



نائيشى و ههست به نازارى ناكه ين . شايانى باسه دهماخ تهنا ناراسته و خو به هوى هه ندى نه خوشى وهك ناوتيزان «edema» و شيرپه نجه وه «cancer» پهستان دهخاته سهر لوله كانى خوين و دهبيتته هوى سهرئيشه .

سهرئيشه ، به مانا پروكه شه كه ي نه وئيش و نازاره به كه ناوچه ي سهر دهگريته وهو به كه ي «constant» يا خود له شيوه ي ليدان «pulse» دا ههستى به دهكه ين . به گومان سهرئيشه بابه تيكي پان و پوره له ناو چوار چيوه ي نه م باسه بچووكه دا به ناسانى جيگه ي نايته وه ، به لام به به ي تووانو له ريگه ي هه ندى نمونه ي زيندوه وه هه ول دهدين روشنايى بخهينه سهر زوربه ي لايه نه كانى نه م نه خوشى به تا خوينده وارى نازيز له نه خوشى به كي دزيوى ژيانى روزانه شاره زابى و هه ندى زانيارى پيوستى ده باره هه بيت .

پيش نه وه ي بچينه بنج و بناوانى نه م نه خوشى به بابزانين ئيش چيه و بوچى ههستى به دهكه ين ؟ ! ئيش كردارى به رگرى له شه بو خو پراستن له م ترسى . به وينه : كاتى دهستان بهر دهرزى يا خود ته نيكي گرم دهكه ويت به كسهر دهستان بو دواوه دهكيشينه وهو بهر په رچه كردار «with drawal reflex» دروست دهبيت . هه ندى له دهماره ههستى به كان «sen-sory nerve» تايه تن به گواسته وه ي ئيش «pain» . نه مانيش دوجورن جورنيكيان خيراو نه وي تريان به هياوشى ئيشه كه به ناوهنده كوته ندامى دهمار «central nervous system» دهكه ينيت . وينراي نه وهش زياد بوونى چالاكى و ته زوى دهماره ههستى به كانى تر وهك بهر كه وته دهمار «Tectile nerve» و دهمارى كه رمى و ساردى ، نه مانيش دهگورى بو دهمارى ئيش گوزره وه . به وينه كه رمى يا ساردى له راده به دهر نازارمان ده دات .

دهماخى مروف هه ميشه ناتوانيت به ووردى شوينى ئيشه كه دهسنیشان بكات . رهنگه نه خوشى له شوينيك به و نازاره كه ي له شوينيكى تر ههست به بكه ين . به م جوره ئيشه ش دهوتريت ئيشى گواستراوه «Refared pain» . هوى نه م ته م لي به ي . دهماخيش به كگرتنى چه ند ههسته دهماريكه «convergence» پيش نه وه ي بو دهماخ بچن ، به مه زانيارى به كان تيكه ل دهبن و دهماخ لي ي تيك دهچى و به زورى ئيشه كه به هى شوينيك ده زانى كه په يوه ندى به كي كورپه له ي «Embryological» به شوينه

سهرئيشه

Headache

مظفر عبدالرحمن حبيب

كوليژى پزىشكى زانكوى سه لاهه دين

به دهگه من هه لده كه وي سهرئيشه له دهركاي مائيكى نه دابيت و نه بوويته ميوانى ناوهخته يان . خوهر بو جوانى نيه ، نه وانى هه نيه يان به پارچه په روده به ستن ، چ له بهر دهنگوشيش نيه كه به سالدا چووه كان به سوزو نازيكى باوكانه يا دايكانه وهو به دم ژانه سهر وه گهورانى و حه يرانى تراجيد يانه تى ده چريكين .

ميلانى به سهره تايى به كان «Primitive melanisian» ، كه له دورگه كانى پاسيفى باشووردا جى نشين بوو بوون ، تا نه م دوايى به كون كردنى كاسه ي سهر يان كرد بوو به نه ريت «Trepan-ing custom» بو دهركردنى گيانى شه يتان له سهردا . ميلانى به كان نه م ريگه يان بو چاره سهر كردنى شيتى و سهرئيشه ي دريژ خايه ن په پر وه ده كرد . نه و كاسانه ي كه له وولاته نه وروپى و نه مريكى به كاندا ، به تايه تى له م كسيك و پيرودا دوزراونه ته وهو شوينه وارى كون كردن يان «Trepaning» پيوه ماوه ، بو چاخه برونزى به كان و چاخى به ردينى تازه «Neolithic» دهكه رپته وه . جا نه گر ئيمه كاسه كون كراوه كان بكه ينه روانگه ، نه و م يزوى سهرئيشه بو ده هزار سال له مه و بهر به لكه زياتر يش دريژ دهبيتته وه .

رهنگه واچوو بيتته نه قلى زورمانه وه كه سهرئيشه . نازارو ئيشى دهماخه له كاتيكه دهماخ «Brain» خوى به هيچ جوريك

بنه‌رته‌تی‌یه‌که‌وه‌ه‌یه‌هر‌بو‌یه‌ئه‌وانه‌ی‌نه‌خوشی‌دل‌یان‌ه‌یه‌بو‌ی‌ناوه‌وه‌ی‌قولی‌چه‌پیان‌دیشی‌و‌ئه‌وانه‌ی‌ناو‌په‌نچکیان «Diaphragm gum» ناته‌واوه‌شان‌یان‌نا‌زاریان‌ده‌دات . بی‌گومان سه‌رئیشه‌یه‌کیکه‌له‌م‌جو‌ره‌نیشانه . ره‌نگه‌خوش‌ت‌تی‌بینی‌ئه‌وه‌ت‌کرد‌بیت ، له‌گاتی‌خواردنی‌نایس‌کریم‌دا‌ه‌ست‌به‌ته‌زینی‌ه‌ه‌نیه‌مان‌ده‌که‌ین . ئه‌مه‌ش‌له‌ئه‌نجامی‌وروژانی‌نقیکی‌ئه‌و‌ده‌ماره‌یه‌که‌به‌ده‌م‌و‌چاوو‌نیوه‌ی‌پیشه‌وه‌ی‌سه‌ردا‌بلا‌بو‌ته‌وه‌و‌به‌سی‌جمکه‌ده‌مار «Trigeminal nerve» ناوده‌بریت .

ددان‌نیشه‌و‌ه‌ه‌و‌کردنی‌ه‌وی‌ددان‌ره‌نگه‌بو‌دووه‌م‌یا‌سی‌یه‌م‌لقی‌سی‌جمکه‌ده‌مار‌بگو‌یزریته‌وه‌و‌بیته‌ه‌وی‌شه‌ویلاگ‌نیشان‌و‌ه‌ندی‌جاریش‌سه‌رئیشه . نازاری‌گویی‌و‌لاجانگ «temple» پیش‌له‌وانه‌یه‌ناراسته‌خو‌په‌یوه‌ندی‌به‌که‌م‌و‌کوری‌یه‌کانی‌ددانه‌وه‌ه‌بیت . به‌ه‌مان‌ده‌ستور‌هر‌ناته‌واوی‌یه‌کی‌ملو‌بر‌بره‌کانی‌خوی‌له‌سه‌ر‌نیشه‌ی‌به‌شی‌پشته‌وه‌ی‌سه‌ردا‌ده‌نوینی . چونکه‌ه‌موو‌ئه‌و‌نیشان‌ه‌ی‌له‌به‌شی‌پشته‌وه‌ی‌سه‌روو‌ناوچه‌ی‌سه‌ره‌وه‌ی‌مل‌دان‌له‌ریگه‌ی‌دووه‌م‌ده‌ماره‌وه «Second cervical nerve» ده‌گوا‌زرنه‌وه . هر‌له‌جی‌چوونیک‌ی‌بر‌بره‌کانی‌مل‌به‌ه‌وی‌خورانی‌کرک‌راگه‌خه‌پله‌کانه‌وه «Disk» په‌ستان‌ده‌خاته‌سه‌ر‌ره‌گ «Root» ی‌ده‌ماره‌کانی‌ملو‌ژان‌بو‌پشته‌وه‌ی‌سه‌ر‌دروست‌ده‌کات . به‌تایبه‌تی‌له‌کاتی‌جولانی‌ملدا . ناسایی‌یه‌ئه‌م‌نیشان‌ه‌ی‌مل‌بو‌چاوو‌ه‌نیه‌بچن ، به‌ه‌وی‌ه‌ندی‌له‌و‌ده‌مارانه‌ی‌له‌چاووه‌بو‌دپکه‌په‌تک «Spinal cord» دین‌و‌په‌یوه‌ندی‌له‌گه‌ل‌ده‌ماره‌کانی‌مل‌دا‌ده‌که‌ن .

تی‌کچوونی‌ئه‌ستوونی‌مل ، ده‌شی‌په‌ستان‌بخاته‌سه‌ر‌بر‌بره‌خوینبه‌ر «Vertebral artery» ، ئه‌و‌خوینبه‌ره‌ی‌به‌ناو‌بر‌بره‌کانی‌ملدا‌به‌رز‌ده‌بیته‌وه‌و‌خوین‌بو‌ده‌ماخ‌ده‌بات . به‌مه‌ئه‌و‌خوینبه‌ره‌شیوه‌ی‌زیگ‌زاگ «خوارو‌خپچ» و‌رده‌گریت‌و‌بری‌ناسایی‌خوینی‌پیدا‌ناروات‌و «Vertebro - bassilar insufficiency» . خوینی‌پوویست‌ناگات‌به‌ده‌ماخ . ئه‌وسا‌سه‌ر‌نیشه‌ی‌یه‌کلایی‌مل «cervical myrraine» دو‌چاری‌نه‌خوش‌ده‌بیت‌و‌ه‌ندی‌که‌م‌کوری‌ه‌وشی‌له‌گه‌ل‌دا‌ده‌بیت‌وه‌ک : وون‌کردنی‌له‌نگه‌رو‌زمان‌تیک‌نالان‌و .. هتد .

گومانی‌تیدانیه‌که‌زور‌جولانی‌ملو‌گرژبوون‌وره‌ق‌بوونی‌به‌رده‌وامی‌ماسولکه‌کانی‌په‌یوه‌ندی‌یه‌کی‌پته‌وی‌به‌شله‌ژانه‌سه‌رئیشه‌وه «fension head ache» ه‌یه .

بو‌یه‌پاراستنی‌له‌نگه‌ری‌ملو‌که‌م‌جووله‌بی‌کردنی‌و‌ه‌سانه‌وه‌ی‌یارمه‌تی‌که‌م‌کردنه‌وه‌ی‌ئه‌م‌سه‌رئیشه‌یه‌ده‌دات . ه‌روه‌ها‌ریگه‌ی‌نه‌شته‌رگه‌ری‌مل‌په‌پیره‌ده‌کریت‌بو‌ریک‌خستنه‌وه‌ی‌بر‌بره‌کانی‌مل‌نه‌هیشته‌نی‌فشار‌له‌سه‌رده‌مارو‌خوینبه‌ره‌کانی‌مل‌و‌ئینجا‌بنه‌پر‌کردنی‌مله‌سه‌ر‌نیشه «neck headache» .

● کشانی «dilation» لوله‌کانی‌خوین :

له‌هویه‌بنه‌رته‌تی‌و‌باره‌کانی‌سه‌ر‌نیشه‌یه ، کهولیش‌به‌وه‌ی‌له‌و‌مادانه‌یه‌که‌ده‌بیته‌مایه‌ی‌کشانی‌لوله‌کانی‌خوین «Dilator of blood vessels» زور‌جار‌سه‌ر‌ده‌خاته‌ژان . ئه‌مه‌ش‌به‌ه‌وی‌کاری‌راسته‌وخوی‌پارچه‌شکین‌راوه‌کانی‌هیس‌تامینه‌ئه‌سیتایت «Acetate» و‌ئه‌سیت‌ئه‌لدیه‌اید «Acetaldehyde» که‌له‌ناو‌خواردنه‌وه‌که‌ولی‌یه‌کاندا‌ه‌ن‌و‌به‌خویندا‌ده‌سوورینه‌وه .

که‌م‌بوونه‌وه‌ی‌ئوکسجین‌له‌خویندا‌ده‌بیته‌ه‌وی‌کشانی‌لوله‌کانی‌خوین‌تاوه‌کو‌بری‌پوویست‌له «O₂» ئوکسجین‌به‌شانه‌کانی‌له‌ش‌بگه‌ینیت . که‌له‌که‌بوونی‌دووه‌م‌ئوکسیدی‌کاربوئیش «CO₂» ه‌مان‌کاریگه‌ری‌ه‌یه . له‌به‌ر‌ئه‌مه‌یه‌کو‌بوونه‌وه‌له‌زوری‌ته‌سکی‌په‌نجه‌ره‌داخراوو‌قه‌له‌بالفدا‌سه‌رمان‌ده‌خاته‌ژان .

خواردنی‌گوشتی‌خوی‌کراو ، به‌ه‌وی‌ئه‌و‌نایت‌راته‌ی‌تیک‌ل‌به‌خوی‌یه‌و‌ره‌نگی‌سووری‌گوشته‌که‌ده‌پاریزیت ، ژانه‌سه‌ر‌بو‌ه‌ندی‌که‌س‌دروست‌ده‌کات . چونکه‌نایت‌راتیش‌له‌و‌مادانه‌یه‌که‌ده‌بیته‌ه‌وی‌کشانی‌لوله‌کانی‌خوین‌له‌سه‌ردا . ه‌روه‌ک‌چون‌زیده‌خواردن‌و‌خواردنه‌وه‌زور‌جار‌ده‌بیته‌مایه‌ی‌سه‌رئیشه ، ه‌روه‌هاش‌که‌م‌کردنه‌وه‌ی‌خوارک‌ه‌مان‌کاریگه‌ری‌ه‌یه . بی‌گومان‌برسی‌یه‌کان‌و‌ئه‌وانه‌ی‌پوژوده‌گرن‌زیاتر‌به‌م‌جو‌ره‌سه‌ر‌نیشه‌یه‌ناشانان . ه‌وی‌ئه‌م‌پوژوه‌سه‌رئیشه‌یه «Fasting headache» که‌م‌بوونه‌وه‌ی‌پاده‌ی‌شه‌کره‌له‌خویندا . شایانی‌باسه‌ئه‌وانه‌ی‌نه‌خوشی‌شه‌کر «Diabetes Mellitus» یان‌ه‌یه‌و‌ئه‌نسولین «Insulin» به‌کار‌دین‌بو‌که‌م‌کردنه‌وه‌ی‌پیزه‌ی‌شه‌کر ، ه‌ندی‌تووشی‌سه‌رئیشه‌و‌بوورانه‌وه‌ده‌بن‌به‌ه‌وی‌زور‌خواردنی‌ئه‌نسولین‌و‌دابه‌زینی‌له‌پاده‌به‌ده‌ری‌پاده‌ی‌شه‌کری‌خوینیان .

● ه‌موو‌ئه‌و‌مادانه‌ی‌که‌لوله‌کانی‌خوین‌گرژ‌ده‌که‌نه‌وه «Vaso constriction» ژانه‌سه‌ر‌که‌م‌ده‌که‌نه‌وه .

کافائین «Caffeine» و نیکوتین «Nicotine» و نیر گوتامین «Ergotamine» له م جوړه مادانه . نه وانه ی دوو چاری سره نیشه ی دریز خایه ن بوون گه هاتوو به برده وامی کافائینیان له تابلیتی «Aspirin, phenacetin, and caffeine» A.P.C دا به کارهینا ، نه و لووله کانی خوینیان به نیمچه گرزی ده مینیته وه . هرکاتی له به کارهینانی وهستان ، لووله کان بو باری ناسایی خویمان ده کشینه وه . به مه دووباره سره دوو چاری ژان ده بیته وه «Rebound headache» . سره رای نه مه برده وام به کارهینانی حبی هیمن که ره «Analgesic tablet» له دواروژ زیان به گورچیله کان ده گه نینت . به هه مان ده ستور نه وانه ی به سه ماوه نه بیت چا ناخونه وه ، گه روژیک یا خود جه میک چا نه خونه وه له بهر ژانه سر نارامیان لی ده بری و دست به بوړه بوړده کن .

● **سره نیشه ی دوا ی جووت بوونیش «Orgasm»**

جوړیکی تره له و ژانه سره ناسایی یانه ی له کاتی کرداری سینکدا له وانه ده سته پریش «Masturbation» توشی مروف دین . نه م سره نیشه یه ش «Benign Sex headache» دوو هو ی گرنکی هیه : کرژبوون و نه رکی ماسولکه یی «Muscular contraction» و وورژانی سوز «Emotional excitement» نه م دوو کرداره ش که نه نجامیکی ناسایی نورگانم «Orgasm» ه ، لیدانی دل بو 110 — 190 لیدان /چرکه و هه روه ها په ستانی خوینیش به ریژه ی 20 — 80٪ به رزده کاته وه . نه م گوړانه فه سله جیانه ش له شیوه ی سره نیشه دا خویمان ده نوینن و له دوا ی تو هاویشتنه وه «Ejaculation» ده ست پی ده کات و رهنکه چه ند ساتیک یا خود چه ند روژیک دریزه بکیشیت . بو چاره سره ی به کارهینانی ده نکی «Er-gotamine tartarate» پیش کرداری جووت بوون نه م سره نیشه یه ناهیل .

به هو ی به رز بوونه وه ی په ستانی خوین و کشانی خوینبه ره کانی سره ده شی ماندو بوون و رهنج کیشانی ش سره نیشه یان له گه لدا بیت .

هه ندی دهرمان هیه کاری لاهکی «Side effect» کار ده که نه سره کشانی لووله ی خوین و سره نیشه . له م دهرمانانه : نایترو گلیسرین «Nitro-glycerin» که بو نه خوشی سنگه سووتی «Angina pectoris» به کار ده هینریت و نیندومیتاسین «Indome thacin» که بو جومگه نیشه «arthritis» و نازاری ماسولکه کان به کارده هینریت .

● **سووتانه وه «التهاب» ی هه نه ندامیکی له ش ،**

کشانی خوینبه ره کانی له گه لدا ده بیت وه که به شیک له پروسیسی هه و کردنه که «Inflammatory process» بو نه وه ی له جاران زیاتر خوینی بو بچیت و تا نه و خروکه سپی «white blood cell» یانه ی بداتی که پیویستن بو به رگری له ش «Body defeness» . سووتانه وه ی نه و پردانه ی ده وری ده ماخیان داوه «meningitis» به هو ی به کتیاوه به سره نیشه ده ست پی ده کات له گه ل کار لی کردنی روونکی «Photo phodia» و تا وره قه بوونی مل . نه م سووتانه وه یه له وانه یه ناراسته و خو به هو ی خوینه وه بگواز ریته وه ، وه یان راسته و خو له ریگه ی گو ی و لووت و کیسه خوینه کانی ناو کاسه دا بگات به په رده کانی ده ماخ و رهنکه له ویشه وه ده ماخ بتنی و توشی سووتانه وه ی «Encephalitis» بگات . هه روه ها فایروسیس «virus» ده ماخ توشی سووتانه وه ده کات . به سووتانه وه ی ده ماخ و په رده کانی پیکه وه ده ووتریت په رده ده ماخه سووتی «meningo encephalitis» . به وه رگرتنی چه ند میللمه تریک له درکه شله ی ده ماخ «cerebrospinal fluid» ، نه و شله یه ی ده وری ده ماخی داوه و جیگیری کردوه ، له ریگه ی کون کردنی که له که وه «Lumbar puncture» ده پشکنریت . زوری خانه له ناو شله که دا په نجه بو نه م نه خوشیانه راده کیشیت .

● **په ستانی ناو کاسه ی سر**

«Intra cranial pressure» په ستانی درکه شله ی ده ماخ «Cerebrospinal fluid» په ستانی ناو شان کانی ده ماخ راسته و خو په یوه ندی یان به په ستانی خوین به ره کانی میشکه وه هیه به رزبوونه وه ی په ستانی خوینیش ده بیته هو ی سره نیشه . زور جار به هو ی ناو تیزانه وه «cerebral edema» میشکه ده ناوسی و په ستانی ناو کاسه ی سر به رز ده کاته وه شایانی باسه زور به کارهینانی فیتامین A — A — هو ی راسته و خو ی ناوسانی میشکه له وانه شه ناوسانی میشکه به هو ی ژه هراوی بوونی قورقوشمیه وه . بیت که له دوا ی چاره سره کردن تتراسایکلین و نالیدیکسیک نه سید «nalidixic acid» و ستریویده کان «Steroids» زور جار نیشانه کانی به درکه و توه . ده رزی مانیتول یا خود گلیسرول به هو ی مژینی شله ی شان کان سنور بو ناوسانی ده ماخ داده نی و ناهیل .

به نزم بوونه وه ی په ستانی درکه شله ی ده ماخ ، میشک «Brain» ده که ویته جوله و به بزاونتی په ستان ده خاته سر لووله کانی خوین «Blood vessels» به تاییه تی له کاتی دانیشن وه ستاندا ده بیته هو ی سره نیشه به زوریش نه م سره نیشه یه

هوای که لاله که کون کردن «Lumba puncture» پیدا ده بیت .
 ● جوړه سره نیشه یه که ، به تاپه تی ته نگ به وانه
 هه لده چنی که له سه روهی (55) سالیه وهن

نم سه رنیشه یه نه جامی سووتانه وهی «Inflammation»
 خوین به ره کانی پیستی سه ره «sculp» و به سووتانه وهی خوین
 به ره کانی لاجانگ «Temporal arteritis» دهناسریت . له نیشانه
 دیاره کانی ناوسان و سووربونه وه و دهر په پینی خوین به ره کانی
 لاجانگه . نه که ر خیرا به هوئی ستیرویده کانه وه «steroids» چاره
 نه کریت په نگه خوین به ره کانی دهماخ و نه دماهی تری له ش
 بته نیته وه خو نه که ر سووتانه که بگاته خوین به ری چاو «Ophthal-
 mic artery» نه وا ده بیته هوئی کویری .

● له که له نه وهی شیر په نجه ی دهماخ «Brain tumor»
 نابینه هوئی سه رنیشه تاخوین به ره کان نه خاته لاهو
 فشاریان نه خاته سر ، له 90٪ ی دهماخه په نماوه کان
 سه رنیشه یان له که لدا یه وه کو نیشانه یه کی دیاروله که ل کوکین و
 پژمیندا ته شه نه ده کات شیر په نجه که له وانیه ساکار بیت و «be-
 nign tumor» توانای چاره سه ری هه بیت هه روه کو شیر په نجه ی
 ژیرکاژه رژین «Pituitary gland» و شیر په نجه ی کاسه دهماری
 هه شتم (که ده بیته هوئی که ری) و نه و شیر په نجه یه ی که له
 په رده کانی دهماخه وه ده ته نیته وه «meningiomas» .

له وانیه شیر په نجه که پيس و کوشنده بیت «malignant
 tumor» و نه توانریت لا ببریت هه روه کو نه و شیر په نجه یه ی
 «Cancer» دوو چاری گلیا «glia» واته به سته ره شانیه «connective
 tissue» دهماخ ، ده بیت و به گیلومس «gliomas» دهناسریت و
 45٪ ی هه موو کانسره کانی دهماخ پیک ده هینیت . شایانی
 ووتنه 8٪ ی کانسره کانی دهماخ له شوینی تری له شدا بوئی
 دیت وه که سی یه کان (که به رپر سیاری 65٪ یانه) ، مه مک و
 جوگی هه رس و گورچیله کان . زور به ی جار کانسره ی دهماخ
 هه ندیک که مو کوپی ژیری «mental illness» له که لدا ده بیت و
 له وانیه هه ندیکان ناشکرا به نه خوشه که وه دیار بن وه کو
 بی هیزی و لاوازی لایه کی له ش و تیکچوونی و له نگه رو شیوانی
 بینین و که ری و وون کردنی هه سستی بوین کردن و زمان تیک
 نالان . پشکنینی نه خوش له لایه ن پزشکی سپوړی دهماره وه
 «neurologist» بو دست نیشان کردنی جوړی شیر په نجه که
 به هوئی نه خشه کیشانی دهماخ «EEG» و تیشکی «x» و ریگی
 دیکه وه پوویسته بو لبردنی کانسره که نه که ر له جوړی ساکار
 «Benign» بیت .

● نه که رچی زانستی تازه هیشتا هوو چاره سه ری
 شله ژانه سه رنیشه «Tension headache» ی نه دوزیوه ته وه ،
 به لام هه رچونیک بیت دوو مانای بو داریز ژراوه :
 یه که میان نه و شله ژانه ناوخوویی یه ی سوز «Emotion» و ژیری
 «Mental» یه که بو نه و هه لویستانه ی ژبانی که سایه تی
 ده که ریته وه که چاره یان نیه . دوو په میان نه و شله ژانه فیزیائی
 «سروشستی» یه یه که زور جار ناهیللی مروف بحه سیته وه له که ل
 نه بوونی هیچ ته نگه و چه له مه یه کی عاتیفی «Emotional
 problem» دا .

خه لکی له روو به روو بوونه وهی هه لچوون و داچوون و
 خه مو کوست و تراجیدی یه که سایه تیه کاندای ده کرین به دوو
 پوله وه . هه یانه خوین دده نه ده ست واقعیه که و ته نانه ت به
 دهم شه پوئی لاوازی کوستیکه وه تل ده خون ، هه شیانیه له
 هه مان هه لویستدا هه لچوونه عاتیفی یه کانیان کپ ده که نه وه و
 خه مو په ژاره کانیان دهر نابرن تابه سه ریاندای زال دهم و
 بنه بریان ده که ن . بی گومان هه ر فشاریکی نه قلی «mental»
 فشاریکی فیزیائی ده خاته سه رله ش و تیک گریدانی نم دوو هه
 به شله ژانی دهماری «Nervous tension» دهناسریت و شله ژانه
 سه رنیشه ش جوړیکانه .

شله ژانه سه رنیشه له 90٪ ی نه خوشه کاندای هه ردو لای
 سه رده گریته وه له کاتیکا سه رنیشه ی یه که لای «migraine» ته نها
 یه که لای سه رده گریته وه . شله ژانه سه رنیشه به ناسانی
 دهناسریته وه چونکه زیده تر بریتی یه له گزربوون و په ستانیکی
 به رده وام وه که له نیش و نازار . نیشیکی کهی «Dullache» هه نیه ،
 لاجانگ یاخود پشته وهی سه ره . له وانیه هه مو سه ر
 بگریته وه . مروف واهه ست ده کات سه ری به ستراره ته وه
 یاخود قورسایه یه کی گرانی خراوه ته سه ر . نه خوش رووگرژو
 تووړه دیاره . ته شه نه کردنی نیشه که و ژانه لیدانی به لکه یه بو
 کشانی لووله کانی خوین و به شله ژانه سه رنیشه لووله یی «Ten-
 sion vascular headache» ناو ده بریت . نه وانیه تووشی سه رنیشه ی
 دریزخایه ن بوون نه که ته نها له باری نااسایی سه ریان ژان
 ده کات به لکو له که ل هه ر گورپینیکی که شی دهر ونیشدا وه که
 سه ردانی هاوړی یان چوونه شارو بازار کردن ته نگیان
 بی هه لده چنی . دهر که و توووه له کاتی شله ژانه سه رنیشه
 لووله کانی خوین له سه ردا کرژده بنه وه که واته نیشه که له
 نه جامی کشانی لووله کانی خویندا نی یه . زیده کرژبوونی
 ماسوولکه کانی سه رو شه ویلاگو مل په یوه ندی یه کی راسته و

خوی به م سه رنیشه وه هه په نه مه ش دکتوره کانی که یانده هوی
 نه م سه رنیشه په ... نه بوونی نوکسنجینی پیویست له نه نجامی
 ته سکی خوین به ره کانی سه ر له لایه ک و زیده چالاکی
 ماسوولکه کانی له لایه کی تر ده بنه هوی گرد بوونه وهی نه و
 ماددانه ی ده بنه مایه ی نیشان له ناو ماسوولکه کاندایه نجاش
 سه ر نیشه . هه ر بویه شه خوارده وهی مه ی (کحول) و نه و
 ماددانه ی لووله کانی خوین فراوان ده که ن کاریکی باش له سه ر
 که م کرده وه نه هیشتنی نه م سه رنیشه په دا ده گیرن .
 خوین به ره کرزه کانی نه خوش به دریزی بوژ ، له کاتی
 حه سانه وهی شه ودا فراوان ده بن بویه ده شی به شله ژانه
 سه رنیشه یی لووله یی بوژ بکاته وه . نه وانه ی به رده وام پرویان
 کرزه (واته ماسوولکه کانی هه نیه یان له کاردایه) ناوچه وانیان
 دیشی و نه وانه ی بو ماوه یه کی زور قسه ده که ن به هوی جولانی
 ماسوولکه کانی شه ویلاگ لاجانگیان «Temple» ژان ده کات .

که م وکوری چاو هویه کی تری شله ژانه سه رنیشه په
 نه مه ش به هوی نه و په نجه ی ماسوولکه کانی چاو ده یکیشن بو
 پاراستی له نگره ی بینین . گیرو گرفته کانی ژیان له بن نایه و له
 تیکچوونه ده روونی په کاندایه رنگ ده ده نه وه . ته نگ و چه له مه ی
 ئابووری و رامیاری و کومه لایه تی (سیکس و ته لاقدان و
 خوشه ویستی .. هتد) ، دلته نگ و دله راوکی و توو په یی بو
 مروف دروست ده که ن ، نه مانه ش ده برپینیکی فسیوده روونی
 «Psychophysiological» نه و سه رنیشه یه که هوی کرزه بوونی
 ماسوولکه کانی سه ره . حه سانه وهی ده روونی و خا و کرده وهی
 ماسوولکه کانی مل و ده م چاوو چاره سازی ده روونی ریگه ی
 چاکی بنه برکردنی شله ژانه سه رنیشه ن .

● نه وهی تا نیستا لی دوا بن نه و سه رنیشه بوو که هه موو
 سه ر یا نیوه ی پیشه وهی یا خود هی دواوه ده گریته وه به لام
 سه رنیشه ی یه ک لایی «migraine» سه رنیشه یه کی خولی په و
 به رده وام دوو پات ده بیته وه و ئاسووده یی مروف ده شیوینی و
 به پیچه وانه ی جوړه کانی تر ته نها یه ک لای سه رده گریته وه و
 هویه کی کشانی لووله خوینه کانه و کرزه بوونی نه و موولولو
 خوینه رانه په که خوین بو دهماخ ده بن . له نه نجامدا خوینی
 پیویست بو دهماخ ناچیت و سه ر نیشه که هه ندی نیشانه ی
 که مه وکوری دهماخی له که لدا ده بیته وه ک لاواز بوونی ته وای
 یه ک لای له ش «one — sided weakness» و شیوانی بینین و زمان

تیک نالان و ... هتد . بو جیا کرده وهی نه م نیشانانه له هی
 سه رنیشه ی شیر په نجه ی دهماخ نه و ونده بلین به سه که
 سه رنیشه ی یه ک لایی «migraine» ته نها یه ک لای سه رده گریته وه .
 نه مه سه ره رای نه وهی که نه م سه ر نیشه په رشانه وه له هوش
 خو چوونی له که لدا ده بیته وه ک دوونیشانه ی دیار . گوپانی
 راده ی هورمونه کانی خوین په یوه ندی به م سه رنیشه وه هه په .
 به وینه به زوری له کاتی سووپی ده ست نویژی مانگانه
 «Menstruation» دا ئافره ت دوو چاری سه ر نیشه ده بیته . له به ر
 که م بوونه وهی ئاستی هورمونی نیستروجن «Estrogen homon» و
 هورمونی پروجیسترون «Progesteron homon» . نه م نزم
 بوونه وهی ده بیته هوی رژاندنی پروستا گلاندین «Prostatylandin»
 که به رپرسیاره له کرزه بوونه وهی موولولو خوینه کانی سه رو
 دهماخ و دوایش سه رنیشه ی یه ک لایی . بریندار بوون و
 لیدانیکی کوشنده ی کاسه ی سه رو گوپانی ئاووه و او
 به روزنمی په ستانی هه و او چه نجالی و فشاره سوژی په کان
 «Emotional stress» و نووستن و زور خواردن هه روه هاش که م
 خوراکی و مه ی و وه زرش کردن و نه ر ک کیشان هوی تری نه م
 سه رنیشه یه ن . ریگه کلاسیکی په که ی چاره کردنی سه ر نیشه
 دانانی شتی ساردو که رمه له سه ر هه نیه و لاجانگه و ته وقی
 سه ر . بی گومان زانستی پزشکی نکولی له سوودی نه م ریگه
 ته تقلیدی په ناکات چوونکه ساردی ده بیته هوی کرزه بوونی
 خوینه ره که وره کانی لاجانگه و که رمایی خوینه ره بچوکه کانی
 پیستی سه ر «scalp» فراوان ده کات . به مه سه ر نیشه که سووک
 ده بیته . دهرزی ئاژهن کردن «Acupuncture» ریگه یه کی تره بوکه م
 کرده وهی ژانه سه ر په پیره و ده کریته . هه روه ها دژه هسیتامین
 «Anti — Histamin» و «cafergot» و «Ergotamine tartarata» و «miral»
 پولیکی باش ده گیرن له چاره سه ری کردنی ژانه سه ری .
 یه ک لایی «migraine» دا .

سه رچاوه کانی نه م باسه :-

1 — James. w. Lance. theadache, unders tanding alle viation. 1975.

2 — Text book of medical physiology Gyuton.

3 — Ekbon, karl, clinical aspects of cluster headache (vol. 13. 1974)

4 — مروف و دروستی . پولی سینه می ناوه ندی .

«بوژار او ه زانستی په کان سوودی لی و هه رگیراوه»