بنەماكانى چارەسەركردن
بۆ
كارمەندانى تەندروستى

ئامادەكردنى

د. فراز مەعروف بەرزنجى
پسپۆرى نەخۆشىيەكانى ژنان و منالبوون

د. جەمال ئەحمەد رەشيد
پسپۆرى نەخۆشىيەكانى منالان

د. عبداللە شەريف عبداللە
پسپۆرى نەخۆشىيەكانى دلّ و هەناو

Barzan Karim Kazhaki

پیاچوونەوە

وەزارەتی تەندروستی

د. شێرکۆ عبدالله

د. هیوا عمر

د. سەمیرە محمد صالح

د. نیاز [illegible]

د. علی أصغر

د. [illegible] حسین رشوانی

فەرمانگەی تەندروستی کەرکوک

د. عصام نامق عبدالله

د. حسن علی

د. فرهاد مجید

د. شاهۆ عبدالرحمن

KARRO

د. علی سعید

د. فریدون قفطان

پەیمانگای تەکنیکی سلێمانی

د. نزار محی‌الدین

د. ئاسۆ نامق

د. بختیار أحمد چاورەش

پەیمانگای تەکنیکی هەولێر

د. إحسان جمیل

بنەماکانی چارەسەرکردن بۆ کارمەندانی تەندروستی

بەنووسراوی ژمارە (٢٧٥٩) ی ڕۆژی
٢٣ / ٧/ ١٩٩٨ وەزارەتی تەندروستی
ڕەزامەندی نیشان داوە لەسەر چاپ
کردنی ئەم کتێبە.

PDF کردنی بە

بارزان کریم کەژەکی

پێشەکی

بیرۆکەی ئامادەکردنی نامیلکەیەکی لەم جۆرە کە تا ڕادەیەك زۆربەی بابەتەکانی بواری تەندروستی (لە بواری نەخۆشیەکانی هەناوی بەگشتی و نە خۆشیەکانی منداڵان و ژنان و گرفتەکانی سکپڕی و لە دایك بوون ، تیشك خستنە سەر زۆربەی ئەو دەرمانانەی کە لە بنکە تەندروستی یەکاندا ڕۆژانە بەکار دێن بۆ نەخۆش و چۆنێیەتی بەکارهێنانی ئەو دەرمانانە بە شێوەیەکی زا نستیانە) گرتۆتە خۆ ئەرکێکی پیرۆزەو تا ڕادەیەك کارێکی نوێیە چونکە تاوەکو ئێستا سەرچاوەیەکی پزیشکی لەم جۆرە بە زمانی کوردی بۆ کارمەندانی تەندروستی نەبووە. زۆر جار هەندێ کار هەیە کە زۆر پێویستە و ئەنجامدانیشی مەحاڵ نی‌یە و ڕەنگە بە لەخۆبووردن و خۆ ماندووکردنی چەند کەسێکی شارەزا لەو کارەدا جێبەجێ بکرێت بەڵام تا ماوەیەکی زۆر بێ ئەنجامدان دەمێنێتەوە. نەبوونی نامیلکەیەکی تەندروستی لەم جۆرە لە پێش ئێستادا نمونەیەکی ئەو ڕاستی‌یەیە. بەشێکی کۆمەڵگای کوردەواری گوند نشینەو بۆ زۆربەی کێشە تەندروستی‌یەکان ڕوودەکەنە بنکە تەندروستی‌یەکانی لادێکان کە کارمەندانی تەندروستی خزمەتگوزاری تێدا پێشکەش دەکەن، کە بە سوپاسەوە ئەو خزمەتە پیرۆزەی ئەو کارمەندانەی کە لە لادێکاندا کار دەکەن بەرز دەنرخێنن، کە بە گیانی لە خۆ بووردنەوەو لە ژیانێکی تاڕادەیەك سەختدا وەکو سەربازی وون ئەو ئەرکە پیرۆزە ئەنجام دەدەن. کەواتە، بوونی سەرچاوەکەیەکی لەم جۆرە بۆ کارمەندانی تەندروستی زۆر پێویستە چونکە بە تایبەتی ئەو کارمەندە تەندروستی‌یانەی کە لە لادێکانداکاری کاری خزمەتگوزاری تەندروستی ئەنجام دەدەن لەکاتی ڕووبەڕوو بوونەوەی کێشە تەندروسی‌یەکانی هاوڵاتیاندا ئەگەر پێویستیان بە ڕاوێژکاری پزیشك هەبێت ڕەنگە بە هۆی دووری شوێنی کارەکەیان لە شارەکان و نەبوونی هۆیەکانی پەیوەندی کردن لە نێوان شارو لا دێدا ئەو ڕاوێژکاریەیان بە ئاسانی بۆ ئەنجام نەدرێت: بۆیە دەتوانین بڵێین ئەرکی کارمەندانی تەندروستی لە لادێکاندا ئەرکێکی قورسەو دەبێت بەردەوام هەوڵی ئەوە بدەن ئاستی زانستی خۆیان لە ڕووی تەندروستی‌یەوە بەرزتر بکەنەوەو دەبێت ئەو ڕاستیانەیان لە بەر چاوبێت کە هەر چەندە بەشداری خولی تەندروستی بکەن هەرکەمەو پێویستە پشت بە چەند سەرچاوەیەکی تەندروستی تایبەت بە خۆیان ببەستن و بەردەوام پێیدا بچنەوە بۆ زیاتر شارەزابوون لە بواری کارەکەیاندا، بە تایبەت کە زانستی پزیشکی بەردەوام لە نوێ بوونەوەدایە. ئەم نامیلکەیەش لە ئێستا بەدواوە دەبێتە یەکێك لەو سەرچاوە گرنگانەو دەبێت کارمەندانی تەندروستی زۆر بایەخی پێ بدەن و سوودی باشی لێ ببینن. ئەم نامیلکەیە لە زۆر ڕووەوە لە سەرچاوەکانی دیکە جیاوازە بەوەی کە زۆربەی بابەتە تەندروستی‌یەکانی گرتۆتە خۆو زۆر کورت و پوختەو زیاتر گرنگی بەو حاڵەتانە داوە کە لە کاتی کارکردندا ڕووبەڕووی کارمەندی تەندروستی دەبنەوە .

ئەگەر کەسێك بە ووردی بە نامیلکەکەدا بچێتەوە درك بەو ڕاستیە دەکات کەئەو پسپۆڕانەی بەشداریان لە ئامادەکردنی‌دا کردووە زۆر ئەرك و ماندووبونیان تێدا کێشاوە، چونکە لە بواری تەندروستی‌داو لە کتێبێکی لەم بابەتەدا ناکرێت باس لە چەند بابەتێك بکرێت و هەندێکی دیکە فەرامۆش بکرێت .

لەبەر ئەوەی هەموو بابەتەکان پەیوەندیان بە ژیانی مرۆڤەوە هەیەو کۆکردنەوەی ئەو هەموو بابەتەش، ڕەنگە پێویستی بەوە هەبێت کە لە پەرتووکێکی زۆر گەورەدا ئامادە بکرایەو ئەو کاتەش خوێندنەوەو سوود

وەرگرتن لێی ئەرك و ماندووبوون و کاتێکی زۆری دەویست لەلایەن کارمەندانی تەندروستیەوە. جگە لەوەش هەموو کارمەندێکی تەندروستی لەو کاتەدا نەیدەتوانی لە پەرتوکێکی وا گەورەدا بە ئاسانی ئەوەی لە ژیانی کرداریدا پێویستی پێی هەیە لێی هەڵهێنجێت، بەڵام لەم نامیلکەیەدا بابەتەکان زۆر بە کورتی و بە خاڵ دیاری کراون کە پێدا چوونەوەو خوێندنەوەی زۆر ئاسانە.

دەستخۆشی لەو پزیشکە پسپۆڕانە دەکەین کە ئەم ئەرکە پیرۆزەیان ئەنجامداوە سەرەڕای سەرقاڵی زۆر یان بە ئیش و کاری پزیشکیەوە بە شێوەیەکی بەردەوام. زۆر سوپاسی ئەرك و ماندووبوونیان دەکەین کە دەستپێشخەری ئەم کارە پیرۆزە بوون لە ئامادەکردنی سەرچاوەیەکی تەندروستی بەزمانی کوردی کە لە ڕووی زانستیەوە زۆر بە نرخەو بەسوودەو هیواداریین ئەمە دوا کاریان نەبێت لەم بوارەداو شاکاری دیکەی بەدوادا بێت، چونکە کتێبخانەی کوردی لە بواری زانستی پزیشکیدا زۆر هەژارەو چەندە کاری بۆ بکرێت هەر سەرەتایەو پێویستی بە زیاتر هەیە، هەروەها هیواداریین کەسانی دیکەش کە پسپۆڕن لەم بوارەدا بیر لەئەنجامدانی پرۆژەی بە نرخی لەم جۆرە بابەتە بکەنەوە. لەکۆتاییدا زۆر سوپاسی ڕێکخراوی (DC) هۆڵەندی دەکەین کە خاوەنی بیرۆکەی ئامادەکردنی نامیلکەکەیە بەتایبەت (Dr. Hein. Van Vliet) و بەردەوام لە هەوڵ و ماندووبووندا بووە لەڕێگای بەڕێز نەزیرە حارس عەبدوڵڵا نوێنەری تایبەتی ڕێکخراوەکە بۆ پەیوەندی کردن بە هەموو ئەو کەسانەی کە پێویست بوون بۆ ئامادەکردنی پرۆژەکەو بودجەی پرۆژەکەی بەتەواوی گرتۆتە ئەستۆ، پێویشتە ئەوە بڵێین کە ڕێکخراوی(D C) نامۆ نیە بەم جۆرە کارانەو ئەمە یەکەم پرۆژەی نوێی نیە لە خزمەتی تەندروستی دێدا بەڵکو چەندین پرۆژەی نوێی لەم جۆرە لە بواری تەندروستی دێدا لە ماوەی ئەم هەشت ساڵەی ڕابردوودا جێبەجێ کردووەو هیواداریین هەر بەردەوام بێت لەم بوارەدا.

د. عصام نامق عبدالله
بەڕێوەبەری گشتی فەرمانگەی تەندروستی کەرکوك

بەشی یەکەم

نەخۆشی یەکانی

ژنان و منداڵبوون

د. فـراز مەعروف بەرزنجی

➢ چاودێری دایکانی سکپڕ

ساڵانە ژمارەیەکی زۆری دایکان گیانیان لەدەست ئەدەن بەهۆی ئەو گیروگرفتانەوە کە پەیوەندیان بە سکپڕی و منداڵبوونەوە هەیە. تا ڕادەیەکی زۆر، کەم کردنەوەی ئەم ژمارەیە پەیوەندی بە تەندروستی دایکەکەوە هەیە لە هەموو ڕوویەکەوە، تەندروستی دایکەکەش پەیوەستە بەو خزمەتگوزاریە تەندروستیانەی کە دابین کراوە بۆی لە کاتی سکپڕی و منداڵبوون و دوای منداڵبوونیش .

بە دابین کردنی چاودێری تەندروستی ڕێك و پێك و هۆشیار کردنەوی دایکان سەبارەت بە منداڵبوون و سکپڕی و مافەکانیان و گیروگرفتەکانیان لەکاتی سکپڕیدا، تا ڕادەیەکی زۆر مەترسییەکان بنەبڕ دەکرێن و ئەتوانرێت دایکایەتیەکی بێوەی دابین بکرێت.

⇦ ئەرکەکانی یەکەی چاودێری دایکان و منداڵان:

١. ئامۆژگاری دایکان دەربارەی چۆنیەتی هەڵسەکەوت لە کاتەکانی:

- ⇦ سکپڕی
- ⇦ منداڵبوون
- ⇦ دوای منداڵبوون

٢. خۆپاراستن لە نەخۆشی.

٣. دابین کردنی کوتان دژی دەردەکۆپان.

٤. پشکنینی باری تەندروستی دایك لەکاتی سکپڕی و ئەنجامدانی تاقیکردنەوەی پێویست.

٥- پشکنین و هەڵسەنگاندنی باری تەندروستی و چارەسەرکردنی دایکانی سکپڕو ساوای نەخۆش دوای لەدایك بوون.

٦. ناردنی ئەو بارانەی کە مەترسیان هەیە لەسەر ژیانی دایك یان ساوا، بۆلای پزیشکی پسپۆڕ.

◆ **ئامۆژگاری بۆ ئافرەتی سکپڕ:**

لە ئەرکەکانی کارمەندی تەندروستی ئەوەیە کە ئامۆژگاری و ڕێنمایی پێویست بگەیەنێتە دایکان و خێزانەکانیان:

١. جگەرە کێشان زیانێکی زۆر دەگەیەنێ بە کۆرپەلەو ئەبێتە هۆی:

- ⇦ کەمی کێشی منداڵ.
- ⇦ لەبارچوونی منداڵ.
- ⇦ مردنی منداڵ لە سکی دایکی دا.

٢. وەرزش لە کاتی سکپڕیدا پێویستە بۆ چالاک کردنی سووڕی خوێن.

وەرزش لەم کاتانەدا زیانیهەیە:

⇦ دایکەکە پێشتر منداڵی لەبارچووبێت.

⇦ فشاری خوێنی بەرز بێت.

⇦ سکەکەی دووانە بێت.

⇦ پێشتر منداڵی بووبێت پێش کاتی ئاسایی خۆی.

هاتووچۆ لە ناو ماڵدا هەر ٢ سەعات جارێك پێویستە بۆ بەرگرتن لە مەینی خوێن لەناو خوێنهێنەرەکان دا.

٣. دەرمان

⇦ بەکارنەهێنانی دەرمان بێ ئاگاداری پزیشك لەبەرئەوەی زۆر دەرمان لەکاتی سکپڕیدا مەترسی بۆسەر کۆرپەلە دروست دەکات.

٤.

⇦ جل و بەرگ: ئافرەتی سکپڕ پێویستە جل و بەرگی فراوان لەبەر بکات و جل و بەرگی تەسك و پێڵاوی پاژنە بەرز بەکارنەهێنێ.

⇦ خەوو پشوو دان: ئافرەتی سکپڕ شەوانە بە لایەنی کەمەوە پێویستی بە ٨ سەعات خەو هەیە و بە ڕۆژیش پێویستە ٢ سەعات بخەوێت یان پشووبدات بە تایبەت لەکاتی نیوەڕۆیان.

لەکاتی پشوودانا باشتر وایە ئافرەتەکە لەسەر تەنیشتی لای چەپ پاڵ بکەوێت کە ئەمەش سوڕی خوێنی کۆرپەلە چالاکتر دەکات.

هەروەها ئافرەت نابێت کاری قورس بکات و خۆی ماندوو بکات و شتی قورس هەڵبگرێت .

٥. پاك و خاوێنی:

⇦ ئافرەتی سکپڕ پێویستە گرنگی بدات بە پاکو خاوێنی لەش و جل و بەرگ. **هەروەها گرنگی دانی تەواو بە پاك و خاوێنی و تەندروستی دەم و ددان چونکە لە کاتی سکپڕیدا ڕێژەی کلۆربوون و هەوکردنی ددان و خوێن بەربوونی پووك بە ڕێژەیەکی زیاتر** لە سروشتی ڕووئەدات .

٦. خۆپاراستن لە نەخۆشی:

ئامۆژگاری ئافرەتی سکپڕ بکرێت بۆ خۆپاراستن لە نەخۆشی لە ڕێگەی **ئەم ئامۆژگاریانەی خوارەوە:**

⇦ گرنگی دان بە خۆراك (دواتر باسی لێوە دەکرێت)

⇦ گرنگی دان بە پاك و خاوێنی **هەروەك لەسەرەوە ئاماژەی بۆکراوە.**

٧. کوتان دژی دەردەکۆپان:

خشتەی کوتان دژی دەردەکۆپان

ژەم	کات	ماوەی پاراستن
TT1	یەکەم سەردان	**هیچ**
TT2	یەك مانگ دوای TT1	**٣ ساڵ**
TT3	٦ مانگ دوای TT2	**٥ ساڵ**
TT4	یەك ساڵ دوای TT3	**١٠ ساڵ**
TT5	یەك ساڵ دوای TT4	**هەموو ساڵەکانی تەمەنی سکپڕی**

ئەم کوتانە دایکەکەش و منداڵەکەش لەم نەخۆشییە ترسناکە دەپارێزێ، چونکە منداڵی تووش بوو هیچ چارەسەرێکی نییەو تەنها بە کوتان لە مردن ڕزگار دەکرێت.

٨. پشکنینی باری تەندروستی دایك لە کاتی سکپڕیدا:

دایکی سکپڕ پێویستە بە شێوەیەکی بەردەوام سەردانی یەکەی چاودێری دایکان و منداڵان بکات بۆ چاودێری و بەدواداچوون، بەم شێوەیەی خوارەوە:

چوار هەفتە جارێك تاوەکو تەمەنی سکپڕی دەگاتە ٣٢ هەفتە.

دوو هەفتە جارێك تاوەکو تەمەنی سکپڕی دەگاتە ٣٦ هەفتە .

هەفتەی جارێك تا کاتی منداڵبوون .

ناسینەوەی نیشانەکانی سکپڕی:

- وەستانی خولی مانگانە.
- هێڵنچ و ڕشانەوە.
- گۆڕانی ڕەنگی پێست.
- زوو زوو میز کردن.
- گەورەبوونی مەمك و گۆڕانی (تۆخ بوونی) ڕەنگی گۆی مەمك.

ئەو پشکنین و تاقیکردنەوانەی بۆ ئافرەتی سکپڕ دەکرێن:

- پرسیاری تەواو دەربارەی سکەکانی پێشوو.
- پرسیار دەربارەی بەرواری دوا خولی مانگانەی ئافرەتەکە بۆ خەمڵاندنی کاتی منداڵبوون و تەمەنی سکەکە، (بە زیادکردنی ۹ مانگ و ۷ ڕۆژ بۆ بەرواری کۆتایی هاتنی دواخولی مانگانە).
- پرسیاری تەواو دەربارەی ئەو سکەی ئێستا.
- پێوانەکردنی کێش و باڵای دایکەکە.
- پشکنینی دەم و ددان و ڕژێنی دەرەقی.
- پشکنینی تاقیگەیی بۆ: – میز (بۆ هەوکردن بەکتریا و بوونی پرۆتین و شەکر).
  - خوێن (بۆ Hb ، گروپی خوێن و Rh)
- پشکنینی سك بۆ دیاری کردنی تەمەنی سکەکەو چۆنیەتی گەشەی منداڵەکە.
- پێوانەکردنی فشاری خوێن و پشکنینی دەست و قاچ و دەم و چاو بۆ ئاوسان:

پێوانەکردنی فشاری خوێن:

پێوانەکردنی فشاری خوێنی دایکی سکپڕ پێویستە لە هەموو سەردانێکدا بکرێت بەم شێوەیەی خوارەوە:

- دوای گەیشتنی دایکەکە بۆ بنکەی تەندروستی پێویستە پشووی تەواو بدات و ماندوو نەبێت.
- دەبێت پلەی گەرمی ژوورەکە ئاسایی بێت و باری دەروونی دایکەکە گرژ نەبێت.
- دەتوانرێت فشاری خوێنی دایکەکە پێوانە بکرێت لە کاتێکدا بە ڕێکی لە تەنیشت کارمەندی تەندروستی لەسەر کورسی دانیشتووە. بەڵام واباشترە لەسەر کەلەکەی چەپی پاڵکەوتبێت. وەنابێت فشاری خوێن لە باری وەستاندا پێوانە بکرێت چونکە لەم بارەدا خوێندنەوەکە ڕاست دەرناچێت.

ئەگەر:

- فشاری خوارەوە diastolic لە ۹۰ — ۱۰۰ بوو بەڵام پرۆتینی ناو میزی نەبوو:

– هەفتەی دوو جار فشاری خوێنی پێوانە بکە.

– ڕەوانەی بکە ئەگەر فشاری خوێنی هەروەکو خۆی بوو یان زیادی کرد، یان لەگەڵیدا ئاوساوی لە دەست و قاچدا هەبوو.

- ئەگەر فشاری خوارەوە diastolic لە ۱۰۰ پتر بوو بە بوون یان بە نەبوونی پرۆتینی ناو میز، ڕەوانەی نزیکترین نەخۆشخانەی بکە .

٨. خۆراك لە ماوەی سکپڕیدا:

جۆرەکانی خۆراك:

ئەم خشتەیەی خوارەوە سێ گروپە سەرەکییەکەی خۆراك ڕوون ئەکاتەوە:

خۆراکی ووزە بەخش	خۆراکی بنیادنەری لەش	خۆراکی ڕێکخەری چالاکی لەش
ئەم ماددە خۆراکیانە ڕێژەیەکی پێویست لەکاربۆهێدرات و چەوریان تیادایە، کە سەرچاوەی سەرەکی ووزەن و گەرمی و هێز بە لەشی مرۆڤ دەبەخشن. سەرچاوەکان: دانەوێڵە وەکو برنج، گەنم وجۆ، ڕەگە نیشاستەییەکان وەکو پەتاتەو قامیشی شەکر. هەروەها شەکرو چەوری (ڕۆنی ڕووەکی و گیانەوەری).	ئەم ماددە خۆراکیانە ڕێژەیەکی بەرچاو پرۆتینیان تێدایە، پرۆتین ماددەیەکی خۆراکی سەرەکییە بۆ گەشە بە تایبەتی گەشەی کۆرپەلە و بۆ بەردەوام نوێ بوونەوەی ماسولکەکان و شانەکانی تر. سەرچاوەکان: سەرچاوە گیانەوەرییەکان وەکو گۆشت، ماسی، هێلکە، شیرو بەروبومەکانی سپیایی. سەرچاوە ڕووەکییەکان وەکو پاقلەمەنی (فاسۆلیا، نۆك، نیسك، لۆبیا).	ئەم ماددە خۆراکیانە ڕێژەیەکی بەرچاو ڤیتامین و کانزا (مینیراڵ) یان تێدایە، ئەمانە زۆر پێویستن بۆ دروست کردنی بەرگری دژی نەخۆشی و پاراستن و تەندروستی چاوو پێست و ئێسقان و ددان. هەروەها یارمەتی لەش ئەدەن بۆ سوود وەرگرتن لەو ووزەیەی وەری دەگرێت. سەرچاوەکان: سەوزەو میوە

➢ ئەو وورده خۆراکیانەی micronutrients زۆر گرنگن بۆ ئافرەتی سکپڕ :

وورده خۆراك	سوود و کاریگەری	سەرچاوەکەی
◆ کالسیۆم	– پێویستە بۆ دروست بوون و گەشەی ئێسقان و ددان وە یارمەتی ئافرەتی سکپڕ دەدات بۆ دابەزینی فشاری خوێن	- شیر ، ماست ، پەنیر ،بەروبومەکانی تری سپایی . - ماسی و سەوزە گەلا تۆخەکان . - ڕۆژانە ١,٥ گرام کالسیۆم پێویستە .
◆ ئاسن Iron	– لەکاتی سکپڕی دا ئافرەت ڕێژەیەکی زیاتر ئاسنی پێویستە لەوەی لەخواردنەکەی دا هەیە ، لەبەرئەوە دەبێت بەشێوەی حەپلە وەربیگرێت . – ئاسن بۆ دروست بوونی خوێن و بەرگرتن لەکەمخوێنی پێویستە .	- سەرچاوەی گیانەوەری : وەکو گۆشت ،جگەرو ،ماسی ،ئەم جۆرە لەئاسن مژینی لەریخۆڵەوە ئاسانە . - سەرچاوەی رووەکی :وەکو سپێناخ ،سلق ،نیسکی خڕبەتوێکڵەوە، کەوەرو کەرەوز ، ئەم جۆرە لەئاسن مژینی ئاسان نییە و ڤیتامین c یارمەتی مژینی دەدات ، پێداویستی ڕۆژانە لەئاسنی بنچینەیی بریتییە لە (٣٠ بۆ ٦٠) ملگم .
◆ فۆلیك ئەسید folic acid	–بەرگرتن لەکەمخوێنی . بەرگرتن لەلەبارچوونی منداڵ و بەرگرتن لەسەرهەڵدانی ناتەواوی لەدروست بوونی لەش و سەری منداڵدا بۆ نموونە :Spina bifida ,Anencephalus - بەرگرتن لەخوێنرێژی پێش منداڵبوون . - بەرگرتن لەبەرزبونەوەی فشاری خوێن .	– سەوزە سەرچاوەی سەرەکی ئەم ڤیتامینەیە ،بەڵام لەبەرئەوەی بەکوڵان لەناوئەچێت ،باشتر وایە بەشێوەی حەپلە وەریگیرێت . – پێویستی ڕۆژانە بۆ ئافرەتی سکپڕ ٤–٥ ملگرامە . – لەنەخۆشخانەکان حەپلەی ئاسن + فولك ئەسد هەیە بەیەکەوەو سوودی زۆری هەیە .
◆ ڤیتامین C	- یارمەتی دروست بوون و گەشەی ئێسقان و بۆری خوێنەکان ئەدات . - یارمەتی مژینی ئاسن ئەدات لە ریخۆڵەوە .	- سەوزەو میوە وەك بیبەری سەوز و مزرەمەنی یەکان و تەماتە . - پێویستی ڕۆژانە ٨٠ ملگرامە ،ئەگەر بەزۆری وەربگرێت (١گرام لەڕۆژێکدا) زیان بەکۆرپەلە ئەگەیەنێ .
◆ یۆد Iodine	– پێویستە بۆ گەشەی ئاسایی مێشك و جەستەی منداڵ	- خوێی یۆد ، ماسی دەریا ، چەقالەو بادام .
◆ ڤیتامین B12	یارمەتی دروست بوونی ئاسایی خوێن و شانەکان دەدات .	- گۆشت ، ماسی ،هێلکە ،شیر

٩. ئەو بارانەی کە پێویستە ڕەوانەی پزیشکی پسپۆر بکرێن :

١. خوێنرێژی لەکاتی سکپڕیدا .

٢. بەرزبونەوەی فشاری خوێن (فشاری خوێن ٩٠/١٤٠ یان بەرزتر) .

٣. ئاوسانی دەم و چاو و ،پەنجەو قاچ .

٤. سەرئێشە .

٥. ئازاری سك .

٦. ڕشانەوەی بەردەوام .

٧. لەرزوتا لە ٣-٥ ڕۆژ زیاتر بێت و هۆکەی نەزانراو بێت .

٨. کەم بوون یان زیاتر بوونی جووڵەی منداڵ .

٩. میز نەکردن لە٦ سەعات زیاتر بێبوونی ڕشانەوە یا خوێنرێژی زۆر یان نەخۆشی گورچیلە .

١٠. زیادبوونی کێش لەکاتی سکپڕی دا بەبڕی ١٢- ١٢،٥ کیلۆگۆام بێ ئەوەی ڕەوانە کرابێت .

١٠ . ئامادەکردن و ڕێنمایی کردنی دایك بۆ کاتی لەدایك بوون :

- پێویستە لەسەر کادری تەندروستی بە ڕاشکاوی باس لە چۆنیەتی منداڵبوون بۆ دایکەکە بکات ودڵنیای بکاتەوە و ترسی دایکەکە برەوێنێتەوە .
- پێویستە دایك ڕێنمایی بکرێت بۆ ئەوەی لەکاتی نزیك بوونی کاتی منداڵبوون ،سەردانی نەخۆشخانەو کەسانی پسپۆر لەوبوارەدا بکەن ، لەپێناو پاراستنی خۆی ومنداڵەکەی .
- دەست پێکردنی شیردانی سروشتی لەنیو سەعاتی یەکەمی دوای منداڵبوون، کەئەمەش یارمەتی ئاسایی بوونەوەی منداڵدان و وەستانی خوێن دەکات .
- پێدانی ژەك بەساوا بۆ پاراستنی لەنەخۆشی و بۆ شیردان ئەبێت هەردوو مەمك بەکاربێت هەریەکە بۆ ماوەی ٥ خولەك ،دایك ئەبێت هۆشی لای منداڵەکەی بێت بۆئەوەی شیری زیاتربێت .
- دایك ئەبێت کاتی پێویست یان هەر ٢-٣ سەعات جارێك شیر بدات بە ساواکەی.
- دایك ئەبێت خواردنی جۆراوجۆر بخوات بۆئەوەی شیری پێویست دابین بکات بۆ منداڵەکەی .
- خۆشتن بەزووترین کات دوای منداڵبوون ، پاك ڕاگرتنی مەمك و دەست بۆ ئەوەی ساواکەی لەنەخۆشی بپارێزێ .
- وەرگرتنی حەپلەی مەڵتیڤیتامین ،ئاسن و کالسیۆم .

ڕشانەوە لەکاتی سکپڕی دا :

➢ ڕشانەوە ٢-٣ جار لە ڕۆژێکدا
➢ نیشانەی ووشکبوونەوەی نییە

چارەسەر :

١. خواردن ،کەم کەم و زوو زوو ،خۆراکی ووشك.
٢. بەکارهێنانی خەپلەی یان دەرزی B6
٣. بەکارهێنانی خەپلە یان دەرزی Plasil
٤. خەپلەی مەغنیسیۆم ترایسیلیکەت ٣ خەپلە ڕۆژی ٣ جار بۆ کرۆشتن .
٥. دڵنیا کردنەوەی نەخۆش Reassurance

ڕشانەوە لە کاتی سکپڕی دا

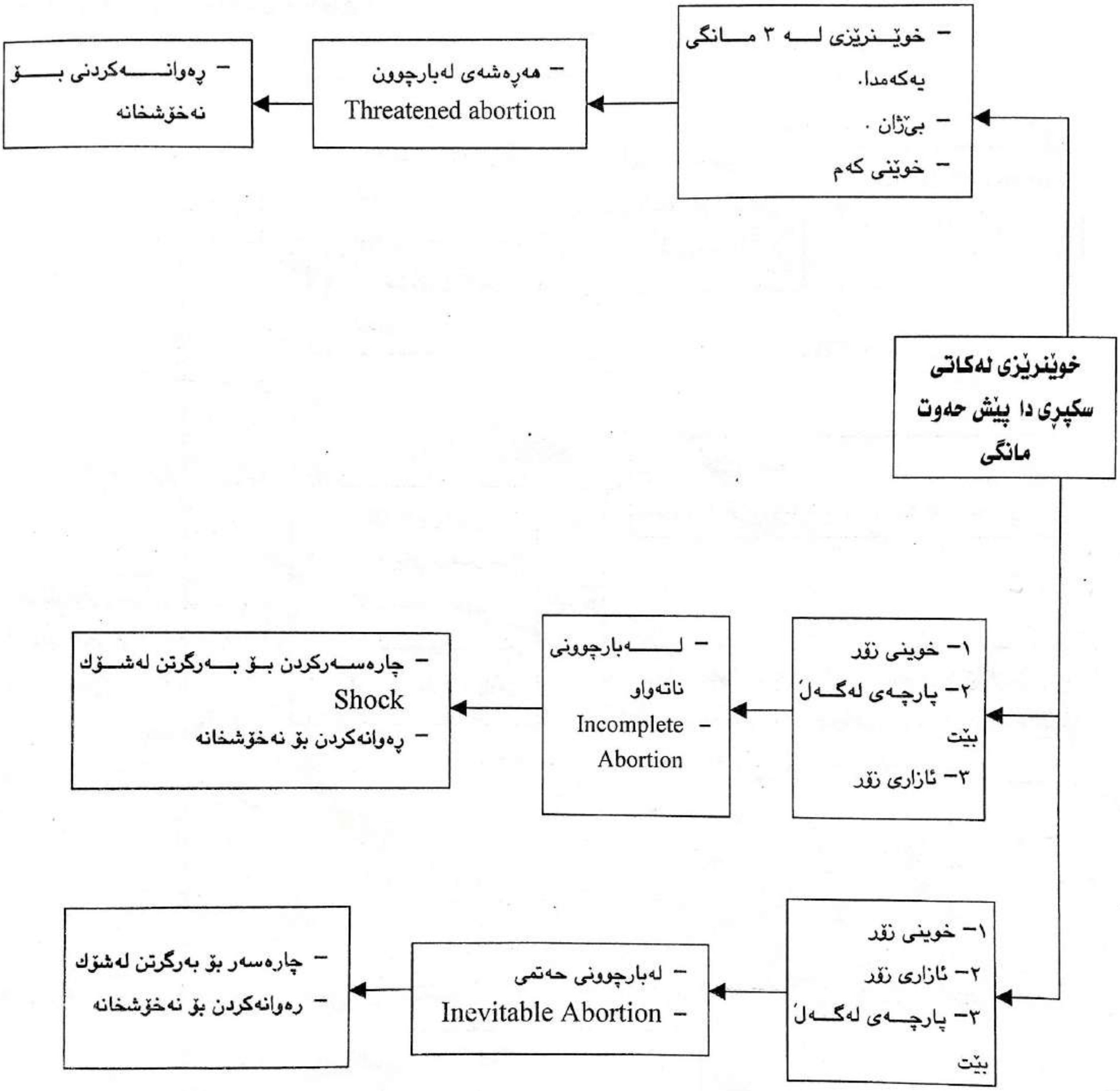
➢ ڕشانەوە لە ٥ جار زیاتر کەببێتە هۆی :

١. ووشك بوونەوەی دەم وزمان
٢. دابەزینی فشاری خوێن .
٣. کەم بوونەوەی میز

چارەسەر :

١. پێدانی فلوید لەڕێگەی خوێنهێنەرەوە
٢. هایپەر تۆنیك گلوکوز .
٣. ئەمپولی پلاسیل ، ١٠ ملگم بەسمت پێش ڕەوانەکردنی ئەگەر ڕێگەکەی دووربوو .
٤. ڕەوانەکردنی بۆ نەخۆشخانە .

خوێنرێژی لەکاتی سکپڕی پێش حەوت مانگی :



خوێنرێژی لەدوای حەوت مانگی لەسکپڕی :

خوێنرێژی لەدوای حەوت مانگی لە سکپڕی

١

١. ژانی بەردەوام و بێپسانەوە
٢. لاوازبوونی ترپەی دڵی کۆرپە .
٣. دابەزینی فشاری خوێن
٤. هەست کردن بەبێهێزی و لێدانی خێرای دڵ .

← جیابوونەوەی وێڵداش لەناوپۆشی منداڵدان

← بەزووترین کات ڕەوانەی نەخۆشخانە ئەکرێت

٢

١. خوێنرێژی بێژان .
٢. خوێنرێژی بێهۆ یان لەکاتی جووت بوون .
٣. خوێنرێژی لەکاتی پشکنینی ملی منداڵدان .

← ئەگەر خوێنرێژیەکە کەم بێت : پشوو وپاشان ڕەوانە ئەکرێت بۆ پشکنین بە سۆنار

← ئەگەر خوێنرێژیەکە زۆربێت لەهەر کاتێکی تەمەنی سکپڕیدا ئەوا دوای چارەسەری سەرتایی بۆ شۆک Shock ڕەوانەی نەخۆشخانە ئەکرێت

٣

١. ژانی زۆر لەپڕنامێنیّ .
٢. خێرایی لێدانی دڵ .
٣. دابەزینی فشاری خوێن .
٤. نەمانی ترپەی دڵی کۆرپە .
٥. پەلەکان و لەشی منداڵ لەژێر پێستی سکەوە هەستی پێ دەکرێت .

← پێویستە بەزووترین کات ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێت دوای چارەسەری سەرەتایی بۆ شۆک

◄ منداڵبوون پێش کاتی ئاسایی :

هەر منداڵبوونێك لەنێوان ٣٠ بۆ ٣٧ هەفتەی تەمەنی سکپڕیدا ڕوودبدات .

نیشانەکانی :

- ژانی بەردەوام .
- تەقینی سەرئاو .
- ملی منداڵدان نەرم و کورت ئەبێتەوە بۆ کەمتر لە ٢,٥ سم ، وەزیاتر لە ٢,٥ سم ئەکرێتەوە .
- بەشی خوارەوەی منداڵدان لەگەڵ ملی منداڵداندا یەکسان ئەبێتەوە .

← ڕەوانەی نەخۆشخانە ئەکرێت

- ئازاری کەم .
- سەرئاو نەتەقیوە .
- ملی منداڵدان کەمتر لە ٢ سم کرابۆوە .
- درێژی ملی منداڵدان لە ٢,٥ سم زیاتر بوو .
- بەشی خوارەوەی منداڵدان لەگەڵ ملی منداڵدان یەکسان نیە

← ڕەوانەی نەخۆشخانە ئەکرێت بۆ چارەسەری گونجاو

* بۆ دەست نیشانکردنی ئەو گۆڕانکاریانەی لەکاتی دەستپێکردنی منداڵبووندا ڕوودەدەن ، پێویستە پشکنینی زێ و ملی منداڵدان PV لەلایەن کارمەندی تەندروستی ئافرەتەوە ئەنجام بدرێت کەشارەزایی تەواوی هەیە لەم بوارەدا .

➢ ئەو نەخۆشیانەی لەکاتی سکپڕی دا دووچاری ئافرەت دەبن :

نیشانەکان	نەخۆشی	چارەسەر
- میزە چرکەو نارەحەتی لەکاتی میز کردندا . - ئازار لەبەشی خوارەوەی ناوك . - هەندێ جار لەرزوتا و نەمانی کۆنترۆڵ بەسەر میزڵداندا	- هەوکردنی کۆئەندامی میز	- ئاو خواردنەوەی زۆر . - پاك وخاوێنی لەش . - ڕانەگرتنی میز و خۆپاراستن لەسەرما . - بەکارهێنانی ئەنتی بایۆتیك بۆ ماوەی دە ڕۆژ بەم شێوەیە Ampicilin 500 mg cap .1 x 4 یان Amoxicillin 500 mg cap. 1x4 یان Nitrofurantoin 100mg tab. 1X3 یان Co – trimoxazole tab. 2 X 2 ♦ کۆترایمۆکسازۆڵ ئەبێت لە سێ مانگی یەکەمی سکپڕیدا بەکارنەهێنرێت و لە سێ مانگی کۆتاییدا بە وریاییەوە بەکاربهێنرێت.
– تا ، لەرز – کۆکە لەگەڵ ، یان بەبێ بەڵغەم	هەوکردنی کۆئەندامی هەناسە	– چارەسەر: – دابەزاندنی تا بەبەکارهێنانی پاراسیتامۆڵ. – خواردنەوەی شلەمەنی زۆر. – بەکارهێنانی ئەنتی بایۆتیك لەکاتی پێویست دا وەك Amoxicillin, Ampicillin یان Erythromycin . – بەکارنەهێنانی شروبی کۆکە ئەگەر ماددەی Iodineای تێدا بێت . – ئەگەر نەخۆشەکە لە ماوەی ٣ – ٥ ڕۆژ بەرەو باشی نەچوو ئەوا پێویستە ڕەوانەی پزیشکی پسپۆڕ بکرێت.

٣. کەم خوێنی لەکاتی سکپڕیدا:

کەم خوێنی بەهۆی کەمی ڕێژەی ئاسن لە لەشدا، نەخۆشییەکی باوە لە ناو ژنانی سکپڕو شیردەردا. لەبەر ئەوەی هەموو ئەو ئاسنەی کە پێویستە بۆ دروست بوون و گەشەی کۆرپەلە و وێڵداش لە دایکەکەوە وەردەگیرێت، هەروەها لەدەست دانی ئاسن لە کاتی شیردانیش دا هەر بەردەوام دەبێت. زۆربەی کات کەمی ئەسید شان بە شانی کەمی ئاسن، ئەبێتە هۆی کەم خوێنی.

هۆیەکانی کەمی ئاسن:

- کەمی ڕیژەی ئاسن لە خواردندا، یان بەد مژینی لە ڕیخۆڵەکانەوە.
- منداڵبوونی یەك لە دوای یەك (هەموو ساڵێك).
- هەندێ جۆری مشەخۆرو کرم وەکو مەلاریا. کرمی قولاپی.
- خواردنەوەی چاو قاوەی زۆر ڕێگە لە مژینی ئاسن ئەگرێت، لە ڕیخۆڵەوە باشتر وایە تا ماوەیەك دوای خواردن، نەخورێنەوە.
- خوێنڕێژی لە کاتی سکپڕی و منداڵبوون دا.

چارەسەری کەم خوێنی لە ئافرەتی سکپڕدا:

١. بەکارهێنانی ئەو خۆراکانەی ڕێژەیەکی باش ئاسنیان تیدایە وەك گۆشت و ماسی و گۆشتی پەلەوەر.

٢. بەکارهێنانی حەپلەی ئاسن، 250 Ferrous sulphate mg ڕۆژی دووجار، لەگەڵ حەپلەی 1mg Folic acid، ئەبێت بۆ دوو مانگ دوای منداڵ بوونیش بەردەوام بێت لەسەر ئەم ڕێژیمە.

نیشانەو مەترسییەکانی کەم خوێنی:

- بێ ڕەنگی (ڕەنگ هەڵبزرکان) pallor و بێ هێزی و زوو ماندوبوون، نەخۆش کەوتنی بەردەوام.
- سکپڕی کەم خوێن مەترسی مردنی بەهۆی خوێنڕێژیەوە زیاترە.
- منداڵەکەی لەوانەیە کێش و تەندروستی باش نەبێت.

بەکارهێنانی خەپلەی ئاسن لەوانەیە چەند کاریگەری لاوەکی لێ بکەوێتەوە وەك:

- ئازاری سك و هێڵنج، کە ئەتوانرێت بەرگری لێ بکرێت بە بەکارهێنانی خەپلەکە لەگەڵ خواردن دا
- لەهەمان کاتدا خواردنی ژەمە خۆراکی کەم کەم و زوو زوو.
- لەوانەیە ئەو خەپلانە ببنە هۆی تێکچوونی ڕیخۆڵەکان وەکو سکچوونێکی کەم یان قەبزی
- یان ڕەش بوونی پیسایی، کە هەموو ئەوانە جێگەی مەترسی نین.

➢ ئەو دەمانانەی کە نابێت ژنی سکپڕ بەکاریان بهێنێت:

١. تتراسایکلین Tetracycline .... ئەبێتە هۆی ڕەنگگرتنی ددان و شێواندنی گەشەکردنی ئێسقان.

٢. کلۆرامفێنیکۆڵ Chloramphenicol .... ئەبێتە هۆی نەخۆشی Gray baby syndrome کە لەوانەیە ببێتە هۆی مردنی کۆرپەلە.

٣. مێبێندازۆڵ Mebendazole .

٤. دەرمانی کۆکە ئەگەر ماددەی ئایۆدینی Iodine تێدا بێت.

٥. ماددەی ئێرگوت Ergot و oxytocin .... ئەمپوڵ پیتۆن لەوانەیە ببێتە هۆی تەقینی منداڵان، ئەگەر بە نەشارەزایی بەکاربهێنرێت.

➢ ئەو دەرمانانەی کە دەبێت بە وریاییەوە بەکار بهێنرێن:

١. مێترونیدازۆڵ Metronidazole ....لە سێ مانگی یەکەمدا نابێت بەکاربێت، وەلەکاتی تردا لە (٢١) خەپلە زیاتر نابێت بەکاربێت.

٢. دژە سۆ ناستیرۆیدیەکان Non – steroidal anti inflammatory drugs وەك Aspirin, Brufen, Indomethacin: لە ٣٢ هەفتەی یەکەم دا زیانی نییە بەڵام لە دوای ٣٢ هەفتە لە تەمەنی سکپڕی نابێت بەکاربهێنرێت چونکە لەوانەیە ببێتە هۆی ناتەواوی زکماکی خوێنبەرەکان کە پێی دەڵێن Patent ductus arteriosus.

٣. سەلفۆنەمایدی Sulphonamide .... لەسێ مانگی یەکەم دا گەشەی منداڵ پەك دەخات و لە مانگی کۆتایی سکپڕیشدا لەوانەیە ببێتە هۆی زەردوویی و خوێن بەربوون لە ساوادا.

٤. کۆرتیزۆنەکان لەو دەرمانانەن کە لەباری زۆر پێویست دا نەبێ، نابێت لەکاتی سکپڕی دا بەکاربهێنرێن. ئەگەر نەخۆش پێویستی بەم دەرمانە هەبێت، ئەبێ لەژێر چاودێر پزیشکی پسپۆڕدا بە کەمترین بڕی پێویست وەربیگرێت . بەکارهێنانی کۆرتیزۆنەکان لەسێ مانگی یەکەمی سکپڕیدا، لەوانەیە ببێتە هۆی ناتەواوی لە دروست بوونی کۆرپەلەدا وەکو؛ کەروێشکە لێو cleft lip مەلاشووی قلیش cleft palate. بەڵام کۆرتیزۆنەکان لە بەرگرتن لە لەبارچوون سوودی خۆیان هەیە.

تێبینی:

هەموو جۆرە دەرمانێك، لەسێ مانگی یەکەمی سکپڕیدا بێ مەترسی نییە، لەبەر ئەوە لەم ماوەیەدا، لەکاتی زۆر پێویستدا نەبێت، باشتر وایە دەرمان بەکارنەهێنرێت. هەروەها هەموو ئەو دەرمانەی کە تازە کەوتوونەتە بازارەوە، نابێت لەکاتی سکپڕیدا بەکاربهێنرێن، چونکە زانیاری تەواو لە بارەی کاریگەرییە خراپەکانی ئەو جۆرە دەرمانانە کەمە.

- **ئەو سکپڕانەی لە پێش یان کاتی منداڵبوون پێویستە ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێن؛**

لە کاتی سکپڕی یان منداڵبووندا، هەندێك باری تایبەت هەیە کە پێویستی بە ڕەوانە کردن هەیە بۆ نەخۆشخانە وەکو ئەمانەی خوارەوە:

١. یەکەم منداڵ (نۆبەرە)

٢. نەخۆشێك کە پێشتر منداڵێك یان زیاتری بە نەشتەرگەری بووبێت. یان هەر نەشتەرگەرییەکی منداڵدانی بۆ کرابێت.

٣. بەرزی فشاری خوێن. پەرکەم لە پێش یان لە کاتی منداڵبوون دا.

٤. لە سەرەتادا ژانی زۆرو پاشان نەمانی ژانەکەو، لاوازبوون یان نەمانی ترپەی دڵی منداڵەکە (مەترسی تەقینی منداڵدانی لێ دەکرێت).

٥. هاتن یان داکەوتنی ناوکەپەتکی cord prolapse منداڵ.

٦. هاتنی دەست، یان منداڵی سوار بە قاچ هاتبێ .

٧. کەم خوێنی ئەگەر ڕێژەی خوێنەکەی کەمتر بێت لە ٩ غم.

٨. نەخۆشی خوێن لە دایك دا.

٩. پێشتر لە سێ منداڵ پتری لەبارچووبێت.

١٠. ئەگەر خوێنی دایکەکە Rh- ve بێت، بۆ ئەوەی لە کاتی پێویست دا چارەسەرەی منداڵەکە بکرێت.

١١. دواکەوتنی وادەی منداڵبوون

١٢. منداڵی مردوو لە سکدا، ئەگەر لە چوار هەفتە زیاتر مابێتەوە.

١٣. ئاوی زۆر یان کەم بوونەوەی ئاو لە دەوروپشتی کۆرپەلە.

١٤. ناتەواوی زگماکی لە کۆرپەلە دا، کە پێشتر بە سۆنار دیاری کراوە.

١٥. نەخۆشی درێژخایەن لە دایك دا وەك: تەنگەنەفەسی (بەرەنگ) A sthma،

نەخۆشی دڵ

نەخۆشی شەکرە

١٦. سەرئاو تەقین پێش وەختی منداڵبوون.

١٧. ڕەنگی سەر ئاو سەوزباو بێت، کە نیشانەی هیلاکی منداڵە.

١٨. منداڵی قەبارە گەورە.

١٩. کێشی دایك لە ٩٠ کگم زیاتر بێت.

خوێن ڕێژی دوای منداڵبوون Postpartum Heamorrhage :

نیشانەکان	هۆکار	چارەسەر
١. منداڵدان گەورەترە لە قەبارەی ئاسایی دوای منداڵبوو. ٢. منداڵدان نەرمە، خوێنی زۆری هەیە. ٣. لێدانی دڵ خێرایەو فشاری خوێن نزمە.	هیلاکی منداڵدان Uterine Inertia (توانای گژر بوونی نەماوە)	١. مەساجی منداڵدان ٢. پاك كردنەوەی ناو لەش لە كڵۆ خوێن. ٣. بەكارهێنانی ئەمپولی oxytocinیان Ergometrine . ٤. چارەسەر بۆ بەرگرتن لە شۆك. ٥. ناردنی بۆ نەخۆشخانە.
١. خوێنی بەردەوام. ٢. بچووك بوونەوەی منداڵدان. ٣. دوای ٢٠ خولەك لە منداڵ بوون، وێڵداش دیار نییە.	جیانەبوونەوەی وێڵداش	ڕەوانەی نەخۆشخانە ئەكرێت دوای چارەسەری پێویست بۆ شۆك
١. بوونی خوێنی گەش دوای منداڵبوون كە ماوەیەكی نائاسایی بەردەوام ئەبێت. ٢. بە مەساجی منداڵدان و پاك كردنەوەی خوێنەكە ناوەستێ . ٣. منداڵدان بە باشی گرژ نابێت.	تەقینی منداڵدان یان تەقینی ملی منداڵدان و زێ	ڕەوانەی نەخۆشخانە ئەكرێت دوای چارەسەری بۆ shock.

تێبینی: لە هەموو ئەو نەخۆشانەی تووشی نەزیف دەبن، پێویستە پێش ناردنیان بۆ نەخۆشخانە چارەسەری پێویستیان بۆ شۆك بۆ بكرێت.

نەگونجانی فاکتەری Rh (Rh Incompatibility) :

هەموو ئەو ژن و پیاوانەی کە ئەیانەوێ خێزان دروست بکەن، پێویستە لە پێش ئەوەی منداڵیان ببێت، گرووپی خوێنی خۆیان بزانن. ئەگەر گرووپی خوێنی دایکەکە نێگەتیڤ Negative بوو وە گرووپی خوێنی باوکەکە پۆزیتیڤ positive بوو، ئەوا لەم کاتانەدا مەترسی هەستەوەربوونی Sensitization خوێنی دایکەکە هەیە، کە لەوانەیە لە دوای دووەم یان سێیەم منداڵ کاریگەری لەسەر کۆرپە دەربکەوێت، بە شێوەیەك کە کۆرپەکە لەوانەیە تووشی زەردویی و کەم خوێنی ببێت، وەلەوانەیە ساواکە لە سکی دایکیا بکوژێ، ئەگەر چارەسەری گونجاوی لەکاتی خۆیا بۆ نەکرێت.

پاراستنی منداڵ لە دەرئەنجامەکانی ئەم نەخۆشییە بەم شێوەیە دەکرێت:

- هەموو دایکێکی سکپڕ بە تۆبەرە یان ئەگەر خوێنی (هەستەوەر) نەبووبێ بە منداڵبوونی پێشتر، پێویستە لە هەفتەی (٢٨)ی سکپڕی دا ڤاکسینی ئەنتی دی Anti D وەربگرێت.
- پاش لە دایك بوونی منداڵەکە، خوێنی منداڵەکە ئەپشکنرێ. ئەگەر جۆری خوێنەکەی لە جۆری دایکی بوو واتە ve بوو، ئەوا دایکەکە پێویستی بە دەرزی تر نییە. بەڵام ئەگەر لە جۆری باوکی (Rh + ve) بوو ئەوا پێویستە بە زووترین کات دۆزێکی تر Anti D وەربگرێت. بەم شێوەیە منداڵی داهاتوو بە رێژەی ١٠٠٪ پارێزراو دەبێت.
- ئەگەر لە کاتی سکپڕیدا ئەو دەرزیە بەکارنەهێنرێت ئەوا ئەگەری لە ١٪ ی مەترسی هەستەوەربوونی خوێنی دایکەکە هەردەمێنێ.
- ئەگەر خوێنی دایکەکە پێشتر هەستەوەر بووبێت، ئەوا ئەم ڤاکسینە هیچ سوودێکی نییەو نابێت بەکاربهێنرێت.
- لە کاتی نەشتەرگەری دا دایکەکە پێویستی بە دۆزی زیاتر هەیە.
- ڤاکسینی Anti D پێویستە دوای منداڵ لە بارچوون، وە لە دوای خوێنرێژی (خوێنرێژی لە کاتی سکپڕی دا) بەکاربهێنرێت.
- هەندێك جار گواستنەوەی خوێن بە هەڵە، واتە وەرگرتنی خوێنی Rh+ve لەلایەن دایکەکەوە، ئەبێتە هۆی (هەستەوەر بوونی خوێن)، بە رێژەیەکی زۆر.

نەخۆشی سیل لە کاتی سکپڕیدا T.B during pregnancy :

هەتا ئێستاش نەخۆشی سیل لە وڵاتە دواکەوتووەکاندا هەرماوە بەهۆی:

- کەمتەرخەمی خێزان، لە کوتانی منداڵەکانیان بە ڤاکسینی BCG لە هەفتەی یەکەمی دوای لە دایك بوون.
- کەم دەرامەتی خێزان و خێزانی قەرەباڵغ.
- سەرهەڵدانەوەی نەخۆشی ئەیدز (لەم بارەدا وڵاتە پیشەسازییەکانیش ئەگرێتەوە)، چونکە ئەیدز ئەبێتە هۆی دابەزینی بەرگری دژی نەخۆشی سیل.
- نەخۆشی سیلی سییەکان، کەم جاری ئەبێتە هۆی رێگر لەبەردەم منداڵبوون. دایکی سکپڕ کە دووچاری ئەم نەخۆشییە دەبێت، دەتوانێت هەر لە سەرەتاوە دەرمانی دژی سیل وەربگرێت، تەنها Streptomycin نەبێت، کەلەوانەیە بێتە هۆی کەڕی منداڵەکە.
- ئەبێ ئامۆژگاری دایکی نەخۆش بکرێت، زوو ڤاکسینی BCG بۆ ساواکەی بکات، واتە یەکسەر دوای بوونی.
- دایکەکە ئەبێت پاك و خاوێنی دەست و مەمکی راگرێ ، پێش شیردان بە منداڵەکە.
- لەکاتی شیرداندا هەناسەی لەمنداڵەکەی نزیك نەکاتەوەو بە رویدا نەکۆکێ.
- ئامۆژگاری نەخۆشەکە بکرێت کە کەوچك و قاپ و شوێنی پشوودانی خۆی لە منداڵ و خێزانەکەی جیادەکاتەوە.

ئەو نەخۆشیانەی لە دوای منداڵ بوون دووچاری دایک دەبن

⇦ **سووتانەوەی منداڵدان و کۆئەندامی زاوزێ.**

نیشـــانەکانی:

- تا، بێ هێزی
- ئازار لەناو لەش و بەشی خوارەوەی سک.
- دەردراوی ناو لەش کە ڕەنگێکی نادروست و خوێناوی هەیەو بۆنی زۆر ناخۆشە.

هـۆیەکـانـی:

- منداڵبوونی سەخت.
- پشکنینی نەخۆش بە بێ دەستکێش، وەبێ پاک کردنەوەی شوێنی پشکنینەکە بە ماددەی پاکژکەر، هـەروەها ئەگەر نەخۆشـەکە لـە سێ جار زیاتر پشکنینی بۆ بکرێت ئەگەری تووش بوونی زیاترە.
- بەکارهێنانی ئامێری پیس لە کاتی منداڵبووندا.

⇦ **سووتانەوەی گۆی مەمک و قلیشانی:**

- دوای شیردان، گۆی مەمک بە شیرەکە خۆی تەڕبکەو با پێوەی بمێنێتەوە.
- بەکارهێنانی کرێم وەک و zinc oxide یان vit A + E لەوانەیە سوودی هەبێت.

⇦ **هەوکردنی مەمک:**

- نیشانەکانی: چارەسەر:
- ئازارو هەڵاوسانی مەمک. – بۆ ئازار paracetamol , Brufen, Aspirin
- لەرزو تا و ئارەق کردنەوە (بێ دوومەڵ) – ئەنتی بایۆتیک وەکو Cephalexin cap. 500gm

یان Ampiclox cap 500gm ڕۆژی چوار جار بۆ ماوەی ١٠ ڕۆژ.

- ئەگەر ببێت بە دوومەڵ Breast Abscess ئەوا پێویستی بە نەشتەرگەری هەیە.

⇦ **گرنگی دان بە گۆی مەمک:**

- پێش کاتی منداڵبوون، واباشترە کە دایکەکە ئامۆژگاری بکرێت بۆ ئەوەی مەمکی بشێلێت (مەساجی بۆ بکات) کە ئەمەش:
- یارمەتی زیاد بوونی ڕێژەی هۆرمۆنی پیتۆسین ئەدات، بۆ دەست پێکردنی ژانی منداڵبوون.
- دوای منداڵبوون شیری زیاتری تێئەرژێت.
- گۆی مەمک باشتردێتە دەرەوە و منداڵ باشتر ئەیگرێت.

هەروەها شیردان بە منداڵەکە نیو کاتژ مێر دوای بوونی، یارمەتی گرژبوونی منداڵدان ئەدات و زووتر خوێن ئەوەستێنێ.

⇦ **هەوکردنی کۆئەندامی زاووزێ:**

نیشانەکان	نەخۆشی	چارەسەر
١. خوروو ٢. سووربوونەوەی ناو لەش ٣. دەردراوی پیس و سەوزباو وەك و کەف. ٤. میزکردنی بە ئازار	تووش بوون بە ترایکۆمۆناس Trichomonal infection	١. میترونیدازۆڵ Metronidazole tab. 500gm ڕۆژی دووجار بۆ ماوەی ٧ ڕۆژ. ٢. ئەبێ هاوسەری نەخۆشەکەش چارەسەر وەربگرێت. ٣. پاك و خاوێنی جلی ژێرەوەی هەردوولا. ٤. میترۆنیدازۆڵ نابێت لە ٣ مانگی سکپڕی دا بەکاربهێنرێت.
١. بوونی دەردراوی پیس لەناو لەشەوە، کە ڕەنگێکی سەوزباوی هەیە. ٢. خورش لەوانەیە هەبێت یان نەبێت. ٣. بۆنی دەردراوەکە ناخۆشە. ٤. نەخۆشەکە لەوانەیە تاو ئازاری هەبێت.	هەوکردنی بەکتریایی Bacterial infection	دۆکسی سایکلین Doxycyline + میترۆنیدازۆڵ Metronidazole بۆ ماوەی ٧ بۆ ١٠ ڕۆژ. (ئەبێت نەخۆشەکە سکی نەبێت)
١. خوروو و ئاڵوش. ٢. دەردراوی سپی وەك و کرێم. ٣. خوروو لەکاتی بێ نوێژی و لە دوایی کەم دەبێتەوە. ئەم خorووە زیاد دەکات: لە کاتی سکپڕی و وەرگرتنی Antibiotic . – وەلەگەڵ نەخۆشی شەکرە.	هەوکردن بە هۆی کاندیدا – Candidiasis	١. مایکۆستاتین Mycostatin tab. ڕۆژی سێ جار بۆ ١٠ ڕۆژ یان ٢. کلۆتریمازۆڵ clotrimazole suppositories شەوانە بۆ ماوەی ٧ ڕۆژ یان. ٣. کیتۆکۆنازۆڵ ketoconazole tab. 200 ڕۆژی دووجار بۆ ماوەی (٥–١٤) ڕۆژ بۆ نەخۆشی درێژخایەن.

ڕێگەکانی بەرگرتن لە سکپڕی:

ڕێگەکانی بەرگرتن لە سکپڕی	سوودەکانی ئەم ڕێگەیە	کەم و کوڕیەکانی ئەم ڕێگەیە
خەپلەی بەرگرتن لە سکپڕی (پرۆجسترۆن + ئیسترۆجین) ▪ لە پێنجەم ڕۆژی سووڕی مانگانەوە، هەموو شەوێك یەك خەپلە لە هەمان کاتدا.	▪ زۆر کاریگەرە. ▪ خوێن و ئازاری سووڕی مانگانە کەم دەکاتەوە، لەبەرئەوە لەوانەیە ڕێ بگرێت لە کەمخوێنی.	نابێت بەکار بێت بۆ: ▪ ئافرەتی سەرووی تەمەنی ٤٠ساڵی. ▪ ئەوانەی نەخۆشی جگەر، شەکرە یان نەخۆشی دڵیان هەیە. ▪ ئەگەری مەینی خوێن لە خوێنهێنەرەکاندا زیاد دەکات ▪ ئەگەری توشبوون بە شێرپەنجەی مەمك پتر دەکات ئەگەر پێش منداڵبوون، بۆ ماوی ٥ ساڵ بەردەوام بەکاربێت. ▪ شیری مەمك کەم دەکاتەوە.
دەرزی (ئەمپول)ی بەرگرتن لە سکپڕی Depo provera . ▪ ئەم دەرزییە بە ٣ مانگ جارێك بەکاردێت ، لەپێنجەم ڕۆژی دوای سووڕی مانگانەوە بەکاردێت	▪ زۆر کاریگەرە ▪ نابێتە هۆی کەمبوونەوەی شیری مەمك ▪ ئەگەری توشبوون بە شێرپەنجەی منداڵان کەم دەکاتەوە. ▪ بەرگری لە کەمخوێنی دەکات.	▪ کاریگەرییەکەی پێچەوانە نابێتەوە هەتا تەواوبوونی ماوەی کاریگەرییەکەی (٣ مانگ) ▪ هەندێك جار دەبێتە هۆی وەستانی سووڕی مانگانە.
دەزگای ناو منداڵدان Intrauterine contraceptive device ▪ پێویستە لەلایەن پزیشکی پسپۆڕەوە دابنرێت. ▪ لە ساڵێك بۆ ١٠ ساڵ دەمێنێتەوە بە پێی جۆری ئامێرەکە.	▪ زۆر کاریگەرەو بە ئاسانی لانابرێت. ▪ پەیوەندی نییە بە شیری مەمکەوە ▪ ئەگەر کاریگەری لاوەکی نەبوو چەند ساڵێك دەمێنێتەوە.	بەکارهێنانی لەم ئافرەتانەدا باش نییە: ▪ ئەوانەی هێشتا منداڵیان نەبووە. ▪ ئەوانەی زوو زوو توشی سووتانەوەی کۆئەندامی زاوزێ دەبن. ▪ ئەوانەی ئازاری سووڕی مانگانەیان هەیە یان کەمخوێنن. ▪ ئەوانەی زمانەی دڵیان نەخۆشە. لەوانەیە ببێتە هۆی کوون بوونی منداڵدان یان دروستبوونی کۆرپەلە لە دەرەوەی منداڵدان
کۆندۆم	▪ زیانی لاوەکی نییە ▪ هەردوولا لە مەترسی نەخۆشییە گواستراوەکان دەپارێزێ .	

بەشی دووەم

نەخۆشی یەکانی

منـــدالأن

د. جمال ئەحمەد رشید

پشکنین و هەڵسەنگاندنی منداڵی نەخۆش (تەمەن ٢ مانگ - ٥ ساڵ)

➢ دەربارەی نەخۆشی منداڵەکە پرسیار لە دایکەکە بکە:

- بزانە ئەوە سەردانی یەکەم جارە یان پێشتر سەردانی خۆت یان پزیشکی کردووە بۆ ئەم بارە.

– ئەگەر سەردانی دووەم (واتە بۆ بەدواداچوون — متابعە — بوو، سەری ڕێنمایەکانی لاپەڕە (٣٩) بکە.

– ئەگەر یەکەم سەردانی بوو، بەم شێوەیەی خوارەوە منداڵەکە هەڵسەنگێنە:

بە دوای نیشانە مەترسیدارە باوەکاندا بگەڕێ:

پرسیار بکە:

- ئایا منداڵەکە توانای خواردن و خواردنەوە یان مژینی هەیە؟
- ئایا منداڵەکە ڕشانەوەی هەیە (هەموو شتێك هەڵدێنێتەوە)؟
- ئایا منداڵەکە گەشکەی هەیە ؟

سەیر بکە:

– ئایا منداڵەکە بێ هێزە یان کەمهۆشە؟

هەر منداڵێك یەکێك یان پتر لەو نیشانە مەترسیدارانەی هەبێت، پێویستە دوای وەرگرتنی چارەسەری سەرەتایی بە زووترین کات ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێت.

لە یادت بێت کە بڵاوترین سێ نیشانەی نەخۆشی لە منداڵاندا بریتین لە:

١. تا
٢. کۆکە
٣. سکچوون

پرسیار بکە دەربارەی نیشانە سەرەکی‌یەکان

➢ ئایا منداڵەکە کۆکە، یان هەناسە کورتی‌ی هەیە؟

پرسیار بکە: • ماوەی چەندە؟	سەیر بکە، گوێ بگرە، هەستی پێ بکە: – پێوانەی خێرایی هەناسەدانی بکە لەیەك خولەکدا. – سەیری سنگی بکە بۆ چاڵ بوون (بە قووڵ داچوون)* لە کاتی هەناسەداندا. هێمن بێت. – گوێ رابگرە بۆ نیخە نیخ یان خیزەی سنگ.	پێویستە منداڵەکە

منداڵەکە هەناسەی خێرایە ئەگەر:

- پتر بێت لە ٥٠ جار لە خولەکێکدا بۆ منداڵی تەمەن ٢ مانگ – ١٢ مانگ.
- پتر بێت لە ٤٠ جار لە خولەکێکدا بۆ منداڵی تەمەن ١٢ مانگ – ٥ساڵ.

جیاکردنەوەو پۆلێن کردنی نەخۆشی‌یەکە

نیشانەکان	جۆری نەخۆشی	چارەسەر
• هەر نیشانەیەکی مەترسیداری باو یان • چاڵ بوونی سنگ (نێوان پەراسووەکان) و هەناسەی خێرا. • نیخە نیخ لە منداڵێکی هێمندا .	هەوکردنی توندی سی‌یەکان severe pneumonia یان نەخۆشی‌یەکی توندو تیژ .	• یەکەم دۆزی ئەنتیبایۆتیکێکی گونجاوی بدەرێ و... • بە پەلە ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە.
• هەناسەدانی خێرا (خیزەخیزی لەگەڵ نی‌یە)	هەوکردنی سی‌یەکان pneumonia	• ئەنتیبایۆتیکی گونجاوی بدەرێ بۆ ماوەی (٥) ڕۆژ. • ئامۆژگاری دایکەکە بکە شلەمەنی و شیری پتری پێبدات و پێی بڵێ لە چ بارێکدا پێویستە بە زووترین کات بیگەڕێنێتەوە. • دوای دوو ڕۆژ منداڵەکە بگەڕێنێتەوە بۆ بە دواداچوون.
• ئەگەر منداڵەکە خیزەی سنگی هەبوو	هەوکردنی سی‌یەکان یان ڕەبوو.	• پێش ڕەوانەکردنی بە نێبولایزەر چارەسەری سەرەتایی بۆ بکە.
• هەناسەی ئاسایی بوو	(سەرما) هەلامەت	• ئەگەر کۆکەکەی لە (٣٠) ڕۆژ پتربوو، ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە. • ئەگەر کۆکەی ووشکی هەبوو، دەرمانێکی کۆکەی بێ مەترسی بدەرێ. • ئامۆژگاری دایکەکە بکە لە چ بارێکدا منداڵەکە بگەڕێنێتەوە. • دوای (٥) ڕۆژ بیهێنێتەوە ئەگەر باش نەبوو.

➢ ئەگەر منداڵەکە سکچوونی هەبوو (چۆن نەخۆشییەکە هەڵدەسەنگێنی)

ڕادەی ووشکبوونەوە

	A	B	C
١. پرسیار بکە دەربارەی: • سك چوون • ڕشانەوە • تینوویەتی • میز	• کەمتر لە چوار جار لە ڕۆژێکدا • هیچ یان زۆر کەم • ئاسایی • ئاسایی	• ٤ — ١٠ سکچوونی شل لە ڕۆژێکدا • هەندێك جار • پتر لە ئاسایی • کەم و ڕەنگی تۆخە	• پتر لە ١٠ سکچوونی شل لە ڕۆژێکدا • ڕشانەوەی بەردەوام • ناتوانرێت بخواتەوە • هیچ لە ماوەی ٦ کاتژمێری ڕابردوودا
٢. سەیری بکە: • باری • فرمێسك • چاوی • دەم و زمانی • هەناسەی	• باشە، وورییایە • هەیە • ئاساییە • تەڕە • ئاساییە	• باش نییە، خەواڵوو یان زۆر دەگری • نییە • بە قووڵدا چووە • ووشکە • خێراترە لە ئاسایی	• زۆر خەواڵووە، بێ هۆشە، خاوە یان گەشکەی هەیە • نییە • زۆر ووشکەو بە قووڵداچووە. • زۆر ووشکە • زۆر خێراو قووڵە
٣.دەستی لێ بدە • پێستی • لێدانی دڵی • چاڵی شلکەی سەر	• دوای ڕاکێشان بەخێرایی دەگەڕێتەوە • ئاساییە • ئاساییە	• دوای ڕاکێشان بە هێواشی دەگەڕێتەوە • لە ئاسایی خێراترە • بە قووڵدا چووە .	• دوای ڕاکێشان زۆر بە هێواشی دەگەڕێتەوە باری ئاسایی. • زۆر لاوازو خێرایە، یان ناتوانرێت هەستی پێ بکرێت. • زۆر بە قووڵدا چووە.
٤.کێشی منداڵەکە	• کەم بوونەوەی ڕێژەی ٢٥گرام بۆ هەر کیلۆگرامێك لە کێشی لەش.	• کەم بوونەوەی ٢٥ — ١٠٠ گرام بۆ هەر کیلۆگرامێك لە کێشی لەش.	• کەمبوونەوەی پتر لە ١٠٠ گرام بۆ هەر کیلۆگرامێك لە کێشی لەش (پتر لە ١٠٪ کێشی دابەزیوە).
٥. بڕیار بدە	• نەخۆشەکە نیشانەی ووشك بوونەوەی نییە. **پلانی A بەکاربهێنە**	• ئەگەر نەخۆشەکە دوو یان پتر لەو نیشانەی سەرەوەی هەبوو، واتە ووشکبوونەوەیەکی کەمی هەیە **پلانی B بەکاربهێنە.**	• ئەگەر نەخۆشەکە دوو یان پتر لەو نیشانە مەترسیدارانەی سەرەوەی هەبوو، واتە ووشکبوونەوەی توند هەیە و **پلانی C بەکاربهێنە.**

نیشانەی دیکە لەگەڵ سکچوون دا :

- سکچوون بۆ ماوەی پتر لە (١٤) ڕۆژ.
- تای بەرز (٣٨,٥ پلەی سەدی یان پتر) و سکچوون.
- سکچوونی خوێناوی.
- بەد خۆراکی.

ئەگەر نەخۆشەکە لەگەڵ سکچووندا یەکێك یان پتر لەو نیشانەی سەرەوەی هەبوو، ئەوا دوای چارەسەری سەرەتایی بۆ ووشکبوونەوەو تا، پێویستە بێ دواخستن ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێت.

چارەسەر کردنی سکچوون :

➢ **پلانی A : چارەسەری سکچوون بکە لەماڵەوە**

(زانیاری بدە بە دایکەکە دەربارەی ٣ یاساکەی چارەسەرکردنی سکچوون لە ماڵەوە: (شلەمەنی پتری بدەرێ، لەسەر خۆراك و شیردان بەردەوام بە، کەی پێویستە بیگەڕێنێتەوە)

١. شلەمەنی پتری بدەرێ (تا ئەو ڕادەیەی منداڵەکە دەتوانێت بخواتەوە):

⇦ بە دایکەکە بڵێ:

- زوو زوو شیری خۆی بداتێ و هەرجارەش لە جاران پتر.
- ئەگەر منداڵەکە تەنها لەسەر شیری دایك بوو، گیراوەی دکسترۆلایت یان ئاوی پاکی بدەرێ سەرەڕای شیری دایك.
- ئەگەر منداڵەکە سەرەڕای شیری دایك، خۆراکی دیکەشی هەبوو، ئەمانەی بۆ ئامادەبکە: گیراوەی دکسترۆلایت، شلەی خۆراکی وەك (شۆربای برنج، ئاوی میوە، ماستاو، شۆربای دیکە)و ئاوی پاك.

زۆر پێویستە کە گیراوەی دکسترۆلایت لە ماڵەوە بدرێت بە منداڵەکە:

- ئەگەر منداڵەکە بە پێی پلانی B یان C لە سەردانەکەدا چارەسەر بکرێت.
- ئەگەر منداڵەکە نەیتوانی بگەڕێتەوە بۆ بنکە تەندروستییەکەو سکچوونەکەی خراپتر بوو.

⇦ دایکەکە فێر بکە چۆن گیراوەی دکسترۆلایت ئامادە دەکرێت و چۆن دەدرێت بە منداڵەکە، پاشان دوو ساکێت لە دکسترۆلایتی بدەرێ.

⇦ دایکەکە فێر بکە سەرەڕای شلەمەنی ئاسایی، چەندی دیکە شلەمەنی پتر بدات بە منداڵەکە:

هەتا تەمەنی دووساڵان	٥٠—١٠٠ ملتر دوای هەر نۆرە سکچوونێك.
دووساڵان یان گەورەتر	١٠٠—٢٠٠ ملتر دوای هەر نۆرە سکچوونێك.

بە دایکەکە بڵێ:

- شلەمەنی یان دکسترۆلایت بە کەوچك و پەرداخ بدات بە منداڵەکە، کەم کەم و زوو زوو.
- ئەگەر منداڵەکە ڕشایەوە، دە خولەك چاوەڕێ بکات و، پاشان دەست پێ بکاتەوە بەڵام هێواشتر لە جاران.
- بەردەوام بێت لە پێدانی شلەمەنی پتر هەتاکو سکچوونەکە دەوەستێت.

٢. لەسەر خۆراك پێدان بەردەوام بێت
٣. کەی پێویستە منداڵەکە بگەڕێنێتەوە.

سەیری لاپەڕە (٣٩) بکە.

> پلانی B : چارەسەر کردنی ووشکبوونەوەی کەم بە دکسترۆلایت

لە بنکەکە بڕی گیراوەی دکسترۆلایتی پێویست بۆ ماوەی چوار کاتژمێری یەکەم ئامادە بکە.

⇦ دیاری کردنی بڕی گیراوەی دکسترۆلایتی پێویست بۆ بەکارهێنانی لە چوار کاتژمێری یەکەمدا:

تەمەن*	هەتا چوار مانگی	٤ مانگ بۆ ١٢ مانگ	١٢ مانگ بۆ ٢ ساڵ	٢ ساڵ بۆ ٥ ساڵ
کێش	کەمتر لە ٦ کیلۆگرام	٦بۆ کەمتر لە ١٠ کیلۆگرام	١٠ بۆ کەمتر لە ١٢ کیلۆگرام	١٢–١٩ کیلۆگرام
گیراوەکە بە مللتر	٢٠٠–٤٠٠ مللتر	٤٠٠–٧٠٠ مللتر	٧٠٠–٩٠٠ مللتر	٩٠٠–١٤٠٠ مللتر

* کاتێك پشت بە تەمەنی منداڵەکە ببەستە، ئەگەر نەتوانی کێشانەی بکەی. بڕی پێویستی دکسترۆلایت بە مللتر دەتوانرێت بەپێی ئەم هاوکێشەیەش دیاری بکرێت (کێشی منداڵەکە بە کیلۆگرام X ٧٥).

- ئەگەر منداڵەکە دکسترۆلایتی پتری ویست لەوەی کە لە خشتەکە دیاری کراوە. بیدەرێ.
- بۆ ئەو منداڵەی تەمەنی لە ٦ مانگ کەمترەو شیری دایك ناخوات. سەرەڕای ئەوەی سەرەوە ١٠٠–٢٠٠ مللتر ئاوی پاکی بدەرێ.

> دایکەکە فێر بکە چۆن گیراوەی دکسترۆلایت بدات بە منداڵەکەی:

- شلەمەنی یان دکسترۆلایت بە کەوچك و پەرداخ بدات بە منداڵەکە، کەم کەم و زوو زوو.
- ئەگەر منداڵەکە ڕشایەوە، دە خولەك چاوەڕێ بکات و، پاشان دەست پێ بکاتەوە بەڵام هێواشتر لە جاران.
- بەردەوام بە لە پێدانی شیری دایك هەر کاتێك منداڵەکە حەزی لێ کرد.

> دوای چوار کاتژمێر:

- دووبارە منداڵەکە هەڵسەنگێنەوە لە رووی ڕادەی ووشکبوونەوەکەی.
- پلانی گونجاو هەڵبژێرە بۆ بەردەوام بوون لە چارەسەرکردن.
- لە بنکەکە دەست بکە بە پێدانی خۆراك بە منداڵەکە.

> ئەگەر دایکەکە ویستی بڕوات پێش تەواوکردنی چارەسەرەکە:

- پیشانی بدە چۆن لە ماڵەوە دکسترۆلایت ئامادە دەکات.
- پێی بڵێ چەندێك گیراوەی دکسترۆلایتی پێویستە بۆ تەواوکردنی ماوەی چوار کاتژمێرەکە لە ماڵەوە.
- بڕی پێویست پاکەتی دکسترۆلایتی بدەرێ و هەروەها دوو پاکەتی دیکەشی بدەرێ هەروەکو لە پلانیA دا هاتووە..
- سێ یاساکەی چارەسەری سکچوون لە ماڵەوە بۆ دایکەکە ڕوون بکەرەوە.

١. شلەمەنی پتری بدەرێ.
٢. لەسەر خۆراك پێدان بەردەوام بە.   سەیری پلانی A و لاپەڕە (٤٢) بکە.
٣. کەی منداڵەکەی بگەڕێنێتەوە.

> تێبینی: هەرکاتێك منداڵەکە بەد خۆراك بوو یان تای بەرزی هەبوو، ئەوا ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە.

➢ **پلانی C : بەخێرایی چارەسەری وشکبوونەوەی توند بکە :**

ئایا دەتوانی یەکسەر لەڕێگەی خوێنهێنەرەوە شلە (فلوید) بدەی بە منداڵەکە

بەڵێ

- یەکسەر دەست پێ بکە بەپێدانی فلوید لەڕێگەی خوێنهێنەرەوە . ئەگەر منداڵەکە توانای خواردنەوەی هەبوو ، لەڕێگەی دەمەوە دکستڕۆلایتی بدەرێ هەتا فلویدەکە ئامادە دەکەی ، باشتر وایە شلەی (ڕینگەر لاکتەیت) بدەی بەڕێژەی ١٠٠ مللتر / کیلۆ گرام (یان ئەگەر نەبوو ، گیراوەی نۆرماڵ سەلاین) ، وەکو لەخوارەوە :

تەمەن	سەرەتا ٣٠ مل/ کگم	پاشان ٧٠ مل / کیلۆ گرام
منداڵی تەمەن کەمتر لە ١٢ مانگ	یەک کاژێر *	٥ کاژێر
(١٢ مانگ بۆ ٥ ساڵ)	٣٠ خولەك	دووکاژێر ونیو

* دووبارەی بکەرەوە ئەگەر لێدانی دڵ لەمەچەکەوە لاواز بوو یان هەستی پێ نەدەکرا .

- هەر ١–٢ کاژێر جارێك باری منداڵەکە هەڵسەنگێنەوە ، ئەگەر ووشکبونەوەی هەروەکو خۆی بوو ،باشلەمەنی‌یەکە خێراتر وەربگرێت.
- لەهەمان کاتدا گیراوەی‌دکستڕۆلایتی‌بدەرێ(٥مل/ کگم/کاتژمێر)هەرکاتێکتوانای خواردنەوەی هەبوو،بۆساوا زۆربەی کات دوای ٣–٤کاتژمێر،بۆمنداڵان دوای١–٢کاتژمێر.

ساوا دوای٦کاژێرومنداڵ دوای٣کاژێری دیکە جارێکی‌دی هەڵسەنگێنەوە،ڕادەی ووشکبوونەوەکە جارێکی‌دی هەڵسەنگێنەوە،پاشان پلانێکی گونجاوهەڵبژێرە(A,B,C).

نەخێر ↓

ئایا شوێنێکی نزیك (ماوەی.٣خولەك) هەیە کەشلەی خوێنهێنەر (فلوید)ی لێ‌دەستبکەوێت؟

بەڵێ

- بەپەلە منداڵەکە بگەیەنە بۆ ئەو بنکەیە بۆ وەرگرتنی شلە(فاوید)بەخوێنهێنەر.
- ئەگەر منداڵەکە توانای خواردنەوەی هەبوو،دکستڕۆلایت بدە بە دایکەکە وپێی بڵێ چۆن بەڕێگاوە بیدات بە منداڵەکەی.

نەخێر ↓

ئایا دەتوانێت سۆندەی گەدە بەکار بهێنێت بۆ پێدانی دکستڕۆلایت بەمنداڵەکە

بەڵێ

- لەڕێگەی‌سۆندەی گەدەوە (یان لەڕێگەی دەمەوە)گیراوەی دکستڕۆلایتی بدەرێ:بەڕێژەی.٢مل/کگم/کاژێربۆماوەی٦کاژێر(.١٢مل/کگم کۆی‌گشتی).
- هەموو١–٢کاتژێر جارێك باری منداڵەکە هەڵسەنگێنەوە:

–ئەگەرشانەوەی دووبارەبۆوە یان هەڵاوسانی گەدەی هەبوو،هێواشتر شلەمەنی‌یەکەی‌بدەرێ.

–ئەگەر دوای سێ‌کاژێرباری ووشك بوونەوەکەی چاك نەبوو،ڕەوانەی‌بکەبۆ وەرگرتنی شلە لەڕێگەی خوێنهێنەرەوە.

نەخێر ↓

ئایا منداڵەکە توانای خواردنەوەی هەیە ؟

بەڵێ

- دوای شەش کاژێر،باری ووشکبونەوەکەو منداڵەکە بە گشتی هەڵسەنگێنەوە .بەپێی ئەوە پلانی‌چارەسەری‌یەکە جارێکی‌تر بگۆڕە (پلانیA,B,C)ولەسەر چارەسەری بەردەوام بە.

نەخێر ↓

بەپەلە ڕەوانەی بکە بۆ نەخۆشخانە

تێبینی:ئەگەر گونجا،بۆدوای پاراوکردنی منداڵەکەو چارەسەرکردنی ووشکبوونەوەکەی،بۆماوەی شەش کاژێرچاودێری‌بکە بۆئەوەی‌دڵنیا بیت لەوەی کە دایکەکە وەکو پێویست چارەسەری دەکات و ڕێگە لە ووشکبوونەوەی دەگرێت.

➢ ئایا منداڵەکە (تا) ی هەیە ؟

پێناسەی تا : واتە بەرزبونەوەی پلەی گەرمی لەش بۆ پلەیەکی بەرزتر لەپلەی گەرمی ئاسایی .

پلەی گەرمی ئاسایی لەش :

- لەرێگەی دەمەوە پێوانە بکرێت = (٣٦,٥ – ٣٧,٥) پلەی سەدی .
- لەرێگەی کۆمەوە پیوانەبکرێت (٠,٥) پلە لەخوێندنەوەی ناودەم بەرزترە .
- ئەگەر لەبن هەنگلەوە پێوانە بکرێت (٠,٥) پلە لەخوێندنەوەی ناودەم نزمترە .

پرسیار بکە

- چەند رۆژە تای هەیە
- ئەگەر لەهەفتەیەك پترە ، ئایا تایەکە هەموو رۆژێك هەبووە

ئایا منداڵەکە لەماوەی سێ مانگی رابردوودا تووشی سورێژە بووە

سەیری بکەو هەستی پێبکە :

– هەست بکە بزانە ملی رەق نەبووەو بەئاسانی ناجولێت
– سەیری لووتی بکە بزانە تەرە .
– سەیری نیشانەی سورێژەبکە زیپکەی بەربلاّو لەسەر پێست
کۆکە ، ئاوهاتن لەلووت ویان(سووربونەوەی چاو)

١. ئەگەر نەخۆشەکە تای زۆر بەرزی هەبوو (سەرووی ٤٠ پلەی سەدی) دەرمانی دژەتا بدە بە دایکەکەو ئامۆژگاری بکە بۆ فێنك کردنەوەی پاشان رەوانەی نەخۆشخانەی بکە .
٢. ئەگەر نەخۆشەکە تای درێژ خایەنی هەبوو (پتر لە دوو هەفتە) : رەوانەی نەخۆشخانەی بکە .
٣. لەو ناوچانەدا کەمەلاریا بلاّوە ، پرسیار بکەو نەخۆشەکە نپشکنە بۆ نیشانە جیاکەرەوەکانی مەلاریا وەك : لەرز ، ئارەق کردنەوەو تاهەموو ٢ بۆ ٣ رۆژجارێك .پاشان خوێنی وەربگرە بۆ فیلمی مەلارا BFFM و کلۆرۆکوینی بدەرێ.

ئەگەر ناوچەکە مەترسی مەلاریای کەم بوو :

• ئەگەر نیشانەیەکی مەترسیداری گشتی هەبوو • ئەگەر ملی رەق بوو	نەخۆشیەکی ترسناك	• یەکەم ژنمی ئەنتیبایۆتیکی لای خۆت بدەرێ . • چارەسەری منداڵەکە بکە دژی دابەزینی رێژەی شەکری خوێن . • یە کژەمی پاراسیتامۆڵ بدە بە منداڵەکە . • بەپەلە رەوانەی نەخۆشخانەی بکە .
• لووتی ئاودەکات • نیشانەکانی سورێژە	هەڵامەت ، سورێژە	• لەبنکەکە یەك ژەم پاراسیتامۆل بدە بەمنداڵەکە • بەدایکەکە بڵێ کەی منداڵەکەی بگەرێنێتەوە . • دوای دوورۆژ منداڵەکە بگەرێنەوە ببەدواداچوون • ئەگەر لەماوەی پێنج رۆژدا چاك نەبوو ، رەوانەی نەخۆشخانەی بکە
• حەز نەکردن لەخواردن ، گۆرانی رەنگی میز • هێڵنج و دڵ پری ، رشانەوە • زەردبوونی چاوو ئازاری سك	هەوکردنی جگەر	• رەاونەی نەخۆشخانەی بکە

• منداڵەکە ناتوانێت بخوات و بخواتەوە • بەناڕەحەتی مەمك دەمژێت . • زیپکەی وردو سوور لەسەر زمان و ناوپۆشی دەمی دەرکەوتووە	• هەوکردنی ناودەم بەهۆی ڤایرۆسی هرپس • سورێژە	• پاراسیتامۆل ، وشلەمەنی سارد • ڕەوانەی بکە ئەگەر بەدخۆراك بوو یان نیشانەی گشتی ترسناکی هەبوو
• پەڵەی سوور لەسەر لەش پاشان دەگۆڕێن بۆ زیپکەی سوور و بچوك لەسەر پشت و سکی منداڵەکە • بەشێوەیەکی گشتی باری باشە . • ئاڵۆشی هەیە ، تایەکەی نزمە .	مێکووتە	• ئەسپرین بۆ تا بەکارمەهێنە . • ئەنتی هیستامین بەکاربهێنە

➢ ئایا منداڵەکە گیرو گرفتی گوێی هەیە ؟

پرسیار بکە: — سەیری بکەو بپشکنە

- ئازاری هەیە ؟ — سەیری گوێی بکەبۆ هاتنە دەرەوەی کێم
- کێم وتەڕی لەگوێیەوە دێت؟ — بزانە لەپشتی گوێیەوە ، هەڵاوساوییەکیبەئازار هەیە .

ئەگەر هەیە ماوەی چەندە ؟

نەخۆشیەکە جیابکەرەوە

• ئاوسانی به ئازار لەپشت گوێ	هەوکردنی ئێسقانی ماستۆید	• یەکەم ژەمی ئەنتیبایۆتیکێکی گونجاوی بدەرێ . • یەکەم ژەمی پاراسیتامۆلی بدەرێ . • بەپەلە ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .
• کێم و تەڕی بۆ ماوەی کەمتر لە ١٤ ڕۆژ ، یان • ئازاری گوێ	هەوکردنی کورتخایەنی گوێ	• ئەنتیبایۆتیکی گونجاوی بدەرێ بۆ ماوەی پێنج ڕۆژ . • پاراسیتامۆلی بدەرێ بۆ ئازار (یەکەم ژەم لەبنکەکە) • دوای دوو ڕۆژ سەیری بکەرەوە .
• کێم لەگوێیەکە دێتە دەرەوەو پتر لە ١٤ ڕۆژی بەسەردا تێپەڕیوە	هەوکردنی درێژ خایەنی گوێ	• بەفتیل ووشکی بکەرەوە . • دوای پێنج ڕۆژ سەیری بکەرەوە .
• گوێیەکە ئازاری نییەو کێم و تەڕی نیە .	هەوکردنی گوێی نییە	• پێویستی بەچارەسەر نییە .

➢ منداڵەکە بپشکنە بۆ بەدخۆراکی و کەمخوێنی :

سەیری بکەو بپشکنە :

- سەیری بکە بۆ لاوازی توند .
- سەیری بەری دەست و پێڵووی چاوی بکە بۆ :
  - بێڕەنگی توند ؟
  - بێڕەنگی کەم ؟
- سەیری هەردوولاقی بکە بۆ ئاوسان .
- کێش و تەمەنی بەپێی چارتەکان بەراورد بکە .

تێبینی :

دەربارەی بوونی نەخۆشی تالاسیمیا لە منداڵەکانی دیکەیدا ، یان لەنێو خزمە نزیکەکانی دا پرسیار لەدایکەکە بکە .لەهەردوو بارەکەدا منداڵەکە ڕەوانەی نەخۆشخانە بکە بۆ لێکۆڵینەوەی زیاتر ، بە تایبەت ئەگەر منداڵەکە کەمخوێنی یەکی توندی هەبوو

جۆری بەد خۆراکی یەکەی دەست نیشان بکە

• زۆر لاوازە . • بەری دەستی و پێڵووی چاوی زۆر بێڕەنگە . • هەردوو قاچی ئاوساوە	بەدخۆراکی توند یان کەم خوێنی توند	• ڤیتامین A بدەرێ . • بێدواکەوتن ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .
• بێڕەنگی یەکی کەم • کێشی لەچاو تەمەنی زۆر کەمە .	کەمخوێنی لەگەڵ بەدخۆراکی (کێشی کەم)	⟸ خۆراکی منداڵەکە هەڵسەنگێنەو لەگەڵ دایکەکە بدوێ دەربارەی خۆراکی منداڵەکە (لاپەڕە ٤٦، ٤٧) – ئەگەر گرفتی خۆراکی هەبوو ،دوای پێنج ڕۆژ بۆ بەدواداچوون سەیری بکەرەوە • ئەگەر بێڕەنگ بوو (Pallor): – ئاسنی بدەرێ . – ئەگەر مەترسی مەلاریا زۆربوو ، دەرمانی دژە مەلاریا . – میبیندازۆلی بدەرێ ئەگەر منداڵەکە دووساڵ یان گەورەتر بوو و ڕەلە شەش مانگی ڕابردوودا وەری نەگرتبوو . • ئامۆژگاری دایکەکەی بکە کەی منداڵەکە بگەڕێنێتەوە . • ئەگەر بێ ڕەنگ بوو ،دوای ١٤ ڕۆژ بیبیننەوە . ئەگەر کێشی کەم بوو ، دوای ٣٠ ڕۆژ بیبیننەوە .
بەبەراورد لەگەڵ تەمەنی کێشی زۆر کەم نییەو نیشانەی دیکەی بەدخۆراکی نییە	کەم خوێنی نییە ، کێشی زۆر کەم نییە	• ئەگەر تەمەنی منداڵەکە لەدووساڵ کەمتر بوو ،خۆراکی منداڵەکە هەڵسەنگێنەو گفتو گۆ لەگەڵ دایکەکە بکە دەربارەی خۆراکی منداڵەکە (سەیری لاپەڕە ٤٧) بکە . –ئەگەر گرفتی خۆراکی هەبوو ، دوای پێنج ڕۆژ سەیری‌بکەرەوە. • بەدایکەکە بڵێ کەی پێویستە بیگەڕێنێتەوە .

ئاکامە خراپەکانی بەدخۆراکی :

١. وەستان یان سست بوونی گەشە ، سست بوونی ڕێژەی زیادبوونی کێش ، یان کەم کردنی کێش لەبەدخۆراکی کورت خایەن دا ، کەمی هەردوو ڕێژەی کێش و بەرزی بەپێی تەمەن لە بەدخۆراکی درێژخایەن دا .

٢. دواکەوتنی قسەو پێگرتن و دواکەوتنی توانای مێشك .

٣. خەمباریو بێهێزی وناچالاکی .

٤. نەخۆشیە سووك و باوەکانی وەکو هەلامەت لەمنداڵی بەدخۆراکدا توندتر ودرێژخایەن ترن .

٥. هەردوو نەخۆشی سورێژەو سکچوون لە منداڵانی بەدخۆراکدا دەبنە هۆی ڕێژەیەکی پتری مردن .

> ئەگەر منداڵێك لەکاتی گەشکەدا هات (چارەسەری کتوپڕی گەشکە):

- منداڵەکە لەسەرلا پاڵ بخە .
- ناودەمی لەدەردراو و لیك پاك بکەرەوەو دڵنیابە لەوەی هەناسەی بەئاسانی بۆ دەدرێت .
- دیازیپام (ڤالیۆم) بەبڕی (٠,٢٥) ملگم / کلگم) زۆر بەهێواشی لەڕێگەی خوێنهێنەرەوە بەڕوون کراوەیی (مخفف) ،یان لەڕێگەی کۆمەوە(پاش راکێشانی دەرمانی ناو ئەمپولەکە بۆناو سرنجەکە ،نیدڵەکە فرێ بدەو بە سرنجەکە دەرمانەکە بکەرە کۆمیەوە) .
- ئەگەر تەمەنی منداڵەکە لە (٦) مانگ کەمتر بوو، رەوانەی بکە .
- ئەگەر تەمەنی منداڵەکە لەنێوان (٦ مانگ بۆ ٥ ساڵ) بوو، پاراسێتامۆڵی بدەرێ و دوای کاژێرێك سەیری بکەرەوە

ئەگەر تایەکەی نەمابوو، وە باش دیاربوو، وە هیچ نیشانەیەکی ترسناکی گشتی نەبوو، لەسەر پاراسیتامۆڵ بەردەوام بەو دوای (٢٤) کاتژمێر سەیری بکەرەوە .

- ئەگەرباشتربوو چارەسەری دیکەی پێویست نیە .
- ئەگەر :

-تایەکەی هەرمابوو .

-توانای مژین و خوارنی کەم بوو .

-نۆرەیەکی دیکە یان پتری گەشکەی بۆ هاتبوو ، رەوانەی نەخۆشخانەی بکە .

- ئەگەر تەمەنی منداڵەکە لە(٦) مانگ پتربوو وە تای نەبوو ، دوای چارەسەری سەرەتایی بێ دواکەوتن رەوانەی بکە .

➢ ژەهراوی بوون Poisoning

ڕێنمایی بۆ پاراستنی منداڵ لەژەهراوی بوون :

١. ئامۆژگاری دایك بكە كەهەموو دەرمانێك و ماددەیەكی كیمیایی دوور لەدەستی منداڵ هەڵبگرێت .

٢. هەرگیز با نەوت ، گاز یان بەنزین لەناو بوتڵی بیبسی و شەربەتدا هەڵنەگرێت .چونكە منداڵ لەوانەیە بەهەڵە بیخواتەوە .

ئەگەر ژەهراوی بوون ڕوویدا :

١. منداڵەكە برشێنەرەوە :

- پەنجە بخەرە ناوقورگی‌یەوە .

- شەرابی ئیپیكاكی Ipicaci بدەرێ .

- یان خوێاوی بدەرێ .

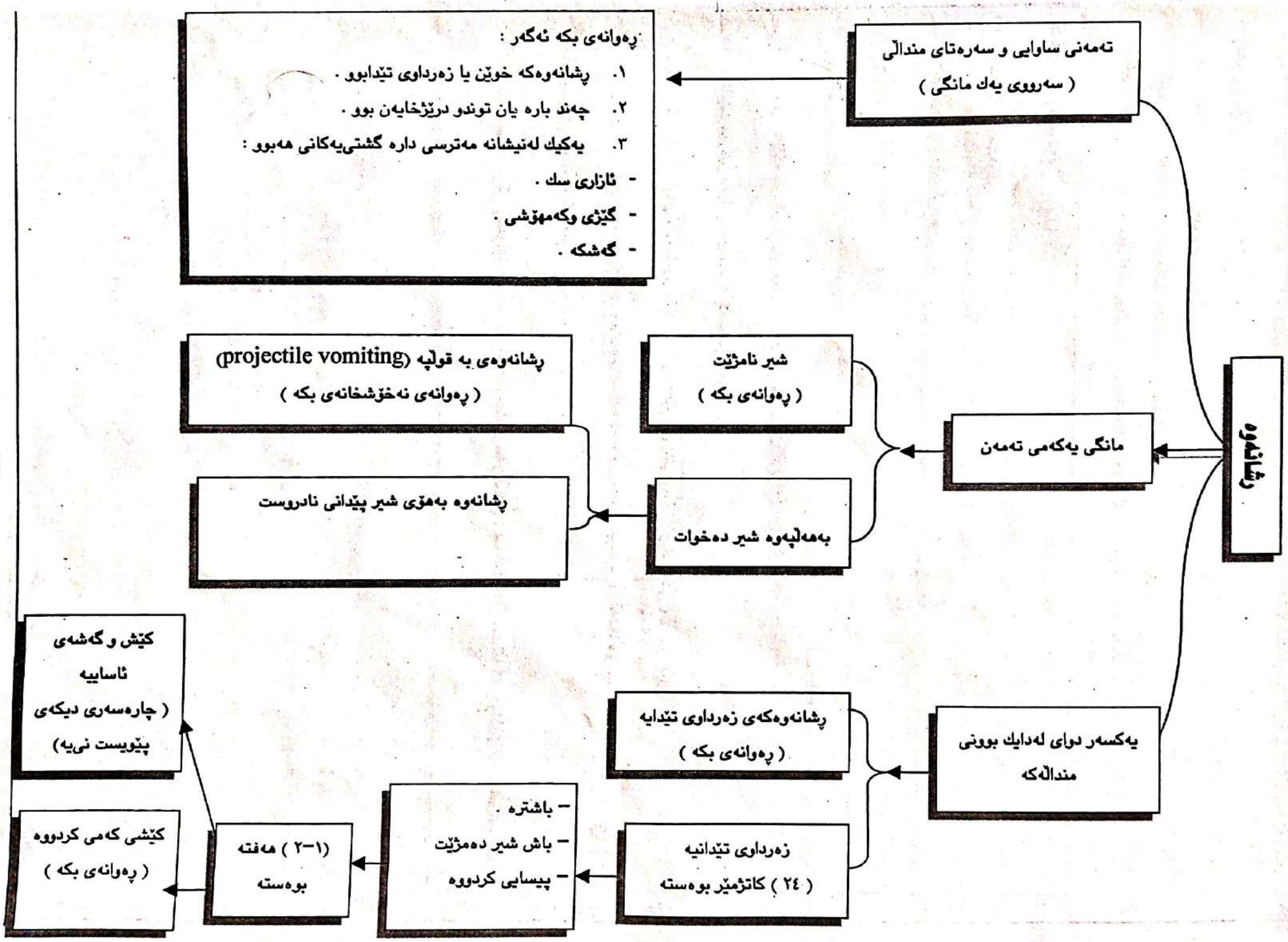
٢. شیر . هێلكە یان ئارداو یان هەندێك خەڵوزی هاڕراوی بدەرێ بیخواتەوە .

٣. نابێت هەرگیز هەوڵ بدەی منداڵە كە برشێنیتەوە ئەگەر :

- نەوت . گاز یان گیراوەی سوتێنەری وەك (ترشی بەهێز یان تفتی بەهێزی وەك فاسی) ی خواردبۆوە .

- ئەگەر زۆرتر لەچوار كاتژمێر بەسەر خواردنی ماددە ژەهراوی‌یەكەدا تێپەڕیبوو، تەنها بۆ خواردنی ئەسپرین نەبێت كە تاماوەیەكی زۆر لەناو گەدەدا دەمێنێتەوە .

➢ لەهەموو بارێكی ژەهراوی بووندا ،دوای چارەسەری سەرەتایی ، بێ دواخستن منداڵەكە ڕەوانەی نەخۆشخانە بكە


ڕشانەوە
یەکسەر دوای لەدایك بوونی منداڵەکە
ڕشانەوەکەی زەرداوی تێدایە
(ڕەوانەی بکە)
زەرداوی تێدانیە
(٢٤) کاتژمێر بوەستە
– باشترە .
– باش شیر دەمژێت
– پیسایی کردووە
(١–٢) هەفتە
بوەستە
کێشی کەمی کردووە
(ڕەوانەی بکە)
کێش و گەشەی
ئاساییە
(چارەسەری دیکەی
پێویست نیە)
مانگی یەکەمی تەمەن
شیر نامژێت
(ڕەوانەی بکە)
بەهەڵپەوە شیر دەخوات
ڕشانەوە بەهۆی شیر پێدانی نادروست
ڕشانەوەی بە قوڵپە (projectile vomiting)
(ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە)
تەمەنی ساوایی و سەرەتای منداڵی
(سەرووی یەك مانگی)
ڕەوانەی بکە ئەگەر :
١. ڕشانەوەکە خوێن یا زەرداوی تێدابوو .
٢. چەند بارە یان توندو درێژخایەن بوو .
٣. یەکێك لەنیشانە مەترسی دارە گشتی‌یەکانی هەبوو :
- ئازاری سك .
- گێژی وکەمهۆشی .
- گەشکە .

- دایکەکە فێر بکە چۆن لەماڵەوە دەرمان لەڕێگەی دەمەوە دەدات بەمنداڵەکە
- ⇦ دەرمانی گونجاو هەڵبژێرەو بە پێ ی تەمەن و کێشی منداڵەکەژەمەکەی دیاری بکە.
- ⇦ هۆی بەکارهێنانی ئەو دەرمانە بۆ دایکەکە ڕوون بکەرەوە .
- ⇦ پیشانی بدە چۆن ژەمە دەرمانەکە پێوانە دەکرێت .
- ⇦ با دایکەکە بەبەرچاوتەوە ژەمە دەرمانەکە پێوانە بکات .
- ⇦ با دایکەکە بە بەرچاوتەوە یەکەم ژەم بدات بەمنداڵەکە .
- ⇦ بەوورییاییەوە ڕوونی بکەرەوە چۆن دەرمانەکە دەدات بەمنداڵەکەو پاشان لەسەر پاکەت یان شوشەی دەرمانەکە بینووسە .
- ⇦ ئەگەر پێویست بوو لەیەك دەرمان پتر بدرێت، بەجیا جیا بەکارهێنانی هەریەکەیان ڕوون بکەرەوە ولەسەر پاکەتەکەیان بینووسە .
- ⇦ پێی بلێ کە پێویستە هەموو ئە وشروب وخە پلانەی بۆ منداڵەکە نووسراوە لەکاتی خۆیدا بیدرێتێ هەتا دەرمانەکە تەواو دەبێت ، هەتا ئەگەر پێش تەواو بوونی دەرمانەکەش منداڵەکە باشتر بوو .
- ⇦ دڵنیا بە لەوەی دایکەکە تێگەیشتوە پێش ئەوەی بنکەکە بەجێبهێڵێ .

- نەنتی بایۆ تیکی گونجاو هەڵبژێرە
- ⇦ بۆ چارەسەری هەوکردنی سنگ ، هەوکردنی توندی گوێ و نەخۆشی توند

	کۆترایمۆکسازۆڵ (ڕۆژی دوو ژەم بۆ ماوەی پێنج ڕۆژ)			ئەمۆکسیسلین (ڕۆژی سێجار بۆ ماوەی پێنج ڕۆژ)	
تەمەن یان کێش	خەپلەی گەورە ٨٠ ملگم ترایمیتۆپریم + ٤٠٠ ملگم سەلفامیتۆکسازۆل	خەپلەی منداڵ ٢٠ ملگم ترایمیتۆپریم + ١٠٠ ملگم سەلفامیتۆکسازۆل	شروب ٤٠ ملگم ترایمیتۆپریم + ٢٠٠ ملگم سەلفامیتۆکسازۆل بۆ ٥ ملتر	خەپلە ٢٥٠ ملگم	شـــــروب ١٢٥ ملگم بۆ ٥ ملتر
٢مانگ – ١٢ مانگ (٤ کگم– کەمتر لە ١٠ کگم)	½ خەپلە	٢ خەپلە	٥ ملتر	½ خەپلە	٥ ملتر
١٢ مانگ بۆ ٥ ساڵ (١٠ – ١٩ کگم)	١	٣	٧,٥ ملتر	١	١٠ ملتر

- ⇦ بۆ چارەسەرکردنی دایزانتری (زەحیری) بەکتری :
- ئەنتی بایۆ تیکی پێویست و کاریگەر لەناوچەکەتدا دژی شیگێلا بەکاربهێنە :
- ئەنتی بایۆتیکی پەسەندی یەکەم دژی شیگێلا : کۆترایمۆکسازۆڵ .
- ئەنتی بایۆتیکی پەسەندی دووەم دژی شیگێلا : نالیدکسیك ئەسید .

	کۆترامۆکسازۆڵ (ترایمیتۆپرم + سەلفامیتۆکسازۆڵ ڕۆژی دوجار بۆ ماوەی پێنج ڕۆژ	نالیدیکسیك ئەسید ڕۆژی چوارجار بۆ ماوەی (٥) ڕۆژ
تەمەن یان کێش	وەکو سەرەوە	خەپلە ٥٠ ملگم
٢مانگ –١٢ مانگ (٤کگم –کەمتر لە ١٠ کگم)		1/4
١٢ مانگ بۆ ٥ ساڵ (١٠ – ١٩ کگم		1/2

چارەسەری کۆلێرا	تتراسایکلین* ڕۆژی چوار جار بۆ ماوەی ۳ ڕۆژ	کۆترامۆکسازۆڵ (ترایمیتۆپریم+ سەلفامیتۆکسازۆل) ڕۆژی دوو جار بۆ ماوەی سێ ڕۆژ	ئریترۆمایسین ڕۆژی چوار جار بۆ ماوەی ۳ ڕۆژ	فیورازۆلیدۆن ڕۆژی چوار جار بۆ ماوەی ۳ ڕۆژ
تەمەن یان کێش	خەپلە ۲٥۰ ملگم *		خەپلە ۲٥۰ ماگم	خەپلە ۱۰۰ملگم
۲مانگ–٦مانگ(٤کگم–کەمترلە ٦ کگم)			1/4	
٤مانگ–۱۲مانگ(٦کگم–کەمترلە ۱۰کگم)	1/2		1/2	
۱۲مانگ بۆ٥ساڵ(۱۰–۱۹ کگم)	۱	وەکو لاپەڕەی پێشوو	۱	1/4
*تتراسایکلین بۆ منداڵی تەمەن کەمتر لە ۸ ساڵ کاتێك بە کار دەهێنرێت ئەگەر هیچ بەدیلێك نەبێت.				

➢ دەرمانی دژە مەلاریا (کلۆرۆکوین) لەڕێگەی دەمەوە

- بۆ دایکەکەی ڕوون بکەرەوە،دوای ئەوەی کلۆرۆکوین دەدات بەمنداڵەکەی،نیوکاژێر چاودێری بکات. ئەگەر لەو ماوەیەدا ڕشایەوە پێویستە ژەمە خەپلەکان دووبارە بکاتەوەو ئەگەر خەپلەی پێویستی نەبوو بگەڕێتەوە بۆ بنکە تەندروستیەکە بۆ وەرگرتنی دەرمانی پتر.
- پێی بڵێ کە لەوانەیە دوای خواردنی کلۆرۆکوین لەشی منداڵەکە تووشی خورو ببێت بەڵام مەترسی نی یە.

کلۆرۆکوین(بۆماوەی سێ ڕۆژ)									
	خەپلە(۱٥۰)			خەپلە(۱۰۰ملگم)			شروب(٥۰ملگم/٥مللتر)		
تەمەن یان کێش	ڕۆژی ۱	ڕۆژی ۲	ڕۆژی ۳	ڕۆژی۱	ڕۆژی ۲	ڕۆژی ۳	ڕۆژی۱	ڕۆژی۲	ڕۆژی ۳
۲مانگ –۱۲ مانگ (٤کگم – کەمتر لە ۱۰ کگم)	½	½	½	۱	۱	½	۷,٥ مل	۷,٥ مل	٥ مل
۱۲ مانگ – ۳ ساڵ (۱۰ کگم – کەمتر لە ۱٤ کگم)	۱	۱	½	۱½	۱½	½	۱٥ مل	۱٥ مل	٥ مل
۳ ساڵ – ٥ ساڵ (۱٤ – ۱۹ کگم)	۱½	۱½	½	۲	۲	۱			

➢ پاراسیتامۆڵ بدە بۆ چارەسەرکردنی تای بەرز (≤ ۳۸,٥ پلەی سەدی) یان بۆ ئازاری گوێ (هەر شەش کاژێر جارێك دادەبەزێت یان ئازاری گوێی دەشکێ)

تەمەن یان کێش	خەپلە (۱۰۰ کلگم)	خەپلە (٥۰۰) ملگم
۲ مانگ – ۳ ساڵ (٤ ساڵ بۆ کەمتر لە ۱٤ کگم)	۱	¼
۳ ساڵ – ٥ ساڵ (۱٤ – ۱۹ کگم)	۱ ½	½

ڤیتامین (ئەی) بدە بەمنداڵەکە

- دوو ژەم ، ژەمی یەکەم لە بنکەی تەندروستی،یەك ژەمیش بدە بەدایکەکە بۆ ئەوەی رۆژیدوای بیداتێ.

تەمەن یان کێش	کەپسولی ڤیتامین (ئەی)		
	٢٠٠،٠٠٠ یەکە	١٠٠،٠٠٠ یەکە	٥٠،٠٠٠ یەکە
هەتا شەش مانگی		½ کەپسول	١ کەپسول
٦-١٢ مانگ	½ کەپسول	١ کەپسول	٢ کەپسول
١٢مانگ- ٥ ساڵ	١ کەپسول	٢ کەپسول	٤ کەپسول

خشتەی بەکارهێنانی ئاسن

- رۆژی تەنها یەك ژەم بۆ ماوەی ١٤ رۆژ

	خەپلەی ئاسن/فۆلیك ئەسید ٢٠٠ ملگم ئاسن +٢٥٠ ملگم *فۆلەیت (٦٠ ملگم ئاسنی بنچینەیی)	شروبی ئاسن ١٠٠ ملگم فیرۆزفیو مارەیت/ ٥ مللتر (٢٠ ملگم ئاسنی بنچینەیی/ ١ مل)
	* مکگم : مایکرۆ گرام	
٢-٤ مانگ(٤-کەمتر لە٦ کگم)		١ مل(کەمتر لە ¼ کەوچکی کوپ)
٤-١٢ مانگ(٦- کەمتر لە ١٠ کگم)		١،٢٥ مل (¼ کەوچکی کوپ)
م)	½ خەپلە	٢ مل (کەمتر لە ½ کەوچکی کوپ)
٣-٥ ساڵ(١٤-١٩ کگم)	½ خەپلە	٢،٥ مل (1/2 کەوچکی کوپ)

لە بنکەی تەندروستی میبێندازۆڵ (٥٠٠ملگم) بە یەك ژەم بدە بە منداڵەکە ئەگەر:

- لە ناوچەکەدا کرمی قولاپی یان کرمی قا مچیدار زۆر بلاوبوو.
- منداڵەکە تەمەنی دوو ساڵ یان پتر بوو.
- منداڵەکە لە ٦ مانگی رابردوودا ئەم دەرمانەی نە خواردبوو.

دایکەکە فێر بکە چۆن لە ماڵەوە چارەسەری هەندێ درم (هەوکردنی) دیاری کراو بکات Local infection

- بۆ دایکەکەی روون بکەرەوە کە چارەسەرەکە بریتی یە لە چی و بۆ چی پێویستە بە کار بهێنرێت.
- هەنگاوەکانی هەر چارەسەرێك بە ووردی باس بکە .
- لە بنکەی تەند روستی سە یری دایکەکە بکەو بزانە چۆن یەکەم ژەم دەدات بە منداڵەکە(جگە لە چارەسەری بۆ کۆکەو هەو کردنی قورگ).
- پێی بڵێ چەند جار لە ماڵەوە پێویستە چارەسەرەکە بە کار بهێنێت .
- دەرمانی پێویست و بە رێژەی پێویست بدە بە دایکەکە بۆ بە کارهێنانی لە ماڵەوە .
- دڵنیابە لەوەی دایکەکە تێگەیشتوە پێش ئەوەی بنکە تەندروستی یەکە بەجێبهێڵێت .

➢ **پاك كردنەوەی گوێ بە فتیل (رۆژی سێ جار)**

- بە رۆیەكی پاك و نەرم ،یان پارچەیەك دەسری كاغەزی بە هێز بە شێوەی فتیل هەڵپێچە .
- فتیلەكە بخەرە گوێی منداڵەكەوە .
- هەركاتێك زانیت فتیلەكە تەڕ بووە دەریبهێنەو بیگۆڕە.
- ئەم كارە چەند جارێك دووبارە بكەرەوە هەتا گوێیەكە تەواو ووشك دەبێتەوە .

➢ **هەوكردن و كولكی ناودەم بە بەكارهێنانی جێنشیان ڤایۆلێت چارەسەر بكە .**

(رۆژی دووجار چارەسەرەكە بەكاربهێنە)

- هەردوو دەستت بشۆ .
- ناودەمی منداڵەكە بشۆ بە بەكارهێنانی پەرۆیەكی پاك ونەرم ،پەرۆیەكە لەسەری پەنجەت بپێچە و لەخوێاوێكی سووكی هەڵكێشەو ناودەمی منداڵەكەی پێبسڕە .
- ناودەمی منداڵەكە بەگیراوەی جێنشیان ڤایۆلێت ڕەنگ بكە .
- پاشان هەردوو دەستت بشۆرەوە .

تێبینی :بەكارهێنانی دڵۆپەی نیستاتین ئاسانترو گونجاوترە ،باشتر وایە ئەگەر هەبوو لەبنكە تەندروستییەكە لەبری جێنشیان ڤایۆلەیت بەكاربهێنرێت هەروەكو لەبەشی دەرماندا روونكراوەتەوە .

➢ **بەبەكارهێنانی مەرهەمی تراسایكلین ی چاو هەوكردنی چاو چارەسەر بكە**

⇦ هەردوو چاوی منداڵەكە ڕۆژی سێجار پاك بكەرەوە :

- هەردوو دەستت بشۆ .
- داوا لە منداڵەكە بكە هەردوو چاوی دابخات .
- پەرۆیەكی پاك و ئاو بەكاربهێنەو بەهێواشی كێم و پیسی چاوی پێبسڕە .

⇦ پاشان مەرهەم (هەتوان) ی تتراسایكلین بەكاربهێنە ، ڕۆژی سێجار :

- بەمنداڵەكە بڵێ سەیری سەرەوە بكات .
- هەندێ لە مەرهەمەكە بكەرە دیوی ناوەوەی پێڵووی خوارەوە .
- پاشان هەردوو دەستت بشۆرە .

⇦ لەسەر چارەسەری بەردەوام بە هەتا سوورایی چاوی نامێنێ ،هیچ مەرهەمێك یان دڵۆپێكی (قەترە) دیكە بەكارمەهێنە.

- ئەو چارەسەرانەی تەنها لە بنکەی تەندروستی بۆ نەخۆشەکە بەکاردەهێنرێن :
  - بۆ دایکەکەی ڕوون بکەرەوە کە سوودو بەکارهێنانی ئەو دەرمانە چییە .
  - ژەمی پێویستی منداڵەکە بەپێی کێشی منداڵەکە (یان تەمەنی) دیاری بکە .
  - سرنج و نیدڵی پاك و بەکارنەهاتوو بەکاربهێنە .
  - دەرزییەکە لەڕێگەی ماسولکە (سمت) ەوە بەکاربهێنە .
  - ئەگەر نەتتوانی منداڵەکە ڕەوانە بکە ، بەپێی ڕێنماییەکان چارەسەری بکە .

دەرزی ئەنتی بایۆتیك لەڕێگەی ماسولکەوە :

بۆ ئەو منداڵانە کەپێویستیان بەڕەوانەکردنی دەست وبرد هەیە ناتوانن لەڕێگەی دەمەوە دەرمانەکە وەربگرن ، یەك ژەم (دۆز) کلۆرامفێنیکۆڵی لەڕێگەی سمتەوە لێبدەو بەپەلە ڕەوانەی بکە ، ئەگەر ڕەوانەکردن لەتوانادا نەبوو:

- ڕۆژی دووجار دەرزییەکەی بۆ بکە بۆ ماوەی پێنج ڕۆژ .
- ئەگەر باشتر بوو ، ئەنتی بایۆتیکی گونجاوی لەڕێگەی دەمەوە بدەرێ .

تەمەن یان کێش	کلۆرامفێنیکۆڵ (٤٠ ملگم / کلگم) ٥مل ئاوی دڵۆپاو بۆ هەر ڤیالێکی (١) گرامی بەکاربهێنە = ٥,٦ مل بەڕێژەی ٨٠ / ملگم / مل
٢–٤ مانگ (٤ بۆ کەمتر لە ٦ کگم)	١مل = ١٨٠ ملگم
٤–٩ مانگ (٦ بۆ کەمتر لە ٨ کگم)	١,٥ مل =٢٧٠ ملگم
٩–١٢ مانگ (٨ بۆ کەمتر لە ١٠ کگم)	٢مل = ٣٦٠ ملگم
١٢ مانگ بۆ ٢ ساڵ (١٠ بۆ کەمتر لە ١٤ کگم)	٢,٥ مل = ٤٥٠ ملگم
٣ ساڵ بۆ ٥ ساڵ (١٤ –١٩ کگم)	٣,٥ مل =٦٣٠ ملگم

چارەسەری منداڵەکە بکە بۆ بەرگرتن لە دابەزینی شەکری ناوخوێن :

⇦ ئەگەر منداڵەکە شیرە خۆرەبوو ، داوا لەدایکەکە بکە بەردەوام بێت لە پێدانی شیری خۆی لەکاتی نەخۆشییەکەدا .

⇦ ئەگەر منداڵەکە توانای مژینی نەبوو ،بەڵام توانای قوتدانی خۆراکی هەبوو :

- شیری دادۆشراوی دایکی بەکەوچك بدرێتێ ، یان شیری قووتو ، ئەگەر هیچ کامیان نەبوو باشەکراوی بدرێتێ .پێش ئەوەی بنکەکە بەجێبهێڵێت با ٣٠–٦٠ مل شیر یان شەکراوی بداتێ .

بۆ گرتنەوەی شەکراوەکە : ٤ کەوچکی کوپی ڕێك (بێزیادە) لەناو ٢٠٠ مل ئاوی پاکدا بتوێنەرەوە .

⇦ ئەگەر منداڵەکە توانای قوتدانی نەبوو : (٥٠ مل) شیر یان شەکراوی لەڕێگەی سۆندەی گەدەوە بدەرێ .

➢ بەدواداچوون (متابعه) Follow up

- هەر کاتێك دایکەکە منداڵەکەی گەڕاندەوە بۆ بەدواداچوون وبەپێی نەخۆشی منداڵەکە هەنگاوی پێویست جێبەجێ بکە هەروەکو لەخوارەوە پیشان دراوە.
- ئەگەر منداڵەکە هیچ گرفتێکی تازەی هەبوو، بارەکەی هەڵبسەنگێنەو گرفتە تازەکەی بەپێی هەڵسەنگاندنەکە چارەسەر بکە وەك هەر نەخۆشێك کە یەکەم جارە دێت بۆ لات.

➢ **هەوکردن سنگ (گەڕانەوەی دوای دووڕۆژ)**

- منداڵەکە بپشکنە بۆ نیشانە گشتی‌یە پرمەترسی‌یەکانی نەخۆشی . (لاپەڕە ٢٢)
- منداڵەکە هەڵسەنگێنە سەبارەت بەکۆکەو ناڕەحەتی لەهەناسەدا .
- پرسیار بکە :
- ئایا هەناسەی منداڵەکە هێواشترە ؟
- ئایا تایەکەی کەمی کردووە ؟
- ئایا خواردنی منداڵەکە باشترە ؟
- چارەسەر :
- ئەگەر چاڵ بوونی نێوان پەراسوەکان یان نیشانەیەکی پرمەترسی گشتی هەبوو ، یەکەم ژەمی ئەنتیبایۆتیکی پەسەندکراوی دووەمی (Second Line treatment) بدەرێ یان یەك ژەم کلۆرامفێنیکۆڵ بەسمت پاشان دەستو برد ڕەوانەی بکە .
- ئەگە تاو خێرایی هەناسەدان و خواردنی هەروەکو خۆی وابوون ،ئەنتی بایۆتیکی پەسەندکراوی دووەمی بدەرێ و بەدایکەکە بڵێ کە دوای دوو ڕۆژ بیگەڕێنێتەوە، یان ڕەوانەی بکە .
- ئەگەر هەناسەی هێواش تر بوو ، تایەکەی کەمتر بوو و وەخوارنی باشتر بوو لەسەر ئەنتی بایۆتیکەکە بەردەوام بە هەتا ماوەی پێنج ڕۆژەکە تەواو دەبێ

➢ **سکچوونی بەردەوام (هێنانەوەی منداڵەکە دوای پێنج ڕۆژ)**

- پرسیار بکە :
- ئایا سکچوونەکەی وەستاوە ؟
- لەڕۆژێکدا چەند جار پیسایی شل دەکات ؟
- چارەسەر
- ئەگەر سکچوونی منداڵەکە نەوەستابوو (هێشتا لەڕۆژێکدا سێ‌جار زیاتر پیسایی شل دەکات) ،باری منداڵەکە هەڵسەنگێنەو چارەسەری پێویستی بکە . پاشان ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .
- ئەگەر سکچوونەکەی وەستابوو ، بەدایکەکە بڵێ کەلەسەر هەمان پەیرەوی خۆراك کەلەگەڵ تەمەنی منداڵەکە گونجاوە بەردەوام بێت .

➢ **زەحیری (دیزانتری) ، گەڕانەوە دوا دووڕۆژ :**

- منداڵەکەهەڵسەنگێنە بۆ سکچوون بەپێی چارتەکە .
- پرسیار بکە :

- ئایا سکچوونەکەی کەمترە ؟
- ئایا خوێنی ناوپیسایی‌یەکەی کەمترە ؟
- ئایا تایەکەی کەمترە ؟
- ئایائازاری سکی کەمترە ؟
- ئایا خواردنی منداڵەکە باشترە ؟

- چارەسەر :

- ئەگەر منداڵەکە ووشکبوونەوەی هەبوو ، چارەسەری ووشکبوونەوەکەی بکە .

- ئەگەر ژمارەی‌پیسایی کردنی ، ڕێژەی خوێن لەپیسایدا ،تا ، ئازاری سك و خواردنی منداڵەکە هەروەکو خۆی بوو یان خراپتر بوو:

- ئەگەر منداڵەکە تەمەنی لە ١٢ مانگ کەمتر بو
- لەکاتی هێنانەوەی دا ووشکبوونەوەی هەبوو .
- لە٣ مانگی ڕابردوودا سووریژەی ووشببو .

} یەکسەر ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە

ئەگەر ئەمانەی سەرەوەی نەبوو :

- ئەنتی بایۆتیکەکە بگۆڕە بۆ ئەنتی بایۆتیکی پەسەندی دووەم دژە زەحیری . بۆماوەی پێنج ڕۆژ بەکاربهێنێت و پاشان منداڵەکە بگەڕێنێتەوە بۆ بنکەی تەندروستی .
- ئەگەر ژمارەی پیسایی کردنەکانی کەمتر بوو ، خوێنی ناو پیسایی یەکەی کەمتر بوو ، تا و ئازاری سکی کەمتر بوو خۆراکی باشتر بوو ، لەسەر هەمان ئەنتی بایۆتیك بەردەوام بە هەتا تەواو دەبێت.

➢ **سووریژە لەگەڵ ئاڵۆزکاری لە چاوو ناودەمدا (گەڕانەوە دوای ٢ ڕۆژ)**

- سەیری چاوی بکە بۆ سووربوونەوەو کێم ، سەیری ناودەمی بکە بۆ برین (کولبون) ،بۆنی ناودەمی بکە .
- چارەسەری هەوکردنی چاو :

- ئەگەر چاوەکە کێمی هەرمابوو ، داوا لەدایکەکە بکە ڕوونی بکاتەوە چۆن لەماڵەوە چارەسەری کردووە. ئەگەر شێوەی چارەسەرەکەی ڕاست بوو ، ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە. ئەگەر شێوەی چارەسەرەکەی ڕاست نەبوو ، شێوە ڕاستەکەی پێ بڵێ.
- ئەگەر کێمەکەی نەمابوو ، بەڵام سووربوونەوەکەی مابوو ، لەسەرچارەسەرەکە بەردوام بە .
- ئەگەر سووربوونەوەو کێمی نەمابوو ،چارەسەرەکە بوەستێنە .

- چارەسەر بۆ هەوکردن وکولی ناودەم :

- ئەگەر کولبونی ناودەمی پتر بوو یان بۆنێکی ناخۆشی لێوەدەهات ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .
- ئەگەر هەوکردنەکە کەمتر بوو یان هەروەکو خۆی وابوو ، لەسەر بەکارهێنانی دڵۆپی‌نیستاتین یان گیراوەی جێنشیان ڤایۆلەیت بەردەوام بەهەتا پێنج ڕۆژەکە تەواو دەبێت .

➢ **تــا ئەگەر لە ٢ ڕۆژ پتری خایاند :**

جارێکی دیکە منداڵەکە هەڵسەنگێنەوە :

چارەسەر:

- ئەگەر منداڵەکە هەر نیشانەی گشتی مەترسیداری هەبوو یان ڕەقبوونی ملی هەبوو ، ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .
- ئەگەر هەرهۆیەکت دۆزییەوە چارەسەری بکە .
- ئەگـەر تاڕادەیـەکی زۆر گومـانت لەتووشـبوون بـە مـەلاریا کـرد ، دەرمـانی دژە مـەلاریای بـدەرێ و بەدایکەکـە بڵــێ دوای دوو ڕۆژ بیگەڕێنێتەوە .
- ئەگەر تاکە بۆ ماوەی حەوت ڕۆژ یان پتری خایاندبوو ، ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .

➢ **هەوکردنی گوێ** (گەڕانەوە دوای پێنج ڕۆژ)

- بارەکە هەڵسەنگێنەوە ، پلەی گەرمی منداڵەکە پێوانە بکە .

چارەسەر :

- ئەگـەر هەڵاوسـانێکی بـەئازار لەپشـتی گـوێ هـەبوو ، یـان تـای بـەرزی هـەبوو(پـتر لـە ٣٨,٥ پلـــەی ســەدی) ، بەپەلەڕەوانــەی نەخۆشخانەی بکە .
- هەوکردنی گوێی کورت خایەن : ئەگەر گوێی ئازار یان تەڕی و کێمـی هـەرمابوو ، بـۆ مـاوەی پێنـج ڕۆژی دیکـەش لەسـەر هـەمان ئەنتی بایۆتیك بەردەوام بەو بەفتیل بەردەوام گوێی پاك بکەرەوە .
- هەوکردنی گوێی درێژخایەن : دڵنیابە لەوەی دایکەکە بەشێوەیەکی دروست گوێی منداڵەکەی پاك دەکاتەوە .
- ئەگەر ئازار و کێمی نەمابوو :دەستخۆشی لەدایکەکە بکە بۆ گرنگی دانی و باڵەسـەر ئـەنتی بایۆتیکەکـە بـەردەوام بێـت هـەتا پێنـج ڕۆژەکە تەواو دەبێت .

➢ **کەمخوێنی :** (هێنانەوەی دوای ١٤ ڕۆژ)

- ئاسن بدە بەدایکەکە بەدایکەکە بڵێ دوای ١٤ڕۆژ بگەڕێتەوە بۆ وەرگرتنی ئاسنی پتر .
- هەموو ١٤ ڕۆژ جارێك ئاسن بدە بە منداڵەکە هەتا دوو مانگ .
- ئەگەر دوای دوو مانگ بەری دەستی منداڵەکە کەم ڕەنگ بوو ، ڕەوانەی بکە .

➢ **کێشی زۆر کەم** (گەڕانەوە دوای ٣٠ ڕۆژ)

- منداڵەکە بکێشەو بزانە کێشی منداڵەکە چۆنە بەپێی تەمەنی جارێکی دیکە خۆراکی منداڵەکە هەڵسەنگێنەوە .
- چارەسەر :

–ئەگەر کێشی منداڵەکە بەپێی تەمەنی زیادی کردبوو ،دەستخۆشی لە دایکەکە بکە بۆ گرنگی پێدانی و چارەسەری درووستی .

- ئەگەر کێشی منداڵەکە لەچاو تەمەنی هەرکەم بوو، پرسیار لە دایکەکە بکە دەربارەی هەر گیرو گرفتێکی منداڵەکـە لـەخۆراکدا. بـە دایکەکە بڵێ دوای مانگێکی دیکە منداڵەکە بهێنێتەوە. هەموو مانگێك ببینە هەتا دڵنیا دەبیت کە خۆراکی منداڵەکـە بـاش بـووەو بەبەردەوامی کێشی زیاد دەکات .

– ئەگەر دڵنیا بوویت لەوەی کە خواردنی منداڵەکە باش نابێت و کێشی زیاد ناکات ، ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .

گفتوگۆو، ئامۆژگاری بۆ دایکەکە :

➢ **لەگەڵ دایکەکەدا گفتوگۆبکە دەربارەی گرفتی منداڵەکە لەخواردن دا :**

⇦ ئەگەر دایکەکە باسی هەر گرفتێکی کرد لەشیرخواردنی منداڵەکەدا ، خواردنی ساواکە هەڵسەنگێنە (لاپەرە ٤٧) . ئەگەر پێویست بوو ، شێوەی دروستی مەمکدان و لەئامێز گرتنی منداڵەکە پیشانی دایکەکەبدە .

⇦ ئەگەر تەمەنی منداڵەکە لە چوار مانگ کەمتر بوو شیری قووتوو یان خۆراکی دیکەی دەخوارد:

- دایکەکە دڵنیا بکەرەوە کە دەتوانێت ئەو برە لەشیری خۆی بەرهەم بهێنێت کە منداڵەکە پێویستی پێیەتی .
- پێی بڵێ زوو زوو مەمك بدات بەمنداڵەکەی و هەر شیردانێکیش لەجاران پتر بخایەنێت و بەرەبەرە لەشیری قووتووەکە کەم بکاتەوە .

ئەگەر هەر پێویست بوو شیری دیکە بخوات:

- با دایکەکە هەتا دەکرێت شیری خۆی بدات بەمنداڵەکە ، هەروەها شەوانیش .
- دڵنیابە لەوەی ئەو شیرەی لەبری شیری دایك دەیدات لەناوچەکەدا شیرێکی پەسەندە .
- دلنیابە لەوەی کە شیرەکە بەشێوەیەکی دروست وپاك و بەبڕی پێویست دابین و ئامادەدەکرێت .
- شیری ئامادەکراو با لەماوەی کاتژمێرێك پتر نەمێنێتەوە .

⇦ ئەگەر دایکەکە مەمەشووشە بەکاردەهێنێت بۆ منداڵەکەی :

- پێی بڵێ لەبری مەمەشووشە کووپ وکەوچك بەکاربهێنێت .
- پیشانی بدە چۆن کەوچك و کوپ بەکاربهێنێت .

⇦ ئەگەر منداڵەکە چالاکانە خواردنی نەدەخوارد :

- بەدایکەکە بڵێ : بەلای منداڵەکەوە دابنیشێت و هانی بدات بۆ خواردن .
- برەخۆراکی تەواو لەدەفرێکی جیاوازدا بۆ منداڵەکە ئامادەبکە .

⇦ ئەگەر لەکاتی نەخۆشی دا منداڵەکە خواردنی باش نەبوو ، ئامۆژگاری دایکەکە بکە :

- زوو زوو مەمك بدات بەمنداڵەکەی هەر شیردانێکیش لەجاران پتر بخایەنێت .
- خۆراکی سووك و جۆراوجۆر و دڵگەرەوە ئامادەبکات و منداڵەکە هان بدات هەتا دەتوانێت بخوات و باشتر وایە کەم کەم و زوو زوو خواردنەکەی پێ بدات .
- ئەگەر منداڵەکە لووتی گیرابوو ، لووتی پاك بکاتەوە .
- چاوەروانی چاکبوونی شەهیەی منداڵەکە بێت لەگەڵ باشتر بوونی بارەکەی .
- لەدوای پێنج رۆژ باری منداڵەکە هەڵسەنگێنەوە .

➢ **ئامۆژگاری دایکەکە بکە کەشلەمەنی پتر بدات بەمنداڵەکەی لەکاتی نەخۆشیدا :**

بۆ هەرمنداڵێکی نەخۆش :

- زوو شیری خۆی بداتێ و هەر جارەش بۆ ماوەیەکی پتر .
- شلەمەنی پتری پێبدات وەك شۆربا ، ئاوی برنج و ماستاو و ئاوی پاك .

بۆ منداڵێك سکچوونی هەبێت :

شلەمەنی بدەرێ هەروەك لەپلانی A و پلانی B چارەسەرکردنی سکچووندا هاتووە .پێدانیشلەمەنی پتر لەوانەیە ژیانی منداڵەکە رزگاربکات .

- **کەی پێویستە منداڵەکە بگەڕێنیتەوە بنکەی تەندروستی**

(هێنانەوە بۆ بەدواداچوون – متابعه)

ئەگەر منداڵەکە ئەم نەخۆشیانەی خوارەوەی هەبوو	بهێنرێتەوە دوای:
- هەوکردنی سنگ . - زەحیری . - مەلاریا – ئەگەر تایەکەی بەردەوام بوو . - تا . - سووریژە لەگەڵ هەوکردنی چاو وناوپۆشی دەم .	دوو ڕۆژ
- سکچوونی بەردەوام . - هەوکردنی گوێی کورت خایەن . - هەوکردنی گوێی درێژخایەن . - گرفت لە خواردندا . - هەرنەخۆشیەکی دیکە ، ئەگەر باش نەبووبوو .	پێنج ڕۆژ
– بێ ڕەنگی (ڕەنگ هەڵبزرکان) .	١٤ ڕۆژ
کەم کێشی لەچاو تەمەندا	یەك مانگ

- هەروەها دایکەکە لەکاتی داهاتووی کوتانی منداڵەکە ئاگاداربکەوەو پێی بڵێ کەی منداڵەکە بگەڕێنێتەوە بەپێی خشتەی کوتان .

- **کەی پێویستە یەکسەر منداڵەکە بگەڕێنیتەوە :**

با دایکەکە یەکسەر منداڵەکە بگەڕێنێتەوە ئەگەر هەریەك لەم نیشانانەی هەبوو :	
هەرمنداڵێکی نەخۆش کە :	• نەیتوانی مەمك بمژێت یان بخوات وبخواتەوە . • نەخۆشیەکەی سەختتر بوو . • تای لێدەرکەوت .
ئەگەر هەوکردنی سنگی نەبوو بەلام :	• خێرایی هەناسەی زیادی کرد . • بەسەختی هەناسەی دەدا
ئەگەر منداڵەکە سکچوونی هەبوو وە:	• خوێن لەپیسایی‌یەکەیدا دەرکەوت . • بەباشی توانای خواردنەوەی نەبوو .

- **گفتو گۆو ئامۆژگاری دەربارەی تەندروستی دایکەکە خۆی :**

• ئەگەر دایکەکە نەخۆش بوو ، گرنگی تەواوی پێبدە، یان ڕەوانەی بکە .

• ئەگەر گرفت لەمەمکیدا هەبوو (وەك هەڵاوسان ، ئازاری گۆی مەمك وهەوکردنی مەمك) ، چارەسەری بکەو ئەگەر پێویست بوو ڕەوانەی بکە

• ئامۆژگاری بکە خۆراکی باش بخوات بۆئەوەی تەندروست ولەش ساغ بێت .

• لەخشتەی کوتانی دایکەکە دڵنیابەو ئەگەر پێویست بو کوتانی دژی دەردەکۆپانی بۆ بکە.

پشکنین و هەڵسەنگاندنی ساوای نەخۆش (تەمەن ١ هەفتە بۆ ٢ مانگ)

➢ **پرسیار لەدایکەکە بکە دەربارەی نەخۆشی ساواکە :**

- بزانە ئەوە سەردانی یەکەم جارەیەتی یان پێشتر سەردانی خۆت یان پزیشکێکی دیکەی کردووە وبۆ ئەم بارە :
  - ئەگەر سەردانی دووەم (واتە بۆ بەدواداچوون — متابعە— بوو) سەیری ڕێنماییەکانی بەدواداچوون بکە .
  - ئەگەر یەکەم سەردانی بوو ، بەم شێوەیەی خوارەوە ساواکە هەڵسەنگێنە :

بەدوای نیشانە مەترسیدارە باوەکاندا بگەڕێ

پرسیاربکە :- ئایا ساواکە گەشکەی هەیە ؟

سەیر بکە :

- خێرایی هەناسەی لەخولەکێکدا بژمێرە ، ئەگەر بەرزبوو دووبارەی بکەرەوە .
- سەیری بکە بۆ چاڵ بوونی سنگ .
- سەیری کونی لووتی بکە بۆ فراوانبوون لەکاتی هەناسەداندا .
- گوێبگرە بۆ نیخەنیخ .

(پێویستە منداڵەکە هێمن بێت)

- سەیری بکەو دەست لەشلکەی سەری بدە بۆ هەڵاوسان .
- سەیری گوێی بکە بۆ تەڕی و کێم .
- سەیری ناوکی بکە ; ئایا سووربۆتەوە یان کێمی پێوەیە ؟ئایا سووربوونەوەکە پێستی دەوروبەری گرتۆتەوە؟
- پلەی گەرمی لەشی پێوانە بکە.ئایا پلەی گەرمی دانەبەزیوە ،یان هەر بەدەست لێدان بزانە گەرم یان سارد نییە؟

- سەیری پێستی بکە بۆ زیپکە وهەوکردن ، ئایا زیپکەی زۆری لەسەرە؟
- بزانە ساواکە کەم هێز یان بێ هۆش نییە ؟
- سەیری جوڵەی ساواکە بکە و ئایا جوڵەی نائاسایی هەیە ؟

باری منداڵەکە پۆلێن بکە

• گەشکە یان • هەناسەی خێرا * یان • بەقووڵداچوونی زۆری سنگ یان • فراونبوونی کونی لووت • نیخەی سنگ یان • بەرزبونەوەی شلکەی سەر • کێم هاتن لەگوێ یان • سووربوونەوەی ناوك و پێستی دەوروبەری . • تا ٣٧,٥٠ پلەی سەدی یان پتر) یان دابەزینی پلەی گەرمی لەش (٣٥,٥ پلە یان کەمتر) یان • زیپکەی کێماوی زۆر لەسەر پێست یان • کەم هێز یان بێهۆش یان • جوڵەی نائاسایی لەش یان ناچالاکی لەش	ئەگەری بوونی هەوکردنی بەکتریایی مەترسیدار	➢ یەکەم ژەمی ئەنتی بایۆتیك لەڕێگەی ماسولکەوە بدەرێ . ➢ چارەسەری بکە بۆ بەرگرتن لە دابەزینی شەکری خوێن . ➢ ئامۆژگاری دایکەکە بکە کە ساواکەی گەرم داپۆشێت لەڕێگا بۆ نەخۆشخانە . ➢ بەپەلە ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .
• سووربوونەوەی ناوك ، یان بوونی کێم لەسەر ناووك یان • زیپکەی کێماوی سەر پێست	هەوکردنی بەکتریایی سنووردار Logal (لۆگاڵ)	➢ ئەنتی بایۆتیکی گونجاوی لەڕێگەی دەمەوە بدەرێ ➢ دایکەکە فێربکە چۆن لەماڵەوە چارەسەری هەوکردنی جێگەیی (لۆگاڵ) دەکات ➢ ئامۆژگاری دایکەکە بکە لەماڵەوە چۆن گرنگی بەساواکەی دەدات . ➢ دوای دووڕۆژ ساواکە بگەڕێنێتەوە

➢ **پاشان پرسیار بکە، ئایا ساواکە سکچوونی هەیە ؟**

پرسیار بکە:	سەیری بکەو دەستی لێبدە :
- ماوەی چەندە ؟ - ئایا خوێن لەپیسایی‌یەکەی دا هەیە ؟	- سەیری باری گشتی منداڵەکە بکە ئایا : منداڵەکە کەم هێزو بێ هۆشە . بێ ئارامە و زۆر دەگری - بزانە چاوی بەقوڵدا چووە . - بەدوو پەنجە پێستی سکی ڕابکێشە .ئایا دەگەڕێتەوە باری ئاسایی: زۆر بەهێواشی (لەدوو چرکە پتری پێدەچێ) ؟ یان بەهێواشی ؟

ووشکبوونەوە

سکچوونی خوێناوی / **سکچوون بۆ ماوەی ١٤ ڕۆژ یان پتر**

دوو لەم نیشانانە : - کەم هێز یان بێ هۆش - بەقووڵداچوونی چاو - دوای ڕاکێشانی پێست زۆر بەهێواشی دەگەڕێتەوە باری ئاسایی	ووشکبونەوەی زۆر	• ئەگەری تووشبوون بەدرمی بەکتریایی ترسناك نەبوو : بەپێی پلانی C چارەسەری بکە. • ئەگەر لەهەمان کاتدا ئەگەری تووشبوون بە درمی بەکتیری هەبوو: – بەپەلە ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە ،با دایکەکە لەڕێگا فڕ فڕ گیراوەی دکسترۆلایتی لەڕێگەی دەمەوە بداتێ .بالەڕێگا شیری خۆی بداتێ .
دوو لەم نیشانانە: - نائارامی و زۆر گریان - بەقووڵداچوونی چاو - ڕاکێشانی پێست بە هێواشی دەگەڕێتەوە	ووشکبونەوەی مامناوەندی	• شلەمەنی وخۆراکی شلەمەنی بدەرێ بۆ چارەسەر کردنی وشکبوونەوە (پلانی B) . • ئەگەر لەهەمان کاتدا ئەگەری تووشبوون بەدرمی بەکتیری هەبوو – بەپەلە ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە با دایکەکە لەڕێگا فڕفڕ گیراوەی دکسترۆلایتی لەڕێگەی دەمەوە بداتێ .بالەڕێگا شیری خۆی بداتێ .
هیچ کام لەو نیشانانەی نی‌یە کە بەهۆی ووشکبوونەوەی توند یان مامناوەندی دەردەکەون	ووشکبوونەوەی نی‌یە	* شلەمەنی بدەرێ بۆ چارەسەری سکچوون لەماڵەوە (پلانی A)

• خوێن لە پیساییدا	زەحیری (دایزانتری)	• بۆ ماوەی پێنج ڕۆژ بە ئەنتی بایۆتیکی دەمی (لەڕێگەی دەمەوە) پەسەند کراو دژی شیکێلا چارەسەری بکە . • بادوای دوو ڕۆژ بگەڕێتەوە بۆ بەدواداچوون

• سکچوون بۆ ماوەی ١٤ ڕۆژ یان پتر	سکچوونی درێژ خایەنی سەخت	• ئەگەر منداڵەکە ووشکبوونەوەی هەبوو، چارەسەری ووشکبوونەوەکەی بکە پێش ڕەوانەکردنی بۆ نەخۆشخانە تەنها ئەگەر مەترسی درمی بەکتریی ترسناك هەبوو. • ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە

پاشان بزانە ساواکە کەم کێش نی‌یە یان گرفتی لە خواردندا نی‌یە؟

پرسیار بکە :

- ئایا لە کاتی مژیندا هیچ گرفتێکی نی‌یە.
- ئایا ساواکە شیری دایک دەخوات؟ ڕۆژی چەند جار؟
- ئایا جگە لە شیری دایک هیچ خۆراکێکی دیکە دەخوات؟ڕۆژی چەند جار؟

چی بەکار دەهێنیت بۆ خۆراك پێدانی ساواکە

سەیری بکە،گوێ بگرە،هەستی پێ بکە :

کێشی بە پێی تەمەنی بەراوورد بکە.

ئەگەر ساواکە لە کاتی خواردن (مژیندا) گرفتی هەبوو،
لە ماوەی ٢٤ کاژێردا کەمتر لە ٨ جار خۆراکی پێدەدرا
خۆراك یان شلەمەنی دیکەی پێدەدرا
کێشی لە چاو تەمەنی کەم بوو.
هەروەها هیچ نیشانەیەکی مەترسیداری نەبوو کە پێویست بە ڕەوانەکردن بکات:

توانای مژینی ساواکە هەڵسەنگێنە:

- ئایا ساواکە لە ماوەی کاژێری ڕابردوودا شیری دایکی مژیوە؟

ئەگەر لە ماوەی کاژێری ڕابردوودا ساواکە شیری پێ نەدرابوو،داوا لە دایکەکە بکە ساواکە بخاتە سەر مەمکی. بۆ ماوەی ٤ خولەك چاو دێری شیر مژینی ساواکە بکە.

- ئەگەر ساواکە لە ماوەی کاژێری ڕابردوودا مەمکی پێ درابوویە دایکەکە بڵێ چاوەڕوان بکات و ئەگەر کاتی خواردنی ساواکەی هات پێت بڵێت.
- ئایا ساواکە باش بە مەمکەوە نووساوە؟
- ئایا ساواکە توانای مژینی باشە (واتە ئۆرە مژینی قوڵ و لەسەر خۆ،هەندێك جار وەستان)

لووتی ساواکە پاك بکەرەوە ئەگەر گیرابوو.

- سەیری ناو دەمی بکە بۆ سووربونەوەو پەڵەی سپی لەسەر ناو پۆشی دەم.

بۆ هەڵسەنگاندنی توانای مژین سەیری بکە:
–چەناگەی بەر مەمکەکە کەوتووە.
–دەمی تەواو کراوەتەوە .
–لێوی خوارەوەی بۆ دەرەوە هەڵگەڕاوەتەوە.
–بەشە تاریکەکەی دەوری گۆی مەمك لە سەرووی دەمی ساواکە پتر دیارە وەکو لە خوارەوە
(هەموو ئەوانەی سەرەوە واتا ساواکە توانای نووسانی بە مەمکەوە باشە)

بۆ هەڵسەنگاندنی خواردنی ساواکە بە پێی ئەم خشتەیەی سەرەوە، سەیری لاپەڕەی داهاتوو بکە.

خواردنی ساواکە هەڵسەنگێنە:

• ناتوانێت بخوات یان • ناتوانێت بنوسێت بە مەمکەکەوە یان • ناتوانێت بمژێت	توانای خواردنی نییە- ئەگەری تووشبون بە درمی بەکتریایی ترسناک	• یەکەم ژەمی ئەنتی بایۆتیکی لە ڕێگەی سمتەوە بۆ بکە. • چارەسەری دابەزینی ڕێژەی شەکری ناو خوێن بکە. • ئامۆژگاری دایکەکە چۆن لە ڕێگابۆ نەخۆشخانە ساواکەی لە سەرما دە پارێزێ. • بەپەلە ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە.
• بە باشی نەنووساوە بە مەمکەوە یان • بەباشی توانای مژینی نییە یان • کەمتر لە ٨ جار شیر پێدان لە ٢٤ کا تژمێردا یان • پێدانی خواردن و خواردنەوەی دیکە جگە لە شیری دایک • کەمی کێش بە بەراوورد لەگەڵ تەمەن یان • کەڕوی ناو دەم (thrush)	گرفتی خواردن یان کەمی کێش	• ئامۆژگاری دایکەکە بکە زوو زوو شیری خۆی بدا بە ساواکە و هەر جارەش تا ئەوڕادەیەکەی ساواکە حەزی لێیەتی (شەو ڕۆژ). • ئەگەر ساواکە باش نەنووسابوو و مژینی باش نە بوو، دایکە فێر بکە چۆن لە کاتی شیرداندا ساواکەی دەگرێتە باوەش و چۆن دەینوسێنێ بە سنگیەوە. • ئەگەر لە ڕۆژێکدا کەمتر لە ٨ جار شیری دەدا بە منداڵەکەی، ئامۆژگاری دایکەکە بکە زوو زوو ئەم کارە بکات. • ئەگەر جگە لە شیری خۆی خواردن و خواردنەوەی دیکەشی پێ دەدا، ئامۆژگاری دایکەکە بکە لە مەودوا پتر شیری خۆی پێبدات و کەمتر خواردنەوەی دیکەی بداتێ وباشتر وایە لەبری مەمەشوشە، کەوچك و کوپ بەکاربهێنێ. • ئەگەر ساواکە لەسەر شیری دایك نەبوو: • ئامۆژگاری دایکەکە بکە چۆن بەڕێگەیەکی دروست شیری قووتوو ئامادە دەکات، وەباشتر وایە مەمەشووشە بەکارنەهێنێت. • ئەگەر کەڕووی ناوپۆشی دەمی هەبوو، ئامۆژگاری دایکەکە بکە چۆن لەماڵەوە چارەسەری دەکات. • ئامۆژگاری دایکەکە بکە چۆن لەماڵەوە گرنگیبەساواکەی بدات. دوای دوو ڕۆژ ساواکە ببینەوە، ئەگەر کێشی کەم بوو، دوای ١٤ڕۆژ سەیری بکەرەوە.
• لەچاو تەمەنی کێشی کەم نییە و هیچ گرفتێکی لە خواردن و مژیندا نییە.	هیچ گرفتێکی نییە	• ئامۆژگاری دایکەکە بکە چۆن لەماڵەوە پتر چاودێری تەندروستی ساواکەی بکات. • دەست خۆشی لەدایکەکە بکە سەبارەت بەگرنگیدانی بەخواردنی ساواکەی.

> چارەسەری ساواکە بکە و ئامۆژگاری دایکەکە بکە

> ئەنتی بایۆتیکی پەسەند لە ڕێگەی دەمەوە

	کۆتریمۆکسازۆڵ ترایمیتۆپریم + سەلفامیتۆکسازۆڵ ڕۆژی ٢ جار بۆ ماوەی ٥ ڕۆژ			ئەمۆکسی سیلین ڕۆژی سێ جار بۆ ماوەی پێنج ڕۆژ	
تەمەن یان کێش	خەپلەی گەورە (٨٠ ملگم ترایمتۆپریم + ٤٠٠ ملگم سەلفامیتۆکسازۆڵ)	خەپلەی منداڵ (٢٠ ملگم ترایمتۆپریم + ١٠٠ ملگم سالفامیتۆکسازۆڵ)	شروبی منداڵ (٤٠ ملگم ترامیتۆپریم + ٢٠٠ ملگم سەلفامیتۆکسازۆڵ) / ٥ مل	خەپلە ٢٥٠ ملگم	شروب ١٢٥ ملگم/ ٥ مل
لە دایك بوون –١ مانگ (کەمتر لە ٣ کلگم)		½ *	1.25 مل		١٫٢٥ مل
١ –٢ مانگ (٣ – ٤ کگم)	¼	١	٢٫٥ مل	¼	٢٫٥ مل

* کۆترایمۆکسازۆڵ بۆ ساوای تەمەن یەك مانگ یان کەمتر بەکارمەهێنە ئەگەر زەردوویی هەبێت.

> یەکەم ژەمی دەرزی ئەنتی بایۆتیك لە ڕێگەی ماسولکەوە

- یەکەم ژەمی بێنزایل پێنسلین لەگەڵ جێنتامایسین بە ماسولکە

کێش	جێنتامایسین ژەم dose: ٢٫٥ ملگم بۆ کلگم	بێنزایل پێنسلین ژەم: ٥٠٠٠٠ یەکە بۆ کگم	
	(١ ئەمپول - ٢ مل - ٢٠ ملگم) یان (٦ مل ئاوی دڵۆپێنراو بۆیەك ئەمپولی ٨٠ ملگم (٢ مل) واتە –١٠ ملگم/ ١ مل)	بۆ هەریەك ڤیاڵی ٦٠٠ ملگرامی (١٠٠٠٠٠٠) یەکە:	
		٢٫١ مل ئاو* بەکاربهێنە واتە ٢٫٥ مل (٤٠٠٠٠٠ یەکە/ ١ مل) یان	٣٫٦ مل ئاوی دەرزی واتە ٤ مل (٢٥٠٠٠٠ یەکە/ ١ مل)
١ کگم	٠٫٢٥ مل*	٠٫١ مل	٠٫٢ مل
٢ کگم	٠٫٥٠ مل*	٠٫٢ مل	٠٫٤ مل
٣ کگم	٠٫٧٥ مل*	٠٫٤ مل	٠٫٦ مل
٤ کگم	١ مل*	٠٫٥ مل	٠٫٨ مل
٥ کگم	١٫٢٥ مل*	٠٫٦ مل	١ مل

* ئەمپولی (٢مل –٨٠ ملگم) بە بێ ڕوون کردنەوە بە ئاوی پاکژکراو بەکار مەهێنە –ئاو واتە ئاوی تایبەتی دەرزی لێدان.

➢ **دایکەکە فێربکە چۆن لەماڵەوە چارەسەری درم لۆکەڵ (سنووزدار) دەکات**

- ڕوونی بکەرەوە چۆن چارەسەرەکە بەکاردەهێنرێت .
- چاودێری بکە کاتێك بۆ یەکەم جار لەبنکەکە چارەسەرەکە بەکاردەهێنێت.
- پێی بڵێ ڕۆژی دووجار چارەسەرەکە بەکاربهێنێت .ئەگەر تووشبوونەکە خراپتر بوو پێویستە بگەڕێتەوە:
- بۆ چارەسەرکردنی هەوکردنی ناوك درمی پێست .
- دەستی پاك بشوات
- بەهێمنی کێم و قەتماغەی سەر پێستە تووش بووەکە بەئاوو سابوون پاك بکاتەوە .
- شوێنەکە ووشك بکاتەوە.
- بەبەکارهێنانی گیراوەی جێنشیان ڤایۆلێت شوێنەکە بۆیە بکات .
- پاشان هەردوو دەستی بشواتەوە .
- بۆ چارەسەرکردنی کەڕووی ناوپۆشی دەم (پەڵەی سپی لەسەر ناوپۆشی دەم):

- هەردوو دەستی پاك بشوات .
- پارچە قوماشێکی نەرم و پاك لەسەری پەنجەی بپێچێت و بەخوێاوێکی ڕوون تەڕی بکات و ناودەمی ساواکەی پێبسڕێت
- بەگیراوەی جێنشیان ڤایۆلەیت ناوپۆشی دەمی بۆیە بکات (ئەگەر لەبنکەکەدا هەبوو ، گیراوەی یان دڵۆپەی نیستاین گونجاوترە) .
- دەستی بشواتەوە.

➢ **کەی ساواکە بگەڕێنێتەوە بۆ بەدواداچوون :**

ئەگەر ساواکە :	بیگەڕێنێتەوە دوای
درمی بەکتریایی لۆکەڵ زەحیری هەرگرفتێك لەخواردندا کەڕووی ناودەم	دوو ڕۆژ
کەمی کێش بەپێی تەمەن	١٤ ڕۆژ

➢ **لەگەڵ دەرکەوتنی هەریەك لەم نیشانانە پێویستە یەکسەر ساواکە بگەڕێنێتەوە بۆلای کارمەندی تەندروستی**

- کەمتوانایی لەخواردن ومژینی شیر .
- نەخۆشتر دەرکەوت .
- تای لێهات .
- هەناسەی خێرابوو .
- بەزەحمەت هەناسەی بۆ دەدرا .
- پیسایییەکەی خوێنی تێدابوو .

➢ گەڕانەوەی بۆ بەدواداچوون

- **هەوکردنی بەکتریایی لۆکەڵ (سنووردار) – هێنانەوەی دوای دوو ڕۆژ**

• سەیری ناوکی بکە ، ئایا سوربوونەوەی ماوە یان کێمی لەسەرە ؟ ئایا سووربوونەوەکە پێستی دەوروبەری گرتۆتەوە؟

• سەیری پێستی بکە بۆ زیپکەی کێماوی ،ئایا زیپکەکان هەرماون ؟

چارەسەر :

• ئەگەر کێم و سووربوونەوەکەی سەرناوك پتر ببوو ، ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .

• ئەگەر باشتر ببوو ، بالەسەر هەمان چارەسەر بەردەوام بێت بۆماوەی پێنج ڕۆژ .

زەحیری (هێنانەوە دوای ٢ ڕۆژ)

ساواکە هەڵسەنگێنەوە بۆ سکچوون .پرسیاربکە :

• ئایا پیسایی کردنی کەمترە ؟
• ئایا پیسایییەکەی خوێنی تێدایە ؟
• ئایا ئازاری سکی کەمترە ؟
• ئایا خۆراکی ساواکە باشترە ؟
• ئایا تای لێهاتووە ؟

چارەسەر :

• ئەگەر ساواکە ووشکبوونەوەی هەبوو ، چارەسەری بکە .

• ئەگەر ژمارەی پیسایی کردنی ، خوێنی ناوپیسایی ،ئازاری سك ، خۆراکی هەروەکو خۆی وابوون یان خراپتربوون ،یان تای لێهاتبوو ،یەکەم ژەمی ئەنتی بایۆتیکی لەڕێگەی ماسوولکەوە بدەرێ و ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .

• ئەگەر ئەم نیشانانەی سەرەوەی هەموو بەرەو باشی بوون وتای لێنەهاتبوو ،لەسەر هەمان چارەسەر بەردەوام بە تا تەواو دەبێت .

بەشی سێیەم

نەخۆشی یەکانی

هەنـــــاو

د. عەبدوڵلا شەریف عەبدوڵلا

ئازاری سنگ Chest Pain

مەبەست لەسنگ ; ناوچەی خوار هەردوو ئێسکی چەناگەو پەراسووەکان لەپێشەوە ، ولەدواوە تاناستی بڕبڕەی پشتی ژمارە دوانزەیە .هەر ئازارێك لەم ناوچەیەدا هەبێت پیێ دەووترێت :ئازاری سنگ .

هۆکارەکانی ئازاری سنگ

١. **نەخۆشیەکانی دڵ** : وەك سنگەدڕێ (ذبحە) Angina pectoris ، جەڵتەی دڵ Myocardial infarction ، هەوکردنی پەردەی دڵ Pericarditis.

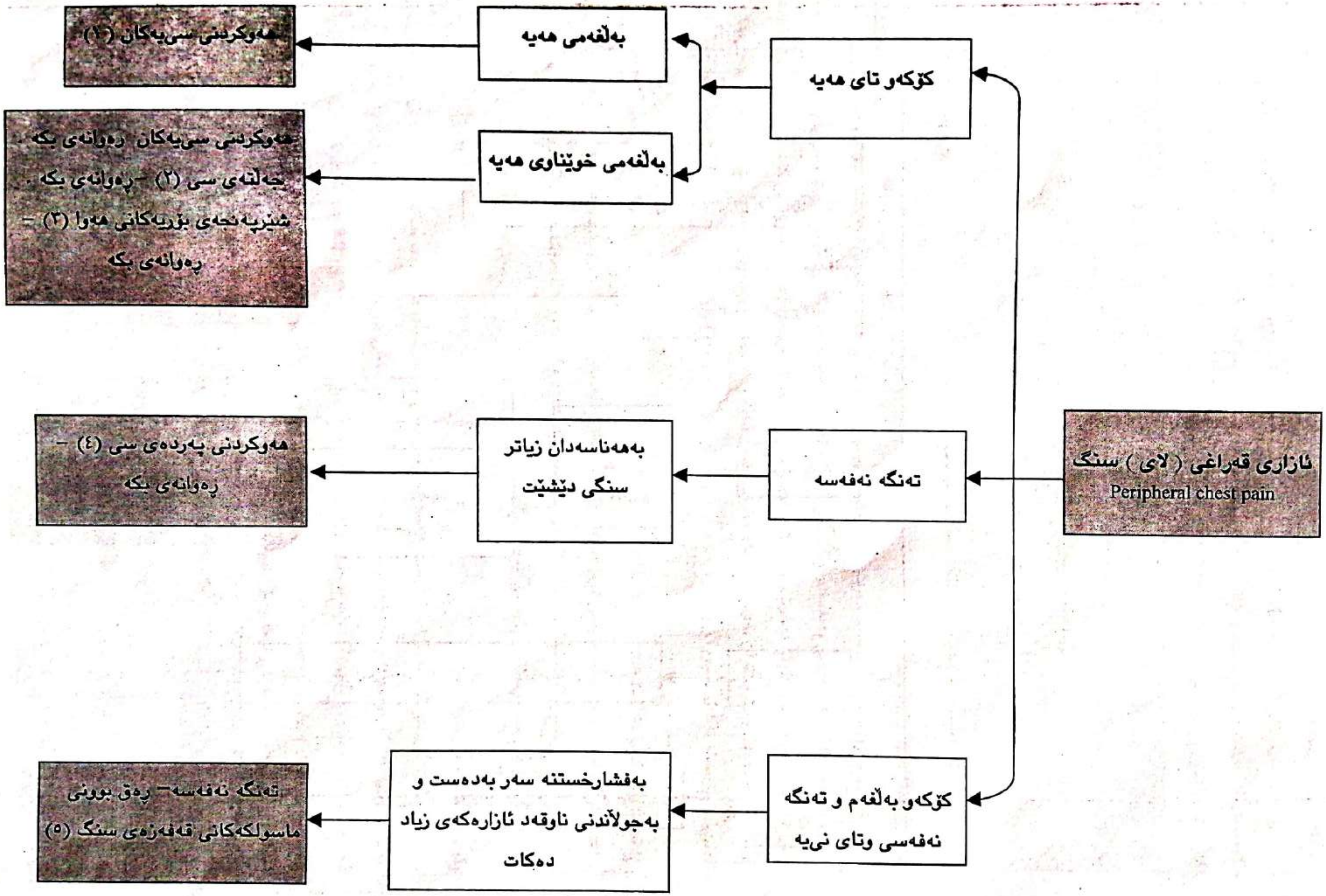
٢. **کۆئەندامی هەناسە** : وەك هەوکردنی سیەکان Pneumonia هەوکردنی پەردەی سی Pleurisy ، کوون بوونی پەردەی سی Pneumothorax ، جەڵتەی سیەکان Pulmonary infarction.

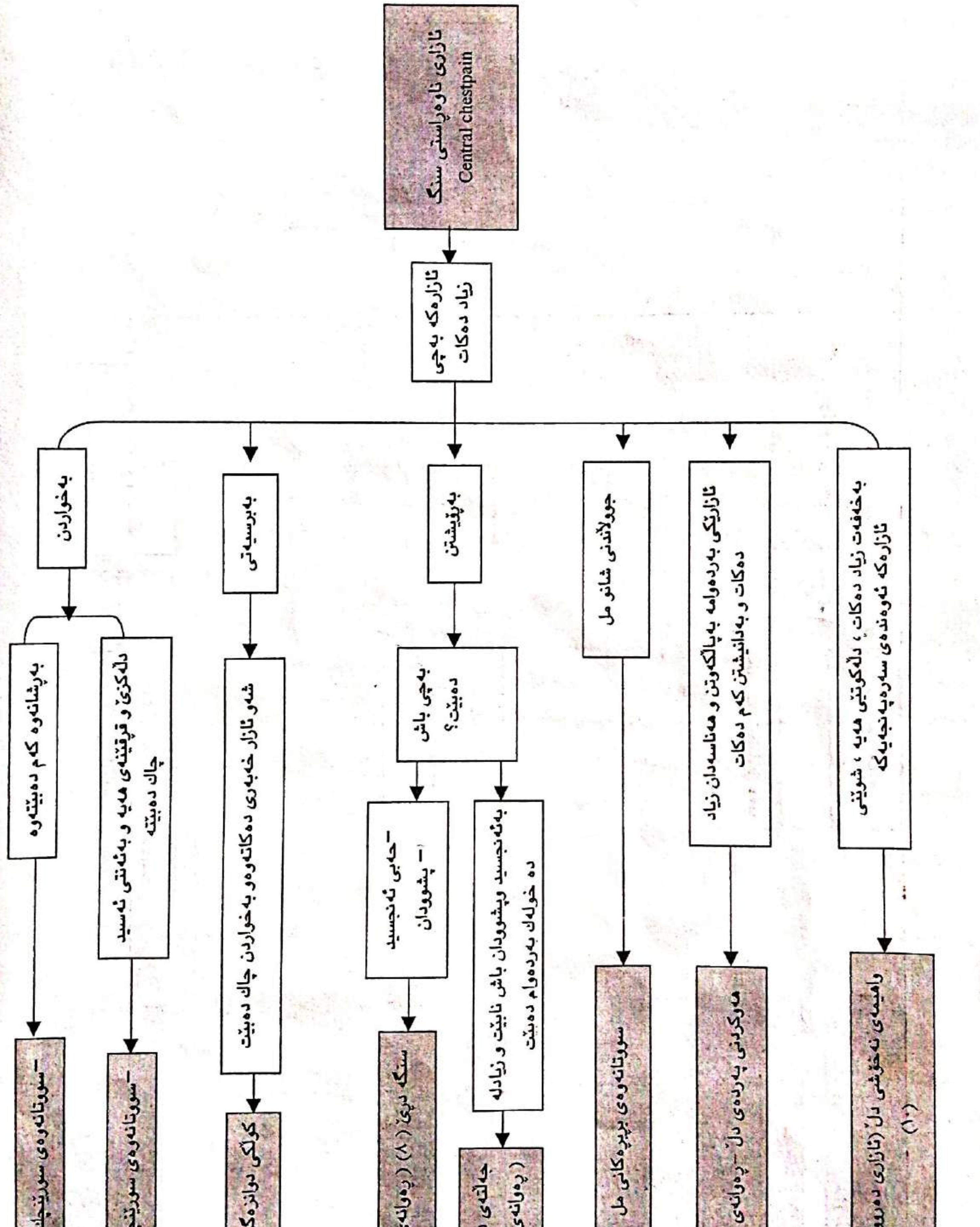
٣. **کۆئەندامی هەرس** : هەوکردنی سورینچك Reflux oesophagitis ، ڕەقبوونی سووریێنچك Oesophageal spasm ، کولکی گەدەو دوانزەگرێ Peptic ulcer.

٤. **نەخۆشیەکانی دیکە** : وەك شکانی پەراسوو ، نەخۆشی دەمارەکان intercostal neuritis (بەتایبەتی دەمارەکانی نێوان پەراسووەکان) ، ئازاری دەروونی یان واهیمەی نەخۆشی دڵ Neurotic chest pain ، نەخۆشیەکانی مەمك وەك : مەمك شیر تێزان Breast engorgment دومەڵی مەمك Breast abscess ،هەوکردنی مەمك Mastitis.

٥. دەشێت ئازاری سنگ سەرچاوەکەی لەدەرەوی سنگەوە بێت (ئازاری گواستراوە) Refered pain بۆ نمونە : لەملەوە (سووانی بڕبڕەکانی مل Cervical spondylosis یان لەسکەوە وەك ئازاری هەوکردنی زراو Acute cholecystitis ویان ژانی بۆری زراو Biliary colic .

٦. ئازاری ماسولکەکانی سنگ بەهۆی ڕەق (گرژ) بوون Muscle spasm.


ئازاری قەراغی (لای) سنگ
Peripheral chest pain
کۆکەو تای هەیە
بەڵغەمی هەیە
هەوکردنی سی‌یەکان (١)
بەڵغەمی خوێناوی هەیە
هەوکردنی سی‌یەکان رەوانەی بکە . جەڵتەی سی (٢) –رەوانەی بکە . شێرپەنجەی بۆرییەکانی هەوا (٣) – رەوانەی بکە
تەنگە نەفەسە
بەهەناسەدان زیاتر سنگی دێشێت
هەوکردنی پەردەی سی (٤) – رەوانەی بکە
کۆکەو بەڵغەم و تەنگە نەفەسی وتای نی‌یە
بەفشارخستنە سەر بەدەست و بەجولاًندنی ناوقەد ئازارەکەی زیاد دەکات
تەنگە نەفەسە– رەق بوونی ماسولکەکانی قەفەزەی سنگ (٥)


ئازاری ناوەڕاستی سنگ
Central chestpain
ئازارەکە بەچی زیاد دەکات
بەخەفەت زیاد دەکات ، دڵەکوتێی هەیە ، شوێنی ئازارەکە ئەوەندەی سەرەپەنجەیەک
واهیمەی نەخۆشی دڵ (ئازاری دەروونی) (۱)
ئازارێکی بەردەوامە بەپاڵکەوتن و هەناسەدان زیاد دەکات و بەدانیشتن کەم دەکات
هەوکردنی پەردەی دڵ – ڕەوانەی بکە
جووڵاندنی شان و مل
سووتانەوەی بڕبڕەکانی مل
بەڕۆیشتن
بەچی باش دەبێت؟
بەئەنجسید وپشوودان باش نابێت و زیادلە دە خولەك بەردەوام دەبێت
جەڵتەی دڵ (۹) (ڕەوانەی بکە)
–حەبی ئەنجسید – پشوودان
سنگ دڕێ (۸) (ڕەوانەی بکە)
بەبرسیەتی
ئەو ئازارە خەبەری دەکاتەوە بەخواردن چاك دەبێت
کوڵکی دوازەگرێ (٦)
بەخواردن
دڵەکزێ و قرقێنەی هەیە و بەئەنتی ئەسید چاك دەبێتە
–سووتانەوەی سوریێچک (۷)
بەڕشانەوە کەم دەبێتەوە
–سووتانەوەی سوریێچك (۷)

١. **هەوکردنی سی یەکان** Pneumonia :

- ئاو وشلەمەنی زۆر بخواتەوە .
- بۆ تای زۆر ، بەخاولیەکی تەڕ نەخۆشەکە فێنك بکرێتەوە .بەکارهێنانی خەپلەی دژە تا بۆ نموونە (ئەسپرین Aspirin) .
- بەکارهێنانی شروبی ئیکسپێکتۆرانت (Expectorant syrup) بۆ نەرم کردنی کۆکەو شلکردنەوەی بەڵغەم وەکو Bromhexin .
- بەکارهێنانی ئەنتی بایۆتیك بۆ نموونە Amoxicillin cap بۆ ماوەی ٧-١٠ ڕۆژ .

دوای فریاکەوتنی سەرەتایی پێویست : ئەم نەخۆشییانەی خوارەوە پێویستە ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێن :

١. کۆکەو بەڵغەمی خوێناوی .
٢. شین هەڵگەڕانی لێوو سەری زمان وپەنجەکانی نەخۆش .
٣. تەنگە نەفەسیەك ببێتە هۆی ئەوەی نەخۆشەکە نەتوانێت پاڵ بکەوێت یان پشوو بدات .
٤. تای بەرزتر لە ٣٩ پلەی سەدی لە ٣ ڕۆژ زیاتر بخایەنێت .

٢. **جەڵتەی سی یەکان** Pulmonary infarction

زیاتر لەو کەسانەدا ڕوودەدات کەنەشتەرگەریان بـۆ دەکرێت و دوای نەشـتەرگەریەکە نـاتوانن بجووڵێـن بـۆ ماوەیـەکی زۆر لەسـەر جێگا دەمێننەوە ، بەتایبەتی لەنەخۆشی بەتەمەندا وئافرەتی سکپڕ و یان ئەوانەی نەشتەرگەری کلۆتی سمت یـان پڕۆسـتاتیان بـۆ دەکرێـت ؛ ئەمەش دەبێتە هۆی مەیینی خوێن لەخوێنهێنەرەکانی قاچ و حەوزدا. ئەم نەخۆشانە دەبێت بەزووترین کات ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێـن ، چونکە ئەم نەخۆشانە پێویستیان بەدەرمانی دژە مەیینی خوێن هەیە وەك دەرزی هێپـارین و خەپلـەی وارفـارین . هـەروەها چـاودێری تایبەتی‌یان پێویستە لەگەڵ نەجووڵان بۆ ماوەیەك و ئەنتی بایۆتیك بۆ ماوەی (١٠) ڕۆژ .

٣. **شێرپەنجەی بۆریەکانی هەناسە** Bronchogenic carcinoma

زۆربەی کات ئەم نەخۆشانە جگەرەکێشی درێژ خایەنن و چەند ساڵێکە لەسەر جگەرە کێشان بەردەوامن . ئەوانەی تووشی شێرپەنجەی سی دەبن ؛ کێشیان کەم دەکات کۆکەو / یان بەڵغەمی درێژخایەنیان هەیە ، لەوانەیە بەڵغەمەکەیان خوێنی پێوەبێت . هەر کەسـێك ئـەم نیشانانەی هەبوو پێویستە ڕەوانەی پزیشکی پسپۆر بکرێت .

٤. **هەوکردن پەردەی سی** Pleurisy

زۆربەی کات گەنج تووشی ئەم نەخۆشیە دەبێت و هیچ مەترسـیەکی نیـەو دوای ماوەیـەك چـاك دەبێتـەوە، بـەڵام هـەندێك جـار ئـەو نەخۆشە تووشی تەنگەنەفەسی دەبێت و مەترسی کۆبوونەوەی ئاو لەپەردەکانی سی‌دا هەیە ، ئەم بارە بەپشکنین بەتیشکی ئێکس - X Ray دەستنیشان دەکرێت .لەووڵاتی ئێمەدا هۆی سەرەکی ئەم نەخۆشیە سیلی سیەکانە Pulmonary TB ،لەبەر ئـەوە پێویسـتە زوو نەخۆشەکە ڕەوانەی پزیشکی پسپۆر کرێت .بۆ چارەسەر کردنی ئازارەکەی پێش ڕەوانە کردن ،خەپلەی ئەسپرین یان گولاجی ئیندۆسید Indomethacin یان هەر بەدیلێکی دیکەی بۆ بنووسە .

٥. **گرژبوون یان کوڵنجی ماسولکەکانی قەفەزەی سنگ Chest wall pain due to Muscular spasm**

هەندێك جار ماسوولکەکانی دەوری قەفەزەی سنگ و نێوان پەراسووەکان گرژو ڕەق دەبن و بەجوڵـەی ناوقـەد ویـان بەفشـاری دەست ئازارەکەیان زیاد دەکات . ئەمە لەکاتێکدا کەتەندروستی نەخۆشەکە باشە هیچ نەخۆشیەکی دیکەی نیـیـە ، بەنەخۆشـەکە بڵـێ کەئەم ئازارە مەترسـی نیـیە ، هـەروەها خەپلـەی دژی ئـازاری بـۆ بنووسـە وەك ئەسـپرین یـان بروفـین ، بـەپـێی زانیـاری دەربـارەی نەخۆشەکە ، شێلان یان مەساج سوودی زۆرە .

٦. **کولکی گەدەو دوانزە گرێ** **Peptic Ulcer**

چارەسەر کردنی کولکی (قرحە) گەدە و دوانزەگرێ :

١. ئامۆژگاری نەخۆشی جگەرەکێش بکە بۆ ئەوەی واز لەجگەرەکێشان بهێنێ ،
٢. بۆ ئازار و دڵەکزێ خەپلە یان شروبی ئەنتی ئەسید بەکاربهێنە .
٣. پارێز : کاتی ئازار باشتر وایە نەخۆش ئەو خواردن وخواردنەوانە نەخوات کەلەوانەیە ئازارەکەی زیاد بکات وەکو خواردنی سوورەوەکراو وسرو پیاز و ترشیات و لیمەندۆزی و بەهارات.
٤. پێویستە نەخۆشەکە ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێت بۆ پشکنینی تەواو .

٦. **ئەم نەخۆشانە بە پەلە بنێرە بۆ نەخۆشخانە :**

- ئەگەر ڕشانەوەکەی خوێنی پێوەبوو یان پیسایییەکەی وەك قیر ڕەش بوو .
- ئەگەر ڕشانەوەی بەردەوامی هەبوو واتە لە ٣ ڕۆژ زیاتر ، چونکە لەم کاتەدا مەترسی گیرانی دەرچەی گەدەی لێدەکرێت .

٧. **هەوکردنی سورێنچك** Reflux oesophagitis

نەخۆشەکی درێژخایەنی سوورێنچکە ، زیاتر مرۆڤی قەڵەو تووشی دەبێت بەتایبەتی ئافرەت .نەخۆشەکە ئازاری خوارەوەی سنگی هەیە وشەوان زیاد دەکات ، هەروەها دڵەکزێ و قرقێنەشی هەیە ، خواردن دەبێتە هۆی سەخت کردنی هەموو ئەو نیشانانە . هۆی ئەم نەخۆشیە گەڕانەوەی خۆراك و ترشەڵۆکی ناو گەدەیە بۆ سوورێنچك کەدەبێتە هۆی سووتانەوەو هەوکردنی بەشی خوارەوەی ناوپۆشی سورێنچك .

- زۆربەی نەخۆشەکان ئافرەتی قەڵەو وتەمەن مام ناوەندین ، باشترە پشتێن نەبەستن ، شتی قورس هەڵنەگرن ، خۆیان لاواز بکەن .
- کاتی پاڵکەوتن نیوەی سەرەوەی لەشیان بەرزبێت بۆ ئەوەی کەمتر تووشی دڵە کزێ بن .
- کەم خۆری هەمیشە خۆر بن ، نەك ژەمی زۆر قورس بخۆن و پاشان لەسەری بخەون ، بادووکاژێر زیاتر دوای خواردن پاڵکەون یان بخەون .
- بەکارهێنانی شروب یان خەپلەی ئەنتی ئەسید .
- ڕەاونە کردنی نەخۆشەکە ئەگەر نەخۆشیەکەی زۆری خایاند یان نیشانەی دیکەی لێدەرکەوت .

٨. **سنگە درێ** Angina pectoris **:**

ئازارێکە لەناوەڕاستی سنگدا هەستی پێدەکرێت ، زۆر جار ئازارەکە بەرەو شانی چەپ یان قۆڵ و دەستی چەپ و مل و ناوشان و شەویلگەی خوارەوە دەگوزارێتەوە .ئەم ئازارە زیاتر لەکاتی ماندووبووندا بۆ نەخۆشەکە دێت و لە ٢ بۆ ١٠ خولەك دەخایەنێت و بەپشوودان و خەپلەی ئەنجیسید نامێنێت .

- نانەخۆش خۆی ماندوو نەکات ، شتی قورس هەڵنەگرێ ، کاری قورس نەکات و هەمیشە خەپلەی ئەنجیسید (Nitroglycerin) ی پیێبێت .
- ئەگەر قەڵەو بوو خۆی لاواز بکات و واز لەجگەرەکێشان بهێنێت .
- لەکاتی تۆرە ئازاردا ، نەخۆشەکە خەپلەیەکی ئەنجیسید بخاتە ژێرزمانی ، ئەگەر باش نەبوو دەتوانێت هەر ٥ خولەك جارێك خەپلە بەکاربهێنێت لەماوەی نیو کاژێردا (٧) خەپلە بەکاربهێنێت .
- فشاری خوێن بگرە ، ئەگەر بەرزبوو یەك کەپسولی ئەدالات Nifedipine لەژێرزمانی بتەقێنە. پاش چارەکێ یان نیو کاژێر فشاری خوێنی بۆ بگرەوە .
- نەخۆشەکە ڕەوانەی نەخۆشخانە بکە.

٩. جەڵتەی دڵ Myocardial Infarction

ئازارەکەی وەکو ئازاری سنگەدڕێ وایە لەشێوەو بلاوبونەوەیدا، بەڵام سەختترەو لە ١٠ خولەك زیاتر دەخایەنێت و بە خەپلەی ئەنجسید و پشودان ناڕوات . نەخۆشەکە ئارەقە دەکاتەوەو هێڵنج و ڕشانەوەی هەیە ، پێویستە ئەم نەخۆشە بە زووترین کات ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێت باشترە ئەگەر پێش ڕەوانەکرنی یەك خەپلەی ئەسپرینی ١٠٠ ملگم بخوات .

١٠ . واهیمەی نەخۆشی دڵ (ئازاری سنگی دەروونی) Cardiac neurosis

ئەم نەخۆشیە لەئەنجامی پەشێوی دەروونیەوە دروست دەبێت ، ئازارەکەی لەوانەیە کەم بێت یان تەواو بێزار کەر بێت .زۆربەی کات نەخۆشەکە وادەزانێت نەخۆشی دڵی هەیە ، هەرچەندە سەرچاوەی ئازارەکە لەدڵەوە نیە . جیاوازی ئازارەکە لەگەڵ نەخۆشی دڵ لەوەدایە کەنەخۆشەکە پەنجەدەخاتە سەر دڵ و دەلێت دڵم ئازاری هەیە لەبری ئەوەی بڵێ سنگم ئازاری هەیە .وە هەروەها نیشانەکانی پەشێوی دەروونی هەیە وەکو (دڵەڕاوکێ – قلق) : دڵەکوتێ ، ووشکی دەم ، دەست لەرزین ،کەم خەوی ، سەرئێشەو گێژی ... تاد .

نەخۆشەکە دڵنیا بکەرەوە کە ئەم ئازارە سەرچاوەی دڵ نیە بەڵکو ئەنجامی پەشێوی دەرونیە. باشترە ئەو کەسانە هێڵکاری دڵیان بۆ بکرێت و پزیشکی شارەزا چارەسەریان بکات بۆیە دوو دڵ مەبە لە ڕەوانەکردنی ئەوانەی زۆر ناڕەحەتن .

تەنگەنەفەسی Shortness of Breath

هەرکاتێك مرۆڤ بەشێوەیەکی سەخت هەستی بەهەناسەدانی خۆی کرد ، ئەوا پێی دەووترێت تەنگەنەفەسە .

هۆکارەکانی

١) **کۆئەندامی هەناسە :** هەوکردنی سیەکان Pneumonia ، ڕەبو Asthma ، تەسك بوونەوەی درێژخایەنی بۆریەکانی هەوا Chronic Obstructive lung disease

٢) **کۆئەندامی دڵ و سووڕی خوێن :** سست بوونی دڵ Heart Failure تەسك بوونەوەی خوێنبەرە تاجیەکانی دڵ Coronary heart disease

٣) **کەم خوێنی :** بەتایبەت ئەگەر ڕێژەی خوێن لە ٦٠٪ کەمتر بێت .

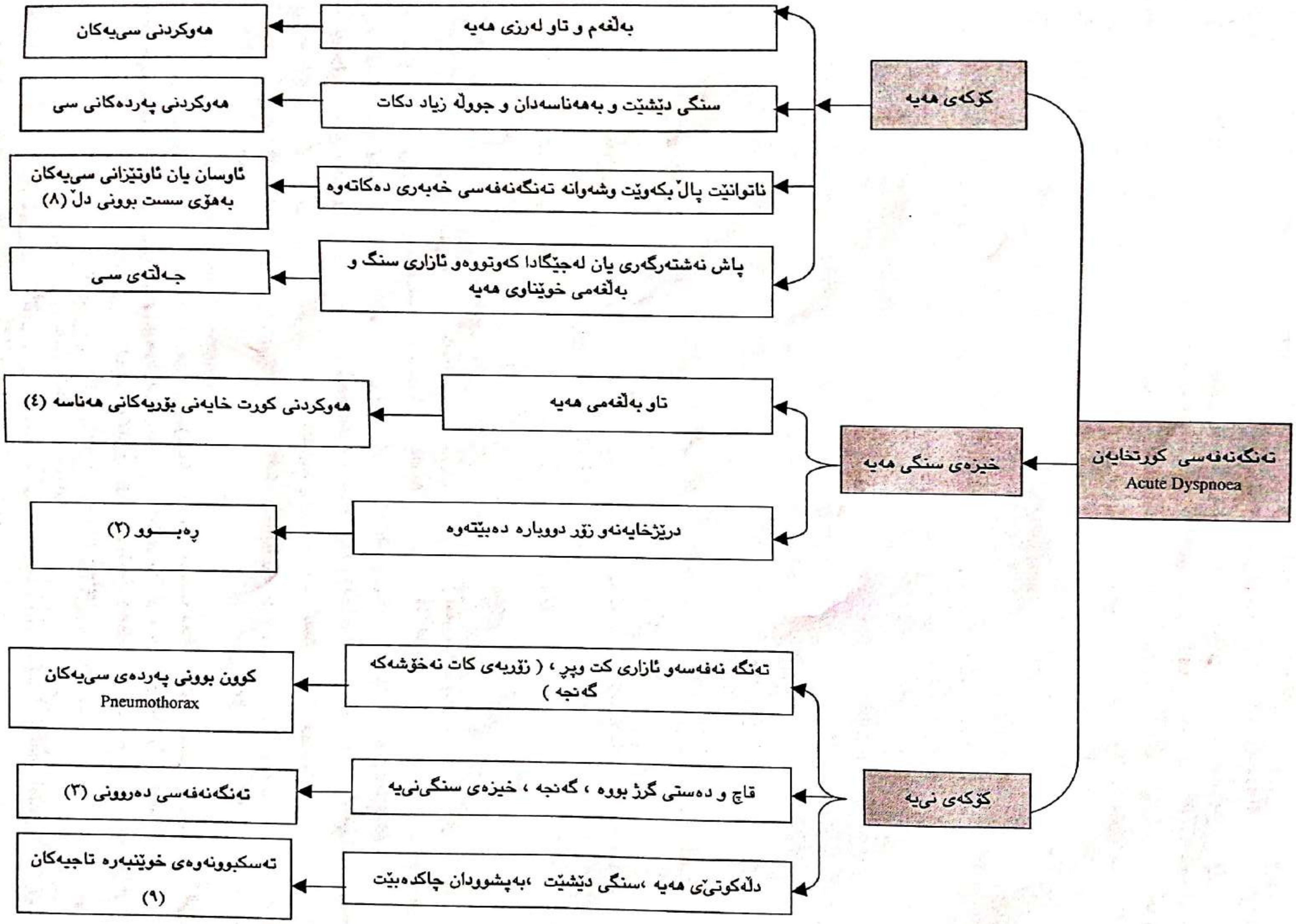
٤) **هۆکاری دیکە :** وەك قەڵەوی ، سك پڕی ، نەخۆشی دەروونی ، سست بوونی گورچیلەکان .

لەم بارانەی تەنگەنەفەسی دا، نەخۆشەکە بنێرە بۆ نەخۆشخانە

١) نەخۆشەکە نەتوانێت پاڵ بکەوێت یان پشوو بدات .

٢) شین هەڵگەڕانی لێوو سەری زمان و سەر پەنجەکانی دەست وقاچ .

٣) تای بەرز کەلە ٣٩ی پلەی سەدی زیاتر بێت و لەسێ ڕۆژ زیاتر بخایەنێت .


تەنگەنەفەسی کورتخایەن
Acute Dyspnoea
کۆکەی هەیە
بەڵغەم و تاو لەرزی هەیە
هەوکردنی سیەکان
سنگی دێشێت و بەهەناسەدان و جووڵە زیاد دکات
هەوکردنی پەردەکانی سی
ناتوانێت پاڵ بکەوێت وشەوانە تەنگەنەفەسی خەبەری دەکاتەوە
ئاوسان یان ئاوتێزانی سیەکان بەهۆی سست بوونی دڵ (٨)
پاش نەشتەرگەری یان لەجێگادا کەوتووەو ئازاری سنگ و بەڵغەمی خوێناوی هەیە
جەڵتەی سی
خیزەی سنگی هەیە
تاو بەڵغەمی هەیە
هەوکردنی کورت خایەنی بۆریەکانی هەناسە (٤)
درێژخایەنەو زۆر دووبارە دەبێتەوە
رەبـــوو (٢)
کۆکەی نی‌یە
تەنگە نەفەسەو ئازاری کت وپڕ ، (زۆریەی کات نەخۆشەکە گەنجە)
کوون بوونی پەردەی سیەکان
Pneumothorax
قاچ و دەستی گرژ بووە ، گەنجە ، خیزەی سنگی‌نی‌یە
تەنگەنەفەسی دەروونی (٣)
دڵەکوتێی هەیە ،سنگی دێشێت ،بەپشوودان چاکدەبێت
تەسکبوونەوەی خوێنبەرە تاجیەکان (٩)

١. تەسك بوونەوەی درێژخایەنی بۆریەکانی هەوا Chronic Obstructive Airway Disease

ئەم نەخۆشیە لەپیاو ژنی بەتەمەن و جگەرەکێشەکاندا زۆرە ، نەخۆش ڕەنگی پێستی ڕەشتاڵەیە (دێزە) ولەوانەیە خوێنی زۆر بێت .لەوانەیە سەرپەنجەکانی دەست وقاچ و سەری زمان ولێوی شین هەڵگەڕابێت . زۆربەیان زستانان کۆکەو بەڵغەمیان هەیە (واتە هەوکردنی درێژخایەنی بۆری هەناسەیان Chronic bronchitis هەیە) .جارجار هەردوو لاقیان دەئاوسێت کە نیشانەی سست بوونی دڵە (نەخۆشی سست بوونی دڵ بەهۆی هەوکردنی درێژ خایەنی بۆری هەناسەوە Cor – pulmonale) . هەندێك لەم نەخۆشانە کەزیاتر کۆکەیان هەیە و زۆر تەنگەنەفەسن بەلاّم بەڵغەمیان نییە و شین هەڵناگەڕێن و ناناوسێن و لاوازن ، ئەوانە سییەکانیان هەڵکفاوە یان فراوان بووە (قەفەزی سنگیان وەك بەرمیل وایە) انتفاخ الرئە Emphysema

چارەسەر :

- ئامۆژگاری نەخۆشەکە واز لەجگەرە بهێنێ و ئەگەر ناتوانێت کەمی بکاتەوە .
- دەرمانی فراوانکەری بۆری هەوابەکاربهێنێت وەك ئەمینۆفلین Aminophylline tab * یان سالبیۆتامۆڵ .
- لەکاتی نۆرەیەکی تەنگەنەفەسی بەهێزدا ئەمپولی ئەمینۆفلین یان نێبولاّیزەر بەکاربهێنە . ئەگەر هەبوو لەگەڵ ئۆکسجیندا (٣–٥) لیتر / یەك خولەك) .
- ئەگەر نیشانەی هەوکردنی سەختی هەبوو وەکو : گۆڕانی ڕەنگی بەڵغەم ، تا ، کەم هێزی ، ئەوا ئەنتی بایۆتیکی بدەرێ وەك Amoxicillin cap یان Co-trimoxazole .
- ڕەوانەکردنی بۆ نەخۆشخانە ئەگەر :

١) نەخۆشەکە نەتوانێت پاڵ بکەوێت یان شوو بدات .
٢) شین هەڵگەڕانی لێوو سەری زمان و سەرپەنجەکانی دەست وقاچ .
٣) تای بەرز لە ٣٩ پلەی سەدی زیاتر بێت و لەسێ ڕۆژ زیاتر بخایەنێت .

٢. ڕەبـۆ (بەرهەنگ) Asthma

زۆربەی ئەو نەخۆشانە پێشتر نەخۆشیەکانیان دەست نیشان کراوە و لەوانەیە دەفەری نەخۆشیە درێژخایەنەکانیان هەبێت .ئەم نەخۆشانە دەم دەم تووشی تەنگەنەفەسی ، خیزەی سنگ و ووشکە کۆکە دەبن .

- ئەگەر جگەرە کێش بوون ، ئامۆژگاریان بکە واز لەجگەرە بهێنن . خۆیان لەتۆز وخۆڵ و گوڵ و گیاو هەوای پیس و دوکەڵ بپارێزن .هەروەها بۆئافرەت گسکدان زیان بەخشە .
- ئاو وشلەمەنی زۆر بخۆنەوە .
- بەخاخی (پەمپی) سالبیوتامۆڵ لەکاتی تەنگەنەفەسی و بۆ خۆپاراستن بەکاربهێنن ،هەروەها خەپلەی سالبیوتامۆڵ یان ئەمینۆفیلین .
- بۆ چارەسەرکردنی نۆرەیەکی تەنگەنەفەسی سەخت Acute Attack

١. بەکارهێنانی نێبولایزەر .
٢. ئەمپولی ئەمینوفلین بەدۆزی ٥ ملگم / کگم لەناو ١٠٠ مل فلوید یان ڕاستەوخۆ بەلاّم لەماوەی ٢٠ خولەکدا یان ئەمپولی سالبیۆتامۆڵ بەشێوەی IV.
٣. ڕەوانە کردن بۆ نەخۆشخانە .
٤. هەڵمژینی هەڵمی ئاوی گەرم .

٣. تەنگەنەفەسی دەروونی Hyperventilation Syndrome

زۆربەی نەخۆشەکان گەنجن (بەتایبەت مێینەن) ، نەخۆشەکە بەخێرایی هەناسە دەدات بەلاّم واهەست دەکات کەسنگ نابێ لە هەوادا، قاچ و دەستیان ساردەو ئارەقی سارد دەکەنەوە، لێویان سڕ دەبێت خیزەی سنگیان نیەو هیچ شوێنێکیان شین نابێتەوە سەریان قورسە و هەناسەدانیان قووڵە وهەوا بەئاسانی دەچێتە سییەکانەوە . زۆربەیان پێشتر جارێك یان زیاتر ئەم بارەیان بەسەر هاتووە Chronic hyperventilation syndrome ، لێدانی دڵیان خێرایە بەلاّم فشاری خوێنیان ئاساییە .

- نەخۆشەکە وکەس وکاری دڵنیا بکەرەوە کەنەخۆشیەکە مەترسی نییە .
- هەندێك جار نەخۆشەکە بەهۆی هەناسەدانی خێراوە دەست وپێی گرژ دەبێت (خوار دەبێت) Carpopedal spasm یارمەتی نەخۆشەکە بدە کە لەکیسەیەکی نایلۆندا هەناسەبدات هەتا ئاسایی دەبێتەوە .

٤. هەوکردنی کورت خایەنی بۆریەکانی هەوا Acute Bronchitis

ئەم نەخۆشە لەوانەیە یەکەم جاری بێت تووشی ئەم بارە ببێت . نەخۆشەکە تەنگەنەفەس دەبێت، کەمێك خیزەی سنگ، کۆکەو بەڵغەم و تای هەیە .بۆ ئەم نەخۆشیە پێویست ناکات هەموو جارێك نەخۆشەکە ڕەوانە بکرێت .

چارەسەر :

- ئاوو شلەمەنی زۆر بخواتەوە .
- ئەنتیبایۆتیك وەك .Amoxicillin cap بۆ ماوەی ٧ بۆ ١٠ ڕۆژ .
- دەتوانی شروبێکی ئیکسپێکتۆرانتی وەك Bromhexin بەکاربهێنێت .
- بۆ تەنگەنەفەسی خەپلەی ئەمینۆفیلین یان خەپلەی سالبیوتامۆل بەکاربهێنە .
- لەکاتی هەوکردنی سەختدا ،جاری واهەیە بەڵغەمەکە کەمێك خوێنی پێوەیە ، ئەگەر زۆری خایاند و نەخۆشەکە بێهێز بوو ، ڕەوانەی بکە .

٥ ئاوسانی سییەکان (ئاوتێزانی سییەکان) Pulmonary Oedema

زۆربەی کات بەهۆی سست بونی کت وپڕی دڵەوەیە ، بەتایبەت لەو نەخۆشانەدا کەماوەیەکی زۆرە فشاری خوێنیان بەرزە و چارەسەری وەکو پێویست بەکارناهێنن یان دوای جەڵتەی دڵ . ئەگەر کارمەندی تەندروستی توانی ئەم بارە دەست نیشان بکات، ئەوا پێش ئەوەی نەخۆشەکە ڕەوانە بکات ، دەتوانێت ئەم چارەسەریانەی بۆ بکات .

نەخۆشەکە دابنیشێت یان پشتی بەرز بێت و پاڵنەخرێت .

١. فشاری خوێنی بگرە ، ئەگەر بەرزبوو یەك کەپسولی نایفیدیپین Nifedipine cap. 10 mg لەژێر زمانی بەقێنە .

٢. ئەگەر ئۆکسجین هەبوو ، ئەوا بەبەردەوامی لەڕێگەی ماسولکەوەبیدەرێ .

٣. ئەمپولی فروسیماید frusemide 20 mg دووئەمپولی بەیەکجار ،ئەگەر ڕەوانەکردنی نەخۆشەکەدواکەوت ،دەتوانی هەر ١٥-٣٠ خولەك جارێك ٤٠ ملگم لازکسی بۆ بکەی هەتا نەخۆشەکە تەنگەنەفەسیەکەی باش دەبێت یان دەتوانێت پاڵ کەوێت، زۆربەی کات نیو کاژێر یان زیاتری پێویستە .

٤. ئەمپولی ئەمینۆفلین Aminophylline 250 mg Amp لەڕێگەی خوێنهێنەرەوە (بکرێتە ناو ١٠٠ مل فلویدەوە) ، ئەمپولەکە پێویستە لەماوەی ٢٠ خولەکدا لێبدرێت وەهەر هەشت کاژێر جارێك دووبارە بکرێتەوە هەتا نەخۆشەکە دەگاتە نەخۆشخانە .

٦. سیلی سییەکان Pulmonary TB (دەردەباریکە)

هەرنەخۆشێك لەسێ هەفتە زیاتر کۆکەی هەبوو یان کۆکەکەی خوێنی پێوەبوو ، پێویستە بیر لەنەخۆشی سیل بکرێتەوە بەتایبەتی ئەگەر پێشتر تووشی ئەم نەخۆشیە بووبێت، یان یەکێکی نزیکی ئەو کەسە نەخۆشیەکەی هەبوو، نیشانەکانی دیکە بریتین لەئارەق کردنەوە شەوانە لەناو جێگەدا ،بێهێزی و دابەزینی کێش ، کەم بوونەوەی خواردن. هەر کەسێك لەسێ هەفتە زیاتر کۆکەی هەبوو ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە بۆ ئەوەی پشکنینی تایبەتی بەتیشکی ئێکس و پشکنینی بەڵغەمی بۆ بکرێت بۆ بەکتریای چیلکەیی سیل (AFB) Sputum analysis for Acid fast bacilli

٧ کەم خوێنی Anaemia

هەرکاتێك ڕێژەی خوێن هاتە خوارەوە بۆ ژێر ٦٠٪ یان کەمتر لە ٥٠٪ ی باری ئاسایی ئەوا نەخۆش هەست بە تەنگەنەفەسی دەکات ، لەسەرەتادا لەکاتی ڕۆیشتن و کاردا، دواتر ئەگەر کەم خوێنیەکە سەختتر بێت لەهەموو بارێکدا نەخۆشەکە هەست بەبێ هێزی و ماندووبوون دەکات .نیشانەکانی دیکەی کەم خوێنی بریتین لە : سەرسوڕان، کەم خواردن، دڵەکوتێ، بێ ڕەنگی پێست وزمان و ناوپۆشی دەم ،بێ ڕەنگی (دیوی ناوەوەی پێڵووی چاو Conjunctiva) . باشتر وایە هەر نەخۆشێك هۆی کەم خوێنیەکەی نەزانرا بوو ڕەوانەی

پزیشكی تایبەت بكرێت بۆ دۆزینەوەی هۆیەكەی. بەهیچ شێوەیەك نابێت بیّ سەپەرشتی پزیشك خوێن بكرێتە نەخۆشەوە، تەنها لەكاتی كتوپڕی و زۆر پێویستدا نەبێت .

زۆربەی ئەوانەی لەوولاّتی ئێمەدا تووشی كەم خوێنی دەبن ئافرەتن ، هۆی ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ سك كردنی زۆر ، گرنگی نەدان بەخۆراكی باش و كاری بەردەوام و پشووی كەم ، هەندێك جا كەم خوێنی لەئەنجامی خوێن لیّ ڕۆیشتنی درێژخایەن وەكو ئەو ئافرەتانەی سووڕی مانگانەیان نارێكە یان ئەو كەسانەی مایەسیریان هەیە ڕوودەدات .

٨ **سست بوونی دلّ** Heart Failure

نەخۆشیەكی زۆر باوە ، هەموو جۆرە نەخۆشیەكی دلّ لەوانەیە ببێتە هۆی سست بوونی دلّ، لەهۆیە سەرەكیەكانی سست بوونی دلّ نەخۆشی بەرزبونەوەی فشاری خوێنە Hypertension، ونەخۆشی تەسكبوونەوەی خوێنبەرە تاجیەكانی دلّ Ischaemic heat disease هەندێك جار سست بوونی دلّ لەئەنجامی نەخۆشی درێژخایەنی سنگەوە ڕوودەدات وەكو (هەوكردنی درێژخایەنی بۆریەكانی هەناسە Chronic obstructive airway disease)

لەسەرەتای نەخۆشیەكەدا ، نەخۆشەكە تەنها بەكاركردن یان بە ڕۆیشتن تەنگەنەفەس دەبێت ، دواتر كۆكەیەكی بەردەوامیان تووش دەبێت و قاچیان دەئاوسێت و فشاری ناو خوێنهێنەرەكانی ملیان بەرزدەبێتەوە Congestive Heart Failure. ئەوانە ناتوانن لەسەر جێگا تەخت پالّ بكەون ولەكاتی خەودا بەهۆی تەنگەنەفەسیەوە خەبەریان دەبێتەوە. بۆ پالّكەوتن زیاد لە سەرینێك یان پشتیەك دەخەنە ژێر سەرو پشتیان. زۆربەی ئەو كەسانە یان فشاری خوێنیان بەرزە یان نەخۆشی خوێنبەرە تاجیەكانیان هەیە Ischaemic Heart Disease . پێویستە ئەم نەخۆشانە ڕەوانەی پزیشكی پسپۆر بكرێن .

ئەگەر نەخۆشەكە تووشی جۆرەیەكی تەنگە نەفەسی سەختی بۆ هات وەكو لەلاپەڕە (٦٠) دا هاتووە ، چارەسەری بكە .

٩ **تەسك بوونەوەی خوێنبەرە تاجیەكان** Coronary Heart Disease

ئەم نەخۆشیە لەوكەسانەدا ڕوودەدات كەتەمەنیان لەسەرووی (٤٠) سالّیەوەیە . هۆكارە مەترسیدارەكان :

- جگەر ەكێشان .
- خۆراكی چەور (چەوری ئاژەلّ) .
- بەرزی ڕێژەی كۆلسترۆل لە خوێندا Hyperlipidaemia
- نەخۆشی شەكرەو بەرزی فشاری خوێن .
- هەلّكەوتەی خێزانی Family predisposition .

ئەم نەخۆشیە لە ئەنجامی تەسك بوونەوەی ئەو خوێنبەرانە ڕوودەدات كەخوێن بۆ ماسولكەكانی دلّ خۆی دەبەن، لەئەنجامدا ماسوولكەی دلّ بڕی پێویست ئۆكسجینی بۆ ناچێت و دەبێتە هۆی ئازاری سنگ لەكاتی ئیشكردن و ماندو بوندا (سنگەدڕیّ) Angina pectoris ، هەندێك جار گیرانی یەكێك لەخوێنبەرە سەرەكیەكان دەبێتە هۆی زیان گەیاندنی زۆر بە ماسولكەی دلّ ولەئەنجامدا جەلّتەی دلّ Myocradial Infaraction ڕوودەدات .

کـۆکـە Cough

لای زۆربەی خـەڵکی ، کۆکـە تەنـها سـەرماو هەڵامـەت دەگەیـەنێت ، کـەتا ڕادەیەك ئەمـە ڕاسـتە ،بـەڵام کۆکـە (بەتایبـەت کۆکـەی درێژخایەن) ، لەوانەیە بەهۆی نەخۆشیەکی درێژخایەن و هەندێك جار ترسناکەوە بێت .

هۆیەکانی کۆکە :

نەخۆشیەکانی کۆئەندامی هەناسە : وەك هـەوکردنی کـورت خایـەنی بەشـی سـەرەوەی کۆئـەندامی هەناسـە Acute Respiratory Tract Infection ، بەرهـەنگ ، هـەوکردنی درێژخایـەنی بۆریـەکانی هەناسـە Chronic Bronchitis ، جگەرەکێشـانی درێژخایـەن ، سـیل ، شێرپەنجەی سی ...تاد .

نەخۆشیەکانی دڵ و سووڕی خوێن: سست بوونی دڵ Heart Failure

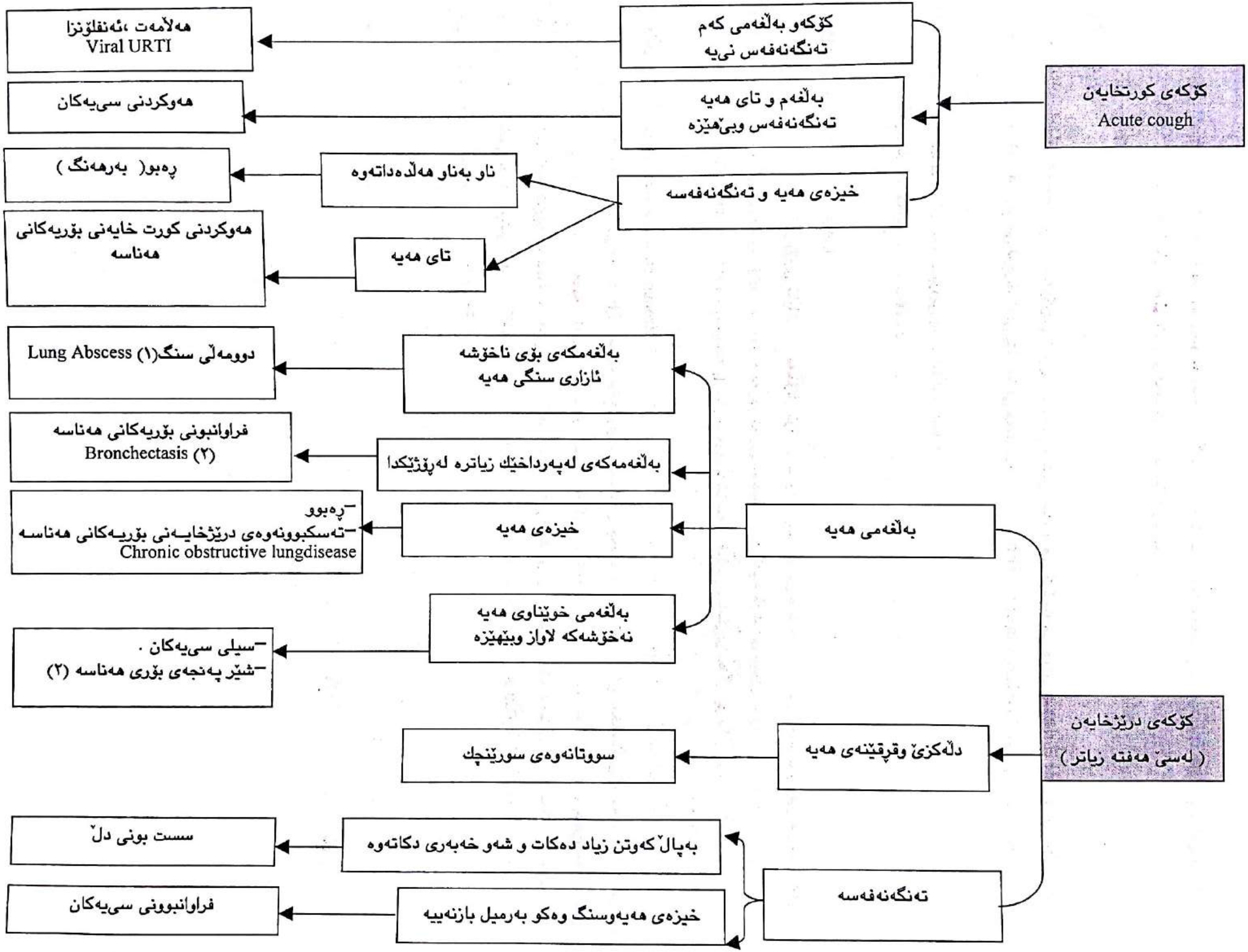
وەك سورێژە، کۆکەڕەشە ، درکەومێکوتە ، هەڵامەت...تاد .

١. **دوومەڵی سیەکان** Lung Abcess

ئەگەر هەوکردنی سیەکان زۆری خایاند یان نەخۆش تووشی هەوکردنێکی قورس هات ئەوا مەترسی دروست بوونی دوومـەڵ هەیـە . نەخۆشەکەکە بەردەوام کۆکەی دەبێت و ووردە ووردە بەرەو لاوازی دەچێت ، لەوانەیـە گۆشـەی نێـوان شـوێنی بەیەکـەوە لکـانی نینـۆك و پەنجەی دەستی نەمێنێ Finger clubbing ، پێویستە بۆ چارەسەری نەخۆشەکە فیلمی تیشکیی سنگی بۆ بگیرێت .

٢. **داخورانی بۆریەکانی هەناسە** Bronchectasis

هەرکاتێك نەخۆش بەڵغەمی هەبێت ،لێی بپرسە بزانە بڕی بەڵغەمەکەی چەندە ، ئەگە زۆربوو یان بەخەملاندن لە پەرداخێك زیاتر بوو لەڕۆژێکدا ئەوا مەترسی ئەم نەخۆشییە هەیە ، لەم بارەدا فیلمی تیشکی سنگ X-Ray نەخۆشیەکە دەردەخـات . ئامۆژگـاری نەخۆشـەکە بکە بۆ ئەوەی بەڵغەمەکەی فڕێبداتە دەرەوە بەیارمەتی یەکێکی دیکە ، بەپـێی شـوێنی فراوانبوونەکـە دەبێـت نەخۆشـەکە پـاڵ بکـەوێت و یەکێکی دیکە لەپشتی بدات خۆشی لەهەمان کاتدا بکۆکێت . باشتر وایـە نەخۆشـەکە شـلەمەنی زۆر بخواتـەوەو ئەگـەر ڕەنگـی بەڵغەمەکـەی گۆڕا بۆ زەرد یان سەوز پێویستە ڕەوانە بکرێت .


کۆکەی کورتخایەن
Acute cough
کۆکەو بەڵغەمی کەم
تەنگەنەفەس نی‌یە
هەڵامەت ،ئەنفلۆنزا
Viral URTI
بەڵغەم و تای هەیە
تەنگەنەفەس وبیٚهێزە
هەوکردنی سی‌یەکان
خیزەی هەیە و تەنگەنەفەسە
ناو بەناو هەڵدەداتەوە
ڕەبو(بەرهەنگ)
تای هەیە
هەوکردنی کورت خایەنی بۆریەکانی هەناسە
کۆکەی درێژخایەن
(لەسێ هەفتە زیاتر)
بەڵغەمی هەیە
بەڵغەمکەی بۆی ناخۆشە ئازاری سنگی هەیە
دوومەڵی سنگ(١) Lung Abscess
بەڵغەمەکەی لەپەرداخێك زیاترە لەڕۆژێکدا
فراوانبونی بۆریەکانی هەناسە
Bronchectasis (٢)
خیزەی هەیە
–ڕەبوو
–تەسکبوونەوەی درێژخایەنی بۆریەکانی هەناسە
Chronic obstructive lungdisease
بەڵغەمی خوێناوی هەیە نەخۆشەکە لاواز وبێهێزە
–سیلی سی‌یەکان .
–شێر پەنجەی بۆری هەناسە (٢)
دڵەکزێ وقرقێنەی هەیە
سووتانەوەی سورێنچك
تەنگەنەفەسە
بەپاڵ کەوتن زیاد دەکات و شەو خەبەری دکاتەوە
سست بونی دڵ
خیزەی هەیەوسنگ وەکو بەرمیل بازنەییە
فراوانبوونی سی‌یەکان

بەڵغەمی خوێناوی: Haemoptysis

پێویستە یەکلای بکەینەوە کەسەرچاوەی خوێنەکە کۆکەیە نەك ڕشانەوە یان خوێن بەربونی لوت . هەرکاتێك نەخۆش بەڵغەمیخوێناوی هەبوو ، ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .

هۆیەکانی :

- **نەخۆشیەکانی سنگ :** سیلی سی ، شێرپەنجەی بۆریەکانی هەوا ، هەوکردنی کورتخایەنی سیەکان Pneumonia ، جەڵتەی سیەکان ، هەوکردنی سەخت یان درێژخایەنی بۆریەکانی هەوا، داخوران و فراونبوونی بۆریەکانی هەوا Bronchectasis.
- **نەخۆشیەکانی دڵ :** تەسك بوونەوەی زمانەی دوانی Mitral Stenosis.
- **نەخۆشیەکانیخوێن :** شێر پەنجەی خوێن Leukaemia.
- **هەندێ لەو خەپلانەی کە مەیینی خوێن کەم دەکەنەوە وەك :** وارفارین Warfarin .

هێڵنج و ڕشانەوە Nausea and Vomitting

هێڵنج واتە ئارەزووکردنی ڕشانەوە یان دڵ پڕی ، بەلاّم ڕشانەوەکە لەوانەیە بەهێڵنج دەست پێبکات : بریتیە لە خاڵی کردنەوە یان هێنانەوەی خواردەمەنی ناو گەدەلەڕێگەی دەمەوە، ڕشانەوە کارێکە لەدەست خۆماندا نیە ، لە ئەنجامی گرژبونی ماسولکەکانی سك و ناوپەنچکەوەیە ، کە دەبێتە هۆی کرانەوەی زمانەی نێوان گەدەو سورێنچك و بەخێرایی دەرپەڕینی خواردنەکە بۆ دەرەوە .

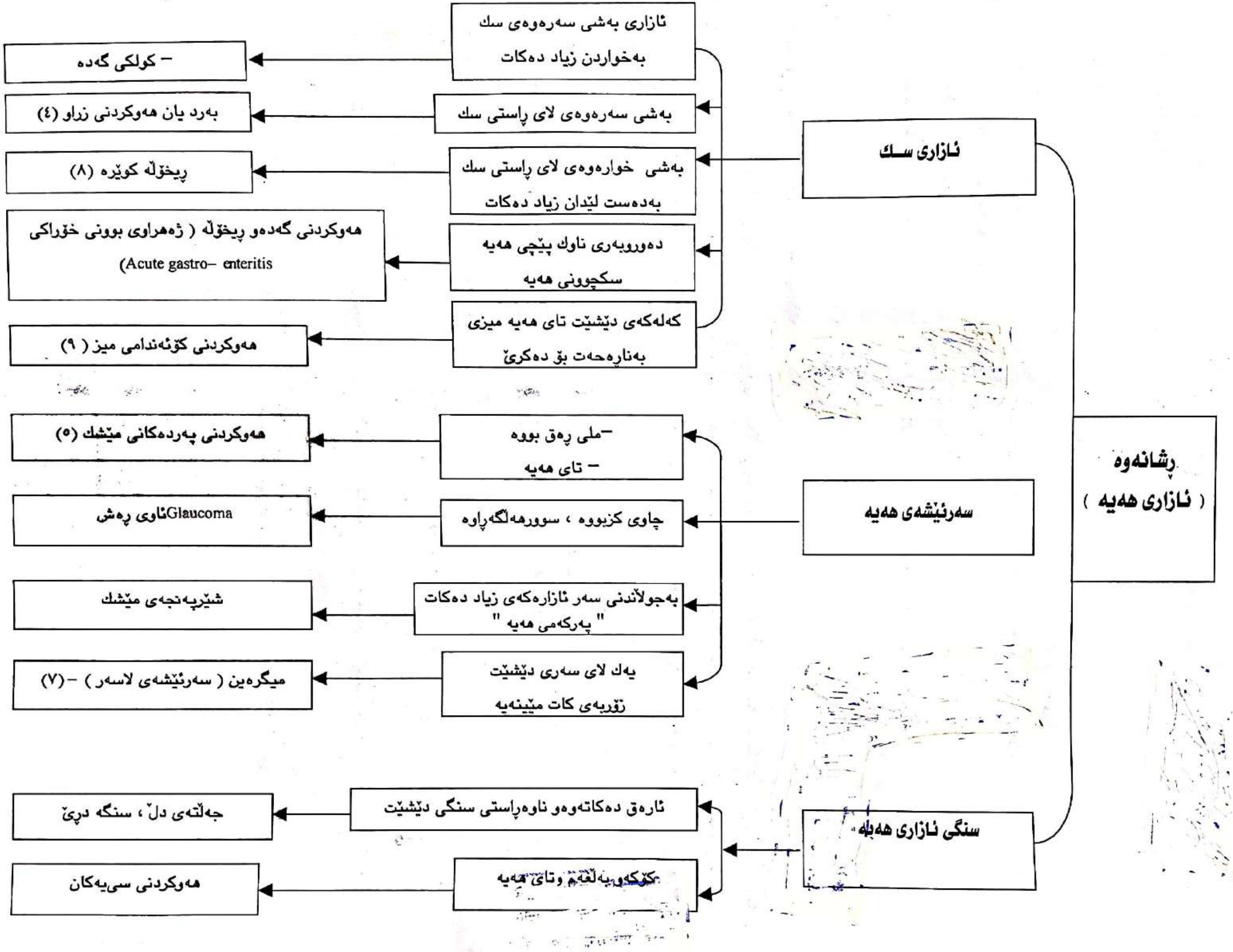
هۆیەکانی :

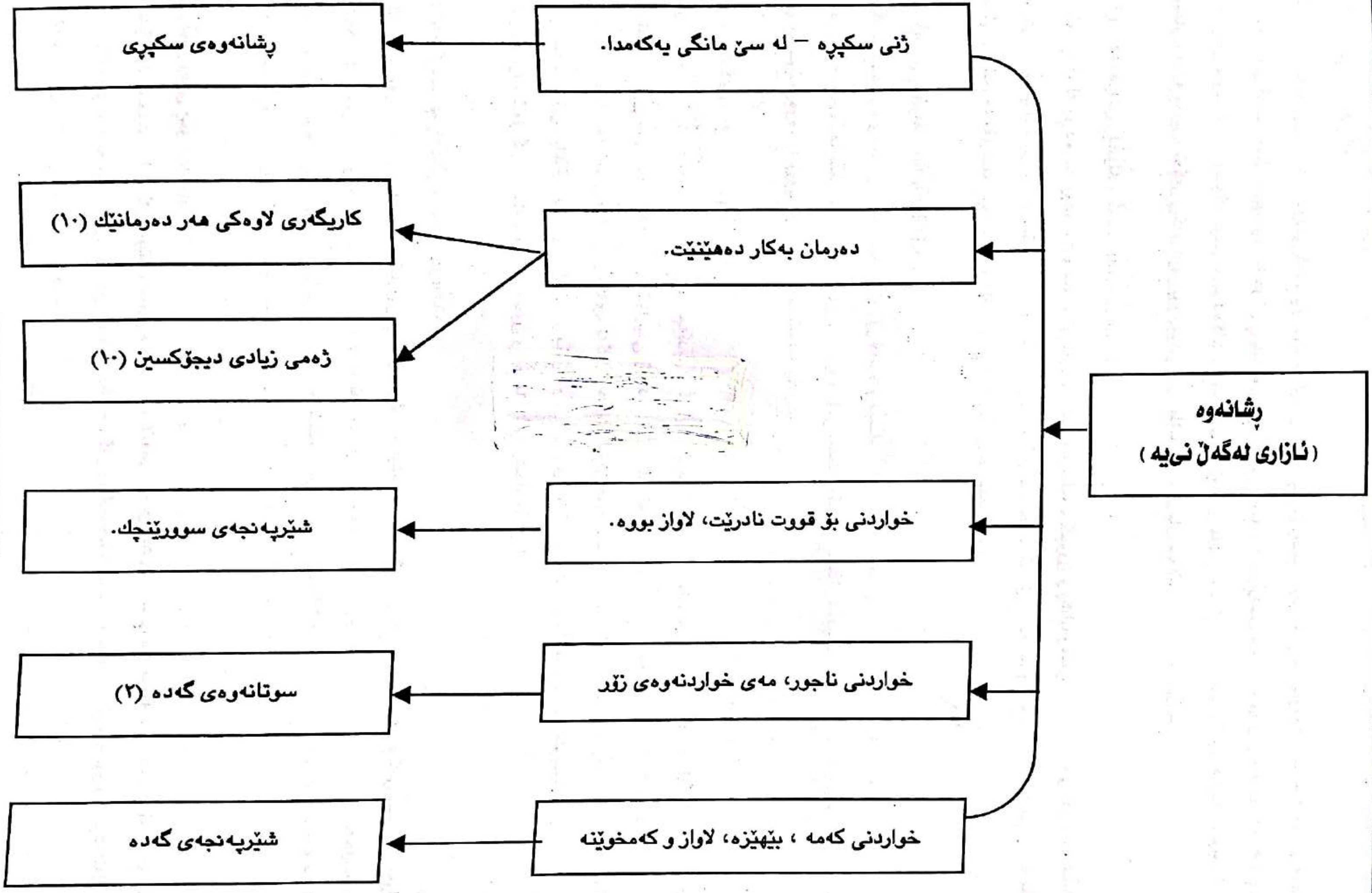
١) **نەخۆشیەکانی کۆئەندامی هەرس :** هەوکردنی گەدەو ریخۆڵەکان ، کوڵکی گەدە و دوازدەگرێ ، گیرانی ریخۆڵە ، ژەهراوی بوونی خۆراکی ...تاد.

٢) **دەرمان :** وەك دیجۆکسین ، مەی (ئەلکهول) .

٣) **هۆی دیکە وەك:** سك پڕی ، سست بوونی دڵ ، جەڵتەی دڵ ، سست بوونی گورچیلە ، ژانی گورچیلە و بۆری میز (حالب) ، زۆربەی درمەکان Infections لەمنداڵدا .

٤) **هۆکانی کۆئەندامی دەمار :** سەرئێشە (لایەکی سەر - شەقیقە) ، هەوکردنی گێی ناوەوە ، گوێی ناو مێشك (ورم الدماغ)


ڕشانەوە
(ئازاری هەیە)
ئازاری سـك
ئازاری بەشی سەرەوەی سك
بەخواردن زیاد دەکات
– کولکی گەدە
بەشی سەرەوەی لای ڕاستی سك
بەرد یان هەوکردنی زراو (٤)
بەشی خوارەوەی لای ڕاستی سك
بەدەست لێدان زیاد دەکات
ڕیخۆڵە کوێرە (٨)
دەورویەری ناوك پێچی هەیە
سکچوونی هەیە
هەوکردنی گەدەو ڕیخۆڵە (ژەهراوی بوونی خۆراکی
(Acute gastro– enteritis
کەلەکەی دێشێت تای هەیە میزی
بەنارەحەت بۆ دەکرێ
هەوکردنی کۆئەندامی میز (٩)
سەرئێشەی هەیە
–ملی ڕەق بووە
– تای هەیە
هەوکردنی پەردەکانی مێشك (٥)
چاوی کزبووە ، سوورهەلگەڕاوە
Glaucomaئاوی ڕەش
بەجولاَندنی سەر ئازارەکەی زیاد دەکات
" پەرکەمی هەیە "
شێرپەنجەی مێشك
یەك لای سەری دێشێت
زۆربەی کات مێینەیە
میگرەین (سەرئێشەی لاسەر) –(٧)
سنگی ئازاری هەیە
ئارەق دەکاتەوەو ناوەڕاستی سنگی دێشێت
جەڵتەی دڵ ، سنگە درێ
کۆکەو بەلغەم وتای هەیە
هەوکردنی سییەکان


ڕشانەوە
(ئازاری لەگەڵ نی‌یە)
ژنی سکپڕە – لە سێ مانگی یەکەمدا.
ڕشانەوەی سکپڕی
دەرمان بەکار دەهێنێت.
کاریگەری لاوەکی هەر دەرمانێك (١٠)
ژەمی زیادی دیجۆکسین (١٠)
خواردنی بۆ قووت نادرێت، لاواز بووە.
شێرپەنجەی سوورێنچك.
خواردنی ناجور، مەی خواردنەوەی زۆر
سوتانەوەی گەدە (٢)
خواردنی کەمە ، بێهێزە، لاواز و کەمخوێنە
شێرپەنجەی گەدە

١) گیرانی دەرچەی گەدە Pyloric Stenosis :-

ئەم نەخۆشانە زۆربەی کات کولکی گەدە یان دوانزە گرێیان بووە، پێیان زانیبێت یان نا، پاش ماوەیەك لە هەوکردنی دووبارە بۆوە، دەرچەی گەدە تەسك دەبێتەوە. نەخۆش ڕشانەوەی بەردەوامی هەیە کە خواردنی بۆگەن بووی چەند ڕۆژ لەوە و پێشی تێدایە، پاش ماوەیەك نەخۆشەکە کێشی کەم دەکات و لاواز دەبێت. زۆربەی کات پێویستیان بە نەشتەرگەری هەیە. پێویستە ئەو نەخۆشان ڕەوانە بکرێن، ئەگەر ڕێگای دوور بوو، پێش ئەوە فلۆید (ڕینگەر یان سەلاین) یان بۆ هەڵبواسە.

٢) هەوکردنی ڕیخۆڵە و گەدە Gastroenteritis :-

نەخۆشیەکە لە پڕ دەست پێدەکات و سەرەرای ئازار و پێچی ناو سك، سکچوون و ڕشانەوەشی هەیە، زۆربەی ئەو نەخۆشانە بە ماوەیەکی کورت چاك دەبن و پێویستیان بە ڕەوانەکردن نییە، ئەگەر سك چوونەکە زۆری خایاند و نەخۆشەکە نەیتوانی بە باشی شلەمەنی بخواتەوە، ئەو کاتە پێویستی بە فلۆید دەبێت لە ڕێگەی خوێنهێنەرەوە.

٣) گیرانی ڕیخۆڵە Intestinal Obstruction :-

جگە لە ڕشانەوە و سك چوون، نەخۆشەکە زۆر قەبزە و پیسایی ناکات. سك ئێشەی دەم دەمی هەیە لە شێوەی ئازارێکی زۆر وەکو پێچ وایە. هەروەها سکی دەئاوسێت و وورده وورده بۆنی ڕشانەوەکەی ناخۆشتر دەبێت. باشتر وایە دوای دانانی فلۆید لە ڕێگەی خوێنهێنەرەوە. بە زوویی ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێت.

٤) هەوکردنی زراو Cholecystitis :-

زۆربەی ئەو نەخۆشانە ئافرەتی قەڵەون کە چەندین سکیان کردووە، زیاد لە ٩٠٪ یان بەردی زراویان هەیە، لە پشکنینی سکدا بە دەست لێدانی لای ڕاستی سکیان هەست بە ئازارێکی زۆر دەکەن، ئەگەر لە کاتی دەست خستنە سەر ئەو شوێنە واتە لای ڕاستی سەرەوەی سك داوای هەناسەی قوڵیان لێ بکەی، لەگەڵ دەست داگرتن هەناسەیان ڕادەگرن لە بەر ئازاری زۆر Murphy's Sign. لە کاتی نۆرەیەکی ئازاردا باشترە دەرزی ئازاریان بۆ بکرێت وەك ئەمپولی Diclofenac amp. 75 mg بە سمت. فلۆیدیان بۆ هەڵبواسرێت (کلوکۆز و ۆتر) و ئامۆژگاریان بکە خواردن نەخۆن و ڕەوانەی نەخۆشخانەیان بکە.

٥) هەوکردنی پەردەکانی مێشك Meningitis :-

ڕشانەوە، سەرئێشە ، تا ، لەگەڵ تێکچوونی ڕادەی هۆش لە نیشانە سەرەکیەکانی هەوکردنی پەردەکانی مێشکن. لەوانەیە نەخۆشەکە ملی ڕەق ببێت و نەتوانێ بەدەست سەری بە ئاسانی بۆ پێشەوە و دواوە بجولێنێت Neck Rigidity. ئەگەر نەخۆشێك ئەم نیشانانەی هەبوو، باشتر وایە بە زووترین کات ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێت. ئەگەر نەخۆشەکە تای بەرزی هەبوو باشتر وایە فێنك بکرێتەوە و پێش ڕەوانە کردن خەپلەی پاراسیتامۆڵ یان ئەسپرینی بدرێتێ .

٦) ئاوی ڕەشی چاو Glaucoma :-

هەندێك جار نەخۆش چاوی کز دەبێت و سوور دەبێتەوە و لایەکی سەری دێشێ. بەهۆی بەرزبوونەوەی پەستان لە ناو چاویاندا، لە هەمان کاتدا لەوانەیە نەخۆشەکە ڕشانەوەی هەبێت. ئەگەر لەگەڵ ڕشانەوەدا نەخۆشەکە چاوێکی کز بوو بوو وە نیشانەی ئاوی ڕەشی هەبوو، پێویستە ڕەوانەی پزیشکی پسپۆر بکرێت.

٧)سەر ئێشەی لا سەر - میگرەین - Migrain :-

زۆربەی ئەو نەخۆشانە ئافرەتن، سەرئێشەکەیان ٤ - ٤٨ کاژێر دەخایەنێت. بە تاریکی و بێدەنگی ئازاریان کەم دەبێتەوە و لەوانەیە رشانەوەیان هەبێت. نەخۆشەکە لایەکی سەری دێشێت و دەرشێتەوە. هەموو جارێك نەخۆشەکە ناچار دەبێت لە جێگەدا بکەوێت. لەوانەیە یەکێك لە ئەندامانی خێزان یان خزمێکی نەخۆشەکە هەمان نەخۆشی هەبێت. پێش دەست پێکردنی ئۆرە ئازارەکە لەوانەیە نەخۆشەکە هەستی پێبکات بەوەی دڵی پڕ دەبێت ، چاوی ڕەشکە و پێشکە دەکات و وێنەی جۆرا و جۆری تیشك دێتە بەر چاوی. ئەگەر نەخۆشەکە پێشتر زانیاری دەربارەی نەخۆشیەکەی نەبوو، باشتر وایە ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێت.

چارەسەر بۆ ئازار :-

- شافی ئیندۆسید یان هەر حەپلەیەکی ئازار کوژە وەك ئەسپرین ، پاراسیتامۆڵ ، پرۆفین.
- دەرزی یان شافی میتۆکلۆپرەماید .
- بۆ ئەو نەخۆشانەی کە بۆ یەکەم جار دەستنیشان دەکرێن یان سوود لە ئازارکوژەکان وەرناگرن پێویستە ڕەوانەی پزیشکی پسپۆڕ بکرێن.

٨)هەوکردنی ڕیخۆڵە کوێرە Acute Appendicitis :-

ئەم ئازارە لە دەوروبەری ناوکەوە دەست پێ دەکات و دوای چەند کاژێرێك دەچێتە بەشی خوارەوەی لای ڕاستی سك. بە دەست لێدانی شوێنەکە ئازارەکە زیاد دەکات. کاتێك بە خێرایی دەستت هەڵدەگریت نەخۆشەکە ئازارەکەی زیاتر دەبێت. ئەگەر زوو دەست نیشان نەکرێت و ڕەوانە نەکرێت، لەوانەیە ڕیخۆڵە کون ببێت و ببێتە هۆی هەوکردنی پەردەی پێریتۆنیەم. لە نیشانەکانی دیکەی ڕیخۆڵە کوێرە : نەمانی حەز بۆ خواردن ، قەبزی (گرفت) و تای کەم.

٩) هەوکردنی گورچیلە Acute Pylonephritis :-

ئەم نەخۆشیە لە مێینەدا زۆرترە. نەخۆشەکە لەرز و تای هەیە، میزی بە سەختی بۆ دەکرێت، ڕەنگی میزی گۆڕاوە و ئازاری کەلەکەی هەیە، بە دەست لێدانی کەلەکەیان ئازاریان زۆرتر دەبێت.

١) چارەسەر بۆ ئازار :-

- پشوودان.
- خواردنەوەی ئاو و شلەمەنی زۆر.
- ئەگەر تای بەرزی هەبوو، فێنك بکرێنەوە و دەرمانی دژە تا بخوات.
- ئەگەر ڕشانەوەی زۆر و بەردەوامی هەبوو لەوانەیە پێویستی بە فلۆید هەبێت لە ڕێگەی خوێنهێنەرەوە.
- پێویستی بە دژە ئازار هەیە بە شێوەی شاف، دەرزی یان حەپلە.
- ڕەوانە کردنی بۆ نەخۆشخانە بۆ چارەسەر کردن و پشکنینی زیاتر بە تایبەت ئەگەر نەخۆشیەکە دووبارە بۆوە بوو.

١٠) کاریگەری لاوەکی دەرمان Drug Side-effects :-

یەکێکە لە هۆیە سەرەکیەکانی هێڵنج و ڕشانەوە، هەر نەخۆشێك ڕشانەوەی هەبوو باشتر وایە پرسیاری ئەوەی لێبکرێت کە چ دەرمانێك بەکاردەهێنێت. هەندێك جار ڕشانەوە نیشانەی وەرگرتنی بڕی زیادەیە لەو دەرمانە وەکو ئەو نەخۆشانەی بۆ سستی دڵ حەپلەی دیجۆکسین بەکار دەهێنن. زۆربەی هەرە زۆری دەرمانەکان لەوانەیە ببنە هۆی هێڵنج و ڕشانەوە بۆ نموونە : دوکسیسایکلین، حەپلەی پۆتاسیۆم... هتد .

هەڵهێنانەوەی خوێن Haematemesis :-

واتە ڕشانەوەیەك کە خوێنی تێدا بێت. ئەگەر بڕی خوێنەکە زۆر بوو هەر بە سوور و گەشی دەمێنێتەوە، بەڵام ئەگەر زۆر نەبوو ئەوا ڕەنگی ڕشانەوەکە قاوەیی و گرۆ گرۆ دەبێت وەکو خڵتەی قاوە، چونکە لەناو گەدەدا بەهۆی کاریگەری ئەنزیمەکانی هەرس، شیّ دەبێتەوە.

بۆ ئەوەی کۆکەی خوێناوی لە هەڵهێنانەوەی خوێن جیا بکەینەوە، سوود لەم خشتەیەی خوارەوە وەربگرە:

	هەڵهێنانەوەی خوێن	کۆکە و بەڵغەمی خوێناوی
١. خوێنەکە چۆن دێتە دەرەوە؟	بە ڕشانەوە و هێڵنج	بە کۆکین
٢. ڕەنگی خوێنەکە چۆنە ؟	ڕەشە یان وەك دەنکۆڵەی قاوە وایە.	خوێنەکە نەمەییوە، هێڵێکی سوورە لەناو بەڵغەمەکەدا یان تۆپەڵێك خوێنە.
٣. نەخۆشەکە چی دیکەی هەیە؟	ڕشانەوەکەی خواردنی تێدایە و لەوانەیە نەخۆشەکە سك ئێشەی هەبێت و شەو بەهۆی ئازار بێدار ببێتەوە.	لەوانەیە نەخۆشەکە سنگی ئازاری هەبێت، تای هەبێت، کێشی دابەزێت و تەنگەنەفەسی هەبێت.

هۆیەکانی :-

١. کوڵکی گەدە و دوانزە گرێ.

٢. ڕووشانی ناوپۆشی گەدە بە دەرمان یان خواردنی تایبەتی وەك : خەپلەی ئەسپرین، خواردنەوەی مەی زۆر.

٣. بە مۆم بوونی جگەر (تشمع الكبد Liver Cirrhosis) ، کە دەبێتە هۆی خوێن بەربوون لە ناوپۆشی سورێنچکەوە Oesophageal Varices .

٤. هۆکاری دیکە وەك : شێرپەنجەی گەدە یان سورێنچك، نەخۆشی خوێن وەك شێرپەنجەی خوێن.

فریاگوزاری :-

- کانیۆلای بۆ دابنێ.
- فلۆید لە ڕێگەی خوێنهێنەرەوە (نۆرماڵ یان ڕینگەر لاکتەیت)، پاشان ڕەوانەی بکە بۆ نەخۆشخانە.
- هەرگیز دەرزی دژی ڕشانەوەی بۆ بەکارمەهێنە.

سکچوون Diarrhoea :-

سك چوون واتە شل بوون پیسایی و یان پیسایی کردن زیاتر لە سێ جار لە ڕۆژێکدا. زۆر جار سك چوون پێچ و ئازار و ژانی ناو سکی لەگەڵە. دەتوانین سك چوون بکەین بە دوو جۆری سەرەکییەوە، سك چوونی کورت خایەن کە لە دوو هەفتە کەمتر دەخایەنێت و سك چوونی درێژ خایەن کە زیاد لە دوو هەفتە دەخایەنێت.

١. **سك چوونی کورت خایەن :-**

چەند کاژێرێك تا چەند ڕۆژێك دەخایەنێت. سك چوونی سەخت زیاتر لە سەر منداڵان و بەتەمەنەکان مەترسی هەیە کە لەوانەیە ببێتە هۆی ووشك بوونەوە. هەندێك جۆری سك چوونی سەخت (بۆ نموونە کۆلێرا) لە ماوەیەکی زۆر کورتدا لەوانەیە ببێتە هۆی ووشك بوونەوەی نەخۆشەکە و دوور نییە ببێتە هۆی لەکارکەوتنی گورچیلە.

هۆیەکانی :

١. **درمەکان** Infections **وەك :**

- **بەکتریا : وەك** E.Coli , Shegella , Salmonella , Vibrio Cholerae .
- **ڤایرۆس : وەك** Rota Virus .
- **مشەخۆرەکان و پرۆتۆزوا : وەك ئەمیبیای دایزنتەری (زەحیری)، جیاردیا .**
- **ئەنتی بایۆتیك : هەر جۆرە ئەنتی بایۆتیکێك.**

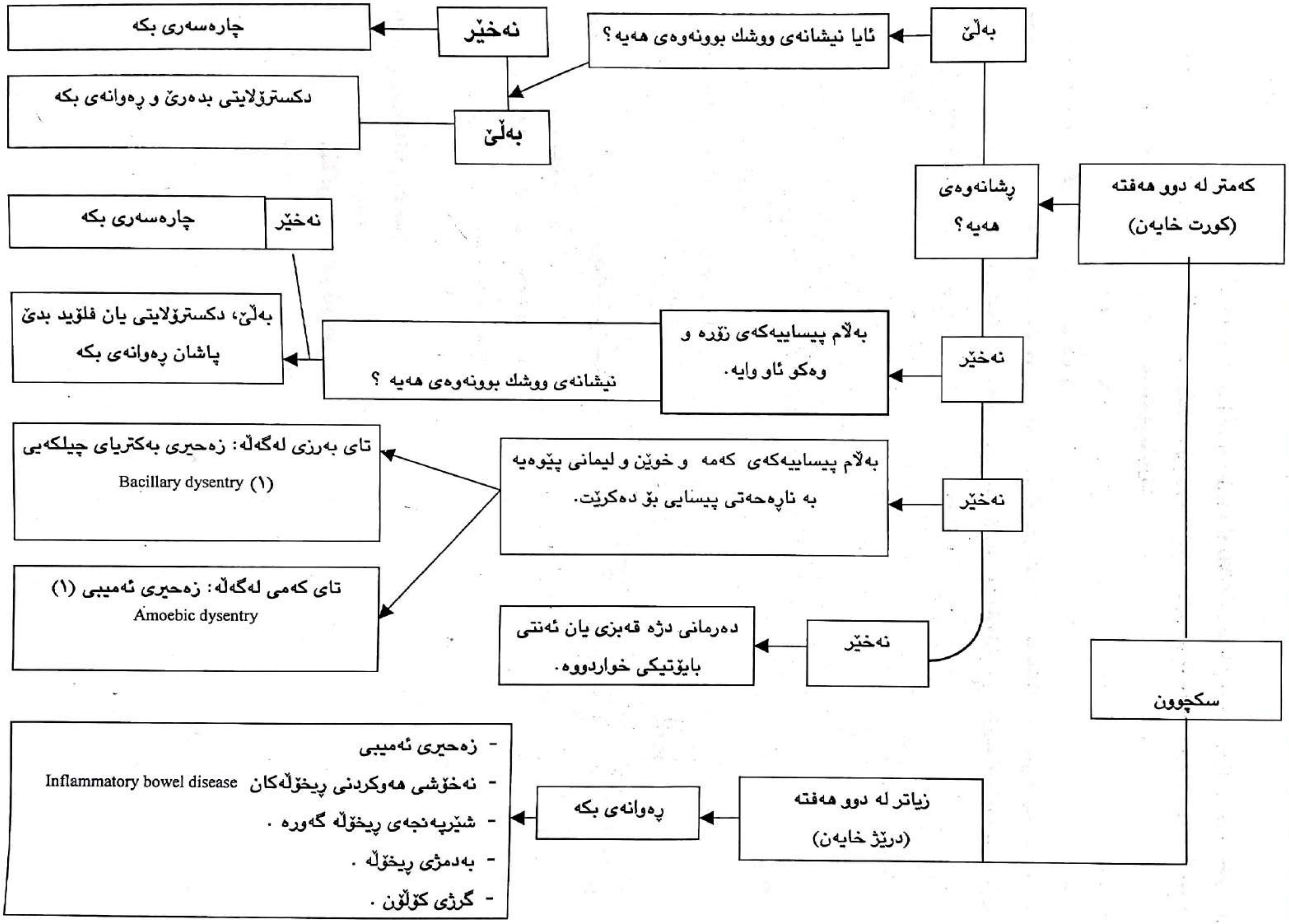
٢. نەخۆشیە درێژخایەنەکانی ڕیخۆڵە وەك نەخۆشی سیلیاك Caeliac disease (هەستیاری بە پرۆتینی (گلۆتین Gluten) ی ناو ئاردی گەنم و جۆ) .

٣. بەد مژینی ڕیخۆڵە Malabsorption Syndrome .

٤. گرژبوونی کۆڵۆن Irritable bowel syndrome .

ئاکامە زیان بەخشەکانی سك چوون :-

- **ووشکبوونەوە .**
- **سست بوون و وەستانی گورچیلە .**
- **بەد خۆراکی .**


سکچوون
کەمتر لە دوو هەفتە
(کورت خایەن)
زیاتر لە دوو هەفتە
(درێژ خایەن)
ڕشانەوەی
هەیە؟
بەڵێ
ئایا نیشانەی ووشك بوونەوەی هەیە؟
نەخێر
چارەسەری بکە
بەڵێ
دکسترۆلایتی بدەرێ و ڕەوانەی بکە
نەخێر
بەلام پیسایەکەی زۆرە و
وەکو ئاو وایە.
نیشانەی ووشك بوونەوەی هەیە ؟
بەڵێ، دکسترۆلایتی یان فلۆید بدێ
پاشان ڕەوانەی بکە
نەخێر
چارەسەری بکە
نەخێر
بەلام پیسایەکەی کەمە و خوێن و لیمانی پێوەیە
بە ناڕەحەتی پیسایی بۆ دەکرێت.
تای بەرزی لەگەڵە: زەحیری بەکتریای چیلکەیی
Bacillary dysentry (١)
تای کەمی لەگەڵە: زەحیری ئەمیبی (١)
Amoebic dysentry
نەخێر
دەرمانی دژە قەبزی یان ئەنتی
بایۆتیکی خواردووە.
ڕەوانەی بکە
- زەحیری ئەمیبی
- نەخۆشی هەوکردنی ڕیخۆڵەکان Inflammatory bowel disease
- شێرپەنجەی ڕیخۆڵە گەورە .
- بەدمژی ڕیخۆڵە .
- گرژی کۆڵۆن .

➢ کـۆلێرا Cholera :-

کۆلێرا نەخۆشیەکە بەهۆی بەکتریای ڤیبریۆ کۆلیری Vibri Cholerae توشی مرۆڤ دەبێت، زۆربەی کات لە ڕێگەی پیس بوونـی ئـاوی خواردنەوە وە بڵاو دەبێتەوە، نەخۆشی کۆلێرا نەخۆشیەکی زۆر درمە و لە کاتی تووش بوونی چەند کەسێکی نـاو کۆمـەڵگا، زۆر بـە خێرایی دەگوازرێتەوە بۆ کەسانی دیکە. پیسایی نەخۆشە تووش بووەکە سەرچاوەی سەرەکی بەکتریای کۆلێرایە.

لەهەر بارێك دا نەخۆشێکت بینی کە سکچوونێکی بەهێزی هەیە و پیسایییەکەی وەکو ئاوی برنج وایە یان بە زوویـی نیشـانەی ووشـك بوونـەوەی تێدا دیـاری داوە. بـە خـێرایی کـاری پێویسـتی بـۆ بکـە و دەزگـای تەندروسـتی بـەرپرس لـە بارەکـە ئاگـادار بکـەرەوە Notification .

چارەسەر :-

➢ سەیری نەخۆشەکە بکە و ڕادەی ووشك بوونەوەکەی دیاری بکە ئەگەر :-

١. ووشك بوونەوەی نەبوو، ئەوا گیراوەی دکستڕۆلایتی بدەرێ و ئامۆژگـاری بکـە شـلەمەنی زۆر بخواتـەوە و هـەروەها دەرمانی پێویستی بدرێتێ وەك لە خوارەوە باس کراوە.

٢. ووشك بوونەوەی کەمی هەبوو، هەر وەك سەرەوە.

٣. ووشك بوونەوەی سەختی Sever dehy dration هەبوو :

- کانیۆلای بۆ دابنێ .
- فلۆید (ڕینگەر یان نۆرمال سەلاین) ، باشتر وایە بە دوو کانیۆلا.
- ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .
- لە هەموو بارێکی سك چوون، ئەگەر گومـانی کۆلـێرات هـەبوو یـان کۆلـێرا لـە ناوچەکـە هـەبوو، ئـەنتی بـایۆتیکی پێویست (تتراسایکلین، کوترایمۆکسازۆلْ، یان فیورازۆلیدۆن) بەکار بهێنە.

خۆپاراستن لە سکچوون :-

- تەنها شیری دایك بدرێت بە منداڵ تا تەمەنی ٤–٦ مانگ، پاشان شیری دایك و خۆراك هەتا تەمەنی دوو ساڵ.
- پاك و خاوێنی تاکە کەس و دەوروبەر، پاك و خاوێنی خواردن و خواردنەوە.
- دەست شتن بە ئاو و سابون پێش خواردن و دوای چوونە ئاودەست.
- دڵنیا بوون لەوەی کە ئاوی خواردنەوە پاکە، ئەگەر دڵنیا نەبوویت، ئەوا پاکژی بکەرەوە بە بەکارهێنانی کلۆر یان بە کوڵاندن.

١. زەحیری (دیزانتری) :-

أ. زەحیری بەهۆی بەکتریای چیلکەیی Bacillary dysentry : نەخۆشەکە تـای بـەرزی هەیـە، پێچی سکی هەیـە و سـکچوونەکەی خوێنی تێدایە.

ب. جۆری دووەم زەحیری ئەمیبی یە بەهۆی Entamoeba hystolytica: نەخۆشـەکە کـەمتر تـای هەیـە، بـە سـەختی پیسـایی بۆ دەکرێت و پیسایییەکەی زۆر نییە و خوێن و لیمانی تێدایە. بە پشکنینی پیسایی نەخۆشیەکە دەست نیشان دەکرێت.

چارەسەر :-

بۆ زەحیری بەکتریای چیلکەیی :-

* شلەمەنی و دکسترۆلایت .

* دەرمانی دژە تا.

* ئەنتی بایۆتیك وەك (ئەمپیسیلین ، کۆترایمۆکسازۆل) بۆ ماوەی هەفتەیەك.

بۆ زەحیری ئەمیبی :-

* شلەمەنی.

* میترۆنیدازۆل Metronidazole tab 750mg ڕۆژی سێ جار بۆ ماوەی هەفتەیەك.

نەخۆشەکە بنێرە بۆ نەخۆشخانە ئەگەر :

*سکچوونی لە دوو هەفتە زیاتر بوو.

*ئەگەر نەخۆشەکە تای بەرزی بوو، نیشانەی ووشك بوونەوەی هەبوو، یان فشاری خوێنی نزم بوو.

چۆنیەتی ئامادەکردنی دکسترۆلایت :-

ماددەی پێویست	ڕێژەی ماددەکە	تێبینی
ئاو	یەك لیتر (١٠٠٠)مل	ئاوی پاك پاش کولاندنی سارد دەکرێتەوە، باشترە ئاوەکە کلۆری تێدابێت.
خوێی چێشت (سۆدیۆم کلۆراید)	٣,٥ گرام	خوێی چێشتی ئاسایی بەکاریهێنە بە ڕێژەی کەوچکێکی قاوە یان کەوچکێکی زەلاتە.
گلوکۆز یان سوکەرۆز	٢٠ گرام ٤٠ گرام	بەکەمی دەست دەکەوێت شەکری ئاسایی ماڵ بە ڕێژەی هەشت کەوچکی چێشت.
ترای سۆدیۆم سیترەیت یان سۆدیۆم بایکاربۆنەیت	٢,٨ گرام ٢,٥ گرام	ئەگەر دەست نەکەوت دەتوانرێت بەکارنەهێنرێت. سۆدەی نان
پۆتاسیۆم کلۆراید	١,٥ گرام	ئەگەر نەبوو دەتوانرێت بەکارنەهێنرێت.

ئازاری سک Abdominal Pain :-

ئازاری کت و پڕ یان کورت خایەنی سک Acute abdominal pain سەرچاوەیەکی پڕ مەترسییەو شارەزایی و لێ وردبوونەوەی گەرەکە، زۆربەی کات وا پێویست دەکات نەخۆشەکە ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێت:

دوو جۆر ئازاری سك هەیە :-

- ئازاری سکی کورت خایەن .
- ئازاری سکی درێژ خایەن.

هۆیەکانی :-

١. هۆیەکانی کۆئەندامی هەرس وەك :- کولکی گەدە و دوانزەگرێ، گیرانی ڕیخۆڵە ، هەوکردنی ڕیخۆڵە کوێرە، هەوکردنی پەنکریاس ، هەوکردنیکیسەی زراو و ژانی بۆری زراو .

٢. هۆیەکانی دەرەوەی کۆئەندامی هەرس وەکو :- هەوکردنی سییەکان، هەوکردنی گورچیلە، بەردی گورچیلە ، هەوکردنی جۆگەی هێلکەدان Acute Salpingitis ، نەخۆشی شەکرە ... هتد.

ئازاری سکی درێژ خایەن

ئازاری سەرگەدە

- سەرگەدە وژێر کۆڵەی سنگ، بە خواردن زیاد دەکات.
- بە ئەنتی ئەسید کەم دەکات و دڵە کزێی هەیە، بە پاڵکەوتن دەست پێ دەکات و / یان زیاد دەکات.

← هەوکردنی سورێنچك

- بە برسێتی زیاد دەکات و بە خواردن و ئەنتی ئەسید کەم دەکات، شەو لە خەو بێداری دەکاتەوە .

← کولکی دوانزە گرێ

- بە خواردن زیاد دەکات و بە ڕشانەوە چاك دەبێت.

← کولکی گەدە

- لای ڕاستی سکی دێشێت و بە خواردنی قورس و چەور تێکدەچێت.

← هەوکردنی زراو (١)

دەوروبەری ناوك

- سکچوونی کەمی هەیە، ئازاری وەك پێچ بە سکی دا دێت.

← جیاردیاسز Giardiasis

- سکچوونی خوێناوی درێژخایەنی هەیە، ژانە سکی هەیە.

← هەوکردنی درێژخایەنی ڕیخۆڵەکان Inflammatory bowel disease

- سکی دەئاوسێت بە تایبەتی دوای خواردن ، باوبژی هەیە، هەندێ جار قەبزە.
- هەندێك جار ئازارەکە خوار ناوکەو دوای چوونە ئاودەست نامێنێت.

← گرژ بوونی ڕیخۆڵەکان (٦)Irritable bowel disease

١. هەوکردنی کیسی زراو :-

زۆربەی کات نەخۆشەکە ئافرەتە نەك پیاو. ئافرەتەکە لەوانەیە قەڵەو بێت و سك و زای زۆر کردبێت. بە خواردنی چەور تێك دەچێت و قرقێنە و هێڵنجی هەیە ٩٠٪ زیاتری ئەو نەخۆشانە بەهۆی بەردی زراوەوەیە، خۆشبەختانە نیوەی ئەو کەسانەی بەردی زراویان هەیە هیچ نارەحەتیەکیان نییە. بۆیە ئەمانە پێویستیان بە نەشتەرگەری نییە. ئەوانەی تووشی ژانە سك دێن دەڵێن ژانەکەی لە ئازاری گوللە یان قاچ شکان یان منداڵ بوون زیاترە. ئەگەر دەست بدەی لە لای ڕاستی سکی نەخۆشەکە واتە ژێر پەراسووی لای ڕاست، یەکسەر نەخۆشەکە هاواری لێ هەڵدەستێت. ئەگەر پێی بڵێی هەناسە بدە کاتی دەست لێدان هەناسەی ڕادەگرێت واتە ناتوانێت هەناسەکە تەواو بکات. دوای چارەسەری سەرەتایی و بەکارهێنانی دەرمانێکی دژە ئازاری گونجاو، نەخۆشەکە بنێرە بۆ نەخۆشخانە.

٢. هەوکردنی پەنکریاسی کورت خایەن :-

ئەم ئازارە زۆر قورس و سەختە و نەخۆشەکە دەچەمێنێتەوە. زۆربەی کات ڕشانەوە و هێڵنجی لەگەڵە، زۆربەیان ناتەواویان هەیە لە ڕێڕەوی زەردادوا و باشتر وایە ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێن. ئەگەر توانرا فلۆیدی بۆ هەڵبواسرێت تا دەگاتە نەخۆشخانە.

٣. هەوکردنی گورچیلە و میزەڵدان :-

جگە لە میزەچووڕکێ و ئازاری کەلەکە و میزەڵدان، نەخۆشەکە لەرز و تای هەیە :-

چارەسەر :-

- ئامۆژگاری نەخۆشەکە بکە ئاو و شلەمەنی زۆر بخواتەوە.
- دەرمانی ئازار و دژەتا بەکاربهێنێت.
- ئەنتی بایۆتیك وەك Co-trimoxazole adult tab. یان Amoxillin cap. 500mg بۆ ماوەی ٧-١٠ ڕۆژ.
- ئەگەر نەخۆشەکە یەکەم جار بوو دەستنیشان بکرێت، پێویستە ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێت بۆ پشکنینی زیاتر.

٤. بەردی گورچیلە و بۆری میز :-

ڕێژەیەکی زۆری خەڵکی لای خۆمان بەردی گورچیلەی هەیە، هەر کاتێك بەردەکە بۆ ناو بۆری میز جووڵەی کرد، ئەو کاتە نەخۆشەکە تووشی ئازارێکی زۆری گورچیلە یان ڕاستتر بڵێین توشی ژانی بۆری میز دەبێت. هەندێك کات نەخۆشەکە ئازاری نییە بەڵام لەوانەیە زوو زوو تووشی میزە چوڕکێ و هەوکردنی بۆری میز ببێت و ڕەنگی میزەکەی بگۆڕێت. لەوانەیە نەخۆش پێش ئەو نۆرە ئازارە بەردی فڕێ دابێت یان نەشتەرگەری بۆ کرا بێت.

چارەسەر :-

- دەرزی ئازار وەك ئەمپوڵی دایکلۆفیناك Diclofenac Amp 75mg بە سمت.
- ئەگەر ڕشانەوەی زۆربوو فلۆیدی بۆ هەڵبواسە، پاشان نەخۆشەکە ڕەوانەی نەخۆشخانە بکە بۆئەوەی پشکنینی پێویستی بۆ بکرێت.

٥. هەوکردنی ڕیخۆڵەی درێژخایەن :-

دوو جۆری سەرەکی لەم نەخۆشیە هەیە، هەوکردنی کوڵکاوی کۆڵۆن Ulcertive colitis و نەخۆشی کرۆن Crons disease بە شێوەی سك چوون یان سك چوونی خوێناوی درێژ خایەن دەردەکەون. نەخۆشی کرۆن زیاتر ئازاری لای ناوکیان هەیە.

٦. **گرژبوونی کۆڵۆن** Irritable bowel syndrome :-

بڵاوترین نەخۆشی کۆئەندامی هەرسە و پتر لە ٣٠٪ خەڵکی تووشی دەبن، بە تایبەتی لە شارەکاندا. ئەو نەخۆشە هەندێك جار قەبزە و پیسایییەکەی وەك پشقل وایە و هەندێك جار سکی دەچێت، بە تایبەتی بەیانیان دوای نان خواردن. قوڕە قوڕی سك یان باوبڕی زۆرە و بە خۆراکی توێکڵداری وەك نۆك و نیسك و فاسۆلیا و سەوزە با دەکات. زۆربەی ئەو کەسانە پەشێوی دەروونیان هەیە. ئامۆژگاریان بکە کە نەخۆشیەکەیان مەترسی نییە و دڵنیایان بکەرەوە، زۆربەی ئەو نەخۆشانە سەردانی زۆر پزیشکیان کردووە و جۆرەها پشکنینیان بۆ کراوە. هەندێك جار نەشتەرگەری لابردنی زراو یان ڕیخۆڵە کوێرەیان بۆ ئەنجام دراوە.

٧. **میزی خوێناوی** Haematuria :-

میزی خوێناوی بریتیە لە بوونی خوێن لە میزدا، ئەگەر خوێنەکە زۆر بێت ئەوا ڕەنگی میزەکە دەگۆڕێت (لێڵ) Macroscopic Haematuria و سوور دەبێت، ئەگەر ڕێژەی خوێنەکە کەم بێت تەنها بە مایکرۆسکۆب دەستنیشان دەکرێت Macroscopic Haematuria . دەشێت میزەکە لە سەرەتادا خوێنی تێدا نەبێت بەڵام لە کۆتاییەکەیدا چەند دڵۆپێك خوێن دێتە خوارەوە وەك لە نەخۆشی بەلهارزیا کە لە وڵاتی ئێمەدا دەگمەنە. هەندێك جار خوێنەکە کڵۆ کڵۆ دێتە خوارەوە وەکو لەوانەدا کە شێرپەنجەی پرۆستاتیان هەیە یان لە دوای نەشتەرگەری پرۆستات. هەندێك جار میز بەهۆی چەند جۆرێك خواردن و خواردنەوە یان بەهۆی دەرمانەوە سوور دەبێت وەك لە دوای بەکارهێنانی کەپسولی ڕیفامپین Rifampin یان هەندێك لەو حەپلانەی بۆ چارەسەری قەبزی بەکاردەهێنرێن، خواردنی ڕێژەیەکی زۆر چەوەندەری سوور یان هەندێك ڕەنگی خۆراکی. هەموو ئەو نەخۆشانەی میزی خوێناویان هەیە پێویستە ڕەوانە بکرێن.

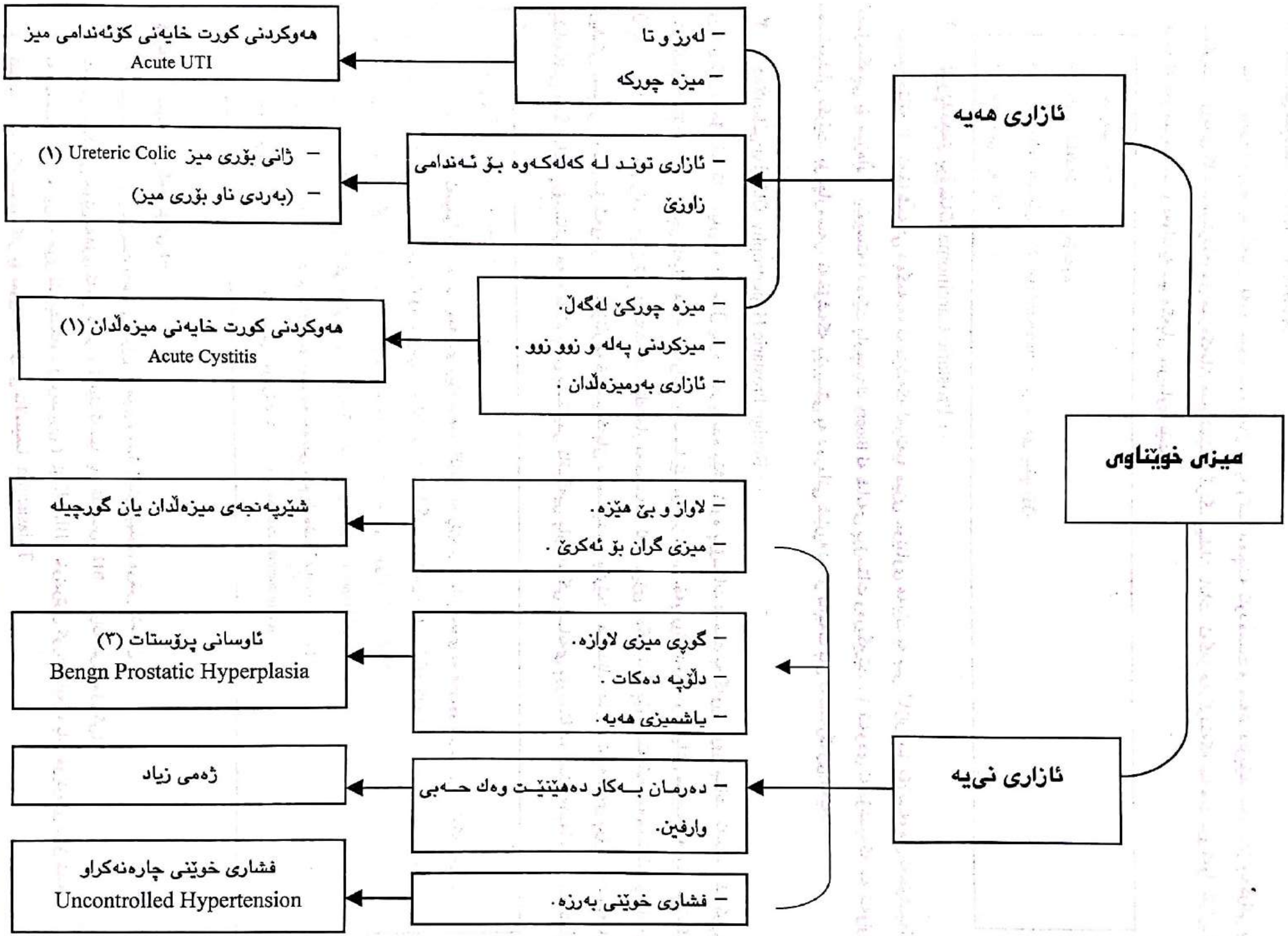
هۆیەکانی :-

١- هەوکردنی کورت خایەن یان درێژ خایەنی گورچیلە و میزەڵدان .

٢- بەردی گورچیلە و بۆری میز و میزەڵدان .

٣- شێرپەنجە و گرێی گورچیلە و میزەڵدان Tumours .

٤- هۆی دیکە وەك : هەڵئاوسانی پرۆستات Benign Prostatic hypertrophy، بەرکەوتنی ئێسقانی حەوز و پشت لەکاتی ڕووداودا Trauma. هیمۆفیلیا، شێرپەنجەی خوێن و سیلی کۆئەندامی میز.


میزی خوێناوی
ئازاری هەیە
ئازاری نییە
– لەرز و تا
– میزە چورکە
هەوکردنی کورت خایەنی کۆئەندامی میز
Acute UTI
– ئازاری توند لە کەلەکەوە بۆ ئەندامی زاوزێ
– ژانی بۆری میز Ureteric Colic (١)
– (بەردی ناو بۆری میز)
– میزە چورکێ لەگەڵ.
– میزکردنی پەلە و زوو زوو .
– ئازاری بەرمیزەڵدان .
هەوکردنی کورت خایەنی میزەڵدان (١)
Acute Cystitis
– لاواز و بێ هێزە.
– میزی گران بۆ ئەکرێ .
شێرپەنجەی میزەڵدان یان گورچیلە
– گوڕی میزی لاوازە.
– دڵۆپە دەکات .
– پاشمیزی هەیە.
ئاوسانی پرۆستات (٣)
Bengn Prostatic Hyperplasia
– دەرمان بەکار دەهێنێت وەک حەبی وارفین.
ژەمی زیاد
– فشاری خوێنی بەرزە.
فشاری خوێنی چارەنەکراو
Uncontrolled Hypertension

١. هەوکردنی میزەڵدان Acute Cystitis :-

لە مێینەدا زیاترە، میزە چورکەیان هەیە، میزە سووتەیان هەیە واتـە دەچنـە ئاودەست و چەند دڵۆپێك میز یان بەگرانی بۆ دەکرێت. زۆربەی کات تاقیکردنەوەی میزەکەیان هیچ شتێکی گرنگ پیشان نادات. ئەگەر هەوکردنەکە سەخت بوو ئەوا ئازاریان هەیە لە بەر میزەڵداندا و لەوانەیە میزەکەیان خوێناوی بێت.

چارەسەر :-

- ئاو و شلەمەنی زۆر بخۆنەوە.
- Amoxillin cap. یان Co-trimoxazole tab. 2X 2 بۆ ماوەی پێنج ڕۆژ.
- دەرمانی دژە ئازار.

٢. شێرپەنجەی پرۆستات Prostatic Carcinoma :-

خۆشبەختانە زۆر نەخۆشیەکی دەگمەنە، نەخۆشەکە لەوانەیە میزی خوێناوی هەبێت بە بێ ئازار. بۆ دۆزینـەوەی نەخۆشیەکە ئیندۆسکۆپی بۆ میزەڵدان پێویستە، دەبێت پارچەیەك Biopsy لە شانەی پرۆستات وەربگیرێت بۆ ئـەوەی نەخۆشیەکە بـە تـەواوی دەستنیشان بکرێت. بۆ چارەسەر، نەخۆشەکە پێویستی بە دەرمانی شێرپەنجەی تایبەت یان نەشتەرگەری هەیە.

٣. هەڵاوسانی پرۆستات Benign Prostaric Hypertrophy :-

زۆربەی ئەو نەخۆشانە تەمەنیان لە٦٠ ساڵ پترە. هەرچەندە پێش ئەوە پرۆستات دەست بە گەورە بوون بکات. نەخۆشەکە گوڕی میزی کەم دەبێتەوە و میزە چورکەیان هەیە. شەوانە چەند جارێك بۆ میز کردن خەبەریان دەبێتەوە. پاش میزیـان هەیـە. میزەکە دڵۆپە دەکات وجلەکانی ژێرەوەیان تەڕ دەکات. هەندێك جار نەخۆشەکە لەپڕ میزی دەگیرێت. پێویستـە ئـەم نەخۆشـانە ڕەوانەی پزیشکی پسپۆڕ بکرێـن بـۆ ئـەوەی بـە سۆنار نەخۆشیەکەیان دەستنیشـان بکرێت. هـەندێك جـار شـێرپەنجەی پرۆسـتات هـەمان نیشانەکانی هەڵاوسانی پرۆستاتی هەیە بەڵام پاش پشکنینی تاقیگەیی پارچەیەکی شـانەی پرۆسـتات، شێرپەنجەکە دەستنیشـان دەکرێت.

کەم خوێنی Anemia :-

کەم خوێنی یان ئەنیمیا واتە کەم بوونەوەی ڕێژەی هیمۆگلۆبین لە ڕێژەی ئاسایی خۆی لە هەردوو نێر و مێدا. ئەگەر خوێنی ئافرەت لە خوار (١١,٥ گرام /١٠ س س) وە خوێنی پیاو لە خوار (١٢,٥ گرام / ١٠ س س) ئەوا ئەو کەسە بە کەمخوێن دادەنرێت.

- لە ئافرەتدا لە ١١,٥ گرام کەمتر هەتا ٩ گرام پێی دەوترێت کەمخوێنی سووك Mild anemia .
- لە پیاودا ١٢,٥ گرام کەمتر تاکو ٩ گرام پێی دەوترێت کەمخوێنی سووك Mild anemia .
- لە ئافرەت و پیاودا لە ٩–٦ گرام پێی دەوترێت کەمخوێنی مام ناوەندی Moderate anemia.
- لە ئافرەت و پیاودا لە ٦ گرام کەمتر پێی دەوترێت کەمخوێنی سەخت Severe anemia .

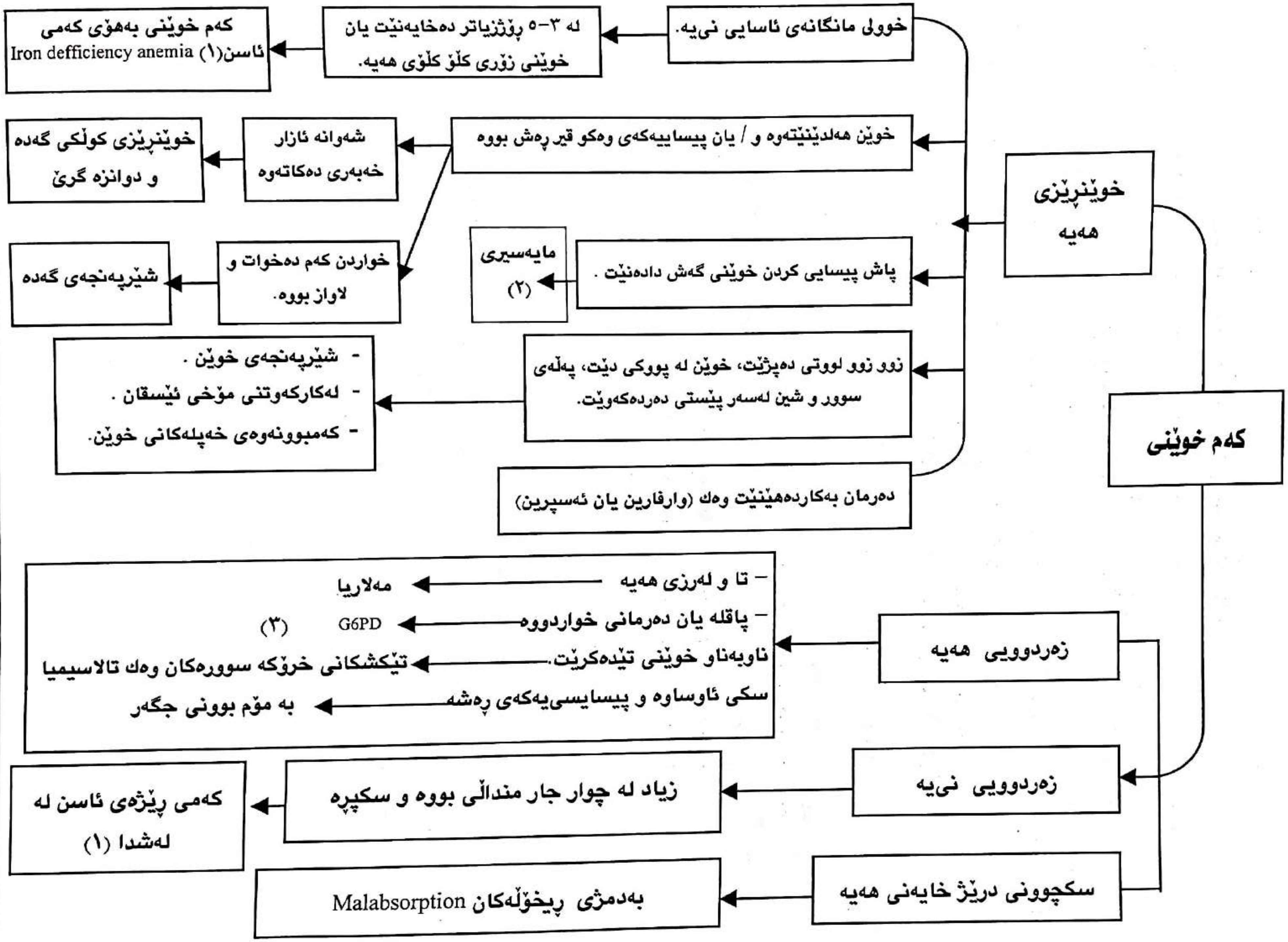
هۆیە سەرەکیەکانی کەم خوێنی :-

١. کەم دروست کردن یان دروست نەبوونی خوێن بە هۆی وەستان یان بێهێزی مۆخی ئێسقان.
٢. کەم دروستکردنی خوێن بەهۆی کەمی ئاسن ، فۆلیك ئەسید یان ڤیتامین B12 (واتە هۆی خۆراکی) .
٣. لە دەست چوونی خوێن بە هۆی لێڕژیشتنەوە (خوێنرێژی) Bleeding : خوێنرێژی کورت خایەن، یان خوێنرێژی درێژ خایەن.
٤. تێکشکانی خرۆکە سوورەکان بۆ نموونە نەخۆشی تالاسیمیا Talasaemia .

نیشانەکانی :-

- زوو ماندوو بوون، تەنگە نەفەسی و دڵە کوتێ .
- بێ ڕەنگی پێست و ناوپۆشی دەم و دیوی ناوەوەی پێڵوی چاو Conjuctiva .
- سەر ئێشە ، ڕێشکە و پێشکەی چاو ، کەمخۆراکی .
- قاچ ئاوسان و سنگەدرێ.

*　　　*　　　*


کەم خوێنی
خوێنڕێزی هەیە
خوولی مانگانەی ئاسایی نی‌یە.
لە ٣–٥ ڕۆژزیاتر دەخایەنێت یان خوێنی زۆری کلۆ کلۆی هەیە.
کەم خوێنی بەهۆی کەمی ئاسن(١) Iron defficiency anemia
خوێن هەڵدێنێتەوە و / یان پیساییەکەی وەکو قیر ڕەش بووە
شەوانە ئازار خەبەری دەکاتەوە
خوێنڕێزی کوڵکی گەدە و دوانزە گرێ
خواردن کەم دەخوات و لاواز بووە.
شێرپەنجەی گەدە
پاش پیسایی کردن خوێنی گەش دادەنێت .
مایەسیری (٢)
زوو زوو لووتی دەپژێت، خوێن لە پووکی دێت، پەڵەی سوور و شین لەسەر پێستی دەردەکەوێت.
- شێرپەنجەی خوێن .
- لەکارکەوتنی مۆخی ئێسقان .
- کەمبوونەوەی خەپلەکانی خوێن.
دەرمان بەکاردەهێنێت وەك (وارفارین یان ئەسپرین)
زەردوویی هەیە
- تا و لەرزی هەیە
مەلاریا
- پاقلە یان دەرمانی خواردووە
G6PD (٣)
ئاوبەناو خوێنی تێدەکرێت.
تێکشکانی خرۆکە سوورەکان وەك تالاسیمیا
سکی ئاوساوە و پیسایسی‌یەکەی ڕەشە
بە مۆم بوونی جگەر
زەردوویی نی‌یە
زیاد لە چوار جار منداڵی بووە و سکپڕە
کەمی ڕێژەی ئاسن لە لەشدا (١)
سکچوونی درێژ خایەنی هەیە
بەدمژی ڕیخۆڵەکان Malabsorption

١. کەم خوێنی بەهۆی کەمی ئاسنەوە Iron deficiency anemia :-

بڵاوترین شێوەی کەمخوێنی‌یە لە جیهاندا. بەتایبەتی لە ئافرەتاندا بەهۆی زۆر لـە دەستدانی خوێن لە ئـەنجامی نـارێکی سووڕی مانگانەدا (واتە یان سووڕەکە لە (٥) ڕۆژ زیاتر دەخایـەنێت، یـان بـڕی خوێنەکـەی لـە نیـو پیاڵـە واتـە (٥٥) ملـلتر زیـاترە و مانگانـە دووبارە دەبێتەوە). ئافرەتی سك پڕ زیاتر تووشی ئەم نەخۆشیە دەبێت چونکە ڕۆژانە پێویستی بە ٣,٥ گرام ئاسـن هەیـە. هـەروەها ئەو کەسانەی گۆشت ناخۆن و ڕووەکین، یان ئەو ئافرەتانەی زۆر سك دەکەن.

بۆ چارەسەری ئەم جۆرە کەمخوێنیە، ئەگەر کەمخوێنیەکە سووك بوو ئەوا دەتوانن بە خواردنی ئەو خۆراکانەی کە ڕێژەیەکی بـاش ئاسنیان تێدایە چارەسەری بکرێن وەکو: گۆشتی سوور، جگەر، دڵ، هێلکە، سپێناغ و سەوزە بە گشتی.

ئەگەر کەمخوێنیەکە مامناوەندی یان سەخت بوو ئەوا پێویستە Ferrous Sulphate tab. 200mg وەربگرن ڕۆژانە سـێ جـار دوای نـان خواردن. ئەو دەرزیانەی ماددەی ئاسنیان تێدایە لە حەپلەکە کاریگەرتر نین و ئەگەر پێویست بوو دەبێت لـە ژێر چاودێری پزیشکی پسپۆردا بەکاربهێنرێن.

٢. مایەسیری Haemorrhoids :-

مایەسیری بریتیە لە فراوانبوونی خوێنهێنەرەکانی کۆم. هەندێك کەس دەڵێن باجێکە و دەبێت مرۆڤ بیدات لە بری ئەوەی لەسەر دووپێ دەڕوات. زۆربەی کات مایەسیری نیشانەی دیار نی‌یە. هەندێك جار دەبێتە هۆی قەبزی. بەڵام لەوانەدا کە خوێنی گەش لەگەڵ پیساییدا دادەنێن، لەوانەیە دوای ماوەیەك ببێتە هۆی کەمخوێنی. چەند ڕێگەیـەك هەیـە بۆ چارەسـەر کردنـی مایەسیری: ئەوانـەی پێویستیان بە نەشتەرگەری هەیە و نـاتوانن زوو ئـەنجامی بـدەن، باشـتر وایـە حەپلـەی فیرۆزسـەلفەیت بەکاربـهێنن بۆ ئـەوەی زۆر کەمخوێن نەبن.

٣- تێکشکانی خڕۆکە سوورەکانی خوێن:

نەخۆشەکە جگە لەوەی لەوانەیە زەردوویی پێوە دیاربێت و کەم خوێن بێـت، سپڵیشـی گـەورە دەبێت. زۆربـەی ئـەو نەخۆشیانەی دەبنە هۆی تێکشکانی خڕۆکـە سـوورەکان زگمـاکن، وەك نەخۆشـی تالاسـیمیا. لـەم بـارەدا لەوانەیـە بـاوانی نەخۆشـیەکە هـەڵگری نەخۆشەکە بن، بەڵام هیچ نیشانەیەکیان پێوەدیار نی‌یە، یان لەوانەیە یەکێکیان کەمخوێنێکی سووکی هەبێت. زۆربـەی کـات بـاوانی نەخۆشەکە خزمن. هەندێك جار خڕۆکە سـوورەکان زۆر بـە خـێرایی شـی دەبنـەوەو دەتـەقن وەکـو لەوانـەدا کـە نەخۆشـی G 6PD (فاڤیزم) یان هەیە لە دوای خواردنی پاقلەی باش نەکوڵاو یان دەرمانی وەك پریماکوین تووشی کەمخوێنیەکی سەخت دەبن.

تـــا Fever

تا بریتیە لەبەرزبوونەوەی پلەی گەرمی لـەش بۆ سـەرووی ٣٧ پلـەی سـەدی لـە بـەیانیاندا و سـەرووی ٣٧,٥ پلـەی سـەدی لـە ئێواراندا. تای خوار ٣٩ پلەی سەدی پێی دەوترێت تای سووك. سەرووی ٣٩ پلەی سەدی پـێی دەووترێت تـای زۆر بـەرز. تـا مەترسی زۆرە ئەگەر لە ٤١ پلەی سەدی زیاتر بێت H yperpyrexia بە تایبەت بۆ سەر منداڵان .

هۆیەکانی

١. درمەکان Infections: (هەموو تووشبوونە ڤایرۆسی و بەکترییەکان) وەك نەخۆشی گرانەتا، تای ماڵتـا، هەڵامـەت و ئـەنفلۆنزا، مەلاریا......هتد.

٢. وەرەمەکان (شێرپەنجە): وەك شێرپەنجەی خوێن، شێرپەنجەی لیمفە لووەکان، شێرپەنجەی جگەر و گورچیلە.

٣. نەخۆشیە کۆلاجینیەکان Cholagen disaeses: وەك هـەوکردنی ڕۆماتیزمی جومگـەکان Rheumatoid arthritis، نەخۆشـی سـورە گورگی Systemic Lupus Erythematosus.

٤. بەکارهێنانی دەرمان وەك: پەنسلین.

تای کورتخایەن لە (٣) هەفتە کەمتر

لەرز یان دانە چۆقەی هەیە

- لەرزی هەیە، ئارەقە دەکاتەوە ← مەلاریا .[1]
- کۆکە و بەڵغەمی هەیە، لەوانەیە تەنگەنەفەس بێت. ← هەوکردنی سییەکان
- میزی بەسەختی بۆ دەکرێت، میزەچورکەی هەیە و کەلەکەی دێشێت ← هەوکردنی کۆئەندامی میز
- سەری دێشێت و دەرشێتەوە، ملی ڕەق بووە ← هەوکردنی پەردەکانی مێشك

ئازاری هەیە

- جومگەکانی دێشێت و ئاوساوە ← تای ڕۆماتیزمی Rheumatic fever (٢)
  تای ماڵتا Brucellosis (٣)
- ئازار و پێچی سکی هەیە، لەوانەیە برشێتەوە ← هەوکردنی گەدە و ڕیخۆڵە Gastroenterits
- سەری دێشێت و دەرشێتەوە، ملی ڕەق بووە ← هەوکردنی پەردەکانی مێشك
- سەری دێشێت و ئارەق دەکاتەوە، قەبزە، بێهێزە، لەوانەیە برشێتەوە ← گرانەتا (٥)
- قورگی دێشێت، ئاڵوەکانی کێمیان لەسەرە ← هەوکردنی ئاڵوەکان Tonsillitis (٦)

تای درێژ خایەن

ئازاری هەیە
- سەری دێشێت: ماسولکەکان و جومگەکانی دێشێت ← ئەنفلۆنزا (٧)
- کەلەکەی دێشێت ، میز بە سەختی دەکات ← هەوکردنی گورچیلە و میزلدان
- سنگی دێشێت، کۆکە و بەلغەمی هەیە ← هەوکردنی سییەکان یان پەردەی سی

خوێنرێژی هەیە
- خوێنرێژی پوک یان لووتی هەیە، پەڵەی سوور و شین لەسەر پێستی هەیە ← شێرپەنجەی خوێن
  ← لەکارکەوتنی مۆخی ئێسقان Aplastiic anaemia
  ← دابەزینی ئاستی خەپلەکانی خوێن

گلاندە لیمفاوییەکانی گەورەبوون بە تایبەتی لە دەورەی مل
- نەخۆشی ڤایرۆسی Infictious mono - nucleosis (٩)
- خوێنرێژی هەیە ← شێرپەنجەی خوێن Acute Leukemia (٨)
- ئارەقە زۆر دەکاتەوە و لاوازە ← شێرپەنجەی گلاندە لیمفاوییەکان Lymphoma(١٠)

سپڵی گەورەبووە
گرانەتا ، تایماڵتا ، مەلاریا ، نەخۆشیەکانی خوێن ، شێرپەنجەی خوێن ، لیمفۆما .

١. مەلاریا (لەرزو تا) Malaria

نەخۆشی مەلاریا لە زوربەی ناوچەکانی کوردستاندا هەیە، بەلام لە هەندێ ناوچەدا رێژەیەکی بەرزە وەك ناوچەی شارەزوور، بیتوێن، کەلار، مێرگەسوور....هتد. ئەم نەخۆشییە بەهۆی مێیەی مێشوولەی ئەنۆفیلسەوە دەگوازرێتەوە. چەند جۆرێك مشەخۆری مەلاریا هەیە کە هەندێکیان دەبنە هۆی نەخۆشی ترسناك، وەکو مەلاریای فالسیپارەم لە ئەفەریقا. بەلام خۆشبەختانە ئەم جۆرە لای ئێمە نییە و تەنها جۆری P. Vivax و P. ovale هەیە.

نیشانەکانی مەلاریا:

- نەخۆشیەکە بە نۆرەیەکی لەرز دەست پێ دەکات. هەندێك جار نەخۆشەکە چۆقەی ددانی دێت و لەسەرما خۆی دادەپۆشێت.
- پاشان لەرزەکە تێدەپەرێت و نەخۆشەکە هەست بە گەرمایەکی زۆر دەکات و ئارەقەیەکی زۆر دەکاتەوە. لە هەردوو بارەکەدا پلەی گەرمی نەخۆشەکە بەرزە.
- ئەو کەسانەی زوو زوو تووشی مەلاریا دەبن، یان ئەگەر زوو چارەسەر نەکرێن، ئەوا سپڵیان گەورە دەبێت و کەمخوێن دەبن.
- لە منداڵی ساوادا و لە تووشبوونی چەند بارەدا، نیشانە نمونەییەکانی مەلاریا بە تەواوی دەرناکەون.
- باشتر وایە بۆ هەموو ئەوانەی گومانی مەلارییان لێ دەکرێت، تاقیکردنەوەی خوێنیان بۆ بکرێت واتە BFFM.

چارەسەر:

– پشوودان و دەرمانی دژی تاو ئازار.

– حەپلەی کلۆرۆکوین Chloroquine tab 150mg base، بۆ گەورە (١٠) حەپلە بەم شێوەیە: یەکسەر دوای دەست نیشانکردنی نەخۆشیەکە ٤ حەپلە بەسەر یەکەوە دەخوات. دوای (٦) کاتژمێر ٢ حەپلەی دیکە. رۆژی دواتر (٢) حەپلە و رۆژی سێیەم (٢) حەپلە دوای خواردن.

– مەلاریا سوڕی جگەری هەیە، بۆ لەناوبردنی مشەخۆرەکەی ناو جگەر پێویستە حەپلەی پریماکوین Primaquine tab 15mg بۆ ماوەی (٢) هەفتە بخورێت. باشتر وایە پێش بەخشینی دەرمانی دژی مەلاریا دڵنیا بیت لەوەی نەخۆشەکە نەخۆشی فافیزمی G6PD نییە.

٢. هەوکردنی رۆماتیزمی دڵ Rheumatic carditis (تای رۆماتیزمی Rheumatic fever)

زیاتر تووشی منداڵانی تەمەن (٥–١٥) ساڵ دەبێت.

١) لەوانەیە نەخۆشیەکە بە هەوکردن و ئازاری جومگەکان دەست پێبکات. جومگە گەورەکانی یەك لەدوای یەك دەئاوسێن و سووردەبنەوە ئازاریان هەیە Migratoy polyarthritis .

٢) هەوکردنی دڵ بە شێوەی تەنگەنەفەسی و دڵە کوتێ دەردەکەوێت.

٣) سووربوونەوەی لە ش بەتایبەت ناوقەد Erythema marginatum.

٤) گرمۆڵەی ژێر پێست Subcutaneous nodules کە زیاتر لەسەر مەچەك دەردەکەوێت و بە دەست لێدان هەستی پێ دەکرێت.

٥) جووڵەی نا ئاسایی و سەما ئاسای لەش کە منداڵەکە بەسەری‌دا زاڵ نییە Chorea

٦) نەخۆشەکە پێش ماوەیەك لە تووشبوون لەوانەیە تووشی هەوکردنی قورگ و ئاڵوەکان بوبێت، ئەو نەخۆشانەی تووشی هەوکردنی بەکتریایی قورگ و ئاڵوەکان دەبن پێویستە بە زووترین کات دەست بە چارەسەر کردنیان بکرێت بە پەنسیلین یان هەر بەدیلێك (ئەگەر نەخۆشەکە زێدە هەستیاری هەبوو) وە بۆ ماوەی ١٠ رۆژ، بۆ ئەوەی ئەگەری تووشبوونیان بە تای رۆماتیزمی کەم ببێتەوە.

هەر نەخۆشیەك لەم نیشانانەی سەرەوەی هەبوو، رەوانەی پزیشکی پسپۆری بکە.

٣. تای ماڵتا (برۆسیلۆسز) Brucellosis :-

جێگە داخە ئەم نەخۆشییەو نەخۆشی گرانەتا زۆر بڵاون لە کوردستاندا. تای ماڵتا نەخۆشییەکی مرۆژەڵییە؛ واتە لە گۆشت و بەرووبوومی ئاژەڵەوە بۆ مرۆڤ دەگوازرێتەوە بە تایبەتی گۆشت، ئەگەر باش نەکوڵابێت یان بە کاڵی دەستی لێبدرێت هەروەها لە بەروبومەکانی دیکەی وەکو شیرو پەنیرو ماست، ئەگەر شیرەکە پێشتر نەکوڵێنرێت. هەروەها ئەوانەی ئاژەڵدارن و قەسابەکان و کارمەندانی پزیشکی ئاژەڵیش مەترسی تووشبوونیان لەسەرە.

ئەگەر گۆشت باش بکوڵێنرێت و شیر بۆ ماوەی (٥) خولەك لەسەر ئاگر قوڵپ بدات، ئەوا میکرۆبەکەی ناوی لەناو دەچێت و مەترسی نامێنێت هەروەها کووتانی ئاژەڵ لە دژی ئەم نەخۆشییە مەترسی بڵاوبوونەوەی کەم دەکاتەوە.

بەپێی ماوەی تووشبوون سێ جۆر تای ماڵتا هەیە:

١. کورتخایەن (لە شەش هەفتە کەمتر).
٢. نیمچە درێژخایەن (چەند مانگێك).
٣. درێژخایەن (لە ساڵێك زیاتر بخایەنێت).

تای ماڵتای کورتخایەن، لە شێوەی ئارەق کردنەوەی زۆرو ئازار یان ئاوسانی جومگەکان، ئازارو ئاوسانی گوون لە پیاوداو تێك چوونی سوڕی مانگانەو خوێنرێژی لە ئافرتدا دەردەکەوێت. دەشێت ئەم نەخۆشییە چەند جارێك هەڵبداتەوە (ئەم بەکتریایە توانای هەیە بۆ سێ ساڵ لە لەشدا بمێنێتەوە).

پێویستە دوای دەست نیشان کردنی نەخۆشییەکە بە ("١") چاندنی خوێن یان ٢) تێستی رۆزبینگاڵ R ose Bengal test "، نەخۆشەکە چارەسەری پێویست وەربگرێت لەلایەن پزیشکی پسپۆڕەوە، پێویستە چارەسەرەکە بۆ ماوەی ٦–٨ هەفتە بەردەوام بێت، بۆ ئەوەی ئەگەری هەڵدانەوەی نەخۆشییەکە کەم بکاتەوە.

٤. گرانەتا Typhoid fever :-

نەخۆشی گرانەتا زۆر بڵاوە بە تایبەتی لەو شوێنانەی کە مەرجەکانی تەندروستی کۆمەڵگا پەیڕەو ناکرێن. هۆی ئەم نەخۆشییە بەکتریایەکە پێی دەڵێن سەلمۆنێلا Salmonella. ئەم بەکتریایە لە پیسایی نەخۆشی دیکەوە تێکەڵی ئاوو خۆراك دەبێت و دەبێتە هۆی تووشبوونی بەرێلاو.

نیشانەکانی:

لە هەفتەی یەکەمدا، نەخۆشەکە تایەکی هێواشی دەبێت کە وورده وورده زیاد دەکات. هەروەها نەخۆشە سەرئێشەو لەوانەیە لووت پژان و ڕشانەوەی هەبێت و حەزی لە خواردن نامێنێت. منداڵ لەوانەیە توشی سکچوون ببێت و گەورەش زیاتر تووشی قەبزی دەبێت.

لە هەفتەی دووەمدا، نەخۆشەکە ماندووتر دەبێت. سپڵی گەورە دەبێت و تایەکەی زیاتر بەرزدەبێتەوە.

هەفتەی سێیەم، نەخۆشییەکە مەترسی لەسەر ژیانی زیاد دەکات، نەخۆشەکە ووڕێنە دەکات بە تایبەت ئەگەر چارەسەر نەکرێت.

زۆربەیان لە هەفتەی چوارەمدا چاك دەبنەوە.

پێویستە نەخۆشەکە چاندنی خوێنی بۆ بکرێت. پشکنینی ویداڵ w iddal test تەنها لەوانەیە بۆ دەست نیشانکردنی نەخۆشییەکە سوودی هەبێت. بەڵام بۆ بەدواداچوون سودی نییە.

چارەسەر:

- دابەزاندنی تا بە فێنك کردنەوەی خەپلەی دژی تا.
- بەکارهێنانی ئەنتی بایۆتیك وەك کلۆرامفێنیکۆڵ یان کۆتریمۆکسازۆڵ بۆ ماوەی دوو هەفتە. لە ئافرەتی سکپڕدا، تاکو تەمەنی هەشت مانگی سکپڕی، ئەم دەرمانانە زیانیان نییە، بەڵام لە مانگی نۆیەمدا پێویستە ئەمۆکسیلین بە ژەمی (٦گرام) لە ڕۆژێکدا بۆ ماوەی دوو هەفتە بەکاربهێنرێت.
- ئاگاداربە گرانەتا ئاڵۆزکاری بەدی هەیە وەك:

١. کوونبوونی ڕیخۆڵە باریکەو خوێنڕێژی ڕیخۆڵە.

٢. هەوکردنی کۆئەندامەکانی وەکو مێشك، ناو پۆشی دڵ... تاد.

> لەم بارانەدا نەخۆشەکە ڕەوانە بکە:

١. تا لە چوار ڕۆژ زیاتر بخایەنێت.

٢. وڕێنەکردن و گێژی.

٣. خوێنبەربوونی ڕیخۆڵە.

٤. ئەگەر پاش پێنج ڕۆژ لە چارەسەری تای هەر مابوو.

٥. هەوکردنی ئاڵووەکان Acute tonsillitis

ئەم نەخۆشیە زۆر بڵاوە بە تایبەت لە منداڵاندا. ئەگەر نەخۆشێك ئازاری قورگ و تای هەبوو، هەمیشە سەیری قورگی بکە. بزانە ئاڵووەکانی ئاوساون یان سووربوونەتەوە؟ ئایا کێمیان لەسەرە؟ بزانە کێمیان لەسەرەو بە ئاسانی لێدەکەوێتەوە یان بە سەختی وەکو پەردەیەکی زەرد وایە — ئەو کاتە مەترسی نەخۆشی وەناق هەیە.

بۆ چارەسەری هەوکردنی ئاڵووەکان بە هۆی بەکتریای ملوانکەیی Streptoccocal sore throat:
نەخۆشەکە فێنك بکەرەوە.
حەپلەی دژی تا و ئازاری بدەرێ.
ئاوو شلەمەنی زۆر بخواتەوە بە خوێاوێك غەرغەرە بکات.
پەنسیلین وەربگرێت بە شێوەی حەپلەی (Penicillin V) یان دەرزی procain penicillin G بۆ ماوەی (١٠) ڕۆژ

٦. ئەنفلۆنزا Influenza :-

هەوکردنێکی ڤایرۆسی ناپۆشی لووتە. نەخۆشیەکی باوە بە تایبەتی لە زستاندا. نەخۆشەکە بێهێزەو تای هەیە، لەوانەیە لەرزیشی هەبێت. ئازاری جومگەکان و سەر ئێشەی هەیە، خواردنی کەمەو هێڵنج و ڕشانەوەی هەیەو لەوانەیە کۆکەشی لەگەڵ بێت.
هەڵامەت Common cold نەخۆشیەکی سووکترە و کەمتر نەخۆشەکە هەست بە بێهێزی دەکات. نارەحەتی لووت و ئاوکردنی، پژمین و قورگ ئێشەی لەگەڵ دایە .

بۆ چارەسەری هەردوو بارەکە:

- پشوودان لەناو جێگادا.
- ئاوو شلەمەنی زۆر بخواتەوە.
- حەپلەی دژی ئازارو تا وەك ئەسپرین و پاراسیتامۆڵ.

٧. نەخۆشی ڤایرۆسی Infectious mono - nucleosis

ئەم نەخۆشیە لە شێوەی تا قورگ ئێشەو سەرئێشە دەردەکەوێت لیمفەلووەکان و سپڵی گەورە دەبن. ئەم نەخۆشیە پێویستی بە چارەسەری تایبەتی نیە و تەنها پێویستی بە دەرمانی دژەتاو ئازار هەیە.

زەردوویی Jaundice :-

زەردوویی واتە زەردبوونی سپێنەی چاو، ناوپۆشی دەم و زمان و پێست. لەباری ئاساییدا، بیلیرۆبین ڕێژەکەی لە (١,٢ ملگم/ ١٠ مللتر) تێپەر ناکات. هەر کاتێك ڕێژەکەی لە خوێندا لە (٣ ملگم / ١٠ مل) تێپەڕی کرد ئەوا زەردووییەکە بە ئاشکرا لە چاودا دەبینرێت.

هۆیەکانی زەردوویی :-

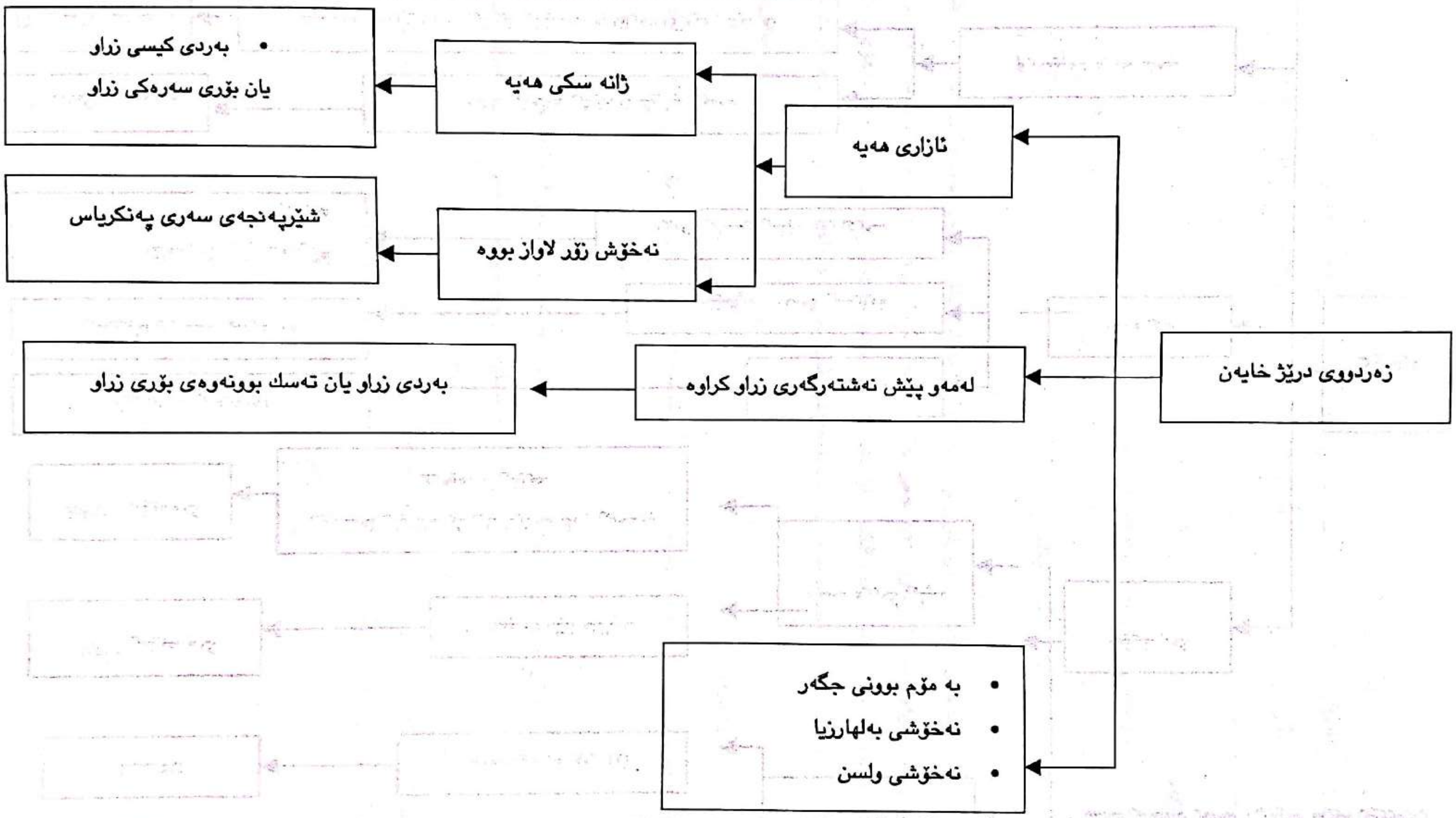
١. زەردوویی پێش جگەر Pre-hepatic Jaundice :- واتە بەهۆی تەقین یان تێکشکانی خرۆکە سوورەکانی خوێن. بۆ نموونە مەلاریا، تالاسیمیا، G6PD. ئەم نەخۆشانە کەمخوێنیشیان هەیە جگە لە زەردوویی.

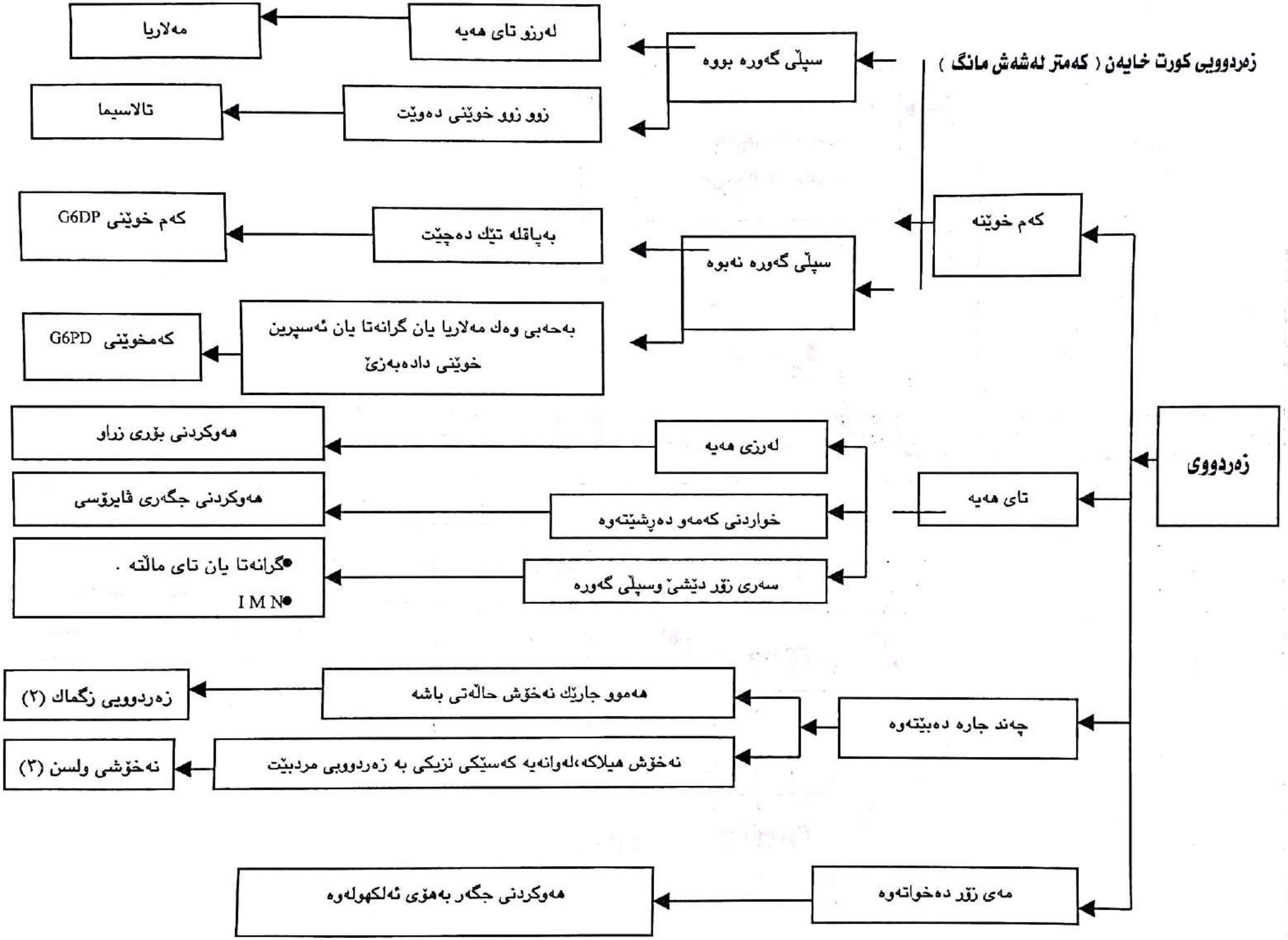
٢. نەخۆشی ناو جگەر Hepatic (خانەکانی جگەر) :- هەوکردنی ڤایرۆسی جگەر جۆرەکانی (A, B, C) ، لەم هەرێمەدا جۆری A لە هەموویان بڵاوترە.

٣. زەردوویی دوای جگەر Post- hepatic & Cholestatic Jaundic (پەنگ خواردوو) :- لە ئەنجامی گیرانی ڕێرەوە بچووك یان گەورەکانی جگەر (کە زەرداویان پیدا دەروات). هەروەها گیرانی بۆری سەرەکی زراو کە دەگات بە دوانزە گرێ. زۆربەی ئەو نەخۆشانە زەردووییەکەیان زۆرە و ڕەنگی پێستیان زەردێکی سەوزباو دەردەکەوێت و پیساییەکەیان کاڵ دەبێتەوە و میزەکەیان وەك ڕەنگی چای تۆخ وایە.

*　　　*　　　*

زەردووی درێژ خایەن




زەردووی
مەی زۆر دەخواتەوە
هەوکردنی جگەر بەهۆی ئەلکهولەوە
چەند جارە دەبێتەوە
هەموو جارێك نەخۆش حاڵەتی باشە
زەردوویی زگماك (٢)
نەخۆش هیلاکە،لەوانەیە کەسێکی نزیکی بە زەردوویی مردبێت
نەخۆشی ولسن (٣)
تای هەیە
لەرزی هەیە
هەوکردنی بۆری زراو
خواردنی کەمەو دەڕشێتەوە
هەوکردنی جگەری ڤایرۆسی
سەری زۆر دێشێ وسپڵی گەورە
●گرانەتا یان تای ماڵتە .
I M N●
کەم خوێنە
سپڵی گەورە نەبوە
بەپاقلە تێك دەچێت
کەم خوێنی G6DP
بەحەبی وەك مەلاریا یان گرانەتا یان ئەسپرین خوێنی دادەبەزێ
کەمخوێنی G6PD
زەردوویی کورت خایەن (کەمتر لەشەش مانگ)
سپڵی گەورە بووە
لەرزو تای هەیە
مەلاریا
زوو زوو خوێنی دەوێت
تالاسیما

هەوکردنی جگەری ڤایرۆسی Viral Hepatitis :-

هەوکردنی جگەری ڤایرۆسی (A)، نەخۆشیەکی بلاوە، لە ڕێگەی پیسبوونی ئاوی خواردنەوە و خۆراکەوە بە پیسایی نەخۆشێکی دیکە بلاو دەبێتەوە. لە سەرەتادا نەخۆشەکە تایەکی کەمی هەیە، حەزی لە خواردن و جگەرە نییە، سك ئێشەیەکی کەمی هەیە، ڕەنگی میزەکەی زەرد دەبێت یان وەك چای دەبێت. بە پشکنینی سك، لەوانەیە هەست بە ئاوسانی جگەر بکەی و لەگەڵ فشار خستنە سەری بە دەست ئازاری هەیە.

چارەسەر :-

- دەرمان پێویست نییە لەوانەیە زیانیشی هەبێت.
- ئامۆژگاری نەخۆشەکە بکە خواردنی سووك و شلەمەنی بخوات.
- با خۆی ماندوو نەکات و لەناو جێگادا پشوو بدات.

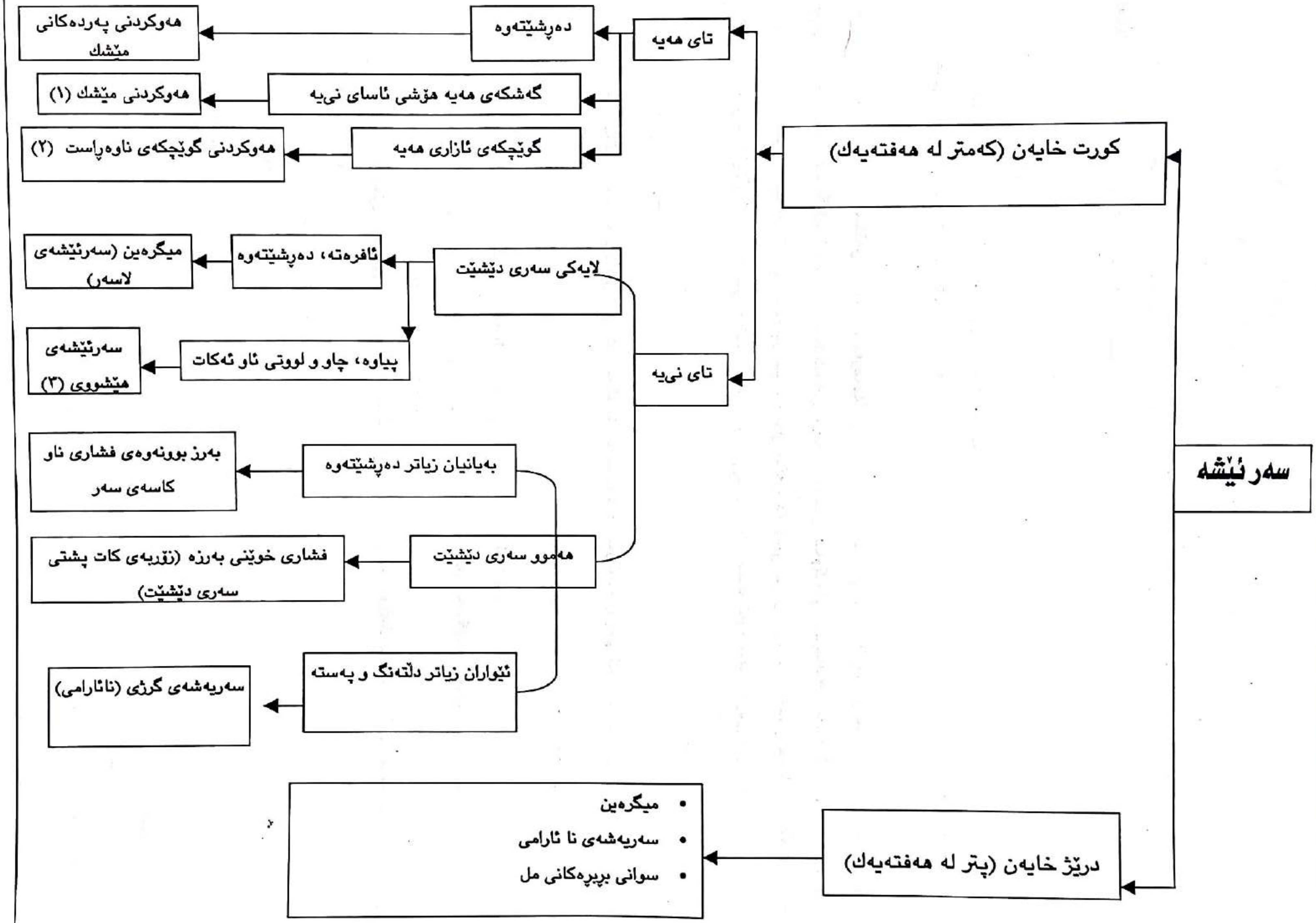
جۆری (B) زیاتر بەهۆی گواستنەوەی خوێن و بەرهەمەکانی، بەکارهێنانی سرنجی بەکارهاتوو، یان ددان کێشان و پڕکردنەوە و پەیوەندی سێکسیەوە دەگوازرێتەوە. ١٠٪ نەخۆشەکان لەوانەیە تووشی هەوکردنی درێژخایەنی جگەری ببن. کە دوور نییە ببێتە هۆی بەمۆمبوونی جگەر (تشمع الكبد) یان شێرپەنجەی جگەر. ڤایرۆسی جۆری (C) زیاتر بەهۆی خوێنەوە بلاودەبێتەوە. لەبەر ئەوە پێویستە پێش وەخت هەموو خوێنێك بۆ هەردوو ڤایرۆسی B,C تاقیبکرێتەوە پێش ئەوەی بدرێت بە نەخۆش.

سەر ئێشە Headache :-

سەر ئێشە یەکێکە لە هەرە بلاوترین ئازارەکان، بەلام خۆشبەختانە هۆی سەر ئێشە زۆربەی کات نەخۆشیەکی ترسناك نییە.

هۆکارەکانی :-

١. سەرئێشەی لایەکی سەر (میگرەین Migrain) ، سەرئێشەی هێشوویی لە پیاودا Cluster Headache .
٢. بەهۆی نەخۆشیەکی ناو مێشك وەك: بەرزبوونەوەی فشاری ناو کاسەی سەر، هەوکردنی پەردەکانی مێشك.
٣. هەموو درمەکان Infections لەوانەیە سەر ئێشە پەیدا بکەن.
٤. هۆکاری دیکە وەك هۆی دەروونی : کۆلنجی ماسوولکەکانی دەوروبەری سەر Tension headache، نەخۆشیەکانی چاو و گوێ و گیرفانە لووتەکان ... تاد.


سەر ئێشە
کورت خایەن (کەمتر لە هەفتەیەک)
درێژ خایەن (پتر لە هەفتەیەک)
میگرەین
سەریەشەی نا ئارامی
سوانی بڕبڕەکانی مل
تای هەیە
تای نی یە
دەرشێتەوە
هەوکردنی پەردەکانی مێشک
گەشکەی هەیە هۆشی ئاسای نی یە
هەوکردنی مێشک (١)
گوێچکەی ئازاری هەیە
هەوکردنی گوێچکەی ناوەڕاست (٢)
لایەکی سەری دێشێت
ئافرەتە، دەرشێتەوە
میگرەین (سەرئێشەی لاسەر)
پیاوە، چاو و لووتی ئاو ئەکات
سەرئێشەی هێشووی (٣)
هەموو سەری دێشێت
بەیانیان زیاتر دەرشێتەوە
بەرز بوونەوەی فشاری ناو کاسەی سەر
فشاری خوێنی بەرزە (زۆربەی کات پشتی سەری دێشێت)
ئێواران زیاتر دڵتەنگ و پەستە
سەریەشەی گرژی (نائارامی)

١. **هەوکردنی گوێچکەی ناوەڕاست** Otitis media :-

لە کاتی هەوکردنی کورت خایەندا، نەخۆشەکە لە سەرەتادا ئازاری زۆری هەیە هەتا پەردەی گوێی دەتەقێت. پاشان ئازارەکەی نامێنێت و کێم لەگوێی دێتە دەرەوە. لەوانەیە نەخۆشەکە تای هەبێت و چەند ڕۆژێك پێشتر تووشی هەڵامەت بوو بێت.

چارەسەر :-

- ئامۆژگاری نەخۆشەکە بکە ناو گوێچکەی پاك بکاتەوە.
- بادەرمانی دژە تا و ئازار بخوات ئەگەر ئازار یان تای هەبوو .
- پێویستی بە ئەنتی بایۆتیك هەیە بۆ ماوەی دە ڕۆژ.

٢. **سەرئێشەی هێشوویی** Cluster Migraine :-

ئەمە تەنها لە پیاودا ڕوودەدات بەتایبەتی لە تەمەنی گەنجیدا. شەو لە خەو بێداری دەکاتەوە و ئازارەکەی کورتخایەنە و ماوەی نێوان نۆرەیەك و یەکێکی تر درێژە. نەخۆشەکە زوو زوو لایەکی سەری دێشێت و چاو و لووتی ئاو ئەکات و باشترین چارەسەری دەرمانی دژە ئازارە وەك دژە سۆ ناستیرۆیدیەکان بۆ نموونە - Indomethacin ڕۆژی سێجار دوای نان خواردن .

شۆك (الصدمە) Shock :-

نیشانەکانی شۆك :-

١. دابەزینی فشاری خوێن بۆ کەمتر لە ١٠٠ ملم جیوە .
٢. بەرزبوونەوەی لێدانی دڵ زیاتر لە ١٠٠ جار لە خولەکێکدا، تربەی دڵی لە مەچەکەوە زۆر لاوازە یان لەوانەیە هەستی پێ نەکرێت.
٣. ساردبوون و ئارەق کردنەوەی دەست و قاچ و نەوچەوان.
٤. کەمبوونەوەی میز کەمتر لە ٣٠ مل/ کاتژمێر.

هۆیەکانی :-

١- هۆکاری دڵ و سووڕی خوێن Cardiogenic Shock: جەڵتەی دڵ، خوێن بەربوونی سەخت، سووتانی بەربڵاو، سکچوون و ڕشانەوەی زۆر وەك کۆلێرا.

٢- هۆکاری دەماری (شۆکی دەماری Neuroenic Shock) وەك :- ئازاری سەخت لەبەر هەر هۆیەك بێت.

٣- شۆك بە هۆی هەوکردنی بەکتیری خوێن Septicaemic (Endotoxic) Shock : وەك بڵاوبوونەوەی هەوکردن لەهەر شوێنێکی لەشەوە بۆ ناو خوێن.

نیشانەکانی :-

نەخۆشەکە زۆر بێهێزە و لاوازە، لەوانەیە ببورێتـەوە. پێستی بێ ڕەنگـە و دەست و قـاچ و نەوچـەوانی سـاردە و ئـارەقی لەسـەر. فشاری خوێنی زۆر نزمە و لێدانی دڵی زۆر خێرا و لاوازە و لەوانەیە لێدانی دڵی لە مەچەکدا هەستی پێ نـەکرێت. ئەگـەر بـە خێرایی چارەسـەر نەکرێت، لەوانەیە نەخۆشـەکە بمرێـت بـۆ نموونـە بـەهۆی سسـتبونی یـان وەسـتانی گورچیلـە. هەرچـەندە ئـەوە تـا ڕادەیـەکی زۆر بـەندە بـە هۆیەکەیەوە.

چارەسەر :-

١.چارەسەر کردنی هۆکارەکە ئەگەر کرا.

٢.نەخۆشەکە لەسەر پشت پاڵ بخە و قاچی بەرز بکەرەوە، بۆ ئەوەی خوێنی زیاتر بۆ دڵ و مێشکی بگەڕێتەوە.

٣. نەخۆشەکە گەرم داپۆشە بەتایبەت ئەگەر شوێنەکە سارد بوو

٤.زوو کانیۆلای بۆ دابنێ (باشتر وایە لە یەك دانە زیاتر بێت). بە تایبەت ئەگەر شۆکەکە بەهۆی لە دەستدانی خوێن یان لە دەستدانی شلەمەنی زۆر بوو.

٥.ڕینگەر لاکتەیت گونجاوترین فلۆیدە بۆ بەکارهێنان یان ئەگەر نەبوو، ئایزۆتۆنیك سەلاین بەکاردەهێنرێت تا دەگاتە نەخۆشخانە بەم شێوەیەی خوارەوە.

١٠٠مل / کگم لە چوار کاژێری یەکەمدا .

٦. زوو زوو فشاری خوێن و لێدانی دڵی لە مەچەکییەوە بگرەوە.

٧. دوای ئەوە بە زووترین کات بیگەیەنە نزیکترین نەخۆشخانە.

٨. ئەگەر هۆیەکەی هەوکردنی بەکتیری خوێن بوو، ئەنتی بایۆتیکی پێویستی بە خوێنهێنەر بۆ دەکرێت .

ئازاری خوارەوەی پشت Lowback Pain :-

ئازاری پشت یەكێكە لە بلاوترین جۆرەكانی ئازار. خۆشبەختانە ٩٠٪ یان چاك دەبنەوە. تەنها رێژەیەكی زۆر كەم ٥٪ ماوەی چەند مانگێك دەخایەنێت و مەترسی نەخۆشی ترسناكی لێدەكرێت. لەگەڵ بەساڵاچووندا رێژەی پشت ئێشە زیاد دەكات. زیاد لە ٥٠٪ ی ئەوانەی لە سەرووی ٦٠ ساڵەوەن پشت ئێشەیان هەیە.

هۆكارەكانی :-

١. هۆی میكانیكی : وەك خزانی خەپلەی نێوان بڕبڕەكانی پشت، گرژبوونی ماسوولكەكانی پشت و ڕەقیتە. Muscle spasm .

٢. سووتانەوە: بەهۆی تووشبوون وەك تای مالتا، هەوكردنی ئێسقان Osteomyelitits، هەوكردنی جومگەی نێوان حەوز و كلێنچكە Sacro - ilitis، سیلی بڕبڕەكان Pott's disease.

٣. نەخۆشی میتابۆلیكی Metabolic disease : وەك ئێسكە نەرمە، داخورانی ئێسك Osteomalacia.

٤. وەرەم : شێرپەنجەی بڵاوبۆوەی دووەمی Secondary metastases ، شێرپەنجەی مۆخی ئێسقان Multiple myeloma.

٥. ئازاری گواستراوەی دەرەوەی پشت وەك دوانزە گرێ، هەوكردنی پەنكریاس، هەوكردنی گورچیلە، سیلی بڕبڕەكان.

لەم بارانەدا نەخۆشەكە رەوانە بكە :

١. ئەگەر ئازارەكە بەهێواشی لەسەرخۆ درێژەی كێشا.

٢. ئازارێكی زۆر كە نەخۆشەكە پشوو نەدات.

٣. شەوانە بێداری بكاتەوە.

٤. نەخۆشەكە لەگەڵیدا لاوازبێت.

٥. خوار كلێنچكە ئازاری هەبێت.

٦. نەخۆش میز یان پیسایی بەخۆیدا بكات.

٧. ئازاری پشت بروسكە ئاسا بگوازرێتەوە بۆ قاچەكانی.

پشت ئێشە

تای هەیە
- تای هەیە، ئارەقە زۆر دەکاتەوە، جومگەی ئاوساوی هەیە ← تای ماڵتا
- کەلەکەی ئازاری هەیە، میزی بە گران بۆ دەکرێت. ← هەوکردنی کۆئەندامی میز
- ئێسقانی پشت ئازارەکەی بە دەست لێدان زیاد دەکات . ← هەوکردنی ئێسقانی بڕبڕەکان

سکی دێشێت
- شەوانە بێداری دەکاتەوە ، بەبرسیەتی زیاد دەکات ← کولکی دوانەگرێ
- دەرشێتەوە ، بەپاڵکەوتن ئازارەکەی زیاد دەکات ← هەوکردنی پەنکریاس

دوای کاری سەخت
- ئازارەکە دەگوازرێتەوە بۆ خوار ئەژنۆ وپەنجەکانی پێ ، بەکۆکە زیاد دەکا ← (خزانی خەپلە) Sciatica
- ئازارەکە لەپڕ دەست پێدەکات ، لەڕانی زیاتر ناڕواتە خوارەوە . ← دەقیتە پشت M u cle sprain

به ئیش کردن زیاد دەکات
- به ئیش کردن زیاد دەکات ← هەوکردنی جومگەکانی پشت Sacro– ilitis

شەوانە ئازاری زۆرە
- شەوانە ئازاری زۆرە، بە پشوودان کەم ناکات .
- لە خاڵێکدا بە فشار خستنە سەر زیاد دەکات.
- ← شێرپەنجەی بڵاوبۆوە Metastatic cancer

بەشی چوارەم

بەشی دەرمانە سەرەکیەکان

د. حسن علی

ACETYL SALICYLIC ASID = A. S. A (Aspirin)
ئەسیتیل سالیسیلیک ئەسید = ئەسپرین

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- دژەتا
- دژە ئازار
- دژە سۆ Anti- inflammatory

بەکارهێنان Indications :-

- سەر ئێشە
- تا
- ئازار و سووتانەوەی جومگەکان

شێوەی ئامادەکراو Preparation :-

- خەپلەی ٧٥ ملگم، ١٠٠ ملگم، ٣٠٠ ملگم

ژەم Dosage :-

- منداڵ : ٥٠ ملگم/ کگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم.
- گەورە : ١-٣ گم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم .
- بەرزترین ژەم بۆ منداڵ : ١٠٠ ملگم / کگم / لە ڕۆژێکدا ، گەورە ٦ گم لە ڕۆژێکدا.

ماوەی بەکارهێنان Duration :-

بەپێی پێویستی نەخۆشەکە.

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra - Indications, Side-effects, Precautions :-

- بەکاریمەهێنە : لەکاتی دڵەکزێ، ئەلکهۆلیزم (خووگرتن بە ئەلکهول)، خوێنبەربوون، ڕەبوو. لە منداڵاندا لە تەمەنی کەمتر لە یەک ساڵ، باشتر وایە پاراسیتامۆڵ بەکاربهێنێت.
- ئەگەر زێدە هەستیاری و دڵە کزێ ڕوویدا، بەکارهێنانی بوەستێنە .

تێبینی Remarks:-

- سکپڕی : باشتر وایە پاراسیتامۆڵ بەکاربهێنی (بەتایبەتی لە سێ مانگی کۆتاییدا).
- دایکی شیردەر : باشتر وایە بەکارنەهێنرێت.
- باشتر وایە لەگەڵ ئاوی زۆردا بخورێت.

ALUMINIUM HYDROXIDE (with or without magnesium salts)
ئەلەمنیۆم هایدرۆکسایدا لەگەڵ یان بێ مەگنیسیۆم

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- دژە ترشەڵۆک

بەکارهێنان Indications :-

- دڵە کزێ لەگەڵ یان دوای ژەمی خواردن
- کولکی گەدە

شێوەی ئامادەکراو Preparation :-

- خەپلەی ٥٠٠ ملگم (زۆر شێوەی جیاوازی هەیە)

ژەم Dosage :-

- منداڵ : زۆر دەگمەن پێویستە (ئەگەر پێویست بوو : ٧٥ ملگم/ کگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم.
- گەورە : ١,٥–٣ گم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم نیو کاتژمێر دوای نان خواردن یان کاتی ئازار.

ماوەی بەکارهێنان Duration :-

- ٥ ڕۆژ (زیاتریش ئەگەر پێویست بوو).

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra - Indications, Side-effects, Precautions :-

- قەبزی (ئەگەر مەگنیسیۆمی لەگەڵ نەبێت) .
- مژینی هەندێك دەرمان لە ڕیخۆڵەوە کەم دەکاتەوە وەك (تتراسایکلین)، باشتر وایە لەگەڵ هەر دەرمانێك بەکاردەهێنرێت ١–٢ کاتژمێر نێوانی هەبێت.

تێبینی Remarks:-

- سکپڕی : زیانی نییە.
- دایکی شیردەر : زیانی نییە.

AMINOPHYLLINE & THEOPHYLLINE
ئەمینوفیلین و سیۆفیلین

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action
- فراوانکەری بۆری هەناسە Bronchodilater .

بەکارهێنان Indications :-
- ڕەبو (بەرهەنگ) .
- تەنگەنەفەسی ئەگەر خیزەی لەگەڵ بێت.

شێوەی ئامادەکراو Preparation :-
- خەپلەی ١٠٠ ملگم ، ٢٠٠ ملگم.
- ئەمپولی ٢٥٠ ملگم / ١٠ مل.

ژەم Dosage :-
- ئەمینۆفیلین (ئەمپول) بۆ تەنگەنەفەسی توند: منداڵ و گەورە ٥ ملگم / کگم / بۆ یەک ژەم، زۆر بەهێواشی لە ماوەی ١٥ – ٢٠ خولەکدا، باشتر وایە لە ١٠٠ مل فلۆیددا بدرێت لە سەرخۆ.
- ژەمی کەمتر بەکاربهێنە بۆ نەخۆشێك (سستی دڵ)ی هەبێت یان بە تەمەن بێت.
- دڵنیابە لەوەی کە نەخۆشەکە پێش بەکارهێنانی ئەمپولەکە بەشێوەی خەپلە نەیخواردووە.
- ئەمینۆفیلین خەپلە : ١٢ – ١٥ ملگم / کگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم، بۆ منداڵ و گەورە.
- ثیوفیلین خەپلە : ١٠ – ١٣ ملگم / کگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم.

ماوەی بەکارهێنان Duration :-
- بەپێی باری نەخۆشەکە.
- دژە – بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، ووریایی Contra - Indications, Side-effects, Precautions :-

لە منداڵدا:
- لەگەڵ ئەرسرۆمایسین بەکاری مەهێنە .
- ژەمی چارەسەر Therapeutic dose زۆر نزیکە لە ژەمی ژەهراوی بوون Toxic dose .

نیشانەکانی ژەهراوی بوون :–
- ڕشانەوە و بەرزبوونەوەی پلەی گەرمی لەش.
- پاشان گەشکە (تۆرە پەرکەم)، ئەگەر ئەم نیشانانە دەرکەوتن، چارەسەر بووەستێنە و یەکسەر نەخۆشەکە ڕەوانە بکە.
- لەگەڵ Phenobarbition بەکاری مەهێنە.
- سکپڕی : بەکاریمەهێنە بەتایبەت لە سێ مانگی کۆتاییدا .
- دایکی شیردەر : بەکاری مەهێنە.

AMOXICILLIN
ئەمۆکسیسیلین

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- ئەنتی بایۆتیک

بەکارهێنان Indications :-

- درمە بەکتیرییەکانی کۆئەندامی هەناسە.
- درمە بەکتیرییەکانی کۆئەندامی میز، بەتایبەت لە ئافرەتی سك پڕدا.

شێوەی ئامادەکراو Preparation :-

- خەپلە یان کەپسولی ٢٥٠ ملگم، ٥٠٠ ملگم .
- شروب : ١٢٥ ملگم / ٥ مل – یەك کەوچکی کوپ.

ژەم Dosage :-

- لە منداڵدا : ٥٠ ملگم/ کگم / لە ڕۆژێکدا دوو ژەم یان بە سێ ژەم.
- گەورە : ١–٢ گم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم باشتر وایە پێش نان خواردن. لە نەخۆشی توندا بەرزترین ژەم (٣ گم) لە ڕۆژێکدا.
- چارەسەر کردنی هەوکردنی کۆئەندامی میز لە ئافرەتی سکپڕدا: ١ گم لە ڕۆژێکدا بە ٢–٣ ژەم بۆ ماوەی ١٠ ڕۆژ.

ماوەی بەکارهێنان Duration :-

- کەمترین ماوە (٥) ڕۆژ
- ١٠ ڕۆژ لە هەوکردنی کۆئەندامی میزدا.

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra - Indications, Side-effects, Precautions :-

- ئەگەر نەخۆشەکە زێدە هەستیاری بە پەنسیلین هەبوو، بەکاریمەهێنە. ئەگەر زێدە هەستیاری ڕوویدا بەکاریمەهێنە.

تێبینی Remarks:-

- سکپڕی : زیانی نییە.
- دایکی شیردەر : زیانی نییە.
- ئەمپسیلین هەمان بەکارهێنانی ئەمۆکسیلینی هەیە، بەڵام چونکە مژینی لە ڕیخۆڵەوە باش نییە، پێویستە ژەمەکە دوو هێند بکرێت.

ASCORBIC ACID - Vitamin C
ئەسکۆربیك ئەسید - ڤیتامین سی

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- ڤیتامین

بەکارهێنان Indications :-

- چارەسەری و خۆپاراستن لە ئەسکەربووت Scurvy .
- لەگەڵ خەپلەی ئاسندا، مژینی لە ریخۆڵەوە ئاسان دەکات.

شێوەی ئامادەکراو Preparation :-

- خەپلەی ٥٠ ملگم ، ٢٥٠ملگم ،٥٠٠ ملگم ، ١ گم .

ژەم Dosage :-

- منداڵ : بۆ چارەسەر ١٠٠ – ٣٠٠ ملگم / لە رۆژێکدا بە سێ ژەم.
- گەورە : بۆ چارەسەر ٥٠٠ – ١٠٠٠ ملگم / لە رۆژێکدا بە سێ ژەم
- بۆ خۆپاراستنی منداڵ : ٥٠ – ١٠٠ ملگم لە رۆژێکدا.
- گەورە : ٥٠ –١٠٠ ملگم لە رۆژێکدا.

ماوەی بەکارهێنان Duration :-

- ٢ هەفتە هەتا نەخۆشەکە چاك دەبێتەوە.
- بۆ خۆپاراستن ، تا ئەو رادەیەی پێویستە.

تێبینی Remarks:-

- ژەمی زۆری ڤیتامین سی لەوانەیە کاربکاتە سەر ئەنجامی پشکنینی میزی نەخۆش بۆ نەخۆشی شەکرە.
- ئەگەر لەگەڵ خۆراکی رۆژانەدا بڕی پێویست سەوزە و میوە بخورێت ، ئەوا پێویستمان بە خەپلەی ڤیتامین سی نابێت.

ATROPINE Sulphate & HYOSCINE BUTYL BROMIDE
ئەترۆپین - هایۆسین بیوتیل برۆماید

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- دژە گرژ بوون Antispasmodic .

بەکارهێنان Indications :-

- گرژ بوون و ژانی جۆگەی هەرسی ڕیزەوەکانی میز.

شێوەی ئامادەکراو Preparation :-

- ئەترۆپین سەلفەیت : خەپلەی ١ ملگم.
- هایۆسین : خەپلەی ١٠ ملگم.
- هایۆسین : ئەمپول ١٠ ملگم/ مل.
-

ژەم Dosage :-

- منداڵ : بەکاری مەهێنە.
- گەورە : ئەترۆپین : ٣ ملگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم .
- هایۆسین بیوتیل برۆماید : ٣٠ - ٦٠ ملگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم.
- ئەمپول : ١٠ ملگم / یەك ئەمپول / یەك ژەم.
- بەکارهێنانی هایۆسین گونجاوترە چونکە کاریگەری لاوەکی لە ئەترۆپین کەمترە .

ماوەی بەکارهێنان Duration :-

- ١ - ٤ ڕۆژ .

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra - Indications, Side-effects, Precautions :-

- بەکاری مەهێنە لە کاتی : میزگیران، نەخۆشی دڵ، ئاوی ڕەش Glaucoma .
- لەوانەیە ببێتە هۆی : ووشك بوونی ناو دەم ، ڕەشکە و پێشکەی چاو، قەبزی، سەرئێشە و گێژی.
- لەگەڵ کلۆرپرۆمازین و پرۆمیتازیندا بەکاری مەهێنە.
- سکپڕی : بەکاریمەهێنە بەتایبەت لە سێ مانگی کۆتاییدا .
- دایکی شیردەر : باشتر وایە بەکاری نەهێنی بە تایبەت بۆ ماوەی درێژ.

CHARCOAL
چارکۆل (خەڵوزی چالاك)

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- مژەر Absorbent . (لەگەڵ ژمارەیەك لە ماددە ژەهراویەکان و دەرماندا یەکدەگرێت و مژینیان لە ریخۆڵەوە کەم دەکاتەوە).

بەکارهێنان Indications :-

- ژەهراوی بوون بە هۆی ژەمی زیادی دەرمـان وەك (ئەسپرین، پاراسیتامۆڵ، کلۆرکوین، فینۆباربیتۆن، ئیندۆمنتاسین، فینیتۆین، دیجۆکسین، تۆلبیۆتەماید، سیوفیلین ...هتد).
- ژەهراوی بوون بەهۆی ڕووەکی ژەهراویەوە.

شێوەی ئامادەکراو Preparation :-

- خەپلەی ١٢٥ ملگم. (شێوەی جیاوازی هەیە)

ژەم Dosage :-

•منداڵ و گەورە : ٦ – ٤ خەپلە بە یەك ژەم. لەکاتی ژەهراوی بوونی سەختدا (٣٠ خەپلە بەیەك ژەم).

ماوەی بەکارهێنان Duration :-

- یەك ژەم : ئەگەر پێویست بوو دووبارە دەکرێتەوە.

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra - Indications, Side-effects, Precautions :-

- بەکاری مەهێنە بۆ ژەهراوی بوون بە ماددەی سوتێنەر.
- دوای چارەسەر لەوانەیە نەخۆشەکە تووشی قەبزی ببێت و پیسایيەکەی ڕەش ببێت بەڵام بێ زیانە.

تێبینی Remarks:-

- بۆ ئەوەی بە ئاسانی بخورێت، باشتر وایە خەپلە بهاڕێت.

CHLOROQUINE Sulphate
کلۆرۆکوین سەلفەیت

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- دژە مەلاریا

بەکارهێنان Indications :-

- بۆ چارەسەر کردنی نۆرەیەکی تووشبوون بە مەلاریا.
- بۆ خۆپاراستن لەو شوێنانەی مەلاریا زۆر بڵاوە.

شێوەی ئامادەکراو Preparation :-

- خەپلەی ١٥٠ ملگم. 150 mg base

ژەم Dosage :-

بۆ گەورە : ٦٠٠ ملگم / یەکەم ژەم .
٣٠٠ ملگم دوای شەش سەعات
٣٠٠ ملگم ڕۆژی دواتر
٣٠٠ ملگم ڕۆژی سێیەم.

بۆ منداڵان : سەیری بەشی نەخۆشیەکانی منداڵان بکە.

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra - Indications, Side-effects, Precautions :-

- ڕشانەوە و سەر ئێشە .
- خورشت.

تێبینی Remarks:-

- لە ئافرەتی سکپڕدا : بەکاردەهێنرێت.
- دایکی شیردەر : بەکار دەهێنرێت.

CHLORPHENIRAMINE
کلۆرۆفینیرامین

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action
- دژە زێدە هەستیاری – ئەنتی هیستامین.

بەکارهێنان Indications :-
- زێدە هەستیاری بەهۆی: بەرکەوتن، ئیکزیما، پێوەدانی مێروو، دەرمان، خۆراك ... هتد.

شێوەی ئامادەکراو Preparation :-
- خەپلەی ٤ ملگم.
- ئەمپولی ١٠ ملگم بە سمت IM ، ژێر پێست یان بە خوێنهێنەر بە هێواشی. لەکاتی زێدە هەستیاری توندا.

ژەم Dosage :-
- منداڵ (سەرووی ٢ ساڵ) : (بەشێوەی خەپلە) ١–٤ ملگم لە رۆژێکدا بە ٢–٣ ژەم.
- گەورە : (بەشێوەی خەپلە) ٨ –١٢ ملگم لە رۆژێکدا بە ٢–٣ ژەم.
- منداڵ (سەرووی ٢ ساڵ) : ١ملگم / کگم بۆ یەك دەرزی لێدان
- گەورە : ٢٥ –٥٠ بە دەرزی بە یەك جارلە باری زێدە هەستیاری توندا.

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra - Indications, Side-effects, Precautions :-
- بۆ منداڵی تەمەن کەمتر لە دوو ساڵ بەکاری مەهێنە.
- لەوانەیە نەخۆشەکە گێژ بکات و مەترسی بۆ ئەوانە هەیە کە ماشێن لێدەخوڕن یان لەسەر ئامێری قورس کاردەکەن.
- گێژی و ووڕی زیاد دەکات ئەگەر لەگەڵ دەرمانی دیکە بخورێت وەك : دیازیپام، فینۆباربیتۆن و کلۆرپرۆمازین و مەی.

تێبینی Remarks:-
- لە ئافرەتی سکپڕیدا : بەکاریمەهێنە.
- دایکی شیردەر :. بەکاریمەهێنە

CO-TRIMOXAZOLE - Sulphamethoxazole (SMX) + Tripmethoprim

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- پێك هاتووە لە دوو دژە بەکتریا Antibacterial .

بەکارهێنان Indications :-

- هەوکردنەکانی کۆئەندامی هەناسە.
- هەوکردنەکانی کۆئەندامی میز.
- زەحیری چیلکەیی Bacillary Dysentry .
- هەوکردنی گوێ.
- سووزەنەك Gonorrhoea .

شێوەی ئامادەکراو Preparation :-

- خەپلەی گەورە : ٤٠٠ ملگم سەلفامیسۆکسازۆڵ + ٨٠ ملگم ترایمێتۆپریم.
- خەپلەی منداڵ : ١٠٠ ملگم سەلفامیسۆکسازۆڵ + ٢٠ ملگم ترایمێتۆپریم.
- شروب : ٢٠٠ ملگم سەلفامیسۆکسازۆڵ + ٤٠ ملگم ترایمێتۆپریم بۆ ٥ مل = یەك کەوچکی کوپ.

ژەم Dosage :-

تەمەن	سفر	٢ مانگ	١ ساڵ	٥ ساڵ	١٥ ساڵ (گەورە)
کێش		٤ کگم	٨کگم	١٥ کگم	٣٥ کگم
خەپلەی گەورە	بەکاری مەهێنە	¼ خەپلە X ٢	½ خەپلە X ٢	١ خەپلە X ٢	٢ X ٢
شروب		½ کپ X ٢	١ کپ X ٢		

ماوەی بەکارهێنان Duration :-

- کەمترین ماوە (٥) ڕۆژ.

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وورییایی Contra - Indications, Side-effects, Precautions :-

- بۆ منداڵی کەمتر لە دوو مانگ بەکاری مەهێنە .
- لەوانەیە سك ئێشە ناتەواوی کۆئەندامی هەرس دروست بکات.
- فرە هەستیاری زۆربەی کات سووك، بەڵام هەندێ جار بە توندی ڕوو دەدات.
- ئاوی زۆری لەگەڵ بخورێتەوە.
- سکپڕی : لە سێ مانگی یەکەم و کۆتاییدا بەکاری مەهێنە، هەروەها لە شیردەریشدا.

DIAZEPAM
دیازیپام

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- دژە دڵە ڕاوکێ Anxiolytic .
- دژە گەشکە.
- خاوکەرەوەی ماسوولکە Muscle relaxant .

بەکارهێنان Indications :-

- گەشکە یان نۆرەی پەرکەم لە گەورەدا. (تەنها ئەم بەکارهێنانە باس دەکرێت)

شێوەی ئامادەکراو Preparation :-

- ئەمپول (١٠ ملگم / ٢ مل).

ژەم Dosage :-

- گەشکەی منداڵ : ٠,٢٥ ملگم/ کگم بۆ یەك دەرزی لێدان لە ڕێگەی خوێنهێنەرەوە زۆر بە هێواشی یان لە ڕێگەی کۆمەوە (٠,٥ ملگم / کگم) دوای لێکردنەوەی نیدڵی سرنجەکە.
- نۆرەی پەرکەم لە گەورەدا : ٢٥ ملگم یان زیاتر بە پێی پێویست لە ڕێگەی خوێنهێنەرەوە زۆر بە هێواشی .

ماوەی بەکارهێنان Duration :-

- ئەگەر دوای یەکەم دەرزی پەرکەمەکە چاك نەبوو، هەمان ژەم دوای ١٠ خولەك دووبارە بکەرەوە.

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وورییایی Contra - Indications, Side-effects, Precautions :-

- بەکاری مەهێنە لەو کەسانەدا کە هەناسەدانیان ئاسایی نیيە.
- ئەگەر بە خێرایی لێبدرێت، لەوانەیە نەخۆشەکە هەناسەی بووەستێت.
- ئەگەر لە ڕێی خوێنهێنەرەوە یان کۆمەوە بەکارهات، ڕوون (دیلیۆشن)ی بکەوە بە ڕێژەی ١ بۆ ٥ .
- نیشانەکانی ژەهراوی بوون (٥ ئەوەندەی ژەمی ئاسایی)، لە هۆشخۆچوون و ساردبوونەوە Hypothermia .
- لەکاتی بەکارهێنان لە ڕێگەی خوێنهێنەرەوە، دڵنیابە لەوەی کە ئامێری هەناسە پێدان و فریاکەوتنی سەرەتایی ئامادەیە.

ERYTHROMYCIN
ئێریترۆمایسین

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- ئەنتی بایۆتیک

بەکارهێنان Indications :-

- بۆ هەوکردنە بەکتریاییەکانی کۆئەندامی هەناسە، بۆ ئەو کەسانەی کە زێدە هەستیارن بە پەنسیلین هەیە.

شێوەی ئامادەکراو Preparation :-

- خەپلەی ٢٥٠، ٥٠٠ ملگم.

ژەم Dosage :-

- منداڵ : ٣٠ –٥٠ ملگم / کگم / لە ڕۆژێکدا بە دوو ژەم .
- گەورە : ١–٣ کگم / لە ڕۆژێکدا بە دوو ژەم . لە باری نەخۆشی توندا، باشتر وایە بە سێ ژەم لە ڕۆژێکدابدرێت.

ماوەی بەکارهێنان Duration :-

- کەمترین ماوە (٥) ڕۆژ.

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra - Indications, Side-effects, Precautions :-

- لەگەڵ ئێرگۆتامین و ئەمینۆفلیندا بەیەکەوە بەکاری مەهێنە بە تایبەت لە منداڵاندا.
- لەوانەیە ببێتە هۆی زێدە هەستیاری و ئازاری گەدە.
- بە وریاییەوە بەکاربێت لەو نەخۆشانەدا کە نەخۆشی جگەریان هەیە.
- ژەمی بەرز لەوانەیە ببێتە هۆی کەڕی (بۆ ماوەیەک)
- سکپڕی : زیانی نییە .
- دایکی شیردەر : زیانی نییە.

تێبینی Remarks :-

- پێش ژەمی خۆراک دەخورێت.

IRON Salts (Ferrous Sulfate and Fumarata)
ئاسن (فیرۆزفیومارەیت)

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- کانزای ئاسنی تێدایە کە زۆر پێویستە بۆ دروست کردنی خوێن.

بەکارهێنان Indications

- خۆپاراستن لە کەمخوێنی لەکاتی سکپڕی دا.
- چارەسەرکردنی کەمخوێنی بە هۆی کەمی ڕێژەی ئاسن : کەمی ئاسنی ناو خۆراک، تووشبوون بە مشەخۆرەکان و کرمی قولاپی، خوێنبەربوونی بەردەوام.

شێوەی ئامادەکراو Preparation

- خەپلەی فیرۆزسەلفەیت ٢٠٠ ملگم. (٦٠ ملگم ئاسنی بنەڕەتی تێدایە).

ژەم Dosage

بۆ خۆپاراستن

- منداڵ : ٦ ملگم / کگم / لە ڕۆژێکدا بە یەك ژەم.
- ژنی سك پڕ : ١٠٠ – ٢٠٠ ملگم / لە ڕۆژێکدا بەیەك ژەم.
- بۆ چارەسەر
- منداڵ : ١٥–٣٠ ملگم / کگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم .
- گەورە : ٨٠٠ ملگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم .
- لە ژەمی دیاری کراو زیاتر بەکار مەهێنە.
- بڕی یان ژەمی ژەهراوی بوون: ١٠٠ ملگم / کگم فیرۆز سەلفەیت.
- نیشانەکانی ژەهراوی بوون: سکچوونی خوێناوی ، پەك کەوتن یان سست بوونی دڵ.

ماوەی بەکارهێنان Duration

- بۆ خۆپاراستن : بە درێژایی ماوەی پێویست. (سکپڕی و شیردان)
- بۆ چارەسەر : کەمترین ماوە (دوو مانگ).

دژە – بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra - Indications, Side-effects, Precautions

- لە گەڵ تتراسایکلین بەکاری مەهێنە.
- لەوانەیە ببێتە هۆی سووتانەوەی گەدە. سکچوون، یان قەبزی.
- ڕەنگی پیسایی ڕەش دەکات.
- لەگەڵ ژەمی خۆراکدا بەکاری بهێنە بۆ ئەوەی کاریگەری لاوەکی کەمتر ڕوبدات.

FOLIC ACID
فۆلیك ئەسید

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- ڤیتامینێکی پێویستە بۆ دروستکردنی خوێن.

بەکارهێنان Indications

- کەمخوێنی بەهۆی کەمی ڕێژەی فۆلیك ئەسید لە خوێندا بەهۆی: بەدخۆراکی، مەلاریای چەند بارە بۆوە، تووشبوون بە کرم.

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- خەپلەی ١ ملگم، ٥ ملگم .

ژەم Dosage

- منداڵ: ٥–١٥ ملگم / لە ڕۆژێکدا بەیەك ژەم .
- گەورە: ١٠–٢٠ ملگم / لە ڕۆژێکدا بەیەك ژەم .

ماوەی بەکارهێنان Duration

- ١٥–٢٠ ڕۆژ .

دژە – بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وورپایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- لەکاتی سکپڕی دا، باشتر وایە ئەو خەپلانە بەکاربهێنرێن کە هەردوو مادەی ئاسن و فۆلیك ئەسیدیان تێدایە .

FRUSEMIDE = FUROSEMIDE
فروسیماید

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- میزاوەر (مدرر للبول) Diuretic.

بەکارهێنان Indications

چارەسەری کتوپڕی

- ئاوسان بەهۆی نەخۆشی گورچیلە، سست بوونی دڵ. سست بوونی جگەر .
- بەرزبوونەوەی سەختی فشاری خوێن Hypertensive Crisis.

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- ئەمپولی ٢٠ ملگم / ٢ مل بۆ بەکارهێنانی لە ڕێگەی خوێنهێنەرەوە یان بە سمت .

ژەم Dosage

- منداڵ: ٠,٥–١ ملگم / کگم / بۆ یەك دەرزی لێدان .
- گەورە: ٢٠–٤٠ ملگم / بۆیەك دەرزی لێدان .
- لەباری ئاوتێزانی کتوپڕی سیەکان Acute Pulmonary oedema هەتا ٢٥٠ ملگم دەتوانرێت بدرێت .

ماوەی بەکارهێنان Duration

- بەپێی باری نەخۆشەکە.

دژە – بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، ووریایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- بەکاری مەهێنە ئەگەر ئاوسانەکە بەهۆی کواشیور کۆرەوە بوو .
- سکپڕی: بەکاری مەهێنە .
- دایکی شیردەر: زیانی هەیە .

IBUPROFEN
ئیبوپروفین

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- دژە سۆی ناستیرۆیدی Non – steroidal anti - inflammatory.
- دژە ئازار، دژە تا .

بەکارهێنان Indications

- ئازارو سوتانەوەی جومگەکان .
- ئازاری گرژبوونی ماسوولکەکان، دان ئێشە، سەرئێشە، میگرەین......هتد .

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- خەپلەی ٢٠٠ ملگم، ٤٠٠ ملگم .

ژەم Dosage

- گەورە: ١٢٠٠ ملگم / لە رۆژێکدا بە سێ ژەم. بۆ ئازارو سووتانەوەی جومگەکان و نەخۆشیە رۆماتیزیەکان.

ماوەی بەکارهێنان Duration

- بەپێی پێویستی نەخۆشەکە.

دژە – بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- بەکاری مەهێنە لەکاتی بوونی ئەم نەخۆشیانەدا: کولکی گەدە، دوانزەگرێ، سست بوونی گورچیلە یان جگەر.
- بۆ منداڵ بەکاری مەهێنە.
- لەوانەیە ببێتە هۆی ئازاری گەدەو زێدە هەستیاری .
- بەیەکەوە لەگەڵ ئەسپرین و ئەندۆمیتاسین و هاوپێکهاتەکانیدا بەکاری مەهێنە .
- لە تووشبونەکاندا بە وریاییەوە بەکاریبهێنە، لەوانەیە نیشانەکانی تووشبوونەکە بشارێتەوە.
- سکپڕی: بەکاری مەهێنە .
- دایکی شیردەر: بەکاری مەهێنە .
- لەگەڵ خۆراکدا یان دوای خۆراک بیخۆ .

LEVAMISOLE
لیڤامینرۆڵ

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- دژە کرم .

بەکارهێنان Indications

- کرمی ئەسکارس .
- کرمی قولاپی (ئەنگلستۆما) .

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- خەپلەی ٤٠ ملگم،١٥٠ ملگم .

ژەم Dosage

- منداڵ و گەورە: ٢,٥ ملگم / کگم / لە ڕۆژێکدا بە یەك ژەم.

ماوەی بەکارهێنان Duration

- بۆ کرمی ئەسکارس: یەك ژەم .
- بۆ کرمی قولاپی: دوای هەفتەیەك دووبارەی بکەرەوە .

دژە – بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وورپایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- لەوانەیە ببێتە هۆی هێڵج و ڕشانەوە .
- سکپڕی: زیانی نییە.
- دایکی شیردەر: زیانی نییە .

MEBENDAZOLE (Vermox®)
میبێندازۆل

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- دژە کرم .

بەکارهێنان Indications

- کرمی ئەسکارس .
- کرمی قولاپی.
- کرمی دەزوولەیی .
- کرمی شریتی: دووەم هەڵبژاردن (باشتر وایە نیکلۆزیماید) بەکاربهێنرێت .

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- خەپلەی ۱۰۰ ملگم،۵۰۰ ملگم .

ژەم Dosage

- بۆ منداڵی سەرووی ۲ ساڵ و گەورە:
- کرمی قولاپی: ۲۰۰ ملگم / لە ڕۆژێکدا بە دوو ژەم بۆ سێ ڕۆژ .
- کرمی ئەسکارس: ۵۰۰ ملگم بەیەك ژەم .
- کرمی دەزوولەیی: ۱۰۰ ملگم بەیەك ژەم، دوای ۲–۳ هەفتە دووبارە بکرێتەوە .

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وورياييی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- بۆ منداڵی کەمتر لە ۲ ساڵ بەکاری مەهێنە .
- سکپڕی: بەکاری مەهێنە.
- دایکی شیردەر: زیانی نی‌یە .

METRONIDAZOLE
میترۆنیدازۆل

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- دژە پرۆتۆزوا، دژە بەکتریا .

بەکارهێنان Indications

- زەحیری ئەمیبی، جیاردیا، ترایکۆمۆنیا .
- هەندێك جۆری بەکتریای ناهەوایی وەك: بەکتیرۆیدیس فراجیلیس، کلۆستریدیەم .

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- خەپلەی ٢٥٠ ملگم،٥٠٠ ملگم .

ژەم Dosage

زەحیری ئەمیبی:

- لە منالّدا: ٣٠ – ٥٠ ملگم / کگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم .
- لە گەورەدا: ١,٥ گم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم .

نەخۆشی جیاردیا .

- لە منداڵدا: ١٥ ملگم / کگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم .
- لە گەورەدا: ٧٥٠ ملگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم .

ماوەی بەکارهێنان Duration

- زەحیری ئەمیبی: ٧ ڕۆژ .
- نەخۆشی جیاردیا: ٧ ڕۆژ، دوای هەفتەیەك دووبارەی بکەرەوە .

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، ووریایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- لەوانەیە ببێتە هۆی نارەحەتی کۆئەندامی هەرس و تاڵ بوونی ناودەم .
- لەگەڵیدا نابێت مەی بخورێتەوە .
- لە ئافرەتی سکپڕدا: پزیشکی پسپۆڕ بڕیار دەدات .
- دایکی شیردەر: بەکاری مەهێنە .

NICLOSAMIDE
نیکلۆزیماید

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- دژە کرم .

بەکارهێنان Indications

- کرمی شریتی **Taenia saginata, Taenia solium Hymenolepsis nana**

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- خەپلەی ٥٠٠ ملگم .

ژەم Dosage

- T. Saginata بۆ مندالّ: ٣٠ ملگم / کگم / بەیەك ژەم، لەسەر سکی بەتالّ.
- بۆ گەورە: ٢ گم بە یەك ژەم لەسەر سکی بەتالّ .
- H.nana بۆ مندالّ: ٣٠ ملگم / کگم / ڕۆژی جارێك بۆ پێنج ڕۆژ .
- بۆ گەورە: ٢ گم بە یەك ژەم لە ڕۆژی یەکەمدا، پاشان ڕۆژی یەك گرام بۆ شەش ڕۆژ .

دژە – بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- ئێوارەی پێش خواردنی دەرمانەکە، خواردەمەنی شلەمەنی بخۆ، بەیانی ڕۆژی دوایی خەپلەکە بخۆو بە باشی بیجوو تا دوو کاتژمێر دوای ئەوە خواردن مەخۆ .
- ئەتوانیت ژەمە خەپلەکە بکرێت بە دوو بەشەوە هەر ژەمە و یەك کاتژمێری نێوان بێت، بەتایبەت ئەگەر ڕشانەوە ڕوویدا .

NYSTATIN (Myconstatin®)
نیستاتین

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- دژە کەڕوو (دژە کاندیدیا) .

بەکارهێنان Indications

- کەڕوو (کاندیدیا)ی ناو پۆشی دەم و جۆگەی هەرس .
- کاندیدیای ناوپۆشی زێ .

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- خەپلەی ١٠٠,٠٠٠ یەکەی جیهانی .
- دڵۆپە .

ژەم Dosage

- کاندیدیای ناو پۆشی دەم: ١–٢ خەپلە لە ڕۆژێکدا (بمژرێت، یان لە دەمدا بهاڕرێت و بۆ ماوەیەك بهێڵرێتەوە) .
- کاندیدیای ناو پۆشی زێ: نیستاتین بە شێوەی شافی زێ – یا خەپلەکە تەڕبکرێت و (١–٢ خەپلە لە ڕۆژێکدا) .

ماوەی بەکارهێنان Duration

- کاندیدیای ناو پۆشی دەم: ٨–١٠ ڕۆژ .
- کاندیدیای نوپۆشی زێ: ١٠–٢٠ ڕۆژ .

دژە – بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- سکپڕی: زیانی نی‌یە .
- دایکی شیردەر: زیانی نی‌یە .

تێبینی Remarks

- کاریگەری لەسەر جۆرەکانی دیکەی کەڕو نی‌یە .
- بۆ کەڕووی ناوپۆشی زێ، باشتر وایە لە هەمان کاتدا لە ڕێگەی دەمیشەوە بەکاربێت. لە کاتی سووڕی مانگانەدا پێویست ناکات بیوەستێنێت .

ORAL REHYDRATION SALTS = ORS
(خوێی دکستڕۆلایت - ئۆ ئار ئێس)

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- خوێ و شەکر دابین دەکات .

بەکارهێنان Indications

- بەرگرتن و چارەسەرکردنی ووشکبوونەوە و لە کاتی سکچوون وەیان ڕشانەوەدا .

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- یەک ساکێت تۆز (پاودەر) بۆ تواندنەوە لە ناو یەک لیتر ئاودا (دوای کوڵاندن و ساردکردنەوەی).
- پێکهاتەی:

کلۆرایدی سۆدیۆم NaCL	٣,٥ گرام
کلۆرایدی پۆتاسیۆم KCL	١,٥ گرام
ترایسۆدیۆم سیترەیت	٢,٩ گرام
گلوگوز	٢٠ گرام

ژەم Dosage

- بۆ منداڵ: ١-٢ ساکێت لە ماوەی ٢٤ کاتژێردا = ١ بۆ ٢ لیتر .
- بۆ گەورە: ٣-٤ ساکێت لە ڕۆژێکدا (یان تا ئەو رادەیەی دەتوانێت بیخواتەوە).

ماوەی بەکارهێنان Duration

- ئەگەر ئاوسان دەرکەوت، ڕێژەکەی کەم بکەرەوە.
- ئەگەر ڕشانەوە هەبوو، بۆ ماوەی ١٠ خولەک بیوەستێنە یان بەفری بچوک بیدەرێ بەڵام مەیوەستێنە .

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، ووریایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- سکپڕی: زیانی نیە .
- دایکی شیردەر: زیانی نیە .

PARASETAMOL = ASETAMINOPHEN
پاراسیتامۆل - ئەسیتامینۆفین

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- دژە ئازار .
- دژە تا .

بەکارهێنان Indications

- ئازاری سەر، دان ئێشە، ئازاری جومگەکان .
- تا .

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- خەپلەی ١٠٠ ملگم ، ٥٠٠ ملگم .
- بە شێوەی شروب (١٢٥ ملگم / ٥ ملگم) .

ژەم Dosage

- منداڵ: ٢٠-٣٠ ملگم / کگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم (بەرزترین ژەم ٥٠ ملگم / کگم لە ڕۆژێکدا).
- گەورە: ٢-٣گم لە ڕۆژێکدا بە چوار ژەم (بەرزترین ژەم ٤ گم لە ڕۆژێکدا).

ماوەی بەکارهێنان Duration

- بە پێی ماوەی نەخۆشیەکە (١-٣ ڕۆژ).

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- لەکاتی هەوکردنی جگەردا بەکاری مەهێنە .
- سکپڕی: زیانی نی‌یە .
- دایکی شیردەر: زیانی نی‌یە .

تێبینی Remarks

باشتر وایە پاراسیتامۆڵ بە ئەو کەسانە بەکاربێت کە زێدە هەستیاریان هەیە بە ئەسپرین، نەخۆشی گەدەیان هەیە یان ئەو ساوایانەی تەمەنیان لە یەك ساڵ کەمترە .

PHENOXYMETHYL PENICILLIN = PENICILLIN V
فینۆکسی میتایل پینسیلین = پینسیلین ڤی

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- ئەنتی بایۆتیك (دژە خۆرە) .

بەکارهێنان Indications

- هەوکردنی ئاڵوو .
- کیسی ددان .
- ئیمپێتایگۆ IMPETIGO – هەوکردنی پێست بە هۆی بەکتریایی هێشوویی Streptococus .

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- خەپلەی ١٢٥ ملگم (٢٠٠,٠٠٠ یەکە)، خەپلەی ٢٥٠ ملگم (٤٠٠,٠٠٠ یەکە) .
- شروب: ١٢٥ ملگم / ٥ مل (٢٠٠,٠٠٠ یەکە / ٥ مل) .

ژەم Dosage

- منداڵ: ١٥٠,٠٠٠ یەکە / کگم / لە ڕۆژێکدا بە چوار ژەم .
- گەورە: ١,٥–٣ ملیۆن یەکە / لە ڕۆژێکدا بە چوار ژەم .

ماوەی بەکارهێنان Duration

- ٥–٨ ڕۆژ .

دژە – بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وووریایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- بەکاری مەهێنەئەگەر زێدە هەستیاری هەبوو دژی پێنسلین .
- ئەگەر زێدە هەستیاری ڕوویدا، دەرمانەکە بوەستێنەو ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .
- سکپڕی: زیانی نی‌یە
- دایکی شیردەر: زیانی نی‌یە .

RETINOL = VITAMIN A
(ڤیتامین ئەی = ڕیتینۆل)

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- ڤیتامین .

بەکارهێنان Indications

- بەرگرتنی لە کەم ڤیتانی جۆری "ئەی" .
- چارەسەر کردنی شەو کوێری و ووشکبوونەوەی چاو بەهۆی کەمی ڤیتامین "ئەی".
- چارەسەرکردنی ئەو منداڵانەی کە لە کاتی نەخۆشیدا لەوانەیە تووشی نیشانەکانی کەمی ڤیتامین "ئەی" ببن وەک کاتی: سوورێژە، بەدخۆراکی، هەوکردنی کۆئەندامی هەناسە......تاد .

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- کەپسول بە شێوەی (٥٠,٠٠٠ یەکە) و (٢٠٠,٠٠٠ یەکە) و (٢٥,٠٠٠ یەکە).

ژەم Dosage

<u>بۆ خۆپاراستن:</u>

- گەورەو منداڵی سەروو یەک ساڵ: یەک کەپسوولی (٢٠٠,٠٠٠ یەکە) هەر شەش مانگ جارێك .
- منداڵی بچووکتر لە یەک ساڵ: یەک کەپسوولی (١٠٠,٠٠٠ یەکە) هەر شەش مانگ جارێك .

<u>بۆ چارەسەر:</u>

- گەورەو منداڵی سەروو یەک ساڵ: یەک کەپسوولی (٢٠٠,٠٠٠ یەکە) لە ڕۆژی یەکەم و دووەم و هەشتەمدا .
- منداڵی بچووکتر لەیەک ساڵ: یەک کەپسولی (١٠٠,٠٠٠ یەکە) لە ڕۆژی یەکەم و دووەم و هەشتەمدا .

تێبینی: هەرگیز لە ژەمی دیاری کراو زیاتر مەدە. بۆ منداڵی کەمتر لەیەک ساڵ، ئەگەر کەپسولی (٥٠,٠٠٠ یەکە) یان (١٠٠,٠٠٠ یەکە) نەبوو، ئەوا کەپسولی (٢٠٠,٠٠٠) یەکەیی بتەقێنە و سێ قەترەی بدەرێ .

ماوەی بەکارهێنان Duration

- خۆپاراستن: یەک ژەم هەر شەش مانگ جارێك .
- چارەسەر: یەک ژەم لە ڕۆژی یەکەم و ڕۆژی دووەم و ڕۆژی هەشتەم .

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، ووریایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- ئافرەتی سکپڕ: بەکاری مەهێنە. بۆ خۆپاراستن، یەکسەر دوای لە دایك بوونی منداڵەکە یەك کەپسول بدە بە دایکەکە.
- دایکی شیردەر: زیانی نییە .

SALBUTAMOL. = ALBUTEROL
(سالبیوتامۆڵ = ئەلبیوتیرۆڵ)

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- فراوانکەری بۆریچکەکانی هەناسە Bronchodialator .

بەکارهێنان Inducations

- ڕەبوو (بەرهەنگ) ی درێژخایەن یان کورتخایەن .
- هەوکردنی بۆریەکانی هەناسە (لەگەڵ گرژبوونی بۆری و بۆریچکەکانی هەناسە).
- بۆ تۆرەیەکی ڕەبووی توند (ئەمپولی سالبیوتامۆڵ) .

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- خەپلەی ٢ ملگم یان ٤ ملگم .
- شروب (٢ ملگم سالبیوتامۆڵ / ٥ مل).
- ئەمپول: ٠,٥ ملگم / مل، ١ مل بۆ بەکارهێنانی ژێر پێست یان بە سمت، ئەگەر پێویست بوو هەموو ٤–٦ کاتژێر جارێك دووبارە دەکرێتەوە .

ژەم Dosage

ڕەبوو (بەرهەنگ):

- منداڵ: ٠,١٠ ملگم / کگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم .
- گەورە: ٦–١٢ ملگم / لە ڕۆژێکدا بە سێ ژەم .

ماوەی بەکارهێنان Duration

- بە پێی باری نەخۆشەکە و ماوەی نەخۆشییەکە .

دژە - بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- بەکار ناهێنرێن لە کاتی بوونی (نەخۆشی خوێنبەرەکانی دڵ) .
- بە وریایەوە بەکاردەهێنرێت لەم نەخۆشیانەدا: (فشاری خوێن، نەخۆشی شەکرە، نەخۆشی زێدە چالاکی ڕژێنی دەرەقی) .
- لەوانەیە ببێتە هۆی دڵە کوتێ، لەرزۆکی، سەرئێشە و گێژی .
- سکپڕی: زیانی نییە .
- دایکی شیردەر: زیانی نییە .

PROCAINE PENCILIN
پرۆکایین پینسلین

کاریگەری پزیشکی Therapeutic action

- ئەنتی بایۆتیك .

بەکارهێنان Indications

- هەوکردنی ئاڵوو.
- کیسی ددان .
- ئیمپیتایگۆ IMPETIGO – هەوکردنی پێست بەهۆی بەکتریای هێشوو Streptococus .

شێوەی ئامادە کراو Preparation

- ڤیاڵ (٣ ملیۆن یەکە)، (یەك ملیۆن یەکە) لە ڕێگەی ماسوولکەوە IM (سمت). هەرگیز نابێت لە ڕێگەی خوێنهێنەرەوە بەکاربهێنرێت .

ژەم Dosage

ڕەبوو (بەرهەنگ):

- منداڵ: ٥٠,٠٠٠ یەکە – ١٠٠,٠٠٠ یەکە / کگم / لە ڕۆژێکدا .
- گەورە: ١–٢ ملیۆن یەکە لە ڕۆژێکدا .

ماوەی بەکارهێنان Duration

- ٥ ڕۆژ .

دژە – بەکارهێنان، کاریگەری لاوەکی، وریایی Contra – Indications, Side – effects, Precautions

- بەکاری مەهێنە ئەگەر زێدە هەستیاری هەبوو دژی پێنسلین .
- ئەگەر زێدە هەستیاری ڕوویدا، دەرمانەکە بوەستێنەو ڕەوانەی نەخۆشخانەی بکە .
- سکپڕی: زیانی نییە .
- دایکی شیردەر: زیانی نییە .

فەرهەنگۆك Glossary

ئـ - ا

ئازار	Pain
ئاڵۆزكاری	Complications
ئاوسان – ئاوبەندی	Oedema
ئاوی ڕەشی چاو	Glaucoma
ئەنفلۆنزا	Influenza
ئێسكەنەرمە	Rickets

- ب -

بۆری سەرەكی زراو	Common bile duct
باوان	Parents
باوبژ	Flatus
بەدخۆراكی	Malnutrition
بەدمژی	Malabsorption
بەدواداچوون	Follow up
بەدیل	Alternative
بەربلاو	Widespread
بەردی زراو	Gall stone
بەردی گورچیلە	Renal stone
بەرگرتن (خۆپاراستن)	Prevention
بەڵغەم	Sputum
بەڵغەمی خوێناوی	Haemoptysis
بڕبڕەكان	Vertebrae
بلاوبوونەوەی دووەمی (تەشەنە)	Secondary metastasis
بێڕەنگی – ڕەنگ هەڵبزركان	Pallor
بێهێزی	Malaise

- ت -

تەقین (كوناودەربوون)ی دوانزەگری	Duodenal perforation
تەنگە نەفەسی (هەناسە سواری)	Dyspnoea
ترشی فۆلیك	Folic acid
توند (سەخت)	Severe
تووشبوون – درم	Infection
تێكشكان (شی بوونەوە)	Lysis

- پ -

پاشمیز	Dribbling
پاكژ كەرەوە	Sterilizer
پەردەی گوێ	Ear drum
پەركەم	Epilepsy
پرۆتۆزوا	Protozoa
پشكنین	Examination
پلەی گەرمی	Temperature
پووك	Gingiva
پیس بوون	Contamination
پیسایی	Faeces
پێچپێچە (لەولەب)	IUCD
پێكووت (ڤاكسین)	Vaccine

- ح ، خ -

حەوز	Pelvis
خەپلە	Tablet
خوروو (خورشت)	Pruritus
خوێنبەر	Artery
خوێنرێژی	Bleeding
خوێنهێنەر	Vein
خیزە	Wheeze

- د -

دەردراو	Secretion
دەرزی	Injection
دەرچەی گەدە	Pylorus
دەست لەرزین – لەرزۆكی	Tremor
دژە ترشەڵۆك	Antacid
دژەئازار	Analgesic
دژەتا	Antipyretic
دژە گەشكە	Anti – seizure
دژەمەیین	Anti – coagulant
درم	Infection
درم	Infectious
درێژخایەن	Chronic
دڵە ڕاوكێ	Anxiety
دڵەكزێ	Heartburn
دڵەكوتێ	Palpitations
دوومەڵ	Abscess

- ژ -

ژان (۱) – پێچ	Colic
ژان (ژانگرتن)	Labour pain
ژانی بۆری میز	Ureteric colic
ژەم	Dose
ژەهراوی بوون	Poisoning
ژێر پێست	Subcutaneous

- ر -

ڕەبوو (بەرهەنگ)	Asthma
ڕەقبوونی مل	Neck stiffness
ڕژێنی دەرەقی	Thyroid gland
ڕیخۆڵە ئەستوورە	Large intestine
ڕیخۆڵە باریكە	Small intestine
ڕێڕەوی زەرداو	Biliary duct

- ز -

زەحیری	Dysentery
زەحیری ئەمیبی	Amoebic dysentery
زەردوویی	Jaundice
زمانە	Valve
زێ	Vagina
زیادە ژەم	Overdose

- س -

سۆندەی سنگ	Chest tube
سۆندەی گەدە	Gastric tube
ساوا	Infant
سەر ئێشە	Headache
سستبوونی گورچیلە	Renal impairment
سك – زگ	Abdomen
سکپڕی	Pregnancy
سکچوون	Diarrhoea
سووتانەوە	Inflammation
سووڕی مانگانە	Menses
سوورێژە	Measles
سوورێنچك	Oesophagus
سیل	Tuberculosis

- ش -

شۆك	Shock
شاف	Suppository
شین هەڵگەڕان	Cyanosis
شەکرە	Diabetes mellitus
شەویلاگەی خوارەوە	Mandible
شروب	Syrup
شلکەی سەر	Fontanel
شێر پەنجە	Carcinoma
شێر پەنجەی خوێن	Leukaemia
شێلان (مەساج)	Massage

- چ -

چارەسەر	Treatment
چاڵبوونی سنگ	Chest indrawing
چاندنی خوێن	Blood culture
چەوری	Fat

- گ -

گۆی مەمك	Nipple
گەدە	Stomach
گەشە	Growth
گەشکە	Seizure
گرژبوون	Spasm
گرێ (لوو)	Tumour
گورچیلە	Kidney
گولاج	Capsule
گوێچکەی دەرەوە	External ear
گوێچکەی ناوەڕاست	Middle ear
گیرفانە لووت	Para – nasal sinus

- ف -

فاکتەری ڕێسەز	Rh factor
فراوانکەر	Dilator
فشار – پەستان	Pressure
فشار (پەستان)ی خوێن	Blood pressure
فلوید	Fluid

- ق -

قەبزی	Constipation
قەفەزەی سنگ	Chest cage
قرقێنە (قرپ)	Belching

- ك -

کۆئەندامی میز	Urinary system
کۆئەندامی هەناسە	Respiratory system
کۆرپە	Neonate
کۆرپە (نوێبوو)	Newborn
کۆرپەلە	Embryo
کۆکە	Cough
کۆکە ڕەشە	Pertussis
کۆ نیشانە	Syndrome
کاربۆهێدرات	Carbohydrate
کاریگەری لاوەکی	Side effects
کانزاکان (مینراڵەکان)	Minerals
کەلەکە	Loin
کەمخۆراکی	Under nutrition
کەمخوێنی	Anaemia
کەمی کێش	Under weight
کوتان	Vaccination
کولك	Ulceration
کولکی دوازدەگرێ	Duodenal ulcer
کولکی گەدە	Gastric ulcer
کیس (توورەکە) زراو	Gall bladder
کێم	Pus

- ل -

لاسەر ئێشە (سەرئێشەی لاسەر)	Migraine
لەبارچوون	Abortion
لەرز	Rigor
لرخە	Stridor
لوت پژان	Epistaxis
لێدانی (ترپەی) دڵ	Heart beat
لیفەلوو (لیمفەگرێ)	Lymph node
لیمان	Mucus
لیمفە ڕژێن (گلاند)	Lymph gland

- م -

مامناوەندی	Moderate
مایە سیری	Haemorrhoids
مەی	Alcohol (liquor)
مەیینی خوێن	Clotting of blood
مرۆژەڵی	Zoonotic
مشەخۆر	Parasite
ملەخرە	Mumps
منداڵدان	Uterus
میزاوەر	Diuretic
میزەڕۆ	Urethra
میزەڵدان	Urinary bladder

Haematuria	میزی خوێناوی
Chicken pox	مێکوته

- ه -

Digestion	هەرەس
Common cold	هەڵامەت – سەرما
Tonsillitis	هەوکردنی ئاڵوو
Pancreatitis	هەوکردنی پەنکریاس
Viral hepatitis	هەوکردنی جگەری ڤایرۆسی
Septicaemia	هەوکردنی خوێنی بەکتری
Appendicitis	هەوکردنی ڕیخۆڵە کوێرە
Cholecy stitis	هەوکردنی کیسەی زراو
Electrocardiography	هێڵکاری دڵ
Ovarian tube	هێلکە جۆگە
Ovary	هێلکەدان
Nausea	هێڵنج

- ن -

Attack (bout)	نۆرە
Mucosa	ناوپۆش
Oral mucosa	ناوپۆشی دەم
Endometrium	ناوپۆشی منداڵدان
Diaphragm	ناوپەنجك
Waste	ناوقەد
Umbilicus	ناوك
Wilson's disease	نەخۆشی وولسن
Surgery	نەشتەرگەری
Starch	نیشاستە
Features	نیشانە

-و ، ی-

Diphtheria	وەناق
Precaution	وووریایی
Dehydration	ووشکبوونەوە
Placenta	وێڵداش
Iodine	یۆد

پێرست

بابەت	لاپەڕە
پێشەکی	-
بەشی نەخۆشییەکانی ژنان و چاودێری دایکانی سکپڕ	
ئەرکەکانی یەکەی چاودێری دایکان و منداڵان	٢
پشکنینی باری تەندروستی دایك لە کاتی سکپڕیدا	٤
ناسینەوەی نیشانەکانی سکپڕی	٤
ئەو پشکنین و تاقیکردنەوانەی بۆ ئافرەتی سکپڕ دەکرێن	٥
خۆراك لە کاتی سکپڕیدا	٦
ئەو بارانەی پێویستە ڕەوانەی پزیشکی پسپۆڕ بکرێن	٨
ئامادەکردن و ڕێنمایی کردنی دایکی سکپڕ بۆ کاتی لە دایك بوون	٨
ڕشانەوە لە کاتی سکپڕیدا	٩
خوێنڕێژی لەکاتی سکپڕیدا (پێش حەوت مانگی)	١٠
خوێنڕێژی لەکاتی سکپڕیدا (لە دوای حەوت مانگی)	١١
منداڵبوون پێش کاتی ئاسایی	١٢
ئەو نەخۆشیانەی لەکاتی سکپڕیدادووچاری ئافرەت دەبن	١٣
کەمخوێنی لە کاتی سکپڕیدا	١٤
ئەو دەرمانانەی نابێت ژنی سکپڕ بەکاری بهێنێت	١٥
ئەو سکپڕانەی لە پێش یان لە کاتی منداڵبوندا پێویستە ڕەوانەی نەخۆشخانە بکرێن	١٦
خوێنڕێژی لە دوای منداڵبوون	١٧
نەگونجانی فاکتەری ڕیسەز Rh	١٨
نەخۆشی سیل لەکاتی سکپڕیدا	١٨
ئەو نەخۆشییانەی لە کاتی سکپڕیدا دووچاری دایك دەبن	١٩
هەوکردنی کۆئەندامی زاوزێ (خشتەی جیاکردنەوە)	٢٠
بەشی نەخۆشیەکانی منداڵان	
پشکنین و هەڵسەنگاندنی منداڵی نەخۆش (تەمەن دوو مانگ بۆ پێنج ساڵ)	٢٢
نیشانە مەترسیدارەکانی نەخۆشی	٢٢
هەڵسەنگاندنی منداڵی نەخۆش (کۆکە)	٢٣
هەڵسەنگاندنی سکچوون (پلەکانی ووشك بوونەوە)	٢٤
پلانی A (چارەسەری سکچوون لە ماڵەوە)	٢٥
بڕی گیراوەی دکسترولایتی پێویست بە پێی تەمەن	٢٦
چارەسەری تا	٢٨
پشکنین بۆ بەد خۆراکی و کەمخوێنی	٣٠

بابەت	لاپەڕە
چارەسەری منداڵ لە کاتی گەشکەدا	٣١
ژەهراوی بوون	٣٢
ڕشانەوە	٣٣
چۆنیەتی بەکارهێنانی دەرمان لە ماڵەوە لە ڕێگای دەمەوە	٣٤
بەکارهێنانی ڤیتامین A	٣٦
خشتەی بەکارهێنانی ئاسن	٣٦
خشتەی بەکارهێنانی دەرمانی دژەکرم	٣٦
ئەو چارەسەرانەی تەنها لە بنکەی تەندروستی دەکرێن	٣٨
بەرگرتن لە دابەزینی ئاستی شەکری خوێن	٣٨
گفت و گۆو ئامۆژگاری بۆ دایکەکە	٤٢
گەڕاندنەوەی منداڵی نەخۆش لە کاتی پێویستدا	٣٤
گفت و گۆو ئامۆژگاری دەربارەی تەندروستی دایکەکە	٤٣
پشکنین و هەلسەنگاندنی ساوای نەخۆش	٤٤
هەڵسەنگاندنی نەخۆشەکە	٤٤
هەڵسەنگاندن و چارەسەری سکچوون	٤٥
ساوای کەم گێش کرفتی خواردن	٤٦
خشتەی ئەنتی بایوتیکی پەسەند	٤٨
چارەسەری درم	٤٩
گەڕاندنەوەی ساوا بۆ بەدواداچوون	٥٠

یەکەی نەخۆشییە هەناوییەکان

ئازاری سنگ	٥١
تەنگە نەفەسی	٥٦
کۆکە	٦٢
هێڵنج و ڕشانەوە	٦٤
هەڵهێنانەوەی خوێن	٦٩
سکچوون	٧٠
ئازاری سك	٧٤
میزی خوێناوی (هۆیەکانی)	٧٧
کە مخوێنی	٧٩
تا	٨٣
زەردوویی	٨٩
سەرئێشە	٩٢
شۆك	٩٤

Principles of Patient Management for Paramedics

SECOND EDITION

D.C
CORDAID
DUTCH CONSORTIUM
IRAQI KURDISTAN PROGRAM

Preparation and Printing funded by D.C

ژمارەی سپاردنی (٣٥٥) ی ساڵی ٢٠٠٠ ی وەزارەتی رۆشنبیری پێدراوە