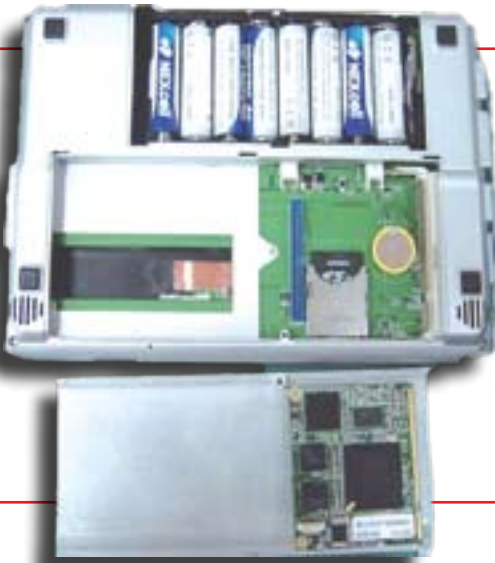


ئەپل ۋ كۆمپيوتەرىكى نوي

كۆمپانىيائى ئەپل ھەمىشە بەدوئى نوئىگەرى ۋ داھىئاننى سەرنىج رايكىشدا دەگەرى، كۆمپيوتەرەكانى جۆرى mac ۋ ھەرۋەھا مۇبايلى جۆرى ئايفۇن نىمۈنەى بەرچاوى ئەۋ داھىئانەن. لەم دوايىانەدا كۆمپانىيائى ئەپل جۆرە كۆمپيوتەرىكى داھىئاۋە كە لەمىسىيە ھىچ چەشئە كىبۇردىكى نىيە ئەۋ كۆمپيوتەرە نوئىيە دەكرى ۋەك كۆمپيوتەرىكى نۆت بۇكى بىن كىبۇرد سوۋدى لىئوۋەرىگىرى.



لاپتۇپك بە باترى قەلەمى ئىش دەكات

لاپتۇپ بەرەبەرە جىگائى خۇى بە كۆمپيوتەرى سەر مىز دەگۇرئىتەۋە، بەلام گىرقتىك كە لە لاپتۇپ دا ھىيە شەحىنكردنەۋەى باترىيەكەيەتى، لەم دوايىانەدا كۆمپانىيائى Gecko لاپتۇپكى داھىئاۋە كە بە باترى قەلەمى ئىش دەكات، ئەۋ لاپتۇپە ھەشت باترى جۆرى بچوك دەخوات ۋ ھەتا 4 كاتۇمىر دەخايەنى. ئەۋ لاپتۇپە جىگائى تايبەت بە شەحىن كىرەنەۋەى نىيە، تەنىيا دەتوانى باترى لىبگۇردى.

چ بىكرى بۇ ئەۋەى باترى لاپتۇپ زوۋ دانەبەزى؟

دەكەن، لاپتۇپەكەتان لەسەر شەحىن بىت. - رووناكى شاشەكەتان كەم بىكەنەۋە. - ئامرازە پىئوسىتەكان جىگە لەۋانەى پىئوسىتن لە لاپتۇپ مەخەن، چۈنكە ئەۋانە باترى زوۋ دادەبەزىنن. ئەگەر لاپتۇپەكەتان سىستەمى بىلوتوسى لەسەرە ۋ پىئوسىستان پىي نىيە بىكۇرئىننەۋە. - ئەۋەندەى دەكرى رامى زىاتىر بىخەنە سەر سىستەمەكەتان، رامى زىاتىر دەبىتتە ھۇى ئەۋەى ۋەى كەمتر بوۋىت. - بە ھەردوۋ مانىگ جارىك شوۋىنى پەيۋەندى باترى ۋ لاپتۇپ بە پارچىيەكى تەر كراۋ بە سىپرتۇ خاۋىن بىكەنەۋە.



چ بىكرى بۇ ئەۋەى باترى لاپتۇپ بەشى زىاتىر لەۋەى كە ھىيە بىكات، يان چەند كاتۇمىر كى زىاتىر باترىيەكە دانەبەزىت؟ بۇ ئەم مەبەستە پىئوسىتە ئەۋ خالانەى كە لەخۋارەۋە ئامازەيان بىئدەكەين بەرچاۋىگرىن. - پاش ئەۋەى كە لاپتۇپكى نوئىتان كرى، لە شەحىن مەدەۋە تاكو تەۋاۋ باترىيەكەى خۇى دادەبەزىت، دواى ئەۋە بۇ ماۋەى 12 كاتۇمىر لەسەر شەحىن دا بىئوۋە.

- گەر بۇ گەشت ۋ سەفەر دەچىت ھەمىشە دوۋ باترىت لە گەل دابى.

پىئوسىتە، بە رىكخستىنى ھارد ۋاتە (Defragment) كىرەن، كاراى لاپتۇپەكەتان تاراۋدەپەكى زۇر دەچىتە سەرى، بەلام دەبى دلىئابىن كاتىك كە دىفراگ

دیسکی DVD توانای خەزنکردنی 2000 جار زیاتر دەبێ

نوێیان بەرھەمھێناوە کە دەتوانرێ 2000 جار لە DVD ئیستادا زانیاری لەخۆیدا خەزن بکات. ئەم جۆرە DVD یانە قەوارەیان ھەر بەقەدە DVD ی ئیستایە، تەنیا پیکھاتە کە بیان جیاوازی ئیدی لەمەوبەھەولا بەداھینانسی ئەو جۆرە DVD یە قەرەباڵغی زۆربوونی دیسک بۆ تاکە کەسیک دروست ناییت، چونکە لەم DVD یانەدا دەتوانرێ تاکو دە ھەزار فیلمی بە دیکە ئاست بەرز لەخۆیدا خەزن بکات.



لەمبەژە لەلایەن زانیانی بواری تەکنەلۆژیایە ھەولێ ئەوە دەدرێ کە دیسکیک داھێنن کە توانای خەزنکردنی زۆر لەسەرێ بی، بەجۆرێک کە لە ھەموو تەمەنی کەسیکدا تەنیا پێویستی بە یەک دیسکی جۆری DVD بیست. پێدەچێ توێژەرەوانی زانکۆی مۆلبۆرنی ئوسترالیایا لە ھەولیان دا سەرکەوتوو بن. بۆ ئەم مەبەستە دیسکیکی

ئاش ميموريهك ئەتێ ئايرۆسی ئیڤا



لەم سەردەمدا ئاسانترین نامراز بۆ راگواستنی داتاكان فلاش ميموريه، فلاش ميموري بهۆی ئەوەی کە کیشیان کەمەو ھەرۆھا قەوارەیان بچووکە و داتايەکی زۆر لە خۆياندا خەزن دەکەن، وەک نامرازێکی پێویستی ژيانی لێ ھاتوو، بەلام گرافتيک کە لە فلاش ميموري دا ھەبە ئەويە کە زۆر زوو تووشی فايروس دەيیت، ئەوھش ھۆکارێکە بۆ گواستنەوی فايروس لە کۆمپيوتهر بۆ کۆمپيوتهريکي ديکە. لەم دوایانە کۆمپانیای Transcend فلاش ميموريهکی بەرھەمھێناوە کە خۆی دژە فايروسی تايبەت بەخۆی لەگەڵدايە. ئەو ئەتێ فايروسی لەسەر فلاشە کە داھەزێو تاکو 90 رۆژ پێويستی بە ئاپديت کردن نيبە، بەلام دواي ئەو دەکری زۆر بەناسانی لە رنگای ئەنتەرنێتەو ئاپديتی بکەيەو.

ناساندنی پرۆگرامی Jobshare Video Converter

بێگومان لەم سەردەمدا فۆرماتەکانی فیدوییی گەلێکن، ھەرکام لە فۆرماتەکانیش شیوازی خەزن کردن و سوود لێوەرگرتنیان جیاوازی لەوەی تر. ھێچ بەکارھێنەرێک ناتوانیت بلیت لە یەک جۆرە فۆرمات دەتوانی لە گشت سیستەم و پرۆگرامەکانی دەنگ و رەنگ سوود وەرېگری. بۆ ئەوەی کە بتوانی لە چەندین فۆرمات سوود وەرېگری، گۆرینی فۆرماتێک بۆ فۆرماتێکی ديکە باشترین رینگا چارەبە. لەناو ئەو پرۆگرامانەي کە ئەرکی گۆرینی فۆرماتەکانیان بە ئەستۆیە.

پرۆگرامی Jobshare Video Converter دەکری وەک یەکێک لە باشترین پرۆگرامەکان سەیر بکری. چونکە بەھۆی بوونی توانای بەرچاوی لە گۆرینی فۆرماتەکان و ھەرۆھا خێراي زۆری و خۆبندنەوێ گشت فۆرماتەکان لە خالە بەھێزەکانی ئەو پرۆگرامە.



چۈن بەسەر ھەلچونە كائماندا زال بىن؟

تورپىيى و ھەلچون.

3- لە دەروونى خۇتدا قسە بکە:
زۆرکەس لە گەل خۇيان قسە دەكەن، ئەو
قسە کردنە دەبىتتە ھۆى كەمکردنەوئى
تورپىيى. بەلام لەھەندىك كەسدا
ئەو جۆرە قسە کردنە دەبىتتە ھۆى
زیادبوونى تورپىيى.

4- ئەو قىول بکە كە ژيان
ھەمىشە دادوئرى تىدا نىيە: تا
ئەو كاتەى ھەول نەدەين تىگەين
كە ژيان بى كەمكۆرىيى نىيە، لە
ھەموو شىتەك تۆرە دەبىن، دەبىن
ھەمىشە ئەو بەزانىن كە جىھان زۆر
بەويزدانەوئە لەگەل كەسانەى تىدا
دەژىن نىيە، مەوقەكانى وەك يەك
يەكسان نەكردوون.

5- فېر بن كە وتوئىژ و لىك
تىگەيشتن ھەبى: تورپىيى ھەمىشە
ھەلچونى بەدوادا ھەيە، يەكەك لە رىنگاكانى
كەمکردنەوئى ھەلچونىش دانىشتن و قسە کردنە، گەر لە بۆچونى
كەسانى دەورەبەرمان ئاگابىن رەنگە بزائىن، ئەوئى لەسەرى تۆرە
بووین زۆرىش بەھەلەداچوئىنە.

تورپىيى پردىكە لە نىوان ھەردوو
جۆرى ھەلچونىيى فيزىكى و
قسە دا، ھەربۆيە گەر بمانەوئى
ھەلچونمان كەم بکەينەوئە دەبى
فېر بىن چۈن بەسەر تورپىيدا زال
بىن؟.

تورپىيى ئەگەر بەراستى
كۆنتروئل نەكړئ ئەگەرى زۆرى
ھەيە تووشى كارەساتى نالەبار
بىتەوئە، گەر تورپىيى بچىتتە ناخى
كەسىكەوئە تووشى گرتى گەورە
دەكات.

زۆر لەوانەى كە تورپىيان
دەردەخەن، دواتر تووشى پەشىمانى
دەبنەوئە. گەر بمانەوئى تورپىيى و
ھەلچون كەم بکەينەوئە، دەبى ئەو
خالانە وەبەرچاوبگرىن.

1- ئەگەر لە كەسىك تۆرە بووى لەسەر

بابەتەك ھەولبەدە زۆر زوو لەو بابەتە دەوربەكەيەوئە. يان ھەول
بدە سەبرى تەلەفۇزىون يان بە يارىيەك خۆت خەرىك بکەى.

2- پېكەنەوئە نوكتە بگېرۆ، سوخبەت كردن و گۆرپىنى بابەتى
تورپىيى بەبابەتەك كۆمىدى باشترىن حالەتە بۆ كەمکردنەوئى

بەرگىردن لە زىبەكى دەموچا



زىبەكى دەم و چا ھىچ پەيوەندى بە پاك و خاويئىيەوئە نىيە،
ھەرودھا پەيوەندى بە چۆنىيەتى خواردنىشەوئە نىيە. گەر دەم و
چاوتان زىبەكى لىھات پىوستە ئەو خالانە وەبەرچاوبگرىن.
- قەت زىبەكەكان دەستكارى مەكەن، فشاريان مەدەن.
- سابوونى زېرودر بۆ شوردنى دەم و چاوبەكار مەھىنن. لەكاتى
شوردنى دەم و چاودا بەتوندى شوئى زىبەكەكان دامەگرىن.
- ھىچ كات جەلى يان كرىمى دەمو چاوبەكار كاتانەى زىبەكەتان
لە دەم و چاوبەكار مەھىنن، چونكە ئەوانە دەبنە ھۆى گىراني
كونە وردىلەكانى پىست.
- نەزۇر خۇتان لە ھەتاو دەوربەخەنەوئە نەخۇشستان ئەوئەندە بەدەنە
بەر تىشكى خۆر.
- ئەو خانمانەى زىبەكەيان لە دەم و چاوبەكار ھەولبەدەن تاكو باشبوونى
زىبەكەكانىيان نامرأى نارائىش كردن بەكار مەھىنن.

لەزگەى برىنى دژى شىرپەنجە

زانايانى بوارى تەندروستى لەزگەيەكى برىنيان بەرھەمھىتەوئە
كە بە بۆچونى ئەوان لە چارەسەرکردنى شىرپەنجەى پىستدا
كارىگەرى زۆرى ھەيە.

لە داھىنانى ئەو لەزگەيەدا لە تەكنەلۆژياى نوئى سوود
وەرگىراوئە، ئەو لەزگە برىنيە رووناكى بەخشە و گلۆبى رووناكى
دەرى ھەيە كە دەكړئ بۆ چارەسەرى شىرپەنجەى پىست بە سوود
بىت. چونكە بەبىيى توئىزىنەوئەى پزىشكى كاتىك رووناكى بەر پىست
دەكەوئى، كارىگەرى دەرمانەكان چالاک دەكات، ئەو دەرمانانە پاش
ئەوئە كە دەخزنە ناو پىست، خانەكانى شىرپەنجە لەناو دەبەن.



تەندروستى

گولان

ژمارە (۷۳۶)
۲۰۰۹/۶/۸

۷۰

ئاگادار بە لە بەكارھېننى شامپۇكان دا



زەرد كارىگەرى خراپى ھەيە. شامپۇى گولسى بەيىون بەھۇى ئەوھى كە رەنگى زېرىنە بۇ قزى زەرد و زېرىن باشە و ھەرەھا بۇ قزى قاوھى كالېش بە سوودە. شامپۇى پىكھاتسو لە خەنە بۇ قزى خورمايى يان ھەنارى باشە ئەگىنا بۇ رەنگى دىكە ناپىت چونكە پاش ماوھىەك رەنگەكەى دە گۇرپىت. شامپۇى پىكھاتسو لە گولى گىياى سەدر بۇ لابردنى چەورى باشە، تەنانت حالەتى خورانىش لە قزدا ناھىلى. شامپۇى پىكھاتسو لە شىر و بادام بۇ ئەو قزانە باشە كە بە ھىچ جۇرىك دانايەن و ھەمىشە ئالۇزن.

لە بازارەكاندا ئىستاكە بە دەيان جۇرى شامپۇ ھەن كە ھەر كامىان تايەتمەندى خۇى ھەيە، بەشىك لە شامپۇكان لەبرى كارىگەرى باش كارىگەرى خراب لەسەر قز دادەنپىن، زۇركەس بەسى گولدانە جۇرى شامپۇ بەكارىان دىنى. لېردە بە كورتى باسى جۇرى چەند شامپۇيەك دەكەين ئەوانەى كە لە ميوە و گز و گيا پىكھاتونە، ئەو شامپۇيەى كە لە گولى گەنم دروستكراو، بۇ ئەو قزە بە سوودە كە ماش و برىنجە، واتە رەش و سىپىيە. شامپۇى گولى گەنم گەشى و برىقەدارى بۇ قز دىنى، ئەو جۇرە شامپۇيە بۇ قزى

بۇ كە مكردەوھى چەورى خوين ئەم دانەوئەيە بۇ

بازىليا يان بە واتا كوردىيەكەى "كەلو" ئەو دانەوئەيە كە بە زۇرى لە كىلگەكانى گەنمدا لە گەل گەنم دەروست، لەم سالانەى داويدا وەك يەكك لە دانەوئەكانى خۇراك سوودى لېوئەدەگىرى. بازىليا بۇ كە مكردەوھى چەورى خوين بەسوودە، سەرچاوبەكى دەلەمەندە بە فېتامىنەكانى B9، B1، C، K ھەرەھا مادەى كانزايى مەنزىومى تىدايە، ھەربۇيە بۇ ئەوانەى دلە كزىيان ھەيە زۇر باشە. ھەرەھا بازىليا بۇ بەرگىرى كردن لە شىرپەنجە بەسوودە، چونكە فېتامىنى C و ھەرەھا ئەنتى ئوكسىدانى تىدايە.



خەز دەكەى پىستىكى گەش و جوانت ھەبى؟

چونكە رۇنى زەيتونى فېتامىنى C، K، E، A ھەيە كە بەرگى دەكات لە وشك و چرچ بوونى پىست. جگە لە رۇنى زەيتون، ھەنگوين، زەردىنەى ھىلكە، ناوى لىمۇ بۇ پىست باشن. ھەنگوين و زەردىنەى ھىلكە تىكەل بەيەك بەكەن چونكە باشترىن چارەبە بۇ راگرتنى پىستتان بە جوانى.

دىنىت، ھەربۇيە لەو وەرزى سەرمادا زياتر سەرنجى پىستتان بەدن. بەو مانايەش نىبە كە بچنە فروشگاكانى نارايىش و ئەوھى دزى چرچى پىست بسى بىكېرن، نا ئەوھە مەكەن، باشترىن دەرمان بۇ گەش راگرتنى پىست رۇنى زەيتونە، رۇنى زەيتون لە ژەمە خواردەكاندا بگونجىنن.

بۇ بوونى پىستىكى جوان و رىك بەدوای كرىم و دەرمانى تايەتىدا مەگەرى كە لە پىكھاتەى كىمىيىى دروست بوون، بگەر روو بەكەنە سروسشت و ھەندىك لە رىجىمى خواردنتان بگۇرن تاكو پىستىكى رىك و جوانتان ھەبى. سەرما راستەوھۇ كارىگەرى خراب لەسەر پىستت دادەنى، پىرى زووتر



تەندروستى

گولان

ژمارە (۷۳۶)
۳۰۰۹/۶/۸

۷۱

د. عوسمان ھەممە فەرەج جاف: بەکارھێنانی تیشکی لیزەر بۆ نەخۆشییەکانی چاو لەلایەن کەسانی پسیپۆر و مەشق پیکراوەنەبێ زۆر ترساناکە



■ ئەمڕۆ بەکارھێنانی تیشکی لیزەر زۆر بەرفراوان و ھەممەچەشن بسوو، بەرپادەیکەریگەیی زۆر کرداری ئالۆژی بۆ ئاسان و کورت کردوینەتەو و دەرفەتی چاکتری پێداوین، تیشکی لیزەر لە زۆر بۆاری پێشەسازی و فیزیای و بۆاری سەریازی بەکار دێت، بەلام وەنەبێ ھەر ئەو لایەنانەسی گرتتەتەو، بەلکو ئەو نەو جیگەیی دلخۆشییە بۆاری تەندروستی و نەشتەرگەری و پزیشکیگەیی گرتتەتەو، لە بۆاری نەخۆشییەکانی چاویش، ئەمڕۆکە بەدەیان جۆری نەخۆشی پێ چارەسەر دەکەیت و زۆر کرداری چارەسەریشی پێ دەکەیت کە جارێ لەوانە تەنیا بە نەشتەرگەری چارەسەرکەیت، ئێستا بەکارھێنانی لیزەر جیگەیی نەشتەرگەری گرتتەتەو و زۆر جار نەخۆش ناچارێ نەشتەرگەری ناییت، جا بۆ ئەو رۆشنایی زیاتر بخەینە سەر بەکارھێنانەکانی تیشکی لیزەر لە بۆاری نەشتەرگەری و نەخۆشییەکانی چاو، ئەم دیمانەیانمان لەگەڵ (د. عوسمان ھەممە فەرەج جاف) پسیپۆر و راویژکاری نەخۆشی و نەشتەرگەری چاو و تاییبەتەند لە بۆاری لیزەر، سازدا. ■

* تیشکی (لیزەر) چییە و چ جۆرە شەپۆلیکی ھەییە و بەچی لە تیشکی ئاسایی جیادەکرتتەو؟
- لە رووی زمانەوانییەو و شەیی (لیزەر) کورتکراوەی ئەم رستەییە (Light Amplification by Stimulated Emission of Radiation - LASER).

بیرۆکەیی بەکارھێنانی ئەم تیشکییە لەسەر ئەو دارپۆزراوە کە ئەو وزەیی کە لە تیشکدا یا لە (رۆشنایی)، لە بوارە کردارەکییەکان بەکار دێت، کە بۆاری پزیشکییە بەکێکە لەو کردارەکییانە، تیشکییە یان بەلێن روناکی (رۆشنایی) بەشە بێناوێکەیی شەپۆلە کارمۆگناتیسییەکانە، رۆشنایی (سپی)یش تیکەلێکە لە رەنگەکان یان (شەبەنگەکان) کە ئەویش بە دەوری خۆی لە کۆمەلێک شەپۆل پیکدێت کە لە رووی درێژی شەپۆلەو لە یەکدی جیاوازن، سەبارەت بەوێ کە رۆشنایی ئاسایی بەچی لە رۆشنایی لیزەر جیادەکرتتەو، چەند جیاکەرەوێک لە نێوانیاندا ھەییە کە وا بە کورتی لە چەند خالیکیدا ئەو جیاکەرەوانە دەخەمە روو:

- ۱- تیشک لە شەپۆلی (تاک رەنگ) پیکدێت.
- ۲- تیشکی لیزەر تیشکیکی پتەو و ناپەرش و بلاو (coherent).
- ۳- تیشکی لیزەر ئاراستەکراوە، بەپێچەوانەیی رووناککی ئاسایی کە بە ئاراستەیی جیاوازە.
- ۴- تیشکی لیزەر تیشکیکی وزەیییە یەکجار گەورەیی ھەییە و بە پالنان و

دەرپەڕاندنی وزەیی لیزەری ھەر مادەیکە بمانەوێ بیتاوتنیتەو و بیکەین بە ھەلم، جا لەبەر ئەوێ تیشکی لیزەری ئاراستەکراو و چرە، دەتوانین ئاراستەیی بچوکتترین خال یا چەقی تیشکی بکەین، ئەوجا بێ لەوێش، مادام یەک رەنگییە، ئەو دەرفەتی ئەوێمان دەداتێ کەوا شەپۆلی جیاجیای پێ ھەلبژیرین و دیاریبکەین، و بۆ مەبەست و ئامانجی جیاجیا بەتایبەتی لە بۆاری پزیشکیدا، بەپێی چینیە شانە جیاوازەکان و چۆنمان بوو، ئاوا بەرجەستەیی بکەین.

* ئەگەر ئەوێ تانا و وزەکانی تیشکی لیزەر پێت، باشە چۆنی بەکار دێن و لە بۆاری پزیشکی و نەخۆشییەکانی چاودا، لە چ نەخۆشییەکان و بۆ چ مەبەستێک بەکاری دێن؟

- بەلێ تیشکی لیزەر خۆی لە خۆیدا وزەییکی پێر بایخە، تیشکیکی زۆر گەنگە و لە زۆر بۆاری جیاوازی پزیشکی چاودا بەکار دێت، ئەو بەکارھێنانە بە گۆرەیی کاریگەرییەکانی لەسەر شانەکان دەپێت، بۆ نمونە:

یەگەم: گەرمە کاریگەری (Photo coagulation):

ئەو بەکێکە لە خاسییەتەکانی بەکارھێنانی لیزەر، ئەو خاسییەتەیی لیزەر بۆ چارەسەرکردنی نەخۆشییەکانی تۆرەیی چاو بەکار دێت، ئەو نەخۆشییانە کە تۆرەیی چاو لە ئەنجامی پەیدا بوونی ماکەکانی نەخۆشی شەکر، دروستدەبن؟ ھەرەھا پەچران و لیکجیا بوونەوێ تۆرە.

تەندروستی

گولان

ژمارە (۷۳۶)
۲۰۰۹/۶/۸

۷۰

دیمانە: سۆلاف

دروم: تيشكە بە ھەلم كوردن (Photo vaproigtoin):

ئەو لە ھەو دەروستدەپت كاتىك وزى لىزەر پەلى گەرمى خانەكان و ئەو ھى لە دەرووبەرىدا ھەيە بۇ (۱۰۰) پەلى سەدى بەرز دەكاتەو ھە لە ئەنجامدا پروسەى ھەلمەتیک لە گەل بەھەلمكردنى شاشەكان پەيدا دەپت، ئەم تەكنیکە لەلایەن پزىشكە نەشتەرگەرەكانەو بەكار دیت بۇ كەمكردنەو ھى رادەى خوین بەربوون، ھەر ھەا بۇ چارەسەر كوردنى مولولە خانەكانىش لە نەشتەرگەریيەكان تۆرى چا بەكار دیت.

سپەم: كارىگەرى بە ناپوون كوردن (loniging Effect):

ئەگەر خالىكى بچوك بدىتە بەر برە تيشكىكى بەھىز ئەو دەپتە ھۆى چالاك بوونى ئەلكترونەكان لە ناو گەردىلەى ئەو شانانەى كە تيشكەكەى دراوتەبەر و دروستبوونى شەپۇلىك لە ئەلكترونات لە ناو شەلى پلازما (plasma) و بلاو بوونەو ھى، بلاو بوونەو ھەكى خىرا، بەلام چونكە ناراستە كراو بۇيە دەپتە ھۆى دروستبوونى شەپۇلە دەنگ و لەرىنەو، كە ئەو ھش وادەكات ئەو شانەيەى كە تيشكەكەى لىدەدرى، ھەلبزى و بىچرى، ھەر وەك لە چارەسەر كوردنى (دەردە شىنكەى چا)، (دە الزرقاء)، كە كوردنەو كۆنكە لە گلىنەى چا دا دەبىنرىت، ھەر ھەا لە درانى پەردەى ھاينەش ئەو كارىگەرىيە روودەات.

چارە: گۆرانكارىيە كىمىيەكان (Photo chemical Effect):

دەتوانرى گۆرانكارى كىمىيە پەندىر تە كايەو بە ناراستە كوردنى تيشكىكى لىزەرى كە وزىيەكى گەورەى ھەپت، ئەو ھش ئەو كاتە دەپ ئەگەر ھاتوو شەپۇلى تيشكى سەرووى بنەوشەيى ناراستەى ئەو شانانە بىرىت كە دەمانەوت تيشكى لىزەرى لى بەدىن، ئەو بۇ ئەو ھەى ئەو گەردىلە بەندىيەى كە لە نىوان گەردىلە كاندا ھەيە، بشكىندىر ت و گەردىلەكان ورد و خاش بىرىن، ھەر وەك لە نەشتەرگەرىيەكانى چارەسەر كوردن و چاك كوردنى كۆرنىيە دا دەكرىت بۇ چارە لارىنىيەكانى چا. وەختىك چارەسەرى

مەترىشى دەپت وەك ھەو كوردنى كۆرنىيە، بەكار دیت.

ھەر ھەا كەمە راستكردنەو و زىدە راستكردنەو و لە ناوچوون و ئەستوربوونى كۆننىيە و شەو كۆرى و وشكبوونى چا و تەننەت ھەندى حالاتى كۆرىش، ھەموو ئەوانە بە بەكار ھىنانى تيشكى لىزەر چارەسەر دەكرىن.

*** كەوايە بلىى لە بەركاھىنانى تيشكى (لىزەر) بۇ چارەسەر كوردنى نەخۇشەكانى چا ھىچ مەترىيەكان نەپت، كاتىك وىستمان بەكەفى خۇمان دەتوانىن كەى بمانەوى (لىزەر) لە چامان بەدىن، لى بەدىن؟**

- نا نا نەخىز وانىيە، بەكار ھىنانى (لىزەر) پابەندى كۆمەلىك

ماكەكانى نەخۇشى شەكرە دەكەين كە لە قۇناخە پىشكەوتووھەكانى نەخۇشەيەكە كار لە تۆرەى چا و دەكات و دەپتە يەككە لە ھۆيەكانى لە دەستدانى بىنابى و دواتر كۆر بوونى نەخۇش، كە ئەو لە ھەموو دنىادا روودەات، ئەگەر زوو پىش ئەو ھى نەخۇشەيەكە بگاتە قۇناخى ترسناك، ئەوسا بەكار ھىنانى لىزەر زوو بەفرىاي نەخۇش دەكەوى.

بەلام بەداخەو زۆرىيە ئەو نەخۇشانە پىش ئەو ھى نەخۇشەيەكەيان لىيان پىس بىكات سەردانى پزىشك ناكەن، دەكرى چارەسەر بىرىن، ئەو چۆرە نەخۇشانە لە ھەندى حالات بۇ نمونە وەك:

نەھىشتى دروستبوونى بورىيە خوینى لاوازى بابلىين رزىو، كە لە ھەر كاتىكدا



مايەى خوین لى بەرىوونە لى، كە ديارە ئەگەر واشى لىھات بىنگومان دەپتە ھۆى لە دەستدانى كتوپەرى بىنابى، دەتوانىن سوود لە چارەسەرى لىزەرى بىنن، ھەر ھەا حالەتى دىكەش ھەيە سوود لە تيشكى لىزەر دەبىنن وەك گىرانى خوینەپتەرى ناو تۆرەى چا و ماكەكانى ئەو خوینەپتەرى گىرانە، دەشكرى ئەوانەى تووشى (دەردە شكىنەى چا- دە الزرقاء) بوونە بە لىزەر چارەسەرى بىرىت و چ نەشتەرگەرى نەپت، ھەر ھەا كە ھەندى كە ھەندى جار كۆرنىيەى چا تووشى پۆنەوسان دەپت، يان پەردەى ھاوینە ئەستور دەپت.

مەرجى زانستىيەو لە خۆتەو ناتوانى بلىى وەرە (لىزەر) لە چاوم بەدە با چاك بىت، يا بەھىز بىت يا... يا نازانم چى.... راستىيەكەى بەكار ھىنانى لىزەر كاتىك سوودەخس و جىگەى دلنىايە، ئەگەر ھاتوو لە ژىر كۆمەلىك مەرجى تونودەو بەكار ھىنرا، دەشپەكەسانىك لىزەر وەك چارەسەر بۇ نەخۇش بەكار بىنن كە مەشق پىكراو و تاييەتمەند و لىزان و پسوپ بن.

*** ئەى سەبارەت بە (كورتىبىنى و دوورىنى، نىستگماتىزم) و ئەو چۆرە حالەتانەى چا؟**

- لەوانەش لىزەر وەك چارەسەر بەركادەھىنرىت و بەسەر كەوتووش چارەسەرىيەكە بەرپۆدەچ، نەك ھەر ئەو ھەندە بگرە لە چاك كوردنى كۆرنىيە، ھەتا ئەو نەخۇشانەى لە ناو ھاستى تەمەنىشدان، كە كوردارىكى بە گشتى سەلامەتن، بەلام

چونكە لەوانەى ئەو بەكار ھىنانە، زىانى گەورەى لە نەخۇش بەدات و دووچارى مەترى گەورەترى بكانتەو، بەتايەتەش ئەگەر لەو حالاتانە، كە پىويست نەكات، يان بە باشى بارى نەخۇش بەكار بىت كە ھەلسەنەنگىندراپت، ئەوچا ئەو زىان و ماكانەش بە گۆرەى جۆرى نامىرەكە و ئەو شانەيەيە كە لىزەرەكەى لى دراو.

