ISSN 1900 8431

هەتوان

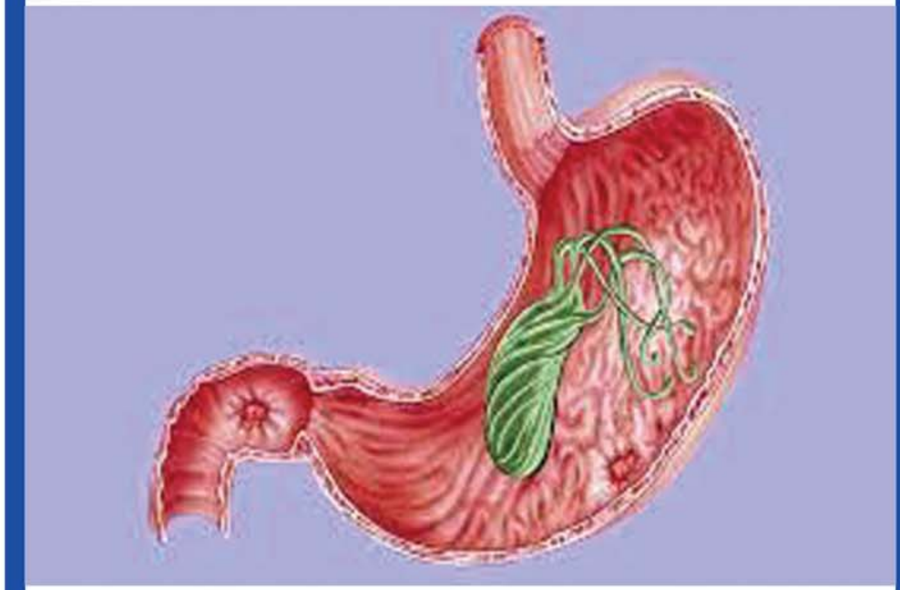
سالی بیستەم

ISSN 1900 8431

HATWAN JOURNAL

ژمارەی ٢٢٨ سەرماوەزی ٢٧٢٠-کوردی/ نۆڤەمبەری ٢٠٢٠-زاینی

گۆڤارێکی پزیشکیی و تەندروستیی گشتیی مانگانەیە



میکرۆبی گەدەو قەڵەوی

Issue 20 No. 228 November 2020

General Monthly Medical Journal

www.hatwan.org
hatwan@gmail.com

بۆ چارەسەری قەڵەوی
پەیوەندی بکە بە
07727007171

هەتوان

گۆڤارێکی پزیشکی و تەندروستیی گشتیی مانگانەیە

ساڵی نۆزدەیەم ژمارە ٢٢٨ ی سەرماوەزی ٢٧٢٠/نۆڤەمبەری ٢٠٢٠

ئەم بابەتانە بخوێنەرەوە

قەڵەوی و کێشەکانی قورگ و گوێ ولووت

ل٢

خاوەنی ئیمتیازو

سەرنووسەر:

پرۆفیسۆر

دکتۆر هیوا عمر احمد

دەستەی نووسەران

دکتۆر مهدی عزیز کاکی

دکتۆر عدنان عبدالله کاکی

دکتۆر ئازاد نوری

دکتۆر شکار لەتیف

دکتۆر هەڵۆ هیوا عمراحمد

دکتۆر شەهێن هیوا عمراحمد

دکتۆر چرۆ محمد عبدالله

دکتۆر لیلی عبدالکریم

کۆمپیوتەر و تایپ

ژین عمر فرج

چاپی بەرگ

چاپخانەی بینایی

Herçende peresendnî gwêye soy nawerast le barî ktuprewe .bo drêjxayen hêşta rûn nye Belam be pêy twêjînewekan le minalanî tûşbuuy gwêye soy nawerast derkewt eu minalaney qelewn û tûşbûn rêjeyan zotre le minalanî kêş asayî tûşbû

rêrewî henaseweye ke em

krdarele kesanî qelewda ptr bedî

.dekrê wek lekesanî asayî

Gwêye soy nawerast)drêjxayen(

ke brîtye le soye goran le êskî

pşt gwê

قەڵەوی و کێشەکانی قورِگ و گوێ ولووت لە منداڵاندا

خانمەدکتۆرگەشبین خالید

پزیشکی باڵای نه خۆشییەکانی قورِگ ولووت و گوێ

قەڵەوی لە منداڵاندا کێشەیەکی گرنگی سەرتاسەری جیهانییە کە بە شێوەکی بەرچاو لە بەرز بوونەوەدایە.
بە پێی تۆمارەکانی ڕێکخراوی تەندروستی

جیهانی، نزیکەی ٤١ ملیۆن مناڵ لە خوار
تەمەنی ٥ ساڵییەوە لە سەرتاسەری
جیهان قەڵەون یاخود کێشی پتریان هەیە

قەڵەوی/کێشی پتر: ئەو بارەیە کە
چەورییە شانەی پترو ناپێویست لە
لەشی مرۆڤدا کۆ دەبێتەوە

maweyî
Wa bîr dekrêtewe em bare
behoy ptr datepînî pêkhatekanî
geruwe lekatî cûley hewa،
goran le cûley dîwarî sng
wnermî masulkekay henase û
karkrnyan
Qelewî&berheng
Rêjey metrsî berheng le kesanî
qelewda berztre be berawrd
lekesanî tr)kesanî kêş asayî(،
rûdanî berheng behoy soy

aluwekanî pşt lût)edînoyd(،heste

.kerbûn ،berheng

legel eweşda perçekarî gerû_

qurg ، gede_ surênçk hokarn bo

zorîney soye nexoşîyekanî qurg

.û lût û gwê

Gîrane rêrewî henase lekatî

-:xewda

Qelewî hokarêkî grng

wberçawe bodrûst bûnî em bare

şan be şanî hokarekanî trî wek:

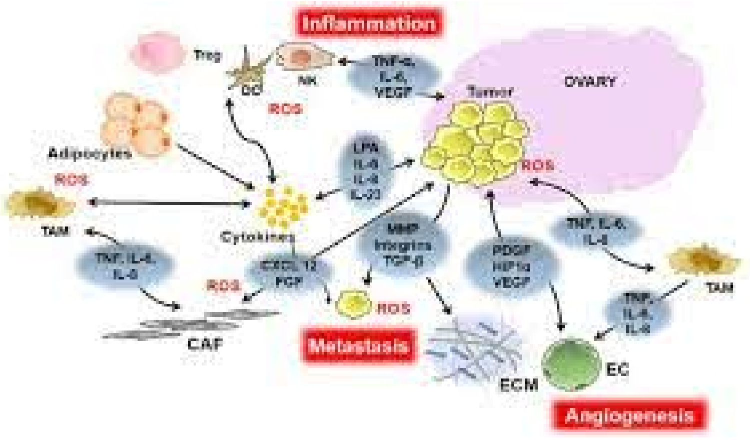
cênderî nêr ،temen ، hokarî bo

قەڵەوی و کێشی پتر هۆکارن بۆ چەندین
کێشەی تەندروستی
ئەو منالانەی کێشی پتریان هەیە زیاتر
کێشەی تەندروستی و دەروونیان تێدا
بەدی دەکرێت وە سەلمێنراوە ئەو منالانەی
قەڵەون بۆیان دەبێتە مەترسی و هۆکاری
کوشندە لە تەمەنی پێگەیشتووییاندا

نەخۆشیە باوە تێبینی کراوەکان لە
کەسانی قەڵەودا بریتین لە دەردە
شەکرە ،نەخۆشیەکانی دڵ ،کۆبوونەوەی
چەوری لەسەر جگەر ،بەرهەنگ و چەندین
نەخۆشی تر

قەڵەوی هۆکارە بۆ سۆی درێژخایەنی کۆئەندامەکانی جەستە

سۆی سەرتاپایی کۆئەندام لە کەسانی قەڵەودا لە ئەنجامی پتر بوونی ژمارەو قەبارەی چەورییە خانەکانە کە بەرپرسن لە بەرهەم هێنانی هۆکارەکانی سۆ (Inflammatory factor)



(IL٦)

Protîne karlêkî sî

(CRP)

Hokarî zyadegoştkuj

(TNF–a)

Be pêy twêjînewekan peywendîyekî rastewane le nêwan qelewîî û nexoşîyekanî qurg wlût û gwê têbînî krawe Wek:gîranî rêrewî henase lekatî xewda، gwêye soy nawerast) tîj، drêjxayen(gewrebûnî

Qelewî hokare bo soy
drêjxayenî koendamekanî ceste
Soy sertapayî koendam le
kesanî qelewda le encamî ptr
bûnî jmarew qebarey çewrîye
xanekane ke berprsn le
berhem hênanî hokarekanî so
((Inflammatory factor
Qelewî handerî soyye le leşda،
ke be şêweyekî nasruştî rêjey
soye protînekan ptr dekat،
betaybet înterlîwkîn٦

قەڵەوی هاندەری سۆییە لە لەشدا،
کە بە شێوەیەکی ناسروشتی ڕێژەی
سۆیە پڕۆتینەکان پتر دەکات، بەتایبەت
ئینتەرلیوکین٦
(IL٦)
پڕۆتینە کارلێکی سی
(CRP)
هۆکاری زیادەگۆشتکوژ
(TNF–a)

بە پێی توێژینەوەکان پەیوەندییەکی
ڕاستەوانە لە نێوان قەڵەویی و
نەخۆشییەکانی قوڕگ ولووت و گوێ
تێبینی کراوە
وەک:گیرانی ڕێڕەوی هەناسە لەکاتی
خەودا، گوێیە سۆی ناوەڕاست)
تیژ،درێژخایەن(گەورەبوونی ئالووەکانی
پشت لووت)ئەدینۆید(، هەستە

کەڕبوون، بەرهەنگ.
لەگەڵ ئەوەشدا پەرچەکاری گەروو_قوڕگ، گەدە_ سورێنچک هۆکارن بۆ زۆرینەی سۆیە نەخۆشییەکانی قوڕگ و لووت و گوێ.

گیرانە ڕێڕەوی هەناسە لەکاتی خەودا:-

قەڵەوی هۆکارێکی گرنگ وبەرچاوە بۆدرووست بوونی ئەم بارە شان بە شانی هۆکارەکانی تری وەک: جێندەری نێر، تەمەن، هۆکاری بۆ ماوەیی وا بیر دەکرێتەوە ئەم بارە بەهۆی پتر داتەپینی پێکهاتەکانی گەرووە لەکاتی جووڵەی هەوا، گۆڕان لە جووڵەی دیواری سنگ ونەرمی ماسولکەکای هەناسە و کارکرنیان

çendîn kêşey tendrustî eu minalaney kêşî ptryan heye zyatr kêşey tendrustî û derûnyan têda bedî dekrêt we selmênrawe eu minalaney qelewn boyan debête metrsî û hokarî kuşnde le temenî pêgeyştuuyyanda. Nexoşye bawe têbînî krawekan le kesanî qelewda brîtîn le derde şekre، nexoşyekanî dl، kobûnewey çewrî leser cger، berheng û çendîn nexoşî tr

grngî sertaserî cîhanîye ke
be şêwekî berçaw le berz
.bûnewedaye
Be pêy tomarekanî rêkxrawî
٤١ tendrustî cîhanî، nzîkey
mlyon minal le xwar temenî
salîyewe le sertaserî cîhan ٥
.qelewn yaxud kêşî ptryan heye
Qelewî/kêşî ptr: eu bareye ke
çewrîye şaney ptru napêwîst le
leşî mrovda ko debêtewe
Qelewî û kêşî ptr hokarn bo

قەڵەوی&بەرهەنگ

ڕێژەی مەترسی بەرهەنگ لە کەسانی
قەڵەودا بەرزترە بە بەراورد لەکەسانی تر)
کەسانی کێش ئاسایی(، ڕووداني بەرهەنگ
بەهۆی سۆی ڕێڕەوی هەناسەوەیە کە ئەم
کرداره‌لە کەسانی قەڵەودا پتر بەدی دەکرێ
وەک لەکەسانی ئاسایی.

گوێیە سۆی ناوەڕاست) درێژخایەن(کە بریتیە لە سۆیە گۆڕان لە ئێسکی پشت گوێ

هەرچەندە پەرەسەندنی گوێیە سۆی ناوەڕاست لە باری کتوپڕەوە بۆ درێژخایەن هێشتا ڕوون نیە.

Qelewî w kêşekanî qurg w gwê wlût le minalanda

Xanme dktor Geşbîn Xalîd
pzîşkî balay ne xoşîyekanî qurg wlût û gwê

Qelewî le minalanda kêşeyekî

pîşandanî peywendî nêwan soy gedew qelewî şkstyan hênawe ، herçende şîkarî wrdî twêjînewe derîexat rêjey ١٨ berzî qelewî lew kesanedaye ke tûşbuuy bektryaî geden، be gştîî hokarî serekî bo qelewî brîtye le gorankarî le şêwazî jyanda ، lekatî kembûnewey çalakî rojane rêjey çewrî û karbohaydreyt le leşî mrov zyad ekat û ebête hoy .qelewî

بەڵام بە پێی توێژینەوەکان لە منداڵانی تووشبووی گوێیە سۆی ناوەڕاست دەرکەوت ئەو منداڵانەی قەڵەون و تووشبوون ڕێژەیان زۆترە لە منداڵانی کێش ئاسایی تووشبوو.

قەڵەوی و میکرۆبی ئێچ پایلۆری گەدە

دکتۆرئاسۆ سعید
پزیشکی باڵای نەشتەرگەری گشتی

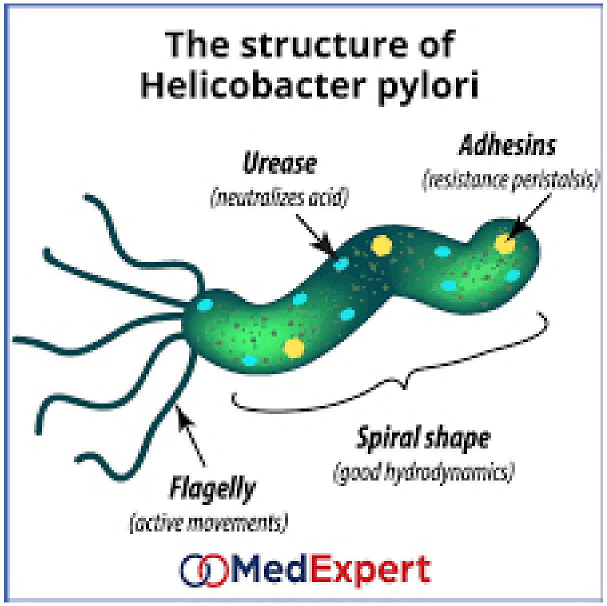
به گشتیی ڕێژەی تووش بوون به بەکتریای گەدە بریتییه له ٥٣.٩٪ ، ڕێژەکه بەهەمان شێوەیه له وڵاتانی تری ئاسیا وەک یابان و تایوان ، کەمتر لەوە له وڵاتەکانی ئەورووپاو باشووری ئەمەریکا وە زۆرتر لەو ڕێژه له وڵاتەکانی باکوری ئەمەریکا و ئوسترالیا ،
ئەم نارێکییه لەوانەیه پەیوەندی به

lenawbrdnî bektryaî gede ebêtehoy kembûnewey hormonî lêptîn em kembûneweyeş .ebêtehoy qelewî

karîgerî bektryaî gede leser hormonî grêlîn û lêptîn berûnî ewe derexat ke bektryake djî qelewbûne ، kembûnewey soy nawpoşî gede ebêtehoy zyadbûnî arezuuy xwardn ، wlêreşewe qelewî twêjînewe drminasîyekan le

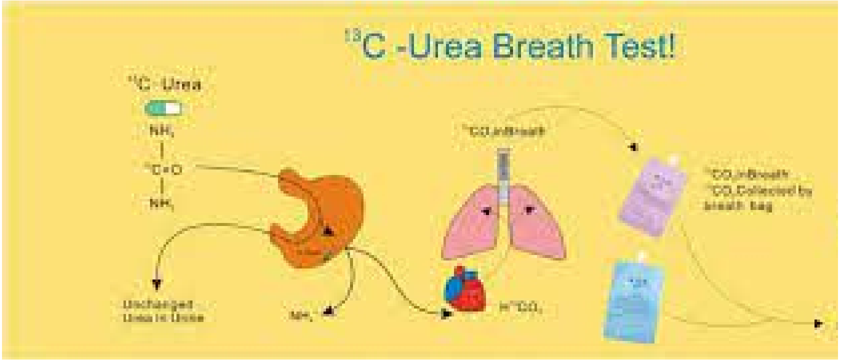
.yorya le henaseda pozetîv bn

hendêk twêjînewe derîxstuwe lenawbrdnî bektryaî gede peywendî be têkçûnî zîndeçalakî û qelewîyewe heye ، yekêk lew twêjînewane derîxstuwe lenawbrdnî bektryaî gede ebêtehoy derdanî zyatrî hormonî grêlîn lelayen gedewe ke emeş ebêtehoy zorbûnî arezuuy xwardn û qelewî، lêkdaneweyekî tr eweye



کەم وەرگرتنی نموونە یان جیاوازی دیاریکردنی شیکارییەوە هەبێت ، ڕێگەی جیاواز بۆ دەستنیشان کردنی بەکتریای گەدە بەکار هاتووە , سیرەمزانی کە کەمترین ڕێژەی ڕاستی هەیە لە دیاریکردنی نەخۆشییەکەدا تەنیا ٨٠٪ بۆ ٨٤٪ وردوو هەستیارە و تەنیا بۆ دڵنیابوون لە نەبوونی بەکتریای گەدە

بەکار دێت ،
لە کاتێکدا شیکاری یوریا لە هەناسەدا
وردو هەستیارترە بە ڕێژەی ٪٩٥ بۆ ٪١٠٠
لە دیاریکردنی نەخۆشیەکە،



heye le dyarîkrdnî nexoşîyekeda
wrdû hestyare ٪٨٤ bo ٪٨٠ tenya
û tenya bo dlnyabûn le nebûnî
bektryaî gede
bekar dêt ، le katêkda şîkarî
yurya le henaseda wrdu
bo ٪٩٥ hestyartre be rêjey
le dyarîkrdnî nexoşyeke، ٪١٠٠
leberewe pêş bekarhênanî
derman pêwîstman be
dyarîkrdnêkî rast û drust heye û
pêwîste herdû pşknînî sêrolocî û

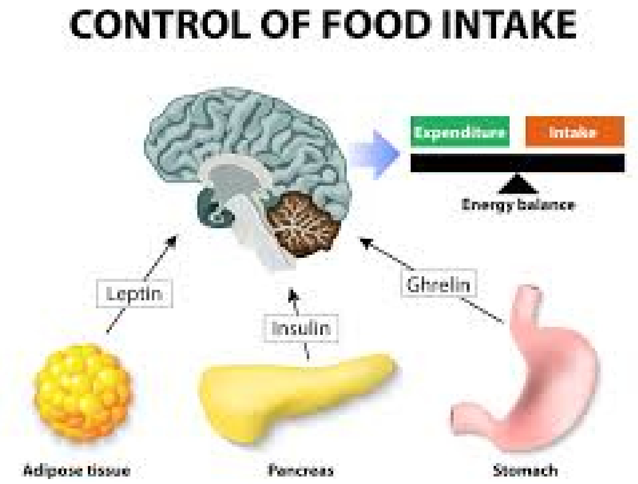
û taywan ، kemtr lewe le wlatekanî eurupaw başûrî emerîka we zortr lew rêje le wlatekanî bakurî emerîka û ustralya

em narêkîye lewaneye peywendî be kem wergrtnî nmûne yan cyawazî dyarîkrdnî şîkarîyewe hebêt ، rêgey cyawaz bo destnîşan krdnî bektryaî gede bekar hatuwe , sîremzanî ke kemtrîn rêjey rastî

لەبەرئەوە پێش بەکارهێنانی دەرمان پێویستمان بە دیاریکردنێکی ڕاست و دروست هەیە و پێویستە هەردوو پشکنینی سێرۆلۆجی و یۆریا لە هەناسەدا پۆزەتیڤ بن.

هەندێک توێژینەوە دەریخستووە لەناوبردنی بەکتریای گەدە پەیوەندی بە تێکچوونی زیندەچالاکی و قەڵەوییەوە هەیە ، یەکێک لەو توێژینەوانە

دەریخستووە لەناوبردنی بەکتریای گەدە
ئەبێتەهۆی دەردانی زیاتری



هۆرمۆنی گریلین لەلایەن گەدەوە کە
ئەمەش ئەبێتەهۆی زۆربوونی ئارەزووی
خواردن و قەڵەوی، لێکدانەوەیەکی
تر ئەوەیە لەناوبردنی بەکتریای گەدە
ئەبێتەهۆی کەمبوونەوەی هۆرمۆنی لێپتین
ئەم کەمبوونەوەیەش ئەبێتەهۆی قەڵەوی

qelewî w mîkrobî êç paylorî gede

Dktor aso sîd
pzîşkî balay neştergerî gştî

be gştîî rêjey tûş bûn be ٪٥٣,٩ bektryaî gede brîtîye le rêjeke be heman şêweye le wlatanî trî asya wek yaban

كاريگەری بەكتريای گەدە لەسەر

هۆرمۆنی گرێلين و لێپتين بەڕوونی ئەوە دەرئەخات كە بەكترياكە دژی قەڵەوبوونە ، كەمبوونەوەی سۆی ناوپۆشی گەدە ئەبێتەهۆی زيادبوونی ئارەزووی خواردن ولێرەشەوە قەڵەوی ،

توێژينەوە درمناسييەكان لە پيشاندانی

پەيوەندی نێوان سۆی گەدەو قەڵەوی شكستيان هێناوە ، هەرچەندە شيكاری وردی ١٨ توێژينەوە دەريئەخات ڕێژەی بەرزی قەڵەوی لەو كەسانەدايە كە تووشبووی بەكتريای گەدەن،

بە گشتيی هۆكاری سەرەكی بۆ قەڵەوی بريتيە لە گۆڕانكاری لە شێوازی ژياندا ، لەكاتی كەمبوونەوەی چالاكی ڕۆژانە ڕێژەی چەوری و كاربۆهايدرەيت لە لەشی مرۆڤ زياد ئەكات و ئەبێتە هۆی قەڵەوی.

١

١