شوێنەوارە دێرینەکانی تەرگەوەڕ

عەباس سلێمان سمایل

تەرگەوەڕ و مەرگەوەڕ کەوتونەتە خوارئاوای ورمێ و مەرگەوەڕیش کەوتۆتە بەرامبەرایە لەبەشی کوردستانی باکوور، مەرگەوەڕ لە باکوری شنۆ و سنوری کوردستانی باشوور و کوردستانی باکوور هەڵکەوتووە و تەرگەوەڕیش کەوتۆتە باکوری مەرگەوەڕ.

تەرگەوەڕ واتای هەواری تەڕ و پاراو پڕ لەکانی دەگەیەنێت، چیایە ناوداەکانی چیا ئاسنقەند و چیا رەش و چیامازی یە. ئەم ناوچەیە تا دەگاتە سەلماس بەدەیان شوێنەواری ئورارتوومانناکان و دەخمەی زەردەشتییەکان دەبیندرێت. لەوانە لە چیای ئاسنقەندا کە دوو دەخمە، کە بەشێوەیەکی ئەندازەیی لەو شاخە هەڵکۆڵدراوە و چەندین دەلاقەی تێدایە، هەروەها لەم ناوچەیە سێ قەڵا دەبیندرێت کە بۆسەردەمی ئورارتووەکان دەگەڕێنەوە، لەوانە یەکێکیان کۆنە شاری (ئەڤ ئەیاس)ی ئورارتوانە و ئەمڕۆکە بەکەلا سمایلاغا دەناسرێت بەهۆی ئەوەی سمایلاغای شکاک کردبوویە بارەگای لەشکرەکەی. هەروەها لەرۆژئاوای ئەم قەڵاتە شاخێک وەک قاڵدرمە هەڵکەندراوەو پایەکانی ١٨ پایەن. ئەشکەوتێک بەناوی ئەشکەوتی تەمتەمان کەلەنزیک گوندی تەمتەمان هەڵکەوتووە هێسکی مرۆڤی نیاندرتاڵی تیادۆزراوەتەوە لەگەڵ هێسکی چەندین گیانەوەری کێوی، زاناکان مێژووی نیشتەجێ بوون لەم ئەشکەوتە بۆ(٤٥٫٠٠٠و٦٠٫٠٠٠) هەزار ساڵ لەمەوبەر دەگەڕێننەوە، ئەشکەوتەکە شوێنی خۆشکراوی تیا دروستکراوە بۆ حەوانەوە، لە رۆژهەڵاتی تەمتومان چەند گۆڕێکی سەردەمی سەفەویان دەبیندرێت کە گومەزیان لەسەر دروستکراوە و تاکو ئەمڕۆ نەڕوخاون.

تێبینی/ تەرگەوەڕ(٢١) گوندی تیا هەڵکەوتووە بە ناوبانگەکانی ئەمانەن، ئەرزین، تالین، خانەگی، موانا، ئەنبێ، بالولان.

سەرچاوەکان/

١- فرهنگ جغرافیایی ایران جلد٤ساڵ ٢٥٣٥ شاهنشاهی.
٢- نگاهی بەازربایجان غربی/ ایرج افشارسینتانی/ جلد اول ١٣٨١ تهران.
٣-معانی بعض از اسامی کهنی و ایرانی درزبان کردی/ رحیم اشنوئی.

کۆیە یا کۆیسنجاق

یەکێکە لەشارۆچکە جوانەکانی کوردستانەو سەر بە پارێزگای هەولێرە، نزیکیشە لە چیای هەیبەت سوڵتان.. لە ساڵی ١٩٨٤ حکومەتی بەعس هەردوو گەڕەکی گردەشین و حەمامۆکی تەخت و وێرانکردووە... دانیشتووەکانیشی راگوێزی شوێنی دیکەکردن.. هەر لە ساڵی ١٩٨٨ یشدا دەسەڵاتدارانی عیراقی ئەم شارۆچکەیان لەرووی ئیداریەوە نزمکردەوە و هێنایانە پلەی شارەدێ و ناوەکەشیان بۆ(عمر بن الخطاب) گۆڕی. خەڵکی کۆیەش شارستانیی و رۆشنبیرن.. زۆر لە شاعیرانی ناوداری کوردیش خەڵکی کۆیە بووینە.. شاری کۆیەش زیاتر بەحاجی قادری کۆیی دەناسرێ.. کۆییاتی و خۆییاتی دیاردەیەکی باوە لەم شارە.. کەسێکی غەریبیش هەر چەندە هاوزمانیش بێت کاتێ دەچێتە ناو شارەکە زوو بە زوو دەناسرێتەوە.. کۆیەش چەند بنەماڵەیەکی دیاری لێهەڵکەوتووە وەک غەفوری و حەوێزی و (بیطار) و چەلەبی و چەندانی دیکە.. لەکەسایەتییە ناوداەکانی ئەو شارەش: کاکە زیاد و مەلای گەورە و مەلا مەسعود محەمەد...

ئا: محەمەد رەشاد عەزیز

هاوینە هەواری حاجی ئۆمەران

حاجی ئۆمەران بە ئاووهەوا سازەکەی و بە چیا سەخت و بەرزەکانی بەناوبانگە.. زۆر لە گەشتیاران بەمرازی ئاوە سازە شفاداەکەی رووبتێدەکەن و وەک دەرمانی سروشتی دەیخۆنەوە.. دیمەن و سروشتێکی جوانی هەیە.. پلەی گەرمی ئەم هاوینەهەوارە لە هاویندا لە ٣٠ پلەی سەدی لانادات.. ناوچەیەکی تەواو سنوریە لەنێوان ئێران و عێراقدا.. بە ئۆتۆمۆبێل هاوینە هەوارەکە ١٨٠ کیلومەتر لە شاری هەولێرەوە دوورە.. بەرێگای (هاملتۆن) یش ئەم شارە بە هەولێرەوە دەبەسترێتەوە.. کانیاو و دارستانێکی چڕی زۆری تێدایە.. زۆر لە گەشتیاران دێن و سەردانی مەزاری شێخی باڵەکان دەکەن لەم شارە دێیە..

دووەم ئافرەتی یابانی بەرەو بۆشایی ئاسمان

ئاژانسی بۆشاییگەری یابانی رایگەیاند، بەم دواییە ناوکۆ یامازاکی ئافرەت و دایکی دوومندالّ هەڵبژێردراوە تابیێتە یەکەم(دایک) و دووەم ئافرەتی ئەم وڵاتە کە رەوانەی بۆشایی ئاسمان دەکرێت. یامازاکی تەمەن ٣٧ ساڵ لە گەشتێکی داهاتووی مەکۆی ئاسمانی ئەتلانتس لە شوباتی ساڵی ٢٠١٠ و بۆماوەی ٢ هەفتە درێژە دەخایەنێت. ئەم گەشتەش تایبەت دەبێت بەگواستنەوەی کەلوپەل و پێداویستی بۆ وێستگەی بۆشایی ئاسمانی ئەلفای نێودەوڵەتی هەروەها کەشتیوانی ئاسمانی یابانی سویتشی نۆگۆتشی لەنێو وێستگەکەدا بۆ ماوەی ٦ مانگ دەمێنێتەوە و سەرەتای گەشتەکەشی لەم مانگەوە دەستی پێکردووە. لەگوتەیەکی یامازاکی داهاتووە:-من لەساڵی١٩٩٩ ەوە وەکو کەشتیوانێک هەڵبژێردراوم و لەساڵی ٢٠٠١ تەواوی راهێنان و ئامادەکارییەکانم بەسەرکەوتوویی ئەنجام داو لە ساڵی ٢٠٠٦ لەلایەن ئاژانسی بۆ شاییگەری ئەمریکی (ناسا) وەک (پسپۆری ئەنجامدانی پرۆسە زانستیەکان) هەڵبژێردراوم.

شاخێکی سەهۆڵی جەمسەری باکوور لە قەراغی دارمانە

دوای وردبوونەوە لە چەند وێنەیەکی نوێی مانگە دەستکردەکان تیمێک لە زانایان رایگەیاند کە شاخێکی سەهۆڵی زۆر مەزنی جەمسەری بەستووی باکوور لە قەراغی دارمان و توانەوەیە. ئەمەش لەلایەن ئاژانسی بۆ شاییگەری ئەوروپی بڵاوکراوەتەوە. ئەم شاخە لەرواڵەتدا زۆر ئاڵۆز و سەیرە، بەشێکی زۆر لە ژێر رووی ئاوە و دوو دوورگە بەیەکەوە دەبەستێتەوە، بەڵام ئەم بارستە سەهۆڵیە تەنها لەم ساڵەدا رووبەڕووی ٢هەزار کیلۆمەتری چوارگۆشەی لەدەستداوە. دیمەنە وەرگیراوەکان لە ٢١ی تشرینی دووەمی ئەمساڵ مەترسی حاڵەتەکەی دەرخست دوای دەرکەوتنی درزێکی زۆر گەورە لە ٢١ی حوزەیرانی ئەمساڵ. بەپێی راپۆرتە زانستیەکانیش ئەو گۆڕانکارانیەی بەسەر زەوی و کەش و هەوایدا دادێت ٣٠ساڵ خێراتر دێتە پێش. واچاوەڕوانیش دەکرێت لەماوەی نێوان ساڵانی٢٠١٣و٢٠٤٠ و لەوەرزکانی هاوینی ئەو ساڵانەدا، تەواوی رووبەرە سەهۆڵیەکانی ئەو ناوچانە بتوێنەوە وەکو چۆن بر لە ١ملیۆن ساڵ رویدابوو. لەدوای بڵاوبوونەوەی ئەم راپۆرتانە رێکخراوەکانی پاراستنی ژینگە و کەش وهەوا داواکار و هۆشداری زۆر توندیان بڵاوکردۆتەوە لەسەر ئەوەی کە ئەگەر حاڵی ئەم ناوچانە وا بڕوات ئەوا نەوەکانی داهاتوومان لەو پەڕی نەهامەتیەوە دەژین.

دوای گەشتێکی سەرکەوتووی لەبۆشایی ئاسماندا مەکۆی ئاسمانی ئیندیڤەر لەبنکەی کیپ کەنەڤیراڵ لەفلۆریدا دەنیشێتەوە

لە ڕێگای ڤایرۆسێکەوە (٣٠٠) هەزار حیسابی بانکی هاک کرا!

ڕێکخراوی (RSA)کە سکیور کردنی (٥٠٠) کۆمپانیای جیهانی دەستەبەر دەکات رایگەیاند:لەم دواییەدا توانیویەتی ڤایرۆسێکی نوێ بدۆزێتەوە کەماوەی سێ ساڵە زیاتر لە (٣٠٠) هەزار حیسابی بانکی لە هەریەکە لە بانکەکانی ئاسیا و ئەوروپا و ئەمریکا لە ڕێگایەوە هاک کراوە .

شێوازی کارکردنی ئەم ڤایرۆسە جیایە لە سەرجەم ڤایرۆسەکانی دیکە بەجۆرێک ڤایرۆسەکە بە شێوەیەکی زۆر نهێنی هەڵدەستێ بەخۆڕێکخستنەوەی لەڕێگای دۆزینەوەی بۆشاییەک لە سیستەمی ویندۆز،پاش سەردانی کردنی خاوەنی حیسابەکە بۆ حیسابەکانیان ڕاستەوخۆ کۆپییەک لە پاسوێردەکە دەنێرێت بۆئەو کەسەی ڤایرۆسەکەی دروستکردووە،جێی باسە زۆربەی بەرنامەکانی سکیورتی دەستە وەستان بوون لە بەرامبەر دۆزینەوەی ئەم ڤایرۆسە بە شێوەیەک ڤایرۆسەکە تەنها بە فۆرماتکردنی هارد و دانانەوەی ویندۆز سکان دەبێت.

SONY و نوێترین کامێرای فۆتۆگرافی

کۆمپانیای سۆنی رایگەیاند کە نوێترین کامێرای دیجیتاڵی دروستکردوەو بەتازەترین تایبەتمەندی رازانراوەتەوەو چەند تایبەتمەندیەکی بۆ دانراوە کەتازەن و لەجۆرە کامێراکانی دیکە نییە. ئەم کامێرایە SONY دیجیتاڵیەو ناوی ALPHA A900 یەو لەجۆری DSLR ە بە وردەکاری ٦ر٢٤ مێگاپێکسڵ و فوڵ کوالیتی، ئەم کامێرایە تاوەکو ئێستا یەکەم جۆرە کە بە فوڵ کوالیتی و بەرزترین وردەکاری دروست کرابێت ،هاوێنەکەشی قەبارەی ٣٥ میللیمە ، هەروەها تایبەتمەندییەکی زیادکراوی نوێشی هەیە ئەویش بریتیە لەEXMORE CMOS ، لەگەڵ چەندین تایبەتمەدی نوێ و سەرەنج ڕاکێش کە بەهۆیەوە دەتوانیت جوانترین وێنە بۆ یادگاری خۆتی پێی بگریت.

ئا: شێروان شێخانی

سەرنج

هەرچەندە لە ژمارەی ڕابردوو بەڵێنی ئامادەکردنی ڕاپۆرتێکمان لە سەر سیستەمی (Fiber Optics) بە ئێوەی بەڕێز دابوو، بەڵام بەهۆی هەندێ کێشەی تەکنیکی و نەگەیشتن بە سەرچاوەی پێویست، ڕاپۆرتەکەمان نەمانتوانی لەم ژمارەیەدا ڕاپۆرتەکە ئامادە بکەین، لەگەڵ داوای لێبووردن پەنا بەخوا لە ژمارەکانی داهاتوو ڕاپۆرتەکە دەخەینە بەردیدی ئێوەی بەڕێز.

مەیمۆری ناوخۆیی مۆبایل سکیور نیە

ئەندازیارێکی ئەلیکترۆنی هۆشداریدا لە سەیف کردنی هەر وێنەو دیکۆمێنتێکی تایبەتی لە سەر میمۆری ناوخۆیی مۆبایل, چونکە سکیور نیەو تەنانەت لە دوای سڕینەوەشیان ئەگەری زۆری گەڕانەوەی وێنەو دیکۆمێنتەکانی دەبێت، بەجۆرێک زۆر بەرنامە هەیە کە دەتوانرێ لە ڕێگەیەوە وێنەو تڕاکە ڤیدیۆییەکانی پێ بگەڕێندرێتەوە.

ئەم کێشەیە لەو کاتە دەستپێدەکات کاتێ کەسێک دەیەوێ مۆبایلەکەی بفرۆشێت ئەوا تەواوی وێنەو دیکۆمێنتەکانی دەکەوێتە دەست کەسی کڕیار.

نۆڕینگەی

شکانی بڕبڕە و ئیفلیجبوونی قاچەکان

ئامادەکردنی: د. فەیسەڵ بڵباس

خوێنەرێک بەناوی (دڵگەش) دەپرسێ و دەڵێ: خزمێکمان لە رووداوی ئوتومبێل بڕبڕەکانی پشتی شکاون و دوای ئەوە تووشی ئیـفلیـجی هەردوو قاچەکانی بوو. بۆچی و پەیوەندی چیە لەنێوان بڕبڕە و ئیفلیجی.. تکایە..؟

وەڵام: بڕبڕەکان کە وەکو زنجیرەیەک وان، یەک بەدوای یەکدا لە ژێر کەللەسەرەوە بۆ خوارەوە ڕێز بوون و هەر ناوچەیەک جۆرە بڕبڕەیەکی جیاوازی هەیە کە لەگەڵ کار و فرمانەکانی ئەو شوێنە دەگونجێت، بەڵام بەگشتی هەر بڕبڕەیەک کونێک (کەناڵێک)ی تێدایە و ئەو کونانە لەسەرەوە بەرەو خوارەوە وەکو کەناڵێکی درێژ لە کونی بنەوەی کەللەسەرەوە تا ناوچەی کلێنجە شۆڕ بوونەتەوە. بە ناو ئەو کەناڵەدا درێژکراوەی مێشک، کە بریتیە لە مووخەپەت یان درکەپەت (الحبل الشوکی)، تێدەپەڕێت و لە نێوان هەر دوو بڕبڕەی سەر یەکدی لە هەردوو لا تەنیشتیەوە دەمارێکی لێ جودا دەبێتەوە کە بۆ بەشێکی لەش دەڕوات و ناوچەیەک دەگرێتەوە لە ماسوولکە و ئەندامانی دیکەی ئەو شوێنە. کاتێک کە بڕبڕەیەکی ئەو کۆڵەگەیە یان پتر تووشی بەرکەوتنێک دەبێ، ئەوجا چ شکان بێت یان لە شوێنی خۆی بترازێت، ئەوا کار دەکاتە سەر ئەو بەشە مووخەپەتەی کە لەو ناوچەیەدا پێیدا ڕەت دەبێ. ئەو مووخەپەتەش لەبەر ئەوەی بریتیە لە هەزاران خانەی دەمار کە لێیەوە لقەدەمارەکانی لێ دەبێتەوە و بۆ بەشێکی لەش دەڕوات، بۆیە هەر پەستانێک، بریندارەبوونێک یان پچڕان و دووکەرتبوونێک لەو پەتە و دەمارەکانی، دەبێتە هۆی دابڕانی ئەو دەمارانەی ئەو شوێنە لە مێشک و مووخەپەتەوە. هەرچی ماسوولکەیەکی کە لە خوارەوەی ئەو شوێنە بریندارەبووەوەیە ئەوا نامەی مێشک و مووخەپەتی پێ ناگات و لە جوولە دەوەستێ. هەر ئەمەشە کە دەبێتە هۆی ئیفلیجبوونی ئەو ناوچانەی خوارەوەی شوێنە بەرکەوتووەکە. لە رووداوی گەورەی وەک ئوتومبێلدا بە زۆری لەکاتی پێکداداندا کە ئوتومبێلەکە لە پڕێکەوە لە خێراییەکی زۆرەوە دەوەستێت، ئەوانەی لە ناو ئوتومبێلەکەدان بۆ پێشەوە و دواوە دەهەژێن و لەو کاتەدا بڕبڕەکانی پشت، بەتایبەتی هی ناوچەی خوارەوە (ناوچەی کەلەکە)، لەسەر یەکدی دەخزن و لێک دەترازێن یان دەشکێن و لەگەڵ خۆیاندا ئەو دەمار و بەشە مووخەپەتەی لە ناویاندا هەیە دەپچڕێت یان بریندار دەبێت و هەندێ جاریش خوێن لەو شوێنەدا کۆدەبێتەوە و پەستان دەخاتە سەر دەمارەکان و مووخەپەتەکە و نایەڵێ نامە دەمارەکانی پێدا بڕوات. بۆیە هەرچی ئەندام و بەشەکانی دیکەی کە لە خوارەوەی ئەو شوێنەدان لەژێر کۆنترۆڵی مێشک و مووخەپەتەوە نامێنن و بریندارەکە ناتوانێ جوولە بە قاچەکانی بکات.

مووخەپەت و دەمار کە بە تەواوی دەپچڕێن یەکتر ناگرنەوە و چاک نابنەوە، بەڵام لەوانەیە بریندارەبوونی بەشێکیان یان کۆبوونەوەی خوێن لەسەریان پاش ماوەیەک هەڵمژرێتەوە و نەمێنێ. ئەو کاتە بریندارەکە هەست دەکات وردە وردە جوولەی بە قاچەکانی پێ دەکرێ کە رۆژ دوای رۆژ

بەهێزتر دەبن. یان ئەگەر لە رێگەی نەشتەرگەریەوە ئەو خوێن و کۆبووەوانەی سەر دەمار و مووخەپەتەکە لادران ئەوا دیسان ئیفلیجیەکە باشتر دەبێ. راهێنان و چارەسەری سروشتی و هەڵگێڕ و وەرگێرکردنی ئەو کەسانە کەمێک یارمەتی چاکبوونەوەیان دەدات و هەرنەبێ لەو برینانەیان دەپارێزێ کە دوای لەناوچێ کەوتن بەدیار دەکەون. تا ئێستا چارەسەری بە دەرمان بۆ ئەو جۆرە ئیفلیجیانە نەدۆزراوەتەوە.

گرێی ناو منداڵدان

خوشکێکی خوێنەر بەناو (سەعدیە) دەڵێ: تەمەنم نزیکەی چل ساڵ دەبێ و ژمارەیەک زگم کردووە. ئێستا سەرەمانگان زۆر خوێن دەبینم و ئازاریشم هەیە. پزیشکی ئافرەتان پێی گوتووم کە گرێ لەناو منداڵدانمدا هەیە. ئەو گرێیە چەند مەترسی هەیە و چارەی چیە..؟

وەڵام: بەشێکی زۆری ئافرەتان بەتایبەتی ئەوانەی زۆر زگوزاریان کردووە دوای ماوەیەک گرێیەک لەناو منداڵدانیان پەیدا دەبێت. باوەڕ وایە ئەو گرێیە هەر ریشاڵە ماسوولکەکانی دیواری منداڵدانەکە خۆی بێت، چونکە بە زۆری لەناو ماسوولکەی دیواری منداڵداندا پەیدا دەبن و هەمان پێکهاتەشیان هەیە. ئەمەش رەنگە لەبەر ئەوە بێ کە لەکاتی زگکردن و منداڵبووندا زۆر بەتوندی کورژ دەبن و خاو دەبنەوە. ئەو گرێیانە رەنگە زۆر بچووک بن و هەستیان پێنەکرێ و نیشانەیان نەبێ، لەوانەشە زۆر گەورەبن. هەندێ جار پتر لە یەک گرێ پەیدا دەبێت. ئەگەر گەورەبێ لەوانەیە شۆڕبێتەوە ناو بۆشایی منداڵدان. ئەوانە هەرچەندە بە جۆرێک لە گرێی شێرپەنجەیی دادەنرێن، بەڵام لەسەرخۆ گەورە دەبن و پەرتوبڵاو نابنەوە بۆ شوێنەکانی دیکەی لەش. لەبەر ئەوە جێی مەترسی نین، بەڵام چونکە لەکاتی خولی مانگانە ئەو شوێنەی ئەو گرێیەی لێیە زۆر بەباشی کورژ نابێ و لوولەکانی خوێنی ئەو ناوچەیە باش داناخرێن بۆیە پتر خوێنیان لێدێ و لەکاتی کورژبوونی دیواری منداڵداندا رەنگە ئەو کەسە هەست بە کەمێک ئازاریش بکات.

بۆ دۆزینەوە و دەست نیشانکردنی ژمارە و قەبارەی ئەو گرێیانە پشکنینی (سۆنار) بەکار دەهێنرێ، هەرچەندە رەنگە زۆر وردیش نەبێ، بەڵام بیرۆکەیەکی باش دەداتە پزیشک دەربارەی ژمارە و شوێن و قەبارەی گرێیەکان. کە گرێیەکە دەدۆزرێتەوە تەنیا دڵنیاکردنەوەی نەخۆشەکە بەسە و پێویست بە چارەکردن ناکات بەتایبەتی ئەگەر زۆر گەورە نەبێ، بەڵام بۆ ئەو ژنانەی کە هێشتا بەتەمای منداڵی دیکەن رەنگە ئەو گرێیانە ببنە رێگر لەبەردەم منداڵبووندا بۆیە لەتەمەنی گچکە دەکرێ بە نەشتەرگەری گرێیەکان دەربهێنرێن.

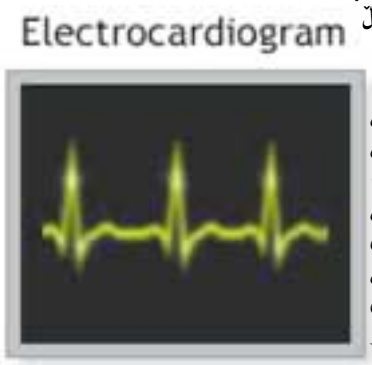
لە تەمەنی گەورانیشدا بەزۆری ئەگەر نەشتەرگەری پێویست بوو ئەوا منداڵدانەکە هەمووی لەگەڵ گرێیەکە هەڵدەگیرێت.

دڵەکوتێ . . .ئایا نەخۆشیە . . ؟

و: سەفین قادر

بەگشتی کورژبوون و خاوبوونەوەی دڵ زۆر ڕێکوپێکە و ڕیتمی خۆی هەیە. لە ماوەی هەر خولەکێکدا بەتێکڕا دڵ لە نێوان ٦٠ تا ٨٠ جاران لێدەدا، بەڵام هەندێ جار تێکچوونێکی کەم لەخێرایی ئەو ڕیتمەی دڵ ڕوو دەدات. بەمەش دەگوترێ دڵەکوتێ. ئایا ئەم دڵەکوتێیە هەموو جارێک دەبێتە هۆی مەترسی..؟

دڵەکوتێ بە یەکێک لە باوترین تێکچوونەکانی ڕیتمی لێدانی دڵ دەژمێردرێت، بەڵام بەگشتی جێی مەترسی نیە، بەتایبەتی ئەگەر دڵ ساغ بێ و هیچ گرفتێکی تەندروستی ئاشکرای نەبێ. زۆربەی خەڵک لە ژیانی ڕۆژانەیاندا جارێک یان چەندان جار هەستیان بەو دڵەکوتێیە کردووە. هی وا هەیە ڕۆژانە چەندان جار لێی دووبارە بۆتەوە، چ لەسەر شێوەی لەرزین ماسوولکەی دڵ بێ یان پەلەپڕووزە. هەندێ کەسیش ئەوەندە هەستیارن بۆ ئەو دڵەکوتێیە کە دەڵێی هەر ئێستا تووشی نۆرەدڵ دەبن. هەندێکی دیکە وا هەست بە دڵەکوتێیەکەیان دەکەن وەکو ئەوەی لە ناوچەی ملیاندا دڵیان لێبدات. ڕەنگە لەگەڵ ئەو جۆرە دڵەکوتێیانە هەست بە ئازاری سینگ بکەن و تووشی هەناسەتەنگیش بێن. دەبێ هۆکارەکانی ئەو دڵەکوتێیە چی بن..؟ خەڵک تێبینی دەکەن کە دڵەکوتێ دوای ئەنجامدانی هەندێ چالاکی پەیدا دەبێ. یان دوای ماوەیەک لە خەمۆکی و دڵەڕاوکێ یان کاتی تێپەڕینیان بە ڕووداوێکی کاریگەر لەسەر ژیانیان. هی وایش هەیە لەکاتی پاڵدانەوە و حەسانەوە یان لەگەڵ هەستانە سەرپێیان تووشی دڵەکوتێ دەبێت.



هۆکارەکان:

زۆر هۆکاری پەیدابوونی دڵەکوتێ هەن و هەموویشیان پەیوەندیان بە میکانیزمی کارکردنی دڵەوە هەیە. کورژبوونە ناوەختەکانی گوێچکەڵە و زگۆڵەکانی دڵ، بەتایبەتی ئەوانەی پێش کاتی خۆیان پەیدا دەبن و لە پزیشکیدا بە لێدانی دەرەکی (Extra systole) ناسراون، یەکێکن لە باڵاوترین هۆکارەکانی تووشبوون بە دڵەکوتێ. ئەوانە چ لەکاتی درێژبوون یان دوای خۆماندووکردنێکی زۆردا بێ پەیدا دەبن. بۆ زێتر ڕوونکردنەوە دەبێ بزانین کە دڵ ٦٠ تا ٨٠ جاران لە خولەکێکدا لێدەدات کە ساڵانە دەکاتە ٣٠ تا ٤٢ ملیۆن جار. ڕێکخستنی ئەو لێدانانە لەلایەن ئەندامێکی بچووکەوە ئەنجام دەدرێ کە پێی دەگوترێت گرێی گوێچکەڵە (SA node). ئەو گرێیە کە دەکەوێتە ناو گوێچکەڵەی ڕاست لە بەشی سەرەوە وەکو کاتژمێری دڵ وایە کە کورژبوونی هەردوو گوێچکەڵەکانی دڵ بەگەڕ دەخات بۆ ئەوەی ئەو خوێنەی کە لەناویاندا کۆکراوەتەوە بچێتە ناو زگۆڵەکانەوە. هەندێ جار ئەو دوو گوێچکەلانە پێش هاتنی کاتی خۆیان کورژ دەبن و پاشان بۆ ماوەیەکی پتر لە ئاسایی خاو دەبنەوە پێش ئەوەی جارێکی دیکە کورژبنەوە. ئەمەش وا دەکات ئەو کەسە وا هەست بکات کە بەسەر یەکێک لە لێدانەکانی دڵیدا تێپەڕیوە. دوای ئەوە کورژبوونێکی بەهێزتر لەهی ئاسایی لە هەردوو زگۆڵەکانی دڵ ڕوو دەدات بۆ دەرپەڕاندنی ئەو بڕە خوێنەی کە لە گوێچکەڵەکانەوە هاتۆتە ناویانەوە. ئەو جۆرە لێدانە سەربارانە یان پێشوەختانە هیچ زیانێکی ئەوتۆیان نیە و نابنە هۆی تووشبوون بە نۆرەدڵ. لەوانەیە هەندێ جار هەر هەستیشیان پێنەکرێت. هەمان کردار ڕەنگە لە هەردوو زگۆڵەکانیشەوە ڕوو بدەن، بەڵام لێرەدا پێویستە تێبینی ئەوە بکرێ کە ئایا زۆر زوو زوو دووبارە دەبنەوە یان نا، چونکە ئەگەر زوو زوو دووبارە بوونەوە ئەوا لەوانەیە ببنە هۆی لەرزەگرتنی (Fibrillation) زگۆڵەکان، کە ئەمە یەکێکە لە تێکچوونە دژوارەکانی لێدانی دڵ و لەوانەیە بەمردن کۆتایی بێت. بەگشتی دڵەکوتێ جێی مەترسی و دڵەڕاوکی نیە تا ئەو کاتەی نیشانەی وەک گێژبوون و لەهۆشخۆچوونی لەگەڵدا دەبێ، یان دەبێتە هۆی هەناسەتەنگی. لێکترازانی ئەو هاودەنگیەی کە لەنێوان گوێچکەڵە و زگۆڵەکانی دڵدا هەیە دەبێتە هۆی خێرابوونێکی کتوپڕ لە لێدانی دڵ بۆ ماوەی چەند چرکەیەک و چەند خولەکێک تا کاتژمێرێک. پاشان لەخۆیەوە نامێنێ. ئەم جۆرە نارێکیە بەزۆری تووشی گەنجەکانی تەمەن ١٠ تا ٢٠ ساڵان دێت و مەترسیدار نیە، بەڵام لەوانەیە لە هەفتەیەکدا دووسێ جاران دووبارە بێتەوە و هەرجارەی بۆ ماوەی چەند کاتژمێرێک بەردەوام بێت. بەزۆری ئەم جۆرە دڵەکوتێیە لەگەڵ خۆوەرگێڕان و دانیشتن و هەستانەوەی لەنەکاودا سەرهەڵدەدات، یان لەکاتی خۆشۆڕکردنەوە بۆ کاری وەک گرێدانی قەیتانی پێلاوەکانی و زوو قیتبوونەوە. لەرزەگرتنی گوێچکەڵەکانی دڵ هۆیەکی دیکەی تووشبوونە بە دڵەکوتێ. لەو بارەدا کەسەکە هەست بەخێراییەکی زۆری لێدانی دڵی دەکات. ئەم جۆرەیان لەو کەسانە دەبینرێ کە تەمەنیان لە ٦٠ ساڵ بەسەرەوەیە و تا تەمەنی گەورەتربێت ڕێژەکەی پتر دەبێ. ئەمەش لەئەنجامی تێکچوونێکەوەیە کە لە کارکردنی هەردوو گوێچکەڵەکانەوە پەیدا دەبێ. هەرچەندە ئەمەش نیشانەیەکی ترسناک نیە بەڵام لەوانەیە لەماوەیەکدا ببێتە هۆی نۆرە دڵ بەهۆی مەیینی خوێن لەناو ئەو گوێچکەڵانەدا.

پشکنینەکان:

بەگشتی ئەوانەی باسکران لە دڵەکوتێیەکان پێویست بە نوواندنی نەخۆشخانە ناکەن جگە لەچەند بارێکی تایبەت کە لە ئەنجامی تووشبوون بە نەخۆشیەکانی دڵەوە پەیدا دەبن. ئەگەر دڵەکوتێ بووە هۆی لەکارخستنی ئەو کەسە یان نەتوانینی ئەنجامدانی کاری ڕۆژانەی ئاسایی، ئەو کاتە باشتر وایە هەندێ پشکنینی بۆ بکرێ بۆ دڵنیابوون لە نەبوونی نەخۆشی دڵ. پێویستە ئەو کەسە بۆ پزیشک ڕوون کاتەوە چ کاتێک و چۆن تووشی دڵەکوتێ دەبێ و بۆ ماوەی چەند دەمێنێتەوە لەگەڵ جۆری ئەو کارانەی کە ڕۆژانە دەیکات هیچ پەیوەندیەکی هەیە یان نا.

لەو پشکنینانەی کە پزیشک بۆ ئەو کەسانەی دەکات: گرتنی هێڵکاری دڵە لەباری ئاسایی و لەکاتی دڵەکوتێیەکەدا. دەکرێ نەخۆش ئامێری تایبەتی هێڵکاری دڵ بۆ ماوەی ٢٤ کاتژمێر لەگەڵ خۆیدا هەڵگرێ و بەردەوام لێدانی دڵی لەسەر تۆمار بکرێ بۆ ئەوەی هەر کاتێک تووشی ئەو دڵەکوتێیە هات لەسەری دەرکەوێ. پاشان ئەو هێڵکاریە لەلایەن پزیشکەوە شی دەکرێتەوە بۆ ناسینی کات و جۆری دڵەکوتێیەکە. پشکنینی دیکەی وەک تیشکی سەروو دەنگ کە بە (Echo) ناسراوە بۆ دڵ دەکرێ. پشکنینی نەخۆش و هێڵکاری دڵ لەکاتی خۆماندووکردندا لە نەخۆشخانە هەیە و ئەویش پاش ئەوەی نەخۆش خەریکی پایسکل هاژووژتن دەبێ لەهەمان کاتدا هێڵکاری دڵی بۆ دەکرێ بۆ زانینی هەبوونی هەر پەیوەندیەک لەنێوان ماندووبوون و دڵەکوتێ.

چارەسەری:

جۆری چارەکردنەکە بەندە بە توندی و دژواری دڵەکوتێیەکە و کاریگەریەکەی لەسەر ژیانی ڕۆژانەی ئەو کەسە. بەزۆری دڵەکوتێ پێویستی بە چارەسەریەکی تایبەت نیە، بەڵام بۆ هەندێ جۆری دڵەکوتێ دەرمانی تایبەت هەیە کە لەلایەن پزیشکی پسپۆڕی دڵەوە بڕ و جۆرەکەی دیاری دەکرێ. ئەوانەش بەزۆری کە لە تەمەنی گەورەدان پێویستیان بەو چارەسەریانە دەبێ.