دایکی خۆشەویست لەبەر خاتری کۆرپەکەت سیگار مەکێشە!

پسپۆڕانی بواری بێهداشتی و لەشساغی منداڵان و ژنانی دووگیان و سکپڕ پێیانوایە کاتێک دوکەڵی سیگار 'جگەرە' بەرەو ڕووی ژنانی دووگیان دەبێتەوە، یان کاتێک ژنانی دووگیان خۆیان سیگار دەکێشن، ئیدی کۆرپەڵەکانیان نیگەران و هەراسان دەبن.

هەندێک لە پسپۆڕان دەڵێن: ئەو ژنانەی کە سیگار دەکێشن کۆرپەکانی ناو سکیان ڕووبەڕووی مردن دەکەنەوەو هەستیشیان پێناکەن! بۆیە هەم خۆیان هەمیش کۆرپەکانیان دووچاری گوشاری خوێن و ئازاری جەستەیی دەبنەوە.

پزیشکانی شارەزا لە بواری منداڵ و ژنان پێیانوایە کە سیگار مرۆڤە بچووکەکان بەرەو مەرگ رادەکێشێ، واتە بەر لەهەموان کۆرپەڵەی ناو سک.

لە پێوەند بە تەندروستی منداڵ، تیمێکی پزیشکی و پسپۆڕ لە زانکۆی کارۆلینکسای وڵاتی سویدی ڕایانگەیاندوە ئەو کۆرپەلانەی کە دایکیان جگەرە دەکێشن،یان دوکەڵی سیگاری کەسانی دیکەیان بەسەردا دێت، بێ ئەملاوئەولا تووشی گوشاری خوێن دەبن و تەندروستیان تێکدەچێ. بەوهۆیەوە ماسولکەکانی دڵی کۆرپەلەکە شپرزەو ماندوو دەبن، ئەو ماسولکانەی کە خوێن دەنێرن سەریان لێتێکدەچێ، بەشێوەیەکی خێراتر خوێن بۆ تەواوی ئەندامەکانی جەستەی دەنێرین، دواتریش ڕووبەڕووی مەرگێکی

کتوپڕیان دەکاتەوە.

ئەو پزیشکانە پشکنینیان بۆ " ٣٦ " منداڵ کرد، کە ١٧ لەوان، دایکیان سیگاریان دەکێشا، لەوێ بۆیان دەرکەوت کە ئەو منداڵانەی دوکەڵی سیاگریان بەسەردا هاتووە و لەڕێی خوێنی دایکیانەوە پێیان گەیشتووە تووشی کێشەی گەورە بوون، لێدانی دڵیان دەشێوێ و سوڕی خوێنیان تێک دەچێ و زۆربەی کات هەست بە هەناسە تەنگی دەکەن، ئەوانەش لە ساڵی یەکەمی تەمەنیانەوە لێیان بەدیار دەکەوێ.

بەهۆی ئەو توێژینەوەیە ئاشکرا بووە کە ئەو منداڵانەی لەتەمەنی یەک ساڵیشەوە دوکەڵی سیگاریان بۆ دەچێ، بەهەمان شێوە کاریان لێدەکات، کاریگەری خراپ لە سەر سوڕی خوێنی منداڵەکە و گوشاری خوێنێ دادەنێ. ماسولکەکانی دڵیان هەراسان و ماندوو دەبن، چوونی خوێن بۆ مێشکیان تێکدەچێ، لەکاتی هەناسەداندا ماندوو دەبن و هەندێک جاریش خەویان لێناکەوێ، یان باری دەروونیان نائارام وشپرزە دەبێ.

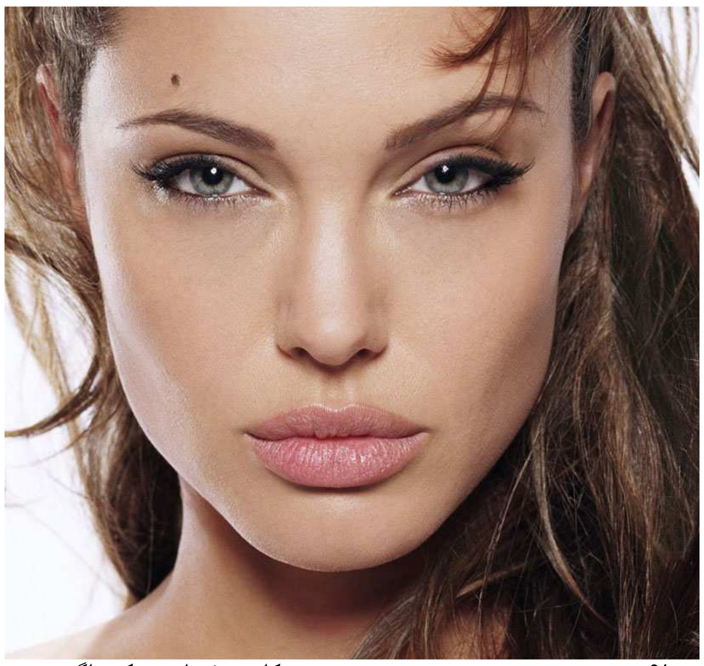
دکتۆر جاری کوهین، سەرۆکی تیمەکە سەبارەت بەو کێشەیە دەڵێ: توێژینەوەکەمان ئەوەی ئاشکرا کردووە کە ئەو منداڵانەی دایکیان جگەرە کێشە، یان لەنزیکی خەڵکانی جگەرە کیشەوە دادەنیشن، کێشەی بەردەوامیان لە ڕێکخستنی سوڕی خوێن و لێدانی دڵیان بۆ دروست دەبێ. چونکە خوێنی پاک بەباشی بۆ مێشکیان ناچێ، ئیتر ڕۆژ دوای ڕۆژ باری تەندروستیان بەرەو خراپتر دەچێروبەڕووی مەرگی کتوپڕ دەبنەوە.

ئەو پسپۆڕانە پێیانوایە کە ئەگەر دایکان یان ژنانی دووگیان واز لە سیگار کێشان بهێنن، ئەوە سێ یەکی منداڵی تازە لەدایکبوو لە مردن ڕزگاریان دەبێ. بەوهۆیەشەوە خۆیان و منداڵەکان بەرەو ئاسوودەیی و بەختەوەری دەبەن.

بۆیە دایکی بەڕێز! خوشکی دووگیان! ئەگەر سیگار دەکێشیت، وازی لێبێنە. ئەگەر خزم و ئاشناکانت سیگار دەکێشن، لێیان دووربکەوەو پارێزیان لێ بکە.

ئامادەکردنی: ڕۆژی گەل

پێوانەی جوانی و سەرنجراکێشبوونی ژنان



زانایان گەیشتوونەتە ئاستی دوایین پێوانەی کە جوانی وسەرنجراکێشی ئافرەتان دەردەخات .

بە بڕوای ئەو زانایانە گرنگترین پێوەری جوانی ئافرەتان لە مەودای نێوان بیلبیلەی چاوەکان و لووت و چاو دایە .

بە گوێرەی ئەو پێوانە نوێیە "ئەنجلینا جولی" لە لیستی سەرنجراکێشترین ئافرەتانی جیهان دێتە دەر و گۆرانبێژی لاوی پۆپی کەنەدی (شانیا تواین) شوێنی دەگرێتەوە .

ئەو ئەنجامە لە لێکۆڵینەوەیەکی زانستی لە زانکۆی تۆرۆنتۆی کانادا کراوە و لە گۆڤاری زانستی (ڤیژێن ریسێرچ) بڵاو بووەتەوە .

لەو لێکۆڵنەوەیاندا، لێکۆڵەرەوان بە کۆمپیوتەر دەستکاری وێنەی روخساری چەند ئافرەتێکیان کردووە و بۆیان دەرکەوتووە کە درێژی و پانی چەند ناوچەکەیەکی روخسار رۆڵێکی باڵای هەیە بۆ سەرنجراکێشی و جوانی ئافرەتان .

بە پێی ئەو لێکۆڵینەوەیە، مەودای نێوان چاو لووت نابێت لەیەک لەسەر سێی روخسار گەورەتر بێت واتە بە ڕێژەی ٣٦% بێت .

هەروەها نابێت مەودای نێوان ناوەندی هەر دوو بیلبیلەی چاوەکان لە نیوەی پانی رووخسار و یا خود ٤٦% زیاتر بێت .

لێکۆڵەرەوەکان ئامۆژگاری ئافرەتان دەکەن بۆ چەسپاندنی ئەو پێوانەیە پەنا بۆ نەشتەرگەری جوانکاری نەبەن و لە جیاتی ئەمە بە هۆی ئارایش و گۆڕینی شێوازی پرچ دەتوانن وێنای ئەو پێوانەیە بکەن. هەروەها ئاشکرایان کردووە ئەو پێوانەیە تایبەتە بە ئافرەتە سپی پێستەکان و ئەو پێوانەیە ئافرەتە ئەسمەر و ڕەش پێستەکان و چینییەکان و ئەوانی دیکە ناگرێتەوە. لێکۆڵەرەوان ئاماژە بەوەش دەکەن، هەرچەندە ئەو پێوەرانە گرنگن بۆ جوانی و سەرنجراکێشانی ئافرەتان، بەڵام یەکلایی کەروە نین، چونکە پیاوان ئافرەتی خاوەنی چاوی گەورەیان پێ جوانە لەکاتێکدا لەگەڵ ئەو پێوەرەدا ناگونجێت.

سەرجاوە: بی بی سی

فەرهەنگی ڕەنگەکان

سێیەم: ڕەنگی سوور

ئەم ڕەنگە هێمای سۆزێکی بەخۆش و خۆشەویستی و هێزو چاکیە، لەهەموو ڕەنگەکانی دیکە بزۆزو دینامیکی ترە. ڕەنگێکی بەسۆزو گەرمەو هێمایە بۆ سۆزو توڕەیی و مەترسی و جەنگ. سووری تۆخ هێمایە بۆ خۆشەویستی، سووری گوڵباو هێمایە بۆ ڕۆمانسیەت، سووری بێگەرد و ساف هێمای چالاکی و کامەرانیە، توڕەییە.

ئەو ژوورەی بەسوور ڕەنگ کرابێ هاندەر دەبێ بۆ قسەکردن و پەلەکردن لە نانخواردن. لەجیهاندا وایاوە کە ڕەنگی سوور ڕەنگی مەترسیە، واباوە کە بوونی مرۆڤ لە شوێنێک کە ڕەنگەکەی سوور بێت، ئەوە چالاکی مرۆڤ بەڕێژەی ١٠% زیاد دەکات.

لە هزری مرۆڤی بەراییدا ڕەنگی سوور نیشانەی هێزی سروشت و بەپیت وفەڕیە. هەروەها لە زۆربەی کولتورە کۆنەکاندا ئەم ڕەنگە هێمایە بۆ ئاگر یان جەنگ و یاخیبوون.

میسریە کۆنەکان خواوەند 'سیت' کە خواوەندێکی یاخی بووە بە ڕەنگی سوور ڕەنگیان کردبوو.

لە ئەفسانەی یۆنانی و ڕۆمانیدا وێنەی خواوەند 'دیونیسوس'یان بە سوور ڕەنگ دەکرد، هەروەها مارس کە خواوەندی جەنگ بوو لای ڕۆمەکان، هەروەها ڕەنگی عەبای قەیسەکان سوور بوو. ئەو ڕایەخە سوورەی لەکاتی هاتنی سەرۆکێک بۆ وڵاتێک لە فڕۆکەخانەدا ڕادەخرێ، هێمایە بۆ ڕێزگرتن و بەرزراگرتن.

کەواتە سوور هێمای ئاگرو توندو تیژیە، لەهەندێک شوێن هێمای ژیانەو پەیوەستە بەخوێن، لەبەر ئەوە بوونی خوێن لەناو جەستەی مرۆڤدا نیشانەیە بۆ ژیان.

ئەو ڕەنگە لە سەدە کۆنەکان و چاخی بەردیندا ناسراوبووەو مرۆڤ بۆ ڕەنگکردنی جەختەی مردووەکان بەکاری هێناوە، وەک هێمایە بۆ نوێبوونەوەی ژیان و زیندوو بوونەوە.

ڕەنگی شەهیدەکان و خۆشەویستی خواوەندییە.

لە میسری کۆندا بونەوەرو شتە شومەکان بە ڕەنگی سوور ڕەنگ دەکران، بۆیە خواوەند سیت بەسوور دەنگکراوە.

لە کشمیر ئەو ڕەنگە ڕەنگی خۆشەویستی و کامەرانیە، هەروەها لەهندستان لە کاتی جەژنی ڕووەک پیاوان لەشی خۆیان بەو ڕەنگە سواخ دەدەن.

لە هند؛ ڕەنگی سوور هێمای خواوەند براهینەو هێزی دروستکارو کارایە.

سووری ئەرخەوانی ڕەنگی پاڵتۆی ئیمپراتۆر کاردیناکان بووە، هەروەها جلوبەرگی جەللادەکانیش هەر سوور بووە.

سوور دەلالەت لە تووڕەیی و جۆش و خرۆش و توندوتیژی و کوشتن دەکات، بۆیە لەو تابلۆیانەی دیوارەکانی کەنیسەکاندا، شەیتان بە سوور یان ڕەش ڕەنگ کراوە.

ڕەنگی باوی جلوبەرگی بوکێنێ لەناوچەی نۆبە لە میسر ڕەنگی سوورە، هەروەها سەرپۆشی بووک لەهەندێک گوندی ناوچەکەش ڕەنگی سوورە، کە لەشالێکی سوور پێکهاتووە.

مامۆستا م.ع

هۆکاری جینی کاریگەری لەسەر لەدایکبوونی پێشوەخت دادەنێ

هۆکاری میکرۆبی ناو منداڵدان لە پشت سێیەکی ئەوانەی زوو لە دایک دەبن، زۆرجار ئەم دیاردەیە بەشاراوەی دەمێنێتەوە، ئێستا توێژەران بۆیان دەرکەوتووە، کە جینێکی دیاریکراوی دایک یان پزە بەرەنگای میکرۆب دەبێتەوە و دەبێتە هۆکاری زوو لەدایکبوونی منداڵ.

چەند هۆکارێکی نەخۆشی نەناسراو لە منداڵداندا بەیەکێک لە هۆکارە سەرەکییەکان ژانی پێشکات و زوو لەدایکبوونی کۆرپە دادەنرێت. ئێستا و پاش ئەنجامدانی چەند لێکۆڵینەوەیەک توێژەرانی ئەمەریکی جۆرێکی دیاریکراوی جینیان لە دایک و کۆرپە هێشتا لەدایکنەبوودا دۆزیوەتەوە. ئەو جۆرە جینەش ئەگەرەکانی لەدایکبوونی پێشکات بەرز دەکاتەوە. هەرچەندە ئەو جینە بەرەنگاری هۆکاری نەخۆشییە نەناسراوەکان دەبێتەوە، کەچی هاوکات دەبێتە هۆکاری لەدایکبوونی پێشکاتی.

لەڕێگەی ئەم زانیارییەوە دەکرێت لە داهاتوودا ژنان زووتر لە مەترسییەکانی لەدایکبوونی پێشکاتی ئاگادار بکرێنەوە و باشتر ڕاژەی تەندروستییان پێشکەش بکرێت.

"Romero Roberto" و هاوەڵانی دیکەی لە " National Institute of and Human Child Health "Development" لە "Bethesda" ناوەڕۆکی زانیاری لێکۆڵینەوەکەیان لەمیانەی ٣٠هەمین چاوپێکەوتنی ساڵانەی "Societyfor Maternal-Medicine Fetal"دا لە "Chicago" ئاشکراکردووە.

ئامارەکان نیشانی دەدەن، کە سێیەکی لەدایکبوونی پێشکاتی بەهۆی هۆکاری نەخۆشی نەناسراوە ڕوودەدات، کە دایک هەست بە هیچ جۆرێک لە تووشبوون بە نەخۆشی ناکات. بۆ زانینی هۆکاری نەخۆشی شاراوە، توێژەران زیاتر لە ٨٠٠ دووگیانەی ئەمەریکا لاتینی و منداڵە هێشتا لە دایکبووەکانیان پشکنی. توێژەران نموونەی خوێنی دایکان و پەتی ناووک وەرگرت و پشکنیان بۆ ١٩٠ جۆری جین کرد، کە لە بەرەنگاربوونەوەی هەوکردن لە منداڵداندا ڕۆڵ دەبینن. بۆ ئەم مەبەستەش شیکاری زیاتر لە ٧٠٠ جۆری جینیان کرد.

زاناکان بۆیان دەرکەوت، کە جۆرێک لە جینێکی دیاریکراو لە دایک و هەروەها لە پزەدا ئەگەرەکانی لەدایکبوونی پێشکاتی بەرز دەکەنەوە. بەتایبەت جینی "IL6R" کاریگەری زۆر دەکاتە سەر پرۆسەی هەوکردن. هەربۆیە ئەو کۆرپەلانەی هەڵگری جینی "IL6R"ن، ئەگەرەکانی زوو هاتنە ناو ژیانەوە بۆ دووئەوەندە بەرز دەبێتەوە.

"Alan R. Fleischman" بەڕێوبەری " Organisation "March of Dimes ڕوونی دەکاتەوە، کە ئەم ئەنجامە نوێیە دایکان لە ئەگەرەکانی لەدایکبوونی پێشکاتی هۆشیار دەکاتەوە.

بەتەنیا لە وڵاتە یەکگرتووەکانی ئەمەریکادا زیاتر لە ٥٤٠ هەزار کۆرپە پێشکاتی خۆیان لەدایک دەبن، هاوکات لەسەرتاسەری جیهاندا دەگاتە نزیکەی ١٣ ملیۆن. لەدایکبوونی پێشکاتی کاریگەری نەگەتیڤی بۆ سەر تەندروستی منداڵان هەیە.

سەرچاوە:

ڕۆژنامەی شپیگڵی ئەڵمانی

Spiegel

لە 'خۆزگە' وەرگیراوە

ڕۆژی گەل
هەفتەنامەیەکی سیاسی، ڕۆشنبیری گشتییە، حزبی ڕزگاریی کوردستان دەری دەکات
خاوەنی ئیمتیاز: ڕێکار ئەحمەد.. ژمارەی تەلەفۆن:٠٧٥٠١١٩١٤٩٧
سەرنووسەر: حوسێن حەسەن .. ژمارەی تەلەفۆن: ٠٧٥٠٤٤٧١٦٣١
rojiigel@hotmail.com

هەولێر
گەڕەکی ڕزگاری
شەقامی شەست مەتری
نزیک وەزارەتی ئاوەدانکردنەوە
٠٧٥٠١١٧٩٨٤٦

سلێمانی
گەڕەکی ڕزگاری
نزیک مزگەوتی حەزرەتی ئیبراهیم
بەرانبەر زانکۆی ئەمریکی
٠٥٣٢١٩٢٥٦

کەرکوک
گەڕەکی شۆرجە
بەرانبەر فێرگەی
شۆرجەی کچان
٠٧٧٠١٣٢٥٠٨٠

ڕانیە
گەڕەکی ڕەشەمێرگ
بەرانبەر بارەگای
پێشمەرگەدێرینەکان
٠٧٥٠١١٦٣٨٠٥