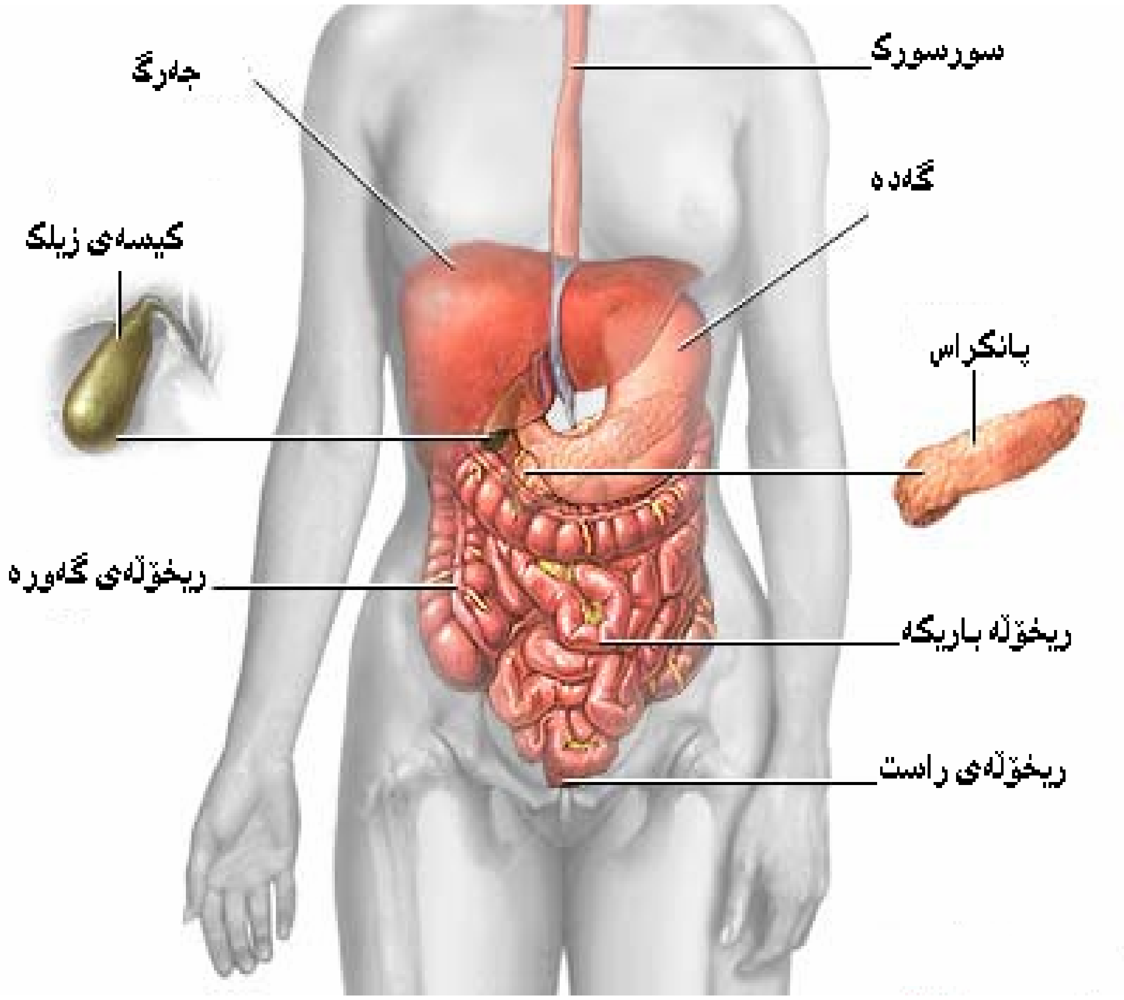
پزیشکی
بە زمانێکی سادە

دوکتور کامران ئەمین ئاوە

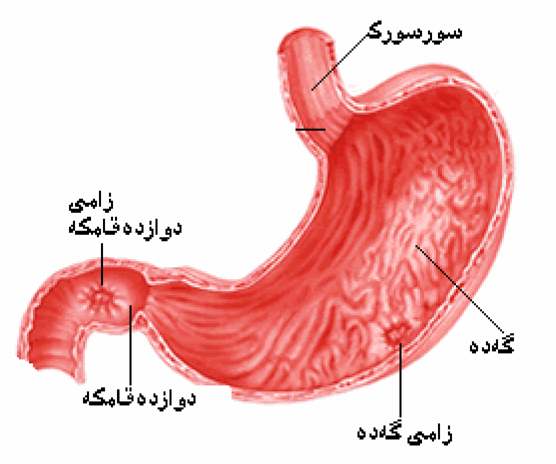
فەسڵی 1

نەخۆشیەکانی دەزگای هاڕین



بەشی 1

ئوولسێر(زام – برین)



مەبەست لە ئوولسێر(ulcer) چیە؟
مەبەست لە ئوولسێر، برینی دەزگای هاڕینە (گەواریش). دەزگای هاڕین (گەواریش) بریتیە لە دەم، گەرو، سورسورک(مری)، گەدە، دوازدەقامکە(بەشی سەرەتایی ریخۆڵە باریکە)، ریخۆڵە باریکە و ریخۆڵەی گەورە.

هۆیەکانی پێکهاتنی برین چین؟
باکترییەک بە ناوی هلیکۆباکتر پیلۆری هۆی سەرەکی برینی گەدە و دوازدەقامکەیە، بەڵام هۆکارەکانی تر بریتین لە: زیدە بوونی ئەسیدی گەدە، سترێس، هاتنەخواری هێزی بەرگری تۆێخی ناوپۆشی گەدە و ریخۆڵە پاش بەکارهێنانی دەواگەلێک وەک ئاسپرین، ئیبۆپرۆڤن و دیکلۆفیناک.

نیشانەکانی زامی دەزگای هاڕین چین؟

ـ ئێش :
سەرهەڵدانی ئێش 1 تا 2 سەعات دوای نان خواردن، ئێش بە برسێتی بە تایبەت لە شەودا و هێدی بوونی ئێش پاش نان خواردن نیشانەی زامی دوازدەقامکەیە.

سەرهەڵدانی ئێش لەکات یا بەدوای نان خواردندا لەوە دەچێ نیشانەی زامی گەدە بێ.

ـ هەست بە پڕ بوونی گەدە کردن، دڵتێکەڵهاتن، رشانەوە، باکردنی زگ و جاروبار کزبوون.

دوکتور بۆ دەسنیشان کردنی ئەم نەخۆشیە چی دەکا؟
دوکتور سەبارەت بە نیشانەکانی ئەم نەخۆشیە پرسیار دەکا، دوای مەعاینە، لەوە دەچێ پێش بەکارهێنانی هەر چەشنە ئازمایشێک ، دەرمان بۆ عیلاجی زام بنووسێ. ئەگەر پاش ماوەیەک ئێش و نیشانەکانی تری زام هەر بەردەوام مایەوە، دوکتوری پسپۆر بە یارمەتی دەزگایەک بە ناوی ئیندۆسکۆپ (ژووربین) تەماشای گەرو، گەدە و بەشی سەرەوەی ریخۆڵە باریکە دەکا و تەنانەت بۆ دەسنیشانکردنی هلیکۆباکترنموونەبەرداریش(بیۆپسی) لێ دەکا. ئەمڕۆ بە یارمەتی ئازمایشی خوێن یا هەناسە(نەفەس) دەکرێ ئەم باکتریە دەسنیشان کرێ.

ئاڵۆزیەکان و مەترسی ئەم نەخۆشیە چین؟
لەم نەخۆشانەدا مەترسی خوێن رێژی، کوونبوونی دیواری گەدە و دوازدەقامکە، بەرتەسک بوونی رێگای نێوان سورسورک(مری) و گەدە یا گەدەو دوازدەقامکە هەیە. رشانەوەی خوێن، رشانەوەی خواردەمەنی کە چەند سەعات یا چەند رۆژ پێش خواردراوە، رەش بوونی پیسایی، ئێشی کوتوپڕ کە جارو بار بەرەو پشت تەشنە دەکا، سەرگێژە و هەست بە لەرز و سارد بوونی لەش کردن نیشانەی ئاڵۆز بوونی (وەخیم بوونی) ئەم نەخۆشیەیە .

ئەم نەخۆشیە چۆن چارە دەکرەێ؟
بۆ چارە کردنی ئەم نەخۆشیە لە دەرمان و هەروەها نەشتەرگەری کەڵک وەردەگیرێ.

بەشی 2

گاستریت

مەبەست لە گاستریت (gastritis)چیە؟
بە هەوی تۆێخی ناوپۆشی گەدە گاستریت دەکوترێ.

هۆیەکانی گاستریت چین؟
هۆیەکانی گاستریتی کوتوپڕ بریتین لە: خواردنەوەی لە رادەبەدەری ئەلکول، مەسرەفی دەرمانگەلێک وەک ئاسپرین و دیکلۆفێناک، سترێس بە شووین تراوما (ئازار)، سووتان و شۆک، و هەروەها باکتریەک بە ناوی هلیکۆباکترپیلۆری.
بەشێک لە هۆکارەکانی گاستریتی درێژخایەن بریتین لە:هلیکۆباکترپیلۆری، پێک هاتنی ئانتی بادی دژ بە بەشێک لە سیلولەکانی گەدە کە دەبێتە هۆی کەم خوێنی (بە هۆی نەبوونی ویتامین ب 12)، گەرانەوەی نائاسایی زیلک بۆ ناو گەدە.
ئانتی بادی ماددێکی تایبەتمەندی پرۆتێینیە کە بە شوێن بزواندنی ماددێکی دەرەکی(ئانتی ژێن) پێکدێ و رۆڵی بەرگری بۆ لەش هەیە. بەڵام لە نەخۆشیەکانی خۆ ئیمەنی ئەم ماددەیە بە پێچەوانە، دژ بە سیلولەکانی ئاسایی لەش پێکدێ و رۆلێکی نگاتیف دەگێڕێ.
نیشانەکانی گاستریت چین؟
لە گاستریتی کوتوپڕ نیشانەگەلێک وەک: دڵتێکەڵهاتن، رشانەوە، بێ ئیشتیایی، هەست بە گوشار و قورسایی لە بەشی سەرەوەی زگ دەبیندرێ.
گاستریتی درێژخایەن زۆر جار نیشانەیکی تایبەتی نییە، بەڵام جار وبار نەخۆش هەست بە ئێش لە بەشی سەرەوەی زگ، دڵتێکەڵهاتن، باکردنی زگ یا قورسایی و پڕ بوونی گەدە و دڵەکزە دەکەن.

دوکتور بۆ دەسنیشان کردنی ئەم نەخۆشیە چی دەکا؟

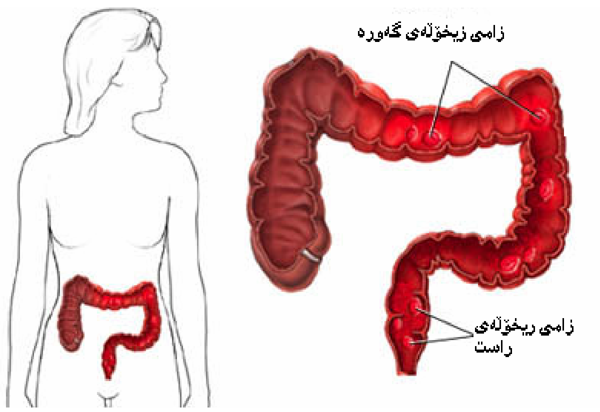
بۆ دەسنیشانکردنی ئەم نەخۆشیە بە یارمەتی دەزگایەک بە ناوی ئیندۆسکۆپ (ژووربین) تەماشای گەرو، گەدە ودوازدەقامکە دەکرێ و لەوە دەچێ بۆ ئاگاداری لە بوون یا نەبوونی هلیکۆباکترنموونەبەرداریش(بیۆپسی) لێ بکردرێ. ئەمڕۆ بە یارمەتی ئازمایشی خوێن یا هەناسە(نەفەس) دەکرێ ئەم باکتریە دەسنیشان کرێ.

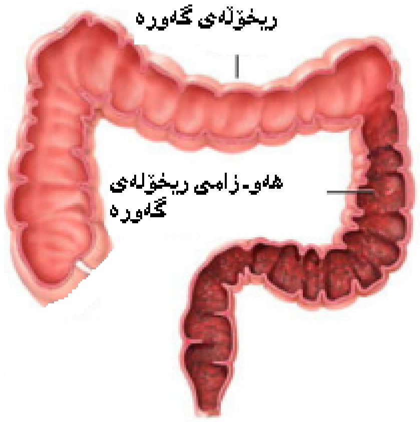
ئەم نەخۆشیە چۆن چارە دەکرەێ؟

بۆ چارە کردنی ئەم نەخوشیە لە دەرمان و هەروەها ڕژیمی خواردن کەڵک وەردەگیرێ.

بەشی3

هەو و زامی ریخۆڵەی گەورە

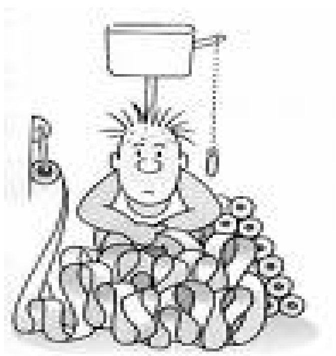




هەو و زامی ریخۆڵەی گەورە (ئوولسێراتیو کۆلیتیسUlcerative Colitis) چیە؟
نەخۆشیەکی درێژخایەن کە هۆی سوور بوون و وەرەمی ریخۆڵەی گەورە(colon) بە تایبەت لە بەشی ریخۆڵەی راستدایە (rectum) ئەم حاڵەتە دەتوانێ لە چەنە حەوتوو تا چەند سال درەێژەی بێ.

هۆیەکانی ئەم نە خۆشیە چین؟
هۆیەکانی ئەم نەخۆشیە نەناسراون.

نیشانەکانی ئەم نەخۆشیە چین؟



لە زۆربەی نەخۆشەکاندا زگ ئێشە، سکەشۆرەی خوێنی تا 30 جار لە رۆژ بۆ ماوەی چەند حەوتوو تا چەندین مانگ دەبیندرێ. بەشێک لە نەخۆشەکان تووشی ئێشی جومگەکان دەبن.

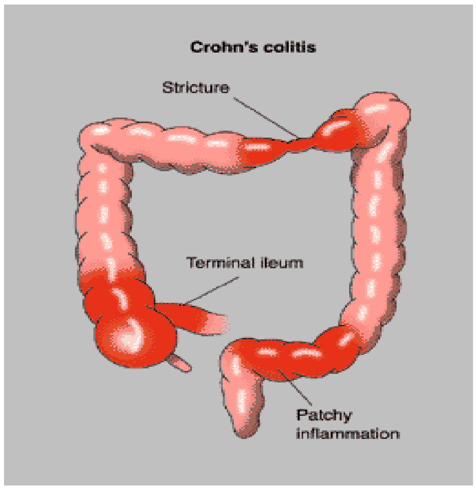
دوکتور بۆ دەسنیشان کردنی ئەم نەخۆشیە چی دەکا؟
دوکتور سەبارەت بە نیشانەکانی ئەم نەخۆشیە پرسیار دەکا، دوای مەعاینەی لەش پیسایی نەخۆش بۆ ئازمایش دەنێرێ. عەکسبەرداری لە ریخۆڵەکان دەکرێ و هەروەها دوکتوری پسپۆربە یارمەتی دەزگایەک بە ناوی کۆلۆسکۆپ(ریخۆڵەبین) لە رێگای کۆمەوە بە دوای تەماشای ریخوڵەی گەورە نموونەبەرداریشی(بیۆپسی) لێ دەکا.

ئاڵۆزیەکان و مەترسی ئەم نەخۆشیە چین؟
نەخۆش بە شوێن ئەم نەخۆشیەدا دەتوانێ تووشی خوێن رێژی، والابوونی ریخۆڵەی گەورە، کوونبوونی ریخۆڵە و تەنانەت شێرپەنجەی ریخۆڵە بێ.

ئەم نەخۆشیە چۆن چارە دەکرێ؟
بۆ چارە کردنی ئەم نەخوشیە لە دەرمان و هەروەها نەشتەرگەری کەڵک وەردەگیرێ.

بەشی4

نەخۆشی کرۆن



نەخۆشی کرۆن (Crohn's disease) چیە؟
نەخۆشیەکی درێژخایەنی ریخۆڵە بە تایبەت لە بەشی خوارەوەی ریخۆلەی باریکە(Terminal ileum). ئەم نەخۆشیە دەتوانێ تەواوی دەزگای هاڕین لە دمەوە تا کۆم تووشی ئازار و برین بکا.

هۆیەکانی ئەم نە خۆشیە چین و چ کەسانەێک زۆرتر تووشی ئەم نەخۆشیە دەبن؟
هۆیەکانی ئەم نەخۆشیە نەناسراون. هەرکەس دەتوانێ تووشی ئەم نەخۆشیە ببێ بەڵام لە ژنان، سپی پێستان و جوولەکەکان زۆرتر دەبیندرێ.

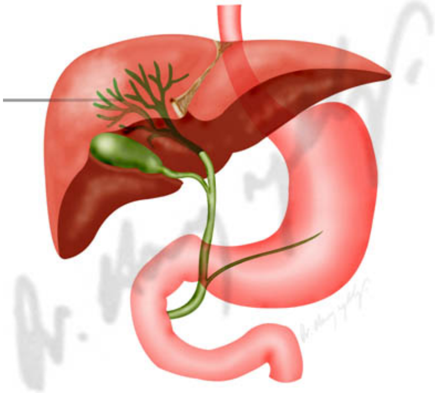
نیشانەکانی ئەم نەخۆشیە چین؟
نیشانەکانی ئەم نەخۆشیە بریتین لە: قۆلنج و ئێشی گەدە و بەشی سەرەوەی راستی زگ، سکەشۆرە، بوونی خوێن لە پیساییدا، هاتنەخوارێی قورسایی لەش، ئێشی جومگەکان و ماندوویی.
ئەم نەخۆشانە دەتوانن تووشی ئازاری چاو، پێست، کەم خوێنی، بەردی گورچیلە و کیسەی زیلک (زراو) بن.

دوکتور بۆ دەسنیشان کردنی ئەم نەخۆشیە چی دەکا؟
دوکتور سەبارەت بە نیشانەکانی ئەم نەخۆشیە پرسیار دەکا، دوای مەعاینەی لەش، خوێن و پیسایی نەخۆش بۆ ئازمایش دەنێرێ. عەکسبەرداری لە ریخۆڵەکان دەکرێ و هەروەها بە یارمەتی دەزگایەک بە ناوی ئیندۆسکۆپ (ژووربین) تەماشای گەرو، گەدە و بەشی سەرەوەی ریخۆڵە باریکە، و بە یارمەتی کۆلۆسکۆپ(ریخۆڵەبین) تەماشای ریخوڵەی گەورە دەکرێ و نموونەبەرداریشی(بیۆپسی) لێ دەکەن.

ئاڵۆزیەکان و مەترسی ئەم نەخۆشیە چین؟
ئەم نەخۆشیە دەتوانێ ببێتە هۆی پێکهاتنی فیستوول(fistul رێگایەکی نائاسایی لە نێوان دوو ئەندامدا)، ئابسە(abscess:کۆبوونەوەی چڵک)، تەسک بوون و گیرانی ریخۆڵە، شێرپەنجە و هەروەها کوونبوونی ریخۆڵە و هەوی ئەو تۆیخەی کە دیواری زگ و چاڵی دیزەڵە (لەگەن) دادەپۆشێ(peritonitis).

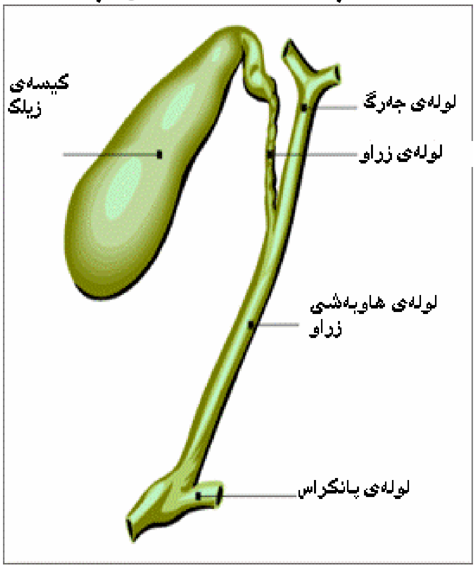
ئەم نەخۆشیە چۆن چارە دەکرێ؟
بۆ چارە کردنی ئەم نەخوشیە لە دەرمان و هەروەها نەشتەرگەری کەڵک وەردەگیرێ.

5. هەو یان کیسەی زیلک (Cholecystitis)



کیسەی زیلک چیە؟

کیسەی زیلک تورەکەیەکە بە درێژایی 12 - 10سانتیمیتر و پانایی 2.5 سانتیمیتر کە لە ژێر جەرگدایە. تراوی زیلک دوای بەرهەم هاتن لە جەرگدا، لە رێگای لولەیەک بە ناوی لولەی هێپاتیک (جەرگ) hepatic duct رەوانەی کیسەی زراو دەکرێ تا دوای ئەنبار بوونی، لە کاتی پێویستدا لە رێگای لولەی زراوە رەوانەی دوازدەقامکە (بەشی سەرەتایی ریخۆڵە باریکە) کرێ و لە پرۆسەی هارێنی چەوریدا بەشداری بکا.



هۆیەکانی هەوی کیسەی زیلک چین؟

لەوە دەچێ بەسرانی رێگای زراوبەر و پونگاوی زراو لە کیسەی زیلکدا هۆی هەوی ئەم ئەندامە بێ. بەردی کیسەی زراو، بەردی رێگای زراوبەر، تومۆری پانکراس و بوونی کرمی ئێسکاریس لەم رێگایەدا هۆی بەسران و تەسک بوونی رێگای رۆیینی زراو بەرەو ریخۆڵەی باریکەیە.

نیشانەکانی هەوی کیسەی زیلک چین ؟

نیشانەکانی هەوی کیسەی زیلک بریتین لە: ئێش لە بەشی سەرەوەی راستی زگ و تەشەنەکردنی بەرەو دەفەی شانی راست بە تایبەت دوای پشوویەکی درێژدا، وەژان هاتنەوەی گەدە واتە سک چەند سەعات دوای نان خواردن، یاو(تەب)، لەرز، زەردوویی، دڵتێکەڵهاتن، رشانەوە، باکردنی زگ و جار و بار خوورینی(ئاڵۆش) ی لەش.

دوکتور بۆ دەسنیشانکردنی ئەم نەخۆشیە چی دەکا؟

بو دەسنشانکردنی ئەم نەخۆشیە دوکتور دوای مەعاینەی(تێروانین)ی لەش، خوێنی نەخۆش بۆ تاقیکردنەوە دەنێرێ. لەم تاقیکردنەوەدا لەوە دەچێ رادەی خڕۆکە سپیەکانی خۆێن و ئانزیمەکانی جەرگ زیاد بکەن. دوکتوری پسپۆربە یارمەتی دەزگای سۆنۆگرافی تەماشای کیسەی زیلک دەکا، ئەستوور بوونی دیواری کیسەی زیلک نیشانەی هەوی ئەم ئەندامەیە.

ئاڵۆزیەکان و مەترسی ئەم نەخۆشیە چین؟

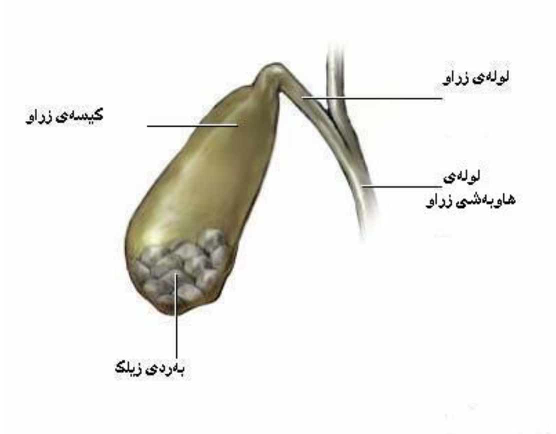
ئەم نەخۆشیە دەتوانێ ببێتە هۆی کوونبوونی کیسەی زیلک و پێکهاتنی ئابسە(abscess:ئاوسان، کۆبوونەوەی چڵک) لە دەوری ئەم ئەندامە و هەروەها جەرگ و ناو زگدا، پێکهاتنی فیستوول(fistul رێگایەکی نائاسایی لە نێوان دوو ئەندامدا) لە نێوان کیسەی زیلک و ئەندامەکانی دەوروبەری وەک دوازدەقامکە و هەرەوها هەوی عوفوونی (چڵکی - کێم و زوخ) کیسەی زیلک بە تایبەت لە ئەو کەسانەی کە نەخۆشی شەکریان هەیە. هەوی درێژخایەنی کیسەی زیلک رادەی مەترسی شێرپەنجەی ئەم ئەندامە زیاد دەکا.

ئەم نەخۆشیە چۆن چارە دەکرێ؟

بۆ چارە کردنی ئەم نەخوشیە لە دەرمان و هەروەها نەشتەرگەری کەڵک وەردەگیرێ.

.

6. بەردی زراو(gallstone)



بەردی زیلک چیە و چۆن دروست دەبێ؟

بەردی زراو ئاکامی وشک و رەق بوونی بەشێک لە تراوی زیلکە. تراوی زیلک ماددەگەلێک وەک: ئاو، کۆلسترۆڵ، چەوری، خوێ زراو، پرۆتێین و بیلیرووبین لە وەخۆی دەگرێ، لەوە دەچێ زۆربوونی لە رادە بەدەری ئەم ماددەیانە هۆی پێکهاتنی بەردی زراو بێ.

ئەرکی خوێ زراو لێک کردنەوەێ چەوریە، بیلیرووبین سەرچاوەی زەردا و قاوەیی بوونی پیساییە.

هۆکارەکانی بەردی زیلک چین؟

فاکتۆرەکانی بەردی زراو بریتین لە:

- قەڵەوی (زۆر بوونی لە رادە بەدەری چەوری لەش)(fat)
- جنسی مێیینە (لە ژناندا بەردی زیلک 2 جار زۆرتر لە پیاواندا دەبیندرێ)(female)
- تەمەن (دوای 40 ساڵەگی مەترسی ئەم نەخۆشیە زیاترە)(forty)
- بنەماڵەیی یا میراتی(family)
- سپی (بلۆند) بووون(fair)
- ئاوسی(fertile)

نیشانەکانی بەردی زیلک چین؟

قۆلنجی زیلک: رۆیین و جێگۆڕینی بەردی زیلک دەتوانی ببێتە هۆی بەسرانی رێگای زراو و زیدەبوونی گوشاری ناو زیلک. ئەم حالەتە بە تایبەت دوای خواردنی چێشتی چەور دەبێتە هۆی پێکهاتنی ئێشێکی کوتوپڕ لە بەشی سەرەوەی راستی زگ و تەشەنەکردنی بەرەو ژێر دەفەی شانی راست، نێوان دوو دەفەی شان و پشت.

ئێش دەتوانی لە نیو سەعات تا چەند سەعات درێژەێ بێ. لە بەشێک لە نەخۆشەکاندا یاو(تەب)، لەرز، دڵتێکەڵهاتن، رشانەوە و جار و بار خووورینی(ئاڵۆش) لەش دربیندرێ.

دوکتور بۆ چار کردنی ئەم نەخۆشیە چی دەکا؟

بەردی کیسەی زیلک لە سۆنۆگرافیدا

بو دەسنشانکردنی ئەم نەخۆشیە دوکتور دوای مەعاینەی لەش، بە یارمەتی دەزگای سۆنۆگرافی تەماشای کیسەی زیلک دەکا. لەوە دەچێ لە تاقیکردنەوێ خوێنیش رادەی خڕۆکە سپیەکانی خۆێن و ئانزیمەکانی جەرگ زیاد بکا.

ئاڵۆزیەکان و مەترسی ئەم نەخۆشیە چین؟

- بەسرانی لولەی هاوبەشی زراوهۆی پێشگێری لە رۆیینی زراو بۆ ناو ریخۆلە باریکە و پێکهاتنی ئێشی زگ، زەردی پێست وسپێتیی چاوە.
- هەوی کوتوپری کیسەی زیلک و ئالۆزیەکانی.
- هەوی پانکریاس.
- شێرپەنجەی کیسەی زیلک

ئەم نەخۆشیە چۆن چارە دەکرێ؟

بۆ چارە کردنی ئەم نەخوشیە لە نەشتەرگەری کەڵک وەردەگیرێ.

بۆ پێشگیری لە پێکهاتنی بەردی زیلک دەبێ چ بکرێ؟

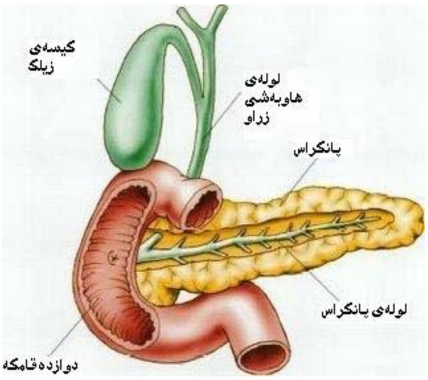
بۆ بەرگری لە پێکهاتنی بەردی زیلک ئەم خاڵانەی خوارێ دەبێ لە بەرچاو بگرێ:

- دابەزاندنی قورسایی لەش
- جووڵان و هەڵسووڕان و بە تایبەت وەرزشی بەردەوام
- کەم خواردنی چێشتی چەور

7. هەوی کوتوپری پانکراس

Acute pancreatitis

پانکراس چیە؟



لوی پانکراس (Pankreas) ئەندامێکە بە درێژایی 20 - 15 سانتیمیتر، پانایی 4 - 3 سانتیمیتر، ئەستورایی 3 - 2 سانتیمیتر و قورسایی 100 - 70 گرام. ئەم ئەندامە لە بەشی سەرەوەی زگ، لە نێوان گەدە، سپڵ و جەرگدایە.

کاری پانکراس چیە؟

کاری لوی پانکراس بریتیە لە :

1. دروست کردن و دەڵاندنی (ترشح)هۆرمۆنەکانی ئێنسولین، گلوکاگۆن، گاسترین و سۆماتۆستاتین بۆناو خوێن،
2. دروست کردن و دەڵاندنی ئانزیمەکانی ئامیلاز، لیپاز، تریپسینۆژن، کیمۆتریپسینۆژن بۆ ناو دوازدەقامکە.

ئانزیم	کارتێکەریی	هۆرمۆن	کارتێکەریی
ئامیلاز(amylase)	**بلاوە پێکردنی نشاستە**	**ئێنسولین (Insulin)**	**دابزاندنی شەکری خوێن**
لیپاز(lipase)	**بلاوە پێکردن (تجزیە)ی چەوری**	**گلوکاگۆن(glucagon)**	**زیدە کردنی شەکری خوێن**
تریپسینۆژن (trypsiogen)	**چەشنی ناکارایی تریپسین (تریپسین لە بلاوە پێکردنی پرۆتئێن بەشداری دەکا)**	**گاسترین (gastrin)**	**بزوێنەرە بۆ دەڵاندنی ئەسید گاستریک لە گەدە**
کیمۆتریپسینۆژن (chymotrypsinogen)	**بلاوە پێکردنی پرۆتئێن**	**سۆماتۆستاتین (somatostatin)**	**پێشگیری لە دروست بوون و دەڵاندنی ئینسولین وگلوکاگۆن لە پانکراس دەکا**

هۆیەکانی سەرەکی هەوی کوتوپڕی پانکراس
- بەردی زیلک
- خواردنەوەی لە رادەبەدەری ئەڵکۆل

نیشانەکانی هەوی پانکراس چین ؟
- ئێشی کوتوپڕ لە سەرەوەێ زگ و تەشەنە کردنی بەرەوە پشت
- دڵتێکەڵهاتن، رشانەوە، باکردنی زگ
- تەب (یاو)
- لە بەشێک لە نەخۆشەکاندا: دیهیدراسیون(کەمکردنی ئاوی لەش - dehydration)، خوێنرێژی، دابەزینی گوشاری خوێن، شۆک و مردن.

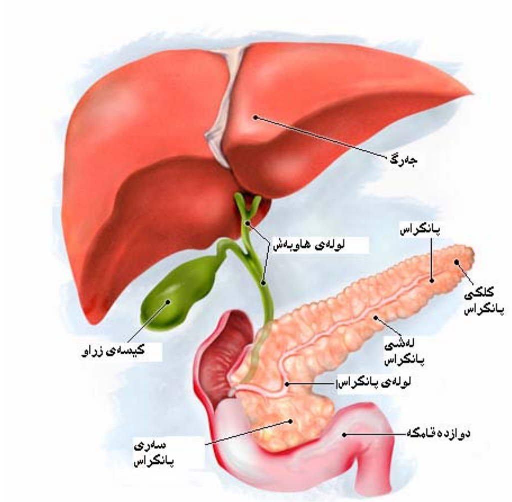
دوکتور بۆ دیاریکردنی (دەسنیشانکردنی) ئەم نەخۆشیە چی دەکا؟
بو دیاریکردنی ئەم نەخۆشیە دوکتور دوای مەعاینەی(تێروانین)ی لەش، خوێنی نەخۆش بۆ تاقیکردنەوە دەنێرێ بۆ تاقیگە. لەم تاقیکردنەوەدا لەوە دەچێ رادەی ئامیلاز و لیپاززیاد بکەن. دوکتوری پسپۆربە یارمەتی دەزگای سۆنۆگراڤی و کامپیوتر تۆمۆگرافی تەماشای پانکراس و ئالوگۆرەکانی ئەم ئەندامە دەکا.

ئاڵۆزیەکان و مەترسی ئەم نەخۆشیە چین؟

- گیروگرفتی سیی یەکان
- لە کارکەوتوویی کوتوپڕی گورچیلەکان
- خوێنرێژی
- هیپۆوالیمی (دابەزینی نائاسایی ئاوی لەش - hypovolemia) و شۆک
....

ئەم نەخۆشیە چۆن چارە دەکرەێ؟
- نەخۆش بۆ کۆنترۆڵی ئێش، دڵتێکەڵهاتن، رشانەوە و هاوسەنگی ئاو و ئەلێکترۆلیتەکانی (electrolyte) لەش لە نەخۆشخانەی رادەگرن.
- لە کاتی پێویستدا بۆ دەرهێنانی بەردی زیلک لە نەشتەرگەریی کەلک وەردەگرترێ.

8. هەوی درێژخایەنی پانکراس



هەوی درێژخایەنی پانکراس دەبێتە هۆی گۆڕانکاری بەردەوام و نەگەڕاوەی ساختومان و کاری ئەم ئەندامە.

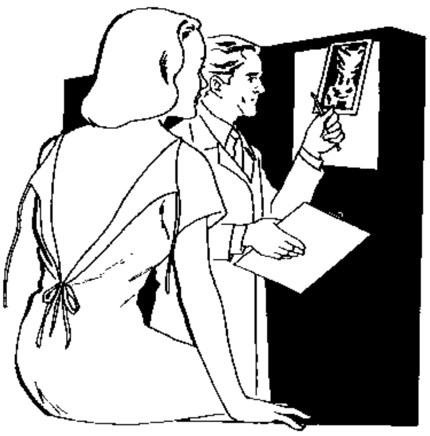
هۆیەکانی هەوی درێژخایەنی پانکراس چین؟
هۆیەکانی هەوی درێژخایەنی پانکراس بریتین لە:

- خواردنەوەی لە رادەبەدەری ئەڵکول
- بەسترانی لولەی پانکراس بە هۆی بەردی زراوەوە
- زێدە بوونی چەوری خوێن (هیپرلیپیدیمی)
- نەخۆشیەکانی خۆ ئیمەنی
- ئازار و تراومای پانکراس

نیشانەکانی هەوی درێژخایەنی پانکراس چین؟
- ئێش لە سەرەوەی زگ بۆ ماوەی چەند سەعات تا چەند رۆژ. ئێش بەرەو پشت تەشەنە دەکا و پاش
نان خواردن یا خواردنەوەی ئەڵکول خەراپتر دەبێ.
- پیسایی چەور (Steatorrhea): سگەشۆرێ وەکو ئاکامی لاسەنگی راکێشانی (جەذبی) چەوری لە ریخۆڵەدا و بۆنێکی توند، ناخۆش و نائاسایی پیسایی.

- کز بوون
- دڵتێکەڵاتن و رشانەوە

دوکتور بۆ دیاریکردنی (دەسنیشانکردنی) ئەم نەخۆشیە چی دەکا؟



بو دیاریکردنی ئەم نەخۆشیە دوکتور دوای تێروانینی لەش، خوێنی نەخۆش بۆ تاقیکردنەوە دەنێرێ بۆ تاقیگە. لەم تاقیکردنەوەدا لەوە دەچێ رادەی ئامیلاز و لیپاززیاد بکەن و رادەی تریپسینۆژن کەم بکا. دوکتوری پسپۆربە یارمەتی دەزگای سۆنۆگرافی و کامپیوتر تۆمۆگرافی و رۆنتگن (عەکسبەرداری) تەماشای پانکراس و ئالوگۆڕەکانی ئەم ئەندامە دەکا.

ئاڵۆزیەکان و مەترسی ئەم نەخۆشیە چین؟

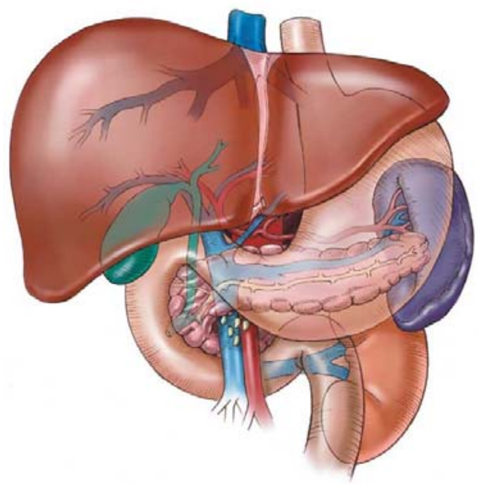
- بەسترانی رێگای ریخۆڵە باریکە
- لە کارکەوتنی کاری ئاسایی پانکراس (داماویی پانکراس)
- ئاوهێنانی نائاسایی ناو زگ (ئاسیت)
- دەڵەمەی خوێن لە خوێنهێنەرەکانی سپڵ (ئامبوولی)
- شۆک و مردن

....

ئەم نەخۆشیە چۆن چارە دەکرێ؟

- خواردنی چێشتی کەم چەوری
- خواردنی ویتامین (ئەوانەی کە لە چەوریدا دەتووێنەوە) و کالسیۆم
- ئینسولین بۆ کۆنترۆلی شەکری خوێن
- نەخواردنی ئەڵکول
- نەشتەرگەری بۆ دەرهێنانی بەردی زیلک و تومۆر

9
هێپاتیت (Hepatitis)



هێپاتیت چییە؟

بە هەوی جەرگ هێپاتیت دەکوترێ.

جۆرەکانی هێپاتیت کامەن؟

هێپاتیت بە هۆی دەست پێکردن و خایاندنی بە هێپاتیتی کوتوپر و درێژخایەن، و بە پێی هۆی پیکهێنەرەکانی بە چەشنی عوفوونی و ناعوفوونی دابەش دەکرێ.

جۆرەکانی هێپاتیتی عوفوونی کامانەن؟

هێپاتیتی عوفوونی بە پێی ئەو ویرووسانەی کە هۆی ئەم نەخۆشیەن بە چەشنەکانی خوواری دابەش دەکرێ:

جۆرەکان	هۆ	هۆی تووشبوون
هێپاتیتی A	ویرووسی هێپاتیت چەشنی A	ئاو و خواردەمەنی، دەستی پیس و ئالوودە
هێپاتیتی B	ویرووسی هێپاتیت چەشنی B	گوێزرانەوە بەهۆی خوێن، پێوەندی جنسی، لە دایک بۆ منداڵ، دەرزیی بە تایبەت لە نێو موعتادان دا
هێپاتیتی C	ویرووسی هێپاتیت چەشنی C	خوێن، گوێزرانەوە لە دایک بۆ منداڵ
هێپاتیتی D	ویرووسی هێپاتیت چەشنی D	وەک چەشنی B
هێپاتیتی E	ویرووسی هێپاتیت چەشنی E	وەک چەشنی A

چەشنەکانی هێپاتیتی ناعوفوونی کامانەن؟
چەشنەکانی هێپاتیتی ناعوفوونی بریتین لە:
- هێپاتیتی ئەڵکۆلی
- هێپاتیت بە هۆی دەوا و سەم، بۆ وەینە وەک کارتێکەری دەواگەلێک وەک تیتراسیکلین، دیکلوفیناک
- هێپاتیت وەک ئاکامی نەخۆشیەکانی تر، بۆ وێنە سارکۆئیدۆز(Sarcoidosis نەخۆشیەکی دریژخایەنی گشتیە (سیستێمیکە) کە هۆیەکانی نەناسراون. لە زۆربەی ئەندامەکانی لەش گرێی زۆر ورد بە ئەندازەی شەکر یا خیز دروست دەبێ کە پێان گرانۆلوم دەکوترێ.)

نیشانەکانی هێپاتیت چین؟

لە سەرەتادا نیشانەیەکی وەها لە زۆربەی نەخۆشەکاندا نابیندرێ. بەڵام نێشانەکانی خوارێ دەتوانێ وەبەر چاوو کەوێ:
- بێ حالیی، بێ ئیشتیایی، ئێشی جومکەکان، هەست بە ئێش و گوشار لە بەشی سەرەوەی زگ. لە بەشێک لە نەخۆشەکان زەردی پێست و سپیایی چاوو، خوورینی لەش(بە هۆی زۆربوونی ئەسیدی زیلک)، رەش بوونی میزو سپی بوونی پیسایی دەبیندرێ.

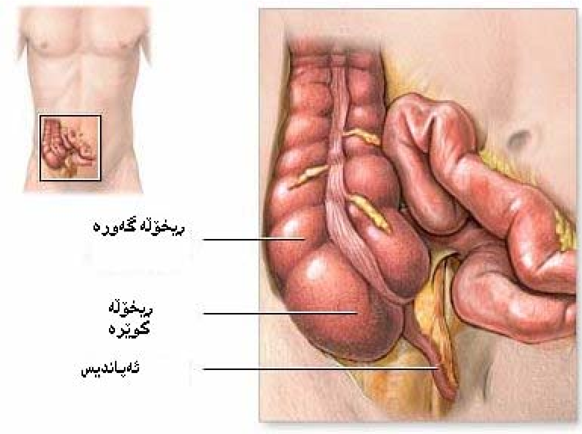
دوکتور بۆ دیاریکردنی ئەم نەخۆشیە چی دەکا؟
بو دیاریکردنی ئەم نەخۆشیە دوکتور دوای تێروانینی لەش، خوێنی نەخۆش بۆ تاقیکردنەو دەنێرێ. دوکتوری پسپۆربە یارمەتی دەزگای سۆنۆگرافی تەماشای جەرگ دەکا و هەر وەها نموونەبەرداریش(بیۆپسی) لە جەرگ دەکرێ.

ئاڵۆزیەکان و مەترسی ئەم نەخۆشیە چین؟
ئەم نەخۆشی‌یە بە تایبەت چەشنی درێژخایەنی عوفوونی هێپاتیت دەتوانێ ببێتە هۆی شێرپەنجەی جەرگ و لە کارکەوتنی کاری ئاسایی ئەم ئەندامە.

ئەم نەخۆشیە چۆن چارە دەکرێ؟
بۆ چارە کردنی ئەم نەخوشیە بە پێی هۆیەکانی لە دەرمان و هەر وەها رژیمی خۆراکیی، بە تایبەت وەلانانی خواردنەوەی ئەڵکۆڵدار کەڵک وەردەگیرێ.

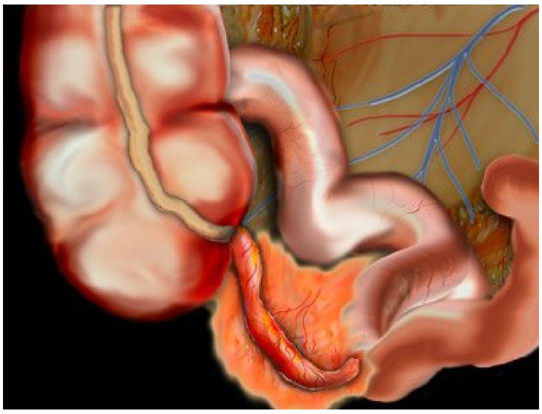
بەشی 10

ئەپاندیسیت (Appendicitis)



ئەپاندیسیت چیە؟
بە ئاوسان یا هەوی زێدە گۆشتی کلینچکەی ڕیخۆڵە کوێرە (ئەپاندیس - Appendix) ئەپاندیسیت (Appendicitis) دەکوترێ.

هۆیەکانی ئەپاندیسیت چیە؟



هەوی ئەپاندیس

تەسک بوون یا بەسترانی لولەی ئەپاندیس دەبێتە هۆی چالاک بوونی باکتریەکانی ناو ئەم ئەندامە و لە ئاکامدا چڵک کردن و هەوی ئەپاندیس.

نیشانەکانی ئەپاندیسیت چیە؟
- ئێش لە سەرەتادا لە ناوەراستی سەرەوەی زگ و پاش چەند سەعات لە بەشی راستی خوارەوەی زگ.

- دڵتێکەڵهاتن، رشانەوە
- یاو
- بێ ئیشتیاتی

دوکتور بۆ دیاریکردنی ئەم نەخۆشیە چی دەکا؟

بو دیاریکردنی ئەم نەخۆشیە دوکتور دوای تێروانینی لەش، خوێنی نەخۆش بۆ تاقیکردنەوە دەنێرێ وبە یارمەتی دەزگای سۆنۆگرافی تەماشای زگ دەکا. لەوە دەچێ رادەی خڕۆکە سپیەکانی خوێن زیاد بکا و لە کاتی سۆنۆگرافی، تراو لە ڕیخۆڵە کوێرەدا ببیندرەێ .

ئاڵۆزیەکان و مەترسی ئەم نەخۆشیە چین؟

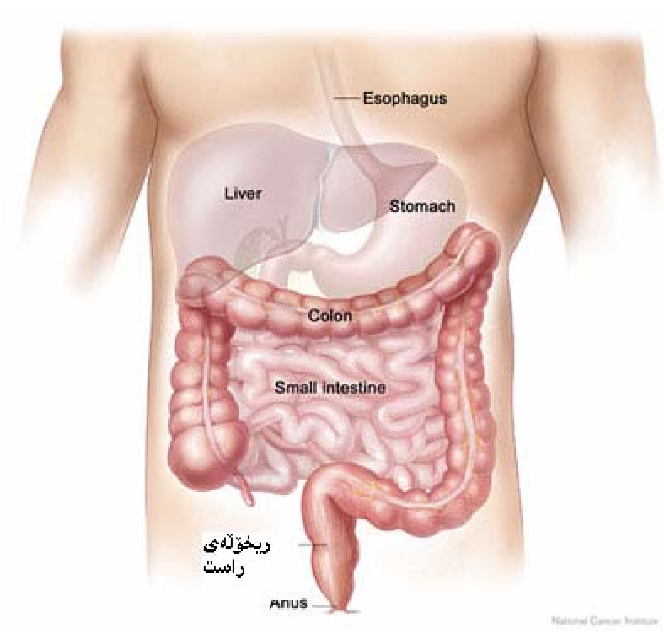
- کوون بوونی ڕیخۆڵە کوێرە و بڵاو بوونەوەی چڵک لە زگدا
- ئابسە - کوبوونەوەی چڵک
- هەوی ئەو تۆیخەی کە دیواری زگ و چاڵی دیزەڵە (لەگەن) دادەپۆشێ

ئەم نەخۆشیە چۆن چارە دەکرێ؟

بۆ چارە کردنی ئەم نەخوشیە لە نەشتەرگەری کەڵک وەردەگیرێ.

بەشی 11

شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی ڕاست
Rectal Carcinoma

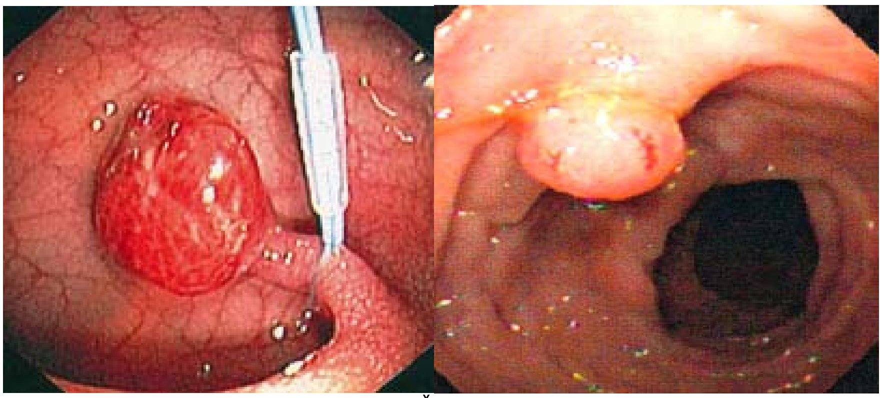


شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی ڕاست دووهەمین شێرپەنجەی بەرچاوو دوای شێرپەنجەی سییەکان لە پیاوان و شێرپەنجەی مەمک لە ژناندایە.

هۆیەکان و هۆکارەکانی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی ڕاست چین؟

هۆکارەکانی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی ڕاست بریتین لە:

- پۆلیپی بنەماڵەیی ڕیخۆڵەی گەورە



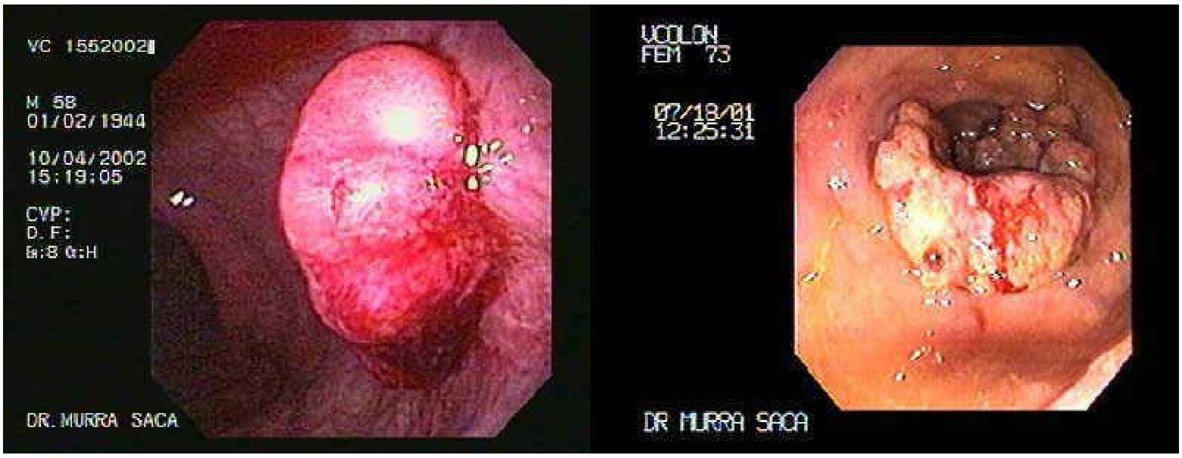
پۆلیپی ڕیخۆڵەی ڕاست

- هەو- زامی ڕیخۆڵە
- زۆر بوونی پرۆتێین و چەوریی حیوانیی لە خواردەمەنیدا،
- کەم بوونی سەوزی، میوە لە بەرنامەی خواردەمەنیدا
- جگەرە کێشان
- لە تەمەنی دوای 50 ساڵەگی ڕادەی مەترسی ئەم نەخۆشیە دەچێتە سەری

نشانەکانی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی ڕاست چین؟

- بوونی خوێن لە پیسایی دا
- گۆرانی کوتوپڕی عادەتی چوونە ئاودەست (جێگۆرکێی قەبزیی و سگ چوون)
- هەست کردن بە ماندوویی
- بێ ئیشتیاتی
- کزبوون
- ئاو هێنانی زگ
- زگ ئێشە
- کوون بوونی ڕیخۆڵە

دوکتور بۆ دیاریکردنی ئەم نەخۆشیە چی دەکا؟



دیتنی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی ڕاست بە یارمەتی کۆڵوسکۆپی

بو دیاریکردنی ئەم نەخۆشیە دوکتوری پسپور لە کۆڵوسکۆپی (ڕیخۆڵەبین) بۆ تەماشای ڕیخۆڵە و هەر وەها سۆنۆگراڤی، کامپیوتێر تۆمۆگرافی و عەکسبەرداری قەفەسەی سینگ بو دیاریکردنی شێرپەنجە و بڵاوبوونەوەی سەرەتان (مێتاستاز) لە ئەندامەکانی تری لەش کەلک وەردەگرێ. لە یەک لە سەرسێی نەخۆشەکاندا شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی ڕاست لە کاتی مەعاینە وەبەر قامکی دەست دەکەوێ. لە بەشیک لە نەخۆشەکاندا نیشانەکانی کەم خوێنی دەبیندرێ.

ئەم نەخۆشیە چۆن چارە دەکرێ؟

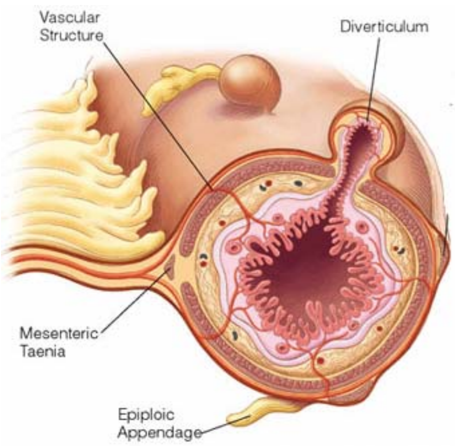
بۆ چارە سەرکردنی ئەم نەخۆشیە لە نەشتەرگەری کەڵک وەردەگیرێ.

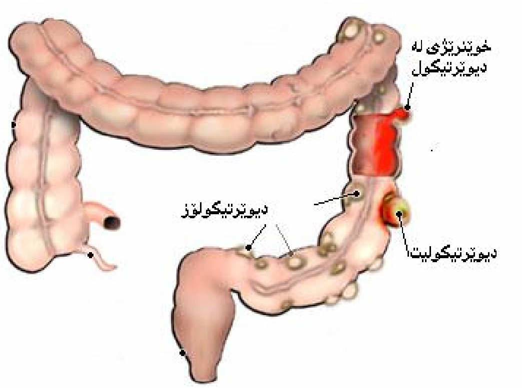
بەشی 12

دیوێرتیکول، دیوێرتیکولۆز و دیوێرتیکولیت
Diverticulum ،Diverticulosis and Diverticulitis

مەبەست لە دیوێرتیکول پێکهاتنی گیرفان یا تورەکەیەکی نائاسایی لە دیواری ئەندامێکی بۆش یا لە چەشنی لولەیە. ئەو کاتەی کە رادەی ئەم کیسانە لە چەند دانە زۆرتر بن، پێیان دەڵێن دیوێرتیکولۆز. بە هەوی ئەم کیسانە دیوێرتیکولیت دەکوترێ.

لە چ تەمەنێک و لە کام یەک لە ئەندامەکانی لەش مەترسی پێکهاتنی دیوێرتیکول زۆرترە؟





مەترسیی دروستبوونی دیوێرتیکول لە 40 سالییەوەیە. ئەم حالەتە لە سورسورک(مری) و ڕیخۆڵەدا زۆرتر دەبیندرێ.

هۆیەکانی دروستبوونی دیوێرتیکول چین؟

بەرز بوونی گوشاری نێو ئەم ئەندامانە هۆی سەرەکیی بۆ دروستبوونی دیوێرتیکولە. بۆ وێنە ڕەق بوونی پیسایی کە ئاکامی قەبزیی‌یەکی بەردەوامە لە هۆیەکانی سەرەکی پێکهاتنی دیوێرتیکولی ڕیخۆڵەیە.

نیشانەکانی دیوێرتیکولۆز چین؟

لە زۆربەی ئەوکەسانەدا کە دوچاری دیوێرتیکولۆز دەبن، نیشانەیەکی تایبەتی نابیندرێ، بەڵام جار و بار نیشانەگەڵێک وەک: قەبزیی، قوڵنج و باکردنی زگ دەبیندرێ.

نیشانەکانی دیوێرتیکولیتی ڕیخۆڵە چین؟

ئێش بە تایبەت لە بەشی چەپی خوارەوێ زگ نیشانەی سەرەکی هەوی دیوێرتیکولیتە. لە کاتی چڵککردنی دیوێرتیکولەکاندا نیشانەگەلێک وەک: یاو، دڵتێکەلهاتن، ڕشانەوە، لەرز و قەبزیی دەبیندرێن.

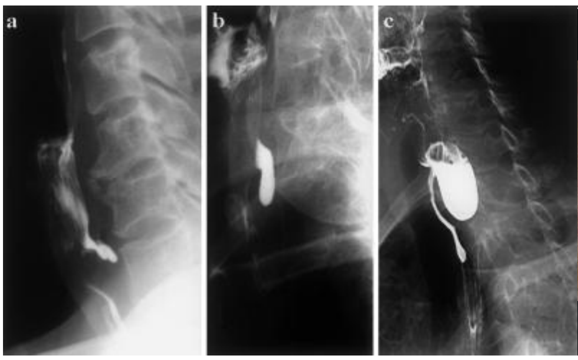
نیشانەکانی دیوێرتیکولیتی سورسورک چین؟

لەوە دەچێ قووت نەچوونی خواردەمەنی (دیسڤاگی - dysphagia)، ڕشانەوە یا گەڕانەوەێ چێشتی خواردراو بۆ ناو دم (ڕێگورگیتییشن - regurgitation)، بۆنی لە رادەبەدەر ناخۆشی دم بە هۆی مانەوەی خواردەمەنی هەزم نەکراو لە قوڵکایی دیوێرتیکلدا لە نیشانەکانی ئەم نەخۆشیە بن.

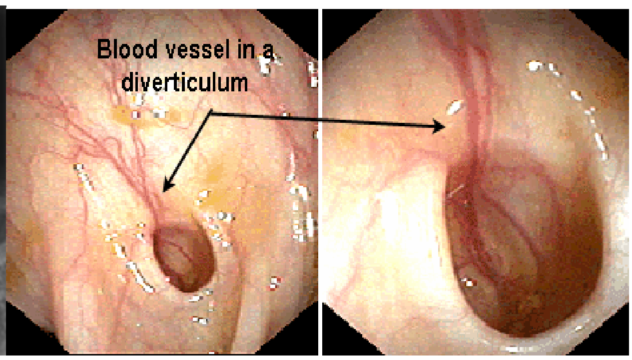
ئاڵۆزیەکان و مەترسی ئەم نەخۆشیە چین؟

لەم نەخۆشانەدا مەترسی خوینرێژی، چڵککردن، کوونبوونی ئەندام، پێکهاتنی ئابسە(abscess:کۆبوونەوەی چڵک) ، فیستوول(fistul ڕێگایەکی نائاسایی لە نێوان دوو ئەندامدا) هەیە.

دوکتور بۆ دیاریکردنی ئەم نەخۆشیە چی دەکا؟



دیوێرتیکولی سورسورک لە عەکسبەرداریدا



دیوێرتیکولی ڕیخۆڵە لە کۆلۆسکۆپیدا

بو دیاریکردنی ئەم نەخۆشیە دوکتور دوای تێروانینی لەش، خوێنی نەخۆش بۆ تاقیکردنەوە دەنێرێ بۆ تاقیگە ولە دەزگاکانی سۆنۆگرافی، کامپیوترتومۆگرافی، کۆلوسکۆپی (ڕیخۆڵەبین)، گاسترۆئندسکۆپی (گەدەبین، بۆ دیتنی سورسورک، گەدە و دوازدەقامکە) و وێنە گرتن کەڵک وەردەگری. لەوە دەچێ رادەی خڕۆکە سپیەکانی خوێن زیاد بکا.

ئەم نەخۆشیە چۆن چارە دەکرێ؟

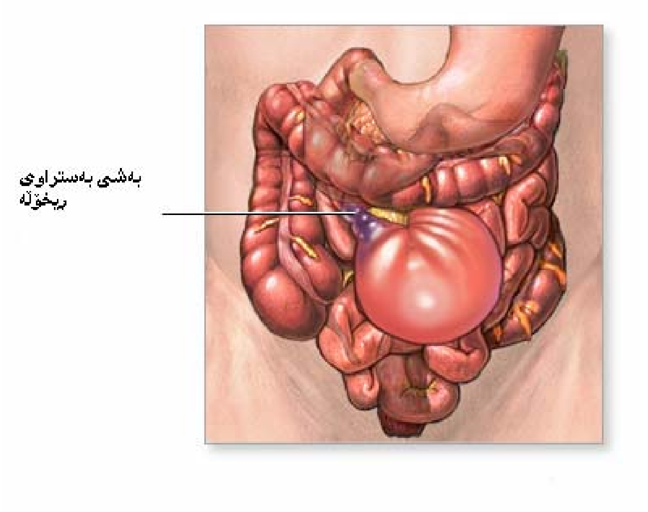
بۆ چارە کردنی ئەم نەخوشیە لە رژیمی خۆراکیی، ئانتی بیۆتیک و نەشتەرگەری کەڵک وەردەگیرێ.

بەشی 13

قەبزیی

مەبەست لە قەبزیی چییە؟
مەبەست لە قەبزیی حاڵەتی کارنەکردنی زگی کەسێەکە کە کەمتر لە سێ جار لە حەوتوویەکدا بۆ ئاودەست بچێ. لەم حاڵەتەدا پیسایی رەقە وحەرەکەتی ڕیخۆڵەکان کەم و نائاساییە. حەرەکەتی ڕیخۆڵەکان لە حاڵەتی ئاساییدا لە 3 جار لە رۆژ تا 3 جار لە حەوتوودایە.

هۆیەکانی قەبزیی کامانەن؟
بەشێک لە هۆیەکانی قەبزیی بریتین لە:
- ڕژیمی خواردن(نەخواردنی سەوزیی، میوە، ئاو و تراوی پێویست لە رژیمی نان خواردنی رۆژانەدا)
- دەواگەلیک وەک ئێش برەکان، ئانتی دێپرێسیونەکان(بۆ دەرمانی خەم و پەژارە)، باریۆم، بیسمووت و ....
- تەسک بوون و بەسترانی ریخۆلە وەک ئاکامی شێرپەنجەکانی ڕیخۆڵە، هەو و زامی ریخۆلە و ...)



- سکپڕیی (ژن)
- کەم کاریی لووی تیرۆئید
- کەم یا زۆربوونی کاڵسیۆمی خوێن
- نەخۆشیی شەکرە
- نەخۆشیی پارکێنسیۆن
- نەخۆشییەکانی ڕووحیی وەک خەمۆکی
- سەکتەی مێژیی(مێشک)

دوکتور بۆ دیاریکردنی ئەم حاڵەتە چی دەکا؟

بو دیاریکردنی ئەم حاڵەتە دوکتور دوای تێروانینی لەش، خوێنی نەخۆش دەنێریٚ بۆ تاقیگە (بۆ ئاگادار بوون لە رادەیٚ هۆرمونی TSH، شەکری خوێن و ...) ولە دەزگای سۆنۆگراڤی(بۆدیتنەوەی دیوێرتیکولیتەکان)، کۆلوسکۆپی (ڕیخۆڵەبین بۆ ئاگاداری لە بەستران، تەسکی یا هەو و زامی ریخۆڵە)، و وێنە گرتن لە زگ کەڵک وەردەگریٚ.

قەبزیی چۆن چارە دەکریٚ؟

بۆ چارە سەرکردنی قەبزیی دەبیٚ هۆی پێکهێنەر دەرمان بکریٚ. بۆ خواردن دەبیٚ لە سەوزیی و میوەی زۆر و بۆ خواردنەوە لە ئاو تا 8 لێوان لە رۆژدا و وەرزش کردنی بەردەوام کەڵک وەربگیریٚ.