هەڵمەتی هۆشیارکردنەوەی هاووڵاتیان لە نەخۆشیی شێرپەنجە

شێرپەنجە نەخۆشییەکی درێژخایەنەو یەکێك لەو نەخۆشییانەیە کە مەترسیی گەورە لەسەر ژیانی توشبوو دروست دەکات، هەر بۆیە بە مەبەستی هۆشیارکردنەوەی هاووڵاتیان لە ناسینەوەی نیشانەکانی نەخۆشییەکە و زوو دەستنیشانکردنی، مانگی ئۆکتۆبەر لە سەرنسەری جیهاندا وەك مانگی هۆشیارکردنەوەی شێرپەنجە دیاری کراوە. بەپێی ئامارەکانی رێکخراوی تەندروستیی جیهانی رێژەی تووشبوون بە نەخۆشیی شێرپەنجە لەهەڵکشاندایە و ئەمساڵ بەرێژەی ١٨،١ ملیۆن کەس لە جیهاندا تووشی شێرپەنجە بوون، ئەوەش رێژەیەکی زۆر بەرز و مەترسیدارە. پزیشکان ئاماژە بەوە دەکەن زۆرترین هۆکارەکانی تووشبوون بە شێرپەنجە درەنگ دەستنیشانکردنیەتی، هۆکاری ئەوەش بۆ ناهۆشیاریی تەندروستیی هاووڵاتیان دەگەڕێننەوە. بەشداربووانی ئەم راپۆرتەی گوڵان زانیاری زیاترمان سەبارەت بە نەخۆشیی شێرپەنجە پێ دەدەن.

گوڵان: کۆمەڵایەتی

نووسەر و شاعیر و رۆژنامەنووس ستیڤان شەمزینی لە نەخۆشخانەی گلیاد ئاینس، قاوشی نەخۆشیی شێرپەنجە، بۆ ماوەی شەش ساڵە چارەسەر وەردەگرێت و لەگەڵ ئەو نەخۆشییەدا بە ورەیەکی بەرزەوە ململانێ دەکات. بۆیە جەخت لەوە دەکاتەوە کە «هەڵمەتی هۆشیارکردنەوە وەك هەڵمەتێکی نیشتمانی بۆ بەرەنگاریی نەخۆشی شێرپەنجە، بایەخێکی زۆری هەیە، بەو پێیەی هێشتا هۆشیاریی تەندروستیی لە کۆمەڵگەی ئێمەدا لە ئاستێکی نزمدایە، ئەمە لەلایەك و لەلایەکی دیکەوە رۆژانە زانست هۆکاری نوێ و نەبینراوی دیکە دەدۆزێتەوە کە دەبنە فاکتۆری سەرهەڵدانی نەخۆشیی سەرەتان، بۆیە دەبێت بەپێی بەرنامەیەکی چڕ و پڕی هەمەلایەن هۆشیاریی و زانیاریی لە بارەی ئەم نەخۆشییە بخرێتەڕوو، چونکە من دەزانم هێشتا خەڵك لە کوردستان خۆیان لە ناوهێنانی سەرەتان دەبوێرن و بە «نەخۆشییە پیسەکە» ناودێری دەکەن، ئەم ترسە لە جێی خۆیدا نییە، چونکە هەموو نەخۆشییەك پیس و مەترسیدارە، ئەگەر بێت و چارەسەر نەکرێت. بۆیە پێویستە نەك لە رووی تەندروستییەوە، بەڵکو لە رووی دەروونی و کۆمەڵناسیشەوە لە بارەی شێرپەنجە بەناو خەڵکدا هۆشیاریی بڵاوبکرێتەوە.» گوتیشی: «ئەوەندەی من دیقەتم داوە، ئەو چارەسەرانەی بۆ تووشبووانی شێرپەنجە لە کوردستان بەگشتی و نەخۆشخانەی هیوا لە سلێمانی بەتایبەتی بۆ تووشبوان دەکرێت، لە رووی کوالێتیی دەرمانەوە جیاوازییەکی زۆری نییە لەگەڵ ئەو چارەسەرییانەی بۆ ئەم نەخۆشییە لە ئەڵمانیا دەکرێت، بەڵام ئەوەی نادیدە گیراوە، نەبوونی سیکۆلۆگ و رێنمایی دەروونیی نەخۆشە، چونکە ئەمە فاکتێکی زانستییە و ئیرادە و بەهێزیی نەخۆش نیوە زیاتری پرۆسەی چارەسەرە، مرۆڤی ئێمە بە ترس و لەرزەوە پێی دەوترێت تووشی کانسەر بووە، چونکە لە رووی دەروونییەوە تۆقێنراوە، لە کاتێکدا من وەك خۆم لە رۆژی یەکەمەوە بە روونی پێموترا دوچاری شێرپەنجەی مۆخ و مێشك بوومەتەوە، تۆمۆرێکی گەورەی سەرەتانی لەناو مێشکمدا هەیە. ئەمەوێت شتێك بە هاوچارەنووسانم بڵێم، من لە ساڵی ٢٠١٢وە بەرەنگاریی ئەم نەخۆشییە دەبمەوە، لەو ماوەیەدا نیوەی کاتەکانی ژیانم لە نەخۆشخانە بردۆتەسەر، بەڵام من لە بری بیرکردنەوە لە نەخۆشی و خۆ رادەستکردن بە قەدەری

پێویستە ئەزموون لە وڵاتانی دراوسێ وەربگرن و قۆناغ بە قۆناغ لەگەڵ پێشکەوتنەکانی جیهاندا برۆن لە میدیاکاندا زیاتر باسی ئەم نەخۆشییە بکرێت

سەرەتان، بە کۆکردنەوەی نووسراوەکانم خۆم سەرقاڵ کرد، هەرواش بەردەوام بووم لە نووسینی زیاتر لە بواری ئەدەبی و کولتووریدا، هەر لەو ماوەیەدا کەڵکم لە کاتە بەتاڵەکانم وەرگرت و پێداچوونەوەم بۆ کتێبەکانم کردو کتێبی تریشم نووسی، لە ٢٠١٢وە تا ئەمرۆ کە ئۆکتۆبەری ٢٠١٨یە، یازدە ١١ کتێبم چاپکرد، ئێستاش کتێبێکی تری شیعرم لە توێی ٣٠٠ لاپەڕەدا لەژێر چاپە و سەرەتای مانگی داهاتوو دەکەوێتە بەر دیدی خوێنەران. من بە ئەزموونی خۆم بۆم دەرکەوت ئیرادەی مرۆڤ لە سەرەتان بەهێزترە، بۆیە گرنگترین شت لای من بەهێزکردنی ئیرادە و دەروونی نەخۆشە، ئینجا تێراپییەکان رۆڵ دەبینێت.»

د. سۆزان هۆشیار پسپۆڕی نەشتەرگەری گشتی و سەرۆکی سەنتەری چارەسەرکردنی نەخۆشییەکانی مەمك لە هەولێر، ئاماژە بەوە دەکات کە سەنتەری چارەسەرکردنی نەخۆشییەکانی مەمك سەنتەرێکی حکوومییە و ماوەی دووساڵە دامەزراوە، پێشتر بەشێك بوو لە نەخۆشخانەی لەدایکبوون و منداڵان، هەفتانە پشکنین بۆ خانمان ئەنجامدەدرا، دوای ئەوەی بینرا نەخۆشێکی زۆر سەردانی نەخۆشخانەیان دەکرد، دەستکرا بە دروستکردنی بەشێکی تایبەت بەم نەخۆشییە هەر لە ناو نەخۆشخانەی لەدایکبوون و منداڵان، ستافەکە بەهۆی کولتوور و نەریت لە چەندین پزیشکی پسپۆڕی ئافرەت پێکهاتووە، بۆ ئەوەی خانمان شەرم لە هاتنیان بۆ ئەو سەنتەرە نەکەن، تاوەکو نەخۆش بە ئیسراحەتی خۆی لەگەڵ پزیشکەکان نەخۆشییەکەی باس بکات، رۆژانە ٤٠ بۆ ٥٠ نەخۆش سەردانمان دەکەن، تەنیا لە مانگی رابردوو ١٠٥٧ نەخۆش سەردانی سەنتەرەکەمانیان کردووە، هاوکات رۆژانە لە رێگەی سەنتەرەکانی دەرەوە، بنکە تەندروستییەکان، نەخۆشخانەکان و کلینیکە تایبەتەکان پەیوەندیمان پێوە دەکەن، جگە لە شاری هەولێر و شارەکانی دیکەی کوردستان، نەخۆش لە خواروو و ناوەڕاستی عێراقیشەوە پەیوەندیمان پێوە دەکەن و سەردانمان دەکەن.» گوتیشی: «گرنگیی هەڵمەتی هۆشیاری لەسەر نەخۆشیی شێرپەنجە کە ساڵانە بۆ ماوەی یەك مانگ لە مانگی ئۆکتۆبەر رادەگەیەندرێت، لەوەدایە کە خانمان مانگانە ئەو پشکنینە ئەنجام بدەن، بۆ ئەوەی ئەگەر هەر گۆڕانکارییەك لە جەستەیان ببینن بە

پێویستە بودجەی زیاتر بۆ وەزارەتی تەندروستی تەرخان بکرێت و حکومەت بەرنامەی تۆکمەی بۆ دابڕێژێت و نەخۆشخانەکانی کەرتی حکوومی زیاتر بە نەخۆشیی شێرپەنجە ئاشنا بکەن و کەسانی شارەزا لەوبارەوە رابهێنن و دایانبمەزرێنن

زووترین کات سەردانی پزیشك بکەن، چونکە سەلمێندراوە چەند زووتر نەخۆشیی شێرپەنجە دەستنیشان بکرێت لە قۆناغی سەرەتاییدا ئەوەندە چارەسەری خێراتر دەبێت، زۆرترین هۆکارەکانی تووشبوون بە شێرپەنجە درەنگ دەستنیشانکردنیەتی، ئەوەش بۆ ناهۆشیاریی تەندروستیی هاووڵاتیان دەگەڕێتەوە، ئەگەر خەڵك هۆشیار بێت، پێش چارەسەرکردن، کار لەسەر خۆپاراستن دەکات، خۆشبەختانە لەماوەی ئەم دوو ساڵەی رابردوودا بەهۆی بڵاوبوونەوەی هۆشیاری لە نێو خەڵك، زۆربەی خانمان مانگانە بۆ پشکنین سەردانی سەنتەرەکانی پشکنینی مەمك دەکەن و داوای رێنمایی تەندروستی دەکەن، وەکو پسپۆڕی نەشتەرگەری گشتی داوا لە هەموو خانمان دەکەم، پشکنینی مانگانە بکەن، هاوکات خانمان دڵنیا دەکەمەوە بەوەی کە هەر نەخۆشییەك لە مەمك پەیدا بێت، مەرج نییە شێرپەنجە بێت، هەر ئافرەتێکیش تووشی شێرپەنجە بێت، ئەوە کۆتایی دنیا نییە، چونکە شێرپەنجە چارەسەری هەیە و گرنگترین خاڵ لە کاتی بوونی ئەو نەخۆشییە باری دەروونیی نەخۆشەکەیە، چەند ئەو کەسە ئیرادەی بەهێز بێت و بڕوای وابێت بەسەر نەخۆشییەکەدا زاڵ دەبێت، ئەوەندە سەرکەوتوو دەبێت لە وەرگرتنی چارەسەرییەکانی و ئەگەری رزگاربوونی زۆر دەبێت.»

دکتۆر سەمیر بەرزنجی پزیشکی نەشتەرگەری گشتییە و بەمجۆرە لە سەر نەخۆشییەکە زانیاری زیاترمان پێ دەدات:

«مانگی ئۆکتۆبەری هەموو ساڵێك مانگی هۆشیارکردنەوەی تاکە لە شێرپەنجەی مەمك، بە درێژایی ئەو مانگە سەدان رێکخراو و کۆمەڵە لە سەرانسەری جیهان چالاکی و کەمپین و سیمینار و کۆنفرانس رێکدەخەن، تیشکدەخەنە سەر گرنگیی هۆشیارکردنەوەی خانمان دەربارەی شێرپەنجەی مەمك و ئەنجامدانی توێژینەوەی جۆراوجۆر، لە هەمان مانگدا کۆمەك و هاوکاری بەم رێکخراوانە دەبەخشرێت، کە کار لەسەر بڵاوکردنەوەی هۆشیاریی تەندروستی دەکەن، بەداخەوە بە پێی ئامارەکان لە هەر هەشت ئافرەت یەکێکیان تووشی شێرپەنجەی مەمك دەبێت، بۆیە ئێمەی پزیشکان بە پێویستی دەزانین تیشك بخەینە سەر ئەم بابەتە هەستیارە و دایکان و خوشکان ئاگادار بکەینەوە و بە رێگەکانی خۆپاراستن و دەستنیشانکردنی پێشوەختە ئاشنایان بکەین، تووشبوون بە شێرپەنجەی مەمك زیاتر لە هۆکارێکی هەیە، هۆکاری جینات و بوونی شێرپەنجەی مەمك لەناو خێزاندا و هۆکاری هۆڕمۆنی و ژینگەیی، شێوازی ژیانکردن و خواردنەوە ماددە کحولییەکان و چەندان هۆکاری دی.

بە مەبەستی زوو دەستنیشانکردنی نەخۆشییەکانی مەمك بەتایبەتی شێرپەنجە و زوو چارەسەرکردنی، پێویستە هەموو خانمێك زانیاری لەسەر هەبێت، کە بەم ریگایانە دەکرێت:

* پشکنینی خۆیی (خانمەکە خۆی پشکنین بۆ خۆی ئەنجام دەدات).

* پشکنینی کلینیکی (لەلایەن پزیشکی پسپۆڕەوە ئەنجام دەدرێت).

* پشکنین بە تیشکی ماموٚگرافی.

* پشکنین لە رێگەی لەرەی موگناتیسی.

* پشکنینی جینات.

ئامۆژگاریم بۆ خانمان ئەوەیە کە چەند خاڵێکی گرنگ هەیە نابێت فەرامۆش بکرێ، لەوانە:

* خانمان پێویستە ئەم پشکنینە بکەن بە رۆتین ئەوکات ئاسانتر و باشتر دەتوانن هەست بە گۆڕانکارییەکان بکەن.

* ئەگەر هەستت بە گرێ یان ئاوسانێك کرد، مەترسە چونکە زۆربەی گرێیەکان پاکن (زۆرجاریش ئافرەت هەر خۆی شێوەی مەمکی وایە و هەست دەکرێ گرێی هەیە.

* لە هەر گۆڕانکارییەك پزیشکەکەت ئاگادار بکەوە.

رێژەیەکی زۆر لە جۆری شێرپەنجەی مەمك هەیە کە توانای گۆڕان و بڵاوبوونەوەیان بە شانەکانی تری خانە هەمەچەشنە. تاوەکو ئێستا هۆکاری سەرەکیی شێرپەنجەی مەمەك بە تەواوی نەزانراوە، بەڵام کۆمەڵە هۆکارێك دەستنیشان کراون

لە هەر دوانزە مانگەکەی ساڵ دەبێت بە چڕی بۆ گەیاندنی زانیاری پێویست و بەهۆش و بەئاگاهێنانەوەی خەڵک لە رێگەکانی بەرەنگاربوونەوەی نەخۆشیی شێرپەنجە و خۆپاراستن لەو نەخۆشییە کاری جددی بکرێت

چەندین ساڵە بەڵێنم بە خۆم، خوا و خەڵک داوە کە خزمەتکارێکی خۆبەخشی خوا بۆ خەڵک بم، چونکە خۆم تووشبووی نەخۆشیی شێرپەنجەم و وەکو هاوچارەنووسێک زووتر و زیاتر لە نەخۆشانی شێرپەنجە تێدەگەم

نەک تەنیا لەگەڵ خۆم راستگۆ بووم، بەڵکو لەگەڵ دنیا بە راستگۆیی هاتمە پێشەوە و بە ئاشکرا و راشکاوانە تووشبوونم بە شێرپەنجە راگەیاند و بەو شێوەیە رێگەم بۆ پرسیاری هەزاران کەس خۆش و ئەمین کرد

کە ئەگەری تووشبوونەکە زیاد دەکەن.

نیشانەکانی شێرپەنجەی مەمك ئەمانە دەگرێتەوە:

بوونی گرێ لە مەمك یان لە بن باڵدا.

دەرچوونی خوێن لە گۆی مەمکەوە.

هەڵگەڕانەوەی گۆی مەمك.

ئازاری مەمك، یان گۆی مەمك.

گۆڕانی قەبارە، یان شێوەی مەمك یان گۆی مەمك.

ئاوسانی گرێ لیمفێکانی مل، یان بن باڵ.

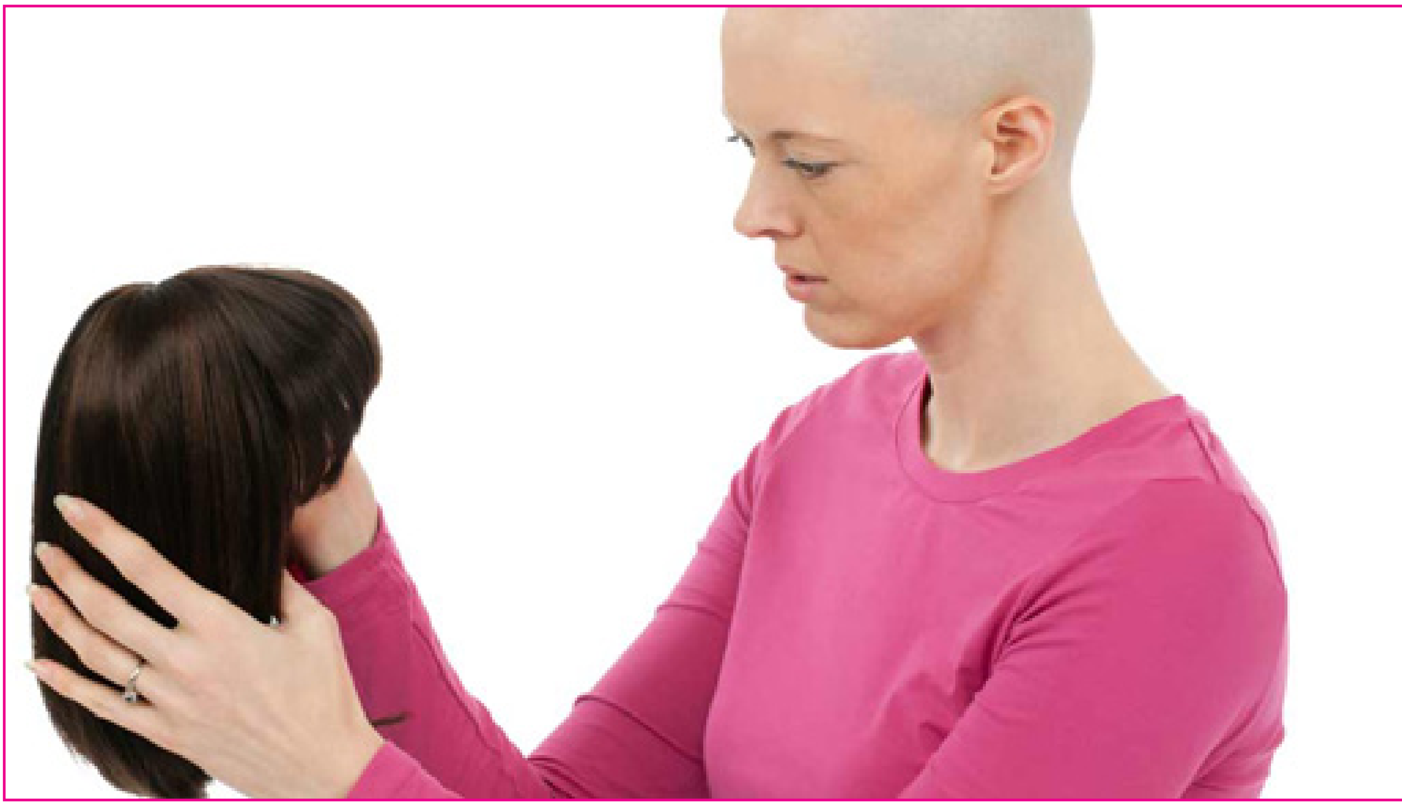
چارەسەری شێرپەنجەی مەمك پشت دەبەستێت بە جۆر و پلەی شێرپەنجەکە کە لە (١ بۆ ٤) ستەیج پێکدێت، چارەسەرەکان نەشتەرگەری، تیشکلێدان radiation و چارەسەری کیمیایی دەگرێتەوە.»

گوڵاڵە پشدەری بەرپرسی رێکخراوی پەنا بۆ تووشبووانی شێرپەنجە، سەبارەت بە هەمان پرس دەڵێت: «هەوڵدان و بەکارهێنانی وزەی من بۆ بابەتی بەرەنگاربوونەوەی شێرپەنجە دەگەڕێتەوە سەر ئەوەی کە لەسەر نەخۆشیی شێرپەنجە لە ناو ژینگەی وڵاتانی رۆژهەڵاتیدا بەگشتی و لەناو کوردانددا بەتایبەتی ئەو بابەتە دەشاردرێتەوە و قسەی لەسەر نەکراوە، بایەخێکی ئەوتۆی پێ نەدراوە.» گوتیشی: «ترس، شەرم، نەزانین ئەو سێ بابەتە دەبنە هۆی زۆر گرفت بۆ کەسی تووشبوو. لابردنی ئەو بەربەستانە زۆر ئەستەمە، بەڵام دەتوانین کاریگەریمان بۆ دابەزاندنی رێژەکەی هەبێت. (ترس) بە هۆی نەزانینی جۆری شێرپەنجە و راددەکەی، (شەرم) بە هۆی ئەوەی کە کەسی تووشبوو بەتایبەت ژنان بە کەمتر سەیر دەکرێن، بە هۆی نەخۆشیی شێرپەنجەی مەمك، یان منداڵدان.» سەبارەت بە ژیانی خۆیشی وەك تووشبوویەك بە نەخۆشی شێرپەنجە گوتی: «کاتێك نەخۆشیی شێرپەنجەی مەمك لەلایەن پزیشکەکەم دەستنیشان کرا، نەك تەنیا لەگەڵ خۆم راستگۆ بووم، بەڵکو لەگەڵ دنیا بە راستگۆیی هاتمە پێشەوە و بە ئاشکرا و راشکاوانە رامگەیاند و تووشبوونم بە شێرپەنجە بڵاوکردەوە، چونکە بەو شێوەیە رێگەم بۆ پرسیاری هەزاران کەس خۆش و ئەمین کرد، کە بوێر بن و نزیك ببنەوە، توانیومە بە ئەزموونی خۆم بارێك لە گومان و دڵەڕاوکێی زۆر کەس هەڵبگرم و رێنماییان بکەم. زۆر کەسی تووشبوو هەن کە لە کاتی بیستنی تووشبوونیان بە نەخۆشیی شێرپەنجە تووشی شۆك دەبن و نایانەوێ گوێیان لە هیچ بێت، چونکە پەیامەکە سەختە وەرگرتنی و هەزمکردنی زەحمەتە تا قۆناغێکی دواتر و کاتیش خۆی دەرمانێکە بۆ بەشێك لە چارەسەری. چەندین ساڵە بەڵێنم بە خۆم، خوا و خەڵك داوە کە خزمەتکارێکی خۆبەخشی خوا بۆ خەڵك بم، چونکە خۆم تووشبووی نەخۆشیی شێرپەنجەم و وەکو هاوچارەنووسێك زووتر و زیاتر لە نەخۆشانی شێرپەنجە تێدەگەم و دەتوانم لە هەستەکانیان نزیك بم و رێنمایی زانستییان بکەم. هەستی هاوسۆزی و هاوخەمی لە کاراکتەری مندا زۆرە، ئەوەش لە کارەکانمدا بۆتە مایەی بەردەوامیم». گوتیشی: ئەو چالاکەی بواری بەرەنگاربوونەوەی شێرپەنجە پێداگری لە سەر ئەوە دەکات کە «نەك هەر لە مانگی ئۆکتۆبەر، بەڵکو لە هەر دوانزە مانگەکەی ساڵ دەبێت بە چڕی بۆ گەیاندنی زانیاری پێویست و بەهۆش و بەئاگاهێنانەوەی خەڵك لە رێگەکانی بەرەنگاربوونەوەی نەخۆشیی شێرپەنجە و خۆپاراستن لەو نەخۆشییە کاری جددی بکرێت.» هەروەها پێشنیار دەکات: «بودجەی زیاتر بۆ وەزارەتی تەندروستی تەرخان بکرێت و حکومەت بەرنامەی پێویستی بۆ دابڕێژێت و نەخۆشخانەکانی کەرتی حکوومی زیاتر بە نەخۆشیی شێرپەنجە ئاشنا بکەن و کەسانی شارەزا لەوبارەوە رابهێنن و دایانبمەزرێنن. واتە هەم پزیشك و هەمیش پەرستیاری تایبەتی هەبێت. هەروەها گرینگە کەسانێك کە رۆحی خۆبەخشانەیان هەیە و رێکخراوی ناحکوومییان هەیە و دەیانەوێت لەو بارەیەوە کار بکەن، هاوکاری بکرێن، وەکو سەنتەری پەنا بۆ پشتیوانی لە تووشبوان بە شێرپەنجە لە کوردستان، کە بتوانن خزمەتی نەخۆشەکان بکەن. پێویستە ئەزموون لە وڵاتانی دراوسێ وەربگرن و قۆناغ بە قۆناغ لەگەڵ پێشکەوتنەکانی جیهاندا بڕۆن. چاپەمەنی لەو بارەوە زیاتر هان بدرێت و زانیارییەکان بڵاو بکرێنەوە. لە میدیاکاندا زیاتر باس بکرێت و هەڵەکانی کەرتی تایبەتی واتە پڕیڤات چاودێری بکرێن و بیانخەنە سەر شاشەی تیڤییەکان و بەو شێوەیە دەتواندرێت چاکسازی بکرێت و هیوا هەبێت بۆ سیستمێکی تا رادەیەك بەکەڵك بۆ نەخۆشانی شێرپەنجەی مەمك لە کوردستان.» ئەوەشی خستەڕوو کە هۆڵەندا ١٧ ملیۆن دانیشتووی هەیە و ساڵانە نزیکەی ١٧،٥٠٠ کەس تووشی شێرپەنجەی مەمك دەبن، کە یەك لەسەر هەشتی لە ژناندایە و رێژەی مردنیش ٣.١٣٢ کەس لە ساڵێکدا بووە. بەڵام بەگشتی شێوەی چارەسەری لە٦٠ ساڵی رابردوودا یەکجار زۆر باشتر بووە واتە لە رێژەی ٥٢٪ لە ساڵی ١٩٥٥ هاتۆتە سەر ٨٨٪ لە ساڵی ٢٠١٥دا بۆ چانسی ژیان لە پێنج ساڵ زیاتر.

بەپێی ئامارەکان لە هەر هەشت ئافرەت یەکێکیان تووشی شێرپەنجەی مەمک دەبێت، بۆیە ئێمەی پزیشکان بە پێویستی دەزانین دایکان و خوشکان ئاگادار بکەینەوە و بە رێگەکانی خۆپاراستن و دەستنیشانکردنی پێشوەختە ئاشنایان بکەین

خانمان دڵنیا ببنەوە بەوەی کە هەر نەخۆشییەک لە مەمک پەیدا بێت، مەرج نییە شێرپەنجە بێت، هەر ئافرەتێکیش تووشی شێرپەنجە بێت، ئەوە کۆتایی دونیا نییە، چونکە شێرپەنجە چارەسەری هەیە و گرنگترین خاڵ لە کاتی بوونی ئەو نەخۆشییە باری دەروونیی نەخۆشەکەیە

چەند نەخۆشەکە ئیرادەی بەهێز بێت و بڕوای وابێت بەسەر نەخۆشییەکەدا زاڵ دەبێت، ئەوەندە سەرکەوتوو دەبێت لە وەرگرتنی چارەسەرییەکانی و ئەگەری رزگاربوونی زۆر دەبێت



ڕووبەڕووبوونەوەی نەخۆشیی شێرپەنجە ئیرادەی پۆڵایینی دەوێت

”بە ورەی بەرز و پشتیوانیی خوا و عەشقی منداڵەکانم تا ئێستا توانیومە بەسەر نەخۆشییەکەدا زاڵ بم“

نەخۆشیی شێرپەنجە جگە لەوەی کە دەردێکی کوشندەیە و ئەوانەی تووشی دەبن، بە دەگمەن دەتوانن بە سەر ئەو نەخۆشییەدا زاڵ بن، هاوکات یەکێکە لە هۆکارە سەرەکییەکانی تێکچوونی شیرازەی خێزانی ولە رووی داراییشەوە زۆر خێزانی موفلیس کردووە. تووشبووانی ئەو نەخۆشییە و ئەندامانی خێزانەکەی کێشەی جۆراوجۆریان تووش دەبێت، بەڵام هەندێکجاریش تووشبوو بە هاریکاری و یارمەتیدانی کەسوکاری و بە هێزی متمانە بەخۆکردن و بە هیوایەکی گەورە و ئیرادەیەکی پۆڵایینەوە خۆی بۆ جەنگ لەگەڵ بکوژەکەی ئامادە دەکات و پاشەکشەی پێدەکات. لێرەدا یەکێك لە تووشبووانی ئەو نەخۆشییە بەسەرهاتی خۆی بۆ گۆڤاری گوڵان دەخاتەڕوو.

گوڵان: کۆمەڵایەتی

شێرپەنجە شیرازەی خێزان دەشێوێنێت

دیمەن نادر، ئەو ئافرەتە تەمەن ٤٢ ساڵەیە کە وەك خۆی باسیکرد، ماوەی پێنج ساڵە لەگەڵ نەخۆشیی شێرپەنجە دەجەنگێت.

دیمەن زیاتر لە ١٥ ساڵە لە وڵاتی ئەڵمانیا نیشتەجێ بووە و ئێستا لەگەڵ سێ منداڵەکەی دەژی. لەو ماوەیەدا چ وەك هاوسەرێك و چ وەك دایکێك رووبەڕووی کۆمەڵێك کەندو کۆسپی گەورە بووەتەوە و باسی ئەوەش دەکات کە گەورەترین نەهامەتییەکانی لەو کاتەوە دەستی پێکردووە، کە پزیشکێك لەوە ئاگاداری کردووەتەوە کە تووشی نەخۆشیی شێرپەنجە بووە.

دیمەن پێداگری لەسەر ئەوە دەکات کە بە وردەی بەرز و پشتیوانیی خوا و عەشقی منداڵەکانی» تا ئێستا توانیویەتی لەگەڵ نەخۆشییەکەیدا دەست و پەنجە نەرم بکات. ئەو سەرەڕای گلەیی و گازندەیەکی زۆر لە هاوسەرەکەی باسی ئەوەش دەکات کە رازی نییە لێی جیا ببێتەوە. سەبارەت بە ژیانی رابردووی خۆیشی دەگەڕێتەوە بۆ ١٨ ساڵ پێش ئێستا و بەم جۆرە باسی قۆناغەکانی ژیانی دەکات:

«لەگەڵ سۆرانی هاوسەرم ١٨ ساڵ پێش ئێستا بڕیاری هاوسەرگیریمان دا. ماڵی باوکی سۆران دراوسێمان بوون و پەیوەندیی نێوان خێزانی هەر دووکمان زۆر باش بوو، هەر ئەوەش وایکرد، ئێمە بۆ یەکتر ببین. هەر دوای مارەبڕین لە سەر ئەوە رێککەوتین کە سەفەر بکەین بۆ ئەورووپا و کوردستان بە جێ بهێڵین، بەڵام کە یەکەم منداڵمان بوو، ئەوە دوای خستین، وتمان با هەندێك بەسەر پێ بکەوێت، ئەوە بوو هێشتا تەمەنی منداڵەکەمان سێ ساڵی پڕ نەکردبووەوە، کە ناوماڵ و زێڕ و سەیارە و ئەوەی هەمانبوو، کردمانە پارە و دوای رەزامەندی وەرگرتن لە دایك و باوکی هەر دووکمان بەرەو تورکیا بەڕێ کەوتین. دواتر بە هەزار کێشە خۆمان گەیاندە ئەڵمانیا و بۆ ماوەی زیاتر لە ساڵێك لە کەمپدا ماینەوە. دواتر ئیقامەمان وەرگرت و هەردووکمان تێکەڵی بازاڕی کار بووین. خوای گەورە دوو منداڵی دیکەشی پێداین، ئەو منداڵانەی کە لە هەر وڵاتێکی ئەورووپی لەدایك دەبن، بە بێ کێشە هەموو ئیمتیازاتی هاووڵاتیبوونی بۆ رەچاو دەکرێت. ئیتر سێ منداڵی جوانمان لە ئاوارەیی و دەربەدەری گەورە کرد، ساڵانێکی زۆر تاڵی و سوێری ژیانمان چەشت، بەڵام من و سۆران رێز و خۆشەویستیمان رۆژ لە دوای رۆژ بۆ یەکتر زیاتر دەبوو، گیرفانم لە هاوسەرم جیا نەبوو، شان بەشانی ئەو و بگرە زۆر جار زیاتریش لەو کارم دەکرد، ئەوەی لە داهاتی خۆمان کۆمان کردبووەوە، لە کوردستان خانوو و زەویمان پێ کڕی، هەمووشی بەناوی سۆران کران، چونکە ئەوم لە گیانی خۆم خۆشتر دەویست، هیچ بەلامەوە گرنگ نەبوو بە ناوی کاممان بێت. ئەویش زۆر رێزی دەگرتم و بۆ منداڵەکانیش باوکێکی نموونەیی بوو. بەڵام دوای ئەوەی دەرکەوت تووشی نەخۆشی شێرپەنجە بووم، زۆر گۆڕا. پێنج ساڵ پێش ئێستا لە پزیشکەکەمم بیست تووشی شێرپەنجە بووم، ئەو هەواڵە بۆ من هێدمەیەکی زۆر گەورە بوو، شەو و رۆژ دەگریام بۆ منداڵەکان، بۆ هاوسەرەکەم نەك بۆ ژیانی خۆم، بەڵام هاوسەر و کەسوکارەکەم لەلام بوون، دڵنەواییان دەکردم و چارەسەرەکەم بە جوانی دەڕۆیشت و بە قسەی پزیشکەکان قۆناغێکی سەختم تێپەڕاند، بەڵام سۆران تەنیا دووساڵ تەحەمولی کرد، دوای ئەوە مامەڵەی لەگەڵم گۆڕا، زوو زوو سەفەری کوردستانی دەکرد، زۆر شتی لێم دەشاردەوە، ئەو وای دانابوو من دوای دوو ساڵ دەمرم، بۆیە زوو زوو دەهاتەوە بۆ کوردستان، دواتر زانیم بە فیتی دایك و خوشکی هاوسەرگیری لەگەڵ کچە خاڵەکەی کردووە، ئەو کچە خاڵەی دەیان جار هاتۆتە ماڵەکەم و نمەکی دەستی کردووم، بەراستی ئەو دۆخە کاریگەری خراپی لەسەر تەندروستیشم دروست کرد، ئێستا زۆر بێزارم و تەنیا دڵخۆشیم منداڵەکانمە و لە پێناو ئەوان حەز بە مانەوە لە ژیان دەکەم و لە خوای گەورە دەپاڕێمەوە وەك چۆن بێ باوك بوون، با بێ دایکیشان نەکات، بۆیە بە وردەی بەرز و پشتیوانیی خوا و عەشقی منداڵەکانم تا ئێستا توانیومە بەسەر نەخۆشییەکەدا زاڵ بم.»

گەورەترین نەهامەتییەکانم لەو کاتەوە دەستی پێکرد کە پزیشك ئاگاداری کردمەوە تووشی شێرپەنجە بووم

هاوسەرکەم وای دانابوو من دوای دوو ساڵ دەمرم، بۆیە بە فیتی دایك و خوشکی هاوسەرگیری لەگەڵ کچە خاڵەکەی کرد

تەنیا دڵخۆشیم منداڵەکانمە و لە پێناو ئەوان حەز بە مانەوە لە ژیان دەکەم و لە خوای گەورە دەپاڕێمەوە وەک چۆن بێ باوک بوون، با بێ دایکیشان نەکات

بە وردەی بەرز و پشتیوانیی خوا و عەشقی منداڵەکانم تا ئێستا توانیومە بەسەر نەخۆشییەکەدا زاڵ بم