە.

2.دابەشکردنی چەشنەکانی یەنگی دنیا بەپێی کاتی پێگەیشتن:

ا.زوو پێگەیشتووەکان–لە سەرەتای مانگی ئازارەوە دەست بەپێگەیشتن دەکەن، نموونەش چەشنی (Golden Yellow)یە کە دارەکەی درێژو بەمێز، لووتکەی دارەکە هێلکەییە، چڕە، قەبارەی بەر مامناوەندییە، شێوەیان هەرمێییە، ڕەنگیان زەردی ئاڵتونییە، گۆشتیان پرتەقاڵییە.

ب.چەشنە مامناوەندییەکان لە پێگەیشتندا–لە کۆتایی ئازاردا پێدەگەن، نموونەش چەشنی (Mammoth)ە، دارەکەی درێژو بەمێزە، لووتکەی دارەکە خڕوکراوەیە، قەبارەی بەر مامناوەندییە، شێوەی بەر هەرمێی درێژکۆلەیە، ڕەنگی زەردی کاڵە، گۆشتەکەی ئەستوور ڕەنگی سپییە، تامی کەمێك ترشە.

2.چەشنە درەنگ پێگەیشتووەکان–لە نیوەی یەکەمی نیسان تا سەرەتاو ناوەڕاستی ئایار پێدەگەن، نموونەش چەشنی (California Advance)ە کە دارەکەی بچووك و بەمێزە، لووتکەکەی بازنەییە، قەبارەی بەر مامناوەندییە، شێوەی بەر هەرمێیی درێژکۆلەیە، ڕەنگی بەر زەردی کاڵە، گۆشت ئەستوورە، ڕەنگی گۆشت سپییە.

گرنگترین چەشنە بەناربانگەکانی یەنگی دنیاش لە جیهاندا ئەمانەن:

Mammoth, California Advance, Tanaka, Improved Pale Yellow, Fire Ball, Priemiere, Late Victoria, Thales, Large Agra, Safeda, Early Red, Large Round, Thames Pride, Golden Nugget, Improved Golden Yellow, Golden Yellow, Champagne.

زۆرکردنی یەنگی دنیا:

1.زۆرکردن بەتۆو–زۆرترین ئەو ڕێگایانەی کە لە زۆرکردنی یەنگی دنیا بەکاردێت بریتییە لە ڕێگای زۆرکردن بەتۆو.. تۆوی یەنگی دنیا بەوە ناسراوە کە ڕاستەوخۆ پاش دەرهێنانی لە بەری پێشگەیشتوو (لە کاتی خواردندا) توانای چەکەرەکردنی هەیە بەپێچەوانەی تۆوی زۆربەی زۆری جۆرەکانی میوەوە کە پێویستیان بەماوەیەکی پاش هەیە بۆ تەواوکردنی سوورپی کامڵ بوون کە پێی دەوترێت ماوەی پێگەیشتنی تۆوەکان لە وەرزی بەهاروهاویندا دەتوانرێت ڕاستەوخۆ بچێنرێن، یان ماوەی چەند هەفتەیەك لە پلەیەکی گەرمی نزمدا (5°س) لە ناو قووتووی تۆند داخراودا هەڵبگیرێن تا بواری گونجاو دەڕەخسێت بۆ چاندنیان. تۆوی یەنگی دنیا ئەگەر لە پلەی گەرمای بەرزدا هەڵبگیرێن یان تووشی بەرکەوتنی هەوای وشك بن، یان لە شوێنی گەرم و وشکدا هەڵبگیرێن، یان ڕووناکی لێیان بدات، ئەوا باری چالاکی و زیندەگییان کەم دەبێتەوەو ڕێژەی چەکەرەکردنیان دادەبەزێت. جگە لەمەش بەدرێژبوونەوەی ماوەی هەڵگرتن دیسان ڕێژەی چەکەرەکردنیان دادەبەزێت ئەگەرچی لە بارودۆخێکی باشیشدا هەڵگیرابن. شایەنی باسیشە ڕێگای زیادکردن بەتۆو لە سەر ئاستی بازرگانیدا بەکارناهێنرێت، چونکە داری بەتۆو زیادکراو درەنگ دێتە بەر، ئەمە لە لایەك و لە لایەکی دیکەشەوە سیفاتەکان بەرەو خراپ بوون دەچن لە بەری دارە بەتۆو زیادکراوەکاندا چ لە ڕووی چەندایەتی و چ لە ڕووی جۆرایەتییەوە.. و ئەم ڕێگایە تەنها بۆ زۆرکردنی بنچینە (اصول) (Stocks) بەکاردەهێنرێت تاوەکو چەشنە باشەکانیان لە سەر موتوربە بکرێت، یان لە بەرنامەکانی لێکدان و پەروەردەکردنی چەشنە جیاوازەکاندا بەکاردەهێنرێت لە هێنانەکایەی چەشنی نوێو دوو ڕەگدا.

لە کاتی چاندنی تۆوی یەنگی دنیادا پێویستە بەهیچ شێوەیەك بەرگی تۆوەکان لانەبرێن و بریندار نەکرێن چونکە ڕاستەوخۆ بەسترانەوە بەکۆرپەلەوە، لە لایەکی دیکەشەوە برینداربوونی بەرگی تۆو دەبێتە هۆی زوو وشك بوونەوە یان مردنی کۆرپەلەو لەپەکان (Cotyledons) و مردنیان، پاشان دابەزینی ڕێژەی چەکەرەکردن.. تۆوەکان لە ناو سندوق و ئینجانەی تایبەتیداو پاش پرکردنیان بەتێکەڵەی تایبەتی دەچێنرێن.. پاش چەکەرەکردنیان و بەرزبوونەوەی شەتڵەکان بۆ نزیکەی (4–5سم) یان پاش دەرکەوتنی 4 لەپەگەڵا جیادەکرێنەوەو دەگوێزرێنەوە بۆ ناو دێراو، ئینجا پاش ئەوەی کە ئەستووربیان (تیرەیان) دەگاتە نزیکەی (1–1.5سم) ئامادە دەبن بۆ موتوربەکردن.. شایەنی باسە ئەو ڕووەکانەی کە لە چاندنی تۆو پەیدا دەبن گەشەیان سستە، بەڵام بۆئەوەی گەشەیان خێرا ببێت و لە ماوەیەکی کەمتردا بگەنە ئاستی گونجاو بۆ موتوربەکردن، دەتوانرێت شەتڵەکان بەترشی جبریللیك Gibberellic Acid بپرژێنرێن. دوای موتوربەکردن، شەتڵەکان لە شەتڵگادا دەهێڵرێنەوە بۆ ماوەی سانێك و دواتر دەگوێزرێنەوە بۆ شوێنی هەمیشەیی لە باخدا.

بنچینەکانی یەنگی دنیا:

بنچینە (Stock) ئەو بەشەیە کە کۆمەڵەی ڕەگی لە سەرەو ڕاستەوخۆ دەکەوێتە ژێر ناوچەی موتوربەکردنەوە، هەرچی بەشی سەرەوەشە کە لە گۆپکەی موتوربەکە دەردەچێت پێی دەوترێت خۆڕاکە (Scion) موتوربەکردن (Budding) یەکێکە لە ڕێگاکانی سەرزە زۆرکردن و دەبێتە هۆی پاراستنی سیفاتە باشەکانی بەری میوە، وەکو: ڕەنگ، شێوە، قەبارە، تامووبۆن..هتد.

لە کاتی موتوربەکردندا زۆربەی جار بنچینەو خۆڕاکە سەربەیەك جۆرن (Species) وەکو سێو لە سەر سێو، یان سەر بەیەك ڕەگەزن (Genus) وەکو هەڵوژە لە سەر بادەم، یان سەر بەیەك خێزانن (Family) وەکو سێو لەسەر هەرمێ. ئەوەی تێبینیکراوە کە بنچینەو خۆڕاکە پێویستە سروشتی گەشەکردنیان چونیەك بێت، بۆ نموونە هەردووکیان هەمیشە سەوز بن یان هەردووکیان گەڵاوەریو بن.. بەڵام داری یەنگی دنیا کە دارێکی

هەمیشە سەوزە (Evergreen)، جگە لەوەی کە لەسەر بنچینەی خۆی، واتە یەنگی دنیا لەسەر یەنگی دنیا، موتوربە دەکرێت، لە هەمان کاتدا لە توانادا هەیە کە لەسەر بنچینەی دارە گەڵاوەریوەکانیش (Deciduous) کە سەر بەهەمان خێزانی گوڵەباخییەکان (Rosaceae) بێت موتوربە بکرێت بەشێوەیەکی زۆر سەرکەوتوو، وەکو موتوربەکردن لە سەر سێوو هەرمێ و بەهێ.. ئەمەش یەکێکی دیکەیە لە سیفاتە تایبەتییەکانی داری یەنگی دنیا کە تاکە داری میوەی هەمیشە سەوزە بتوانرێت لە سەر بنچینەی گەڵاوەریوەکان موتوربە بکرێت.

زۆربەی بنچینە گەڵاوەریوەکانیش کە ئەمڕۆ لە سەر ئاستێکی بازرگانی و لە وڵاتانی ئەوروپا و یابان و ئوستراليا و کالیفۆرنیا بەکاردەهێنرێت بریتییە لە بنچینەی (بەهێ) کە بنچینەیەکی لاوازکەرە (Dwarfing Stock) کە سودی لێوەردەگیرێت بۆ دیاریکردن و بچووککردنەوەی قەبارەی دارەکان و لە ئەنجامدا دەتوانرێت ژمارەیەکی پتر لە داری یەنگی دنیا لە ڕووبەرێکی دیاریکراودا بچێنرێت و لە لایەکی دیکەشەوە بەهۆی بچووکی قەبارەی دارەکانەوە کارە خزمەتگوزارییەکان بەشێوەیەکی ئاسانتر ئەنجام دەدرێت. جگە لەمانەش بنچینەی بەهێ بەرگەی زۆربەی نەخۆشییەکان دەگرێت و بەئاسانیش بەقەڵەم زیاد دەکرێت (Easy to Root).

2.سەوزە زۆرکردن:

ا.پاڵخستنی هەوایی Air Layering-ئاسانترین ڕێگاکانی سەوزە زۆرکردن لە داری میوەدا بریتییە لە ڕێگای زۆرکردن بەقەڵەم (Cutting)، بەڵام لەبەرئەوەی قەڵەمی یەنگی دنیا زۆر بەگرانی ڕەگ دەکات (Difficult to Root)، بۆ سەوزە زۆرکردنی ئەم دارە پەنا دەبرێتەبەر ڕێگاکانی دیکەی سەوزە زۆرکردن وەکو ڕێگای پاڵخستن، باشترین ڕێگاش بۆ ئەم مەبەستە ڕێگای پاڵخستنی هەواییە.. لێرەدا لقێکی نوێ یان چەند لقێکی نوێ دیاری دەکرێت کە تەمەنیان لە نێوان (1-3) مانگدا بێت.. پاشان کرداری ئەڵقەکردنیان (Ringing) بۆ دەکرێت (ئەڵقەکردن بریتییە لە لابردنی ئەڵقەیەکی تەواو یان ناتەواو لە چینی نیان، واتە تۆێکڵی لقەکە، ئەمەش یارمەتی کۆبوونەوەی خۆراک دەدات لە ناوچەی ڕەگکردندا)، پاش ئەڵقەکردن لقەکە دادەپۆشرێت بەتێکەڵەیەکی گونجاو یان ماددەی پیتمۆس کە بەهۆی پارچە نایلۆنێکی ڕەش یان بەهۆی ئینجانەیەکی پلاستیکی لەتکراو بۆ دوو بەش تێکەڵەکە بەچواردەوری ئەڵقەکەدا جێگیردەکرێت و تەڕ دەکرێت تاوەکو ڕەگ دەکات.. پرۆژاندنی ئەو لقە بەنەفتالینە ترشی سرکیک (NAA) بەخەستی 3٪ یان بەئەندۆڵە ترشی بیوتریک (IBA) و بەخەستی 2500ملگم/بۆ 1لیتر ئاو دەبێتە هۆی هاندانی ڕەگکردن و خێرایی گەشەکردن.

ب.موتوربەکردن:

لە هەردوو وەرزی بەهارو پاییزدا دەتوانرێت موتوربەی یەنگی نیا بکرێت چ لە سەر بنچینەی خۆی یان لە سەر بنچینەی بەهێ، ئەویش بەتوێکردنی بەشێکی لووس لە قەدی بنچینە لە بەرزایی 15-30سم لە ڕووی خاکەوە کاتێک کە لەم بەرزاییەدا تیرەکەی بگاتە 1-1.5سم توێکردن باشترواية لە شێوەی پیتی (T)دا بێت، ئەم ڕێگایە پێی دەوترێت موتوربەی قەڵغانی یان موتوربەی شێوە (T)، پاشان گۆپکە لە خۆراکە وەردەگیرێت و دەکرێتە دووتوێی بەشە توێکراوەکە لە سەر بنچینەو بەشریتی رافیا دادەپۆشرێت، پاش سەرکەوتن و گەشەکردنی گۆپکەکە، قەدی سەرەکی بنچینە لە سەرووی ناوچەی موتوربەکردنەوە دەبڕێت و شەتڵێکی موتوربەکراومان دەستدەکەوێت.. شایەنی باسە لەو شوێنانەی کە ڕاددەی شێ یان ڕاددەی باران بارینی سالانە زۆرە دەتوانرێت شێوەی موتوربەی (T) هەڵگەڕاوە بەکاربهێنرێت تاوەکو ئاوی باران تێیدا کۆنەبێتەوەو موتوربەکە سەربگرێت.

چاندنی یەنگی دنیا:

داری یەنگی دنیا زۆر هەستیارە بۆ هەوای وشک و گەرم (گڕە)، هەروەها بەتیشکی خۆری بەهێزو ڕاستەوخۆ تووشی زیان دەبێت، لە بەرئەوە پێویستە سالێک یان دوو سال پێش چاندنی باخی یەنگی دنیا لە زەوی باخەکەدا داری باگێڕەوە (Windbreakers) بڕوێنرێت کە لە دواییدا چ بۆ کەمکردنەوەی کاریگەری گڕە، چ بۆ دابینکردنی سێبەر سوودی بۆ دارەکان دەبێت.. پاشان زەوی باخەکە ئامادە دەکرێت، ئەویش بەکێلانی زەوییەکە چەند جارێک، هەڵگێڕانەوەی خاکەکە، وردکردنی، تەخت کردنو پاشان هەڵکەندنی چاڵ.. چاڵەکان باشتر وایە بەپێوانەی 75-100سم قوواڵی و 75-100سم تیرە هەڵبکەنرێن.. خۆ ئەگەر چاڵەکانیش بە2-3 مانگ پێش چاندنی نەمامەکان ئامادەبکرێن باشترە.. لە کاتی چاندندا خاکی سەرەوەی چاڵەکە لەگەڵ پەیینی ئاژەڵی کۆندا بەڕێژەی 1خاك بۆ 10 پەیین تێکەڵ دەکرێت و هەندێک جاریش پەیینی کیمیایی فۆسفاتی بەبڕی 200گرام بۆ هەر چاڵێک ئامادەدەکرێت. چاڵەکانیش پێویستە ماوەی 6-8مەتر لە یەکەوە دووربن ئەگەر بنچینەکان بەهێ بوون ئەوا ماوەی نێوان چاڵەکان کەم دەبێتەوە بۆ 3-5مەتر.. لە کاتی چاندندا پێویستە کۆمەڵەی ڕەگ بەیەکسانی بەملاولادا بلاوببێتەوە، لەو شوێنانەی ڕەشەبا دەیانگرێتەوە دەتوانرێت ئاڕاستەی ڕەگەکان ڕووەو ئاڕاستەی با لە ناو چاڵەکاندا بلاوبکرێتەوە تاوەکو لە پاشەڕۆژدا هەڵنەکەنرێن، پاشان دادەپۆشرێن و دەپەستێورێنەوەو باشتریش وایە پاڵپشتێک لە دار یان ئاسن بۆ نەمامەکان دابنرێت و پێیانەوە ببەسترێتەوە بۆ پاراستن لە ڕەشەبا کە لەوانەیە هەڵیانبکەنێت یان بیانچەمێنێتەوە بەتایبەتی لە ساڵانی یەکەمی تەمەنیاندا.

کارە خزمەتگوزارییەکان:

1.پەیینکردن Fertilization:

داری یەنگی دنیا لە بەرئەوەی هەمیشە سەوزەو وەرزی گەشەکردنی درێژە، بڕێکی زۆر لە مادە خۆراکییەکانی ناو خاک هەڵدەمژێت و لە ماوەیەکی کەمدا دەبێتە هۆی ماندووکردنی خاک، لە بەرئەوە ماوە ماوە پێویستی بەکرداری پەیینکردنی ڕێکوپێک و

گرنجاو هەیە. پێویستە ئەوەش بزانین کە هەر کیلۆگرامێک لە بەری یەنگی دنیا پێویستی بەنزیکەی 1گرام نایترۆجین، 1گرام فۆسفۆر، 1گرام کالسیۆم، و 3گرام پۆتاسیۆم هەیە، جگە لە پێداویستییەکانی سەوزە گەشەش.. بەشێوەیەکی گشتی 100گرام پەیینی نایترۆجینی بۆ هەر ساڵێک لە تەمەنی دارەکە دەدرێت بەداری یەنگی دنیا، واتە ئەگەر دارێک تەمەنی 5ساڵ بێت و تا نێستا پەیین نەکرابێت ئەوا پێویستی بە500گرام نایترۆجین هەیە کە بەشێوەی یۆریا دەدرێت بەدارەکە، وەکو ئاشکراشە پەیینی یۆریا 46٪ی نایترۆجینە، واتە بۆ دابینکردنی 500گرام نایترۆجین پێویستە بڕی 1000–1200گرام یۆریا بدەین بەدارەکە.. داری گەورەش پێویستی بەنزیکەی 750–1000گرام نایترۆجین هەیە، واتە 1500–2000گرام لە یۆریا.

بۆ هەر دۆنمێک لە باخی یەنگی دنیا پێویستە ساڵانە نزیکەی 50کگم پەیینی نایترۆجینی و 100کگم سوپەر فۆسفات و 50کگم کبریتاتی پۆتاسیۆم بەکاربهێنرێت.

2.لەناوبردنی گژوگیا Weed control:

لەناوبردنی گژوگیا و بژار لە باخی یەنگی دنیادا پێویستە یان بەدەست یان بەهۆی ئامێرەوە ئەنجام بدرێت و پێویستە بەهیچ شێوەیەک دەرمانە قرکەرەکانی بژار بەکارنەهێنرێت، چونکە تا نێستا هیچ توێژینەوەیەکی زانستی نییە کە رێنمایی کشتیاران بکات لەم بارەیەوە.

3.هەڵپاچین Pruning:

لە ساڵانی یەکەمی تەمەنی داری یەنگی دنیادا، هەڵپاچین تەنها بریتییە لە هەڵپاچینی پەروەردەکردن بۆ مەبەستی پێدانی شێوەیەکی تایبەتی بۆ دارەکان کە لە پاشەڕۆژدا بەمێزو خۆراگرین لە ئاست بارودۆخی ئاووهەوای ناوچەکەدا.. ئەو رێگایانەش کە بەکاردەهێنرێن لە پەروەردەکردنی یەنگی دنیادا بریتین لە رێگای قەدی سەرەکی لادراو Modified Leader لەگەڵ رێگای کاسەیی.. لە هەردوو رێگاکەشدا پێویستە پارێزگاری لە پاکوخاوێنی قەدی سەرەکی بکرێت و رێگا بەگەشەکردنی لقی زیادە نەدرێت بەبەرزی 40–50سم لە کاتی بەکارهێنانی بنچینەی لاوازکەرداو 60–90سم بۆ بنچینەی بەتۆو زیادکراو.

داری گەورە پێویستی بەهەڵپاچینێکی تایبەتی نییە، جگە لە لێکردنەوەی هەموو ئەو لقانەی کە لە ژێر ناوچەی موتوربەکەوە سەرهەڵدەدەن لەگەڵ لێکردنەوەی سەرجەم لقە وشک و بریندارو نەخۆشەکان.

لە داری یەنگی دنیاداو لە کاتی پێگەیشتنی بەردا، لێکردنەوەی بەرە شێوە هێشووبیەکان بۆ خۆیان جۆرە هەڵپاچینێکن، چونکە لێکردنەوەیان هانی دروستبوونی لۆ و پۆپی نوێ دەدات، لە لایەکی دیکەشەوە دەبێتە هۆی کورت بوونەوەی لقە سەرەکییەکان و کرانەوەی نێوەندی دارەکە بۆ بەرکەوتنی تیشکی خۆرو ئاسانکردنی هەواگۆڕکێ.

4.ئاودان Irrigation:

لە وەرزی بێبارانیدا داری یەنگی دنیا پێویستە هەموو هەفتەیەک تا دوو هەفتە جارێک ئاودان بکرێت.. لە کاتی هەڵناوسانو دەرکەوتنی چرۆی گوڵدا ئاودان رادەگیرێت، بەڵام پاش هەڵپێکانی بەرو لە ماوەی گەشەی بەردا پێویستە بەبەردەوامی خاکەکە شێدارێت.. بەگشتی داری یەنگی دنیا لە بەرئەوەی دارێکی هەمیشە سەوزەو لەگەشەی بەردەوامدایە، دەبێت هەمیشە خاکەکەی شێدار بێت، لە بەرئەوە باشتر وایە سستمێکی رێکوپێک دابنرێت بۆ ئاودانی یەنگی دنیا وەکو سستمی ئاودان بەدڵۆپاندن Drip Irrigation تاوەکو بەدرێژایی ساڵو بەپێی پێویست سوودی لێوەربگیرێت.

5.تەنککردنی گوڵو بەر Flower and Fruit Thinning:

وەکو ئاشکرایە داری یەنگی دنیا بەشێوەی هێشوو بەر دەگرێت، ئەم هێشوانەش لە سەر چڵوپی ئەو لقانەدا دروست دەبن کە تەمەنیان ساڵێکە.. بەرەکانی سەر هەمان هێشوو هەمیشە جیاوازی هەیە لە قەبارەیاندا و لە پلەی پێگەیشتنیاندا، بەرەکانی نزیک لە بنکەی هێشووەکانەوە هەمیشە گەورەترو زووتریش پێدەگەن، بەڵام تا بەرەو لوتکەی هێشووەکان بڕۆین بەرەکان بچووکتر دەبنەوەو گەشەو پەرەسەندنیشیان هێواشترە.. بۆ نەهێشتن یان کەمکردنەوەی ئەم دیاردەیە، دەتوانرێت کرداری تەنککردن بکرێت چ لە کاتی گوڵکردندا بەلێکردنەوەی گوڵەکان سەر لوتکەی هێشووەکان یان کەمکردنەوەی ژمارەی هێشووەکان، و چ لە قۆناغەکانی پاشتری گەشەی بەردا، بەڵام باشترین قۆناغ راستەوخۆ دوای هەڵپێکانی گوڵەکانە، ئەمەش بۆ ئەوەی خۆراکی یەدەککراو لە لەشی دارەکاندا بەفیڕۆ نەچێت، جگە لەمەش لەم کاتەدا مەترسی مردنو هەڵوەرینو بەلەنجام نەگەیشتنی پەرینی گوڵەکان نامێنێت.. ئەنجامدانی کرداری تەنککردن جگە لەوەی کە دیاردەی جیاوازی لە قەبارەو پێگەیشتنی بەرەکاندا کەمدەکاتەوە، لە هەمان کاتیشدا دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی دیاردەی نۆرە بەرگرتن Alternate bearing لە دارەکانداو ساڵی داهاتووش بەرهەمێکی باشمان دەداتێ. لە کرداری تەنککردندا پێویستە هێشووەکان بەگشتی لووتکەکانیان لابرێت لەگەڵ لێکردنەوەی تەواوەتی ئەو هێشووانەی کە زۆر چڕن یان لە سێبەردان. دەتوانرێت دەرمانێش بۆ ئەم مەبەستە بەکاربهێنرێت لە کاتی گوڵکردندا وەکو NAA.

6.لێکردنەوەی بەر (چنینەوە) Fruit Picking:

وەک پێشتر باسمان کرد، بەری یەنگی دنیا لە جۆری ناکلایمەکتیریە Non-Climacteric، واتە بەلێکردنەوەی بەرەکەی، ئیتر لە پێگەیشتنو پەرەسەندن دەوەستێ، کەواتە هەرگیز ناتوانرێت بەری یەنگی دنیا بەسەوزی یان پێش پێگەیشتن لێبکرێتەوەو پێگەیاندنی دەستکردی Artificial Ripening بۆ بکرێت، بەڵکو دەبێت کاتێک لێبکرێتەوە کە بەتەواوی پێگەیشتبێت و گەیشتبێتە قەبارەو ڕەنگو تامو بۆنی تایبەتی

خۆی، جگە لەوەش بەری یەنگی دنیاش کەمێك تـرش ئاسـایەو باشتر وایە لێکردنەوەی کەمێك دوابخرێت تـاوەکو رێـژەی شـەکر تیایدا بگاتە ئاستێکی پەسەندکراو.. لە هـەندێك لـەو چەشـنانەی یـەنگی دنیـادا کـە هـەموو بـەرەکانی سـەر هێشـوویەك بەیەکـەوە پێدەگـەن، دەتوانرێت هێشووەکە بەتـەواوی لێبکرێتـەوە، بـەڵام لـە هـەندێك لـەو چەشـنانەی دیکـەدا کـە جیـاوازی هەیـە لـە پلـەی پێگەیشتنیاندا، دەبێت بەرە پێگەیشتووەکان لێبکرێتـەوەو ئـەوانی دیکە بەجێبهێڵرێت بۆ جاری داهاتوو.

سـەبارەت بـەبڕی بـەرهـەمی یـەنگی دنیـا، داری یـەنگی دنیـا لـە سـاڵی چـوارەمو پێنجـەمی تەمـەنیدا دەسـت بـەبـەرگرتن دەکـات‌و بەرەبەر بەرهـەمی زیاد دەکات لەگـەڵ زیادبوونی تەمەنیدا تا دەگاتە تـەمـەنی 15–20سـاڵ، تێکـڕای بەرهـەمی دارێکیـش لـە جیـهاندا برتییـە لـە 20–25کگـم/دارێـك بـەڵام بـەهۆی ئـەنجامدانی کـارە کشـتوکاڵییەکانەوە بەشـێوەیەکی رێك‌وپێـك لـە تـوانـدا هەیـە بـڕی بەرهـەمی دارێك بگاتە 50کگم. لە دوای تەمـەنی 50سـاڵیش بـەهیچ شـێوەیەك ئـابووری نییـە کـە داری یـەنگی دنیـا بهێڵرێتـەوە، بـەڵکو باشترواپە بەماوەیەکی تەواو پێش وەخت کاربکرێت بۆ لەناوبردنی دارەکان‌و گۆڕینیان بەداری نوێ.

گوڵکردن Flowering:

گوڵـی یـەنگی دنیـا نـێرە مووکە، هـەردوو بەشـی نـێرو مێـی تێدایە، ئەم دارە لە وەرزی پایز تا سـەرەتای زسـتان گـوڵ دەکات، گوڵەکان بەشێوەی چەند شەپۆلێکی یەك لە دوای یەك دەردەکـەون. شەپۆلی یەکەم لـە کۆتایی هـاوین‌و سـەرەتای پـایزدا پـوودەدات، لـە بـەر ناچالاکی دەنکـە هـەڵاڵـە زۆر بەکـەمی پێدەکـەوێت هـەڵبـێکن‌و بەرهـەم بـدەن. شـەپۆلی دووەم لـە مانگـەکانی تشـرینی یەکـەم‌و تشـرینی دووەمـدا دەبێـت، لـێرەدا بەشـەکانی گـوڵ تـەواون، لـە بەرئەوە هـەڵبێکان‌و دروست بوونـی بـەر سـروشـتییەو بەرهـەمیان باشە، بەڵام شەپۆلی سێیەمی بەرگرتن لە مانگەکانی کانونی یەکەم‌و دووەمدا پوودەدات‌و پەرەسـەندنی بـەر هـەڵبێکراوەکانیان هاوکـات دەبێت لەگەڵ گەرمی سەرەتای هاویندا بـەرەکان بچووك‌و بێکـەڵك دەردەچن.

شایەنی باسە کاتێك لە باخچەی ئاومـاڵدا کە دارێك یـان چـەند دارێکـی یـەنگی دنیـا هـەبێت، دەبینـین دارەکـان بـەرناگرن، هـۆی ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ یەکێك لەم خاڵانەی خوارەوە:

1.دیاردەی ئەگونجانی خۆیی Self-Incompatibility:

لـێرەدا دارەکـان خۆیـان ناپـەڕێنن‌و ئەگـەر بەتەنـها بڕوێنرێن بەرناگرن، نمونەش چەشنەکانی Pale Yellow، Large Agra, Improved pale Yellow, Golden Yellow.

2.دیـاردەی نـەگونجانی خۆیـی ناتـەواو Self-Partial Incompatibility:

ئەگـەر بەتەنها بڕوێنرێت بەرێکی کـەم دەگرێت، بـەڵام ئەگـەر بێت‌و چەشنی کـەڵدەری لێنزیك بێت بەرهـەمیان باشتر دەبێت، نمونەش چەشنەکانی Large Round‌و Fire Ball‌و Thames‌و pride‌و California Advance‌و Tanaka. باشترین کـەڵدەر بـۆ چەشنی Tanaka بریتییە لە چەشنی california Advance.

3.دیاردەی نـەگونجانی تێکـەڵی ناتـەواو Partial Cross-Incompatibility:

هـەندێك جـار وا رێدەکـەوێت کـە چەشـنەکان بەتێکـەڵیش ڕوێنراون کەچی هەر بەرناگرن، هـۆی ئەمەش ئەوەیە کە چەشنە سەرەکییەکەو چەشنە کەڵدەرەکە نەگونجاوییان لەگـەڵ یـەکدیدا هەیە. بۆ نموونە ئەم دیاردەیە لە نێوان هەردوو چەشنی Tanaka‌و Pale Yellowدا تێبینی کراوە.

دیاردەی نۆرە بەرگرتن Alternate Bearing:

دیـاردەی نـۆرە بـەرگرتن بریتییـە لـە وەی کـە هـەندێك لـە جۆرەکانی داری میوە ساڵێك بەرهەمی باش دەدەن‌و ساڵی داهاتوو بەرهەم نادەن یان بەرهەمێکی کەم دەدەن.. ئەم دیاردەیە پەیوەندی ڕاستەوخۆی بەناستی خۆراکی یەدەککراوەوە هەیە لە ناو لەشی دارەکەدا، ئەو ساڵەی کە بەرهەم زۆرە (On-Year) زۆربەی خۆراکی یـەدەککراو بـەکاردەهێنرێت لـە گـەورەکردن‌و پێگـەیاندنی بەرهەمەکەداو لە ئەنجامدا ساڵی پاشتر بەرهەم ناگرێت یان زۆر کەم دەگرێـت (Off-Year).. وەکـو ناشکراشـە دروسـتبوونی تـۆو پێویستی بەزۆرترین بڕی خۆراك هەیە لە چاو بەشەکانی دیکەی ڕووەکدا. بـەری یـەنگی دنیاش لەبەرئـەوەی رێژەیـەکی زۆر تـۆوی تێدایە، دیـاردەی نـۆرە بـەرگرتن بەئاشـکرا پێـوەی دیـارە.. بـۆ چارەسەرکردنی ئەم دیاردەیەش وەك پێشتر باس کرا دەتوانرێت کـرداری تـەنککردن بـۆ گوڵـەکان یـان بـەرە تـازە هـەڵبێکراوەکان بکرێت‌و وا لە دارەکان بکرێـت کـە بڕێـك لـە خۆراکـی یـەدەککراو هەڵبگرێت بۆ بەرهەمی ساڵی داهاتوو.

جگـە لەمـەش کـارە خزمەتگوزارییـەکانی وەکـو ئـاودان‌و پـەیینکردن‌و هـەڵپاچین بەشـێوەیەکی رێك‌وپێـك دەبێتـە هـۆی کەمکردنەوەی ئەم دیاردەیە.

دەردە کشتوکاڵییەکان Pasts:

1.نەخۆشییەکان Diseases:

ا.زامی بەکتیری Bacterial Canker:

بەهۆی بەکتریای Pseudomonas ericobotryae پوودەدات، کە دەبێتە هـۆی دروستبوونی برین لە سەر لق‌و پۆپـی دارەکـەو دروستکرنی پەڵە لە سەر گەڵاکان‌و پاشان مردنـی دارەکـە.. ئـەم نەخۆشییە بـەپڕاندنی دارەکـە بـەگیراوەی بـوردۆ 1٪ چارەسـەر دەکرێت.

ب.گەری Scab:

بەهۆی کەپوویەکەوە پووەدات بەناوی Basiascum eriobotryae، دەبێتە هۆی دروستبوونی پەڵەی تۆخ لە سەر گەڵا و لقەکان، ئەمیش بەهۆی گیراوەی بۆردۆ یان یەکێک لەم دەرمانانە: ڤێربام، کاپتان، دایاتین م45 چارەسەر دەکرێت.

2.مێروەکان Insects:

زۆرترین ئەو مێروانەی کە تووشی داری یەنگی دنیا دەبن بریتین لە مێشی میوە، مێروو تونێڵدارەکان، شیرینە، تڕپس، مێشوولە بۆگەنە، ئەمانە دەتوانرێت بەگیراوەی پاراتیون 1-5٪ بەرگری بکرێن.

3.باڵندەو شەمشەمەکوێرە Birds and Bats:

جۆرەکانی باڵندەو شەمشەمەکوێرەش پێدەچێت زیان بە بەری یەگی دنیا بگەیەنن بەتایبەتی لە کاتی پێگەیشتندا. ئەمانە دەتوانرێت خۆراکی ژەهراوییان بۆ دابنرێت لە سەردارەکان بۆ لەناوبردنیان.

بەهای خۆراکی بەری یەنگی دنیا Nutritional Value:

بەری یەنگی دنیا سەرچاوەیەکی باشە بۆ ڤیتامینA، لەگەڵ بوونی بڕێکی باش لە ڤیتامینB، سەبارەت بەڤیتامینC، هەندێک لە سەرچاوەکان دەڵێن بڕێکی باش لەم ڤیتامینەشی تێدایەو هەندێکی دیکەشیان دەڵێن کە ئەو بڕەی تێدایە زۆر کەمەو شایەنی باس نییە.. هەروەها سەرچاوەیەکی باشە بۆ توخمە کانزاییەکان بەتایبەتی پۆتاسیۆمو کالسیۆمو ئاسن.. بەری یەنگی دنیا ئەو بەشەی کە دەخورێت 87%ی ئاوە، 10٪ی کاربۆهیدراتە، ئەوەش دەمێنێتەوە بریتییە لە پرۆتینو کانزاو ڕیشاڵەکان، و هەموو 100گرامێک لە بەری یەنگی دنیا 48یەکەی گەرمی بەلەش دەبەخشێت، یەنگی دنیا تامێکی مزرو تایبەتی هەیە، میوەیەکی خۆشەویستە، چونکە لە بەهاردا دەردەکەوێت، لە کاتێکدا کە زۆربەی زۆری میوەکانی دی بەسەر چوون بەتایبەتی مزرەمەنییەکان.

بەکارهێنانەکانی یەنگی دنیا:

1.وەکو میوەی سەرمێز بەتازەیی دەخورێت Dessert.

2.بۆ ڕازاندنەوەی کێکو جۆرەکانی دیکەی خواردن Pie-Filling.

3.بەکارهێنانی لە دروستکردنی کۆکتێلی میوەدا Fruit cocktail.

4.دروستکردنی شەربەت Juice.

5.بەشێوەی لەقوتوونراو Canned.

6.بەشێوەی بەستوو Frozen.

7.بەری یەنگی دنیای پێنەگەیشتوو بەکاردێت بۆ دروستکردنی مرەبا و جێلی Jam and Jelly.

8.بۆ خۆپاراستنو چارەسەری هەندێک نەخۆشی.

9.دارەکەی پەمەیی و خاڵاوی و بەمێزە بەکاردەهێنرێت بۆ دروستکردنی ڕاستەو کەرەستەی وێنەکێشان جگە لە بەکارهێنانی لە دروستکردنی کەلوپەلی ناومااڵدا.

11.گەڵا و گوڵەکانی باشترین جۆری بۆنی لێدەردەهێنرێت بەتایبەتی لە وڵاتی فەرەنسا.

سیفاتە چارەسەرسازییەکانی بەری یەنگی دنیا:

1.پاراستن لە شێرپەنجە.

2.کەمکردنەوەی پەستانی خوێن.

3.بەرگری لە ڕشانەوەو کۆکەڕەشە.

4.دابەزاندنی کێش (چونکە برسێتی دوادەخات).

5.دژی تەنگە نەفەسی و نەخۆشییەکانی کۆئەندامی هەناسە.

هەڵگرتنی یەنگی دنیا:

بەری یەنگی دنیا لە پلەی گەرمی ئاساییدا دەتوانرێت بۆ ماوەی 10ڕۆژ هەڵبگیرێت، بەڵام لە پلەی گەرمی نزمدا (11-15°س)و بەهۆی بەکارهێنانی دەرمانی قڕکەری کەڕووکانەوە، وەکو Benomyl دەتوانرێت بۆ ماوەی 2مانگ هەڵبگیرێت بەبێ تێکچوون بەمەرجێک هەفتەی 2-3جار هەوا گۆڕکێ لە گەنجینەی هەڵگرتندا بکرێت بەبێ ئەنجامدانی هەوا گۆڕکێ یان بەدانانی میوەکان لە ناو کیسی نایلۆندا ناو میوەکان پەش دەبێتەوە.

شایەنی باسیشە پاش دەرهێنانی میوەکان لە گەنجینەدا پێویستە لە ماوەی 3 ڕۆژدا بەکاربهێنرێت چونکە پتر لەو ماوەیە بەمێنێتەوە تێک دەچێتو زیان بەتەندروستی دەگەیەنێت.

مادەو ژەهراوییەکان لەبەری یەنگی دنیادا:

بەری یەنگی دنیا پێنەگەیشتوو ئاوێتەی کیمیایی ئەمیگدالینی تێدایە کە ژەهراوییەو ئەگەر منداڵ 4دانە لە بەری ئەم میوەیە بەپێنەگەیشتووبی بخوات گێژۆ بێهۆشی دەکات چونکە ئاوێتەی ئەمیگدالین لە لەشدا دەگۆڕێت بۆ ئاوێتەی سیانیدی هایدرۆجین HCN کە زۆر سامناکە.. بەڵام بەری تەواو پێگەیشتوو ئەم مەترسییەی نییە.

سەرچاوەکان:

1.آغا، جواد ذنون وداؤد عبدالله داؤد (1991) انتاج الفاكهة المستديمة الخضرة-الجزء الثاني-جامعة الموصل. ص 525-540.

2.Chandler, W.H.(1958) Evergreen Orchards.
2nd ed. Lea and Febiger. Philadelphia. USA.

3.Morton, J.(1987). Fruits of Warm Climates.
Miami, Florida, USA. PP:103-108.

4.http://www.hort.purdue.edu/newcrop/morton/loquat.html.

5-http://www.crfg.org/pubs/ff/loquat.html.

6.http://meme.essortent.com/loquat.rjrg.htm.

پرسیارو وەڵام لەسەر سێکس

د: سەمەد

ا-هەست بە بێتاقەتی و جارجار وەرسی لە ژیانی سێکسی هاوسەریدا هۆی چییە؟

ب-بە شێوەیەکی سروشتی هەموو مرۆڤێک جارجار ئەو هەستە دایدەگرێت لەبەر هەر هۆکارێکی دەروونی یا ناوەکی یا دەرەکی خێزانی بێت وەک تورەبوون لە مەسەلەیەکی دیاریکراو، ئازاوەی مال، تێکچوونی شیرازە، هتد.. بەڵام ئەگەر ئەم بارە زۆر درێژەی کێشاو بووە هۆی داپچرانێکی زۆر ئەوە گەلێک هۆکار پۆڵی سەرەکی تیادا دەبینن وەک پەیدابوونی هەندێک نەخۆشی سایکۆسۆماتی واتە ئەو نەخۆشیانەی بنەڕەتیان دەگەڕێتەوە بۆ تێکچوونی باری دەروونی و کاردانەوەیان لەسەر جەستە دەردەکەوێت یا شکستی بەردەوام لە کاروبارەکانی ژیانی سێکسیداو ترس و دڵەڕاوکێ و تێکچوونی پەیوەندی ژن و مێردایەتی، یا تێکچوونی فەرمانە فسیۆلۆژییەکانی جەستە لە پیاودا، یا سێکس ساردی ژن، یا هەستکردنی ژن بە پەیوەندییەکی دەرەکی پیاوەکەی و قسەنەکردنی بۆ ماوەیەکی زۆر، بەڵام کاردانەوەی لای خۆی بە پەرچدانەوەی کارە سێکسیەکە دەبێت لەگەڵیدا،

دەروونناسەکان بۆ ئەم حاڵەتە گەلێک ڕێنمایی باشیان داناوە لەوانە: گۆڕینی کەلوپەلەکانی ژووری نووستن بە کەلوپەلی نوێ، گەشتکردنی ژن و مێرد بۆ شار یا وڵاتێکی دی پێکەوە و نوستن لە ژووری ئوتێل و میوانخانەی ئەو شارانە، یا سەفەرکردنی یەکێکیان بۆ چەند ڕۆژێک یا هەفتەیەک، بەکارهێنانی گوڵ و ڕووناکی دیارو بۆنی خۆش، خۆگۆڕینی ژن و پیاو لە جلدا بە بەرگی نوێ و پاکوخاوێن و سەرنجڕاکێشەوە، دوورکەوتنەوە لە چلکنی و بۆنی ناخۆش بە خۆشتنی زۆرو ڕازاندنەوە، و لابردنی دوودڵی و ئەو وتانەی دانیشتنەکان تێکدەدەن و هەوڵدان بۆ گێڕانەوەی نوکتە و قسەی خۆش و ڕووداوی پڕ لە خۆشی ڕۆژانە.

لە هەموو شتێک گرنگتر نەپچڕاندنی پردی خۆشەویستی و یەکتری ویستن لە نێوان ژن و مێرداو هەمیشە ڕوانینە یەکتری وەک دوو کەس کە ژیانیان بێ یەکتر مەحاڵە.

لە پاشاندا خۆڤێرکردن بۆ باسکردنی گەلێک لە کێشەکان لەگەڵ یەکتردا، بێ تووڕەبوون و هەڵچوون و دۆزینەوەی چارەسەر، کە هەموویان چارەسەریان هەیە و هیچ کێشەیەک نییە لە ژیاندا ئەگەر مرۆڤ ویستی بێ چارەسەر بمێنێتەوە.

پ2/ سوودەکانی جوتبوونی ژن و مێرد جگە لە منداڵبوونەوە چییە؟

و/ یەکێک لە بەخشینە هەرە گەورەکان بۆ مرۆڤ ئەو کاری سێکسیەیە کە لە نێوان ژن و مێردادا ڕووەدات، چونکە کاری سێکسی هەموو ئاڵوگۆڕێکی دەروون و خەمێک دەڕەوێنێتەوە و ڕێژەی کولیسترۆل لە خوێندا دادەبەزێنێت و بڕێکی زۆری کالوری لەش لەناودەبات و سیماو ڕوخسارێکی جوانی گەش بە بەر مرۆڤدا دەکاتەوە و تێڕوانینی بۆ ژیان و سروشت بەهێز دەکاتەوە گەلێک لە نەخۆشیەکانی دەروون و جەستە لەناودەبات و کۆنەندامی بەرگری بەهێزدەکات، مرۆڤ لە دوودڵی و دڵەڕاوکێ ڕزگار دەکات سەرەڕای ئەوەی ئەم سودانەشی هەیە:

1-گەلێک هۆرمۆن لە کاتی جوتبووندا دەڕژێت کە هەر هەموویان کاردەکەنە سەر باری دەروونی و دەیکەنەوە لە مۆنی و ترشاوی ڕوخسار ڕزگاری دەکەن.

2-زۆرجار ناڕامی و تێکچوونەکانی نێوان ژن و مێرد ناهێڵێت و سەرلەنوێ خۆشەویستی و بەختیاریان بۆ دەگێڕێتەوە.

3-لە کاتی جوتبووندا، کۆئەندامی سووڕی خوێن و لولەکان و دڵی باش کاردەکەن و بەهێزدەبن خوێنیش لە زۆربەی خڵتەو ژەهرەکانی پاک دەبێتەوە و لە گورچیلەکانەوە فڕێ دەدرێن.

4-دەمارەکان دەهرۆژێن و هەستی خۆشی و یەکترویستن زیاد دەکات.

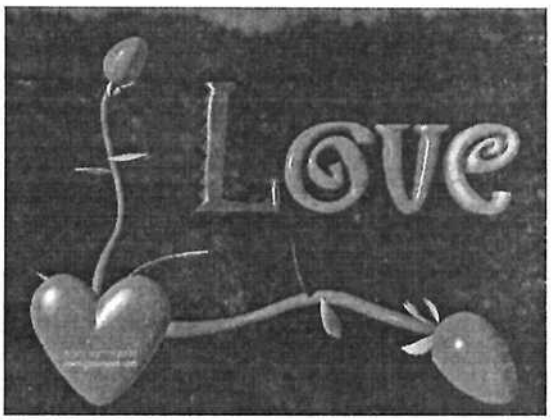
5-لە شەودا کاری سێکسی دەبێتە هۆی خەوێکی بە ئارام و خۆش.

6-لە ژندا هۆرمۆنی مێ واتە هۆرمۆنی ئیستڕۆجین زۆرتر دەڕژێت ئەمەش لە پاشدا سیمایەکی کراوەو جوانی پێدەبەخشێت.

7-لە کاتی جووتبووندا، ماچ ڕۆڵێکی سەرەکی دەگێڕێت و ئەنزیمە پرۆتینەکان لە دەمدا زۆردەبن و دەبنە هۆی لەناوبردنی مادە ترشە زیانبەخشەکان بە دانەکان و دان بە ساغی دەمێنێتەوە.

8-هۆرمۆنی ئەندروفین لە کاتی سێکسیدا دەڕژێت کە گەشاندنەوەی دەروون دروستەکات و جۆرێك لە بڕوا بە خۆبوون و شادی دەخوڵقێنێت.

9-لە کاتی جوتبووندا خوێن بە باشی و بە خێرایی دەچێت بۆ هەموو بەشەکانی لەش و بەوەش ئۆکسجین و خۆراك دەگاتە هەموو خانەکان و تەندروستی ئەو خانانە دەبوژێتەوە و مێشك هەست بە ئیسراحەت دەکات و قژ بەهێز دەبێت و ماسولکەکان پڕ لە خۆراك و ئۆکسجین دەبن.



10-بە هۆی کاری سێکسیەوە مرۆڤ لە پیری و پەککەوتن و وەرسی دوورەکەوێتەوە و هەمیشە ڕۆحی گەنجی بەسەریدا زاڵ دەبێت.

11-لە زستاندا کە دوو جەستە بەو شێوەیە یەکدەگرن گەرمی زۆر لە نێوانیاندا دروست دەبێت و گەلێك لە نەخۆشیەکانی ساردی و کۆڵنج و ئینفلۆنزا ناهێڵێت.

12-زۆربەی جار پاش تەواوبوون لە کاری سێکسی ئازارەکانی سەرپشە و گێژخواردن نامێنن و مرۆڤ هەست بە ڕزگاربوون دەکات لێیان.

13-هەمیشە وەك وەرزشێك وایە کە بەشێك لە گەرمۆکەکانی لەش لەناودەبات و لەش بە شۆخی و جوانی دەهێڵێتەوە.. و گەلێکی دی..

پ3/ مەبەست لەو گۆڕانە فسیۆلۆژیانە چیيە کە لە کاری سێکسیدا ڕوودەدەن.

-گەلێك گۆڕانی فسیۆلۆژی لە ئەنجامی کاری سێکسیدا ڕوودەدەن لەوانە:

*خێرالێدانی دڵ و ناردنی خوێن بە خێرایی بۆ هەموو بەشەکانی لەش و پاککردنەوەی لولە خوێنەکان و نەرمکردنەیان بە هۆی ئەو گرژبوون و خاوبوونەوە یەك لە دوای یەکانەی لەو کاتانەدا ڕوودەدەن.

*نەرمکردنەوەی دەمارەکان و ڕزگارکردنیان لە ڕەقبوون و سستی.

*بە هۆی خوێن تێچوونی زۆرەوە بۆ ناو چوك لە نێرداو میتکەو لچەبچوك و گەورە لە مێدا، هەڵئاوسان و ڕەپبوون تیایاندا ڕوودەدات کە دەبێتە هۆی ئەنجامدانی کارە سێکسیەکە بە باشی و هروژاندنیان.

*پڕبونی زێ بە دەرئراوەکانی ڕژێنی پارسۆلین کە لینجیەکی تایبەتی پێدەبەخشێت و بەوەش کارە سێکسیەکە ئاسان دەکات.

*کرژبوون و خاوبوونەوەی ملی منالدان و کشانەوەی بۆ دواوەو بەوەش پاڵ بە منداڵدانەوە دەنێت بۆ دواوە بۆ ئەوەی چوك بە باشی بچێتە ژوورەوەو کرداری سێکسیەکە بە باشی ئەنجام بدرێت.

*لە ئەنجامی ئەو کرژبون و خاوبوونەوەیە لە وەتەکاندا ڕوودەدات، تۆواو دەڕژێتە ناو زێوەو ئەوەش ئەگەری پیتێن دروست دەکات.

*لە ئەنجامی خوێن تێزاندا لە هەردوو ئەندامی نێرو مێ، سوورهەڵدەگەڕێن و گەورە دەبن و بەوەش بە سستی و داکەوتن ڕزگاریان دەبێت.

پ4/ بۆچی دەسپێکی کاری سێکسی خێزان لە پیاوەوەیە؟

و/ پەروەردەکرنی کۆمەڵایەتی ژن لە کۆمەڵەکەی ئێمەدا لەسەر بنەمای دوورکەوتنەوە لە نێرو تێکەڵنەبوون و پاکژی و مێ بە دوورکەوتنەوەیەتی لە هەموو بیرو ڕاگوزاریيەکی سێکسی، ئەم پەروەردەیە لەگەڵیدا دەڕوات تا ناو جێگای ژن و مێردایەتی و هەمیشە بە بەرزی و خۆڕاگرتن خۆی نیشان دەدات ئەگەرچی لە ناخیشیدا زۆر ئارەزووی کارە سێکسیەکە بکات، بەو بڕوایەی کە ئەگەر ژن خۆی دەسپێکی کاری سێکسی داوا بکات لەبەرچاوی مێردەکەی دادەبەزێت و لە نرخی دێتەخوارەوەو زۆرجاریش بارە کە بە شێوەیەك دەشکێتەوە کە تەنها ڕۆڵێکی نێگەتیڤانە لە کارەکەدا ببینێت بێ هیچ وەلامدانەوەو هروژاندنێك و ئەمەش لە زۆربەی جاردا دەبێتە هۆی ئەوەی پیاو لە کارەکە ببێتەوە، بێ ئەوەی ژنی گەیاندبێتە لوتکەی چێژ، زۆر دووبارەبوونەوەی ئەم حاڵەتە لە ئەنجامدا جۆرێك لە دوورکەوتنەوەو دوورەپەرێزی لە کاری سێکسی لە ژندا دەچێنێت کە دوور نییە لە ئەنجامدا ببێتە هۆی سێکس ساردی و بە بارێکی ناخۆشدا بکەوێتەوەو ببێتە هۆی ساردکردنەوەی پەیوەندی ژن و مێردەکەو هەندێك جار دوورکەوتنەوەی تەواو لە یەکتری..

بۆیە ڕۆڵی خێزان زۆر گەورەیە لە پەروەردەی منداڵدا بە شێوەیەك کە تێڕوانینی ژیان بە سروشتی بە هەموو بەشەکان و لق و پۆپەکانیەوە سەیربکەن بۆ دروست نەکردنی هیچ گرێ و گۆڵێك لە ناخ و دەروونی منداڵدا کە لەوانەیە تا دوا ساتەکانی ژیانی لەگەڵیدا بڕوات.

پ5/ ئەو دەرمانانە چین کە هێزی سێکسی لە مرۆڤدا بەهێز دەکەن؟

-بەکارهێنانی دەرمانی کیمیایی و تەنانەت ئەو دەرمانانەش کە لە گژوگیاوە ئامادە دەکرێن کاریگەرییان بۆ ماوەیەکی کورتەو لە

پاشدا ئەو کاریگەرییەیان نامێنێت بە تایبەتی ئەگەر جەستە لەگەڵیاندا ڕاهات، یا لە بنەڕەتدا هەندێکیان هیچ کاریگەرییەکیان نییە، ئەوە سەرەڕای شەوەی بەشی زۆری ئەو دەرمانانە کاری لاوەکیان هەیەو زیانێکی زۆر بە جەستەو باری فسیۆلۆژی دەدەن.

بۆیە دوورکەوتنەوە لە بنەڕەتدا (بە تایبەتی لاوان کە ماوەیەکە بۆ زیادکردنی توانای سێکسیان خویان داوەتە ئەم دەرمانانە) کارێکی باشە: بە پێچەوانەوە، ڕوانینە کاری سێکسی بە چاوێلکەی سروشتیو دوورکەوتنەوە لە پەژارەو ئەو بابەتانەی باری دەروونی مرۆڤ ئالۆز دەکەن، هەرەها سەیرکردنی ژیان بە ڕووتیو هەوڵدان بۆ نوستنو پشوودانی تەواو زۆر خۆماندو شەکەت نەکردن لە کاری ڕۆژانەداو خواردنی خۆراکی باشو پڕ لە سەوزەو میوەو هەوڵدان بۆ بەپێ ڕۆیشتنو وەرزشکردنی ڕێکوپێکو خۆ دوورگرتن لە خواردنی چەوریو مادە کهولییەکانو جگەرەکێشان، ئەمانە لە باریاندا هەیە توانای سێکسی لە مرۆڤدا پەرە پێبدەنو زیادی بکەن، سەرەڕای بوونی پەیوەندی یەکتری وێستنو خۆشەویستی لە نێوان ژنو مێردا کە هەمیشە پەرۆشیان بۆ یەکتری زیاد دەکاتو توانای سێکسیان بە گەشی دەهێڵێتەوە.

پ6/چی دەبێتە هۆی لاوازی تۆوەکانی مرۆڤ؟

-گەلێک هۆکار هەن کە کاردەکەنە سەر لاوازی تۆوەکان، بە تایبەتی باری تەندروستی جەستە بە گشتی، چونکە گومان لەوەدا نییە ئەگەر جەستە بێهێز بوو، یا نەخۆش بوو، یا هیلاک بوو، ڕەنگدانەوەی ئەمە بە تەواوی لە تۆوەکاندا دەردەکەوێت بە پێچەوانەی جەستەیەکی ساغی پڕ لە پشووی پڕ لە خۆراکی باش. هەروەها بوونی گەلێک لە نەخۆشیە سێکسیەکان بە تایبەتی فەرەنگی، یا سوزەنگ، یا نەخۆشەکانی نەرمەئەلسەر.. هتد. کاریگەری خراپیان لەسەر تۆوەکان هەیە.

جگە لەمانە سێکس کردنی زۆرو بەردەوام ئاستی توانای جوڵەو دروستی تۆوەکان دابەزێنێت سەرەڕای دەستپەڕو کۆبوونەوەی چەوری لە لولەکەکانی خوێنو تەسکبوونەوەیانو بوونی هەو لە لوولە گوێزەرەوەکانی ناو تورەکەی گوێو بوربوخدا، یان نەخۆشیەکانی پرۆستاتو کۆپەرلە پیاوەکەداو بوونی میکرۆبو تێکچوونی ژمارەی هاردرۆجین (pH) لە زێی ژندا،

پ7/ خواردنەوەی تۆوای پیاو هیچ زیانێکی هەیە؟

پیاو لە هەموو هەڵدانێکدا 7-12 سم3 تۆواو فرێدەدات‌و لەناو ئەم تۆواوەدا نزیکەی 80-100 ملیۆن تۆو هەیەو ئەوی دی بریتیە لە شلاوی پرۆستاتو کۆپەرو تۆواوە چیکڵدانە، کە بەشێکی زۆری ئەم شلاوە لەگەڵ تۆوەکاندا پرۆتینەو ئەوی دیکەشی بەشێک لە شەکرەکانو کەمێک چەوریەو بەشێکی کەمیشی شەکراوی سێوە، ئەگەر ئەو شلاوە هیچ میکرۆبێکی تێدا نەبێت زیانێکی جەستەیی ناگەیەنێتو مادەکانی ناویان لە ڕیخۆڵەدا هەڵدەمژرێتو دەچێتە خوێنەوەو لەوێوە بۆ خانەکانو زۆربەی جاریش زێی ژن لە کاری سێکسیدا توانای ئەم هەڵمژینەی هەیەو لەوێوە تێکەڵ بە خوێنی دەبێتو بە جەستەیدا بڵاودەبێتەوە، لەبەر ئەوە هیچ پێویست ناکات ڕێگا ببرێتە بەر دەم بۆ ئەم کارە.

پ8/ هۆ سەرەکیەکانی پەککەوتنی سێکسی چیبە؟

-بە مانای وشە پەککەوتنی سێکسی بەندە بە باری دەروونی کەسەکەوە، هەرچەند مرۆڤ دڵی خۆش بێتو باری دەروونی ئاسایی بێتو دوورببێت لەو بارگرانانەی ژیانی دەروونی مرۆڤ ئالۆز دەکەن ئەوەندە دوورەدەکەوێتەوە لە پەککەوتنی سێکسی، زۆربەی جار مرۆڤ بۆ چەند کاتێکی دیاریکراو تووشی پەککەوتنی کاتی دەبێتو توانای سێکسی دادەبەزێت وەک ئەو بارانەی کە پەیوەندییان بە بوونی کێشەیەکی ئابووری، سیاسی، کۆمەڵایەتی یا کەسێتیەوە هەیە، وەک زیانێکی زۆر لە مەسەلەیەکی بازرگانیدا، ڕوودانی ڕووداوێکی ناخۆش، کۆستێکی گەورە.. هتد.. ئەمانە پاش ماوەیەک ورده ورده لە مێشکدا کاڵ دەبنەوەو بەرە ئاساییەکەی سێکسی مرۆڤەکە دەگەڕێننەوە. دۆخی جارانیو زۆربەی مرۆڤانیش بەم حاڵەتەدا تێپەڕ دەبن، هەروەها جۆری کار بۆی هەیە وەک ئەوانەی کارەکەیان وایە کە بۆ ماوەیەکی دوورو درێژ دادەنیشنو ناجوڵێن یا وەرزش ناکەن، یا بە پێ ناڕۆن، ئەو سستیو نەجوڵانە دەبنە هۆی پەککەوتنی کاتی کە نە پاشدا ئەگەر مرۆڤ لەو بارە ڕزگاری بوو پەککەوتنەکەشی نامێنێتو چاک دەبێتەوە.

هەندێک جاریش پەیوەندی بە باری جەستەییو ئەندامیەوە هەیە وەک گیران یان تەسکبوونەوەی لولەکانی خوێن لەو ناوچەیەدا، یا سستی دەمارکانو نەگەیاندنی ڕاگەیاندنی دەمار یا وەڵامەکان هتد- لەگەڵ بوونی هەندێک نەخۆشی ئەندامی وەک هەوکردنی پرۆستات، و یا کۆپەر یا هەوی دەمارەکانی ناوچەکە هتد.. کە پێویستە پزیشکی پسپۆڕ ئەم حاڵەتانە ببینێت.

9-نیشانەکانی سێکس ساردی چین؟

-سێکس ساردی لە هەردوو توخمەکەدا هەیە، بەڵام زاراوەکە زۆرتر بۆ ژن بەکاردێت کە تیایدا: بایەخدانی بەکاری سێکسی تێدا دەرناکەوێت یا زۆر کەم دەبێتەوەو هیچ هەستێکی سێکسی تێدا دەرناکەوێت یا زۆر کەم دەبێتەوەو ئارەزووی دادەبەزێتو لە کاتی یارێکردنەکانی مێردەکەیدا وەڵامدانەوەی نیەو هەوژاندنی سێکسی نیەو هیچ وەڵامێکی فسیۆلۆژیانەی بۆ هەڵپەو ئارەزووە زۆرەکانی مێردەکەی نیەو زۆربەی جار بە ئارەزایی‌و بۆلەبۆل یا بێدەنگو بێهەست ڕازی دەبێت بە کارە سێکسیەکەو لە دوایشدا ناگاتە لوتکەی چێژ (ئۆرگازم).

هەندێک لەمانە ئەوەندە وەڕسییان پێوە دیاردەبێت بە شێوەیەک کە کارە سێکسیەکەیان بۆ دەبێتە بارێکی سایکۆسۆماتی واتە لە دەروونەوە بۆ جەستە کە تیایدا هەست بە ئازاری زێو بەشەکانی دیکەی کۆئەندامی زاوزێ دەکەن، یا هەست بە گرژبوونێکی زۆری زێو منداڵدان دەکەنو لە ڕاستیشدا وای لێدێت لەبەر ئەوە کارە سێکسیەکە ئەوەندەی دی ئازاراوی دەبێت بۆی.

زۆربەی جار ژنان لە کاتی کێنیدا ئەندێشەیەکی بەربڵاو بەرامبەر بە چێژو خۆشی سێکس لە مێشکیاندا جێگیر دەبێت، چ لە ڕێگای بیستن، یا لە ڕێگای خوێندنەوەی ڕۆمانو چیرۆکی سێکسیەوە، یا لە ڕێگای سەیرکردنی فیلمی سێکسی دەربارەی ئۆرگازم بوونو چێژە زۆرەکانی، بەڵام لە ئەنجامی شوکردندا، هەندێک جار ئەو ئەندێشانەیان دەڕەوێتەوە بە تایبەتی کە مێرد نەزانێت پێشەکی کارە سێکسیەکە ئامادە بکاتو ژنەکە بخاتە سەر

ئارەزووی تەواو بەڵکو تەنها هەڵپەی خۆیی و گوێنەدان بەلای بەرامبەر، سەرەڕای نارێکی ژیانی خێزانی و بوونی کێشەو هەستکردنی ژن بەوەی کە مێردەکەی کەسی دیکەی لە خەیاڵدا هەیە، یا پەیوەندی دی هەیە، کە ئەوانە ژن تووشی شکستی دەروونی دەکەن و کارە سێکسیەکەو سەرجەم پەیوەندییەکە قێزەون دەبێت لایان.

ئەمانە سەرەڕای پەروەردەی منداڵی و دوورخستنەوە لە نێرو پیشاندانی نێر لە لایەن کەسوکارەوە بە منداڵی وەک دێوەزمەیەکی ترسناک بۆ دوورکەوتنەوە لێیان، یا شکستهێنانی پەیوەندییەکی خۆشەویستی یا دڵداری لە قۆناغەکانی پێشوودا، یا هۆکارەکانی ژینگەی وەک ژیان لەگەڵ کەسوکارو جەنجاڵی ماڵەکەیدا هیلاکی ژن لە پۆژدا یا باری ئابووری و پەنگدانەوەی لە خێزانەکەدا هتد.. ئەمانە هەر هەموویان کاریگەری خراپیان لەسەر دەروونی ژن هەیە وایان لێدەکات کە بە پەرۆشەوە بەرەو کارە سێکسیەکە نەڕۆن و تووشی سێکس ساردی بن.

10-چۆن بتوانین خۆشەویستی ژن ڕاکێشین و تا ڕادەیەکی بساش سێکس ساردی نەهێڵین؟

-ژیانی ژن و مێردایەتی ئەوەندە کارێکی گران نیە کە نەتوانرێت بە باشی بەسەر ببرێت، چونکە زۆرجار ژن و مێرد نەخوێندەوارەکان ژیانێکی زۆر بەختیارتر دەژین وەک لە کەسانی زۆر خوێندەوار، گرنگی یەکەم لەو ژیانەدا لە یەکتری تێگەیشتنە، چۆن هەریەکەیان دەتوانێت تەواوی یا بەشێکی زۆری ئارەزووەکانی ئەوی دی جێبەجێ بکات، ئەرکێکی زۆر لەم کارەدا دەکەوێتە سەر پیاو، کە بە چاوێک بڕوانێتە ژنەکەی کە ئەویش پێش هەموو شتێک مرۆڤە و هەموو مافێکی ژیان و گوزەران و ڕەفتاری هەیە و بە هیچ جۆرێک هیچ لەو کەمتر نیە، بوونی ئەو هەستە لە ناخەوە، خۆشەویستیەکی قول دروست دەکات و ژیان بە ڕەوتێکی جواندا دەبات.

سەرەڕای ئەمانە مێرد دەتوانێت لە ڕێگای ئەم خاڵانەوە تا ڕادەیەکی باش سۆزو پەرۆشی ژن زیاد بکات.

*-ئەهێنانەوەی کێشەکانی ژیانی ڕۆژانەی بۆ ماڵەوە، بەڵکو هەڵبژاردنی لایەنە خۆشەکانی ژیانی ئەو ڕۆژەی و گێڕانەوەی نوکتەو ڕووداوە دڵ خۆشکەرەکان لە دانیشتنێکی تەنهای هەردووکیاندا دوور لە قاوەقاو و قیژەی منداڵ.

*-دەربڕینی سۆزو خۆشەویستی جارەجارە بۆی و تێگەیاندنی کە ژیان بێ ئەو هیچ تامێکی نییەو ئەو بۆی سەمفونیای هەبوونیەتی و یەکێکە لە بەخشینە گەورەکان بۆی.

*بایەخدانی زۆر بە تەندروستی و مشورخواردنی لە کاتی نەخۆشی و بێتاقەتی و کێشە دەروونییەکانی لە ئەنجامی کۆستەکانی مردن و لەناوچوونی خزم و کەسوکارو ناسیاوەکانیداو هەمیشە بەسەرکردنەوەو لێپرسینەوەیان.

*کارکردن پێکەوە لەناو ماڵدا بە تایبەتی هەندێک لە ڕۆژانی هەینی و پشووەکان بۆ ڕازاندنەوەو جوانکردنی ماڵ، چونکە ماڵ وەک هێلانەی باڵدار وایە دەبێت پێکەوە پووشەکانی هەڵچنن، و ئەمە خۆشی و یەکترویستنێکی بێ ئەندازەیان دەداتێ، یا جارجار هەوڵدان بۆ لێنان و ئامادەکردنی چێشت یا خۆراکێکی دەگمەن و ناوازە کە خێزانەکە پێی ڕانەهاتووە.

*هەوڵدان بۆ چوونە دەرەوە پێکەوە جارجار ئەگەر هەموو هەفتەیەکیش نەبێت چەند هەفتەیەک جارێک، دانیشتنێکی دووقۆڵی لە یانەیەک یا باخچەیەک یا چێشتخانەیەکداو تێر گوێگرتن لە یەکتری و نوێکردنەوەی خۆشەویستی و ڕۆژانی دەستگیرانی بۆ یەکتری.

*جارجار تێگەیاندنی بەوەی جوانیەکی تایبەتی هەیەو ئێرەییەکی مامناوەندی لێدەکات و حەزناکات لەمە جوانتر بێت ئەوە لای ژن سەرمایەیەکی گەورەیەو خۆشیەکی لە ڕادەبەدەری دەداتێ.

*لە کاتی ڕۆیشتن و هاتنەوەدا سڵاوکردن بە پێکەنین و ڕوویەکی گەشەوە یا ماچێکی گەرم و گور. دوورکەوتنەوە لە مۆنی و دەموچاو قوپان.

*تێڕوانین و سەیرکردنی ناوچاو جارجارە ئەفسونی تایبەتی خۆی هەیە، هەردووکیان دەتوانن لە زمانی چاوەکاندا قوڵایی خۆشەویستی یەکتری بخوێننەوە، سەرەڕای دەربڕینی دەم و ڕووی گەش و پڕ لە پەرۆشی.

*پێشکەشکردنی دیاری لە بۆنە یا بێ بۆنەکاندا، و نوسینی چەند دێڕێکی ڕازاوە لەسەری کە گەرمی و خۆشەویستی بۆ نوێ بکاتەوە، گەورەترین کاریگەری دەرونی لەسەر ژن هەیە.

*گەشتکردن بۆ هاوینەهەوارو شارو شارۆچکەی دی بە یەکەوە، یا هەموو خێزانەکەو مانەوەی چەند ڕۆژێک یان تەنانەت چەند سەعاتێک پەیوەندی بەهێزدەکات و تاڵە ڕەشەکان دەڕوێنێتەوەو دەبنە بیرەوەری گەش و خۆش لە یادەوەریدا.

*باسکردنی لەناو خەڵکداو بە بوونی خۆی بەوەی کە ئەو هەموو شتییەکیەتی و ساتێک بێ ئەو هەڵناکات و نە شکاندن و تەریق نەکردنەوەو دوورکەوتنەوە لە وشەی بریندارکەر، بەڵکو بە پێچەوانەوە گەڕان بە دوای وشەی ڕازاوەو جواندا بۆی لەو کاتانەدا، بڕوایەکی تەواوی پێ دەبەخشێت و دەها جار زیاتر مێردەکەی لا پیرۆز دەبێت.

*ئەگەر کاری هەبوو، جارجار پرسینەوە لە بارەی کارەکەی و گوێگرتنی تەواو بۆ ڕووداوەکانی ژیانی ڕۆژانەی و پرسینەوە لە بارەی هاوڕێو ئاوەڵەکانی کارەوە بە پەرۆشی و سەرنجدانەو.

*ئاسنەکردنی کچ و ژنی دی بە پەرۆشی و سەرسوڕمانەوە لەبەردەمیدا.

ئەمانەن هەندێکن لەو هەنگاو خاڵانەی کە مێرد بە دانایی و وریاییەوە دەتوانێت هەنگاو بە هەنگاو زیاتر بچێتە قوڵایی دڵی ژنەکەیەوەو هەموو تەمێکی بەردەمیان بڕەوێننەوەو بەردەوام خۆشەویستی و ئالوودەیی و خوگرییان بە یەکترەوە نوێ بکاتەوە.

11-بەکارهێنانی بۆنی خۆش چ کاریگەرییەکی فسیۆلۆژی هەیە؟

-بەکارهێنانی چەند دڵۆپێک بۆنی خۆش، وا لە دەوروبەرەکەی دەکات کە لە بوونی وەرس نەبن و پێیان خۆش بێت کە ئەو کچە یا ئەو ژنەیان لەگەڵدایە، و هەموو ژنێکیش ئەوە دەزانێت، بەڵام هەندێک جار زیادەڕەوی دەکەن لە دڵۆپەکاندا بە شێوەیەک کە سەرنجڕاکێش دەبێت، ئەوەش لە ڕێگای هەستی بۆنکردنەوە دەگاتە دەماخ و زۆرجار لە نێردا هانی ڕژاندنی خێرای هۆرمۆنی

نـێر دەدات و دەبێتـە هـۆی وریاکردنـەوەی ناوچـەی ئـارەزووی سێکسی لە دەماخداو دەیهروژێنێت، چونکە بۆنی عەترو خۆشی بە یەکێک لە هروژێنەرە گەورەکانی سێکس دادەنرێت بە پێچەوانەی ئەمـەوە، بۆنـی نـاخۆش و پیسـی ئـارەزووی سێکسـی و خۆشەویستی و پەرۆشی کپ دەکات و دەیمرێنێت.

12-رەنگ و شێوەی تۆواوی پیاو چۆنە؟

-تـۆواو رەنگێکی سپی هەیـەو هـەندێک جار ئـەم رەنگە بـەرەو زەردبـاوی دەڕوات، جـۆری خـواردن و بـاری فسـیۆلۆژی لـەش کاریگـەرییان بەسـەر رەنگەکەیـەوە هەیـە، هـەندێک لـەو بۆیانـەی لـە خۆراکدان وەک کاروتین و زانسـۆفیل لـە گوێـزەرو پرتـەقاڵ و لیمـۆدا رەنگی تۆواو مەیلەو زەرد دەکەن.

تۆواو شلەیەکی مەیلەو ملە، ملیەکەی دەگەڕێتـەوە بـۆ ئـەو بڕە پرۆتینە زۆرەی کە تیایدایە کە بەشی زۆری بریتییـە لـە تۆوەکان و ژمارەیـان لـە هـەر جارێکدا بلیۆنەهایـە، سـەرەڕای بوونـی بڕێکـی زۆری هۆرمۆن تیایدا.

شلیەکەشـی دەگەڕێتـەوە بـۆ بوونـی ئـەنزیمی فیبرینۆلیسـین، کاتێک ئەم ئەنزیمـە بـەر هـەوا دەکـەوێت کاریگـەرییەکـەی نـامێنێت لەبـەرئـەوە تۆواوەکـە دەمەیـەتـو لـە دوای خـۆی رەنگێکـی زەردی تۆختر بەجێ دەهێڵێت.

دەربارەی زیندەیی تۆواویش پرسیوتە دەڵێن: زیندەیی تۆواو بە بوونی تۆوەکانی ناوبـەوە بـەندە کـە دەبێت لەهـەر سم^{3}دا بـەڵای کەمـەوە 40-100 ملیۆن تۆوی تێدابێت و دەبێت تۆوەکان زیندوو بن و توانای جوڵەیان زۆرباش بێت و ژمارەی ئـەو تۆوانـەش کـە ناجوڵێن یا تێکچوون دەبێت زۆر کەم بێت.

13-ئایا مێرد دەتوانێت لەگەڵ ژنەکەیدا جووت بێت لەگەڕ دووگیان بێت؟

-هـەموو کاتێک مێرد دەتوانێت لەگـەڵ ژنەکـەیدا جـووت بێـت ئەگـەر دووگیـان بێت، بـە مـەرجێک لـە کـاتی جـووت بوونەکـەدا زۆر هێمن و بـە ئارام بێت و کارێکی وا نـەکات ئازاری بـۆ پـەیدا بکات و هەوڵ بدات قورسایی تەواوی نەخاتە سەر، وا باشتریشە لـە مانگی یەکەمی سکەکەدا تا دەتوانێت جووت بوون نەکات، چونکە هەندێک جار هروژاندنی ژن و وەڵامدانەوەی تەواوی و ئۆرگازم بوونی دەبێتە هۆی گرژبوون و خاوبوونەوەیەکی خێرا رەنگە زیان بە کۆرپەلەکە بگەیـەنێت کـە لـە سـەرەتای دروسـتبوونیدایە یـا ببێتـە هـۆی لەبارچوونی.

هـەروەها وا باشتریشـە لـە مـانگی نۆیـەم و کۆتـاییدا دوورکەوێتـەوە لـە جـووت بـوون و دان بـە خۆیـدا بگرێـت لەبـەر تەندروستی دایکەکەو منداڵەکەش، چونکـە لـەم کاتەشـدا جـووت بوون زیان بە هەردووکیان دەگەیەنێت.

پاش بوونـی منداڵەکـەش، ژن بـە مـانگ و نیـوێک ئەوسـا پـاک دەبێتەوە کە ئیتر توانای جوتبوونی ببێت بۆیە وا باشە پیاو لـەو ماوەیەشدا نەچێت بەلایدا با تووشی هەوکردن و ناوسان نەبێت کە زۆر جـار تـا ماوەیـەکی زۆر لەگـەڵیدا دەمێنێتـەوەو زیـانی زۆری لێـدەدات، سـەرەڕای بوونـی ئازارو دروسـتبوونی قـێزەوەنی وەک پەرچدانەوەیەکی دەروونی لای بۆ کاری سێکسی.

14-کاریگەری قەڵەوی لەسەر کاری سێکسی چییە؟

-بـە زۆری قەڵـەوەکان بـەزو دوگێکـی زۆر لـە سـڵەو بەشـی خـواروو سکیاندا کۆدەبێتـەوە، ئەمـەش دەبێتـە هـۆی ئـەوەی نەتوانن بە باشی چوکیان بخەنە زێوە، بە تایبەتیش ئەگەر ژنەکەش قەڵەو بوو، ئیتر چوونە ژوورەوە زۆر کەم دەبێتەوە، یا هەر نابێت و زۆرجـار دەبێتـە هـۆی منداڵ نـەبوونیش. هـەندێک لـەو پیاوانـەی ورگیان گەورەیە زۆرجار بەدەست لە کاتی سێکسدا ورگیان دەبـەن بۆ دواوە.

ئەمـە سـەرەڕای ئـەوەی قەڵـەوی واتـە کۆبوونـەوەی چـەوری و کۆلیسترۆل لە لەشدا، و زۆربونیشیان لە خوێندا کە دەبێتە هـۆی ئـەوەی هۆرمۆنـەکانی سێکس بـە باشـی نەگوێزرێنـەوە، چونکـە هـەموو هۆرمۆنـەکانی جەسـتە بـە هـۆی خوێنـەوە بەلەشـدا بڵاودەبنەوە، ئەمـەش بێگومـان دەبێتـە هـۆی دابـەزینی ئـارەزووی سێکسـی، سـەرەڕای ئـەوەش کـە بوونـی چـەوری زۆر لـە خوێنـدا دەبێتە هۆی ڕەقبوونی خوێنبەرەکان و دوور نیە لە ماوەیەکی کەمدا کەسـەکە تووشـی لاوازی سێکسـی یـا پەککـەوتن نەکـەن. بۆیـە دوورکەوتنـەوە لـە خواردنـی زۆری چـەوری و دابـەزاندنی کێـش و وەرزشکردن و ڕێشتن بە پـێ و هەڵەکردن کاریگەرییـەکی ئیجـابی باشیان لەسەر توانای سێکسی و جوتبوونی تەواو هەیە.

پرسیویشتە ئایا لە کەسە لاوازەکاندا سێکس باشتر دەکرێت، لـە وەڵامدا دەڵێین، بەڵێ ئەگـەر توانـای جەسـتەییان لاوازی پێـوە نـەبوو ئـەوا زۆر باشتر دەتوانـن سێکس بکـەن، چونکـە لەمانـەدا چـەوری کەمـەو لولـە خوێنـەکان بـە چـەوری و کلیسـترۆل پڕنەبوونەوەو هۆرمۆنەکانی سێکس بە باشی دەڕۆن و بڵاودەبنەوە سـەرەڕای ئـەوەش کـە ورگ نیـەو بـەردەم کاری سـێکس ناگـیرێت و چوک بە باشی دەچێتە زێوە نەخوازەڵا ئەگەر ژنەکەش قەڵەو نەبێت.

15-ئایا لـە کـاتی کەوتنـە سـەر خوێـنی سـوری مانگانـەدا پیـاو دەتوانێت لەگەڵ ژنەکەیدا جووت بێت؟

-ئـەوە کارێکی زۆر نەشیاوە کـە پیـاوێک ئـەوەندە خۆپەرسـت بێت نەتوانێت بۆ چەند ڕۆژێک دان بە خۆیدا بگرێت، چونکـە ژن لـە کاتی کەوتنـە سـەر خوێنـدا، بڕێکـی زۆر دەردراوی لینـج و پـڕ لـە خوێـن و مولولـەو ڕیشـاڵی لێ دێتـە دەرەوە، کـە خـۆی لـە خۆیـدا ئازاراوییـە بـۆی بـە هـۆی کاریگـەری ئـەو مادانـە لەسـەر زێو کۆئەندامی زاوزێ و، هەروەها بـە هـۆی ئـەو گرژبوون و خاوبوونـەوە یـەک لـە دوای یەکانـەی ئەوکاتـە کـە بـاری تەندروسـتی دادەبـەزێن و بێتاقەتی دەکەن، خۆ ئەگـەر پیاوەکـەشی نزیکی کەوتـەوە ئەوەندەی دی ئازارو گرژبوون و خاوبوونـەوەی بۆ دروست دەکات و تووشـی هەوکردنی دەکات و دەبێتە مۆڵگەیـەکی باش بۆ بەکتریاو میکرۆب بە گشتی.

توێژینەوەیەکی مەیدانی دەربارەی کەوتنی خوێندکار لە تاقیکردنەوەکاندا

بەشی دووەم

نوسینی: ئەکرەم قەرەداخی

مامۆستا و شێوازەکانی وانە وتنەوە:

مامۆستا سەرەکیترین هۆکاری سەرخستنی پرۆسەی پەروەردەو فێرکردنە، مامۆستای سەرکەوتوو، خوێندکاری سەرکەوتوو دەخاتەوە، مامۆستای بێتوانا خوێندکاری لاواز دەهێنێتەکایەوە.

سەرکەوتنی مامۆستا بەپلەی یەکەم لەپەروەردەکردنیایە بەو زانست و زانیاریانەی لەقۆناغی زانکۆیی‌دا وەریان دەگرێت و تا چەند دەتوانێت جارێکی دی لەفێرکردن و پەروەردەکردنی خوێندکارەکاندا بەکاریان بهێنێتەوە و بیان کاتە باگ گراوند بۆ خۆی، تاقیکردنەوە و ئامارەکان دەریان خستوە کەپری مامۆستا بەمادەو زانستی ئەو وانەیەی کە دەیڵێتەوە، گەورەترین رۆڵی هەیە لەپێشخستنی پرۆسەکەدا. بۆیە بایەخدانی تەواو بەخوێندنی زانکۆیی، رەنگدانەوەیەکی راستەوخۆو تەواوی هەیە لەپەیداکردنی نەوەیەکی هوشیارو پڕ لەزانست و زانیاری‌دا. بەپێچەوانەشەوە، لاوازی و بێتوانایی پرۆگرامو پرۆسەکانی زانکۆ لەفێرکردنی خوێندکاراندا، خراپترین رۆڵی هەیە لەتێکدان و بێتوانایی ئاستی خوێندن و پەروەردەکردنی خوێندکارانی قۆناغەکانی ناوەندی و ئامادەیی‌دا بۆیە لەوڵاتە پێشکەوتوەکاندا، ئەو کەسانەی دەیانەوێت ببنە مامۆستا لەو دوو قۆناغەدا بەشەزمونێکی سەرتاسەری و وردا دەبڕێن، پاش خوێندنی ئەکادیمیان، و بەدەها تاقیکردنەوەو توژینەوەی تایبەتیان لەسەر دەکرێت، تا بڕیاری دامەزراندنیان دەدەن بەمامۆستا، پاش دامەزراندنیش بۆ چەند ساڵێک و بگرە بۆ هەموو ژیانی لەژێر چاودێرییەکی وردا دەبێت و بەردەوام ئاست و توانای لەلایەن سەرپەرشتیارو بەرپرسانەوەو بەهۆی راپرسی خوێندکاران و کەسوکارەوە هەڵدەسەنگێرێنێت و هەر کاتێک هەستکرا کە بەخشینی لاوازە، یا لاوازبوە، زۆر بەڕاشکاوی پێی دەوترێت و ئەوسا لەڕێگای پڕکردنەوەی ئەو کەلێنانەی دەدرێت کە لەتوانای بەجێهێنانی پرۆسەکەدا هەیەتی، یا هەر بەتەواوی واز لەڕاڕەی دەهێنرێت و دەگوێزرێتەوە بۆ

مەیدانێکی دی لەوەزارەتێکی دیکەدا، یا خۆی وا لێدەکرێت بگەڕێت بەدوای کارێکی دیدا.

بەکورتی بڕیاردان لەسەر دامەزراندنی کەسێک بەماموستا لەر دوو قۆناغە ناسکەدا، بڕیارێکی گرانەو وا بەئاسانی نایەتە دەست وەک لای خۆمان بێگوێدانە توانا و ئاست و ئارەزوی تەواو بۆ کاری فێرکردن و پەروەردەیی. سەرتاپا دەرچوانی کۆلێژەکانی زانست و زمان و مرۆڤایەتی و تەنانەت کشتوکاڵ و هی دیش، وەردەگیرێن لەبواردا بێئەوەی بەهیچ تاقیکردنەوەیەکی دەروونی و پەروەردەیی دا ببڕێن.

ئەمەش رەنگدانەوەیەکی تەواوی لەسەر سەرجەم پرۆسەکە هەیەو تاڕادەیەکی زۆر جێپەنجەی بەئاستی فێربون و توانای خوێندکارەکانەوە دیارەو بەرئەنجامەکانی تاقیکردنەوەکانیش بەتایبەتی تاقیکردنەوە گشتییەکان زۆر بەپوونی ئەمە دەردەخات.

ماموستای سەرکەوتو کێیە؟

1.ئارەزویەکی تەواوی بۆ جێبەجێکردنی پرۆسەی فێرکردن و پەروەردە هەبێت.

2.ئامادەکارییەکی تەواو کرابێت لەقۆناغی زانکۆیی دا و نوێترین پرۆگرامی ئەو بابەتەی پسپۆڕی تیا هێناوە وەرگرێت. و ئاستی ئەو ماموستایانەی لەزانکۆ وانەیان پێوتۆتەوە، بەرزبێت.

(کە بەداخەوە، تا ئێستاش لاوازییەکی زۆر لەم بوارەدا لەزۆربەی کۆلیژو زانکۆکانماندا بەدی دەکرێت و بەڕاستی کاتی ئەوە هاتوە، کە بەسەرتاپای ئاستی زانستی و توانای ئەو ماموستایانەو ڕێگاکانی وانە وتنەوەو پرۆگرامەکانی خوێندنی زانکۆی دا. بچنەوە، و هەڵسەنگاندنێکی سەرتاسەری زانستیان بۆ بکرێت و ئەوانەی بەکەڵکی ئەو پرۆسەسە مەزنە نایەن لێی دوربخرێنەوە).

3.بڕوای تەواوی بەخۆی هەبێت و بەردەوام لەهەوڵی خۆ پەروەردەکردندا بێت بۆ وەرگرتنی زانست و زانیاری نوێ و هەمیشە خۆی بەخوێندکارێکی پەرۆش بزانێت بۆ بەدەستخستن و پەیداکردنی زانیاری نوێ، لەڕێگای سەرچاوەی نوێ و ڕێگا تەکنۆلۆژیا تازەکانەوە.

4.بڕوای بەدیموکراسی خوێندن و خوێندنگەی دیموکراسی هەبێت و خوێندکار بەهاوەڵ و هاوڕێ بزانێت و ڕێز بۆ ڕاو سەرنج و تێبینیەکانی وەربگرێت بەڵکو خۆی هەمیشە لەهەوڵی کردنەوەی دەرگا داخراوەکاندابێت بەبێ سڵەمینەوە ڕاکانیان دەربخەن، و گیانی داهێنان و دۆزینەوەیان تیادا بخولقێنێت.

بەپێچەوانەوە، ڕێگەنەدان بەخوێندکارو دروستنەکردنی پردی لێک نزیک نەبونەوەو خۆسەپرکردن لەبورجێکی عاجیدا خوێندکار دەردەخاتەوە لەماموستاو ڕقی لەخۆی و وانەکەی دەبێت و زۆرجاریش لەخوێندن تەرە دەبێت.

لەوەڵامی پرسیارێکدا بۆ خوێندکاران کە ئایا ڕقی لەهیچ ماموستایەک هەیە 908 خوێندکار بەبەڵێ وەڵامیان داوەتەوە لەکۆی 3767 لەوەڵامی پرسیارێکیشدا کە ئایا پەیوەندی لەگەڵ ماموستاکاندا چۆنە. 909 خوێندکار دەڵێن مام ناوەندە، 0130) خوێندکاریش دەڵێن خراپە.

لەوەڵامی پرسیارێکیشدا. ئایا دەتوانێت بەئاسانی پرسیار ئاراستەی ماموستا بکەیت: 993 خوێندکار بەنەخێر وەڵامیان داوەتەوە.

بێگومان، ناشکرایە، کە ئەو ئاماژانە هەر هەمویان سلبین، و ئەوە دەگەینن کە جۆری بەشێکی ماموستامان هێشتا لەو ئاستەدا نین، کە بەتەواوی ڕۆحی پرۆسەی پەروردەو فێرکردنیان لەناخدا هەبێت و ڕەنگە باری ئابوری و پێویستی ژیان پاڵی پێوەنان بۆ ماموستایەتی، نەک ئارەزوییەک کە لەخودو ناخدا هەڵقوڵابێت، هەر بۆیە ئەمەش ڕەنگدانەوەیەکی تەواوی کردۆتە سەر پرۆسەکەو ئاستی فێربون و تێگەیشتنی خوێندکارێ و تواناکانی داهێنان و وەڵامدانەوەی لەتاقیکردنەوەکاندا.

5.تێکەڵنەکردنی تایبەتیەکانی ژیانی خود لەپۆلدا:

جێی داخە، بەشێک لەماموستایان ژیانی تایبەتی خۆیان و کێشەکانی خێزانی و کۆمەڵایەتی و ئابوریان دەشکێننەوە بۆ ناو پۆل و بەتەواوی لەهەڵسوکەوت و ڕەفتاریاندا دەردەکەوێت بەبێ تاقەتی و وەرسی و بۆڵەو تورەبونی زیاد لەخوێندکار تا ڕادەی قێزاندن بەسەریا و تەرەکردنیان.

ئەمەش، دیارە، کاریگەرییەکی سلبی تەواوی لەسەر ئارەزوی گوێ گرتن و هاتنە ژورەوەی خوێندکارو پەرۆشی بۆ فێربون هەیەو بە باریکی ناناسایی دا دەبات و بەرئەنجامەکەش لەوەڵامەکانیدا ڕەنگ دەداتەوە.

6.بەکارهێنانی تاقیکەو هۆکانی ڕونکردنەوە هۆکارێکی باشە بۆ ماموستای سەرکەوتو.

ماموستایەک کە پەرۆش بێت و ئامادەباشییەکی تەواو کرابێت و خۆی بەدڵ و گیانەوە ئارەزوی لەپیشەو کارەکەی بێت، هەمیشە عەودالی ئەوەیە چ هۆکارێکی ڕونکردنەوەو تاقیکەیی لەخوێندنگاکەیدا هەیە تا بەکاربان بهێنێت. بەڵکو زۆر جار خۆی هەوڵی پەیداکردن و دەستخستنیان دەدات لەخوێندنگەی دیکەوە، یا دروستی دەکات. بەتایبەتی لەوانە زانستییەکاندا، بەپێچەوانەشەوە، ئەو ماموستایانەی وەرسن و حەزیان لەکارە یان نیەو زۆرەملێ و تاقەتیان پێوە

دیارە هەرگیز ناچن بەلای تاقیگەو هۆکانی رونکردنەوەداو ئەگەر بەباشیش لەتاقیگەو خوێندنگەکانیاندا هەیە.

ئاشکراشە بەکارهێنانی ئەو هۆکارو تاقیگەرییانە چ کاریگەرییەکی گەورەی لەسەر ئاستی فێربوونو تێگەیشتنی خوێندکار هەیەو تا چەندیش ئارەزوو پەرۆشیان زیاد دەکات.

لەوەڵامی پرسیارێکدا بۆ خوێندکاران کە ئایا ئەمساڵ چەند جار چونەتە تاقیگە: 2338 خوێندکار وتویانە هیچ.

گومان لەوەدانیە ئەمە ئاماژەیەکی زۆر خراپەو زۆر بەزویی پێویستە چارەسەرێکی سەرتاسەری بۆ بدۆزرێتەوە، چونکە لەدنیای سەردەمدا، چۆن زانست بەبێ تاقیگە دەوترێتەوە، لەپرسیارێکدا بۆ بەڕێوەبەرەکان: ئایا تا چ ئاستێك هۆیەکانی فێرکردن لەوانە وتنەوەدا بەکاردێن 86.52٪ی بەڕێوەبەرەکان وتویانە (کەم).

لەوەڵامی پرسیارێکیشدا لەخوێندکاران: ئایا لەپۆلدا هۆکاری فێرکردن بەکاردەهێنن: 1692 خوێندکار وتویانە (نەخێر).

7.شارەزایی تەواو لەڕێگاکانی وانە وتنەوەدا مامۆستایەتی هەر بەتەنها پرچەك کردن نیە بەزانست و زانیارییەوە، بەڵکو یەکسانە بەوەش، ئەوەیە چۆن دەتوانێت ئەو زانست و زانیاریانە بگەیەنێتە خوێندکار، چۆن وایان لێبکات تێی بگەن، چۆن تیایدا قوڵ ببنەوە. ئەوە پێویستی بەکارامەییو توانا و دڵسۆزیو شارەزایی هەیە لەڕێگاکانی وانە وتنەوەدا.

مامۆستای سەردەم، کەمتر پەنا دەباتە بەر ڕێگای وتاردانو کلاسیکی واتە ئەو وانەیەی کە خۆی تیایدا دەبێتە تەوەرە، چونکە لەم جۆرە ڕێبازەدا خوێندکار، تیشکی پەرتەوازە دەبێت و ناتوانێت لەگەڵ سەرجەم هەموو ڕاڤەی مامۆستاکەدا بڕوات، و ڕێگەکە ناتوانێت ئامانجەکانی وتنەوەو فێرکردن بهێنێتەدی.

ڕێگای موناقەشە، تاڕادەیەك سودی هەیە واتە ئەو ڕێگایەی مامۆستا پرسیاری کورت دەکات و خوێندکارەکان دەهرۆژێنێت بۆ وەڵام دانەوەو تاڕادەیەکی باشیش وایان لێدەکات بیربکەنەوەو توانای شیکردنەوەو ڕاستکردنەوەو هەڵسەنگاندن و ئەنجام دەرهێنانیان ببێت، هەروەها یارمەتی مامۆستاش دەدات کە بزانێت ئاستی خوێندکارەکانی لە چ پلەیەکدایەو هەمیشەیەش ڕێگایەکی باشە بۆ پێداچوونەوەو گەڕاندنەوە بەبابەتەکانی پێشوتردا.

بەڵام ئەمڕۆ لەباشترین ئەو ڕێگایانەی لەوتنەوەدا بەکاردێن، بەتایبەتی لەوانە زانستیەکاندا، ڕێگای دۆزینەوە (الاستکشافیە) کە تیایدا تاقیکردنەوە پێش وانەکە دەکەوێت و مامۆستا لەڕێگای تاقیکردنەوەوە خوێندکارەکان دەهرۆژێنێت، بۆ دۆزینەوەی نهێنییەکانی بابەتەکە. ئامانجی سەرەکی لەم ڕێگایەدا ئەوە نییە مامۆستا یارمەتی خوێندکار بدات بۆ وەڵامدانەوەی پرسیارەکان، بەڵکو ئامانجی سەرەکی ئەوەیە کە خوێندکارەکان رابهێنێت کە زانیاریو تواناکانیان لەکردەکانی بیرکردنەوەدا بەکاربهێنن بۆئەوەی بگەنە بەرئەنجامەکانو بەوەش بەردەوام مێشکیان لەهرۆژاندنو کاردندا دەبێتو لەم ڕێگایەدا هەرگیز مامۆستا خۆی نابەستێتەوە بەو پرسیارانەی داخراون واتە تەنها یەك وەڵامیان هەیە. بەڵکو هەمیشە ئەو پرسیارانە دەکات کە فرد وەڵامنو لەجۆری کراوەن، بۆئەوەی هەمیشە خوێندکار بگەڕێت بەدوای وەڵامی گونجاوتردا.

تاقیکردنەوەی وڵاتانی پێشکەوتو، ئەوەی دەرخستوە کە بەکارهێنانی ئەم ڕێگایە، خوێندکار لەوەڕسیو بێ تاقەتی دەردەخاتەوە، ئارەزوی بۆ وانەکە لا زیاد دەکات، پەرۆشی بۆ فێربون زۆرتر دەبێت، حەز بەگەڕانو پشکنینو بەدوای بابەتی نوێو وەڵامی نوێدا دەکات، گەشە بەتواناو لێکدانەوەی دەکات، بۆیە بەکارهێنانی ئەو ڕێگایە خۆی لەخۆیدا هەنگاوێکی گەورەیە بۆ سەرخستنی پرۆسەکەو چەسپاندنی بابەتە زانیاریەکان لەمێشکی خوێندکارداو بەرئەنجامەکەشی بەتەواوو بەسەرکەوتنی خوێندکار دەشکێتەوە لەتاقیکردنەوەکاندا.

سەرەڕای هەموو ئەمانە گەلێك خاڵی زەق هەن لەمامۆستادا کەڕاستەوخۆ کاریگەرییەکی سلبی دەکەنە سەر کەوتن یا باش نەبوونی خوێندکار لەتاقیکردنەوە لەوانە:

1.بەکارهێنانی پلەدانان وەك سزا بۆ خوێندکار لەکاتی وانە وتنەوەدا.

2.بەکارهێنانی هەڕەشە یا تەنانەت لێدان.

3.گوێنەدان بەچالاکییەکانی خوێندکار، وەك بەشداری تەواویان لەپۆلدا، هەڵسانیان بۆ سەرتەختە، سەیرکردنەوەی دەفتەرەکانیان، پێدانی فەرمان بۆ وانەی داهاتوو، لێنەپرسینەوەیان.

4.چەق بەستیو گرتنەبەری یەك ڕێگای وانە وتنەوە تا کۆتایی ساڵ.

5.بێتاقەتیو دورکەوتنەوە لەهۆکاری خۆشکردنی پۆل لەڕێگای ئەو شتانەی دەرونی خوێندکار دەکەنەوە وەك گێڕانەوەی هەندێك قسەی خۆشو نوکتەو بابەتی دەرەکیو بەستنەوەی مادەکە بەدەوروبەرو ژیانی ڕۆژانەی خوێندکارەوە بەکورتیەکەی بوونی وشکیەکی زۆر بەوانەکەوە.

6.دیاریەکردنی ئامانجەکانی ئەو بابەتەی دەیڵێتەوە.

7.دورکەوتنەوە لەو بابەتانەی کە مێشکی خوێندکار دەمرۆژێنن.

8.گوێنەدان بەبواری نرخاندن و هەڵسەنگاندنی تەواوی خوێندکاران بۆ هەر بابەتێکی وانەکەی و تا چەند خوێندکاران حەز لە گوێگرتن و بەشداریکردنی دەکەن.

9.بەکارنەهێنانی دەباشیری ڕەنگاو ڕەنگ و هۆکانی ڕونکردنەوە.

10.نەگەیان بەناو خوێندکارەکانداو چەق بەستن لەنزیک تەختە ڕەشەکە.

11.زاڵ بوونی مەزاجیەت بەسەر کەسێتی مامۆستاداو ڕق هەڵگرتن لەهەندێک خوێندکارو هەوڵدان بۆ شکاندنیان یا کەمکردنەوەی پلەکانیان، بەردەوام.

12.گوێنەدان بەدەوام و زۆر غائب بوون و قەرامۆشکردنی خۆپەروەردەکردنی بەردەوام و دورکەوتنەوە لەبەکارهێنانی سەرچاوەی زانستی دەرەکی و نەگەیان بەدوای ئەو بابەتانەی بەتەواوی قوڵ نەبۆتەوە تیایاندا، لەبەرئەوە بەهیچ شێوەیەک بوار ناڕەخسێنێت بۆ خوێندکار کە پرسیاری ئەم لاولای نزیک پرۆگرامەکە لێبکات و بەهەر بڕوبیانوویەکەوە بێت خۆیانی لێدەدزێتەوە و زۆر جاریش ئەم کارە بەلێدان و هەڕەشە جێبەجێ دەکات.

پرۆگرامەکانی خوێندن

پرۆگرامەکانی خوێندن لەهەموو ولاتێکدا ڕەنگدانەوەی فەلسەفەی حوکمە لەو ولاتەدا، واتە بەپێی لێکدانەوەو بۆچوونی فەلسەفەی حوکم، پرۆگرامی خوێندن دادەڕێژرێت لەعیراقدا کە حزبی بەعس بۆ ماوەی 35 ساڵ حوکمی کرد، ئەو پرۆگرامەی نامە ڕێژی کردبوو بۆ سەرتاسەری عیراق لەژێر سێبەری ئەو فەلسەفەیەدا بنیات نرا بوو کە حزبی بەعس خۆی بڕوای پێهەبوو، هەر پرۆگرامەکەش سەرانسەر لەخزمەتی ئەو بیرۆکەیەدا بوو، بەتایبەتی وانە مرۆڤایەتییەکانی وەک مێژوو، جوگرافیا، پەروەردەی نیشتمانی، تەنانەت وانەکانی زمانی عەرەبی و ئینگلیزیش هەر بۆ ئەو پێناوە تەرخان کرابوون. بەشێکی زۆریش لە پرۆگرامەکانی وانە زانستییەکان کۆنن و ماوەیەکی زۆرە هیچ گۆڕانکیان بەسەردا نەهاتووە و لەگەڵ ڕەوتی سەردەمدا ناڕۆن.

بەگشتی خوێندکاران هەست بەخۆشی ئەو پرۆگرامانە ناکەن و بەپەرۆشەوە بەپیریەوە ناچن، بۆیە ڕێژەی دەرنەچوونیان بەو ژمارە زۆرەیە.

ئەوەتا دەربارەی پرسیارێک لەبەڕێوەبەرەکان ئایا کەموکورتی لەکتێبەکانی خوێندندا هەیە 96.46٪یان وتویانە بەڵێ واتە 218 بەڕێوەبەر لەکۆی 226.

لەوەڵامی پرسیارێکیشدا بۆ خوێندکاران ئایا ئەو وانانەی ئەمساڵ دەیانخوێنێت لات پەسەندن؟

1256 خوێندکار لەکۆی 3767 وتویانە (هیچیان). ئەمە سەرەڕای ئەوەی بەشێکی زۆری کتێبەکانی خوێندنگە هێشتا بەچاپێکی خراپ و بەشێوازێکی کۆن چاپکراون، تاکە تاکە کتێب هەیە کە دەستی تەکنۆلۆژیای نوێیان پێگەیشتبێت و لەسەر ئاستێکی ڕازاوەو جوان، هەمیشە هۆکارێکی سەرکەوتوشە بۆ ڕاکێشانی خوێندکارو ئارەزوی خوێندنەوەی زۆر دەکات. سەرەڕای هەموو ئەمانەش هێشتا کێشەی نەبوونی کتێبی تەواو لەبەردەم خوێندکاراندا بۆ هەموو مادەکان یەکێکە لەکێشە گەورەکان و هەندێک جار کتێبەکان زۆر کۆنن و زۆر بەکارهاتون و زۆر تێکچوون، خوێندکاران ڕاناکشێن بۆ خوێندنەوەو کۆشش کردن.

بەشی زۆری پرۆگرامەکان گیانی لەبەرکردنی کوێرانە لەخوێندکاردا دەڕوێنن، تەنانەت بەشێکی زۆری پرسیارەکانی تاقیکردنەوە گشتییەکان بەدەق و بەژمارە پرسیاری ناو کتێبەکان خۆیان دەهێننەوە. بەکورتی ئەو پرۆگرامانە، ئەو توانایە دروست ناکەن کە خوێندکار بەهۆیانەوە بتوانێت لەهەلومەرجی ئەو واقعە بگات کە تیایدا دەژی لەبواڕەکانی سیاسی و ئابوری و کۆمەڵایەتی و مەدەنیەتەوە، هەروەها هۆکارەکانی ڕەخنەگرتن و بیرکردنەوەی زانستی و خۆفێرکردنیان تیادا ناچێنێت و هەمیشە لەبازنەی وانەی تیۆریدا دەخولێنەوە، هەرگیز لەتوانایاندا نیە خوێندکار بۆ بازاڕی کار ئامادە بکەن، کە بتوانێت ئەو زانیاریانەی لەخوێندنگە فێریان بوە لەژیانی ڕۆژانەو لەژیانی بازاڕدا سودیان لێببینێت و جیاکردنەوەیەکی هەست پێکراو لەنێوان هەردوو (زێ)ی خوێندنی ئەکادیمی و خوێندنی پیشەییدا هەیەو کەلێنی نێوانیان زۆرە، و بەشێکی زۆری پرۆگرامی خوێندنگە پیشەییەکانیش دواکەوتون و ناتوانن خوێندکار بەتەواوی بۆ بازاڕی کار ئامادە بکەن، هەروەها بەگشتی پرۆگرامەکان وا دانەڕێژراون کە گیانی دۆزینەوەو داهێنان لەخوێندکاردا دروست بکەن و تەنانەت گوێ پێنەدان و فەرامۆشییەکی زۆریش لەپرۆگرامەکانی هونەرو وانەکانی دەرەوەی پۆلدا هەست پێدەکرێت.

ئەمە سەرەڕای ئەوەی بەشی زۆری ئەو کارمەندانەی لەبەشەکانی پرۆگرامدا لەوەزارەتەکانی پەروەردەدا کاردەکەن، شارەزاییەکی تەواویان لە لەپلاندانانی پرۆگرامدا نیە، شتێکی نەوتۆ دەربارەی نەخشەی پرۆگرامو جێبەجێکردن و بەڕێوەبردنی نازانن. هیچیان مامۆستای ناوەندی یا دواناوەندی نەبون و ناگاداری هیچ پرۆگرامێکی

خوێندن نین‌و ناتوانن سالانە لەپێگای چاودێری گۆڕانکاریە نیشتمانی‌و جیهانی‌یەکانەوە، چاوێك بە پرۆگرامەکاندا بخشێننەوە، ئامادەی بکەنەوە بۆ سالێ نوێ، دەبینین کتێبی وا هەیە مامۆستا خۆی کە خوێندکاربوە تیایدا خوێندوەو نێستاش کە مامۆستایە هەر ئەوە دەڵێتەوە، ئەگەر نەڵێین مامۆستاکەی خۆشی هەر ئەوەی خوێندەوە!!

لەهەموو دنیای پێشکەوتودا، ئەوانەی لەبەشی پرۆگرامدا کاردەکەن کەسانی لەبارو بەتوانان‌و بەدەها کۆرسی تایبەتیان لەسەر پلانی پرۆگرام‌و نەخشەسازی لەپرۆگرام‌و بەڕێوەبردنیاندا دیوەو لەزۆربەی وڵاتاندا ئەم بەشە سەربەخۆییەکی بێئەنداوەی پێدەدرێت‌و کەسەکانی ناچنە ژێر رکێفی هیچ جۆرە سیاسەت‌و دەست تێوەردانێکەوە، ئەوانە سەرپەشکن لەدروستکردنی لیژنە هەمەجۆرەکانی گۆڕانکاری‌و بە سەردەمکردنی پرۆگرامەکانی گۆڕانکاری‌و بەسەردەم کردنی پرۆگرامەکان.

لەپێگای ڕاپرسی بەشی زۆری ئەو مامۆستایانەی دەیڵێنەوە‌و سالانە کۆبوونەوەیان لەگەڵدا دەکەن، مامۆستایان لەکەلێن‌و چاڵ‌وچۆڵەکانی پرۆگرامەکان ئاگاداریان دەکەنەوە.

سەرەڕای هەموو ئەمانە لیژنەی تایبەتی هەن کە سالانە بەپلەی ئەنجامی تاقیکردنەوەکانی خوێندکاراندا لەهەموو مادەیەکدا دەچنەوە بۆئەوەی بزانن گرفتەکە لەکوێدایە؟ کێشەکان چ بەشێکی گرتۆتەوە هتد.. و چۆن چارەسەری بکەن‌و کام ڕێگا بگرنە بەر بۆ ئەو ئامانجە؟!

ئامانجی سەرەکی لەپرۆگرام ئامادەکارییە بۆ پەیداکردن‌و گۆشکردنی خوێندکار بەشێوەیەکی دینامیکی بەرهەمهێنراو کە بتوانێت ڕووبەڕووی گۆڕانکارییەکانی سەردەم بێتەوە‌و کەسێکی کارامە‌و چالاک‌و تێگەیشتو بێت‌و لەڕەوتی ئەو گۆڕانانە دوا نەکەوێت، و لەهەموو بوارەکانی ئەقڵی‌و جەستەیی‌و دەرونیەوە کەسێك بێت، باوەڕی بە خۆی‌و توانا‌کانی هەبێت‌و توانای ڕوبەڕووبونەوەو بەڕەنگاربوونەوەی هەبێت‌و دۆش دامان کەساس‌و بێتوانا دەرنەچێت‌و ئەقڵی لێکدانەوەو سەرەنج‌و ڕەخنەو گیانی دیموکراسی‌و پێکەوەژیان‌و بڕوای بەکەسی بەرامبەر هەبێت.

ئێستا چی بکەین:

1.ئێستا کاتی ئەوە هاتووە بەسەرجەم کتێبەکان‌و پرۆگرامەکانی خوێندنداً بچینەوە بەو مەبەستەی بەتەنگ ئەو سامانە مرۆییەوە بین کە ئەرکی پەروەردانی لەئەستۆی پەروەردەدایە هەر بەو گیانشەوە سەرلەنوێ نەخشە ڕێژیەکی تازە بهێنینە کایەوە لەژێر تیشکی ئەو گۆڕانە نوێیانەی وڵاتەکەمانی گرتۆتەوە بەسەرنج دانیش لەسەرجەمی ئەو گۆڕانکاریانەی ئەمڕۆ لەسیستەمەکانی خوێندن‌و فێرکردندا ڕویانداوە،‌و بەرچاوکردنی ئەو بوارە نوێیانەی لە جیهاندا بۆ ئەم مەبەستە هاتونەتە کایەوە. بۆ نمونە ئایا ناتوانین لەسەر ئینتەرنێت سایتێکی تایبەت بەوەزارەتی پەروەردە بکەینەوە، تیایدا جگە لەبوارو باسە پەروەردەییەکان، مامۆستا‌و سەرپەرشتیارە کارامەکان وەڵامی دەها سەدەها پرسیاری ڕۆژانەی خوێندکار بدەنەوە لەهەموو بوارەکانی خوێندنداو بەوەش پەروەردەو فێرکردنمان هەنگاوی زۆر دەبێت‌و زۆریش دەچێتە پێشەوە!

2.کردنەوەی خولی کورت‌و درێژخایەن کە سەرجەم مامۆستاکان بگرێتەوە تیایدا سەرپەرشتیاران گۆڕانکاری‌و بابەتە نوێیەکان لەبواری مادەی خوێندن‌و پەروەردە‌و پرۆگرامدا بڵێینەوەو مامۆستایان لەو چەمك‌و بابەتە نوێیانە شارەزا بکەن کە ئەمڕۆ لەدنیای سەردەمدا هاتونەتە گۆڕێ.

3.ڕەخساندنی بواری خوێندنی دەرەکی، لەپێگای پەیداکردنی نوێترین سەرچاوەی زانستی‌و ئەکادیمیەوە لەکتێبخانەی خوێندکاراندا بەشێوەیەك کە مامۆستایان‌و خوێندکاران سودی تەواوی لێببینن.

4.ناردنی سەرپەرشتیاران بەپێی خشتەیەکی ئامادەکراو بۆ وڵاتانی بیانی‌و دەرودراوسێ بۆ شارەزابون لەسەر پرۆگرامی ئەو وڵاتانەو ئەو گۆڕانکارییە نوێیانەی تیایاندا ڕوودەدات.

5.ئامادەکاری لەتاقیگەو هۆیەکانی فێرکردن بەشێوەیەکی دیموکراسی‌و عادیلانە بۆ هەموو خوێندکاران.

6.ڕاهێنانی مامۆستا لەسەر بەکارهێنانی تاقیگەو بوونی تاقیگە بەبەشێکی سەرەکی خوێندن‌و فێرکردن بەتایبەتی لەوانە زانستەکاندا.

7.تەرخانکردنی بودجەی تەواو بۆ ئەم مەبەستەو بۆ بەرزکردنەوەی توانا مرۆییەکان کە بریتین لەشارەزایان‌و سەرپەرشتیارو مامۆستایان.

8.بایەخدان بە پەروەردەی مامۆستا لەکۆلیژو زانکۆکاندا بەبەرزکردنەوەی ئاستی زانستی‌و پەروەردەیان لەپێگای بەهێزکردنی بەرنامەکانی خوێندن لەکۆلیژو پەیمانگاکانی مامۆستایانداو بەهێزکردنی میلاکی ئەو کۆلیژو پەیمانگایانە بەمامۆستای کارامەو بەتواناو دەرخستنەوەی لاوازەکانیان‌و مەشق‌و ڕاهێنان پێکردنی مامۆستا ببێتە کارێکی بەردەوام‌و یەك لەدوایی‌یەك. بەگرنگی‌دان بەدەزگاکانی ڕاهێنان‌و مەشق پێکردنی مامۆستایان بەکۆکردنەوەی باشترین‌و لێهاتوترین کادیری پەروەردەیی لەو دەزگا گرنگانەداو گوێگرتن لەسەرپەرشتیاران‌و سودوەرگرتن لەشارەزایی‌و توانایان لەم بارەیەوە.

9.پێداچوونەوەی زمان لەکتێبەکانی خوێندندا لەبەرنەوەی بەشێکی زۆری ئەو کتێبانە پێن لەهەڵەی زمانەوانی کە لەئەنجامی وەرگێڕانی کتێبە عەرەبیەکانەوە هاتون، و پوختەکردنی زمانی دەربڕینو بەکوردی کردنیان بەتەواوی.

10.پێداچوونەوەی سەرجەم ڕێگاکانی چاپکردنی کتێبەکانو ئامادەکردنیان پاش ئەوەی هەڵسەنگاندنی تەواویان دەربارەی ئامانجەکانی ئەو کتێبە بۆ دەکرێت دەربارەی:

*گونجانی ناوەرۆکیان لەگەڵ پرۆگرامی خوێندندا.

*زنجیرەی ناوەرۆکیان بەپێی پۆلەکانو بەرزبوونەوەیان بۆ ناستێکی گەورەتر.

*بایەخدار بەبواری کرداری تیایاندا.

*جەخت خستنەسەر پەرەدان بەکارامەیی لەبواری شیتەڵکردنی کێشەکاندا.

*گونجاندنی زمانەکەیان لەگەڵ ناستی پۆلەکەو ڕاستی زمانەکەدا.

*هاندانی خوێندکار بۆ توێژنەوەو چالاکی نواندنی دی.

*گونجاندنی قەبارەو ناوەرۆکی خوێندنی کتێبەکە لەگەڵ ئەو کاتانەی بۆی تەرخان کراوە لەسالێکدا.

*گونجاندنی لەگەڵ تەمەنی ئەقڵی خوێندکارەکە.

*ڕەفتارکردنی بنەماکانی دەروونی خوێندکار.

*ڕەچاوکردنی دورکەوتنەوەی لەبابەتی سەراوو وەڕس کەر.

لەبواری تەکنۆلۆژیای چاپکردنیشەوە:

پێویستە ڕەچاوی ئەمانە بکرێت.

*نەخشەسازی بەرگو پەڕەکان.

*قەبارە.

*ڕەنگ.

*جۆری ئەو کاغەزەی لەسەری چاپ دەکرێت.

*ژمارەی دێڕەکان لەهەر پەڕەیەکدا.

*ژمارەی وشەکان لەهەر دێڕێکدا.

*جۆری ئەو وێنانەی تیایاندان-ڕونیان- گونجاندنیان لەگەڵ باسەکەدا.

11.تاقیکردنەوە دورودرێژەکانیئەم سالانەی خوێندمان دەریخستووە کە زۆر گرانە بتوانین هیچ گۆڕانکاریەک لەم بوارەدا بکەین ئەگەر دوو کاری سەرەکی ئەنجام نەدەین.

ا.دابەزینی حصەی مامۆستا بۆ 18 یا 20 وانە لەهەفتەیەکدا.

ب.دابەزینی ژمارەی پۆل بۆ 20-25 خوێندکار.

وانەی تایبەتی

لەگەڵ دەستپێکردنی خوێندن لەعیراقدا وەک هەموو ووڵاتانی دی، دیاردەیەکی دروست کردوە، ئەویش دیاردەی وانەی تایبەتیە، ئەگەرچی لەکۆندا ئەو دیاردەیە زۆر بەکزیو لاوازی دەرەکەوت، بەڵام لەم چەند ساڵانەی دوایدا ئەم دیاردەیە زۆر پەرەی سەندو گەیشتە ئەوەی کە بەدیاردەیەکی زۆر زەقو ناشکرا دەرکەوێتو تا دێش زیاتر دەبێت.

چۆنیەتی دیاردەکە:

دیاردەکە، بریتییە لەوەی کە پەرۆشی کەسوکار بۆ منداڵەکەیان بۆئەوەی سەرکەوتن لەتاقیکردنەوەکاندا بەدەست بهێنێت، یا لە پۆلە کۆتاییەکاندا پلەی بەرز وەرگرێت، مامۆستای تایبەتی بۆ دەهێننە ماڵەوە، بەپێی دواکاری ئەم مامۆستایە یا بەشێکی پرۆگرامەکە، یا هەموو کتێبەکەی پێتەواو دەکات. یا هەندێك جار پەنا دەبنە بەر خولی بەهێزکردنو وانەی زیادە لە خوێندنگەیەکی دی یا لەهەمان خوێندنگەکەی خۆیدا، هەمان مامۆستاکەی خۆی یا مامۆستایەکی دیکە لەوانەکەدا.

هەندێك جار پەرۆشی کەسوکار دەگاتە ئەو ڕادەیەی کە هەموو مامۆستاکانی هەموو وانەکانی بۆ بگرن، و ئەمانە بەپێی خشتەی تایبەتی سەردانی خوێندکارەکە دەکەن، وانەکانی پێ دەڵێن.

ئەگەرچی هەندێك جار بەرنەنجامی ئەم دیاردەیە بەرژەوەندی خوێندکارەکە گەڕاوەتەوە، بەڵام لەزۆربەی جاردا بەردەوامیش زیانی زۆرترە لەسود لەبەرئەم هۆیانەی خوارەوە:

1.ئەو جۆرە خوێندکارانەی بەم شێوەیە دەخوێنن و دەردەچن، ناتوانن پشت بەخۆیان ببەستن و کەسانێك دەردەچن کە بەبێ یارمەتی کەسی دووەم مەحاڵە بتوانن لەهیچ پۆلێکدا سەرکەوتن بەدەستبهێنن و بەوە دەبنە کەسێکی (اتکالی) و لەپاشتردا، لەزانکۆ زۆربەی جار دەگەڕێنەوەو دەرناچن، چونکە ئەو کەسە دووەم نادۆزنەوە کە پشتی پێببەستن، هەروەها زۆر جار ئەم دیاردەیەشیان لەگەڵدا دەڕوات تا دوای دەرچونیشیان لەزانکۆ ناتوانن دەست بۆ هیچ کارێك ببەن بێیارمەتی کەسێکی دی.

2.بەشی زۆری ئەوانەی مامۆستای تایبەتیان هەیە توشی چەواشەیی دوو شێوازی دەبن، شێوازێك لەلایەن مامۆستاکەی خۆیانەوە لەخوێندنگەکەیان و شێوازێکیش لەماڵەوە کە زۆربەی جار جیاوازیەکی زۆر لەنێوانیاندا هەیەو پەرتەوازەییەکییان بۆ دروست دەکات.

3.یا دەبێتە هۆی فەرامۆشکردنی وانەکانی خوێندنگەکەی و گوێ پێنەدانی و زۆرجار خۆدزینەوەو

نەچونەوەش، بەو پێیەی خۆیان لەمالّەوە مامۆستای دیکەیان هەیە ئیتر بۆ خۆیان لەپۆلدا هیلاك بكەن.

4.بەشێك لەو مامۆستایانەی هەست دەكەن كە خوێندكار مامۆستای دیكەیان هەیە لەمالّەوە، بەئانقەست پرسیاری گران‌و شێواو جیا دەهێننەوە‌و خوێندكارەكە دەخەن بۆئەوەی بۆی بسەلمێنن كە مامۆستاكەی مالّەوەی ئەو كەسە نیە.

5.بوونی چەند مامۆستایەك بەیەك جار، سەر لەخوێندكار دەشێوێنێت‌و ناتوانێت سەركەوتن بەدەست بهێنێت، لەبەرئەوەی هەر بەوەدا رادەگات كە دەرگا لەمامۆستایەكی دی بكاتەوە‌و یا خۆی بۆ ئامادەبكات‌و كاتێكی زۆری نامێنێتەوە بۆ خۆی لەوانەكانیدا وەك خوێندكارێكی ئاسایی تێبكۆشێت‌و زۆر جاریش لەنێوان وەلامی مامۆستاكەی خۆی‌و ئەوەی مالّەوە دەكەوێتە گومانەوە لەڕاستی‌و باشی یەكێكیان.

6.سەرفكردنی ئەركێكی زۆر بۆ مالّەكەو تێكچوونی ئارامی‌و هێمنیان‌و خەرجكردنی پارەیەكی زۆر كە لەزۆربەی كاتدا پێویست نییە.

7.بلّاوبوونەوەی دیاردەی چاولێكەری، كە زۆر جار مندالانی ئەو خێزانانەش دەگرێتەوە كە باری گوزەرانیان مام ناوەندە یان نزمە، ناچار پەنا دەبەنە بەر قەرز، بۆ ئەوەی موچەی مامۆستاكە بدەن.

8.بلّاوبوونەوەی دیاردەی مەلزەمە، بەم رێگایە چونكە هەر مامۆستایەك مەلزەمەی خۆی هەیەو كەس بەمەلزەمەی یەكێكی دی رازی نابێت‌و ئەمەش چەواشەكردنێكی زۆری بۆ خوێندكاران دروست كردووە. كە لەڕاستیدا هیچ مەلزەمەیەك‌و لەهیچ وانەیەكدا پێویست ناكات، لەبەرئەوەی كتێبەكانی خوێندن خۆیان هەموو شتێكیان تێدایە، ئەگەر خوێندكار وا رابهێنرێت كە پشتیان پێ ببەستێت‌و بزانێت چۆن تیایاندا سەعی دەكات.

9.كوشتنی كاتێكی زۆری خوێندكار، كە لەبریتی وەرزش‌و جێبەجێكردنی هەندێك لەئارەزوەكانی خۆی، جگە لەوانەو دەرسەكانی خوێندنگە، هیچ كاتێكی بۆ نامێنێتەوە وەك مرۆڤ بۆ خۆی.

10.هەندێك جارو لەبەر نساوو ناوبانگ‌و هەندێك لەمامۆستایان وا ئامادە دەكەن كە ئەم پرسیارانە زۆر گرنگن‌و خوێندكار ئیجبار دەكەن بۆ بایەخ پێدانی زۆری، بەلّام لەتاقیكردنەوەكەدا دەردەكەوێت هیچیان نەهاتۆتەوە، و ئەوەش دەبێتە هۆی سەرلێشێوان‌و زۆرجار بێ وەلّام دانەوە چونە دەرەوە لە تاقیگە.

11.بەپێچەوانەشەوە، هەندێك لەوانەی كە پرسیاریان داناوە بۆ پۆلە كۆتاییەكان بەئیجابەك هەندێك لەپرسیارەكان بۆ ئەو خوێندكارانە دەردەخەن كە ئەمەش ئاشكرایە چ زمانێكی گەورەی بۆ پرۆسەكەو تاقیكردنەوەكە بەدواوەیە.

12.لەدەرگادان‌و وەستان لەبەردەرگاو چونە ئەم مالّ‌و ئەو مالّ لەشان‌و شەوكەتی مامۆستای كەم كردۆتەوە‌و زۆرجار لەگەلّ بەرزی‌و بەهای ئەو پیشە پیرۆزەدا ناگونجێت.

13.هەندێك لەمامۆستایان لەپۆلدا كەمتر خۆیان ماندو دەكەن، بۆئەوەی ئەمە هۆكارێك بێت بۆئەوەی كە خوێندكارەكان پەنایان بۆ ببەن لەمالّەوە وانەیان پێبڵێنەوە، ئەمەش زۆرجار دەبێتە هۆی سوك سەیركردنی مامۆستا‌و گوێڵێنەگرتنی لەپۆلدا، بەو بیانوەی كە لەمالّەوەو بەشێنەیی‌و لەسەرخۆ بۆی ڕاڤە دەكات.

14.لەزۆربەی جاردا ئەو خوێندكارانەی ژمارەیەكی زۆر مامۆستایان هەیە، زۆر كەمتر پلە بەدەست دەهێنن، لەچاو خوێندكارێكدا كە هیچ مامۆستایەكی تایبەتی‌و تەنها پشتی بەخۆی‌و توانای خۆی بەستوەو ئەمەش هیوا براویەك بۆ كەسوكارو زۆر جار خوێندكارەكە خۆشی دروست دەكات.

زمانی ئینگلیزی‌و دابەزینی ڕێژەی دەرچوون

پرۆگرامی فێربوونی زمانی ئینگلیزی لەكوردستان‌و عیراقدا لەپۆلی پێنجەمی سەرەتاییەوە دەست پێدەكات‌و بەپۆلی شەشەمی ئامادەیی كۆتایی دێت، واتە خوێندكار بۆ ماوەی 8 ساڵ ئەم وانەیە دەخوێنێت. بەلّام بەرئەنجامی ئەم 8 ساڵە، دەبینرێت كە خوێندكاران زۆر لاوازن لەو زمانانەداو ناتوانن بەشێوەیەكی گشتی قسەی پێبكەن‌و پێی بنوسن. واتە هەموو ئەو ئەركەی بۆ ماوەی 8 ساڵ لەگەلّ خوێندكاردا دەچێت بەشێكی هەرەزۆری بەبادا دەڕوات‌و ئەنجامەكەی هیچە. و لەئامارێكدا كە بۆ ماوەی 5 ساڵ واتە لەساڵی (97-2002) وە ئەنجامەكان داوە لەگەلّ بەرئەنجامی 10340 خوێندكاری پۆلی یەكدا دەركەوت 7720 خوێندكار بەدەوری یەكەمو دووەمەوە كەوتون بەرێژەی 74.66٪ و لەئەنجامی 4053 خوێندكاری پۆلی شەشەمی وێژەیی 3752 خوێندكاری بەهەردوو دەورەكە گەڕاوەتەوە لەزمانی ئینگلیزیدا واتە بەرێژەی 48.8٪ واتە پاش 8ساڵ خوێندنی ئەو زمانە!!

بەڕاستی ئەم ڕێژانە و ناستی فێربوونی ئەو زمانە لای خوێندكارانمان لەهەموو پۆلەكاندا ئاماژەیەكی زۆر خراپ دەدات بەدەستەوە كە لەسەر بەرپرسانی وەزارەتی پەروەردەو بەڕێوەبەرایەتیەكانی پێویستە زۆر بەپەلە كۆنفرانسێكی تایبەتی بەم كێشەیە ڕێك بخەن تیایدا لەهۆكارو بەرئەنجامەكانی بكۆڵنەوەو چارەسەری هەنوكەیی گونجاوی بۆ بدۆزنەوە.

بەڕای ئێمە دابەزینی ئاستی فێربوونی ئەو زمانەو بەرئەنجامەکانی دەگەڕێتەوە بۆ:

1.بەشی زۆری ئەو مامۆستایانەی زمانی ئینگلیزی تەواو دەکەن، خۆیان ئەو ئاستەیان نیە: کە بتوانن بەباشی خوێندکار فێربکەن و زۆربەشیان دەرچووی کۆلیژی زمان یا ئادابن و تاکو تەرایان لەڕێگاکانی وانەوتنەوە و فێرکردن دەزانن چونکە لەکۆلیژ وەریان نەگرتوە. ئەمانە لەڕێگای خولی تایبەتی تاپادەیەک دریژخایەنە وە دەتوانرێت ئاستی زانستی و ئاستی پیشەییان بەرزبکرێتەوە.

2.نەبوونی مامۆستای پسپۆر.

زمانی ئینگلیزی لەو وانانەیە، بگرە لەپێشەوەی هەموو ئەو وانانەوەیە کە پسپۆڕی کەمە، و بەشی زۆری خوێندنگاکان پەنا دەبەنەبەر پسپۆڕ لەوانە کانی دیکەدا وەک زانستەکان یا زمانی کوردی یا عەرەبی یا مامۆستای سەرەتایی بۆ وتنەوەی ئەم وانەیە بەوەش ئاستی وتنەوە دەگاتە ئاستێکی زۆر نزمو ئاستی فێربوونو بەرئەنجامەکانی تاقیکردنەوەش ئەو ژمارە ترسناکانە دەدات بەدەستەوە.

3.زۆری ژمارەی خوێندکار لە پۆلدا:

ئاشکرایە فێربوونی زمانێکی وەک ئینگلیزی پێویستی بەوەیە کە پۆلەکە لە20-25 خوێندکاری زیاتر تێدا نەبێت بۆئەوەی مامۆستا بەتەواوی بتوانێت هەمویان بەشداری بکات و بەتەواوی لێیان بپرسێتەوەو گفتوگۆیان لەگەڵدا ئەنجام بدات، بەڵام ئێستا چی بکرێت لەگەڵ پۆلێکدا کە لە35-45 ئاستی فێربوون پەسەندە لەو پۆلەدا.

بۆ چارەسەری هەنوکەیی ئەمە دەتوانرێت هەر پۆلە بکرێتە دوو گروپ بۆ فێربوونی ئەو زمانەو مامۆستا بەجیا بەیەک گروپیان بڵێتەوەو گروپەکەی دی مامۆستایەکی دیکە یا هەر ئەو لەکاتێکی دیدا.

4.نەبوونی تاقیگەی زمان:

لەفێربوونی زمانی بێگانەدا ئێستا تەکنۆلۆژیا گەورەترین ڕۆڵ دەبینێت، چ لەڕێگای کۆمپیوتەر، C.D ، ڤیدیۆ، چ ڕاستەوخۆ لەڕێگای ئینتەرنێتەوە یا لەڕێگای تاقیگەی زمانەوە کە مامۆستا بەئاسانی قسە لەگەڵ هەر خوێندکارێکدا دەکات کە خۆی بیەوێت لەبوارەکەداو گوێی لێدەگرێت و بەوەش پەیوەندیەکی ڕاستەوانە بۆ فێربوونی زمانەکە لەنێوان مامۆستاو خوێندکاردا دروست دەبێت و ئاماژەیەکی سەرکەوتو دەدات بەدەستەوە.

5. پڕۆگرامی خوێندن:

پێویستە زۆر بەزوویی چاو بەسەرتاپای پڕۆگرامی خوێندن بەو زمانەدا بگێڕێتەوە، چونکە دەرکەوتووە کە ئەو پڕۆگرامە ناتوانێت خوێندکار فێری زمانەکە بکات، و نایکاتە کەسێک کە ڕاستەوخۆ بێ سڵەمینەوە لە هەڵوێستە جیاکاندا قسەی پێ بکات و پێی بنوسێت و بخوێنێتەوەو گوێ لەڕادیۆو فیلمو تەلەفزیۆن بگرێت.

6.کەمی ئارەزووی خوێندکار:

زۆر کەم هەڵدەکەوێت لەناو خوێندکارانی خوێندنگەیەکدا کە ژمارەیەکی زۆریان حەز لەفێربوونی ئەو زمانە بکەن بەپەڕۆشەوە هەوڵی لەگەڵدا بەن، بەڵکو بەپێچەوانەوە، زۆربەی خوێندکاران بەخۆشیەوە وانەکە وەرناگرن حەز دەکەن هەر ئەوەندەی تیادا بهێنن کە دەرچنو ڕزگاریان بێت لێی، بێگومان ئەمەش هۆکاری خۆی هەیە، بەڵام هەر چۆنێک بێت مامۆستای باش گەورەترین ڕۆڵی هەیە لەبەرزکردنەوەی ئارەزووی خوێندکاراندا بۆ فێربوون.

7.جۆری پرسیارەکان:

تا ئێستا جۆری پرسیارەکان لەهەموو پۆلەکانداو لەگەڵیشیدا پۆلە کۆتاییەکان، پرسیارەکان شێوەیەکی تەقلیدی کۆن باویان هەیەو خولاندنەوەیە لەناو بازنەیەکی داخراوداو هیچ داهێنانێکی وای تێدانیە، کە نوێبوونەوەو هروژاندنی خوێندکار لەخۆبگرێتو ئەمەش زۆر بەسلبی بەسەر ئاستی خوێندکارو وەڵامەکانو بەرئەنجامەکاندا شکاوەتەوەو بەزەقی دیارە.

8.خۆتەرخان کردنی خوێندکار:

لەزۆربەی خوێندنگە بیانیەکاندا پێش دەست پێکردن بەخوێندن، سااڵێک دادەنرێت بۆ فێربوونی زمانو لەو ساڵەدا هیچ ناخوێندرێت جگە لەزمانەکە نەبێت، ئێمەش ئەگەر بمانەوێت گۆڕانێکی سەرتاسەری لەفێربوونی ئەم زمانەدا دروست بکەین دەتوانین، هاوینەکان یا ساڵێک لەسەرەتای ناوەندیدا تەنها بۆ زمانی ئینگلیزی تەرخان بکەین، و لەوساڵەدا مامۆستاکان بەهەموو ڕێگا نوێیەکانو بەکارهێنانی تەکنۆلۆژیای سەردەمەوە خەریکی ئەوەبن کە خوێندکارەکان فێری ئەو زمانە بکەنو ئەمەش ڕێگە لەوە ناگرێت کە وانەکە لەهەموو پۆلەکانیشدا هەر بەردەوام بێت.

سیستەمی ووزە

شادان کەمال
پسپۆری کیمیا

خەڵوزو نەوتی خاو سەرچاوەی سەرەکی ووزەن هەروەك سود لە ئاوی کۆکراوەو تاقگەکان وەردەگیرێت بۆ دەستکەوتنی ووزەی پێویست ئیش پێکردنی ئامێرو مەکینەکان.

سەرباری ئەمانە خۆر بەسەرچاوەی سەرەکی ووزە دادەنرێت لەسەر زەوی کە زیندەوەران و پرووەك بۆ بەجێهێنانی زیندەچالاکیەکانیان سودی لێوەردەگرن.

دڵزینەوە وەڵامدانەوەی ئەو پرسیارانەی پەیوەستن بەم شێوازی سود لێوەرگرتنە زانایانی زۆر خەریك کردبوو، پاشان توانرا بەپێکهاتنێکی سادە ڕاڤە بکرێت.

شەپۆلەکانی ووزە بەردەوام لە جوڵەدان لە ناوچە ئەرك بەرزەکانەوە بەرەو ناوچە ئەرك نزمەکان دەچن. بۆ نمونە شەپۆلەکانی گەرمی لە ژوورێکدا لە گەرمی دەرێکەوە بۆ سوچە سارەدەکانی ژورەکە دەچن.

لە خۆر بەندیدا خۆر ئاوەندی ووزەیەو زەوی ناوچەیەکی سارد بەو شێوەیەی سەرەوە ووزەی پێویستی خۆی لە خۆرەوە بۆ گەرمبونەوە وەردەگرێت. هەرچی پروناکی بینراوە تەنها شەپۆلی ووزەیە کە دەگاتە زەوی. ئەو ووزە وەرگیراوە بەشێکی دەبێتە گەرمی بەپلەی جیاواز، بەشەکەی دیکەی کە نزیکەی سێ لەسەدی (3٪) پروناکی بینراوە پرووکە سەوزەکان هەڵیدەمژن لەگەڵ ئاوەهەواو ماددەکانی دیکەدا دەیکەن بە خۆراك.

پێشکەوتنو زانستە نوێیەکان گرنگی بە پێوانەکردنی بڕو جۆری ئەو ووزەیە دەدەن. بۆ ئەم مەبەستە یاسای پاراستنی ووزە دانرا کە دەڵێت ((ئەووزە لەناو دەچێتو نەماددە، بەڵکو لەوانەیە بگۆڕێن بۆ شێوە یەك لە شێوەکانی ووزەو بە بەرنەنجامێك کۆتایی بێت). بۆ نمونە ووزەی پێویست بۆ ئەنجامدانی کردارێکو بەرنەنجامی کۆتایی بەوردی پێوانە دەکرێت. بەڵام تەنانەت لەو کردارانەی کە بەباشی دەست بەسەر ووزەکەیاندا لە بەفڕۆچون گیراوە، وەك ئەو کارەبایەی لە خەڵوزەوە دەست دەکەوێت، بەشێکی ووزەکەیان وەك گەرمی ڕون دەکەنو دەبێتە هۆی گەرمبونی چواردەورەکەی. ئەم ووزەیە دەتوانرێت بۆ ئیش بگۆڕێت پاش دەست بەسەرداگرتنی بەهۆی پێشکەوتنە نوێیەکانەوە. خۆریش بەشێکە لەمەو بەو شێوەیەی سەرەوە ووزەکەی وون دەکات بۆ بەرزکردنەوەی پلەی گەرمی زەوی. بەم شێوازی

وونکردنەی ووزەش دەوترێت ئینترۆپی (entropy) ئەو سیستمە کە بەرەو زیادبوون دەچێت.

ووشەی ئینترۆپی بەواتای ئەوە دێت کە ووزەی سیستمەکەمان بڵاودەبێتەوەو بەفیڕۆدەچێت بەبێ ئەنجامدانی ئیشێك یان ئەوەی کە ووزە بەرەو کاریران دەچێت بێئەوەی بگەڕێتەوە.

زاناکان وایان دانا کە وشەی خراپ بوون بۆ ئەم بەشە لە ناوچوەی ووزە بەو جێگیرییە باش بێت، بەڵام لەوانەیە ئوتومبێلێك پاش دە ساڵ یان ماڵێك پاش پەنجا ساڵ بەتەواوەتی خراپ بێتو بەسەر بچێت، لە کاتێکدا خۆرو ووزە زەوندەکەی بە بەردەوامی سەرچاوەی ووزەن لەسەر زەوی، کە ئەمەش لەچاو ئەو ووزە زۆرەی خۆردا بەشێکی کەمەو پێویستە لەوە نەترسین کە ڕۆژێك ئینترۆپی یەکسان دەبێتەوە لەگەڵ ووزەکەیداو نامێنێت.

ئەگەر زەوی لە بەردو ئاوڕەوا پێڵەهاتبێت ئەوا ئەمانە تەنها کار لە چۆنیەتی کاربرانی ووزەی خۆر دەکەن بەبێ ئەوەی کار لە ڕێژەی گەیشتنی بکەن.

بەردەکانی سەرووی زەوی زۆر خێرا گەرم دەبنو ساردەبنەوە. هەرچی ئاوە پاش بەهەڵم بونی دەبێتە بارانو بەفرو دەگەڕێتەوە دەریاو زەریاکانو لە ڕێڕەوەکەیدا سەر ووی بەردەکان دادەخورێنێتو کانزاو ماددەتواوەکان بۆ دەریاو زەریاکان دێنێتەوە ئەمانەش بریتین لەو ئیشانەی لە ئەنجامی کاربرانی ووزەی وەرگیراو لە خۆرەوە پەیدا دەبن، بەواتای زیادبوونی ئینترۆپیو لەناوچونی ووزە لەسەر زەوی. لە کاتێکدا پێشکەوتنە نوێیەکان لە هەوڵی داهێنانی شێوازی وەهادان کە بتوانێت ڕێگە بگرن لەو بەفیڕۆچونە. بۆ نمونە وەك گۆڕینی ووزەی کۆکراوەی ئاو بۆ ووزەی کارەبا.

لە ماوەی نیوەی تەمەنی زەوی‌دا زیندەوەران لە ووی چەندایەتی و چۆنایەتی‌یەوە زیادیان کردووە هەر کە پێکهاتن (Fourm) گۆڕا لە گەڵی‌دا ئرخی مانەوە بریتی‌بوو لە توانای پێکهاتە نوێیەکان بۆ خۆگونجاندن لەو ڕەوشە نوێیەدا. کاریگەرەکە بریتی‌بوو لە پڕکردنەوەی دەریاو زەریاکانو داپۆشینی زەوی‌یە گونجاوەکان بۆ نیشتەجێ بوون بەزیندەوەری هاوبەش لە زیان و گونجاو لەگەڵ یەکتری‌دا. هەروەها لەگەڵ گۆڕانە فیزیایی‌یەکانی دەوروبەردا. ئەم هاوبەشی و پێکەوە ژیانە سەرەتایەك بوو بۆ فراوان بوونی دەوری زیندەوران لە کردارو گۆڕانکاریەکانی پەیوەست بەزەوی.

چونکە ئەم زیندەوەرانە ووە ڕەقەکەی زەوی دادەپۆشن و بەرامبەر بەگۆڕانە مەناخی و کاریگەرە فیزیایەکانی دەپارێزن و داخورانی بەردەوامی ئەو ئاوچانە کەم دەکەنەوە.

سەرەڕای ئەمانە بوونی ژیانی هاوبەش خزمەتی لە دروست کردنی وچانی زۆردا کردووە. بۆ نمونە ئاو بەشێوەی جیاواز دەچێتە پێکرماتنی ژیانەوە، پاش هاتنە خوارەوەی لە ڕێگەی‌دا بەشێکی ووەکەکان هەڵی دەمژن و هەر لەوێوە دەبێتەوە بەهەڵم، هەرچی بەشەکەی‌تریەتی یان بەناخی زەوی‌دا وەك ئاوی ژێرزەوی ڕۆدەچێت، یان لەسەر ووەکەی بە یارمەتی زیندەوەرە وردەکان وەك شێ گل دەدرێتەوە.

هەرچی کرداری کیمیایی‌یەکانە وەك ئەوەی ڕێکخستن و بەردەوامی بەژیان دەدەن ئەوەندە سەرنج ڕاکێش نین بەرامبەر بەو کردارانەی لە سەرەوە باسکران. لێرەدا لەو ئاوێتەو سیستمی ئاوێستانەی کە پاش چەندجار بەکارهێنانیان بەمەبەستی دووبارە سود لێوەرگرتنەوەیان بۆ زەوی و هەوا دەگەڕێنرێنەوە نەوەد توخمی کیمیایی لە گرووپێك‌دا دەست نیشان کران. ئەم کردارانەوەو دروست کردنی خۆراك (ئاوێتەی ئەندامی) لەلایەن ووەکە سەوزەکانەوە بەسود وەرگرتن لە ووزەی تیشکی خۆر ووو دەدەن.

ووەکە سەوزەکان بەتەنها نابن لەم کردارانەدا بەڵکو پاشماوەکانیان لەگەڵ پاشماوە گیانەوەریی‌یەکان پاش تێك شکاندن، بەسود وەرگرتن لەو بەرە ووزەیەی تیاندا ماوە میواندارێکی باشی زیندەوەرە وردە مشەخۆرەکانن.

بۆ نمونە گەڵاکانی مێو شەکری تری بەرهەم دەهێنن و لە دەنکی تری‌یەکانیدا کۆیدەکەنەوە، پاشان بەشێوەیەکی دەستکرد تێك دەشکێنرێتو دەگوشرێت، شەکرە تواوە (ئاوی تری) کە دادەنرێت، ترشێنەرە ووەکیەکان کە زیندەوەری وردی مشەخۆرن، بۆ دەستکەوتنی ووزەی زیندەچاکیەکانیان لەو بەرە ووزەیەی لە شەکرەکەدا کۆکراوەتەوە دەیگۆڕن بۆ کهول و دوانۆکسیدی کاربۆن. لێرەدا ئەگەر ڕێگەی لێنەگیرێت بەکتریای سرکە کهولەکە دەگۆڕێت بۆ ترشی سرکیك. (ئەسیدیك ئەسید)و گەردێك ئاو، بە بەکارهێنانی ئەو بەرە ووزەیەی لە ترشە ماوەتەوە وەك دواهەمین هەنگاو ترشەکە دەکرێتەوە بە دوانەئۆکسیدی کاربۆن و ئاو، ئەمانەش ئەو کەرەستە سەرەتاییانە بوون کە میوەکە سودی لێوەرگرتن بۆ پەیداکردنی شەکری تری، کە دووبارە سودیان لێوەردەگرێتەوە، چونکە دەگەڕێنرێنەوە بۆ سروشت.

هەنگاوە کیمیایی‌یە یەك لە دوای‌یەکەکان و ئەو هەنگاوانەی توخمەکانی وەك (ئایترۆجین-ئۆسفۆر-پۆتاسیۆم-ئاسن-هتد) بەکاردێنن سورێکی داخراو بەردەوام دروست دەکەن. کە بریتی لە دروست کردنی ماددە ئەندامیەکان لە ئاوو دوانەئۆکسیدی کاربۆن و گەڕانەوەی هەریەکەیان بۆ سروشت بۆ دووبارە سود لێوەرگرتنەوەیان پاش بەکارهێنانیان لەلایەن زیندەوەرانەوە. زۆربەی ئەو ئاوێتانەی کە ووەك بەکاریان دەهێنێت ئۆکسجین

بەڕێژەیەکی زۆر لە پێکهاتەیاندا هەیە وەگۆڕینیان بۆ ئاوێتەی ئەندامی پێویستی بە کەمکردنەوە یان لابردنی ئەو ئۆکسجینانە هەیە بەبونی بڕێک لە ووزە، بەم کردارەش دەوترێت لێکردنەوە (reduction) وەک ئەوەی لە کارگەی بەرهەمهێنانی ئاسن لە خاوەکانی دەبینرێت. لێرەدا ئاسنەکە لە خاوەکانی کە بریتییە لە ئۆکسیدەکانی ئاسن ئامادە دەکرێت بە لێکردنەوەی ئۆکسجینی ئۆکسیدی ئاسنەکە بە گەرمییەکی زۆر.

بە پێچەوانەی ئەم کردارانەوە تێکشکاندنی ئاوێتە ئەندامیەکان بۆ ژیاندنی ژیانو دەرپەراندنی ووزە کۆکراوەکەیان (وەک سوتانی سوتەمەنی مەکینە) پێویستی بە ئۆکسجینەو پێی دەوترێت ئۆکساندن (oxidation)وە لەگەڵیدا ئاوێتەی لە فۆسفۆر-نایترۆجین-کاربۆن) پەیدا دەبن. کەواتە دەتوانین بڵێین یەکێک لەو سوپرانەی کە هەنو بەردەوامی بە ژیان دەدەن بریتییە لە کرداری لێکردنەوەی ئۆکسجینو کۆکردنەوەی ووزەی پێویست لە مادەکانداو ئۆکساندنی ماددەو ئاوێتە ئەندامیەکانو دەرپەراندنی ووزە کۆکراوەکەیان بە خستنە سەری ئۆکسجین، یەک لە دوای یەک.

لەبەرئەوەی کاربۆن پۆڵێکی فراوانی هەیە لەم کردارانەدا پێویستی بە پوونکردنەوەی ئەو پۆڵەی هەیە. نیوەی بارستایی پووەک، کە لەو (0.003)ی دوانەئۆکسیدی کاربۆنەوە وەری دەگرێت کە لە هەوادا هەیە، کاربۆنە. زیادبوونی ئەم ڕێژەیە بە بڕی (0.05) دەبێتە هۆی پیس بوونی ژینگەو زیان بۆ زیندەوەران، لە بەرئەوە پێویستە بەو هاوسەنگییە بمێنێتەوە، ئەمەش بە بوونی پووەکە سەوزەکان پووەدات، چونکە لە ڕۆژدا بڕی ئۆکسجینی زیاتر دەکەنە هەواوە وەک لەوەی بەکاریدەهێنن. ئەم هاوسەنگییە کیمیاییە نێوان هەواو زیندەوەران یەکێکە لە ڕاستییەکانی زانستی زیندەوەرانو ژینگە. ئەم ڕێکخستنو ڕێگە گرتنە لە هاتنەخوارەوەی ووزەی ئەم سیستمەو پاراستنی هاوسەنگییەکەی بە گۆڕانە جۆربەجۆرە بایەلۆژییەکانییەوە بونەتە هۆی پارێزەرێکی زەوی بەرامبەر بە گۆڕانە بەهێزکانو وایکردووە کە کۆمەڵگە ژیارییە هاوبەشیەکان دەورێکی فراوانیان هەبێت لەو گۆڕانە گەردونیانەدا.

وای دادەنێین کە سیستمێکی داینامیکیمان هەیەو بەردەوام ووزەی دەرەوەی وەربگرێت کە وای لێکردووە جێگیر نەبێتو لەوانەیە بەو شڵەژاوییە. بمێنێتەوە یان بەرەو ئارامی بڕوات بۆ ئەوەی ڕێکخرێت. بەڵام ئەگەر سیستمەکە بەو شێوەیە ڕێکخرابێت کە ئیشێکی دروستکەر ئەنجامبدات و پاشان خۆی بپارێزێت لە نوێ کردنەوەیدا ئەوا دەتوانین بڵێین کە جۆرێکی دی لە سیستمی جێگیر هەیە کە ئەویش کراوەیە (open steady system).

دەتوانرێت ئەم سیستمە بەراورد بکرێت بە پلانی کارگەیەکی بەرهەمهێنان بە بونی سەرچاوەکی ووزە بە زۆرترین بڕی بەرهەمو باشترین جۆری لەگەڵ ڕەچاو کردنی ئەو هەنگاوانەی دەبنە هۆی پاراستنی هاوسەنگیو کەمکردنەوەی بە فیڕۆچونی ووزەو ماددە.

لە ڕاستیدا کرداری لەو شێوازانە پێویستی بە نوێ کردنەوەی دەستیکارو ئامێرو ڕێکخستنی بەردەوام هەیە. ژمارەیەکی کەم لە کارگەکان شێوازی سیستمی کراوە پەیڕەو دەکەن کە ماددە بەکاردەهێنن بەبێ ئەوەی بگەڕێنریتەوە بۆ سود لێوەرگرتنەوەیان.

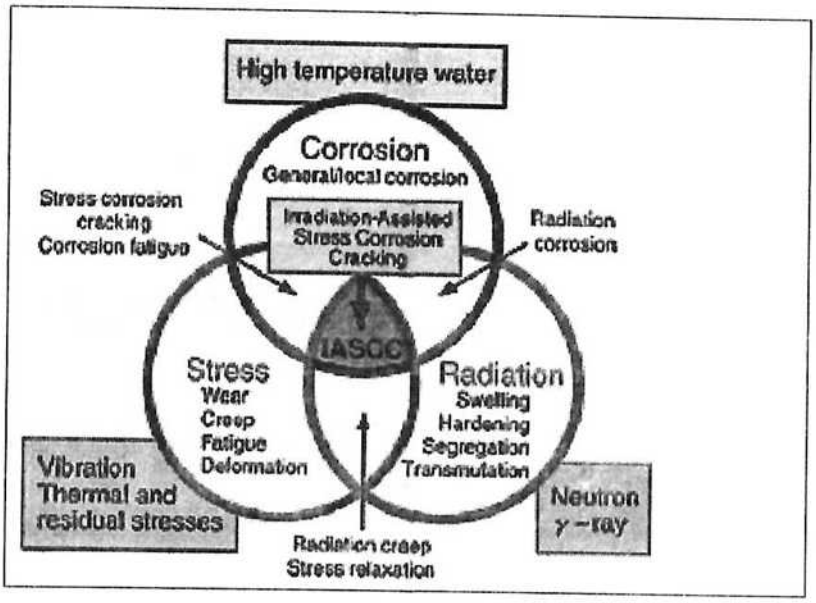
زەویەیە دارستانیەکانو کێڵگەکانی بەرهەم هێنان نزیکن لەم خاڵەوە بۆ نمونە خاوەنەکانی دارستان لە ئەسکەندەنافیا کارگەی بەرهەم وەرەقەیان لە نزیک ئەم ناوچە دارستانیانە دامەزراندووە بە مەبەستی بەرهەم هێنانی وەرەقە. وەرەقە وەک شەکر لە کاربۆنو ئۆکسجینو هایدرۆجین پێکهاتوە کە سەرچاوەکەیان ئاوو هەوایە. لەبەر ئەوە ئەم جۆرە بەرهەمە نابێتە هۆی لە دەستەدانی ڕێژەیەکی زۆر لە پێکهاتە کانزاییەکانی زەوی، لەگەڵ ئەمانەشدا دروست کردنی هەویری وەرەقەو باشکردنی بەرهەمەکەی پێویستی بە ماددی دیکە هەیە کە لە دەرەوە دەهێنرێت بە بونی ئامێری نوێ، ئەمانەش لەوانەیە ببنە هۆی کەم بونەوەو نەمانی توانای ئەو ناوچانە بۆ دابین کردنی پێویستییەکان کە لەگەڵ پێشکەوتنەکانی کۆمەڵگەکاندا بگونجێت.

لە هەوڵێکدا بۆ گەڕانەوەو پڕکردنەوەی جێگەی ئەو ماددانەی لە خاک وەردەگیرێنو هەروەها دروست کردنی سوپڕێکی داخراو کارگەکانی بەرهەم هێنانی وەرەقە لە چینو هۆڵەندەو یابانو بەشێک لە ئەمریکای باشور پاشماوەکانیان دەکەنەوە زەوی.

پێویستە کۆمەڵگە ژیارییەکانی مرۆڤ لە ژیانێکی.

نمونەیی ڕێکو پێکدا لەسەر زەوی نیشتەجێ بەن وەک لە گیانەوەران کە لە ژینگەکەیاندا لە پاشماوەکانیان پاش گەڕانەوە یان بۆ سروشت سودمەند دەبن، بە پێچەوانەی شارەکانەوە زۆربەیان دەکرێنە هەوا یان دەریاکانەوە بەبێ ئەوەی سودیان لێوەربگیرێتەوە دارستانو کێڵگەکان پێویستیان بە ئاسانکاری دەوروبەر هەیەو وەک سیستمێکی کراوە ڕەفتار دەکەن بەوەرگرتنی ووزەو خۆیان کردارەکانیان بەڕێوە دەبەن چونکە ئەو کەرەستەو کردارە بەیەلۆژیانەی لەسەریان بەندە جیاوازە لە سیستمی بایەلۆژی دروست کردنیان.

باشکردنی ئەم کردارانە پێویستی بە زیرەکیو توانای باشی ڕێکخستنیانەوە لەلایەن مرۆڤەوە هەیە وەک سەرچاوەیەکی سەرەکی بەرهەم هێن، لەگەڵ ئەمەشدا بەهۆی زیادبونی ژمارەی مرۆڤو ئاڵۆزبونی شێوازی ژانی سەرچاوە سروشتییەکان ناتوانن لەگەڵ پێویستییەکانیدا یەک بگرێتەوە. گەورەبوونی



داواکارییەکان بەرامبەر دەبێت بە نیشاندانی توانای کەمتر لە کردارو بەرهەم لەلایەن سەرچاوە سروشتییەکانەوە وەک لەوەی لە پێش گەشەکردنی دانیشتوان‌دا هەیان بووە.

ئەم ئیمبراتۆریەتو شارانە جیاوازییەکی تەواویان هەیە لەگەڵ دارستانو کێڵگەکان‌دا چونکە جیهانی گیانداران‌و پووەک خۆڕاگرن بەرامبەر بە گۆڕانەکان بەڵام ئەمانەی دوای دێنو دەڕۆن. کەواتە ئێمە چی دەزانین دەربارەی ئەو چستو چالاکیە جۆربەجۆرانەی کۆمەڵگە لە سروشت‌دا؟

پێوانەکردنی راگری (توازن) بە باشترین شێوە لە نێوان ماددەو ووزەدا لە کۆمەڵگەکان‌دا کارێکی گرانە. ئەوانەی کە تائێستا کراون بە شێوەیەکی گشتی پێویستی بە حوکم دان‌و حسابی وردتر هەیە. لە سەدەی نۆزدەهەم‌دا خەڵک بە ئاگاهاتن لەوەی ئەو هەلە زێڕینەی لە بەردەمدایە زۆر خێرا تێدەپەڕێت کە بریتییە لە بەکارهێنانی ئەو ووزەیەی خۆی لە نێوان ووزەی بە فیڕۆچوویان ئەوەی کۆ دەکرێتەوەو بەکاردەهێنرێت لەسەر بناغەی گرنگی بۆ ژیان دەبینێتەوە. بەم پێیە زانا ئوستولد (Dstwald) یاسای ناسراو بە (imparative)دا کەدەڵێت (خەبات لە نێوان گەلان‌دا خەباتە لە پێناو بەدەست هێنانی ووزەی سەربەستی سیستمەکەمان).

ئەم سەرەتایە ڕاستە بوە هەوێنی هەوڵدانێکی باش بۆ دۆزینەوەی شێوازێک کە بەلایەنی کەمەوە بتوانێت ئەو بیروڕایانە ڕوون بکاتەوە کە لەسەر سیستمی کراوە هەن لە سروشت‌دا یەکێک لە گرنگترین ئەو خاڵانە ڕێگە گرتنە لە بەفیڕۆچونی ووزە، ئەم دیاردەیەش بە ڕوونی لە پووەکەسەوزەکان‌دا بەدی دەکرێت، کەواتە دەتوانین وەک نمونەیەک لە بەڕێوەبردنی کۆمەڵگە ژیای‌و بایەلۆژیەکان پەیڕەوی بکرێت.

هیچ یەکێک لەم سیستمانە بە تەواوی دابڕاو تەواوکەری خۆیان نین و ئەوەی هاتوو دەرچوو لە ماددەکان بەشداربن‌و هاوسەنگی یەک بن. لێرەدا توانا ناو خۆراگری زیندەوەران‌و کاریگەری باوو ئاو و بارستاییەکان ڕێگەگر دەبن لە گەشتن بەو هاوسەنگییە. کۆل‌و دەریاچە دەورەدراوەکان بە ڕووەکی چالاک نزیکن لەوەی وەک ناوەندێکی داینامیکی جێگیر کە خۆی شیکاریەکانی خۆی جێبەجێ بکات دەربکەون‌و هاوسەنگی ناوەندەکەیان بە دابین کردنی پێویستییەکانی بپارێزن. ئەمە دەتوانرێت بە تاقیکردنەوەک بسەلمێنرێت ئەویش بە بەکارهێنانی حەوزێکی شوشەی بە باشی نیشتەجێکراو لە ڕووەک‌و زیندەوەران ئەم ناوەدە وەک گەردونێکی بچوک دەتوانێت ماددە بەرهەم هاتوەکانی هاوسەنگ بکاتەوە بە ماددە بەکارهاتوەکانی لە چەند مانگێک‌دا. بەڵام پێوانەکان ئەو ڕایەیان چەسپاند کە هەرچەندە ئەم ناوەندانە چاکیەکانیان زیاد بکات‌و جێگیر بن تەنها لە ماوەیەکی دیاریکراودا دەتوانن ووزە کاربکەن. کۆمەڵگە شێوە چالاکەکان زیندەوەرە بەخشەرەکان بە توانا دەکەن بۆ زیادبون‌و پڕکردنەوەی پێویستییەکان لە ماددە ئەندامیەکان. ئەوانەی لە هەنگاوەکانی تێکشکاندن‌و دەرپەڕاندنی ووزەدا بەشداری سەرەکین‌و پاش شیکردنەوەیان دەبنەوە بە ماددە سەرەتاییە پێکهێنەکانیان کە وەک پاڵپشتێ ڕووەک‌و گیانداران لە زیادکردنی بەرهەم‌دا سودیان لێوەردەگرێتەوە. ئەم شێوازە سوڕێکی داخراو پەیدا دەکات کە نیشانەیە بۆ کۆمەڵگەیەکی هاوسەنگ کە بەردەوامی بە جوڵەی بەو ووزەیەی لە بەردەستدایە دەدات.

کۆمەڵگەکان بە شێوەیەکی گشتی سەرکەوتوو بوون لە گەشتن بەو هاوسەنگییە، بەڵام ڕووداوە سروشتییەکانی وەک کەوتنەوەی ئاگر، نەخۆشی، گەردەلول‌و ڕەشەبا زۆرجار دەبنە هۆی گەرانەوەیان. لەگەڵ ئەمانەشدا ئارەزوو بۆ نزیک بونەوە لە سیستمێکی کراوەی جێگیر بەهەر ڕێژەیەک بە ئاشکرا بەم کۆمەڵگانەوە دیارە.

ئێستا هیچ بیانویەک نیە بۆ پشتگوێخستنی ئەو سیستمە داینامیکییە نمونەییەی کە لە ڕێگەی چەند ئەنجامێکی کەمیشەوە بێت لە چالاکیەکانی کۆمەڵگەکان‌دا دەبینرێت.

هەندێك بابەتی ماتماتیك

پەرچقەی: ڕێبین قادر حاجی
زانكۆی سەلاحەدین / كۆلێژی زانست –بەشی ماتماتیك
یاریدەدەری توێژەر

دۆزینەوەی گەورەترین ژمارەی سەرەتایی زانراو

(AP) DETRIOT,Michigan :- **ساڵانە زیاتر لە** 200000 هەزار كۆمپیوتەر سەرقاڵی دۆزینەوەی گەورەترین ژمارەی سەرەتایی زانراون ((مەبەست لە زانراو واتە ئەو ژمارە سەرەتایی یەدۆزراوە تاوەكو هەنووكە گەرەترینە لەو ژمارە سەرەتایی نەی كە ئەیانزانین ، بەڵام دەكرێت لە داهاتوودا ژمارەیی گەورەتر بدۆزینەوە)) ژمارە دۆزاوەكە لە لایەن قوتابی دەرچووی زانكۆی ویلایەتی Michigan كەناوی Michael Safer ە بەهۆی PC (مەبەست لە كۆمپیوتەرەتایبەتیە كەی خۆی Perseonal Computer) .

Michael Safer دەڵێت " دۆزینەوەی ژمارەكە ... تەنها پەیوەندی بە كاتەوە هەیە "

ژمارەكە لە 633430 دیجیت پێكهاتووە (بو نموونە 2004 لە 4 دیجیت پێكهاتووە) ،بۆ نووسینەوەی پێوویستمان نزیكەی بە 1400 تا 1500لاپەڕە دەبێت ،نزیكەی دوو ملیۆن دیجیتی لە ژمارە سەرەتایی دوزارەی پێش خۆی زیاترە .

Safer ی تەمەن 26 ساڵ كە وەك خۆبەخش كاری دەكرد ، توانی سوود لە پرۆژەیی تەمەن –هەشت ساڵ وەربگرێت كە بەناوی Great Internet Mersenne Prime Search.

دەیەها هەزار خەڵك وەك خۆبەخش كاردەكەن لەسەر PC كانیان كە بەهۆی ئینتیرنێتەوە گەیەنراوە بەو دەزگا تایبەتەی كەلەسەرەوەدا ناوی هاتووە وە لەڕێی ئەودەزگایەوە دەتوانن توانستی PCكانیان بەهێز بكەن ،جێگای ئاماژە بۆ پێكردنە نزیكەی 211000 كۆمپیوتەر سەرقاڵی دۆزینەوەی ئەو ژمارە سەرەتاییەن .

بەهۆی پرۆژەكەوە PC كەسە بە شداربووەكان وەك سووپەركۆمپیوتەرێك كاردەكات كە لە توانایدا دەبێت 9 تریلیۆن كرداری ماتماتیكی لە یەك چركەدا ئەنجامدات.

بەهەمان شێوە ئەو بەشداریكردنە لەو دەزگا دەوڵەمەندە رێگا بۆ بەكارهێنەرەكانی خۆشدەكات كە كاری شیكاری ماتماتیكیش (Mathematical Analysis) بۆ ئەنجامبدات وەك باكگراوندێك لە كاتێكدا سەرگەرمی هەندێ كاری سەختترە .

Safer لە شوێنی تایبەتی کارکردنی خۆیی کۆمپیوتەرە سادەکەی لە جۆری Dellبۆ ماوەی 19 ڕۆژ بەبەردەوامی خستەکار تاوەکو 17 نۆڤەمبەر ، لەو ڕۆژە تایبەتەدا کە بە پەلە سەیری سکرینی کومپیوتەرەکەی کرد بینی نوسرابوو " ژمارەی نوێی سەرەتایی Mersenne دۆزرایەوە " .

ژمارەی سەرەتایی ژمارەیەکی پۆزەتیڤە (موجەبە)کە تەنها بە سەرخۆی و یەکدا بە بێماوە دابەشدەبێت بۆ نموونە 7,3,2 هتد .، ژمارەی سەرەتایی Mersenne جۆرێکی تایبەتە لە ژمارە سەرەتاییەکان ، ئەگەر ژمارەیەکی سەرەتایی بەشێوەی $(2^P - 1)$ بنووسین بەمەرجێك P ژمارەیەکی سەرەتایی بێت ئەوە بەو ژمارەیە دەوترێت سەرەتایی Mersenne.

لە حالەتی دۆزینەوەکەی Safer دا ژمارەکە بەم شێوەیە دەنووسرا $2^{2099601} - 1$ "ئەم دۆزینەوەیە لە کۆمەلێك لایەنی سەربەخۆیی پەیوەندیداری ناودەزگاکە پشتیوانی لێکرا (بەمانایەکی دی سەلمێنرا کە ژمارەکە سەرەتاییە).

ژمارە سەرەتاییەکانی Mersenne نادرن بەلأم بە خاڵی لاوازی لقێکی زانستی ماتماتیك دەژمێردرێت ئەو زانستەیش ناوی Number Theory (تیۆری ژمارەکان) هەروەها پێماندەڵێت دۆزینەوەکەی Safer تاچەندێك گرنگە ؟

Safer دەڵێ "خەڵکی دەچن وێنەی لەگەڵدا ئەگرن دواتر لە سەر دیواری ماڵەکانیان هەڵیدەواسن " ، Saferسەرگەرمی بە دەستهێنانی دکتورایە لە هەندەسەی کیمیادا ،جارێکی دی Safer دەڵێ "دەستکەوتێکی جوانە ، بەلأم لە ڕاستیدا هیچ سودێکی کرداری نیە "

وە سەبارەت بەو بەشداریکردنەی لە جیهانی ماتماتیکدا دەڵێت " هەرگیز من بیرناکەمەوە کاتێك بەسەر شەقامێکدا ڕێدەکەم لە لایەن خەڵکەوە ناسراووبم ،یاخود هەرشتێکی دی لەو جۆرە "

دەربارەی بیرۆکەی دۆزینەوەی ژمارەکە دەڵێت "بە یەکگەیاندنی کۆمەلێك کۆمپیوتەر پێکەوە زۆر لە دۆزینەوەی ژمارەکە خۆی گرنگترە " دووبارە دەڵێ " هەرکەسێکی دیکە لە توانایدا هەیە ئەو جۆرە ژمارانە بدۆزێتەوە "

" تۆ دێیت و پرۆگرامەکە لە سەر PCت دادەبەزێنیت دواتر ئەو خۆی ئاگایی لە خۆی دەبێت (واتە کارەکان بەباشی ئەنجام ئەدات) "

لە کۆتاییدا Safer دەڵێت من ڕێزم لێنرا ، لەگەڵ هەموو ئە خەڵکانەی کە بەرنامەی کۆمپیوتریان (software) بەرەوپێش بردووە " .

چوارگۆشە سحریەکان

چوارگۆشە سحریەکان بریتی یە لە ڕیزکردنی ژمارە سروشتی یەکان لە تەنیشت یەکتر و لە ژێریەکدا (بەمانایەکی دی بەشێوەی ڕیزو عمود) کە بەهۆی ئەو شێوە دانانەوە ڕێکخستنەکە شێوەیی چوارگۆشە وەردەگرێت ،مەرجە کۆیی ژمارەکانی هەر ڕێزو عەمووەدو دوو تیرەیی چوارگۆشەکە یەکسان بن .

بۆ ڕوونکردنەوەی زیاتر گەرهاتوو چوارگۆشەیەکی سیحریی 3x3وەربگرین (واتە لە 3 ڕیزو 3 عەمووەد پێکهاتووە) ئەوا پێوویستمان بە ژمارە 1 هەتاوەکو 9 هەیە بۆ پرکردنەوەی خانە چۆڵەکان .

گەر هاتوو کۆیی هەر یەکێك لە ڕیزەکانی یان عەمووەدکانی یاخود تیرەکانی کۆبکەینەوە دەبینین کۆیی هەر یەکێکیان دەکاتە 15 بۆ دڵنیابوون دەتوانین تاقیبکەینەوە با سەرەتا لە ڕیزەکانەوە دەستپێبکەین :-

8+6+1=15
3+5+7=15
4+2+9=15

کۆیی عەمووەدکان

8+3+4=15
1+5+9=15
6+7+2=15

کویی دوو تیرەیی چوارگۆشەکە

کۆیی تیرەی یەکەم 15=3+5+8

کۆیی تیرەی دووەم 15=4+5+6

کەواتە وێنەکەی سەرەوە شیکاری چوارگۆشە سیحریی 3x3 یە .

8	1	6
3	5	7
4	9	2

یاسا گشتیەکانی چوارگۆشە سیحریەکان

ئەم یاریەش هەروەکو یاریەکانی دیکەی ناو ماتماتیک کۆمەلێک یاسای ماتماتیکی تایبەت بەخۆی هەیە کە پێویستە سەرجەم ئەو یاسا(مەرج) یانە جێبەجێبن بۆ ئەوەی وەلامەکە راست دەربچێت یاساکانیش ئەمانەیی لایی خوارەوەن .

1- بۆ هەرچوارگۆشەیەکی سیحریی nxn (واتە لە nڕیزو nەمووd پێکهاتووە)

پێویستیمان بە n^2 ژمارەی سروشتیەکان دەبێت .بۆ نموونە

3x3 پێوویستیمان بە 3^2 -9 ژمارە هەیە

4x4 پێووسیتیمان بە 4^2 -16 ژمارە هەیە

5x5 پێوویستیمان بە 5^2 = 25 ژمارە هەیە

2-دەبێت سەرجەمی هەر ڕیز و عەمووdو تیرەکانی چوارگۆشەکە یەکسان بن ،بۆ چوارگۆشەیەکی سیحریی nxn مەرجە کۆیی هەریەکێک لەڕیز و عەمووdو تیرەکانی چوارگۆشەکە بکاتە :-

بۆ نموونە :- $\frac{n\cdot(n^2+1)}{2}$

3x3 دەبێت بکاتە 15 $\frac{3\cdot(3^2+1)}{2}=15$

4x4 دەبێت بکاتە 34 $\frac{4\cdot(4^2+1)}{2}=34$

5x5 دەبێت بکاتە 65 $\frac{5\cdot(5^2+1)}{2}=65$

3-بە شێوەیەکی گشتی بۆ چوارگۆشەیەکی سیحریی قەبارە nxn ئەو ژمارانەی بەکاردێی بۆ پڕ کردنەوەی خانە بەتاڵەکان مەرجە لە نێوان 1 و n^2 دا بێت ، بۆ نموونە :-

بۆ 3x3 مەرجە ژمارەکە لە نێوان 1 و 9 دابێت

بۆ 4x4 مەرجە ژمارەکە لە نێوان 1 و 16 دابێت

بو 5x5 مەرجە ژمارەکە لە نێوان 1 و 25 دابێت

4- مەرجە بۆ چوارگۆشەیەکی سیحریی قەبارە nxn سەرجەم ژمارەکان لە 1 تاوەکو nبەبێ دووبارەکردنەوە بە کاربهێنرێت (واتە نابێت ژمارەیەک دووجار بەکاربهێرێت یاخود ژمارەیەک لە نێوان 1 و n^2 بێت بە بەکارنەهێنرابێت) .

باکگراوندێکی مێژوویی چوارگۆشە سیحریەکان

مێژوویی چوارگۆشە سیحریەکان گەلێک دێرینە ،یەکەم چوارگۆشەیی سیحریی لە چین لەناو یەکێک لە پووبارەکان بەناوی Loh-Shuدۆزراوەیەوە کە لەسەر پەڕەیەکی کۆنی ئەو کاتە نووسراوە ، مێژووی ئەو پەڕوێی نووسینە (کە چوارگۆشە سیحریەکەی لە سەر نووسراوە) دەگەڕێتەوە بۆ ساڵەکانی 2738-2825پێش زایین کە تایبەتە بە ئافسانەیەکی ئەو گەلەیی لەو سەردەمەدا لە نزیک ئەو پووبارەدا ژیاون.

بۆ ڕوونکردنەوەی زیاتر لەسەر ئەفسانەیی ئەو چوارگۆشە سیحری یە Phillip I.Sماموستا لە زانکۆیی هۆنگ-کۆنگ بەشی زانستی کۆمپیوتەر دەڵێت :-

لەکاتی خۆیدا ،لەیەکێک لە ناوچەکانی چیندا پووبارێک هەبوو بە ناوی Loh-Shu،سالانە بەهۆیی ئەو پووبارەوە لافاوێکی زەبەلاح هەڵدەستا ، خەڵکی بەهۆیی ئەو لافاوە وە گەلێک زەرەرمەند دەبوون ،لەئەنجامدا بڕیاریاندا لە ڕێگەیی بەخشینی هەندێ قوربانی بە خوایی پووبارەکە لە تووڕەی لافاوەکە کەمکەنەوە ،لە سەرەتادا بەخشینی قوربانیەکە هیچ کاریگەریەکی ئەوتۆیی لە بێدەنگکردنی لافاوەکەدا نەبوو .

وە هەموو جارێک لە کاتی بەخشینی قووربانیەکەدا دەبینرا کیسەلێک لە ناو پووبارەکە دەهاتە دەرەوە و بە چواردەوری قوربانیەکەدا دەسووڕایەوە .

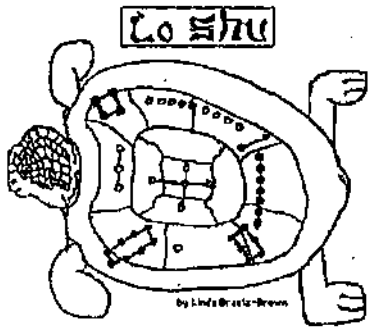
8	1	6
3	5	7
4	9	2

بەردەوام خوایی پووبارەکە قوربانیەکانی پەتەکردەوە تاوەکو جارێکیان منداڵێك لەسەر پشتی کیسەڵەکە وێنەیەکی سەیری بینی(لەخوارەوە وێنەی کیسەڵەکە پیشاندراوە) ، بەهۆی وێنەکەوە تێگەیشتن کە ژمارەی قوربانەکان دەبێت 15 بێت .

ئەوەیی جێگایی ئامارژە بۆ کردنە وێنە سەیرەکەی سەر پشتی کیسەڵەکە بریتی بوو لە چوارگۆشەیەکی سیحری 3x3 وەك لە خوارەوە پیشاندراوە

مێژوویی چوارگۆشەیی سیحری قەبارە 4x4

کۆنترین چوارگۆشەی سیحری 4x4 لە هیندستان دۆزراوەتەوە کە لەدەوروبەری سەدەیی یانزە یان دوانزە دۆزراوەتەوە .



چوارگۆشە سیحری Albrech Durer"s لە ساڵی 1514ی زایینیدا Albrech Durer (وێنەکێشێکی ئەڵمانیە)نەقشێکی دروستکرد بە ناوی Melancholiaکە چوارگۆشەیەکی سیحری قەبارە 4x4 لەسەر نووسرابوو .ئەوەیی جێی سەرنجە لە ریزی کۆتایی چوارگۆشە سیحریەکە هەردوو ژمارەی 14و 15 لە تەنیشت یەکدان واتە گەرپێکەوە بیانخوێنینەوە دەبێتە 1514 کە ساڵی دروستکردنی ئەو کارە هونەریەیە.

ڕیکۆردە جیهانیەکان (ژمارە پێوانەیەکان)

لەم خشتەیەی خوارەوەدا زانیاری لەسەر ڕیکۆردە جیهانیەکانی تایبەت بە چوارگۆشە سیحریەکان دراوە :-

ناو	وڵات	قەبارەی چوارگۆشە سیحریەکە	ساڵ
Richard Suntag	ئەمەریکا	105 X 105	1975
Gerof Lenz	ئەڵمانیا	501 X 501	1979
Frank Tast + Uli Schmit	ئەڵمانیا	897 X 897	1987
Christian Schaller	ئەڵمانیا	1000 X 1000	1988
Seven Paulus+Ralph Bulling+J?rg Sutter	ئەڵمانیا	2001 X 2001	1989
Ralph Laue	ئەڵمانیا	2121 X 2121	1991
Louis Caya	کەنەدا	3001 X 3001	1994

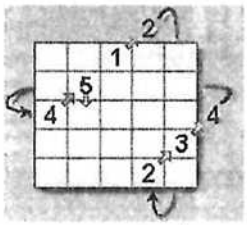
جێگای ئامارژەبۆپێکردنە هەموو ئەو ڕیکۆردە جیهانیانە بە کۆمپیوتەر شیکار کراون بەڵام گەورەترین چوارگۆشەیی سیحری کە بەدەست نووسرابێت (شیکار کرابێت)لە ساڵی 1990 لە لایەن Norbdt Behnke لە وڵاتی ئەڵمانیا .

شیکاری چوارگۆشە سیحریەکان

چەند ڕێگایەك دۆزراوەتەوە بۆ شیکارکردنی چوارگۆشە سیحریەکان بەڵام یەکێکیان لە ئەوانی دیکە ئاسانترە بۆ تێگەیشتن وە هەموو هەموو کەسێکی سادە دەتونیت بەبێ ئالۆزی لێیتێبگات .

وە ئەم ڕێگایەی کە لەخوارەوە باسی دەکەین شیکارکردنی چوارگۆشە پۆڵێن دەکات بۆ سێ بەش :

1-ئەو چوارگۆشە سیحریانەی چەند کە تاکن وەك 17,15,13,11,9,7,5,3...



2–ئەو چوارگۆشە سیحریانەی چەند جارەی چوارن 20,16,12,8,4... .

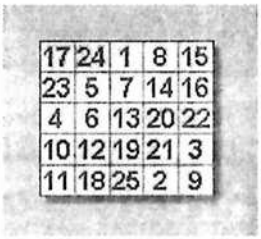
3–هەموو ئەو چوارگۆشانەی تر .

لەم نووسینەدا لەبەرکورتی تەنها باس لە یەکەم و دووەم دەکەین .

1–شیکاری چوارگۆشە سیحرییە تاکەکان

بۆ شیکارکردنی پێویستمان بەئەنجامدانی ئەم هەنگاوەنەی خوارەوە هەیە :–

1–یەکەم ژمارە لە عەمودی ناوەڕاست لە ڕیزی سەرەوە دادەنێین (بۆ نموونە ئەگەر هاتوو چوار گۆشە سیحریەکە 5x5بوو ئەوا یەکەم ژمارە کەلەسەرەتایی یاریەکەدا دەکاتە 1 لە عەمودی ناوەڕاست کەدەکاتە عەمودی 3 هەم لە ڕیزی سەرەوە کە دەکاتە ڕیزی یەکەم دادەنێین).



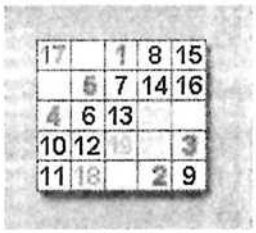
17	24	1	8	15
23	5	7	14	16
4	6	13	20	22
10	12	19	21	3
11	18	25	2	9

2–ژمارەیی داهاتوو لەو خانەیەدا دادەنێین کە دەکاتە عەمودی لایی ڕاست بەلام ڕیزێك دەچینە سەرەوە .

ئەگەر هاتوو ژمارەکە لە عەموود و یاخود ڕیزەکە دەرچوو ئەوا لە هەمان ڕیز یاخود عەمودی کۆتایی دایدەنێین .

3–هەنگاوی دووەم دووبارە دەکەینەوە تاوەکو دەگەینە شوێنی دەستپێکردن (لە سەرەتادا دەبێت بگەینە ژمارە یەك) .

4–ژمارەی داهاتوو (واتە گەڕهاتوو لە هەنگاوی سێهەمدا لە ژمارە 5 وەستابین ئەوا ژمارە 6 دەکاتە ژمارەی داهاتوو) لە ژێر ئەو ژمارەیەدا دادەنێین کە لە هەنگاوی 3 وەستیاوین .



17		1	8	15
	5	7	14	16
4	6	13		
10	12			3
11	18		2	9

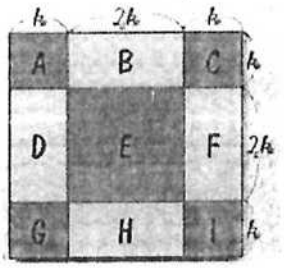
وە بە شێوەیەکی گشتی

شیکارەکە بریتی یە لە دانانی ژمارەکان بەشێوەیەکی یەکلەدواییەك کە ژمارەکان بەشێوەی تیرەیی بەدوای یەکدا دێن .

2–شیکاری چوارگۆشە سیحریەکانی چەند جارەی 4

(4,8,12,16,...)

لە بەر ئاسانی هەنگاوەکانی شیکاری چوار گۆشە سیحری 4x4 باسەکەین



1–چوارگۆشەکە دەکەین بە نۆ هەڕێمەوە وەك لە وێنەکەی خوارەوەدا پیشاندراوە .

پێویستە چوارگەشە سیحریەکان دابەشکردنەکە بە ڕێژەی 1:2:1 واتە دەبێت هەمیشە هەڕێمی Bل دوو هێندەی هەڕێمی A و C بێت ،گەڕهاتوو چوارگۆشەکە 4x4 بوو دەبێت A و C تەنها یەکی یەك چوارگۆشەبن هەروەها B دوو چوارگۆشەبێت .

2–ژمارەکان لە بەشێوەیەکی ڕیزبەند بنووسە (واتە بەیەك دەستپێدەکەین و بە شانزە کۆتایی پێدێنین) دواتر سەرجەم ژمارەکانی ناو هەڕێمەکانی B،D،Fپاشان Hدەکوژێنینەوە بە بەتاڵی بەجێی دێڵین .

1			4
	6	7	
	10	11	
13			16

3–هەموو ئەو ژمارەنەی کە ماوونەتەوە بە شێوەیەکی یەکلەدواییەك خانە بەتاڵەکانی پێپڕدەکەینەوە بەلام ئەم جارەیان لە خوارەوە دەستپێدەکەین (واتە لە چوارگۆشەی کۆتایی هەڕێمی H دەست پێدەکەین دواتر هەڕێمی Fپاشان هەڕێمی Dلە کۆتاییدا هەڕێمی B) .

1	15	14	4
12	6	7	9
8	10	11	5
13	3	2	16

ئێستا دەتوانیت لەڕاستی شیکاری چوارگۆشە سیحری 8x8 دڵنیابیت (هەوڵبدە لە بەر ڕۆشنایی هەنگاوەکانی سەرەوەدا خۆت شیکاری بکەیت دواتر بەراوردی بکەیت بەوەلامە ڕاستەکە) .

$$\begin{bmatrix} 8 & 7 & 59 & 60 & 61 & 62 & 2 & 1 \\ 16 & 15 & 51 & 52 & 53 & 54 & 10 & 9 \\ 41 & 42 & 22 & 21 & 20 & 19 & 47 & 48 \\ 33 & 34 & 30 & 29 & 28 & 27 & 39 & 40 \\ 25 & 26 & 38 & 37 & 36 & 35 & 31 & 32 \\ 17 & 18 & 46 & 45 & 44 & 43 & 23 & 24 \\ 56 & 55 & 11 & 12 & 13 & 14 & 50 & 49 \\ 64 & 63 & 3 & 4 & 5 & 6 & 58 & 57 \end{bmatrix}$$

نەخۆشی دڵ لە ناژەڵدا
سست بوونی دڵ

نوسینی: دکتۆر عەبدولکەریم حاجی محەمەد عەلی
کەرکوک

پەیژێک:

هەر کە (نەخۆشی دڵ)مان بەرگوێ دەکەوێت، وا دەزانین هەر دەبێت مرۆڤ توشی نەخۆشی دڵ ببێت، چونکە لەلای ئێمەدا باو بووە کە مرۆڤ چونکە خواردنی چەوری، جگەرە، مەی و خەم.. هتد دەخوات بۆیە توشی گیروگرفتی دڵ و نەخۆشیەکانی دڵ دەبێت، هیچ کەسێک لە نیشتمانی ئێمە بە ئەقڵیەوە ناچێت کە ئاژەڵیش توشی نەخۆشی دڵ دەبێت یەکسەر دەبێتە جێگای سەرسوڕمان. من لەو ماوە دوورو درێژەم لە بووارى پزیشکی فێترینەریدا نەم دیوە یەک پزیشکی ڤێترینەری حاڵەتێکی وەها دەستنیشان بکات، (باسی ئەوە ناکەم کە زۆرجار ڕەشەوڵاخ دەرزی بزمار و تێل و ئاسن و شتی خەراپ قوت دەدات و دوا جاریش دەچەقێتە پەردەی دڵ و دڵ، ئەمە جیاوازە و سەدەها حاڵەتی وەک ئەمە لەلایەن پزیشکی ڤێترینەریەوە دەستنیشان کراوەو ئەگەر بووار هەبێت لە دەرفەتێکی دیدا بەدرێژی باسی لێوە دەکەین). تاوەکو ئێستا بایەخ بەم لایەنە نەدراوە و دەستنیشانکردنی نەخۆشی دڵ بە گوێرەی پێویست پەرەی نەسەندووە، خۆ ئەگەر هاتوو پزیشکێکی شارەزاو خاوەن ئەزموون دوای هەوڵدان حاڵەتی نەخۆشی دڵی دەستنیشان کرد و چەکەرە بکات و بڵێت ئەم ئاژەڵە توشی نەخۆشی دڵ هاتووە بۆ نموونە سست بوونی دڵ، ئەوا ئەگەر لەبەردەم ئەم پزیشکە خەڵکی قسەنەکەن و دان بە خۆیاندا بگرن و گاڵتەیان پێ نەیەت، خۆ لە پاشملە هەر باس دەکەن و بە پێکەنینەوە دەڵێن توخوا چۆن ئاژەڵ تووشی نەخۆشی دڵ دێت، خۆ جارێ خاوەن ئاژەڵ هەر خراپتر بڕوا ناکات و گاڵتەی پێ دێت.

ئەم پێشەکییەم لەبەر ئەوەبوو، کە پزیشکی ڤێترینەری شانبەشانی زانستەکانی دیکە لە گشت جیهاندا پەردی سەندووە، دەیەها ئامێری نوێ هاتووەتەکایەوە بۆ دەستنیشانکردنی نەخۆشیەکانی دڵ و چارەسەرکردنی بەڵام من ڕاشکاوانە دەڵێم پزیشکی ڤێترینەری کە نەخۆشی دەستنیشان دەکەن هەر بەلای نەخۆشیە درمەکاندا دەچن و کەس بیر لەم لایەنە ناکاتەوە ئەوسا دەمەوێت لەم باسەمدا کەمێک بە کورتی باسی نەخۆشی دڵ بکەم و سست بوونی دڵ ڕوون بکەمەوە و داوای لێبوردن لە خوێنەر و برایانم لە بواری پزیشکی ڤێرینەری دەکەم.

یەکێک لە جۆرەکانی سست بوونی دڵ جۆری سست بوونی دڵی سورهەڵگەڕان Conjestive Heart failar کە لەم نەخۆشیەدا واتە کە ئاژەڵ توشی ئەم جۆرە سستیە دەبێت، دڵی ناتوانێت پارێزگاری لەسەر هاوکێشەی سوورانەوەی

خوێن بکات، لە کاتی پشوو هەسانەوەدا، بۆیە ئەم کارە دەبێتە هۆی فراوان بوونەوەی لولە خوێنەکان، سینەو سیەکان پڕ لە ئاو دەبن و دڵ دەئاوسێت و خێرا لێدەدات. هۆیەکانی سست بوونی دڵی سورهەڵگەڕان دەخرێنە پاڵ ئەم هۆکارانە.

*نەخۆشیەکانی پەردەی دڵ و ماسولکەکانی دڵ.

*نەبەکامی و کەم و کوڕی دڵ هەر لە کاتی لەدایک بوونداو.

*هەوکردن و ئاوسانی سییەکان.

نیشانەکان: لە قۆناغی یەکەمی ئەم نەخۆشیەدا، تەنگەنەفەسی لە ئاژەڵی تووشبودا بەدی دەکرێت، ئەگەر ئاژەڵ هەرچ جوڵانەوەو کارێکی سووک بکات ئەوا یەکسەر تەنگە نەفەسی دەیگرێت و درێژە دەکێشێت دوای ماوەیەکی کورت لێدانی دڵی ئاسایی دەبێت بەتایبەتی لە کاتی

پشوو هەسانەوەدا، لەم ماوەیەدا هەست دەکرێت کە دڵی ئاژەڵەکە گەورە بووەو ئاوساوە، خێرایی لێدانی دڵ زیاتر دەبێت لە کاتی هەسانەوەدا، ئەگەر سستیەکە لای چەپی دڵی گرتبۆوە ئەوا واهەست دەکرێت کە دڵی خێرا لێدەدات و ئاژەڵ هەناسەی قوڵ هەڵدەکێشێت و دەکۆکێت و تەنگە نەفەس دەبێت و دەم و لێوی شین هەڵدەگەڕێت، بەڵام ئەگەر سستییەککەی لای پاستی دڵی گرتبۆوە ئەوا ئەم خاڵانە بەدی دەکرێت:

*ئاوبەندی و ئاوسان بە تایبەتی لە خوارەوەی لەش و لە نێوان مل و هەدوو شەویلکە.

*ئاوبەندی سینەو پەردەی دڵ.

*جگەر دەئاوسێت و گەورە دەبێت و بە ئاسانی هەستی پێ دەکرێت.

*خێرایی هەناسەکێشان زیاتر دەبێت و ئاژەڵ نەفەسی قوڵ هەڵدەکێشێت.

*ئاژەڵ میز کەم دەکات بەڵام ڕەوانی و سک چوون دەست پێ دەکات.

*ئەستوور بوونی خوێن هێنەرەکانی Veins سەر ڕووی لەش بە تایبەتی خوێن هێنەری لای مل Jagular Vein لە دوا هەنگاوی نەخۆشیەکەداو ئاژەڵ لارەلار دەڕوات بەهۆی لاوازی گشتیەوە.

بۆ دەستنیشانکردنی ئەم نەخۆشیە دەبێت پشت بەم خاڵانە ببەستێت:

*مێژووی نەخۆشییەکە: کە بریتیە لە پەیوەندی نێوان ئەم نەخۆشیە بەو نەخۆشیانەی کە دەبنە هۆی هەوکردنی ماسولکەکانی دڵ، پەردەی دڵ، پەردە سینەو هەوکردنی سینە.

*نیشانەکان: وەک لەوەپێش باسکرا.

*ڕاکێشان و بەتاڵ کردن و ئەزمایش کردنی ئەو ئاوەی کە ئاوبەند بووەو کۆبۆتەوە لەو جێگەیەو باش تەماشا بکرێت، دەبێت وردبین بکرێت ئایە ئاوێکی سادەیە، لیخنە، خڵتی تێدایە، سوورەو خوێنی تێدایە، ئایە مادەی پڕۆتینی تێدایە ساز نا.

*دەبێت نەخۆشیەکە (سستی دڵ) لەم نەخۆشیانە جیابکرێتەوە:

1-هەوکردنی دریژخایەنی پەردەی دڵ: بەوە دەناسرێت کە ئەو ئاوەی دەردەهێنرێت پڕە لە خڕۆکەی سپی و ژمارەیەک زۆری لە بەکتریا تێدایە، هیچ ناڕێک و گۆڕانکارییەک لە دڵیدا بەدی ناکرێت.

2-تەقینی میزڵدان: نابینرێت کە ئاژەڵ میزبکات، ئاستی یۆریای نایترۆجینی لە خوێنیدا زیاد دەکات، ئاژەڵ ئازاری هەیە بە تایبەتی سک، خۆ ئەگەر ئەو ئاوە ڕابکێشرێت و ئەزمایش بکرێت ئەوا هەر میزە.

3-حاڵەتی ڕەق بوونی جگەر: ئەویش نیشانەی سەرەکی خۆی هەیە وەک زەردوویی و هەستیاربوون بەرامبەر بە ڕووناکی.

4-حاڵەتە ئاساییەکان و سروشتیەکان کە ئاژەڵ تێدا دەئاوسێت:

لە ڕەشەوڵاخ و ئاژەڵی وردەدا واتە مانگاو مەڕو بزن لە دوا هەنگاوی ئاوسیدا، دەبینین خوێن هێنەری لای مل ئەستوور نابێت بەڵام گوان و نێوان گوان دەئاوسێت و ئەستوور دەبێت.

5-هەروەها ئەم نەخۆشیە لەو نەخۆشیانە جیادەکرێتەوە کە دەبنە هۆی ئاوسان و ئاوبەندی: ئاوسانی ژێر شەویلکە بەهۆی دابەزینی ڕێژەی پڕۆتینی ناو خوێن بە تایبەتی لە کاتی تووش بوون بە نەخۆشی مشەخۆرەکان (کرمەکان) وەک کرمی جگەر و هیمۆنکەس کە بەشێوەیەکی گشتی دەبنە هۆی کەم خوێنی و خۆ ئەگەر پیسایی ئاژەڵ لە تاقیگەدا ئازمایش بکرێت ئەوا ئەم نەخۆشیە دەستنیشان دەکات.

چارەسەرکردن:

بۆ چارەسەرکردنی ئەم نەخۆشیە باشتر وایە ڕەچاوی ئەم خاڵانە بکرێت:

1-پشودانی تەواو بە ئاژەڵی تووش بوو، دوورکرێتەوە لەگشت کارێکی قورس و ماندوویەتی.

2-دەبێت هەندێک دەرمانی پێ بدرێت لەوانەی کە دەبنە هۆی بەهێزکردنی دڵ و ماسولکەکان چالاک دەکەن وەک ماددەی دیجیتالس.

3-خۆئەگەر حاڵەتەکە ئاوسان و ئاوبەندی لەگەڵدا بوو دەبێت بەهیچ جۆرێک خۆێ بە ئاژەڵ نەدرێت و دەبێت دەرمانی میزپێکردن بدرێت بە ئاژەڵ وەک فیرۆسیماید، کلورسایەزاید، ئەسیتازۆلەماید.

ڕادار

نەوزاد عومەر مەحیەدین
پسپۆڕی فیزیا

بابەتەکەمان باسی ڕادارو چۆنیەتی ئیشکردنیەتی، هەروەها دەربارەی ڕۆڵی ڕادارە لەفڕۆکەوانی و مانگە دەستکردەکاندا.

لەکۆتاییەکانی سالی (1800ز) دا دۆزینەوە گرنگەکەی زانا (هینریش هێرتز) دەرگای داهێنانێکی بایەخداری خستە سەر پشت! ئەم زانایە بەتاقیکردنەوە سەلماندی کەپارچە کانزاکان چۆن تیشکی روناکی دەدەنەوە، هەروەهاش تیشکە ڕادیۆییەکان* دەدەنەوە، بۆیە ڕاستەوخۆ دوای ئەم دۆزینەوەیە؛ ئەڵمانیاو فەرەنساو ئینگلتەرەو ئەمریکا کەوتنە خۆیان و دەستیان بەگۆڕانکاری کرد لەسیستەمی کەشفکردندا، لوتکەی ئەم گۆڕانکارییانەش لەدایکبونی ڕادار بوو!

ڕادار کورتکراوەی ئەم دەستەواژەیەی خوارەوەیە:
(Radio Detection And Ranging)

بەمانای کەشفکردن و شوێن دیاریکردن بەڕادیۆ، ئەم دەزگا گرنگە؛ نامانجە دورەکان کەشفدەکات، دەرگای هەندێک خانوبەرە دەکاتەوە! نیشانەکانی هاتوچۆ دادەگیرسێنێت، لەزۆربەی پاپۆڕو فڕۆکەو بەندەرو فڕۆکەخانەکاندا بەکاردەهێنرێت.

ڕادار بەمجۆرە شەپۆلێکی ڕادیۆیی ئیشدەکات، ئەم شەپۆلە نابینرێت و خێرایەکەی وەک خێرایی روناکی لە بۆشاییدا (3000000) کیلۆمەترە لەیەک چرکەدا! جا لەبەرئەوەی خێراییەکەی زانراوە، کەواتە بەکاتژاگرتنی دەرچوونی شەپۆلەکەو گەڕانەوەی لەنیشانەی مەبەستەوە، دەتوانرێت بەئاسانی دوری نیشانەکە بزانرێت.

بەشێوەیەکی گشتی ڕادار سێ بەشی سەرەکییە:

دەزگای ناردن (شەپۆل نێرەر)، هەوایی، دەزگای وەرگر (شەپۆل وەرگر) دەزگای ناردن پرتە شەپۆلی کورتی تیژڕۆ کەپێی دەڵێن (شەمەندەفەری شەپۆلە ڕادیۆییەکان!) بەناو بۆرییەکی کانزادا (پێی دەڵێن ڕێبەری شەپۆلەکان) بەرەو هەواییەکە دەنێرێت، ئەمیش ئاڕاستەیان دەکات بەرەو هەواییەکە دەنێرێت، ئەمیش ئاڕاستەیان دەکات بەرەو ساجی ڕادارەکە کەتۆڕە کانزاییەکەو لەنێو شەپۆلەکاندا× شەپۆلی دیاریکراو هەڵدەبژێرێت و بەرەو نیشانەی مەبەست ڕەوانەی دەکات شایانی باسەکە شێوەو قەبارەی هەوایی ڕادار؛ ورد ئاڕاستە دارێتی تیشکدان و ڕادەی گەیشتنی (مەودای) شەپۆلەکانی دیاریدەکات بەجۆرێک تا هەواییەکە گەورەتربێت، تیشکە شەپۆلییەکانی درێژترو چڕترو ئاڕاستەکراوتر دەبن، زۆربەی هەواییەکان پێچاوپێچن و

بەدەوری تەوەرەکانیاندا دەخولێنەوە بۆئەوەی بەهەموو لایەکدا وێنەبگرن، بەنمونە هەندێک لەو پارانەی بەمەبەستی دەست بەسەراگرتنی هاتوچۆ ئاسمانیەکاندا بەکاردەهێنرێت، لەدەقیقەیەکدا شەش خول دەکات و دەتوانێت هەموو دە چرکەیەک شوێنی فرۆکە دیاری بکات.

پاش شەپۆل ناردن بەرەو قەزا، پادار ئامادەیە شەپۆلە دراوەکان وەربگرێتەوە، هەموو ئەم ناردن و وەگرتنەوەیش (1000/1 چرکە) کەمتر دەخایەنێت!

ئەو هەواییەی شەپۆلەکان دەنێرێت؛ هەر خۆیەتی کە شەپۆلە دراوەکان وەردەگرێتەوە، لێرەدا دەزگایەک هەیە پێی دەڵێن شانەی ناردن و وەرگرتنەوە (TR cell) دەوری سویچی پێچەوانەکەر دەبینێت، ئەم شانەیە لەکاتی شەپۆل ناردندا بۆ چەند ساتێکی کەم؛ سوڕی وەرگرە دادەخات بەڵام لەکاتی شەپۆل وەرگرتندا سوڕەکە دەکاتەوە، وەرگرەش هەستیارییەکی زۆری بۆ شەپۆلەکانی خۆی هەیەو ئەوانە وەرناگرێت کەلەڕادەرەکانی دیکەوە دەردەچن لەقۆناغی یەکەمدا وەرگرە کەشفی نیشانە شەپۆلییە دراوەکان دەکات و گەورەیان دەکات چونکە ئەو نیشانە شەپۆلیانە زۆر بچوکن و هەزارەها بلیۆن جار لەنیشانە شەپۆل نێراو بچوکترن لەقۆناغی دوەمیشدا؛ وەرگرە جۆری نیشانە شەپۆل دراوە هەڵدەبژێرێت، بەنمونە ئەگەر پادارەکە بەمەبەستی کەشفکردنی فرۆکە بەکاربهێنرێت، هەموو نیشانە شەپۆلییە دراوەکان لەخانووبەرەو دارو درەختی دەورو پشتی فرۆکەکە فەرامۆشدەکات!

پادار دەتوانێت نیشانەی جۆلاو لەنیشانەی جێگیر جیابکاتەوە بەچینەی ئەم ئیشە پادار لەسەر دیاردەیەکی فیزیایی بەندە پێی دەوترێت (دیاردەی دوپلەر) چۆن؟ گەر شەمەندەفەرێک بەرەو رووەان بجوڵێتو شووتەکەی لێبدات، پلەی دەنگی شوتەکە بەرزدەبێتەوە، واتە دەنگەکەی نزمدەبێت! بەڵام گەر لێمان دوور بکەوێتەوە، پلەی دەنگەکەی ناسک دەبێت، واتە دەنگی شوتەکە گر دەبێت! ئەمەی بەسەر شەپۆلەکانی دەنگدا دێت، بەسەر شەپۆلە رادیۆییەکانشدا دێت، ئەی ئەمەیان چۆن؟! ئەگەر فرۆکەیەک بەرەو پادار بجوڵێت، شەپۆلە رادیۆییە دراوەکان لەفرۆکەوە کورت دەبنەوەو لەرەلەری شەپۆلەکان زیاد دەکات، بەڵام گەر فرۆکەکە دوربکەوێتەوە؛ لەرە لەری شەپۆلە دراوەکان کەمدەکات، خۆئەگەر ئەو نیشانەیەی کەشفدەکرێت؛ جێگربێت (بەنمونە شاخێک بێت) ئەو کاتە لەرەلەری شەپۆلە دراوەکان لەو نیشانەیەوە ناگۆڕێت، واتە وەک لەرەلەری شەپۆلە نێراوەکانە.

کەواتە بەگۆڕانی لەرەلەر (زیادبوون یان کەمبونی) یان بەنەگۆڕانی لەرەلەر؛ وەرگرە نیشانەی جۆلاو لەنیشانەی جێگیر جیادەکاتەوە، جگە لەمەش؛ وەرگرە دەتوانێت خێرایی نیشانەی جوولاو دیاری بکات، ئەمیش بەزانینی جیاوازی نێوان لەرەلەری ئەو شەپۆلانەی پادارەکە دەینێرێتو لەرەلەری ئەو شەپۆلانەی لەنیشانە جولاوەکەوە دەدرێنەوە، شایانی باسیشەکە ئەو پادارەی پۆلیس بەکاریدەهێنێت بۆناسینی ئەو ئۆتۆمبێلانەی بەخێراییەکی زیاتر لەرادەی ڕێپێدراو دەڕۆن؛ لەسەر هەمان بنچینەی پێشوو ئیشدەکات لەتاریکی و کەشی تەماویدا، پادار دەتوانێت لەدوری چەند میلێکەوە؛ نیشانەکان کە شفبکات ڕۆژانە باری کەشو هەوا هەر چۆنێک بێت، هەزارەها فرۆکە بەئاسمانەوەن چونکە بەردەوام لەزەوی و لەئاسماندا بەچوستی پادارو بەکارهێنانی دەزگای هەمە جۆرو کارامەیی پسپۆڕان و پەیرەوکردنی یاساکانی فڕین، هەمیشە فرۆکەکان لەژێر چاودێری وردان، تەنانەت ڕێگەی دیاریکراو بۆفرۆکەکان تەرخانکراوە، ئەم ڕێگانە، ئەو ڕێرەوانەن کەوردی هەڵبژێراون و لەمنارە جێگرەکانی سەر زەمینەوە ئامازەیان بۆدەکرێت، یەکێک لەم منارانە (VOR) ی لەرەلەر نێجگار بەرزی (VHF) فرە ئاراستەیە کە کۆمەڵە هەواییەکی شێوە تاجەو هەمیشە (یەکبینە) نیشانەی رادیۆیی بەهەموو لایەکدا پەخشدەکات، وەرگرەی سەر فرۆکەش ئەم نیشانەیە وەردەگرێت، نیشانەکەش ناسنامەی منارەکە بەفرۆکەوانەکە دەڵێتو بەپێی هێڵە گۆشەی نێوان فرۆکەکەو منارەکە لەلایەکو هێڵێکی دی نێوان فرۆکەکەو ئاراستەی باکور؛ هەموو زانیاریەکی پێویست سەبارەت بەشوێنی فرۆکەکە بەفرۆکەوانەکە دەگەیەنێت.

جۆرێکی دی منارە هەیە پێی دەڵێن (DME) ئەمەیان تایبەتەندی پێوانی دووریەیەو پەیوەند دارەبە (VOR) وە، هەواییەکی ئەستونی هەیە بەهۆیەوە فرۆکەوان دوری نێوان منارەکەو فرۆکەکەی دەزانێت چۆن؟ فرۆکەوانەکە هێمانیشانەیەکی بەشفرە بەرەو منارەکە دەنێرێت؛ هەر کەمنارەکە وەریدەگرێت یەکەسەر دەیداتەوە جابە پێوانی کاتی خایەنراوی ڕۆیشتن و گەڕانەوەی نیشانەکە وەرگرەی سەر فرۆکەکە دوری نێوان فرۆکەکەو منارەکە لەسەر شاشەی کۆمپیوتەرەکەی بەردەم فرۆکەوانەکە تۆماردەکات.

هەردوو منارەی (VOR) و (DME) زۆر بەوردی شوێنی فرۆکەکە دیاریدەکەن و لەسەر شاشەیەکی بچوکی ئێستگەی چاودێری، وێنەی فرۆکەکە بەشێوەی سێگۆشەی ڕەنووسکراو لەسەرهێڵەکانی فڕین دەکێشن.

کاتێک فرۆکەوان بەسەر هەر منارەیەکدا دەفڕێت ئاگاداری بورجی چاودێری دەکات تاچاودێری بورجەکە دڵنیا بکات لەسەر هێڵە دیاریکراوەکەی خۆی دەفڕێت لەهاوچەرخترین ئێستگەی چاودێریکردندا چاودێر دەتوانێت شوێنی کۆن و نوێی فرۆکەکە ڕاداری سەرەکی و ناسەرەکی دیاری کردوون

بەشێوەی چوارگۆشەی بچوک بچوکی ڕەنگاو ڕەنگ لەسەر شاشەیەکی تەلەفزیۆنی ئێجگار چوستو بەتوانا ببینێت. چۆن؟

ڕاداری سەرەکی بەکاتڕاگرتنی ڕۆیشتنو گەڕانەوەی شەپۆلەکان؛ ڕێڕەوی فڕۆکەی مەبەست دیاریدەکات، ڕاداره ناسەرەکیەکەش کەهەواییەکی شێوە لاکێشەی هەیە پشتگیری ڕاداری سەرەکی دەکات بەجۆرێک کە نیشانەی بەشفرەی بەرپرسیار دەنێرێت تا دەزگا وەرگرەکەی فڕۆکەکە وەلامی پرسیارەکان سەبارەت بەناسنامەو بەرزی فڕۆکەکە بداتەوە، ڕاداره‌کانی ئێستگەی چاودێریش ئەم زانیارییانە کۆدەکەنەوەو بەشێوەی هێما دەکەوێتە سەر شاشەکەی بەردەم چاودێری ئێستگە، ئەم کرداره هەموو دە چرکەیەک، جارێک یان دووجار دوبارەدەبێتەوە، ئەمە لەلایەک، لەلایەکی دیکەشەوە چاودێری ئێستگە دەتوانێت بزانێت، فڕۆکەکە بەرەو کوێی دەچێتو کەی دەگاتە منارەیەکی دی! بەمەش دڵنیادەبێت فڕۆکە یەک لەدواییەکەکان چەند لەیەکترییەوە دوورن پێویستە چاودێر پێش ئەگەرەکانی ڕواداوە کتوپڕەکان بکەوێت، بۆئەم مەبەستە پشت بەئێستگە کۆمپیوتەرییەکەی ئێستگەی چاودێریکردن دەبەستێت چونکە لەکاتی مەترسی کتوپڕدا، نیشانەی ئاگادارکردنەوە لێدەدات، ئەو مەترسیانەش بوونی دوو فڕۆکەیە لەهەمان ڕێڕەوەدا یان دابەزینو بەرزبوونەوەی لەناکاوی فڕۆکەیەکە، لەم کاتە دژوارانەدا پێویستە خێرا پەیوەندی بەفڕۆکەوانەوە بکات.

فڕۆکە هەمیشە لەژێر چاودێریدایە، هەر لەساتی هەڵسانییەوە تاساتی نیشتنەوەی لەنیشتنەوەدا کە دوا قۆناغە فڕۆکەوان پشت بەسیستمی (I L S) دەبەستێت، ئەم سیستمەش لەسەر کۆمەڵە تەنیشتە هەواییەک بەندە، هەندێکیان لەکۆتایی یەکێک لەڕێڕەوەکانی فڕۆکەخانەدان کە تیشکە شەپۆلی ئاسۆییان لێوە دەردەچێت بەژێر پلە پلەکراوەکانی فڕۆکەخانەکەدا، ئەوانی دی لەسەر لایەکی پلەپلەکراوەکانن و نزیک ئەو شوێنەی پێچکەکانی فڕۆکەکەی تێدا بەر زەوی دەکەون شەپۆل تیشکەدەدەن، شوێنی یەکتربڕینی ئەم دوو شەپۆلەش چاکترینو نمونەترین شوێنە بۆ نیشتنەوەی فڕۆکەکە.

لایەنە تەکنیکیەکانی دەست بەسەراگرتنی هاتوچۆی ئاسمانی بەردەوام بەرەو پێش دەچێت، ئەو ڕۆژە نزیکە بەهۆی مانگی دەستکردەوە ڕاستەوخۆ شوێنی فڕۆکەکان بخرێتە سەر شاشەی کۆمپیوتەرەکانی دەزگاکانی چاودێری سەر زەمین لەمانگە دەستکردەکاندا، تازەترین تەکنەلۆژیا؛ بەکارهێنانی ڕاداره، ڕادار ڕۆلێکی گرنگی دەبێت لەهەڵدانی مانگی دەستکردو نەخشەکێشاندا، هەندێک لەو ڕادارانەی پێیان دەڵێن (ڕاداری ڕێڕەوکێش) دەتوانێت ئاڕاستەی ڕۆکێتی هاوێژراو لەساتی هەڵدانیەوە تا جێگربوونی لەئاسماندا زۆر بەوردیو بەبەردەوامی دیاری بکات، هەر ئەم ڕاداره کەخاوەنی هەوایی بازنەیی زۆر گەورەی شێوە دەفری ڕوبەڕ فراوانە بۆهەڵدانی مانگی دەستکرد بەکاردەهێنرێت، کۆمپیوتەرەکانی مەڵبەندی هەڵدانیش هەمیشە پەیوەندییان بەڕاداری ڕێڕەوکێشەوە هەیەو لەکەمترین لادانی ڕۆکێتی مانگە دەستکردە کە لەڕێڕەوە ڕاستەکەی بەئاگایە!

ڕێڕەوی ڕاستی ڕۆکێت ئەو ڕێڕەوەیە کەبتوانێت بەردەوام لەسەری بجوڵێت بێئەوەی ژیانی خەڵکی سەر زەمین بخاتە مەترسیەوە، جائەگەر ڕاداری ڕێڕەوکێش هەست بەکەمترین لادان بکات، ئەوا ڕاستەوخۆ ئامانژە بەچاودێری سەر زەوی دەدات بۆی ڕاستبکاتەوە، خۆ ئەگەر ئەوەنەکرا، ناچار ڕۆکێتەکە دەتەقێنرێتەوە.

جۆرە ڕاداڕێکی دی (SAR) هەیە لەهەندێک مانگی دەستکردا بۆ نەخشە کێشانی سەر زەوی بەکاردەهێنرێت، هەواییەکانی ئەم ڕاداره تیشکە شەپۆلی شێوە پرتە بەرەو ڕووی زەوی دەنێرێت، ئەم تیشکە شەپۆلانە لەهەموو خاڵەکانی ڕووی زەوییەوە دەدرێنەوە بەرەو وەگرەکانو بەشێوەی درێژە نەخشە پەرچڤە (تەرجومە) دەکرێن. تەنها ئەم پەرچڤەکردنەش لەوانەیە کێشە بێت، بۆیە وێنە ڕادارییەکە لەگەڵ تابلۆ ڕەنگاو ڕەنگەکاندا بەراورد دەکرێت.

ڕۆشنایی وێنەی ڕاداری لەسەر چڕی شەپۆلە دراوەکان بەندە، ئەم چڕییەش پابەندی سیفەتە فیزیاییەکانی ڕوو شەپۆلدەرەوەکەیە، واتە چاڵو چۆڵی لێژیو پێچاوپێچی ئەو ڕوانە یان هەبوونی ئاوی مەنگو بەخوڕ یان دارستان.. هتد.

بەنمونە وێنەی گۆماوێک ئاوی مەنگ لەوێنەی ڕاداریدا، ڕوویەکی تەڵخی ڕەشە کەچی وێنەی ئاو ڕوونا‌کە! لەبەر ئەوە پەڵە زەیتی ناو ئاوی بەخوڕ وەک پەڵەیەکی تەڵخ لەوێنە ڕوناکە ڕاداریەکەی ئاوی بەخوڕدا دەردەکەوێت.

وێنەی ڕاداری (SAR) لەوەدەچێت لەدوری (30 مەتر) لەزەوییەوە وەرگیرابێت! وردەکارییەکانی پەیکەرە ئاسنینەکانی وەک هێڵی ئاسنینو تڕێڵەو پاپۆڕ کەبەچاوی ئاسایی لەنزیکەوە نابینرێن، بەتەواوی دەردەخات! ئەم ڕاداره بەشەوو بەڕۆژو کەشو هەوا هەرچۆنێک بێت، وێنەی خۆی هەردەگرێت! بۆیە بۆتە چاوێکی پشکنەری تیژو هەمیشە چاودێری زەوی دەکات!! هەر بەم ڕاداره کەلەسەر مانگی دەستکردی (کۆلۆمبیا) چەسپکرا بوو، زاناکان لەساڵی (1981)ز دا جۆگەی ئاوی تەمەن ملیۆنەها ساڵی ژێر خاکە لماویەکەی بیابانی گەورەیان دۆزییەوە!!!

* تیشکی ڕادیۆیی جۆرێکە لەشەپۆلە کارۆمۆگناتیسیەکان.

لە نەخۆشیەکانی پەلەوەر

نەخۆشی سەرەپۆشە

Black head disease or Histomoniasis

دکتۆر فەرەیدون عەبدولستار
مامۆستای کولیژی ڤێتێرینەری، زانکۆی سلێمانی

پێشەکی/
باڵندە بە شێوەیەکی گشتی بەسەرچاوەیەکی گرنگی خۆراکی مرۆڤ دادەنرێت چونکە سەرچاوەیەکی دەوڵەمەندی گۆشتی سپیی‌یەو بڕێکی زۆر باش پرۆتینی تێدایە.

قەل و مریشک وقاز و مراوی لەو باڵندانەن کەلەدێر زەمانەوە لە کۆمەڵگای کوردەواری مالّی کراون و هەروەک سەرچاوەی ئابوریش سودیان لێوەرگیراوەو هەتاکو ئەم سەردەمەش خەڵک لەکوردستان بەتایبەتی گوندنشینەکان بە بەخێوکردنیانەوە خەریکن. قەل هەروەک باڵندەیەکی مالّی زۆر بایەخی‌پێدەدرێت وبەخێوەکرێت لەبەرئەوەی خەڵکێکی زۆر ئارەزوی خواردنی گۆشتەکەی دەکەن ولەبازاڕدا نرخەکەی لەگۆشتی باڵندەکانی دیزیاترە.

گەلێک لەدەردو نەخوشی هەیە کەتوشی قەل دەبێت ولەئەنجامدا لاوازی دەکات وزیانی پێدەگەیەنێت وبێگومان ئەمەش دەبێتە هۆی کەم بونەوەی‌بڕی‌پرۆتینی‌پێویست ولەئەنجامدا مرۆڤیش زەرەرمەندەدەبێت.

لەونەخۆشیە ترسناکانەی کەتوشی قەل دەبێت وسالانە بەبەردەوامی پێوەی دەناڵێنیت بێگومان نەخۆشی سەرەپشەیە کە دەبێتە هۆی لەناوچونی ژمارەیەکی زۆر و زیانگەیاندن بەئابوری وولاّت وهەروەها دەبێتە هۆی پیس بونی ژینگە.

لەبەرئەوە بڵاوکردنەوەی زانیاری دەربارەی ئەم نەخۆشیە بەکارێکی پێویست دادەنرێت

قەل لەهەندێک ناوچەدا پێی دەوترێت قەلەمون یان عەلەشیش و لەوڵاتانی عەرەبی‌دا پێی دەوترێت (دیك الرومی) دیك الحبش.

قەل یەکێکە لەو جۆرە گرنگانەی پەلەوەر کە قەبارەکەی لەجۆرەکانی دیکەی پەلەوەر گەورەترە لەبەرئەوە بەکاردەهێنرێت بۆبەرهەمهێنانی گۆشتو گۆشتەکەی نرخەکەی بەرزترە لەگۆشتی جۆرەکانی دیکەو بەپیوەبردن و بەخێوکردنی کارێکی ئاسانترە بەبەراورد لەگەڵ بەخێوکردنی پرۆژەکانی مریشکدا.

بۆیەکەم جار لەسالّی((1530ز)) قەل هەروەک باڵندەیەکی مالّی لەئەورووپا دەرکەوت و لەدوایشدا گوێزراوەتەوە بۆ ئاسیا. قەل هەروەک باڵندەیەک چەند خەسڵەتێکی تایبەتی هەیە کەوای کردووە بایەخی زیاتری پێبدرێت ، لەوانەش:

یەکەم/ قەل سەرچاوەیەکی دەوڵەمەندی گۆشتە بەبەراورد لەگەڵ جۆرەکانی دیکەی پەلەوەر.

دووەم/ گۆشتی قەل بڕێکی کەم لەچەوری‌و کۆلسترۆڵی تێدایە ، واتە لەجۆرەکانی دیکە گونجاوترە بۆ خواردن.

سێیەم/ گۆشتی قەل بڕێکی باش پرۆتین‌وڤیتامینی تێدایە.

چوارەم/ لەزۆر شوێندا دەتوانرێت بەخێو بکرێت چونکە قەل لەو باڵندانەیە کە زۆر بەئاسانی دەتوانرێت خۆی بگونجێنێت لەگەڵ ژینگەدا.

پێنجەم/ لەزۆر وڵاتانی جیهان لەبۆنەو ئاهەنگەکاندا داواکاری زیاتر دەبێت لەلایەن خەڵکەوە.

هەرچەندە لەوڵاتی ئێمە بەخێوکردنی قەل شێوەیەکی فراوانی وەرنەگرتووە، بەڵام هیواداریـن کە لەدوا ڕۆژدا بیر بکرێتەوە لەپرۆژەی بەخێوکردنی قەل بەشێوەیەکی گەورەو فراوان.

بەپێی سەرچاوەیەکی پزیشکی ڤێترینەری قەل بەم شێوەیەی خوارەوە پۆلێن دەکرێت

class: aves
subclass: cairnalae
Order: Galliformes
Suborder: Galli

Family: phasiandidae.
Subfamily: meleagris.
Species: Meleagris gallopavo

نەخۆشی سەرەڕەشە :
لەزۆربەی سەرچاوەکان بەنەخۆشیەکە دەوترێت :
((Hitomoniasis))
یان
((Infectious enterohepatitis))

هەروەها لەبەرئەوەی سەری باڵندەی تووشبوو هەڵدەگرێت پێی دەوترێت ((Black head disease)) هەرلەبەر ئەمەش لەکوردەواریدا پێی دەوترێت ((سەرە ڕەشە)) .

بۆیەکەم جار نەخۆشی سەرە ڕەشە لەساڵی 1895ز دۆزرایەوە هەروەها هۆکارەکەشی دەست نیشان کرا کەزیندەوەرێکی سەرەتاییە ((Proto Zoa)) .

نەخۆشی سەرەڕەشە بەشێوەیەکی گشتی توشی باڵندە دەبێت بەتایبەتی تووشی قەڵو مریشک دەبێت بەڵام زیاتر قەل هەستیار تر بۆ نەخۆشیەکە.

_ کرمی زەوی ((earth worm))و هەروەها کرمی ڕیخۆڵە کوێرە ڕۆڵێکی گرنگیان هەیە لەگواستنەوەی زیندەوەری سەرەتایی کە بۆ لەشی باڵندەکە چونکە هۆکاری نەخۆشیەکە قۆناغێک لەقۆناغەکانی سوڕی ژیانی لەلەشی کرمەکاندا بەسەر دەبات.

هۆکاری نەخۆشییەکە:

هۆکاری سەرەکی نەخۆشی سەرەڕەشە دەگەڕێتەوە بۆ زیندەوەرێکی سەرەتایی (Proto Zoa) کەپێی دەوترێت : Histomonas Meleagridis سوڕی ژیانی ئەم زیندەوەرە سەرەتاییە پەیوەندی بەبوونی دووجۆر کرمەوە هەیە کە لەژینگەی پەلەوەردا هەیە بەبەردەوامیلەویش بریتین لەکرمەکانی زەوی و کرمی ڕیخۆڵەکوێرە لەجۆری: ((Heterakis gallinarum)) واتە قۆناغێک لەقۆناغەکانی سوڕی ژیانی زیندەوەرەکە لەلەشی ئەو کرمانەدا بەسەر دەبات ، لەبەر ئەوە بونیان زۆر پێویستە بۆ تەواوکردنی قۆناغەکانی سوڕی ژیانی زیندەوەرەکە .

هۆکاری نەخۆشیەکە تووشی زۆر جۆر باڵندە دەبێت و قەل بەشێوەیەکی تایبەتی زۆر هەستیارە بۆ زیندەوەرەکەو دەبێتە هۆی لەناوچوونی خانەخوێ کە زیاتر لەتەمەنی (3_12) هەفتە تووش دەبێت .

کرمەکانی ڕیخۆڵە کوێرە زیندەوەرە سەرەتایی کە دەگوێزنەوە لە باڵندەیەکەوە بۆ باڵندەیەکی دیکەو بەپێی سەرچاوەکانی پزیشکی ڤێتینەری هەندێک لەمێروو جومگەدارەکانی وەکو مێش و مێشوولە ڕۆڵیان هەیە لەگواستنەوەی هۆکاری نەخۆشییەکە .

هۆکاری نەخۆشی سەرەڕەشە دوای چونە ژورەوەی بۆنەاو لەشی باڵندەکە دەچێتە ڕیخۆڵە کوێرەو (Ce Cum) .

چونکە زیاتر ئاڕەزوی ژیان دەکات لەڕیخۆڵە کوێرەو لەوێدا لەخانەکانی ڕیخۆڵە کوێرە دابەش دەبێتو ژمارەیان بەرە بەرە زیاد دەکاتو لەئەنجام دا دەچێتە سوڕی خوێنەوە لەڕێگەی خوێنەوە دەگاتە جگەرو لەجگەرەدا دەمێنێتەوە .

نیشانە دیارەکانی نەخۆشییەکە :_

نیشانەکان بەشێوەیەکی دیارزیاتر لەسەر قەڵی تووشبوو دەردەکەوێت وەک لەباڵندەکانی دیکە، ئەوش لەبەر ئەوەی قەل لەگشت جۆرەکانی دیکە هەستیارترە بۆ نەخۆشییەکە و نیشانەکانی دوای (7_ 12) ڕۆژ لەدوای تووشبوونی باڵندەکە دەردەکەوێت ولەنیشانە دیارەکانی نەخۆشیەکە:

_ باڵندەی تووشبوو تووشی سکچوون دەبێتو ڕەنگەکەی شلەیەکی زەردباوی کەقاوە کە بیگومان ئەمەش بەنیشانەیەکی گرنگی نەخۆشیەکە دادەنرێت.

باڵندەکە بێهێزو خەواڵو دەبێت وتوشی باڵە شۆڕی دەبێت.

چاوی باڵندەکە دەنوقێست و سەری شۆڕەکاتەوە بۆخوارەوەبەرەبەرە لەخواردن دەکەوێت، سەری باڵندەی تووشبو بەرەبەرە ڕەش هەڵدەگەڕێت ((Cyanotic)) کەناوی نەخۆشیەکەش هەر لەم نیشانەیەوە وەرگیراوە.

هەندێک جار ڕەی لەناو چون Mortality rate لەقەڵدا دەگاتە 100٪ .

مریشک توشی نەخۆشیەکە کەمتر نیشانەکانی لەسەر دەر دەکەوێت.

و لە نیشانە دیارەکانی دوای مرداربونەوەی باڵندەی تووشبوو کەزیاتر نیشانەکان لەسەر ڕیخۆڵەکوێرەو جگەردا دەردەکەوێت کەبەم شێوەیەیە:

دیواری ڕیخۆڵە کوێرە ئەستور دەبێت وسوردەبێتەوە.

ڕیخۆڵە کوێرە فراوان دەبێت پڕدەبێت لەشلەی دەردراو هەروەها دروست بونی برین لە دیواری ڕیخۆڵەکوێرە و هەندێک جار دەبێتە هۆی کون بونی دیوارەکە.

لەجگەردا برینی شێوە خڕخڕدروست دەبێت کەتیرەکەی نزیکەی 1سم وقەبارەی جگەر گەورە دەبێت وڕەنگەکەی سەوزباو دەبێت.

چارەسەر و کۆنترۆڵ:

باشترین ڕێگە چارە بۆکۆنترۆڵکردنی نەخۆشیەکە یاخود کەمکردنەوەی ڕوداتی نەخۆشیەکە ئەوپش دڕایەتی کردنو نەهێشتنی هۆکارە گوێزەرەوەکانی وەکو کرمی زەوی کرمەکانی ڕیخۆڵەکوێرەیە.

وەدەرمانەکانی بەکار دەهێنرێبۆچارە سەرکردنی نەخۆشیەکە لەمانەن:

Nitro furan_1
Nitroimidazole_2
Fura zolidone_3

تێبینی/بۆیەکەم جار لەشاری سلێمانی لەلایەن بەڕێز دکتۆر ئیسماعیل ئەمین/پسپۆڕی نەخوشیەکانی پەلەوەرەوە نەخۆشی سەرەڕەشە تەشخیص کراوە لەناوەڕاستی هەشتاکاندا.

هو سەرچاوانەی سودیان لێوەر گیراوە:

1_Calnek, B-W, Diseases
Poultry,10th editons 1997
2_تربیه الدواجن((الجزء الثانی))
1996_1995
الدکتورغسان غادری.
_الدکتور محمدالحلبی.
3_ بەڕێز/د.اسماعیل امین

_لەنوسینی:

_دکتۆرفەرەیدون عەبدولسەتار
_مامۆستا لە کۆلێژی پزیشکی ڤێتێرێنەری
_زانکۆی سلێمانی
Fsmas969@yahoo.com

چارەسەرکردنی مندالّ بەهونەر

هێرۆ کەمال
مامۆستای سەرەتایی

لەزۆر دەمێکەوە زانـاو پسـپۆرانی سـایکۆلۆژیو مامۆستایان لەلێکدانەوەو بیرکردنەوەی ئەوەدا بوون کەچۆن بتوانن هەندێک لەکێشەکانی ئەو منداڵانە کەم بکەنەوە، کەتاڕادەیەک رەفتارەکانیان مامۆستاو خێزان بێزار دەکات یان رەفتاریان لەچاو منداڵی دیکەدا جیاوازە یان لەوانەن کەپۆل تیک دەدەنو کتێبەکانیان دەدڕێنن، لەمنداڵی دیکە دەدەن یان هەندێک لەوانەی نەخۆشی گۆشەگیریو دووڕە پەرێزیان لەگەڵدایە یان ئەوانەی دەنـاڵێن بەدەست هەندێک شتی دەرونـی بـەهۆی سـەرنەکەوتنەوە لـەکاردا یـان ئەوانـەی خەمۆکیان هەیە بەهۆی گواستنەوەی ماڵەکەیان بۆگەڕەکێکی دی، تەنانەت هەندێک لەوانەش کەشیزوفرینا یان هەیە کە (شیزوفرینای منداڵان لـە گـەورەکان جیاوازە) یـان تووشی شکستە خۆیی بوونو دەتوانرێت بـەهۆی دیـاری کردنـی رەوشتی منداڵەکەوە بەخێرایی روبکەینە چارەسەری گونجاو بۆی لەرێگای هونـەری وێنەکێشـانەوەو گـەلێک رێگـا چارەو رێبازی تویـریو پراکتیکـی بۆئەمانـە دەست نیشـان کـراوە بـەڵام لەهـەموویان زیـاتر کەسـودەکانیان دەرکـەوتووە بـەئامادەکردنی بەرنامەیـەک بۆیـان بـەناوی (بەرنامـەی ئامـادەکردنی منـدالّ) واتـە پڕکـارکردنی ئـەو منداڵانەیـە بەشێوەی گروپ یان بەشێوەی تاک بەهونەرو ئەم بەرنامەیە لەلایـەک پشت بەچارەسـەری دەرمـان دەبەسـتێت لەلایـەکی دیکەوە لەگەڵ شارەزایی پەیداکردن لەرەفتاردا لەهەمان کاتدا پشت بە هونەر دەبەستێت کەپسپۆڕە دەروونییەکانو پسپۆڕە کۆمەڵایەتییـەکان ئـەم کـارە ئـەنجام دەدەن هـەروەها مامۆستاش لەقوتابخانە دەتوانێت بەشداری لەم کارەدا بکات بۆ نمونە وەک پێدانی شەش پـاڵۆ بـە منداڵـە بچوکـەکان بـۆ دروستکردنی خـانووی چـەند نـەوّمی یـان خوێندگـا یـان فەرمانگە لە سەرکە تەلۆک یان تەنها بەبیری خۆیانو گۆڕینی ئـەو شـەش پاڵوانـە جـار جـار بـەهی دیکـەو شـێوەی نـوێ، هـەروەها پێدانی فڵچەو بۆیـەی جـۆراو جـۆر لەگـەڵ کارتۆن بۆیاری کردن بەڕەنگەکان کەگەشە بەکارامەیی منداڵ دەدات هـەندێک منداڵـی دیکـەو گەشـەکردنی ئـارەزوی وێنـەکردن تیایاندا بـە داواکـاری لێیـان بـەئارەزوی خۆیـان کـە ئەمـەش دەبێتـە هـۆی گەشـەکردنی توانـای وێنـەکردن تیایاندا، یـان لـەرێگای پێدانـی قـوڕو یـاری پێکردنیـانو دروسـتکردنی شـێوەیەکی دیـار کـە یارمـەتی منداڵەکـە دەدات بۆدەربڕینـی وشەی سادەو پشت بەستن بـەخودی خۆیی لـەزۆر شتدا یـان پێدانـی قـوڕ بۆکـاری سـیرامیک لـەژێر رێنمـایی مامۆسـتای پەروەردەی هونەری بـەتوانا کـەبتوانێت گیانی دروستکردنی شێوە سیرامیکیەکان لـەو منداڵانـەدا دروسـت بکات هـەروەها بـەپێ رێنمایییـە پـەروەدەییـەکان دەرکـەوتووە کەئـەو منداڵانەی جۆرە ماخۆلانێکیان تیادایەو زۆر چالاکو بزووکن

دەتوانرێت بەکاری هونەریی‌یەوە سەرقاڵ بکرێن کەخۆیان ئارەزوویان هەیە تیادا یان ئارەزوویان بۆدروست دەکرێت وەکو مۆسیقا لێدان، بەشداری لەگۆرانی وتن، سرود، کۆراڵ، تەپڵ لێدان لەناو تیمێکی گۆرانی‌دا کاری هونەری کەدەتوانرێت پەرەی پێدرێت بەشێوەیەک کەهەندێک لەو گۆرانی و مۆسیقایانە بەشێوەیەکی وابێت کە ئەو وشانەی دەوترێت لەهەمان کاتدا (نامەیەکی پەروەردەیی بێت) وردە وردە ئەو منداڵانە لەبەری بکەن تادەبێتە بەشێک لەرەفتاریان هەروەها دەتوانرێت هەندێک لەو منداڵانە بەشێوەیەکی پەروەردەیی سەرقاڵ بکرێن بەوەی کەلەتیمی مۆسیقاشدابن هەروەها سەر بەگروپی کاری هونەری تەشکیلی بن ئەو کاتە رەنگەکان و تێکەڵاوکردنیان لەگەڵ لێدانی مۆسیقادا دەرون و هەستیان دەبزوێنێت و دایان دەمرکێنێتەوە.

تاقی‌کردنەوەکان و توێژینەوەکان دەریان خستووە کەبوونی هەندێک وزەی زۆر لەمنداڵدا وای لێ دەکات کەمندال جێگا بەخۆی نەگرێت و بەهەرشێوەیەک بێت ئەو وزە زۆرەی سەرف بکات لەبەرئەوەیە زۆرجار مامۆستاکان ناتوانن بەتەواوەتی ئەو منداڵانە دابین بکەن لەپۆلدا بەتایبەتی لەخوێندنگا سەرەتایی و ناوەندییەکانداو زۆر جار باوک و دایک کێشەی زۆریان لەگەڵیاندا هەیە بەڵام ئەگەر ئەم منداڵانە بخرێنە وەرشەی کاری دەستی و هونەری‌یەوە زۆر سەرقاڵ بکرێن ئەو وزە زۆرەی کەهەیانە بەو شێوە دەمژرێت وردە وردە شەرانگێزیان نامێنێت هەروەها منداڵەکە زۆرتر پابەند دەبێت بەرێک و پێکی و پاساو کارە بەکۆمەڵەکانەوە گیانی یاخی بوون و سەرکێشی تیادا زۆرکەم دەبێتەوە.

لەهەندێک لەخوێندنگاکاندا مامۆستایانی شارەزاو لێهاتوو کاتەکان وادەگونجێن کەئەو جۆرە منداڵانە پرکار بکەن بەهەندێک کاری بەسوودەوە کە بتوانن داهاتێکی (مادی) لێ‌پەدا بکەن وەک (دروستکردنی گوڵ، بەرگ دورین، چنین..) هەندێک کاری دیکە وەک دارتاشی و کاری کارەبایی بەشێوەی هونەری کەئەمانە لەرێگای رێنمایی پەروەردەی و کارکردن بۆمەبەستی دروستکردنی ئارەزو تیاندا وردە وردە بەر ئەنجامەکان بەرەو بەرهەم هێنان دەچن کە لەباشدا دەگاتە ئەو رادەی کەمنداڵەکان حەز بکەن بەرهەمی دەستی خۆیان بفرشن و بەوەش داهاتێکی مادی لێ پەیدا بکەن، هەندێک جاریش رووی داوە کە لەئەنجامی گۆش کردنی گیانی مۆسیقی لەمنداڵدا هونەرمەندی زۆرباش و گەورەیان لێ پەیدا دەبێت وەکو مۆسیقارێکی باش یان گۆرانی بێژێکی هەڵکەوتوو لەپاشەڕۆژدا دەبێتە نمونەیەکی سەرکەوتوو هەمان کاریش بۆلایەنە هونەریەکانی دیکە وەک (وێنەکێشان کارە سیرامیکی‌یەکان و نواندن کەهەندێک خوێندنگا زۆربایەخی پێ‌دەدەن، دەرکەوتوو کەئەگەر مامۆستای کارامە لەوبوارانەدا هەبێت) دەتوانێت هەرلەمنداڵی‌یەوە کۆمەڵێ هونەرمەندیان لێ دروست بکەن کەلەپاشەڕۆژدا جێگای شیاوی خۆیان دەگرن و دەرکەوتووە ئەو منداڵانەی کەهونەر لە قۆناغی یەکەمی تەمەنیانەوە بەکاردەهێنن قۆناغی هەرزەکاری بەسەرکەوتوویی بەبێ هیچ کێشەیەکی دەرونی بەرێ دەکەن و ئەو کەسانەش جیادەکرێنەوە وەک کەسانێکی کەسیەتی تەواو وشیار.

هەروەها زانا پەروەدەی هونەریەکان جەختی‌یان کردۆتەوە کەوێنەکێشان شارەزایی و توانا پێشکەش بەمنداڵ دەکات کەدەتوانرێت سودی لێ وەربگرێ لەژیانی رۆژانەدا هەروەکو چۆن سود لەوانەی بیرکارو زانستی زمانەکاندا وەردەگرێت.

هەندێک لەوڵاتان بۆئەم مەبەستە خوێندنگای تایبەتی دەکەنەوە لە پاش دەوامی خوێندنگا بنەڕەتی‌یەوە و ئەو منداڵانە هەر لەزوو یەکەوە دەنێرین بۆئەو خوێندنگایانە سەرەڕای کاری خوێندن و فێربوون لەخوێندنگاکانی خۆیاندا فێری کارامەیی و کاری هونەریاکان دەکرێن و کاتێکی زۆریان لەبری چوونە دەرەوە و شەڕانگێزی بۆخۆیان و کەس و کاریان بەوکارانەوە بەسەر دەبەن کەتاقی کردنەوەی لەو وڵاتە پێشکەوتوانە دەری خستووە ئەوانە لەبەرئەوەی وزەیەکی زۆریان تێدایە گەلێک داهێنان و کاری هونەری بەرزیان لێ کەوتۆنەوە بەشێوەیەک کەبۆتە هۆی سەرنج راکێشانی هونەرمەندان و پسپۆران بەگشتی و بۆئەم مەبەستە

هەندێك جاریش مامۆستای هونەر دەبێتە هۆی دورخستنەوەی منداڵ لەبواری هونەریدا چونکە مامۆستاکە پسپۆڕنییە لەوبوارەدا لەلایەکی دیکەوە مامەڵەی لەگەڵ منداڵدا وەکوو مەبەست گەورەیە وهیچ زانیاریەکی نییە دەربارەی پەروەردەی هونەری منداڵو تێکەڵکردنی رەنگەکان و قۆناغی هونەر لەلای منداڵو گوێ نەدان بەناستی جیاوازی خوێندکارو بەکارهێنانی کەرەستەی جۆراو جۆر بەپێ قۆناغو تەمەنی جیاواز.

لەکۆتاییدا دەڵێن وێنەکێشان هۆکارێکە بۆدەربڕین وەك لەوەی هۆکارێك بێت بۆجوانی ئەمە وتەی زاناکانی بواری پەروەردەیی هونەریەو هونەری منداڵ هۆکارێکە بۆ پەروەردەکردنی منداڵ واتە لەڕێگەی هونەرەوە منداڵ پەروەدە دەکرێت بۆنەوەی کەسایەتیەکی خاوەن هەستو هۆشمەندی لێ دەربچێتو خاوەنی چێژێکی جوان بێت لەهەموو رووبەکی شارستانی ژیانیەوە، ئەمانە جلو بەرگو رێکخستنی ناومالّو گشت پێداویستییەکانی ترو هونەر پەیوەندی بەگشت بوارەکانی ژیانەوە هەیە، پەیوەندی بە زانستی پزیشکی و ئەندازەیی و بیناسازی و تەکنەلۆژیاو دارتاشی و بەرگدروی هەموو شتێکی دیکەوە هەیەو شتێك نییە لەم جیهانە پان و بەرینە هونەری تیادا نەبێت.

رۆڵی مامۆستایانی کوردو چارەسەری منداڵ بەهونەر لەکوردستاندا

ئایا: تویژینەوەی هونەری منداڵ کەی سەری هەڵداوە؟

منداڵ کەوێنە دەکێشێت هەستەکانی دەردەبڕێن کەلەناخی دایە چۆن دەریان ببڕێت؟

چۆن کەسێتی منداڵ دیاری دەکرێت لەقۆناغەکانی ژیانی و تەمەنی منداڵەکە کەوێنە دەکێشرێت؟

بۆ وەڵامی ئەم پرسیارانە رووەکەینە مامۆستای کۆلێژی هونەر لە زانکۆی سلێمانی بەڕێز مامۆستا (جەزا بەکر) کەپسپۆڕە لەبواری هونەری وێنەکێشان بەتایبەتی (رەنگ) بەڕێزیشی دەڵێت: تویژینەوەی هونەری منداڵ بابەتێکی نوێیە، میژووەکەی لە (90) ساڵێك دایە بەڵەم میژووە بەشێوەیەکی تەسك تەماشا دەکراو کەم تەرخەمی بەرامبەر دەکرا بەڵام ئەو بیرە تەسکی و کەمتەرخەمیەی هونەری منداڵ سەرنجی زاناکانی بواری پەروەردەیی راکێشاو بەدیاردەیەکی ئاشکرای ژیانی گەورەترین سود بەکەسێتی منداڵ دەگەیەنێت چ لە تەمەنەکانی قۆناغی سەرەتایی دابێت یان لەناوەندیو قۆناغەکانی هەرزەکاریدا بێت، چونکە لەراستیدا گرنگیدان بەهونەری منداڵو رێنمایکردنیان بۆ دەربڕینی هەستو ئارەزووکردنیان بریتییە لەکردارێکی پەروەردەیی دەرونیان و هاوسەنگ بوون و بەهێزبوونی کەسێتیان و فراوان بوونی زانیاری و هۆشیاریان.

منداڵ لەسەرەتای ژیانیەوە دەست بەدەربڕینی هەستەکانی دەکات بەهۆی وێنەکێشانەوەو ئەو دەربڕینانەش بەپێی گۆڕان و تەمەن وگەشەکردنی فسیۆلۆژی (میشك و لەش) دەگۆڕێت و دەکرێت بەچەند قۆناغێکەوە کە دەتوانین لەهەر قۆناغێکدا کەسێتی منداڵ دەست نیشان بکەین و بزانین حاڵەتی دەرونی و بیرکردنەوەی چۆنە؟ قۆناغەکانیش ئەمانەن:

1- قۆناغی هێڵکاری لەتەمەنی (2-4) ساڵی.

2- قۆناغی ئامادەبوون بۆهەستکردن بەشێوە (4-7) ساڵی.

3- قۆناغی هەست کردن بەشێوە (7-9) ساڵی.

4- قۆناغی هەوڵدان بۆدەربڕین لە (واقع) (9-11) ساڵی.

5- قۆناغی دەربڕین لەواقع (11-13) ساڵی.

6- قۆناغی هەرزەکاری (13-17) ساڵی.

وەکو ئاشکرایە کەوێنەکێشان بەبێ جیاوازی تەمەن و رەگەزی منداڵ دیاری دەکرێت و بەپێ ئەو قۆناغانەوە کەباسمان کردووەو هەر قۆناغەو پێداویستی خۆی هەیە دەبێت کەسی سەرپەرشتیار بزانێت چۆن مامەڵە لەگەڵ منداڵدا دەکات، منداڵی لەتەمەنی (4) ساڵیدا ناتوانێت بەبۆیەی ئاوی کاربکات چونکە گرانە بەڵام لەم کاتەدا دەتوانێت بە (پاستێل و قەڵەمی رەنگ) کاربکات چونکە سانایە هەروەها کوپان حەز بەوێنەی یاری و جەنگو زۆرانبازی دەکەن بەڵام کچان حەز بەوێنەی ناومالّو گوڵو ئینجانەو شتی رازاوە دەکەن و وێنەکانیان و وردەکاری زۆری تێدایە، بەڵام کوڕ کەمتر گرنگی دەدابە وردەکاری.

هەروەها منداڵێك لەتەمەنی (7) ساڵیدا جیاوازە لەمنداڵێکی تەمەن (13-17) ساڵی هەر تەمەنەو حەزی و ئارەزووی منداڵەکە دەگۆڕێت، لەتەمەنی هەرزەکاریدا ئارەزوو لەچیرۆکی رۆمانسی و سوارچاکیەو بەڵام منداڵێکی (7) ساڵانە ئارەزوو لەچیرۆکی تایبەت بەناو خێزان دەکات

لەبەرئەوە دەبێت مامۆستا بەپێ حەزو ئارەزووی منداڵ مامەڵە بکات و نابێت بەهیچ جۆرێک دەست وەردان لەوێنەکانیان دا بکرێت چونکە ئێمە بەو کارەمان تووشی سەرکووت کردنیان دەکەین و لەپاشەڕۆژدا کەسێکی لاواز بۆنیشتمان و دەوڵەت بەرهەم دێنێت.

پرسیار:

وێنەکێشان لەلای منداڵ بە پێی قۆناغە جیاجیاکانی تەمەنی دەگۆڕێت؟

مامۆستا جەزا دەڵێ:

وەکو پێشتر ئاماژەمان بۆکرد وێنەکێشان لەلای منداڵ بەپێ قۆناغە جیاجیاکانی تەمەنی دەگۆڕێت و هەر قۆناغەو خەسڵەتی تایبەتی خۆیی هەیەو دەبێت کەسانی سەرپەرشتیار بزانرێت چۆن مامەڵە لەگەڵ هونەری منداڵ بکات و دەبێت بەپێی تەمەنی ئامۆژگاریان بکرێت چونکە وێنەکێشان لەلای منداڵ زیاتر دەربڕینە وەک لەوەی جوانکاری بێت، واتە هونەری منداڵ بەوە هەڵنا سەنگرێت کەهونەرەکەی جوانە یان رزیوەو خراپە، بەڵکو هونەری منداڵ هەمیشە جوانەو هونەری خۆی هۆکارێکە بۆ پەروەردەکردنی منداڵ لەبەرئەوە هونەر لەلای منداڵ لەسەرەتایی تەمەنی یەوە تاوەکو (2) ساڵی تەنیا لاسایکردنەوەی گەورەکانە منداڵ لەپێشدا کەوێنە دەکێشێت لاسایی کەسانی دەوروپشتی دەکاتەوە وەکو خوشک و برا هاوڕێکانی واتە لەم تەمەنەدا تەنیا (هێزی ماسولکەکانی دەستی) بەکاردەهێنێت و هیچ بیرۆکەی خەیاڵی لەخۆی نەگرتووە، بەڵام لەدوایی تەمەنی (2) ساڵییەوە وردە وردە وێنەی ئەو شتانە دەکێشێت کەدەیزانی نەوەک ئەو شتانەی کە دەبینێت ئەم حاڵەتە تاوەکو تەمەنی (10) ساڵی بەردەوام دەبێت، واتە منداڵ گوێ بەوە نادات چی دەبێت بەڵکو ئەوەی کەدەیزانێت گرنگە بەلایەوە، منداڵ دەبێت لەپێی وێنەکێشانەوە پەروەردە بکرێت و نابێت زۆر دەستکاری وێنەکانی بکەیت بۆئەوەی خۆی بتوانێت تەعبیر لە کەسێتی خۆی بکات و لەدوارۆژدا کەسێکی بوێری لێ دەربچێت و بتوانێت تەعبیر لەبیروبۆچوونەکانی خۆیی بکات بەئازادی.

پرسیار:

ئایا منداڵ توانای جیاکردنەوەی رەنگەکانی هەیە؟ رەنگەکان چی دەگەیەنێت بۆمنداڵ؟

م. جەزا دەڵێت: لێکۆڵەرەکان دەڵێن کەمرۆڤ هەر لەسەرەتای تەمەنییەوە تاناستێک توانای جیاکردنەوەی رەنگەکانی هەیە ئەوەی ئەمڕۆ ناشکرایە ساواو لە (2) هەفتەی یەکەمی تەمەنیدا بەدوای خاڵێکی جوڵاوەدا چاودەگێڕێت، شتە رەنگاڵەکان زیاتر سەرنجی منداڵ رادەکێشێت وەک لەشتە بێرەنگەکان لەتەمەنی (3) مانگیدا پارچە کاغەزێکی رەنگاڵە زیاتر سەرنجی رادەکێشێت وەک پارچە کاغەزێکی خۆڵەمێشی، لەتەمەنی (6-14) مانگی گەر دوو تۆپی بخەیتە بەردەست یەکێکیان سوور ئەوی دی خۆڵەمێشی ئەوا زیاتر دەست لەسورەکە دەدات پاش رەنگی سور، رەنگەکانی زەردو شینو سەوز سەرنجی رایدەکێشێت وردە وردە بەپێ تەمەن حەزی منداڵەکە بۆ رەنگ لە زەردەوە بەرەو شین دەچێت واتە لەتەمەنی قوتابخانەدا حەزی لەرەنگی (شینە)و حەزی (سور) تا پاشتریش هەردەمێنێ منداڵ تارەنگەکان دەناسیتەوە واتە ناویان فێرنەبێت، ناتوانێت لەیەکیان جیابکاتەوە بۆنمونە لە (2) ساڵی زۆربەی جار ناوی رەنگەکان تێکەڵ دەکات بۆیە ناتوانێت لەیەکیان جیابکاتەوە، رەنگەکان پاش ناوی شتەکان فێردەبیت یەکەم ناوی رەنگێک کەبەناسانی فێری بێت ئەو رەنگەیە کە حەزی لێیەتی واتە رەنگی سور دەناسێتەوە پاش ئەوە فێری رەنگی شین دەبێتو واتە دەزانێت کە پێچەوانەی رەنگی سوورە،و هەموو رەنگە ناسورەکان بەشین دەزانێت ئەنجامی ئەم توێژینەوانە سودی باش لێ دەکەوێتەوە بۆمنداڵ لەلایەکەوە ناستی تێکەیشتن و چێژی پێ پەروەردە دەکرێت لەلایەکی دیکەوە ئەتوانرێت ئەو رەنگە دیارانەیان بۆدەستە بەبکرێت کەحەزیان لێیەتی و ناسودەیان دەکات.

رەنگەکان کاریگەریان بۆسەر دەرونی منداڵ هەیە وەکو باسمان کرد کەهەر تەمەنەو حەز بەرەنگێک دەکات چونکە پەیوەستە بەلایەنی دەرونی منداڵەکەوەو لەبەرئەوە لەدنیای پێش کەوتوودا رەچاوی حەزو ئارەزووی منداڵ دەکرێت بۆئەمەش بەپێ تەمەن شتەکانیان رەنگ دەکرێت هەموو یارییەکانی منداڵ بەپێی لایەنی دەروونی و تەمەن منداڵ رەنگ دەکرێت چونکە بەهۆی شیکاری دەرونییەوە زاناکان دەزانن منداڵ لە قۆناغە جیاوازەکاندا حەزیان لەکام رەنگەیە منداڵێکی (4) ساڵ هەمیشە حەزی بەردنگی شاڵو واڵاکانە بەپێچەوانەی کەسێکی گەورە.

ئەم جیهانەی ئێمە بەرەنگەکانیەوە جوانە لەبەرئەوە مرۆڤ حەزی بەجوانی رەنگەکانەو هەمیشە لەژیانیدا گرنگی پێدەدات، دنیای ئێمە بەرەنگاکانەوە جوانە تەنانەت هەندێك لەگیانلەبەرەکانیش حەزو ئارەزوی رەنگیان هەیە ئەو مندالەی بتوانێت چێژ لە رەنگەکان بنێت و ناویان فێربێت و لەیەکتریان جودا بکاتەوە ئەوا مندالێکی بەتواناو زیرەکە.

پرسیار:

ئایا لەوێنەکێشاندا کەسێتی منداڵ دیاری دەکرێت؟ ئایا لەرێگەی وێنەکێشان و شیکاری دەرونی کێشەی منداڵ چارەسەر دەکرێت؟

وەڵام م. جەزا:

دابەشکردنی قۆناغەکانی بۆنەوەی بزانین منداڵ لەهەر قۆناغەو حەز بەچی دەکات: لەبەرئەوە کەسی سەرپەرشتیار دەبێت شارەزایی لە (هونەر+ پەروەردە+ دەروناسی) هەبێت بۆ ئەوەی بتوانێت لەرێگەی وێنەکێشانەوە کەسێتی مندالەکە دیاری بکات ئەو کەسە دەبێت وێنەی مندالەکە بەپێی تەمەنیان رێك بخات و کۆیان بکاتەوە پاشان لەپشتی وێنەکاندا ناوو تەمەنی مندالەکە بنوسێت و تێبینی لەسەر بنوسێت بزانێت مندالەکە بەزۆریی چۆن وێنەیەك دەکێشێت؟ ئایا بەزۆری وێنەی چی دەکێشێت؟

ئایا رەنگی چۆن بەکاردەهێنێت؟ ئایا هەموو پەرەکە پڕ دەکەنەوە یان تەنیا نیوەی پردەکەنەوە یان لەسوچێکیدا وێنە دەکات؟

ئەمانە هەموو تویژینەوەی تایبەتی گەرەکەو پێویستی بەماوەی دیاری کراو هەیە بۆنەوەی لەکەسێتی مندالەکە تێ بگەین.. هەروەها جۆرێك لەجیاوازی وێنەی کوڕو کچ هەیە، هەروەها لەنێو ژینگەیەکەوە بۆ ژینگەیەکی دی بەڵام دەبێت ئەو کەسە لێکۆڵینەوەی زانستی و مەیدانی بکات و خۆی بەهۆی تێبینیەکانیەوە دەرەنجامی نوێ بەدەست بهێنێت و هەروەکو ئاماژەمان پێدا دەکرێت لەرێگەی وێنەکێشانەوە شیکاری دەرونی کێشەی منداڵ چارەسەربکرێت گەر منداڵ پەرەکاغەزەکەی هەموو پرکردەوە بە رەنگاورەنگی وێنەکانی کێشا ئەوا مندالەکە مندالێکی زیرەکەو بەتواناو باوەڕی بە خودی خۆیی هەیەو لەمانەوە بەختەوەرە بەڵام گەر مندالەکە تەنیا لەسووچێکی کاغەزەکەدا وێنەی کێشاو بۆی تەواونەکرا ئەوا رەنگە ئەو مندالە گۆشەگیربێت.

دەبێت چاودێری هەڵس کەوتی بکەین و بزانین لەمانەوە لەنێو کۆمەڵدا چۆنە ئایا تێکەڵاو دەبێت یان گۆشەگیرە یان ئایا لەمانەوە کەسێکی بەختەوەرە ئەمانە لەرێگەی تویژینەوە دەبێت، تەنانەت دایك و باوکی مندالەکە بناسیت بۆنمونە منداڵ گەر دایکی خۆش بوێت هەمیشە وێنەی دایکی بەشێوازێکی جوان دەکات گەر حەزی لە جلێك بێت هەمیشە وێنەی خۆیی بەو جلەوە دەکات.

دیارە گەلێك رێگای دی هەیە بۆئەوەی دەست نیشانی کێشەکانی مندالی پێ بکەین و دواجاریش چارەسەریان بەشێوازی پەروەردەیی بۆبدۆزینەوە.

ئەمانەی کەلەسەرەوە باسمان کرد هەمووی تایبەت بووە بە بواری وێنەکێشانەوە لێرەدا دێنە سەرباس (هونەری هەڵکۆڵین) واتە (نحت) و بەکارهێنانی قوڕو سودی بۆمنداڵ لێرەدا کۆمەڵێ پرسیار ئاراستەی مامۆستای بەرێزی کۆلێژی هونەر لەزانکۆی سلێمانی مامۆستا (حکمت هندی) دەکەین کەپسپۆرە لەبواری کۆلین (نحت):

ئایا:

سودی بەکارهێنانی قوڕ چییە بۆمنداڵ؟

و: کاتێك قوڕ دەست منداڵ دەکەوێت شێوەو هێمای نمونەی پێ دروست دەکات، هەرشێوەیەك هەستو مانایەك دیاری کراو تایبەتمەندی خۆیی هەیە لەلای منداڵ چونکە لەناخو دەرونیەوە بەراستی هەڵ دەقوڵێت و ئەو شێوەیەی بە قوڕ بەئەنجامی دەگەیەنێت گەلێك مانای جۆراو جۆرو دەرونی دەبەخشێت کەپڕە لەسەرنج و تێبینی کەبە هۆیەوە کەسایەتی ئەو مندالە دەردەخات.

پ: ئایا کێشەکانی منداڵ بە بەکارهێنانی قوڕ دەردەکەوێت؟

و: منداڵ هەر لەتەمەنی (3) ساڵیەوە گەلێك تاقیکردنەوە بە خۆیەوە دەبینێت و جیهانێکی دەرونی خۆی پەیڕەودەکات کەپڕە لەناسکی و راستی و پاکی واتە ناتوانێت بڵێن رێبازی تایبەت هەیە لەلای منداڵ بەبێ بیرکردنەوەو مەبەست کێشەیەك چارەسەردەکات کاتێك لەسەر کورسیەك دادەنیشێت و هەست دەکات (ئۆتۆمبیل) لێدەخوڕێت یان سواری دارێکی درێژ دەبێت واهەست دەکات (ئەسپ) هەندێك جار لاسایی ئازەڵ یان ئۆتۆمبیل دەکاتەوەو هەندێك جار

(هۆرن) ی ئۆتۆمبێل بەکاردەهێنێت ئەمانە تەنها بەبینینی رۆژانە لای تۆماربووە، ئەم کردارانە ئارامی و هێمنی دەدات بە گیان و ناخ و هەستی منداڵ یاری کردن بەقوڕ دروست کردنی هەندێك شێوە هیچی کەمتر نیە لەوکارانەی سەرەوە واتە بۆچونەکەمان ئارام و هەست دەربڕینە.

پ: ئایا منداڵ تاچەند سود لەبەکارهێنانی قوڕ وەردەگرێت لەرووی دەرونیەوە؟

و: منداڵ لەقوڕ پەیکەر دروست دەکات زۆر خەسڵەت و بنەمای جۆربەجۆری تێدایە یان زۆر شێوەی دروست کراو بەئەنجام دەگەیەنێت دەتوانین بڵێین ئەو شێوانە هەندێکی ئەو دیاردانەیە کەخۆشی ناوێن یان خاوەنی نیەو هەندێکی دیکەی خۆش دەوێت بۆیە دروستی دەکات و رەنگە هەندێك جار لەبەرخۆیەوە وتوو وێژیان لەگەڵ بکات و وەڵامی ئەوانیش لای خۆی تۆماربکات واتە ئەم بنەمایانە جۆر بەجۆرن (هێما- چاو- شێوە- پانتایی) ڕێبازی خۆی پاراستووە لەهەمان کاتدا بەدوایی فراوانیدا دەگەڕێت نەك شێتەڵ کردنە وە وردەکاری هێمای خۆی دروست دەکات لەبەینی خۆی و کەسایەتی خۆی و دەورو پشتی و ئارامی و هەستی خۆی بە گەورەی دەردەبڕێ زۆربە دڵ فراوانی و خۆشیەوە.

پ:

ئایا دەتوانرێت چارەسەری کێشەی منداڵ بکرێت لەڕێگای هونەری هەڵکۆڵینەوە لەسەر قوڕ؟

و: منداڵ کەسەیری سروشت و دەوروپشتی خۆی دەکات، ئەم سەیرکردنە نەگۆڕ نیە بەڵکو تێکەڵاو بوونە بەسروشت چەند توانای هەبێت وەردەگرێت لێی، منداڵ بوونەوەڕێکی زۆر بەهەستەو زۆر بەجەرگەو ئاوایە، ئەو هەست و خۆزگانەی بەقوڕو پەیکەر تاشین یەکسەر بەئەنجام دەگەیەنێت بە چەند ڕێنمایی یەکی نەمرانەو لەناونەچوو دەژمێرێت لەبیرکردنەوەدا زۆر بەرفراوانی بیردەکاتەوە واتە توێژینەوە لەسەر ئەو کارانەی کەبەئەنجامی دەدات دەتوانرێت هێماکانی بخوێنەوە بووکە شوشەیەك دروست دەکات قسەی لەگەڵ دەکات واتە ئەم منداڵە پێویستی بەوە هەیە گوێ لێ بگیرێت داخوازیەکانی جێبەجێ بکرێت کێشەکەی چارەسەر بکرێت.

پ/ قوڕەکان چەند جۆریان هەیە؟ کامیان منداڵ زیاتر سودی لێ وەردەگرێت؟

لەزانکۆو پەیمانگای هونەریەکان دوو جۆر قوڕ هەیە هەندێکیان بۆ پەیکەر بەکاردێت کەپاکەو زیخ و چەو پیسی تیادانیە خۆیان خوێندکاری بەئەنجامی دەگەیەنن کەدەتوانرێت منداڵ بەهەمان شێوە سوودو کەڵکی لێوەربگرێت وەك هەویر وایە، بەڵام جۆری دووەم کەقوڕی سیرامیکە ڕەنگی سپیە کەلەدەوروبەری (بعشیقە) وسامرا دەیهێنن،ئەم جۆرە قوڕە یان بڵێین (گڵە) بەرگەی گەرمای زۆر دەگرێت و مادەی شوشە بەچاکی دەگرێتە خۆی بۆکاری سیرامیك بەکاردێن و جۆرێکی دی هەیە کەپێی دەوترێت (قوڕی سەناعی) سەوزو سورە واتە ڕەنگاو ڕەنگە بەپاکەوت دەفرۆشێت بۆناو خوێندنگاو مالّ ئەم جۆرە قوڕە زۆر باشە منداڵ بەباشی سودی لێوەردەگرێت ئەگەر بەمقدارێکی زۆر بەردەست بکەوێت بەئاسانی منداڵ دەتوانێت کاری پێبکات هەرچەندە لەرووی مادیەوە زۆر گرانە بەو ڕێژە زۆرە گەر دەست منداڵ بکەوێت لەهەمان کاتدا چاوی منداڵ دەکاتەوە و بەکارهێنانی قوڕی ڕەنگاو ڕەنگ زیاتر سەرنجی منداڵ ڕادەکێشێت بۆ دەربڕین لەهەست و سۆزەکانی کەهەیە لەناخیدا.

پ: تاچەند مامۆستای کورد توانیویەتی سود بەمنداڵ بگەیەنێت لەوانەی پەروەردەی هونەردا بەتایبەتی لەرووی بەکارهێنانی قوڕی سەناعە؟

و: مامۆستایانی هونەرمەند ئەو مۆمە داگیرساوەن کەخۆیان دەسوتێنن بۆئەوەی خوێندکار کەڵك لەروناکی و گەرمیەکەی وەربگرێت هەموو مامۆستایەکی هونەر پسپۆڕە توانای توێژینەوەو پلانی خۆی هەیە بۆ فێرکردنی منداڵ بەپێ قۆناغەکانی تەمەنی منداڵ لەقۆناغی باخچەی ساوایان تادەگاتە زانکۆ هەر قۆناغێك فۆرمو بەرنامەی خۆی هەیە، (قوڕی صەناعە) لەبازاڕ بەپارەیەکی زۆر دەفرۆشرێت ئایا ئەوبڕە پارەیەی کەبۆ خوێندنگا دانراوە دەتوانێت بۆهەر خوێندنکارێك قوڕی سەناعە دابین بکات؟ بەڵام گەر سەرنج بدەینە پێشانگای سالانەی خوێندنگاکان و باخچەکان کاری زۆر جوان و نایاب بەدی دەکرێت لێرەدا کارامەیی مامۆستاو فێربوونی خوێندکارەکە دەردەخات ئەوەشمان لەبیرنەچێت منداڵی ئێمە لەرووی هونەرەوە زۆر کارامەن و زۆر بەتوانان و مامۆستای کورد بەگەورەیی و ئەم کارانەی بەئەنجام دەدات و توانیویانە سود بەمنداڵی کورد بگەیەنن بەباشترین شێوازی پەروەردەیی.

بۆچی
مەریخ بۆتە ئامانج؟

نوسینی/دکتۆر محەمەد فەتحی
پەرچەی: لوقمان غەفور

هەردەم ئاسمان بۆ مرۆڤ مەتەڵێك بووە و مرۆڤ هەوڵی ناشکرا کردنی داوە، بۆ ماوەی دەیەیەکی دوورودرێژ تاکە هۆکار بۆ ناشنابوون بە ئاسمان ئەو تەنە ئاسمانییانە بوون کە بەچاو دەمانبینی، ئەویش لە رێگەی ئەو تیشکانەوە کە لێیانەوە دەردەچێت.. بێگومان مرۆڤ تەنها لە رێگەی چاوەوە لەم تەنانەی روانیوە، بۆچوونەکانی زیاتر لە ئەفسانەو سەرگورشتەکانەوە نزیکبوون، لەو تەنانە تەنێکی نامۆ کە لەوانی دیکەی لە ئاسماندان بەهۆی رەنگە سورەکەیەوە، جیابوو، بە دیکرد و هەرخێرا بە بۆچوونە ئەفسانەکانییەوە بە ستییەوە، بەم شێوەیە مەریخ بە رەنگە خوێناوییەکەیەوە بۆ ئامرازی جەنگ(ئاریس) لەلای گریکییەکان و(مارس) لەلای رۆمان، گۆڕا.

بەلأم مرۆڤ هێندەی نەبرد دوربینی نزیککەرەوە(تەلەسکۆپ)ی دۆزییەوە کە شارەزاییەکانی بەهۆی ئەم ئامرازەوە بەرەوپێشەوەچوو. بۆچوونە ئەفسان ئامێزکانی تووشی رمان بوون و رێگەیەکی نوێی بۆ دەستکەوتنی زانیارییەکان گرتەبەر، خەڵك سەروشتی ئەفسانەو سەرگورشتەکانی باوباپیرانیان درك پێکرد و بۆیان دەرکەوت ئەو تەنانە تەنها تەنی ئاسمانین و زورېەیان لەو زەوییە دەچن کەلەسەری دەژین، لێرەوە بیرۆکەی بوونی ژیان لەسەر رووی مەریخ، سەریهەڵدا لەبەرئەوەی ئەم هەسارەیە بەکەشێکی شەفاف(روون) دەورە دراوە، زاناکان هەر لە سەردەمی گالیلۆ گالیلی(1610) توانیوانە رەوگەی زورېەی وردەکارییەکانی سەر پرووەکەی بگرن. لە قۆناغێکی پێشکەوتووی پشکنینەکانیاندا بە سەدەها کە نالییان بەدیکرد کە لەو باوەڕەدابوون بەشێکن لە تۆڕێکی گەورەی ئاو، حەقیقەتی مەربخیش کە لە جەمسەرەکانیدا دوو کلاوی سپی دایانپۆشیوە کەبڕوا وابوو سەهۆڵ بوون، بووە پاڵیشی ئەم بۆچوونە، رایەکان وابوون کەپلەی گەرمی بەرزدەبێتەوە سەهۆلەکە دەتوێتەوە و رەنگە سپییەکە پەنگدەخواتەوە و ئاو بەکەناڵەکاندا دەڕواتژیانەیان لە 30ی نۆکتۆبەری1938 ئەکتەری بە ناوبانگ ئورسون ویلز لە کارێکی هونەریدا بە

ناوی(شەپۆی هەسارەکان) باس لە هێرشی دانیشتوانی مەریخ بۆسەر زەوی دەکات. لەبەرئەوەی ئەو کارە ئێزگەییە شێوەیەکی درامی کاریگەرو ورد بەرهەم هاتبوو زۆر لە بیستەران وایان دەزانی حەقیقەتە و بەهەزارەها بەریتانی مالەکانیان بەجێهێشتبوو بە شوێن حەشارگەیەکدا دەگەڕان، ئەمەش کاردانەوەی ئەو دراما یە بوو کە کاریگەرییەکی لەئەقڵییاندا دروستکردبوو وایان دەزانی زیندەوەری زیرەکتر لە مرۆڤ لە مەریخ دەژین. تەنانەت لەدوای ئەوەش کە زۆر رەوگە تەلەسکۆبە بەهێزەکانیان بەرەومەریخ ناڕاستەکرد و هیچ بەڵگەیەکی بوونی تۆڕی کەنالەکانی ئاو لەسەر رووەکەی بەدینەکرد، بەڵام خەیاڵەکانیان کەکتێب و فلیمەکان و پاشان بەرنامە تەلەفزیۆنییەکان زیاتر بڕەویان پێدەدا، سەبارەت بە چاوپێکەوتنەکانی مرۆڤ لەگەڵ ئەوزیندەوەرانە کە لە هەسارە سورەکەوە بە شێوە و قەبارەی جیاواز بەرەو زەوی هاتوون، هەر مایەوە.

سەردەمی فەزا

لە شەستەکانداو لە سەرەتای سەردەمی فەزادا خەونەکانی مرۆڤ کە بڕواتە ئاو قۆڵایەکانی گەردوونەوە سەریهەڵدا کەشتییە ئۆتۆماتیکییەکان یەک لەدوای یەکدا بەرەو هەسارە نزیکەکان لە زەویییەوە وەک زوهرە و مەریخ، ڕۆیشتن وێنە سەرەتاییەکانی کەشتییە ئۆتۆماتیکییەکان ناردیانەوە بۆتەواوەتی ئەوخەون و خەیاڵانەی سەبارەت بە بوونی شارو ئاوەدانی و زیندەوەری باڵا لە مەریخ، هەبوون، هەمووی ڕاستی، چونکە وێنەکان هەسارەیەکی وشک و چۆڵییان خستەڕوو، بەڵام ئاکارەکانی ڕێڕەوی ڕووبارو شوێنەواری دەڵتاکانی دروستیانکردبوو وەک بەڵگەیەک مانەوە کە دەشێت ڕۆژێک لە ڕۆژان ئاو بەو هەسارەیەدا ڕۆشتبێت، ئەمەش بیرۆکەی ئەگەری بوونی شێوەیەکی ژیانی لەسەر ڕووی مەریخ، ژیاندەوە.

لە ساڵی1975دا دەستکەوتێکی فەزایی دەگمەن بەدیهات ئەویش هەڵدانی هەردوو کەشتی فەزایی ئەمەریکە بوو 1،2- فایکینگ(1976) بنیشنەوە و پەنجا هەزار وینەی ڕووی هەسارەکەیان بۆ زەوی ناردەوە، هەریەکەیان کارگەیەکی کیمیایی بۆ شیکردنەوەی خۆڵەکەی هەڵگرتبوو. زاناکان لە کۆتایی شیکردنەوەکانیاندا بۆیاندەرکەوت هەندێک مادەی ئەندامی لەسەر ڕووکەی هەن. دڵنیابوونیش لە نەبوونی ژیانێکی سەرەتایی لەسەر مەریخ لە توانای دەستەکورتەکانی فایکنیگدا نەبوو. لێرەوە بیرۆکەی ناردنی قۆڵی ئۆتۆماتیکی بۆ هەڵکەندنی تۆپکڵی هەسارەکە، لە دایکبوو لەگەڵشیدا؛ عەرەبانەیەک(ڕوبۆت) یکێان بۆسەر ڕووەکەی نارد لەوانەش جۆرێک لەژیانی سەرەتایی یان شوێنەواری ئەو ژیانەیان وەربگرن کە لە هەندێک ناوچەو چینەکانی ڕووەکەیدا هەیە بە تایبەتی لەدوای ناردنی وێستگەگانی چاودێری بۆ وەرگرتنی یان مەسحکردنی ڕووی هەسارەکەو دیاریکردنی ئەو ناوچانەی ئەگەری بوونی ئاوو شوێنەواری ئەوژیانەیان لێدەکرا.

هەر لەوکاتەوە مرۆڤایەتی هەوڵی بەدیهێنانی ئەم ئامانجە دەدات، کە بەوە وەسف دەکرێت گەورەترین لێدوانی هێنایە ئاراوە سەبارەت بەبوونی ژیانێکی دیکە لە دەرەوەی هەسارەی زەوی و بەتایبەتیش لەسەر هەسارەی مەریخ.

ژیان لەسەر مەریخ

لەساڵی1996دا ناسا کۆنگرەیەکی ڕۆژنامەنوسی جیهانی بەست تێیدا ئاشکرای کرد کە ڕوداوێکی زانستی هەژێنەر و دەگمەن هەیە، ئەویش دۆزینەوەی بوونی ژیانە لەسەر مەریخ، کە خۆی لەوێنەی بەکتریایەکی تاك خانەدا دەنوێنێت کە لە هەزار ساڵ لەمەوبەرەوە لەوێ ژیاوە. ئەوپشکنین و تاقیکردنەوانەی تۆڕەوەکان لەسەر نەیزەکێکی کەوتوو بۆ سەر زەوی لە ناوچەی جەمسەری باشور بە ئەنجامیان گەیاند، ئاشکرای دەکات، پێکهاتەی ئەندامی و نیشتوویی کانزایی و شوێنەواری کەم کە لەوانەیە لە بەکتریای بچێت، هەیە. ئەم دۆزینەوانە پرسیاری زۆری هێنایە ئاراوە نەك تەنها لەسەر بوونی ژیان لەسەر زەوی بەڵکو لەسەر بوونی چۆنێتی دەستپێکردنی ژیان لەسەر زەوی و ئایا ژیان لەسەر مەریخ دەستی پێکردووە و دوایی بۆ زەوی هاتووە، هەروەك هەندێك لە تۆڕەوەکان بڕوایان وایە. (هەر لەوکاتەوە ئەم بۆچوونانە سەبارەت بەژیان لەسەر مەریخ، بانگەشەی بۆکرا، گومان لەلای تۆڕەوەکان(بەتایبەتی لە دەرەوەی وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکا)، دروست بوو، بەڵام ئەمە مردنی بیرۆکەی بوونی ژیان لەسەر مەریخ ناگەیەنێت، بەوهێندەی سەرنەکەرتنی هەوڵە ئەمەریکییەکان بۆ چەسپاندنی ئەوبیرۆکەیە، دەگەیەنێت. لێرەوە مرۆڤایەتی هەوڵیدا بڕواتە ئەو ناوچەیە(ژێر تۆپکڵی مەریخ) کەپێی وایە ژیانی تێدابووە

تیشکە ژێر بنەوشەییەکان یارمەتیدەر بوون لە پاکژکردنەوەی رووی مەریخ بەتەواوەتی، لەکاتێکدا ئەوانەی ژێررووەوی لەم کرداری پاکژکردنەوەیە رزگاریان بوو.

بەپێی ئەو ژانیارییانەی لەم بوارەدا ئەنجام دراچوار ئامانجی زانستی فۆرمەلەبوون:- دیاریکردنی بوونی ژیان لەسەر رووی مەریخ ئەگەر رۆژێك لە رۆژان ئەم ژیانە بوونی هەبووبێت، دیاریکردنی سروشتی ئاووهەواکەی و سروشتی جیولۆژی هەسارەی مەریخ لەگەڵ خۆئامادەکردن بۆ گەشتی ئەزایی بەسەرنیشنەوە بۆ ئاشکراکردنی هەسارە سورەکە. هەر لەم چوارچێوەیەدا تاقیکردنەوەکان بۆ ئەگەری سود وەرگرتن لەکەشی مەریخ، کە لە95٪ لەدوانۆکسیدی کاربۆن پێکدێت بۆ دروستکردنی سوتەمەنی موشەکەکان، بەردەوامە. لەبەرئەوەی ماوەی نێوان زەوی و مەریخ زۆرە زاناکان بیرلەوەدەکەنەوە سود لە ئاووهەوای مەریخ لەدروستکردنی سوتەمەنی پێویست بۆ گەڕانەوەی کەشتییەکان بۆ زەوی، وەربگرنلەبەر ئەم هۆیە جۆرەها تاقیکردنەوەی تەکنۆلۆژیای زەوی خۆر ئەنجامدەدرێت بەشێوەیەك بتوانێت پلەی گەرمی پێویست بەپێی پێوانە مرۆییەکان لەسەر رووی ئەم هەسارە بەستووە، دروستبکات هەروەها زانیارییەکان سەبارەت بەکارێگەری تۆزی مەریخی لەسەر ئامێرە ئەزاییەکان، کودەکرێنەوە، ئەم کارەش بۆ چالاکییەکانی دۆزینەوە و ئاشکراکردنی مەریخ زۆر گرنگە چونکە هەسارەی مەریخ دروچاری گەردەلوول خۆلی گەورە دەبێتەوە.

هەوڵی دۆزینەوە و ئاشکراکردنی نوێ

ئاژانسی ئەزایی ئەمەریکی(ناسا) و دامەزراوەی ئەزایی روسی بایەخییان داوەبەو ئامانجانەی پێشتر باسمان کردن، کەشتییەك بۆ چاودێری مەریخ نێررا کە بە تەنیشتیداتێپەڕبوو، کەشتییەکی دیکە هەمان کاری کردەوە لەدوای ئەوەی خۆگەیەکی بەدەوری خۆیدا گرت، کەشتییەکی دیکە هەوڵی نیشتنەوەیدا لەسەری لەدوای ئەوەی زۆرلێی نزیك بۆوە و هەوڵی روشاندنی رووەکەیی و چالکردنی تۆپکلەکەی دەدا. ئەمانە بەگشتی بەهەموو وەرزەکانی سال نزیکبوونەوەی زەوی لە مەریخەوە رووپاندەدا لە چوارچێوەی سوڕانەکەیاندا لە کۆمەڵەی خۆردا(تاکو گەیاندنی ئامێرەئۆتۆماتیکییەکان بۆ سەر رووەکەی ئاسان بێت). بەڵام رێژەی سەرکەوتنی گەشتەکان بۆسەر مەریخ باش نەبوون(سی گەشت لە سالی(1960)ەوە تەنها دوانزەیان سەرکەوتنیان بەدەستهێنا)،بەشێوەیەك هەوڵەکان بۆ ئاشکراکردنی مەریخ دووچاری شکستی دەبوون، ئەوگومانە بڵاوبۆوە کارەساتێك وا بەدوای چالاکییەکانی مرۆڤەوە بۆ ئاشکراکردنی مەریخ.

گەشتی فەزایی کەشتی(مارس ئکسپرس)ی پرۆژەی ئاژانسی فەزایی ئەوروپی بۆ ئاشکراکردنی هەسارەکانی کۆمەڵەی خۆر، ئەم ئامانجەی هێنایەدی. کەشتییەکە ئامێری(بیگل-2)ی هەڵگرتبوو، لەوێ بەشوێن نیشانەکانی بوونی ژیان لەرابووردوو لە ئێستادا، گەران هەروەها بەرنامەکەی ئوورا کەوابێیارە بیست سالێ بخایەنێت، دوو گەشتی دیکەشی بۆ مەریخ لە خۆگرتووە کە بریتین لە(ئەکسومارس) و (مارس سامبل ریتبرن)، گەشتی یەکەمیان لێکۆڵینەوە لەسەر ئاووهەوای مەریخ دەکات، لە کاتێکدا دووەمیان هێنانەوەی کۆمەڵێك نمونەی لە مەریخەوە بۆ زەوی کردۆتە ئامانجی خۆی.

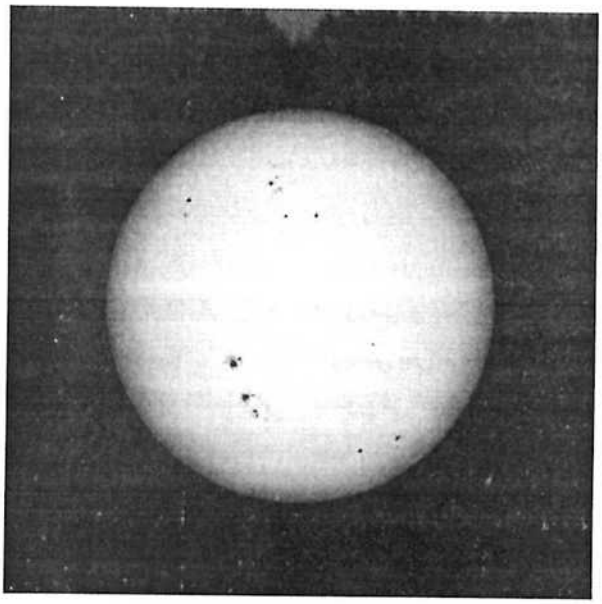
وەڵامدانەوەی پرسیارەکان لەسەر ئەگەری بوونی ژیان لەسەر مەریخ پێویستی بە هێنانەوەی نموونەکانی خۆڵەکەیەتی بۆسەر زەوی ئەو گەشتانەش نێستا کە بۆ مەریخ تاکو کەشتییەکان رووی تێبکەن و نمونەکانی خۆڵەکەی بۆسەر زەوی بهێننەوە.

گەشتەکانی ئەمجارە بۆ مەریخ جۆرێك لە تەبایی و رێکەوتنی پێوەدیارە لە نێوان ئەوروپاو ژاپۆن و وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکا، ئەمەش لە پێناوی بەدیهێنانی ئەو ئامانجە زانستییانەی چالاکییە مرۆییەکان بۆ ئاشکرا کردنی مەریخ گرتوویانەتە ئەستۆ، ئەم رێککەوتنەش لەگەڵ سروشتی هەسارەیی ئەم ئامانجانەدا دەگونجێت.

بۆچی مەریخ؟

ئاشکراکردنی مەریخ بایەخێکی جیاکراوەی هەیە، چونکە ئەو دیاردانەی کە بەهۆی لێکۆڵینەوەکانەوە جەختیان لێدەکرێت، ئەوە ئاشکزادەکەن کە مەریخ رووبەڕووی گۆڕانی ئاووهەوایی درامی بۆتەوە، لەوانەیە مرۆڤ ئەگەر هۆکاری ئەو گۆڕانانە بزانێت، بتوانێت تیشك بخاتە سەر ئەو مەترسییە هاوشێوانەی کەلەوانەیە هەسارەی زەویش روو بە رووی بێتەوەبەڵام کاتێك ئێمە باسی مەریخ دەکەین نابێت ئەو راستییە لە یاد بکەین، ئامانجی گەورەی مرۆڤ لەو گەشتە

زۆرانەیدا بۆ ئاشکراکردنی ئاوو ژیان لەسەر رووی مەریخ، ئەوەیە مرۆڤ لەسەر ئەم گەردوونە گەورەیە کە لەبیابان دەچێت و زەویش تەنها هێندەی دەنکۆڵە لمێکە لەسەری، بەوە رازی نابێت تەنها لەسەر هەسارەی زەوی بمێنێتەوە. هەر لەگەڵ سەر هەڵدانی سەردەمی فەزا، خەونی گەشتکردن لەلای مرۆڤ چرۆی کردووە هەر لەگەڵ لەشەستەکاندا پێی خستە سەر مانگ، ئەم پرسیارە لای دروستبوو: دوای ئەمەچی دیکە هەیە؟ هەرچەندە هەسارەی زوهرە لە زەوییەوە نزیکترە بەڵام پێکهاتەکەیی و بارودۆخی ئاووهەواکەی گونجاونەبووە، بۆیە زیاتر سەرنجەکان بەرەو هەسارەی مەریخ ئاڕاستەیان گرتووە، چونکە بارودۆخی مەریخ رێگەبە گەشتکردن و دابەزین لەسەررووەکەی بەهۆی کەشتی ئامادەکراوە، دەدات، تەنانەت لەوانەیە مرۆڤ بتوانێت هەندێك چالاکیشی لەسەر ئەنجامبدات، سەرەڕای ئەوەی ئەمانە یارمەتیدەردەبن لە وەڵامدانەوەی پرسیارە سەرەکییەکە ژیان چۆن دەستپێکرد؟ چۆن کۆمەڵەی خۆر دروستبوو؟ هەسارەکان چۆن پەرەیان سەند؟ چۆن و چۆن.... هتد



بۆ هەریەك لەم پرسیارانە سیناریۆی جیاواز بۆ گەشتی مرۆڤ بۆ مەریخ سەریهەڵداکێشەی سەرەکی کە لەم بارەیەوە دەخرێتەروو ماوەی گەشتەکانە چونکە دەبێت گەشتەکان بۆ مەریخ نزیکەی دووسالێ یان زیاتر بخایەنێت، هەرچەندە ژمارەی پێوانەیی مانەوە لە فەزادا بە ناوی(فالیری بولیاکوف)ی رووسی تۆمارەکراوە کە438رۆژ لە فەزادا مایەوە، بەڵام کەشتیوانێکی روسی دیکە(یوری رومانینکو) نزیکەی دووسالێ مایەوە و لە نێوان گەشتەکەیدا مۆڵەتێکی کورتی وەرگرت و لە سەرزەوی مایەوە. هەر چەندە لەدوای گەڕانەوەی ئەو دووکەشتیوانە وادەردەکەوێت مانەوە بۆ ماوەی پێویست لە سەر مەریخ هیچ کێشەی تێدانییە، بەتایبەتی لەدوای ئەوەی توێژەرەوەکان بەسەر ئەوگیروگرفتانەدا زاڵبوون کە دەبنە کۆسپ بۆ مانەوە لە فەزادا، بەڵام ئەمەریکییەکان لەو باوەڕەدان پێویستە مەسەلەکان وردتر شیبکرێنەوە پێش دەستپێکردن بە خەونی گەشتکردن و مانەوە لەسەر مەریخ بە هۆی ئەو کەشتییە فەزاییە خولگەییە نێودەوڵەتییەوە کە ئێستاکە خەریکی دروستکردنین، هەروەها هەوڵبدرێت بۆ دەستپێکردنی گەشتی کورتخایەن لەشەش مانگ تێپەڕنەکات.

لەزۆرکۆنەوە مەریخ بۆتە خولیای مرۆڤ و هەمیشە ئەو ئارەزووەی لادروستبووە بۆ ئەوەی وەك هەنگاوێکی لۆجێکی هەوڵبدات شارەزایی پەیدا بکات و فەزا ئاشکرا بکات ئێستاش هەر بە پەرۆشییەوە بەرەو ئەو ئامانجە دەڕوات. تەنانەت لە کۆبوونەوەی کۆمەڵەی جیوفیزیکی ئەمەریکیشدا لە دیسەمبەری ساڵی1998، تۆیژینەوەکانی تەنها ئەوانەی نەگرتەوە کە تایبەتن بە زەوی! چونکە ئاماژەیدا بە ئەنجامەکانی ڕەوگەی جیوفیزیکی کە کەشتی گلوبال سرفیور بە ئەنجامی گەیاند و لە خولگەی هەردوو جەمسەری دەوری مەریخ بۆماوەی چەند مانگێك بەدەوریداخولایەوە!! هەرچەندە ئەولێکۆڵینەوانەی ئەو پێوانانەی بەکارهێناوە کە بە لێزەرکاردەکەن، ئاشکرایانکردووە کە ئاوی جەمسەری باکوری هەسارە سورەکە زۆر لەوە کەمترە کەپێشتر مەزەندە دەکرا و ئاوەکە بەرەو جەمسەر دەڕوات(نەك بەرەوهێڵی یەکسانی وەك دەزانرا)، مرۆڤ وەك پەیمانیداوە بێهیوانەبێت وەك دەڵێن لەسەر ئاگرچاوەڕێ دەکات لە کەم زانیاری دەربارەی مەریخ دەربازی ببێت. ئەنجامی گەشتەکانی ئایندە بەڵکو قەرەبۆی ئەوانەی بۆ بکات کە پێشتر لەسەر رووی ئەم هەسارە پەنهانە بەدینەکردووە.

پێویستی باوك
لە ژیانی منداڵدا

نوسینی: دکتۆر محەمەد عەباس محێدین

باوك بە تەنها بوونێکی ئۆرگانیکی ئابوری یا کۆمەڵایەتی نییە بەڵکو هەموویانە پێکەوە لە هەموشی گرنگتر رۆڵە دەروونی و رۆحییەکەیە لە پێگەیاندنی منداڵەکانیدا..

گفتوگۆکردن لەسەر کاریگەرە دەروونی و کۆمەڵایەتییەکانی نەبوونی باوك لە نێو خێزانەکەیدا گرنگە، لێرەدا پێویستە ئەو رۆڵە گرنگەی لە ماڵدا ئەنجامی دەدات بیخەینە ڕوو.

لە کۆمەڵگە جۆراوجۆرەکاندا هەرچەندە ڕادەی پێشکەوتنیان بەرز بێت بەڵام هەمیشە باوك شوێنێکی تایبەتی و سەرەکی لە یەکبوون و بەردەوامی خێزانەکەیدا هەیە، بە ڕێکەوت نییە لە کۆمەڵگەکەماندا بە باوك بووترێت (بەخێوکەر) و هەروەها بشوبهێنرێت بە (ستونی چادر) چونکە بەبێ ئەم ستونە ناتوانرێت شێوازی ژیان ڕێك و پێك بڕوات بەڕێوەو هەمیشە بە ڕێك و پێکی بمێنێتەوە.

(جیرار ماندل) بۆ زۆر دوورتر لەمە دەڕوات (دیاردەی دەسەڵات)ی هەموو کۆمەڵگاکان لە سەرەتای دروست بوونیانەوە زانیویانەو ناویان ناوە (پاشکۆی بایۆلۆژی و دەروونی و سۆزی) بۆ منداڵەکان بەرامبەر بە گەورەکان بە تایبەتی بەرامبەر بە باوك، بەپێی بۆچوونەکانمان گەر لە سەرێکی گونجاودا بێت ئەوا بە پێویستییەکی گرنگ بۆ منداڵەکان جیاوازی دروست دەکات.

لەوانەیە کرداری سەرەکی باوك ئامادەکردنی پێویستییە ماددییەکانی خێزانەکەی بێت و ڕێ فراوانکردن بۆ منداڵەکان بۆ ئەوەی خۆشیان بوێت و لە ناخیدا بتوێنەوە، ئەو فرمانەیە کە گەشە بە دروستبوونی کەسایەتی و ڕێکخستنی دەروونیان بە تایبەتی لە قۆناغی سەرەتایی منداڵەکانیاندا دەدات. لەبەر ئەوەی منداڵ خۆی وێنەی ناخی خۆی لە ڕێگەی مامەڵەکردنی خێزانەکەی لە گەڵیدا دروست دەبێت، بە تایبەتی مامەڵەکردنی باوکی کە لە لای ئەو نمونەیەکی گرنگەو هەمیشە هەوڵی ئەوە دەدات لە ناخی باوکیدا بتوێتەوەو لاسایی ئەو کارو کردەوانەی کە لەلایەن ئەوەوە ئەنجام دەدرێت بکاتەوە. ئەم لاساییکردنەوەیەش لە جوڵەو

قسەو کارەکانی باوکیدا، دیاردەیەکە لە زۆربەی خێزانەکاندا باوەو ئەم کارەش پاستەوخۆیە بە پێویستی منداڵ بۆ باوکێك کە نمونە بێت‌و لێیەوە فێری خووڕەوشت ئەوکارانە ببێت کە ئەنجام دەدرێت لەبەر ئەوە منداڵەکە تێبینی خوو نەریت‌و ڕەوشتی دایک‌و باوکی دەکات بە تایبەتی خوو ڕەوشتی باوك، کە ڕۆڵێکی گرنگ لەپەروەردەکردنی کەسایەتی‌و ڕاگرتنی دەروونیدا دەبینێت. زیاتر لەو ڕۆڵەی کە بریتییە لە ئامۆژگاری‌و ڕێ نیشاندەرەکان کە لە لایەن دایک‌و باوك‌و مامۆستاکانیەوە یان هەر سەرچاوەیەکی دیکەوە دەکرێت، هیچ کەسێك نە دایک‌و نە خوشك‌و نە برای گەورەش یان یەکێك لە خزمەکانیش ناتوانن جێگەی باوك بگرنەوە، هەتا دایکیش هەرچەندە کەسایەتی زۆر بەهێز بێت‌و توانایەکی مادی باشیشی هەبێت، هەرگیز ناتوانێت دایک‌و باوکیش بێت لەیەك کاتدا.

لەگەڵ ئەمەشدا باوك لە لای منداڵ بە (ڕێ نیشاندەر) گەر پاست گوزارشتمان کردبێت ناو دەبرێت، لەبەرئەوەی سنور بۆ کارەکان دادەنێت، ئەوەی پێویستە بکرێت‌و ئەوەی پێویست نییە، نەکرێت، بۆیە لە ڕێگەی هاتنە ناوەوەی باوك بۆ کێشەکان منداڵ هەست بە مانای یاساو فرمانەکان دەکات کە ئەرکە لەسەر شانی‌و خۆی ئامادە دەکات بۆ ژیانێك لەنێو کۆمەڵگاکەیدا. ئەمەش ئەوە دەردەخات کە تاکەکانی کۆمەڵگا بەسراونەتەوە بە چەندین لێپرسراوێتی‌و زنجیرەیەك لە یاساو ڕێساو زانیارییەوە گەر لابدەن دووچاری سزاو لێپرسراوێتی دەبنەوە لەلایەن کۆمەڵگاکەیانەوە.

باوك لەلایەن منداڵەکەیەوە بە سەرچاوەی هێمنی‌و ئاسایش دادەنرێت ئاشکرایە دووركەوتنەوەی مادی‌و مەعنەوی باوك ژیانی منداڵەکە توشی شڵەژان‌و نائومێدی دەکات. ئەمەش دەبێتە هۆی دروست بوونی هەندێك لە هەستەکانی ترس‌و نائارامی کە منداڵەکە لە کاتێکەوە بۆ کاتێکی دیکە دووچاری دەبێت بە تایبەتی لە کاتی نووستندا یاخود چەند نیشانەیەکی (دەروونی‌و جەستەیی) تێدا دەردەکەوێت لەوانە (نینۆك خواردن، میز بەخۆداکردن، وورد‌نەبوونەوە، لەبیرچوونەوەی زۆر، حەز بە گۆشەگیریکردن‌و .. هتد) یاخود شێوە خوو ڕەوشتێك کە پێش ڕۆیشتنی باوکی نەناسراوبووە.

زۆربەی جار ئەم نیشانە دەروونی‌و ڕەفتارییانە بەشێوەی گووتارێکی نەستییە ئاراستەی باوکی دەکات ئەگەر هێشتا لە ژیاندا بێت، یاخود ئاڕاستەی کەسانی دی دەکات بۆ ئەوەی بایەخی پێ بدەن‌و بزانن ئەو منداڵە لەبەر دیارنەبوونی باوکی بە چییەوە دەنالێنێت.

هەروەها زانای ئەمریکی (بتلهایم) دەڵێت: سەبارەت بەو حاڵەتانەی چارەسەری کردووە، بۆ ئەو شڵەژاندنە دەروونییانەی دووچاری ئەو منداڵانە دەبنەوە کە بە هۆی لە مال نەبوونی باوکیان لە ژیانیاندا تووشیاندەبێت. ڕەنگە ئەم کاریگەری دیارنەبوونی باوکە تا دوایی منداڵیش هەر بمێنێتەوە. لەبەرئەوەی کۆڕ کاتێك گەورە دەبێت، بە لایەوە زۆر گرانە ڕۆڵی باوکێکی باش ببینێت بەتایبەتی ئەگەر خۆی لە قۆناغی منداڵیدا بێبەش بووبێت لێی. لەبەرئەوە زانای شیکەرەوەی دەروونی (برنارتیس) دەڵێت: (بۆ ئەوەی باوك بیت پێویستە لە رابردوودا کۆڕ بووبیت‌و هەروەها سەبارەت بە کچیش لەبەرئەوەی چاوەڕێی ئەوەیە پیاوەکەی ڕۆڵی باوکی ببینێ‌و ئەو باوکەی کە ئەم لێیبێبەش بووە. هەندێك جار ئەم ئاڕەزووەی بەوە دەردەبڕێت کە ژیانی هاوسەری لەگەڵ پیاوێکی بەتەمەندا دروست بکات بۆ ئەوەی جێی باوکی بۆ بگرێتەوە کە وا باوکەی لە منداڵیدا لە سۆزو خۆشەویستییەکەی بێ بەش بووە.)

دایکان.. نەك باوکان

یەکێك لەو شتانەی لە کۆمەڵگاکەماندا دووبارە دەبێتەوە، بارودۆخی ئەو منداڵانەی ژیان وایلێکردوون لەگەڵ دایکیاندا بن‌و دوور لە باوکیان ژیان بەسەر دەبەن بەتایبەتی لەکاتی ڕوودانی هۆکاری جیابوونەوە یاخود کۆچ کردن، زۆربەی کات دایك لۆمە دەخاتە پاڵ باوك‌و بەردەوام وێنەی باوکەکە لەلای

منداڵەکەی ناشرین دەکات، سیفەتی ناشرینو هەندێک جار جنێوو قسەی ناخۆشی پی دەڵێت لەبەر چاو منداڵەکەیدا ئەمەش لە ئەنجامی ئەو هەموو ئەرکو لێپرسیارییەتەی دەکەوێتە سەر شانی، بەتایبەتی ژنێک لەپیاوەکەی جیابووبێتەوە حەز بە ئازاوەو ناڕاحامی دەکات لەبەر ئەو شکستیانەی کە تیایدا دەژی. ژنەکە ئەوەشی لە بیر دەچێتەوە ئەوەی جنێوی پێ دەدات باوکی منداڵەکەیەتی و کە لەوەو پێش مێردی بووەو هەڵیبژاردووەو پێی ڕازی بووە لەبەرئەوەی گەلێک سیفاتی باشی تیا بوو کە لەکەسانی دی جیاواز بووە هەروەها ئەوەشی لە بیر دەچێتەوە کە ئەو وێنە شێواوەی لە بارەی باوکییەوە پێشکەشی منداڵەکەی دەکات جیاوازە لەو وێنەیەی کە پێش جیابوونەوەپێشکەشی منداڵەکەی دەکرد.

زۆربەی دایکان بۆ دوورتر دەڕوانن بە تەنها بەوەوە ناوەستن وێنەی باوکەکە بشوێنن بەڵکو هەوڵی هاندانی کوڕەکە دەدەن ڕووبەڕووی باوکی بێتەوە تۆڵەی لێبکاتەوە بە بەکارهێنانی هۆکاری ناڕەوشتی. ئەم جۆرە شێوازەش بە پلەی یەکەم خراپە بۆ کوڕەکە چونکە ئەویش لە داهاتوودا دەبێتە باوک.

هەروەها بە هەمان شێوەش بۆ کچەکەی کە دەبێتە دایک لە داهاتوودا و پەیوەندی هاوسەری لەگەڵ پیاوێکدا دەبەستێت ئەو دایکە نەزانەی لەم بارودۆخەدا دەژی، هەڵەیەکی گەورە بەرامبەر بە منداڵەکانی دەکات، کاتێک وێنەی باوکیان لەبەر چاو ناشرین بکات گەر هاتوو خوو نەریتی باوکەکە بە هەر شێوەیەک بێت، لەبەرئەوە پێویستە دایک وێنەیەکیئیجابی لە میشکی ڕۆڵەکانیدا دروست بکات چونکە کوڕ هەوڵ نادات خراپ بێت بەرامبەر بە باوکی لەبەر ڕازیکردنی دایکی، هەندێک جار وەک هەوڵێک لە لایەن کوڕەکەوە دژی دەوەستێتەوەبۆ ئەوەی دایکەکە داواکارییەکانی بۆ جێبەجێ بکات، لەبەر ئەمە پێویستە لەسەر دایکەکە وێنەی پیاوەکەی لە چاوی منداڵەکانیدا تێک نەدات لە کەسایەتی کەم نەکاتەوەو بەڵکو هانیان بدات کە پەیوەندییان لەگەڵ باوکیان بەردەوام بێت، دایک بە هەڵە بیر دەکاتەوە کاتێک وا هەست بکات توانای هەیە ڕۆڵی دایکو باوک لە یەک کاتدا ببینێت، لەو بڕوایەدایە کە زیادە ڕەویی لە بایەخدانی بە منداڵەکانیو دابینکردنی پێداویستییەکانیان جێی سۆزی باوکایەتییان بۆ دەکاتەوە.

لەبەرئەوە منداڵ بە تەنها کۆئەندامی هەرس نییە، بەڵکو پێویستی بۆ باوک لەوەدایە کەوا سۆزی دڵنیایی و خۆشەویستی و پاراستنی تیادا دەدۆزێتەوە کە ئەوە زۆر زیاتر لە پێویستیەکانی بۆ خۆراک و جل و بەرگ.. لەبەر ئەوە دکتۆر (سبوک) ئامۆژگاری ئەو دایکانە دەکات کە لە میردەکانیان جیابوونەتەوە هەوڵ نەدەن ڕۆڵی دایکو باوکیش لە یەک کاتدا ببینن لەبەرئەوەی هەرچی بکەن ناتوانن ئەو کارە بە باشی ئەنجام بدەن هەروەها جەخت لەسەر دایکان دەکات (سێبەرێکی گەورەی باوک هەمیشە لە منداڵدا بهێڵنەوە چونکە ئەوە لەبەرژەوەندی منداڵەکان خۆیانە).

بۆیە لێرەشدا جێی خۆیەتی ئاماژە بەوە بدرێت کە باوک تا دەتوانێت ئەوەندە بە کارو بارەوە خەریک نەبێت کە هیچ کاتێک بۆ منداڵەکانی نەهێڵێتەوە، یا هەمیشە بە دوای سەفەرکردنەوە بێتو بە ماوەیەکی زۆر منداڵەکانی لێی بێ بەش بن، چونکە منداڵ لەو تەمەنانەدا و لە دواتریشدا زۆر ئاتاجی سۆزو خۆشەویستی باوکییەتی، کە ئەوە کەسێتی پتەو دەکات و باوەڕ بە خۆبوونی لا دەچەسپێنێتو بەڕوی گەشو کراوەوە تەماشای ژیان دەکات.

بۆ دایکو باوکیش تا دەتوانن، لەسەر مەسەلەی بێ بایەخو بی سود لە یەکتری زویر نەبنو تا دەتوانن پەتی پەیوەندی نێوانیان نەپچڕێننو جیانەبنەوە، چونکە ئاشکرایە ئەوەی لەم کردارەدا ئازار دەچێژێتو بێ بەش دەبێت لە سۆزو خۆشەویستی و سەری لێدەشێوێت خۆی پێ ناگیرێتەوە هەر منداڵە.

سازان قادر پەرچڤەی کردووە

ئاوی ژێر زەوی لەعیراقدا

پەرچڤەی: داليا جەزا

بڕی باران بارین لەعێراقدا سالانە دەگاتە(100-800) ملم بەگوێرەی ناوچەکانی. ئەوەی بەدیدەکەین لەناوچەکانی باکووریدا سالانە 800ملم ، بەڵام تا بەرەو ناوچەکانی خواروو بڕۆین بڕی باران کەمتر دەبێتەوە، لەکاتێکدا ناوچەی ڕۆژئاوا کەگوندەکان دەگرێتەوە، کێشەی کەمی بارانیان هەیە و بڕی باران بارینیان لە 100 ملم زیاتر نییە.

عیراق لەرووی جیۆلۆجییەوە دابەشدەکرێت بۆ پێنج ناوچە، ئەوانیش / داخراو، شاخاوی ، شەپۆلی ، دەشتایی ، بیابان. هەردوو ناوچەکەش (داخراوو شاخاوییەکان) بەوە جیادەکرێنەوە کە گەنجینەی ئاوی ژێر زەوییان هەیەو ئاوی گونجاویان تێدایە بۆ بەکارهێنان، بەتایبەت لە ناوچە شاخاوییەکاندا کە سەرچاوەی سازگاری زۆرە و قوڵاییەکەیان ناگاتە (5-50) م.

لەناوچە دەشتاییەکانیشدا بڕێك ئاوی ژێر زەوی بەدیدەکرێت کە لەدزەکردنی ئاوی دیجلەوفوراتەوە دروستبوون، ئەوانەش زۆر دوور نین لەرووی زەوییەوە، لەکاتێکدا دەبینین گۆڵە ئاوەکانی ژێر زەوی لەلادێکاندا قوڵاییەکانیان زیاترە لە(300)م ، هەندێکجاریش جۆری ئاوەکانیان باشنین، بەڵام بەکەڵکی کشتوکاڵ دێن ، تاڕادەیەکیش بۆخواردنەوە بەکاردێن ، بەتایبەت لەحەوزی فوراتدا کەدەکەوێتە بەشی ڕۆژئاوای عیراقەوەودرێژ دەبێتەوە بۆ زەوییەکانی سعودییە.

کۆی قەوارەی ئاوی ژێر زەوی لەعیراقدا نزیکەی (2 ملیارە لە 1م3)، تویژینەوە جیۆلۆجییە نوێیەکانیش ئاماژەدەدەن بەبوونی بڕێکی زۆر باش لەئاوی ژێرزەوی کۆبوەوە لەناوچەی باکووروناوچەی دوورگەی ڕۆژئاوای عیراقدا، کەبڕی ئاوی کۆبووەوە لەو ناوچانەدا بە(200ملیار م3)مەزەندە دەکرێت ، سالانەش پاشەکەوتە ئاوییەکەی دەگاتە 1447 ملیۆن م3 .

هۆکارەکانی پیسبوونی ئاوی ژێر زەوی

دوو جۆر هۆکار هەن بۆ پیسبوونی ئاوی ژێر زەوی ، هۆکارەکانی جۆری یەکەم / سروشت وگۆڕانەکانی کەشوهەوا:

ئاوەکانی سەر زەوی‌ودەمی بیرەکان لەگەڵ ئەو سەرچاوە ئاوییانەی کە ئەگەری تووشبوون بەبارودۆخێکی کەشوهەوای وایان هەیە کەبەهۆیانەوە بڕێکی زۆر لەپیسکەرەکانی زینگە لەڕێی

ئەو دەرچە سروشتییانەی هی گۆلە ئاوەکانی ژێر زەوییە بچنە ژوورەوە بۆ ناو ئاوەکانیان. کەواتە ئەو پیسبوونانەی لەم ڕێگایانەوە دروستدەبن سروشتو ئاوهەوا لێیان بەر پرسن.

جۆری دووەم لەهۆکارەکانی پیسبوونی ژینگە، چالاکییە جۆراوجۆرەکانە کە سروشت لێیان بەرپرس نییە، لەوانەش:

دەرهاویشتەکانی کۆمەڵگا مەدەنییەکان : هەر کاتێک ڕێژەی مەدەنیبوون لە کۆمەڵگادا زیادبکات، ڕێژەی پیسبوونەکانیش زیاد دەکات (کۆمەڵگای لادێکان ڕێژەی پیسبوونی سروشتی شوێنەکانیان کەمە) زێراب لە کۆمەڵگا جەنجاڵو مەدەنییەکاندا زۆرە، لەباری نەبوونی ئاوەڕۆش بۆ زێراب لەناوچەکانی ئەو کۆمەڵگایانەدا یان لەباری بوونی ئاوەڕۆی خراپدا ڕێژەیەکی زۆر لە ئاوی زێرابەکان ڕۆدەچنە ناخی زەوییەوەوئاوی ژێر زەوی پیس دەکەن. ئەم بارە لەپیسبوون تەنیا بەهۆی ئاوی زێرابەکانەوە ڕوودەدات، نەک بە هۆی ئەو بابەتە ڕەقانەوەی کە لەسەر زەوی دەمێننەوە لەئەنجامی کرداری پالاوتنیاندا لەڕێی چینەکانی زەوییەوە لەلمۆچەو بابەتی تر.

2-پاشماوە پیشەسازییەکان

چالاکییە پیشەسازییەکانی کۆمەڵگا مەدەنییەکان، پاشماوەی زۆر جێدەهێڵن کەهەموویان زیان بەسروشت دەگەیەنن ، کاتێکیش ئەو پاشماوانە ڕۆدەکرێنە دەریاوڕووبارووگۆلەکانەوە، ئەوانە پیسبوون بۆ ئاوەکانیان دروستدەکەن. کارەکەش تەنیا بەوە کۆتایی نایەت، بەڵکو بەشێک لەو پیسییانە ڕێگایان بەرەو ئاوی ژێر زەوی دەبەن.

بە شێوەیەکی گشتی هۆکارە پیشەسازییەکانی پیسبوون دەتوانرێت دابەشبکرێت بۆ سێ جۆر، ئەوانیش: پیسکەرە کیمیاوییەکان ، کە فلزاتی ئەوچینانە دەگرێتەوە کە ئاوی ئەو فلزاتانەو هی دی هەڵدەگرن، جگە لەپاشماوەی کارگەکان.

پیسکەرە بایۆلۆجییەکان: پاشماوەی دروستکردنی دەرمان وتاقیگە زانستییەکان دەگرێتەوە، لەگەڵ پاشماوەی نەخۆشخانەکان کەجۆری زیان بەخش لە بەکتریا وڤایرۆسی نەخۆشی دەگرێتەوە لەوانەی دەتوانن بگەنە ئاوی ژێر زەوی لەڕێی ممیزی مرۆڤ وئاژەڵەوە . لەو جۆرە پیسکەرانەش لە ڕووبارەکانی ئەفریقاوخۆرهەڵاتی ناوەراستدا کۆبوونەتەوە.

پیسکەرە تیشکییەکان

هەیانە لەشیکردنەوەی ئەو چینەوە دەردەچێت کە ئاوی ژێر زەوی هەڵگرتووە وەکو رادۆنی 222 کەخێرا دەتوێتەوە لە ئاودا، ئەم جۆرە لە پیسکەرەکان لە ژمارەیەک بیر لەعوماندا دۆزراونەتەوە وەکو (حەوزی زەرقا) لەئوردن.

جۆرێک لە پیسبوونیش بە یۆرانیۆم هەیە لە توانەوەی ئەو چینانەوە دروستدەبێت کە ئاو هەڵدەگرن بەتایبەت تاوێرە گرانیتی یان (نیشتەنییەکان ئەم جۆرە پیسکەرانە لە ژمارەیەک لە بیرە ئاوەکانی ڕۆژهەڵاتی ناوەراستوئەفریقادا دۆزراونەتەوە بەڕێژەی (20–27)ملغم /لتر.

پیسکەرەکانی یۆرانیۆمی پیتێنراویش(کە لەجەنگی کەندراوی دووەمدا لەلایەن سوپای هاوپەیمانانەوە بەسەرۆکایەتی وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا لەباشووری عیراقی پێدرا، بووە هۆی پیسبوونی ئاوی سەر زەوی‌وئاوی ژێر زەوی‌و بووە هۆی مردن‌وفەوتانی ژمارەیەکی زۆر لە مرۆڤ وئاژەڵ ، ئێستاش ماکەکانی دیارەولەڕێی لەدایکبوونی منداڵی شێواوەوە دەردەکەوێت. ڕزگاربوونیش لە پیسکەرە تیشکییەکان لەئاوی ژێر زەویدا پێویستی بە ملیۆنان سالّ هەیە .

3- پاشماوە کشتوکاڵییەکان

ئەمانەش ئەو پاشماوانەن کە لەبەکارهێنانی سەمادو قرکەرە کشتوکاڵییەکانەوە کەدەیان ڕەگەزی ژەهراوی‌و کانزا قورسەکان هەڵدەگرن وبەڕێدەکەون بۆ ڕووبارەکان‌ودەریاچەکان لەوانیشەوە دزە دەکەن بۆ ئاوەکانی ژێر زەوی یان ڕێگایەکی ڕاستەوخۆ دەگرن لەدەمی ئەو بیرانەوە کە لە ناوچە کشتوکاڵییەکاندا هەن‌و بەرەوناخی زەوی ڕۆدەچن . پێکهاتەکانی بەهێزکەرە کشتوکاڵییەکان‌و قرکەرەکانی مێروو بەرەگەزی مەترسیدار دادەنرێن لەسەر مرۆڤ وگیانداران، هەروەها لەسەر بوونەوەرە زیندووەکانی تر لەبەر ئەوەی لە پێکهاتەی کیمیاوی ئالۆز دروستبوون کە ماکی زیان بە خشیان هەیە.

هۆکارە بنچینەییەکانی پیسبوونی ئاوی ژێر زەوی s2

بەرفراوانی کشتوکاڵکردن‌و پێویستی بەردەوام بەپرۆژەی ئاودێری لەڕێگای کۆکراوەی ئاوی ژێر زەوییەوە، بەچالاکی بنەڕەتی دادەنرێن کەهۆکاربن بۆ فەوتاندنی کۆکراوەی ئەو ئاوانە بەهۆی زۆری نیتراتی بەرهەمهاتوو لەبەکارهێنانی سەمادوقرکەرەکانی مێرووەو لەئەنجامی دەرهاویشتە ڕەقوشلەکانی گیانداران ، جگە لەجۆرە خراپەکانی زێراب‌وئاوەڕۆ کشتوکاڵییەکان.

2–چالاکییە پیشەسازییەکان بەهۆکاری بنەڕەتی دادەنرێن لەپیسکردنی ئاوی ژێر زەوی وئاوەکانی سەر زەویشدا بەهەمان شێوەی یەکتر، جۆری پیسبوونی ئاوی ژێر زەویش دەگۆڕدرێت بەگوێرەی جیاوازی سەرچاوەی پیسکەر، وەکو دەرهاویشتەکانی سیانید کەبەرهەمهاتووی کردەوەکانی کانزاکارین لەگەڵ کاغەزی دەوڵەمەند بەگۆگردودەرهاویشتەکانی پیشەسازی گلۆپی کارەبایی وئەو ماددانەی دەوڵەمەندن بەجیوەی بەرهەمهاتوو لە پیشەسازییە

کارەباییەکانەوە لەگەڵ دەرهاویشتە رەقەکانی پیشەسازی پترۆکیمیاوی‌وکانزاکاری وبەرهەمهێنانی گازونەوت . چالاکییە پیشەسازییەکان بەهۆکاری سەرەکی دادەنرێن، بەڵام هۆکاری سەرەکی پیسبوونیانن.

3- چالاکییەکانی ناومالّ‌وچالاکییە بازرگانییەکان بەهۆکارە سەرەکییەکان دادەنرێن بۆ پیسبوونی ئاوی ژێر زەوی لەگەڵ ئەوەدا کەکاریگەرییەکانیان کەمتر لەبەکاربردنی ئەو ئاوانەدا. هۆکاری پیسبوونەکەش دەگەڕێتەوە بۆ ڕێژەی بەرزی خەستی گۆگردات وکلۆریدات‌ونیترات. ماددە دژەکردووەکان لە پاشماوەی زێرابی ماڵان‌وچالاکییە بازرگانییەکانەوە، سەرچاوەی پیسبوونی مەترسیدارن بۆ ئاوی ژێر زەوی، ئەوەش لەبەر ئەوەی دەتوێنەوەوپێویستییەکی زۆریان بە ئۆکسجینی بایۆلۆجی هەیە کە دیاردەی کەمی ئۆکسجینی لێدەکەوێتەوە لەسەر ئاستەکانی تێرونانتێر کە ئەگەری دژەکردنیان هەیە لە ڕێگەی بارانەوە: بەگشتی دوو جۆر لە چارەسەر هەیە بۆ پیسبوونەکانی ئاوی ژێر زەوی :

ا- جۆری یەکەم چارەسەرەکەی بودجەی زۆری پێویستەو کاتێکی زۆریش دەبات:

لەم جۆرە چارەسەرەدا ئاوە کۆکراوەکە ناگەڕێتەوە بۆ سەر بارە سروشتییەکەی، ئەو کاتەش ئاوەکەی وادادەنرێت کە بۆ خواردنەوە ناشێت ، چۆن لەپیسبوونی تیشکی ئەتۆمیدا دەردەکەوێت کە دژە دەکات بەرەو ئاوە کۆبووەکانی ژێر زەوی‌و دەبێتە هۆی پیسبوونیان، ماکەکانیشی ملیۆنان ساڵ دەمێنێتەوە.

2-جۆری دووەم ، کە پیسبوونی ئاوەکان تێیدا ئەگەری چارەسەری هەیە :

زۆرینەی کات جۆرێکە لەجۆرەکانی بەکتریای نەخۆشی یان ڕەگەزێکی کانزایی قورسە کەڕێژەیەکی بەرز ژەهری تێدایە بۆ بەکارهێنانی مرۆیی یان کاریگەری سلبی هەیە لەسەر بەرهەمەکانی پیشەسازی لەباری بەکارهێنانیدا وەکو کەرەستەی خاو.

بەشێوەیەکی گشتی، پیسکەرە باوەکان لە ئاوی ژێر زەویدا ئەمانەن :

کانزا قورسەکان، خۆراکە کشتوکاڵییەکان، ماددە کیمیاوییە ئەندامییەکان، قڕکەرەکانی مێروو، پێکهاتە خوێییەکان، بەکتریا(فایرۆسەکان، زۆرینەی ئەو پیسکەرانەش بەهۆی بەکارهێنانی مرۆڤەوە دروستدەبن ، وەکو چۆن پێشتر ئاماژەماندا بەهۆکارەکانی نەخۆشی‌وکاریگەرییە سلبییەکانی لەسەر ئاوی ژێر زەوی. بەڵام ئەو پیسکەرانە بەهەمان ڕێژەوە ڕێژەویان ناگرن بەرەو ئاوەکانی ژێر زەوی ، چونکە ئەو ڕێژانە کاریگەرییان لەسەر دەبێت بەشێوەیەکی زۆر کاتی ڕۆیشتنیان بەچینەکانی ژێر زەویدا کە دەکەونە سەروو حەوزە ئاوەکانی ژێر زەوییەوەولەگەڵ ڕەگەزو پێکهاتەکانی کارلێک دەکەن، ئەوەش دەبێتە هۆی گۆڕانی ڕێژەکانیان یان مژینی بەشی زۆر لێیان لەناوچە تێرەکانی ڕەگی ڕووەکەکانەوە.

کرداری سوککردنی پیسکەرەکان لەچوارچێوەی ئاوی ژێر زەویدا بە کارلێکە کیمیاوییە سروشتییەکان‌و بەکرداری بایالۆجی وفیزیایی لە ڕێگای ڕۆیشتنی بەچینەکانی زەویدا کاری تێدەکرێت کە هەندێکجار گۆڕانکاری لەبارە فیزیاوی وکیمیاوییەکەیدا دروستدەکات ، کە کارلێکەکان‌وکردارە بنچینەییەکان‌وکردارە جیۆکیمیاوییەکان) ، شیبوونەوە، بارین، بەئۆکسیدبوون‌و گەڕانەوە وکردارە فیزیاوییەکان (وەکو گواستنەوەی گەرمی بەئاراستەی ئاسۆیی‌وپارچەپارچەبوون‌و بڵاوبوونەوە)، هەروەها کردارە بیۆ کیمیاوییەکان وەکو(خراپبوونی ئەندامی‌و پێکهاتنی خانەیی)، کردارە بیۆفیزیاییەکان وەکو(دلۆپەکردن وگواستنەوەی ئەو بوونەوەرانەی نەخۆشی هەڵدەگرن).هەروەها جۆرێک لەجیاوازی هەیە لەم کردارانەولەبەتینیان لەژێر زەویدا.چوارچێوەی خاک بایەخدارتروجیاوازترە بەبەراوورد لەگەڵ ئاوەندە پراکتیکییەکانی تر، لە ئاستی ڕەگەکاندا بڕێک لە ماددە کیمیاوییەکان تێکدەشکێنن بەهۆی ماددە ئەندامییە ووردەکانەوە یان بەهۆی کردارە کیمیاوی‌وفیزیاوییەکانەوە، ئەمانەش ڕووەکەکان دەیانمژن، ، هەروەها ئاستە ناتێرەکان زۆڵی هەرە گەورە دەگێڕن لە کاتی گەیشتنی پیسکەرەکاندا بۆ ئاوی ژێر زەوی، کرداری تریش هەیە لەئاستە تێرەکاندا ڕوودەدەن، کە کردارەکانی شیبوونەوەو کشاندنی گیراوەکان‌وتێکشکاندنی هایدرۆداینامیکی زۆرترین کاریگەرییان هەیە(s3).

کەواتە دوو ئاستی تێرونانتێر هەیە لەچینەکانی زەویدا ئەوانیش زۆڵی گرنگ دەگێڕن لە گەیشتن یان نەگەیشتنی پیسکەرەکان بۆ ئاوەکانی ژێر زەوی ، زۆرینەی ئەو کردارانەش کە بەسەر پیسکەرەکاندا ڕوودەدات لە ئاستە تێرەکاندا ڕوودەدات.

جۆڵەی پیسکەرەکانیش لە ئاستی چینەکانی زەویدا دەچێتەسەر کردارە ژیانییەکان. بەمانایەکی تر دواین پێکهاتەکانی زەوی (گڵی کلسی‌و گرینی ودرزبردوو جۆری ترە) کەبەبڕێک کەکەم نییە بەشدار دەبێت لە(ڕێگرتن یان ئاسانکردنی) گەیشتنی پیسکەرەکان بۆ ئاوی ژێر زەوی ، ئەم کردارەش کاتێکی زۆر دەخایەنێت، ئەویش پەیوەندیدارە بە قەوارەی پیسکەرەکان وجۆری چینە بەردینەکەوە کە پێیدا دەڕوات.

لەخاکدا لەناوچەی ڕەگەکاندا زۆرینەی کردارە سروشتییەکان چالاکدەبن لەڕووی بەتینی‌وجۆراوجۆرییەوە، کەچەند بڕێک لەماددە کیمیاوییەکان بەهۆی ماددە ئەندامییە مایکرۆسکۆپییەکانەوە

شیدەبنەوە لەرێگای کردارە کیمیاوی و فیزیاوییەکانەوە، دواتر لەلایەن رووەکەکانەوە دەمژرێن. هەروەها لەئاستی ئاتێرپشدا چالاکی بایەلۆجی رووەدات، بەڵام ئەمانە کاریگەرییان کەمترە لەچالاکی ناستی گڵ کەتێیدا کردارە کیمیاوی و فیزیاوییەکان بەهێزن. بەڵام دیاردەی بنچینەیی لەئاستی ئاتێردا لەرێگرتن و دواخستنی گەیشتنی پیسکەرەکان بۆ رووی ئاوی ژێر زەوی خۆی دەنوێنێت. هەروەها کرداری دیکەش هەیە کە لەئاستی تێری چینی ئاویدا رووەدەن وبایەخیان کەمترە، کاتێک شیبوونەوە وکەمبوونەوەی خەستییەکان وپارچە پارچە بوونی هایدرۆداینامیکییەکان کرداری زیاتر کاریگەرن لەکەمکردنەوەی پیسبوونداS4.

لەوەی پێشوو باسکرا دەتوانین ئەو کردارە بنچینەییانە کە کاریگەرییان هەیە لەسەر جۆلەوجۆری پیسبوونەکان کورت بکەینەوە بۆ چوار کردار ئەوانیش: کردارە جیۆکیمیاوییەکان کە ئەمانە دەگرێتەوەشیکردنەوە ونیشتن ئۆکسیدبوون وگەڕانەوە، کردارە بیۆکیمیاوییە زیندەییەکان ، کردارە فیزیاوییەکان، کە ئەمانە دەگرێتەوە (گوێزانەوە لەگەڵ جۆلەی ئاودا، پچڕپچڕبوون و بڵاوبوونەوە، رێگرتن، پاڵاوتن، گواستنەوەی گازەکان)کردارە بیۆفیزیاییەکان.

ئەو چالاکییە کیمیاوی و فیزیاییانە زۆرینەی کات لە ناوچە تێرەکاندا رووەدەن، ناوچە ناتێرەکەش بەبەشی دووەم لەکردارەکان بەشداردەبێت. ئەوانیش کرداری ئالۆزن و بارودۆخی تایبەتی خۆیان هەیە لە رووی گۆڕانکاری وپلەکانی گەرماوپلەی ترشی وئەو ئاوەندەوە کەپێیدا دەڕۆن .

جگە لەو جۆرە بەکتریایەی کە لەناوەندەکەدایەوبەرێژەیەکی زۆر بەشداردەبێت لە گۆڕانکاری ئەنجامەکانی شیکردنەوەی پیسکەرەکاندا.

بەشێوەیەکی گشتی، ئەو هەڵسەنگاندنەی کەپێویستە پشتی پێببەستێت لەزانینی هۆکارە کاریگەرەکان لەسەر ژینگە، چەند هۆکارێک کۆنترۆڵی دەکات، لەوانە، سەرەکییەکانیان/ قەوارەی خۆراکدان بە ئاووخەسڵەتەکانی خاک و جیاکەرەوەکانی بوارەکانی تێرونانێر.

بەڵام هۆکارە لاوەکییەکان بریتین لە(تۆپۆگرافیا، پەیوەندی ئاوی ژێر زەوی بە ئاوی سەر زەوییەوە) لەگەڵ پێکهاتەی چینەکانی ژێر چینی ئاوی ژێر زەوی. سێ رێگای جیهانیش هەیە بۆ هەڵسەنگاندنی ئاوی ژێر زەوی لە رووی پیسبوونەوە(S5).

رێگا هایدرۆلۆجییەکان: سیستمێکی جیهانی گونجاوە بۆ ناوچە(الشاسعة) فراوانەکان کە دیمەنی سروشتی جیاوازییان هەیە ، ئەم رێگایانەش نزیکبوونەوەی ناوچە دیاریکراوەکان دەگرێتەوە لەگەڵ پێوەرەکانی هەڵسەنگاندن کە ئەو مەرج و بارودۆخانە دیاریدەکەن کە توانای ئاوی ژێر زەوی بۆ پیسبوون دەنوێنن.

2- رێگا هەڵسوکەوتکاری یان بارامەتریەکان (گرق المعاملاتیيه او بارامتریيه):

چەند سیستمێک دەگرێتەوە کەپشت بە کۆمەڵێک پۆلێنکراووسیستمی مەزەندەکراو دەبەستێت کەپشت بە ژماردنی خاڵبەند دەبەستێت و سەرجەم ئەم رێگاو سیستمانە پشت بەشێوازێکی هاوبەش دەبەستن کە بریتیيه لەهەڵبژاردنی ئەو هەڵس وکەوتکارییانەی باوەڕیان وایە هۆکاری کارتێکەرین لەسەر توانستی ئاوی ژێر زەوی بۆ پیسبوون. زۆرینەی کاتیش کێش بۆ هەریەکێکیان دیاریدەکرێت کەرەنگدانەوەی گرنگییە رێژەییەکەیەتی، بەگوێرەی سروشتی هۆکارە کارتێکەرەکەش چەند پۆلێک دیاری دەکرێن کە لەگەڵ ئاستی ئەم کارتێکەرانە بگونجێن، ژمارەیەک یان بەهایەکیش دەدرێتە پاڵ هەر یەکێکیان کەرۆڵی لەسنوور دانان بۆ گوێزانەوەی پیسبوونی چینە ئاوییە جیاجیاکان نیشاندەدات (لەژێر توێژینەوەدا) ئەنجامەکان پۆلێن دەکرێن ودابەشدەکرێن بۆ هێما کەپلەی جیاجیا دەنوێنن لەتوانای ئەم چینە ئاوییانە لەناوچەی توێژینەوەی پیسبوونەکەدا.

3- ئەو رێگایانەی پشت دەبەستن بە نموونە ژمارەییەکان وپەیوەندی هاوتەریبوون: ئەمەش پشت بەشیکردنەوەی ماتماتیکی دەبەستێت، کە دیاریکردنی هاوتایەکی بۆ توانستی پیسبوون لێدەکەوێتەوە، ئەم رێگایانە توانای پراکتیکیان هەیە لەکاتی هەڵسەنگاندنی توانای جۆرەکەدا بۆ پیسکردنی ئاوی ژێر زەوی .

ئەم رێگایانە زۆرترین رەواجیان هەیە لەجیهاندا بۆ هەڵسەنگاندنی توانای ئاوەکانی ژێر زەوی بۆ پیسبوون و پشت بەنامێری تایبەت و پێشکەوتوو دەبەستێت لەو جۆرە پێوانەکردنانەدا.

بەڵام وڵاتە گەشەسەندووەکان تائێستاش لەسەر هەموو ناستەکان لەلایەن وڵاتە پیشەسازییەکانەوە رێبیان لێگیراوە کەلەبواری تەکنۆلۆجیادا پێشبکەون.

، هاوکاریکردنی ماددی و تەکنۆلۆجی رێکخراوە نێونەتەوەییە پەیوەندیدارەکانیش بۆ ئەم وڵاتانە تائێستا لەسنوری چەند مەرجێکی قورسدایە وەک چۆن لەمەرجەکانی (بانکی نێونەتەوەییدا بەدیدەکرێت) و ناگونجێت لەگەڵ زۆر چەمکدا کەهەیەنەو پایەی ئابووری لەو وڵاتانەدا بەهێز دەکات.

لەهەموو بارەکاندا بوونی ئامێری پێشکەوتوو بۆ دۆزینەوەوچاودێریکردنی ئاوی ژێر زەوی زۆر پێویستە بەتایبەت

دوای ئەوەی زۆر لە ولاتان دەستیانکردووە بەپشت بەستن بەئاوی ژێر زەوی بۆ دابینکردنی پێویستییەکانیان بە ئاو وەکو چۆن لە ولاتانی نیمچەدورگەی عەرەبیدا بەدیدەکرێت.

بۆ دیاریکردنی پیسبوون لەکاتوساتی خۆیدا، پێویستە ئامێری دۆزینەوەوچاودێریکردنی پێشکەوتوو هەبێت بۆکۆنترۆڵکرن وریگرتن لەبلاوبوونەوەی ، وەکو چۆن پێشتریش ئاماژەمان پێدا ئاسان نییە پیسبوونی ئاوی ژێر زەوی دیاربکرێت وەکو دیاریکردنی پیسبوونی ئاوی سەر زەوی، هەروەها پێویستی بەمەڵبەندی زۆرو پێشکەوتوو هەیە، دوو جۆریش لەمەڵبەندی چاودێریکردنی پیسبوونی ئاوی ژێر زەوی هەیە ئەوانیش s6:

سیستمی چاودێریکردنی خۆجێی : مەبەست لێی چاودێریکردنی ئەو جۆرە پیسبوونەیە کەیەک سەرچاوەی دروستبوونی هەیەو پێویستە ئەم خاڵانە رەچاوبکرێن ، ئەوانیش:

*هەڵسەنگاندنی پیسبوونە بینراوەکانی ئاوی ژێر زەوی ودیاریکردنی قەوارەی کێشەکە.

* کۆکردنەوەی زانیاری دەربارەی ئەو پیسبوونانەی ئەگەریان هەیە لەگەڵ ئەو بەکارهێنانانەی لەسەر ئەوە وەستاون.

* کۆکردنەوەی زانیاری لەسەر هایدرۆجیۆلۆجیا وگۆڕانکاری لەکۆبوونەوەی ئاوی ژێر زەوی و ئاراستەی رۆیشتنی.

* تاقیکردنەوەی بیرەکانی چاودێری.

*دانانی بەرنامە بۆکۆکردنەوەی نموونەوشیکردنەوەیان.

2- سیستمی چاودێری ئیقلیمی: مەبەست لێی چاودێریکردنی گۆڕانکاریی لەجۆری ئاوی کۆبوونەوەی یەک شوێندا لەکاتی تووشبوونی بەپیسبوونەکە وەکو ئەو کۆبوونەوانەی ئەگەری تێکەڵبوونی ئاوی دەریا هەیە پێیان.

پێویستە ئەم خاڵانە رەچاوبکرێن:

*دیاریکردنی سەرچاوەی پیسبوون.

*کۆکردنەوەوشیکردنەوەی هەموو ئەو زانیاریانەی کە پێویستن.

*ئەنجامدانی هەندێک توێژینەوەی زیادە کەمەبەست لێیان دیاریکردنی کێشەکەیە بەشێوەیەکی باشتر.

*هەڵبژاردنی بیری چاودێری لەژێر تیشکی تۆڕی دۆزینەوەدا کەپێشتر رێی پێدراوە.

*دەستکەوتنی کەلوپەلی پێویست.

* وەرگرتنوبەڕێوەبردنی نموونەی دیاریکراو.

*چارەسەرکردنوشیکردنەوەی زانیارییەکانو گەیاندنی ئەنجامەکان بۆ شارەزاکانی ئەو بواڕە.

ئەم سیستمە خۆجێی وئیقلیمییانە توانای تەواویان هەیە بۆ دەستنیشانکردنوچاودێریکردنی جۆروشوێنی پیسبوونوقەوارەکەی، بۆ ئەوەی

گرتنەبەری ئەوانەی کەپێویستە بۆ کۆنترۆڵکردنوسنوور بۆدانانی، تا نەبێتە هۆ ی رێککەوتن لەنێوان سیستمە خۆجێی وئیقلیمییەکان بەشێوەیەکی بەردەوام ، کاریگەری ئەو جۆرە سیستمە سوودی نابێت، گۆڕینەوەی زانیاری بەشێوەیەکی بەردەوامودەستنیشانکردنی گۆڕانکاری کە لەئاوی ژێر زەویدا روودەدات بەڕێگای زانستی نوێ زامنی پارێزگاریکردنیان دەکات لەپیسبوون.

کاری ئەو سیستمانە تەنیا دەستنیشانکردنی پیسبوون نییە، بەڵام زانیارییەکانی سوودیان دەبێت بۆ کێشانی نەخشەودووبارە هەڵسەنگاندنوبوژاندنەوەی ئاوی ژێر زەوی بەشێوەیەکی باشتر.

هەرچۆنێک بێت، ئامانجە سەرەکییەکان بۆ سیستمی چاودێری (خۆجێی وئیقلیمی) لەم بەندانەدا ریزدەکرێن s7:

1-زانینی ئەو گۆڕانکارییە سروشتییانە کە لەجۆری ئاودا روودەدەن، ئەوەش لەبەر پشت پێبەستنی وەکو بنکەیەک بۆ هەستکردن بەهەموو سەرچاوەیەکی پیسبوون.

2-بۆ چاودێریکردنی ئەو گۆڕانکارییانەی لە ئاودا روودەدەن بەهۆی سەرچاوەیەکی ئاشکرا یان دیارەوە.

3-توانای حوکمدان لەسەر جۆری ئاوی ژێر زەوی کاتی بەکارهێنانی بۆ مەبەستێکی دیاریکراو.

4-بۆ هەڵسەنگاندنی ئاو لەناوچەیەکی دیاریکراودا.

5-بۆ وەدەستخستنی شارەزایی لەپێشبینیکردنی هەر پیسبوونێک کەئەگەری روودانی هەیە لەئاوی کۆبووە لە ژێر زەویدا.

ئەم ئامانجە سەرەکییانەی سیستمەکانی چاودێری ، ئەرکە گرنگەکەیان لە دیاریکردنی پیسبوونو دەستنیشانکردنی ئەو گۆڕانکارییانەدا کۆدەبێتەوە کە بەسەر تایبەتمەندییە گشتییەکانی ئاودا دێت.

پێویستە ئامانج بەوەبەین کەرۆڵی ئامێرە نوێیەکانی چاودێری تەنیا لە سنووری ئەو کارانەدانییە کەباسمانکرد، بەڵکو لەوەزیاتر تێدەپەڕێتو تۆمارکردنی زانیارییەکانوپێدانی زانیاری سەبارەت بە قەوارەوکەمی ئاوی ژێر زەویو رێژەی پیسبوونەکانو جۆری پێکهاتە ئاوییەکانو چەندین شتی دی دەگرێتەوە.

بۆیە، پشتبەستن بەکادری هونەری بۆ بەڕێوەبردنی ئەو ئامێرە نوێیانەوبەکارهێنانیان بەبەرزترین ووزە توانای ئەوەی هەیە ئەنجامی باشوبەسوود بدات بۆ کارکردن لەبواری گەشەپێدانی سامانی ئاوەکانی ژێر زەویدا.

سەرچاوە:

صاحب الربيعي: المياه الجوفية في العراق 2004.

نەو دینەمۆیانەی کە بە جیاوازی پلەکانی گەرما کاردەکەن

تارا عەبدوڵڵا

پێشکەوتنی تەکنەلۆژی هەمیشە هەوڵ و تێکۆشانی زانست بووە بۆگەڕان بەدوای خۆشگوزەرانی زیاتری مرۆڤ بە تێچونێکی کەمی پارە و هەروەها پاراستنی ژینگەی دەوروبەرمان و هێشتنەوەی بە پاک و خاوێنی.

لەگەڵ سەرەتای هەزارەی نوێدا دینەمۆکارەباییەکان دەچنە سەدەیەکی نوێوە بە جۆرێکی نوێ لە دینەمۆکان (Generators) کە ڕاستەوخۆ ووزەی کارەبا لەووزەی گەرمیەوە بەرهەم دێنن. بەمەش ئەم دینەمۆیانە چوستیەکی بەرزیان دەبێت و زیاتریش پارێزگاری لە ژینگە دەکەن و هەروەها لەلایەنی ئابوریشەوە بۆماوەیەکی دوورودرێژ باشترن.

بیر لەوە بکەرەوە کە ڕۆژێک لە خەو هەستیت و کارەبا لەجیهاندا نەمێنێت بەخەیاڵی خۆتدا بهێنە کەشێوەی ژیان بەبێ کارەبا لەسەر زەوی چۆن دەبێت؟!

ئەم خەیاڵەیە کە زاناکانی خستۆتە دڵە ڕاوکێوەو وای لێکردون کە بە دوای سەرچاوە نوێکانی دیکەی کارەبادا بگەڕێن.

ووزەی کارەبا سەرچاوە تەقلیدییەکانی هەیە، بۆ نموونە ئەگەر تۆ دانیشتوی شار بیت ئەوا ووزەی کارەبات لە تۆڕە سەرەکیەکانەوە (Basbar) دەست دەکەوێت، ئەم تۆڕەش لە کۆمەڵێک لە وێستگەکانی بەرهەمهێنانی ووزەی کارەباوە وەردەگرێت چەند جۆرێکی جیاواز لە وێستگەکان هەن وەک وێستگە هەڵمیەکان (Steam power plant) و هەروەها وێستگە گازیەکان (Gasturbine) ئەم دوو جۆرە وێستگەیە بلاوترین و بەکارهێنانیان زۆرترە لە گشت جیهاندا.لەم دوو جۆرە وێستگەیەدا هەڵمی ئاو بە ناو وێستگە هەڵمیەکانداو یان بەر ئەنجامی گازە سووتاوەکان بەناو وێستگەگازیەکان بەسەر تۆربینەکاندا (turbine) تێپەڕدەکرێت، بەمەش پەڕی ناو تۆربینەکە دەخولێتەوەو ئەو ڕاگرەش کە لەگەڵ ئەم پەڕەدا جێگیرکراوە دەخولێتەوە، ووزەی خولانەوەی ئەم ڕاگرە بۆ بڕینی ئەو هێڵە هێزە موگناتیسیانە بەکاردەهێنرێت کە لە ناو دینەمۆکەدا جێگیرن.

ووزەی کارەبا هاوڕێی مرۆڤ و ژینگەیە لەبەرئەوەی ووزەیەکی خاوێنەو هیچ پیسیەکی لێ ناکەوێتەوە، بەڵام وێستگەکانی خۆیان پیسی زۆر بەرهەم دێنن لە ئەنجامی سوتاندنی سوتەمەنی بۆ گەرمکردن یان بەرهەمەکانی کە بۆ خولاندنەوەی تۆربینەکان بەکاردێن.

هەروەها شێوەکانی دیکەی بەرهەمهێنانی ووزەی کارەبا هەن کە زیاتر پارێزگاری لە ژینگە دەکەن وەک بەرهەم هێنانی بە بەکارهێنانی سەرچاوەکانی ئاو، (السد العالی) لە میسر گەورەترین نموونەیە کە ووزەی کارەبای لێوە بەرهەم دەهێنرێت.

ئەگەر تۆ لە جێگەیەک بیت کە تۆڕە سەرەکییەکانی کارەبات پێ نەگات ئەوا دەتوانیت لە سەرچاوەی دیکەوە کارەبات دەست بکەوێت وەک ووزەی هەڵکشان و داکشانی دەریاکان ووزەی جوڵەی شەپۆلەکان ووزەی باو هەروەها ووزەی خۆری.

ئەگەر جارێکی دیکە لەسەرچاوەکانی کارەبا بکۆڵینەوە دەبینین زۆربەی ئەو سەرچاوانەی کە کارەبایان لێدەست دەکەوێت ووزەی میکانیکین، بۆ نموونە لە وێستگە هەڵمی و گازی و هەروەها

سەرچاوەکانی ئاودا لە ڕێگەی خولاندنەوەی تۆربینەکانەوە کارەبامان دەست دەکەوێت، بەڵام بەکارهێنانی ووزەی هەڵکشان و داکشانی دەریاکان و جوڵەی شەپۆل و باکان بەکارهێنانی جووڵە ووزەکانیانە بۆ جوڵاندنی بەشە میکانیکیەکان پاشان بەرهەم هێنانی ووزەی کارەبایە.

ئەوەی کە زانراوە ئەوەیە کە بونی بەشە میکانیکیەکان لە هەر دەزگایەکدا دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی زۆری چوستیەکەی ئەویش بەهۆی ونبوونی زۆربەی وزەکەی لەکاتی لێکخشاندن و ساردکردنەوەی بەشە جوڵاوەکانیدا، لەبەرئەوە بایەخ درا بەووزەی خۆری کە ووزەی ڕوناکی خۆر ڕاستەوخۆ دەگۆڕدرێت بۆ ووزەی کارەبا کە چوستیەکی بەرزی هەیە بەڵام تەکنەلۆژیای شانە ڕوناکیەکان پارەیەکی زۆری تێدەچێت.

بەڵام هەموو شێوەکانی دیکەی بەرهەمهێنانی ووزەی کارەبا کە لەوەوپێش باسمان کردن ئەوە دەسەپێنێت کە مرۆڤ نەتوانێت لە شوێنێکەوە بۆ شوێنێکی دیکە بجوڵێت چونکە ئەمەش پێویستی بە دروست کردنی ئەو ویستگە گەورانە دەبێت کە مرۆڤ ناتوانێت لەگەڵ خۆیاندا بیان گوێزێتەوە.

ئەم هۆیەش بوە هۆی ئەوەی کە زاناکان بیر لە دروستکردنی ئەو دینەمۆیانە بکەنەوە کە مرۆڤ دەتوانێت بۆ هەر شوێنێک بچێت لەگەڵ خۆیدا بیگوێزێتەوە (generators portable) ئاکامی توێژینەوەکەش دووجۆر لە دینەمۆبوو، یەکەمیان بە سوتاندنی سوتەمەنی بەهۆی جوڵێنەرێکەوە کە لە جوڵێنەری ئۆتۆمبیل دەچێت کاردەکات، کە ووزەی میکانیکی و پاشان ووزەی کارەبا بەرهەم دێنێت، ئەم جۆرەش بڵاوترینیانەو زۆرترین بەکارهێنانی هەیە لەبەر هەرزانی نرخەکەی، بەڵام زۆر لە پیسییە هایدرۆکاربۆنی (HC) و هەروەها پیسیە نایترۆجینیەکانی (Nox) بەهۆی سوتاندنەوەی سوتەمەنیەوە لێدەکەوێتەوە. بەڵام ئەم جۆرە چوسیتیەکی کەمی هەیە لەبەر ئەو بەشە میکانیکیانەی کە تیایدایە.

بەڵام جۆری دووەمی دینەمۆ ئەوانەن کە ڕاستەوخۆ لە ووزەی گەرمییەوە ووزەی کارەبا بەرهەم دێنن بێ ئەوەی پێویستیان بە بەشە میکانییەکان بێت.

لەگەڵ ئەوەشدا کە ئەم تەکنەلۆژیایانە لە قۆناغی یەکەمینیاندان کەچی شوێنێکی گەورەیان داگیرکردووە بڵاوبونەوەیان لە کۆمەڵێک لە کۆمپانیا جیهانیەکانی پەترۆڵدا بەرفراوان بووە.

ئەم دینەمۆیانە لەسێ بەشی سەرەکی پێک دێن، یەکەمیان بەشی گەرمەو بە سوتاندنی گازی سروشتی یان گازی پروپان (C_3H_8) کە پلەی گەرمیەکەی دەگاتە 540°س گەرم دەکرێت، دووەمیان بەشی ساردەو پلەی گەرمییەکەی دەگاتە 140°س کە لە ڕێگەی دانەربەر هەواوە سارد دەکرێتەوە واتە گەرمیەکەی بە تیشک دانەوە وون دەکات. بەڵام بەشی سێیەم بریتیە لە کۆڵەکەیەکی گەرمیی thermopile کە بەشێکی کاریگەر و بنەڕەتی ئەم تەکنەلۆژیایەیە و پێک هاتووە لە دەزگایەک کە لە مادەیەکی دیاری کراو دروست کراوە ئەم مادەیەش خاسیەتێکی فیزیایی هەیە کە ئەویش دەرکردنی پرتە کارەباییەکانە لە ئەنجامی ئەو جیاوازی پلە گەرمیانەی کە دەزگاکە لە هەردوو لاوە هەستی پێدەکات، ئەم کۆڵەکە گەرمییە لە ڕابردوودا لە دەزگاکانی پێوانەکردنی پلە گەرمیە ژمارەییەکان (Digital) دا بەکار دەهێنرا.

لە کاتێکدا کە کۆمەڵێک لە نیمچە گەیەنەرەکان Semi conductors بەم کۆڵەکە گەرمییە دەگەیەنرێت دەتوانرێت جیاوازی پەستان و هەروەها تەزوویەکی بەردەوامی (D.C) لێ دەست بکەوێت.

ئەم تەزووە بەردەوامە لە زۆربەی بەکارهێنانەکانی وەک کارپێکردنی دەزگاکانی گەیاندنی شوێنی کۆمپانیا پەترۆلیەکانی بیابان و هەروەها کارپێکردنی هەڵدەرەکان و دەزگاکانی پێکەوەلکاندنی بۆرییەکانی کۆمپانیاکانی گواستنەوەی گازە پەترۆلیەکان Pipeline و زۆربەی بەکارهێنانە جیاوازەکاندا بەکاردەهێنرێت.

ئەو ووزانەی کە لەم جۆرە دینەمۆیانەوە دەردەچن دەگەنە نزیکەی (5000watt)، ئەم جۆرە دینەمۆیە لە جۆری یەکەمی دینەمۆ جوڵاوەکان باشترە لە:

1-پاک و خاوێنی سەلامەتی بۆ ژینگە زیاترە لەبەرکەمی ئەو گازو دوکەڵانەی کە لێی دەکەوێتەوە.

لە هەموو جۆرەکانی کەش و باری ئاووهەوا جیاوازەکاندا بەکاردەهێنرێت.

2-چوستیەکی بەرزی هەیە لەبەر نەبوونی بەشە جوڵاوەکان.

3-زیاد لە 20 ساڵ ئیش دەکات.

5-لە چاکسازیدا لە ساڵێکدا پێویستی بە کاتژمێرێک یان دووان هەیە لەبەرئەوە ئابوریترە بۆ ماوەیەکی درودرێژ لە کاتی ئێستادا ئەم جۆرە دینەمۆیانە لە کۆمپانیا گەورەکانی پەترۆل و کۆمپانیاکانی گازە پەترۆلیەکان و بۆریەکانی گواستنەوەی گاز بە دەوری جیهاندا بەکاردەهێنرێت وەک.

1-ئامکۆ بۆ بۆریەکان (وولاتە یەکگرتووەکان)

Amocopipeline (U.S)

2-نۆڤا بۆ گازەکان (کەنەدا)

Novagas (Canada)

3-سیکوات پەترۆل (چین)

Sichuan oil (China)

4-کۆمپانیای SSGS (پاکستان)

5-کۆمپانیای TGN (ئەرژەنتین)

ئێستا بیرلەوە بکەرەوە کە بۆ هەرشوێنێک بڕۆیت کارەبا هاوڕێی مرۆڤ و ژینگەیە لە هەموو شوێنێک.

تەنگژەی دەروونی.. هۆکانی و چارەسەری

پەرچڤەی: دیار ئەنوەر

دەستپێکێك بۆ تەنگژەی دەروونی:

تەنگژەی دەروونی: واتە گرژی‌و هەستی پەستی بەهۆی پەستانێکی دەرەکی یا ناوەکی کە هاندەر بێت بۆ توانای بیرو هزر لە مرۆڤی پێگەیشتوودا کە لەوانەیە هاندەرێکی پۆزەتیڤ بێت یا نێگەتیڤ‌و لە هەردوو حاڵەتەکەدا رۆڵێکی گرنگ دەبینێت لە پلەی لێهاتوویی کە بۆی هەیە لە ئاستێکی نزمدا بێت لە رووی کردارەکان‌و سەرچاوەکانی تەنگژەی پۆزەتیڤ زۆر پێویستە لە ژیانی مرۆڤدا چونکە بەبێ ئەوە مرۆڤ تووشی بێزاری‌و گێلی دەبێت بێجگە لەوەی کە مرۆڤ لەگەڵ ئەو ناهەمواریەدا سوودێکی زۆری پێدەبەخشێت لە رووی وریای‌و ئاگاداری‌و بەردەوام نوێی دەکاتەوەو فێری ژیانی دەکات تا دەگاتە ئەو پادەیەی کە ئەو ناهەمواریە ببێت بە سەرچاوەیەکی پۆزەتیڤ‌و سوودی لە ژیانی رۆژانەدا هەبێت‌و زیاتر هەوڵ‌و کۆشش‌و ماندووبوونەکەی ئاراستەی ئیشەکەی بکات بۆ بەدەستهێنانی داهێنانی نوێ لە کارەکەیدا کە دوور بێت لە تەنەگژەی نێگەتیڤ کە بە راستی مرۆڤ زەرەرمەند دەکات لە زۆر رووی ژیانەوە، بەڵام دەبێت ئەوەمان لە یاد نەچێت کە ئاستی تەنگژەکە دەبێت تەندروست بێت بەو شێوەیەی کە ژیانی رۆژانە تێك نەچێت‌و بە باشترین شێوە بەرێی بکات.

گرنگترین ئەو سەرچاوانەش ئەمانەی خوارەوەن:

*تەنگژەی دەروونی بە هۆی ژیانی هاوچەرخ‌و رۆڵی بەرچاوی مرۆڤ تیایدا:

ئەمەش کاتێك دروستدەبێت کە ژیان‌و تەندروستی مرۆڤ لە مەترسیدا بێت‌و لەبەر ئەو هۆیەش مرۆڤ دەخاتە ژێر فشاری دەروونییەوە کە بە شێوەی ئەزموونێکی ناخۆش بێتە بەرچاو ئەمەش وا لە لەش دەکات هۆرمۆنی ئەدرینالین زۆر برژێت لەناو لەشدا وەکو ئەو کەسەی کە خۆی ئامادە دەکات بۆ جەنگ یا ڕووبەڕووبوونەوەیەك.

*تەنگژەی دەروونی بە هۆی دڵەڕاوکێیەوە:

ئەم تەنەگژەیە کاتێك دروستدەبێت کە مرۆڤ سەرقاڵی هەندێك شت‌و بیرۆکەیە کە مێشکی داگیرکردووە بە شێوەی ڕووداوێکی ناخۆش کە ناتوانێت کۆنترۆڵی خۆی بکات تیایدا ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی کە مرۆڤ ڕابێت لەسەر تەنگژەو ببێت بە خۆگری تەنگژەی دەروونی بە هۆی هەڵسوکەوت و کارەندی‌و ژینگەیی:

رۆڵی چواردەورو ژینگەی کارکردن لەسەر ئاستی بەرهەم لە رووی تەرەبالغی ناو ژووری کارکردن یا بە هۆی بێزاری یا لەبەر دووری ژینگەی کارکرکردن لە بەکارهێنانی مەرجەکانی گونجاندنی نێوان کارمەندەکان‌و بەرپرسەکانی کارەکەیان یا نەبوونی ئاستێکی باشی پاك‌و خاوێنی یا دووری ژینگەی کارکردن لە مامەڵەی شیرینی نێوان کارمەندەکان.

*تەنگژەی دەروونی بە هۆی ماندووبوون لە ئیشکردنی زیاد لە پادەی تەحەمول: واتە هیلاکبوون‌و ماندووبوون‌و ئیشکردنی زۆر لە پادەبەدەر وەکو ئەوەی مرۆڤ ناتوانێت بە شێوەیەکی باش پەیڕەوی کارەکانی بکات بۆ ڕاپەڕاندنیان بە

شێوەیەکی ویستراو وەکو ئەوەی مرۆڤ ئیشێکی زۆر بە دوا ئەنجام بگەیەنێت و دواتر دەبێت بە هیلاکی لەبەر ئەوەش دەبێت شێوازی بەرەنگاربوونی تەنگژەکە هەمەچەشن بێت بۆ چاککردنی ڕێگاکانی زاڵبوون بەسەریدا.

***ئەو تەنگژەیە بە هۆی کارو پیشەوەو ژینگەی کارەوە تووشی مرۆڤ دەبێت:**

وەکو پێشتر ئاماژەمان پێدا، تەنگژە لە ئەنجامی چەند هۆیەکی جۆراوجۆر، کاتێک مرۆڤ تووشی دڵەڕاوکێ و ئاگادارببوونی بەردەوام دەکات یا نەبوونی پشوو لە نێوان کارکردن و وەختی خودی مرۆڤ خۆی و گرنگترین ئەو هۆیانەی دەبنە هۆی دڵەڕاوکێی ئەم خاڵانەی خوارەوەیە.

1-ڕۆڵی ژینگەی دەوروبەرو کارەندی مرۆڤ:

دەبینین مرۆڤ وا هەست دەکات ئەو کارەی دەیکات بۆتە هۆی گرژییەکی بەردەوام لە لای بە پێی ئەو کارلێکانەی کە ڕۆڵیان هەیە لەناو ژینگەی کارکردن و دەوروبەری کارەکەو پەیوەندی نێوان کارمەندان و بەرپرسانی کارکردن و لە دیارترین ئەو کارلێکانەش:

1-جەنجاڵی لە شوێنی کارکردن (بۆ نموونە) کۆبوونەوەی ژمارەیەکی زۆر لە کارمەندان لە ژوورێکی بچووکدا ئەمە دەبێتە هۆی دروستبوونی ژاوەژاوو دەنگی بەرز کە تەرکیز کەم دەبێت لەسەر بابەتی ئیشەکە.

2-بێزاری و نەبوونی ڕێکخستن.

4-نزمی ئاستی پاک و خاوێنی یا نەبوونی.

4-پیسبوونی ژینگەی کارکردن بە هەموو جۆرەکانیەوە.

5-بەرنامەو پلانەکانی کارکردن بێ ڕێکخستن.

*ئەو خۆراکەی مرۆڤ دەیخوات:

خواردنی هەندێک جۆری خواردن و خواردنەوە دەبێت چاودێری بکرێت بە پێی ئەم ڕێنماییانەی خوارەوە:

1-کافایین: ئەمە جۆرە پێکهاتەیەکە کە ڕێژەی تەنگژە زیاد دەکات و دەبێتە هۆی ئەوەی تووڕەبوون لای مرۆڤ تەشەنە بکات.

2-شیرینی: وەکو نەستەلەو گاتوو محەلەبی و شتی دی لە جۆری شیرین، زۆرێک لەو پێکهاتە شیرینیان دەبێت بە وزەیەکی بەرز لە ماوەیەکی کەمدا بەڵام هەمان وزە دادەبەزێت بە شێوەیەکی بەرچاو باش کەمێک لەو بەرزبوونەوەیە ئەمەش دەبێتە هۆی ڕژاندنی هۆرمۆنی ئینسۆلین بە بڕێکی زۆر لە لەشدا بۆ ڕێکخستنەوەی ئەو بڕە شیرینیە.

3-بەکارهێنانی خوێ لە خواردندا بەزۆری دەبێتە هۆی بەرزە پەستانی خوێن و مرۆڤ تووشی ژەهراوی بوونی کیمیاوی دەکات کە ئەمەش دەبێت ڕێکبخرێتەوە بە بەکارهێنانی دەرمان بۆ ڕێککردنەوەی ئەو تێکچوونانەی تووشی لەش دەبن.

4-خواردنی ژەمی ناتەواو یا نادروست لە خواردن ئەمەش دەبێتە هۆی تێکچوون لە لەشداو لە دواتریش ڕێگەخۆشکەرە بۆ تووشبوون بە تەنگژەی دەروونی.

شێوەی کارکردنی مرۆڤ و شێوازی ژیانی:

لەو دیاردە دەرکەوتووانەش:

1-بڕێکی کەم یا زۆر لە کارکردن.

2-ئیشکردنی مرۆڤ دوور لە ئەزموونەکەی و شارەزایەکانی پێشوویدا.

3-تەگەرەکانی بەردەم ڕێی کارکردن و بە فیڕۆدانی کاتی ئیش.

4-کاتی دیاریکراو بۆ کارێک پابەندبوونی پێوە.

5-خۆگونجاندن لەگەڵ گۆڕانەکانی پێشکەوتن و نوێگەری.

6-گۆڕانکاری لە شێوازی ڕەوتی کارکردن.

7-کەمی زانیاری و ئامۆژگاری و پشتگیری کردن.

8-نەبوونی ئامانجی ڕوونی ویستراو.

9-نەبوونی چاوەڕوانکردنی ڕوون لە بەرپرسی کارەکەت لەسەر بە ئەنجامگەیاندنی کارەکانت.

10-بەرپەرسیارێتی لە کارمەندانی کارو بودجەی کارەکەو ئاکتەرەکانی بەرهەمهێنان.

11-پاشەڕۆژی کارمەندەیی و بەرزبوونەوەو تواناو بەهرە داواکراوەکانی و پەرەپێدانیان.

12-کاروباری ناو دەزگا کە یا نێوان مامیلەکان.

13-کاروباری خودی مرۆڤ خۆی کە تووشی دەبێت لەناو ژینگەی خێزاندا.

ماندووبوون لە کارکردن یا کارکردنی زۆر:

زانای بەڕێوەبردن و ڕەفتارەکان (دەیڤید لویس) لە تۆژینەوەیەکدا کە بە ئەنجامی گەیاندبوو دەریخست کە، ماندووبوون و کارکردنی زۆر دەبێتە هۆی دروستبوونی

تەنگژەو ناڕامی لە مرۆڤداو ناوی نا نەخۆشی (پەلەکردن) واتە مرۆڤ ئەو ئیشەی پێی سپێردراوە هەوڵەدات بە خێرایی تەواوی بکات، ئەمەش دەبێتە هۆی خراپبوونی ئەنجامەکانی ئەو کارانەی دەیکات کە پەلەی لێدەکات و لە دواتردا دەبێتە زیادکردنی ناڕامییەکەی کە هەیەتی و دەبێتە جۆرەها نەخۆشی مێشک و جەستەیی.

تەنگژەو ناڕامی و دڵراوکێ کە مرۆڤ بۆ خۆی دروستی دەکات:

کەسایەتی بە گشتی دەکرێت بە دوو بەشی سەرەکییەوە وەکو جۆر (أ) و جۆری (ب)

جۆری (أ): ئەو کەسانە دەگرێتەوە کە ژیانیان هەمووی لە تەنگژەی دەروونیدایەو لەسەری ڕاهاتوون بە شێوەیەکی بەردەوام.

جۆری (ب): ئەم جۆرە کەسانە پێگەیشتوون و هێمن و بە ئارامن، لە هەموو کاروبارەکانیاندا چ لە ڕووی کارکردن یا لە ژیانی تایبەتی خۆیان.

چۆنێتی بەرەنگاربوونەوەی ئەم تەنگژەیەو چارەسەری:

کاتێک مرۆڤ تێدەگات تا چ ئاستێک تەنگژەکە کاری تێکردووە کە بە شێوەیەکی پۆزەتیڤ کارامە بێت بە پێی پلانێکی پێشوەختی داڕێژراو کە ئیشی لەسەر بکرێت و ئەم پلانانە بۆی هەیە بە شێوەی وەرزش بێت یا بەرنامەی خواردن بێت یا لە ڕێی چاککردنی بەرنامەی ژیان بە گشتی و ژینگەی کارکردن و دەوروبەری مرۆڤ کە تیایدا دەژی، بەشێکی دیکەی ئەم پلانانە ئەوەیە کە سەرپەرشتیاری کار گفتوگۆ بکات لەگەڵ ژینگەی چواردەورو کارمەندەکانی کار بۆ گەیشتن بە ئەنجامی ویستراو لە کارکردن ئەمەش لە ڕێگەی ئەمانەی خوارەوە:

1-باشترکردنی شێوەکانی مامەڵەکردن لەگەڵ ژینگەی کاردا.

2-مەشق پێکردنی کارمەند بۆ بەڕێوەبردنی کارێکی دیاریکراو.

3-دانانی پلانی کارکردن بۆ ئەو شتانەی لە کارکردن جێی مەبەستە بە ئەنجام بگەیەنرێت.

4-داوای هاوکاری و پشتگیری بەرپرسی ڕاستەوخۆی کارەکە.

5-کڕینی کەلوپەل و پێویستییەکانی کارەکەو دابین کردنی.

6-پاک وخاوێنی لە ژوورەکانی کارکردن بۆ هێنانەدی بەرهەمی بەنرختر.

7-پشوودان بە خود بۆ کەمکردنەوەی هیلاکی بە شێوەیەک کە پشووەکە بە پێی ماندووبوون بێت.

8-نووستن لە سەعات 10: شەو بۆ گەیشتن بە ئیسراحەتی تەواو.

9-کەمکردنەوەی خواردنەوەی وریاکەرەوەکان وەکو (چاو قاوە) ڕۆژانە.

10-گفتوگۆکردن لەگەڵ ئەندامانی خێزان بۆ بەسەربردنی کاتێکی دیاریکراو بە یەکەوە ڕۆژانە.

چۆن شێوازی مامەڵەکردن بگۆڕین لەگەڵ ئەو تەنگژەیەدا کە لەگەڵمانداید؟

لە سەرەتادا زۆر شێواز هەن بۆ بەرەنگاربوونەوەی (تەنگژەی دەروونی) واتە زاڵبوون بەسەر ئەو گرژی و ئاڵۆزیانەی کە هەستی پێدەکەین و لەو ماکانە ئەمانەی خوارەوە:

1-دانانی پلانێک بۆ پسپۆڕەوکردنی و بەڕێوەبردنی کارەکانمان بە باشترین شێوە کە بگونجێت لەگەڵ ژیانی ئەو کەسە کە گونجاریش بێت لەگەڵ بەرنامەی کاتی کارەکەو گفتوگۆکردن لەگەڵ هاوبەشی کارەکان و کەسانی دیکەو باسکردنی شتە باش و خراپەکان چونکە بەبێ ئەمە خۆی ئەو ناخە دەتەقێتەوەو دێتە دەرەوە ئەو هەستە شاراوانە بە خراپی.

2-هەبوونی وەختێکی دیاریکراو بۆ پشوودان بە خودی خۆت لە بەرژەوەندی خۆتدایە. بێگومان چونکە دەبێتە هۆی کەمکردنەوەی کێشەی ناو ژینگەی کارکردن.

3-پێویستە فێری وتنی وشەی (نەخێر) ببێت چونکە دەبێتە هۆی زامن کردنی باش بەڕێوەچوونی کارەکان و پەلەنەکردن و فەرامۆش نەکردن لە کاردا.

4-خوێندنەوەی شێوازی کارەکەو ئاستی بەڕێوەچوونی کە مرۆڤ بتوانێت کۆنترۆڵی تەنگژەکەی بکات و خۆو دوورخستنەوە لە ڕووداوە نامۆکان بە شێوەیەکی کاتیش بێت ڕۆژانە بە مەبەستی گۆڕینی شێوازی مامەڵەی مرۆڤ لەگەڵ ئاستی تەنگژەکەو فەرامۆش کردنی شتی بێبایەخ.

5-هاوکاری ئەو کەسانە بکە کە داوات لێدەکەن هاوکاریان بکەیت، چونکە ئەم کارە دەبێتە هۆی وره بەرزی بۆ خۆت و بۆ بەرامبەرەکەشت.

بە ڕاستی کاتێک مرۆڤ دەکەوێتە ژێر فشاری توندی تەنگژەوە بۆ کاتێکی کەمیش بێت بەڵام بە شێوەیەکی بەردەوام لە سەری دەبێتە هۆی لاوازبوونی تواناو ئامادەکارییەکان ئەو کەسە کە ئەزموون و شارەزاییەکانی پێشووی تووشی شێوەیەک لە شێوەکانی وەستانی بکات کە دەبێت مرۆڤ خۆی هانی خۆی بدات بۆ خۆ گونجاندن لەگەڵ ژیان لەگەڵ ئەو تەنگژەیەدا بتوانێت هەماهەنگییەک دروستبکات لە نێوان هەستەکانیداو لەگەڵ ئەو کردەوانەی پێویستە بکرێت بۆ زاڵکردنی خود بەسەر پەستی و ناڕەحەتی دەروونی و ئەمەش یارمەتیدەرە بۆ نوێکردنەوەی ژیان و

دۆزینەوەی چارەسەری جۆراوجۆر بۆ کێشە جیاوازەکان بۆ گەیشتن بە دواڕۆژێکی پڕ لە لەرەەم و هەبوونی تەنگژە بۆ ماوەیەکی دوورو درێژ و نەتوانینی مرۆڤ بۆ ئاراستەی و کۆنترۆڵکردنی.

ئەو کێشانەی کە دەبنە هۆی دروستبوونی تەنگژە

کاردانەوەی نێگەتیڤی ئ دەکەوێتەوە لەسەر توانا و ئامادەکارییەکانی مرۆڤەکان وەکو ئەم خاڵانەی خوارەوە:

١-هیلاکی و ماندووبی.

٢-دابەزینی وزە.

٣-تووڕەبوونی بەردەوام.

٤-ڕووخاندنی خودی و دەروونی.

ئەو فاکتەرانەی دەبنە هۆی زاڵبوون بەسەر ئەو تەنگژەیەدا چین؟

پارێزگاری کردنی ئەو فاکتەرانەو سەرچاوەکانی بە ڕێگەچارەیەکی گونجاو و سەرکەوتوو دادەنرێت بۆ زاڵبوون بەسەر ئەو تەنگژەیە پێویستە ڕۆڵی تەنگژەکە دیاری بکەین لەسەر ئاستی هەستی مرۆڤ بەرامبەر بە خۆی (بۆ نمونە) لە ماوەی کاژێرێکدا هەموو ئەو شتانە بنووسە کە سەرچاوەی ناخۆشی و ئەگەر بە خێرایی سەرنج بدەین بۆ ئەم خاڵانە:

١-ئەو تەنگژەیە لە چ وەختێکدا ڕوویدا؟

٢-ئاستی ئەو تەنگژەیە، و پێدانی پلە پێ لە ١ بۆ ١٠؟

٣-ئاستی هێمنی و ئارامی و دڵخۆشی؟

٤-تا چ ڕادەیەک تۆ ڕازیت لە ئیشەکەت؟

٥-ئاستی بەڕێوەچوونی کارەکان؟

لە خۆت بپرسە ئایا؟

أ-ئەو ڕووداوە چییە؟

ب-کەی ئەمە ڕوویدا؟

ج-ئەو فاکتەرانە چین کە بوون بەم تەنگژەیە؟

د-ئاستی ئەو تەنگژەیە چییە و چی بووە؟

هـ-چۆن مامەڵەم کرد لەگەڵیدا؟

٢-ئایا من دەزانم لە کۆیەوە ئەم هەستەم پەیداکرد؟

٧-ئایا توانیم بە سەرکەوتوویی خۆم دەرباز بکەم لە تەشەنەکردنی ئەو تەنگژەیە؟

دوای چەند ڕۆژێک لە تۆمارکردنی ئەم فاکتەرانە پێویستە سەیری بکەیتەوە تا بزانێت شێوەی مامەڵەکەو چۆن بووە لە کاتی تەنگژەکە بە مەرجێک سەرنج بدەین بۆ ئەم چەند خاڵەی خوارەوە:

أ-ئەو بەسەرهات و شتانەی کە مرۆڤ تیایاندا دەژی و ئەو ئیشەی کە بە دوا ئەنجامی دەگەیەنێت ئایا گونجاوە لەگەڵ ویستی خۆی یا لە کاتی تەنگژە کە تواناو بەهرەکانی کز دەبن یا لاواز دەبن.

ب-سەرچاوەکانی تەنگژەکە کە مایەی گرژی و پەستیە ئایا ئەو سیستمەی تۆ پەیڕەوی دەکەیت لە ژیاندا ئایا؟

١-بە سوودە؟ ٢-سەرکەوتووە؟ یا نا

ڕۆڵی بەڕێوەبەری کارکردن لە ڕووبەڕووبوونەوەی سەرچاوەکانی تەنگژە؟

بەڕێوەبەری کارکردن ڕۆڵێکی زۆر گرنگ دەبینێت لە ڕووبەڕووبوونەوەی کێشەکانی ژینگەی کارکردن کە ڕێدەگرێت لەو کارمەندانەی کە خواستی ئەوەن کە ئاژاوە بنێنەوە لەناو دەزگاکانی کارکردن بە پێی پلانێکی داڕێژراوو بەکەڵک بۆ بەرژەوەندی بەڕێوەچوونی کارەکە بەو شێوەیەی کە ویستراوەو ئیشی بۆ کراوە ئەمەش لە ڕێگەی هاوکاریکردنی کارمەندانی کارەکەو پشتگیری کردنیان لە ڕووی معنوی بۆ نەهێشتنی خاڵی لاوازو نەویستراو لە کارکردن، ئەمەش زۆر لە ئاستی ترس و دڵەڕاوکێ کەم دەکاتەوەو بەرهەمی کار زیاد دەکات و ژینگەیەکی لەبار دەهێنێتە ئاراوە.

بۆچوونی گشتی و ئامانجەکانی:

تەنگژەی دەروونی لەوانەیە تووشی هەموو کەسێک ببێت، بەڵام زۆربەی کات لەژێر چاودێری کەسەکە خۆیدایە، تەنگژەی دەروونی کاتێک ڕوودەدات کە چەند مەرجێک تیایدا بوو وەکو بوونی ستریس بە هۆی زۆربوونی چالاکی و سەرقاڵی مێشک، ئەمەش نیشانەیەکی باشە مانای وایە کە ئەو مرۆڤە تەندروستی گشتی بەهێزەو کەسێکی کارامەیە بە شێوەیەکی بەردەوام و پێویستە سەرنج بدەین بۆ ئەم خاڵانەی خوارەوە بۆ زیاتر ئاشنابوونمان:

١-هەبوونی تەنگژەی پۆزەتیڤ پێویستییەکی ڕۆژانەیە بۆ زاڵبوون بەسەر ڕۆتینی ژیانی ڕۆژانەدا.

٢-هەبوونی تەنگژەی دەروونی نێگەتیڤ کاردانەوەی خراپی هەیە لە سەر تواناتی مرۆڤ بۆ پەرەپێدانی تواناکانی.

٣-باشترین شێواز کە بەکاردەهێنرێت لە چاردەسەردا بریتین لە:

١-مەشقی جەستەیی وەکو وەرزش.

٢-مەشقی مێشکی.

لەبەرئەوە دەبێت تەنگژەی دەروونی چاودێری بکرێت بۆ گەیشتن بە ژیانێکی کارامەیی و پڕ لە خۆشی.

لە کۆتاییدا:

پێویستە هەمیشە مرۆڤ ئەوەی لەبەرچاوبێت کە ژیان هەمیشە هەموو شتەکانی بە دڵ و ئارەزووەکانی ئەو نابێت و گەلێک ڕووداوو دیاردە لە ژیاندا ڕوودەدەن و دەردەکەون کە هەرگیز مرۆڤ خۆیانی بۆ ئامادە نەککردوە بەڵام مرۆڤی ڕۆشنبیر و خاوەن ئەزمون هەمیشە بە چاویلکەی سروشتی سەیریان دەکات و نایەلێت تەنگژەیان ببێتە خەمێکی ڕوخێنەر و ژیانی هەراسان بکات بەڵکو هەمیشە لە لاپەڕە ناخۆش و تاریکەکانی ژیانیەوە لاپەڕەی ڕوون و جوان و بی گری لە دایک دەبێت.

بۆچی منداڵەکەم حەز لە خوێندنگە ناکات؟

نوسینی: دکتۆرە هالە حیلمی

پەرچڤەی: بەیان محەمەد

زۆربەی زۆری منداڵەکانمان حەزناکەن بچن بۆ خوێندنگە، یان خوێندنی وانەکانیان پشتگوێ دەخەن، لە پشتی ئەم کێشەیەشەوە هۆی زۆر هەیە، یەکێك لەو هۆیانە لەوانەیە ئەو خەمو ئازارە بێت کە منداڵ بە هۆی خێزان یان خوێندنگەوە تووشی دەبێت.

زۆربەی منداڵان بەردەوام حەزیان لە خوێندنگەو وانەکانیان نییە هەتا وایان لێدێت بێتوانا دەبن لە خوێندنا و پاشانیش سەرنەکەوتن، ئایا دەتوانین ئەمە بگەڕێنینەوە بۆ ئاستی زیرەکی منداڵ؟

-سەرنەکەوتنی منداڵ دەگەڕێتەوە بۆ کۆمەڵێك هۆکار کە لەوانەیە پەیوەندیان بە ئاستی زیرەکی منداڵەوە نەبێت، یەکێك لەو هۆکارانە بەرنامەی خوێندنو کۆمەڵ و ماموستایانیش، و هەروەها ئەو کتێبانەی کە دەخوێندرێن سەرنجراکێشنین و منداڵ چێژیان لێنابینێت و تەنها جەخت لەسەر لایەنی فێربوون دەکەنەوە دووردەکەونەوە لە لایەنی وێژدانی و سۆزداری.

لێرەدا منداڵ خۆی لە نێوان خەڵکیدا نادۆزێتەوەو هەست بە بوونی خۆی ناکات و سەرکەوتن بەدەست ناهێنێت و لە هەمان کاتدا خۆی لە دەرەوەی مالۆ خوێندنگە دەبینێتەوەو هاوڕێی خراپ جێگای ئەو لایەنە خراپەی بۆ دەگرێتەوە کە هەستی پێدەکات بۆ دروستبوونی خۆی، و لێرەدا ئارەزووە خراپەکان بەدەست دەهێنێت، کە وای لێدەکات مرۆڤێك بێت لە دەرەوەی یاسا.. و نابێت لێرەدا پرۆلی خێزانمان بیر بچێت کە لەوانەیە هەندێك جار خێزان خۆی ببێتە هۆی دروستبوونی مرۆڤێکی نەگونجاو بۆ خوێندن و ڕێك نەکەوتنی لەگەڵ ژیانی خوێندنگەدا، ئەمەش لە ئەنجامی گرنگی نەدان بە منداڵەکەو تێرنەبوونی لە پێداویستیەکانی و تووشبوون بە بێ هیوایی.

هەروەها نازپێدانی زۆریش لە لایەن خێزانەوە لەوانەیە ببێتە هۆی سەرنەکەوتنی لە خوێندن.

پ/ بۆ ئەوەی قۆناغی منداڵی سەرنەکەوتوو لە خوێندن دیاری بکەین دەپرسین: ئەو منداڵانە کێن و چۆن تەمەنی منداڵی دیاری دەکرێت؟

-منداڵی وچانێکی فراوانە کە لەدایکبوونی منداڵەوە دەستپێدەکات هەتا قۆناغی هەرزەکاری، ئەم ماوە فراوانە بۆ قۆناغەکانی تەمەن، دابەش دەبێت و هەر قۆناغێکیش تایبەتمەندێتی و سیفەتی خۆی هەیە، هەندێك جار ئەم قۆناغە لە خوێندنگەدا نەبێت دیاری ناکرێت، و قۆناغی منداڵی بەردەوام دەبێت هەتا تەمەنی 21 ساڵی بە پێی هەندێك یاساو بۆچوون، بەڵام یاسایەکی دی هەیە کە تا تەمەنی 18 ساڵی دیاریدەکات.

پ/ هەندێك منداڵ پەنا دەبەنە بەر خۆدزینەوە لە خوێندنگە دوای سەرنەکەوتنیان لە خوێندن ئایا ئەم خۆدزینەوەیە بە دیاردە دادەنرێت؟

-نەخێر بە دیاردە دانانرێت، تەنها حاڵەتی دووبارەبوونەوەیە کە لە ئەنجامی کاردانەوەی ئەو بارودۆخەو هۆکارانەی کە منداڵ تووشی دەبێت ڕوودەدات.

پ/ ئەگەر وامان دانا نزمبوونەوەی ئاستی زیرەکی منداڵ یەکێکە لە هۆکارە بەرپرسیارەکان لە سەرنەکەوتنی منداڵ لە خوێنداندا، ئایا بە تەنها زیرەکی بەسە بۆ دیاریکردنی ئاستی خوێندکار؟

-بەڵێ پەیوەندیەکی بەتین هەیە لە نێوان دەستکەوتنی خوێندن و زیرەکیدا، و لێکۆڵینەوەکان جەخت لەسەر ئەوە دەکەن

ئەگەر ئاستی زیرەکی تاك بەرزبووەوە ئەوا ئاستی دەستکەوتیش بەرزدەبێتەوەو بە پێچەوانەشەوە.

پ/ چۆن دەتوانین ئەو بەشە باشەی کە لە منداڵدا هەیە ئاشکرای بکەینو گەشەی پێبدەین؟

-هەموو مرۆڤێك لایەنێکی باشی هەیە کە لە خەڵکی دی جیای دەکاتەوە، و خێزانو خوێندنگە دەتوانن لایەنی باشە لە منداڵدا ئاشکرا بکەنو و لەلای خۆشەویستی بکەن، و هەروەها دەشتوانن پەنجە بخەنە سەر لایەنی خراپو ئەو کەمو کوڕیەی کە هەیەتیو بە شێوەیەك چاکی بکەن کە بگونجێت لەگەڵ مێنانەدی تەواوی ئامانجەکان لە کەسایەتی منداڵدا.

سەرکەوتن دەبێتە هۆی سەرکەوتن.

شوێنەوارە دەروونییەکان بەستراون بە سەرنەکەوتنی منداڵ لە خوێندندا: بێگومان ئەم شوێنەوارانە ترسناکە، لەبەرئەوەی منداڵی سەرنەکەوتوو لە خوێندندا خوێندنەکەی تەواو ناکات و دوادەکەوێت لە هاوڕێکانی، و زۆربەشیان لەوانەیە پەنا بەرنە بەر وازهێنان بە تەواوی لە خوێندنو لێرەدا وای لێدێت دەکەوێتە بەردەم حاڵەتێك لە (بێبەشبوونی پەروەردەیی) ئەمەش دەبێتە هۆی پێویست بوونی منداڵ بە چاودێری زۆر، و نابێت ئەم لایەنەش پشتگوێ بخرێت لەبەرئەوەی دەرچوونی منداڵ لە بازنەی زانیاری وای لێدەکات کە لە حاڵەتی ئاراستەکردندا بێت بۆ هۆکارە کۆمەڵایەتیە خراپەکان لەوانە خووگری کۆمەڵی هاوڕێ و خزمو کەسی کە لە هەمان تەمەنی ئەودان.

چارەسەرکردن چۆن دەبێت؟

ئەگەر فێربوون خۆی ئاراستەکراو هەبێت بەمە زانیاری فێربوون گونجاو دەبێت لەگەڵ سروشتی منداڵو پێویستەیکانیدا، و دەبێت خوێندنگە بە بەردەوامی کاربکات بۆ وروژاندنی پاڵپێوەنەرەکانی خوێندکارو ئارەزووەکانیو خۆشەویستی بۆ فێربوونو زانیاریەکانی، و خوێندنگە تەنها ئەوە نییە کە زانیاری بگوێزێتەوە بۆ خوێندکار، خوێندنگە ئەو زانیاریە خۆشانەیە کە لەگەڵ گەشەی خوێندکاردا گونجاوە. و هەروەها ژینگەی خوێندنگە پێویستە دەوڵەمەند بێت بە چالاکییەکانی ژیان کەوا لە خوێندنگە بکات کە منداڵ ژیانێك تیایدا بژی کە فێری کۆمەڵێك لەو زانستانە بێت کە بەستران بە ژیانی رۆژانەیەوە لەناو کۆمەڵدا، و لێرەدا جەخت لەسەر پێویستی گرنگیدان بە چالاکییە جۆراوجۆرەکانی خوێندنگە دەکەین لەگەڵ لایەنی خوێندنو وەرگرتندا، ئەو کارەی کە بەوارە جیاوازەکان بۆ منداڵ دەرەخسێنێت هەتا پێویستیە دەروونیەکانی پێ تێربکات ئەوە بەرزترین ئاستی پاڵپێوەنەرەکانی خوێندنگەیە وەکو ئەو وتە ئینگلیزیەی کە دەڵێت (سەرکەوتن دەبێتە هۆی سەرکەوتن) و ئێستا ئەم ڕۆڵ بینینە بارگرانیەکی گەورەیە لەسەر خێزان دروست دەکات لەبەرئەوەی ڕۆڵی هاندانو ئاسانکردنی کردارو زانیاریەکانی دەبینێت کە منداڵ فێری دەبێت لە نێوان ماڵو خوێندنگەدا. و ئامۆژگاری باوکانو دایکات دەکرێت بەوەی کە هەست بە گرنگیدانی منداڵەکانیان بکەنو هەموو ئەو دەرفەتانەیان بۆ بڕەخسێنن کە تیایدا منداڵ لێهاتووی خۆی تیادا بەکاربهێنێتو وای لێبکات پشت بە خۆی ببەستێت.

گۆڕینی کینە بۆ خۆشەویستی!

پ/ ئایا نامۆ نییە کە منداڵی هەڵهاتوو لە خوێندن لە دەرەوەی خوێندنگەدا سەرکەوتن بەدەست بهێنن لەگەڵ ئەوەی کە لە خوێندندا سەرکەوتوو نەبووە؟

لەوانەیە ئەمە ڕووبدات بە هۆی چەند هۆیەکەوە لەواتە هۆی ئابوری کە لە هەندێك ناوچەی گوندنشیندا باوکان پاڵ بە منداڵەکانیانەوە دەنێن بۆ ئیشکردنو ناهێڵن بخوێنن کە ئەمەش لە پێناوی پەیداکردنی بژێوی ژیاندایە، ئەمەش وا لە منداڵ دەکات توانای منداڵەکە دەردەکەوێت کە لەگەڵ خوێندنگەو خوێندندا ناگونجێت.

پ/ ئایا دەتوانین کینەی منداڵ بەرامبەر بە خوێندنگە بگۆڕین بۆ خۆشەویستی؟

بێگومان ئەگەر خێزان منداڵەکەی خستە بەر ئەو خوێندنەی کە لەگەڵ توانایدا دەگونجێت، و ئەگەر پەروەردە بە خێزانیشەوە هەوڵیدا بەهرەی منداڵ ئاشکرا بکات لە ماوەی تێکەڵبوونێکی ئازادانەی ڕاستەوخۆو تێبینییەکی ورد لە لایەن مامۆستاو دایکو باوکەوە، و خێزانیش دەتوانێت ڕۆژانە تێبینی هەڵسوکەوتو وەڵامدانەوەی منداڵەکەی بۆ کارتێکردنە دەرەکیەکان بکات بۆئەوەی بتوانێت بڵێت منداڵەکە لە لایەنێکی دیاریکراودا بەهرەمەندە.

پ/ بۆچی داهێنانەکانی منداڵ لە دەروەی خوێندنگەدا زیادناکرێت بۆ داهێنانو سەرکەوتنەکانی لە خوێندندا؟

ڕێژەی داهێنانەکان لە جیهاندا لە 2٪ لە هەر کۆمەڵگایەکی گەورەدا تێپەڕناکات، لەبەرئەوە بە تەنها ئەوە بەسە یارمەتی منداڵ بدەین بۆ گەشەکردنی توانای لەناو پۆلی خوێندندا، و لەناو خێزانیشدا پێش سەرنەکەوتن یان هەڵهاتنی لە خوێندن.

لێرەدا دەڵێین منداڵ بێ تاوانەو ئەو کینەیەی کە بەرامبەر بە خوێندنگە هەیەتی لە ئەنجامی ئەو نەهامەتیەیە کە خێزان یان خوێندنگە یان هەردووکیان پێکەوە تووشیان دەبێت، و لەسەر هەردووکیان پێویستە بە یەکەوە ئەم کینەیە بگۆڕن بۆ خۆشەویستی بەمەنداڵەکەمان خوێندنگەیان لا خۆشەویست دەبێت.

لەوجیو بابەتە زانستیە پوتەکانەوە:

ڕۆشنایی دەروون

من خواوەندم لەخۆم دا پەیدا کردو عاشقی بووم

نوسینی: نتوزاك شانگ

پەڕچڤەی: ئەمیرە محەمەد

ئەمڕۆ لەئاوێنەدا تەماشای خۆم کردو لەو وێنەیەی کەبینیم بێزار بووم. وێنەکە نەی دەوت من کێم، بەڵام زۆربەی وێنەکان حەقیقەت نالێن. ڕووالەتو جلوبەرگ حەقیقەت نالێن، جوانی ژن هیچ پەیوەندییەکی بەروالەتیەوە نیە. جوانیی ڕۆشنایی ناخە کەدەرەوشاندنەوەیەکی تایبەت بەژن دەدات. زۆربەی ژنان لەم جوانییە بێ ئاگانو یان بێ ئاگایانە پەنهان دەکەنو نکۆڵی لەبوونی خودی خۆیان دەکەن. ئەوەی کە ئێمە گرنگی پێ نەدەین بە نەبینراوی ماوەتەوەو بەو بەڵگەیەوەیە کە ڕەوشی گۆڕانکاری و گەشەی مەعنەوی ڕووالەت تەنها (موسەکین)یکە بۆ کاریگەریتی ستەمە زیانبەخشەکانی کۆمەڵگە.

کۆمەڵگە بەرنامە بۆ ژیانو پیشەکانمان دادەڕێژێت لە دەرەوەی قۆناغی ئاگایی و کەلتوری بساو تاوانبار لێ بکەن باوەڕبەوە بهێنین کە ئێمە وەك ژن بەدبەخت نین. ئەگەر ئێمە هوشیار نەبینو بەڕۆشنایی دەروونی خۆمان نەگەین، دەبینە زەوییەکی پڕ پیتو بەرەکەتی فکری تاریکو دروێنەی کۆمەڵ.

ژنێك کەهوشیارە دەزانێت کە خۆی ڕۆشنایی ئەم دنیایەیە. ئەگەر ئێمە باوەڕمان بەم ڕۆشناییەیە هەبێت. ئەگەر ئێمە ئیمان مان هەبێت ئیتر پێویستیمان بەدەسەڵاتو هێزی دەرەکی نیە. ئێمە خۆمان بەرپرسی ئەم تێڕوانینەین کەخۆمان چۆن ببین بەبێ ئەوەی گرنگی بەو وێنایە بدەین کەلێیان دروست کردوین.

لەژوربەی کۆمەڵگەکەمان دا بەشێوەیەکی باو ئێمەیان بە بونەوەرێکی پلە دوو داناوە. تەنها جیهانی ڕۆشنەوە بوو و ڕۆشنگەرا دەتوانێت بەهای واقیعی ژنان و پیاوان ناشکرا کات.

ئێمە شکۆمەندین. چونکە بەهاو شکۆمەندیی یەکەمان لەخواوەندەوەیە. هەرچەندێك وشیار بین و پەیوەندی خۆمان لەگەڵ خوادا بپارێزین زووتر لەترسە درووێنەکانی جیهان ڕزگار دەبین. دەسەڵاتی تاك و هوشیاری، موعجیزە دروست دەکات. گەشەی ژن لەیەخسیریی یەوە بۆ دەسەڵات. گۆڕینی ناڕاستەیە بەرەو جیهانی نوێ و دووبارە دۆزراوە. تەنها ڕەزامەندی خواوەندت بوێت چونکە، ئیرادەی ئەوە کە ئێمە جوان باش و دانابن.

و ئیرادەی خواوەندیشە کە ئێمە هەموومان شاد بین – شادمانی بەرەکەتێکی خواوەندە، ئەمڕۆکە ژمارەیەکی کەمی مرۆڤەکان بەواقعی شادمانن. چونکە جیهان بۆتە شوێنێکی پڕ لەترس و نیگەرانی. کاتێك کە ترس زەمینمان ڕێ نوێنی بکات بەرەو تاریکی مان دەبات و بەبێ ڕۆشنایی شادمانی نابینین. وا دانراوە مرۆڤەکان شادمان بن، بەبێ شادمانی ڕۆح و گیانی ئێمە خەمو پەژارە وای دەگرێت.

ئەو وتەیەی کەدەڵێت. خەمو پەژارەی مرۆڤ. خواوەند شاد دەکات و ئەگەر بەرگەی ئازارو دەردەسەری بگرین پاك و بێ گەرد دەبینەوە، ئەندێشەیەکی فریو دەرەو کاریگەرێتی یەکەی دەروون وێران دەکات.

حەقیقەت ئەوەیە کە ئێمە نەبە خەمو پەژارە پاکتر دەبینەوەو نە خواوەندیش پازی دەبێت.

–تەنها ئەو دەروونانە شادەبن کە ئەم جۆرە بیرۆکانە دەڕێژنە زەینی مرۆڤەوە. چونکە. خەمو پەژارە بێ دەنگمان دەکات و دەسەڵاتی ئەوانیش زیاتر ناسانتر دەکات.

زۆربەی جار ڕێگەی شادمانی بەخۆمان نادەین، شادمانی لەباوەشی ناگرین و خۆمان لەڕیانێکی پڕمانا مەحروم دەکەین. نەکا. ئێمە تاوانبار کەن بەوەی کەدەستورە نەوتراوەکانمان شکاندبێ: "بەهەشت لەسەرزەمین تەجروبە مەکەن" ئاگادار کردنەوەیەکی زۆر توندو، بەڵای کەمەوە بۆ ئەوانەی کە وێڕاویانە دەستور بشکێنن و ڕێگرەکان کەنار بخەن و بەرەو سەروو هەور بفڕن.

پێویستە شادی لەباوەش بگرین. چونکە، شادی مرۆڤەکان ئازاد دەکات، ئەگەر من کەسێك ببینم کەشادمانە، ئەتوانم دوو لێکدانەوەم هەبێت بۆی؛ پەیڕەوی نەفسی خۆم بم و یان پەیڕەوی دڵی خۆم بم. نەفس هەوڵ دەدات کەوام لێ بکات. باوەڕ بەوە بهێنم کەمن شەرم لەشتێك دەکەم بەڵام دڵ پێم دەڵێت، شادمانی دیاری بکەو بزانە کەسەرکەوتن و شادمانی هەموو مرۆڤەکان شادی و سەرکەوتنی هەموومانە. ئەگەر ئێمە لەبری ڕەخنەی ڕوخێنەر، ڕێگە بەدەست خۆشی لێکردن بەدین ئەوا لەبری مەحکوم کردن داوای بەرکەتمان کردووە.

کاتێك کەمن وەك وتەبێژێکی پیشەیی دەستم بەکارکرد، هەوڵم بۆئەوە بوو کە کۆمەڵگە بەرەو ئاقارێکی باش بەرم. زۆربەی خەڵکی دەیانووت: "قسەکانی چەند بەنرخن". بەڵام کاتێك کاریگەرێتی کارەکەم لەناو چین و تویژێکی بەرفراوانتردا بلاو بۆوە. هاواریان گەیشتە ئاسمان کە "ئەو خۆی بەچی دەزانێت؟ خەڵکی بەشێوەیەکی گشتی نا ئاگایانە لەسەر ئەو باوەڕەن کە سەرکەوتنی کەسێکی دی سەرکەوتنەکانی ئەوان سنووردار دەکات و ناهێڵێت ئەوانی دی لەناو کۆمەڵگەدا دەرکەون. تا کاتێك کە ئێمە وابەستەی ئەو جۆرە باوەڕە زیانبەخش نەبین و ڕێی درەوشاندنەوە بەکەس نەدەین، هەرگیز ناشتوانین خۆمان دەرکەوین و بدرەوشێنەوە. جیهان پێویستی بەسەرچاوەو داهێنانی زۆر هەیە.

ئەگەر ئێمە بترسین. ئەوا لەزەینی خۆمان و ئەوانی دیدا سستمێکی فکری زاڵمانەمان دروست کردووە کەخۆمان و مندالانمان و نەوەکانیانمان مەحکوم کردووە. زۆرجار ڕێ بەخۆمان نادەین کە هاوکاری جیهان بکەین تەنانەت تا ئەو ڕادەیەی کەڕێگەشمان پێ دراوەو تواناشمان هەیە. خواوەند نیعمەتێکی زۆری بەسەرداڕشتوین تائێمەش لەخزمەتکردنی جیهان دا سوودیان لێ وەربگرین. ئێمە پێویستە ژیان لەباوەشی بگرین و لەهەموو تەمو مژێکی دەرونی و کۆسپەکان تێپەڕین.

کاتێك کە شەرم نەکەین و متمانە بەخۆمان بکەین کاتێك کە خۆمان لەبیری تەسکی کۆمەڵگە" کەلەنیشانە نوێکانی ژن بون ترسی هەیە "ڕزگار کرد. ئەوکاتە گرنگی بەهێرشی دەروبەری نسادەین، لەتەمی مژەکان تێپەڕ دەکەین، ڕۆشنایی یەکی نوێ دەبینین و هاوڕێیانی نوێ دەدۆزینەوە.

مەوەستە، بەردەوام بە، کاتێک کە سەردەکەوین سەربەرزانە بوەستەو بەمێنمنی بەو کەسانە بڵێ کە لەڕێگە پێت دەگەن: ئێمە تەنها مەبەستمان ڕێ ڕۆیشتنە، ئێمە لەزاتی ئیلاهی خۆمان دا گەشە دەکەین، جوان و شکۆمەند نەبین. هیچ شتێکی ناو بازاڕە پڕ باق و بریقەکان جوانیت پێ نابەخشن و جوانترت ناکەن، ئێمە جوانین. چونکە خوا بەجوانی خوڵقاندوینی.

هەندێکمان ئاگادارین لەجوانی یەکەی خۆمان. جوانی وزەیەکە کە لەناخمان دا هەیە. و ئەم جوانییە شکۆفەکانی ناخمان دەدرەوشێنێتەوە. من ژنگەلێکم بینیوە کەبەشێوەیەکی فیزیکی جوان نەبوون، بەڵام بەشکۆمەندی یەوە خۆیان نیشان داوە. کە ئەو شکۆیە دەرئەنجامی جوانی دەروونیان بووەو ژنانێکیشم بینیوە کەبەشێوەیەکی فیزیکی زۆر جوان بوون بەڵام ئاگایان لەڕۆشنایی ناخیان نەبووە کە ئەم بێ ئاگاییە جوانیەکەیانی بەهیچ گۆڕیوە. زۆربەمان، لەئاراستەکردن و شی کردنەوی ئائارامی یەکانمان دا سەرکەوتووین. لەدەروونی یەکە یەکەمان دا شوێنێکی وشیاری هەیە کەلانەو کاشانەی خواوەندە. ئەگەر تۆ کەسێکی هەستیاریت کەزۆرینەی زۆری ژنان لەم بەهرەیە بێ بەش نین. ئەوە بزانە کە هەموو دەرگاکانی سەر دڵت کراوەیە. هەر هاوارێک کە دەیناسینەوەو هەر فرمێسکێک کەخۆمانمان پێ بەستۆتەوە. هاوارو فرمێسکی خۆمانە کە ئێمەی ئیفلیج کردووە، هەستی ژنانە ئەوەندەی کە جوان و ئاڵۆزو ئەوەندەش بەهێزە.

بەبێ وزەی دەروون و یەک پەیوەندی مەعنەوی بەهێز، ژن ڕووبەڕووی تۆفانی هەستێکی تێکچڕژاو دەبێتەوە. وەک گوڵدانێک کە چۆن دەکەوێتە ناو ئۆقیانوسێکەوە و دەشکێت چونکە توانای پارێزگاری ناوی ئۆقیانوسەکەی نیە. ئێمە هەموو شتێکمان لەبیرەو ئێمە لەهەموو شوێنێکدا ئامادەیمان هەبووە و ئەگەر وازمان لێ بێنن دەتوانین هەموو ئەوانە بەنرخانەی کە لەئەزمونەکانی خۆمانەوە فێری بووین بیکەینە پەندو فێری ئەوانی تری بکەین. زانیاریەکانمان لەوجودمان دا سەرکوت کراون. دەنگی جیهان زۆر بەرزو جەنجاڵە.

لەکاتێکدا کە لەتاو ئازار دەگرین وا نیشانی دەدەین کە گۆرانی دەڵێن. ئێمە دەنگە دەنگو نەرەنەرەکانی جیهان زیاد دەکەین و ئازانین کەدەبێت ئێمە ئەو دەنگە نالەبارو ئاڵۆزانە کەم کەینەوەو گوێ لەئاوازی ئارامی سیمفۆنیا بگرین.

بۆ هەزاران هەزار ساڵ نەیان هێشت فێربین و نەیان ویست گفتوگۆکانمان ببیستن. بەڵام کاتێک کە نازادیمان بینیەوە زانیمان کە ئەم یاری پێکردنە بۆچیە بێ دەنگ نابین، ئێمە بەکۆمەڵ گوێمان لەدەنگی فریشتەکان دەبێت. چاومان ڕۆشن دەبێتەوەو زەردەخەنە دەکەوێتە سەرلێوانمان. ئێمە فریشتەکان دەبینین. ئەوان دەناسین و گفتوگۆیان لەگەڵ دەکەین.

دەبینە مەحرەمی نهێنێرەکان و هاوڕێیەتییان دەکەین. لەسەربانی ئاوێزەکان بەرەو یۆنانی باستان دەڕۆین. دەبینە چرایەکی ڕۆشن و جیهان بەم جۆرەی ئێستا نامێنێتەوە.

پیاوانی دەوروبەریشمان پێویستیان بەم گۆڕانکارییە هەیە بەو ئەندازەیەی کە ئێمە پێویستیمان پێیەتی لەوانەشە زیاتریان پێویست بێت.

منداڵەکانمان ئەو واقیعییەتانەمان تیا دەبینین کەخۆمان نەمان دەبینی.. ئەوانەی وزەیەکی گەورەمان تێدا دەبینین. کاتێک کە بیهێنینەوە بیرمان کە ئێمە هەمان خواوەندی دەردەنێین. ئەوکاتە پیاوان بەشێوەیەکی واقعی دەبنە هاوبەش و تەراوکەری ئێمە ئێستا کاتێکە کەدەبێت مافی خۆمانمان دەست کەوێت.. لەقاپی خواوەند بپارێینەوەو و هوشیار بینەوەو بەم جۆرە جیهان دەگۆڕێست. ئەم گۆڕانکاریە کاتێک ڕووددات کە هەموان بزانن کە ئێمە باش و بەتوانین. پەسەندکردنمان و پارێزگاری لێکردنمان مافی خۆمانە. ئێمە پێویستە بزانین کە هەموان دەتوانین پڕ بەهابین. ئەگەر بتوانین باڵەکانمان بکەینەوە. لەبەرە بەیانی بێ داری دا چرایەک لەپشتی شاخەکانەوە هەڵدەگیرسێت و ڕۆژیش لەنێوان هەورەکان دا ئەدرەوشێتەوە.

تا کاتێک کە خۆمان هەنگاو نەنێین. بەرەنجو خەمو پەژارە مەحکوم دەبین. موعجیزەیەک ڕووی داوە، خاتو ویلیامسون لەکتێبەکەی دا "عەشق، توخمێکی پێویستە لەشفای جیهانی ئەمڕۆدا" موعجیزەی بەگۆڕینی ئاراستە لەتێگەیشتن و ئاگایی لێکدانەوە. "خواوەند چاوەڕوانمانە تا ئێمە بەرەو ماڵو کاشانەمان بەرێت. ئەو دایکی هەموومان بووەو ئێمە هەموومان میراتگری دیاری و توانای شفا بەخشی ئەوین. ئێمە گەیشتوینەتە ئێرە تا بیری یەکتری بخەینەوەو ئەومان

بێتەوە یاد. ئەو ژیانێکی تازە. ئەندێشەیەکی نوێو دیدوبۆچونێکی نوێ دەدات بەو کەسانەی کە دڵی خۆیانیان بۆ کردۆتەوە. بەدرێژایی چەندین سەدە کەلێنیان کردۆتە ناخمان. پەیوەندی کەسێتی ئێمەیان لەگەڵ زانستو زانیاریدا پچراندوە. لەکاتێکدا کەئێمە زۆر گەورە بووین – ئەو ڕۆژانەی کۆتایی‌یان هاتووە.

و ئەمڕۆکە ئێمە بەیەک پەیمان دەست پێ دەکەین، پەیمان بەخۆمانو بەوانی دی کەهیچ کات بەرەو دوا نەگەڕێینەوە. ئێمە وەک ژن هەرگیز ئەو ناهەمواریانەمان لەیاد ناکەین بەڵام لەگەڵ ئەو جیهانەدا دەکەوینە خەبات کردن کەئێمە بەپلە دوو و لاوازدا دەنێت. جیهان ئێمەی بە پلە دوو، لاواز هێشتۆتەوە تا بتوانین کۆنترۆڵمان کەن. بەڵام ئێمە بەم واتە واتە سواوە ڕازی نابین – پێویستە ئەم وێنایە بسڕینەوە کە لێیان دروست کردوین.

ئەفسانە و ژنیان بەلاواز داناوە. ئەمە تەنها بۆچونی زەینێکی نەخۆشە کەهیچ توانایەکی نیە بەرامبەر. ئێمە پێویستە پایەی دڵو هێزی زاتی خۆمان بەدەست بهێنین. تا ئەو تەمو مژە بڕەوێنینەوەو ئەو کۆسپو تەگەرانەی سەر ڕێمان لابەرین تا ئەوکاتەی هوشیار دەبینەوەو ڕۆشن دەبینەوە.

دەست درێژی کردنە سەر ژنانو زوڵم لێکردنیان نەبڕاوەتەوەو زۆربەی جار ئەوە خودی ژنان خۆیانن کە تەنگ بەخۆیان هەڵدەچنن لەم جیهانەداو دەیکەنە شوێنێکی دژوارو ناخۆش بۆ خۆیان. ئێمە هەموومان وێنەیەکی خواوەندین. ژنان دواجار دەردەکەونو هوشیار دەبنەوە.

لەو سەری دیکەی ئەم جەنگەڵەوە، ڕۆژێکی نوێ هەیە، ڕۆژێکی شکۆمەند لەسەر زەمین، کاتێك کە کچان خۆیان خۆیان بکەم نەگرن، ئەوا پڕن لەوزەو توانا و عەشق. منداڵەکانمان، پارێزگاریمان لێ دەکەن، و پیاوانی ڕۆشن بیریش پارێزگاریان لێ دەکەن. خوێندنەوەی ژیانی ژنانی گەورە لەڕۆڵو ئەرکی جۆراوجۆردا هاوکاری ئەکات، جەخت کردنە سەر وزەی خواوەند کەجیهان دەسبوڕنێتەوە هاوکاری دەکات. باوەڕ نەکردە نیە بەڵام تەنانەت ژنانی هونەرمەندی زۆر جوان پێمان دەڵێن: سەرکەوتنەکانیان لەڕۆشنایی ناخی خۆیانەوە بەدەست هێناوە".

ڕواڵەتی فزیکیمانو ئەوەی کەئێمە لەجیهانی ڕوخساردایین. مەسەلەیەك نیەو گرنگ نیە. هەوڵ دان بۆئەوەی کەخۆمان بەجۆرێکی دی نیشان بدەین. لەنەبونی متمانە بەخۆکردنەوە سەرچاوە ئەگرێت.

ئەو دەمانەی کەئێمە ئاگاداریمان هەبێت دەربارەی عەشق. بەزەیی، سۆز، بەخشینو چاوپۆشی، ئەوا شادمان ترو سەرنج ڕاکێشی‌ترین. ئەم هەستو سۆزە کلیلکی جوانی ناخە کەئەنجامەکەشی جیهان شادو کامەران دەکات.

پێویستە ژنان باوەڕیان هەبێت کە بەو عەشقەی لەدڵیان دایە دەتوانن چارەسەری جیهان بکەن. ئێمە بۆچی دەبێت بەهەوڵو کۆششی زۆرو خەرجییەکی گران سەرنجی پیاوان بەلای خۆمان دا ڕاکێشین؛ بۆچی ئەوان هەوڵ نەدەن سەرنجمان ڕابکێشن؟. زۆربەی پیاوان نازانن چۆن ڕەفتار لەگەڵ ژنێکدا بکەن کەگیانی پڕە لەهەستو شکۆمەندیو توانا. زۆرینەی ژنان ئەمڕۆ خۆیان کۆکردۆتەوە، لەوانەیە هەوڵی ئەوەوە بێت کە هاوسەرییانە کردووە. بەڵام هاوسەربوون تەنها بەڵگەی ڕەزامەندیو بەختەوەری نیە. زۆر باشترە تەنها بین وەک لەوەی ژیانێکی کولەمەرگی لەگەڵ میردا هەبێت.

ئێمە نەمان توانیوە فێری کوڕەکانمان بکەینو زۆر کەمتریش بەکچەکانمان بڵێین کەژن بوون چ گەورەو شکۆمەندی‌یەکە و ئێستا کاتی ئەو هاتووە بەرەو ڕۆشنایی بڕۆینو ڕوخساری نوێی ژنو وێنە بگرین. ژن بوون ڕازێکی زۆر قوڵە. کەنرخاندنی ئەم ڕازە لەوانەیە پێویستی بەسالەهای سالی ئارام گرتن هەبێت.

لەفارسیەوە کراوە بە کوردی

ناونیشانی سایتەکانی ئینتەرنێت

بەشی دووەم

نوسینی : عەلی ڕەزا مورادقلی & حەمید ڕەزا مورادقلی
بەرچڤەی: عرفان ئەحمەد محەمەد
هەڵەبجەی شەهید

شعیرە عاشقانەکانی کلاسیك

loverpoetrr.both classic lobve poems and submitted love poems

ئەگەر عاشقیت دەتوانیت لە خوێندنەوەی شیعرە عاشقانەکانی کلاسیك ی ئەم سایتە چێژ وەربگرێت.

Http://www.lovepoetrr.com

ئەگەر خوازیاری خشتەڕووی شیعری خۆتیت لە ئینتەرنێتدا یان چامەی شیعرت هەیە لەگەڵ ئەوانی دیدا ئالۆگۆڕی بکەیت شیعرەکانی خۆت بنێرە بۆ ئەم شوێنە.

Http://www.w3px.com/docs/searchinfo.htm

شیعرەکانی سەدەکانی ناوەڕاست

poetrr corner-home page

کۆمەڵێکی زۆر لە شیعرو شاعیرانی سەدەکانی ناوەڕاست تاوەکو ئێستا دەتوانیت بەسەردانی ئەم ناونیشانە لە خزمەتتدابێت.

Http://www.geocities.com/-spanoudi/poems/index.html

ئەرشیفی شیعرەکانی کەندا

canadian poetrr Archive/archives depoA©sic canadienne

ئەرشیفێك لە شیعرەکانی کەندا بەزمانی فەرەنسایی و ئینگلیزی دەتوانیت لەم ناونیشانەدا دەستخۆتی بخەیت.

Http://www.nlc-bnc.ca/canvers

شیعر بۆ منالان:

بۆ ئەوەی شیعر فێری منالەکانی خۆت بکەیت خراپ نییە کە سەردانێکی ئێرەش بکەیت و لەشیعرەکانی منالان سودوەربگریت.

Http://www.mecca.org/-graham/poetrr-post.html
Http://www.grandpatucker.com
Http://www.poetrr4kids.com
Http://www.meadowbrookpress.com/poetrr

سەرچاوەکانی شیعر

ئەگەر ئارەزووت لە زانیاری کۆکردنەوەو داخوازی زۆر ترت هەبوو لە بوارای شیعردا دەتوانیت سوود لەم سەرچاوانەش وەربگریت .

http://www.poems.com
http://www.poetrr.com
http://www.point-editions.com
http://www.uct.ac.za/projects/poetrr/poetrr/htm
http://www.poets.org
http://www.poetrrpower.com
http://www.paramountsong.com
http://poerse.wandoo.fr/ellie.rea
http://vipe.technion.ac.il/-alik/poets.html
http://www.pw.org
http://www.doncasteronline.com/poetrr/index.html
http://www.lovepoetrr.com
http://www.favoritepoem.org
http://www.sfsu.edu/-newlit/welcome.htm
http://pub21.ezboard.com/bthenewblueline
http://www.poetshouse.org
http://www.poetrr.about.com
http://www.theatlantic.com/poetrr
http://www.javanpress.com
http://angelfire.com/ns/scholarship/poetrr.html
http://www.wings.buffalo.edu/epc

کتێبەکان بەشێوەیەکی نووسراو کتێبە ئینتەرنێتیەکان
the online.books page
لەم سایتەدا بەشێوەی نووسراو کتێبەکان ئەوتان لەخزمەت ئارەزوومەنداندا.
Http://www.digital.librar.upenn.edu/books
Http://www.laissezfairebooks.com
Http://www.librarrspot.com
کتێبە ئینتەرنێتیەکان بەپێی ناوی نووسەرەکان
freeonline books
کتێبەکانی ئەم سایتە بەپێی ناوی نووسەرەکان رێزکراوە کە لەڕاستیدا کتێبی نووسەرەکان (نووسەرە جیاوازەکان) بەشێوەی نووسراو دەخرێتە ڕوو.
http://www.inspirationalmedia.com/ebooks.htm
فەرهەنگی (قاموسی) زمانی هریتج بەشێوەی نووسراو
bartilbr.com-alrssum , american heritage diectionarr
ئەگەر بتوانیت دەتوانیت لەفەرهەنگی زمانەکان بەشێوەی نووسراو سوودی لێوەربگریت.
http://www.bartlebr.com/57/a0237100.html
http://www.hippocrenebooks/com
کتێبی چیرۆکی عاشقان
free-love-spells-maggic-witchcraft
لەم سایتەدا کتێبی چیرۆکی عاشقەکان بوونیان هەیە کە ئارەزوومەندان بەشێوەی نووسراو دەتوانن سودی لێوەربگرن.
http:/www.Free-spells-witchcraft-com
کتێبە ئەدەبیەکان
project gutenberg offlclal home site-Index-free bocks on-line
ئارەزوومەندانی ئەدەبیات بەشێوەی نووسراو دەتوانن سوود لەم سایتە وەربگرن بۆ خوێندنەوەی کتێبە ئەدەبیەکان.
http://www. promo.net/pg
http://promo.nen/p9
http://www.vt.edu/vt98/academics/books/aabookindex.html
http://www.literature.org
سەرچاوە/کلید گلایی ایترنت
کتێبە سینەماییەکان
produclion Book online
ئەگەر ئارەزوومەندی ئەو بابەتانەی وابەستەن بە سینەماوە دەتوانیت سەردانی ئەم سایتە بکەیت و بابەتی مەبەستی خۆتت دەستکەوێت.
Http://www.pb.com/pb
کتێبە مەزهەبیەکانی مەسیحیەت
christiaitr books
حەتمەن ئارەزوومەندانی کتێبە مەزهەبیەکان سەردانی ئەم سایتە بکەن.
Http://www.epinions.com/book-religion-christiantr
Http://pbilologos.org
Http://islamicsuperstore.com
دیدارو چاوپێکەوتن لەگەڵ نووسەرەکان
new rork tims books

لەم سایتەدا لەگەڵ نووسەری کتێبەکان و گۆڤارەکان و ڕۆژنامەکاندا دیدارو چاوپێکەوتن سازدراوە و زانیاری پێویست لەبارەیانەوە خراونەتە ڕوو.
Http://www.nytimes.com/pages/books/index.html
کتێبی منالآن و تازە لاوان بەزمانی ئیسپانیایی
center for studr of books in spahish for children and adolescents
لەم سایتەدا کتێبی منالآن و گەورەکان بەزمانەکانی ئیسپانیایی، ئینگلیزی لەخزمەتی ئارەزوومەندانایە.
http://www.public.csusm.edu/campus-centers/csb
سەدەکانی ناوەڕاست
orb:the online reference book for medieval studies
ئەگەر حەز دەکەیت لەبارەی سەدەکانی ناوەڕاستەوە زانیاری دەستخۆت بخەیت حەتمەن سەردانی ئەم سایتە بکە.
Http://orb.rhodes.edu
بڵاوکراوەکانی زانکۆی شیکاگۆ
universitr of chicago press
ئارەزوومەندانی کتێبە زانکۆیی و ئەکادیمەکان سەردانی ئەم سایتە بکەن
http://www.press.uchicago.edu
کتێبە مەرجەعیەکان لەساڵی (1996) بۆ دواتر
numbev theorr books from 1996
لەم سایتەدا مەرجەعی کتێبەکان و لیستێك لەپاشکۆکانی کتێبەکان بەشێوەی نووسراو لەساڵی (1996)ەوە بوونی هەیە.
Http://www.maths.uq.edu.au/-krm/n12.html
کتێبە نووسراوەکان
online books
ئێوە دەتوانن لەڕێی ئینتەرنێتەوە هەزاران هەزار کتێب خوێرایی یان بەپێدانی بوجەیەکی زۆر کەم دەست خۆتان بخەن.
کتێبە خوێرایەکان تەنها بەخەرج کردنی چەند خولەکێك کات دەتوانیت بیخەیتە فلوپی خۆتدا گەنجینە بکەیت و لەخوێندنەوەیان چێژ وەربگریت. ناونیشانەکانی خوارەوە چەند نموونەیەکن لەو باردەوە.
Http://www.digital.librarr.upenn.edu/books
کتێبە
free books
لە ناونیشانەکانی خوارەوەدا ئێوە دەتوانن زیاد لە (30000) کتێب بەشێوەی نووسراوو لەکۆمپیوتەرەکەی خۆتدا گەنجینەی بکەیت.
Http://www.books-on-line.com
Http://onlinebooks.librarr.upenn.edu
Http://digital.librarr.upenn.edu
Http://www.free-book.co.uk

سەرچاوەکانی کتێبەکان بەشێوەی نووسراو

لەکاتێکدا حەزت کرد زانیاری و داخوازی زۆرترت لەبواری کتێبەکان بەشێوەی نووسراو دەستبکەوێت دەتوانیت سود لەم سەرچاوانەش وەربگریت.
Http://digital.librarr.upenn.edu/books
Http://www.inspirationalmedia.com/ebooks.htm
Http://www.cardoffers.com
Http://www.favoriteaddresses.com

Http://www.printindustrr.com
Http://www.cs.cmu.edu/people/spok/banned-books.htm
Http://www.laissezfairebooks.com
Http://www.pb.com.au/pb
Http://www.epinions.com/book-religion-christianitr
Http://www.alibris.com/subjects/editorial/on-line-book-store.cfm
Http://www.digital.librarr.upenn.edu/books/banned-books.htm
Http://www.allbookstores.com/findwhat.html
Http://www.nrtimes.com/pages/books/index.html
Http://www.sanrsidrolaw.com/books.htm
Http://philologos.org
Http://www.abebooks.com
Http://www.vt.edu/vt98/academics/books/aabook ihdex.html
Http://www.realestatebook.com
Http://www.digital.librarr.upenn.edu/books
Http://www.worldbook.com/companr/html/co-repsusa.htm
Http://www.amaths.up.edu.aul/km/n12.html
Http://www.inetsupermall.com/amazon-online-hook-store.htm
Http://www.literature.org
Http://www.booksonline.co.uk/booksol
Http://www.booksonline.com
Http://www.inetesupermall.com/alibris
Http://www.hippocrenebooks.com

کتێبەکانی منالأن

just for kids-children's bookstare

ئەم سایتە یەکێکە لە باشترین سەرچاوەی کتێبەکانی منالأن لەئینتەرنێتدا.

Http://www.just-for-kids.com
Http://www.acs.ucalgarr.ca/dkbrown
Http://www.carolhurst.com
Http://www.circletime.com
Http://www.bookhive.org

بلأوکراوەکانی کتێبی منالأن

charlesbrige childrens books

لەم سایتەدا بلأوکەرەوەکانی کتێبەکانی منالأن بەئارەزوومەندان دەناسرێت.

Http://www.charlesbridge.com
Http://www.littlewillie.com
Http://www3.srmpatico.ca/ccbc

داستانە منالأنەکان

willie learns a lesson

لەم سایتەدا داستانی کتێبەکان بۆ منالأنی 3-8ساڵە یەکە بەسەردان کردنی ئەم سایتە دەتوانن سود لەهەزاران داستانی منالأنە وەربگرن.

Http://www.littlewillie.com
Http://www.pandabearsplarhouse..com
Http://www.tagnwag.com
Http://www.hedgehogbooks.com
Http://www.aabra.com
Http://www.booksofwonder.com

ئەرشیفی کتێبەکانی وێنەکێشان بۆ منالأن

لەم سایتەدا کۆمەڵێك کتێبی وێنەکێشان هەن کە مایەی زەیت و گەنجینە کردنن لەکۆمپیوتەردا، هەروەك ئارەزوومەندان بۆ کارتی پیرۆزبایی و کتێبەکانی داستانیش دەتوانن سوود لەم سایتە وەربگرن.

Http://www.thecraronhovse.com
Http://www.planetwide-cxodus.com
Http://www.goccioringbook.com/welcom-cfm?source=50

نووسەرەکانی کتێبی منالأن و تازە لاوان

brett , jan

لەم سایتەدا نووسەرەکانی کتێبی منالأن و تازەلاوان بەئارەزوومەندان دەناسرێن.

Http://www.janbrett.com
Http://www.underdown.org
Http://www.scbwi.org

شیعرە منالأنەکان

zino press chidrens books

ئارەزوومەندانی کتێبەکانی منالأن لەچوارچێوەی شیعرو داستانی پەش پێستاندا دەتوانن سەردانی ئەم سایتە بکەن.

Http://www.zinopress.com/books.html

سەرچاوەکانی کتێبی منالأن

لەکاتێکدا ئارەزووی کۆکردنەوەی زانیاری و داخوازی زیاترت هەبوو لەبواری کتێبەکانی منالأندا دەتوانیت سوود لەم سەرچاوانەی خوارەوەش وەربگریت.

Http://www.just-for-kids.com
Http://www.charlesbridge.com
Http://www.acs.ucalgarr.ca/..dkbrown
Http://www.carolhourst.com
Http://www.littleewillie.com
Http://www.cbcbooks.org
Http://www.thecrayonhouse.com
Http://www.planetwide-exodus.com
Http://www.nanrsweb.com
Http://www.3.srmpatico.ca/ccbc
Http://www.drseussandhisfrends.com
Http://createabook 4t.oom./index.html
Http://www.publishersweeklr.com
Http://www.thesilverpennr.com
Http://frugalifinder.com
Http://www.web.christianbook.com/agent/veggietales
Http://www.underdown.org
Http://www.abebooks.com
Http://saversmarket.com
Http://www.tagnwag.com
Http://www.hedgehogbooks.com
Http://www.zinopress.com/books.html
Http://www.bookhire.org
Http://www.scbwi.org
Http://www.aabra.com
Http://www.crlenealda.com
Http://www.write4kids.com
Http://www.lis.uiuc.edu/puboff/bccb

نووسەرەکانی ئەمریکا

ئەدەبیاتی ئەمریکا

american literature

ئەگەر حەز دەکەیت لەبارەی ئەدەبیاتی ئەمریکاوە زانیاری دەستخۆت بخەیت حەتمەن سەردانی ئەم سایتە بکە.

Http://www.cwrt.utexas.cdu/-daniol/amlit/html
Http://lion.chadwrck.co.uk

کۆمەڵەی ڕۆژنامە نووسان و نووسەرەکانی ئەمریکا

americon societr of journalists and authors (asja)

لەم سایتەدا ئارەزوومەندانی ئەدەبیات و نووسین لەئەمریکا دەتوانن کۆمەڵەی رۆژنامە نووسان و نووسەرەکانی ئەمریکا پەیدا بکەن.

Http://www.asja.org

داستانەکانی سورپێستەکانی ئەمریکا

americon ihdian review

راپۆرتەکان و لێکۆڵینەوەکان و داستانە خۆمالّی (میللی) و هاوچەرخەکان لەلایەن نووسەرە سورپێستەکانەوە لەم سایتەدا بەدواداچوونی ئەم بابەتە بکە.

Http://www.american-indian-review.co.uk

کۆمەڵەی ئاهەنگسازان و ئەدیبانی ئەمریکا

the amorican societr of composers authours and publichers

لەم سایتەوە دەتوانیت کۆمەڵەی ئاهەنگسازان و نووسەرەکان و شیعرنووسانی ئەمریکایی پەیدا بکەیت.

Http://www.ascap.com
Http://www.ascap.com/ascap.html

نووسەرە خۆمالّیەکانی ئەمریکا

native american authors

ئارەزوومەندان لەم سایتەدا دەتوانن ژیاننامەو نووسینەکانی نووسەرە ئەمریکاییەکان بەشێوەی نووسراو دەستخۆیان بخەن.

!Http://www.flcon.jmu.edu/..ramseril/natauth.htm

نووسەرە ئەمریکاییەکان-1-

american authors

رێنمونی و پاشکۆکانی ئەم سایتە لەبارەی نووسەرە ئەمریکاییەکانەوەیە.

Http://www.gonzaga.edu/facultr/campbell/en311/autram.html

نووسەرە ئەمریکاییەکان-2-

american authors

ئەم سایتە لەبارەی نووسەرە ئەمریکاییەکانەوە زانیاری زیاد دەخاتە بەردەم ئارەزوومەندان.

Http://www.americanlegends.com/authors/index.html
Http://www.hanksville.org/storrtellers

گۆڤاری ئەدەبی موزایک

mosaic literature magazine

ئەگەر حەز دەکەیت لەبارەی نووسەرە ئەفریقاییە ئەمریکاییەکانەوە زانیاری دەستخۆت بخەیت دەتوانیت سەردانی ئەم سایتە بکەیت.

Http://www.mosaicbooks.com
Http://www.blackwriters.org

وتەی نووسەرە بەناوبانگەکان

quates from famous authors

بەچوونە ئەم ناونیشانە دەتوانیت وتەو پەندەکانی نووسەرە بەناوبانگەکانی جیهان بخوێنیتەوە و ناونیشان وەربگریت.

Http://www.nic-bnc.ca/leacock/quote.htm
Http://www.salwen.com/mtquotes/html
Http://www.juntung.com/politcs/quotes/shakes-htm
Http://www.perrrweb.com/dickensdaily/shtml
Http://www.phnet.fi/public/mamaa1/wilde.htm

سەرچاوەی نووسەرەکان

writers resources

لێرەدا چەند سەرچاوەیەک بۆ ئارەزوومەندان بەبواری نووسین بوونی هەیە کە ئەگەر حەزت لێکرد دەتوانیت سەردانیان بکەیت.

Http://www.writelinks.com/resources
Http://www.writerswrite.com
Http://www.authorlink.com
Http://www.jkelman'com

فیلمنامە نووسان و شانۆنامە نووسان

screenwriters and plarwrights

ئەگەر لێرە ئارەزوومەندێکی زۆرتان لەفیلمنامە نووسی و شانۆنامە نووسی هەیە دەتوانیت بەچوونە ئەم ناونیشانانە سوود لەو سەرچاوانە وەربگریت و لەکارەکەتدا سەرکەوتوو بیت.

Http://www.worldplarer.com
Http://www.wga.org
Http://www.teleport.com/..cdeomer/scrwriter.html
Http://www.visualwriter.com

سەرچاوەکانی نووسەرە ئەمریکاییەکان

لەکاتێکدا ئارەزووت هەبوو زانیاری و داخوازی زۆرتر لەبواری نووسەرە ئەمریکاییەکاندا دەستخۆت بخەیت دەتوانیت سود لەم سەرچاوانەی خوارەوەش بکەیت.

Http://www.cwrl.utexas.edu/daniel/amlit/amlit.html
Http://www.asja.org
Http://www.american-indian-revew.co.uk
Http://www.falcon.jmu.edu/..ramseril/natauth.htm
Http://www.gonzaga.edu/facultr/campbell/en1311/autram.html
Http://www.americanlegends.com/authors/index.html
Http://www.hanksville.org/storrtesllers
Http://lion.chadwrck.co.uk
Http://www.mosaicbooks.com
Http://blackwriters.org

نووسەرە بەناوبانگەکان

favorite famous mrsterr writers.author links

لەم سایتەدا نووسەرە بەناوبانگەکان بەئارەزوومەندان ناسێنراون.

Http://www2.eos.net/barbwebb/2.htm
Http://www.thenrontes.com?engine=findwhat
Http://www.209.52.189.2/article.cfm/childhoods-famous-people/40632
Http://www.indiana.edu/..primate/left.html
Http://www.allbookstorer.com/famousauthor.htm
Http://www.crankrcritlc.com/qa/davidmamet.html
Http://www.brontebirthplace.org.uk
Http://www.moorhead.msus.edu/advocate/orchives/opinion-30-6-3.htm
Http://www.2.eos.net/barbwebb/2.htm

زەردەشتیە بەناوبانگەکان

famous zoroastrians

لەم سایتەدا لیستی مۆسیقازان و نووسەران و سەرکردە گرنگەکانی زەردەشتی خراوەتە ڕوو.

Http://www.adherents.com/largecom/fam-zor.htm

نووسەرەکان و شاعیرە بەناوبانگەکانی جیهان

poetrr place famous poems writers , anthologies

لەم سایتەدا پاشماوەی بەناوبانگ و نووسەرە بەناوبانگەکانی شیعرو ئەدەب و هونەر بەئارەزوومەندان دەناسرێت.

Http://www.poem.freervers.com
Http://www.fontarne.com/lnkwrite.htm
Http://metalab.unc.edu/ipa
Http://www.hometown.aul.com/lacr2374/home.html

Http://www.english.cia.umn.edu/coursewe/1017-lewics arroll/home
Http://poem.freeservers.com

نووسەرە بەناوبانگەکانی بواری خەیاڵی زانستی

famous science fiction/fantasr writers

لیستی بەناوبانگترین پاشماوەی خەیاڵی زانستی لەم سایتەدا دەستدەکەوێت.

Http://www.adherents.com/adh-sf.html
Http://www.macccntrald.com/news/0003/20.famous.sht ml
Http://www.indiana.edu/..primate/left.html

ژیاننامەی نووسەرە ئینگلیزەکان

bretitish author biographr

لەم سایتەدا ژیانnامەی نووسەرە ئینگلیزەکان بەپێی زووەندان دەناسرێت.

Http://www.incompetech.com/authors

نووسینەکانی نووسەر تاوانکاریەکان

black prramid

لەم سایتەدا نووسەرە بەناوبانگەکانی بواری تاوانکاری و رووداوە ناخۆشەکان خراوەتە ڕوو.

Http://www.blackprramid.tripod.com

نووسەرە بەناوبانگەکانی زمانی تەلگۆ

telugu kavulu

لیستی نووسەرە بەناوبانگەکانی زمانی تەلگۆ لەم سایتەدایە هەروەک چەند شیعرێک لەهەمان زمان لەهەمان سایتدایە.

Http://www.maxpages.com/telugu/famous-telugu-people

نووسەرەکانی سکۆتلەندا

great scots-welcome to scotland

لەم سایتەدا نووسەرە بەناوبانگەکانی سکۆتلەندا خراوەتە ڕوو.

Http://www.geo.ed.ac.uk/home/scotland/greatscots html

لیستی نووسەرە بەناوبانگەکانی جیهان

nord wide web famous writers resources

لەم سایتەدا بەدوای گەورەترین نووسەرەکاندا بگەڕێ لەئینتەرنێتدا.

Http://www.nerdworld.com/nw9777.html

نووسەرەکانی بەرنامە تەلەفزیۆنیەکان

television writers school

لەم سایتەدا بەدوای نووسەری بەرنامە تەلەفزیۆنیەکانی ئوستراليادا بچۆ.

Http://www.ozomedr.com/televisi.html

کتێبە بەنگالیەکان

bengali books

لەم سایتەدا نووسەری بەناوبانگە بەنگالیەکان بەپێزووەندان ناسێنراوە.

Http://www.bengalcommerce.com/cgi-bin/w3-msq1/books/booklnit.html

ژیاننامەی چارلوت برونتە

gaskell , elizabeth-the life of charlotte bronte

نەگەر ئارەزووەندی ژیاننامەی نووسەرە بەناوبانگەکانیت دەتوانیت سەردانی ئەم سایتە بکەیت.

Http://lang.nagora-u.ac.jp/matsuoka/eg-charlotte1.html

براوەکانی خەڵاتی نوبڵی ئەدەبیات

winners of the nobel priz in lit reature

لیستی براوەکانی خەڵاتی نۆبڵ و نووسەرە بەناوبانگەکان لەم سایتەدا هەیە.

Http://www.almaz.com/nobel/literature/literature.html

نووسەرەکان و داستانەکانیان

stories , listed br autor

لەم سایتەدا نووسەرە بەناوبانگەکانی گۆڤارە جۆراوجۆرەکان بۆ ئارەزووەندان خراوەتە ڕوو.

Http://users.ev1.net/..homeville/fictionmag/s5.htm

نووسەرە گەورەکانی ولایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا

great american authols collection of sites

لەم سایتەدا کۆمەڵەی نووسەرە ئەمریکاییەکان بوونی هەیە.

Http://volweb.utk.edu/teachlnk/amerauth.htm

سەرچاوەی نووسەرە بەناوبانگەکان

لەکاتێکدا ئارەزووت کرد زانیاری و داخوازی زۆرتر لەبارەی نووسەرە بەناوبانگەکانەوە بزانیت دەتوانیت سود لەم سەرچاوانەش وەربگریت.

Http://www2.eos.nel/barbwebb/2.htm
Http://www.adherents.com/largecome/fam-zorhtml
Http://poem.freeservers.com
Http://www.adherents.com/adh-sf.html
Http://www.incometech.com/authors
Http://www.fontarne.com/linkwrite.html

http://metalab.unc.edu/ipa
http://www.writepro.com/ssadvice.htm
http://www.allbookstores.com/famousauthors.htm
http://members.aol.com/sruediger/litamb.htm
http://www.romwell.com/books
http://www.jacklondoninn.com
http://www.crankrcritic-com/qa/davidmamet html
http://www.brontebirthplace.org.uk
http://www.nerdworld.com/nu9777.html
http://www.ivu.org/people/writers/index.html
http://www.adherents.com/adh-sf-html
http://www.adherents.com/largecom/fam-bahai html
http://www.adherehts.com/lit/st-lists.html
http://poem.freeservers.com
http://www.locusmag.com/index/rr2000/b43.htm
http://www2.eos.net/barbwebb/2.htm
http://www.staff.lboro.au.uk/-hugh/5oe/5ee-aut.html
http://www.rainbow-akron.com/whatsup/authors.htm
http://www.eclipse.net/srudr/flw/index.html
http://www.romwell.com/books/index.htm

لە بەشەکانی دواتری ئەم زەنجیرەیەدا چاوەڕوانی سایتەکانی بواری (ئەفسانە ، داستان ، جەنگی ئەستێرەکان ، کورتە چیرۆک ، ئابووری ، ئەنسکلۆپیدیای ئابووری ، مێژووی ئابووری ، فەرهەنگی زاراوە ئابوورییەکان ، ئابووری ئینتەرنێت ، ...هتد) بن

کێشە پزیشکیەکانی نۆشداریی دان

Medicul Problems in Dentistry

دکتۆر: سەعید عەبدولەتیف
زانکۆی سلێمانی / پسپۆری نۆشداریی دەم

نەخۆشیەکانی گورچیلە: Renal Diseases

نەخۆشیە کۆنینەکان (دڕێژخایەنەکان)ی گورچیلەو گواستنەوەی گورچیلە (Renal Transplantation) چارەسەرکردنی ددان ئالۆز دەکات

تێکچونی گورچیلەکان گەلێک جار هاوشانە لەگەڵ:

تێکچونی دەرکردنی دەرمانەکان، بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن، کەمبوونەوەی هێزی بەرگری لەش، کەم خوێنی هەروەها سکالا دەمارییەکان.

سیستی گورچیلەی کۆنینەو گواستنەوەی گورچیلە: Chronic Renal Failure & Renal Transplantation

گەلێک نەخۆشی سەخت و دارمانی نەگەڕاوە (irreversible)ی گورچیلە وەکو (هەو)ی کۆنینەی گورچیلەکان، هەوی نەستێلکی گورچیلە، شێواویی گورچیلەی زگماکیی، بەرزبونەوەی پەستانی خوێن هەروەها نەخۆشی شەکرە کە دەبنە هۆی سستی گورچیلەی درێژخایان کەڕێژەی توانای پالاوتنی گورچیلەکان کەم دەکاتەوە.

بەپێی سەختی نەخۆشیەکە سکالاکانی نەخۆشەکە جیاوازیی هەیە، لەقۆناغی سەرەتاییدا سستی گورچیلەی کۆنینە بێ سکالایە.

سیفەتە کلینیکیەکان: Clinical Featyres

1-خوێنی: Haematological خوێن بەربونی زۆر (Exeessive bleeding)

کەم خوێنی Anaemia جۆری خانە قەبارە ئاسا (Normocytic) و (ڕەنگ (بۆیە) ئاسا. (Normo chromic).

2-بەرگریی لەش: (Immunological) توشبوون بەنەخۆشی جۆراوجۆر بەهۆی دابەزینی کاردانەوەی خانە لیمفیەکان، ئەم تووشبوونانە هۆکان بۆ لاوازیی نەخۆشەکە و ژیان لەدەستدان.

3-پێستی: (Dermatological) خووڕووی پێست، بەڕەنگبوونی زۆری پێست.

4-کۆئەندامی هەرس (Gastrointestinal) دڵ تێکەڵهاتن، ڕشانەوە، زام (قورحە)ی گەدەو دوانزە گرێ، خوێن بەربون.

گەدەو ڕیخۆڵەکان

5-ماسولکەیی: Muscular لاوازیی و گێژبوون.

6-دەماریی: Neurological، سەرئێشە، تێکچونی هەستی. لەرزین.

7-دڵو لولە خوێنەکان (Cardiovascular): بەرزی پەستانی خوێن.

سستی دڵی خوێن تێزاویی (هەڵئاوساویی)
congestive Heart failure
هەوی دەرپۆشی دڵ Pericarditis
نەخۆشی ماسولکەی دڵ Cardiomyopathy
لوی (گمۆڵی) دەمارە خوێنەکان Atheroma

8-زیندەپاڵی: Metabolic: تینوێتی، زۆر میزکرد، شەو میزکردن، بەرزبوونەوەی ڕێژەی: یوریا، کریاتینین، چەوری و ترشی یوریک لەزەردای خوێندا.

هەروەها تێکچونی ئیلیکترولایت و وەک کارێکی ناڕاستەوخۆ دەبێتە هۆی بەرزبوونەوەی دەردانی ملەقورتە ڕژێن.

چارەسەرکردن: Treatment

1-چارەسەرکردنی ئەم نەخۆشیە بەشێوەیەکی سەرەکیی بریتیە لەهەوڵدان بۆ دابەزینی ڕێژەی یوریا و ئیلکترۆلایت و.. لەخوێندا.

2-ئەگەر فەرمانی گورچیلە تێکچوبوو ئەوا خوێن پاڵاوتن (Dialysis) پێویستە، خوێن پاڵاوتن (Hemodialysis) یان هەناوپۆشە پاڵاوتن (Peritonial dialysis) ی پچڕ پچڕ کە هەر هەفتەیەی (2) بۆ (3) جار ئەنجام دەدرێت هەر جارەی (6) کاژێر دەخایەنێت.

3-ئەگەر فەرمانی گورچیلە بەشێوەیەکی ترسناک تێکچوو ئەو گواستنەوەی گورچیلە پێویستە.

4-چارەسەرکردنی سکالاکان و ماکەکانی ئەم نەخۆشیە پێویستە وەک: ڕشانەوە، سکالا دەمارییەکان، لەدەستدانی کالسیۆم و بەرزبوونەوەی پەستانی خوێن، دووچارەی چەندین نەخۆشی دی.. هتد.

لایەنە پەیوەندیدارەکانی ددان:

1-لەنێوان منداڵاندا کەدووچاری نەخۆشی سستی گوریچلەی درێژخایەن دەبن لەوانەیە ببێتە هۆکاری دواکەوتنی گەشەکردنیان.

2-دواکەوتنی ددان دەرکردن، نائاسایی ددان جوتبوون، کەمکوڕپی مینا دروستبوون (enamel hypoplasua) یان بۆر بەڕەنگبوونی ددانەکان.

3-خەستبوونەوەی یۆریا لە لیك دا و لێك هەڵوەشانی هۆکارە بۆ دروستبوونی بۆنی دەمی ناخۆش (halitosis) و پێی دەڵێن (Uremic fetor) کەتایبەتمەندی بۆنی ئەمۆنیا (am monical odor)

4-بەرزبوونەوەی ڕێژەی نایترۆجینی یوریا لەخوێندا دەبێتە هۆی هەوی دەمی یوریای خوێن.

(Uremic stomatitis) کە تایبەتمەندی: زامم دروستبوون و گەندە پەردە دروستبوون (ulcerations) (Psudomembrane).

5-زوقمی یوریای خوێن یان پەڵەی سپی (uremic frost) (white plaque)

لەوانەیە ڕەچاو بکرێت بەشێوەیەکی سەرەکی لەپێستدا بەڵام لەوانەیە لەناو دەمیشدا دەربکەوێت.

6-کەم خوێنی هۆکارە بۆ کاڵی ڕەنگی ناوپۆشی دەم، خوێنڕێزیی و مۆرە پەڵەی (purpura) لەوانەیە لەناودەمدا دەربکەوێت.

7-لەو نەخۆشانەی کەهێزی بەرگری لەشیان ئاڵۆز بووە (دابەزیوە)، کەڕووی ناودەم دروست دەبێت و گەلێك جار زامی جۆراوجۆر و تەشەنە کردنی ڕەچاودەکرێت.

8-گۆڕانکاری لەئێسکدا وەکو نەمانی تورتەتوێ (تورتە پلێت) (Lamind dura) (ئەو توێیە ئێسکەی دەوری تۆپی ڕەگی ددانی داوە). کلۆربوونی ئێسک، ناوچەی لێکهەڵوەشاویی ئێسک (osteolytic areas) کەپێی دەوترێت بەد گەشەکردنی ئێسکیی گورچیلەیی (renal osteo dystrophy) کە لەوانەیە هۆکار بێت بۆ دروستبوونی (زامی خانە زەبەلاح giant cell lesions)

9-تێکچونی دەرکردنی دەرمانەکان لەگورچیلەوە لەم نەخۆشانەدا ڕەچاو دەکرێت.

هێزی کاریگەری دەرمانەکەو ماوەیەکی دوورودرێژ دەتوانرێت کەم بکرێتەوە بەکەم کردنەوەی بڕی دەرمانەکە (dosage)، بڕی دەرمانەکان وەک دژە زیندەکان (antibiotics) پێویستە کەم بکرێتەوە. دژە زیندەکان وەک: ئێریسرۆمایسین، کلۆکساسلین و دۆکسیسایکلین لەوانەیە بتوانرێت بەکاربێت بەبڕە

ئاسایی‌کەی خۆی (normal dosage) بەڵام پەنسلین جگە لەکلوکساسلین پێویستی بڕەکەی کەم بکرێتەوە.

تتراسایکلین: بەکارهێنانی لەنەخۆشی سستی گورچیلەی کۆنینەدا دەبێتە هۆی گلدانەوەی نایترۆجین‌و خوێن ترشبوون (acidois).

بەڵام دوکسیسایکلین‌و مایتۆسایکلین دەتوانرێت بەکاربهێنرێت.

*ئەو ئازارشکێنانەی کەجێی مەترسی نیە و دەتوانرێت بەکاربهێنرێت لەنەخۆشی سستی گورچیلەی کۆنینەدا بریتین لە کۆداین، دایهادرۆ کۆداین (codeine & dihydrocodeine).

10-لەبەرئەوەی ماوەی وەستاندنەوەی خوێنرێژی (bleeding time) درێژ دەبێتەوە لەم نەخۆشانەدا بەهۆی: کەموکوڕیی فەرمانی خەپلۆکە خوێنەکان (defeetive plate let function) و کەمکوڕی خوێن مەبینەوە هەروەها بەهۆی بەکارهێنانی هێپارین (heparin)ەوە لەکاتی خوێن پاڵاوتندا، راوێژکردنی پزیشکیی پێویستە بەر لەهەر پرۆسەیەکی نەشتەرگەریی ناودەم،

11-کەپووی دەم‌و هەوی دەم و ددانی جۆراوجۆر لەم نەخۆشانەدا بەدی دەکرێت.

چارەسەرکردنی ئەم جۆرە توشبوونانە زۆر پێویستە بۆ ڕێگرتن لە بەکێمبوونی خوێن (septicaemia) و بڵاوبونەوەی لە لەشدا.

12-ئەو نەخۆشانەی گورچیلەیان بۆ گواستراوەتەوە (renaltrans plant patients) پتر لەبارن بۆ هەوی جۆراوجۆری ناو دەم بەهۆی بەکارهێنانی ئەو دەرمانانەی کە هێزی بەرگری لەش دادەبەزێنن (immunosuppressive drugs) ئەو نەخۆشانەی کە لەژێر چارەسەرکردنی دەرمانی کورتیزۆن (corticosteroid thevapy) لەوانەیە پێویستیان بە بەرزکردنەوەی بڕی (dosage) دەرمانەکەبێت بەر لەپرۆسەی چارەسەرکردنی ددانەکە.

بەکارهێنانی دەرمانی سایکلۆسپۆرین (cyclosporin) دوای گواستنەوەی گورچیلە هۆکارە بۆ گەورەبوونی پرۆک.

کۆنیشانەی گورچیلەیی (Nephrotic syndrome)

ئەم کۆنیشانەیە دروستبوونی بەهۆی یەکێک لەم نەخۆشیانەوەیە: دەردی گورچیلەی شەکرەیی (diabetic nephropathy) واتە تێکچونی گورچیلە بەهۆی نەخۆشی شەکرەوە،

دەردی گورگە سورەی کۆنەندامی (Systemic Cupus Erythematosus)

سیفتەکانی: Features of Nephrotic Syndrome .. هتد.

1-بەرزبوونەوە پرۆتین لەمیزدا بەڕێژەیەکی زۆر (mussive proteinuria)

2-دابەزینی ڕێژەی ئەلبۆمین لەخوێندا (hypoalbominaemia)

3-ئاوبەندی (oedema)

4-بەرزبوونەوەی چەوری لەخوێندا (hyper lipidaemia)

5-کەمبوونەوەی پرۆتینی بەرگریی لەش (immunoglobulin) بەڕێژەیەکی زۆر بەتایبەتی جۆری (IgG) کە هۆکارە بۆ لەباریی نەخۆشەکە بۆ دووچاری هەوکردن‌و نەخۆشی دیکە ببێت.

6-کەمکوڕیی لەڤیتامین D دا.

7-فرە ڕێژنی لامەقۆرتە گلاندی ناڕاستەوخۆ (Secondary hyper parathyraidism)

8-نەخۆشی ئینسك.

9-لەوانەیە کەمی لە (هۆکاری VIII خوێن مەبین) ڕووبدات کە هۆکارە بۆ درێژبوونەوەی ماوەی خوێن ڕێژیی.

چارەسەرکردن: Treatment

1-چارەسەری هۆکارەکان بکە.

2-پرۆتین لەمیزدا دەبێت کەم بکرێتەوە.

3-چارەسەرکردنی هەوکان.

4-ڕێگرتن لەماکەکانی چاوەڕوانکراوی خوێن مەبین و گیرانی لولەخوێنەکان.

لایەنە پەیوەندیدارەکانی ددان:

Dental considerations

ئەو لایەنە پەیوەندیدارانەی ددان کە بۆ نەخۆشی سستی گورچیلەی درێژخایان باسکراوە، هەر هەمان ئەو خاڵانەش بەسەر ئەم نەخۆشیەدا واتە (کۆنیشانی گورچیلەیی) (Nephrotic Syndrome) ڕەچاوو پەیڕەویی دەکرێت..

سەرچاوەکان

1-Essentials of Oral Medicine by prymod Sohn R 2000.

2-Cawson's Oral Pathology & Medicine 2003.

3-Essential of Oral Pathplogy by: Swpar Kamar Luakalt 1999.

ئاگادارکردنەوەکانی دەماخە وەستێ

پەرچڤەی: کەنیرە عەلی ئەمین
پسپۆڕی بایۆلۆژی

کاتێک کە گەیشتنی خوێن بەمێشک بوەستێت یان بڕو چۆنیەتی ئەو خوێن گەیشتنەکەم بکات ئەوە دەگەیەنێت کە تووش بوونێک لە لولەکانی خوێندا ڕووی داوە کەئەمەش بارێکی مەترسیدارە یان روو لە مەترسییە ئەگەر هاتوو سنور بەش کرا ئەوا لەتوانادا دەبێت ڕێگا چارەیەک بۆ تووش بوونەکە دابین بکرێت.

لەم سەردەمەی ئێستادا ڕێگاکانی دەستنیشانکردن و چارەسەرکردن بۆئەم نەخۆشییە بەپەرەسەندووتر دادەنرێت لەچاو جاراندا لەبەرئەوە زۆربەی بارەکانی ئەم نەخۆشییە وەک جاران مەترسی لێناکرێت بەمەرجێک زۆر بەزوویی فریاگوزاریی بۆ نەخۆشەکە ئەنجام بدرێت و هۆکاری نەخۆشییەکە دەست نیشان بکرێت ئەوکاتە چارەسەرێکی خێراو باشتریشی بۆ ئەنجام دەدرێت چونکە بە تێپەڕبوونی هەر خولەکێک بەسەر باری نەخۆشەکەدا بێچارەسەرکردن نەخۆش دەخاتە مەترسییەوە و دووچاری پەککەوتنی بەشێک لەدەماخ دێت.

هەرچەندە ئێستا پزیشکەکان لەتوانایاندایە کە ماکە مەترسیدارەکانی نەخۆشییەکەو کاریگەرە تووندو تیژەکانی نەخۆشییەکە لەسەر دەماخ لابەرن ئەویش بەهۆی بەکارهێنانی جۆرەها ئامێرو هۆکاری فریاگوزاری کردن بژدەست نیشانکردنی نەخۆشییەکە هەموو ساڵێک سەدەها هەزار کەس دووچاری ئەم نەخۆشییە دەبن کەبەڕێژەی لە 10٪ یان لەخوار تەمەنی 45 ساڵییەوەن ئەم ڕوداوانەی لولە خوێنییەکانی دەماخیش سێیەم هۆی مردنە دوای شێرپەنجەو نەخۆشییەکانی دڵ و بەهۆکاری یەکەم دادەنرێت بۆپەک کەوتنی جەستەو دەرون.

(پێنج یەکی 1/5 ی ئەم تووش بوونانە دەگەڕێتەوە بۆخوێن بەربونەکانی دەماخ)

1- خوێن بەربونە ناوەکییەکان لەدەماخدا: لەئەنجامی دڕاندنی خوێن بەڕێکی بچوکەوە ڕودەدات کە سوکە ئیفلیجییەک پەیدا دەکات و زۆربەی جار لەهۆش خۆچوون، کەشەنگی بەگشتی یان لەهەندێک ناوچەدا، ڕشانەوەو هێڵنج دان و کەلەگەڵیشیا وڕێنە دێت ئەو هۆکارانەش کەکاریگەربن بریتین لە: پەستانی خوێن، و چارەسەکردن بەڕوون کەرەوەکانی خوێن.

2- خوێن بەربونی ژێر جاڵجاڵۆکەیی: زۆر بەی کات لەئەنجامی تەقین یان بوونی خوێن زگماکی لەیەکێک لەخوێنبەرەکانی دەماخدا ڕودەدات (واتە ناتەواوییەکی

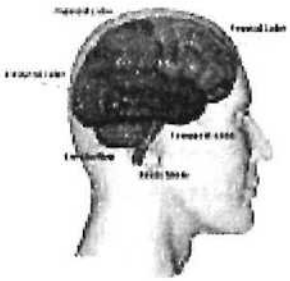
زگماکی لەدیواری یەکێك لەخوێن بەرەکانی مێشکدا هەیەو لەگەڵ چوونە تەمەنەوە فراوان دەبێتو قەبارەکەی زیاددەکاتو شێوەی چیکڵدانەیەك وەردەگرێتو ڕۆژێك لەڕۆژان دەتەقێت) لەئەنجامی ئەم تەقینەشدا سەرئێشەیەکی بەتین پەیدادەبێتو بۆماوەیەکی کەم دەبوریتەوە، هەندێك جاریش بێ هۆش بونێکی قوڵ لەگەڵ ڕشانەوەداو کەشەنگ بوونی ماسولکەو تێکچوون لەلێدانەکانی دڵو هەناسەداندا پەیدا دەکات.

گرنگترین نیشانەکانیشی ڕەق بوونێکی تۆندوتیژ لەملدا ڕوودەدات (واتە بەگران سەری بۆ دەچەمێتەوە چ بۆ پێشەوە یان بۆ دواوە یان بەم لاو ئەولادا ئەم نیشانانەش دوای 24 کاتژمێر دوای تەقینەوەکە پەیدادەبێت بڕبڕەکانی کەلەکە شلەی دڕکە پەتك کەپڕبووە لەخوێن دەردەدات.

لەکاتێکدا لەبارە ئاسایی‌یەکاندا ڕەنگی ئەم شلەیە ڕوون و بێ‌ڕەنگە.

لەبارەکانی دیکەشداو هەتا لەوانەشدا کەتەمەنیان لە 45 ساڵدا کەمترە هۆکارەکەی دەگەڕێتەوە بۆ دەماخە وەستێ کە:

1-یان لەئەنجامی داخستن و گیرانی یەکێك لەخوێن بەرەکانی سەر کە خۆراك دەری دەماخە (ڕەق بونی خوێن بەرەکانی سوباتی لەملدا یان دەماخدا کە وردە وردە دەگیڕێن یان خەست بوونەوەیەك ڕوودەکاتە دڵ یان ئەستور بونێك لەدیواری لوولە خوێنە بچوکەکانی دەماخدا ڕوودەدات دەبێتە هۆی دەماخە وەستێ ئەمەش لەبارە تۆندوتیژەکان و خراپەکاندا لەماوەی (24- 48 کاژێردا) ڕوەدات یان لەچەند خولەکێکی کەمدا دەماخە وەستێیەکی زۆر گران و قورس بەخێرایی ڕوودەدات.



2- یان لەوانەیە بەهۆی ناتەواوییەکی فسیۆلۆژی بێت: لەئەنجامی کەم خوێنی یان زۆری خوێن یان زۆر بوونی ژمارەی خرۆکە سورەکانی خوێن کەدەبێتە هۆی زیادبوونی لینجی خوێن و سوڕانی خوێن لەلەشدا هێواش دەکات یان لەئەنجامی نزم بوونەوەی پەستان لەخوێن بەرەکانداو کەم خۆراك گەیشتن بە دەماخ بە تایبەتی ئەگەر ئەم بارەیان ڕەق بوونی خوێنبەری دەماخی لەگەڵدا بێت.

هەروەها خوێن بەر بونێکی تۆندوتیژ، وشك بوونەوەیەکی گشتی، یان کەمبوونەوەی قەبارەی شلەکان لەلەشدا یان کەشەنگی ماسولکەکانی دڵ یان پەك کەوتنی دڵە ماسولکەکان.

یان تێك چوونێك لەڕێك خەوی دڵدا وەك لەرزۆکی لەگوێچکەلەکاندا کەدەبێتە هۆی وەستان یان هێواش بوونەوەیان یان تەسك بونەوەی خوێن بەری دڵ (تاجی) یان شۆڕبونەوەی دڵە زمانە، یان ڕەق بوونی زمانەی شانە خوێنبەر، نەخۆشی شەکرە و بەرێژەی 30٪ تەوش بونەکانیشی هۆکارەکانی نەزانراون.

نیشانەکانی دەماخەوەستێ بەپێی ناوچە توش بووەکان لەدەماخدا جیاوازن، یان لەشێوەی نیوە ئیفلیجییەکدا ڕوودەدات کەنیوەی ڕاست یان نیوەی چەپ دەگرێتەوە یان لەشێوەی ئیفلیجی یەکی تەواودا کە توانای قسەکردن نامێنێ یان کوێر دەبێت یان نەمانی هەستەکردن بەئازار یان تێك چوونێك لەبیرکردنەوەو کەسایەتی دار پەیدا دەکات نیشانە ئاگادارکەرەوەکان:

ئەگەر هاتوو بۆماوەی چەند خولەکێك خوێن نەگەیشتە بەشێك لەدەماخ ئەوا بێ هۆش یان نەمانی هەست لەدەمو چاودا یان تێك چوونێکی زۆر لەتوانای بینینی چاوێکدا یان بەگران قسەکردن یان بەگران تێگەیشتن یان تێك چوون لە ڕۆیشتندا یان کەوتنێکی بێهۆو بێئاگاداری پەیدادەکات، کەئەمانەشی هەمووی بەنیشانە ئاگادارکەرەوەکانی ڕوداوە لوولەخوێنی‌یەکانی دەماخ دادەنرێت کەڕێژەی 30٪ ڕوودەدات دەماخی‌یەکان پێك دەهێنێت. هەرچەندە هەندێك جار بەرێژەی 4٪ ئەم ڕوداوە دەماخی‌یانە بە یەکێك لەم ئاگادارییانە یاخود چەند ئاگادارکەرەوەیەکی دووبارە بۆوەو بۆ کەم گەیشتنە خوێن بەدەماخ پێش مانگێك دەست پێ دەکات.

و بەرێژەی 9٪ پێش شەش مانگ و بەرێژەی 30٪ پێش پێنج مانگ دەست پێدەکات لەم کاتانەدا زۆر پێ ویستەو گرنگە کەبەزوترین کات ڕێنماییەکانی پزیشکی پسپۆڕ ڕەچاوبکرێت هەتا ئەگەر هاتوو نیشانەکان زۆر بەسوکی دەرکەوتبوو یان ڕووبە نەمان بوو.

(ڕەگەز مەترسی دارەکان)

پیری بەیەکەم ڕەگەز لەڕەگەزە مەترسیدارەکان دادەنرێت کە لەوانەیە هەموو 10 ساڵێک دوو ئەوەندەبێت و زۆربەی ڕوداوە دەماخییەکان لەپیاواندا دوای تەمەنی 71 ساڵی و لەژناندا دوای تەمەنی 74 ساڵی ڕوودەدەن.

و بەڕێژەی 10٪ ڕوداوەکان لەپێش تەمەنی 45 ساڵیدان بە تایبەتی لەوانەدا کەکەم جوڵەن یان ئەوانەن کەڕێژەی کۆلسترۆڵی خوێنیان بەرزە یان ئەوانەن کەکێشیان زۆرە.

و ئەو هۆکارانەی دژی دڵن بەدوژمنی دەماخیش دادەنرێن وەک بەرزی پەستان لەلوله خوێن بەرەکاندا کە بەڕێژەی 7 ئەوەندەیی تووش بونەکانی دەماخ زیاد دەکات و بێ هێزی دڵ بەڕێژەی 9 ئەوەندە و گەورەبونی سکۆڵەی چەپ بەڕێژەی 10 ئەوەندە و نەخۆشی شەکرە بەڕێژەی 3 ئەوەندە و جگەرەکێشان بەڕێژەی دوو ئەوەندە ڕووداوەکانی دەماخ زیاد دەکەن.

(دەست نیشان کردن و چارەسەرکردن)

لەهەنگاوی یەکەمدا/ پێوانەی پەستانی خوێن کە زیاتر بەرزدەبێتەوە دوای ڕودانی دەماخەوەستێ کە ئەم بەرزبوونەوەیەشی کاتیبە هەروەها هەوڵ دانیش بۆزانینی گۆڕانکارییەکانی پەستانی خوێن ئەگەر لەوەو پێشی هەبووبێت، وێنەیەکی ساکاری سنگ هێڵکارییەکی کارەبایی دڵ بۆ دەرخستنی لەرزۆکی گوێچکەلەیی و بەڵگەی بونی جیاوازی لەپەستانی خوێندا، پشکنینی ژێر گلێنەی چاو، سەرژمێریکردنی تەواوی خوێن بۆدڵنیابوون لەنەبوونی کەم خوێنی و ناتەواوی لەپەڕەکەکانی خوێندا، یان زۆری خرۆکە سورەکانی خوێن، خێرایی قورس بوونی خوێن بەهۆی بوونی هەوکردنێک لە خوێنبەرەکانی کاسەدا ئاستی شەکر لەخوێندا بۆلابردنی کەمی شەکرە خوێنەکەدا پشکنینی بۆنەخۆشی فەرەنگی یان سفلس، زانینی ڕێژەی زەردەاوی خوێن و چۆنیەتی گیرانی سوباتی و وێنەگرتنی ئەو لولەخوێنانەی لەملەوە بەرەو میشک دەڕۆن. وەئەگەر نەشتەرگەری یەک لەناوچەیەدا بەماوەیەکی کەم کرابێت و لەهەموو ئەمانەش گرنگتر ئەوەیە دەست نیشانی نەخۆشیەکە بکرێت.

وێنەگرتنی تەوەرەیی تۆڕێژەکانی دەماخ:

ئەمەش بۆزانینی هۆکاری نەخۆشیەکە دەبێت، ئایا خوێن بەربوونە یاخود گیرانی لولەکانی خوێنە یان بەهۆی لێدانی ماده دەرخەرەکانی وەک یۆد دەبێت کە بەدەرزی لەناوخوێنەکانی دەماخ دەدرێت بەمەبەستی پشکنین یان خوێنی خوێن بەرەکانە (ئاوسانێکە لەئەنجامی کشانی لولە خوێنەکانەوە پەیدا دەبێت).

الدوبلر/ بۆزانینی پلەی تووش بوونی ئەو لولە خوێنانەیە کەبەڕەق بوون تەسک بوونەتەوە.

وێنەگرتن بە لەرینەوەی موگناتیسی/ کەئەمەش شوێنی دەماخە وەستی کە دیاری دەکات و پلەی مەترسی خوێن نەگەیشتنە کە بەدەماخ دیاری دەکات هەروەها مەترسی خوێن بەربونەکە یان دەماخە وەستێ کە دەردەخات.

لەهەنگاوی دووەمدا/ هەنگاوی فریاگوزاریە، چارەسەرکردنە بۆلابردنی بارە دەماخییەکەیە و بۆپارێزگاری کردنە لەگەیشتنی ئۆکسجین بۆ دەماخ و بۆلابردنی بەرزی یان نزمی پەستانی خوێن بەرەکانە. وەپێدانی هەندێک لەخاوکەرەوەکانی خوێن لەکاتی گیرانی لولە خوێنبەرەکاندا وەک ئەسبرین یان دژە خوێن مەینەکانی دی بۆنەهێشتنی ڕودانی گیرانی دی لە لولە خوێنییەکانی تردا هەروەها چارەسەکردنی فیزیایی و خۆئامادەکردنێکی باش پێویستە هەروەها جگەرەنەکێشان، جێگری لەپەستانی خوێندا، نەهێشتنی ڕودانی نزمبوونەوەیەکی زۆر لەپەستانی خوێندا چونکە لەوانەیە ببێتەهۆی درێژەپێدانی دەماخە وەستێ کە هەروەها ئەنجیوبلاستی بەواتای فراوان کردنی لولە خوێنە تەسکەکانە بەبالون بەشێوەیەکی هاوڕێک لەگەڵ دژە خوێن مەینەکاندا هەروەها پێویستە بەزوترین کات چارەسەری سەرچاوە مەترسی دارەکانی دی بکرێن کەدەبنە هۆی دەماخە وەستێ وەڕێگربین بۆیان وەک چارەسەری بەرزی پەستانی خوێن و بەرزی کۆلسترۆڵی خوێن نەهێشتنی قەڵەوی، جگەرە نەکێشان، چارەسەرکردنی نەخۆشی شەکرە، ئەمانە بەگشتی کاردەکەنە سەر کەم بوونەوەی ڕووداوی نەخۆشیەکە بەڕێژەی 30٪ دەشتوانرێت نەشتەرگەری بکرێت بەتایبەتی لەکاتی دەست نیشانکردنی باری نەخۆشیەکەدا یان وێنەی خوێنی خوێنبەرە دەماخییەکان بگیرێت ئەمەش لەپێش ئەوەی بتەقنەوەو باری نەخۆشەکە بخاتە مەترسیەکی زۆرەوە.

بەڵام پێش کەوتووترین چارەسەر کەئێستا ئەنجام بدرێت کەهەندێک لەوڵاتەکانی ڕۆژئاوادا بەگەڕان بەدوای بژهێڵە بۆماوەیەکاندا خۆی دەبینێتەوە کە تەندورستی نەخۆش لەڕووداوە مەترسیداری کە ڕووی تێدەکات ئاگادارەدەکاتەوە ئەمەش بە خوێندن لەسەر کۆمەڵانی خێزانەکانی پێشوتریان دەبێت کەچەند کەسانێک تووشی ئەم ڕوداوە دەماخییانە هاتوون و گەڕان بەدوای ئەو کەسانەی کە بۆهێڵە بۆماوەیی یەکانیان ئامادەباشیان تێدایە بۆ تووش بوون چارەسەر کردنیان.

کاریگەری ستەمی ڕامیاری لەسەر منداڵ ؟

نوسینی: ئەنوەر عومەر عەلی
تویژەری دەروونی

بۆ وەڵام دانەوەی ئەم پرسیارە دەتوانین لەناخی خۆمانەوە دەست پێبکەین و بیکەین بە نمونەیەک.

خۆئەگەر توانیمان و گەیشتینە ئەو زانیارییە بۆ دیاری کردنی کاریگەری جەنگ و ژیان لەژێر سێبەری داگیرکردندا لەسەر هەموو یەکێک لە ئێمە، دەتوانین لە وەڵام دانەوەیەکی ڕاست و دروست نزیک ببینەوە.

ئەگەر توانیمان کۆمەڵێک پرسیار لەناخی خۆمان بکەین سەبارەت بە کاریگەری ستەمی ڕامیاری لەسەر منداڵ بۆ نمونە ؟

ناخۆشترین تاقی کردنەوە چیە کەپیایدا ڕۆیشتی لەماوەی جەنگ یان یان لەژێر سێبەری داگیرکردندا؟ بۆچی ئەو ڕووداوە سەرنجی ڕاکێشایت یان بزواندیتی ؟ ئایا ئەو ڕووداوە کاریگەری لەسەر دەوروبەرت هەبووە وەک ئەوەی کە کاریگەری لەسەر تۆ هەبوو؟ ئەو تاقیکردنەوەیەت چۆن بەسەر بردیان پیایدا ڕۆیشتیت ؟ ئەو هۆکارە یارمەتیدەرانە چی بوون کە یارمەتی دایت بۆ ئەوەی بەسەر ئەو ڕووداوەدا سەربکەویت ؟ ئایا ئەو ڕووداوانە تا ئێستاش لە خەونەکانتا بەردەوام بەدەردەکەون ؟

بێجگە لەم پرسیارانە، بیر بکەیتەوە بەشێوەیەکی فراوان تصوری ئەو هەست و سۆزە بکەین کەلەلایەن ئێمەوە دەردەبڕێت کە کاتێک هەواڵی مردنی یاخود شەهید بوونی کەسێکی خۆشەویستمان پێدەگات، یان کاتێک لەبۆنەی ناشتنی کەسێکدا ئامادە دەبین.

چۆن ئەم کارو ڕووداوانە بەیەکدا دەچن و تێکەڵاو دەبن بەجۆرێ کە گران و ناڕەحەتە بۆ ئێمە کە لەیەکتری جیای بکەینەوە لەنێوانی ژیانی ڕۆژانەو ئەو ڕووداوانە بەشێوەیەکی فراوان، بۆمان دەردەکەوێت لە هەنگاوی یەکەمداو لەزۆربەی کاتەکاندا منداڵ مانای ووشەی شەڕو توندوتیژی و ئازار نازانێت و لەهەمان کاتدا هەست بەو ئازارو ناڕەحەتیە ناکات کە ئێمە هەستی پێ دەکەین لەئەنجامی لەدەست دان و لەناوچوونی کەسانی خۆشەویست یاخود ئازارو توندوتیژی و کاتە چاوەڕوان نەکراوەکان دی.

زۆربەی کات بەخۆمان دەڵێین کە منداڵ خێرا شتی لەبیردەچێتەوە وا دەزانین ئەگەر گفتوگۆ لەگەڵ منداڵ بکەین سەبارەت بەڕووداوە ناخۆشەکان و شتێکی بیربخەینەوە ئەو پێی بێناگایە ئەگەر ئەمە لەلایەک وای دابنێین ئەوا دەیپارێزین لەو شتانەی کەووزەو (توانا)ی منداڵی تیادا نیەو بەشێوەیەک کە بەزەیمان بە منداڵییەکەدا بێتەوە.

ئەگەر بەشێوەیەکی وورد و فراوان بیربکەینەوە ئەوا بۆمان ڕوون دەبێتەوە کە کەسێتی مرۆڤ و بیرو بۆچونەکانی لەسەردەمی مندالێدا سەرچاوە دەگرێت و دروست دەبێت، هەروەها لە سەرەتای مندالێمانەوە فێری مانای ووشەی خۆشەویستی و دڵ تەنگی و بێزاری و ڕق ڵێبوونەوە و ڕەش بینی و ئومێدەواری دەبین.

لەبەرئەوە لەسەرمان پێویستە بەڕاستگۆی و هەست کردن بە بەرپرسیاری و پابەندبوونەوە مامەڵە لەگەڵ هەست و نەستی منداڵدا بکەین مانای سەرکوتکردن و ستەمی ڕامیاری و هیواو ئاواتی میللەتەکەی لەسەربەخۆی لەدیدو بۆچوونی منداڵدا گفتوگۆی لەگەڵدا بکرێت.

لەگەڵ ئەوەشدا پێویستە لەسەرمان کە بزانین منداڵ بە تەواوەتی هەست بەو نارەحەتی و ترس و ماندووبون و دەست درێژییانە دەکات کە گەمارۆی خێزان و کۆمەڵگاکەی دەدات و دەکرێتە سەریان.

لێرەدا دەتوانین بڵێین کە کاریگەری ستەمی ڕامیاری لەسەر منداڵ تووشی چەندەها گرفت و پەشێوی دەروونی دەکات وەک:-

1-ترس و ئازایەتی:-

لەلای منداڵ ڕاستییەك یان شێوە تێگەیشتنێکی ڕەها دروست دەبێت دەربارەی یەکسانی و چەوساندنەوە ستەم هەستی دەبزوێنێ و هەڵ دەچێت ئەگەر ئیهانەی یەکێك لەوانە بکرێت کە خۆشی دەوێت یان ڕێزی لێ دەگرێت.

کاتێك منداڵ دەبینێت خێزانەکەی یان دەوروبەری و خەڵکی وولاتەکەی دەچەوسێنرێتەوە و دەست درێژی دەکرێتە سەریان ناتوانێت بەئاسانی وەری گرێت زۆر بەگران و نارەحەت دەتوانێت ڕووبەرووی ئەو ڕووداوانە بێتەوە کەلە پێش چاوی دەکرێت بەتایبەتی کە کاتێك خێزانەکەی هەست بەترس و بێتوانایی دەکەن بەرامبەر بە ڕزگاربوون لەو ترسە !

سروشتی منداڵ خۆی وادەخوازێت و حەزدەکات بە گۆڕانی جیهان و کاریگەری لەسەر ژینگەکەی بە شێوەیەکی باش و کاریگەربێت، و خەون بەوەوە دەبینێت کە هێزێکی تەواو ئەفسونیانەی هەیە بۆ گۆڕینی ڕێڕەوی ئیش و کارەکان، لەبەرئەوە هەندێك جار بەهەندێك ئیش وکاریان یاری کردن بۆ سەلماندنی ئەو هێزەی کە هەیەتی و پێشکەشی بکات بۆهاوکاری کردن لە گۆڕینی ئەو ڕاستییە تاڵو بەئازارانەی کە خێزان و دەوروبەری تووشی بوون.

لەوکاتەدا منداڵ بەتەواوەتی هەست دەکات کەترسی مردن بەشێوەیەکی ڕاست و بەرچاو هەڕەشەی لێ دەکات، لەبەرئەوە دەبینین منداڵانی ئەو گەلانەی کە داگیرکراون و تووندوتیژی و ستەمیان بەرامبەر دەکرێت بەردەوام لە ملمالانێدا دەژین لەنێوان ترس و ئازایەتیدا.

لەبەرئەوە جێگەی سەرسوڕمان نیە ئەگەر ببینیت منداڵێك بیرکردنەوەی وەستاوە جارێك، جارێکی تریش هەست بە ئازایەتی و گەورەی دەکات، لەبەرئەوە توشی دوودڵی دەبێت لەنێوان تۆقین و هەوڵدان بۆ گەیشتن بەناوبانگ ئەمەش وێنەیەکە دووڕووە لەو ڕەنگدانەوەیەی کەلە ئەنجامی توندوتیژی و دەست درێژی و ستەمی ڕامیاری تووشی دەبێت و کۆمەڵ بەگشتی تیایدا دەژی. بەڵام گرنگترین هۆکار کە دەتوانین ڵێی تێبگەین لەم بارەیەوە ئەوەیە کە منداڵ بەهێزەو بێ هێزە لەیەك کاتدا.

ئەو منداڵانەی کە سەرکوتکردنی ڕامیاری دەبینن و تیایدا دەژین بێگومان هەستی ترس و ئازایەتی تیایاندا تێکەڵ دەبێت و هیچ جیاوازییەکیان نابێت لەگەڵ ئەو کەسانەی کەلەو گەورەترن هەندێك هۆکار هەن ئەگەر تێیان بگەین تاوتوێی بکەین یارمەیتیمان دەدات کە ئەو قورسایییە لەسەر خۆمان و منداڵەکانمان کەم بکەینەوە یەکێك لەو ڕاستیانە ئەوەیە کە منداڵ ناتوانێت بەشێوەیەکی تایبەتی ئەو دڵ تەنگی و بێزارییەی بشارێتەوە لەناخی خۆیدا بەرامبەر بەو کەسانەی کە دەست درێژی و تووندوتیژیان نواندووە بەرامبەر بەکەسانی خۆشەویست و خێزانەکەی و دەوروبەری، لەبەرئەوە ئەو بێزارییە دەردەبڕێت بەرامبەر بە نزیکترین کەس لێوەی گەر لەناو خێزانی خۆی دابێ یان لەگەڵ هاوڕێکانیدا بێت.

پێویستە لەسەر هەموومان لەناو خێزان و خوێندنگەو شوێنە گشتی و تایبەتییەکان کە بەشێوەیەکی باش گوێی لەقسەی منداڵەکانمان بگرین ئەگەر هاتوو بەهێواشی یان بە توڕەییەوە قسەیان بۆ کردین.

2-هەوڵدان بۆ تێگەیشتنی ڕووداوەکان:-

منداڵ بە بەردەوامی هەوڵ دەدات لەهەموو کات و ساتەکاندا لەو ڕووداوانە تێبگات کەلە دەوروپشتی ڕوودەدات و هەوڵی شیکردنەوە لەبارەی هۆکارو بوونەوە هۆی ڕووداوانە ئەو ڕووداوانە دەدات.

منداڵەکان لە زۆربەی ئیش وکارە ڕامیارییەکان تێدەگەن لەبەرئەوەی ئەو ڕووداوانەی کەتێدا دەژین زۆر پرسیاریان لەلا دروست دەکات و ئاوێتە دەبن لەگەڵ ڕووداوەکان، بەشێوەیەکی باش لێ تێدەگەن ئەگەر یەکێك هەبێت ڕووداوەکانیان بەڕوونی

بۆ باس بکات و بەشێوەیەکی ڕاستگۆیانە وەڵامی پرسیارەکانیان بداتەوە.

لەبەرئەوە ژانین و تێگەیشتنی کارە ڕامیاریەکان ڕۆڵێکی کاریگەر دەبینێت لە پاراستنی تەندروستی دەرون و سەلامەتی ژیری ئەو منداڵانەی کە ناچار دەکرێن بۆ ڕووبەرووبونەوەی تووندو تیژی و ستەمی ڕامیاری.

لەوانەیە شیکردنەوەیەکی ڕامیارییانە بۆ ڕووداوەکان تاکە ڕێگا بێت بۆ تێگەیشتن لە لێدان و ستەم و شتە جەرگ بڕەکان بۆ خۆڕاگرتن لە بەرامبەریاندا.

لەم ڕوانگەیەوە گفتوگۆکردن لەگەڵ منداڵ دەربارەی کارە ڕامیاریەکان لە بەرژەوەندی دەبێت، و بەم شێوەیە بەشداری دەکەین لەپاڵ پشت کردنی کەسایەتی منداڵ و پتەوکردنی پێکهاتەی دەروونی و مێشکی کە کاتێک متمانەی تەواویان پێ ببەخشین.

3-خەفەت و بێبەش بوون:-

هەست کردن بەبێبەش بوون هەستێکە باڵ دەکێشێت بەسەر مرۆڤدا لەبارودۆخی تێکۆشانی نەتەوەیدا، هەستێکە کە زاڵە بەسەر ڕۆڵەکانی گەلێکدا بە شێوەیەکی بەردەوام بەجۆرێک کە ڕێگاکانی پشوو ئارامی لە بناغەوە وون و نادیارە، هەروەها نادیاربوونی بنەماکانی بەختەوەری ژیانە، خەڵکە خۆشەویستەکانیان یەک بەدوای یەکدا لەدەست دەدەن و لەبیر دەکەن گەر بە کوشتن بێ یان دەستگیرکردن یان بە دوور خستنەوەیانەوە بێت.

هەروەها خەون ئاواتەکانیشیان لەدەست دەدەن، کەسوکاری شەهیدان دەزانن کە ڕۆژێک لە ڕۆژان ژیان وەک جارانی لێنایەتەوە، و هەر کەسێک بەم تاقیکردنەوەیەدا تێپەڕی بێت تێدەگات کە گەڕانەوەی ئاو بۆ سەرچاوەکانیان کارێکە کە کاتیکی درێژی دەوێت.

پرۆسەی ڕزگاربوون و تێپەڕبوون لەم کێشە پڕ لەخەم و ئازارە شتێکی ئاسایی یە کە لە سەرەتاوە ڕاستی ڕووداوەکان تێدەگەین و بەتوندی ئینکاری ئەو ڕووداوانە بکەین.

ژیانی ڕۆژانەمان دەگوازەرێنین وەک ئەوەی کەهیچ ڕووی نەدابێت و وابیر دەکەینەوە کە کەسە وون بووەکانمان لەهەر ساتێکدا بێت لە دەرگاوە خۆیان دەکەنەوە بە ژوورەدا و دڵە ڕاوکێکانمان نامێنێت هەروەها خۆمان سەرزەنشت دەکەین بۆئەوەی کە ڕووی داوەو هەست بەگوناح و کەمتەرخەمی دەکەین و لێپرسراوێتی ئەم کارەساتە دڵ تەزێنە دەخەینە ئەستۆی خۆمان.

سەبارەت بە خۆڕزگارکردن لەو کردارو مەبەستانەی کە تایبەتن بەو کەسانەی خۆشمان دەوێن گرانترین ئەرکە کە ڕووبەروی دەبینەوە.

لەکاتی هەوڵدان بۆ هەستان بەم کارە هەستکردن بە تاوان یاخود کەمتەرخەمی زیاد دەکات و خەریکە بڕوا دەکەین بەوەی کە تازە پێویستمان بەجل و بەرگ و ئەوشت و مەکانە نەماوە کە ئەوە کەسە بەجێی هێشتووە.

دواتریش زۆر بە هێواشی هەستکردن بەو کارەساتە دڵ تەزێنە باڵ دەکێشێت بەسەرماندا و تێ دەگەین لەڕاستیدا ئەوە کارەساتەو ناتوانین پشت گوێی بخەین و لەو کاتەدا هەست بە خەم و خەفەتێکی قوڵ دەکەین و بەگریان ئازارکەمان دەردەبڕین و فرمێسکی زۆری بۆ دەڕژێن.

هەستێکی جیاواز لە توڕەبوون و نائومێدی بە تونڈی بەسەر دڵ و دەروون و سۆزماندا زاڵ دەبێت.

بێگومان ئەم کرداره بە قۆناغە لەسەرخۆکانی زۆر گرنگەو مرۆڤ پێویستی بە هێزێکی زۆرە لەهەمان کاتدا پێویستی بە ماوەیەک لە کات هەیە تاوەکو لەو ماوەیەدا بە ڕابردووی خۆیدا بچێتەوە، پێش ئەوەی کە توانایدا هەبێت خۆی بدات بەدەست واقیع و ڕەفتاری لەگەڵدا بکات.

ئامادەبوون لە مەراسیمی پرسەو سەرەخۆشی هاوڕێ و کەسوکاری شەهیدان و هاندانی خەڵکانی دی بەشانازی کردن بەو شەهیدانە ئەمانە هەموو لەلایەن دەروونیەوە پێویستن و گرنگن.

هەموو ئەم کارانە یارمەتیمان دەدەن بۆ بەردەوام بوون لە ژیان و نەهێشتنی خەم ئازارو بێ ئومێدی لە ژیانماندا.

ئەگەر بێینە سەر باسکردنی هەستکردن بە خەم لای منداڵان وەک هەستکردن بەخەم وایە لای گەورەکان، منداڵ بەردەوام هەوڵ دەدات بۆ زاڵبون بەسەر ئەو خەمەی کە دای دەگرێت کاتێک خۆشەویستێکی لە دەست دەدات.

منداڵ شێوازی تایبەتی خۆی هەیە لە دەربڕینی خەمو ئازارەکانی، خۆ ئەگەر ئەم کەشو هەوایەی منداڵ لە دەربڕینی

خەمو ئازارەکانی لای گەورەکان نەناسراو یان نەزانراوبێت ئەوا هیچ کاتێك سەرنجی نادەنێ و خەمو ئازاری منداڵەکانیان لەبیردەچێتەوە و هیچ گرنگی پێ نادەن.

ڕەفتارو ئاکاری منداڵ لەلامان ئاسان دەبێ کی تێ بگەین ئەگەر سەرنج بدەین کە پەیوەندی منداڵ بەو کەسەی کە خۆشی دەوێت بەمردن کۆتای نایەت.

هەروەها منداڵیش ئەوە ڕەت دەکاتەوە کە بڕوا بکات خۆشەویستێکی لەکیس چووەو بەردەوام دەبێ لە پەیوەندی کردن بەو کەسەوە کەلە دەستی یاوە وەك ئەوەی کە هێشتا لە ژیاندا بێت و وجودی هەبێت، ئەمەش لە ڕێگەی چەند کەشو هەوایەکی تایبەت بەخۆی.

هەروەها منداڵ لەسەرەتاوە بە یەکجاری ئەو هەواڵە لەبیری خۆی دەباتەوەو گەورەکان وادەزانن کەهیچ هەستو سۆزێکی نییە یان کاریگەر نەبووە بەوەی کە ڕووی داوە.

وای لێدێت کە منداڵەکە جۆرێك لەبەرگری دەروونی بۆ خۆی دروستکردبێت و بەخۆی دەڵێت (من بڕواناکەم، نابێت...) کە ئەو کەسە مردبێت یان لەدەست چووبێت.

دوای ئەوە منداڵ بەشەوقێکی زۆرەوە دەست دەکات بە گەڕان بەدوای کەسە مردووەکەدا، و قسەی لەگەڵ دەکاتو یاری لەگەڵدا دەکات. منداڵ واخەیاڵ دەکات کە خوالێخۆشبوو لە بەردەمیدا ڕاوەستاوەو هەڵدەستێت بەو کارانەی کە پەیمانی پێداوە. هەست بەخەمو ئازارو بێتاقەتی ناکات دوای ئەوە نەبێ کە تێدەگات مردن ڕاستییەکەو گومانی تێدانییە.

هەروەها منداڵ سەرزەنشتی کەسە لەکیس چووەکە دەکات بەتوندیو لێی توڕەدەبێت لەبەرئەوەی وەك چۆن منداڵ دەڵێ (نەیبردم لەگەڵ خۆی، یان ڕۆشت بەبێ ئەوەی بەمن بڵێ).

منداڵ هەست بەگوناح و کەمتەرخەمی دەکات لەبەرئەوەی نەیتوانیوە مردووەکە ڕزگار بکات پاشان بیردەکاتەوە چۆن ڕزگاری بکردایەو نەیهێشتایە بمرێت جۆرێك لەم خەیاڵانە لەلای منداڵ دروست دەبێت کە جۆرێکە لە دەربڕین بۆ بەرگری کردن لەخۆی کە کاتێك ئەو خەمو بێزارییە باڵ دەکێشێت بەسەر هەستو سۆزو بیرکردنەوەی منداڵەکەدا کە ئەوەش جۆرێکە لەبێ توانایی و بێ دەسەڵاتی لای منداڵ. شتێکی گران و ناڕەحەتە لەلای گەورەکان لەکاتی مردنی یەکێك لە ئەندامانی خێزانەکەی بەمنداڵ بڵێت، بەڵام خراپترین چارەسەر کە هەندێك کەس پەنای بۆ دەبەن لەهەڵسوکەوتیانا لەگەڵ منداڵ ئەوەیە کە پەیمانی پێ بدەن کە کەسە مردووە کە کاتێکی تردا دەگەڕێتەوە یان هەر بێدەنگی لێ بکەین. هەروەها شێوازی هاندانی منداڵ بۆ لەبیربردنەوە کارێکە بەیەکجاری ڕەت دەکرێتەوەو نابێت بەکاربێت بەرامبەر بەمنداڵ.

باشتر وایە باسی بیرەوەری ئەو کەسە مردووە بکرێت پێکەوە لەگەڵ منداڵەکانو ئەگەر گریان هاوبەشی ئەو گریانەی منداڵەکان بکرێت چونکە بەشداری کردن جۆرێك لە خەمەکان کەم دەکاتەوەو ماوەی ڕزگاربوونو چاك بوونەوە لەو ئازارە کەمتر و خێراتر دەکات.

منداڵانیش زۆربەی کات خەمەکانیان بە وێنەکێشان دەردەبڕنو ئەو وێنانەش پڕن لە تووندوتیژیو ئەو بابەتانەی کە پەیوەندیان بە مردنەوە هەیە، بۆ نمونە وێنەی وێنەی ئەو شوێنە دەکێشن کە مردووەکە بۆی چووە، هەروەها بەهۆی یارکردنەوە هەستی خۆی دەردەبڕێت و یاری (مردنو تەرم دەخاتە ناو یاریەکانیەوە).

4-منداڵ شتەکان تاقی دەکاتەوەو پاشان تێدەگات:-

کاتێك کە منداڵ تووشی تاقیکردنەوەیەکی تاڵ دەبێت وەك ڕووخاندنی ماڵەکەی یاخود بەگژداچوونی سەربازەکان بۆی تووشی کارەساتێکی گەورە دەبێت لەزۆربەی کاتەکاندا، تووشبونیش بەم کارەساتانە کاردانەوەیەکی سەرەتاو کتوپڕ دروست دەکات لەسەر، بارە دەروونییەکانی منداڵان لەم حاڵەتەدا لەباریکی ئاسایییەوە دەگۆڕێت وەك لەسەرخۆیو دڵ ئارامی بۆ ڕەتکردنەوەی هەستو نەستیو بێئەوەی ووریابێت کە تووشی هەستکردن بە خنکانو سینەگوشاد بوون و شەکەتی دەبێت.

شوێنەوارو پاشماوە دەروونییەکان کە ڕووداوەکە بەجێی دەهێڵێت لەسەر منداڵەکە دەرناکەوێت تاچەند مانگێك یان چەند ساڵێك تێنەپەڕێت بەسەر ڕووداوەکەدا.

ئەمەش ئەوە ناگەیەنێت کە منداڵەکە توشی حاڵەتێك بووە کە چاکبوونەوەی نەبێت لەئەنجامی جەنگو تاقیکردنەوە گرانەکان یان کاریگەری هەیە لەسەری بەدرێژایی ژیانی، ئەوەی لێرەدا دەیبینین ڕادەی گەورەی پێکهاتەی دەروونی مرۆڤە بۆ دابەشکردنی خەمو ئازارەکان بەسەر چەند قۆناغێکدا.

هەندێك جار لەنەمانی هەستو نەستەکان بێزاردەبین لەو بارودۆخە ترسناکەی خۆیدا، دواتر پاشگەزدەبینەوە و هەست بەبێزاری دەکەین لەگۆڕینی کاردانەوەمان دوای ئەو بارودۆخە، لەمەشەوە ئەوە هەڵدەبژێرین کەبیرمان دەچێتو ناتوانین لەوەی کەلە ناخماندایە ببورین تا بارودۆخی دەوروبەرمان ئاسایی نەبێتەوە.

بەڵام دواتر بیرەوەرییەکانمان دەگێڕینەوە بۆ ڕابردوو و ووردەکارییەکان دەهێنینەوە یادی خۆمان کاتێك کە بە بارودۆخێکی هاوشێوەدا تێپەڕین ئەمەش بەتایبەت بە شێوەیەکی بەردەوام ڕووەدات لەگەڵ ئەو گەلانەی بەهۆی سەرکوتکردنی ڕامیاریەوە لەلایەن داگیرکەرانەوە توشی کارەسات دەبن.

ئەسپی دەریایی

گیانەوەری بچوکی ناوی لەگەڵ ژیانێکی عاشقانەدا

ئەحمەد محەمەد عەلی

د.(ئاماندا وینسنت) دەرچووی بەشی بایۆلۆژی لەپەیمانگەی (کمبریج) لەبەریتانیاو یەکێک لەدەریاوانە ناودارو بەناوبانگەکانی ئینگلیز لەبیرەوەریەکانی خۆیدا دەڵێت لەڕوانگەی منەوە هیچ شتێک سەرنج ڕاکێشتر لەبینینی ئەسپە دەریایییە عاشق پیشەکان نییە.

لەپەنای زۆر لەو تایبەتمەندیانەی تایبەتن بە ئەسپی دەریاییەوە دەبێت بڵێین کەئەم گیانەوەری ئاوییە تاکە بوونەوەری دەریاییە کەبەشێوەی ستونی مەلەدەکات بەڵام لەپاڵ هەموو ئەمانەشدا تایبەتمەندی خۆشەویستی خێزانی ئەم گیانەوەرە دەبێت بەسەرنج ڕاکێشترین بابەتەکانی ئەم وتارە.

د. (ئاماندا وینسنت) دەڵێت کاتێک کەخەریکی مەلەو ئەنجامدانی ژێر ئاوی بووم لەکەنارەکانی سیدنی تووشی یەک جووت ئەسپی ئاوی بووم کەیەکێک لەوانە تورەکەی تۆوەکەی لەلایەن گیاندارێکی نەناسراوەوە بریندارکرابوو و کۆرپەلەکانی بەتاڵان چووبوون.

لەسەر بنچینەی ناسینی پێشوی من چاک بوونەوەی ئەم بڕینە ماوەیەکی زۆری دەبرد.. لەگەڵ هەموو ئەم پێناسانەداو بەپێچەوانەی بۆچونەکانم کەچاوەڕوانیم لێدەکرد. جووتی ئەم ئەسپە دەریاییە، هاوسەرە نەخۆشەکەی بەجێبهێڵێت و بکەوێتە دووای تاکێکی تازە ببینم کەهاوسەری ئەم گیانەوەرە بریندارە هەروەک پەرستارێک لەژورسەرتی و هەردەم پارێزگاری و چاودێری لێ دەکرد تائەو کاتەی هاوسەرەکەی چاک بووەوە. لەم کاتەدا هاوسەری ئەم گیانەوەرە بریندارە هەتا بەنزیک بوونەوەی ئەسپە

دەریایی‌یەکانی دی ئەوانی لەخۆی دوور دەخستەوەو بەهیچ شێوەیەك بەهاوڕێیەتی ئەوان ڕازی نەبوو تائەو جێیەی لەکۆتایی‌دا کاتی ئاوس بوونی دووبارەی مێردەکەی گەیشت.

بەڵێ.. سەرتان سوڕنەمێنێت.. ئەمە هەڵەیەکی چاپ نییە.. ئەسپە دەریایەکان تاکە بوونەوەری ڕووی زەوین کەنێرەکانیان ئاوس دەبن وەباوکەکان شیردەدەن بەکۆرپەلەو منداڵەکانی خۆیان ئەسپە دەریایی نێرەکان بەرپرسیارترین باوکی نێوان گیانەوەرانی ئەم گۆی زەویەن شێوەی ئاوس بوونی گیانەوەری نێر بەم ڕێگەیەیە کەمێیە تۆوەکانی خۆی دەپژێنە ناو ئەو تورەکە خورجینی‌یەی هاوجووتە نێرەکەوەو لەناو تورەکەی گیانەوەرە نێرەکەوە چالاکی جوتگیری‌و لەدایك بوونی کۆرپەلە شێوە دەگرێت لێرە بەدواوە ئەسپی دەریایی باوك بەرپرسیارێتی لەدایکبوون، پەروەردە کردن، گەورەکردن‌و شیردانی منداڵەکانی کە 21 ڕۆژ درێژە دەکێشێت بەتەنیایی دەگرێتە ئەستۆ.

لەم ماوەیەدا هاوجوتە مێیەکە لەهاوجوتە نێرەکەی خۆی جیانابێتەوە بەڵکو هەموو ڕۆژێك بەیانیان چەند ڕانێك لەنێرو مێ بەرەو لای یەکتری دەکەونە جووڵەو هەزاران هاوجوتێ مێ هاوجوتە نێرەکانی خۆیان لەناو ئەو کۆمەڵەدا دەناسنەوەو بۆماوەی 10 خولەك بەیەکەوە دەکەونە شادی‌و نازکێشانی یەکتری بەم شێوەیە کەهاوجووتە نێرەکە کلکی خۆی بەیەکێك لەلقەکانی ژێر ئاوەوە گرێ دەداو لەگەڵ هاوسەرەکەی خۆیدا جۆلانە دەکات‌و ئەوان بەگرێدانی کلکی خۆیان بەیەکتری‌یەوە مانایەك دەبەخشنە ژیانی پێکەوە بوونی ژن‌و مێردایەتی سەر سوڕهێنەری خۆیان. ئەم کارە هەموو ڕۆژێك بۆماوەی 10 خولەك دوبارە دەبێتەوە.

ئەسپی دەریایی مێ لەکاتی جوتگیریدا (200) تۆو دەڕژێتە ناو تورەکەی هاوجونە نێرەکەی خۆیەوەو نزیکەی سێ هەفتە درێژە دەکێشێت تاکۆرپەلەکانی ئەسپی دەریایی لەناو تورەکەکانەوە لەدایك بن‌و ئەمە لەهاوشێوەی خۆیدا بەکورت ترین سوڕی ئاوس بوونی گیاندارانی داهێنرێت.

وبۆدەست نیشانکردنی هاوسەری ئەسپە دەریایی‌یەکان دەتوانین تایبەتمەندیەکی بێوێنەی دی دەست نیشان بکەین‌و ئەویش ئارەزووی دولایەنەی توخمی نێرومێ بۆهەڵبژاردنی هاوسەری نێر یان مێی چاکتر وتوانای زاوزێی زیاتر کەهەم ئەسپە دەریایی نێرەکان‌و هەم نەژادی مێی ئەوان هەوڵ دەدات بۆبەدەست هێنانی هاوسەرێکی لایقی خۆی‌و ململانێیان پێکەوە هەیە.. بەڵام دەتوانین بڵێین مێیەکان لەم ناوەندەدا بەتەواوی ململانێی زیاترو دژوارتریان هەیە.

لەیەك ڕستەدا دەتوانین بڵێین دڵرفێنی زیاتر لەلایەن نێرەکانەوە دەست پێدەکات تاگیاندارە مێیەکان..

ئەسپە دەریایی‌یە نێرەکان بەڕەنگی جۆراو جۆری زیاترو لاشەی گەورەتر زیاتر سەرنجی مێیەکان بەلای خۆیاندا ڕادەکێشن.

بێگومان لەگەڵ ئەم بۆچوونەی مندایت کەلەژیانی ئەسپە دەریایی‌یەکاندا تایبەتمەندی ساکاری دنیای پیاوان بۆژنان پێچەوانە بۆتەوەو، خوڕەوشتی جۆرەکانی مێ زیاتر هاوشێوەی نێرە لەدنیای گیانەوەرانی دیدا.

ئەسپە دەریایەکان لەکاتی جووت گیریدا بۆسووك کردنی خۆیان پێویستە کلکی خۆیان بەقەوزەو گیا دەریاییەکانەوە گرێ بدەن‌و بچنە پاڵ یەکترەوە ئەوان بەیەکەوە دەئاڵێن لەوانەیە 9 کاژێر هاوجووتی نێرو مێ بئاڵێنە یەکتری تاگیانەوەرە نێرەکە ئاوس بێت.

تێهەڵچونی فیزیایی باوکانی ئەسپی دەریاریی لەگەڵ یەکتریدا دیسان یەکێکە لەخاڵە سەرنج راکێشەکان لەراستیدا لەکاتی تێهەڵچوونیاندا دیسانەوە کلکی خۆیان بەیەکەوە گرێ دەدەن‌و بەدەنوك‌و لمۆزی خۆیان ئەوەندە لەیەکتری دەدەن تایەکێکیان لەوپەڕی ماندوێتیدا هەڵدێت.

لەوانەیە ئەم پرسیارە لای ئێوەو هەرخوێنەرێکی دی دروست بێت کەبۆچی هاوجوتە مێیەکە بەدرێژی خولی ئاوس بوون هەروەفادارە بەهاوسەرەکەی وئەونێرانەی لەم ڕۆژانەدا لێی نزیك دەبنەوە دەریان دەکات؟

دەبێت بڵێین ژیانی عاشقانەی هاوسەرانی ئەسپە دەریایی‌کان لەنێوان ملیۆنەها نەژادی گیانەوەر ئاوی‌یەکان دابێ وێنەیەو لەڕاستیدا ناتوانین هیچ گیانەوەرێکی ئاوی بدۆزینەوە کەتائەو ئەندازەیە ژیانی عاشقانە بێت‌و بەبنەما ڕەوشتی‌یەکانەوە پابەندبێت.

کات ناسی ئەسپی دەریایش شیاوی یادکردنەوەیە ڕانە نێرەکان لەگەڵ ڕانە مێیەکان هەموو ڕۆژێك لەیەك کاتی دیاریکراو لەسەر پەیمانەکەیان لە شوێنێکی دیاریکراودا بەرەو لای یەکتری دەکەونە جووڵە لەم ژەمە چاوپێکەوتنەدا،

لەناو چەند سەد ئەسپی دەریایی‌دا هاوجووتی خۆیان دەدۆزنەوەو هەروەکو وتمان بۆماوەی 10 خولەك دەست دەکەن بەسەماو سوڕانەوەو جولانەکردن.. لەم ماوەیەدا ئەسپە دەریایە نێرەکان هەمیشە ئاوسن‌و لەکۆتایی ڕۆژی بیست‌و یەکەم کەکۆڕپەلەی تازە لەدایك دەبن لەناو کیسەکان دێنە دەرەوە دوبارە تۆوڕێژی دەست پێدەکاتەوەو تۆوی تازە لەلایەن مێیەکەوە دەڕێژێتە ناو کیسەی گیانەوەرە نێرەکەوە.

کۆڕپەلە تازە دەرهاتووەکان یەك ڕۆژ لە دەرەوەی کیسەکەدا خۆیان دەلکێنن بەباوکیانەوە بۆئەوەی خێرا لەدایك‌و باوکی خۆیان دوورنەکەونەوە باوکی ئەسپی دەریایی بەوبۆنەیەوە کەشێر دەدەن بەمنالەکانیان تەنیا بوونەوەری نێری دنیان کە هۆرمۆنی (پرولاکتین) یان هەیە.

ئەندازەی ئەسپی دەریایی لەدرێژیدا بەلای کەمەوە شەش‌و بەلای زۆرەوە سێ‌و پێنج سانتیمەتر دەبێت‌و کێشی ئەوان لەچل گرام زیاتر نابێت ئەم گیاندارە بەهیچ شێوەیەك خۆش خۆراك نییە خواردنی ئەو تەنها مەیگوە وردەکان‌و قەوزە دەریاییەکان دەگرێتەوە بەلام قڕژاڵەکان‌و ماسییەگەورەکان زیاتر ئارەزوو دەکەن کەخواردنی خۆیان لەئەسپە دەریاییەکان پێك بهێنن. بەشێوەیەکی سروشتی زۆرینەی ئەسپە دەریاییکان تەمەنیان دیاری نەکراوە بەلام بۆچوون وایە کەلەپێنج یاشەش ساڵ تێناپەڕێت.

کاتێك ئەسپی دەریایی نێر بەهۆیەکەوە مێیەکەی خۆی لەدەست دەدات‌و لەڕۆژی دیاری کراودا بەوپەڕی سەرسوڕمانەوە هاوجوتەکەی خۆی نادۆزێتەوە لەناکاو بەغەرغەرە کردن لەحاڵێکدا کەدەنگێکی تایبەتی لێوەدێت کیسە بەتاڵەکەی خۆی نیشانی مێیەکانی دی ئەدات‌و بەدوای مێیەکدا دەگەڕێت لەناو ڕانەکەدا تەنیا بێت‌و جووتی نەبێت تا لەگەڵ ئەودا ژیانێکی تازە دەست پێدەکات بەلام لەگەڵ ئەم پێناسانەشدا تازەمانێك چارەنوس یەکێك لەم دوانە لەناونەبات ئەسپە دەریاییەکان بەناونیشانی تەنیا گیانەوەری ئاوی هاوجوتی دنیا لەکاتی ژیانی هاوبەشدا بەهیچ شێوەیەك هاوجوتێکی دی هەڵنابژێرێت وخیانەت لەهاوسەری خۆی ناکات ئەم باوەڕە دوولایەنە وەنەبونی خیانەت لەنێوان هاوجوتەکان بەیەکتری بەرهەمی دوو دیاردەی چاکن لەژیانی ئەم گیانەوەرانەدا یەکەم ئەمەیە کەهەر بیست ڕۆژ جارێك بەشێوەیەکی ڕێك‌و پێك بەچکەی تازە دەدرێت بەکۆمەڵگای ئەسپەوە دەریاییەکان.

دووەم ئەمەیەکە چۆنیەتی نەوەکانی ئەوان هەمیشە چاك‌و ڕێژەی لەسەدا زاوزێی ئەوان بەشێوەیەکی نائاسایی لەسەرەوەیە.

لەکۆتاییدا لەتایبەتمەندی دەرمانی ئەم گیانەوەرە دەتوانین تۆزو خۆڵەمێشی وشکەوە بووی ئەسپی دەریایی ئامازە پێبکەین کەلەتێکەڵکردنی لەگەڵ هەندێك ماددەی دیدا یەکێك لەدەرمانە بەهێزەکانی مووی سەرپێك دێنێت لەهەمان کاتدا ئەم تێکەڵەیە یەکێکە لەبەهێزترین زەهرە ترسناکەکان بۆمرۆڤ.

هەروەها چینییەکان لەخواردنی وشکەوە بووی ئەم گیانەوەرە بۆزیادکردنی ئیشتیاوە بەهێزکردنی لایەنی سێکس تەنگە نەفەسی گرتنی دەمارەکان مەڵهەمێك بۆئەو برینانەی بەهۆی گازگرتنی گیاندارە هارەکانەوە دروست دەبێت بەکاردەهێنن.

سەرچاوە:

ڕاەزندگی/ دنیای زیبای حیوانات

ژ: 169

زانست

(چەمك و نامانج، خەسڵەت و، جۆرەكانی)

ڕەفیق سالح

پێشەكی:

زانست یەكێك لە دەسكەوتەكانی فیكری مرۆڤایەتییەو، دەرئەنجامی بەرهەمی مرۆڤایەتیش ئەدەب و ئایین و هونەریش دەگرێتەوە ئەم جیاوازییەش دەگەڕێتەوە بۆئەوەی زانستێك پێك بهێنێت ناكرێت لەهەموو دیاردەیەكی مرۆڤایەتی بكۆڵرێتەوە واتا دەكرێت دیاردەكان پۆلێن بكرێن بۆ:

1/1 ئەو دیاردانەی دەكرێت بخرێنە بەر توێژینەوەی زانستانە.

2/1 ئەودیاردانەی ناكرێت بخرێتە بەر توێژینەوەی زانستانە چونكە ئەنجامەكانی بە (تاكگەری)و ئەفراندن جیادەكرێتەوە.

2/ پێناسەی زانست، زانست چییە؟

بەچەند جۆرێك پێناسەی زانست كراوە لەوانە:

1/2 زانست ئەو زانیارییەی تا ئەوپەڕی راستگۆیە.

2/2 زانست ئەو لقەی توێژینەوەیە كەپەیوەستە **بەتەنێكی** گرێدراو بە راستی پۆلێن كراوی جێگیرەوەو، یاسا گشتییەكان هەڵدەسورێنێت و ڕێساو بەرنامەی متمانە پێكراویان تێدایە، تاڕاستی و حەقیقەتە نوێیەكان لەچوارچێوەی ئەم توێژینەوەیەدا بدۆزێتەوە لەم دوو پێناسەیەوە بەو ئەنجامە دەگەین كە بەدوو شێوە وشەی زانست بەكاردەهێنرێت.

1-زانست بەواتای زانیاری راستگۆ هەروەك دەڵێن مرۆڤی زیرەك توانای ئاوەزی بەندە، جگەرەكێشان زیان بە لەشساغی مرۆڤ دەگەیەنێت.. ئەم وتانە راستی زانستین مەبەستمان لە ڕاستی ڕاستگۆ یا ڕاستەقینەیەو دەكرێت لەڕاستیان دڵنیابینو لێی بەگومان نەبین واتا دەكرێت هەركەس لێی بەگومان بێت پاش وردبوونەوەو لێكۆڵینەوەی گومانەكەی بڕەوێتەوەو دڵنیابێت دەكرێت لەڕێی پێڕەوكردنی توێژینەوەی زانستی Scientific method وە دڵنیابین لەوراستییەو بەرناوی زانستی بەرنامەی گەڕانە بەدوای زانیاریو مەعریفەداو ملكەچی ڕێگایەكی دیاریكراوەو ڕێ بەرهەكەس دەدات گومانی لەوئەنجامە هەبێت كەتوێژینەوەكەی پێ دەگات تادووبارەی بكاتەوەو لەڕاستی و دروستییەكەی دڵنیابێت.

واتا بەكارهێنانی بەربڵاوی وشەی زانست بریتییە لەوەی كە زانایەكەی ڕاستگۆیەو دەكرێت لەڕێی پێڕەوكردنی بەرنامەی توێژینەوەی زانستانە لەڕاستییەكەی دڵنیابین.

2- زانست بەواتای مەعریفەیەكی پەیوەست بە هەر دیاردەیەكەوە كاتێك ئامازە بەزانستی فیزیایی یا كیمیایی یا ئەندازیاری دەكەین ئەوا وشەی زانست بریتییە لە كۆمەڵێك مەعریفەو راستی پێكەوە گرێدراو سەبارەت بەهەر دیاردەیەكی دەست نیشانكراو.

3- جۆرو سەرچاوەكانی مەعریفە:

كەی دەزانین:

زانست وەك حەقیقەتێكی راست یا بارستەیەكی مەعریفە لە ئەدەب و هونەرو ئایین و مەعریفەكانی دیكە جیاوازە، مەرجە بەسەرچاوەكانی مەعریفە ئاشنا بین چوار سەرچاوەی سەرەكی بۆگشت مەعریفەكان هەن.

هەستەوەرو شارەزایی خۆیی، گوێزانەوە لەكەسانی متمانەپێكراو، تێڕوانین و شیكردنەوەی فەلسەفی/ ئەقڵی، توێژینەوەی زانستی.

1/3 هەستەوەرو شارەزایی خۆیی سەرچاوەی مەعریفەی هەستن مرۆڤ ڕێژەیەكی زۆری ئەو زانیارییەی هەیەتی لەهەستو شارەزایی خۆیەوە سەرچاوەی گرتووە، مرۆڤ لەبارەی سروشتی ژینگەی دەوروبەی خۆی لەڕێی هەستو ئەزمونی خۆیەوە زۆر شت دەزانێت وەك شەو ڕۆژ، یەك بەدوای یەكدا هاتنی وەرزەكان، جۆرو خاسیەتی ڕووەك و گیانەوەرو..

بەو مەعریفانەی لەم سەرچاوانەوە دەست دەكەون دەگوترێت مەعریفەی هەستەوەر، كەهەستەوەرەكان سەرچاوەیەكی گرنگو بنەڕەتین بەڵام سەرباری بایەخی ئەم سەرچاوەیە دوو كێشەی سەرەكی هەن.

1/1/3 ئەوەی كەسێك هەستی پێدەكات جیایە لەهەست كردنی كەسێكی دیكە لەتوانایشدا نیە بزانرێت كامیان هەڵەن.

2/1/3 ئەگەری هەڵەو تێكچوون لەئەنجامی خاسیەتە بنەڕەتییەكانی هەستەوەرەوە لەگۆڕێدایە، بۆنمونە مرۆڤ پێویستی بەچەند سەدە بووە تازانیویەتی ئەو زەوییەی لەسەری وەستاوە ڕوتەخت نییەو گۆییە، ئەستێرەیەكی بچوكەو ناكەوێتە چەقی گەردونەوە بنچینەی گەردونیش نییە، هەروەك چەند سەدەی خایاندووە تا پەی بردووە بە هەبوونی بوونەوەری ورد كە بەچاو نابینرێنو تابەهۆی وردبینەوە توانیویەتی بیانبینێت.. یاهەست بە شەپۆلە دەنگییەكان بكات چونكە بەگوێ نابیسترێن بەمجۆرە دەكرێت هەستەوەرەكان سەرشێوێنەرینو بەهەڵەماندا ببەنو زانیاری ناڕاستمان پێبگەیەنن، هەروەها زانیاری تایبەتمان دەدەنێ كەناتوانین كەسانی دیكە لەراستییەكەی دڵنیابكەینەوە.

2/3 گواستنەوەی مەعریفە لەکەسانی متمانە پێکراوو جێی باوەڕ سەرچاوەی مەعریفە گوزاراوەکانە.

گواستنەوەی مەعریفە لەکەسانی دیکەوە وەک خێزان و قوتابخانەو هۆکارەکانی راگەیاندن و... دووەمین سەرچاوەی گواستنەوەی جۆرەکانی مەعریفەیە.. هۆی سەرەکی ئەم مەعریفەیە مرۆڤی پێ جیادەکرێتەوە لە بونەوەرە زیندووەکانی دیکە بۆ توانای ئاوەزی مرۆڤ دەگەڕێتەوەو مرۆڤ بەپێی ئاوەزی خۆی نەک بە هەستەوەرەکانی لەمسەلەکان حاڵی دەبێت.

ئادەمیزاد لە دێرزەمانەوە لەڕێی تۆژینەوەوە بەکتێب و چاپکراوو هۆکارەکانی دیکەی پاراستنی مەعریفە بایەخی بەرێکخستنی ئەم سەرچاوەیەی مەعریفەداوە ئەم تۆژینەوەیە لەسەر بنەمای گواستنەوەی ڕێگەو پێکی مەعریفی گرنگەکان کەڕێ بەمرۆڤ دەدەن بەبڕێکی زۆری مەعریفەی مێژوو جوگرافیا و زانستە سروشتییەکان و کارگێڕی و... شارەزابێت.

بە مەعریفەیەک کەلەم سەرچاوەیەوە وەرگیرابێت دەگوترێت مەعریفەی گوزراوە سەرباری بایەخی ئەم جۆرە مەعریفەیە ئەگەری هەڵەی لێ بەدوور ناگیرێت، بەڵام پلەکەی پشت بەچەند هۆکارێک دەبەستێت کە سەرچاوەی مەعریفەت ئایا سەرچاوەی متمانە پێکراون یان نەء؟ بۆنمونە پشت بەستن بەکتێبێکی تایبەت بەکارگێڕی ئەگەری هەڵەی تێدا هەر زۆر کەمترە لەوەی مرۆڤ لەو باسەدا بەئەزانێک یا بەهاوڕێیەکی بێ ئەزمون لەبواری کارگێڕیدا پشت ببەستێت.

گرفتێکی دیکەی مەعریفەی گوزراوە دڵنیانەبوونە لە ڕاستگۆیی زانیارییەکانی، چونکە بەجۆرێک ناکەوێتە بەردەست کە ڕێ بەکەسانی دیکە بدات لەڕاستی و دروستییەکەی دڵنیابن بۆنمونە کاتێک مێژووی بەرەوپێش چوونی فیکری کارگێڕیمان خوێند پێویستمان بەزیاتر لە 50 ساڵ بوو تابزانین هەموو ئەوەی فێری بووین زۆر ورد نەبووە.

3/3 شیکردنەوەو بەڵگەهێنانەوە سەرچاوەی مەعریفەی هەڵهێنجراو یا فەلسەفین

مرۆڤ کاتێک بیر لەدیاردەیەک دەکاتەوەو تێڕی ڕادەهێنێت پێدەچێت سەری سوربمێنێتو لەبارەیەوە ئەنجامو مەعریفەی نوێی دەست بکەوێت فەیلەسوفەکان لەڕێی شیکردنەوەو بەڵگە هێنانەوە توانیویانە مەعریفەو حەقیقەتی نوێیان دەست بکەوێت و، پەرەیان بەبەرنامەی شیکردنەوەی مەنتیقی داوە تا یاریدەیان بدات لەڕاستییەکان نزیک ببنەوە ئەگەری هەڵەیش کەم بکەنەوە ئەم شێوازە لەپێکهێنانی مەعریفەدا هەر تایبەت نیە بەفەیلەسوفەکان بەڵکو چالاکیەکی باوی ئاوەزی مرۆڤ دەنوێنێت کەلە شیکردنەوەی زۆر دیاردەی سەرسوڕهێنەر پشتی پێ دەبەستین.

بەمەعریفەیەک لەم سەرچاوەوە پێک بێت دەگوترێت فەلسەفەی تێڕامان یا شیکاری و سەرچاوەیەکی گرنگی زۆر مەعریفەی گرنگیشە کەلای مرۆڤ کۆبۆتەوە بەتایبەتی پێش پێگەیشتنی شێوازی بەرنامەی زانستانە.

سەرەڕای بایەخی ئەم سەرچاوەیەی مەعریفە بەڵام گیروگرفتی گرنگی تێدانیە گرنگترینیان ئەوەیە بەزحمەت لەڕاستی و دروستی و ڕاستگۆیی ئەنجامەکانی دڵنیادەبین پێدەچێت دوو فەیلەسوفی زیرەک وەک یەک شارەزاو پێتۆڵ و هەردووکیان لەدیاردەیەک ڕابمێنن و هەریەکەیان بەئەنجامێک بەبێ ئەوەی هیچ کامێکیان بتوانرێت دروستی دەرئەنجامەکانی بسەلمێنێت.

4/3 ئەزمون سەرچاوەیەکی مەعریفەی زانستییە.

تۆژینەوەی ئەزمونی و تاقیگەیی چوارەم سەرچاوەی مەعریفەیە کەبەپێی بەرنامەو شێوازێک جێبەجێ دەکرێت کە زانایان بەوردی دەست نیشانی دەکەن تا ئەگەری ڕوداتی هەڵەکردن کەم بکەنەوەو ئەنجامێک بەدەست بهێنن ئەوپەڕی ڕاستو دروست بێو بتوانرێ لەڕاستییەکەی دڵنیابین.

بەمەعریفەیەک لەم سەرچاوەیەوە پێک بێت دەگوترێت تۆژینەوەی زانستانەو هەڵهێنجانی ڕێکو پێکە بەمەبەستی دۆزینەوەی ڕاستی، ڕۆسای گشتی، سەرباری ئەوەی دەکرێت ئەم مەعریفەیە بەکەسانی دیکەی بگەیەنرێتو لەڕاستییەکەشی دڵنیابین تا مەرجەکانی تۆژینەوەی زانستانە فەراهەم ببێت دەبێت بەپێی بەرنامەو ڕێگایەک جێبەجێبکرێت بتوانرێت بۆ کەسانی دیکەش باس بکرێت هەروەها بتوانرێت دووبارە بکرێتەوەو لەراستییەکەی دڵنیابین زانایان بەم بەرنامەیە دەڵێن تۆژینەوەی زانستانە کەلەڕێگاو بەرنامەی دەست نیشانکراو دەگەڕێتەوە کەتۆژەرەوە پابەندە پێی و بەجۆرێک هەرکەس بەنیازی دووبارەکردنەوەی بێت بەپێڕەوکردنی هەمان هەنگاو بگاتە هەمان ئەنجامو بەمجۆرە کەسانی دیکە بەم مەعریفەیە ناشنادەبن بەو پێیەی ڕاستەو دەکرێت لێی دڵنیابین.

بەمەعریفەیەک ئەم سەرچاوەیەوە پێک بێت دەگوترێت زانست یامەعریفەی ڕاستگۆ چونکە مەعریفەیەک مەعریفەیەکە پسپۆڕان و کەسانی تایبەتمەند دەتوانن لێی دڵنیابین و لەسەر ئەم بنەمایەش بیگەیەنن بەکەسانی دیکە.

4/ خاسیەتەکانی ئەو دیاردانەی کەدەکرێت لێیان بکۆڵرێتەوە.

ناکرێت بەبەرنامەی زانستی لەهەموو دیاردەیەک بکۆڵرێتەوە، هەروەها دیاردە مرۆڤایەتییەکانی وەک ئایین و نەدەب و هونەرو فەلسەفەیش دەکرێتەوە ئەمانە زانست نین و ناکرێت بە بەرنامەی زانستانە لێیان بکۆڵرێتەوە ئەو دیاردانەی کەدەکرێت بەبەرنامەی زانستانە لێیان بکۆڵێنەوە دەبێت ئەم دوو مەرجەیان تێدابەبێت.

1/4 ڕێک و پێکی: دیاردەیەک وەک زانست و بەبەرنامەی زانستانە بچوێنرێت و دەبێت تارادەیەک ڕێک و پێک و جێگرەبێت ئەم ڕێک و پێکییە لەئەنجامی ئەو یاسایانەوەیە کەهەڵیدەسوڕێنێ و دەکرێت تۆژینەوەی زانستانە بدۆزێتەوە.

بۆنمونە بەرهەمی نەدەبی و هونەری بەرهەمی نەفراندنی تاکە کەسیش و ملکەچی یاساکانی هەڵسوڕاندن و ناکرێت بە بەرنامەی زانستانە بدۆزرێنەوە کارێکی هونەری یا نەدەبی باش بەرهەمی تاکەکەس و لەئەنجامی نەفراندنی کەسەکە خۆیەوەیەتی واتا نەو دیاردانەی ناڕێک و پێکن مادەی نەدەبی و هونەرین و زانستی نین.

4/2 توانای ئاشکراکردنی ڕێک و پێکی بەچالاکی ئاوەز مەرجی دووەمی توانای ئاشکراکردنی ڕێک و پێکی بەپشت بەستن بەچالاکی ئاوەز دەبێت وا پێویست ناکات پەنا ببرێتە بەر بڕوا یاشیکردنەوەی رووداتی و بەپێچەوانەوە بواری بایەخ پێدانی ئاین دەبێت نەک زانست چونکە گەیشتن بەراستی و وەرگرتنی پێویست بەبڕوا دەکات نەک هەر ئاوەز.

تێگەیشتن و شارەزایی مرۆڤ بۆژیانی مردن و خوداو... هەربەوەندەوە گیرناخوات تەنها پشت بەچالاکی ئاوەز ببەستێت بەڵکو پێویست بەوە دەکات بەبڕوا پشتگیری بکرێت.

5/ئامانجی زانست

ئامانجی زانست لەئامانجی هەریەکە لەنەدەب و هونەرو ئایین جیاوازە ئامانجی سەرەکی نەدەب و هونەر بریتییە لە نەفراندن و چەشەی بەرهەمی نەفراندن و گەشەی هەستی هونەری یانەدەبی، هەروەها ئامانجی ئایینیش بریتییە لە رزگاری و خۆشگوزەرانی مرۆڤ.

بەڵام پوختەکەی ئامانجی زانست تێگەیشتنی دیاردەکانە کەلێی دەکۆڵرێتەوەو پێشبینی کردنیەتی و دواتر هەڵسوڕاندنی واتا گۆڕان و

ناڕاستەکردنی گەر ئەوەیش نەکرێت بەهۆی فەراهەم نەبوونی مەعریفەی تەواوەتییەوە ئامانج پێشبینی کردنیەتی گەر ئەویش هەرنەکرێت ئەوا ئامانج تێگەیشتن و شیکردنەوەیەتی زانست تاپێگەیشتووتر بێت ئەوا مەعریفەی زانستی لەبارەیەوە زۆرترو وردتر دەبێت، تالە بەدیهێنانی دوا ئامانجەکەیشەوە نزیک ببنەوە کەهەڵسوراندن (تحکم)ە.

وا لەخوارەوە مانای هەریەکە لەو ئامانجانە روون دەکەینەوە:

5/1: شیکردنەوەی دیاردە:

لانی کەم وەک سەرەتایەک هەر زانستێک شیکردنەوەی دیاردەیەکە لێی دەکۆڵرێتەوەو تێگەیشتنی شێوە جیاوازەکانیەتی یەکەمین و سادەترین ئامانجی زانستی کارگێڕی (بۆ نمونە) تێگەیشتنی کارگێڕییەو شێوە جیاجیاکانیەتی، هۆی سەرکەوتنی هێندێک کەسی کارگێڕ و سەرنەکەوتنی هێندێکی دیکە چییە؟

2/5 پێشبینی کردنی دیاردە:

ئامانجی زانست هەر بەتەنها لێکدانەوەی دیاردە نیە بەڵکو پێشبینی کردنیەتی، دوا ئامانجی زانایانی کارگێڕی پێشبینی کردنی سەرکەوتنی بەرێوەبەرێکی دەست نیشان کراوەو سەرنەکەوتنی کەسێکی دیکەیە پێش بینی کردنی زەوی چۆن چارەسەری گیروگرفتەکان دەکات یا چۆن روبەڕوی گیروگیرفتێکی دیاریکراو دەبێتەوە.

بەدەست هێنانی ئامانجی پێش بینی کردن هەر زۆر ئاڵۆزە لەئامانجی لێکدانەوە، چونکە ئەمیان پێویستی بەزانیاری زیاترە لەبارەی ئەو خاسیەت و یاسانەی دیاردەکەی پێ هەڵدەسورێت بەجۆرێک بتوانرێت پێشبینی لەبارەی بکرێت، تابتوانین پێشبینی هەڵسوکەوتنی هەر بەرێوەبەرێک بکەین پێویستمان بەزانیاری زۆرە لەبارەی هەڵسوکەوت و هۆکارە کاریگەرەکانییەوە.

5/3 هەڵسوڕان (کۆنترۆڵ کردن):

مەبەستمان ناڕاستەکردنی دیاردە یا گۆڕینەیی بەهەر ڕێگایەک بێت و، هەڵسوڕاندن ئامانجی هەر زانستێکە، واتا بەکارهێنانی مەعریفەیە کەبەدەست دەهێنرێت تا ئەو دیاردەیەی کەتووەتە بەر لێکۆڵینەوە هەڵبسورێنێت واتا گۆڕان و خولقاندن یا ئەفراندی شێوەی تازەیەتی دوا ئامانجی زانایانی کیمیا نەک هەر تێگەیشتنە لەخاسیەتی مادە یاپێشبینی ئەو گۆڕانانەی ڕووەدەن بەهۆی چەند کارلێکی دیاریکراوە، بەڵکو بەکارهێنانی مەعریفەیە بۆ ڕوداتی گۆڕانکاری یا بۆ پێکهێنانی مادەی تازەیە یا چالاکی نوێیە کەلە سروشتدا بەشێوەیەکی ئاسایی ڕونادات دەکرێت هەمان شت بەسەر ئامانجەکانی زانایانی کارگێڕی داجێ بەجێ بکرێت کەتێگەیشتن نەک هەر لێکدانەوەی هەڵسوکەوتی هەر بەرێوەبەرێک یا پێشبینی کردنییەتی هەڵسوکەوتی بەڵکو هەڵسوراندنییەتی بەجۆرێ کەسی تایبەتمەند پەنا ببات بەر مەعریفە تاوا لەکەسی دیاریکراو بکات ببێتە کارگێڕێکی سەرکەوتوو.

بەدیهێنانی هەڵسوراندن لەبەدیهێنانی هەردوو ئامانجی لێکدانەوەو پێشبینی کردن زەحمەتترە، چونکە پێویستە وازی لێ بهێنرێت تاببێتە مەعریفەیەکی زانستی تاپادەی پێویست و بکرێت ئەوە جێ بەجێ بکرێت هەربۆیە سەرنج دەدەین ئەو زانستانەی زۆر کۆنن و تەمەنیان لە 500 ساڵ زیاترەو ئەو هەموو مەعریفەو.. تێدا کۆبونەوە وەک کیمیاو فیزیاو.. دەتوانن هەرسێ ئامانجەکە بەدی بهێنن، بەڵام زانستە کۆمەڵایەتییەکان بەکارگێڕیشەوە کە تەمەنیان لە 100 ساڵ تێنەپەڕیوە هێشتا ئەوەندە مەعریفە کۆ بوەتەوەو هەر دەکرێت لێکدانەوەو هەندێک جاریش پێشبینی تێدابکرێت.

5/ جۆرەکانی زانست:

دەکرێت زانست بەچەند شێوەیەک پۆلێن بکرێت:

1/5 جۆرەکانی زانست بەپێی ماددەی زانستی:

1/1/5 زانستە سروشتییەکان: زانستی سروشتی (یاماددی Physical Sciences) لەدیاردە ماددییەکانی گەردوون دەکۆڵێتەوە وەک کیمیا، فیزیاو گەردوننناسی و ڕووەک ناسی و..

2/1/5 زانستە کۆمەڵایەتییەکان Social Sciences

ماددەی سەرەکی و بنەڕەتی زانستە کۆمەڵایەتییەکان مرۆڤ و دامودەزگاکانیەتی وەک بونەوەرێکی کۆمەڵایەتی زانستە کۆمەڵایەتییەکان 8-10 زانستی جۆراو جۆر دەگرێتەوە وەک ئابوری و کۆمەڵناسی و سیاسەت و دەروونناسی و کارگێڕی و مرۆڤناسی (ئەنثرۆ پۆلۆجیا) ویاساو میژوو..

2/5 جۆرەکانی زانست بەپێی ئامانجەکانی مەعریفە:

1/2/5 زانستی پەتی Pure Science لەم جۆرانەدا مەعریفە هەر لەپێناوی مەعریفەدا کۆدەکرێتەوە بەکارهێنانی بۆ زانستە جێبەجێکاری بەجێ دەهێڵرێت وەک فیزیاو بیرکاری و یاساو کۆمەڵناسی و.. زۆرجار کەسی تایبەتمەند لەزانستی پەتیداو وەک مامۆستا یاتوێژەرەوە کاردەکات.

2/2/5 زانستە جێبەجێکارییەکان:

ئەم زانستانە مەعریفە بەمەبەستی جێبەجێکردن لەژیانی زانستیدا بەکاردەهێنن زۆرجار سود لەو مەعریفە زۆرە دەبینێت کە زانستە پەتییەکان کۆیان کردۆتەوە بەجۆرێک ئەم جۆرە زانستە لەپلەی یەکەمدا بایەخ بەکۆکردنەوەی مەعریفە نادات بەڵکو بایەخ بەچۆنیەتی بەکارهێنانی مەعریفەو پەرەپێدانی ئەو تەکنیکانە دەدات کەبێی پێدەدەن وەک زانستی دەرمانسازی و ئەندازیاری و پزیشکی و کارگێڕی.

3/5 جۆرەکانی زانست بەپێی سەربەخۆبوون یا هەمەلایەنبوونی دیاردەی

1/3/5 زانستە سنوردارەکان ئەم جۆرە زانستانە سنوریان دیاری کراوە بەجۆرێک کەسی تایبەتمەند دەتوانێت تەنها بۆخوێندنی خۆی تەرخان بکات بەتێپەڕبوونی کات شارەزایی باشی دەبێت لەو زانستەدا.

2/3/5 زانستە هەمەلایەنەکان:

ئەم جۆرە زانستانە بایەخ بەدیاردە بەیەکداچووەکان دەدەن و کەسی تایبەتمەند پێویستە شارەزایی لەزانستەکانی دیکەشدا هەبێت زانستە جێبەجێکاریەکان دەکرێت بینە زانستە هەمەلایەنەکان.

کەسی تایبەتمەند لەزانستی کارگێڕیدا پێویستە زانیاری لەبارەی کێشە ئابوری و سیاسی و یاسایی و هونەرییەکانەوە بێت تازیاتر بچێتە پێش کێشەی نوێ سەرهەڵدەدەن کەمەرجە شارەزابێت لەبارەیەوە لێی بکۆڵێتەوە.

4/5 جۆرەکانی زانست بەپێی تەمەن:

1/4/5 زانستە کۆنەکان: زانیان نزیکەی 300- 400 ساڵ دەبێت کەوتوونەتە توێژینەوەی هەندێک دیاردەو بەمجۆرە مەعریفەی باشیان کۆکردووتەوە وەک فیزیاو کیمیاو.

2/4/5 زانستە نوێیەکان: ئەم جۆرەیان زانستە کۆمەڵایەتییەکان دەگرێتەوە، هەروەک لقە زانستییەکانی زانستە کۆنەکانیش دەگرێتەوە وەک زانستی چینەکان و زانستی کۆمپیوتەر.