



نه خوشی اس

دهروونی له نافرته تا دا

توشی په سستی دایکان ده بی سهر به خوده گری و دوو دل و شیرزه و بی نارام ده بی . زور شتی له بیر ده چیته وه . له بهر نه م نیشانانه نه و دایکه رقی له خوی هل ده سستی چونکه خوی به دایکیکی باش دانانی وه ههروه ها ههست دهکات که خه ریکه میشکی تیک بچیت . به لام نه وه ی چاکه که نه م کاره ساته ته نها ماوه ی چند روژیک یان چند ههفته بک به رده وام ده بیته وه له پاشان نافرته که له خویه وه چاک ده بیته وه . له بهر نه وه چاره سهرکردنی نه م کاره ساته ته نها بریتی به له وه ی که پزیشک دلخوشی نه خوشه که بداته وه و تی ی بگه یه نی که نه مه وه هه وریکی ره شه و بارانی خوی نه بارینی و له پاشان نامینیت .

ب - خه موکی زه بیستانی (Post natal Depression)

لیزه دا ۱۰٪ ژنان که مندالیان ده بی توشی ده بن . نافرته له ههفته ی سی یه می دوا ی مندالیان توشی ده بی . نه و دایکه ی که توشی نه م دهرده ده بیته بی نارام ده بیته وه دلی زور ناسک ده بیته و زور زوو توره ده بیته به و شتانه ی که چاران گوی ی نه نه دایه . ههروه ها دوو دل ده بیته وه زور شیرزه ده بیته تا کو سهری لی تیک ده چیت ، خه وی تیک ده چیت و خواردنی بی ناخوریته . نه م دایکه زور چار ماته مینی ده ی گری وه نه رکی به خویو کردنی کو رپه که ی بی جی به جی ناگری . نه مهش دلی

به شیوه یه کی گشتی نافرته توشی هه مان نه خوشی به دهروونی به کان ده بی که بیاو توشی ده بی . به لام هه ندیک نه خوشی دهروونی هه به که نافرته له بیاو زورتر توشیان ده بی وه هه ندیکی تر ته نها نافرته توشی ده بیته .

هو ی نه م کاره ساته نه وه به که نافرته هه ندیک نه رکی له سهر شاننه که بیاو نه و نه رکه ی له سهر شان نی به وه ک عوزر شتن زک پریون ، زه بیستانی ، شیردان به کو رپه و خزمهت کردنی ساواکه ی . له کو مه لگا کانی وه ک خو مان دا هو یه کی تر هه به نه ویش نه وه به که هه ندیک نافرته مافی نه وه یان نی به که بیرو باوه ری خو یان دهر برن به رامه ر زور کاروبار وه ک شوو کردن وه به تایبه تی مه سه له ی ژن به ژن ، یان دهر باره ی ره وشتی ناشیرینی هاو سهره که یان .

چند نمونه یه کم هه لیزاردوه که ههست نه که م زور بی ویسته باسیان بکه م وه ک :

۱ - نه خوشی دهروونی زه بیستانی .

نه مانیش دابهش ده کرین بو .

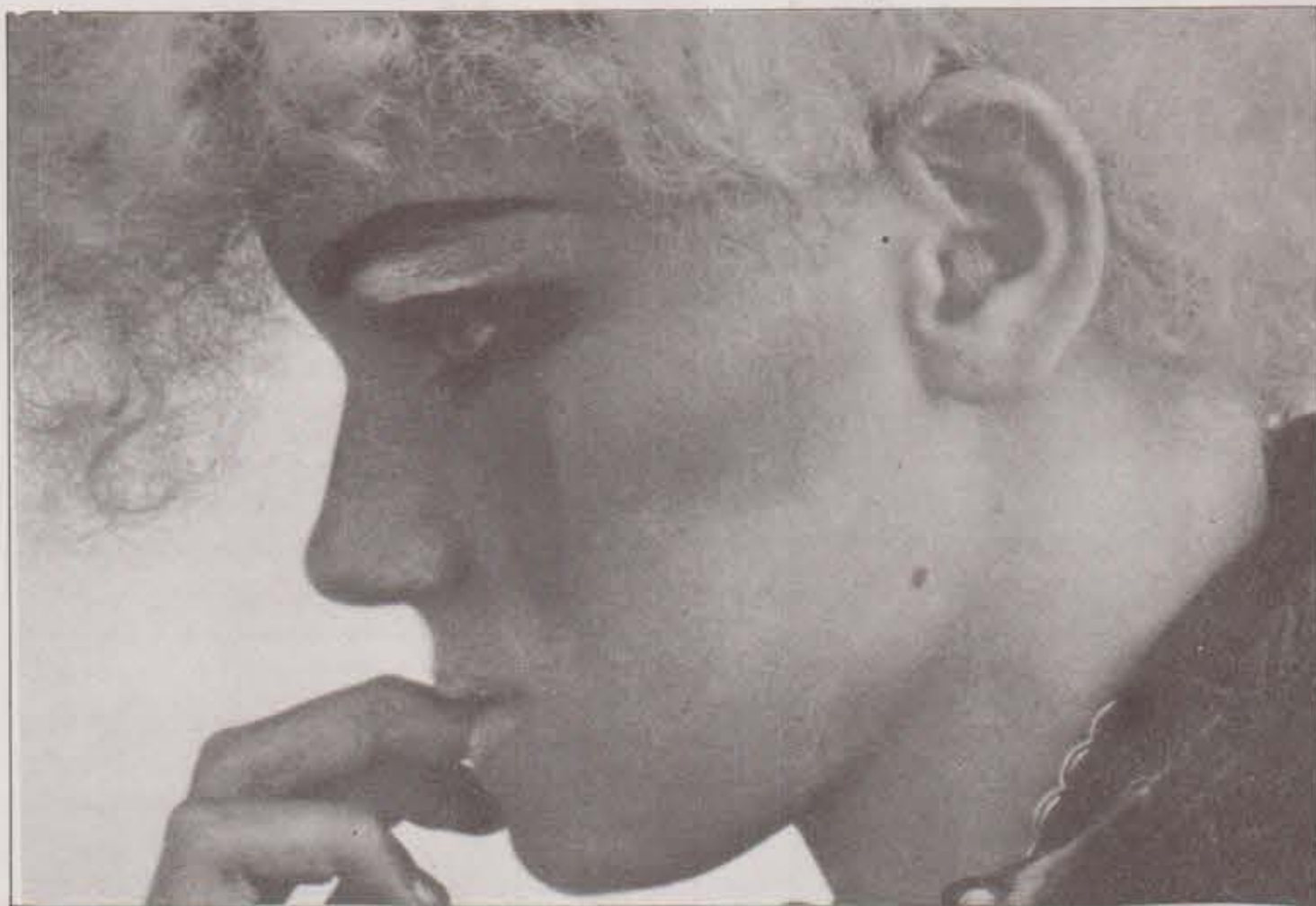
آ . په سستی دایکان (Maternity Blues) : -

نه میش له روژی سی یه م دا پاش مندالیان بوون دهست بی دهکات وه زورتر له نیوه ی دایکان توش ده بن . نه و نافرته ی

دریژتر به تاییه تی نه گەر له و جوړه ژنانه بوون که زانیمان و نه گەر روویان نه کرده لای پزیشکی د پروونی بو چاره سه رکردن . چاره سه رکردنی نه م نه خوشی به بریتی به له دلخوشی دانه وهی نه و ئاقره ته له گهل یارمه تی دانی له لایه ن مرؤقیکی تره وه وهک دایک خوشک یان خه سوی . لیره دا پیویسته که هه ندیک نیش به نه خوشه که بکریت بو نه وهی هه ست نه کات که ئاقره تیکی بی که لک و بی ده سه لاته . هه ر وه ها دهرمانی تاییه تی خه موکی به کار ده هینریت له م جوړه نه خوشی به دا نه ویش بو ماوه یه کی کورت به گویره ی باری نه خوشه که .

ج - تیکچونی زه یستانی (Puer Peral Psychosis)

ناخوش تر ده کات چونکه هه ست ده کات که دایکیکی بی که لکه . نیشانه یه کی تری نه م نه خوشی به نه وه یه که ئاقره ته که ئاره زوی ناو جیکانی نامینی نه وه نیش شه بیته هو ی ناکوکی له گهل میرده که ی دا به تاییه تی نه گەر نه و میرده که له ره ق و تی نه که یشتوو بی هه روه ها زور له پیاوان ژن یان ته لاق نه دهن یان دهریان نه که ن یان هه وی یان به سه ردا نه هینن . وه له نه نجامدا ده بیته هو ی نه وهی نه خوشی به که چاک نه بیته وه یان دریژه بکیشی به تاییه تی نه گەر ئاقره ته که که سی نه بی که سکالای خوی بو بکات . نه وهی شایانی باسه ٦٠٪ ی نه و ئاقره تانه ی توشی خه موکی زه یستانی دهن چاک ده بنه وه له ماوه ی سالیک دا وه ٤٠٪ ی نه خوشانه نه مینیته وه بو ماوه یه کی





لیږده دا له ناو (۵۰۰) نافرته دا که مندالیان دهبیت په کیکیان توش دهبیت . نه میش نه خوشی په کی گرنکه وه نیشانه کانی زوره به لام نه توانین دابه شیان بکه ین بو .

یه که م : جوړی خه موکی (Depression) (الكآبة)

لیږده دا نه خوش زور دلی توند دهبیت وه دنیای له بهر چاو ده که ویت . خه و و خواردن و هیزو توانای نامینی . ته او لاواز دهبیت وه دورنی په خوی یان کورپه که ی یان خوی و کورپه که ی بکوژی .

دو و م : جوړی سکیزوفرینیا (Schizophrenia) (الشیزوفرینیا)

وه که نه خوشی سکیزوفرینیا تیز نافرته ته که توشی واهیمه دهبی و میشکی به جاری تیک ده چیت دست ده کات به قسه ی هله قو و به له قو و کرده وه ی ناشیرین نه کات . خزمه تی کورپه که ی ناکات و زور جار نه سوریته وه له ناو کولان و شه قامه کان نه که ریگی بدیرتی .

سی یه م : جوړی مانیا (داء المرح) (Mania) واته زور دلشاد بوون . نافرته که زور دلخوش دهبیت دست بلاو و زور بلی دهبیت هر له خوی وه گورانی ده تی و سه ما ده کات وه شهرمی نامینی . که وره و بچوکی و ژن میردایه تی له بیرده چیته وه . نه م ره و و شته دهبیته هوی خه جالته بوونی که س و کاری نه خوشه که به رامپر به کومه لگا . هه روه ها دانیشستوانی ماله که ی هه راسان ده کات .

چوارم : تیکچونی عوزوی (Oganic Psychosis)

نافرته لیږده دا سه ری لی ده شیوی ، ریگای خوی ناناسی وه شه و روژله یه ک جیا ناکاته وه . خزم و برادر و که س و کاری خوی ناناسی وه له نه جامدا وه ک پیره ژنیک خه له فاوی لی دی . تیکچونی زه یستانی به هر چوار جوړه که یه وه پی ویسته به زوترین کات چاره سه ر بکویت . هر کاتیک پزیشک بریار بدات که نافرته ته که توشی نه م نه خوشی یه بوه پی ویسته له نه خوشخانه ی تایبه تی دهررونی بکه ویت و نه که ر جیگا هه بی نه توانین کورپه که ش بنوینین له هه مان نه خوشخانه یان له به شی مندالانی نه خوشخانه یه کی نریک له بهر نه وه ی بتوانین هه مو روژیک دایک و کورپه به یه ک بکه یه نین له ژیر چاودیری سسته ره کان . چاره سه رکردنی نه م جوړه تیکچونه بریتی یه له

دهرمان خواردن و چاره سه رکردنی دهررونی و له گه ل چاره سه رکردن به کاره با بو نه واته ی نه خوشی یه که یان زور قورسه و به دهرمان چاک نه بیت .

پی ویسته هر له یه که م روژه وه نه خوشه که هان بده یین که خزمه تی کورپه که ی بکات وه ک بو نمونه مه مه ی بو دروست بکات و قوماتی بکات نه میش هه موی له ژیر چاودیری سسته ره کان . به م شیوه یه هه سستی دایکایه تی له نافرته ته که دا نامریت و نه بیت هوی پاشه روژیک خوش تر و باشتر بو مناله که . نه که ر توانای نوستنی کورپه که له گه ل بپایک دا نه بو پی ویسته که س و کاری نه خوشه که هه مو روژیک کورپه که ی بو بینن تاکو چاوی پی بکه وی و خه ریکی پی . هه روه ها پی ویسته به زوترین کات نه خوشه که بروات له نه خوشخانه پاش چاک بونه وه ی چونکه نه که ر دایک و کورپه له یه ک دوور بیت له

سه‌ره‌تای ژيانی ساوايه‌تی‌دا نه‌وا نه‌و کورپه‌یه کاتی که‌گه‌وره
بوو ره‌فتارو کرداری به‌رامبه‌ر به‌دایکی ناشیرین ده‌بیت وه
به‌ره‌و نه‌نجامیکی ناخوشیان نه‌بات .

نه‌وه‌ی شایانی باسه‌ نه‌گه‌ر نافرته‌تیک بو‌یه‌که‌م جار توشی
تیکچوون زه‌یستانی بووه‌ نه‌گه‌ر نه‌و نافرته‌ه پینج منالی‌ی تری
بیت له‌وانه‌یه له‌یه‌کیک له‌و پینج مندال‌بوونه‌دا توشی هه‌مان
نه‌خوشی ببیته‌وه . به‌لام به‌داخه‌وه هه‌ندیک جار وا روو‌نه‌دا که
له‌گه‌ل هه‌مو مندال بوونیک نافرته‌ه‌که‌تیک ده‌چیت . له‌به‌ر نه‌وه
نیمه‌ به‌چاکی نه‌زانین که‌ نه‌گه‌ر سی‌جار له‌سه‌ر یه‌ک هه‌مان
نافرته‌ توشی تیک چوونی زه‌یستانی بو‌یه‌ویسته‌خوی
ومیرده‌ک‌ه‌ی وک‌ه‌س و کاریان تی‌یگه‌یه‌نین که‌ نه‌م نافرته‌ه نابیت
مندالی‌ک‌ه‌ی ببیت . لیره‌دا بی‌ویسته‌ بزانی که‌ زوربه‌ی نه‌و
ده‌رمانانه‌ی که‌ نافرته‌ له‌کاتی زه‌یستانی‌دا ده‌ی‌خوا ده‌رواته
ناو شیری مه‌مکی دایکه‌که‌وه وه‌ کورپه‌ی بی‌تاوانیش له‌و
ده‌رمانه‌ نه‌خوات که‌ نه‌چیته‌ ناو شیری دایکه‌وه . له‌به‌ر نه‌وه
بی‌ویسته‌ نه‌و دایکه‌ نه‌گه‌ر توانای هه‌بی شیری خوی به
کورپه‌که‌ نه‌دات تاکو ده‌رمانی نامینی به‌لام نه‌میش هه‌موکاتیک
ناسان‌نی‌یه .

نه‌وه‌ی شایانی باسه‌ نه‌و نافرته‌ه‌ی یه‌کیک له‌م خالانه‌ی
خواره‌وه‌ی تیدا بیت له‌وانه‌یه توش بوونی تیکچوونی زه‌یستانی
زورتری :

- ۱ - نه‌گه‌ر خوی یان خزمیکی له‌رابووردودا توشی
خه‌موکی بووبیت .
- ۲ - نه‌گه‌ر خوشه‌ویستیکی نزدیکی مردبیت له‌کاتیک که
خوی (واته نافرته‌ه‌که) ساوا بووبیت .
- ۳ - نه‌گه‌ر دایکیکی دل‌سوزی نه‌بووبیت له‌کاتی مندالی .
- ۴ - له‌یه‌که‌م زک [نوبه‌به‌ره] بووبیت .
- ۵ - نافرته‌تی بی‌که‌س و کار بیت .
- ۶ - مندال‌بوون به‌نه‌شته‌رگه‌ری [عملیه]
- ۷ - نه‌گه‌ر نافرته‌ه‌که‌چه‌ند رودای ناخوشی توش بووبی
له‌کاتی زک پر بوون .
- ۸ - نه‌گه‌ر نه‌و نافرته‌ه توشی دوو دلی و شیرزه‌ی
بووبی له‌چه‌ند هه‌فته‌ی دوا‌ی زک پر بوون‌دا .

۲ - نه‌خوشی ده‌روونی وپه‌یوه‌ندی له‌گه‌ل عوزر شتن‌دا
نه‌وه‌ی ناشکرایه که‌ عوزر شتن له‌نافرته‌دا شتیکی ناسای‌یه .
به‌لام زور جار واروونه‌دات که‌ کچ بو‌یه‌که‌م جار خوینه‌که
ده‌بینی‌و نه‌بله‌ق ده‌بیت وه‌نه‌گه‌ر دایکی یان خوشکی له‌لانه‌بیت
ره‌نگه‌ بترسی و توشی بی‌نارامی بی . به‌لام نه‌گه‌ر که‌س و کاری
کچه‌که‌ له‌گه‌لی دوابن ده‌رباره‌ی نه‌م مه‌سه‌له‌یه ره‌نگه‌هاتنی نه‌و
خوینه‌ به‌شتیکی ناسای‌ی بزانی .

وادیاره‌ که‌ به‌شیک له‌نافرته‌تان توشی دل‌توندی و بی‌نارامی و
په‌ستی ده‌بن وه‌ره‌نگه‌ زووشه‌ریان بیت له‌گه‌ل هاوسه‌ره‌کانیان
وه‌دل‌یان زور ناسک ده‌بیت . نه‌م نیشانانه‌ له‌سی روژه‌وه‌ له
پیش عوزر شتن ده‌ست بی‌ده‌کن وه‌ بو‌ماوه‌ی هه‌فته‌یه‌ک
به‌رده‌وام ده‌بن . نه‌م نه‌خوشی‌یه ره‌نگه‌ ژيانی نه‌و نافرته‌ه تیک
بدات به‌تایبه‌تی نه‌گه‌ر که‌س و کاری لی‌تی نه‌گه‌ن .

له‌مانگی‌ک‌دا سی‌هه‌فته‌ نافرته‌ه‌که‌ دلی خوشه‌وه‌ه‌فته‌یه‌ک په‌ست و
غه‌مگینه ، وه‌نه‌گه‌ر زور له‌خوی نه‌کات نیشی مالی بو‌ناکریت .
نه‌گه‌ر له‌م نه‌خوشی‌یه ورد ببینه‌وه‌ دهر ده‌که‌وی که‌ زوربه‌ی
ناخوشی و ناکوکی و کاره‌ساتی خراب که‌ توشی نه‌و نافرته‌ه بو‌بی
له‌کاتی عوزر شتن‌دابه‌وه . چاره‌سه‌رکردنی نه‌م نه‌خوشی‌یه
بریتی‌یه له‌ناردنی نه‌خوش بو‌لای پزیشکی تایبه‌تی ده‌روونی بو
چه‌ند جاریک له‌گه‌ل دلخوشی دانه‌وه‌ی نه‌خوشه‌که‌وه‌لی‌دوان
له‌گه‌ل که‌س و کاری وه‌ روون‌کردنه‌وه‌ی نه‌خوشی‌یه‌که‌ بو
هه‌مویان تاکو بتوانن هاوکاری له‌گه‌ل یه‌ک‌دا بکن بو
یارمه‌تی‌دانی نه‌خوشه‌که‌ . هه‌روه‌ها هه‌ندیک ده‌رمان به‌کار
ده‌هینریت بو‌چاره‌سه‌رکردنی . لیره‌دا به‌جوانی ده‌زانم که
روونی بکه‌مه‌وه‌ که‌ نه‌م نه‌خوشی‌یه زور زوره‌ له‌نیوان
نافرته‌تان‌دا به‌ژن‌وبه‌ کچیان‌دا به‌لام له‌به‌ر شه‌رم و شووره‌ی
نه‌خوشه‌کان باسی‌ناکه‌ن وه‌ نارونه‌ لای پزیشک .

له‌کوتایی‌دا نه‌بی بزانی که‌ هه‌ندیک نه‌خوشی ده‌روونی هه‌یه‌که
له‌ژن و پیاودا روو‌نه‌دات به‌لام نافرته‌ له‌پیاو زورتر توشی
ده‌بیت وه‌ک خه‌موکی (الکابه) وه‌هه‌ول دانی خو‌له‌ناو بردن
(محاولة الانتحار) وه‌ هستیریا (Hysteria) .
هیوادرم کوم‌ل به‌نافرته‌و پیاوی‌یه‌وه سوود له‌م باسه
وه‌رگریت له‌ژيانی روژانه‌یان‌دا .