د . أنور مصرف

رشانەوە نەخۆشیەکی ترسناکە وە لە جۆری نەخۆشیە تەشەنەدارەکانە واتا لەناو کۆمەڵدا زوو بلاْونەبێتەوە . بێ‌گومان هەموو کەس ناوبانگی ئەم نەخۆشیەی بیستوە بەلاْم بە داخەوە زۆربەی خەڵك تا ئێستا لە خۆپاراستنی‌و بەربەرەکانی ئەم نەخۆشیە هیچ شتێك نازانێ کە ئەمەش جێ‌ی داخ‌و مەترسیە ئەم نەخۆشیە زۆر کۆنە . ناوبانگ‌دارە لە کاتێ کە ئەسکەندەری مەکدۆنی بۆ داگیرکردنی هیندوستان ئەچوو یەکێك لە مێژوو نوسەکانی باسی ئەم نەخۆشیەی کردووە . دەڵێ نەخۆشیەکی خراپ لە هیندوستان هەیە هەر کەس دووچاری بێ دەم‌وچاوی زەرد هەڵ‌ئەگەڕێ‌و چاوی بەقوڵدا ئەچێ لێوەکانی شین ئەبێتەوەو پێستی زکی ئەچێتە ناوەوە وە چەرمی لەشی چرچ‌و ووشك ئەبێت هەر وەکو یەکێکی سوتاو یەتە بەر چاوەود وە ئەم نەخۆشیە روی لە هەر وولات‌و شارێك بکردایە وێرانی ئەکردو زۆری لێ ئەکوشتنی . ئەم نەخۆشیە دوژمنێکی گەورەیەو هەمیشە هەڕەشە ئەکا لە ژیانی ئادەمیزادو زیانی زۆری داوە لەڕووی ژیان‌و باری ئابوری کۆمەلاْیەتیەوە وە تا ئێستاش بەردەوامە لەو هەڕەشەو پەلاماردانە بۆ سەر ژیانی ئادەمیزاد جا بۆیە پێویستە باشی بیناسین‌و خۆمانی لێ بپارێزین .

مێژوی نەخۆشی رشانەوە :

ئەم نەخۆشیە بەزۆری لە هندستاندا وە بەتایبەت لە هەرێمی (بەنگال)، هەیەو جێ‌نشینە لەوێوە بلاْو ئەبێتەوە بە جیهاندا بەشێوەی شەپۆل . لە سەدەی (١٩) تا سەدەی (٢٠) شەش شەپۆلی گەورە بلاْوبۆتەوە بە جیهاندا وە عێراق دووچاری

چوار لەم شەپۆلانە بوە وە هۆی گەیشتنی ئەم شەپۆلانە میوانە رۆژ هەلاتیەکان بوون . جا لەبەر ئەوەیە لەپێش هەموو شارەکاندا لە شاری بەسرەدا بلاوئەبوەوە لەوێشەوە پەرەی ئەستاند بۆ شارەکانی تری عێراق . تەنیا جارێکیان ئەم نەخۆشیە لە ئێرانەوە هات وە لەوێشەوە دانیشتوانی شاری خانەقین دوچاری بون لەوێوە بلاوبوەوە بە شارەکانی ترا کە ئەمەش لە ساڵی ٩٦٦ و ٩٦٧ دا بوو ئەو شەپۆلانەی هاتونەتە عێراقەوە لە ساڵانی ١٩٢٣ - ١٩٢٧ - ١٩٣١ و ١٩٦٦/٥٩١ر، هەزار کەس توش بون بەپێی ژمارەی میری هەروەها زۆر کەسی تریش دووچاری ئەم نەخۆشیە بون وە مردوون بێ ئەوەی میری ئاگادار کرابێ تەنها شەپۆلی ساڵی ١٩٣١ کە لە هەرێمی باکوری وولات بلاو بوبوەوە بو بەهۆی مردنی ١٩٥٢ کەس لە ساڵی ١٩٤٧ شەپۆلێك هات بەسەر وولاتی میسردا لەو کاتەدا کە سەربازە هیندیەکان لە میسردا بون کە بو بەهوی مردنی ١٥،٠٠٠ کەس .

لە ساڵی ١٩٤٥ ١٩٥٩ نزیکەی ١٦٤،٠٠٠ هەزار کەس لە وولاتی هیندستاندا بەهۆی ئەم نەخۆشیەوە مردن - دوا شەپۆڵ لە ساڵی ١٩٧٠ کە هات بەسەر ئەوروپاو ئاسیا دوا ژمارە کە بلاوکراوەتەوە لە (٣٠) وولاتدا لە ماوەی ٣ سێ مانگ ٢٢،٠٠٠ هەزار کەس توشی ئەم نەخۆشیە بوون .

هۆی نەخۆشی رشانەوە :

هۆی نەخۆشی رشانەوە میکرۆبێکە کە زانیاری بە ناوبانگ (رۆبرت کوخ) لە ساڵی ١٨٨٣ لە شاری ئەسکەندەریەدا دۆزیویەتەوە وە ناوی ناوە (ڤیبر کولێرا) وە لە ویرگول یا تیپی (و) ئەچێت بەلام لە ساڵی ١٩٠٥ - ١٩٠٦ دەرکەوت کە میکرۆبی ئەم نەخۆشیە شەش جۆرە . ئەم جۆرانە دەرکەوتن لە پاش تەماشا (فحص) کردنی پیسایی ئەو حاجیانەی کە لەدوای گەرانەوەیان ئەمردن وە ناوی ئەو جۆرانەیان نا (الطور)و میکرۆبی الطور ئەبێتە هۆی نەخۆشیەکی سوکتر وەکەمتر مەترسی لێ ئەکرێت لە جۆرەکانی تر .

چۆنیەتی گرتنو بلاوبونەوەی رشانەوە :

تەنها یەك رێگا هەیە بۆ چونە ژورەوەی میکرۆبی رشانەوە ئەویش رێگای خواردنو خواردنەوەیە . کە لە دەمەوە ئەچێ بۆ ناوسك (معدە)و ریخۆلە وە لەدوای گەیشتنی بۆ ناو ریخۆلە ماوەیەك ئەمێنێتەوە وە دەست ئەکات بە زیاد بون ئەو ماوەیە لە (٣) سەعات تا (٣) رۆژیا تا (٦) رۆژ ئەخایەنێ بەپێی کەمو زۆری میکرۆبەکانی ئەم نەخۆشیە کە هێزو بەربەرەکانی لە لەشی نەخۆشەکە دا کزئەکا وە ئەو ماوەیە کە میکرۆبەکەی تێدا ئەمێنێتەوە لە ریخۆلە پێی ئەلێن ماوەی هەلهێنان و هیچ نیشانەیەك لە نیشانەکانی ئەم نەخۆشیە لە نەخۆشەکەدا نابینرێت . پاش ئەو ماوەیە نیشانە گرنگەکانی ئەم نەخۆشیە دەرئەکەوێ لەگەڵ رشانەوەو زگ چون وە ئەگەر رشانەوەو پیسایی نەخۆشەکە بە میکرۆسکۆب تەماشابکرێ بە هەزارەها میکرۆبی تێدا ئەبینرێت . چۆنیەتی بلاوبونەوەی ئەم میکرۆبانە لە نەخۆشەوە بۆ خەڵکی تر بەم جۆرەیە :

١ - بەهۆی مێشەوە کە ئەنیشێتەوە بەسەر پیسایی و رشانەوەی نەخۆش ئەگەر لە جێگایەکی بەر بەرەلا فرێ درابێ . ئەوسا باڵو قاچەکانی مێشەکە هەزارەها میکرۆب هەڵەواسێت وە کاتی ئەم مێشە ئەنیشێتەوە بەسەر هەر خواردنێك یان خواردنەوەیەك ئەوسا ئەم خواردنە پرئەبێ لە میکرۆبی کولێرا وە هەر کەسێ ئەم خواردنە بخوا ئەم نەخۆشیە ئەگرێ .

٢ - بەهۆی ئەو کەسانەوە کە خزمەتی نەخۆشە کە ئەکەن ئەگەر دەستیان کەوتێ لە جلو نوێنو خاولی نەخۆشەکە کە بە پیسایی یان رشانەوەی تەربوبێ . وە ئەو میکرۆبانەی کە بە دەستیەوە گیرساوەتەوە لەگەڵ خواردن یان خواردنەوە ئەچێتە ناو ریخۆلەکانیەوەو ئەم نەخۆشیە ئەگرێ .

٣ - لە ماوەی هەلهێناندا کە میکرۆبی رشانەوە لەناو ریخۆلەو پیساییدا هەیە بەلام هێشتا نیشانەی نەخۆشیەکەی لێ دەرنەکەوتووە ئەم جۆرە کەسانە زۆرتر مەترسیان لێ ئەکرێت بۆ بلاوبونەوەی نەخۆشیەکە چونکە بە ساغ لە قەڵەم ئەدرێن لەناو کۆمەڵدا وە کەس خۆیان لێ ناپارێزێ وە بە سەربەستی تێکەڵ بە کۆمەڵ ئەبن وە هاتوچوی جێگا گشتیەکان ئەکەن وە نەخۆشی بلاوئەکەنەوە .

٤ - دوا جۆر بۆ بلاوبونەوەی ئەم نەخۆشیە ئەو کەسانەن کە تازە چاك بونەتەوە بەلام لەناو ریخۆلەو پیساییەکانیان میکرۆبی ئەم نەخۆشیە هەر ماوەو بلاوئەبێتەوە .

پارێزگاریش لەو کەسانە ناکرێ لە لایەن کومەڵەوە کە لایان

وایە کە چاك بونەتەوەو . لەبەر ئەوە ئەم دوو هۆیەی دوای گەورەترین وە گرنگترین هۆن بۆ بلاوکردنەوەی ئەم نەخۆشیە .

٥ – ئاویش زۆر جار ئەبێتە هۆی بلاوکردنەوەی ئەم نەخۆشیە ئەگەر سەرچاوەی ئەو ئاوە میکرۆبی ئەم نەخۆشیەی تێچوبێت بە جۆری لەو جۆرانەی باسمان کردن .

نیشانەی رشانەوە :

پاش چونە ژورەوەی میکرۆبی رشانەوە بۆ لەشی مرۆڤ بە هۆی خواردن یان خواردنەوەوە باش ماوەی هەڵهێنان (مدة الحضانة) ئەم نیشانانەی لێ دەرئەکەوێ :

١ – رشانەوە لەگەڵ زگچونێکی زۆر وە بێ ئازار

٢ – رەنگی رشانەوەو پیسایی نەخۆشەکە وردە وردە رەنگی زەردی لێ کەم ئەبێتەوە وە بەرەو سپیەتی ئەروات تا لە ئەنجامدا رشانەوەو پیساییەکە وەکو ئاوی برنجی لێ دێت وە هۆی سپی بونی رەنگی رشانەوەو پیسایی نەخۆشەکە ئەوەیە کە دیواری ناوەوەی ریخۆلەکانو زگ دائەماڵرێت وە لەگەڵ رشانەوەو پیسایی دێتە دەرەوە .

٣ – ئەم زگچونو رشانەوە زۆرە ئەبێ بەهۆی کەمبونەوەی ئاو لە لەشو لە خوێندا وە خوێن خەست ئەبێتەوە ئەمەش ئەبێتە هۆی دەرکەوتنی گەلێ نیشانەی ترەوەکو .

٤ – هەستکردن بە تینوەتیەکی زۆر لە لایەن نەخۆشەکەوە وە زمانو پێستی لەشی ووشك ئەبێت وە کە ئەگەر ئاوی بدرێتێ جارێکی تر هەر ئەرشێتەوە .

٥ – هەستکردن بە بێهێزی لەبەر سست بونو ووشك بوونی هەمو ماسولکەکانی لەش . وە دەنگی دەر ناچێت هەرچەندە بیشیەوێ بدوێت وە لە چرپە زیاتر هیچی تری لێ نابیسترێ .

٦ – میز کەم ئەبێتەوە وە گورچیلەکانی لە ئیش ئەکەوێت نزیکەی ٥٠٪ لەوانەی ئەگەنە ئەم رادەیە ئەمرن ئەوانەی کە چاك ئەبنەوە بە دەرمان یان لە خۆیانەوە وردە وردە میزیان زۆر ئەبێو رشانەوەو زگچونیان کەمتر ئەبێتەوە .

چۆنیەتی ناسینی ئەم نەخۆشیە : –

١ – ئەم نیشانانەی سەرەوە بەسن بۆ ناسینی ئەم نەخۆشیە لە کاتێکدا کە ئەم نەخۆشیە لە جیهاندا یا لە وولاتەکانی دەوروپشتاندا بلاوبوبێتەوە . بەتایبەتی زگچونو رشانەوەی زۆری بێئازارو پێچی زگ بەلام ئەگەر نەخۆشیەکە نەبێت لەکایەدا ئەوسا دۆزینەوەو ناسینی نەخۆشی کولێرا ئاسان نابێت .

٢ – بۆئەوەی کە بەتەواوی دڵنیا بین لە روداني ئەم نەخۆشیە پێویستە رشانەوەی نەخۆش یا پیساییەکەی بە میکرۆسکۆب تەماشابکرێت وە میکرۆبی ئەم نەخۆشیەی تێدا ببینرێت وە گەلێك جار پێویستی بەوە ئەبێ کە پیساییکە یان رشانەوەکە بچێندرێت بە جۆرێکی تایبەتی وە لەپاش پەرەسەندنی میکرۆبەکە لەوشوێنە تایبەتیە کە تێدا چاندراوەو تەماشاکردنی بە میکرۆسکۆبو دەرکەوتنی میکرۆبەکە ئەتوانین سوربین لە رووداني ئەم نەخۆشیە .

زورجار وەبەتایبەکی لە کاتی تەواو بونەوەی ئەم نەخۆشیە جیاکردنەوەری گەلی نەخۆشیکە لەم نەخۆشیە ئەچی ئەبیتە ئەرکێکی گران بۆ سەرشانی نەخوش وخزمی نەخۆشو زۆر جاریش بۆ سەر دوکتورەکانیش . چونکە نیشانەکانی نەخۆش رشانەوە لەم نەخۆشیانەی خوارەوە ئەچێت :–

١ – سوتانەوەی (التهاب) ریخۆلەو زگ (معدة)

٢ – ژەهراوبون (التسمم) بە خواردن .

٣ – زكچون (دیزانتری)

بەلام ئەوەی شایانی باسە زگچون لێرەدا بە پێچو ئازارە بەپێچەوانەی زگچونی نەخۆش رشانەوە کە بەبێ ئازارو پێچە

چارەکردنی :

بێگومان هەمو نەخۆشێکی رشانەوە ئەبێ بخرێتە خەستەخانەوە وە هاتوچۆی لەگەڵا قەدەغەبکرێت .

بناغەی چارەکردنی «کولێرا» هەوڵدانە کە خوێنی نەخۆشەکە خەست نەبێتەوە و . ئەرازوی ئاو وە هەمو جۆرە خوێکانی ناو خوێن بکرێت گوایە چەند ئاوو خوێن دەردەچێت لە لەشی نەخۆشەکە ئەبێ ئەوەندەی ئاوو خوێن لێ رۆیشتوە بیدرێتەوە . لە رێگەی دەمارەوە بە جۆری (نورمال سلاین Normal Salinc) یاخود جۆرەکانی تر بەپێی پێویستی وە پاش فحص کردنی خوێن بۆ ئەوەی بزانین چە جۆرە خوێنێك کەمبوە تا بیدرێتێ وە زۆر

جار پێویست ئەبێ کە ٢٪ بیکاربۆناتی صۆدیۆم یاخود ١٪ کلۆرایدی پۆتاسیۆم بێجگە لە ٠٫٩٪ کلۆریدی صۆدیۆم بدرێتێ .

وبیتراسایکلین وە کلۆرۆمایسین وە گەلێ انتیبایوتیکی تر ئەگەر بدرێت بە نەخۆشەکە لە سەرەتای نەخۆشیەوە زۆر سودبەخشە وە کە نەخۆشەکە بەرەو چاکبونەوە چو توانی بخواو بخواتەوە پێویستە ئاو وە شەربەتی میوەی زۆری بدرێتێ وە هەر کە توانی بخوات بەتایبەتی گۆشت وە خواردنی پرۆتینی بدرێتێ .

خۆپاراستن :

ئەگەر نەخۆشی رشانەوە لە ولاتدا بلاوبوبێتەوە یاخود مەترسی بلاوبونەوەی لێ بکرێ پێویستە هەموو کەسێك خۆی بکوتێ واتە دەرزی ئەم نەخۆشیە لەخۆی بدات بۆ ئەوەی هێزی بەرهەڵستی لە لەشی مرۆڤ زۆر بێ بۆ بەربەرەکانی ئەم نەخۆشیە جا لەبەر ئەوە پێویستە هەموو کەسێك دوو جار دەرزی رشانەوە لە خۆی بدات لە ماوەی هەفتەیەکدا وەکاری ئەم دەرزیە تا سەر نیە بەڵکو تا (٦) شەش مانگ بەرهەڵستی ئەکات وە لەپاش ئەم ماوەیە وردە وردە هێزی بەرهەڵستی کەم ئەبێتەوە وە لەدوای ساڵێك هێزی بەرهەڵستی تەواو ئەبێت وە پێویستە جارێکی تر بە دەرزی تر بەکار بهێنرێت بۆ تازەکردنەوەی هێزو بەرهەڵستی لەشی مرۆڤ دا بۆ شەش مانگی تر زۆر بەداخەوە گەلێ کەس وا ئەزانێت کە خۆی کوتا دژی نەخۆشی رشانەوە ئیتر هیچ جۆرە پارێزگاریەکی تری پێویست نیە وە هەرچیەك بخوات وە بخواتەوە مەترسی لێ ناکرێت بەڵام وا نیە بەڵکو ئەوەی خۆی کوتاوە توشی ئەم نەخۆشیە ئەبێت وەك ئەوانی تر ئەگەر خۆی نەپارێزێ بەپێی ئەو ئامۆژگاریانەی خوارەوە . تەنها یەك جیاوازی نەبێ لەگەڵ ئەوانی تردا ئەوەش ئەوەیە کە ئەوانەی خۆیان کوتاوە ئەگەر توشی ئەم نەخۆشیە بون بەجۆرێکی سوکتر ئەیانگرێ وە بە ئاسانی رزگاریان ئەبێت .

چەند ئامۆژگاریەکی گشتی بۆ خۆپاراستن :

١ – بەکارهێنانی ئاوی بۆری لە شارەکاندا کە بە کلۆر پاك (تعقيم) کراوەتەوە مەترسی لێ ناکرێت . چونکە لەو کاتەدا میری دەزگاکانی (أجهزة) کە پەیوەندیان هەیە بە پاراستنی باری تەندروستی زۆرتر گوێ ئەدەن بە پاك کردنەوەی ئاو وە کلۆر زیاتر ئەکەنە ئاوەکەوە بۆ دڵنیابون لە پاکی ئاوی بۆریەکان بەڵام ئەگەر لە جێگایەك بویت ئەم جۆرە ئاوە دەستنەکەوت ئەبێ ئاو بکوڵێنیت باش ساردببێتەوە ئەوسا بەکاریبهێنیت بۆ خواردنەوە .

٢ – میوەو سەوزە پێش شۆرینەوەو پاككردنەوە خواردنی زۆر بەزیانە چونکە زۆر لە باخەوانەکان میوەو سەوزە بە ئاوی ئاوەڕوی ماڵان ئاو ئەدەن بەتایبەتی ئەو باخەوانانەی کە ئەکەونە خواروی شارەکان جا لەبەر ئەوە ئەبێت لەپێش خواردنی بە (پرمنغنات) یا (کلۆراکس) پاك بکرێتەوە .

٣ – ئەبێ نەخۆش لە خەستەخانەدا بکەوێت وە بمێنێتەوە تا چاكئەبێتەوە وە میکرۆبی نەخۆشیەکە لە پیسایی‌یەکەیدا نەمێنێت بەتەواوی ئینجا ڕێبدرێت بۆ چونەدەرەوە لە خەستەخانە .

٤ – رشانەوەو پیسایی نەخۆش ئەبێ پێش فرێدان بۆ ناو ئاودەستخانە پاكبکرێتەوە بەهۆی دەرمانی تایبەتی وە نابێ فرێبدرێتە جێگایەك کە مێشی لێ‌بنیشێ .

٥ – ئەبێ پێش خواردن وە خواردنەوە دەست پاك بشۆرێت بە ئاوی پاكو صابون وە هەروەهاش لەدوای لێبونەوە .

٦ – ئەبێ جل وە نوێنی نەخۆش هەموی پاك بکرێتەوە یا بسوتێنرێت .

٧ – نابێ بەهیچ جۆرێك شیری نەکوڵاو بخورێتەوە وە خواردنەوەی شیری پاك باشترە ئەگەر دەستکەوێ .

٨ – لەناوبردنی مێش لەناو ماڵو دوکانەکاندا هۆیەکی زۆر گرنگە بۆ بەربەرەکانی کردنو بەرهەڵستی ئەم نەخۆشیە وە نابێ بەهیچ جۆرێك ڕێگە بدەی مێش بەسەر خواردنو خواردنەوەوە بنیشێتەوە .

٩ – ئەبێ هەموو خواردنو خواردنەوەیەك دا بپۆشرێت وە لە مێش بپارێزرێت .

١٠ – ئەبێ هاتوچۆ لەو گەورەکەی نەخۆشی تێدایە قەدەغەبکرێت .

١١ – هەموو کەس ئەبێ دەرزی دژی ئەم نەخۆشیەی لێبدرێت جگە لە منداڵی شیرەخۆرە .

أ – منال لە (١) سال تا (٤) سال $\frac{1}{4}$ سی سی لێ‌ئەدرێ .

ب – منال لە (٥) سال تا (٧) سال $\frac{1}{2}$ سی سی لێ‌ئەدرێ .

جـ – منال لە (٨) سال زیاتر ١ سی سی لێ‌ئەدرێ .