

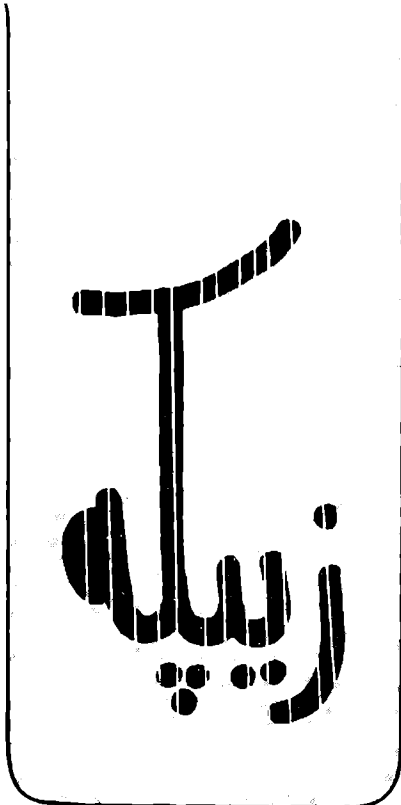
زېپکه ، بلاوترين نه خوښي پيسته که به همان پيژه تووښي هرزه کارو لوی نيرومځ نه بڼ . به تايبه تي له تمهني [۱۳ بؤ ۱۹] سالان ، هرچنده له هندی که سدا تا تمهني [۳۰] سالی نه ميښتهوه .

زېپکه ، (Acne Vulgaris)

که عازبه شي - پښه ووتری ، بریتی به له هه لتوقیویکی سره رېش یان سوره ووبوی پيسته ، کاتي بڼ نه گات سره که ی زهره نه بڼ ، نه گهر له نيوان دوو په نچه دا به ستیورا ؛ ماده په کی چهوری وه کو کرمتی بچوکی سپی یان زهره دباوی لږ دپته دهره وهو چیگه که ی گوښته زمه نه کاو ورده ورده ساريز نه بښتهوه .

عازبه له نه جامی چالاکی چهوری به گلانده کانی پيستی دم وچاوو ناوشانو به شي سره وهی سنگو پښتو قوئل دروست نه بڼ (۱) ، هم چالاکی به نه بښته هو ی گیرانی کونی چهوری به گلانده که ، تاماوه به دهردانی چهوری به رده وام نه بڼ ئیتر نه وه ستن . هم ماده چهوری به ناوه نديکی باشه بؤ گه شه کردنی چهند جور به کتریا به ک ، بؤ نمونه به کتریا ی [کورینی به کتریه هم نه کنی = Corynebacterium Acnes] و ستا فیلو کۆکس نه بڼ دیر مايدس Staphylococcus epidermidis .

هم به کتریا یانه ، نه زایمیک Lipase - دهره دهن چهوری شي نه کاته وه ، به مه چهوری هاوتای ناو چهوری به گلانده کان نه گورن به ترشه لکۆکی چهوری سره به ست ، نه مه ش شانه ی گلانده که نه روښتینی و



هيو اهر احمد

عازبه په پوهندی به کی فوکی به گورانی چالاکی هورمونه کانی له شوه هه به ، به تايبه تي نه هورمونه ی په پوهندی یان به گه شه سندنی رووکاره کانی [توخم - الجنس - Sex] وه هه به ، به تايبه تي هورمونه کانی [نه ندر و جین = Androgens] . هرچنده هه ته وای هورمونه کانی دروست بوونی زېپکه نه زانراوه ، به لام ناشکرا به که هم هورکارانه ی خواره وه په پوهندی یان به دروست بوونی زېپکه وه هه به :

۱ - چالاکی چهوری به گلانده کان :

زوربه ی نه وانه ی دوو چاری زېپکه نه بڼ ، پيستی یان چهوره و سریان کړی شي هه به .

۲ - په چه لکه :

زوربه ی نه وانه ی دوو چاری زېپکه نه بڼ ، به کڼ له باوانیان یان هردو کیان له تمه نی لایان دا توشی عازبه بوون .

۳ - باری دهر وونی :

له و کاتانه دا مروثی زېپکوی دودل نه بڼ ، وه کاتی دودلی تاقی کردنه وه ، یان نه هه ژی وه به خویندنه وه ی چیرۆکی رو مانسی یان بینینی فلیمی رو مانسی ، زېپکه کانی زور نه بڼ .

۴ - گورانی هورمونه کانی له ش :

کاتی سک بری له ژنداو کاتی بښوئی زی له کچو ژنان دا ، ژماره ی زېپکه کان زور نه بڼ .

۵ - خواردن :

تا هم دوا یی یانه جوړی خواردن به هو به کی گرنگ داده نرا . به لام دهر که وتووه ته نیسا خواردنی [چهوری و چکلیت ای زور ،

هوی بڼ نه کار نه وه لتوقیه دروست نه کات که پڼی نه ووتری - زېپکه - (۲) ، دور نی به هم هور کردنه ته شه ند بکاو کیستی بچکوله دروست بکات که ماده ی چهوری مردوو خانه ی گلانده که و نه کانی خوینی تیدایه (۳) . کیسانه دم نه که ونه ته کانی ، گوښته زمه نه که ونه ، که ساريز بوونه وه ، شوړینیکی هه میشه یی به جی نه هیلن .

هورمونه کانی سهره ل دانی زېپکه :

سهره ل دانی عازبه ، له سهره تای تمه نی هره زه کاری به وه دست یڼ نه کات ، هم راستی به ش زور له زانایانی بزیشکی گه یاندو ته نه و باوه رهی که سهره ل دانی

۱ - دزه میکروبه کان (المضادات الحيوية) : وهکو :
کله پسرولی [تیتراسایکلین =
[Tetracycline

و [نهریسرومایسین =
(6) [Erythromycine

۲ - هورمون : بوهاسواتاگردنی
کاری [نهدروچین] هکان (۷) .

سه رچاوه کانا

۱ - بروانه لاپره (۱۸) ی گوفاری
Postgraduate Doctor

Volume 1. Number
1. January 1978

۲ - بروانه لاپره (۹۹۰) ی کتیبی :
Muir's Textbook of
Pathology By : J . R .
Anderson

Tenth edition - 1978 -
London

۳ - بروانه لاپره (۲۰۸) ی کتیبی
Lecture Notes on Derma-
tology Bethel Solomons

Fourth edition - 1979 -
London

۴ - بروانه لاپره (۲۱۰) ی
سه رچاوه ی پیشو

۵ - بروانه لاپره (۲۴) ی
سه رچاوه ی به که م

۶ - بروانه لاپره (۹۲) ی کتیبی

Davidson's Principles and
Practice of Medicine

By John Macleod

Twelfth edition New -
york 1977

۷ - بروانه لاپره (۲۱۱) ی
سه رچاوه ی [سن هم] .

نهموه . نه بچ رژی چوا . جار
شوینه زیکاوی به که به سابون و
ناوی گهرم بشوردری .

۳ - زور نه خواردنی چه وری و
نه خواردنی چکلیت .

۴ - نابج یاری پی بکری و
هه ل بکه ندری ، گهر ده می کرد ، نهوا
له سه رخو له نیوان دوو په نه جدا ،
به پارچه به که لۆکه یان ده سیری کاغز
نه په سپوری تا ماده چه وری به
زه ردباوه که ی لی دیته دهره وه .

۵ - به پیچه وانهی بیر کردنه وه ی
هه ندی که سه وه ، زن هیتان و
شو کردن زیکه چاک ناکه نه وه (۴) .

دووم : چاره سه رگردنی دهره کی :
External Treatment

۱ - نه وه دهرمانانهی ده م
به زیکه کان نه که ن :

بۆ نمونه : کریمی [کوینودیرم =
Quinoderm] و [پانوکزیل =
Panoxyl] که ماده ی [بینزویل
بیرۆکساید =

[Benzoyl peroxide

یان تیدایه . له م دواپی یانه دا
دهرکه وتوه نه م کریمانان ه باشرن
له و کریمانانیه ماده ی [گورگرد =

[Sulphur] و ریزورسین یان
سالیسیلیک نه م
& Salicylic acid

ی تیدایه (۵) .

۲ - تیشکی سه رو بنه وشه یی :
[اشعة فوق نفسحیه

[U. V. R

۳ - سه هۆلی کاربۆن دایوکساید

۴ - ئیکسبرداری = (الاشعة
السينية =

(X-ray

سنی به م : چاره سه ری ناوه کی :
Internal Treatment

له وانیه به رماره ی زیکه کان
زور بکه ن و خواردنه کان ی تر هیچ
رۆل تیکیان نی به .

۶ - به کتیریا :

له نه نجامی پشکنینی
دهره او بژراوی زیکه ، دهرکه وتوه
دوو جور به کتیریا ، که له مه و پیش
باس کران ، رۆل تیکی سه ره کی یان
هه به .

۷ - وهرزو ناوه هوا :

زیکه له دانیشتونانی ناوچه
فیتکه کان دا زوره و له زستان دا
زورتر نه بچ .

۸ - دهرمان :

به کارهیتانی هه ندی دهرمانی
وه که و [برۆماید ، ناپوداید ،
ستیرۆید ، هورمونی - ACTH]
ژماره ی زیکه کان زور نه که ن .

چاره سه ر :

زیکه ، نه خو شیه کی سه ختی
پیتست نی به ، به چونه ته مه نه وه ،
ورده ورده به ره ونه مان نه چی ، به لام
باشتر وایه ، زور زوو خو پیشانی
پزیشک بدری و چاره سه ربکری .
ده نا گهر له مرۆقه که ی پس کرد
جکه له وه ی چاره سه رگردنی گران
نه بچ ، هه روه ها له وانیه پاش
چاک بوونه وه ش جیکه که ی دیسار
بمینی و کاربکاته سه رباری دهر وونی
مرۆقه که ...

به که م : چمند نامۆژگاری به کی
گشتی :

۱ - سه وانه وه و سه وتنو
و دزش کردن له شوینی هه واو
به رب سه ره لادا یاریده ی زوو
له کۆل که وتن نه دات .

۲ - شتنی ده م و چوا : به لای