کوڕت دەوێت یان کچ؟
ڕەگەزی مناڵەکەت بەدەستی خۆت دیاریی بکە بەشێوەیەکی سروشتی

خۆزگە خوا کوڕێکی دەدامێ! فڵانەکەس وەجاخی کوێرە کوڕی نییە! ئێستا ئەم قسانە لەلای زۆربەی هەرەزۆری خەڵک بە پڕوپوچ بێمانا چاولێدەکرێن. بەڵام نابێت ئەوەمان لەیادبچێت کە لەپشت ئەو وشانەوە دیاردەیەکی کۆمەڵایەتی گەورە خۆی مەڵاسداوە نەک هەر لە کۆمەڵگای کوردەواری ئێمەدا بەڵکو لە زۆرشوێنی دیکەی جیهانیشدا. چەندەها ژن لەبەر ئەوەی کوڕیان نەبووە سەرگەردان و دەربەدەرکراون، ژنیان بەسەرهاتووەو یان هەرنەبێت بە کەمنرخ و کەمتواناو بێبایەخ سەیریانکراوە. ژنان لەپێناوی کوڕدا پەنایان بردۆتە بەر فاڵچی و جادوگەرو شەخس و پیرو مشایەخان و تەنانەت نەوتەکەی کەرکوکیش ؛ لە م بوارەدا دەستەواژەی " بابەگوڕگوڕ بەگوڕ هاتم بۆ کوڕ هاتم" باشترین بەڵگەیە .

خۆزگەی خەڵک بۆ کوڕ گەلێک پێشینەی کۆمەڵایەتی و کولتوری و ئابوری هەیە کە پێویستی بە باس و لێکۆڵینەوەی زیاتر هەیەو لە ئاشکراترین هۆکارەکانی پێویستی زیاتر بووە بە ڕەگەزی نێرینە لە کۆمەڵگا سەرەتاییەکاندا وەک نان پەیداکەرو جەنگاوەرو بەرگریکەر لە بوون و ژیانی خێڵ و تیرەو بنەماڵەکان. یان هەر پێیان شەرم بووە کچیان هەبێت و بە نیشانەی سوکایەتی و لاوازی خێڵەکەیان زانیوە؛ لەم نێوەندەدا زیندە بەچاڵکردنی کچان لە کۆمەڵگای عەرەبی پێش هاتنی ئیسلامدا باشترین نمونەیە .

بەڵام خۆ ئەم کێشەیە تەنها تایبەت نییە بە لای خۆمان، بەڵکو کۆمەڵگا جیاوازەکان کێشەی جۆراو جۆریان خولقاندووە لەمەڕ ڕەگەزی کۆرپەکانیان. جەسینتا تەنها تەمەنی دوازدە ساڵان بوو کە باوکی خۆی کوشت و پارچە کاغەزێکی لەپاش خۆی جێهێشتبوو کە تێیدا نوسرابوو: من کە خاوەنی پێنج کچم و هەموویشیان خەریکە پێدەگەن، خۆم بە شەرمەزار دەزانم کەناتوانم پێویستی مارەیی و شوکردنی ئەوان مسۆگەربکەم. هیوادارم مردنی من ببێتە هۆی بنیاتنانی هاوسۆزی لەدڵی مێردە چاوەڕوانکراوەکانی کچەکانمدا[1] .

ڕۆشنی کە ژنێکی ئاسیاییە[2] و دانیشتوی وولاتی بەریتانیایە بەم جۆرە سکاڵای دڵی خۆی بەیاندەکات :

تکایە، ئەگەر دەتوانن یارمەتیم بدەن!

من زۆر دڵتەنگم و بیر لە خۆکوشتن دەکەمەوە. خێزان و شوکردنەکەم لە تەنگەشەدایەو تەنها شتێک کە دەتوانێت بیپارێزێت ئەوەیە کە بتوانم کۆرپەلەیەکی کوڕ پێشکەش بە مێردەکەم بکەم. من خاوەنی کچێکم بەڵام زۆر پێویستم بە کوڕێک هەیە. بەم زوانە خوشکەکەم نۆبەرەکەی کوڕ بوو، ئێستە مێردەکەم بەسەرمدا دەقیرێنێت و دەڵێت تۆیش دەبێت کوڕێکت ببێت. ئەو بەردەوام دەمە دەمەم لەگەڵدا دەکات و دەڵێت دەمەوێت جێمبهێڵیت. ئێستە ئێمە لە ژووری جودادا دەخەوین .

بەڵام من هەر خۆشمدەوێت و زۆر پێویستم پێیەتی.

زۆر سوپاس

ڕۆشنی

---

[1] لە هەندێک کۆمەڵگادا وەک جولەکەو یۆنانی و میسری خێزانی کچەکە پێویستە مارەیی و تێچونی زەماوەند بگرنە ئەستۆ.

[2] لە وڵاتی بەریتانیا بە خەڵکی پاکستان و هیندو بەنگلادش دەڵێن ئاسیاییەکان.

ناتوانین هەروا بەسادەیی و سانایی گلەیی لە خەڵک بکەین کە وەدوای ئەو بیروبۆچون و دابونەریتانە کەوتون کە بەدرێژایی چەندها سەدە چین لەسەر چین کەڵەکە بوون. بەڵام خۆ کاتی ئەوە هاتووە بە ڕابوردوی خۆماندا بچینەوەو بیر لە هۆکاری دروستبوونی ئەو بیروبۆچونانە بکەینەوەو لە گۆڕانکارییەکانی دەورو بەری خۆمان بنواڕین و دەرک بەوە بکەین کە نابێت چیتر ببینە کۆیلەو شوێنکەوتەی نەزانی و تاریکی دوێنی .

بەدرێژایی مێژوو گلەیی لە ژن کراوە کە کوڕی نابێت بەڵام زانستی نوێ ئەوە دەسەلمێنێت کە پیاو زیاتر لێپرسراوە بەرانبەر بەو مەسەلەیەو ئەوەش پەیوەندی هەیە بە ژمارەی سپێرمەکانییەوە لەکاتی جوتبووندا. بەم جۆرە ئەوەش زوڵمێکی ترە کە نەزانی و پاشکەوتووی خستوییەتیە ئەستۆی ژنان.

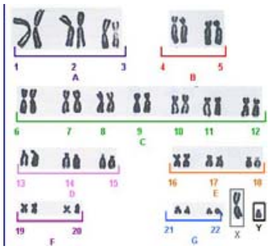
لە کۆمەڵگای هاوچەرخداو، خەڵکانی شایستەی ئەو کۆمەڵگایە لە هەرکوێیەک بن، ئەو بیرو بۆچونە کۆن و گەندەڵانەی ڕابوردویان وەژێرپێناوەو چیتر وابەستەی نین. بەڵام خۆ ئارەزوی خەڵک بۆ کۆرپەلەی کوڕ یان کچ و خێزانی تێکەڵاو لە کوڕو کچ نە شەرمەو نە شورەییە و نە وابەستەی هیچ دابونەریتێکی گەندەڵە ئەگەر بەشێوەیەکی لۆجیکیانەو زانستیانە هەنگاوی بۆ بنرێت .

پرۆسەی دروستبوونی خانەی سێکسی مێینە کە پێیدەوترێت هێلکە لەناو هێلکەدانی مێیینەدا لەوکاتەوە دەستپێدەکات کە قەبارەی کۆرپەلەکە لە دوو میلیمەتر کورتترە- نزیکەی ٢١ ڕۆژ دوای پیتاندنی. نزیکەی سەد دانەیەک لەو هێلکە تازە دروستبوانە بە خێرایی بەرەو شانەکانی لەشی کۆرپەلەکە کۆچدەکەن و لەوێ هێلکەدانەکان پێکدەهێنن. لێردەدا بەبەردەوامی چەند ئەوەندە زیاددەکەن .

دوای گوزەراندنی تەنها پێنج مانگ لەنێو مناڵدانا کۆرپەلەیەکی کچ خاوەنی دەوروبەری ٧ ملیۆن هێلکەیە لە هێلکەدانەکانیدا. زۆربەی ئەم هێلکانە بەر لە لەدایکبوونی دەمرن و کاتێک لەدایکدەبێت تەنها دوو ملیۆن دەمێننەوە. بە گەیشتنی بۆ قۆناغی هەرزەکاری تەنها نیو ملیۆن دەمێننەوە. لەمانەش تەنها ٤٠٠-٥٠٠ دانەیەک دەپیتێن یان دێنە خوارەوە، مانگی هێلکەیەک، لە سوڕی مانگانەی ژنێکی پێگەیشتودا .

ئەو هێلکانە کە پێیان دەڵێن Diploid Cell ژمارەی تەواوی سیما کرۆمۆسۆمییەکانی کەسێکی زیندوویان هەڵگرتووە کەدەکاتە ٤٦ بەڵام کاتێک هێلکەکە هێلکەدان بەجێدەهێڵێت بەرەو پیتاندن، دەبێت بە خانەی Haploid Cellکە هەڵگری تەنها نیوەی کرۆمۆسۆمە جین هەڵگرەکانە و دەکاتە ٢٣. ٢٣ جینە کرۆمۆسۆمییەکەی دیکە لەلایەن ئەو سپێرمی نێرینەیەوە دابیندەکرێت کە هێلکەکە دەپیتێنێت. ئەم دوو گروپە جینە بڕیار لەسەر پێکهاتەی جینەتیکی کۆرپەلەکە دەدەن و ڕوخسارو سیما تایبەتەکانی دەستنیشان دەکەن. شایانی باسیشە کە لەشی مێیینە بۆیە ئەو بونەوەرە نوێیە وەردەگرێت و قوبوڵی دەکات چونکە نیوەی کرۆمۆسۆمەکانی لەخۆیەتی و پێیان ئاشنایە .

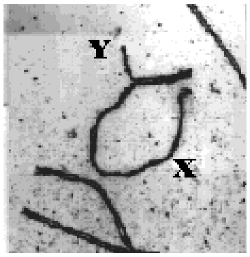
هێلکەکانی مرۆڤ لە هێلکەدانی مێیینەدا دەپارێزرێن. هەندێکیان لەوانەیە بۆ ماوەی چل ساڵ لەوێ بمێننەوە، بۆ هەموو ماوەی سکوزاکردنی ژنەکە. ئەم ڕاستییەش پێدەچێت وەڵامدەرەوەبێت بە وەی کە ژنانی بەتەمەن کە لەدەمەدەمی کۆتایی ماوەی سکوزایاندا هێلکەیەک دەپیتێنن زۆر لە مەترسی ئەوەدان کە مناڵێکی کەمئەندام و ناتەواویان ببێت لەلایەنی جینەتیکییەوە، کە پێدەچێت لە هێلکەیەکی شێواوو پەککەوتووەوە دروستبووبێت .



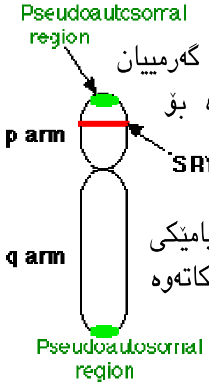
دوای ئەوەی کە هێلکەکە هێلکەدان جێدەهێڵێت بەرەو یەکێک لە بۆرییەکانی فالۆپی Fallopian Tubes [3] دەکەوێتە ڕێ. لەکاتێدا کە بەنێو ئەو بۆریانەدا بەرەو مناڵدان گەشت دەکات لەوانەیە لەلایەن سپێرمێکەوە بپیتێت. لەهەمانکاتدا هۆرمۆنێکی دیکە دەرێژرێت لەلایەن گلاندێکی تایبەتەوە کە پێیدەوترێت Pituitary Glandو لێپرسراوە لە دروستکردنی هۆرمۆن و گەشەی سێکسی و لە بنکەی مێشکدایە. هێلکەکان لەنێو هێلکەداندا لەلایەن ملیۆنان خانەوە دەپارێزرێن کە پێیان دەوترێت Granulosa Cellsو پێدەچێت هەرهێلکەیەک ٧ ملیۆن خانەی پارێزەری هەبێت. لەمکاتەدا خانەکانی

[3] ئەو بۆرییانە بەناوی زانای ئیتالی گابریلی فالۆپیوسەوە انونراون کە لە ساڵی ١٥٦٢دا دۆزینییەوە.

Granulosa Cellsهۆرمۆنێکی دیکە بەرهەمدەهێنن کە پێیدەوترێت . Progesterone ئەم هۆرمۆنە لێپرسراوە لە ئامادەکردنی دیوارەکانی منداڵدان بۆ کۆرپەلەکە، ئەگەر پیتاندنەکە بەسەرکەوتویی بەئەنجام گەیشت .



کرداری دابەزینی هێلکە لە مرۆڤدا دەکەوێتە ناوەڕاستی خولی مانگانەوە کە دەکاتە ڕۆژی ١٤ هەمین لە خولێکی تەواوو نمونەیی ٢٨ ڕۆژیدا. ئەمەش ماوەی ١٤ ڕۆژ بۆ هێلکەکە دەڕەخسێنێت کە بە بۆری Fallopian دا بێتە خوارەوە بەرەو منداڵدان. بەڵام ئاشکرایە کە کاتی ڕاستەقینەی دابەزینی هێلکە لە ژنێکەوە بۆ ژنێکی دیکەو هەندێک جار لە خولێکی مانگانەشەوە بۆ خولێکی تر دەگۆڕێت. هەر لەبەر ئەوەیە کە هەر ژنە پێویستە خۆی خولی مانگانەو کاتی دابەزینی هێلکەی خۆی دەستنیشانبکات .



سپێرم واتە تۆوی پیاو لەنێو گوندا دروستدەبێت. جووتە گون لەنێو تورەکەیەکی تایبەتدا هەڵواسراون لەدەرەوەی لەش- ئەمەش کارێکی وەهای کردووە کە هەمیشە پلەی گەرمییان کەمێک لە پلەی گەرمی لەش کەمتربێت. بەمجۆرە سەلمێنراوە کە فێنکی هاندەرە بۆ بەرهەمهێنانی سپێرمی زیاتر .

جووتە گون لە تەمەنی هەرزەکارییەوە(لە دەوروبەری تەمەنی ١٣ ساڵییەوە) دەستدەکەن بە بەرهەمهێنانی تۆو. ئەم پرۆسەیەش کاتێک دەستپێدەکەن کە پەیامێکی هۆرمۆنییان پێدەگات کە لەلایەن Pituitary Gland ەوە نێردراوە و ئاگاداریان دەکاتەوە کە پێگەیشتون. سپێرمەکان بەهۆی چونەوەیەکی ڕێکوپێکەوە بەنێو بۆرییەکانی Epididymisدا دەگوێزرێنەوە کە هەر لەنێو گوندان و لەوێ بۆماوەی ٢-٣ هەفتە

Y chromosome

دەمێننەوە و دەبنە خاوەنی جوڵەو بزوتن. بەهۆی هێزی تایبەتی خۆیانەوە بەمەلە دێنە دەرەوە بەرەو ئەو بۆرییەی کە پێیدەوترێت Vas Deferens و بەرەو نێو کۆئەندامی زاوزێی نێرینە درێژدەبێتەوە بەرەو دەرەوە، یان بۆ نێو کۆئەندامی زاوزێی مێینە لەکاتی جوتبوندا. لەکاتی گەشتەکەیاندا سپێرمەکان دەبنە خاوەنی چەندەها شلەمەنی کە لە Seminal Vesicles و پرۆستاتەوە دەڕێژرێن. ئەم شلەمەنیانەش خواردن دەدەن بە سپێرمەکان بۆ ئەوەی ووزەی بزوتنیان هەبێت و هەروەها کار لە کارلێکە ترشەڵۆکییەکانی نێو کۆئەندامی زاووزێی مێینەش دەکەن. لەهەمانکاتدا ئەو شلەمەنییەی کە لەلایەن گلاندی Cowperەوە دەڕێژرێت کە دەکەوێتە ژێر پرۆستاتەوە، بۆری میزکردن Urethra دادەخات و بەمجۆرە بۆری دەرچەی کۆئەندامی زاوزێی نێرینە بۆ سپێرمەکە ئاوەڵادەبێت .

سپێرم وەک موشەکێکی زۆر بچوک وایەو لە سێبەش پێکهاتووە:

١.بەشی سەر کە زانیارییە جینەتیکییەکانی سپێرمەکەی تێدایە کە بریتین لە ٢٣ کرۆمۆسۆم. بەشی سەر کڵاوەیەکی هەیە کە تەنها ماوەیەکی کەم پێش پیتاندن لادەچێت، وەکو کڵاوەی موشەکێکی جەنگی .

٢.بەشی ناوەڕاست کە بەشێکی ئاڵۆزەو سوتەمەنی و سیستەمی کۆمپیوتەری تێدایە کە کۆنترۆڵی بزوتنەکانی دەکەن .

٣. بەشی کلک یان Whiplash Tail کە پاڵ بە سپێرمەکەوە دەنێت بەروە پێشەوە. سپێرمەکە کاتێک لە هێلکە نزیکدەبێتەوە بەشێوەیەکی بەرچاو دەکەوێتە جوڵان و وەرچەرخان .

لەگوێرەی قەبارەوە هێلکەو سپێرم تەواو پێچەوانەی یەکن؛ چونکە هێلکە بەگەورەترین خانەی لەش ناوزەد دەکرێت کەچی سپێرم بە بچوکترین .

سپێرمەکان دەبن بە دوو بەشەوە؛ جۆرێکیان مێینە دروست دەکەن و پێیان دەوترێت X Gynesperm کە کەللەکەیان هێلکەییەو گەورەترن و هێواشتریشن و زۆرتریش دەژین. هێزێکی بەرگری مانەوەی زیاتریان هەیە دژی مەترسییەکانی نێو کۆئەندامی زاووزێی مێینەو هەندێکیان بۆماوەی ٥-٦ ڕۆژ دەتوانن لەناو لەشی ژنەکەدا بە زیندووی بمێننەوە .

جۆری دووەم کە نێرینە دروست دەکەن پێیان دەوترێت Y Androsperm ؛ ئەم جۆرەیان کەلەکەیان خڕەو بچوکترن بەڵام کلکیان درێژترە کە وایانلێدەکات خێراترو بزێوتربن. بەڵام لەگەڵئەوەشدا زۆر بە زیندویی نامێننەوە، بەشێوەیەکی گشتی دوای دوو ڕۆژ دەمرن، بەڵام ئەوانەیان کە هی ئەو پیاوانەن کەزۆر پڕبەرن زیاتر دەژین.

ژن مانگی جارێک هێلکەدادەبەزێنێت و جۆرەکەی X ە کە دەتوانێت ببێتە نێر یان مێ. ئەگەر لەگەڵ سپێرمێکی Xدا یەکیگرت ئەوا مێیە، بەڵام ئەگەر لەگەڵY دا یەکیگرت ئەوا دەبێتە نێر .

قەوارەی سپێرمی پاوێکی ئاسایی لە یەکجار دەرچوندا ٢-٥ میلیلیترە (کە دەکاتە پڕ کەوچکە چایەک)، ئەگەر لەوە کەمتر بوو ئەوا پێدەچێت پیاوەکە شلەمەنی بەڕادەی پێویست بەرهەمنەهێنێت و ئەگەر زیاتریش بوو ئەوا ڕەنگە شلەمەنییەکە سپێرمەکان زۆر ڕوونبکاتەوە. ژمارەی سپێرمەکان پێویستە لە ٤٠ ملیۆن زیاتر بێت لە میلیلیترێکدا. خۆئەگەر لە ٢٠ ملیۆن کەمتربێت ئەوا پێدەچێت کێشەی نەزۆکی دروستبکات. ئەگەرچی هەندێک پیاو لەگەڵئەوەشدا کە ژمارەی سپێرمەکانیان کەمە هێشتا هەر بەبەرن .

ژمارەی سپێرم لە پیاوێکەوە بۆ پیاوێکی دیکە دەگۆڕێت و لە تەنها کەسێکیشدا بەبەردەوامی لە گۆڕاندایە بەپێی هەلومەرجە جیاوازەکان. گەرماو چالاکی سێکسی ژمارەکە دادەبەزێنێت و بەپێچەوانەشەوە فێنکی و دابڕان زیادیدەکات .

ڕێگای سروشتی دیاریکردنی ڕەگەز

دۆزینەوەی ڕێگایەکی سروشتی بۆ دیاریکردنی ڕەگەزی کۆرپە دژی یاساکانی سروشت نییە بەڵکو بەپێچەوانەوە دۆزینەوەو پەیرەوکردنی ئەو یاسایانەیە کە پێدەچێت هەموویان و بۆ هەموو بوارەکانی ژیان و سروشت و کۆمەڵگا خۆیان لەخۆیاندا هەبن و ئەرکی ئێمەی مرۆڤ دۆزینەوەیان بێت نەک دروستکردنیان .

هەوڵدان بۆ دیاریکردنی ڕەگەزی کۆرپەکەت بە ڕێگای سروشتی هۆکارێکی دیکەشە بۆ بەرگرتن لە منداڵبوون یان بەرگرتن لە دروستکردنی خێزانی گەورە، چونکە گەلێک خێزان بە ئومێدی تاقە کوڕێک یان کچێک خێزانێکی قەرەباڵغ پێکەوەدەنێن و زۆر جاریش بە مەرام ناگەن .

ڕێگای سروشتی دیاریکردنی ڕەگەز پشت بە دوو هۆکار دەبەستێت کە هەریەکەیان پەیوەندی هەیە بە یەکێک لە هاوسەرەکانەوە:

1. ژنەکە پێویستە کاتی لەبار دیارییکات بۆ جووتبوون بە پێی زانیاری خۆی دەربارەی سوڕی مانگانەی.
2. پیاوەکە دەبێت ژمارەی سپێرمەکانی بەشێوەی گونجاو ڕێکبخات .

کاتێک ئەو دوو پێداویستییە بنچینەییە بەدەستهات، جووتبوون بەشێوەیەکی گشتی دەبێتە هۆی بەدەستهێنانی ئەو کۆرپەیەی کە دڵت دەیخوازێت.

بەشێوەیەکی کورت

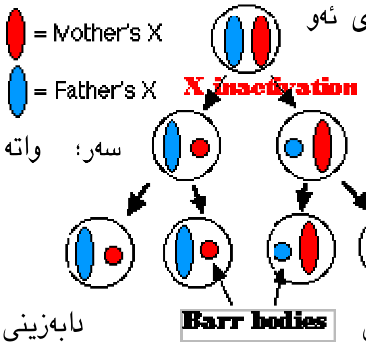
ئەگەر کچت دەوێت :

پیاو: پێویستە لەسەرت جووتە گونت بە گەرمی ڕابگریت بۆئەوەی ژمارەی سپێرمەکان کەمبکەیتەوە بۆ ڕادەی گونجاو. ئەوەش دەکرێت بە لەپێکردنی پۆشاکی ناوەوەی گەرم و توند بەدەست بهێنرێت، یاخود بە هەر هۆکارێکی دیکەی وەک ئاوی شلەتێن و هەرهۆکارێک کە پلەی گەرمی جووتە گونت بهێنێتە ئاستی پلەی گەرمی لەشت یان کەمێک زیاتر .

پێویستە بزانیت کە لەشی مرۆڤێکی تەندروست هەمیشە هەوڵدەدات کە پلەی گەرمی خۆی لە ئاستێکی تایبەتدا بهێڵێتەوە جا ئیتر پلەی گەرمی دەورووبەر هەرچەندێک بێت. بەڵام جووتە گون، هەروەک پێشتر باسکرا لە تورەکەیەکدا هەڵواسراوەو بەمجۆرە چەند پلەیەک لە خوار پلەی گەرمی لەشەوەیە .

ژن: پێویستە کاتی دابەزینی هێلکەکەت بزانیت ئەوەیش بەهۆی زانینی ماوەی سوڕی مانگانەت و دیاریکردنی ناوەڕاستی ئەو خولە. ئەگەر بکرێت هەوڵنەدەیت کە بگەیتە لوتکەی خۆشی Orgasm پێش پیاوەکەت لەپێناوی ڕاگرتنی کەشی ترشەڵۆکی ناوەوەت کە زەمینەیەکی باشە بۆ سپێرمی مێینە دروستکەر X Gynesperm .

هەردوکیان: لەپێناوی کەمکردنەوەی ژمارەی سپێرمەکاندا، زۆرتر جووتبین (هەموو شەوێک یان هەر شەو ناشەوێک)، هەر لەگەڵ تەواوبوونی سوڕی مانگانەدا بۆ ماوەی سێ ڕۆژ ، بەر لە کاتی دابەزینی هێلکە. دوای ئەوە وازبهێنن یان هۆکارێکی بەرگرتن بەکاربهێنن بۆ تەواوی ماوەی ئەو خولە.



ئەگەر دوای تێپەڕینی سێ مانگ لە پەیڕەوکردنی ئەم ڕێگایە سکپڕی ڕوینەدا، ئەوا وورده وورده سەرییخەن و مانگی ڕۆژێکی دیکەی بخەنە سەر؛ واتە بیکەن بە چوار ڕۆژو بەرەو سەر بە ئاراستەی ناوەڕاستی خولی مانگانەکە. بەڵام دەبێت وورریابیت و زۆر نزیک نەبیتەوە لە ناوەڕاستی ئەو خولە ئەگینا کوڕێکی دیکە وەبەر دەهێنیت!

ئەگەر ژنەکە هەستی کرد کە ئەو مادە لینجەی هەیە کە تایبەتە بە کاتی دابەزینی هێلکەوە، ئەوا باشترە لەو کاتەدا پەیوەندی خۆشەویستی (جووتبوون) نەکەن .

بۆ ئەو پیاوانەی کەزۆر پربەرن و چەند کوڕێکیان هەیە، واباشترە کە تا بۆیاندەکرێت ماوەی نێوان پەیوەندی خۆشەویستی و کاتی دابەزینی هێلکەکە بە دووری ڕابگرن بۆئەوەی سپێرمەکانی تایبەت بە وەبەرهێنانی نێرینە ماوەی زیاتریان هەبێت بۆئەوەی بمرن بەرلەگەیشتنی هێلکە .

ئەگەر یەکسەر سکتپڕنەبوو نائومێد مەبە. کارێکی ئاسان نییە بۆئەوەی خۆت بۆ کچ ئامادەبکەیت چونکە پێویستە لەسەرت لە لەبارترین کاتەکانی مانگەکەدا بۆ سکپڕی خۆت لە جووتبوون بپارێزیت. چونکە تا خۆشەویستی دوورتر بکەیت لە کاتی دابەزینی هێلکە ئەوا ئەگەری سکپڕی دوورەو تا نزیکتریش ببیتەوە ئەگەری کوڕ زیاترە. پێویستە وەک پەرستیار ئیزابیل ئۆدلی بە ئارام بیت کە ماوەی هەشت مانگ هەوڵیداو بە مەرامی دڵی گەیشت کە کچێک بوو.

ئەگەر کوڕت دەوێت:

پیاو: پێویستە جووتەگونت بە فێنکی بهێڵیتەوە، پۆشاکی تەنک و فراوان لەپێبکەیت و بواری هەوای فێنک بدەیت کە بەدەوری گونتدا هاتوچۆبکات. یان پێش جووتبون لەڕێگای مەلەکردن لە ئاوی ساردیا یان فێنککردنەوەی گونت بە پارچە ئیسفنجێکی سارد ئەو مەبستە بەدەست بهێنیت.

ژن: پێویستە کاتی دابەزینی هێلکەکەت بزانیت هەروەک پێشتر باسکرا. هەوڵبدە پێش پیاوەکەت بگەیتە لوتکەی خۆشیOrgasm ؛ چونکە کاتێک ژن دەگاتە لوتکەی خۆشی هەندێک شلەمەنی ئەلکالین Alkaline دەرێژێت کە زەمینەیەکی باشە بۆ سپێرمی وەبەرهێنی نێرینە .Y Androsperm

هەردوکیان: لەو مانگەدا کەدەتەوێت منداڵەکە وەبەربێت هەوڵبدە ژمارەی سپێرمەکان زۆر بکەیت. ئەویش بە خۆپاراستن لە جووتبوون تا ناوەڕاستی ماوەی خولی مانگانەکە، یان ئەگەر ئەو ماوەیەتان زۆر بە دوور زانی، لانی کەم هەفتەیەک بەر لەکاتی دابەزینی هێلکەکە خۆشەویستی مەکەن. چاوەڕوانی ئەو شلەمەنییە لینجە بکەن کە تایبەتە بە دابەزینی هێلکەوەو کاتێک زانیتان ژمارەی سپێرمەکان لە ئاستێکی لەباردایە پەیوەندی خۆشەویستی بکەن .

ئەگەر تا ماوەی سێ مانگ سکتپڕنەبوو ئەوا دەتوانیت سەردانی دوکتۆر بکەیت. پێدەچێت ژمارەی سپێرمی پیاوەکە لە ئاستی پێویستدا نەبێت .

زانیاری و لێکۆڵینەوەکان دەربارەی ژمارەی کوڕو کیژ:

١. هاوسەرە تەمەن گەورەکان بەزۆری کچیان دەبێت.

٢. تا منداڵت زیاتر بێت ئەگەری کچت زیاتر دەبێت.

٣. بەزۆری نۆبەرە کوڕە .

٤. بەزۆری کوڕ لە ماوەی ١٨ مانگی یەکەمی پێکهێنانی خێزاندا وەبەردێن.

٥. لەماوەی جەنگ و دوای جەنگەکانیشدا ژمارەی لەدایکبوانی کوڕ زیاترە .

٦. ڕەشپێستەکان کەمێک ژمارەی لەدایکبوانی کچیان زیاترە لە قەوقازییەکان .

٧. ژمارەی لەدایکبوانی کوڕو کچ بەپێی وەرزەکان دەگۆڕێت؛ لە ئەمریکا مانگی حوزەیران مانگی لوتکەیە بۆ لەدایکبونی کوڕ.

٨. دوای هەندێک کارەساتی سروشتی یان دیکە ژمارەی لەدایکبوانی کچ زیادیکردووە.

٩. فڕۆکەوانانی فڕۆکە جەنگییەکان بەزۆری کچیان دەبێت.

١٠. ئەوانەی کە کاری بەنجکردن دەکەن زیاتر کچیان دەبێت.

دەکرێت ئەم خاڵانە لەژێر ڕۆشنایی هۆکارەکانی بەرزو نزمی ژمارەی سپێرمی پیاودا ڕونبکرێنەوە کەبەهۆی تەمەن، لێکدابڕان، گەرمی و فشاری ژیانەوە بەرزو نزم دەکەن. لێرەدا ئێمە یەک بەیەک وەڵامی ئەو خاڵانەی پێشوو دەدەینەوە .

١. ئاشکرایە کە پڕبەری یان بەبەری مرۆڤ لەگەڵ بەساڵاچوندا دادەبەزێت.

٢. ئەو هاوسەرانەی کە منداڵیان زۆرە دیارە زۆر چالاکن لەبارەی سێکسییەوە. سێکسی زیاتر ژمارەی سپێرمەکان دادەبەزێنێت و ئەگەری کچ زیاتر دەکات.

٣&٤.ئەو باوکانەی کە گەنجن و لە لوتکەی پڕبەریدان ئەگەری کوڕیان زیاترە چونکە ژمارەی سپێرمەکانیان زۆرە .

٥. لەکاتی جەنگدا زۆربەی پیاوان دوورن لە خێزانەکانیان و بواری ئەنجامدانی کاری سێکسییان نییە. ژمارەی سپێرمەکانیان بەرزدەبێتەوەو کاتێکیش بەسەردان یان دوای تەواوبونی جەنگ ئەو بوارەیان بۆدەڕەخسێت ئەگەری کوڕیان زۆرترە. تەواوبوونی جەنگ و نەمانی فشاری دەرونی جەنگ ژمارەی سپێرم بەرزدەکاتەوە.

٦.من لەوباوەڕەدام کە کەش و هەوا لەم مەسەلەیەدا ڕۆڵی خۆی ببینێت. ڕەشپێستەکان لە وولاتی گەرمەوە هاتوون و پێدەچێت دابونەریتی سێکسی زیاتریان هەبێت، ئەمەش جارێکی دیکە دەبێتە هۆی دابەزینی ژمارەی سپێرمەکان .

٧.جارێکی دیکەش کەش و ئاووهەوا، ئەو کوڕە ئەمریکیانەی کە لە حوزەیراندا لەدایک دەبن دەبێت لە مانگی سێپتەمبەر/ئۆکتۆبەردا وەبەرهاتبن؛ ئەوکاتەی کە هاوینێکی گەرم و دورودرێژ کۆتایی دێت.

٨. کارەسات دەبێتە هۆی دروستکردنی فشاری دەرونی لە زۆربەی خەڵکدا .

٩.فڕۆکەوانە جەنگییەکانیش ژیانێکی پڕ فشارو سەختیان هەیە .

١٠. پێدەچێت کارکردن لەگەڵ مادە سڕکەرو بەنجکەرەکاندا ببێتە هۆی دابەزاندنی ئاستی سپێرم، هەروەکو لەو کەسانەدا ڕوودەدات کە ئەلکهول زۆر دەخۆنەوە .

لە کۆتاییدا پێویستە ئەوەش بوترێت کە جیاوازییە کەسییەکان هەمیشە ڕۆڵی خۆیان هەیەو پێویستە ئەو جیاوازییانە بەباشی بگیرێنە بەرچاو لە پەیڕەوکردنی هەر ڕێبازێکدا. ئەوەی بۆ کەسێک گونجاوە ڕەنگە بۆکەسێکی دیکە جودابێت و تەنانەت توندڕەویش بێت. بۆنمونە گەرمراگرتنی جوتەگون لەوانەیە لەهەندێک کەسدا ببێتە هۆی دابەزینێکی ئەوتۆی ژمارەی سپێرمەکان کە لەو ماوەیەدا ئەگەری هیچ جۆرە پیتاندنێک نەبێت نە بۆ کوڕ و نە بۆ کچ. لەمبارەداو لەدوای چەند مانگ هەوڵدان پێویستە کاتی گەرمراگرتنی جووتەگون کەمتربکەیتەوە بەڵام نابێت بەهیچ جۆرێک لە کاتی دابەزینی هێلکە نزیک ببیتەوە ئەگەر بەنیازی کیژۆڵە بیت. بەڵام ئەوەی مایەی دڵخۆشییە ئەوەیە کە هەر بەرزبوونەوەو نزمبونەوەیەکی ژمارەی سپێرم بەهۆی ئەو

هۆكارانەوە كە لەم باسەدا باسكراون كاتین و نابنە هۆی نەزۆكی هەمیشەیی بەڵكو دوای چەند ڕۆژێك دەگەڕێنەوە بۆ ئاستی ئاسایی خۆیان .

ئامادەکردنی

عەتا مەلا کەریم

بەریتانیا

سەرچاوەکان:

Philips, H., C., Choose the Sex of your Baby – the Natural Way. London: Bloomsbury Publishing Ltd.

The psychology of gender- Nature vs. Nurture (online) University of Plymouth department of Psychology.

Boy or Girl: Should You Choose the Sex of Your Child? By Virginia Gilbert. (online)

Which would you choose: boy or girl? (online) http://www.babycentre.co.uk/polls/553386.html

لە گۆڤاری زانستی سەردەم ژمارە ٢٤ دا بڵاوکراوەتەوە

شیزۆفرینیا کەرتبوونی کەسایەتی نییە بەڵکو دابڕانە لە واقیع

نوسینی: عەتا مەلا کەریم [4]

شیزۆفرینیا ,Schizophrenia یەکێکە لە نەخۆشییە عەقڵییە هەرە ئاڵۆزو گرانەکان کە هەتا ئێستا ناسرابێت. دەستنیشانکردنی ئەو نەخۆشییە زۆر گرانەو دیاریکردنی هۆکانی تووشبوونیشی زۆر لەوە گرانترە.
زانایان و بیردۆزان چەندەها بۆچون و هۆکاریان دیاریکردووە بۆ تووشبوون بەم نەخۆشییە، ئەم بیرۆکەو بۆچونانەش بە درێژایی مێژوو بەشێوەیەکی بنچینەیی گۆڕانکارییان بەسەردا هاتووە. شیزۆفرینیا چییەو بۆچی تووشی خەڵک دەبێت؟ ئایا یەک هۆکاری هەیە یان زنجیرەیەک هۆ؟ ئایا هۆکارەکانی تووشبوون بە شیزۆفرینیا جینیتیکیە، بایۆکیمیاوییە، هەڵسوکەوتییە یان دەوروبەر؟
شیزۆفرینیا نەخۆشییەکی سەختی مێشکە، ١% ی خەڵک تووشی ئەم نەخۆشییە* دەبن بە ڕێژەیەکی وەک یەک بۆ ژن و پیاو. ئەم نەخۆشییە زیاتر تووشی هەژاران دەبێت تا دەوڵەمەندەکان. زانایان و پزیشکەکان بۆ ماوەیەکی دورودرێژ لەو باوەڕەدا بوون کە شیزۆفرینیا کەرتبوونی کەسایەتیە، تانانەت ناوەکەی بە زمانی عەرەبی بە (فصام العقل) ناسراوە کە ڕێک کەرتبوونی کەسایەتی دەگەیەنێت. بەڵام ئەمرۆکە زانایان بۆیان دەرکەوتوە کە لەباتی کەرتبونی کەسایەتی کەرتبوونە لە جیهانی واقعی و بەم جۆرە دەتوانین بڵێین دابڕانە لە واقیع. ئەم نەخۆشییە نەخۆشییەکی درێژخایەنەو زۆر زەحمەتە بەتەواوی چارەسەربکرێت، بەڵام لەڕۆژگاری

---

[4] ئەم بابەتەم وەک بەشێک لە بەرنامەی خوێندنی OCB Psychology نوسییوو بە زمانی ئینگلیزی و بەپێویستم زانی بیکەم بە کوردی.

ئەمڕۆدا دەتوانرێت بەهۆی دەرمانەوە کۆنترۆڵ بکرێت بەسەریدا. لەبەرئەوەی کە هۆکارێکی دیاریکراو لەگۆڕێدا نەبووە بۆ شیزۆفرینیا، بەدرێژایی مێژوو چەندەها بیروبۆچون و لێکدانەوە پێشنیارکراوە بۆ هۆکانی شیزۆفرینیا. ئەم بیرو بۆچونانە بە ئەفسانەو جادوو دەستیانپێکردووە و گەیشتونەتە توێژینەوەو لێکۆڵینەوەی مەیدانی و تاقیگەیی و تائێستاش بەردەوامە لەگەڵ پێشکەوتووترین تەکنۆلۆجیای سەدەی بیستویەکەمدا .

ئەگەرچی شیزۆفرینیا هەتا ئێستاش لێڵ و تەمومژاویە بەڵام نەخۆشییەکی نوێ نییە، نیشانەگەلێکی تایبەت بە شیزۆفرینیا لە سەردەمە هەرەکۆنەکانەوە دەستنیشانکراون. بۆچونێکی باو ئەوە بووە کە هەڵسوکەوتە نامۆکان بەهۆی دەستوەشاندنی جنۆکە یان شەیتانەوە دێنە ناو لەشی مرۆڤ و لەهەندێک کەلتوردا ووتویانە خوا غەزەبی لێگرتووە لە بەر ئەوەی خەڵک خۆیان خراپن !

ئەو نەخۆشانەی کە تووشی شیزۆفرینیا بوون دوو جۆر نیشانەیان تێدا دەردەکەوێت: نیشانە پۆزەتیفەکان و نیشانە نێگەتیفەکان. نیشانە پۆزەتیفەکان وەک وورێنەو رێشکەو پێشکەو پەشێوی لە بیرکردنەوەداو نیشانە نێگەتیفەکانیش وەک بێتاقەتی و کەمتوانایی و نەتوانینی دەربڕینی هەستونەست و گۆشەگیری و قورقەپی و قسەنەکردن، بەتایبەتی لە قۆناغە هەرە خراپەکانیدا .

لەگەڵ هەموو ئەمانەشدا زۆر زەحمەتە یەکسەر بتوانیت نەخۆشی شیزۆفرینیا دەستنیشان بکەیت چونکە ئەو نەخۆشییە خۆی لەخۆیدا بە هێواشی تەشەنە دەکات و کەسایەتی نەخۆشەکە لەگەڵ تەشەنەکردنی نەخۆشییەکەدا وورده وورده گۆڕانی بەسەردا دێت. زۆر جار نەخۆشەکە بەتەواوی ئاساییە، بۆیە زەحمەتە لەو بارەدا هیچ نەخۆشییەک دەستنیشان بکەیت. هەندێک جاریش کە نەخۆشییەکە بەتەواوی زاڵدەبێت بەسەریداو کەسایەتی ڕاستەقینەی نەخۆشەکە لەلایەن کەسایەتییە نائاساییەکەوە بەتەواوی دەکرێت بەژێرەوە، لەوانەیە دوکتۆرەکان لێیانتێکبچێت و ئەوە بە کەسایەتی ڕاستەقینەی ئەو مرۆڤە بزانن [Schizophrenia Association of Great Britain-online] .

هەندێک لە زانایان لەوباوەڕەدان کە هۆکاری تووشبوون بە نەخۆشی شیزۆفرینیا بۆماوەییە (جینەتیکییە) ئەوان تاقیکردنەوەکانی خۆیان لەسەر مناڵە دوانەکان ئەنجامداو زانیاری باشیان کۆکردەوە. ڕاپۆرتی بەرپرسی نوشداری گشتی لە ئەمەریکا لەمەڕ شیزۆفرینیا ٢٠٠٢ وانیشاندەدا کە ئەگەری تووشبوون بە شیزۆفرینیا زیاتر لە دوانە لەیەکچووەکاندا هەیە (لە کاتێکدا ئەو نەخۆشییە لە خێزانەکەیاندا هەبێت)، ئەم ئەگەرە لە دوانە لەیەکنەچووەکاندا کەمتر دەبێتەوەو بەم جۆرە هەر لە دابەزیندا دبێت تا دەگاتە ڕادەی ١% لە خەڵکی ئاساییدا .

ئەو توێژینەوانەی لەسەر خێزانەکان و دوانەکان و مناڵە هەڵگیراوەکان ئەنجامدراون پشتگیری ئەو بۆچونە دەکەن کە هۆکارە بۆماوەییەکان کاریگەرییان هەیە لەسەر شیزۆفرینیا. خزمە پلەیەکەکانی ئەو کەسانەی کە تووشی شیزۆفرینیا بوون ئەگەری تووشبوونیان بەم نەخۆشییە ١٠ قاتی خەڵکی ئاساییە. بەپێی پێشبینییەکانی ئەگەری تووشبوون، ئەم مەترسییە دەکرێت بە ٥ تا ١٠% مەترسی بەدرێژایی ژیان بۆ خزمە پلەیەکەکان (بە مناڵ و خوشک و براشەوە) بخەملێنرێت. ئەمەش مانای ئەوەیە کە بۆچونی هۆکاری بۆماوەیی ئەگەرێکی گەورەی هەیە.

لەگەڵئەوەشدا ئەو داتایەی کە لەبەردەستدایە واناگەیەنێت کە هۆکاری تووشبوون بە شیزۆفرینیا بەتەواوی بۆماوەییە. خۆ ئەگەر وابوایە ئەوا دەبوو لە دوانە لەیەکچووەکاندا ١٠٠% بوایە، چونکە ئەوان هەمان جین و هەمان کرۆمۆسۆمیان هەیە. هەڵگری جینێکی بۆماوەیی لەوانەیە کەسێک بخاتە مەترسی تووشبوونەوە، بەڵام ئەوە نابێتە تەنها هۆکارێک Turner .دەڵێت بۆچونی هۆکاری فشارەکانی ژیانی ڕۆژانە لەسەر نەخۆشییە عەقڵییەکان وا پێشنیازدەکات کە هۆکارە بۆماوەیەکان دەتوانن خەڵک بخەنە مەترسییەوە؛ بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا فشارو مەینەتییەکانی ژیانی ڕۆژانەش لەوانەیە ڕۆڵی خۆیان هەبێت[Turner 2003:73] .

هەروەها ڕاپۆرتی بەرپرسی نوشداری گشتی لە ئەمەریکا لەمەڕ شیزۆفرینیاش ٢٠٠٢ هۆکاری تری باسکردووە لەگەڵ هۆکارە بۆماوەییەکاندا بۆ تووشبوون بە شیزۆفرینیا، بەڵام هۆکاری سەرەکی یان بنچینەیی بۆ نەخۆشییەکە هەر بۆماوەییە. توێژینەوە نوێکان وا پێشنیاز دەکەن کە خەڵکانێک تووشی شیزۆفرینیا دەبن کە

کولۆلییەکی بۆماوەییان هەیەو بەهۆی فشارە دەوروبەری و سایکۆلۆجییەکانەوە ئەوەندەی تر لەسەریان خەستبۆتەوە، ئەمەش بە شێوازی فشارەکان بۆ ئەگەری تووشبوون ناسراوە. ئەو توێژینەوانەی لەسەر خێزانەکان ئەنجامدراوە پێشنیازی ئەوە دەکەن کە خەڵکی پلەی جیاجیایان هەیە لە هەڵگرتنی سیفاتە بۆماوەییەکانی شیزۆفرینیادا، لە زۆر نزمەوە بۆ زۆر بەرز. ئەوەی کە بڕیاردەرە لەسەر ئەوەی کە ئەو کەسە تووشدەبێت یان تووشنابێت بە شیزۆفرینیا تاڕادەیەک بەستراوەتەوە بە هەڵگرتنی ئەو سیفەتە بۆماوەیانەوە .

لەگەڵئەوەشدا توێژینەوە لەم مەیدانەدا هەر بەردەوامەوتا ئێستاش ڕوون نییە کە تاکە جینێک یان کۆمەڵە جینێک بەرپرسن لەتووشبوون بەم نەخۆشییە .
هاوتایی کیمیاوی لە لەشدا پێشنیازی بۆچونێکی تر دەکات بۆ هۆکارەکانی تووشبوون بە شیزۆفرینیا. تیۆریزانە بایۆکیمیاوییەکان لەوباوەڕەدان کە ڕادەیەکی بەرزی Neurotransmitter dopamine [5] لە مێشکدا دەبێتە هۆی تووشبوون بەم نەخۆشییە. ئەم بیرۆکەیە کاتێک گەڵاڵەبوو کە نەخۆشی Parkinson[6] یان بە Dopamine چارەسەرکرد. ئەوان بۆیان دەرکەوت کە چارەسەری دەرمان بۆ بەرزکردنەوەی ڕادەی Dopamineلە نەخۆشە ئیفلیجەکاندا (Parkinson) کاریگەری لاوەکی وای لێدەکەوێتەوە کە لە نیشانەکانی شیزۆفرینیا دەکەن [Turner, 2003: 73] .
ئەو توێژینەوانەی کە لەسەر لاشەی مردووەکان کرا دەریخست کە نەخۆشە شیزۆفرینیاکان خاوەنی ڕادەیەکی بەرزی Dopamine بوون. هەروەها ئەوانەی کە دەرمان و مادە سڕکەرەکان دەخۆن وەک ئەمفیتامینەکان و کۆکاین، نیشانەی ڕێک وەک شیزۆفرینیایان تێدا دەبینرێت. لێکۆڵینەوەکانیش دەریانخستووە کە ئەو جۆرە دەرمانانە ڕادەی Dopamine بەرز دەکەنەوە.
بەڵام ئەمەش هێشتا هەر ناتوانێت وەڵامدەربێت بە کێشەی شیزۆفرینیا چونکە ناتوانین بیسەلمێنین کە ئایا Dopamineبووەتە هۆی نەخۆشییەکە یان نەخۆشییەکە خۆی کاریکردۆتە سەر ڕادەی Dopamine ؟
دەکرێت بوترێت کە نائاسایی بوونی مێشک لەوانەیە بەهۆی ئەو ئازار گەیشتن و ناڕەحەتیانەوە بێت کە لەکاتی لەدایکبووندا ڕوودەدەن [Smith, et al., 2003:553]. دەڵێن: نائاساییبوونی پێکهاتەی مێشک و کارلێکە کیمیاوییەکانی ناو مێشک لەوانەیە هۆکاریی بۆماوەیی هەبێت، بەڵام لەوانەشە بەهۆی ئازارگەیشتنی مێشکی ئەو کەسەوە ڕووبدات کاتێک کۆرپەلەیە یان منداڵێکی بچوکە .
توێژینەوەکان دەریانخستووە کە ئەو کەسانەی کە تووشی شیزۆفرینیا دەبن زۆر لەوەدەچێت خاوەنی مێژوویەک بن لە ناڕەحەتی لەکاتی لەدایکبووندا ، زەرەرمەندبوونی مێشک بەر لە لەدایکبوون ، هەوکردنی سیستەمی ناوەندی دەمار (وەک ئیفلیجی منداڵ) ، ناڕەحەتی دایکیان لە کاتی سکپڕیدا یان تووشبوون بە ئینفلۆنزا لەکاتی سکپڕیدا [Jablensky 2000] .
فرۆیدو لایەنگرەکانی هەروەک چۆن دەڕواننە دیاردە سایکۆلۆجییەکانی تر ئەئاواش سەیری شیزۆفرینیا دەکەن. فرۆید دەڵێت لە ململانێی نێوان id و ego و Superego دا ego لەلایەن Superego یان id ەوە سەرکوتدەکرێت و ئەویش دەگەڕێتەوە بەرەو منداڵی و وەک منداڵێکی ساوا هەڵسوکەوت دەکات، ئەو دەیەوێت خۆی بسەلمێنێت و لەو نێوانەشدا خەیاڵ و ڕاستی تێکەڵ دەبن، یان جێگۆڕکێ دەکەن .
بەڵام بەداخەوە هیچ بەڵگەیەکی زانستی لەبەردەستدا نییە کە پشتگیری بیروڕاکانی فرۆید بکات لەمەڕ شیزۆفرینیا. بەڵکو بەپێچەوانەوە زۆربەی زانایان لەسەر ئەوە کۆکن کە هەڵسوکەوتی نەخۆشی شیزۆفرینیا وەکو هەڵسوکەوتی منداڵی نییە [Turner, 2003:741] .
سایکۆلۆجیستە سلوکییەکان (Behaviourists) لەو باوەڕەدان کە شیزۆفرینیا هەڵسوکەوتێکی خووپێوەگیراوو فێربوونە. ئەوان دەڵێن ئەو نەخۆشانەی کە هەڵسوکەوتی شیزۆفرینیایان تێدا دەردەکەوێت

---

[5] مادەیەکی کیمیاوییە لە مێشکدا کە بەرپرسیارە لە گەیاندنی ئەرکەکانی دەمار بە خانە.
[6] ئەو نەخۆشییە دەبێتە هۆی ئیفلیجییەکی تەواو لە لەشدا.

ئەوە فێری بوون و خوویان پێوەگرتووە لە ڕێگای بەهێزکردن و چەسپاندنەوەی هەڵسوکەوتەکانەوە، تەنانەت هەندێک نەخۆش لە نەخۆشخانەکاندا ئەو چەسپاندنەیان لە نەخۆشی ترەوە بۆ دەگوێزرێتەوە لە ڕێگای لاسایی کردنەوە و پێکەوە ژیانەوە. بەڵام نەخۆشە شیزۆفرینیاکان هەڵسوکەوتی جیاوازو نیشانەی جیاجیایان تێدا دەردەکەوێت، هەر بۆیە ناتوانرێت بیروڕای ئەم سایکۆلۆجیستانە بە جێگای متمانەو وەڵامدەرەوە دابنرێت بۆ شیزۆفرینیا .

سایکۆلۆجیستە کۆگنتیفەکان (Cognitive) لەوباوەڕەدان کە مێشکی نەخۆشە شیزۆفرینیاکان ناتوانێت هەموو ئەو زانیاریانە تەحەمول بکات کە لە هەموو لایەکەوە بەسەریاندا دەبارێت و وەکو کاردانەوەیەک بۆ ئەوەش نەخۆشەکە لە جیهانی واقیعی پاشەکشە دەکات .

بەڵام خۆ نیشانەکانی شیزۆفرینیا هەر لە گەورەدا دەرناکەون بەڵکو لە منالێشدا دەردەکەون. ئەم سایکۆلۆجیستانە ناتوانن ئەوە ڕوون بکەنەوە کە بۆچی ئەو گۆڕانانە ڕوودەدەن لە گوفتارو ڕەفتاری ئەو نەخۆشانەداو هۆکارەکانی چین. لەکاتێکدا ئەو نیشانانە لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی تر دەگۆڕێن و لە تاکە کەسێکیشدا لە کاتێکەوە بۆکاتێکی تر هەمدیس جیاوازن. هەندێک لە توێژەرەوان لەو باوەڕەدان کە زۆرجار کارکردە لاوەکییەکانی هەندێک دەرمان ئەو نیشانانە دروست بکەن.

تەنانەت هەندێک لە سایکۆلۆجیستەکان دەڵێن نەخۆشییەک لە گۆڕێدا نییە ناوی شیزۆفرینیا بێت، ئەو کەسانە خۆیان هەڵسوکەوتیان نامۆیەو کۆنترۆڵ ناکرێت و خەڵکیش بە نەخۆش لەقاڵبیان دەدەن [Szasz 1962] .

ئەو کەسانە بەم لەقاڵبدانە هەڵسوکوتەکەیان ئەوەندەی تر لەلا ئاسایدەبێتەوە و بەم جۆرە و بەپێی ئەم گروپە ئەو کەسانە کۆمەڵگا چ مۆرکێکی پێوەنابن ڕێک بەوجۆرە هەڵسوکەوت دەکەن .

مەسەلەی مۆرکپێوەنان و لەقاڵبدانی خەڵکی کاریگەری زۆری هەیە لەسەر هەڵسوکوت و ڕەفتاریان بەڵام بۆ نەخۆشییەکی مێشکی وەک شیزۆفرینیا ناتوانرێت بە تەنها هۆ بژمێررێت.

لەبەرئەوەی شیزۆفرینیا زیاتر لەنێو هەژاراندا دەردەکەوێت تا دەوڵەمەندان، زۆر لە توێژەرەوان لەو باوەڕەدان کە فشارە دەوروبەرییەکان و تاڵاوی ژیان دەبنە هۆی شیزۆفرینیا. ڕاپۆرتی بەرپرسی نوشداری گشتی لە ئەمەریکا لەمەڕ شیزۆفرینیا ٢٠٠٢ دەڵێت: نەک هەر پێکهاتەی بایۆلۆجی مێشک کار دەکاتە سەر هەڵسوکەوت و ڕەفتار، بەڵکو هەڵسوکەوت و ڕەفتاریش کاردەکەنە سەر پێکهاتەی مێشک و گۆڕانکاری تێدا ئەنجامدەدەن .

ئەگەرچی بنچینەیەکی زانستی نییە جەخت لەسەر ئەوە بکاتەوە کە تاڵاوەکانی ژیان دەبنە هۆی تووشبوون بە نەخۆشی شیزۆفرینیا، بەڵام ئەوەی حاشا هەڵنەگرە ئەوەیە کە گیروگرفت و تاڵاوەکانی ژیان دەبنە پاڵپشت و پاڵنەر بۆ ئەوانەی کە ئامادەیی بایۆلۆجییان تیایە بۆ توشبوون بەم نەخۆشییە و زۆر جار بڕیاردەری سەرەکیشن.

بەم جۆرە دەتوانین بڵێین کە هۆکارە دەوروبەرییەکان هەلومەرجەکە خەستدەکەنەوە بۆ ئەوانەی کە هەڵگری جینێکی شیزۆفرینیان یان ئامادەیی بایۆلۆجی ترین تێدایە. ڕاپۆرتی پزیشکانی ئەمەریکاش جەخت لەسەر ئەوە دەکاتەوە کە باشکردنی هەلومەرجی ژیان و گوزەرانی خەڵکی لە ماوەی درێژخایەندا کاریگەری خۆی هەیە لەسەر بەرگرتن لە دەرکەوتنی نیشانەکانی ئەم نەخۆشییە .

لەلایەکی ترەوە هەندێک لە توێژەرەوان دەڵێن دەوڵەمەندەکانیش بە ئەندازەی هەژارەکان تووشی ئەم نەخۆشییە دەبن، بەڵام ئەوان چونکە پارەدارن دەتوانن لایەنە لاوازەکانیان بشارنەوە .

شیزۆفرینیا نەخۆشییەکی ئەقڵییە و پێدەچێت گەلێک هۆکاری هەبێت و پێویستی بە کۆبوونەوەی گەلێک فاکتۆر هەبێت لە یەک کەسدا بۆ ئەوەی نیشانەکانی تێدا دەربکەون. توێژینەوەکان لەم مەیدانەدا بەردەوامن بەڵام هەتا ئێستا هۆکارێکی دیاریکراو نەدۆزراوەتەوە کە بە هۆکاری سەرەکی و تایبەتی شیزۆفرینیا ناسرابێت. بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا زانستی نوشداری نوێ لە بواری چارەسەرو کۆنترۆڵکردنی ئەم نەخۆشییەدا هەنگاوی باشی ناوە لە کەم کردنەوەی نیشانەکانی و کۆنترۆڵکردنی نەخۆشییەکەدا .

تازەترین دەرئەنجامی توێژینەوە زانستییەکان پێشنیازی ئەوەدەکات کە هەڵگرتنی جینێک یان سیفاتێکی بۆماوەیی هاوکات لەگەڵ بەهێزکردن و پشتگیریکرانی لەلایەن هۆکارە دەوروبەرییەکان و تالاوەکانی ژیانەوە دەبنە هۆی شیزۆفرینیا. ئاشکراشە کە خەڵکی بەڕێژەی جیاواز دەبنە هەڵگری سیفاتە بۆماوەییەکان، بەلاّم ئەوەی ئاشکرایە ئەوەیە کە هەردو هۆکارەکە پێکەوە دەبنە بڕیاردەر لەسەر ئەوەی کە ئەو کەسە تووشی شیزۆفرینیا دەبێت یان نا .

سەرچاوەکان

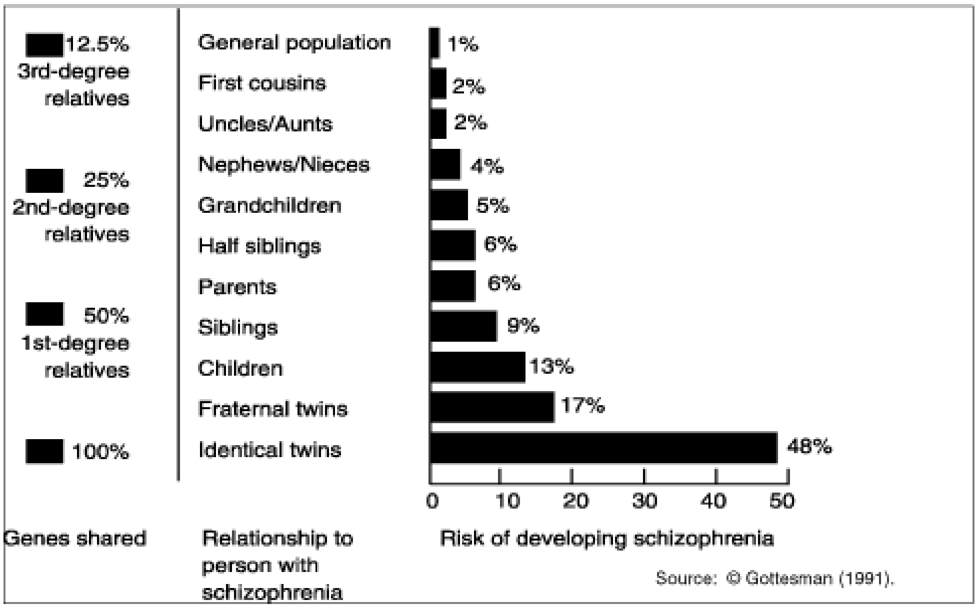
Bibliography

1. History of schizophrenia, E mental-health. Com [online]
Available from: http://www.emental-health.com/schiz_history.htm
٢٠٠٤Accessed: May 1st
2. Mental health: A report of the Surgeon General-Chapter 4(online)]
Available from:
http://www.surgeongeneral.gov/library/mentalhealth/chapter4/sec4.html#table4_6
٢٠٠٤Accessed: May 2nd
3. Schizophrenia Association of Great Britain, [online]
Available from: http://www.sagb.co.uk/10.htm
٢٠٠٤Accessed: May 1st
4. Smith, E.E., et al. (2003) Atkinson &Hilgards Introduction to Psychology. 14th edition, Belmont: Thomson Learning, Inc.
5. Turner, L. (2003) Advanced Psychology: Atypical Behaviour. 1st edition, Oxon: Hodder & Stoughton.
6. US Surgeon General's Report on Schizophrenia (2002) [online]
Available from: http://www.schizophrenia.com/research/surg.gen.2002.htm
٢٠٠٤Accessed: May 1st

*

مەترسییەکانی تووشبوون بە شیزۆفرینیا

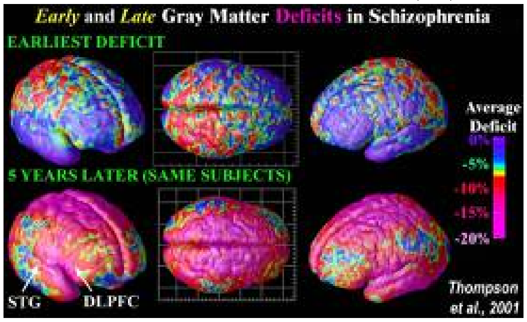
Risk of developing schizophrenia



http://www.schizophrenia.com/research/surg.gen.2002.htm

US Surgeon General's Report on Schizophrenia (2002) [online]

وێنەی مێشکی نەخۆش لە قۆناغی جیاجیای شیزۆفرینیادا:



لە گۆڤاری زانستی سەردەم ژمارە ٢٣دا بڵاوکراوەتەوە