ژیان لەگەڵ پەرکەمدا

ئەکرەم قەرەداخی

نەخۆشی پەرکەم Epilepsy بەیەکێك لەهەرە نەخۆشیە دەمارییە بڵاوەکان دادەنرێت، لەکۆنەوە زانراوەو لەنوسینە بابلیەکانی سەدەی حەوتی پێش زایندا وەسفکراوە، هەروەها ئەبیقرات کە بەباوکی پزیشکی دادەنرێت 450 ساڵ پێش زاین باسیکردووە.

فسیۆلۆژی نەخۆشییەکە

مێشك لەنزیکەی هەزار ملیۆن دەمارەخانە پێکهاتووە هەر خانەیەکیش بەنزیکەی 50 هەزار خانەی دیکەوە بەستراوە. کاری مێشکیش بەندە لەسەر ئەم تۆرە ئاڵۆزە لەگەیەنەرەکان، گەیاندن لەرێگای دەردانی گوێزەرە دەمارییەکانەوە دەبێت، کە دەبێتە هۆی چالاکی کارەبایی لەدەماخدا کە لەهێڵکاری کارەبایی دەماخدا دەردەکەوێت. لەکاتی روودانی پشێوی لەدەردانی گوێزەرە دەمارییەکاندا لەزیادبوونی گوێزەرەوەکان یا لەکەمبوونی ئەوانەی دەوورووبەر، دەبێتەهۆی پشێوی لەبارگە کارەباییەکاندا، چالاکییەکی زیادە لەوانەیە سنوردار بێت یان گشتی بێت، ئەم بارگە زیادانە دەبنەهۆی دەرکەوتنی نیشانەی هەمە جۆری پەرکەم بەپێی شوێنی روودانی لەدەماخدا.

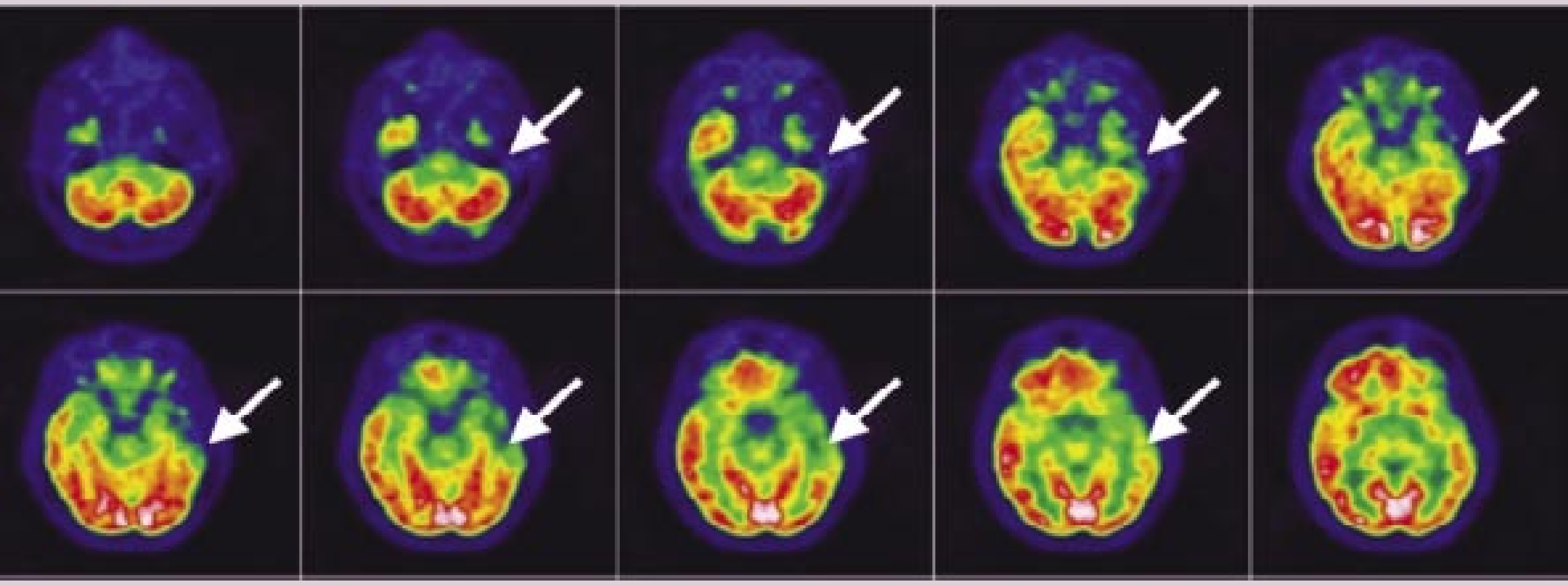
بێهۆشبوون و جووڵە خۆنەویستەکان

بەزۆری حاڵەتەکانی بێهۆشبوون یان جووڵە خۆنەویستەکان لەو کەسانەدا کە تووشی پەرکەمبوون لەبەرئەنجامی نەخۆشی دیکەوە پەیدادەبن، زۆرن ئەو نەخۆشانەی لەپەرکەم دەچن وەك لەهۆشخۆچوون کە بریتییە لەسەرگێژخواردن لەئەنجامی بینینی دیمەنێکی ناخۆش یان لەهەستکردن بەئازاراوە پەیدادەبێت، هەروەك لەکاتی راکێشانی خوێن لەهەندێك نەخۆش یا پشێوی دڵ، هەروەها ئازاری لایەکی سەر بەتایبەتی لەوانەی تەمەنیان کەمە لەوانەیە لەگەڵ پەرکەمی گەورەکاندا تێکەڵبکرێت.

نەخۆشیی خوێنبەرەکانی دەماخ و کەمی رۆیشتنی خوێن بۆ مێشك بەشێوەیەکی کاتی و هەندێك نەخۆشی نوستن وەك جوڵە خۆنەویستەکان یان نوستنی کتوپڕ یان نەخۆشییە دەروونییەکان بەتایبەتی تۆبە ناجوڵەییەکان کە لەهەندێك نەخۆشدا لەکاتی هەڵچوونی توندی دەروونیدا روودەدەن، هەموو ئەمانە لەگەڵ پەرکەمدا لەیەکدەچن، پێویستە ئەوەشمان لەبیرنەچێت کە دابەزینی شەکر و پشێوییەکانی خوێ لەخوێندا و هەندێك دەرمان و ماددە ئەلکهولییەکان و ماددە هۆشبەرەکان دەبنەهۆی دەرکەوتنی ئەو نیشانانەی کە لەپەرکەم دەچن.

هۆیەکانی پەرکەم

زۆربەی نەخۆشەکان کەسانی ساغن و پشکنینەکان هیچ تێکچوونێك لەهێڵکاری دەماخدا دەرناخەن، بەڵام چەند نەخۆشییەك دەبنەهۆی تۆبەکانی پەرکەم وەك بەرکەوتنەکانی دەماخ و پەردەکانی، خەوشی زگماکی دەماخ، خوێنبەربوون و جەڵتەکانی دەماخ و وەرەمەکانی دەماخ و کەمی نەگەیشتنی ئۆکسجین بۆماوەیەکی زۆر بۆ دەماخ. هەندێك



هەوی وەك سیل و كرمی شریتی دەماخ لەدەماخدا.

هۆكارە بۆماوەییەكانیش رۆڵێكی سەرەكی دەبینن لەهەندێك كەسدا، بەڵام بەرێژەیەكی سنوردار كە 9 ٪ تێپەرناكات.

نۆبەكانی پەركەم

لەنۆبە گشتییەكاندا لەهۆشخۆچوونی لەگەڵدا روودەدات، یان نۆبەی بچوكن لەئەنجامی لەدەستدانی هەستكردن و نەمانی پەیوەندی بەهۆكارە دەرەكییەكانەوە پەیدادەبێت، نەخۆش وەلامناداتەوە، چاوەكانی كراوەن، ناتوانێت قسەبكات لەوانەشە هەندێك جوڵەی هەرەمەكی بكات وەك قوتدان، جولاندنی سەر یان دەستدان لەشتەكانی دەوروبەرەوە، بۆماوەیەك كە لەیەك دەقیقە زیاترنییە، لەپاشدا بێداردەبێتەوە و هیچ لەوانەی روویداوە لەبیرینابێت.

یان لەوانەیە نۆبەكە گەورەبێت و لەئەنجامیدا لەشی رەقبێت و دەموچاو سور هەڵدەگەرێت لەدوای ئەوە لەرزێكی دووبارەبووەی یەكلەدوایەك سەرتاپای جەستەی دەتەنێت، لەوانەشە لەگەڵیدا كەف لەدەمی نەخۆشەكەوە بێتەدەرەوەو هەندێك لەوانەیە لەكاتی نۆبەكەدا زمانی بگەزێت كە بۆ سێ تا پێنج دەقیقە دەخایەنێت و لەوانەشە كۆنترۆڵی میزی پێنەكرێت، لەكاتی كەوتنیشدا ئازارییگات و بەزۆری دوای نۆبەكە نەخۆش دەكەوێتە حاڵەتی نوستنێكی قوڵەوە.

لەنۆبەی ئەندەكی یان بەش بەشدا نەخۆش لەوكاتەدا بەهۆشەو دەتوانێت وەسفی حاڵەتەكەی زۆر بەوردی بكات، لەوانەشە هەندێك نۆبەی ئەندەكی بەحاڵەتی نۆبەی بچوك یا گەورە كۆتای بێت كە چەند جۆرێكیان هەیە لەوانە:

1.گرژبونی جوڵەیی: لەپەنجە گەورەوە دەستپێدەكات لەپاشدا دەگوێزرێتەوە بۆ دەست و دوایی قۆڵ.

2. گرژبونی هەستی: سربوونێك لەیەكێك لەپەلەكاندا دەستپێدەكات وەك مێرولەكردن لەقۆڵدا.

3. حاڵەتە دەروونیەكان: نەخۆش لەناخەوە هەست بەترسدەكات و بیركردنەوە دەوەستێت، یادەوەری كۆن دێتەوەیادی، هەست بەتەنیایی یان نامۆیی دەكات.

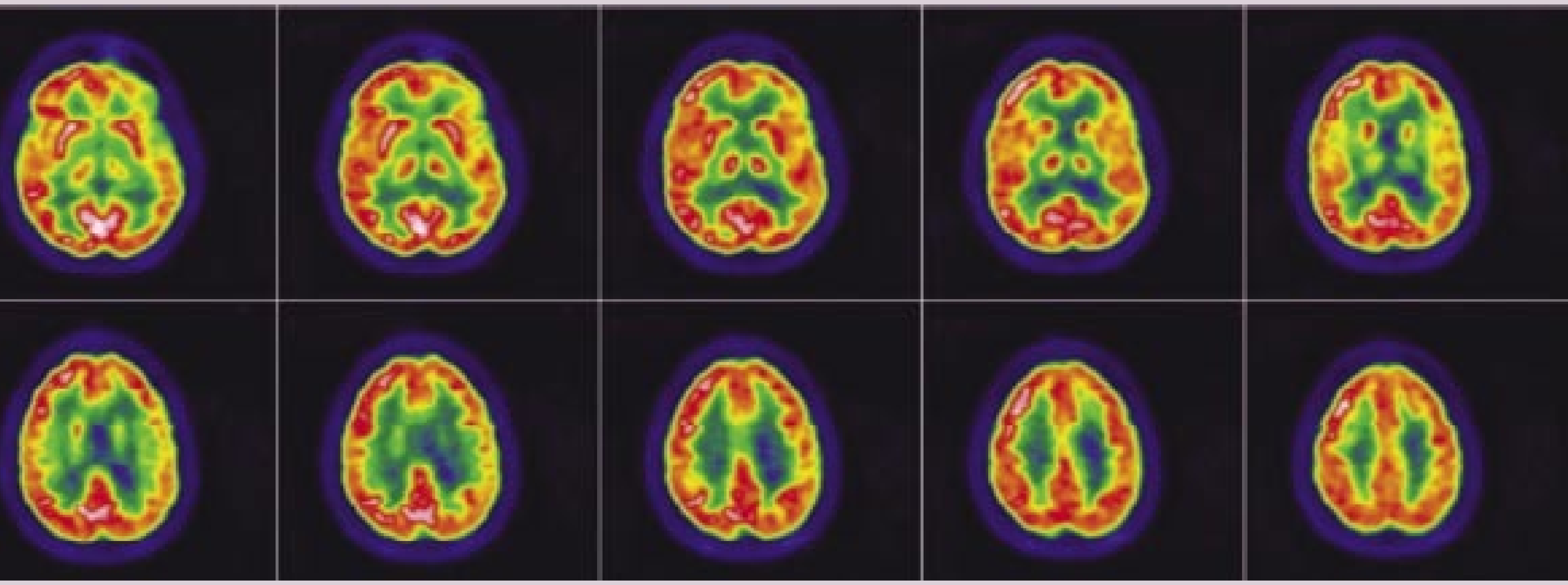
4. تووشی پشێوی بینین یان بیستن یان بۆنكردن دەبێت وەك بینینی رەنگەكان یان كەسەكان یان زرنگانەوەی گوێ یان دەنگەكان یان بۆنكردنی هەندێك بۆن وەك بۆنی بەنج یا لاستیكی سوتاو.

ئەوانەی لەهەڵوێستێكدا روودەدەن

پەركەم لەگەڵ بەرزبوونەوەی پلەی گەرمیداو بەزۆری لەمنداڵانی تەمەن3 مانگ تا6 ساڵدا روودەدات، لەكاتی كاركردنی هەستی دیاریكراودا نۆبەكانی گرژبوون روودەدات وەك لەكاتی بینیندا بۆنموونە لەكاتی سەیركردنی تەلەفزیۆن و یاری ڤیدیۆ لەرینەوەی دەنگەكاندا.

دیاریكردنی پەركەم

دیاریكردنی پەركەم بەشێوەیەكی دروست پشتدەبەستێت بەوەسفی



وردی حاڵەتەکە کە چەند ئازاری نەخۆشەکەی داوە، لەپێشدا وەسفی حاڵەتەکە لەنەخۆش خۆی وەردەگیرێت، دوایی لەو کەسانەی لەکاتی تۆبەکەدا بینیویانە، ئەگەر توانرا لاسایی حاڵەتەکەی بکرێتەوە زۆر باشترە، بەزۆری پزیشك لەم حاڵەتەدا پرسیاری زۆر لەنەخۆشەکەو کەسوکاری دەکات و لەوانەشە لەسەردانەکانی داهاتووشدا پرسیارەکان بکاتەوە، بۆئەوەی لەوەسفی وردی نەخۆشیەکە دڵنیابێت ئەوسا پزیشك خۆی پشکنینێکی ورد بۆ نەخۆش دەکات و جەخت دەخاتەسەر کۆئەندامی دەمار.

هێڵکاری دەماخ 65٪ی حاڵەتەکانی پشێوی لەنەخۆشەکاندا دەردەخات، لەگەڵ زیادبوونی سەعات و کاتەکانی هێڵکارییەکەدا، ئەم ڕێژەیە بۆ 85٪ بەرزدەبێتەوە، لەوانەشە پزیشك بۆماوەی چەند ڕۆژێك ئامێرەکە بەنەخۆشەکەوە بهێڵێتەوە تا بەتەواوی دڵنیادەبێت لەحاڵەتی نەخۆشییەکەی.

هەروەها واپێویستدەکات وێنەگرتنی دەماخ بەچینی تەوەرەیی یان زرنگانەوەی موگناتیسی بۆ نەخۆش ئەنجامبدرێت و پشکنینی خوێن بۆ شەکرەو خوێ بکرێت، وێڕای پشکنینەکانی دیکەی خوێن و هێڵکاری دڵ.

پەرکەم لەژندا

ئەو پەرکەمەی لەکاتی سووڕی مانگانەدا ڕوودەدات پێیدەوترێت پەرکەمی سووڕی مانگانە، تۆبەکانی پەرکەم لەهەندێك ژندا لەکاتی سووڕی مانگانەدا زیاددەبێت و لەهەندێکی دیکەدا تەنیا لەو ماوەیەدا ڕوودەدات. هۆکەی نەزانراوە، بەڵام بڕواوایە گۆڕانکاری لەئاستی هۆرمۆنەکان و لەئاستی دەرمانەکانی دژەپەرکەم و پەنگخواردنەوەی شلە هەروەها پەستانی دەروونی کە دەکەوێتە پێش سوڕی مانگانەوە، هۆکاری ئەم حاڵەتەبن.

پارێزگاریکردن بەتۆمارێکی تایبەتییەوە بۆ کات و ژمارەی جاری تۆبەکان یارمەتی دیاریکردنی پەیوەندی ژمارەی تۆبەکان بەسوڕی خوێنەوە دەدات و یارمەتی پزیشکی چارەسەریش دەدات کە پلانێکی گونجاو بۆ چارەسەرەکە دابنێت.

هەندێجار پەرکەم لەکاتی سکپڕیدا دەردەکەوێت کە ڕێژەی گلۆکۆز لەخوێندا بەرزدەبێتەوە، ئەم بەرزبونەوەیە لەئەنجامی دەردانی هۆرمۆنەکانی وێڵشەوە دەبێت کە ڕێژەی شەکر لەدایکەکەدا بەرزدەکاتەوە بەمەبەستی خۆراکدان بەکۆرپەلەکەو گەشەکردنی. ئەم هۆرمۆنانە کاریگەری ئینسۆلین لەخوێنی دایکەکەدا دەوەستێنن و لەگەڵ هاتنەخوارەوەی ڕێژەی ئەم هۆرمۆنانە پاش لەدایکبوون شەکرەی سکپڕیی لەدایکەکەدا دەوەستێت.

هۆکارە پەیوەندیدارەکان

هیچ بەڵگەیەك نییە بۆئەوەی کە حەبەکانی دژە سکپڕی بەهیچ شێوەیەك کاربکەنەسەر ژمارەی ڕوودانی تۆبەکان، بەزیادکردنی تۆبەکان یاکەمکردنەوەی، دڵەڕاوکێی بنەڕەتی بۆئەو ژنانەی کەبەدەست پەرکەمەوە دەناڵێنن بریتییە لەمەودای کاریگەری حەبەکانی دژەسکپڕی، هەندێك دەرمانی پەرکەم کە لەوانەیە کاریگەری حەبەکانی دژەسکپڕی کەمبکەنەوە و بەمانایەکی دیکە ببنەهۆی سکپڕبوون، لەوانەشە دووبارە خوێنبەربوون ڕووبدات. بۆسەرکەوتن بەسەر ئەم کێشانەدا واباشترە ڕای پزیشك وەربگیرێت و حەبی بەهێزتر وەربگیرێت.

راوێژ پێش سکپڕبوون

زۆر گرنگە پێش سکپڕبوون ڕاوێژ بەپزیشك بکرێت، چونکە ئەو دەرمان و چارەسەرانەی بۆ پەرکەمەکە دەکرێن پێویستیان بەپێداچوونەوەیەکی وردە پێش ڕوودانی سکپڕییەکە و بەهاوکاری لەگەڵ پزیشکی چارەسەردا دەتوانرێت گەلێك لەو مەترسیانە لەسەر منداڵەکە کەمبکرێنەوە.

پەرکەم بۆماوەییە؟

زۆربەی حاڵەتەکانی پەرکەمی بۆماوەیی لەسروشتیاندا پەرکەمێکی پاك و بێزیانن و لەوانەشە لەقۆناغی هەرزەکاریدا بوەستن و نەمێنن، لەبەرئەوە ئەگەری تووشبوونی منداڵ بەپەرکەم ئەگەرێکی کەمە.

هەندێك دەرمانی پەرکەم هەن پەیوەندیان بەتێکچوونە زگماکییەکانەوە هەیە زیاتر لەشتی دیکە، پلاندانان پێش سکپڕبوون یارمەتی پزیشك دەدات سەرلەنوێ هەڵسەنگاندن بۆ پێداویستییەکانی چارەسەربکاتەوە و ئەم کارانەی

خــــواردوه لــه‌كــاتــی پــێــویــســتــدا ئه‌نجامبدات.

- یان گۆڕینی ژه‌می ده‌رمانه‌كه‌.

- یان گۆڕینی ده‌رمانه‌كه‌ خۆی و چاودێری كاریگه‌ری.

- یان وه‌ستاندنی ده‌رمانه‌كه‌.

لــه‌گــه‌ڵ بــوونــی مــه‌تــرســی له‌دایكبوون، به‌ڵام به‌رێژه‌ی 95٪ی ئه‌و ژنانه‌ی به‌ده‌ست په‌ركه‌مه‌وه‌ ده‌ناڵێـنـن مـنـداڵی تـه‌نـدروسـت ده‌خه‌نه‌وه‌.

هه‌ندێــك ده‌رمانــی په‌ركــه‌م ده‌بنه‌هــۆی تووشــبوونی كۆرپه‌له‌ به‌دانــداره‌ شــه‌قبوونییه‌كان كــه‌ بریتیه‌ له‌گه‌شــه‌یه‌كی نامۆی بڕبڕه‌ی پشــت و ده‌بێته‌هــۆی لاوازی قاچ و تێكچــوون له‌فرمانــی میزه‌ڵداندا و زۆربه‌كارهێنانی ترشــی فۆلیك پێش ســكپڕبوون و له‌ماوه‌ی سێ مانگی یه‌كه‌مــی ســكه‌كه‌دا ده‌بێته‌هــۆی كه‌مكردنه‌وه‌ی توشــبوونی كۆرپه‌له‌ به‌تێكچــوونــه‌كان.

هه‌روه‌ها پارێزگاریكردنی ژه‌مه‌ خۆراكی هاوسه‌نگ و وه‌رزشكردنێكی مامناوه‌ند به‌شێوه‌یه‌كی رێكوپێك و جگه‌ره‌نه‌كێشان و نه‌خواردنه‌وه‌ی ئــه‌لــكــهــول یــارمــه‌تــیــده‌رن لــه‌كــه‌مكردنــه‌وه‌ی مه‌ترسیه‌كانی سكپڕبوون.

له‌زۆربه‌ی ژنداو له‌كاتی سكپڕیدا هیچ گۆرانێك له‌نۆبه‌ په‌ركه‌مییه‌كاندا روونــادات و له‌وانه‌یه‌ هه‌ندێك ژن نــۆبــه‌ی كــه‌مــتریان بۆببێت كه‌چی هه‌ندێكی دیكه‌ زۆر به‌زه‌حمه‌ت ده‌توانن كۆنترۆڵی بكه‌ن.

زۆر گرنگه‌ به‌پزیشك بوترێت ده‌رباره‌ی هه‌ر نۆبه‌یه‌كی په‌ركه‌م له‌كاتی سكه‌كه‌دا، په‌ركه‌م و نۆبه‌ دووباره‌بووه‌وه‌ گه‌وره‌كان له‌حاڵه‌ته‌ كتوپڕییه‌كانی پزیشكی داده‌نرێن له‌كاتی سكپڕیدا.

زۆر پێویسته‌ له‌كاتی سكپڕیدا كۆنترۆڵی نۆبه‌كانی په‌ركه‌م بكرێت بۆ پارێزگاری له‌ته‌ندروستی دایكه‌كه‌و ته‌ندروستی كۆرپه‌له‌كه‌، وه‌ستاندنی چــاره‌ســه‌ر لــه‌وانــه‌یــه‌ ببێته‌هۆی مه‌ترسی زۆرتر بۆ سه‌ر دایكه‌كه‌و منداڵه‌كه‌ش.

لــه‌حاڵــه‌تــی ســكپڕبــوونی نارێكوپێكیشــدا پێویســته‌ دایكه‌كه‌ ده‌رمانه‌كانــی بخــوات و به‌خێرایی هــه‌واڵ به‌پزیشــكه‌كه‌ی بــدات. سه‌رپه‌رشــتی پزیشــكی به‌رده‌وام كاریگه‌ری دروســتی باشتری ده‌بێت له‌ســه‌ر دایك و منداڵه‌كه‌ پێكه‌وه‌.

شیردانی سروشتی

زۆرێك له‌دایكان حه‌ز له‌شــیردانی سروشــتی ده‌كه‌ن و پزیشــكانیش هانــی‌ئه‌مــه‌ده‌ده‌ن.

زۆر به‌ده‌گمــه‌ن ده‌رمانه‌كانــی په‌ركه‌م كێشــه‌ بــۆ منداڵی ســاوا دروســتده‌كه‌ن كــه‌ شــیری دایــك ده‌خوات. ئه‌گه‌ر به‌رده‌وام هه‌ستتكرد منداڵه‌كــه‌ت ســسته‌ په‌یوه‌نــدی به‌پزیشــكی‌پســپۆڕه‌وه‌بكه‌.

شــیردانی سروشــتی كردارێكی به‌ئه‌ركه‌و كه‌م نوســتنیش له‌وانه‌یه‌ ببێته‌هــۆی نۆبه‌ی په‌ركه‌م له‌هه‌ندێك دایكــدا، پێویســته‌ ئــه‌م بابه‌تانه‌ به‌درێــژی له‌گــه‌ڵ پزیشــكه‌كه‌تدا بلــبــكه‌یت

هــه‌روه‌هــا چــاوێــری منداڵێكی تازه‌بووش كارێكی به‌ئه‌ركه‌ به‌تایبه‌تی بۆ دایكێك كه‌ په‌ركه‌می له‌گه‌ڵدا بێت، ئه‌گه‌ر منداڵ له‌وجۆره‌ بوو كه‌ له‌شه‌ودا زۆر خه‌به‌ری ده‌بێته‌وه‌، ئه‌وا چاولێكنان له‌رۆژدا بۆ خۆت و بۆ منداڵه‌كه‌شت به‌سووده‌، چونكه‌ كه‌مخه‌وی هه‌ندێك حاڵه‌تی ناره‌حه‌تت بۆ دروستده‌كات.

ئه‌گــه‌ر نه‌تتوانــی نیــوه‌ڕوان بخه‌ویــت، هه‌وڵبــده‌ ئــارام بیت و كاری قــورس ئه‌نجامنه‌ده‌یت، ئه‌گه‌ر منداڵه‌كه‌شت له‌گالیسكه‌ی ده‌ستیدا بوو پێویســته‌ هه‌میشــه‌ پشــتێنی دڵنیایــی به‌كاربهێنیــت له‌كاتــی پاڵپێــوه‌نــانیــدا.

سه‌رچاوه‌كان:

1. مجلة الصحة الطبية

2. Epilepsy and preynancy

MR.K.S yerby and Susan Lannon

,London – Newyork

هه‌ڵوژه‌ برین ساڕێژده‌كات

توێژه‌رانی بواری خۆراكزانی جه‌خت له‌وه‌ده‌كه‌ن كه‌ خواردنی هه‌ڵوژه‌ ببێته‌ به‌شــێك له‌خواردنی رۆژانه‌مان به‌هۆی سووده‌ زۆره‌كانییه‌وه‌ له‌چاره‌سه‌ركردنی نه‌خۆشییه‌ رۆماتیزمییه‌كان و ره‌قبوونی خوێنبه‌ره‌كان و قه‌بــزی درێژخایه‌ن.

هه‌روه‌هــا توێژه‌ران ســه‌لماندیان كه‌ هه‌ڵوژه‌ یارمه‌تی زوو ساڕێژبوونی برین و خوێنبه‌ربوون ده‌دات وێڕای سوودی زۆری له‌حاڵه‌ته‌كانــی میــز رانه‌گرتن و ســكچووندا هه‌روه‌ها گوڵی هه‌ڵوژه‌ میزپێكه‌ره‌و یارمه‌تی چاره‌سه‌ركردنی ئازاری ســنگ و زیادكردنــی ده‌ردانی ده‌ردراوه‌كانــی ناوچــه‌ی زێ ده‌دات له‌ژناندا.