نەشتەرگەری جوانکاریی دەموچاو، جوانتر یان گەنجترت دەکاتەوە؟

نەشتەرگەری جوانکاریی دەموچاو Facial plastic surgery چەند ساڵێك گەنجت دەکاتەوە، بەڵام هەرگیز مەرج نییە کە جوانتر و سەرنجڕاکێشترت بکات. نەشتەرگەرییەکانی جوانکاریی دەموچاو ئەمانەی خوارەوە دەگرێتەوە: گورجکردن یان بەرزکردنەوەی پێستی دەموچاو Face lift، گورجکردن یان بەرزکردنەوەی پێستی مل Neck lift کە بریتییە لە تەنیا شاردنەوەی شۆڕبوون و لۆچەکانی پێستی مل، بەرزکردنەوەی پێڵووی سەرەوە یان خوارەوە eyelid lift، بەرزکردنەوە یان گورجکردنی برۆیەکان Brow-lift. پێست بە هۆی کاریگەرییە دەرەکییەکان و تەمەن چەند گۆڕانێکی بەسەردا دێت کە کاریگەری نێگەتیف دەکەنە سەر جوانیی دەموچاو و بە چەندین مامەڵە و چارەسەری جۆراوجۆرەوە ناتوانرێت کە بە تەواوی بشارێنەوە وەکو: زبربوونی پێست، شەفافبوونی پێست لەبەر تەنکبوونی چینی سەرەوەی پێست و بەرجەستەبوونی موولوولەکانی خوێن، شل و شۆڕبوون و خاوبوونی پێست لەبەر ونبوونی شانەی لاستیکی پێست واتە ئیلاستین و کۆلاجین کە بە هۆی کاریگەری تیشکی سەرووی وەنەوشەیی لەسەر پێستدا بەرجەستەتر دەبێت، کە پێست لاستیکیەکەی لەدەست دەدات ئەوا هێزی کێشکردنی زەوی دەبێتە هۆی دابەزینی برۆ و پێڵووەکان، پاشان شۆڕبوون لە خوارەوەی روومەتەکان و خوارەوەی شەویلاکی خوارەوە، هەروەها درێژبوونەوەی نەرمەی گوێیەکان. گۆڕانەکانی پێست کە لە ئەنجامی بەرکەوتن بە تیشکی خۆردا روودەدەن بە هیچ شێوەیەك بە تەواوی پێچەوانە نابنەوە و تا ئێستا هیچ رێگایەکی پزیشکی لە ئارادا نییە بۆ گەڕاندنەوەی پێست بە تەواوی بۆ دۆخی جارانی.

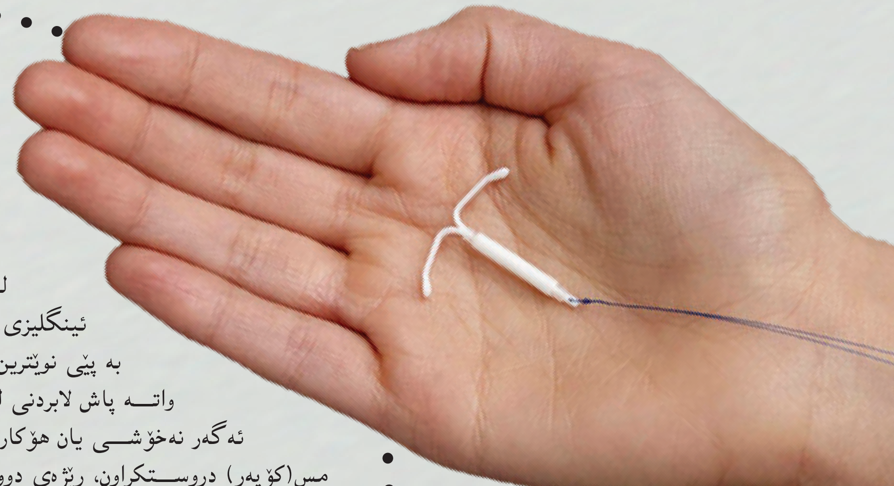
بۆچی نابێ جگەرەکێش شروبی کۆکە بەکاربێنێت؟

ئەگەرچی دەرمانی کۆکەCough medicine بە شێوەیەکی بڵاو بەکاردێت، بەڵام بۆ هەندێك حاڵەت و نەخۆشی نەك هەر گونجاو نییە بەڵکو خراپە و زیان بە تەندروستی دەگەیەنێت. جگەرەکێشان هۆکاری سەرەکییە بۆ هەوکردنی بۆڕییەکانی هەناسە کە باوترین نیشانەی بریتییە لە کۆکەی تەڕ، واتە پەیدابوونی دەردراو لەناو بۆڕییەکانی هەناسەدا، لەش لە رێگای کۆکە هەوڵی فڕێدانی ئەم دەردراوە دەدات بۆ ئەوەی رێگا لە هاتوچۆی هەوا نەگیرێت و هەناسەوەرگرتن ئاسایی بێتەوە بۆ دابینکردنی گازی ئۆکسجین. دەرمان یان شروبی کۆکە یان راگرتنی کۆکە دەبێتە هۆی مانەوەی یان کۆبوونەوەی دەردراوەکانی هەوکردن لەناو بۆڕییەکانی هەناسەدا، ئەمەش جگە لەوەی کە هەناسە قورستر دەکات، هەوکردنەکەش ئاڵۆزتر دەکات، بەمەشەوە حاڵەتەکە دەبێتە درێژخایەن. بە پێی رێنماییەکانی ئەکادیمیای ئەمریکیی پزیشکانی خێزان، نابێت شروب یان هیچ دەرمانێکی کۆکە بۆ ئەم حاڵەتانە بەکاربهێنرێت: جگەرەکێشان، هەوکردنی درێژخایەنی بۆڕییەکانی هەناسە، هەوکردنی شانەی سییەکان Pneumonia، رەبو، نەخۆشی گەورەبوونی سیکڵدانۆچکەکانی سییەکان Emphysema.

پیسبوونی هەوای ناوماڵ

پیسبوونی هەوای ناوماڵ Indoor air pollution هۆکارە بۆ گرفت لە کۆئەندامی هەناسەدا بەتایبەتی لە تووشبووان بە ڕەبو و نەخۆشییەکانی هەناسە. سەرچاوە و ماددە پیسکارەکانی هەوای ناوماڵ کە پیسکارە بایۆلۆژی و پیسکارە کیمیاییەکان دەگرێتەوە بریتین لە: دوکەڵی جگەرە، فڕنی و تەباخ، ئاوێتەکانی بکوژی مێروو، بۆیەکردنی نوێی هەر شوێنێکی ناوماڵ، زبڵ و خاشاك، گازەکانی ڕادۆن Radon و یەکەم ئۆکسیدی کاربۆن، ماددە کیمیاییە پاککەرەوەکانی ناوماڵ، ئەو ماددانەی کە لە بیناسازیدا بەکارهاتوون وەکو ئەسبێست Asbestos و قورقوشم و فۆرمەلدیهاید Formaldehyde.

بەگشتی خراپی کوالیتیی هەوای ناوماڵ هۆکارە بۆ هەستکردن بە ناڕەحەتی کە تەنیا بە نەهێشتنی سەرچاوەکانی پیسبوونی هەوای ناوماڵ نامێنێت، بەڵام پاشان لە ئایندەدا گرفتی تەندروستی پەیدا دەکات لە نەخۆشییەکانی کۆئەندامی هەناسەوە بگرە تا دەگاتە شێرپەنجە. نیشانە زووەکانی پیسبوونی هەوای ناوماڵ لەسەر تەندروستیدا بریتین لە: سووتانەوەی چاوەکان، سووتانەوەی قوڕگ و لووت، سەرئێشە، سەرسووڕان، هەستکردن بە هیلاکی کە بۆ ماوەیەکی کورت بەردەوام دەبن. کاریگەرییە درەنگەکان کە لەوانەیە پاش چەند ساڵێك سەرهەڵبدەن بریتین لە: نەخۆشییەکانی هەناسە، نەخۆشی دڵ، شێرپەنجە. بێگومان چڕی ماددە پیسکارەکان و ماوەی بەرکەوتن بەم ماددانە لەگەڵ تەمەن و تەندروستیی کەسیی قەبارەی کاریگەرییە زیانبەخشەکان دیاردەکەن.



لەولــەب هەرگیز نابێتە هۆی نەزۆکی

لەولەب IUD ئامێرێکی بچووکە لە شـــێوەی پیتی T ی ئینگلیزی، دەخرێتە ناو منداڵدان بە مەبەستی رێگرتن لە دووگیانبوون. بە پێی نوێترین لێکۆڵینەوە، لەولەب هەرگیز نابێتە هۆی نەزۆکی لە ئایندەدا، واتــە پاش لابردنی لەولەب توانای دووگیانبوون بە خێرایی وەکو پێشـــان دەگەڕێتەوە ئەگەر نەخۆشـــی یان هۆکارێکی تر رێگر نەبێت. زۆربەی جۆرەکانی لەولەب لە پلاســـتیك و مس(کۆپەر) دروســـتکراون، رێژەی دووگیانبوون پاش لابردنی ئـــەم جۆرە لەولەبە دەگاتە ٧٨٪، هەروەها رێـــژەی دووگیانبوون پاش لابردنی لەولەبی هۆرمۆنی (کە هۆرمۆنی پرۆجێتســـیرۆن لەخۆدەگرێت) دەگاتە ٧٤٪. ئەگەرچی لابردنی لەولەب بە کەمی دەبێتە ئەگەری گرفتی تەندروســـتی، بەڵام لە هەندێك حاڵەتدا لەوانەیە کە چەند ئاڵۆزییەك ســـەرهەڵبدەن وەکو: هەوکردنـــی ئەندامەکانی زاوزێ وەکو منداڵدان، لوولەی منداڵدان(لوولـــەی فالوپ)، هێلکەدان کە هۆکارێکە بۆ نەزۆکی تا رێژەی ١١٪، دووگیانی لە دەرەوەی منداڵداندا تا رێژەی ١٢٪، پاش لابرنی لەولەب لەوانەیە کە راســـتەوخۆ خوێنبەربوون و ئازارێکی کەم روودات، خوێنبەربوون لە منداڵدان کە بڕێکی کەمە و سادەیە و پاش ماوەیەکی کورت لەخۆیەوە دەوەستێت، هەستکردن بە ئازار یان نارەحەتی لە بەشی خوارەوەی سکدا لە زۆربەی حاڵەتەکاندا روودەدات و زوو لەخۆیەوە نامێنێت، شـــکانی لەولـــەب لەکاتی لابردنی و مانەوەی بەشـــێکی لەناو منداڵداندا کە ئەگەری هەوکردن زیاد دەکات لەگەڵ ئازار و خوێنبەربوون، هەندێك جاریش هۆکارە بۆ دواکەوتنی دووگیانبوون تا هەموو پارچەکان بە یارمەتی تیشـــکی X یان سۆنار لادەبرێن.

چی سەبارەت بـــــــ

ســـپڵ Spleen گەورەترین ئەندامی ســـستمی لیمفاوی لەشـــە، کەوتۆتە ژێرەوەی قەفەســـی ســـینگ لە لای چەپ و ســـەرەوەی گـــەدە، پانییەکـــەی ٥ گرێ و کێشەکەی ١٧٠ گرام دەبێت. سپڵ وەکو فلتەری خوێن کاردەکات، گرنگی هەیە لە باڵانســـی شـــلەکانی لەشـــدا، کۆنترۆڵی بڕی خڕۆکە ســـوورەکانی خوێن و خەزنکردنی خوێن دەکات، لە رێگای بەرهەمهێنانی لیمفۆسایتەکاندا رۆڵی هەیە لە بەرەنگاربوونەوەی هەوکردنە میکرۆبییەکاندا. گەورەبوونـــی یان ئاوســـانی ســـپڵ باوترین گرفتی ســـپڵە، ئەگەرچی چارەسەری هەیە، بەڵام ئەگەری دڕان یان تەقینی ســـپڵ زیاد دەکات، هـــۆکاری جیاوازی لـــە پاڵەوەیە، بۆ

لەوانەیە پاش نەشتەرگەری جوانکاریی لووت دەنگت بگۆڕێت

راستە کە نەشتەرگەری جوانکاریی لووت Rhinoplasty روخساری دەموچاوت دەگۆڕێت، بەڵام لەوانەیە کە دەنگیشت بگۆڕێت، ئەمەش زیاتر بۆ ئەو کەسانە دەبێتە گرفت کە پیشەکەیان پەیوەستە بە بەکارهێنانی دەنگیان، جوانکاری لووت هەرگیز نابێتە هۆی گرفت لە قسەکردندا، هۆکاری ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ تەسکبوونەوە یان بچووکبوونەوەی بۆشایی لووت پاش نەشتەرگەری، لەگەڵ گۆڕان لە رووبەری رووی بۆشایی لووتدا لەوانەیە کە بەرگری بەرانبەر بە لێشاوی هەوا زیاد بکات، ئەمەش دەبێتە هۆی زیادبوونی هەڵمژینی دەنگ و کەمبوونەوەی تێنی دەنگ Amplitude. جگە لە ئەگەری گۆڕانی دەنگ پاش نەشتەرگەری جوانکاریی لووت، لەوانەیە کە گەلێك ئاڵۆزی تر لە کاتی جیاوازدا سەرهەڵبدەن وەکو: خوێنبەربوون، هەوکردن، ئاوسان لە دەوری چاوەکان و لووتدا کە بۆ ماوەی نزیکەی ٢ هەفتە دەمێنێتەوە، هەندێك جاریش ئاوسانێکی کەم بۆ ماوەی ٦ مانگ بەردەوام دەبێت ئینجا نامێنێت، هەستکردن بە ئازار و سڕبوون لە ناوچەی لووتدا لە ئەنجامی دەستکاریکردنی ئێسك و کڕکڕاگەی لووت کە بەگشتی سووکە و بۆ ماوەیەکی کورت بەردەوام دەبێت، پەیدابوونی ئاسەوار لە بنکەی لووتدا، شین و مۆربوونی دەوری چاوەکان Bruising کە بۆ ماوەی ١٠ رۆژ بەردەوام دەبێت. بەردەوام دەبێت، پەیدابوونی ئاسەوار لە بنکەی لووتدا، شین و مۆربوونی دەوری چاوەکان Bruising کە بۆ ماوەی ١٠ رۆژ بەردەوام دەبێت.

ــــــه سپڵ دەزانیت؟

نموونە: هەندێك جۆری هەوکردنی بەکتریایی و ڤایرۆسی، مەلاریا، نەخۆشی شیبوونەوەی خوێن، نەخۆشی جگەر وەکو مۆمبوونی جگەر Cirrhosis، شێرپەنجەی خوێن، شێرپەنجەی لیمفاوی، فشار لەسەر خوێنهێنەرەکانی جگەر یان سپڵ. هاوکات لەگەڵ ئاوسانی سپڵدا لەوانەیە کە چەند نیشانەیەك سەرهەڵبدەن وەکو: ئازار لە بەشی چەپی سکدا، هەستکردن بە زوو ماندووبوون، کەمخوێنی، هەستکردن بە تێربوون. مرۆڤ دەتوانێت بەبێ سپڵ بژییێت، چونکە جگەر و لیمفەگرێیەکان فرمانی سپڵ جێبەجێ دەکەن. لابردنی سپڵ بە نەشتەرگەری Splenectomy ئەنجام دەدرێت لەم حاڵەتانەی خوارەوەدا: زەبر کە بووبێتە هۆی برینداربوونی سپڵ، نەخۆشییەکای خوێن بەتایبەتی شیبوونەوەی خوێن، تالاسیمیا، نەخۆشی کەمبوونەوەی رێژەی خەپڵەکانی خوێن ITP، شێرپەنجەی خوێن، شێرپەنجەی سستمی لیمفاوی.