لەسەر وشەیەک دوو کەسی بێتاوان دەربەدەر دەبن

ئامینە

بەشی یەکەم

زۆرجاران رستەیەک یان کردەوەو رەفتارێک رێرەوی ژیانی کەسێک یان کەسەکان دەگۆڕن بەڵام هەرگیز باوەڕم نەدەکرد تەنیا یەک وشە ژیانی دوو کەس تاڵ دەکات و شار بەدەریان دە !

من خاوەن مێردو دوو منداڵ خۆم بووم، کوڕە گەورەکەم 14 ساڵان بوو، کوڕێکی ناسیاومان هەبوو تەنیا چەند ساڵێک لە کوڕەکەی من گەورەتر بوو، هاوڕێی یەکتر بوون، بەوهۆیەوە هاتوچۆی ماڵی ئێمەی دەکرد، من بەچاوی کوڕەکەی خۆم لێمدەڕوانی، گاڵتە و قسە خۆشم لەگەڵ دە و هانم دەدا بۆ کوڕەکەم هاوڕێ و برادەرێکی دڵسۆزو راستگۆ بێ.

هاتن وچوونی ئەو کوڕە هیچ قسەوقسەڵۆکی لێنەدەکەوتەوە، بۆیە زۆرجاران ئەگەر کوڕەکەشم لەماڵ نەبووایە ئەو لەلای ئێمە دادەنیشت و چاوەڕوانی هاتنەوەی کوڕەکەمی دە . رۆژێکیان تەنیا من و خەسووم لە ماڵەوە بووین، هاوڕێی کوڕەکەم هاتە ماڵمان، هەرچەندە کوڕەکەم لەماڵ نەبوو بەڵام من داوام لێکرد دابنیشێ و فراوینمان لەگەڵ دا بخوات. ئەو شەرمی دەکرد، منیش بەبێ هیچ مەبەستێک پێمگوت:" **دڵەکەم** حەز دەکەم ئەم نیوەڕۆیە نانمان لەگەڵ بخۆیت"!

ئێمە لەو قسانەدابووین کوڕەکەم هاتەوە، ئیدی مایەوەو نانی نیوەڕۆی لەگەڵ ئێمەدا خوارد، بەڵام خەسووم لەخۆیەوە مڕ ببوو، فراوینی نەخوارد، شەو کە شووەکەم هاتەوە بەپەلە خۆی گەیاندێ و هەندێ قسەی لەگەڵدا . ئیدی شووەکەم هاتە ژووری و چینێکی خۆشی لێدام. من هیچم بەخۆم شک نەدەهات، دەمویست بزانم لەچی تووڕەبووەو بۆچی لێمدە . ئیدی هەر بەوشەوە منی رەوانەی ماڵی باوکم کردەوە.

بەدرێژایی 15 ساڵی ژیانی هاوسەرێتی ئەمە یەکەمین جاربوو کە رەوانەی ماڵی باوکم بکرێمەوە یان بتۆرێم و شووەکەم جێبهێڵم، بۆیە براکانم هەموویان سەریان سوڕمابوو، براژنەکانم پێیانوابوو کەتنێکم کردووە دەنا لێمنادرێ و رەوانەی ماڵی باوکم ناکرێمەوە.

چەند رۆژێک لە ماڵی باوکم مامەوە انم مۆڕەیان لێدەکردم و براژنەکانیشم بەچاوی سووک سەیریان دەکردم، راستیەکەی وەکو دیل ودەست بەسەر رەفتارم لەگەڵ دەکرا، کەچی من هیچم لەخۆم شک نەدە . من سەیرم لەوەمابوو کە بۆچی شووەکەم بەدوامدا نایەت و بۆچی براکانیشم پەرۆشی بردنەوەی من نین.

ئێمە سێ براو دوو خوشک بووین، دایکم کۆچی دوایی کردبوو، براکانم ژنیان هێنابوو، ئێمە هەردووکمان شوومان کردبوو، بەڵام باوکم و هەرسێ براکەم بەیەکەوە لە ماڵێکدا دەژیان، منیش سەربار بووم. رۆژێکیان خوشکەکەم سەردانی کردم، دەرفەت هەڵکەوت و بە دزییەوە هەندێ قسەمان کرد، هەستم کرد خوشکەکەم زۆر خەمم بۆ دەخوات و بە گومانەوە لە داهاتووم دەڕوانێ. تا ئەو کاتە هەستم بە مەترسی نەکردبوو، چونکە من کارێکی بەد و بەشیاوم نەکردبوو، کەسیش پێی نەدەگوتم بۆچی وەدەرنراوم، براکانم باسی هیچیان لەگەڵ نەدەکردم، براژنەکانیشم دووره پەرێزیان لێدەکردم، دەتگوت پێیانگوتراوە کەس قسەی لەگەڵ دا نەکات، بەڵام خوشکەکەم هۆکاری دەرکردنەکەی بۆ باس کردم، من خەریک بوو شێت ببم، ئاخر هیچ شتێکم لەگەڵ ئەو کوڕەدا نەبوو، وشکەکەم پێیگوتم کە خەسوم گوێی لێبووە پێمگوتووە دڵەکەم! ئەو وشەیەش تەنیا بۆ هاوسەر بە دێ، ئەو پێشنیاری راکردنی بۆ کردم، چونکە پێیوابوو لەم نزیکانە دەمکوژن، ئەو لەوە دڵنیابوو کە دوای من کوڕەکەش دەکوژن! من سوێندم بۆ خوشکم خوارد کە هیچ شتێکم لەگەڵ ئەو کوڕەدا نیە و من بەچاوی کوڕی خۆم لێی دەڕوانم، پێمباشبوو بچمە لای باوکم و براکانم و راستیەکەیان تێبگەیەنم، بەڵام ئەو پێیوابوو کە هیچ دادت نادات، چونکە ئەوان بڕیاری خۆیان داوەو بەدوای دەرفەتێک دا دەگەڕێن، چونکە نایانەوێ بە شێوەیەکی وا بمکوژن کە خەڵکی دیکە پێبزانێ و زیاتر ئاوڕوویان بچێ!!

من لە نێوان مردن و راکردن دا راگیرابووم، ئەگەر بێدەنگ دادەنیشتم دەبوایە چاوەڕوانی مەرگی خۆم بکەم کە نەشمدەزانی بە چ شێوەیەک لەناوم دەبەن، ئەگەر راشم دەکرد نەمدەزانی سەری خۆم بۆ کوێ هەڵبگرم و بۆ کوێ رابکەم!

من چەندە خەمی خۆم بوو، هێندەش خەمی ئەو کوڕەم بوو، ئەو لەهیچ خۆڕا دەکوژرا، لەلایە دیکەشەوە ئەگەر من رامبکردبایە کێشەکە لەسەر کوڕەکە گەورە دەبوو، رێگەو دەرفەتیشم نەدەبوو کێشەکە بۆ کوڕەکە باس بکەم، ئیدی لەناو جەستەی خۆم دا دەتوامەوەو خۆم دەخواردەوە.

من وەک هەر مرۆڤێکی دیکە گیانی خۆم خۆشدەویست و نەمدەویست لە هیچ و خۆڕاییەوە تیا بچم. وەک دەڵێن گیان شیرینەو بەئاسانی دەستبەرداری لێناکرێ، منیش ئاوا بووم، حەز لە ژیان دەکرد، دەمویست لەنزیک منداڵەکانمەوە بژیم، حەزم نەدە کەسی دیکە بەهۆی منەوە تیابچێ، کەچی لەخۆڕاوە کێشەیەکیان دروست کردبوو، زۆریش ئاڵۆزیان کردبوو، چارەسەرکردنی سەخت و دژوار ببوو، وەک خوشکەکەم گوتەنی تەنیا رێگە هەڵاتن و راکردن بوو. هەرچەندە کەلەپچەم لەدە و سندم لە پێم نەکرابوو، بەڵام لە ماڵێک دا زیندانی کرابووم، رێگە چوونە دەرەوەم نەبوو، یەکێک لە براژنەکانم لەلای مێردەکەی زۆر خۆشەویست بوو، هێندە لە شووەکەی نەدە سا، جار جارە بە دزی ئەوانی دیکەوە دەیدواندم، من دەمزانی ئەوەیان زۆر حەزی لە زێڕو پارەیە، بۆیە پلانێکم دارشت، رۆژێکیان پێمگوت:" من هە دەکەم مردن لێم نزیک دەبێتەوە بۆیە بڕیارم داوە هەموو زێڕو خشڵەکانی خۆم پێشکەش بەتۆ بکەم" ئەو کەمێک بیری کردەوە بەڵێنی دا دواتر قسەم لەگەڵ دەکاتەوە. چەند رۆژێک تێپەڕی، ئەو بەتەنیا لەماڵ مایەوە، ئیدی دەرفە وە و بەدرێژی قسەمان کرد، ئەو پرسی دایکی خۆی کردبوو، دایکی ژنێکی لەخواترس و بە بەزەیی بوو، پێشنیاری بۆ کردبوو کە هاوکاریم بکات تاوەکو نەکوژرێم، بۆیە پێیگوتم:" دایکم زۆر خەمت بۆ دەخوات، ئەو داوای لێکردووم کە هاوکاریت بکەم و رێگەی دەربازبوونت بۆ برەخسێنم"

راستیەکەی ئەوەی من بەرنامەم بۆ دارشتبوو زۆر بە ئاسانی هاتە دەستم، من بۆ ئەو باسی راکردنم نەکردبوو کەچی ئەو بۆخۆی ئەو رێگەیەی پێشان دام. ئیدی باشتر لەیەکتر نزیک بووینەوە، ئەو بۆخۆی چووە لای کوڕەکەو کێشەکەی بۆ باس کردبوو، کوڕەکە گوتبووی ئەو وەک دایکی من وایەو هیچم لەگەڵ نیە، بەڵام حەز ناکەم لەسەر من بکوژرێ، براژنەکەم باسی کوشتنی ئەویشی کردبوو، ئیدی ئەویش دەبوایە بیر لە رزگارکردنی گیانی خۆی بکاتەوە.

براژنەکەم دەیتوانی کوڕەکە ببینێ، قسەکانی منی بۆ ببات، کوڕە دایکیشی لە کێشەکە ئاگادارکردەوە ئیتر ئەویش هاتە لام و راستی رووداوەکەم بۆ گێڕایەوە من سوێندم بۆ خوارد کە هیچ شتێک لە نێوانمان دانەبووە، بەڵام لەبەرئەوەی پێمگوتووە"دڵەکەم" ئیدی بڕیاری کوشتنی هەردووکمانیان داوە. سەرەنجام رێککەوتین و رۆژی راکردنمان دیاری کرد.

ژنان لە نەخۆشیەکانی سنگ بێ ئاگاو کەم زانیارین دەبێ هۆشیار بکرێنەوە

مرۆڤ بە هەردوو رەگەزەکەیەوە لەبەردەم هەڕەشە نەخۆشیە جۆراوجۆرەکان دان، بەڵام ژنان زیاتر لە پیاوان هەڕەشەو مەترسیان لەسەرەو بیریشی لێناکەنەوە.

لە لێکۆڵینەوەیەکی نوێ دا دامەزراوەیەکی خێرخوازی لەوڵاتی بەریتانیادا بەو ئاکامە گەیشتووە کە رێژە 60%ی ژنان لە مەترسیەکانی شێرپەنجەی مەمک ئاگادار نین و زانیاری پێویستیان سەبارەت بەو نەخۆشیە نیە.

راستییەکەی حاشا هەڵنەگرە کە مەترسی تووشبوون بە نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک لەگەڵ هەڵکشانی تەمەن زۆرتر دەبێ، کە لێکۆڵینەوەکە دەریخستووە کە زۆرینە ژنانی وڵاتێکی پێشکەوتووی وەکو بەریتانیاش ئاگایان لێ نیەو زانیاریان کەمە.

لە راپرسییێکدا کە هەزار ژن پرسیاریان لێکرابوو، شەش سە ژن زانیاری پێویستیان سەبارەت بە شێرپەنجەی مەمک نەبووەو ئەوەشیان نەزانیوە کە گەورەبوونی تەمەن پێوەندی راستەوخۆی بە ئەگەری تووشبوونی شێرپەنجە مەمکەوە هەیە.

لەلایەکی دیکەوە سەرچاوەکانی پزیشکی ئاشکرایان کردووە کە ساڵانە زیاتر لە 44 هەزار ژن لە بەریتانیا دووچاری شێرپەنجە مەمک دەبن، ئەمە لە کاتێکدایە کە رێژە 80% ئەو کەسانەن کە تەمەنیان لەسەرووی پەنجا ساڵیەوە دایە، کەواتە شێرپەنجەی مەمک بەهەڵکشانی تەمەن مە زۆرتری تووشبوونی هەیە.

شارەزایان لەو باوەڕەدان کە زیاتر کچان و ژنە لاوەکان نیگەران و هەست بە مەترسی شێرپەنجە مەمک دەکەن و هەوڵ دەدەن خۆیانی لێ بپارێزن، ئەمە لە کاتێدایە کە گەورەبوونی تەمەن رادەی تووشبوون بە دەکاتەوە.

هەر لەو لێکۆڵینەوە و راپرسیەدا رێژە 58% نەیانزانیوە کە تا بۆ نێو تەمەن شۆڕ ببنەوە مە ووشبوونی نەخۆشی شێرپەنجە گەورەتر دەبێتەوە، ئەوان زۆربەیان پێیانوابووە کە لە هەرزەیی و تازە شووکردن و منداڵ بوون دا مەترسی تووشبوونیان لەسەرەو نەیانزانیوە کە تا کۆتایی تەمەن دەبێ رێگەی خۆپارێزی بگرنە بە . هەر بەوهۆیەشەوە دەرکەوتووە کە ئاگایی و زانیارای ژنانی تەمەن 18 24 ساڵی زۆر لە ئاگایی و زانیاری ژنەکانی دیکە زۆرترە بووە. لەلایەکی دیکەوە ژنانی تەمەن 45 54 ساڵی بە رێژە 65% زانیویانە کە پێوەندی پتەو لەنێوان تەمەن و مە تووشبوون بە شێرپەنجەی مەمک دا هەیە.

ئەو دامەزراوە خێرخوازیە پێیوایە کە بێ ئاگایی و نەبوونی زانیاری پێویست سەبارەت بەو نەخۆشیە مەترسییێکی گەورە لەسە ژنان پێک دەهێنێ، چونکە ئەگە ژنان بەردەوام بەدوای زانیاری پزیشکی دا بڕۆن و هەوڵی وەدەستهێنانی بدەن، باشتر پارێزگاری لەجەستەی خۆیاندا دەکەن و دەتوانن باشتر خۆیان لەو نەخۆشیە بپارێزن.

لێکۆڵینەوەکە پێیوایە کە ژنانی سەرووی 70 ساڵە هەرگیز باوەڕیان بەوە نەبووە کە هەڵکشانی تەمەن مەترسی تووشبوونی نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک گەورەتر دەکاتەوە، تەنیا یە لەسەر سێی ئەو ژنانە ئاگایان لەو مەترسیە هەبووە. هەروەها زۆرینەی ژنان پێیانوایە کە بۆ پاک راگرتنی مەمک باشتر وایە سەردانی پزیشکی پسپۆڕ بکەن.

شارەزایان پێیانوایە کە زۆرینەی ژنان بیر لە خۆیان دەکەنەوەو هەوڵ دەدەن سیمای جوان بنوێنن، بەوهۆیەوە بۆ جوانکردنی پێستی دەموچاویان سەردانی پزیشک دەکەن و پارە زۆر سەرف دەکەن، بەتایبە ئێستا مۆدێلی لووت جوان کردن و پانکردنی کوڵمە برەوی پێدەدرێ، وێڕای ئەوەی کە هەندێ لە ژنان پەنا بۆ گەورەکردنی مەمک یان ئەندامێکی دیکەی جەستەیان دەبەن، ئەمە لەکاتێک دایە کە لە هۆکاری نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک و پێست و ئەندامی زاوزێیان بێ ئاگان و نایانەوێ زۆر لەو بارەیەوە ببیسن.

تۆژینەوەیەکی پزیشکی دەریخستووە کە سینگی مرۆڤ ئامادەیی زۆرتری بۆ نەخۆشی شێرپەنجە هەیە، لەم بوارەدا زانایانی ئەمریکی دەڵێن کە دەرمانی (Herceptine) هێرسێپتن رۆڵی کاریگەر لە کەمکردنەوە شێرپەنجەی سینە دەبینی، لەوانەیە رێژە 50% ئەو مەترسیە کەم بکاتەوە.

لێکۆڵینەوەیەکی پزیشکی دەڵێ کە بۆ ماوەی یەک ساڵ 1700 ژن دەرمانی هێرسێپتینیان بەکارهێناوەو لە ژێر چاودێری پزیشک دابوونە ئاکام بۆیان دەرکەوتووە کە بەکارهێنانی ئەو دەرمانە مە تووشبوونی بە شێرپەنجەی سینە (هەموو بەشەکانی سینە) کەم کردۆتەوە.

لەلایەکی دیکەوە بۆ ماوە ساڵێک تا ساڵ و نیوێک ژمارەیە ژن کە دووچاری نەخۆشی شێرپەنجەی سینە هاتبوون لەژێر چاودێری پزیشک دابوون و دەرمانی هێرسێپتینان خواردبوو، بەڵام تەنیا ژمارەیەکی کەمیان بەهۆی ئەو نەخۆشیەوە گیانیان لەدەست دابوو. تەنانەی رێژە 5 7% لەو ژنانە کە ئەو دەرمانەیان دەکارهێنابوو دووبارە دووچاری ئەو نەخۆشیە ببوونەوە، بەوهۆیەوە دەرکەوتووە کە دەرمانی هێرسێپتین کاریگە راستەوخۆی لەسەر کەم کردنەوە نەخۆشی شێرپەنجەی سینگ هەیە.

لە لێکۆڵینەوەیەکی دیکە کە بڵاوکراوەی پزیشکی نوێ لە بەریتانیا چاپی کردووە، وا راگەیاندراوە کە بەکارهێنانی دەرمانی هێرسێپتین کاتێک لەگەڵ دەرمانە کیمیاویەکانی دیکە دە دەهێنرێ مەترسی تووشبوون بە نەخۆشی شێرپەنجەی سنگ کەم دەکاتەوە. هەندێک لە پزیشکان ئەم ئاکامە بە موژدەیەکی باش دادەنێن، بەڵام هەندێکی دیکە پێیانوایە کە هێشتا زۆری ماوە تا ژنان لە مەترسیەکانی نەخۆشیەکانی شێرپەنجەی بەشەکانی سنگ بپارێزرێن.

هەرچۆنی بێ ئێستا بۆ رێگرتن لە نەخۆشی شێرپەنجەی سنگ دەرمانی هێرسێپتن وەک هەنگاوی سەرەتایی و پێشکەوتوو سودمەندەو دەبێ ژنان لەو بارەیەوە ئاگادارو هۆشیار بکرێنەوە، بەداخەوە نەک ژنانی کوردستان بەڵکو ژنانی وڵاتانی پێشکەوتووش لەو بارەیەوە کەم ئاگاو بێ زانیارین.

هەر لەپێوەند بە نەخۆشی شێرپەنجەی سنگ، لێکۆڵینەوەیە زانکۆیێکی ئەمریکی ئاشکرای کردووە کە دەنکۆڵەی ئەسپیرین کە بە رێژەیەکی زۆر بەکار دەهێنرێ پێشگری ئاشکرا لە نەخۆشی شێرپەنجەی بەشەکانی سنگ دە .

لەئاکامی ئەو لێکۆڵینەوەیە دەرکەوتووە کە ژنان مە نەخۆشی شێرپەنجەی سنگ و مەمک و بۆڕیەکانی هەناسەیان لەسەرە، بەڵام خواردنی دەنکۆڵە ئەسپیرین هاوکاریان دە مە لەو نەخۆشیە کەم ببێتەوە. وێڕای هەموو ئەوانەشەوە ناتواندرێ کە دەرمانی هێرسێپتن و دەنکۆڵەی ئەسپیرین وەکو دەرمانێکی یەکلاکەرەوەو پێشگر لە نەخۆشیەکانی شێرپەنجە بناسێندرێن، بەڵام دەتوانین لە پێویست دا سوودیان لێوەربگیرێ.

دەکرێ بڵێین کە وەزارە تەندروستی و دامەزراوەکانی پزیشکی کوردستان لەو بارەیەوە زۆر کۆڵەوارن، نە زانیاری پێویست لەبەردەستی ژنان دادەنێن نە هەوڵی شێلگیرانەش دەدەن تا نەخۆشی شێرپەنجە لە ژنان دوور بخەنەوە، ئەوان تەنیا کاتێک رێنوێنی و ئامۆژگاری بە ژنان دەدەن کە دووچاری ئەو نەخۆشیە دێن، ئەمەش کۆمەکی پێویست نیە بەڵکو ژنان زراورژێن دەکەن و ووچاری خەمۆکی و دڵەڕاوکێیان دەکەن و مەرگیان لێ نزیک دەکەنەوە.

ئێستا ئەگەر وەزارە تەندروستی بیەوێ سوود لە لێکۆڵینەوەو ئەزموونەکانی وڵاتانی دیکە وەربگرێ، دەبێ خول و کۆرسی تایبە سەبارەت بە نەخۆشی شێرپەنجەی سنگ و مەمک بکاتەوەو ئامۆژگاری ژنان بکات، هەم نەخۆشیەکان، هەمیش دەرمانەکانیان پێناسێنێ، هەروەها دەبێ رێگەی خۆپارێزی و چۆنیە تووشبوون بەو نەخۆشیانە شێ بکاتەوەو ئاگاداری و زانیاری پێویست لە دەزگاکانی راگەیاندن دا بڵاوبکاتەوە.

This document was created with Win2PDF available at http://www.win2pdf.com.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.
This page will not be added after purchasing Win2PDF.