گـۆڤـاری زانـکـۆی ڕاپــەڕیــن
Journal of University of Raparin.
مجلة جامعة رابرين
E-ISSN: 2522 – 7130 P-ISSN: 2410 – 1036
This work is licensed under CC-BY-NC-ND 4.0
DOI:10.26750/Vol(11).No(2).Paper8
ڕێـکـەوتـی وەرگـرتـن: 2023/04/01
ڕێکەوتی پەسەندکردن: ٢٠٢٣/٠٦/٠١
ڕێـکەوتی بڵاو کردنەوە: ٢٠٢٤/٠٤/٢٩

گرفتەکانی ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک – توێژینەوەیەکی مەیدانییە لە نەخۆشخانەی نانەکەلی لە شاری هەولێر

أكرم عبدالجبار عبدالله

akramabduljabarsocio@gmail.com

بەشی ڕاگەیاندن، پەیمانگای نۆبڵی تایبەت، هەولێر، هەرێمی کوردستان.

پوختە:

ئامانجی سەرەکی ئەم توێژینەوەیە ئاشنابونە بەو گرفتانەی لەڕوی (خێزانی، پەیوەندی کۆمەڵایەتی، دەرونیی، تەندروستی، ئابوری و سێکسی)یەوە ڕوبەڕوی ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک دەبێتەوە. لەم توێژینەوەیە ڕێبازی چۆنیەتی بەکارهاتوە و ئامرازی چاوپێکەوتنی نیمچە کراوە بۆ کۆکردنەوەی زانیاری بەکارهاتوە. چاوپێکەوتن لەگەڵ (12) ئافرەتی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک کراوە. کۆمەڵگەی توێژینەوەکە نەخۆشخانەی نانەکەلییە لە شاری هەولێر. نمونەی توێژینەوەکە مەبەستدارە و ئەو ئافرەتانەن کە توشی شێرپەنجەی مەمک بون، ژمارەیان لەساڵی (2021) (273) ئافرەتە، نمونەی توێژینەوە (12) ئافرەتن، پرسیارەکان لەڕێگەی سود وەرگرتن لەتوێژینەوەکانی پێشو و گفتوگۆکردن لەگەڵ کۆمەڵێک پسپۆڕی شێرپەنجە و کۆمەڵێک مامۆستا لەبەشی کۆمەڵناسی ئامادەکراون و ئاڕاستەی نمونەی توێژینەوەکە کراوە. ئەنجامەکانی توێژینەوەکە ئاماژە بەوە دەکەن کە ئافرەتانی توشبو بەشێرپەنجەی مەمک کۆمەڵێک گرفتی خێزانیان بۆ دروست دەبێت. هەروەها لەڕوی پەیوەندی کۆمەڵایەتییەوە ئافرەتان گرفتیان بۆ دروست دەبێت و ناتوانن تێکەڵی خەڵک ببن و ترسیان هەیە خەڵک قسەی ناخۆشیان پێ بڵێن. لەڕوی ئابوریشەوە گرفتی دابینکردنی پێداویستییەکانیان دابین بکەن. لەڕوی سێکسییەوە ئافرەتان لە کاتی نەخۆشکەوتن و بەکارهێنانی دەرمان، ئارەزوی سێکسیان نامێنێ. هەروەها لەڕوی تەندروستییەوە گرفتیان بۆ دروست دەبێت وەک

هەڵوەرینی پر و برۆ، ڕەنگی پێستیان تێکدەچێت و ئازاری جەستەیی زۆریان دەبێت لەکاتی بەکارهێنانی دەرزی کیمیاوی و حەبی کیمیاوی و چارەسەری تیشکی.

کلیله وشەکان: شێرپەنجە، شێرپەنجەی مەمک، گرفتەکانی ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک.

پێشەکی

نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک یەکێکە لەنەخۆشییە درێژخایەنەکان و باوترین جۆری شێرپەنجەیە لەناو ئافرەتاندا. لەسەردەمی ئێستادا زانستی پزیشکی لە ڕووبەڕووبونەوەی شێرپەنجە گەشەی کردوە و نەخۆشییەکە لەڕێگای ئامێری پزیشکی پێشکەوتو دەتوانرێت لە قۆناغێکی زو دەستنیشان بکرێت. هەبونی پاڵپشتی کۆمەڵایەتی یەکێک لە گرنگترین پێداویستییەکانی ئافرەتانە دوای توشبونیان بە شێرپەنجەی مەمک. چونکە نەخۆش دوای خودا و دکتۆر و دەرمان پێویستی زۆری بە پاڵپشتیکردنیەتی لەلایەن خێزان و کۆمەڵگاوە وەکو یارمەتیدانی ماددی و دەرونی بۆ سەرکەوتن بەسەر نەخۆشییەکەی بەتایبەتی لەلایەن کەسە نزیکەکانییەوە (الذهبي و النصراوي، 259:2016) بەگوێرەی داتاکانی نەخۆشخانەی نانەکەلی لە ساڵی (2003) ژمارەی ئافرەتانی توشبو (23) ئافرەت بون، بۆ ساڵی (2021) ژمارەی ئافرەتانی توشبو (273) ئافرەت بون، شێرپەنجەی مەمک لەهەمو جۆرەکانی تری شێرپەنجە بەربڵاوترە. ئامارەکانی نەخۆشی شێرپەنجە پێمان دەڵێن کە نەخۆشییەکە ساڵانە زیاد دەکات. لەهەرێمی کوردستان لە ساڵی (2019) ژمارەی توشبوان (7831) کەس بون و لەساڵی (2020) ژمارەکە بوەتە (6293) و لەساڵی (2021) ژمارەی توشبوانی شێرپەنجەی مەمک (7908) کەس بون ، ئەم ئامارانە دەریدەخات ڕێژەی توشبون بەشێرپەنجە بەرزبوەتەوە. هەرروەها لەجیهاندا، لەساڵی (2018) ژمارەی توشبوان بە شێرپەنجە (17) ملیۆن کەس بو، بەڵام ئەو ڕێژەیە لە ساڵی (2020) بەرزبویەوە بۆ (19.3) ملیۆن کەس . ئەو ئامارانەش ڕێژەی زیادبونی نەخۆشیەکە دەدەخەن. ئاستی چارەسەرکردنی نەخۆشیەکە گەشەی کردوە و زۆر نەخۆش لەو نەخۆشییە چاک دەبنەوە. نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک سروشتی وایە کە پێویستی بە بەکارهێنانی چەندین جۆری چارەسەری جیاوازە بەپێی قۆناغەکانی شێرپەنجەکە. ئەو چارەسەرانەش زۆر بە ئازارن و ئافرەتی توشبو، توشی چەندین گرفت دەکات. ئاستی گرفتەکانیش جیاوازی هەیە لە ئافرەتێکەوە بۆ ئافرەتێکی تر بەگوێرەی تەمەن، باری خێزانی، باری کۆمەڵایەتی و باری ئابوری.

بەشی یەکەم: ڕەهەندەکانی توێژینەوە و پێناسەی چەمکەکان

ئەم بەشە لە دو باس پێکدێت، باسی یەکەم تایبەتە بە ڕەهەندە سەرەکییەکانی توێژینەوەکە، کە بریتیین لە گرفت، گرنگی و ئامانجی توێژینەوەکە، لە باسی دوەمدا لە ڕوانگەیەکی زانستییەوە پێناسەی چەمکەکانی توێژینەوەکە دەکەین، کە بریتیین لە چەمکەکانی گرفتی کۆمەڵایەتی، شێرپەنجە و شێرپەنجەی مەمک.

باسی یەکەم: ڕەهەندەکانی توێژینەوەکە

لەم باسەدا گرفتی توێژینەوەکە دەخەینەڕو، هەروەها باسی ئەو گرنگییە دەکەین توێژینەوەکە هەیەتی، پاشان ئامانجەکانی توێژینەوەکە دەخەینەڕو.

1- گرفتی توێژینەوەکە

زۆربەی ئەو توێژینەوانەی لەهەرێمی کوردستان ئەنجام دەدرێن لە پرسێک یاخود لە گرفتێک دەکۆڵێتەوە، ئەمەش بەهۆی زۆری گرفتەکانی کۆمەڵگایە. لە هەرێمی کوردستان ساڵانە نەخۆشی شێرپەنجە بە گشتی زیاددەکات. بەر لەنوسینی ئەم توێژینەوەیە چەندین جار سەردانی نەخۆشخانەی نانەکەلیم کردوە و لەگەڵ چەند پزیشکێکی تایبەت بە شێرپەنجە گفتوگۆم کردوە و تەماشای ئاماری توشبوانی ساڵانی ڕابردوم کردوە، هەروەها ڕۆژانە گوێبیستی هەواڵی توشبون و گیان لەدەستدانی ئازیزان و هاونیشتیمانیان بوم، بۆم دەرکەوت ژمارەی نەخۆشەکان زیاد دەکات، ئەمەش گرفت بۆ خودی کەسانی توشبو، نەخۆشخانەکان، خێزان و حکومەتیش دروست دەکات. وەک ئەزمونی تایبەتی خۆشم کەسێکی بنەماڵەکەم توشی شێرپەنجە بو و ماوەی ساڵێک چارەسەری وەردەگرت و لەگەڵی دەچومە نەخۆشخانە و لەنزیکەوە ئاشنای ئەو گرفتانەبوم، بۆیە ویستم لەڕێگەی توێژینەوەیەکی زانستی ئەو گرفتانەی ڕوبەڕوی ئافرەتانی توشبو بەشێرپەنجەی مەمک دەبنەوە بخەمەڕو. ئەم توێژینەوەیە لە یەکێک لە گرفتەکانی کۆمەڵگای کوردستانی دەکۆڵێتەوە، ئەو گرفتەش ڕۆژ لە دوای لە زیادبوندایە، ئەویش گرفتەکانی ئەو ئافرەتانەن کە توشی نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک بون. گرفتی ئەم توێژینەوەیە بریتییە لەوەی ئایا گرفتەکانی ئافرەتانی توشبو بە نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک چین؟

2- گرنگی توێژینەوەکە

هەمو توێژینەوەیەکی زانستی کاتێک ئەنجامدەدرێت کۆمەڵێک گرنگی لەخۆدەگرێت کە توێژەر لەڕێگای ئەنجامدانی توێژینەوەکەی دەیخاتەڕو و کەس و لایەنی پەیوەندیدار دەتوانن سودی لێ ببینن. هەندێک توێژینەوە ئاماژە بەوەدەکەن کە نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک یەکێکە لەو نەخۆشیانەی کاریگەری دەکاتە

سەر ئافرەت لەڕوی تەندروستی، دەرونی وکۆمەڵایەتی، بەتایبەتی کاتێک ئافرەت بیردەکاتەوە ناتوانێت ڕۆلەکانی وەک دایک و هاوسەر و ئەندامی خێزانێک جێ بەجێبکات(سعادي،8:2009) یەکێک لە گرنگییەکانی ئەم توێژینەوەیە بریتییە لەدەرخستنی گرفتەکانی ئافرەتانی توشبو بە نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک. گرنگیەکی تری ئەم توێژینەوەیە زانینی هۆکارەکان، نیشانەکان و قۆناغەکانی نەخۆشی شێرپەنجەی مەمکە. هەروەها سودێکی تری بۆ ئەو توێژەر و لایەنانەیە کە دواتر دێن و دەیانەوێ توێژینەوە لەو بوارە ئەنجام بدەن و گرنگی پێبدەن ئەمەش لەڕێگای خستنەڕوی پێشنیاز و ڕاسپاردەکانی توێژینەوەکە. ئەم توێژینەوەیە لەو خاڵەدا هاوبەشە لەگەڵ ئامانجی توێژینەوەی (ایمان). هەروەها لایەنی پەیوەندیداریش دەتوانێ سودی لێببینێ لە چارەسەرکردنی کەموکوڕی و پێداویستییەکانی نەخۆشخانەی نانەکەلی. سودی بۆ ڕێکخراو و دەزگا خێرخوازییەکانیش هەیە لە زانینی گرفتەکانی نەخۆشانی شێرپەنجە و هەوڵدان بۆ یارمەتیدانیان و چارەسەرکردنی گرفتەکانیان. هەروەها سودی دەبێت بۆ ئەو کەسانەی ئەم توێژینەوەیە دەخوێننەوە، بۆ ئاشنابون بە گرفتی کەسانی توشبو و یارمەتیدانی بۆ چارەسەرکردنی گرفتانەکانیان.

3- ئامانجەکانی توێژینەوەکە بریتیین لە:

1- زانینی گرفتەکانی وەک (خێزانی، کۆمەڵایەتی، دەرونی، ئابوری، ئایینی و سێکسی) ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک.

2- زانینی چییەتی شێرپەنجەی مەمک، نیشانەکان و قۆناغەکانی نەخۆشیەکە.

4- سنوری توێژینەوەکە: مەبەستمان لە سنوری توێژینەوە، دیاریکردنی بوارەکانی مرۆیی، شوێنی و کاتی ئەنجامدانی توێژینەوەکەیە.

1- بواری مرۆیی: ئەم توێژینەوەیە لەسەر ئافرەتانی توشبو بە نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک ئەنجامدراوە.

2- سنوری شوێنی: ئەم توێژینەوەیە لە نەخۆشخانەی نانەکەلی لە شاری هەولێر ئەنجامدراوە.

3- سنوری کاتی: ئەم توێژینەوەیە لە ماوەی نێوان (2022/6/2) تاوەکو (2022/8/5) ئەنجامدراوە.

باسی دووەم: پێناسەی چەمکەکانی توێژینەوەکە

1- گرفتی کۆمەڵایەتی (Social Problem):

گرفتی کۆمەڵایەتی دیاردەیەکی کۆمەڵایەتییە ژیانی ژمارەیەکی زۆری خەڵک ئاڵۆز دەکات. بەهۆی ئەو شوێنەوارە نێگەتیڤانەی بەسەر شێوازی پەیوەندییەکان و کارلێکەکانییانەوە جێیدەهێڵێت. هەروەها پێویستی بەکارلێککردنی بەکۆمەڵی ڕێکخراو هەیە، ئامانجی زاڵبونە بەسەریدا و لەناو بردنی شوێنەوارە وێرانکەرەکانیەتی (ئەلحەسن،2012:471).

گرفتی کۆمەڵایەتی: بریتییە لە دیاردەیەکی کۆمەڵایەتی نێگەتیڤ و نەخوازراو، یان ئەو بەربەست و ئاستەنگانە دەنوێنێ کە دێنە سەر ڕێگەی کاروبارەکانی کۆمەڵگە، گرفتە کۆمەڵایەتییان بەرهەمی هەلومەرجی خراپی ژمارەیەکی زۆری خەڵکە کە وایان لێدەکات ئەو هەلومەرجە بەنەخوازراو لەقەڵەم بدەن، چارەسەرکردنی بەشێوەیەکی تاکەکەسیانە ئەستەمە، بەڵکو چارەسەرکردنی لەڕێگەی کردەی کۆمەڵایەتی دەستەجەمعی دەبێت (شوانی،2012:164)

2- شێرپەنجە(Cancer):

نەخۆشی شێرپەنجە یەک جۆر نەخۆشی نییە، بەڵکو زیاتر لە100 جۆر نەخۆشی جیاواز دەگرێتەوە کە دەشێ بەهەمو بەشەکانی جەستەی مرۆڤ بڵاوببێتەوە. بەڵام هەمو جۆرەکانی شێرپەنجە یەک سیفەتی وەک یەکیان هەیە، ئەویش بریتییە لەوەی ئەو خانەیەی توشی شێرپەنجە دەبێت کۆنترۆڵ لەدەست دەدات و بەشێوەیەکی سروشتی گەشە ناکات (بیر و بریدی،2005،42)

جەستەی هەمو بونەوەرێکی زیندو لە خانە پێکهاتوە، جەستەی مرۆڤێکی پێگەیشتو بە نزیکەی سی ترلیۆن خانەی هەیە، خانەکان بەدابەشبون زیاددەبن. لە جەستەی هەر مرۆڤێکی پێگەیشتو هەر خولەکێک بۆ 25 ملیۆن خانە دابەش دەبێت، بەم شێوەیە جەستەی مرۆڤ خۆی سارێژ دەکات. بەڵام هەندێک جار خانەیەک لەژێر کۆنترۆڵی جەستە دەردەچێت و بەردەوام دابەش دەبێت، ئەم بارە پێیدەگوترێت شێرپەنجە (خانەی ناتەندروست-خانەی شێرپەنجەیی) کە بەبێ کۆنترۆڵ گەشە دەکەن و زیاد دەبن (نانەکەلی،2010:42)

3- شێرپەنجەی مەمک(Breast Cancer):

شێرپەنجەی مەمک: بریتییە لەهەبونی خانەی شێرپەنجەی نائاسایی لە نزیک گۆی مەمک یان لەدەوروبەری گۆی مەمک. ئەو خانانە لەو جۆرە خانانەن کە لەژێر کۆنترۆڵی جەستە دەرچون و جگە لە

مەمک لەبەشەکانی تری جەستەش دەشێ بڵاوببنەوە. پیاوان و ژنان توشی ئەم جۆرە نەخۆشیە دەبن، بەڵام ڕێژەی توشبون لەناو ژنان زۆر بەرزترە بەراورد بەپیاوان (pasuqualini,2008:2).

وشەی شێرپەنجە- سرطان- cancer وشەیەکی گریکی دێرینە بەمانای قرژاڵ دێت، پزیشکی بەناوبانگی ئیغریقی ئەبوکرات(أبوقرات) بۆیە ناوی ئەم نەخۆشیەی ناوە قرژاڵ، چونکە لوی شێرپەنجە لە نینۆکی قرژاڵ دەچێت. واتە نەخۆشی شێرپەنجە، نەخۆشیەکی نوێ نییە، بەڵکو بونی دەگەڕێتەوە بۆ سەردەمی گریکەکان (شەیدا،7:2012)

شێرپەنجەی مەمک کاتێک دروست دەبێت کە کۆمەڵێک خانە بەشێوەیەکی نائاسایی و لەکۆنترۆڵ دەرچو گەشە بکەن. چەندین جۆری جیاوازی شێرپەنجەی مەمک هەیە ئەمەش دەگەڕێتەوە بۆ ئەوەی کە لەچ شوێنێکی مەمک ئەو گرێیە دروست بوە. خانە شێرپەنجەییەکان بەگشتی لەسێ شوێنی ناو مەمک بەدەردەکەون ئەوانیش شوێنەکانی (LOBULES,DUCTS,CONNECTIVE TISSUE) فرمانی ئەوەیە کە شیر دروست دەکات و پێکهاتەیەکە لە تانوپۆی هاوبەست، Loubles فرمانی گواستنەوەی شیر بۆ گۆی مەمک جێبەجێ دەکات پێی دەوترێت لۆبول ducts ئەمەش کاری دروستکردنی چەوری ڕیشاڵەکانە واتە کاری بەیەکەوە گرێدانیانە. زۆربەی شێرپەنجەکانی مەمک کەوتونەتە ناوچەی (lobule) (duct) (sparano,2013:6)

بەشی دوەم: توێژینەوەکانی پێشو، هۆکارەکان، نیشانەکان، قۆناغەکان و گرفتەکانی ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک

باسی یەکەم: توێژینەوەکانی پێشو

1- توێژینەوە کوردییەکان

1- توێژینەوەی محمد، کوردستان عومەر (2013) پاڵپشتی کۆمەڵایەتی و پەیوەندی بە گونجاندنی خودی و کۆمەڵایەتییەوە لای ژنانی توشبو بەنەخۆشی شێرپەنجەی مەمک- توێژینەوەیەکی مەیدانییە لە پارێزگای سلێمانیدا.

ئامانجەکانی توێژینەوەکە بریتیین لە:

1- دەرخستنی ئاستی پالپشتی کۆمەڵایەتی و گونجاندنی خودی و گونجاندنی کۆمەڵایەتی لای ژنانی توشبو بەشێرپەنجەی مەمک لەپارێزگای سلێمانیدا.

2- دەرخستنی جیاوازی لەپالپشتی کۆمەڵایەتی و گونجاندنی خودی و گونجاندنی کۆمەڵایەتی لای نمونەی توێژینەوەکە بەپێی گۆڕاوەکانی توێژینەوەکە (تەمەن، باری کۆمەڵایەتی، شوێنی نیشتەجێبون، پیشە، ئاستی خوێندەواری، ئاستی بژێوی خێزانی لەپێش نەخۆشیەکە و لەدوای نەخۆشیەکە).

3- دیاریکردنی سروشتی پەیوەندی لەنێو گۆڕاوەکانی توێژینەوەکەدا (پاڵپشتی کۆمەڵایەتی، گونجاندنی خودی و گونجاندنی کۆمەڵایەتی) لای نمونەی توێژینەوەکە.

4- پێشبینیکردن بەپاڵپشتی کۆمەڵایەتییەوە لەڕێگەی گونجاندنی خودی و گونجاندنی کۆمەڵایەتییەوە، لای نمونەی توێژینەوەکە.

ئەم توێژینەوەیە وەسفی شیکارییە، لەم توێژینەوەیە ڕێبازەکانی بەراوردکاری و وەسفی (ڕوپێوی کۆمەڵایەتی بەنمونە) بەکارهاتوە. توێژەر نمونەی مەبەستداری بەکارهێناوە نمونەی توێژینەوەکە پێکدێت لە (142) ژنی توشبو بەنەخۆشی شێرپەنجەی مەمک. کۆمەڵگەی توێژینەوەکە ئافرەتانی توشبو بەنەخۆشی شێرپەنجەی مەمک بون و نەخۆشی نەخۆشخانەی هیوا بون لەشاری سلێمانی. توێژەر بۆ کۆکردنەوەی زانیاری پێوەری پاڵپشتی کۆمەڵایەتی و پێوەری گونجانی کۆمەڵایەتی بەکارهێناوە و بۆ کارە ئامارییەکانی توێژینەوەکە و دەرهێنانی ئەنجامەکان بەرنامەی (هەگبەی ئاماری بۆ زانستە مرۆییەکان) (SPSS)ی بەکارهێناوە.

ئەنجامەکانی توێژینەوەکە بریتیین لە:

1- بەدەستهێنانی ئاستێکی باش لە پاڵپشتی کۆمەڵایەتی و گونجاندنی خودی و گونجاندنی کۆمەڵایەتی لای نمونەی توێژینەوەکە، کە ژنانی توشبون بەنەخۆشی شێرپەنجەی مەمک لەپارێزگای سلێمانی دەگرێتەوە.

2- لەپێوەری پاڵپشتی کۆمەڵایەتی: هەریەک لەگۆڕاوەکانی (پیشە، ئاستی خوێندەواری، ئاستی بژێوی خێزانی لەدوای نەخۆشی) جیاوازی کاریگەر لەڕوی ئامارییەوە دروست دەکەن، بەڵام بۆ هەریەک لەگۆڕاوەکانی (تەمەن، باری کۆمەڵایەتی، شوێنی نیشتەجێبون، ئاستی بژێوی خێزانی خێزان لەپێش نەخۆشییەکە) جیاوازی کاریگەر لەڕوی ئاماریەوە دروست ناکەن. هەروەها لەپێوەری گونجاندنی کۆمەڵایەتی: تەنیا گۆڕاوی (باری خێزانی) جیاوازی کاریگەر لەڕوی ئاماریەوە دروست دەکەن، بەڵام هەریەک لەگۆڕاوەکانی (تەمەن، پیشە، باری کۆمەڵایەتی، شوێنی نیشتەجێبون، ئاستی بژێوی خێزانی خێزان لەدوای نەخۆشیەکە) جیاوازی کاریگەر لەڕوی ئامارییەوە دروست ناکەن.

3- سروشتی پەیوەندی لەنێوان (پاڵپشتی کۆمەڵایەتی، گونجاندنی خودی و گونجاندنی کۆمەڵایەتی)، پەیوەندیەکی ڕاستەوانەیە، واتە بەزیادبونی ئاستی هەر گۆڕاوێک لە گۆڕاوەکان، ئەوا زیادبون لە گۆڕاوەکەی تردا ڕودەدات.

4- هەریەک لەگۆڕاوەکانی (گونجاندی خودی و گونجاندنی کۆمەڵایەتی) لە توانایاندا هەیە کە پێشبینی بۆ پاڵپشتی کۆمەڵایەتی دەستەبەر بکەن بەڕێژەی (72%).

2- توێژینەوە عەرەبییەکان

1- توێژینەوەی لیلی، منصوري (2021) بە ناونیشانی (الصدمة النفسية لده المرأة المصابة بسرطان الثدي و علاقتها بالمساندة الأسرية- دراسة ميدانية بالمستشفى الجامعي بن زرجب-وهران) أطروحه الدكتوراه، جامعة محمد بن أحمد وهران-كلية العلوم الأجتماعية.

ئامانجەکانی تویژینەوەکە بریتیین لە:

1- دیارکردنی تایبەتمەندی شۆکی دەرونیی ئافرەتانیی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک و لێکەوتەکانی لەڕوی دەرونی و جەستەیی.

2- ئاشنابون بە پەیوەندی نێوان پاڵپشتی خێزانی و کەمبونەوەی شۆکی دەرونیی ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک.

3- زانینی کاریگەری پشتگیری خێزان لە ئافرەتی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک.

ئەم توێژینەوەیە، تویژینەوەیەکی وەسفی شیکارییە. تویژەر سەرەتا گەڕانێکی لاوەکی دەکات پێش ئەوەی دەست بکات بەلێکۆڵینەوە سەرەتاییەکانی کە بەنیازە ئەنجامی بدات. تاوەکو وردەکاری ئەو لایەنانە دیارییکات کە دەیەوێ توێژینەوەی لەبارەوە بکات. کۆمەلگای توێژینەوەکە بەشی نەخۆشییەکانی شێرپەنجەیە لەنەخۆشخانەی الجامعي بن زجر-وران. توێژەر بۆ کۆکردنەوەی زانیاری چاوپێکەوتنی نیمچە کراوە و پێوەری تایبەت بە شۆکی دەرونی بەکارهێناوە. توێژەر جۆری نمونەی مەبەستداری بەکارهێناوە و(55) ئافرەتی توشبو بە شێرپەنجی مەمک وەک نمونەی تویژینەوەکە وەرگرتوە.

ئەنجامەکانی توێژینەوەکە ئەمانەن:

1- ئافرەتی توشبو بەشێرپەنجی مەمک لەڕوی دەرونییەوە توشی کۆمەڵێک گرفت دەبن (ترس، دڵەڕاوکێ و نەمانی متمانە بەخۆبون)، هەروەها لەڕوی جەستەییشەوە توشی گرفت دەبێت وەک تێکچونی جەستەیی و پرچ هەڵوەرین و تێکچونی گەدە).

2- پەیوەندییەکی ئەرێنی هەیە لە نێوان پاڵپشتی خێزانی بۆ ئافرەتانی توشبو بەشێرپەنجەی مەمک، واتە خێزانی کاریگەری باشی هەیە لەکەمبونەوەی شۆکی دەرونی ئافرەتانی توشبو بەشێرپەنجەی مەمک.

3- پاڵپشتی ئەندامانی خێزان کاریگەری ئەرێنی هەیە لەسەر کەم بونەوەی گرفتەکانی ئافرەتانی توشبو بەشێرپەنجی مەمک.

2- توێژینەوەی ایمان، رزاق (2018) (مؤشرات جودة الحیاة لدی المرأة المصابة بسرطان الثدي- دراسة حالة بمستشفی بشیر بن ناصر بسکرة-بسکرة) رسالة الماجستر، جامعة محمد بن خیضر- کلیة العلوم الأنسانیة والأجتماعیة.

ئامانجەکانی توێژینەوەکە بریتیین لە:

1- زانینی ئاستی چۆنایەتی ژیان لەلای ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک.

2- زانینی نیشانەکانی چۆنایەتی ژیان لەلای ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک.

3- هەوڵدان بۆ پێشکەشکردنی کۆمەڵێک پێشنیار لەڕێگای ئەنجامەکانی توێژینەوەی حاڵەتەکان لەپێناو باشکردنی ژیانی نەخۆشەکان.

لەم توێژینەوەیە ڕێبازی کلینیکی و ڕێبازی توێژینەوەی حاڵەت بەکارهاتوە. کۆمەڵگای توێژینەوەکە ئافرەتانی توشبو بەنەخۆشی شێرپەنجەی مەمکن لە نەخۆشخانەی بشیر بن ناشرن لەهەرێمی بسکرة لەوڵاتی جەزائیر. توێژەر بۆکۆکردنەوەی زانیاری ئامرازەکانی تێبینی، چاوپێکەوتنی نیمچە کراوە و پێوەری بەکارهێناوە. توێژەر 3 ئافرەتی نەخۆشی وەک نمونەی توێژینەوەکە وەرگرتوە.

ئەنجامەکانی توێژینەوەکە بریتیین لە:

1- گەورەترین نیشانەکانی کوالێتی ژیان لەلای ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک لەلایەنی دەرونیین، بەڵام بەهۆی بڕوابونیان بە خودا و بیرکردنەوەی ئەرێنی لەڕوی دەرونییەوە هەست بە باشبون دەکەن. هەروەها لەلایەنی جەستەییشەوە بەهۆی ئەوەی توانای ئیش و کار ئەنجامدانیان هەیە، هەست بە باشی دەکەن.

2- دابینکردنی ڕێکخراوە چالاکەکانی ژنان بۆ بەرزکردنەوەی هۆشیاری و شێوازی مامەڵەکردن لەگەڵ نەخۆشییەکە، دابینکردنی سەنتەری چالاکی وەرزشکردن بۆ ئافرەتانی توشبو بەشێرپەنجەی مەمک، دابینکردنی کەسانی پسپۆڕ لە دەرونزانیدا بۆ یارمەتیدانی نەخۆشەکان لەڕوبەڕوبونەوەی نەخۆشییەکە.

2- کوالیتی ژیان لە لایەنەکانی وەک (هاوڕێ، بۆشایی ڕۆحی، چاودێری پزیشکی، ژینگەی ناو خێزان و بە کۆمەڵایەتی بونی کەسەکە) ڕۆڵی هەیە لە چۆنیەتی وەستان بەرامبەر نەخۆشیەکەی و چارەسەرکردنی.

باسی دووەم: هۆکارەکانی توشبون بەشێرپەنجەی مەمک

1- تەمەن، تەمەن یەکێکە لە هۆکارە گرنگ و کاریگەرەکانی توشبون بەم نەخۆشییە، زۆربەی ئەو ئافرەتانەی توشی ئەم جۆرە نەخۆشیە دەبن، ئەوانەن کە تەمەنیان لە (50)ساڵ زیاترە. بەپێی لێکۆڵینەوەکانی (Seer) ڕادەی سەرهەڵدانی شێرپەنجەی مەمک بۆ ژنانی ژێر (50) ساڵ بۆ هەر (1000) کەسێک (44) کەسە و بۆ ژنانی سەرو (50) ساڵی بۆ هەر (1000) ئافرەتێک (345) ئافرەتە، لەگەڵ ئەوەشدا دەشێ ئافرەتانی تەمەن بچوکیش توش ببن (شەتەوی و ئاوە، 2018)

2- بۆماوەیی، ئەگەرچی زاناکان ڕێژەیەکی کەم دادەنێن بۆ هۆکاری بۆماوەیی دادەنێن بۆ توشبون بە شێرپەنجی مەمک، بەڵام بۆماوەیی وەک هۆکارێک دادەنرێت، چونکە ئەو ئافرەتانەی یەکێک لەئەندامانی بنەماڵەکەی توشی شێرپەنجە بوبێ، ئەگەری توشبونی بەم نەخۆشییە زیاترە بەراورد بە ئافرەتێک کە هیچ ئەندامێکی خێزانەکەی توش نەبوبێ (خواه،144:2015)

3- جگەرە و نێرگلەکێشان، پزیشکی نەشتەرگەری گشتی (ڕێجینە بنجامین) دەڵێت جگەرە کێشان دەبێتە هۆی ژەهراویبونی ئەندامەکانی جەستەی مرۆڤ، چونکە لەدوای مژێک زیاتر لە (7) تەنی کیمیایی دەچنە ناو جەستەی مرۆڤ و ئەندام و خانەکانی تێکدەدەن (الخوالدة،36:2002) لەلایەکی تر پزیشکە تایبەتمەندەکانی شێرپەنجە وا دەخەملێنن کە جگەرەکێشان فاکتەرێکی یارمەتیدەرە بۆ توشبون بەشێرپەنجە، چونکە نیکۆتینی توتن کونە هەواییەکانی سییەکان دەگرێ ئەمەش دەبێتە هۆی ئەوەی سییەکان توانای ئەوەیان نەبێت بە تەواوی خوێن پاک بکەنەوە، لەبەر ئەمە ڕێژەی ئۆکسجین لە لەشدا کەم دەکات لەکاتێکدا خانەکانی لەش بەئۆکسجین دەژین و خۆراکی سەرەکییانە. بەواتایەکی دی باری سروشتی ئەرکی سییەکان تێکدەچێ و ناتوانێ وەک پێویست ئەرکەکانی جێبەجێبکات. لەلایەکی تریشەوە ئەگەر خانە خۆراکی تەواوی خۆی وەرنەگرێ و تێرنەبێت پەشۆکی دەکەوێتە ناو خانەکانەوە و ڕێکوپێکی تێدا نامێنێت و ئاژاوە لەناو خانەکان دروست دەبێت، ئەمەش باشترین هۆکاری بۆ دەرکەوتنی خانەی شێرپەنجەیی (شەیدا،2012)

بەهەمان شێوە پسپۆڕان باس لە نێرگەکێشانیش دەکەن و بەهۆکارێکی کاریگەری دادەنێن لە توشبون بەشێرپەنجە.

4- جۆری خۆراک و خواردنەوە: لەسەردەمی ئەمڕۆدا سەرەرای ئەوەی کە خواردن پێداویستی سەرەکیە و جۆری خواردنەکان زۆربونە، بەڵام بوەتە هۆکارێکیش بۆ زۆربونی نەخۆشی بەهەردو جۆرەکانییەوە (درێژخایەن و کورت خایەن). زاناکان بەگشتی کۆکن لەسەر ئەوەی ئەگەر بێتو شێوازی خواردن و خواردنەوەی تەندروست بەکاربهێرێت، ئەوا بە ڕێژەی(50%-90%) دەتوانین خۆمان بپاریزین لەتوشبون بە شێرپەنجە (مولود،65:2009) هەروەها زۆربەی ئەو مادده کیمیاویانەی لە زەوییە کشتوکاڵییەکان دەدرێت خراپن و زیان بەخواردنەکان دەگەیەنن، ئەمەش زیان بەتەندروستی مرۆڤ دەگەیەنێت. لەسەردەمی ئێستادا خواردنی فاست فود زۆر داواکاری لەسەرە و زۆر دەخورێ، هەروەها خواردنە ئامادەکراوەکان و ئەو خواردنانەی لە ناو قوت و فرێزەرەکان دێن تەندروست نیین. یەکێک لە توێژینەوە زانستییەکان لەبارەی نەخۆشی شێرپەنجە کە زیاتر لە (12) ساڵی خایاندوە، ئاماژە بەوە دەکات کە گۆشتی سور، شیرنەمەنی و نانی سپی دەبنە هۆی زیادبونی ڕێژەی ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک (مولود،66:2009)بۆیە بۆ مانەوەی مرۆڤ بەتەندروستییەکی باش لەژیاندا، پێویستە گرنگی بە خواردن و خواردنەوەکانی بدات. زیاتر لە (200) توێژینەوەی زانستی ئاماژە بەوەدەکەن، خواردنی سەوزە و میوەی باش مرۆڤ دەپارێزێت لە توشبون بە شێرپەنجە، بەپێچەوانەشەوە ئەوانەی سەوزە و میوەی وەبەرهێنراو بە مەوادی کیمیاوی دەخۆن ئەگەری توشبونیان بەشێرپەنجە زیاترە (روبنسون.74:2004)

5- ژینگە، ژیانی مرۆڤ بەستراوەتەوە بەو ژینگەیەی تێیدا دەژیت. باری تەندروستی مرۆڤ پەیوەندییەکی زۆر گرنگی بە ژینگەوە هەیە، واتە چەندە ژینگەی ژیانی مرۆڤ پاک و خاوێن بێت، ئەوەندە مرۆڤ دوردەکەوێتەوە لە توشبون بەنەخۆشی وکەمتر نەخۆش دەبێت. بەپێچەوانەوەش چەندە ئەو ژینگەیەی مرۆڤ تێیدا دەژیت پیس بێت و تەندروست نەبیت، ئەگەری توشبونی بەنەخۆشی زیاترە. ژینگەی پیس یەکێکە لەهۆکارەکانی توشبونی ئافرەتان بەشێرپەنجەی مەمک، چونکە ئەگەر سەرنجێکی وردی شێرپەنجەی مەمک بدەین دەبینین بەرزترین ڕێژەی توشبون لەو شوێنانەدا تۆماردەکرێت کە ژینگەیان خاوێن نییە. لە وڵاتانی ئەمریکا و بەریتانیا ڕێژەیەکی بەرزی ئافرەتان توشی شێرپەنجەی مەمک دەبن، هۆکارەکەی دەگەڕێتەوە بۆ پیس بونی ژینگەیان بە هۆی زۆری پاشماوە کیمیاوییەکان و کارگەکانیان. لەبەر ئەوە پسپۆڕانی تایبەتمەندی ئەو بوارە بەردەوام ڕێنمایی ئەوە دەدەن کە پێویستە ژینگە پاک بکرێتەوە، ئەگەر ژینگە پاک ڕانەگیرێت ژمارەی توشبوان زیاددەبێت. (مایکل زیمرمان) مامۆستا لە زانکۆی مانشستەر دەڵێت 'شێرپەنجە، نەخۆشیەکی سەردەمە و زیاتر لەو کۆمەڵگایانە بڵاودەبێتەوە کە کۆمەڵگای پیشەسازین و کارگەی زۆر و گەورەیان تێدایە (بولنجر،94:2018)

باسی سێیەم: نیشانەکان و قۆناغەکانی نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک

1- نیشانەکانی توشبون بە شێرپەنجەی مەمک ئەمانەن:

1- گۆڕانکاری لە شێوە و قەبارەی یەکێک یان لەهەردو مەمک بەدی دەکرێت.

2- دەرکەوتنی لوێک یان تۆپەڵەیەک یان گرێیەک لە مەمکدا کە ئاسایی نەبێت.

3- چرچ بون و تێکچونی نائاسایی مەمک و گۆڕانی ڕەنگ و حاڵەتی پێست، وەکو (پێکهاتنی وردە چاڵایی یان کێشرانی پێست، هەروەها گۆڕانی شکڵ و ڕەنگی دەوری گۆی مەمک (خواه،144:2015).

4- هاتنە دەرەوەی دەردراو لە مەمک یاخود گۆڕانی نوکی مەمک.

5- دەرچونی خوێن لە گۆی مەمک یان دەرچونی شلەیەکی لینج، ئەم حاڵەتەش زۆر کەم ڕو دەدات (شەیدا،22:2012)

6- کاتێک نەخۆشییەکە لە ئەندامەکانی جەستەی کەسەکە بڵاوبوبێتەوە کۆمەڵێک گرفتی جەستەیی بۆ دروست دەبێت و نیشانەن بۆ توشبونی کەسەکەن (شەتەوی و ئاوە،216:2018).

2- قۆناغەکانی نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک ئەمانەن:

قۆناغی یەکەم: قۆناغاِی یەکەمی شێرپەنجەی مەمک بەو مانایە دێت، کە شێرپەنجەکە لەبارێکی بچوکدایە و تەنیا لەناو مەمکدایە بۆ هیچ شوێنێکی تری جەستە بڵاونەبۆتەوە. ئەم قۆناغە ڕێژەی چارەسەربونی بەرزە و بەئاسانتریش لە قۆناغەکانی تر چارەسەردەبێت. لەم قۆناغەدا گرێیەکە (2سم) یان بچوکترە و هەندێ جار تەنیا یەک لیمف دەگرێت.

– قۆناغی دوەم: لەم قۆناغەدا گرێ شێرپەنجەییەکە(2سم) یان بچوکترە و لەگۆی مەمک دورە. دەشێ لەم قۆناغەدا 1–3 لە لیمفەکانی بنباڵی گرتبێت، هەروەها هەندێک جار لەم قۆناغەدا گرێیەکە 2سم گەورەترە بالام ناگاتە 5سم و بەشێک لەلیمفەکانی بنباڵی گرتوە(Alnaggar,2014:4)

– قۆناغی سێیەم: لەم قۆناغەدا شێرپەنجەکە تەنیا لەناو مامکدا نەماوەتەوە، بەڵکو بە شوێنەکانی تری جەستە بڵاوبوەتەوە، واتە لە مەمکەوە بڵاوبۆتەوە بۆ لیمفەکان یاخود پێستی نزیک مەمک یان بۆ دیواری قەفەسی سینگ (Pasqualini,2008:71)

– قۆناغی چوارەم: لەم قۆناغەدا شێرپەنجەکە مەمکەکەی گرتۆتەوە لەگەڵ لیمفەکانی بنباڵی. هەروەها بڵاوبۆتەوە بۆ شوێنەکانی تری جەستە وەک (مێشک، سینگ، گورچیلە، گەدە، ئێسکەکان، پشت). ئەم قۆناغە ترسناکترین قۆناغی نەخۆشی شێرپەنجەیە و تاوەکو ئێستا چارەسەر بۆ شێرپەنجە نەدۆزراوەتەوە لەم قۆناغەدا (Pasqualini,2008:71)

باسی چوارەم: گرفتە کۆمەڵایەتییەکانی ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک

مرۆڤ کاتێک توشی هەر نەخۆشیەک دەبێت، خۆی و کەسانی دەوروبەری توشی چەندەها گرفت دەبنەوە، ئاستی گرفتەکانیش پەیوەستە بۆ جۆری نەخۆشییەکەوە، چەندە نەخۆشیەکە کورت خایەنبێ ئاستی گرفتەکانیش کەمتر دەبنەوە بەراورد بە نەخۆشییە درێژخایەنەکان. لەو چوارچێوەیەدا نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک بەنەخۆشی درێژ خایەن هەژماردەکرێت و لە جۆری ئەو نەخۆشیانەیە گرفتی زۆر بۆ کەسی توشبو دروست دەکەن، گرنگترین ئەو گرفتەتانەش بریتیین لە:

1- گرفتی خێزانی

لەئەدەبیاتی کۆمەڵناسیدا خێزان یەکێکە لە گرنگترین دامەزراوەکانی کۆمەڵگا و گرنگی زۆری پێدراوە. خێزان یەکێک لە دامەزراوە یەکەمینەکانی کۆمەڵگایە و بە بنەما و بناغەی ژیانی کۆمەڵایەتی لەقەڵەم دەدرێ و بێجگە لە ئەرکی منداڵ بە دونیا هێنان، پەروەردە، بەردەوامی وەچەکان و و مانەوەی ڕەگەزی مرۆڤ، ئەرکگەلی جۆراو و جۆری دیکەی هەیە وەک "چالاکییە ئابوری، پەروەردەیی، فێرکاری و بەکۆمەڵایەتیکردنی تاکیشی لە ئەستۆیە. بەدیاریکراوی خێزان: بریتییە لە گروپێک لە تاکەکان (دو کەس یان زیاتر) کە پەیوەندیی خزمایەتییان لەنێواندایە و لەشوێنێکی تایبەتدا ژیان بەسەر دەبەن و خواردنێکی هاوبەشیان هەیە (مەنسور و عەلی،187:2013) بەشێک لە توێژینەوە ئەوروپییەکان لە ئەنجامەکانیان ئاماژە بەوەدەکەن کە: نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک باری دەرونی ئافرەتی توشبو تێکدەدات و کاریگەری دەکاتە سەر لایەنی کۆمەڵایەتیشی، بەتایبەتی کە بیر دەکاتەوە کۆمەڵێک ڕۆڵی کۆمەڵایەتی هەیە وەکو (دایک، خوشک، پیشەی دەرەوە، ماڵ، هاوسەر و منداڵ) و ناتوانێت ئەو بەپرسیاریەتییە جێبەجێ بکات (سعادي،٢٠٠٩:٦٥) واتە: ئەو ئافرەتانەی توشی شێرپەنجەی مەمک دەبن هەر لەو کاتەوەی بۆیان دەردەکەوێ توشی نەخۆشی بون، ڕوبەڕوی کۆمەڵێک گرفت دەبنەوە، ئاستی گرفتەکانیش جیاوازە بەگوێرەی جیاوازی قۆناغەکانی شێرپەنجەکە و باری کۆمەڵایەتیی نەخۆشەکە. ئەو ئافرەتانەی خاوەن هاوسەر و منداڵن، گرفتیان زیاترە بەروارد بە ئەو ئافرەتانەی سەڵتن. ئافرەت کۆڵەگەی ماڵە و بەرپرسیاری یەکە لە پاک و خاوێن ڕاگرتنی ماڵ و ئامادەکردنی خواردن و بەڕێژەیەکی زۆریش پەروەردەکردنی منداڵ. کاتێک ئافرەتێک توشی شێرپەنجە دەبێت بەهۆی

زۆری ئازاری دەرونیی و جەستەییەوە ناتوانێت ئەرک و بەرپرسیاریەتییەکانی سەر شانی جێ بەجێ بکات، ئەمەش وادەکات کۆمەڵێک گرفتی خێزانی بۆ دروست ببێت و تەنانەت خۆشی ئەبێتە گرفت بۆ ئەندامانی خێزانەکەی. ئافرەت کاتێک لەژێر بەکارهێنانی چارەسەرەکانی دایە، بەهۆی زۆری ئازاری توانای ئەنجامدانی کارەکانی نییە، هەروەها هەندێک لە نەخۆشەکان پێویستیان بە مانەوەیە لە نەخۆشخانە کاتێک دەرزی کیمیاوی بەکاردەهێنن، ئەمەش دەبێتە هۆی دورکەوتنەوەیان لە ماڵ و نەتوانینی ئەنجامدانی ئەرکە خێزانیەکان. چەندە ئەو خێزانە لەڕوی داراییەوە هەژاربێت، گرفتەکانی زیاتر دەبێت. لەلایەکی تر ئەو ئافرەتانەی ئاستی ڕۆشنبیری خێزانەکانیان نزمە گرفتیان بۆ دروست دەبێت، بۆ نمونە خێزانی هەندێک لە نەخۆشەکان بەگوێرەی پێویست یارمەتی نەخۆش نادەن و نایبەن بۆ نەخۆشخانە و لەماڵەوە ژینگەیەکی ئاسودەی بۆ دروست ناکەن. هەروەها زۆربەی ئەو ئافرەتانەی توشی شێرپەنجەی مەمک دەبن ناچارن لەڕێگەی نەشتەرگەرییەوە بەشێک یان تەواوی مەمکێک یان هەردوکیان لابدەن، ئەمەش دەبێتە گرفت بۆ ئەو ئافرەتانەی منداڵی بچوکیان هەیە و ناتوانن شیریان پێبدەن. واتە ئافرەت کاتێک توشت شێرپەنجەی مەمک دەبێت بەدەست کۆمەڵێک گرفتی خێزانی دەناڵێنێت.

2- گرفتی پەیوەندیی کۆمەڵایەتی

هەر جۆرە دروستکردنێکی پەیوەندیی و کارلێک لە نێوان دوکەس یان زیاتردا بە گوفتار یان ڕەمزی بۆ تێرکردنی پێویستییەکان لەسەر بنەمای ئاڵوگۆڕی بیرورا لەژیانی کۆمەڵایەتیدا پێی دەگوترێت پەیوەندی کۆمەڵایەتی، جا ئەو پەیوەندییە لە نێوان ئەندامانی خیزان بێت یان کریار و فرۆشیارێک یان مامۆستا و قوتابیی جیاوازی نییە (کەریم،٢٠١٧:٢١٠) مرۆڤ ناتوانێت هەمو پێویستییەکانی خۆی دابینبکات تەنها لەگەڵ کەسانی تر نەبێت، بۆیە پەیوەندی کۆمەڵایەتی گرنگە بۆ تاک تا ئەو پێویستیانەی هەیەتی تێربکات و وەک بونەوەرێکی کۆمەڵایەتی ژیانی خۆی بەسەر ببات (عزیز،٢٠١٢:١٦٨) لەکاتێکدا مرۆڤ ئەوەندەی مانا و خەسڵەتێکی گەوهەرییە ئەوەندە مانایەکی فیزیکی نییە بۆشتێک پێی(مرۆڤ-بشر) بەڵکو مرۆڤ بون وەک شوناسێکە جیهانی خۆی لە پەیوەندیگرتنی تاکەکان بەیەکتر وەردەگرێت، بە واتای مرۆڤ کاتێک دەبێت بەخاوەن پێگە و شوناسی تایبەتی خۆی کە تێکەڵ بە تاکەکانی کۆمەڵگا ببێت و کارلێک بکات لەگەڵیان، بەڵام کاتێک کە دوردەکەوێتەوە لەخەڵک و پەیوەندیکردن لەگەڵیان، ئەوا شوناسی وندەبێت (تەها،10:2013). ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک بەهۆی جۆری نەخۆشییەکەیان کە پێویستی بە چارەسەری زۆر هەیە، ئەو چارەسەرانەش زۆر بە ئازارن و کاریگەری زۆر نەرێنی دەکەنە سەر باری دەرونی و جەستەیی، ئارەزوی تێکەڵ بون بەخەڵکیان زۆر کەم دەبێتەوە و ناتوانن وەکو کەسانی ئاسایی بەژداری بۆنە کۆمەڵایەتییەکان بکەن یاخود سەردانی خزمان و شوێنە گشتییەکان بکەن، لەکاتێکدا ئافرەت چەندین

پەیوەندی جیاوازی هەیە، وەکو پەیوەندی لەگەڵ ئەندامانی خێزانەکەی یان لەگەڵ هاوڕێیەکانی و خزمەکانی. لەکۆمەڵگەی کوردیدا پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکان تاڕادەیەک بەهێزن و خەڵک سەردانی یەکتری دەکەن، بەتایبەتی لە کاتی نەخۆشکەوتنی کەسێک، بۆیە کە ئافرەتەکە نەخۆش دەبێت خزم و هاورێ و هاوسێیەکانی سەردانی دەکەن و دەیانەوێ بیبینن، ئەمەش دولایەنەیە، یەکێکیان ئافرەتەکە لەڕوی دەرونییەوە هەست بە ئاسودەیی دەکات و برێک نەخۆشیەکەی لە بیر دەکات، لەلایەکی تر هەندێک لە ئافرەتان ئارەزوی هەبونی پەیوەندی و تێکەڵبون بە خەڵکیان نامێنێ بۆیە کاتێک خەڵکی دێتە سەردانی ئارەزو ناکات کە قسەیان لەگەڵ بکات و لەڕوی دەرونییەوە هەستێکی ناخۆشی دەبێت.

3- گرفتی دەرونی

گرفتی دەرونی ئەو نارەحەتیەیە کە تاک بە دەستییەوە دەناڵێنێ، بریتییە لە نارێکی باری دەرونی و جەستەیی، ئەمەش ڕەنگدانەوەی دەبێ لەسەر شڵەژاوی لە بیرکردنەوە و هەڵچونەکانی. هەروەها پەکخستنی تاکە لە بەدیهێنانی پێداویستییەکانی، کە هۆکارێکە بۆخراپی هاوسەنگی دەرونی و کۆمەڵایەتی (حسین،28:2008) ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک. هەر لەو کاتەوە هەست بە نیشانەکانی توشبون بە شێرپەنجە دەکەن، توشی شڵەژانی دەرونی دەبنەوە، کاتێک پشکنینەکان دەری دەخەن ئەو ئافرەتە نەخۆشی شێرپەنجەی مەمکی هەیە، لەگەڵیدا ئەو ئافرەتە چەندین گرفتی دەرونی بۆ دروست دەبێت وەکو (ترس، دڵەراوکێ، نارمێکی جەستەیی و خەمۆکی). بۆنمونە خەمۆکی یەکێکە لەو گرفتە دەرونیيانەی دوچاری ئافرتانی نەخۆش دەبێتەوە، زاناکانی بواری دەرونناسی یەکێک یان زیاتر لەیەکێک لەم هۆکارانەی لای خوارەوە دادەنێن بە هۆکاری توشبون بە خەمۆکی (لەدەستدانی کەسێک یان پلەوپایە یان بابەتێکی خۆشەویست، نەخۆشیەکی لەناکاو و درێژخایەن، ناخۆشی و تێکنەگەیشتن و ئاژاوەی نێوان ژن ومێرد، ڕێکنەکەوتن و خۆنەگونجاندن لەگۆڕەپانی کارکردن، سەرنەکەوتن لە ژیانی سێکسیدا، کۆچکردن و تەنیایی بەردەوام پەرتەوازەبون، پەناهەندەیی لە هەندەران و نامۆبون) (قەرەچەتانی،٢٦:٢٠١٠) بەکارهێنانی دەرمانەکانی چارەسەرکردنی نەخۆشی شێرپەنجە، ئافرەتەکە توشی نارێکی جەستەیی دەکاتەوە و ئەمەش کاردەکاتە سەر باری دەرونی. ئافرەتی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک پێویستی بەوەیە بەشێک یان هەمو مەمکەکە یان هەندێک جار هەردو مەمکەکە لەڕێگەی نەشتەرگەرییەوە لاببات، ئەمەش بۆ ئافرەت بارێکی دەرونی و جەستەیی زۆر بەئازارە، چونکە مەمک بۆ ئافرەت یەکێک لە گرنگترین ئەندامەکانی جەستەیەتی، هەروەها ئافرەت مەمک بەیەکێک لە نیشانە دیارەکانی مێینەبونی دادەنێت و زۆر ناچار نەبێت بەهیچ جۆرێک دەستبەرداری نابێت. دوای ئەو قۆناغەش یان هەندێک جار پێش نەشتەرگەری مەمک، ئافرەتەکە پێویستی بەوە هەیە کە دەست بکات بە بەکارهێنانی چارەسەری کیمیاوی و دەرمان و تیشک، کاتێک دەست کرا بە

بەکارهێنانی چارەسەری کیمیاوی، ڕاستەوخۆ جەستەی کەسەکە کۆمەڵێک گۆڕانکاری بەسەر دادێت وەکو (هەڵوەرینی پرچ، گۆڕانی ڕەنگی پێست، بێهێزی و لاوازی و قەڵەوی) ئەو گۆڕانکارییە جەستەییانەش دەبنە هۆکاری کۆمەڵێک گرفتی دەرونی، بۆ نمونە کاتێک ئافرەتێک دەست بۆ پرچی دەبات یان لە ئاوێنەوە سەیری خۆی دەکات دەبینێت تەواوی پرچی ڕۆیشتوە هەست بە خەم و ئازارێکی زۆر دەکات. هەروەها کاتێک ئەندامێکی خێزان توشی نەخۆشیەکی درێژخایەن دەبێت، کاردانەوەی دایک و باوک و ئەندامانی تری خێزانەکەش بریتی دەبێت لە خەمباری و بێهیوایی و توڕەبون و هەستکردن بە تاوان، ئەو گرفتانەش کە توشی خێزان دەبێت کاریگەرییەکی نەرێنی دەکاتە سەر پەیوەندی نێوانیان شڵەژانی باری دەرونیان، ئەمەش ڕەنگدانەوەی دەبێت لەسەر کەسە توشبوەکە و ئەندامانی تری خێزان (عمر،٥٨:٢٠١٧) گرفتێکی تری دەرونی ئافرەتانی توشبوی شێرپەنجە (ترس)ە. بەشێوەیەکی گشتی ترس ئامادەباشییەکی بۆ ماوەیی هەیە و بەشێکە لە سروشتی مرۆڤایەتی، بەڵام ئەو ئامادەباشیە بە تەنها نابێتە هۆی ترس بەڵکو کۆمەڵێک فاکتەر و بارودۆخی تایبەتی لەناو کۆمەڵگا دەبنە هۆکاری ئەوەی کە ترس لەلای مرۆڤ دروست ببێت (قەرەچەتانی،٣٤٠:٢٠٠٩) بۆ ئافرەتانی نەخۆش ترس بەردەوام ئامادەباشی هەیە، چونکە ڕێژەیەکی زۆر لە ئافرەتانی توشبو بە نەخۆشیەکە کۆچی دواییان کردوە بە تایبەتی لەسەردەمانی زو، هەروەها دوایی چاکبونەوەی نەخۆش ئەگەری دوبارە گەڕانەوەی نەخۆشییەکە ئەگەرێکی بەردەوامە، واتە هەمو کات دەشێ شێرپەنجەکە بگەڕێتەوە، بۆیە ئەو ئافرەتانەی کە توشبوی شێرپەنجەن ترسێکی بەردەوامیان هەیە لە کۆچکردن یان دوبارە گەڕانەوەی شێرپەنجەکە. ترسیش وادەکات مرۆڤ هەست بە ئاسودەیی ناکات و هەمیشە دەرونێکی نائارامی هەبێت.

4- گرفتی تەندروستی

هەمو کەسێکی نەخۆش توشی گرفتی تەندروستی دەبێتەوە، زۆری و کەمی و کاریگەری ئەو گرفتانەش دەگۆڕێن بەگوێرەی جۆری نەخۆشیەکان. توشبوانی شێرپەنجە زۆرترین گرفتی تەندروستی جۆراوجۆر ڕوبەڕویان دەبێتەوە وەکو (ئازاری جەستەیی، تێکچونی ڕێکوپێکی جەستەیی،کەمی نەخۆشخانە، کەمی دەرمانی کوالێتی بەرز و پێویست). کاتێک کەسێکی نەخۆش دەچێت بۆلای دکتۆر، بۆ دکتۆرەکە ناخۆشە و ناتوانێت بەشێوەیەکی ئاشکرا باسی جۆری نەخۆشیەکە و کاریگەری دەرمانەکان بۆ نەخۆشەکە بکات، بۆهۆی خەتەرناکی و ئازاری زۆر و کاریگەری زۆر لەسەر جەستەی نەخۆش(Coyne,2008:10) یەکێکیتر لەگرفتە تەندروستییەکانی توشبوانی شێرپەنجە کەمی نەخۆشخانەی تایبەتە بە توشبوانی شێرپەنجە. نەخۆشخانە، ڕکخراوێکە خزمەتگوزاریی پزیشکیی پسپۆڕانە پێشکەش بە نەخۆشە جۆراوجۆرەکان دەکات. لە سەردەمی ئێستادا خەڵک متمانەی یەکجارزۆری بە نەخۆشخانەکان هەیە و لەکاتی نەخۆشکەوتنی بۆ

چارەسەر وەرگرتن سەردانی نەخۆشخانەکان دەکات. توانای نەخۆشخانەکان بەهۆی بەکارهێنانی ئامێری تەکنەلۆژی بەرزبوەتە هۆی بەرزبونەوەی توانای چارەسەرکردنی هەندێک نەخۆشی وەکو شێرپەنجە و نەخۆشی دڵ و سیل .(کۆهێن،٢٠١٤:٢٧٢) لە شاری هەولێر نەخۆشخانەیەکی تایبەت بە نەخۆشیەکانی خوێن و شێرپەنجە هەیە بەناوی (نەخۆشخانەی نانەکەلی بۆ نەخۆشیەکانی خوێن و شێرپەنجە) ،ئەم نەخۆشخانەیە لە ساڵی 2004 دامەزراوە و حکومیە، سەرەتا ئەو نەخۆشخانەیە بۆ شێرپەنجە نەبو تەنیا بۆ نۆخۆشیەکانی خوێن بو، بەڵام دواتر بەشی شێرپەنجەی بۆ زیادکرا. لەئێستادا 120 قەرەویڵەی هەیە بۆ نەخۆشان. پزیشکی پسپۆڕ لە هەردو جۆری شێرپەنجەی خوێن و شێرپەنجەی گرێ لە نەخۆشخانە هەیە. لەماوەی 3 ساڵی ڕابردو ساڵانە 1600 تا 2000 سەردانی نەخۆشخانەی نانەکەلی دەکەن وەک توشبوی نوێی شێرپەنجە، لەو ژمارەیە نزیکەی 1200 نەخۆشیان کوردن و ئەوانی تر نەتەوەی ترن. باڵەخانەی نەخۆشخانە نهۆمی سەرەوەی هۆتێلە و تایبەتە بەو کەسانەی لەگەڵ نەخۆشەکانیان دەمێننەوە. تاوکو ئێستا زیاتر لە (25000) کەس سەردانی نەخۆشخانەی نانەکەلی کردوە بۆ مەبەستی جیاواز. سەرچاوەی دارایی حکومەتی هەرێمی کوردستان و سندوقی یارمەتی بۆ توشبوانی شێرپەنجە و کەسانی خێرخوازن. هەروەها بەشێکی تایبەت لەنەخۆشخانەی رزگاری بۆ نەخۆشانی شێرپەنجە هەیە. بەتەنها ئەم دوشوێنە بەراورد بە زۆری ژمارەی توشبوان کەمە. بێجگە لە خەڵکی هەولێر، خەڵکی لە شار و ناوچەکانی تری وڵاتیش بۆ وەرگرتنی چارەسەر دێنە ئەم شوێنانە. زۆری نەخۆشەکان و کەمی قەرەویڵەکان بۆ نەخۆشەکان گرفتی دروستکردوە. زۆربەی کات هەندێک لە نەخۆشەکان دەرمانەکانیان بە دەستەوەگرتوە و بە چەندین کاتژمێر چاوەڕێدەکەن تاوەکو قەرویڵەیان بەر بکەوێت و دەرمانەکە بەکاربێنن. دوری شوێنی نیشتەجێ بونی نەخۆشەکان لەنەخۆشخانەکان گرفتە، بۆنمونە نەخۆشێک ئەگەر ماڵی لە چۆمان یاخود قەندیل بێت ناتوانێ بە ئاسانی بگاتە نەخۆشخانە بۆ وەرگرتنی چارەسەرەکانی. دکتۆرەکانیش هەمیشە ئاماژە بەوە دەکەن کەدەبێت دەرمانەکان لەکاتی خۆی بەکاربێت و نابێت دوابکەوێت، چونکە سروشتی نەخۆشی شێرپەنجە وایە دەبێت زو چارەسەرەکان وەربگرێ. وەرگیراوەلە پەڕەی فەرمی نەخۆشخانەی نانەکەلی بۆ نەخۆشیەکانی خوێن و شێرپەنجە لە شاری هەولێر بڕوانە (https://www.faecbook.com/NANAKALI-HOSPITAL-1443163382588149)

5- گرفتی دارایی

نەخۆشی شێرپەنجە بە شێوەیەکی گشتی پێویستی بە پارەیەکی زۆر هەیە بۆ چارەسەرکردن (Lidgren,2007:2). لەڕوی ئابورییەوە کاتێک ئافرەتێک نەخۆش دەکەوێت خێزانەکەی قۆناغەکانی چارەسەرکردنی دەگرنە بەر کەسەرەتا فەحسەکان لە تاقیگەکان دەکەن، دواتر ئەشیعەی موگناتیسی دەگرن، پاشان هەندێ جار نەشتەرگەری دەکرێ، پاشان چارەسەرە کیمیاویەکان و هەمو ئەو دەرمان و فەحسانەی لەماوەی چارەسەرەکەی ئەنجامیدەدات خێزانەکەی دەبێت پارەی دابینکردنی لەئەستۆ بگرن (محمود،99:2012) سالآنە حکومەت بودجەی تایبەت تەرخان دەکات بۆ کڕینی دەرمان بۆنەخۆشخانەکانی تایبەت بە شێرپەنجە، کڕینی ئەو دەرمانانە تێچویەکی زۆری دەوێت، لەبەرئەوەی دەرمانی ئەو نەخۆشییە زۆرگرانە. لەگەڵ ئەوەشدا لە کوردستان سندوقی خێرخوازی تایبەت بە یارمەتیدانی توشبوانی شێرپەنجە هەیە، ئەو داهاتەی لەو سندوقە بەدەست دێت لەکرینی دەرمان سەرف دەکرێت. نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک یەکێکە لە نەخۆشیە درێژخایەنەکان و لەکاتی توشبونی ئافرەت بەو نەخۆشییە زۆر جار پێویست بە نەشتەرگەری دەکات، کە ئەمەش پێویستی بە برە پارەیەکی زۆر هەیە بۆ ئەنجامدانی نەشتەرگەری پێش ئەنجامدانی نەشتەرگەری و دوای ئەنجامدانیشی، نەخۆش پێویستی بە کۆمەڵێک پشکنین هەیە وەکو (سیتی سکان، زەرع، پیت سیتی سکان، مەمۆگرافی، سۆنار، پشکنینی گشتی خوێن)بەگشتی ئەم پشکنینانە نرخیان گرانەو لە ٢٥٠٠٠ هەزارەوە دەست پێدەکات تاوەکو ١٣٠٠٠٠٠هەزار . دوای ئەوە دەستنیشاڵی جۆری شێرپەنجە و ئەو قۆناغە دەکرێت کە شێرپەنجەکەی تێدایە، دواتر دەست دەکرێت بە چارەسەرکردن لە نەخۆشخانە. چارەسەرکردنی شێرپەنجەی مەمک پرۆسەیەکەی دورودرێژە و بەردەوام پێویستی بە بەکارهێنانی دەرمان و هەندێجار چارەسەری تیشکی هەیە. جۆری دەرمانەکان و بەکارهێنانی چارەسەری تیشکی جیاوازە بە گوێرەی جیاوازی قۆناغەکانی نە خۆشیەکە، نرخی ئەو دەرمانانەش جیاوازە لە دەرمانێکەوە بۆ یەکێکیتر. هەروەها ڕێژەی بەکارهێنانی چارەسەرەکان جیاوازە بەگوێرەی جیاوازی قۆناغەکانی نەخۆشیەکە، کاتێک نەخۆشەکە چارەسەریش بکرێت و جەستەی پاک بێتەوە لە نەخۆشی شێرپەنجە، ئەوە بەردەوام پێویستی بەچاودێری و پشکنین و سەردانی دکتۆر هەیە، کە ئەمەش بەگوێرەی جۆری شێرپەنجەکە دەگۆڕدرێت، بەڵام بەگشتی پێویستی بە چاودێری و پشکنین هەیە(Lidgren,2007:5) ئەمانەش پێویستی بە پارە هەیە هەمو جارێک دەبێت لەکاتی چونە لای دکتۆر و ئەنجامدانی پشکنین پارەی پێبێت، لەکاتی نەبونی پارە ئەو نەخۆشە و خێزانەکەی ڕوبەڕوی گرفت دەبنەوە، بەمەش ئەو ئافرەتانەی کە باری داراییان خراپە گرفتی داراییان بۆ دروست دەبێت و ناتوانن چارەسەری پێویست وەربگرن.

6- گرفتی سێکسی

گرفتی سێکسی،یەکێکی ترە لەو گرفتانەی ڕوبەڕوی ئافرەتانی توشبو بەنەخۆشی شێرپەنجەی مەمک دەبێتەوە. بەختەوەری لەژیانی هاوسەرگیری پەیوەستە بەدەستنیشانکردنی هاوسەرێکی گونجاو و ئامادەباشی بۆ ژیانی هاوسەری و هەبونی پەیوەندی خۆشەویستی و مومارەسەکردنی پەیوەندی سێکسی نێوان هاوسەران (سعادي،67:2009) هۆکاری یەکەم بۆ ئەنجامدانی هاوسەرگیری زۆربەی کات دەگەڕێتەوە بۆ تێرکردنی غەریزە سێکسییەکان. دەگمەنە ئەگەر مرۆڤ گوێبیستی هاوسەرگیری کوڕێک لەگەڵ ئافرەتێکی توشبو بە شێرپەنجە بەگشتی و شێرپەنجەی مەمک بە تایبەتی ببێت و بەحاڵەتێکی سەیر دادەنرێت. ئەمەش ئەوە دەگەیەنێت کەئەو ئەفرەتانەی شویان نەکردوە، دوای توشبونیان بە شێرپەنجەی مەمک بواری چونە ناو پرۆسەی هاوسەرگیری زۆر لاواز دەبێت یان هەر نامێنێت، ئەمەش گرفتی دەرونی لەلایەک و گرفتی خێزانی لەلایەکیتر بۆ دروست دەکات، چونکە خێزان هەمیشە ئارەزو دەکات کچەکانی هاوسەرگیری بکەن. بەشێکی تر لەو ئافرەتانەی توشی شێرپەنجەی مەمک دەبن هاوسەرگیریان کردوە، بێگومان تێرکردنی غەریزە سێکسییەکان یەکێک لەداواکاری و پێداویستیە سەرەکییەکانی پیاوە. ئافرەتانی نەخۆش لەلایەک بەهۆی تێکچونی باری دەرونی و جەستەیی بە هۆی بەکارهێنانی چارەسەرە کیمیاویەکان و چارەسەرەکانی تر ئارەزوی سێکسی تێدا لاواز دەبێت یان هەرنامێنێت، لەلایەکی تر پیاوانیش ئارەزوی ئەنجامدانی کرداری سێکسیان لەگەڵ ئەو ئافرەتانەی کە توشی نەخۆشی شێرپەنجەبون بەهۆی لابردنی مەمکێک یان هەردوکیان و بەهۆی ترسی توشبونی بە شێرپەنجە لەو ئافرەتە دوردەکەوێتەوە و کرداری سێکسی لەگەل ئەنجامنادات، ئەنجامنەدانی کرداری سێکسی لە نێوان هاوسەراندا دەبێتە هۆی دروست بونی کۆمەڵێک گرفت لەنێوان هەردو هاوسەردا وەکو (ئەنجامدانی کرداری سێکسی ناشەرعی، هێنانی ژنی دوەم لەلایەن پیاوەکەوە، جیابونەوەی پیاوەکە لە هاوسەرەکەی، بەجێهێشتنی هاوسەرەکەی). بۆ نمونە جیابونەوە وەربگرین، لەهەندێ لە توێژینەوەکاندا دەرکەوتوە نزیکەی لە (٧٠ بۆ ٩٠) ی حاڵەتەکانی جیابونەوە، هۆکارەکەی لایەنی جنسی یان سێکسی بوە. بۆیە دەتوانین بڵێین تا ئاستێکی زۆر سەرکەوتن و سەرنەکەوتنی ژیانی هاوسەرگیری پەیوەستە بە سەرجێی و پەیوەندیە سێکسییەکانی نێوانیان (کەریم،٢٠١٥:٦٤)

بەشی چوارەم: لایەنی مەیدانی توێژینەوە

ئەم بەشە چوارچێوەی کارڕاییە مەیدانییەکانی توێژینەوەکە لەخۆدەگرێت کە بریتیین لە: ڕێبازی توێژینەوە، کۆمەڵگا و نمونەی توێژینەوە، ئامرازەکانی کۆکردنەوەی زانیاری، ئیتیکەکانی توێژینەوە، بەربەستەکانی بەردەم لایەنی مەیدانی توێژینەوە و گریمانەکانی توێژینەوەکە.

1- ڕێبازی توێژینەوە

ئەم توێژینەوەیە توێژینەوەیەکی چۆنایەتیە، لەم توێژینەوەیە ڕێبازی چۆنیەتی بەکارهاتوە، ئەم میتۆدە بواری تەواو بە توێژەر دەدات تاوەکو لەتەواوی ئەو ڕوداوانە بکۆڵێتەوە و دەستنیشانی بکات کە پەیوەندی بەباتی توێژینەوەکە هەیە. ئەم میتۆدە لەزۆر بواری توێژینەوە بەکاردێت و سودی لێوەردەگیرێت وەکو (خوێندن، تویژینەوەکانی تایبەت بە ئافرەتان، توێژینەوەکانی بەدەستهێنانی زانیاری، توێژینەوەکانی پەروەردەیی، بواری دەرونزانیی وخوێندنی فێرکاری) (الخیاط،189:2010) لەم توێژینەوەیە میتۆدی چۆنیەتی بەکارهاتوە، چونکە توێژینەوەکە لەلایەک تایبەتە بە ئافرەتان و لەلایەکی تر چاوپێکەوتنمان لەگەڵ ئافرەتانی نەخۆش کردوە بۆ کۆکردنەوەی زانیاری.

2- کۆمەڵگە و نمونەی توێژینەوە

کۆمەڵگای توێژینەوەکە (نەخۆشخانەی نانەکەلی بۆ نەخۆشیەکانی خوێن و شێرپەنجە) یە لە شاری هەولێرە و پێکدێت لە سەرجەم ئافرەتانی توشبوی نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک. ژمارەی ئافرەتانی توشبو لەساڵی (2021) (273) ئافرەت بو.

لەم توێژینەوە نمونەی مەبەستدار بەکارهاتوە ئەم جۆری نمونەیە واتە هەڵبژاردنێکی ئارەزومەندانەی وەڵامدەر یا ڕاکێشراوان لەلایەن توێژەرەوە، بەگوێرەی ئامانجی توێژینەوەکە، لە ڕێگەی خشتەی هەڕەمەکی و تیروپشکەوە نمونەکانی توێژینەوە هەڵنابژێردرێن، ئەمەش واتە ئەم جۆرە نمونەیە هەلی یەکسان (وەکویەک) بۆ سەرجەم یەکە کۆمەڵایەتییەکان نارەخسێنێت، تا بێنە نێو چوارچێوەی گشتی نمونەکە (عومەر،238:2011).

لەم توێژینەوەیە نمونەی مەبەستدار بەکارهاتوە، چونکە ئێمە لەوەرگرتنی نمونەی توێژینەوەکە تەنیا مەبەستمان ئەو ئافرەتانەیە کە توشی نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک بون. ژمارەی ئافرەتانی توشبو لەساڵی (2021) (273) ئافرەت بو. لەم توێژینەوەیە (12) ئافرەت وەک نمونەی توێژینەوەی وەرگیراون. هەروەها ئەو ئافرەتانەی وەرمان گرتون خۆبەخش بون وبە ئارەزوی خۆیان وەڵامیان داوەتەوە.

3- ئامرازەکانی کۆکردنەوەی زانیاری

لەم توێژینەوەیە بۆ کۆکردنەوەی زانیاری ئامرازی چاوپێکەوتنی نیمچەکراوە بەکارهاتوە.

چاوپێکەوتنی نیمچە کراوە: ئەم جۆرە چاوپێکەوتنە لە مەیدانی توێژینەوە کۆمەڵایەتییەکاندا زۆر بەکار دێت، چونکە وەڵامەکەی نیمچە داخراوە و بەشێوەیەکی ڕاستەوخۆ نییە، چەند پرسیارێکی ورد لەخۆدەگرێت و

هەوڵدانە بۆ بەدەستهێنانی زانیاری. لەم جۆرە چاوپێکەوتنەدا، پرسیارەکان بە تەواوی کراوە نین و داخراویش نین، کە نمونەی توێژینەوەکە پەیوەست بکات بە وەڵامدانەوەی ئەو پرسیارانەی توێژەر ئاراستەی دەکات. پرسیارەکان لە لایەن توێژەر دەکرێن و جۆرێک کرانەوەی تێدایە، بۆیە پێی دەگوترێت نیمچە کراوە. واتە سەرەتا چەند پرسیارێک ئاراستەی نمونەکە دەکرێت و تارادەیەک کرانەوەی تێدایە و نمونەی توێژینەوەکە دەتوانێت زانیاریی زیاتر بدات، بەڵام دەبێت توێژەر ئاگادار بێت کاتێک نمونەی توێژینەوەکە لە بابەتی توێژینەوە چوە دەرەوە، بیگەڕێنێتەوە بۆ ناو بابەتی توێژینەوەکە (عماد،96:2002).

لەم توێژینەوەیە چاوپێکەوتنی نیمچە کراوە لەگەڵ (12) ئافرەتی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک ئەنجامدراوە. توێژەر سەرەتا وەک تاقیکردنەوەیەک (2) نمونەی وەرگرت بۆ ئەوەی کاتی پێویست وئاستی ڕونی پرسیارەکانی بۆ دەربکەوێ، پاشان (12) نمونەی وەرگرت. هەمو چاوپێکەوتنەکان لەناو نەخۆشخانەی نانەکەلی و بەشێوەی ڕوبەڕو ئەنجامدراون و لەڕێگەی ئامێری دەنگ تۆمارکەری تایبەت تۆمارکراون و دواتر زانیارییەکان نوسراونەتەوە، بۆ ئەمەش ڕێگەپێدانمان لە نمونەکانی توێژینەوەکە وەرگرتوە. بۆ چاوپێکەوتنەکان(8) جار چومە نەخۆشخانەی نانەکەلی. چاوپێکەوتنەکان(20-30) خولەکی خایاندوە. نمونەکانی توێژینەوەکە سەرجەمیان نەیاندەویست ناویان بهێنرێت، بۆیە تەنیا پیتی یەکەمی ناوەکانمان داناوە لەگەڵ قسەکانیان و ئاماژەمان بەناوەکانیان نەکردوە. ئەو پرسیارانەی کە ئاراستەی نمونەی توێژینەوەکە کراوە و ژمارەیان (6) پرسیاربون، بە سودوەرگرتن لە توێژینەوەکانی پێشو و بەگفتوگۆکردن لەگەڵ کۆمەڵێک پسپۆڕی بواری کۆمەڵناسی و کۆمەڵێک پزیشکی تایبەت بە شێرپەنجە (هەروەک لەپاشکۆی 2 ئاماژەی پێکراوە) ئامادەکراوە. توێژەر سەرجەم پرسیارەکانی بەشێوەی ڕوبەڕو ئاراستەی نمونە توێژینەوەکە کردوە، جگە لە پرسیارە هەستیارەکان یاخود ئەو پرسیارانەی پەیوەندیان بەلایەنی سێکسی هەیە، توێژەرێکی ئافرەت یارمەتی داوم و پرسیارەکانی ئاراستەی نمونەی توێژینەوەکە کرد.

٤- ئیتیکەکانی توێژینەوە

1- نمونەکانی توێژینەوەکە سەرجەمیان نەیاندەویست ناویان بهێنرێت، بۆیە تەنیا پیتی یەکەمی ناوەکانمان داناوە لەگەڵ قسەکانیان و ئاماژەمان بەناوەکانیان نەکردوە.

2- ئەو پرسیارانەی هەستیارن یاخود پەیوەندیان بەلایەنی سێکسی هەیە، لەڕێگای توێژەرێکی ئافرەت ئاراستەی نمونەی توێژینەوەکە کراوە، بۆ ئەوەی بتوانن باسی ئەو گرفتانە بکەن.

3- نمونەکانی توێژینەوە کەسانی خۆبەخش بون و سەرەتا ڕوخسەتمان لێیان وەرگرت، پاشان بەڕازەمەندی خۆیان چاوپێکەوتنەکەمان ئەنجامدا.

5- گریمانەی توێژینەوەکە

لە توێژینەوە زانستییەکان لە سەرەتادا چەند گریمانەیەک دادەنرێن، کە بەرچاوڕونی دەداتە توێژەر بۆ ئەنجامدانی توێژینەوە وەلامێکی پێشوەختە بۆ کێشەی توێژینەوەکە کە دەتوانین گریمانەی توێژیەوەکە بەم شێوەیە بخەینەڕو.

- ئافرەتانی توشبو بەنەخۆشی شێرپەنجەی مەمک توشی کۆمەڵێک گرفتی (خێزانی، پەیوەندی کۆمەڵایەتی، دەرونیی، ئابوری، تەندروستی و سێکسی) دەبنەوە.

٦- بەربەستەکانی بەردەم لایەنی مەیدانی توێژینەوەکە

١- کاتێک سەردانی بەڕێوەبەرایەتی تەندروستی هەولێرم کرد بۆ وەرگرتنی ڕەزامەندی بۆ ئەنجامدانی چاوپێکەوتنەکان، وتیان ڕێگەپێدان بۆ ئەو مامۆستایانەی لە زانکۆ و پەیمانگای ئەهلی ڕاگیراوە، تاوەکو ڕیزامەندیم وەرگرت نزیکەی مانگێک چاوەڕێم کرد، ئەوەش کاتێکی زۆری لێبردم.

٢- نمونەکانی توێژینەوە کەسانی نەخۆش بون، ئەمەش توشی زەحمەتی کردم، چونکە بەشێک لەنەخۆشەکان خێزانەکانیان ڕێگەیان نەدەدا چاوپێکەوتنیان لەگەڵ بکەم، هەروەها نمونەی توێژینەوەکە خۆیان لەڕوی بارودۆخی دەرونی و جەستەییەوە ئامادە نەبون بە باشی، بۆ بەدەستهێنانی ڕەزامەندیان کاتێکی زۆرم دەویست.

بەشی پێنجەم: شیکردنەوەی زانیاریەکان، ڕاسپاردە و پێشنیازەکانی توێژینەوەکە

باسی یەکەم: شیکردنەوەی زانیارییەکانی توێژینەوەکە

ئەم باسە تایبەتە بە خستنەڕوی ئەو زانیاریانەی بەدەست هاتون لەبواری مەیدانی توێژینەوەکە.

1- ئایا ئەو گرفتانە چین لەڕوی خێزانییەوە ڕوبەڕوی ئافرەتی نەخۆش دەبێتەوە؟

وەلامی نمونەی توێژینەوەکە چەند ئاستێکە

ئاستی یەکەم: زۆربەی یەکەکانی توێژینەوەکە باس لەوە دەکەن کە خێزانەکانیان زۆر یارمەتیدەریان بوە لە کاتی نەخۆشیەکەیان و هەوڵیان داوە کە چارەسەری گونجاو بۆ ئافرەتە نەخۆشەکە بکەن و ژینگەیەکی گونجاو لەماڵەوە دروست بکەن. (س.ع) ئاماژە بەوەدەکات " لەو کاتەوەی خێزانەکام زانیان نەخۆشم مامەڵەیان لەگەڵم زۆر باش بوە و زۆرچاودێریم دەکەن و هەوڵ دەدەن زو چاک ببمەوە"

ئاستی دوەم: بەشێک لە ئەندامانی توێژینەوەکە ئاماژە بەوەدەکەن کە مامەڵەی خێزانەکانیان وەک پێویست نەبوە و گرفتیان بۆ دروست کردوە. (ر.ط) دەڵێت " هاوسەرەکەم وەک پیویست لە سەرەتای هەست کردنم بە نەخۆشیەکە گرنگی پێنەدام و نەیهێنام بۆ دکتۆر تا دوای (3) مانگ، کاتێک هاتین دکتۆر وتی نەخۆشیەکەت بڵاو بۆتەوە، دوای نەخۆشیەکەشم دەڵێت هاوسەرێکی تر دێنم. بەهەمان شێوە (پ.م) دەڵێت "دوای نەخۆشکەوتنم پیاوەکەم ژنێکی تری هێنا، ئەوەش بۆمن زۆر ناخۆش بو و بەردەوام دەگریام".

ئاستی سێیەم: نیوەی ئەندامانی نمونەی توێژینەوەکە ئاماژە بەوەدەکەن کە هەست ناکەن خۆیان بونەتە گرفت بۆ خێزانەکانیان، بەڵام نیوەی ئەندامانی توێژینەوەکە ئاماژە بەوەدەکەن کە هەست دەکەن خۆیان بونەتە گرفت بۆ خێزانەکانیان و ئەمەش توشی خەم و خەفەتیان دەکات. (س.م) باس لەوەدەکات" بەر لەوەی نەخۆشبم هاوسەرەکەم پیاوێکی چوارشانە بو و لەش و لارێکی ڕێکی هەبو، بەڵام ئێستا لاواز بوە و بەکەسێکی بەساڵاچو دەچێت بەهۆی ئەو خەم و خەفەتانەی لێم دەخوات و من چەند جار پێم وتوە بومەتە بەڵا بۆت بەڵام ئەو پێم دەڵێت وا مەڵێ، من زۆر خەم دەخۆم کە هەست دەکەم بومەتە گرفت بۆ خێزانەکەم. هەروەها (س.د) ئاماژە بەوەدەکات "هەست بە ناڕەحەتی دەکەم کە بومەتە گرفت بۆ خێزانەکەم، چونکە زۆرجار کەسێکی خێزانەکەم لەگەڵم دێتە نەخۆشخانە و لەبەیانی تا ئێوارە لەگەڵم دەبێت، ئەمەش بۆمن هەستێکی ناخۆشە"

2- ئایا لەڕوی پەیوەندی کۆمەڵایەتیەوە هیچ گرفتت بۆ دروست بوە؟

لە وەڵامدا زۆربەی ئەندامانی نمونەی توێژینەوە ئاماژە بەوەدەکەن، ئارەزودەکەن وەک کاتی بەر لەنەخۆش کەوتنیان سەردانی خەڵک بکەن و خەڵک و خزمەکانیان سەردانیان بکەن. هەروەها زۆربەی یەکەکانی توێژینەوەکە باس لەوەدەکەن ترسیان لەوە هەبو خەڵک قسەیان پێ بڵێت یاخود باس لەنەخۆشیەکەی و هەڵوەرینی پرچ و تێکچونی ڕوخساریان بکەن (ن.ع) دەڵێت" هاوسەرەکەم بەو مەرجە ڕێگەی بەخەڵک دەدات سەردانمان بکات کە بەهیچ جۆرێک باسی نەخۆشیەکەم نەکات و بەرلەوەی کەسەکە بێتەماڵمان ئاگاداری دەکردەوە لەگەڵ من باسی نەخۆشی نەکات" هەروەها گرفتێکی تر لەڕوی پەیوەندی کۆمەڵایەتییەوە ئەوەیە، کە هەندێک خەڵک بە چاوی بەزەیی تەماشایان دەکەن و خۆیان لێدوردەکەنەوە (س.د) باس لەوەدەکات "لەو کاتەی نەخۆش کەوتوم و خەڵک بە نەخۆشیەکەمی زانیوە، خۆیان لێم بەدوردەگرن و ترسیان لە نەخۆشییەکەم هەیە و هەست بەوە دەکەم کە خەڵک بە چاوی بەزەیی تەماشام دەکەن وەک ئەوەی بەیانی دەمرم، ئەمەش هەستێکی ناخۆشم بۆ دروست دەکات" هەروەها (ب.ح) دەڵێت

"هەندێک جار گوێبیستی ئەوە دەبوم دەیان گوت تۆ هەر دەمری پێویست ناکات عیلاج بەکاربهێنی و ئەو ئازارانە ببینی"

3- ئایا لەڕوی دەرونییەوە گرفتەکانی ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک چین؟

زۆربەی ئەندامانی نمونەی توێژینەوە باس لە وەدەکەن هەر لەو کاتەوەی زانیویانە نەخۆشن کۆمەڵێک گرفتی دەرونیان بۆ دروست بوەوەک (ترس، خەم، هەست بەکەمی کردن، توڕەبون و شەرم کردن). ترس یەکێکە لە گرفتە دەرونییەکانی ئافرەتانی توشبو، ئافرەتیان ترسیان لە قسەی خەڵک، لە مردن و بەکارهێنانی دەرزی و دەرمان، سروشتی نەخۆشیەکە وایە کە بەشێک لەوانەی توشی دەبن کۆچی دوایی دەکەن، ئەمەش دەبێتە هۆی ترس لەلایەن ئەوانەی توش دەبن، هەروەها دەرزی کیمیاوی ئێش و ئازاری زۆرە، بۆیە ئافرەتانی توشبو لەو نەخۆشیە زۆر دەترسن (ئا. م) ئاماژە بەوەدەکات (هەر کە زانیم توشی شێرپەنجە بوم، لەو کاتەوە ترسم هەیە لە کۆچی دوایی و چەند جار ئەوەم لە خەڵکیش بیستوە و هەندێک نەخۆشم دەناسی بەو نەخۆشیەوە کۆچی دواییان کردوە، ئەمەش زۆر نائاسودەم دەکات چەندین جار شەو لەبەر ترس خەوم لێنەکەوتوە" هەروەها (ر.ط) باس لەوەدەکات "کاتێک هەواڵی کۆچی دوایی کەسێک دەبیستم بەهۆی نەخۆشی شێرپەنجە زۆر نیگەران دەبم و دەترسم نمیش هاوشێوەی ئەو کەسانە بمرم، بۆیە خێزانەکەم هەمیشە هەوڵ دەدەن گوێبیستی ئەو هەواڵانە نەبم" لەلایەکی تر هەمو ئەندامانی نمونەی توێژینەوەکە ترسیان لەبەکارهێنانی دەرزی و دەرمانەکانی ئەم نەخۆشیە هەیە، چونکە ئازارێکی زۆری لەگەڵ دایە و دەبێتە هۆی تێکچونی ڕەنگی پێست و هەڵوەرینی موی پرچ و برۆ و ئازاری زۆر و تێکچونی هۆرمۆنەکانی جەستە و ڕشانەوە و تێکچونی خەو (ک.ع) دەڵێت هەرکاتێک نۆرەی هاتنی نەخۆشخانەم دێت من شەوێک پێشتر ناخەوم و زۆر بێزارم و دەترسم لە بەکارهێنانی دەرزی کیمیاوی، چونکە ئازاری گەلێک زۆرە و هەندێک جار دەڵێم خێزانەکەم بابمرم بەڵام چیتر ئەو دەرزیانە بەکارناهێنم و تەنانەت جارێکیان چەقۆیەکم لەدەست گرت و ویستم خۆم بکوژم، بەڵام خێزانەکەم نەیانهێشت و ئێستا زۆر پەشیمانم" لەلایەکی تر توڕەبون یەکێکی ترە لە گرفتە دەرونییەکانی ئافرەتانی توشبو، بۆیە دکتۆرەکان کاتێک نەخۆشەکان بۆیەکەم جار دەرزی کیمیاوی یان دەرمانەکانی تر بەکاردەهێنن بەکەس و کاری نەخۆش دەڵێن کە توڕەدەبێت و دەبێت ئاگاداری بن. (ب.ح) دەڵێت " کاتێک دەرزیەکانم بەکاردەهێنا لەکەسانی دەوروبەرم توڕەدەبم و قسەی ناخۆش یاخود ڕەفتاری نەگونجاوم بەرامبەریان دەنواند بەڵام ئەوان وەڵامیان نەدەدامەوە" هەروەها (گ.ر) دەڵێت " جارێکیان ڕۆژێک دوای بەکارهێنانی دەرزی چومەوە نەخۆشخانە و بەدکتۆرەکەم گوت خەتای تۆبو ئەو دەرزیەم بەکارهێنا و ئاوام لێهات و زۆر توڕە بوم و فایلەکەم فڕێدا و لەگەڵ کارمەندێک بەشەڕ هاتم" خەم خواردن یەکێکی ترە لەو نائاسودەییە دەرونییانەی ڕوبەڕوی ئافرەتی

توشبو دەبێتەوە، زۆربەی یەکەکانی نمونەی توێژینەوە باس لەوەدەکەن خەفەت دەخۆن لەوەی کەبونەتە خەم بۆ خێزانەکەیان (ش.د) دەڵێت " زۆر خەم دەخۆم کاتێک دەبینم ئەندامانی خێزانەکەم خەمم بۆ دەخۆن، واتە بومەتە مایەی خەم بۆ ئەوان" هەروەها (ئا.م) باس لەوەدەکات " کاتێک خەم بەڕوخساری کەسانی دەروبەرم دەبینم زۆر خەم دەخۆم، چونکە دەزانم خەمم لەمن دەخۆن و بەزەییان بەحاڵم دێتەوە" هەروها بەشێک لە یەکەکانی توێژینەوە ئاماژە بەوەدەکەن، خەم دەخۆن لەهەڵوەرینی قژیان و تێکچونی پێستیان و لابردنی لایەکی سینگیان (مەمکیان) (س.د) دەڵێت" زۆر خەمم دەخوارد لەهەڵوەرینی قژ و تێکچونی پێستم و لابردنی لایکی سینگم واتە مەمکێکم بەنەشتەرگەری، ئێستاش دوای (5)ساڵ هەرکاتێک کەسێک دێ بۆ ماڵمان یان دەچم بۆ شوێنێک خێرا لەخەمی دانانی ستیانە ئاسنەکەمم و زۆر ئازاری شان و ملم دەدا بەڵام لەبەر قسەی خەڵک دەیبەستم، ئەمانەش خەمم دەدەنێ" لەلایەکی تر بەشێک لە نمونەی توێژینەوە باس لەوەدەکەن کە خەم دەخۆن کاتێک ناتوانن کاروبارەکانی ناوماڵ جێ بەجێ بکەن (ک.ع) دەڵێت من لەماڵی خوشکێکم دەمێنمەوە و خزمەتی من و مناڵەکانم دەکات چونکە من کچم نییە و ناتوانم ئیشی ماڵەوە بکەم، ئەمەش بۆمن خەمە، چونکە هەست دەکەم بومەتە بارگرانی بۆ ماڵی خوشکەکە.

4- ئایا گرفتە ئابورییەکانی ئافرەتانی توشبو بەشێرپەنجەی مەمک چین؟

نەخۆشیەکان بۆ چارەسەرکردن پێویستیان بە دابینکردنی پارە هەیە، بەتایبەتی نەخۆشیەکی وەک شێرپەنجەی مەمک پێویستی بە چارەسەری زۆر و جۆراوجۆر هەیە وەکو نەشتەرگەری و دەرزی و هاتوچۆی نەخۆشخانە و سەفەری دەروەری وڵات. جۆری چارەسەرەکانیش دەگۆڕێت بە گوێرەی ئاستی نەخۆشیەکە. لەوەڵامی ئەو پرسیارەدا، نیوەی ئەندامانی توێژینەوە باس لەوەدەکەن کە گرفتی ئابورییان نەبوە چونکە خێزانەکانیان باری ئابورییان باش بوە و نەخۆشخانەی نانەکەلیش زۆربەی دەرمانەکانی هەبوە، بەڵام لەبەرامبەردا نیوەی تری ئەندامانی توێژینەوە باس لەوەدەکەن کە باری ئابورییان خراپ بوە و توانای کڕینی دەرمانیان نەبوە و خەڵکی خێرخواز یارمەتیان داوە و ئەگەر نەخۆشخانەی نانەکەلی نەبوایە ڕەنگە کۆتای بە ژیان هاتبوایە بەهۆی خراپی باری ئابورییان. لەو چوارچێوەیە (ک.ع) دەڵێت بارودۆخی ئابوریمان زۆر خراپە، تەنانەت هەندێک جار کرێی هاتوچۆ قەرز دەکەم و توانای کڕینی ئەو دەرمانانەم نییە کە لەخەستەخانە نامێنن یاخود هەر نییە) هەروەها (ب.ح) دەڵێت "ئەگەر لە مانگی ڕەمەزان خەڵکی زەکاتیان نەدابامێ ئەوا نەمدەتوانی نەشتەرگەریەکی لابردنی سینگم بکەم و پارەی هاتوچۆی خەستەخانەشم پێ نەبو". هەروەها گرفتێکی تری بەشێک لەنەخۆشەکان ئەوەیە ترسیان لە نەبونی پارە هەیە، چونکە دەبێت بەردەوام چاویان لەدەستی خزم و جیران و خێرخوازان بێت بۆ دابینکردنی دەرمانە چارەسەرییەکان ئەوەش لەڕوی

دەرونییەوە هەستێکی ناخۆشە (س.ع) دەڵێت "کاتیک پێویستم بە دەرمانە چاوەڕیی دەستی کەسانی خێرخواز و خزم دەکەم بۆم بمکڕن یاخود پارەم بۆ بێنن، ئەمەش زۆر دڵتەنگم دەکات و بەزەییم بەحاڵی خۆم دیتەوە"

5- ئایا گرفتە تەندروستییەکانی ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک چین؟

بەهۆی جۆری نەخۆشیەکە ئافرەتانی توشبو ڕوبەڕوی گرفتی جۆراوجۆری تەندروستی دەبنەوە، ئەو گرفتانەش جیاوازن لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی تر بەگوێرەی قۆناغەکانی نەخۆشیەکە و جۆری دەرمانەکان. زۆربەی ئەندامانی نمونەی توێژینەوە ناچاربوینە بەشێکی سینگیان (مەمکێکیان) لەڕێگەی نەشتەرگەری بەتەواوی لاببەن، ئەمەش گرفتی تەندروستی بۆ دروست کردون یەکیک لەو گرفتانە ئەوەیە کە نابێت بەهیچ شێوەیەیک لەو لایەی سینگیەوە کە نەشتەرگەری کراوە کەل و پەلی لە (3) کیلۆ زیاتر بڵند بکات و ئازاری ئەو لایەی سینگی بدات تاوەکو لە ژیاندا ماوە، ئەمەش گرفتە چونکە ئافرەت دەشێ زۆر کات ناچار بێت شتومەکی قورس هەڵبگرێت (ن.ع) دەڵێت "جارێک ناچاربوم غاز دەستبدەمێ بۆ ئەوەی بیبەمە کۆڵان و کەمەوە دواتر تا نزیکەی مانگێک ئەو شوێنەم ئازاری هەبو، هەروەها کاتێک دەچم بۆ بازاڕ دەبێت کەسێک لەگەڵ خۆم ببەم و شتم بۆ هەڵبگرێت، ئەمەش بۆمن ناخۆشە هەمو جار داوا لەکەسێک بکەم یارمەتیم بدات" گرفتێکی تر کە هەمو ئەندامانی توێژینەوەکە باسیان لێوەدەکرد، تێکچونی خەوە، بەکارهێانی دەرزی کیمیاوی و جۆرەکانی تری چارەسەر، هۆرمۆنەکانی کەسی نەخۆش تێکدەدا، بۆیە نەخۆش خەوی تێکدەچێت (ک.ع) کە ڕزگاربویەکی نەخۆشی شێرپەنجەیە دەڵێت "بەر لەنەخۆشکەوتنم شەوان کاتژمێر (12) دەنوستم بەڵام ئێستا دوای (10)ساڵ تاوەکو ئێستاش سیستمەی خەوم تێکچوە و شەوان تاوەکو کاتژمێر (5) بەیانی خەوم لێناکەوێت" هەروەها (س.م) دەڵێت "لەوەتەی دەرزی کیمیاوی و جۆرەکانی تری دەرمان بەکاردەهێنم خەوم لێتێکچوە و بە زەحمەت خەوم لێدەکەوێت" گرفتێکی تر ڕشانەوەیە بەتایبەتی لە کاتی بەکارهێنانی حەبی کیمیاوی، دەرزی و چارەسەری تیشکی، چونکە ئەو چارەسەرانە زۆر با ئازارن و هۆرمۆناتی جەستە تێکدەدەن و دەبنە هۆی ڕشانەوە و تێکچونی سیستمی خواردن (ش.د) دەڵێت " کاتێک زۆربەی جار کە دەرزی کیمیاوی بەکاردەهێنم لەماڵەوە تا 2 ڕۆژ دواتر دەڕشێمەوە و وەک جاران خواردنم پێ ناخورێت" هەروەها (ب.ح) ئاماژە بەوەدەکات "لەگەڵ بەکارهێنانی دەرزی کیمیاوی و دواتریش چارەسەری تیشکی کۆمەڵێک خواردنم لەبەر دڵ کەوت و ئارەزوی خواردنیانم نەماوە، لەکاتێکدا پێشتر زۆر دەمخواردن" لاوازبون یاخود نەمانی بەرگری جەستە یەکیکی ترە لە گرفتە تەندروستییەکان. لەکاتی بەکارهێنانی دەرزی و دەرمان یاخود چارەسەری تیشکی دکتۆرەکان بەکەسانی نەخۆش دەڵێن بەرگریان لاواز دەبێت و بێ تاقەت دەبن بۆیە دەبێت زۆر نەچنە ناو خەڵک تاوەکو بەرگریان زۆر خراپ نەبێت و ئەگەر تەواو لاوازبون لەڕوی بەرگری جەستەوە، دەبێت حەب بخۆن یان دەرزی بەهێزبونی بەرگری جەستە بەکاربهێنن (س.د)

دەڵێت " کاتێک دەرمانەکانم بەکاردەهێنا زۆر بێ تاقەت دەبوم و دەبوایە هەندێک جار دەرزی بەهێزبونی بەرگری جەستە بەکاربهێنم، بۆیە خێزانەکەم حەزیان نەدەکرد بچمە ناو خەڵک و دەیان گوت تۆ بەرگریت لاوازە و بۆتۆ باش نییە" هەروەها (گ.ر) دەڵێت " بەرلەوەی توشی ئەم نەخۆشییە بم (شێرپەنجەی مەمک) هیچ گرفتێکی تەندروستیم نەبو بەڵام دوای توشبونم بەهۆی زۆر خەم خواردنەوە توشی نەخۆشیەکانی شەکرە و زەختیش بوم و ئێستا دەرمانی چارەسەری ئەو نەخۆشیانەش دەخۆم و خەمەکانم زیاتر بون".

6- ئایا گرفتە سێکسییەکانی کەسانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک چین؟

یەکێکی تر لەو گرفتانەی بۆ ئافرەتی نەخۆش دروست دەبێت، گرفتی سێکسییە. نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک لەو جۆرە نەخۆشیانەیە، دەرمانە چارەسەرییەکانی ئەزیەت و ئازاری زۆری لەگەڵدایە و هۆڕمۆنەکانی جەستەی تێکدەدا و لەڕوی دەرونیشەوە ئافرەتەکە خەم و ترس و دڵەڕاوکێی زۆری هەیە. لەوەڵامدا ئەمانەش هۆکارن بۆ دروستبونی گرفتی سێکسی. لەو چوارچێوەیەدا (س.ص) باس لەوەدەکات (کاتێک دەرزی کیمیاویم بەکارهێنا تاوەکو 2ساڵ هیچ جۆرە حەزێکی سێکسیم نەبو و نەمدەویست هاوسەرەکەم لێم نزیک ببێتەوە" بەهەمان شێوە (ر.د) دەڵێت بەهۆی چارەسەرەکانی نەخۆشییەکەم هیچ جۆرە حەزێکم نەمابو، بۆیە بەهاوسەرەکەمم دەگوت هاوسەرگیری بکە، چونکە من ناتوانم پێداویستییە سێکسییەکانت دابین بکەم" یەکێکی تر لە نمونەی توێژینەوەکە بەناوی (ر.ط) ئاماژە بەوەدەکات "نزیکەی (3) مانگە دەزری کیمیاوی بەکاردەهێنم تاوەکو ئێستا هاوسەرەکەم لێم نزیکنەبوەتەوە و هیچ جۆرە لەباوەشکردن، ماچ و پەیوەندییەکی سەرجێی لەگەل من نەکردوە، ئەمەش هەستێکی ناخۆشم بۆ دروست دەکات و وابیردەکەمەوە ئەو منی فەرامۆش کردوە" یەکێکی تر لەو گرفتانە پەیوەستە بەو ئافرەتانەی شویان نەکردوە و ترسیان هەیە لەوەی هاوسەرگیری بکەن و دوبارە توشی نەخۆشی ببنەوە یان ئەوانەی ئێستا لە حاڵەتی بەکارهێنانی دەرمانن هیچ جۆرە ویستێکیان نەماوە بۆ هاوسەرگیری کردن، ئەمەش گرفتیان بۆ دروست دەکات و ترسیان لەهاوسەرگیری بۆ دروست دەبێت و لەو پرۆسەیە دوادەکەون (ر.د) " ئێستا دوای (6) ساڵ لە چاکبونەوەم هێشتاش ناوێرم هاوسەرگیری بکەم و تەندروست بونی خۆم بەلاوە گرنگترە، ئەگەرچی دکتۆرەکەم و خێزانەکەم بەردەوام ڕێنماییم دەکەن هاوسەرگیری بکەم بەڵام من ترسم لە گەڕانەوەی نەخۆشیەکەم هەیە و نامەوێ هاوسەرگیری بکەم" هەروەها (د.ر) دەڵێت "ترسم هەیە کە داواکارم نەهێت و نەتوانم هاوسەرگیری بکەم، چونکە من لەلایەک لایەکی سینگم (مەمکم) لابردوە و ئەگەری گەڕانەوەی نەخۆشییەکەم ئەگەر لە (1٪)یش بێت هەر هەیە بۆیە بەردەوام بیر دەکەمەوە و قەلەقم لەو بارەیەوە" یەکێکی تر لەو گرفتانەی کە پەیوەندی هەیە بە لاینی سیکسییەوە بۆ ئەو ئافرەتانی هاوسەریان هەیە هێنانی هاوسەری دوەمە، ئەگەرچی ڕێژەکەی کەمە بەڵام بونی هەیە (س.م) دەڵێت "تاوەکو نەخۆشنەکەوتم هاوسەرەکەم گرفتی نەبو و باسی

ژنهێنانی دوەمی نەدەکرد بەڵام دوای نەخۆشکەوتنم نەمدەتوانی وەک جاران داواکارییە سیکسییەکانی جێبەجێبکەم، بۆیە بڕیاریدا هاوسەرگیری بکات و بۆ دوەم جار هاوسەرگیری کرد. من لەچەند کەسی نزیکی خۆم گوێبیستبوم دەیان گوت حەقی خۆیەتی هاوسەرگیری کرد، چونکە ئەو نزیکەی ساڵێکە بی ژنە، ئەمەش لەڕوی دەرونییەوە زۆر ئازاری دەدام و خەفەتم زۆر دەخوارد".

باسی دوەم: ئەنجامەکانی توێژینەوە

دوای کۆکردنەوەی کۆمەڵێک داتا و زانیاری لە خوێندنەوەی سەرچاوەکان و لە مەیدانی کار، گەیشتین بە چەند ئەنجامێک کە ئەمانەن:

1- ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک کۆمەڵێک گرفتی خێزانیان بۆ دروست دەبێت لەلایەنی ئابوری و جێبەجێکردنی ئەرک و بەرپرسیارێتییەکانیان.

2- کاتێک ئافرەتێک توشی نەخۆشی شێرپەنجە مەمک دەبێت ناتوانێت وەک جاران تێکەڵی خەڵک ببێ بەهۆی ترسی لە قسەی خەڵکم توانج لێدان، هەست بەشەرم کردن و تەماشاکردنی بەچاوێکی بەبەزەیی و وەک کەسێک نزیکە لەمردن.

3- هەندێک لەئافرەتانی نەخۆش باری ئابورییان باش نییە و بۆ دابینکردنی دەرمانی چارەسەرکردنیان، پێویستیان بە یارمەتیدانی دارایی هەیە. ئەم ئەنجامەش پشتگیری توێژینەوەی پێشوتری (محمد) دەکات.

4- دەرمانە چارەسەرکارییەکانی نەخۆشی شێرپەنجە کۆمەڵێک زیانیان هەیە و ئافرەتی توشبو ڕوبەڕوی کۆمەڵێک گرفتی تەندروستی دەکەنەوە وەک (ڕشانەوە، خەو تێکچون، تێکچونی هۆرمۆنەکان، هەستیاری پێست و تێکچونی گەدە). ئەمەش پشتگیری ئەنجامی توێژینەوەی پێشوتری (لیلی) دەکات.

5- ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک ڕوبەڕوی کۆمەڵێک گرفتی دەرونیی دەبنەوە وەک (تورەبون، ترس، خەمۆکی، هەست کردن بەکەمی و شەرم کردن). ئەمەش پشتگیری توێژینەوەی پێشوتری (ایمان)دەکات.

6- ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک ڕوبەڕوی کۆمەڵێک گرفتی سێکسی دەبنەوە وەک (نەمانی ئارەزوی سێکسی، ترس لە پەیوەندی سێکسی، سارد و سڕی سێکسی و لاوازی سێکسی).

باسی سێیەم: پێشنیازەکانی توێژینەوەکە

1- حکومەت گرنگی زیاتر بە ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک بدات و پێداویستییە تەندروستییەکانیان دابین بکات. لە نەخۆشخانەی نانەکەلی زۆربەی دەرمانەکان هەیە، بەڵام زۆر جار ڕویداوە دەرمان نەماوە و تاوەکو دەرمانەکە گەشتوە نەخۆش ناچاربوە لەدەرەوە بیکڕێت، ئەمەش گرفتی ئابوری بۆ ئەو نەخۆشانە دروست کردوە کە باری ئابورییان خراپە.

2- حکومەت چارەسەری تیشکی (لەیزەر) بۆ نەخۆشخانەی نانەکەلی دابین بکات، چونکە لە نەخۆشخانەی نانەکەلی ئەم جۆرە چارەسەرە نییە، نەخۆشەکان ناچارن بچنە نەخۆشخانەی ڕزگاری یاخود نەخۆشخانەی هیوا، ئەو شوێنانەش نەخۆشی زۆرە و دەبێت نۆرە بگرێت و درەنگ نۆرەی دەگات، بۆیە هەندێک نەخۆش ناچارن بچنە دەرەوەی وڵات بۆ وەرگرتنی چارەسەری تیشکی، ئەمەش بەگشتی گرفتە بۆ هەمو نەخۆشەکان، بەتایبەتی بۆ ئەوانەی باری ئابورییان خراپە.

3- وەزارەتی تەندروستی ئامێرێکی پشکنینی (pet ct scan) دابین بکات بۆ نەنخۆشخانەی نانەکەلی کە نەخۆشخانە نییەتی و پێویستی زۆریشی پێیە بەتایبەتی بۆ دەستنیشانکردنی قۆناغ و ئاستی بڵاوبونەوەی نەخۆشیەکە بۆ کەسانی توشبو.

4- دابینکردنی ئامێری پشکنینی (MRI) بۆ نەخۆشخانەی نانەکەلی، سودێکی زۆرە بۆ نەخۆشان، چونکە بە وردی گرفتە تەندروستییەکانی نەخۆشەکە دەستنیشان دەکات

5- دەزگاکانی ڕاگەیاندن زیاتر گرنگی بدەن بە هۆشیار کردنەوەی ئافرەتان لە خۆپاراستنیان لە نەخۆشی شێرپەنجەی مەمک، هەروەها لە چۆنیەتی مامەڵە کردن لەگەڵ کەسانی توشبو.

6- وەزارەتی پەروەردە لەناو پرۆگرامەکانی خوێندن گرنگی زیاتر بە بابەتی تەندروستی بدات و لەڕێگەی خوێندن قوتابیەکان هۆشیار بکاتەوە لە گرنگیدان بە تەندروستییان و خۆپاراستن لە نەخۆشییەکان.

7- وەزارەتی ئەو قاف بەشێک لە وتاری مامۆستایان لە ڕۆژانی هەینیی تایبەت بکات لە چۆنیەتی خۆپاراستن لە نەخۆشی شێرپەنجە و چۆنیەتی مامەڵەکردن لەگەڵ کەسانی نەخۆش.

سێیەم: ڕاسپاردەکانی توێژینەوەکە

1-ئەنجامدانی توێژینەوەیەک لەسەر (هۆکارەکانی توشبونی ئافرەتان بە شێرپەنجەی مەمک لە کوردستان).

2- ئەنجامدانی توێژینەوەیەک لەسەر (گرفتە دەرونییەکانی ئافرەتانی توشبو بەشێرپەنجەی مەمک).

3- ئەنجامدانی توێژینەوەیەک لەسەر (کاریگەری ژینگە لەسەر بڵابونەوەی نەخۆشی شێرپەنجە).

4- توێژەرانی دیکە هەوڵبدەن توێژینەوەیەک لەسەر (گرفتەکانی نەخۆشخانەی نانەکەلی لەگەڵ توشبوانی شێرپەنجە) ئەنجامبدەن.

Social Problems of Women with Breast Cancer - Afield Study in Nanakaly Hospital in Erbil city

Akram Abduljabbar Abdullah

Media department, Private Noble Institute, Erbil, Kurdistan Region, Iraq.

Abstract:

This research was conducted under the title (Social Problems of Women with Breast Cancer - Afield Study in Nanakaly Hospital in Erbil city) done. the main aim of this Research is to become familiar with Social Problems that Women with Breast Cancer face. In this study, the Quality Method and the semi- open meeting tools is used to data Collect information. The research community Nanakaly hospital in Erbil. The Study sample is aimed at women with cancer, with (273) women in (2021) the study sample is (12) women. The results of the Study point out that, women with breast cancer have family problems. Also, in terms of social relations, Women Will have Problems and they connect mix with people and they are afraid that people will say bad things to them. Economically, the will have problems and will not be able to provide for them. Sexually, women do net have sexual desires when they are sick and use drugs, their hair is cut off, their eyebrows are moved, their skin color is damaged and they suffer a lot of physical pain when using chemical injections, chemical pills and radiation treatment.

Keywords: Social problem, Cancer, Breast Cancer, Women with breast canser.

سەرچاوەکان

تەها، محمد حوسێن (2013) سایکۆلۆژیای پەیوەندیکردن. هەولێر: چاپخانەی ڕۆژهەلات.

حسین، بارزان کمال (٢٠٠٨) ڕەهەندە کۆمەلایەتییەکانی توندوتیژی سیاسی، نامەی ماستەر بلاونەکراوە، هەولێر: زانکۆی سەلاحەدین کراوە.

خواە، فەرهاد هیمەت (٢٠١٥) پزیشکی خێزانی. وەرگێڕانی: بێگەرد کەریم، چوارچرا: سلێمانی.

خەلیل، مەعن (٢٠٠٧) کۆمەڵناسی خێزان. وەرگێڕانی: ئارام ئەمین جەلال، دهۆک: چاپخانەی خانی.

شوانی، هێمن ئەمین (٢٠١٢) دیاردەی کۆمەلایەتی وگرفتی کۆمەلایەتی، گۆڤاری کۆمەڵناسی ژمارە ١٠.(١٨١-١٨٧) هەولێر: چاپخانەی رۆژهەلات.

شەیدا، محمد (٢٠١٢) شێرپەنجەی مەمک. سلێمانی: چاپخانەی چوارچرا.

عزیز، عزالدین أحمد(٢٠١٢)بنەماکانی دەرونزانی گشتی. چاپی سێیەم، هەولێر: چاپخانەی ڕۆژهەلات .

عمر، مهتاب مصطفی (٢٠١٧) گرفتەکانی خێزانی خاوەن منداڵی توشبو بە تالاسیمیا. نامەی ماستەر بلاونەکراوە،هەولێر:زانکۆی سەلاحەدین.

عومەر، مەعن خەلیل (٢٠١١) ڕێبازەکانی توێژینەوە لە کۆمەڵناسیدا. هەولێر: چاپخانەی ڕۆژهەلات .

قەرەچەتانی، کەریم شەریف (٢٠١٠) نەخۆشی وگرفتە دەرونی و کۆمەلایەتییەکان. سلێمانی: چاپخانەی پەیوەند .

قەرەچەتانی، کەریم شەریف(٢٠٠٩)سایکۆلۆژیای گەشە. سلێمانی: چاپخانەی پەیوەند.

کۆهێن، برۆس (٢٠١٤) بنەماکانی کۆمەڵناسی. وەرگێڕانی: چەکۆ ئەحمەدی، هەولێر: چاپخانەی ڕۆژهەلات.

کەریم، دانا سەلام (2015) هۆکارەکانی تێکچونی ژیانی هاوسەران. گۆڤاری شیکار- گۆڤارێکی هزری ئەکادیمی وەرزییە ژمارە (9) لا 59-66.

کەریم، هاوار (2017) چەند بابەتێکی سۆسیۆسایکۆلۆجی. سلێمانی: چاپخانەی گەنج.

مولود، سەروەر ابراهیم (٢٠٠٩) ڕەشکە و شێرپەنجە.

مەنسور وسوقی و عەلی ئەکبەر نیک خولق(٢٠١٣)بنەماکانی کۆمەلناسی. وەرگێڕانی: سیروان محمد حاجی، هەولێر: چاپخانەی موکریان .

ئەلحەسەن، ئیحسان محەمەد (2012) ئینسایکلۆپیدیای کۆمەڵناسی. وەرگێڕانی: دانا مەلا حەسەن، سلێمانی: دەزگای چاپ و پەخشی سەردەم.

حەسەن شەتەوی و کامەران ئەمین ئاوە (٢٠١٨) بنەماکانی شێرپەنجەی گەدە ڕیخۆڵەیی تیرۆید، مەمک و پرۆستات. سلێمانی: ناوەندی غەزەلنوس.

نانەکەلی، رامان سابیر (٢٠١٠) تاجی تەندروستی. چاپی دوەم، هەولێر:چاپخانەی رۆژهەڵات .

الخوالدة، عبدالباسط مفليح علي (2002) سرطان الثدي في الاردن دراسة الاجتماعية. ريسالة الماجستير، جامعة الأردن- كلية دراسات عليا.

الخياط، ماجد محمد (2010) أساسيات البحوث الكمية و النوعية فى العلوم الأجتماعية. الأردن: دار الرأية للنشر.

تى أم.بولنجر (٢٠١٨) الحقيقة حول السرطان. ترجمه: قسم ترجمة مكتب جرير، السعوديه: مكتبة جرير.

روبنسون،أرتميس ب.سيمبولوس جو(٢٠٠٤) حمية أوميغا. ترجمه: ليلى أحمد عيتانى، اليروت: الدارالعربية للعلوم.

سعادي، وردة (2009) سرطان الثدي لدي النساء و علاقته بالتوافق النفسي الإجتماعي و إستراتيجيات المقاومة- دراسة مقارنة. ريسالة الماجستير pdf.

عماد، عبدالغني (2002) البحث الأجتماعي منهجيته مراحله تقنياته. لبنان: منشورات جروس برس.

هيلين بريدى و نيل بريدى (٢٠٠٥) الدليل عملى للسرطان عند الرجال. ترجمة: قسم ترجمة بدارالفاروق، القاهرة: دارالفاروق للنشر.

الذهبي، هناء مزعل و النصراوي حيدر كامل (2016) الأسناد الأجتماعي و علاقته بالنمو مابعد الصدمة لدى المصابات بسرطان الثدي. مجلة العلوم النفسية العدد 22: 256- 295.

سعادي، وردة (2009) سرطان الثدي لدى النساء وعلاقته بالتوافق النفسي الأجتماعي و استراتيجيات المقاومة -دراسة مقارنة. ريسالة الماجستير.

محمود، عبدالرزاق صالح (2012) الانعكاسات الاجتماعية لمرض السرطان على عوائل المصابين به-دراسة اجتماعية ميدانية في مدينة الموصل. جامعة الموصل: مركز دراسات الموصل، مجلة دراسات موصلية العدد 41: 89-120.

سەرچاوە ئینگلیزییەکان

Coyne, Grifth (2008) Living the experience of breast cancer treatment: the yonger womens perspective. Australian journal of advanced nursing: a quarterly publication of the Royal Australyan Nursing, vol 23.

Lidgren, Mathias (2007) Health Economics of Breast Cancer.published: Karolinska Institutet: Stockholm.

Sparano, Josph A -MD more….Breas Cancer Stating ،MD;Chief Editor:Jules E Harris، from http://emedicine.medscape.com\article\346725-overview،2013،Updated:Sep6،

Al Naggar, Redhwan Ahmad (2014)Principles andPractics of Cancer ، https\\www>researchgate.net\publication،PreventionandControl.published:OMICSGroop,ebooks \321477037-Breast-Cancerearchgate.net\publication.

Jorg, R. Pasqualini (2008) - Breast Cancer_ Prognosis, Treatment, and Prevention, Second Edition-Informa

https://www.scribd.com/document/478761765 .

https://www.faecbook.com/NANAKALI-HOSPITAL-1443163382588149/2022/7/20)

پاشکۆی (1)

پرسیارەکانی چاوپێکەوتن

سڵاو و ڕێز.........

ئەو فۆرمەی بەردەستتان چەند پرسیارێکی لەخۆگرتوە دەربارەی (گرفتە کۆمەڵایەتیەکانی ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک – توێژینەوەیەکی مەیدانییە لە نەخۆشخانەی نانەکەلی) ئەو پرسیارانەی ئاڕاستەی بەڕێزتان دەکەین بەمەبەستی بەدەستهێنانی زانیارییە لەبارەی گرفتە کۆمەڵایەتیەکانی ئافرەتانی توشبو بە شێرپەنجەی مەمک. هاوکاریکردنی بەڕێزتان دەبێتە هۆی سەرکەوتنی توێژینەوەکە و جێگای ڕێز و سوپاسە.

پرسیارەکانی چاوپێکەوتن ئەمانەن:

1- هەست دەکەی کاتێک ئافرەتێک توشی نەخۆشی شێرپەنجی مەمک دەبێت توشی گرفتی خێزانی دەبێت؟ گرفتەکانی چین؟

2- لەڕوی تێکەڵ بون لەگەڵ خەڵک و سەردان و هاتوچۆت هیچ گرفتێکت بۆ دروست بوە لەو کاتەوەی توشی ئەم نەخۆشییە بوی؟

3- لەڕوی دەرونییەوە هەست بە چ جۆرە گرفتێک دەکەی؟

4- لەڕوی ئابورییەوە هیچ جۆرە گرفتێکت بۆ دروست دەبێت؟

5- لەڕوی تەندروستییەوە هەست دەکەی چ جۆرە گرفتێکت هەیە لەو کاتەوەی توشی ئەم نەخۆشییەوە بوی؟

6- لەڕوی سێکسییەوە پێتوایە ئەو گرفتانە چین کە ئافرەتی نەخۆش توشی دەبێت؟

پاشکۆی (٢)

ناو وپلەی زانستی وشوێنی کاری پسپۆڕان

ژ	ناو	کۆلێژ	بەش	شوێنی کار
1	پ.ی.د. محمد حوسێن شوانی	ئاداب	کۆمەڵناسی	زانکۆی سەلاحەدین
2	پ.ی.دمراد حکیم قادر	ئاداب	کۆمەڵناسی	زانکۆی سەلاحەدین
3	پ.ی.د. لقمان رحمان شەل نانەکەلی	پزیشکی	پزیشکی گشتی	زانکۆی هەولێری پزیشکی
4	د. عبدالله اسماعیل	ئاداب	کۆمەڵناسی	زانکۆی سەلاحەدین
5	د. جلال أحمد عبدالله	ئاداب	کۆمەڵناسی	زانکۆی سەلاحەدین
6	د. جەمال غەفور	پزیشکی پسپۆڕ و نەشتەرگەری گشتی شێرپەنجەی مەمک		

پەراوێزەکان:-

–[i] ئەم داتایانە لە نەخۆشخانەی نانەکەلی لەهۆبەی ئاماری توشبوان وەرگیراون، ڕیکەوتی سەردانیکردنی نەخۆشخانە 2022/12/ 15

i –[i] ئەم داتایانە وەرگیراون لە: https://acsjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.3322/caac.21660

i – [i] ئەم داتایانە وەرگیراون لە: https://acsjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.3322/caac.21660

v [i] چاوپێکەوتن لەگەڵ پزیشکی پسپۆر و نەشتەرگەری گشتی لەبواری شێرپەنجەی مەمک (جەمال غەفور) لەڕێکەوتی (2022/4/23).