

# ریشه‌ری پزشکی

بُو نه خۆش له مانگی رهمه زاندا

وه رگیرانی

باوکی موحه ممه د

نوسینی

د. حسان شمسی پاشا

پیدا چوونه وهی

ما موستا ناصح شارناژیری

منتدی افرا الثقافی

[www.iqra.afilamontada.com](http://www.iqra.afilamontada.com)



لتحميل كتب متنوعة راجع: (مُنْتَدَى إِقْرَأِ الثَّقَافِي)

بۆدانەزانانی جوێرهەما کتێب: سەردانی: (مُنْتَدَى إِقْرَأِ الثَّقَافِي)

برای دانلود کتابهای مختلف مراجعه: (منتدی اقرا الثقافی)

[www.iqra.ahlamontada.com](http://www.iqra.ahlamontada.com)



[www.iqra.ahlamontada.com](http://www.iqra.ahlamontada.com)

للكتب ( كوردی , عربي , فارسي )

منتدى اقرأ الثقافي

---

*[www.iqra.ahlamontada.com](http://www.iqra.ahlamontada.com)*

# زینب‌ها بی‌گناه بخوانه خوش له مانگی ره مه‌زاند

وَمَنْ كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ  
يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ

نوسینی : د.حسان شمسی پاشا

پیداچونه‌وهی  
ماموستا ناصح شارباژیری

وه‌رگیتانی  
باوکی موحه‌مه‌د

ناوی کتیب : رتبه‌ری پزشکی بونه‌خوش له مانگی رومه‌زاند

نوسینی: د.حسان شمسی پاشا

وه‌رگیرانی: باوکی موح‌ممه‌د (جه‌لال که‌ریم)

پنداچونه‌وی: ماموستا ناصح شاریاژیری

دیزاین: کومپیوتبری سارا

تیراژ: ۱۰۰۰ دانه

له به‌رپوه‌به‌رایه‌تی گشتی کتیب‌خانه گشتیه‌کان ژماره‌ی سهاردنی ( ۱۷۰۵ ) ی

سالی (۲۰۱۱) ی پندراوه.

چاپخانه‌ی: ری نو - سلیمانی

بابهات

لاپه ره

- پیشه کی وه رگیپر ..... ۴
- تیبینی ..... ۶
- پیه ری پزشکی بو نه خوش له مانگی په مه زاندا ..... ۷
- ۱- نه خوشی کوئه ندامی هه رس له مانگی په مه زاندا ..... ۹
- ۲- نه خوشی دل له مانگی په مه زاندا ..... ۱۳
- ۳- نه خوشی گورچیه له مانگی په مه زاندا ..... ۱۷
- ۴- نه خوشی شه کره له مانگی په مه زاندا ..... ۲۱
- ۵- نه خوشی سنگ له مانگی په مه زاندا ..... ۲۴
- ۶- نه خوشی رژینه کان (الغد) له مانگی په مه زاندا ..... ۲۷
- ۷- نه خوشی ده ماری و ده روونی له مانگی په مه زاندا ..... ۳۰
- ۸- ئافره تی سکپر و شیردهر له مانگی په مه زاندا ..... ۳۱
- ۹- شیردان و پوژووگوتن ..... ۳۳
- کورته ی ژیانی د. حسان شمسی پاشا ..... ۳۴

## پيشه‌كى وه رگير

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله و على اله و صحبه ومن

والاه... اما بعد..

خوينه‌رى كورد زويانى به‌ريژ... زۆرن ئەو بابەتانه‌ى ده‌رباره‌ى مانگى په‌مه‌زان نووسراون وه‌كو مه‌رج و پيويستى و سوننه‌ت و به‌تال‌كه‌ره‌وه‌كانى پۆژووگرتن به‌لام كه‌من ئەو بابەتانه‌ى كه‌ باس له پۆژووگرتنى نه‌خۆشه‌كان له مانگى په‌مه‌زاندا ب‌كه‌ن به‌ تايبه‌تى نوسراويكى گشتگير و كۆكه‌ره‌وه كه‌ باس له زۆربه‌ى زۆرى نه‌خۆشيه باوه‌كانى سه‌رده‌م ب‌كات و دواتر له‌په‌رۆى شه‌رعه‌وه هه‌لسه‌نگانديان بۆ ب‌كات : ئايا كه‌سى تووشبوو به‌يه‌كئيك له‌م نه‌خۆشيانه ده‌توانيت به‌رۆژوو ببيت يان نا ؟

بيگومان ئەم هه‌لسه‌نگانده‌ش ته‌نها به‌ پزىشكئيكى پسپۆر ناكريت ته‌گه‌ر مسولمان و له‌خواترس نه‌بيت، ياخود ته‌نها به‌ ماموستا و زانايه‌كى ئايينى ناكريت ته‌گه‌ر پرس و پايوژ به‌ پزىشكئيكى پسپۆر نه‌كات بۆ بپياردانى رۆژووگرتن يان نه‌گرتنى نه‌خۆش له‌ مانگى په‌مه‌زاندا.

لەم سۆنگە یەوێ بە پێویستمان زانی کە بابەتیکی لەم جۆرە وەرگێرمە  
سەر زوبانی کوردی ، بە تاییبەتی کە نووسەر پزیشکیکی مسوڵمانی  
خەلکی وولاتی سوریا یە و ئەگەر تئیبینی بکریت چەندەها بابەتی گرنگ  
و سەردەمیانهی (پزیشکیکی - ئایینی) تری هەیه لە سایتەکی خۆیدا  
لە ئینتەرنێت ، کە سەرچەمیان لەخزمەتی مسوڵماناندا بە ساغ و  
نەخۆشەوێ .

بە هیوای سوود گەیاندن بە خوینەری بەرپێز و پرکردنەوێ  
کە لێنێکی تری کتێبخانەکی کوردی ، لە گەڵ داوای دوای خێر لە  
بەرپێزتان .

٢٠ / جەمادی یەكەم / ١٤٣٢ ک

٢٥ / نیسان / ٢٠١١ ز



## تیلینی

۱- جیاوازی نیوان نهخۆشی توند (حاد) و درێژخایه ن (مُزمن)

ئهوهیه:

أ- نهخۆشی توند ماوهی تووشبونهکهی کورت و خێرایه ، بهلام درێژخایه ن ماوهکهی درێژه .

ب- نهخۆشی توند نیشانهکانی توند و قورسن بهلام مهرج نیه درێژخایه ن وابیت.

۲- ئه م کتێبه تهنا بهچاو پوونیه بۆ نهخۆش بۆ ئهوهی زانیاریهکی تهواوی هه بیت دهبراره ی نهخۆشیهکهی و قوناغهکانی و حاله تهکانی ، وه هه رگیز به خویندنهوهی ئه م کتێبه نهخۆش ناتوانیت بریاری کۆتایی خۆی بدات دهبراره ی پۆوو گرتن یان نهگرتنی ، به لکو پتویسته پرسیار له مامۆستایهکی ئایینی بکات که ئه ویش به راویژ له گه ل پزیشکیکی پسپۆردا دهتوانن ئه و بریاره بدهن ، یاخود پزیشکیکی مسولمان که زانیاری پتویستی دهبراره ی ئایین هه بیت جگه له پسپۆرییهکهی خۆی.

## ﴿ پييهري پزيشكىي بونه خوش له مانگي رهمه زاندا ﴾

له گه ل هه موو هاتنه وه يه كي مانگي پيروزي رهمه زاندا ، زډر له نه خوشه كان پرسيار ده كهن ، نايه ده توانن پوژوو بگرن ، يان نا؟ نايه پوژوو گرتن نه خوشيه كه يان قورس ده كات؟ يا خود نيشانه كانى نه خوشيبان نالوزتر ده بيت يان نا؟ پرسيار گه ليكي زډن كه به ميشكى نه خوشه كان و كهس و كارباندا ديت ، جا هه نديك كهس ده بيته قوربانى خه يال ، يان نه زانك فه توای بۇ ده دات كه شاره زايى له پزيشكيدا نيه ، به لام دروستتر نه وه يه پزيشكىي مسولمانى تاييه تمه ند حاله تى نه خوشه كه ده ستنيشان بكات و پينمايى و به رچاو پوونى ته واوى بداتى.

زډر له نه خوشه كان ده يانه ويت به پوژوو بن و ناتوانن يا خود پوژوو كه ده بيته بارگرانى له سر نه خوشيه كه يان يان نيشانه كانيان نالوز ده كات ، وه راى پزيشكىي زډر هه بوون له سر نه م بابه ته به لام زډر يه يان له نه نجامى شاره زايى تاكه كه سيبه وه بوون يان له شپوه و وتار ليتره و له وي بلا بوونه ته وه ، به داخه وه تا ئيستا - له سنورى زانبارى مندا - وانه كه له كوليژى پزيشكيدا نيه به ناو نيشانى (پوژوو و كاربه گريه كانى به سر نه خوشيه جياوازه كانه وه) .

هه روه ها هيچ سرچاوه يه كي پزيشكىي نيه كه هه موو ليكولينه وه زانستيه كان له خو بگريت كه له گوزاره پزيشكيه كاندا بلاو كراونه ته وه

به ئەمريكى و ئەوروپى و عەرەبىيە وە كه پەيوەندىدارن به پۆڭو و گرتنەو ، وە تا چەند سالىك پيش ئىستا تەنھا ژمارەيەكى كه له لىكۆلېنەوانە لە بەر دەست دا هەبوون .

بەپراستی دواتر خۆشحالبووم كه چەند لىكۆلېنەو بەكى زانستی نويم بەر دەست كهوت دەربارەى پۆڭوگرتن لە چەند گۆفارىكى پزىشكى جىهانيدا ، يەككە لەوانە لە گۆفارى (B.M.J)ى بەريتانى دا بوو دەربارەى (پۆڭوگرتن و نەخۆشانی شەكرە) يەككى تر لە بارەى كاريگەرى پۆڭو لەسەر مندالبوون ، كاريگەرى پۆڭو لەسەر نەخۆشانی پەككەوتەى گورچيلە ...هتد، وە چەندەها بابەتى زانستى نوئ و پاسپاردەى شارەزايان لە و بوارانەدا .

هەر لە بەر ئەمەش هەستام بە دانانى كتيبى (پېبەرى پزىشكى و فيقهى بۆ نەخۆش لە مانگى رەمەزанда) كه لە ژۆر چاپدايە و چاوه پى رووناكى دەكات ، وە بە باشم زانى كورته يەكى بخەمە بەر دەستان ، وە ئەم پوخته يە تەنھا كۆمەلێك پاسپاردە و ئامۆزگارى گشتين و ناكريت بەسەر هەموو نەخۆشێكدا جيبەجى بكریت بەلكو پىويستە پزىشكىكى تايبەتمەندى مسولمان هەلسەنگاندى و ئامۆزگارى بكات بۆ نەخۆش چونكه ئەو زاناترە بە حالى نەخۆشەكه .

د.حسان شمسى پاشا

## یه کهم : نه خوشی کۆئه ندامی هه رس له

### مانگی په مه زاندا

به راستی مانگی په مه زان ، مانگی پشودانی کۆئه ندامی هه رسه ، به لام به داخه وه زۆربه مان خۆی نه چه پێنی له کاتی به ربانگدا به جۆره ها خواردن و خواردنه وه ، وه پخۆشحالی گه ده و پرخۆله کانی ده کاته مایه ی ئاوساوی و بارگرانی ، ئیستاش چند نه خوشیه کی گرنه ده خهینه پوو که په یوه ندیان به پۆژووگرتنه وه هه یه :

۱- برینی گه ده یان دوانزه گری (قرحة المعدة أو الاثنی عشر) :

ئهو که سه ی برینی توندی هه بیته ده نالیننی به ده ست نازاری گه ده وه له کاتی برسیتیدا ، یان نازاره که له خه ودا به ناگای ده هینیت ، نه گه چ ی برینی دوانزه گری سووکت ده بیته به نانخواردن ، به لام دوا ی چند کاتژمیریک نازاره که ده گه ریتنه وه ، وه پیویسته له سه ر نه خوشی تووشبوو به یه کیک له م حاله تانه ی خواره وه ، پۆژوو بشکینیت (یان به پۆژوو نه بیته):

ا- برینی توند : ئهو کاته ی نه خوش نیشانه کانی برینی لی دهرده که ویت ، وه کو نازار له کاتی برسیتیدا ، یان به ناگا هاتنه وه به هۆی نازاره وه .

ب- له کاتی هه لگه پانه وه ی توند له برینی دریز خایه ندا وه کو له برینی توندا پوو ده دات ، به هه مان شپوه له و که سانه دا که

نیشانه‌کانی ئەم نەخۆشیه تیاياندا بەرده‌وامه له‌گەڵ بەکارهێنانی  
دەرماندا بەرپرکۆپێکی .

ج- له‌کاتی پوودانی دەرهایشته‌کانی برینی گەده و دوانزه‌گری ،  
وه‌کو خوین به‌ربوونی کۆنه‌ندامی هەرس ، یان چاکنه‌بوونه‌وه‌ی  
برینه‌که له‌گەڵ ئەوه‌شدا که بەرده‌وام چاره‌سه‌ری دەرمانی بۆ ئەنجام  
بدریت.

## ٢- گران هەرس کردن (عسر الهضم) :

کۆمه‌له‌ نیشانه‌یه‌کن له‌دوای نان خواردنه‌وه‌ دەرده‌که‌ون ، له‌وانه  
ژانه‌سک ، هه‌وا و گازی ناوسک ، قرقینه ، دلتیکه‌لاتن ، هه‌ستکردن به  
ناپه‌حه‌تی له‌ سه‌رووی سکه‌وه ، به‌تایبه‌تی له‌ دوای خواردنی ژه‌میکی  
قورس ، یان دوای به‌په‌له‌ نان خواردن ، یان دوای خواردنی چه‌ور و  
پرله‌ به‌هارات .

خۆشبه‌ختانه زۆربه‌ی ئەم حاله‌تانه‌ی سه‌ره‌وه‌ به‌ پۆژوو گرتن چاک  
دەبنه‌وه‌ به‌مه‌رجێک که‌سه‌که‌ برینی گەده و دوانزه‌گری توند ، یان  
هه‌وکردنی سوڕینچکی نه‌بی‌ت ، هه‌روه‌ها به‌و مه‌رجه‌ی زیاده‌په‌وی  
نه‌کات له‌ خواردن و خواردنه‌وه‌ له‌کاتی به‌ربانگ و پارشێوکردندا.

### ۳- هه‌لدڕینگى گه‌ده (فتق المعده او الحجاب الحاجز) :

ئەمیش بە تاییبەتى لە قەڵەوه‌کاندا ڕوو دەدات بە تاییبەتیتەر لە ئافره‌تانى تەمەن ناوه‌ندا ، وه ئه‌م حاله‌ته‌ش له زۆربه‌ى تووشبوواندا هیچ نیشانه‌یه‌كى نیه‌ جگه‌ له هه‌ندىك كه‌س كه هه‌ست به سوتانه‌وه و ترشى ده‌كهن له گه‌ده‌ياندا ، به‌تاییبەتى له كاتى پڕپوونى گه‌ده‌دا ، يان چه‌مینه‌وه‌ى كه‌سه‌كه بۆ پێشه‌وه ، يان پاكشانی له‌سه‌ر پشت ، له‌و كاته‌دا به‌شێك له‌وه‌ى له‌ناو گه‌ده‌دا هه‌یه‌ ده‌گه‌رپێته‌وه بۆ سوڕینچك .

پێویسته له‌سه‌ر قه‌ڵەوه‌كان چه‌ندیان له توانادایه‌ كێشى خۆيان كه‌م بكه‌نه‌وه ، چونكه‌ باشتري‌ن چاره‌سه‌ره بۆ حاله‌ته‌كه‌يان ، وه ئامۆژگارى ئه‌م نه‌خۆشانه ده‌كرێت كه له كاتى به‌ربانگ و پارشبو‌دا بپری كه‌م بخۆن ، له‌گه‌ڵ به‌كارهێنانى ده‌رمانه‌كانیاندا ، هه‌روه‌ها چه‌ورى كه‌م بكه‌نه‌وه و جگه‌ره به‌ هیچ شێوه‌یه‌ك نه‌خۆن ، وه پێویسته ماوه‌ى نێوان ژه‌مىكى خواردن و نووستنیاندا (چوار) كاتژمێرك بپیت .

به‌لام ئه‌گه‌ر رۆژووگرتن سه‌غله‌تیی بۆ ئه‌م جو‌ره نه‌خۆشانه درووستكرد يان نیشانه‌كانى نه‌خۆشیه‌كه‌يانى قورستر ده‌كرد ئه‌وا درووسته به‌ پۆژوونه‌بن .

#### ۴- سکچوون (الاسهال) :

ئەو كەسەى سەكچوونى ھەيە ئامۆزگارى دەكرىت بەھەى كە بەپۆزۈۋ نەبىت بەتايبەتى لەكاتى سەكچوونى قورسدا ، چونكە نەخۆشەكە تواناى پۆزۈۋ گرتنى نامىنىت ، بەھۆى جىنەگرتنەھەى ئەو شلە و خويىانەى لە سەكچوونەكەدا لەدەستى دەدات ، وە ئەگەر ئەم تووشبۇۋە بەپۆزۈۋ بىت ئەوا تووشى وشكبوونەۋە و دابەزىنى فشارى خوين دەبىت يان تووشى لەكاركەوتنى گورچىلە دەبىت .

#### ۵- نەخۆشەكانى جگەر:

ۋەكو بە مۆمبۇونى جگەر (تشمع الكبد) و گرىكانى جگەر (اورام الكبر) ، ئەمانىش ئامۆزگارى دەكرىن بەپۆزۈۋ نەگرتن ، ھەرۋەھا ئەۋانەى ھەۋكردى جگەرى فاىرۇسىيان ھەيە لە جۆرى توند (التهاب الكبد الفايروسي الحاد) ، وە ئەۋانەى ئاۋبەندى سەكان ھەيە (الحمى او الاستقاء فى البطن).

#### ۶- نەشتەرگەرەكانى لىكردەھەى گەدە (عملية استئصال

المعدة) :

ھەندىك نەخۆش ھەيە نەشتەرگەرى برىن و لىكردەھەى بەشەك لە گەدەى بۆ ئەنجام دراۋە بەھۆى برىنى گەدەۋە (قرحة المعدة) وە پىۋىستى بە ۋە ھەيە كەم خۆرى بەردەۋام خۆربىت لەبەر ئەۋە ناتوانىت بەپۆزۈۋبىت.

## دووم : نه خوشی دل له مانگی رهمه زاندا

بینگومان پوژووگرتن سوودیکی زوری بو زوربهی نه خشه کانی دل  
هیه ، به لام هندیك حالتی دیاریکراو هیه نه خوش ناتوانیت تایدا  
به پوژوو بیت :

### ۱- به زری په ستانی خوین :

پوژوو سوودی بو چاره سهری به زری په ستانی خوین هیه و  
دابه زینی کیش له گه ل پوژووگرتندا ده بیته هوی دابه زینی په ستانی  
خوین به شیوه یه کی به رچاو جگه له وهش وهرزشه لاشه بیه کانیش -  
که خوی ده بینیته وه له نویژی تراویح و شه ونویژدا - به زری په ستانی  
خوین داده به زینن .

نه گه ر فشاری خوینته که له ژیر کونترول دابوو به هوی دهرمانه وه ،  
نه وا نه خوشه که ده توانیت به پوژوو بیت به مخرجیک دهرمانه کانی به  
پیکوپیک بخواه ، چونکه نیستا دهرمانی وا هیه بو دابه زینی فشاری  
خوین پوژوانه جاریک یان دووان ده خوریت .

### ۲- سستی دل ( فشل القلب او قصور القلب ) :

نه ویش دوو جوړه ، سستی لای چه پی دل ، سستی لای پاستی  
دل ، له هردوو باره که دا نه خوش هه ست به تنگه نه فه سی ده کات  
له نه نجامی هه ستان به کاریک ، به لکو له کاتی پشودانیشدا ،  
ناموژگاری تووشبوو به سستی توندی دل ده کریت که به پوژوو



نەبىت ، چونكە بەردەوام پىيۇستى بە دەرمانى (مىز پىكەر) ھەيە لەگەل دەرمانى (بەھىزكەرى ماسولكەكانى دل) ، بەلگولەوانەيە پىيۇستى بە چارەسەرکردن ھەبىت لە نەخۇشخانەدا.

بەلام ئەگەر حالەتى نەخۇشەكە باشتربوو و بارى تەندروستى جىگىر بوو ، وە برىكى كەم لە دەرمانى مىز پىكەرى دەخوارد ، ئەوا دەتوانىت بەرۆژوو بىت.

ھەر ھەما پىيۇستە نەخۇش پايۆژ بە پزىشكىكى موسولمان بكات كە تايىبەتمەند بىت لە نەخۇشەكانى دلدا ، چونكە تەنھا ئەو دەتوانىت برىار بدات نەخۇشەكە بەرۆژوو بىت يان نا؟ لەبەر ئەوھى ئەم مەسەلەيە پەيوەندى ھەيە بە سووكى و قورسى نەخۇشەكە و برى ئەو دەرمانە مىز پىكەرەي كە پىيۇستى پىيەتى.

### ۳-سنگە گوژى (الذبيحة الصدرية):

سنگە گوژى بەھۆى تەسكبوونەوھى خوینبەرى تاجىبەوھ پوودەدات كە خۇراك دەگەيەننەتە ماسولكەى دل ، ئەگەر نىشانەكانى نەخۇش جىگىر بوون بەھۆى خواردنى دەرمانەوھ ، و نەخۇش ھىچ ئازارىك لە سنگىدا نەبوو ، ئەوا دەتوانىت بەرۆژوو بىت دواى سەردانكردنەوھى پزىشكەكەى بۇ دۇنيا بوون لە گوژانكارى لە وەرگرتن و خواردنى دەرمانەكان.

بەلام ئەوانەى سنگە گوژى ناچىگىريان ھەيە يان پىيۇستيان بە خواردنى خەپلەى (نايتروگلىسرین) كە لە پۆژدا لەژىر زماندا

دەھیلریتەوہ ، ئەوا ئامۆزگاری دەکرین بە پۆژوو نەگرتن ، وە پێویستە  
سەردانی پزیشکی خۆیان بکەن بۆ دیاریکردنی پلانی چارەسەرەکە .

#### ۴- جەنتەهی دڵ (جلطة القلب او احتشاء العضلة القلبية)؛

پوودەدات لە ئەنجامی گیرانی یەکیک لە خۆینبەرە تاجیبەکانی  
دڵ ، ئەمیش دەبیتە ھۆی مردنی ئەو خانانەی دەکەوێتە شوینە  
تووشبووئەکە دڵ ، ئەوانەی تازە تووشی جەنتەهی دڵ بوونە  
(بەتایبەتی شەش ھەفتەیی یەکەم) ئامۆزگاری دەکرین بە نەگرتنی  
پۆژوو ، بەلام ئەگەر نەخۆشەکە بەرەو چاکبوونەوہ پۆیشت ، وە  
کەوتە سەر باری ئاسایی خۆی ئەوا دەتوانیت بەپۆژوو ببیت  
بەمەرجیک بە ریکوپیتی دەرمانەکانی بخوات .

#### ۵- نەخۆشیەکانی دەرچەکانی دڵ (امراض صمامات القلب) ؛

کە ھۆکارەکە دەگەریتەوہ بۆ تووشبوونی دەرچەکانی دڵ بە  
تای پۆماتیزمی (الحمى الروماتزمية) لە سەردەمی مندالیدا ، دەبیتە  
ھۆی تەسکبوونەوہ و بچوکیبوونەوہی دەرچەکە لە ئەنجامی تیکچوونی  
پەرەکانی دەرچەکە ، وە ئەگەر حالەتی نەخۆشەکە جیگیر بوو ، و  
ھیچ نیشانەیکە نەبوو ئەوا دەتوانیت بەپۆژوو ببیت ، بەلام ئەگەر  
نەخۆشەکە تەنگە نەفەسیی ھەبوو وە بەردەوام پێویستی بە دەرمانی  
میز پیکەر بوو ئەوا وا باشترە پۆژوو نەگرت .

۶- کین نه و که سانهی که نه خوشی دلیان هه یه و نامۆزگاری ده کرین

به پۆزوو نه گرتن ؟

\* تووشبوان به سستی دلی ناجیگیر .

\* سنگه گوژی نا جیگیر ، یاخود وه لامدهر بو چاره سهه .

\* جه لتهی دلی تازه تووشبوو .

\* ته سکبونه وه و سستی توندی ده رچه کانی دل .

\* تای پۆماتیزمی چالاک .

\* په شیبویه ترسناکه کانی سستی دل .

\* چه ند هه فته یه ک دواي ئه نجامدانی نه شته رگه ری دل .

## سپیهه : نه خوشی گورچيله له مانگی رهمه زاندا

گورچيله كان چندها فرمانيان مهيه ، له وانه پالفته كړدنی خوین له پاشه پو نایترؤجینیه كان و چاودیری كړدنی هاوسهنگی ناو و نایونه كان له خویندا ، ههروه ها پاراستنی هاوسهنگی ( تفتی - ترشی ) ی جیگیر له له شدا ، وه نه گه ر گورچيله كان ساغ بن نه وا پوژووگرتن بویان پشوودان و سهلامه تیه ، به لام نه گه ر نه خوش بن ، نه وا ناتوانن ههستن به کاری خهستكردنه وهی میز و له كۆلكردنه وهی مادده ژه هراویه كانی وه كو یوریا و نه وانی تر.

كه واته : پوژووگرتن ده بیته بارگرانی بو نه خوشی سستی گورچيله به تایبه تی له ناوچه گه رمه كاندا كه ده بیته هوی به رزبوونه وهی پوژوی (یوریا و كریاتین) له خوینیدا .

پوئیسته له سه ر كه سی تووشبوو به نه خوشی گورچيله پاوژ به پزیشکی تایبه تی خوی بكات پیش نه وهی ده ست بكات به پوژووگرتن ، نه گه ر نه م جوره نه خوشه بری پوئیست ناو نه خوانه وه نه وا تووشی سستی گورچيله كان ده بیته .

### ۱-حاله ته تونده كانی نه خوشیه كانی گورچيله :

له وانه په وا پوئیست بكات نه و كه سه ی توشی نه خوشیه کی توندی گورچيله بووه ، له نه خوشخانه بمینیتته وه بو چاره سه ر وه رگرتن ، له م حاله ته دا وا باشتره نه خوش به پوژوو نه بیته ، بو نمونه هه وكردنی

هەوزی گورچیلە و هەوکردنی توندی گورچیلە ، هەوکردنی توندی  
میزەلدان و قوڵنجکردنی گورچیلە ، و هەوکردنی گۆلۆه کانی گورچیلە  
۲- بەردی گورچیلە ( الحصیات الکلوپه ) :

ئەگەر کەسێک پێشتر بەردی گورچیلە ی نەبوو بێت ئەوا پێویست  
ناکات لە مانگی ڕەمەزانددا توشی دڵەراوکی بێت ، بەلام ئەوانە ی  
بەردی گورچیلە یان هەبوو یان چەند جارێک درووستیانکردۆتەو ،  
ئەوا حالەتیان خراپتر دەبێت بە وشکبوونەو ئەگەر نەخۆش بێی  
پێویست لە شلەمەنی نەخواتەو .

وا باشترە بۆ نەخۆشی بەردی گورچیلە کە بەرۆژوو نەبێت بە  
تایبەتی لە ڕۆژە زۆر گەرمەکاندا چونکە بێی میز کەم دەبێتەو بە  
پلەیهکی بەرچاو ، ئەمەش یارمەتیدەرە بۆ زۆربوونی قەبارە ی  
بەردەکان ، هەلسەنگاندنی حالته کە دەگەرێتەو بۆ پزیشکی  
تایبەتمەند ، و بە شێوەیهکی گشتی ئامۆزگاری نەخۆشانی بەردی  
گورچیلە دەکرێت بە خواردنەو هی بێکی زۆر لە شلەمەنیەکان لە کاتی  
بەربانگ و پارشیودا لەگەڵ خۆ دوورخستنەو لە گەرما و ماندووبوونی  
زۆر لە کاتی ڕۆژودا .

### ۳- هه وکردنی جهوزی گورچيله و هه وکردنی گورچيلهی دريژ خايهين

(المزمن)؛

که له وانه يه دواي ماره يه ک بيته هۆي پرووداني سستیی گورچيله ، له بهر ئه وه وا باشتره نه خۆشه که به پۆزوو نه بيته ، چونکه گريمانه ي تووشبوون به نه خۆشی سستیی گورچيله زۆرتر ده بيته ، و ئه و بپارەش ده گه پيته وه بۆ پزيشکی چاره سه رکه ر .

### ۴- هه وکردنی گلۆنه کانی گورچيله و هه وکردنی گورچيلهی

دريژخايهين؛

له م باره شدا گورچيله کان توشی تيکچوون ده بن له فه رمانه کانياندا که له وانه يه بيته هۆي حاله تي (التناذر الكلوي) که تووشبوو هه ردوو لاقی ده ئاوسين و ماده دي (ئه لبۆمين) ی خوین که م ده کات و برپيکی زۆر له پړۆتين له ميزدا ده رده که ويته ، ئه م حاله تي (التناذر الكلوي) له گه ئدا بوو ، يان به رزيوونه وه ي په ستانی خوین يان سستی گورچيله ی له گه ئدا بوو.

### ۵- سستیی گورچيلهی دريژخايهين (الفشل الكلوي المزمن) ؛

هه نديک له نه خۆشيه کانی گورچيله به چه ند قوناغيکدا تيپه رده بن که کۆتاييان ديته به سستیی گورچيله ی دريژ خايهين ، ئه ويش له کاتيکدا يه که به شيکی زۆر له شانە کانی گورچيله کان ويژان ده بن ، وه

لەم کاتەدا نەخۆش دەنالێنی بە دەست شەکەتی و ماندوویی و زۆر  
میزکردن و بەشەو میزکردن و تینوویی ، وە لەم حالەتەدا رێژەی  
( ھەردوو ماددە یوریا و کریاتین ) بەرز دەبێتەو ، و پۆتاسیۆمی  
خوین زۆر دەبێت ، بۆیە ئامۆزگاری نەخۆشی گورچیلە درێژخایەن  
دەکرێت بە نەگرتنی پۆژوو ، بەلام ئەگەر نەخۆشەکە شتەووی  
گورچیلە ھەبوو ، ئەوا دەتوانیت ئەو پۆژە شتەووی گورچیلە  
نیە بە پۆژوو ببیت وە ئەو پۆژە شتەووی ھەبێت بە پۆژوو نەبیت ،  
وە پێویستە نەخۆش پاپۆز بە پریشکی تایبەتی خۆی بکات .

## چوارەم : نەخۆشى شەكرە لە مانگی رەمەزانددا

دوو جۆر نەخۆشى شەكرە ھەيە، جۆریکیان دەكریت بە رۆژوو بن،

جۆریکی تریان نابیت بە رۆژوو بن :

۱- ئەو كەسەى نەخۆشى شەكرەى ھەيە و دەتوانییت بە رۆژوو ببییت،

وھكو :

أ- نەخۆشى شەكرەى پینگەشتوو كە بە رېجیمی خۆراكی پارێز

دەكات .

ب- ئەو كەسەى نەخۆشى شەكرەى ھەيە و بە خەپلەى

كەمكردنەوھى شەكرەى خوین پارێز دەكات ئەویش دوو جۆرن:

یەكەم: ئەوانەى پۆژانە بەك دەنك خەپلە دەخۆن ، بە ئاسایی

دەتوانن بەرۆژوو بن ، بەمەرجێك لە بەربانگدا پاستەوخۆ بە دوو سۆ

دەنك خورما و پەرداخێك ئاو زۆژووھەكەیان بشكێنن وە دواتر

دەرمانەكەیان بخۆن پاشان خواردنی ژەمی ئێوارە بخۆن.

دووھەم: ئەوانەى پۆژانە دوو دەنك خەپلە دەخۆن : ئاسایی دەتوانن

بەرۆژوو بن ، بەمەرجێك ئەو خەپلەيەى لە پێش مانگی رەمەزان

خواردبیت ، بەھەمان شێوھ بۆ زیاتر لە دوو خەپلە ، واتە بنەما

ئەوھە بېرى خەپلەى پێش پارشێو كەمبكریتەوھ بە پشت بەستن بە

ئامۆژگارى پزیشكى چارەسەرساز.



## ۲- ئەو نەخۆشى شەكرەيەى ناتوانىت بەرۋرۋو بىيىت :

۱/ نەخۆشى شەكرەى گەنجانە (لە ژىر تەمەنى (۳۰) سالىەوہ).

۲/ نەخۆشى شەكرەى پىيۋىست بە بىرى زۆر ھۆرمۇنى ئەنسۆلىن  
(زىاتر لە چل يەكەى نىۋ دەولەتى رۆژانە) يان ئەوانەى رۆژانە دووجار  
ئەنسۆلىن وەردەگرن.

۳/ نەخۆشى شەكرەى نا جىگىر.

۴/ ئافرەتى سىكپىرى تووشبوو بە نەخۆشى شەكرە.

۵/ پىرى تووشبوو بە شەكرە بۆ چەند سالىك ، لە ھەمان كاتدا  
دەئالنى بە دەست نىشانەكانى شەكرەى پىشكەوتووەوہ.

۶/ ئەو نەخۆشەى بە چەند پۆژىك پىش يان لە سەرەتاي مانگى  
رەمەزانداتووشى نەخۆشى شەكرە بووہ.

بۆيە پىيۋىستە ئەم راستيانەى لاي خوارەوہ لە بەرچاۋ

بگىرىن:

۱- پىيۋىستە لەسەر ئەو نەخۆشەى كە تووشى حالەتى كەم شەكرى  
يان زۆر شەكرى دەيىت راستەوخۇ پۆرۋو گرتنەكەى پابگىرىت چونكە  
پىيۋىستى بە چارەسەر و دەرمانى خىرا ھىە .

۲- پىيۋىستە ژەمەكان بگىرىن بە سى بەشى يەكسانەوہ ، يەكەم:  
لەكاتى بەربانگ دا ، دووہم : لە دواى نوپىزى تەراويح ، سىيەم : لە  
كاتى پارشپو كردندا .

۲- وا باشته ره ژهمی پارشیو دوا بخریت به پیی توانا .

۴- زورخوری نه کریت به تایبه تی له شیرینی و شله مهنیه

شیرینه کاندا ، و به شیوه یه کی گشتی ریگه دان یان نه دان به نه خوشی

شه کره له گه ل ریگه خستنی دهرمان و کاتی خوار دنه کی ده گه ریته وه بو

پزیشکی تایبه ت نه ک که سیتی تر .

## پینجه م : نه خوشی سنگ ( سییه کان ) له مانگی

### رهمه زاندا

نقره‌ی جاره‌کان نه خوشیه‌کانی سنگ به شیوه‌ی کتوپری درده‌که ون له‌سه‌ر شیوه‌ی هه‌وکردنی بۆریه‌کانی هه‌وا یان هه‌وکردنی سییه‌کان.

#### ۱- هه‌وکردنی بۆریه‌کانی هه‌وای توند ( التهاب القصبات الحاد ):

ئه‌گه‌ر حاله‌ته‌که ساده‌بوو ده‌رمانی دژه میکروبی بوو که پیوسته هه‌موو ( ۶ - ۸ ) کاتژمیر جاریک بخوریت ، یان حاله‌ته‌که‌ی توند و قورس بوو ، ئه‌وا باشتر وایه به‌رژژوو نه‌بیته تا چاکده‌بیته‌وه له هه‌وکردنه‌که.

#### ۲- هه‌وکردنی بۆریه‌کانی هه‌وای درێژخایهن ( التهاب القصبات

المزمن ):

له‌م باره‌دا نه‌خۆش ده‌نالینێ به‌ده‌ست کۆکه و به‌لغه‌مه‌وه ، بۆژانه بۆ ماوه‌ی ( ۳ ) مانگ له‌سه‌ر یه‌ک تا ماوه‌ی دوو سال به‌دوای یه‌کدا به‌لایه‌نی که‌مه‌وه ، ئه‌گه‌ر حاله‌ته‌که‌ی جیگیر بوو ئه‌وا ده‌توانیت به‌رژژوو ببیت به‌بێ ماندووبوون ، به‌لام له‌ حاله‌ته‌ تونده‌کاندا که پیویستی به‌ده‌رمانی دژه میکروبی یان فراوانکه‌ری بۆریه‌کانی هه‌وا یان په‌مپ (بخاخ)ی فراوانکه‌ری بۆریه‌کانی هه‌وا ده‌بیته ، ئه‌وا له‌م کاتانه‌دا

پزیشك ده توانیٲ دیاری بکات ئایا ئه م نه خوْشه ده توانیٲ به رۆژوو  
بیٲ یان نا .

## ۲- به ره ه نگ ( الربو القصبی ) :

جاری وا هه یه تۆره کانی به ره ه نگ سووکن و پیویستیان به  
خواردنی دهرمان نیه له زپی دهمه وه ، وه ده توانیٲ خه پله ی وا بخوات  
له کاتی به ربانگ و پارشیودا که کاریگه ریه که ی ماوه دریز بیٲ ، زۆر  
له نه خوْشه کانی به ره ه نگ پیویستیان به دوو جار یان زیاتره له  
به کاره ینانی په مپی فراوانکه ر ، له کاتی هه سترکردن به ته نگه نه فه سی  
له سنگدا ، دواتر نه خوْشه که ده گه ریته وه بو ژیانی ئاسایی رۆژانه ی  
خوی ، و نابییٲ نه خوْش له کاتی بوونی کیشه یه کی ته نگه نه فه سیدا  
به رده وام بیٲ له رۆژووگرتن ، به لکو ده بیٲ راسته وخۆ په مه که  
به کاره ینییٲ ، هه روه ها هه ندیک زانای به پزیش فه توای ئه وه یان داوه  
که ئه م په مه په رۆژوو ناشکیٲییٲ ، به لام له کاتی تۆره یه کی ته نگه  
نه فه سی قورسدا هه رده بیٲ نه خوْشه که رۆژوو که ی بشکیٲییٲ چونکه  
زۆربه ی جاره کان پیویستی به رۆیشتنه نه خوْشخانه و وه رگرتنی  
چاره سه ری چوپر هه یه .

به هه مان شیوه رۆژوو ده شکینیٲ ئه گه ر ته نگه نه فه سیه که ی  
وه لامی نه بوو بو چاره سه ری ئاسایی ، وه پیویسته ئاگاداری ئه وه  
بکریٲ که دابران له خواردن و خواردنه وه له و کاتانه دا ده بیٲه هوی

که مکردنه وهی دهر دراوه کانی سنگ به شیوه به کی به رچاو و دواتر  
دردان و فریدانی قورس ده بیټ.

#### ۴- دهرده باریکه (السل او التدرن الرئوي):

ئهم نه خوښه ده توانیټ به پوژوو بیټ ئه گهر حاله تی گشتی باش  
بیټ و نیشانه ی نه خوښه که ی تیا نه بیټ ، به مهرجیک دهرمانه کانی به  
ریکوپیتی بخوات ، که پوژانه جاریک یان دوو جاره ، به لام له حاله تی  
توندی نه خوښه که دا وا باستره به پوژوو نه بیټ تا باری گشتی  
نه خوښه که چاک ده بیټ .

## شەشەم : نەخۇشپەكانى لووھ پۋئىنەكان (الغداد) لە مانگى دەمەزانددا :

كۆيۈھ پۋئىنەكان: ئەو كۆمەلە ئەندامى لەشى مۇۋقن كە تايىبەتن بە دەردانى ھۆپمۆنەكان و لە ھەموويان گرنگتر : فرمىتسكە پۋئىن ، پۋئىنى دەرقى ، پۋئىنى سەر گورچىلەكان ، پۋئىنى تەنىشت دەرقى ، ھەردوو ھىلكەدانى ئافرەت و گونى پىاو و پەنكرىاس .

۱- نەخۇشپەكانى پۋئىنى دەرقى (الغداد الدرقيه) :

أ- زۆر چالاكبوونى پۋئىنى دەرقى: بەھۆى دەردانى بېرى زياتر لە ھۆپمۆنى (ثايروكسىن  $T_2$ ) ، وە نەخۇش دەنالىئىنى بە دەست ھەلئاسانى پۋئىنەكەى (كە دەكەۋىتە خوار مليەۋە) و لاوازبوون و لەرزىن و تىرپە تىرپى دلەۋە ، ئەگەر حالەتەكەى جىگىر بوو ئەۋا دەتوانىت بە پۋئوو ببىت ، بەمەرجىك دەرمانەكەى بە رىكوپىكى بخوات.

ب- سىستىي پۋئىنى دەرقى: نەخۇش دەنالىئىنى بە دەست كەم ھىزى و ماندووبوونى زۆرەۋە و دەتوانىت بە پۋئوو ببىت و لووھكانىش بە نەشتەرگەرى چارەسەر دەكرىن.

ج- ھەۋكردنە توندەكانى پۋئىنى دەرقى: زۆربەى جار ئازارى پۋئىنەكەى دەدات ، كە لەۋانەيە ببىتە ھۆى بەرزىى (تا) ، بەلام

هەوکردنە دريژ خايەنەکانی پزینی دەرەقی هیچ زیانیکی بۆ پزووگرتن نیه .

۲- نەخۆشیەکانی پزینەکانی سەر گورچیلەکان (امراض الغدة الكظرية):

دوو پزینن کاریان دەردانی چەند ھۆرمۆنیکە لەوانە (کۆرتیزۆل ، ئەلدۆستیرۆن و ھۆرمۆنەکانی زاوی) .

نەخۆشیەکانیشیان دەگمەنن لەوانە:

أ- نەخۆشی (کۆشینگ):

تیایدا لاوازی لە لاشەو بەرز بوو نەوہی پەستانی خوین پوودەدات ، ھەروەھا قەلەویبەکی ناوہندی (ناوسک) پوودەدات بەبی چوار پەلەکان ، دەم و چاوی نەخۆشەکی خپتردەبیتهوہ وە تووشی نەخۆشی شەکرە دەبیٹ و باش نیە کەسەکی بە پزوو بیٹ .

ب- نەخۆشی (ئەدیسۆن) :

لە ئەنجامی کەمی دەردانی ھۆرمۆنی (کۆرتیزۆل) ھوہ پەیدا دەبیٹ بەھۆی تیکچوونی پزینەکانی سەر گورچیلەوہ ، و دەبیٹە ھۆی دابەزینی پەستانی خوین و کەم ھیزی زۆر و گۆرانی پەنگی پیست بەرەو پەوشی ....ھتد. وە نابیت نەخۆش بە پزوو بیٹ بە تاییبەتی کاتیك کە پزۆہی شەکرە کەم بیٹەوہ .

### ج- لووه تاريك (الورم القتامي) :

نه خوشيه كي ده گمهنه و ده بيته هؤى به رزبوننه وهى لاسهنگى په ستانى خوښ و چهند نوره يه ك له نارهقه كرده وه و دله خورپى و بيهيى گشتى .

ناموزگارى نه خوشه كه ده كرئت به نه گرتنى پوژوو ، وه نه شته رگري و لابردي ئه م لووه به دوايدا چاكبوونه وهى ته او ديت ، نه و كاتيش ده توانيت به پوژوو بيت .

### ۲- نه خوشيه كانى ژير ميشكه پزئين (الغدد النخامية) :

چهند نه خوشيه كي ده گمهن له هه موويان گرنكتر (هه لئاوسانى چوارپه ل و سه ) ، سستى ژير ميشكه پزئين ، وا باشته ئه م نه خوشانه به پوژوو نه بن ، حاله ته كه شيان له لايه ن پزيشكى پسپوره وه ديارى ده كرئت .



جەوتەم : نەخۆشە دەماری و دەروونیهکان لێ

## مانگی رەمەزانددا

۱- پەرکەم (الصدع) :

نەخۆشی پەرکەم دەتوانیت بە پۆژوو ببیت بە مەرجیک دەرمانەکانی بە ریکوپیکى بخوات چونکە نایستای دەرمان هەیه پۆژانە یە کجار دەخوڕیت بۆ کۆنترۆلکردنی بیتەوشی و پەرکەم.

۲- خەمۆکی (الاكتئاب) :

ئەم نەخۆشە دەتوانیت بە پۆژوو ببیت بە مەرجیک دەرمانەکانی بە ریکوپیکى بخوات کە پۆژی یە کجار یان دووجارە.

۳- لیکترانانی کە سینتی (الفصال) :

نابیت ئەم نەخۆشە بە پۆژوو ببیت چونکە نەخواردنی دەرمانەکان دەبیتە هۆی چەند تۆرەیهک لێ توندوتیژی و سەرلێشیاوی هەلە و هەلۆسەکردن و لەوانەیه سەربیکیشی بۆ دەستدریژیکردن بۆ سەر خەلکی تر.

## هه‌شتم : ئافره‌تی سکپرو شیردەر له

### مانگی رهمه‌زاندا

لیکۆلینه‌وه زانستیه نوێیه‌کان ده‌ریانخستوه که پۆژووی مانگی رهمه‌زان ده‌بێته هۆی گۆرانکاری فسیۆلۆژی و کیمیایی له ئافره‌تی سکپردا به‌لام کاریگه‌ریان نابێت له‌سه‌ر ئافره‌تیکی سکپری له‌ش ساغ ، که هیچ نه‌خۆشیه‌کی ئه‌ندامیی نه‌بێت ، له‌گه‌ڵ ئه‌وه‌شدا ناتوانرێت به‌په‌های بووتریت سکپرو شیردەر ده‌توانن به‌پۆژوو بن یان نا.

به‌لام ئه‌گه‌ر هه‌ستیان به‌ سه‌ر ئێشه‌ی قورس یان تیکه‌لبوونی بینین یان ماندوێتی گشتیی یان نه‌توانینی هه‌ستان به‌ چالاکی کرد ئه‌وا مانای ئه‌وه‌یه که‌مبوونه‌وه‌ی به‌رچاو پوویداوه له‌ پێژه‌ی شه‌کری ناو خۆینیا‌ندا ، شتیکی نا‌ناسایی پوو ده‌دات و ده‌بێت پاوێژ به‌ پزیشکی چاره‌سه‌ر ساز بکه‌ن.

**ئهو حاله‌ته‌ نه‌خۆشیانه‌ چین که ئافره‌تی سکپر**

**ده‌توانرێت تیا‌پاندا به‌پۆژوو نه‌بێت؟**

أ-دابەزینی په‌ستانی خۆینی سه‌روه‌ه بۆ خوار (۱۰۰ملم/جیوه) :

چونکه ئه‌م دابه‌زینه‌ ده‌بێته هۆی هه‌ستکردن به‌ بوورانه‌وه ، جگه‌ له‌ ده‌ستدانی توانای ئاگایی.

ب- پشانه وهی کاتی سکپربوون : به تایبته تی له سی مانگی به که می سکپریدا.

ج- ژه هراوی بوونی کاتی سکپری : که تیایدا خوین بهرز ده بیته وه ، وه پرۆتین له میزدا ده رده که ویت و له په له کانیشتا پوو ده دات.

و- دابه زینی پژهی شه کر له خویندا.

ه- بوونی نه خوشیه کی ئەندامی له ژیر سه ره رشتی پزیشکیکی چاره سه سازیدا.

به کورتی : بابه تی پۆژووگرتنی ئافره تی سکپر له مانگی په مه زاندا پابه نده به حاله تی دایکه که و کۆرپه له که ی له پیش مانگی په مه زاندا ، خو ئەگه ره هه موو نیشانه و شیکاریه سه رجییه کان نیشانیاندا که ته ندروستیان باشه ، ئەوا به زۆری پزیشک پئ به دایکه که ده دات به پۆژوو ببیت ، که بریاری ئەمه ش ده که پیتته وه بو پزیشکی (ئافره ت) یان پزیشکی (پیاوی) تایبته مهندی موسولمان.

## نۆيەم : شيرپيدان و پۇژووگرتن

ئافرهتى شيردەر دەتوانىت مانكى رەمان بە پۇژوو بىت بە مەرجىك قەرەبوى شيرەكە بىكاتهو بە خواردن و خواردنهو بە كاتى شەودا ، ھەرۈھا جۆر و بېرى شيرەكە كاريگەرى نەبىت لەسەر مندالە شيرەخۆرەكە . بەلام ئەگەر دايكەكە لە تەندروستى خۆى يان مندالەكە ترسا بە ھۆى پۇژووگرتنەو ئەوا دەتوانىت بە پۇژوو نەبىت.

بەكورتى؛ ناتوانىت بېرىتىكى گىشتى دەرىكىت بۆ ھەموو نەخۆشەكان بەلكو دەبىت ھەر نەخۆشىك بە جيا لىى بىكۆلرېتەو ، ئەم كارەش تەنھا بە پزىشكىكى موسولمانى تايبەتمەند دەكرىت چۈنكە ئەوئەندەى پىدراو پىيەكە بتوانى نامۇزگارى نەخۆشەكەى بىكات بە گرتن و نەگرتنى پۇژوو .

واخرودعوانا أن الحمد لله رب العالمين

د.حسان شمسي پاشا

نوسەر له چهنه دیریکندا :

ناو : حسان شسي پاشا

سال و شوینی له دایك بوون : ۱۹۵۱ ز ، شاری (حصی ولاتی

سوریا.

ناستی خویندن : سالی ۱۹۷۵ کۆلیژی پزشکی له زانکۆی (حلب)

تهواوکردوه.

دواتر بو خویندن چهنهها ولاتی تر گهراوه و بوته هاوپی

چهنهها زانکۆی ناوداری جیهانی به تایبتهی بهریتانی و نه مریکی.



وَمَنْ كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ  
يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَالْأَيْسَرَ بِكُمُ الْعُسْرَ

