

نه زوکی نه گهر و چاره



پرهه فکرن: د. ناشتغ احمد کیم

چاره کرنا نه زوکی:

چاره کرنا نه زوکی ل زمان:

۱- چاره کرنا ب دهرمانان: نهغه پالپشتی ل سهر هوئی نه زوکی دکته. دبیت ژن پیدفی چاره کرنی ب هورمونان ببیت، یان هندهک دهرمانیت دی. نه هورمونیت دهینه دان گلهک جوړون و پراتیا وان وه راریون و گه مشتتا هیکان دناؤ هیکانکا دا هاندهن داکو به رهغه بین بو ئافزکرنی (تلقیح) اخصاب). دبیت هورمون بهینه دان وهک حب یان دهرزی یان هردوو ب هغرا ل دویف بارو نوخی نه ساخی. نوژداره کی بسپوره فان دهرمانا ددهت، نهک هرکس، و نهو نوژداره بریاری ددهت ماوهی ب کارنیانا وان چهند بیت. کاری دهرمانی ل سهر له شی ژنی زیره فانی لی دهینه کرن ب هاریکاریا (سونه ری) یان پیقانا ریژه یا هورمونان دناؤ خوینی دا یان هردوو. نهغه دهرمانه ریژه یا زاروکیټ کریټوبی (مشوه) زیده ناکه، وهک هندهک نه زانیت مایټیکر دبیزن، به لی ریژه یا جیمکان پیچک زیده دکن.

۲- چاره کرنا ب نشته رگه ری: بو نمونه، هه بونا گرتنه کی ل کنالیت مالچویکی. ل قیره که نال دی هیته شه کرن ب ریکا نشته رگه ری کا زکی، یان ب ریکا ئافزکرن ل دهرغه مالچویکی، کو دی پاشی ل سهر په یقین. دیسان ل ده می پیکغه نویسیان ل مالچویکی هه بن نشته رگه ری مفای خوهیه. جارن ژنی نهو پیکغه نویسیان دهینه لادن ب ریکا بوراندنا سونده کی ژ دهرغه هتا دگه هیته دناؤ مالچویکی و کنالیت وی دا، بی که لاشتنا زکی (وهک نهو قه ستره بو دی دهینه کرن). ریژه یا سهرغه رازیا فی رهنگی نشته رگه ری دگه هیته ۷۰٪. ههروهسا نشته رگه ری یا فهره گهر ژنی گریهک مهن ل مالچویکی هه بیت و دیار ببیت کو نهو گری ئیکم نه گهر نه زوکی یه ل ژنی. دیسان هه بونا تویرکه کی یان پتر دناؤ ئیک یان هردوو هیکانکا دا دهینه چاره کرن ب نشته رگه ری. ل قیره نه ز که م خویا بکه م کو نوژداری بسپور یان تاییه تمند ب نه ساخیټ نه زوکی شه ب تنی مافی مای تی کرنی د جوړی چاره کرنی دا هه یه، نهک گوئی

نه ساخی ل چپوک و چیقانوکیټ خه لکی بیت کو زوره یا وان خو وهک شه هره زابهک ل قه لم دهن لی مخابن ریټا راست و درست نه زانیه و نه گرتیه!! هه لیهت ژنی نهو نوژداری مه ژنی گوتی گهرهک خودان وژدانه کا پاکژ بیت، نهک سه پانی درافی و قریژا دهستان بیت!!

۳- نه گهریټ وهک هه بونا دژاوه ران دناؤ له شی ژنی دا کو کار دکن دژنی زینده وه ریټ توخمافی، یان زیده چراتیا فه ریژا ستوی مالچویکی و هندهک نه گهریټ دی دهینه چاره کرن ل دویف نه گهریټ.

۴- ئافزکرن هیکی ل دهرغه مالچویکی: دی ل سهر ئاخقین چاره کا دی.

چاره کرنا نه زوکی ل زهلامان:

۱- زیده کرنا زینده وریت توخمافی (الحيوانات المنويه)، قاسی وان و جوړی وان ب هندهک شیره تان: خو دویر بیخه ژ جگاره کیشانی.

* قه خوارنا مه بی کیم بکه.

* خو دویر بیخه ژ گهرما زیده.

* جلکیټ تنگ ل بهر خو نه که.

* خو دویر بیخه ژ که رستیټ کیمیاوی وهک نهو که رستیټ ل هندهک کارخانا ب کار دهین.

* نهو دهرمانیت کاره کی خراب ل سهر زت دکن بهیله، کو نه م د خه له که کا بوری دا ل سهر ئاخقتوبین.

۲- هندهک دهرمان ژبو زیده کرنا بهرهمی زت و باشکرنا جوړی وان: هندهک هورمون دهینه ب کار نیان ل دویف بار و دوخی نه ساخی و ل ژیر چافدیټریا نوژداره کی بسپور و مفایهک مهن هه یه گلهک جارن. ل هندهک دوخیټ دی دهرمانیت دژنی بکه تریا) Antibiotics مفایه کی

بهرچا فه یه.

* هندهک جوړیټ نشته رگه ری ژبو نه هیلانا دهوالیا گونان یان پیکغه نویسیانا کنالیت فه گوماژتتا زت ل هندهک زهلامان نه جمامه کی باش دایه.

۳- چاره کرنا نه رابونا نه ندامی گوهنیلی (سیکسی) ل زهلامان: دهرزی دانان ل وی نه ندامی وهک دهرزیټ (پروستاگلاندین).

* هندهک دهرمان ژبو کیمکرنا هورمونی (پرولاکتین) وهک (پارلودیل).

* دهرمانی (تیسټوسټرون) ده می کیماسیا وی بیت نه گهر نه زوکی.

* چاره کرنا نه ساخیټ وهک دهردی شه کری یان په ریزادی هه کو دبنه هوئی نه زوکی.

* نشته رگه ری نه ندامی گوهنیلی ل زهلامی: ل قیره رهیت خوینی بیت نه ندامی دهینه راجاندن داکو نهو خوینا دگه هیټی زیده ببیت، نه خاسم ل نه ساخیټ دهردی شه کری و ل زهلامیت جگاره کیش.

* چاره کرنا دهررونی: ل ده می نه گهر یا دهررونی بیت.

* چاره کرنا زوی هافیتنی و نه هافیتنی و به روفازی هافیتنی ب ریکا هندهک دهرمانان یان ب ریکا هافیزه ری که هره بی (کو نهو ل بازاریت دهرغه وی ولاتی هه یه) یان ب نشته رگه ری.

چهند شیره تهک بو هه فزینا ژبو زیده کرنا دهرغه تا ئافزین:

هندهک هوکاریت سهر ب ژینگه می فه و هندهک داب و نه ریټیت روژانه بیت مروف دهریاز دکته کارتیکرنی ل سهر شیانان ژن و میران ل سهر زاروک بونی دکن. دیسان پتیشکه فتننا ژینا نه قرو نه م تیدا خویکه کا ئیخستی سهر مروفی و دویکیټیت کارگه و جگاره کیشانی و

وه رزشیټ زیده توند وگران، نهغه هه می ب خرابی کاری ل سهر ئافزینون و زکداریټ دکن. نه فیت خوارټی چهند شیره ته کن بو ژنان جودا و زهلامان جودا ژبو زیده کرنا دهرغه تا زکداریټ کو مفایټ وان نه کیمتره ژ چاره کرنی.

شیره تیت دهینه کرن ل زهلامان:

۱- گهرماتیا گونان دفتیت ۲ پله یان ژ گهرماتیا له شی کیمتر بیت داکو زینده وه ریټ توخمافی بهینه بهرهمدان. لهو ئافا سار ل وی جهی کرن هه ریژ ۲-۳ جارن بو ماوهی ۲ خوله کان هه رجاره کی ل ده می پالک فتنی یان بهری نفستیټی مفایټ خو هه یه. دیسان دویرکه فتن ژ زیده ریټ گهرماتیا دژوار (وهک فرنیټ نانی و ئاسنی) یا فهره.

۲- پویته دان ب جوړی جلکیټ ژ نافدا و نهو جک دفتیت ژ په مجوی بن، نهک ژ نایلونی وهریټ بن. دیسان دفتیت د فهره بن، نهک د تنگ بن.

۳- نه زوکیټ جگاره کیش یان مهی فه خور دفتیت ده ژ جگارن و مهی بهردهن یان کیم بکن، چنکو هه ردو زینانی دگه هینن گونان و نه دویر نه میریټی په یدا بکن.

۴- گهر زهلامی ده مه کی دریژ نه هافیتیت زت بیت که فن، ئانکو پیر، دی ژیده بن و شیانان وان یا ئافزکرنی دی سست و لاواز بیت. لهو ژنی پیدفی یه زهلام هر ۲ روژان چاره کی کاریټ سیکسی دگه ل هه فزینا بکه دا زت نوی بین.

۵- هه بونا هه ودانه کی ل هر جهه کی له شی هه ژمارا زت و هیژ وشیانیت وان کیم دکته، لهوما نابیت زهلام بهینه دهست نیشانکون وهک نه زوک ب تنها پشکنینه کی. دفتیت پشکنینا توخمافی چاره کا دی بهینه کرن.

۶- هه بونا هه ودانه کی ل شه رگه می هه ژمارا زت کیم دکته، لهو دفتیت زوی بهیته چاره کرن.

۷- هندهک دهرمان کاره کی خراب ل سهر بهرهم و لفینا زت دکن و دفتیت بهینه گوهرین.

۸- خو دویر ئیخستن ژ دویکیټیت کارگه مان و که رستیټ کیمیاوی.

۹- چاره کرنا ب دهرمانیت کیمیاوی و تیشکی (بو نمونه ل په نجه شیری) پیدفی شیره تا نوژداره کی بسپوره. چنکو بهرهم و جوړ و لفینیت زت کیم دکن. و نه ساخی نه زوک دکن.

شیره تیت دهینه کرن ل ژنی:

۱- ژنا قه لهو دفتیت سهنگا له شی خو کیم بکه ب پاریزی و وهرزی.

۲- ژنا زیده لاواز توشی راوله ستیانان بی نفیټیان دبیت و دفتیت سهنگا له شی خو زیده بکه.

۳- جگاره کیشان شیانان هیکان بو ئافزین کیم دکته، نه خاسم ل ژنیټ ژنی وان ژ ۲۵ سالیټی بوری، لهوما دفتیت جگارا بهیلن.

۴- هندهک دهرمانیت دژنی روماتیزمی و پشت ئیشانی دژنی هیک بهردانی رادوهستن وهندهک ئاستی هورمونان دناؤ خوینی دا کیم دکن و شیره تا نوژداره کی بسپور یا فهره.

۵- زیده قه خوارنا مهیټی و قه هوئی دژنی زکداریټ کار دکن و دفتیت بهینه کیم کرن.

۶- پویته دان ب پاقژیا شه رگه می و چاره کرنا هر هه ودانه کی ل وی جهی.

نهغه و گهرهک ل روژیټ ژن یا بهرهمه بو ئافزین (ل نیقا بازنه یا هه یقانه) کاریټ سیکسی دناقه را هه فزینا دا زیده ببیت و هه ردو خو ژ په ستانیت دهررونی دویر بیخن.