MINISTRY OF HEALTH & SOCIAL AFFAIRS

Centrale Sanitaire Suisse Romande

رێنومایا

کۆنترولکرنا کولێرایێ

رێنومایا کونترۆلکرنا کولێرایێ

ڕێنومایا کونترۆلکرنا کولێرایێ

ژ بەلاڤۆکێن ڕێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی

WHO

وەرگێڕان ژ ئینگلیزی

د. عارف حیتۆ

زنجیرا کتێبێن پزیشکی ژبۆ خوەندەڤانێن کورد

وەزارەتا ساخلەمیێ و کاروبارێن جڤاکی یا هەرێما کوردستانێ ب هەڤکاری یا رێکخراوا (CSS) ئا سویسری

سەرنڤیسکار: د. لەزگینێ ئاڤدرەحمانی

ئەڤ کتێب پاچڤەیەکا دەستووردایی یا ڤێ کتێبێ یە

Guidline for Colera Control

- **ناڤێ کتێبێ: رێنومایا کونترۆلکرنا کولێرایێ**
- **نڤیسین: رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی**
- **وەرگێران ژ ئینگلیزی: د. عارفێ حیتۆی**
- **هزنەرکاری: عوسمانێ پیرداوودی (نڤیسینگەها گۆڤارێ)**
- **هژمارا سپارتنێ ل کتێبخانەیا نیشتمانی: ٣٥٤ ل سالا ٢٠٠٣ێ**
- **تیراژ: ٣٠٠٠ دانە**
- **چاپ: چاپخانەیا وەزارەتا پەروەردێ, هەولێر– ٢٠٠٣**

مافێ چاپکرنێ ژبۆ وەزارەتا ساخلەمیێ و کاروبارێن جڤاکیێیا کوردستانێ پاراستییە

پەیڤا رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی

رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی وەکو دەزگەهەکێ جیهانییێ تایبەتێ سەر ب نەتەوێن ئێگرتیڤە، ل سالا ١٩٤٨ێ، هاتییە دامەزراندن، ژبۆ ئاراستەکرن و تەنسیقکرنا دەزگەهان کو ل سەر بابەتێن ساخلەمی یا نێڤ نەتەوەیی وساخلەمی یا جڤاکی کار دکەت. یەک ژ کارێن رێکخراوا WHO ئەوە کو شیرەت و ئارمانج و پێزانینێن ژیواری و باوەرپێکری دارێژیت و پێشکێشکەت. هندەک ژ ڤێ بەرپرسیارییێ ب رێکا بەرنامەیێن خوەیێن بەلاڤکری ب جھ دئینیت.

ئەڤ رێکخراوە ب رێکا بەلاڤوک و بەرنامەیێن خوەیێن راگەهاندنێ، هەول ددەت کو پشتەڤانی و هاریکاری یا ستراتیژی یێن ساخلەمی یا نەتەوەیی و دەسنیشانکرنا لایەنێن گرنگێن ساخلەمی یا جڤاکی بکەت دهەمی جیهانێدا. ژبۆ دابینکرنا پێدڤی یێن وەلاتێن ئەندام ل سەر هەمی ئاستێن وەرار و گەشەپێدانێ. رێکخراوا WHO بەلاڤوکێن پراکتیکی و کتێب و کتێبۆکێن دەستی، ئالاڤێن راهێنانێ ژبۆ بابەتێن تایبەتێن کارمەندێن ساخلەمیێ، شیرەتێن نێڤ نەتەوەیی یێن ستاندارد و ژیواری و گونجایی، پێداچوون وشرۆڤەکرنا پلانێن ساخلەمیێ و پروگرام و ڤەکولینان، دگەل پێزانین و راپورتێن ژبۆ شیرەتێن تەکنیکی و پێشنیازێن چێکرنا بریاران بەلاڤە دکەت. ئەڤ کتێبە ژبۆ وان بابەتانە ئەوێن رێکخراو ب شێوەیەکێ سەرەکی بایەخی پێ ددەت، وەکو دوورپێچکرنا نەساخییان و خۆپاراستنێ و کونترۆلکرنێ، ئوو ل سەر شەنگستێ چاڤدێری یا ساخلەمی یا دەسپێکی و پویتەپێکرنا ساخلەمیێ بۆ کەسێن تاک و بۆ جڤاکی، گرنگیێ ب وەرار و گەشەپێدانا دەزگەهێن ساخلەمیێ ددەت. هەروەسا هەولدان و پێنگاڤ هاڤێتن بەرەف چێترکرنا رەوشا ساخلەمیێ بۆ

هەمی ئەندامێن جڤاکی، دگەل پێدڤی یێن ئالوگورکرن و دانانا پێزانینان ل سەر شەنگستێ سەربۆر و شارەزایی یێن دەولەتێن ئەندام د رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانیدا و چاڤدێری یا ڤێ هەڤکاری یا دناڤبەرا سەروکێن جیهانێدا دکەت دەربارەی ساخلەمی یا گشتی و زانستێن نوژداری یا ژیانێ و ژینگەهێ.

ژبۆ پشتراستبوونێ کو پێزانینێن پێدڤی و شیرەتێن دەربارەی بابەتێن ساخلەمیێ ب شێوەیەکێ بەرفرەهـ بەلاڤ ببن. رێکخراوا WHO بەلاڤوکێن نێڤ نەتەوەیی یێن بەربەلاڤ چاپ و بەلاڤە دکەت. هەروەسا هاندانا وەرگێران و گونجاندنا ڤان بەلاڤوکان دکەت، ژبۆ هاریکاری و چێترکرنا ساخلەمیێ ب رێکا خوپاراستن و کونترۆلکرنا نەساخییان د هەمی جیهانێدا .

کتێبێن WHO پشکداریێ د دەستڤەئینانا ئارمانجێن سەرەکی یێن رێکخراوێدا دکەن و هەروەسا رێخوشکەرن ژبۆ ب دەستڤەئینانا بلندترین ئاستێن رەوشا ساخلەمیێ بۆ هەمی خەلکی و ل هەمی جیهانێ.

رێبەرێ کونترۆلکرنا کولێراییێ

رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی، جنێف- ١٩٩٣

ب ناڤێ خودێ یێ دلۆڤان

زمانێ شرینێ کوردی موسیقایا روحێیە، دل و هناڤێن مە روهن دکت. هەمی مرۆڤێن کو شیانە ژ تیپەکێ هەتا کتێبەکێ ل کتێبخانەیا کوردی زێدە بکن، هەر تم دێ د ویژدانا مەدا زێندی مینن. لەوما ژی ئەز ئەڤرۆ خوە بەختیار دبینم کو پێشگۆتنێ ژبۆ زنجیرەیەکا کتێبێن زانستێ پزیشکیێ دنڤیسم کو هژمارەکا پزیشک و زمانزانێن روح- سڤک پاچڤەیی کوردی دکن. پڕ ژ دل سوپاسی یا وان دکم و دەستێن وان دگڤێشم. هەروەسا سوپاسی یا رێکخستی یا ناڤەندا ساخلەمی یا سویسرایێ (رۆماندی) دکم کو چاپکرنا کتێبان کری ئەرکێ خوە. هەروەسا سوپاس ژبۆ رێکخستی یا ساخلەمی یا جیهانی کو رێ دای ئەڤ کتێب بهێن پاچڤەکرن. دەورێ وەزارەتا پەروەردەیێ کو هەر ژ دەستپێکێ را هاریکارێن مە بوونە جهێ رێزێیە.

ل دوماهیێ ژی چاپکرنا ڤێ کۆما کتێبێن پزیشکی یێن مفادار ب هەردوو دەڤۆکێن کورمانجی یا ژووری و ژێری، ل خوە و تەڤایا خەلکێ کوردستانێ پیرۆز دکم و هیڤیدارم ئاستێ رەوشەنبیری یا ساخلەمی یا هەمی ئالیان ب کوپیتکارن را بگەهت.

د. جمال عبدالحمید

وەزیرێ ساخلەمیێ و کاروبارێن جڤاکی

دیباج

ئەڤ رێبەرە (رێ نیشاندەرە) ژلایێ هێزا ئەرکێن جیهانیڤە ژبۆ کونترۆلکرنا کولێرابێ هاتییە بەرهەڤکرن دا ژبۆ کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن زکچوونێ و ب جهئینانا چالاکی یێن کونترۆلکرنا کولێرایێ هاریکاری یا رێڤەبەرێن پروگرامێن نەتەوەیی بکەت. هەروەسا دبیت یا مفادار بیت ژبۆ هەردوو لایەنێن نیڤ نەتەوەیی و دەزگەهێن نە حکومی کو بریارێ ل سەر رێکێن گونجای بدەن ژبۆ هاریکاری یا وەلاتان کو بەلاڤەبوونا کولێرایێ کونترۆل دکەن.

هێزا ئەرکێ جیهانی لWHO ژبۆ کونترۆلکرنا کولێرایێ ل نیسانا ۱۹۹۱ێ هاتییە دامەزراندن و ژ ڤان لایەنان پێک دهێت: نوینەرێ بەرنامێ کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن زکچوونێ، یەکەیا دابینکرنا ئاڤا پاقژ بۆ جڤاکی، پروگرامێ خوارنا پاقژ، یەکەیا ب هێزکرنا زانستێ بەلاڤبوونا نەخۆشییان و خزمەتێن ئامارێ، نڤیسینگەها پێزانینان- یەکەیا خزمەتێن مایکروبایولۆژی و بەرگریزانیێ، نڤیسینگەها پەیوەندی یێن ژدەرڤە، پشکا رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ، پشکا کارێن کێمکرنا رەوشێن تەنگاڤییا و بۆیەرێن ژ نشکاڤە و بەرنامێ کاری ژبۆ دەرمانێن سەرەکی، هەروەسا کومەکا ئەندامێن کاری ژ رێکخراوا یونیسیف ب رێکوپێکی پشکداریێ د هێزا ئەرکێ جیهانیدا دکەن.

ژبۆ وەرگرتنا پتر پێزانینان، د کارن زانیاریان ژنڤیسینگەها کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن زکچوونێ ل رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی وەرگرن.

WHO, 1211 Geneva 27, Switzerland

پێزانین

هەژی گۆتن و پێزانینێیە کو یەکەیا پاقژی و دابینکرنا ئاڤێ ل رێکخراوا WHO پشکدارییەکا گرنگ دڤێ کتێبێدا هەبوویە، هەروەسا ئەندامێن دی یێن هێزا ئەرکێ جیهانی ژبۆ کونترۆلکرنا کولێرایێ و نڤیسینگەها جنێف یا رێکخراوا یونیسیف ژی پشکداری هەبوویە.

رێکێن لابۆری یێن کو دپاشکوییێ(٥)دا هاتینە شرۆڤەکرن، ل سەر شەنگستێ کتێبا دەستی (لێنێرینێن لابۆری یێن دەربارەی کولبوونێن دژوارێن رویڤیکا). *

ڤەکولینێن ڤان بەرێزان هاریکاری ددانان و بەرهەڤکرنا ڤی رێبەری دا کرییە: د. جونی ئەلبێرت ژ بنگەهێ نێڤ دەولەتیێ ژبۆ نەخۆشی یێن زکچوونێ ل بەنگلادش، د. دهیمان باروا کو بەری نهۆ ل پروگرامێ کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن زکچوونێ ل رێکخراوا WHO، جنێف کار دکر، د. برادفورد کای ژ زانکوا جونس هوپکنز-

---

* کتێبا دەستی (لێنێرینێن لابۆری یێن دەربارەی کولبوونێن دژوارێن رویڤیکا) جنێف- رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی، ١٩٨٧ (بەلگەیێن نەبەلاڤکری). هەرکەسێ بڤێت، دکارێت ژ بەرنامەیێ کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن زکچوونێ ل WHO داخواز بکەت، ئەڤەژی ناڤ و نیشانێن ڤی دەزگەهییە (بەرنامەیێ کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن زکچوونێ- WHO).

PCDD, WHO, 1211 Geneva 27, Switzerland

خواندنگەها پاقژی و ساخلەمی یا جڤاکی ل بالتیمور/ ئەمێریکا و د٠ کایە واچسمەس ژ بنگەهێ کونترۆلکرنا نەخۆشییان ل ئەتلانتا/ ئەمێریکا.

هەروەسا رێکخراوا WHO رۆلێ پشکداریکرنا ڤان بەرێزان ب باشی و ب گرنگی دهەلسەنگینیت : د. پاول ئا. بلێک، د. میتچل کوهین، د. روگەرئای. گلاس، د. ئالین رایس، د. روبرت تاوکس، د. دوک ڤوگیا و د. تود ویبەر ژ بنگەهێن کونترۆلکرنا نەخۆشییان ل ئەتلانتا/ ئەمێریکا. ئوو د. بروس دیک ژ کۆمەلا خاچا سوورا نێڤ دەولەتی ل جنێف/ سویسرا، د. ئان داوسون و د. روگەر سکینەر ژ پشکا ساخلەمیێ ل لەندەن/ بریتانیا، د. ساندی کێرن کروس ژ خواندنگەها لەندەن یا پاقژیێ و نوژداری یا دەڤەرێن گەرم (نیڤەهێلا عەردی) ل لەندەن/ بریتانیا، د. جامیا بارترام ژ پەیمانگەها روبێنس، زانکوا سورێی، گولدفورد ل بەریتانیا، پروفیسور جون پیکفورد ژ زانکوا لەفبورۆ یا تەکنەلوژی ل لەفبورۆ/ بریتانیا، د. جون کڤینبێرگ ژ دەزگەهێ کارگێری یا وەلاتێن ئێکگرتی ژبۆ خوارنێ و دەرمانان ل واشنتون/ ئەمێریکا. هەروەسا د. یوجین رایس ژ دەزگەهێ کارگیری یا وەلاتێن ئێکگرتی ژبۆ پاراستنا ژینگەهێ ل واشنتون/ ئەمێریکا.

ب پێشنیازێن ڤان بەرێزێن ناڤبری ئەڤ کتێبە ب ساناهیتر و پراکتیزەتر کەفتە بەردەستێ خواندەڤان.

(1)

دەستپێک

هەر ژسالا ١٩٦١ێ و هێرڤە نەخۆشییا کولێرایێ ب شێوەیەکی بەرفرەهـ بەلاڤەبوویە و نهۆ ژی ب کێمی ٩٨ وەلات ژ دەردێ ڤێ نەخۆشیێ دنالن. ژ سەربۆرێن درێژ و بەرفرەهـ خویا بوویە کو دشیاندا نینە دەمێ دهێتە ناڤ وەلاتی، رێ ل ڤێ نەخۆشیێ (کولێرا) بهێتە گرتن. لێ ئەگەر کولێرا دناڤ وەلاتەکیدا بەلاڤەبوو، ب پەیرەوکرنا رێکێن گونجایی یێن کونترۆلکرنێ، دشیاندایە رێکێ ل ڤەگرتنا بەربەلاڤ بگرن و نەهێلن وەلاتی هەمیێ ڤەگریت. د ڤان سیە سالێن بۆریدا، ڤەکولینێن زانستی، رۆلەکێ باش هەبووینە و ژێدەرەکێ گرنگ بووینە ژبۆ پتر تێگەهشتنا مە یا دەربارەی چەواتی یا بەلاڤبوونێ و چارەسەرکرنا ڤێ نەخۆشیێ، نهۆ ژی یا زانایە کو:

- زێدەتر ژ 90% ژ وان کەسێن کولێرا لێ، حالەتێن سڤکن. ئەڤە ژی بوویە ئەگەرێ وێ چەندێ کو جوداکرنا ڤان حالەتێن سڤک ژ جۆرێن دی یێن نەخۆشی یا زکچوونەکا دژوار یا ب زەحمەت بیت.

- هەلگرێن نەخۆشیێ ئەوێن چ نیشان لێ دیار نەبووین، گەلەک د مشەنە.

- هەبونا چارەسەریێ، نەمازە چارەسەری یا ب زێدە ڤەخوارنا شلەمەنییان، بوویە ئەگەرێ وێ چەندێ کو رێژەیا مرنێ د نەخۆشی یێن کولێرایێ دا ژ 1% کێمتر بیت.

- دەمێ کولێرا ل وەلاتەکی هەبیت، لێ گەلەک نەیا بەربەلاڤ بیت،کێمتر ژ 5% ژ هەمی نەخۆشی یێن زکچوونێ حالەتێن کولێراییێنە.

- ڤاکسینکرن، دابەشکرنا بەربەلاڤا دەرمانان ل سەر خەلکی، وەکو رێکەکا خۆپاراستنێ و دائێخستنا توخیبان، رێکێن کاریگەر نینن ژبۆ کونترۆلکرنا بەلاڤەبوونێ و خۆپاراستنێ ژ کولێرایێ.

- چاڤدێری و پویتەدانا عەدەتێن خوارن و ڤەخوارنێ، هاڤێتنا پیسایێ مرۆڤی ب شێوەیەکێ ئێمن و ساخلەم، هەروەسا گرنگیدان ب پاقژی یا کەسوکی و پاقژی یا خوارن و ڤەخوارنێ، کاریگەرترین رێکن ژبۆ کێمکرنا مەترسییا تۆشبوونێ ب نەخۆشی یا کولێرایێ .

- چونکو کولێرا بلەز بەلاڤە دبیت و گەلەک کەس پێ دمرن، ب ئاریشەیەکا دژوارا ساخلەمی یا جڤاکی دهێتە هژمارتن، لەوا فەرە گرنگییەکا تایبەت ب لێگەریان و ڤەکولێن و کونترۆلکرنا ڤێ نەخوشیێ بهێتە دان.

ئەڤ رێ نیشاندەرێ ل بەر دەستێ وە، دێ پێزانینێن گرنگ و پێدڤی پێشکێش کەت ژبۆ بەرنامێن نەتەوەیی یێن کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن زکچوونێ، هێزا ئەرکێن تەنگاڤییا و بۆیەرێن ژنشکاڤە، هەروەسا ئەڤ پێزانینە هاریکارن بۆ هەمی وان کەسێن د بیاڤێ کونترۆلکرنا کولێرایێ دا کاردکەن.

(٢)

دەربارەی کولێرایێ

پڕانی یا وان کەسێن کولێرا دگریت، حالەتێن سڤکن. دبیت چ نیشانێن بەرچاڤ ل نەخۆشان نەبن، یان ژی دبیت زکچوونەکا سڤک لێ بیت. لێ دهندەک حالەتێن کێمدا زکچوونەکا بلەز و زەبیری و وەکو ئاڤێ دگەل ڤەڕەشیانەکا بەردەوام ل نەخۆشی پەیدا دبیت و دبیتە ئەگەرێ ژدەستدانا قەبارەیەکێ زور ژ ئاڤ و خوێیا لەشی. د ئەنجامدا نەخۆش هەست ب تێهنیبوونێ دکەت، نەشێت بمیزیت یان میزا وی ناهێت، بلەز دێ بێهێز بیت و لەشێ وی دێ هشک بیت. هەر نەخۆشەکێ کولێرا ب دژواری لێ بیت، دێ هەست ب ئێشانا ئاشکی (مەعیدە) و ملا و پێیا کەت.

فەرە هەمی حالەتێن کولێرایێ دەملدەست بهێنە چارەسەرکرن. ئەگەر چارەسەرکرن گیرو بیت یان نەیا تەڤاڤ بیت، د ماوەیەکێ کورتدا، ژبەر هشکبوونێ یان دابەزینا بلەزا فشارا خوینێ، دبیت نەخوش بمریت.

زێدەتر ژ (٦٠) جۆرەگروپێن بەکتریا کولێرایێ (Vibrio Cholerae) هەنە، لێ ب تنێ جۆرەگروپێ O1 دبیتە ئەگەرێ تۆشبوونێ ب کولێرایێ. جۆرەگروپێ O1 ژی دوو زیندە جۆرن (Biotype): ئەلتۆر (El tor)و کلاسیک (Classic). هەر ئێک ژ ڤان زیندەجۆران ژی، دوو جۆرەگروپن (Serotypes): ئوگاوا (Ogawa) و ئینابا (Inaba). زیندە جۆرێ ئەلتۆر سەدەمێ سەرەکیێ پڕانی یا بەربەلاڤ بوونێن نوو یێن کولێراییێنە.

لێ تۆشبوون ب زیندەجۆرێ کلاسیک، هەتا نهۆ ژی د نیڤ کیشوەرێ هنیدستانێدا هەیە. زیندەجۆرێ ئەلتۆر (El tor) دبیتە ئەگەرێ پڕانی یا وان حالەتێن بێ نیشان (هەلگرێن نەخۆشیێ) وئەڤ زیندەجۆرە دکاریت بۆ ماوەیەکێ درێژتر د ژینگەهێدا بمینیت . دکاریت دگەل هندەک گیا و جانەوەرێن ئاڤی بژیت و ئاڤ دبیتە ژێدەرەکێ سەرەکی و گرنگ ژبۆ هەلگرتنا ڤێ بەکتریایێ. مرۆڤ تۆشی کولێرایێ دبیت، ئەگەر ژەمەکا تۆشڤان ژ بەکتریا (V. C) ب داعویریت، ئاڤا پیسبوویی ب پیساییێ مرۆڤی، ژێدەرێ سەرەکیێ تۆشبوونێیە، چ ئێکسەر مرۆڤ ئاڤێ ڤەخوت یان ژی ب رێکا خوارنا پیسبوویی بچیتەدناڤ لەشیدا، چونکو ئاڤا پیسبوویی هەلگرێ بەکتریایێیە ژبۆ ڤەگوهاستنێ. هەروەسا خوارن ژی پیس دبیت ئەگەرکەسەکێ تۆشبوویی دەست کەتێ و دێ بیتە ئەگەرێ ڤەگوهاستنا نەخۆشیێ. ژەما پێدڤی ژ بەکتریا (V.C.O1) ژبۆ تۆشکرنا کەسەکی ب بەرهەڤی یا کەسۆکی یا وی کەسیڤە هەڤبەندە، دبیت هەڤبەندی ب ترشاتی یا ئاشکیڤە هەبیت (بەکتریا کولێرایێ ل (PH) 4.5 یان کێمتردا ناژیت و دمریت). هەروەسا ل سەر بەرگری یا لەشی رادوەستیت، ئەوا ژ ئەنجامێ تۆشبوونەکا دی ب ڤێ بەکتریایێ بۆ لەشی پەیدا بوویی. هەژی گۆتنە کو د وەلاتێن کولێرا لێ بەربەلاڤدا، شیرێ دایکێ زارۆکێن ساڤا ژ ڤێ نەخوشیێ دپارێزیت .

خشته- ١: بەربەلاڤترین ژێدەرێن تۆشبوونێ

- **ئاڤا ڤەخوارنێ:**

ئەو ئاڤا ژ ژێدەری پیسبوویی (بۆ نموونە ئاڤەکا پیسبوویی ب پیساییێ مرۆڤی و تێکهەلی ئاڤا بیرەکێ بوو بیت کو ب باشی نەیا پاراستی بیت)، یان ژی ددەمێ هەلگرتنا ئاڤێدا (بۆ نموونە دەستەکێ پیسبوویی دچیتە دناڤ ئاڤێدا)، یان ژی ب رێکا بەفرا دروستکری ژ ئاڤەکا پیسبوویی ب بەکتریایا کولێرایێ.

- **پیسبوونا خوارنێ ددەمێ بەرهەڤکرنێدا، یان ژی پشتی بەرهەڤکرنێ:**

بۆ نموونە: (شیر، برنجێ کەلاندی، نیسک، پتات- کرتۆپ، باقلک، هێک و مریشک).

- **خوارنێن دەریایی:**

ب تایبەتی هێکێن شەیتانۆکان (محار) کو ژ ئاڤەکا پیسبوویی گرت بیت و ب خاڤی یان باش نەکەلاندی هات بیتە خوارن.

- **زەرزەوات و فێقی:**

ب تایبەتی ئەو گیاییێن ل سەر ئاستێ عەردی شین دبن و عەرد ژی ب پیساییێ مرۆڤی هاتبیتە زبلکرن (پیت کرن)، یان ژی ب ئاڤا بەلوعا هات بیتە ئاڤاندن، هەروەسا ئەو زەرزەوات و فێقیێ ب ئاڤەکا پیسبوویی دشۆن و ب خاڤی یان باش نەکەلاندی دخۆن.

(٣)

خۆپاراستن ژ کولێرایێ

کاریگەرترین و گرنگترین رێکا خۆپاراستنێ ژ بەربەلاڤبوونا کولێرایێ، دابینکرنا ئاڤا پاقژا ڤەخوارنێ یە، دگەل بکارئینانا رێکێن ساخلەم و دروست ژبۆ هاڤێتنا پیساییێ مرۆڤی.

٣-١: دابینکرنا ئاڤا پاقژ

هەبوونا ئاڤا پاقژ، بنەمایەکێ سەرەکیێ ساخلەمیێ یە، نەمازە دەمێ گەفێن بەلاڤبوونا کولێرایێ هەبیت، چونکو ئاڤا پیسبوویی ژێدەرێ سەرەکیێ تۆشبوونێ یە ب نەخۆشی یا کولێرایێ. لەوا فەرە هەمی شیان بهێنە مەزاختن ژبۆ دابینکرنا ئاڤا پاقژا ڤەخوارنێ، هەروەسا دابینکرنا ئاڤا پاقژ ژبۆ لێنانا خوارنێ و خوە شویشتنێ. ئاڤا دابینکری، فەرە یا پاقژ بیت و بۆ هەمیا بیت و تێرا هەمیا بکەت، هەروەسا فەرە یا بەردەوام بیت و تێرا هەمی شێوازێن بکارئینانێ بکەت.

د باژێراندا، فەرە ئاڤا پاقژا ڤەخوارنێ ب رێکا حەنەفییان یان بۆری یێن سەرەکی و تانکەران بۆ هەمی هەڤوەلاتییان بهێتە دابینکرن. لێ ل دەڤەرێن دویر (ل گوندان) کو چ ژێدەرێن ئاڤا پاقژ (کانی)، (بیر) لێ نەبن، پێدڤییە خەلکێ دەڤەرێ بهێتە تێگەهاندن و فێرکرن کوئاڤا خوە ب رێکێن کەلاندنا ئاڤێ یان ژی بکارئینانا وان ماددەیێن کیمیاوی یێن ئاڤ پێ دهێتە کلۆرکرن، پاقژ بکەن.

خشتە- ٢: پێدڤی یا رێژەیا کلۆری دناڤ تورێن دابەشکرنا ئاڤێدا ل وان دەڤەرێن کولێرا لێ بەلاڤ

کێمترین رێژەیا مایی و سەربەست دناڤ ئاڤا پاقژدا ب ڤی شێوازییە:

- د هەمی خالێن ئاڤا د حەنەفییاندا .... 0.5 ملگم / لیتر
- د بۆری یا سەرەکیدا ئەوا گەلەک مال تێدا د پشکدار.... 1 ملگم / لیتر
- د تانکەریدا (ل دەمێ پڕکرنێ)......................... 2 ملگم / لیتر

ژبۆ پشتراست بوونێ ژ هەبوونا ڤان ئاستێن کلۆری ب شێوەیەکێ دروست، یا فەرە چاڤدێرییەکا بەردەوام بۆ هەبیت.

دابینکرنا ماددەیێن کیمیاوی یێن گونجای ژبۆ پاقژکرنا ئاڤێ و هەروەسا دابینکرنا ئامانێن دەرگرتی ژبۆ هەلگرتنا ئاڤێ، رێکێن هاریکارن ژبۆ کێمکرنا بەلاڤبوونا کولێرایێ دناڤ خێزانێدا. فلتەرکرنا ئاڤێ د مالدا رێکەکا کاریگەرە ژبۆ نەهێلانا بەکتریا کولێرایێ دناڤ ئاڤێدا. لێ پشتی فلتەرکرنێ ژی، یا فەرە ئاڤێ ب کەلینن یان کلۆرکەن (ژبۆ پتر پێزانینان دەربارەی دابینکرنا ئاڤا پاقژ بۆ جڤاکی و خێزانان، سەحکە کتێبا راستی یێن دەربارەی پاقژی یا جڤاکی ژبۆ کونترۆلکرنا کولێرایێ.*

---

* Fact sheets on environmental sanitation for cholera control. Geneva, WHO in preparation. WHO, 1211 Geneva 27, Switzerland.

هەر کەسێ بڤێت دکارت ڤێ کتێبێ ژ پشکا دابینکرنا ئاڤێ و پاقژی یا جڤاکی/ رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی داخواز بکەت, ل دویف ڤی ناڤونیشانێ ل سەلال.

کەلاندن، ڕێکەکا کاریگەرە ژبۆ پاقژکرنا ئاڤێ. لێ دبیت نەیا پراکتیکی بیت بۆ هەمی خەلکی، نەمازە دەمێ دار یان سوتەمەنی نەبن، ئەڤجا ئەڤ ڕێکە دێ یا گران بیت و فەرە ددەمێن پێدڤی و تەنگاڤییاندا، ب شێوەیەکێ سەرەکی کار ژبۆ دابینکرنا سوتەمەنییان بهێتە کرن. نەمازە ل وان جهێن کو کلۆرکرن یان دابینکرنا ماددەیێن دی یێن کیمیاوی نەبن یان ب زەحمەت بن.

خشتە-٣: پاقژکرنا ئاڤێ ب کەلاندنێ
ژبو پاقژکرنا ئاڤێ کو بکێر ڤەخوارنێ وکارێن دی بهێت، فەرە بۆ ماوێ دەقیقەکێ ب باشی بکەلینن. ئەڤ کەلاندنە دێ بەکتریا کولێرایێ O1 لاواز کەت یان دێ کوژیت، هەروەسا هەمی بەکتریایێن دی یێن دبنە ئەگەرێ زکچوونێ دێ هێنە کوشتن یان بێهێز کرن.

خۆ ئەگەر ئاڤا ڤەخوارنێ یا پاقژ بیت ژی، مەترسییا بەلاڤبوونا نەخۆشیێ هەر هەیە، نەمازە دەمێ ئاڤەکا پیسبوویی ژبۆ خوە شویشتنێ یان شویشتنا ئامانان بکاردهێت. دەمێ ئاڤا پیسبوویی ژلایێ لابۆرێڤە دهێتە دەسنیشانکرن، فەرە هەمی ڕێکێن گونجایی و پێدڤی بکار بینن (ڤەدەرکرنا جهێ تۆشبوویی ژی) ژبۆ کێمکرنا مەترسییا تۆشبوونێ.

ب راستی، فەرە گرنگییەکا تایبەت بدەنە هەر ژێدەرەکێ ئاڤێ ئەگەر گومانا پیسبوونێ ل سەر هەبیت. پێدڤییە ژێدەرێ ئاڤێ بهێتە پاقژکرن ویا ئێمن بیت، لێ ئەگەر د شیاندا نەبوو ژێدەرێ ئاڤێ پاقژ بکەن، فەرە ژێدەرەکێ دی یێ ئاڤا پاقژ بهێتە دابینکرن ل شوینا ئەوێ پیسبوویی.

خشته– ٤: پاقژکرنا ئاڤێ ب ڕێکا کلورکرنێ

پێدڤیە ئەڤ ڕێ نیشاندەرە ببنە پەیامێن بەلاڤ و گونجایی ژبۆ بکارئینانا پیڤەرو وان ماددەیێن ددەڤەرێدا هەین، هەروەسا ژبۆ وان شیرەت و پێزانینێن دمالدا یان ددەزگەهاندا دهێنە بکارئینان.

شێلاڤا کلوری دروست بکە: (ب خەستییا 1% ژکێشا کلورێ هەیی دناڤ لیترەکا ئاڤێدا بشێلە(

ماددەیێن بکارئینانێ

ڕێژەیا خەستیێ ل گورەی کێشا هەیی **چەنداتی**

کالیسیوم هایپوکلورایت (70%) .... 15 گم

یان

تۆزا بێ رەنگکرنێ/ کلسا کلوریناید (30%) .... 33 گم

یان

سودیوم هایپو کلورایت (5%) .... 250 مل

یان

سودیوم هایپو کلورایت (10%) 110مل

ئەگەر ئەڤ ماددە ب ڤێ خەستیێ پەیدا نەبن، چەنداتییا بکارئینانێ ل گورەی خەستیا هەیێ بگوهورە.

ڤێ شیلاڤێ دئامانەکێ تەزی و دەرگرتیدا ب هەلگرە کو تیروژکێت روژێ نەگەهنێ، دگەل ب سەرڤەچونا وەختێ، ڤێ شێلاڤێ چالاکییا خوە نامینیت. لەوا فەرە د ماوێ هەیڤەکێدا پشتی بەرهەڤکرنێ بکار بینن.

شێلاڤێ ژبۆ پاقژکرنا ئاڤێ بکاربینە: ڤێ شێلاڤێ دگەل ئاڤێ تێکهەل بکە و ب باشی تێکڤەدە، ب ڤێ شێوازێ ل خوارێ:

ئاڤ	**بکە ناڤ**	**شێلاڤا کلوری**
1 لیتر	....	0.6 مل یان 3 چپک
10 لیتر	....	6 مل
100 لیتر	....	60 مل

دشیاندایە پشتی(٣٠) دەقیقەیان ژڤێ تێکهەلکرنێ ئاڤێ بکار بینن، ئاستێ وێ کلورا پشتی(٣٠) دەقیقەیان دمینتەدئاڤێدا دناڤبەرا (٠,٢– ٠,٥ ملگم / لیتر دایە).

ئەگەر ئاڤ یا شێلی بیت (نەیا ساف و بژوین بیت):

- فەرە بەری کلورکرنێ بهێتە فلتەرکرن. یان ژی
- ل شوینا کلورکرنێ ب باشی بهێتە کەلاندن (هەروەکو دخشتەیێ- ٣ دا هاتی).

٣-٢: هاڤێتنا پیساییێ مرۆڤی

قەنج هاڤێتنا پیسایی و پاشمایکێن مرۆڤی رولەکێ ئاشکرا هەیە دکێمکرنا ڤەگوهاستنا بەکتریاییێن زیانبەخشێن دناڤ رویڤیکادا، ژ ڤان بەکتریاییێن زیانبەخش ژی بەکتریا کولێراییێ. ئەڤ راستییە پتر ئاشکرا دبیت دەمێ شێوازێ هاڤێتنا پیسایی و سیستەمێ ئاڤرێژی و سولینان نەیێ رێکوپێک بیت، دبیتە ئەگەرێ پیسبوونا ژێدەرێن ئاڤا پاقژ. فەرە گرنگییەکا سەرەکی ب هاڤێتنا پیسایی و پاشمایکێن مرۆڤی بهێتە دان و د هەمان دەمدا ژی، فەرە داکوکی ل سەر هەبوونا ژێدەرەکێ پاقژ بۆ دابینکرنا ئاڤێ بهێتە کرن.

هەبوونا جھ و پێرینەیێن گونجای ژبۆ هاڤێتنا پیساییێ مرۆڤی ئێکە ژ پێدڤی یێن سەرەکی و گرنگ بۆ هەمی جڤاکان. لێ نەبوونا ڤێ پێدڤییا سەرەکی، جڤاکی دئێخنە دبن مەترسیا بەلاڤەبوونا کولێراییێدا. ژبۆ پەیداکرنا سیستەمەکێ گونجای و رێکوپێکی پاقژیێ و هاڤێتنا پیساییێ مرۆڤی د هەر دەڤەرەکێدا، فەرەجڤاک یێ هاریکار بیت (دشیاندایە نەخشەیێ دروستکرنا دەستاڤێن هەمەجور ل گورەی کەشێ هەمەجور ژ بەلاڤوکێن WHO وەرگرن- رێبەرێ گەشەپێدانێ ل سەر پاقژی و هاڤێتنا پیساییێ مرۆڤی*. هەروەسا سەحکە پاشکویێ(١) کودەربارەی دروست کرن و ئاڤاکرنا دەستاڤێن ساخلەم و گونجایینە.

---

* ئەڤ کتێبە ژ دانانا فرانسیس ر. پیکفورد، ریدی یە.

A guide to the development of on-site sanitation / WHO-1992.

فەرە خەلک بهێنە ئاگەهدارکرن و فێرکرن دەربارەی چەواتیا بکارئینا دەستاڤان، مەترسیا دەستاڤخوشکرنا ژدەرڤە (ل سەر عەردی، ل سەر ژێدەرێ ئاڤێ یان نێزیکی ژێدەرێ ئاڤێ). فەرە خەلک تێ بگەهن کو پشتی هەر دەستاڤخوشکرنەکێ دەستێن خو ب ئاڤێ و سابوٚنێ یان خولیێ بشوٚن و هەروەسا پیساییێ زاروکان ژی ب هاڤێنە ددەستاڤێدا.

هەردەمێ کومەکا خەلکی ل جهەکی خرڤە دبن وەکو د بوونەیێن خوشیێ یان نەخوشیێ دا، یان ژی ددەمێ ئاییردەیێن ئایینیدا...هتد. ڤێ دەلیڤێ بکەنە جڤاتەکا دانوستاندنێ ل سەر چەواتییا هاڤێتنا پیساییێ مروٚڤی و پاقژیێ و هەبوونا جهێن تایبەت و گونجای ژبوٚ دەست شویشتنێ وخوە پاقژکرنێ.

خشتە- ٥: بەرهەڤکرنا دەستاڤەکا بلەز ددەمێ تەنگاڤیێدا ددەمێ تەنگاڤییدا (هەتاکو دەستاڤێن باش و هەمیشەیی دهێنە ئاڤاکرن) دشیاندایە دەستاڤێن بەروەخت وەکو چالەکێ ژبوٚ هاڤێتنا پیسایێ مروٚڤی وبکارئینانا وێ وەکو دەستاڤ بکاربینن. ژبوٚ ڤێ چەندێ ژی فەرە چالەکێ بکوٚلن کووری یا وێ ٥٠ سم بن و درێژی و پانی ٣٠ سم X ٣٠ سم بن و یا فەرە ئەڤ چالە ب کێمی ٣٠ میتران ژ ژێدەرەکێ ئاڤا ڤەخوارنێ یا دویر بیت. ئەگەر دشیاندا بیت، فەرە ئەڤ چالە ٦ میتران ژ نێزیکترین مال یا دویر بیت. هەروەسا زور یا گرنگە کو ئەڤ چالە ل سەر چ گرکان نەبیت و ژ ئاستێ ژێدەرێ ئاڤێ بلندتر نەبیت و هند یاکویر ژی نەبیت کو بگەهتە ئاڤا بن عەردی. پشتی هەر بکارئینانەکێ فەرە تەخەکا ئاخێ بکەنە سەر و ددەمێ بەربەلاڤی یا کولێراییدا، فەرە ب تەخەکا کلسێ نەڤەمراندی (یێ ساخ) بهێتە نخافتن.

٣-٣: پاراستنا خوارنێ

مادەم خوارن ژی رێکەکا گرنگە ژبۆ ڤەگوهاستنا میکروبان، فەرە هەر وەلاتەک سیستەمەکێ گونجایی ژبۆ دروست کرن و کونترۆلکرنا خوارنێ بدانیت، ئەڤ سیستەمە ژی ب رێکا بەرنامەکێ نیشتیمانییێ پاراستنا خوارنێ دێ هێتە دانان. رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ ددەمێ هەبوونا گەفێن کولێراییێدا فەرە چالاکتربیت و پتر گرنگیێ و پویتەی بدەتە ڤان خالێن ل خوارێ:

- نەخوارنا خوارنێن خاڤ (ژبلی فێقی و زەرزەواتی نەخراب بووی، کو دشیاندایە ب باشی بشۆن و تویفکلی ل سەر راکەن و ئەگەر دەست دپاقژ بن چ مەترسی تێدا نینە).
- خوارنێ ب شێوەکێ تەڤاڤ و باش ب کەلینن.
- خوارنێ ب گەرمی بخۆن، یان ژی بەری بخۆن گەرم کەنەڤە.
- شویشتن و هشککرنا هەمی ئامانێن ژبۆ لێنان و رویکرنا خوارنێ هاتینە بکارئینان.
- لێنان و هەلگرتنا خوارنێ بلا ب شێوەیەکی بیت کو ئەگەرێن پیسبونێ دکێمتر بن،وەکو (ئامانێن خوارنا لێنای تێدا دجودابن - ددویر بن). ژوان ئامانێن خوارنەکا نەلێنای تێدا،هەروەسا فەرە ئامانێن شویشتی ژیێن نە شویشتی د جودا بن.
- پشتی ژ دەستاڤێ تەڤاڤی دبن یان دەستڤەدانا هەر تشتەکێ پیس، بەری خوارنێ دلێنن یان دخۆن و پشتی ژخوارنێ تەڤاڤ دبن، هەروەسا دەمێ

خوارنێ ددەنە زاروکان ژی، فەرە دەستێن خوە باش ب ئاڤ و سابۆنێ یان(خولیێ) بشۆن و پاقژ بکەن.

خوارنگەهـ و فروشیارێن گەروکێن خوارنێ، ددەمێ ڤەگرتن و بەربەلاڤبوونا نەخوشییێدا، جهێن باون ژبۆ مەترسییا بەلاڤبوونا کولێراییێ. لەوا پێدڤییە چاڤدێری یا کارمەندێن ساخلەمیێ و کارمەندێن پاراستنا ژینگەهێ ل سەر ڤان جهان خەستتر و توندتر بیت، دیفچوونەکا بەردەوام بۆ بکەن و د دەمێن سەرپێچییاندا، فەرە دەستەلاتا دائێخستنا ڤان جهان هەبیت.

هەرچەندە مێش و پێشییا رولەکێ گرنگ نینە دبەلاڤکەرن و ڤەگوهاستنا کولێراییێ دا، لێ هەبوونا مێشان ل هەر جهەکی، نیشانا رەوشەکا خرابا پاقژی و ساخلەمیێ یە ل وی جهی. ئەڤە ژی دبیتە ئەگەرێ هندێ کو ئەگەرێ ڤەگوهاستنا نەخوشیێ بهێزتر بیت.

خشته– ٦: بنگەهێن WHO ژبۆ ساخلەمی یا ژینگەهێ

هەر پێزانینەک یان هاریکارییەکا دەربارەی دابینکرنا ئاڤێ و ئاڤرێژیێ (سۆلینان) تو بخوازی هەڤبەندیێ ب ڤان بنگەهێن ل خوارێ بکە.

- Regional Center for Environmental Health Activites (CEHA) P.O.Box 926967, Amman, Jordan.
- Center for Promotion of Environment Planning and Applied Sciences (PEPAS). P.O.Box 12550, Kuala Lumpur 50782, Malaysia.
- Centro Panamericano de Ingenieria Sanaitariay Ciecias del Ambiente (CEPIS). Casilla 4337, Lima 100, Peru
- WHO Collaborating Center for Environmental and Epidemiological Aspects of Diarrheal Diseases, Department of Epidemiology and population Sciences.London School of Hygiene and Tropical Medicine. Kepple Street. London WC IE 7HT. England
- WHO Collaborating Center for Water Quality and Human Health Robens Institute.University of Surrey. Guildford Surrey GU2 5XH, England

  Or

- Community Water Supply and Sanitation. World Health Organization. 1211 Geneva, Switzerland

(٤)

خۆبەرهەڤکرن ژبۆ بەرسینگگرتنا بەلاڤبوونا کولێرایێ

هەبوونا بەرنامەیەکی ب هێز ژبۆ کونترۆلکرنا نەخۆشیێن زکچوونێ (CDD) باشترین رێکا خۆبەرهەڤکرنێیە دژی بەلاڤبوونا کولێرایێ ل دەڤەرێن نە توشبووی و هەروەسا ل وان دەڤەرێن تۆشبووی و مەترسییا دووبارە تۆشبوونێ لێ هەی. لێ ل سەر ئاستەکێ دۆمدرێژ، دابینکرنا ئاڤا پاقژ وگرنگیدان ب ئاڤرێژیێ و هاڤێتنا پیساییێ مرۆڤی، باشترین رێکا خۆپاراستنێیە ژ نەخۆشی یا کولێرایێ.

زێدەباری ڤێ چەندێ ژی ددەمێ بەربەلاڤبوونا کولێرایێ دا، باشترین شێوازێ کونترولکرنێ ئەوە کو کەسێن تۆشبووی بلەز بهێنە دەسنیشانکرن و چارەسەرکرن و بلەز بزاڤێن رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ و ئاگەهدارکرنا خەلکێ جڤاکی رولەکێ باش بگێریت. دجڤاکێن خۆبەرهەڤ نەکریدا، دویر نینە کولێرا ببیتە ئەگەرێ مرنا ٥٠ % ژحالەتێن دژوارێن تۆشبوونێ.

لێ ئەگەر دەزگەهێن ساخلەمیێ درێکخستی بن، وەکو هەبوونا کارمەندێن شارەزا و پێدڤییێن چارەسەرییا نەخۆشان، رێژەیا مرنا کەسێن تۆشبوویی ژ١% کێمترە. د پەرەگرافێن (٤–١ هەتا ٤–٣)دا، دێ بەحسی لایەنێن فەر و گرنگێن خۆبەرهەڤکرنێ کەین ژبۆ بەرسیگگرتنا نەخوشێن زکچوونێ و بەربەلاڤبوونا کولێرایێ.

٤-١: مەشقكرن ل سەرچارەسەركرنا وان نەخۆشێن تۆشی زكچوونەكا دژوار بووین

یەک ژچالاكیێن بەرنامێ نەتەوەییێ كونترۆلكرنا نەخۆشییێن زكچوونێ، سازدان و ڤەكرناخولێن تێروتەسەلێن راهێنانەكا بەردەوامن ژبۆ نوژدار و كارمەندێن ساخلەمیێ ئەوێن دوارێ چارەسەریا نەخۆشییێن زكچونێدا كاردكەن رێكخراوا ساخلەمیا جیهانی WHO هەمی پێدڤییێن ڤان خولێن راهێنانێ دابینكرینە و پویتەكێ زور دایە لایەنێن پراكتیكی و هەلسەنگاندن و چارەسەركرنا نەساخییێن زكچوونێ *

هەلسەنگاندن ورێكێن چارەسەركرنا كولێرایێ دبنەكوكا خوەدا وەكو رێكێن چارەسەرییا زكچوونێیە (سەحكە پاشكوییێ– ٢).

٤-٢: عمباركرنا پێدڤی یێن تایبەت دەمێ تەنگاڤیێدا

ژبۆ هندێ كو كاردانەوەیەكا بلەز ل هەمبەر بەلاڤبوونا كولێرایێ هەبیت و رێ ل بەر مرنا خەلكی بهێتە گرتن، فەرە هەمی پێدڤییێن تەڤاڤ و گرنگ بۆ هەمی دەزگەهێن ساخلەمیێ بهێنە دابینكرن، نەمازە ژیناڤ (مغدی) و ئاڤا سێلانێ و دەرمانێن زیندەدژ (ئەنتی بایوتیک).

---

* خولێن راهێنانێ ل سەر چارەسەرییا زكچوونێ: رێبەرێ ئەنجامدانا خولێن راهێنانێ ل بنگەهێن ساخلەمیێ و نەخۆشخانێن بچویك جنێڤ، رێكخراوا ساخلەمی یا جیهانی/ ١٩٩٠

(بەڵگە یێن نەبەلاڤكرینە WHO/ CDD/ EFR/ 90.2). د شیاندایە ژ بەرنامەیێ كونترۆلكرنا نەساخی یێن زكچوونێ بهێتەخواستن ل سەر ڤی ئەدرەسێ ل خوارێ: WHO, 1211, Geneva 27, Switzerland

ددەمێ بەربەلاڤبوونا کولێراییدا، ژنشکەکێڤە پێدڤی یا جڤاکی بۆ ڤان پێداویستییان زێدەتر لێ دهێت، ئەڤجا وەکو خۆبەرهەڤکرنەک ژبۆ دەمێن بەلاڤبوونا کولێرایێ، فەرە چەنداتییەکا زێدەبار ژ ڤان پێداویستییان د عمبارێن دەرماناندا دیار بکەن بۆ دەمێن فەر و پێدڤی. ئەڤ پێداویستییێن وەکو یەدەک ددەزگەهێن ساخلەمییێدا دهێتە هلگرتن یان پاش ئێخستن، فەرە ل بنگەهێن سەرەکی یێن بەلاڤکرنێ و ل دەزگەهێن لاوەکی و ئەو دەزگەهێن ل سەر ئاستێ دەڤەرێن دویر و گوندان دهێنە دانان، بهێنە هەلگرتن ژبۆ بکارئینانا وان درەوشێن تەنگاڤ و پێدڤیدا.

ئەڤ پێداویستییێن یەدەک، چەنداتییەکا زێدەبارە ژپێدڤیێن روژانە ددەمێن سروشتیدا. عمبارکرنا ڤان پێداویستییان نە ژبۆ کولێرایێ ب تنێیە، بەلکو هەر رەوشەکا ژنشکاڤە پەیدا ببیت و پێدڤی ل سەر ڤان پێداویستییان زێدەتر لێ بهێت، ئێکسەر دێ هێنە بکارئینان. ئەڤ پێداویستییێن یەدەک، ل عمبارێن سروشتی دگەل دەرمانێن دی د هەلگرتینە، ئەڤجا ژبۆ هندێ کو دەمێ کاریگەرییا دەرمانان ب سەرڤە نەچیت، فەرە دکارئینانا روژانەدا دگەل دەرمانێن نویتر بهێنە گوهورین وهەردەم ئەڤ دەرمانێن یەدەک دچالاک و کاریگەر بن. (ژبۆ زانینا رینمایی یێن دیارکرنا چەنداتییا پێدڤی، سەحکە پشکا ٥-٤).

٤-٣: دیفچوون وچێکرنا راپورتان

هەبونا سیستەمەکێ باش ژبۆ دویفچوونا نەساخیێ، کارێ دەسنیشانکرنا کولێرایێ ب ساناهیتر لێ دکەت، نەمازە دەمێ روژانە حالەتێن زکچوونێ ژلایێ بنگەهێن ساخلەمیێ و کارمەندێن ساخلەمییڤە دهێنە تۆمارکرن، چ ددەزگەهاندا بیت یان ژی دجڤاکیدا بیت.

فەرە گومانا بەلاڤبوونا کولێرایێ ل دەف کارمەندان پەیدا ببیت ئەگەر:

- هشکبوونەکا دژوار ل زارۆکەکێ پینج سالی و پێهەل بیت، یان مرنا ژ ئەگەرێ زکچونەکا وەکو ئاڤێ.

- ژنشکەکێڤە هژمارا حالەتێن زکچوونا وەکو ئاڤێ زێدە ببیت، ب تایبەتی ئەگەر زکچوون وەکو ئاڤا برنجی بیت کو نیشانا کولێرایێ یە.

ل دەمێ ئەڤ گوهورینە ل نەساخی یێن زکچوونێ پەیدا دبن، فەرە کارمەندێن ساخلەمیێ بێ گیروبوون و بلەز دەزگەهێن ساخلەمیێ ل دەڤەرێ پێ ب حەسینن، ئەگەر دشیاندا بیت ب تێلەفونێ یان رادیویا دەڤەرێ (F M) دەزگەهان پێ ئاگەهدار بکەن. ددەمێ ئاگەهدارکرنێدا فەرە ب دروستی و ئاشکرایی ناڤ، ئەدرێس، ژی و رۆژا دەسپێکا تۆشبوونا هەر نەخوشەکی ل سەر راپورتێ بهێتە دیار کرن.

پێدڤییە رێکخراوێن جەماوەری و زانایێن ئایینی و خوێندکار وئەندامێن دی یێن جڤاکی بهێنە هاندان و پالدان کو هاریکاری یا لێگەریان و دیتنا حالەتێن نەساخیێ بکەن و ئاگەهداری یا جهێن پەیوەندیدار بکەن.

ئەگەر ئەڤ ئاگەهداری و پێزانینە ژ جهەکی هاتن کو بەری نهۆ کولێرا لێ نەبوو بیت، فەرە لێنێرینێن بەکتریایی و یێن لێگەریانێ ل وێ دەڤەرێ دابین بکەن ژبۆ دەستنیشانکرن و زانینا ئەگەرێ سەرەکیێ ڤێ بەربەلاڤبوونێ. پێدڤییە دەملدەست ئاگەهداری یا رێڤەبەرێ نیشتمانیێ بەرنامێ کونترۆلکرنا زکچوونێ و یەکەیا کونترۆلکرنا نەساخی یێن ب ڤەگر بهێتە کرن ژبۆ کارکرنێ و دەسپێکرنا پێنگاڤێن کونترۆلکرنا بەلاڤبوونا نەخوشیێ.

(٥)

کاردانەوەیا سەرەتایی یا ژبۆ گەفا بەربەلاڤبوونێ

(هەوارهاتنا دەستپێکێ)

ئەو وەلاتێن بەرنامەیەکێ تەڤاڤ و رێکوپێک یێ کونترۆلکرنا نەساخییێن زکچوونێ CDD هەی، نوژدار و کارمەندێن شارەزا و ب سەربۆر هەنە، سیستەمەکێ لێگەریانا نەخۆشییان هەیە، پێدڤیێن چارەسەرکرنێ ل دەزگەهێن ساخلەمیێ هەنە و زێدەباری ڤێ چەندێ ژی، بەرنامەکێ چالاک و کاریگەر یێ رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ ب بەردەوامی و ب بەربەلاڤی هەیە.

هەمی بەرنامە ل وەزارەت و پشکێن جودا جودایێن حکمەتێ، ب هەڤکاری کار دکەن ژبۆ دابینکرنا ئاڤا ڤەخوارنێ، پاقژی و خوارنەکا پاقژ و ئێمن. دەمێ کولێرا بەلاڤە دبیت، فەرە ئەڤ چالاکییە زێدەتر و کاریگەرتر بن ژبۆ کونترۆلکرنا نەساخیێ. ئەگەر پێدڤیێن کونترۆلکرنا کولێرایێ و نەخۆشیێن دییێن زکچوونێ ددابینکری نەبن، فەرە ب زویترین دەم بهێنە دابینکرن.

زێدەباری ڤێ چەندێ، هەمی پێزانینێن د برگەیێن ٥-١ هەتا ٥-٥) دا هاتین ژبۆ ڤێ مەرەمێ دفەر و گرنگن.

٥-١: راگەهاندن ل گورەی یاسایا نێڤ نەتەوەی یا رێکخستنا ساخلەمیێ

ل گورەی یاسایا نێڤ نەتەوەیی یا رێکخستنا ساخلەمیێ ١٩٦٩* کولێرا ئێکە ژ سێ نەساخی یێن کو فەرە WHO یا پێ ئاگەهدار بیت. هەر دەمێ گومان ل نەساخەکی هاتە کرن کو کولێرا یا لێ، فەرە ئێکسەر دەستەلاتا ساخلەمی یا دەڤەرێ ئاگەهداری یا WHO بکەت و ب زویترین دەم ب ئەنجامێن لێنێرینا تاقیگەهێ ئاگەهدار بکەت.

ل هەر دەڤەرەکا کولێرا لێ بەلاڤ، پێدڤییە دەستەلاتێن ساخلەمیێ هەر هەفتیێ راپورتەکێ بدەنە WHO ، دڤێ راپورتێدا (ب کێمی) فەرە هژمارا حالەتان و هژمارا ئەوێن مری و سەرجەمێ گشتیێ هەمی حالەتان د وێ سالێدا تۆمار بکەن و ئەڤ تۆمارکرنە ژی فەرە ل گورەی دەڤەرێن جوداجودا بیت. هەروەسا یا فەرە پێزانینێن دەربارەی تەمەنێ جودا جودایێ تۆشبوویيان و ئەوێن ل خەستەخانێ هاتینە نڤاندن بهێتە پێشکێشکرن. ئەڤ پێزانینە ژی پێدڤییە راستەوخو بۆ بنگەهێ WHO ل دەڤەرێ و بنگەهێ سەرەکیێ WHO ل جنێڤ بهێنە ئاراستەکرن (تلکس ٤١٥٤١٦ یان تلیفاکس ٧٩١٠٧٤٦-٢٢-٤١).

دەمێ تازە کولێرا ل دەڤەرەکێ پەیدا دبیت، ل گورەی رینمایی یێن جیهانی یێن ساخلەمیێ، پێدڤییە (ل گورەی شیانان) ب زویترین دەم ژ ئەنجامێن لێنێرینێن تاقیگەهێ پشتراست بن. هەردەمێ پشتراست ببن کو کولێرا ل دەڤەرێ هەیە، ئێدی پێدڤی ناکەت هەمی حالەتێن گومانلێکری ب هنێرنە تاقیگەهێ ژبۆ لێنێرینێ، نە راپورتێن ئاگەهدارکرنێ و نە چارەسەری یا ڤان جۆرە نەساخێن گومانلێکری

* International Health Regulation (1969), 3rd. ed. Geneva, WHO, 1983.

هەوجەی ئەنجامێن تاقیگەهێ نابن. لێ ژبۆ کونترۆلکرن و دیفچوونا بەلاڤبوونا کولێرایێ، هندەک حالەتێن کێم ب هنێرنە تاقیگەهێ ژبۆ لێنێرینێ.

خشتە– ٧ : حالەتێن کولێرایێ ئەوێن کو فەرە ب شێوەیێ نێڤ نەتەوەیی بهێنە راگەهاندن

گومان ل حالەتەکێ کولێرایێ دهێتە کرن دەمێ:

- ل دەڤەرەکێ کو کولێرا لێ نەبیت، ئەگەر زارۆکەکێ پێنج سالی یان پتر تۆشی هشکبوونەکا دژوار ببیت یان ژی ژبەر زکچوونەکا دژوارا وەکو ئاڤێ مر بیت.
- ل دەڤەرەکێ کو کولێرا یا لێ بەربەلاڤ، ئەگەر زاروکەکێ پێنج سالی یان پتر تۆشی زکچوونەکا دژوارا وەکو ئاڤێ ببیت (ڤەرەشیان دگەلدا بیت یان نەء).

ل هەبونا حالەتەکێ کولێرایێ پشتراست دبن دەمێ:

- بەکتریا کولێرایێ O1 د پیسابییێ نەساخەکێ زکچوونێدا دهێتە دەسنیشانکرن.

* ژبۆ چارەسەرکرنا حالەتێ زکچوونەکا دژوارا وەکو ئاڤێ ل دەڤەرەکا کولێرا لێ، فەرە گومانا کولێرایێ ژ هەر زاروکەکێ دووسالی یان پتر بکەن. سەرەرایێ ڤێ چەندێ ژی، بەحسکرنا هەمی حالەتێن زکچوونا دژوار د ژیێ ٢– ٤ سالیێ دا، تایبەتمەندی یا راپورتێ کێمتر لێ دکەت.

جهێ داخێیە کو هندەک وەلات ژبەر ئەگەرێن بازرگانی و هاتوچوویا هەڤوەلاتییان، هەبوونا کولێرایێ ئاشکرا ناکەن، لێ یا پێدڤییە لایەنێن بەرپرس بزانن کو دانپێدان ب هەبوونا کولێرایێ، دێ دانوستاندنا ل سەر نەهێلانا سەفەرکرنێ و بازرگانییێ و

چەواتییا پەیداکرنا هاریکاری و پشکدارییەکا نێڤ نەتەوەیی ژبۆ کونترۆلکرنا کولێرایێ ب ساناهیتر لێ کەت.

٥-٢: لیژنا نەتەوەیی یا تەنسیقێ

بەرنامێ کونترۆلکرنا نەخۆشیێن زکچوونێ بەرپرسە ژئەنجامدانا هەمی چالاکی یێن هەڤبەند ب کونترۆلکرنا کولێرایێڤە و ئەڤ بەرنامەیە ژلایێ رێڤەبەرەکێ بەرنامەی دهێتە ب رێڤەبرن. ژبۆ بەرسینگگرتنا ئاکامێن بەلاڤەبوونا کولێرایێ، فەرە لیژنەکا تەنسیقا نیشتیمانی بهێتە دانان و کەسانێن شارەزا و خودان بریار ژ دەزگەهـ و وەزارەتێن جودا جودا تێدا ئەندام بن، داکو بیاڤێن چالاکی یێن ددەمێن پێدڤیدا فرەهتر و کاریگەرتر لێبکەن و هەردەم دئامادە بن کو دیفچوون و چارەسەری یا هەر ئاریشەکا بوویی بکەن. ئەرکێن ڤێ لیژنا تەنسیقا نیشتمانی ژی ژ ڤان خالێن ل خوارێ پێک دهێت:

- خۆبەرهەڤکرن ژبۆ بەرسینگگرتنا بەلاڤبوونا نەساخیێ.
- تەنسیقکرن دناڤبەرا دەزگەهـ و پشکێن جوداجودا دا.
- رێکوپێککرن و رێکخستنا کارێن دەڤەرۆکی و نێڤ نەتەوەیی.
- خرڤەکرنا پێزانینا و نڤیسینا راپورتێن دەربارەی حالەتێن مرنێ و حالەتێن تۆشبوونێ ب کولێرایێ.
- رێکخستن و دابینکرنا هەر راهێنانەکا پێدڤی ژبۆ بەرنامەی.
- دابینکرن وعمبارکرن و دابەشکرنا هەمی پێدڤی یێن پروژەی.
- ب جهئینان و سەرپەرشتیکرن و چاڤدێری و هەلسەنگاندنا هەمی چالاکی یێن بەرنامێ کونترۆلکرنا نەساخیێ.

ل گورەی قەبارێ وەلاتی و پێکهاتەیێ سیستەمێ خزمەتێن ساخلەمیێ، دشیاندایە هەمان لیژنەیا تەنسیقێ ل سەر ئاستێ کێمە نەتەوە و دەڤەرێن بچویک ژی بدانن. ل هندەک وەلاتان، ل شوینا لیژنا تەنسیقێ، لیژنەیا نەتەوەیی ژبۆ تەنگاڤیێن ساخلەمیێ هەیە و کارێ ڤێ لیژنێ ئەوە کو هەرئاریێشەکا ژنشکاڤە پەیدا ببیت، ل دویف بچیت و کونترۆل بکەت. فەرە ریڤەبەرێ بەرنامێ کونترۆلکرنا نەساخی یێن زکچوونێ د ڤێ لیژنێدا ئەندام بیت ژبۆ تەنسیق و ب ساناهیکرنا بزاڤ و چالاکی یێن کونترۆلکرنا کولێرایێ.

ئەگەر ئەڤ لیژنەیە ل وەلاتەکی نەبوو، ل دەمێ هەبوونا گەفێن بەلاڤبوونا کولێرایێ، فەرە لیژنەیەکا تایبەت ژ وەزارەتێن پەیوەندیدار بهێتە چێکرن کو شیانێن بریاردانێ و دەستەلاتێ هەبن، ژبۆ ب جهئینان وریکخستنا وان چالاکی یێن مە ل سەلال بەحس کرین.

٥-٣: تیمێن گەرۆکێن کونترۆلکرنێ

ئەگەر کولێرا ل وەلاتەکی پەیدا ببیت و ڤی وەلاتی پێدڤی یێن تەڤاف یێن ساخلەمیێ لێ نەبن یان سەربۆرەکا کێم هەبیت د بیاڤێ کونترۆلکرنا نەخۆشییاندا. پێدڤییە تیمێن گەرۆک ل سەر ئاستێن نەتەوەیی، وەلات، باژێر و کومەلگەهان بهێنە چێکرن و فەرە راهێنانێ ل سەر ڤان خالێن ل خوارێ بکەن:

- چێکرن و دامەزراندنا بنگەهێن بەروەخت ژبۆ چارەسەریێ.
- چەواتییا چارەسەرکرنا حالەتێن نەساخیێ ژلایێ کارمەندێن ساخلەمیێ ڤە.
- سەرپەرشتیکرنا ریکێن گونجایی یێن پاقژییا ژینگەهێ و جڤاکی.
- ئەنجامدانا چالاکی یێن رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ و بەلاڤکرنا پێزانینێن فەر ل سەر جڤاکی ژبۆ تەناکرنا خەلکی و دویرکرنا وان ژ ترسێ.

- ئەگەر دشیاندا بیت ڤەکولینەکێ ل سەر شێوازێ بەلاڤەبوونا نەساخیێ بکەن.

- کۆمکرنا نمونەیێن پیسایی یا مرۆڤی و نمونەیێن دژینگەهێدا وەکو خوارنەکا گومانلێکری و هنارتنا ڤان نمونەیان بۆ تاقیگەهەکا تایبەت ب بەکتریولوژییێڤە ژبۆ دەستنیشانکرنا جۆرێ بەکتریایێ.

- دابینکرنا هەمی پێداویستی یێن فەر و گەهاندنا وان بۆ بنگەهـ و دەزگەهێن ساخلەمیێ و تاقیگەهان.

پێدڤییە هەمی ئەندامێن تیمێن گەرۆک (کو ژ کارمەندێن ساخلەمی یا جڤاکی و خەستەخانە و تاقیگەهـ و جهێن دیتر پێک دهێن) پێکڤە کۆم ببن و دانوستاندنێ ل سەر چالاکی یێن ددەمێ تەنگاڤیادا، ئەرکێن سەرەکی یێن هەر ئەندامەکی، جهێ دەسنیشانکریێ هەر تیمەکێ و رەوشا تیمێ ژلایێ پێدڤی یێن خزمەتگوزاریڤە بکەن.

٥-٤: ئالاڤ و پێدڤی یێن بەرنامەی

پێدڤییێن هەلگرتی (یەدەک) ژدەرمان و ئالاڤێن دیتر فەرە بەری بەلاڤبوونا نەخوشیێ د بەرهەڤ یان عمبارکری بن (سەحکە پەرەگرافێ ٢- ٤). گرنگە کو سیستەمەکێ کاریگەرێ چاڤدێریێ و ئالوگورکرنا ماددەیان و چاککرنەڤەیا کیماسییان هەبیت. فەرە هەمی پێدڤییێن دەمێ تەنگاڤییا ددەسنیشانکری بن و کەسێن شارەزا و بسپور ل سەر دابینکرن و بەلاڤەکرنا وان بەرپرس بن. لیژنا نەتەوەیی یا تەنسیقێ بەرپرسە ژکونترۆلکرن و وەرگرتنا هەر تشتەکێ ژ دەزگەهـ و رێکخراوێن بیانی دهێتە هنارتن، ل دەمێن پێدڤی باشترە سیستەمەکێ مەرکەزی هەبیت ژبۆ تۆمارکرن و وەرگرتن و دابەشکرنا وان پێدڤییان ژبۆ کو دووبارە نەهێنە داخوازکرن یان تۆمارکرن. دەرمان و پێداویستی یێن فەر بۆ (١٠٠) حالەتێن کولێرایێ (دخشتەیێ– ٨)دا هاتینە دیارکرن.

ژبۆ حسابکرنا حالەتێن تۆشبوویی ل وەلاتەکی یان ل دەڤەرەکێ، رێژەیا تۆشبوونێ دێ ب 0.2 % هێتە حسابکرن، ئانکو (د هەر ١٠٠,٠٠٠ کەسێن جهواردا، دبیت ٢٠٠ کەس تۆش ببن). لێ ل دەڤەرەکا کولێرا ب دژواری لێ بەلاڤبوویی، رێژەیا تۆشبوونێ دگەهتە 1 % یان پتر، دویر نینە ژی ل هندەک جهان بگەهتە ١٠- ٢٠%.

ل وان دەڤەرێن رێژەیا تۆشبوونێ ب ٠,٢% دهێتە حسابکرن، فەرە چەنداتییەکا باش ژ دەرمان و پێدڤی یێن کونترۆلکرنێ بۆ چەند هەفتی یێن ئێکێ دابین بکەن و دگەل ڤێ چەندێ ژی، فەرە هەولدان دبەردەوام بن ژبۆ دابینکرنا هندەک پێدڤی یێن دیتر بۆ دەمێن داهاتی.

خشتەیێ- ٨ : کێمترین پێداویستی یێن چارەسەرکرنا ١٠٠ حالەتان ل دەمێ بەلاڤەبوونا کولێرایێ

پێدڤی یێن نەهێلانا هشکبوونا لەشی*

- ٦٥٠ پاکیتێن ژیناڤێ- ORS (هەر پاکیتەك بۆ لیترەکا ئاڤێیە).
- ١٢٠ بوتلێن رینگر لاکتێت ** (هەر بوتلەك لیترەکە دگەل سێتا تایبەت ب دانێ).
- ١٠ تەخمە- سێتێن ژبۆ خوینوەرینکێن سەری (سکالب ڤین) (٣,. ملم).
- ٣ سوندەیێن دفن– ئاشکی (OD) (٣,٥ ملم) ID (٠,٣ ملم)، (١٦فرێنج)، ٥٠ سم درێژ ژبۆ مەزنان.
- ٣ سوندەیێن دفن– ئاشکی (OD) (٢,٧ ملم) ID (١,٥ ملم)، (٨ فرێنج)، ٣٨ سم درێژ ژبۆ زاروکان.

دەرمانێن زیندەدژ (ئەنتی بایوتیک):

ژبۆ مەزنان:

- ٦٠ کەپسولێن دوکسی سایکلین ١٠٠ ملگم (بۆ هەر نەساخەکێ ب دژواری هشکبوویی سێ کەپسول). یان
- ٤٨٠ کەپسولێن تێتراسایکلین ٢٥٠ ملگم (بۆ هەر نەساخەکێ ب دژواری هشکبوویی ٢٤ کەپسول).

ژبۆ زاروکان:

- ٣٠٠ حەبکێن بەکتریم () بۆ هەر نەساخەکێ ب دژواری هشکبووی ١٠ حەبك. لێ ئەگەر پلانەك هەبیت ژبۆ دانا دەرمانانێن خۆپاراستنێ بۆ کەسێن نەتۆشبوویی هەبیت، پێدڤییا دەرمانان بۆ چوار کەسێن نێزیکی نەساخەکێ ب دژواری هشکبووی (ژبۆ نێزیکی ٨٠ کەسان) دابین بکە:

٢٤٠ کەپسولێن دوکسی سایکلین ١٠٠ ملگم (بۆ هەر کەسەکی ٣ کەپسول).

١٩٢٠ کەپسولێن تێتراسایکلین ٢٥٠ ملگم (بۆ هەر کەسەکی ٢٤ کەپسول).

هندەک پێدڤی یێن دی یێن چارەسەرکرنێ:

- دوو ئامانێن مەزن دا ژیناڤێ تێدا چێکەن (هەر ئامانەك ژ ٥ هەتا ١٠ لیتران هات بیتە نیشانکرن).
- بیست بوتلێن یەك لیتری د ڤالا بن دا ژیناڤێ تێدا چێکەن.
- بیست بوتلێن نیڤ لیتری دا ژیناڤێ تێدا چێکەن.

- چل پەرداخێن ٢٠٠ مل.
- بیست کەفچکێن خوارنێ.
- پێنج کیلوگرامێن پەمبی.
- سێ پلاستەر.

* ئەڤ پێدڤییە تێرا (٢٠ نەساخان دکەن) ئەگەر سێلانێ ب رێکا بۆرییێن خوینێ و پاشی ژیناڤێ ب رێیا دەڤی بدەنێ. لێ ئەگەر ژیناڤێ ب تنێ بدەنێ تێرا (٨٠ کەسان دکەن).

** ئەگەر رینگەر لاکتێت نەبیت، نورمال سەلاین بکار بینە.

٥-٥: بنگەهێ چارەسەرکاری یا تەنگاڤییان

ب ساناهی ئێخستنا چارەسەرییا کولێرایێ، گرنگترین چارەسەرییە ژبۆ کونترۆلکرنا کولێرایێ. ئەڤە ژی راماناوێ ئەوە کو چارەسەرییا چالاک و کاریگەر دێ گەهتە بەر دەستێ پرانی یا نەساخان. ب ڤێ چەندێ ژی، دێ رێژەیا مرنێ کێمتر لێ هێت یان هەر نامینیت و ترسا خەلکی ژی ژ ڤێ نەخۆشییێ دێ ڤەرەڤیت. دشیاندایە پرانی یا نەساخان ل بنگەهێن ساخلەمیێ چارەسەر بکەن، نەمازە ئەگەر دەرمانێن زیندەدژ و ماددەییێن هشک نەبوونا لەشی هەبن (ژیناڤ-ORS و سێلان). هەروەسا ئەگەر کارمەندێن شارەزا و بسپورێن چارەسەرکرنا نەخۆشی یێن زکچوونێ هەبن و راهێنان ل سەر کر بیت، کار دێ ب ساناهیتر بیت.

ئەگەر پێداویستی یێن چارەسەرکرنێ و کارمەندێن شارەزا ل ڤان بنگەهان نەبوون، یان ژی هژمارا نەساخان ژ شیانێن ڤان بنگەهان پتر بیت، فەرە ئێکسەر هندەک لیژنێن چارەسەرکرنا تەنگاڤییان دابنن و ژبۆ ڤان لیژنێن بەروەخت، مفای ژ ئاڤاهی

یێن خواندنگەهان، خیڤەتگەهان، کەپروکولکان وەربگرن و پێدڤی یێن گرنگ و کارمەندێن شارەزا بۆ ڤان بنگەهان بەرهەڤکەن.

ئەڤ لیژنەیە دهێنە دانان ژبۆ پێشکێشکرنا چارەسەرییەکا بلەز و کاریگەر بۆ پترترین هژمارا نەساخان و نابیت چ نەساخان ڤەدەرکەن، چونکو ڤەدەرکرنا نەساخان چ کاریگەرییا خوە ل سەر بەرسینگگرتن و کونترۆلکرنا نەساخیێ نینە. هەرچەندە باشترە کو تێکهەلییا دگەل نەساخان کێمتر لێبکەن و دەوروبەر کێمتر سەرەدەریێ دگەل بکەن، لێ ئەڤە رامانا وێ ئەو نینە کو رێکێن موکمێن خوە ژێ دوورکرنێ بکاربینن وەکو بکارئینانا ماسکا و دەستگورکا و جلکێن تایبەت ژبۆ کارمەندێن ساخلەمیێ، دەمێ سەرا خێزانەکێ ددەن یان سەرەدەریێ دگەل نەساخەکی دکەن.

فەرە وەکو هەر بنگەهەکێ دی یێ ساخلەمیێ ژبۆ چارەسەرکرنا نەساخی یێن بڤەگر، ڤان بنگەهان ژی جهێن دەست شویشتنێ بۆ کارمەندان و مێڤانێن بنگەهی هەبن و هەروەسا گەلەک گرنگە کو جهێن ئێمن ژبۆ هاڤێتنا پیساییێ مرۆڤی و دەستاڤخۆشکرنێ و ڤەرەشیانێ هەبن (سەحکە پەرەگرافێ ٧- ٢).

(٦)

چارەسەرکرنا نەساخی یا کولێرایێ

دەستنیشانکرنا نەساخیێ کریارەکا گرنگە ژبۆ دەسپێکرنا بلەزا چارەسەریێ و کێمکرنا پیسبوونا ژینگەها جڤاکی و بەرسینگرتنا بەلاڤەبوونا کولێرایێ. د ڤان حالەتاندا فەرە گومانا تۆشبوونا کولێرایێ بکەی:

- هەر نەساخەکێ دسەر ژیێ پێنج سالییدا، ئەگەر تۆشی هشکبوونەکا دژوار ببیت ژئەگەرێ زکچوونەکا دژوارا وەکو ئاڤێ (دپرانی یا جاراندا ڤەرەشیان دگەلدایە).
- هەر نەساخەکێ دسەر ژیێ دوو سالییدا، ئەگەر زکچوونەکا دژوارا وەکو ئاڤێ بۆ پەیدا ببیت ل دەڤەرەکا کولێرا لێ بەربەلاڤبوویی.

هەروەسا دەسنیشانکرنا بلەزا نەساخان دبیتە ئەگەرێ دەسنیشانکرنا وان کەس و ئەندامێن دی یێن نێزیکی نەساخی و سەرەدەریێ دگەل دکەن، ئەڤە ژی دبیتە هاریکارەک ژبۆ دەستنیشانکرنا چەواتییا بەربەلاڤبوونا کولێرایێ. ئەڤجا دشیاندایە چالاکی یێن کونترۆلکرنێ ل گورەی پێزانینان باشتر و سەرکەفتی تر ب جهبینن. هندی دشیاندابیت، پێدڤییە نەساخان بلەز چارەسەر بکەن، ژبۆ کو رێ ل دابەزینا فشارا خوینێ (شۆک) بگرن. ژبۆ ڤێ چەندێ ژی، فەرە هەمی کەسێن تۆشبووی یێن کولێرایێ، چارەسەرییا خوە ژ کارمەندێن شارەزایێن ساخلەمیێ وەرگرن. ددەمێ بەربەلاڤبوونا نەساخییدا، ئەگەر هژمارا نەساخان پتر بیت ژ هژمارا پێدڤی یا کارمەندێن ساخلەمیێ، فەرە ل بنگەهێن ساخلەمیێ، نەساخان ب شێوازێ گروپان

خرڤەکەن، ئەڤ گروپکرنە ژی دێ کریارا چارەسەرکرنێ ب ساناهیتر ئێخیت و هەروەسا دێ رێ ل پیسبوونا ژینگەهێ ژی گریت، داکو کولێرا پتر د جڤاکیدا بەلاڤە نەبیت

٦-١: چارەسەرکرنا هشکبوونێ

(رپساندنا لەشی- ڤەگەراندنا قەبارێ ئاڤوخوینا لەشی):

د نەساخێن کولێراییێدا، زکچوون و ڤەرەشیان دبنە ئەگەرێ هشکبوونێ، زێدەبوونا ترشاتییا خوینێ و کێمبوون یان ژدەستدانا پوتاسیومێ دخوینێ دا، ئەڤ ئەنجامە ژی ژ ئەگەرێ ژدەستدانا ئاڤوخوییا لەشی ب رێکا زکچوونێ پەیدا دبن. چارەسەرکرنا هشکبوونێ ژ گەرەوتەژیکرنا ئاڤوخوییا لەشی پێک دهێت، ئانکو چەند ئاڤوخوێ هاتییە بەرزەکرن، هندێ بدەنێ کو ڤەگەریتەڤە سەر قەبارەیێ خوە یێ جاران دلەشیدا. ژبەرکو هندەک جاران بلەز و دماوەیەکێ کورتدا، چەنداتییەکا زور ژ ئاڤوخوییا لەشی دهێتە بەرزەکرن، لەوا ل دەمێ دانا شلەمەنیان یان پشتی چارەسەرکرنێ، فەرە رەوشا هشکبونێ دووبارە بهێتە هەلسەنگاندن و فەرە ئەڤ هەلسەنگاندنە یا بەردەوام بیت هەتاکو زکچوون رادوەستیت. ل وی دەمێ نەساخی بەرهەڤ دکەن کو بگەهیننە دەزگەهەکێ ساخلەمیێ، فەرە ئێکسەر شلەمەنی یێن ڤەخوارنێ ب شێوەیەکێ زێدەتر بدەنێ، وەکو خوێئاڤا شەکرکری یان هەر شلەمەنییەکێ دی یێ دمالدا هەبیت (وەکو ئاڤێ). ئەڤە ژی ژبۆ هندێیە کو نەساخ ب رێڤە هشک نەبیت یان ژی کریارا هشکبوونێ گیرو ببیت هەتاکو دگەهتە دەزگەهێ ساخلەمیێ. سەرەرای ڤێ چەندێ ژی، ئەڤ کریارە نەرێکێن تەڤاڤ و گونجایینە ژبۆ چارەسەرکرنا هشکبوونەکا ژ ئەگەرێ زکچوونەکا دژوار، نەمازە کولێراییێ، کو ددەمەکێ کورتدا ئاڤوخوێیەکا زور دهێتە بەرزەکرن و نەساخ بەرئاتاڤی ژخوچوون و دلبۆرینێ دبیت. ئەگەر تۆزا ژیناڤێ- ORS دمالدا هەبیت، فەرە ژ دەسپێکا

زکچوونێ بدەنە نەساخی. دبنگەهێن ساخلەمییڤە (٨٠– ٩٠ %) ژ حالەتێن کولێرایێ ب رێکا ژیناڤێ– ORS دهێنە چارەسەرکرن و پێدڤی ب چ رێکێن دی نینە.

ژلایێ پێکهاتنێڤە ژیناڤ– ORS نێزیکی وێ ئاڤوخوێیە، ئەوا ب رێکا زکچوونێ دەردکەڤیت. باشترین جۆرێ ژیناڤێ– ORS ئەو جۆرە یێ دکیسکێن تایبەتدا هەلگرتی و یێ بەرهەڤکری بیت ژبۆ بکارئینانێ ل دەڤەرێن دویر ژی، ئەگەر ژیناڤ نەبیت یان پاکێم بیت، فەرە ژبۆ ڤێ مەرەمێ بهێتە عمبارکرن و هەلگرتن. ل نەخوشخانە و بنگەهێن ساخلەمیێ کو روژانە چەنداتییەکا زور ژڤێ ژیناڤێ– ORS دهێتە بکارئینان، دشیاندایە کو ل گورەی قەدەرەکا گونجایی و پێکهاتا ژیناڤێ و کێشان و پیڤانان، ئاڤا پێدڤی ژبۆ بەرهەڤکرنا ژیناڤێ ل نەخوشخانەیان بەرهەڤ بکەن. هەروەسا دشیاندایە کو ژیناڤا برنج تێدا ژی بەرهەڤ بکەن (سەحکە خشتەیێ– ٩).

ئەو نەساخێن کولێرا لێ، پتر ژ نەساخێن دی یێن زکچوونێ، پێدڤی ب سێلانێ دبن کو ب رێکا خوینوەرینکان (خوینهێنەران) ددەنێ. دکولێراییدا ژی، ئاڤوخوێیا ب رێکا دەماران (سێلان) بۆ وان نەساخان بکار دهینن، ئەوێن تۆشی هشکبوونەکا دژوار بووین، نەمازە ئەوێن ئاگەهـ ژخوە نەما بیت یان ئەوێن تۆشی دلبۆرینێ بووین. رینگەر لاکتێت (هارتمان) باشترین جۆرێ سێلانێیە ژبۆ چارەسەرکرنا هشکبوونێ ب رێکا دەماران، چونکو ئەڤ جۆرە سێلانە یا گونجاییە ژبۆ چارەسەرکرنا هەمی جۆرێن زکچوونێ و هەمی نەساخان د هەموو تەمەناندا. (هندەک جۆرێن دی یێن سێلانێ هەنە دگونجاینە بۆ چارەسەرکرنێ، لێ ب بەرفرەهی ل هەمی جهان نینە). هەرچەندە سێلانا نورمال سەلاین نە گەلەک یا کاریگەرە ژبۆ چارەسەرییا هشکبوونێ، لێ ئەگەر رینگەر لاکتێت نەبیت، دشیاندایە نورمال سەلاین بکار بینن، هەژی گۆتنە کو سێلانا گلوکوز، چ کاریگەرییا خوە نینە دڤی بیاڤیدا، لەوا پێدڤییە ژبۆ چارەسەرکرنا هشکبوونێ نەهێتە بکارئینان.

نەساخێن کولێرایێ ئەوێن سێلانێ ب ێکا دەماران(خوینوەرینکان) وەردگرن، هەردەمێ بکارن شلەمەنییان ڤەخۆن، فەرە ژیناڤێ ب رێکا دەڤی بدەنێ، خۆ ئەگەر سێلانا وی یا ب رێکا دەماران هێشتا تەڤاف نەبوو بیت ژی. پشتی تەڤاڤبوونا سێلانێ، فەرە ب رێکا ژیناڤێ- ORS چارەسەر بکەن هەتا کو زکچوون رادوەستیت. پشتی ڤێ چارەسەرکرنێ، فەرە رێ بدەنە نەخۆشی کو ئاڤێ ژی ڤەخوت. (ژبۆ پێزانینێن زێدەتر سەحکە پاشکوییێ-٢).

خشتە- ٩: ژبۆ دروستکرنا ١٠ لیترێن ژیناڤێ *

چەنداتییەکا دەسنیشانکری ژ خوێ و شەکرێ هەروەکو ل خواری دیارکری، بکە دناڤ (١٠) لیترێن ئاڤێدا (ئاڤا ڤەخوارنێ بکار بینە). باشترین ئاڤ ئەوە یا پشتی کەلاندنێ دهێتە سارکرن یان ئەوا دهێتە کلورکرن. ئەگەر قەبارەکێ مەزن ژ ئاڤێ هاتە بەرهەڤکرن، فەرە ب هەمان رێژە ماددەیێن بکارئینانێ ژی زێدە ببن. فەرە ژیناڤ دماوێ ٢٤ دەمژمێراندا بهێتە بکارئینان. پشتی ڤێ، دەمێ ئەگەر هندەك ژبەرڤە بمینیت ژی، فەرە بهێتە هاڤێتن و خوێئاڤەکا دی (ژیناڤ) بەرهەڤکەن.

سودیۆم کلوراید (خوێیا هەربەتی)........................... ٣٥ گرام

دگەل: گلوکۆز ئانهایدرێت.............................. ٢٠٠ گرام

یان: سوکروز (شەکرا هەربەتی)........................... ٤٠٠ گرام

یان: گلوکوز مونوهایدرێت.............................. ٢٢٠ گرام

دگەل: ترای سودیۆم سیترێت، دایهابدرێت .... ٢٩ گرام

یان: سودیۆم بیکاربونێت .... ٢٥ گرام

دگەل: پوتاسیۆم کلوراید .... ١٥ گرام

* ژبۆ دروستکرنا (١٠) ليترێن ژيناڤا ب برنج،٥٠٠ گرامێن ئارکێ برنجی بۆ ماوێ پێنج خولەکان د ١١ ليترێن ئاڤێدا بکەلينە (ئەڤ ليترا زێدە دەمێ کەلاندنێدا دێ بيتە هەلم). پاشی ڤی شلەمەنی سارکەڤە و ٣٥ گرامێن سوديۆم کلوراید، ٢٩ گرامێن ترای سوديۆم سيترێت (يان ٢٥ گرامێن سوديۆم بيکاربونێت) و ١٥ گرامێن پوتاسيۆم کلوراید پاڤێ سەر و ب باشی تێکڤەدە. ژيناڤا ب برنج فەرە دماوێ ٨– ١٢ دەمژمێراندا بهێتە بکارئينان و پشتی ڤی ماوەی فەرە ژيناڤەکا دی بەرهەڤکەن.

٦-٢ : خوارنا نەساخێن کولێرا لێ:

پشتی ٣ – ٤ دەمژمێران ژ چارەسەرکرنێ فەرە خوارنێ بدەنە نەساخی (ئانکو پشتی ڤەگەراندنا قەبارێ ئاڤوخوييا لەشی– رپساندنا لەشی). لێ ژبۆ زارۆکێن ساڤا و شيرخۆر، فەرە خوارنا وان (شيرێ دايکێ) يا بەردەوام بيت.

٦-٣: زيندە دژ (ئەنتی بايوتيک):

دحالەتێن دژواردا، بکارئينانا دەرمانێن زيندە دژ قەبارە و ماوەيێ زکچوونێ کێمتر لێ دکەت. هەروەسا ئەو ماوەيێ بەکتريا دگەل پيسايیێ مرۆڤی دەردکەڤيت کورتتر لێ دهێت. هەردەمێ ڤەرەشيان ب راوەستيت، ئێکسەر دکارن ڤان دەرمانان ب رێکا دەڤی بدەنە نەساخی. د پرانی يا جاراندا، ٣ – ٤ دەمژمێران پشتی دەستپێکرنا چارەسەرييا هشکبوونێ ڤان دەرمانان ددەنە نەساخی. هەرچەندە دەرزيکێن زيندە دژ گرانترن ژ حەبک و کەپسولا، لێ چ کاريگەرييەکا زێدەتر نينە. ئەو کەسێن مفای ژ دەرمانێن زيندەدژ وەردگرن، ئەو کەسن يێن تۆشی هشکبوونەکا زەييری بووين. ئەگەر دەرمانێن زيندە دژ بێجوداهی بدەنە هەمی حالەتێن کولێرایێ، دێ بيتە ئەگەرێ خەرجکرنا بلەزا دەرمانا و هەروەسا دبيت بەکتريا ژی بەرگرييەکێ دژی ڤان دەرمانان دروست بکەت.

ژبۆ مەزنان دەرمانێ دوکسی سایکلین کو رەنگەکێ دۆمدرێژێ مالباتا تێتراسایکلینێ یە، پتر دهێتە بکارئینان چونکو نەساخ جارەکێ ب تنێ وەردگریت. لێ ژبۆ زاروکان شرووب یان حەبکێن بەکتریم (TMP+SMX) یێن زاروکان پێدڤینە.

هەتا نهۆ نەهاتییە دیارکرن کو ژەمەکا ب تنێ یا دوکسی سایکلین ژبۆ زاروکان دێ یا باش بیت، هەرچەندە تێتراسایکلین ژبۆ زاروکان کاریگەرە، لێ دهندەک وەلاتاندا تێتراسایکلینێ ژبۆ زاروکان نینە یان نادەنێ. فیورازۆلیدۆن، ئێرسرومایسین و کلورامفینیکۆل، دەرمانێن کاریگەرن ژبۆ زاروک و مەزنان (سەحکە خشتەیێ- ٣ ژ پاشکویێ- ٢). سەلفادوکسین نەیێ کاریگەرە و نابیت بهێتە بکارئینان، چونکو دبیت ژەمەکا ب تنێ ژ ڤی دەرمانی ببیتە ئەگەرێ هندەک کاردانەوەیێن کوژەک ل نک نەساخی. ل دەمێ هەلبژارتنا دەرمانێ زیندە دژ، فەرە هزر ل بەرگری یا بەکتریایێ ل دەڤەرێ بهێتەکرن. پێزانینێن کاریگەری و هەستداری یا دەرمانێن زیندەدژ ژ تاقیگەهێن وان دەڤەرێن نهۆ کولێرا لێ بەربەلاڤ یان ژ دەڤەرەکا نێزیکی وێ دەڤەرێ دهێنە وەرگرتن. هەردەمێ ٤٨ دەمژمێر ب سەر داعویرانا دەرمانێ زیندە دژڤە بچن و زکچوون نەراوەستیت، فەرە هزر ل بەرگری یا بەکتریایێ ل دژی دەرمانێ زیندەدژ بهێتە کرن.

نابیت چ دەرمانێن دی یێن دژی زکچوونێ، دژی ڤەرەشیانێ، دژی ئێشانێ، بهێزکەرێ دلی، یان ستیروید د چارەسەری یا کولێرایێدا بهێنە بکار ئینان. خوین پێدان یان ئەو دەرمانێن پلازما خوینێ زێدە دکەن پێدڤی نینن.

(٧)

رێگرتن ل بەلاڤەبوونا کولێرایێ

خەلک ب رێکا خوارن و ڤەخوارنێن پیسبوویی ب بەکتریا کولێرایێ تۆشی ڤێ ئێشێ دبیت، ئەڤجا رێگرتن ل بەلاڤەبوونا کولێرایێ، دێ ل سەر شەنگستێ کێمکرنا پیسبوونێ ب ڤێ بەکتریایێ بیت. هەردەمێ کولێرا ل هەر جهەکی بەلاڤ ببیت، فەرە هەمی شیان بهێنە مەزاختن ژبۆ پاقژی یا ئاڤێ و ئاڤرێژیێ، هاڤێتنا پیساییێ مرۆڤی و پاقژ هەلگرتنا خوارنێ (سەحکە پشکا- ٣). زێدەباری ڤێ چەندێ ژی، فەرە پەرەگرافێن ٧-١ و ٧-٢ ب جهبینن و پەیرەو بکەن.

٧-١: رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ:

رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ، باشترین و کاریگەرترین رێکە ژبۆ هشیارکرن و ئاگەهدارکرنا جڤاکی و ب دەستڤەئینانا پشتەڤانی و هاریکارییا هەمی لایەنان. دەمێ خەلک تێ دگەهن کا دێ چەوا بەلاڤەبوونا نەساخیێ کێمکەن، دێ کونترۆلکرنا نەساخیێ دجڤاکیدا ب ساناهیتر و بلەزتر لێ هێت. ئەڤجا ئەم د کارین بێژین کو رەوشەنبیریێ شارەزا دبیاڤێ ساخلەمییێدا رولەکێ گرنگ و کاریگەر دکونترۆلکرن و رێگرتنا بەلاڤەبوونا کولێراییێدا دگێریت. دشیاندایە مفای ژ رێکخراوان و دام و دەزگەهێن جڤاکی وەرگرن کو پەیامێن رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ دبەرنامە یێن خوەدا بکار بینن و بەلاڤە بکەن.

ب شێوەیەکێ تایبەت، گەلەک یا گرنگە هەمی خەلک بهێتە ئاگەهدارکرن و تێ بگەهیت کو پرانی یا حالەتێن کولێرایێ ب ساناهی دهێنە چارەسەرکرن و ڤاکسینکرنا ل دژی کولێرایێ چ کاریگەری یا خوە نینە. هەژی گوتنە کو چ تشت جهێ ڤەخوارنا ئاڤا پاقژ، خوارنا پاقژ و پاقژی یا کەسوکی ناگریت (سەحکە پاشکۆیێ– ٣، هندەک نموونەیێن پەیامێن رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ تێدا هەنە).

٧–٢: پاقژکرن و خۆپاراستن دەمێ ڤەشارتنا مریياندا

پیسبوونا دەوروبەرێن نەساخی ب بەکتریایا کولێرایێ هەردەم درەوشێن نەپاقژ و نەساخلەمدا روی ددەت. دشیاندایە جلک و کەلوپەلێن نەساخی ب رێکا کەلاندنێ بۆ ماوێ (٥ خولەکان) پاکژ بکەن و هەروەسا نڤین و جهێ نڤستنا نەساخی ب رێکا هشککرنێ (ب دانانا ڤان کەلوپەلان ل بەر تیروژکێن روژێ) دهێنە پاقژ کرن. زێدەباری ڤێ چەندێ ژی، ژبۆ نەهێلانا پیسبوونا جهێ شویشتنا کەلوپەلان، فەرە بەری شویشتنێ جلک و کەلوپەلێن نەساخی ل بەر هەتاڤێ هشک بکەن. بکارئینانا رێکێن گونجای ژبۆ هاڤێتنا پیساییێ نەساخێن کولێرایێ هاریکارییا کونترۆلکرنا بەلاڤەبوونا نەخوشییێ دکەت. سادەترین وب ساناهیترین رێک ژبۆ خێزانێ یان یەکەیەکا ساخلەمیێ ل دەڤەرێن دویر، ئەوە کو پیساییێ نەساخی بکەنە ددەستاڤاندا یان ژی بکەنە د چالەکا دەرگرتی و داپوشیدا. لێ ل دەزگەهێن مەزنێن ساخلەمیێ، هاڤێتنا پاشمایکێن روهنێن نەساخی وەکو پیساییێ نەساخی و ڤەرەشیانا وی، ب رێکێن پاقژکرنێ و ڤەشارتنێ دچالاندا دهێنە هاڤێتن و چارەسەرکرن. دشیاندایە پیسایی و ڤەرەشیانا نەساخی دگەل ماددێ پاقژکەرێ کریسول (Cresol) تێکهەل کەن و ب ڤێ چەندێ ئەڤ پیساییە دێ یێ ئێمن بیت ژبۆ هاڤێتنێ، دنەخوشخانێن مەزندا، دشیاندایە شلەمەنییەکێ ترش کو "PH" ژ 4.5 کێمتر بیت بۆ ماوێ پازدە

دەقیقەیان دگەل پیسایی و ڤەرەشیانا نەساخی تێکهەل کەن و پاشی پاڤێژنە دناڤ دەستاڤاندا یان ژی دناڤ چالەکێدا ڤەشێرن.

پێدڤی ناکەت چەنداتییەکا زۆر ژماددەیێ ترش بکاربینن ژبۆ کێمکرنا (PH)، زێدەباری ڤێ چەندێ ژی فەرە دەستاڤ یان جهێن دی یێن هاڤێتنا پیسایی ژ ماددەیەکێ وەسا هاتبنە دروست کرن کو ب ماددەیێ ترش خراب نەبن و ئەڤ ماددەیە کارتێ نەکەن (وەکو ماددەیێ سیرامیک)، ئەگەر سیستەمێ ئاڤرێژی یا نەخوشخانێ بچیتە سەر تانکەرەکێ پیسبوویی، فەرە ماددەیێ ترش گەلەک بکار نەهینن چونکو دێ بیتە ئەگەرێ تێکدانا سیستەمی هەمیێ.

باشترین ڕێکا هاڤێتنا پیسایی یێن نیڤ- رەق سۆتنە د سۆتنگەهێڤە، هەمی پیسایی یێن نیڤ- رەقێن نەساخێن کولێرایێ، فەرە ژ پیسایی یێن دی بهێنە جوداکرن و ئەگەر دشیاندا بیت بکەنە دکیسکەکیدا کو شەهـ چ ئاکامێ ل سەر نەکەت. ئەگەر پیساییێ نەساخێن کولێرایێ ب عەرەبانکێن دەستی ژ جهێ خرڤەکرنا سەرەکی ب ڤەگوهێزنە سۆتنگەهێ، فەرە ئەڤ عەرەبانکە دتایبەت بن بۆ ڤی کاری ب تنێ و ب بەردەوامی و ڕێکوپێکی پاقژ بکەن. زێدەباری ڤێ چەندێ ژی، ئەو کیسکێن پیساییێ تێدا خرڤە دکەن ژبۆ سۆتنێ، فەرە کیسکان ژی دگەل پیسایی بسۆژن. ئەگەر پیساییێ خرڤەکری ژبۆ چارەسەرکرنێ و پاقژکرنێ ڤەگوهێزنە ژدەرڤەی دەزگەهێ ساخلەمیێ، فەرە ئامیرێ ڤەگوهاستنێ (ڤەگوهیزک) یێ دائێخستی بیت و چ پیسایی ژبەر نەهێت. سەرەرای ڤێ چەندێ ژی، فەرە پشتی هەر ڤەگوهاستنەکێ ب ڕێکوپێکی و بەردەوامی بهێنە پاقژکرن.

ڤەشارتن یان بنگۆڕکرنا وان کەسێن ژبەر کولێرایێ مرین (یان ژبەر هەرئەگەرەکێ دی ل وان دەڤەرێن کولێرا لێ بەربەلاڤ) د جڤاکیدا وەکو ڕێکەکا بەلاڤەبوونا کولێرا دهێتە هژمارتن. رێ و رەسمێن بنگۆڕکرنا مرییان دبیتە ئەگەرێ هاتنا هندەک کەسان ژجهێن ڤالا ژکولێرایێ بۆ جهێ کولێرا لێ بەربەلاڤ و ب ڤێ چەندێ ژی،

دێ بەکترياییێ کولێرایێ دگەل خوە هەلگرن و بەنە دەڤەرێن خوە یێن ڤالا ژکولێرایێ. لەوا فەرە هەمی شیان بهێنە تەرخان کرن ژبۆ رەوشەنبیری و ئاگەهدارکرنا خەلکی یان ب رێکا دانانا هندەک یاسایان ژبۆ کێمکرنا خەلکی د رێ و رەسمێن شویشتن و ڤەشارتنا مرییاندا ژبۆ کێمکرنا بەلاڤەبوونا کولێرایێ. فەرە مرییان ل جهێ لێ مرین بلەز ڤەشێر. ئەو کەسێن تەرمێ مرییان دشۆن و ب تایبەتی ئەوێن تەرمی ژبۆ ڤەشارتنێ بەرهەڤ دکەن. (هندەک جاران رویڤیکێن ستویر یێن نەساخی ژی پاقژ دکەن) دکەڤنە دبن مەترسییەکا مەزنا تۆشبوونێڤە و دبیت هەر هەمان کەس ب کارێ سەرپەرشتیکرن و چێکرنا خوارنێ ژی رابیت ژبۆ بەهیڤانان. نەهێلانا ڤان جۆرە کریاران دبیتە ئەگەرێ کێمکرنا بەلاڤەبوونا کولێرایێ.

خشتەیێ– ١٠:

خالێن گرنگێن رەوشەنبیری و ئاگەهدارکرنا خەلکی دەربارەی کولێرایێ

ژبۆ رێگرتنا کولێرایێ:

- ژبۆ ڤەخوارنێ: ئاڤێ ژ ژێدەرەکێ پاقژ و ئێمن بینە، یان ژی ئاڤا پاقژکری (کەلاندی یان کلورکری) بکاربینە.
- خوارنا کەلاندی ب گەرمی بخۆ (یان ژی دەمێ خوارنێدا گەرمکەڤە و پاشی بخۆ).
- خوارنێن نەکەلاندی نەخۆ، ژبلی ئەوێن دهێنە سپیکرن یان پاقژکرن.
- بەری لێنانێ و پشتی خوارنێ و پشتی ژ دەستاڤێ تەڤاف دبن، فەرە دەستان ب ئاڤێ و سابینێ بشۆن، هەروەسا هەردەمێ تویێ ب گومان بی کو دەستێن تە ب پیساییەکی پیسبووینە، دیسا ب ئاڤێ و سابینێ بشۆ.

- رێکێن زانستی و ئێمن بکاربینە ژبۆ هاڤێتنا پیساییێ مرۆڤی.

ژبیر نەکە کو:

- کولێرا دگەل چارەسەرییەکا باش، نە نەساخییەکا ب مەترسییە.
- هەر کەسێ تو هزرکەی کولێرا یا لێ، ب زویترین دەم بگەهینە بنگەهەکێ ساخلەمیێ ژبۆ وەرگرتنا چارەسەریێ.
- هەردەمێ زکچوونێ دەسپێکر، شلەمەنی پێن زێدەتر بدێ (ئەگەر هەبیت ژیناڤێ بدە نەساخی).
- ڤاکسینکرنا ل دژی کولێرایێ، چ کاریگەری یا خوە نینە و نەیا پێدڤییە.

ئەگەر دشیاندا نەبیت کو مێڤانداربیا بەهیڤانان نەهێتەکرن و کەسەکێ دی ژی نەبیت خوارنێ دروست بکەت، فەرە بەری لێنان و دانانا خوارنێ، دەستێن خوە ب سابینێ و ئاڤەکا پاقژ ب باشی بشۆن. هەبوونا کارمەندەکێ ساخلەمیێ ل ناڤ خەلکێ خرڤەبوویی د رێ و رەسمێن ڤەشارتنا مرییاندا، کارەکێ گرنگ و هاریکارە ژبۆ سەرپەرشتیکرن و رێنیشاندانا کریارێن پاقژیێ و ب ڤێ چەندێ ژی، دێ بیتە رێکەکا بەرسینگگرتنا بەلاڤەبوونا کولێرایێ.

خشتەیێ- ١١: هندەک ژ پێدڤی یێن ساخلەمیا گشتی (جڤاکی)

- ماددەیێن پاقژکەر (وەک کریزۆل- Cresol)
- ترشێ میوریاتیک Muriatic acid
- پیڤەرێترشێتیێ (PH).
- ماددەیێ کلۆرین ژبۆ پاقژکرنا ئاڤێ (گازا کلۆرین، سودیوم هایپوکلۆرین، کالیسیوم هایپوکلۆرین، ئارکێ ژێبرنا رەنگی و حەبکێن کلۆرین.
- دای ئیتایل پارا فینیلین دایامین (DPD)، پیڤەرێ ئاڤێیە ژبۆ پیڤانا رێژەیێ کلۆرێ مایی و حەلیای دئاڤێدا.

٧-٣: پیڤەرێن نەکاریگەر ژبۆ کونترۆلکرنێ

بەلاڤەکرنا دەرمانان ل سەر هەمی خەلکی، ڤاکسینکرن دژی کولێرایێ و رێگرتنا هاتن و چونێ و بازرگانیێ، رێکێن نە کاریگەرن ژبۆ هەولدانێن کونترۆلکرنا کولێرایێ.

ل دەمێن هەبوونا گەفێن بەلاڤەبوونا کولێرایێ، ئەو کەس و لایەنێن ڤان رێکێن نەکاریگەر بکاردهینن، چ پێزانینێن فەرمی و زانستی ل سەر کولێرایێ نینن و هەروەسا دبیت د ترسیایی بن ژێ، لەوا نەشێن چ کاریگەریێ ل سەر بەرسینگگرتنا کولێرایێ بکەن. فەرە هەر دەڤەرەکێ سیاسەتەکا نەتەوەیی یا بەرسینگگرتنا کولێرایێ هەبیت بەری بەربەلاڤبوونێ، ژبۆ کو بکارن کولێرایێ کونترۆل بکەن.

٧-٣-١: خۆپاراستن ب دەرمانێن كیمیاوی Chemoprophylaxis

چارەسەركرنا جڤاكی ب بەلاڤەكرنا دەرمانێن زیندە دژ (ئەنتی بایوتیك)، چ دەمان سەركەفتی نەبووینە د كێمكرنا بەلاڤەبوونا كولێراییێدا. ئەڤ سەرنەكەفتنە ژی دڤەگەریتەڤە بۆ چەندین ئەگەران.

- رێكخستن و بەلاڤەكرنا دەرمانان دەمەكێ زێدەتر پێ دڤێت ژ وی دەمێ پێدڤی ژبۆ بەربەلاڤبوونا بلەزا بەكتریایێ.
- كاریگەرییا دەرمانان ژبۆ رۆژەكێ یان دووان دمینیت، لەوا مەترسییا دووبارە تۆشبوونێ هەر دمینیت و یا هەی.
- ژبۆ رێگرتنا دووبارە تۆشبوونێ، فەرە جڤاك هەمی پێكڤە دەرمانان وەرگرن و پاشی بهێنە جوداكرن ژ خەلكێ دی.
- دوور نینە یا ب ساناهی نە بیت كو كەسەكێ ساخ (بێی نیشانێن كولێرایێ) قاییل بكەی هەتاكو دەرمانان وەرگریت و بخۆت.

بەلاڤەكرنا دەرمانان ل سەر هەمی خەلكێ جڤاكی، نەتنێ رێكەكا سەرنەكەفتییا كونترۆلكرنا كولێراییێیە، لێ دهەمان وەختدا كار دكەتە سەر پیڤەرێن دی یێن كونترۆلكرنێ و بەرێ خەلكی ژ هەمی پیڤەر و رێكێن دی یێن كاریگەر وەردگێریت. د هندەك وەلاتاندا بەكتریایێ بەرگری ژ زیندە دژان هەبوویە و ئەڤە ژی بوویە ئەگەرێ زربەهركرنا گەلەك نەساخان ژ ڤان دەرمانان كو چ مفا ژێ وەرنەگرتییە، بەلكو زیان گەهاندییێ. بەلاڤكرنا دەرمانان ژبۆ هندەك كەسێن تایبەت وەكو ئەندامێن خێزانا نەساخەكی كو پێكڤە خوارنێ دخۆن و پێكڤە دنڤن و هەمان ژێدەرێ ئاڤێ بكاردئینن، دبیت مفایێ خوە هەبیت. لێ د سەرڤێ چەندێ را ژی، د حالەتێ تۆشبوونێ ب بەكتریایێ ئەلتور (El tor) نەگەلەك یا باوە كو نەساخی ژ كەسەكی

بۆ یەکێ دی بهێتە ڤەگوهاستن. زێدەباری ڤێ چەندێ ژی، د وان جڤاکێن تێکهەلیەکا زۆر و نێزیک دگەل هەڤ دکەن و پێکڤە خوارنێ دخۆن و ل هەڤ ئالوگۆر دکەن، نە یا ب ساناهییە کو نێزیکترین کەسێ نەساخی بهێتە دەسنیشانکرن.

لەوا ئەم دکارین بێژین کو گرنگی یا بەلاڤکرنا دەرمانان بۆ کەسێن تایبەت هەڤبەندە ب رەوشا تایبەتا جه و جڤاکیڤە. د وان حالەتاندا، ڤان جۆرە دەرمانان بەلاڤ دکەن ئەگەر ئاماران خویا کربیت کو رێژەیا تۆشبوون و ڤەگرتنا کەسێن دی دجڤاکیدا یا بلندە، ئانکو پشتی پەیدابوونا نەساخیێ دخێزانەکێدا، ژ هەر پێنج کەسان کەسەکێ وێ خێزانێ توش ببیت.

ئەگەر بڕیار هاتەدان کو دەرمانان ل سەر کەسێن تایبەت یان دەسنیشانکری بەلاڤەکەن، پشتی نەخۆشی دهێتە دەسنیشانکرن، فەرە ب زویترین دەم دەرمانان بدەنە هەمی کەسێن نێزیکی وی. ژەما خۆپاراستنێ ژ دەرمانێن دژی کولێرایێ هەروەکو ژەما چارەسەریێ یە (سەحکە پاشکویێ – ٢) . باشترین دەرمان دوکسی سایکلینە، چونکو ب تنێ ب یەک ژەم دهێتە پێشکێشکرن.

٧-٣-٢ :ڤاکسینکرن

ژبەر چەندین ئەگەرەکان، ئەو ڤاکسینێن نهۆ هەیی هاریکاری یا کونترۆلکرنا کولێرایێ ناکەن، هەولدانێن ئەزمۆنگەری د ڤێ بیاڤیدا خویاکرییە کو:

- ڤاکسینان هێز و کاریگەرییەکا تەڤاڤ نینە.
- خۆ ئەگەر ڤاکسین یا ب هێز بیت ژی، نە گەلەک یا کاریگەرە، ئانکو نابیتە ئەگەرێ چێکرنا بەرگرییێ بۆ هەموو وان کەسێن ڤاکسینێ ددانن.

- هەر بەرگرییەکا پەیدا ببیت ژی، پشتی(٣ – ٦) هەیڤان نامینیت.
- ڤاکسینکرن رێژەیا وان کەسێن تۆشبوویی یێن بێ نیشانێن نەساخییێ کێم ناکەت و رێکێ ل بەلاڤەبوونا نەساخییێ ناگریت.

زێدەباری ڤێ چەندێ ژی، ڤاکسینکرن هەستەکا چەوت ب ئێمنییێ ددەتە وان کەسێن ڤاکسین وەرگرتین و هەروەسا ئەڤ ئێمنی یا چەوت بۆ بەرپرس و دەستەلاتا ساخلەمیێ ژی پەیدا دبیت کو دویر نینە پیڤەرێن دی یێن کاریگەر پشتگوهـ پاڤێن و چ پویتەی پێ نەدەن. هەوێن ڤاکسینکرنێ شیان و پێداویستی یێن تەرخانکری بەرەف لایەنێن نە کاریگەر خەرج دکەن و ژ رێکێن دی یێن کاریگەر دویر دئێخن. ژبەر ڤان کێماسی یێن ڤاکسینکرنا ل دژی کولێراییێ، رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی دکۆمبوونا خوەیا (٢٦)دا ل سالا ١٩٧٣ بریار دا کو چ یاسا نەهێنە دانان ژۆ بکارئینانا ڤاکسینکرنێ ل دژی کولێراییێ. نهۆ ژی چ وەلات داخوازا باوەرناما ڤاکسینکرنا دژی کولێراییێ ژ چ میڤانێن خوە ناکەن.

٧-٣-٣: قەدەغەکرنا هاتنوچوونا بازرگانی و سەفەرکرنێ

قەدەغەکرنا هاتنوچوونا بازرگانی و سەفەرکرنێ دناڤبەرا دوو وەلاتاندا یان دناڤبەرا دوو دەڤەرێن وەلاتەکیدا، رێکێ ل بەلاڤبوونا کولێراییێ ناگریت. خۆ ئەگەر رەنج و شیانێن موکم و خەست ژی بکار بینن. دشیاندا نینە کو هەمی کەسێن نەساخ دەسنیشان بکەن، نەمازە ئەوێن چ نیشان لێ دیار نەبووین. زێدەباری ڤێ چەندێ ژی، ڤان جۆرە چالاکی یێن قەدەغەکرن و دەستەسەرکرنێ پێدڤی ب خالێن راگرتن و لێنێرینێ هەنە، ئەڤە ژی دبنە ئەگەرێ لادانا شیانێن مرۆڤان و ژێدەرێن دی ژ رێکێن کاریگەرێن کونترۆلکرنێ بەرەف هندەک رێکێن دی یێن نە کاریگەر.

زێدەباری نەکاریگەری یا ڤێ رێکێ، هەروەسا قەدەغەکرنا هاتنوچوونێ ئاکامەکا خراب دکەتە سەر ئابۆری یا وەلاتی یان یا دەڤەرێ و د ئەنجامدا دێ بیتە ئەگەرێ ڤەشارتنا پێزانینێن دەربارەی کولێرایێ، ئانکو وەلات پێزانینێن دروست دەربارەی بەلاڤەبوونا کولێرایێ نادەتە کەسێ. ب ڤێ چەندێ ژی، هاریکاری یا دناڤبەرا دەستەلاتا ناڤخۆیی، نەتەوەیی و دەزگەهێن جیهانی و نیڤ نەتەوەیی ژبۆ کونترۆلکرنا کولێرایێ، دێ هێتە تێکدان و دێ کاریگەری یا کونترۆلکرنێ کێمتر لێ هێت.

خشتە- ١٢:

مەترسییا ڤەگوهاستنا کولێرایێ ب رێکا بازرگانی یا ب خوارنێ*

بەکتریا کولێرایێ ئەوا ژ جۆرێ O1 دکاریت دناڤ هندەک خوارناندا بۆ ماوێ پتر ژ (٥) روژان د پلەیەکا گەرمی یا هەربەتییا دەوروبەراندا ب ساخی بمینتەڤە. لێ ل پلەیا گەرمیا ٥- ١٠سنتیگراد، د کاریت بۆ ماوێ پتر ژ (١٠) روژان ساخ بمینتەڤە. ئەڤ بەکتریایە دکاریت دپلەیێن گەرمی یا گەلەک نزمدا بژیت وەکو پلەیا بەستنێ، لێ دپلەیەکا گەرمی یا نزمدا چالاکی و زێدەهییا بەکتریایێ دهێتە راگرتن، ئەڤە ژی دبیتە ئەگەرێ وێ چەندێ کو هژمارا بەکتریایێ ناگەهیتە وی رادەیێ پێدڤی ژبۆ بەلاڤکرنا نەساخیێ.

بەکتریا کولێرایێ هەستدارە ب ترشی و هشکبوونێ، نەشێت دناڤدا بژیت، لەوا هەر ماددەیەکێ هشککری یان ترشییا ماددەی "PH" کێمتر بیت ژ 4.5ێ چ مەترسی تێدا نینە. تیرێژا گاما و پلەیا گەرمی یا زێدەتر ژ ٧٠ سەنتیگراد دکارن بەکتریایێ بکوژن. لەوا هەر خوارنەکا ب ڤان رێکان هاتبیتە دروست کرن، چ زیان تێدا نینە، ب مەرجەکی ئەگەر پشتی چێکرنێ (لێنانێ) پیس نەبوو بیت.

خوارنێن جهێ گومانێ ژبۆ وەلاتێن بکرِ، بارا پتر خوارنێن دەریایی و ئەو زەرزەواتێن ب خاڤی دهێنە خوارن. گەلەک حالەتێن کولێرایێ ژ ئەنجامێ خوارنێ پەیدا بووینە، نەمازە خوارنێن دەریایی، ئەوێن ب رێکا کەسان ژ توخیبان دەرباز دبن. د سەرهندێ را کو چەندین لێنێرین ل سەر وێ خوارنا ب رێکا بازرگانان دهێتە دناڤ وەلاتەکێ تۆشبوویدا، لێ چ جاران نەشیاینە بەکتریا O1 دەسنیشان بکەن (نویترین نموونە ژ باشورێ ئەمێریکایە). سەرەرای هەبوونا هندەک حالەتێن کەسووکی یان کۆمەکا حالەتان، لێ هەتا نهۆ رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی(WHO) چ پەژیکێن بەربەلاڤێن کولێرایێ تۆمار نەکرینە کو ب رێکا خوارنا بازرگانی هاتبیتە بەلاڤکرن.

ب کورتی، هەرچەندە کو ژلایێ تیۆریڤە مەترسییا بەلاڤەبوونا کولێرایێ د خوارنا بازرگانیدایە، لێ د راستیدا ئەڤ بۆیەرە نە گەلەک گرنگە و مەترسییا ڤەگوهاستنا کولێرایێ ب رێکا خوارنا بازرگانی کێمە و دشیاندایە کو سەرەدەری دگەل بهێتە کرن، بێی کو ئینانا خوارنێ قەدەغە بکەن.

* ئەڤ پێزانینە ژهێزا جیهانییا کونترۆلکرنا کولێرایێ وەرگرتییە، کو دکۆمبوونا خوە یا (٤٤)ێ یا (WHO) ل سالا١٩٩١دا خواندییە.

(٨)

بەربەلاڤبوون

ڤەكۆلینا حالەتەكێ بەربەلاڤبوونێ

ددەسپێكا بەلاڤبوونا كولێراییێدا، خۆ ئەگەر پیڤەرێن كونترۆلكرنێ دابین كربن ژی، لێگەریان و ڤەكۆلینا بەلاڤبوونێ دبیت مەزناهی و شێوازێ بەلاڤبوونێ خویا بكەت، ئەڤجا هندەک پیڤەرێن تایبەت و كاریگەرتر ژبۆ كونترولكرنێ دێ هێنە دابینكرن. تۆماركرنا دەم و جهێ نەساخێن گومانلێكری یان حالەتێن كولێرا لێ پەیدا بووی ل سەر نەخشەیەكا ئاشكرا یا دەڤەرێ، دبیت هاریكاری یا دەسنیشانكرنا ژێدەر و رێكێن تۆشبوونێ بكەت. هەرچەندە ڤەكۆلین و لێنێرینا حالەتێن تۆشبووی، نە یا ب ساناهییە، لێ ئەگەر بهێتە كرن دبیت هاریكاری یا دەستنیشانكرنا رێكێن تۆشبوونێ بكەت، نەمازە ددەڤەرێن تازە تۆشبوورییدا. ژبۆ ئەنجامدانا ڤی كاری، هندەک وەلات دكارن داخوازا هاریكاریێ ژ رێكخراوا WHO و ژێدەرێن دی ژی بكەن. هەروەسا فەحسكرنا ئاڤ و ئاڤرێژی و خوارنێ كارەكێ هاریكارە ژبۆ دەسنیشانكرن و دیتنا بەكتریاییێ كولێراییێ .

دەمێ كولێرا ل دەڤەرەكا نوی بەلاڤە دبیت، هەمی خەلک ژ هەمی ژییان بەرئاتاڤن كو تۆش ببن، لێ ئەو كەسێن زێدەتر دگەرییێن و هاتنوچوونێ دكەن (نەمازە ئەوێن مەزن) زێدەتر تۆش دبن، چونكو پتر سەرەدەرییێ دگەل ژێدەرێن خوارن و ڤەخوارنا ژ دەرڤەی مالێن خوە دكەن. لێ بەروڤاژی ڤێ چەندێ، ئەگەر زارۆک پتر تۆشی كولێراییێ ببن، ئەڤە رامانا وێ ئەوە كو كولێرا ل دەڤەرێ بەربەلاڤە و جێگیر بوویە.

(٩)

رولێ تاقیگەهێ

چارەسەرکرنا سەرکەفتییا کولێرایێ، چ هەڤبەندی ب ئەنجامێن تاقیگەهێڤە نینە. لێ شرۆڤەکرنا تاقیگەهێ ژبۆ نموونێ پیسابیێ کەسەکێ ل دەسپێکا تۆشبوونێ گەلەک یا فەرە ژبۆ سەلماندنا هەبوونا کولێرایێ و دەسنیشانکرنا ساخلەتێن تایبەتێن بەکتریایێ ژبۆ بکارئینانا پێڤەرێن گونجای ژبۆ کونترولکرنێ. یا فەرە هژمارەکا زور ژ نموونەیێن پیسابیێ کەسان ل تاقیگەهێ بهێنە شرۆڤەکرن، داکو بەکتریایێ هۆکار بهێتە نیاسین و زیندەدژێن کاریگەر بهێنە دەسنیشانکرن. دەمێ هەبوونا کولێرایێ ل جهەکی دهێتە سەلماندن، ئێدی پێدڤی ناکەت نمونەیێن پیسابیێ هەمی حالەتان یان کەسێن نێزیکی حالەتان بهێنە فەحسکرن. د راستیدا فەرە هاندانا فەحسکرنێ نەهێتە کرن، چونکو دێ بارەکێ نەیێ پێدڤی داننە سەر تاقیگەهان و هەروەسا ئەنجامێن تاقیگەهێ، د ڤێ حالەتیدا، نە دهەڤبەندن ب چارەسەرییەکا کاریگەرڤە.

نموونە وەرگرتن ژ ژینگەهێ ب رێکا Moore swabs ژبۆ نموونە وەرگرتنێ ژ ئاڤرێژی و پەیینا ئاخێ، هاریکارە ژبۆ دەسنیشانکرنا چەواتییا بەلاڤەبوون و ڤەگرتنا بەکتریا کولێرایێ. تاقیگەهێن دەڤەرێ ئەوێن کارێ بەکتریولوژی ب شێوەیەکێ سروشتی دکەن، فەرە شیانێن چاندن و نیاسینا بەکتریا کولێرایێ (O1) هەبن، ژبۆ ڤێ چەندێ ژی ئەو رێکێن (دپاشکویێ– ٥)دا هاتین دهێنە بکارئینان. پێدڤییە چەنداتییەکا پێویست ژپێدڤی یێن وەکو مێدیا (ماددەیێن پارێزەر و جهێ چاندنا بەکتریا) و ئەنتی سیرا هەبیت و شیانێن ڤەگوهاستنا مێدیا و نموونەیێن کونا کۆمێ (rectal) هەبن کو پێ بگەهیننە جهێ کاری و کارمەند نموونەیان پێ خرڤەکەن.

پێدڤییە تاقیگەهێ هەڤبەندییەکا موکم ب نوژدار و بسپورێن بەلاڤەبوونا نەخوشییانڤە هەبیت و ب ئەنجامێن شرۆڤەکرنا تاقیگەهێ ئاگەهدار بکەن. فەرە

تاقیگەهێن نەتەوەیی هەڤبەندیێ ب رێکخراوا WHO بکەن ژبۆ دابینکرنا پێدڤی یێن تەکنولوژی و تەنسیقکرنێ دگەل تاقیگەهێن تایبەتێن جیهانیدا. بۆ نموونـه ڤاڤارتنا ئەنجامێن تاقیگەهێ یان ژی دەسنیشانکرنا هندەک جۆرێن نە سروشتی ژبەکتریایێ.

خشته- ۱۳:

پێدڤی یێن تاقیگەهەکا دەسنیشانکرنێ ژبۆ نیاسینا سەرەتایی یا بەکتریا کولێرایێ (O1) ل تاقیگەهەکا لاوەکی یا (دویره بنگەه)

100 Rectal swabs

500 g Cary- Blair medium, 3 X 300 g TCBS medium or

250 g Triptycase

250 g Sodium taurocholate

2 X 250 g Gelatin

25 g Potassium tellurite

25 g Sodium desoxycholate

5 g Tetramethyl-p-phenylenediamine hydrochloride

250 g Kligler’s iron agar

5 X 2 ml Polyvalent O-group 1 Cholera diagnostic antiserum

1 kg Bacto- pepton culture medium

500 Petri dishes (9 cm)

1000 Test tube (13 X 100 mm) & 1000 Disposable Bijou bottle

٩-١: سەرەدەریکرنا دگەل نموونەیێن پیسابیێ:

نموونەیێن پیسابیێ یان ئەوێن ژکونا کۆما نەساخەکی دهێنە وەرگرتن، فەرە دناڤ میدیومەکێ گونجابیێ ڤەگوهاستنێدا وەک میدیومێ کاری بلێر، ب تەوقایی و ددەمێ خوەدا بگەهینە تاقیگەهێ. ئوو فەرە ئەڤ میدیومە دهەمی بنگەهـ و دەزگەهێن ساخلەمییێڤە هەبیت. (تەکنیکا خرڤەکرنا نموونەیان دپاشکویێ– ٥ دا هاتییە شرۆڤەکرن). لێ ئەگەر ئەڤ میدیەمە نەبیت، فەرە نموونێ پەمبیدارێ ژکونا کۆما نەساخی وەرگرتیێ، دناڤ پیسابییەکێ روهندا، بکەنە دناڤ کیسکەکێ پلاستیکیێ پاقژ و دەرگرتیدا و بلەز رەوانەی تاقیگەهێ بکەن. پێدڤییە نموونەیێن فەحسکرنێ بەری دانا دەرمانێن زیندە دژ بهێنە وەرگرتن. ناڤ و ئەدرەسێ نەساخی، نیشانێن نەخوشیێ و رۆژا وەرگرتنا نموونەی، ل سەر هەر نموونەیەکی تۆمارکەن و پاشی رەوانەی تاقیگەهێ بکەن.

٩-٢: تاقیگەها سەرەکی

ل دەڤەرێن دبن مەترسییێڤە، فەرە تاقیگەهەکا سەرەکی لێ بهێتە دەسنیشانکرن ژبۆ دابینکرنا میدیومێن چاندنێ و ئەنتی سیرا ژبۆ نیاسین و دەسنیشانکرنا بەکتریایێ. هەروەسا ئەڤ تاقیگەهە دێ کارمەندێن تاقیگەهێن دی یێن دەڤەرۆکی فێر کەت ژبۆ چەواتییا بکارئینانا تەکنیکێن گونجایی یێن ڤەدەرکرنا نەساخان بکار بینن و چەوا چاڤدێری یا جۆر و کاریگەری یا خزمەتێن تاقیگەهێن دی ژی بکەن. فەرە دشیانا تاقیگەها سەرەکیدا بیت کو هەمی جۆر و گرۆپێن بەکتریا کولێرایێ (O1) بنیاسیت و بشێت هەستدارییا بەکتریایێ ژبۆ دەرمانان خویا بکەت. ژبۆ هندەک رێکێن گرچن و گەلەک پێشکەفتی، دشیانا ڤێ تاقیگەهێدایە کو هەڤبەندیێ ب تاقیگەهێن سەرەکی یێن تایبەت و نێڤ دەولەتی ژی بکەت.

خشته- ١٤: هندەک ژ ڤاقیگەهێن سەرەکی یێن نێڤ دەولەتی

ڤان بنگەهێن خوارێ شیانێن تایبەتێن نیاسینا بەکتریا کولێرایێ (O1) هەیە و هەروەسا شیانێن لێنێرین و فەحسێن گرچن و پێشکەفتی ژی ژبۆ فەحسکرنا ژەهرێ و شێوازێ داعویرانێ (Phage typing & Toxine) هەنە. دشیانا ڤان بنگەهاندایە کو خولێن راهێنانێ ژبۆ دەستنیشانکرنا بەکتریا یێن هناڤان و کولێرایێ ڤەکەتن. هەروەسا دشیاندایە کو هاریکاری یێن تەکنیکی پێشکێش کەت، لێ بەرێ هەڤبەندیکرنێ دگەل هەر بنگەهەکی، فەرە ئاگەهداریا بنگەهی بهێتە کرن.

- WHO Collaborating Center for Research, Training and Control in Diarrhoeal Diseases. International Center for Diarrhoeal Disease Reasearch, Bangladesh (ICDDR, B). G.P.O. Box 128, Dhaka 100. Bangladesh.
- WHO Collaborating Center Diarrhoeal Disease Reasearch and Training. National Institute of Cholera and Enteric Disease P-33, CIT Road Scheme XM, Beliaghata. P.O. Box 177, Calcutta 700016. India.
- WHO Collaborating Center for Phage- Typing and Resistance of Enterobacteria. Central Public Health Laboratory. 61 Colidale A venue. London NW9 5HT. England.
- Division of Bacterial Disease. Enteric Disease Branch. Center for Infectious Diseases. Center for Disease Control. Atlanta, GA30333. USA.

(١٠)

پشتی بەربەلاڤبوونەکا کولێرایێ

پشتی هەر بەر بەلاڤبوونەکا کولێرایێ ب دویماهیک دهێت، فەرە پویتەپێکرنا ب چالاکی یێن کونترۆلکرنا بلەز بهێتە گوهورین، ژ رێگرتن و بەرسینگگرتنێ بۆ خوە بەرهەڤکرنێ ژبۆ هەر بەربەلاڤبوونەکا دی دئاییندەیدا و پێدڤییە هەمی شیان بهێنە مەزاختن ژبۆ چێترلێکرنا دەزگەهێن دابینکرنا ئاڤا پاقژ و ئاڤرێژی یا جڤاکی. بەرنامە و چالاکی یێن رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ بۆ جڤاکی بدانن و فەرە ب بەردەوامی داکۆکیێ ل سەر بنەماییێن پاقژی یا کەسۆکی و ئاڤا پاقژ و هاڤێتنا ئێمن یا پیسارییێ مرۆڤی بکەن و خەلکی هانبدەن ل سەر خوارنا پاقژ و خۆپاراستنا ژ نەساخییان. د باژێراندا، فەرە سیستەمێ دابینکرنا ئاڤێ ب شێوەیەکێ نموونەیی بهێتە دابینکرن و ئاڤا پاقژا ڤەخوارنێ ب بەردەوامی بگەهتە هەمی مالان. ئەڤ ئاڤا دگەهتە مالان، فەرە ب ماددەیێن کیمیاوی (وەکو کلۆرین) بهێتە پاقژ کرن، هەروەسا فەرە دابینکرنا تورێن تایبەتێن ئاڤرێژیێ و هاڤێتنا پیسارییێ مرۆڤی، ببیتە ئارمانجا سەرەکی یا دەستەلاتا هەر دەڤەرەکێ.

ل دەڤەرێن دویر (ل گوندان): پێدڤییە ژێدەرێن ئاڤا پاقژ پاراستی بن ژ پیسبوونێ و ل دەمێ چێکرنا دەستاڤان، فەرە ئاڤرێژی یا وان ل دویری ژێدەرێ ئاڤا ڤەخوارنێ بن. هەروەسا فەرە بیرێن ئیرتیوازی یێن پاراستی و نافپۆش ڤەکری و ب بۆری یێن پاقژ بهێنە دابینکرن. کونترۆلکرنا کولێرایێ ب ئاڤێ و ئاڤرێژیێ و پاقژی یا خوارنێ و پاقژی یا لێنان و هەلگرتنا خوارنێڤە هەڤبەندە، ب رێکا دابینکرنا ئەڤا مە گۆتی د شیاندایە رێ ل بەلاڤەبوونا کولێرایێ بهێتە گرتن.

هندەک پێزانینێن دی ل سەر کونترۆلکرنا کولێرایێ

ژبلی ئەوێن ئاماژە پێ هاتییەکرن، ئەڤ بەلاڤۆکێن ل خوارێ ب زمانێ ئینگلیزی ب تنێ ب دەست دکەڤن.

- **رێبەرێ ئێمنی یا خوارنێ بۆ رێڤینگان. جنێڤ، رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی، ١٩٩١ (بەڵگەیەکا نەبەلاڤکرییە).**

A guid on food safety for travllers, Geneva, WHO, 1991. Unpublished WHO document. WHO/ FOS 91.1.

ئەڤ بەلاڤۆکە نیشا ددەت کا دێ چەوا رێڤینگ خوە ژ وان نەساخییان پارێزن ئەوێن ژ ئەگەرێ خوارن و ڤەخوارنێن نەئێمن پەیدا دبن و هەروەسا نیشانا ددەت کا دێ چ کەن ئەگەر تۆشی زکچوونەکێ ببن. ئەڤ بەلاڤوکە ل دەزگەهێ بەلاڤکرن و فرۆتنێ هەیە: WHO, 1211 Geneva 27, Switzerland

– ب زمانێن عەرەبی، ئینگلیزی، فرەنسی، ئەلمانی، ئیسپانی هەیە و (ژبۆ زمانێن چینی، ئیتالی و ژاپونی د قوناغێن بەرهەڤکرنێدایە).

- **کولێرا: هندەک راستی یێن سەرەکی ژبر رێڤینگان. جنێڤ، رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی، ١٩٩٢.**

Cholera- Basic facts for travllers, Geneva, WHO, 1992. Unpublished WHO document.

ئەڤ بەلاڤۆکە تایبەتە بۆ وان کەسێن دچنە وەلاتێن کولێرا لێ بەربەلاڤ، نیشا ددەت کا کولێرا چییە و دێ چەوا ب رێکێن سادە و ساناهی خوە ژێ پارێزن. ل دەزگەهێ فرۆتن و بەلاڤکرنێ یە: WHO, 1211 Geneva 27, Switzerland

- ب زمانێن ئینگلیزی و فەرەنسی و ئیسپانی هەیە.

- **پیڤەرێ بچووک یێ پاقژیێ، لەندەن.**

Cairneross S, Small Seale Sanitation, London, London School of Hygiene & Tropical Medicine 1988.

ئەڤ بەلاڤۆکە شیرەتێن ئاشکرا و وێنەدار نیشا ددەت ژبۆ چێکرنا دەستاڤێن سەرەکی و چەواتییا بەلاڤەکرنا ئاڤا پاقژ بۆ مالان و جڤاکێن بچووک. هەروەسا ئەڤ بەلاڤۆکە ب شێوەکێ تایبەت ژبۆ کارمەندێن ساخلەمیێ ئەوێن نەشارەزا دڤی بیاڤیدا هاتییە نڤیسین.

- **خولێن راهێنانێ ل سەر چارەسەرکرنا زکچوونێ ژبۆ ب جهئینانا راهێنانێن کلینیکی ل بنگەهێن ساخلەمیێ و نەخوشخانێن بچووک. جنێڤ، رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی،١٩٩٠. (بەلگەیەکا نەبەلاڤکری یا WHO یە).**

Diarrhoea management training courses: guidelines for conducting clinical training courses at health centers and small hospitals. Geneva, WHO, 1990. Unpublished WHO document. CDD/ SER/ 90.2.

ئەڤ بەلاڤۆکە ژ رینمایی یێن پشکداران، رینمایی یێن وانەبێژان، سیتەکێ سلایدان و کاسیتێن ڤیدیۆیێ پێک دهێت کو ژبۆ خولەکا راهێنانێ یا (٣ – ٤) رۆژی بکار دهێت و ئەڤ خولە ژبۆ نوژداران، پەرستیاران و کارمەندێن دی یێن ساخلەمیێ دهێنە ڤەکرن سەبارەت ب وێ چەندێ کا دێ چەوا حالەتێن زکچوونێ چارەسەرکەن. د ڤان خولاندا پشکدار ب راهێنانێن نڤیساندی، پرسیار و بەرسڤان و سەربۆرێن پراکتیکی فێری وێ چەندێ دبن کا دێ چەوا چارەسەرییا زکچوونێ کەن (دگەل کولێرایێ ژی). دشیاندایە ڤان خولان ل دەزگەهەکێ ساخلەمیێ ڤەکەن کو هژمارەکا نەساخێن زکچوونێ تێڤە هەبن ژبۆ ئەنجامدانا راهێنانێن پراکتیکی ل سەر نەساخان. ئەڤ خولە پێدڤی ب چ پێداویستی یێن تایبەت نابن. دشیاندایە ڤان خولان بۆ هەموو کارمەندێن ڤی بیاڤێ ساخلەمیێ ڤەکەن، نەمازە ددەمێن پەیدابوونا گەڤێن کولێراییدا، هەروەسا دشیاندایە بۆ وان بەرپرسان بیت، ئەوێن ل دەمێ تەنگاڤییان ب کارێ دامەزراندن و ب رێڤەبرنا دەزگەهێن چارەسەرکرنێ رادبن. هەر کەسێ بڤێت دکارێت ڤێ بەلاڤوکێ ب رێکا بەرنامێ کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن زکچوونێ پەیدا کەن: WHO, 1211 Geneva 27, Switzerland

– ئەڤ بەلاڤوکە ب زمانێن ئینگلیزی و فەرەنسی هەیە.

- **چەند راستییەک دەربارەی پاقژی یا ژینگەهێ ژبۆ کونترۆلکرنا کولێرایێ. جنێڤ، رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی (دبەرهەڤکرنێدایە).**

Facts sheets on environmental sanitation for cholera control. Geneva, WHO. (In preparation)

ئەڤ بەلاڤۆکە یا تایبەتە ب وان جهـ و پیڤەرێن گونجاییڤە ئەوێن هاریکارییا پاقژی یا ژینگەهێ دکەن ژبۆ کونترولکرن و رێگرتنا بەربەلاڤبوونا کولێرایێ. داکۆکیێ ل سەر

وان پێدڤی یێن هەیی دکەت ژبۆ بکارئینانەکا مفادار و پاقژکرنا ئاڤا ڤەخوارنێ. هەمی پێزانینێن خرڤەکری، ب رێکەکا پوخت و ب ساناهی رێکخستینە ژبۆ هندێ کو ب ساناهی مفا ژێ بهێتە وەرگرتن. هەر کەسێ بڤێت دکاریت ڤێ بەلاڤۆکێ ب رێکا بەرنامێ دابینکرنا ئاڤێ و پاقژیێ پەیدا بکەت:

WHO, 1211 Geneva 27, Switzerland

- **رێبەرێ باشترین جۆرێ ئاڤا ڤەخوارنێ، پشکا (١-٣). جنێڤ، WHO، ١٩٨٤ -١٩٨٥.**

Guidelines for drinking- water quality. Volum 1-3, Geneva, WHO. 1984- 1985.

ئەڤ بەلاڤۆکە ژ سێ پشکان پێک دهێت: پشکا ئێکێ راسپاردە و شیرەتن. پشکا دووێ ژ ساخلەتێن ساخلەمیێ و پێزانینێن پالپشت پێک دهێت و پشکا سیێ ژی ژ کونترۆلکرنا ئاڤا ڤەخوارنێ د جڤاکەکێ بچووکدا پێک دهێت. ئەڤ هەرسێ پشکێن ڤێ بەلاڤوکێ هاتینە بەرهەڤکرن داکو وەلاتێن جوداجودا مفای ژێ وەرگرن ژبو دانان و وەرارکرنا پلانێن خوەیێن سەرەکی و ستاندارد یێن دابینکرنا ئاڤا پاقژا ڤەخوارنێ. (چاپا دووێ ژ ڤێ بەلاڤۆکێ د بەرهەڤکرنێدایە).

- ئەڤ بەلاڤۆکە ب زمانێن عەرەبی، چینی، ئینگلیزی، فرەنسی و رۆسی هەیە.

- **چارەسەرکرنا نەساخەکێ تۆشبوویی ب کولێرایێ. جنێڤ، رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی، ١٩٩١. (بەڵگەیەکا نەبەلاڤکرییە).**

Management of patient with cholera. Geneva, WHO, 1991. Unpublished WHO document. CDD/ SER/ 91.15. Rev 1.

ئەڤ دوکیومێنتە د پاشکوا (٢)دا نڤیسایە و هەر کەسێ بڤێت دکارێت ب رێکا بەرنامێ کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن زکچوونێ پەیدا کەت.

WHO, 1211 Geneva 27, Switzerland

– ب زمانێن ئینگلیزی، فرەنسی، ئیسپانی هەیە (ب پورتوگالی د بەرهەڤکرنێدایە).

- **چارەسەرکرنا نەساخەکێ تۆشبوویی ب زکچوونێ: خولا سەرپەرشتیکرنا شارەزاییان. جنێڤ، رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی، ١٩٩٠. (بەلگەیەکا نەبەلاڤکرییە).**

Management of patient with Diarrhoea. Supervisory skills course. Geneva, WHO, 1990. Unpublished WHO document.

شێوازێ راهێنانێ ئەوێ دڤێ بەلاڤۆکێدا هاتی تایبەتە ب وان خولانڤە ئەوێن ژبۆ سەرپەرشتکارێن کارمەندێن ساخلەمیێ دهێنە ڤەکرن، راهێنانێن نڤیساندی و نموونێن حالەتان بکار دهینن ژبۆ پێشکێشکرنا بنەماییێن چارەسەرکرنا نەخۆشی یێن کولێرایێ. هەر کەسێ بڤێت دکاریت ڤێ بەلاڤوکێ ژبەرنامێ کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن زکچوونێ پەیداکەت: WHO, 1211 Geneva 27, Switzerland

– ب زمانێن ئینگلیزی، فرەنسی و ئیسپانی هەیە.

- **رینمایی یێن ژبۆ لێنێرینێن تاقیگەهێ یێن نەخۆشی یێن ب ڤەگرێن رویڤیکا. جنێڤ، رێکخراوا ساخلەمی یا جیهانی، ١٩٨٧. (بەڵگەیەکا نەبەلاڤکرییە).**

Manual for laboratory investigations of acutenteric infections. Geneva, WHO, 1987. Unpublished WHO document. CDD 83.3, Rev 1.

هەر کەسێ بڤێت دکاریت ڤێ بەلاڤوکێ ژ بەرنامێ کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن زکچوونێ پەیدا کەت: WHO, 1211 Geneva 27, Switzerland

- ئەڤ بەلاڤوکە ب زمانێن ئینگلیزی و فرەنسی هەیە.

- **رێبەرێ چێکرنا پیڤەرێن سادەیێن پاقژیێ ژبۆ کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن ب ڤەگرێن رویڤیکا. جنێڤ، WHO، ١٩٧٤.**

Rajagopalan Schiffman MA. Guide to Simple Sanitary Measures for the Control of Enteric Disease. Geneva, WHO, 1974.

ئەڤ بەلاڤۆکە چەند شیرەتن ژبۆ چەواتییا ئاڤاکرنا دەستاڤان و چەواتییا چێکرنا سیستەمەکێ سادەیێ بەلاڤکرنا ئاڤا پاقژ، دگەلدا چەندین پێزانینێن مفادار هەنە ژبۆ چەواتییا کارکرنێ درەوشێن تەنگاڤدا ل نەخوشخانێ، خواندنگەهێ و دناڤ کەمپێن پەناهندەیاندا. پشکەکا تایبەت ب خوارنێ و پاقژ هەلگرتنا خوارنێڤە هەیە، بەحسێ چەواتییا پاراستنا خوارنێ دکەت ددەمێ لێنانێ و هەلگرتنێ و بکارئینانێدا. هەروەسا ماددەیێن کیمیاوی یێن پێدڤی تێدا دەسنیشانکرینە ژبۆ وان کەسێن بەرپرس ب کلۆرکرنا ئاڤێ و پاقژکرنا کەلوپەلێن پیسبوویێڤە.

- **رێبەرێ وەرارکرنا پاقژی و ئاڤرێژیێ د جهێ کاریدا. جنێڤ، WHO، ١٩٩٢.**

Franceys R, Pickford J, Reed R. Aguide to the development of on- site sanitation. Geneva, WHO, 1992.

دڤێ بەلاڤۆکێدا هەمی رێکێن پراکتیکی یێن ئاڤرێژی وپاقژییێ شرۆڤەکرینە، ئانکو چەواتییا سەرەدەریکرنێ دگەل پیسابییێ مرۆڤی، ئەوێ کۆمبوویی و ب رێکا سیستەمێن ئاڤرێژییێ نەهاڤێتی. هەروەسا ب درێژی بەحسێ چەواتییا پلاندانان و ئاڤاکرن و چاککرنەڤەیا شێوازێن هەمەجۆرێن دەستاڤان دکەت، وەکو بیرێن ئێرتیوازی و تانکی یێن خرڤەکرنا پیسابییێ مرۆڤان. پلاندانان و وەرارکرنا پرۆژێ ئاڤرێژی و پاقژییێ ل جهێ کاری، بابەتێ سەرەکییێ ڤێ کتێبێیە. هەروەسا کۆمەکا دی یا پێزانین و ژێدەر و بابەتێن هەلبژارتی یێن خواندنێ تێدا هەنە. زێدەباری ڤێ چەندێ ژی، فەرهەنگۆکەکا مفادار یا ئیدیەمان تێدا هەیە.

– ب زمانێ ئینگلیزی هەیە (ب زمانێن فرەنسی و ئیسپانی ژی دبەرهەڤکرنێدایە).

- **چارەسەرکرن و خۆپاراستن ژ زکچوونا دژوار: شیرەتێن پراکتیکی. چاپا دووێ، جنێڤ، WHO، ١٩٨٩.**

The Treatment and Prevention of Acute Diarrhoea: Practical Guidelines. 2nd edition. Geneva, WHO, 1989.

ئەڤ بەلاڤۆکە ژبۆ کارمەندێن ساخلەمیێ هاتییە بەرهەڤکرن، داکو هاریکاری یا وان بکەت ژبۆ هەلسەنگاندنا رەوشا هشکبوونێ و چارەسەرکرنا زکچوونێ. هەروەسا چەند رێکێن هاندانا خەلکی تێدا هەنە ژبۆ خۆپاراستنێ ژ زکچوونێ. (چاپا سییێ دبەرهەڤکرنێدایە).

– ب زمانێن چینی، ئینگلیزی، فرەنسی، پورتوگالی، رۆسی و ئیسپانی هەیە.

پاشکو ١

چێکرنا چالەکا چاککری و گونجای ژبۆ دەستاڤێ*

چێکرنا چالەکا چاککری و گونجایی کو بیاڤێ با گوهورینێ هەبیت، رێکەکا پراکتیکییە ژبۆ هاڤێتنا پیسایییێ مرۆڤی، نەمازە ل دەڤەرێن دویر و ل گوندان. ئوو بڕیاردان ل سەر هەلبژارتنا جۆرێ دەستاڤان ب فاکتەرێن دەڤەروکی ڤیێن وەکو جۆرێ ئاخێ و هژمارا چڕییا کەسێن جهوارڤە هەڤبەندە.

ئاڤاکرن و چێکرنا دەستاڤان، فەرە ب کێمی ٣٠ میتران ژبیران یان ژێدەرێن ئاڤا ڤەخوارنێ دویر بن و ئەگەر دشیاندا بیت باشترە کو ٦ میتران ژ مالان دویر بن. چێکرنا دەستاڤان نابیت ژ ئاستێ ژێدەرێ ئاڤێ بلندتر بن و هەروەسا نابیت دناڤ ئاخەکا خلولەدا بهێتە کولان.

هەر دەستاڤەکا ٢ میتران یا کویر بیت و دەرێ وێ ب قەبارێ (١ X ١ میتر) بیت، خێزانەکا پێنج کەسی دکاریت بۆ ماوێ ٢ – ٤ سالان بکار بینیت. (ئەڤ هژمارە ژ رێژەیا پیسایییێ هەر کەسەکی دناڤبەرا ٦٠ – ١٠٠ لیتران د سالەکێدا هاتییە

---

* **ژبۆ پێزانینێن زێدەتر, سەحکە:**

Cairneross S, Small Seale Sanitation, London, London School of Hygiene & Tropical Medicine 1988.

وەرگرتن). ژبۆ کێمکرنا بێهنا نەخوش و خرڤەبوونا مێشا ل سەرە ڤان دەستاڤان، فەرە ب رێکا بۆرییەکا ستوونی دەرکەڤیت کو سەرێ بۆریێ یێ گرێدای بیت ب تۆڕەکا رێگرا مێش و مەگەزان. فەرە بەر لێڤێن دەستاڤێ، ژ ئاستێ ئاخێ بلندتر بن داکو ئاڤا بارانێ و ئاڤا دی یا رشتی نەچیتە ناڤ.

هەروەسا پێدڤییە دیوارێن دەستاڤێ کونکریت بیت یان دارەکێ قایم بیت و بگەهتە لێڤێن دەستاڤێ کو ل سەر عەردی ددیار بن. ئەگەر دشیاندا بیت، وی کونکریتی بکار بینن، ئەوێ بارکری ب شفشێن ئاسنی یێن ٨ ملم هاتبیت موککرن و هەر شفشەک ١٥٠ ملم ژ یا دی یا دویر بیت، چونکو بەرگری و مانا ڤی جۆرێ کونکریتی باشترە. روویێ ژناڤدا یێ دەستاڤێ فەرە روژانە بهێتە شویشتن و پاقژکرن ب ماددە یێن وەکو (کریزول یان توزا کلۆری)، هەردەمێ دوو سێکێن چالێ پر بوو (ب بلندیا ١,٣ میتران) فەرە ئاخێ رادەنە سەر و چالەکا دی دروست بکەن.

پاشکو ٢

چارەسەرکرنا نەساخەکێ تۆشبوویی ب کولێرایێ

د ڤان حالەتاندا، فەرە گومان ل هەبوونا کولێرایێ بهێتە کرن:

- نەساخەکێ د سەر پێنج سالییێدا بیت و تۆشی هشکبوونەکا زەییری بوو بیت، ژ ئەگەرێ زکچونەکا دژوارا وەکو ئاڤێ (دپڕانی یا جاراندا ڤەڕەشیان دگەلدا بیت).
- هەر نەساخەکێ دسەر دووسالییێدا بیت و زکچوونەکا دژوارا وەکو ئاڤێ لێ بیت، نەمازە ل وان دەڤەرێن کولێرا لێ بەربەلاڤ.

پێنگاڤێن چارەسەرکرنا نەساخەکی کو دبیت کولێرا لێ بیت:

پێنگاڤ (١): هەلسەنگاندنا هشکبونا لەشێ نەساخی بکە.

پێنگاڤ (٢): نەساخی ب رپسین Rehydrate، ب بەردەوامی چاڤدێری یا وی بکە و پاشی جارەکا دی، ئاستێ هشکبوونێ ب هەلسەنگینە.

پێنگاڤ (٣): رپساندنا لەشی راگرە و ل گورەی زکچوونێ شلەمەنییان بدەرە نەساخی هەتاکو زکچوون رادوەستیت.

پێنگاڤ (٤): ئەو نەساخێن هشکبوونەکا زەییری لێ، زیندە دژان (ئەنتی بایوتیک) ب رێکا دەڤی بدەرێ.

پێنگاڤ (٥): خوارنێ بدە نەساخی.

پێنگاڤ(١): هەلسەنگاندنا هشکبوونا لەشێ نەساخی:

خشتەیێ– ١ بکاربینە ژبۆ زانینا ڤان پێزانینان

- هشکبونەکا زەییری لێیە.
- هندەک هشکبوون لێیە "هشکبوونەکا سڤکە یان مام ناڤنجییە"
- چ نیشانێن هشکبوونێ لێ نینن.

خشتەیێ– ١: هەلسەنگاندنا هشکبوونا لەشی ل دەڤ نەساخەکێ توشبوویی ب زکچوونێ*

١. سەحکێ:			
رەوشا نەساخی	باشە، هشیارە	**نەرەحەتە، ئازریایی یە.**	**بێهێزە، خاڤ و بێهۆشە**
چاڤ	سروشتینە	چاڤ: کوور بوونە	گەلەک کوور بوونە و هشکن

---

* ل دەڤ مەزنان و زارۆکێن پتر ژ پێنج سالیێ، نیشانێن دی یێن هشکبوونەکا زەییری "**نەبوونا ترپێن خوینبەرێ زەندی**" و "**کێمبوونا فشارا خوینێ** "، قورنجیك دحالەتێن بەدخۆراکییێدا بێ مفایە (ئەوێن گەلەك زەعیف و بێهێز) یان دحالەتێن کواشیورکەردا (بەدخۆراکییەکا دژوار دگەل وەرمتنێ) یان ژی د نەخۆشی یێن قەلەودا. هەبوون و نەبوونا روندکان ب تنێ ل دەڤ زاروکێن ساڤا و شیرخور، نیشانەکا ئاشکرایە.

روندک	هەنە	نینن	نینن
دەڤ و زمان	تەڕە	هشکە	گەلەک هشکە
تێهنیبوون	ئاڤ ڤەخوارن سروشتییە و نە تێهنییە	**تێهنییە و ب گەرمی ئاڤێ ڤەدخۆت.**	**نەشێت ئاڤێ ڤەخۆت یان ب کێمی ڤەدخۆت.**
٢. دەست بکێ و هەست پێ بکە: قورنجیکا چەرمی	بلەز دزڤریتەڤە وەکو خوە.	هێدی هێدی وەکو خوە دزڤرینەڤە.	شوین تبلێن مرۆڤی لێ دمینن و گەلەک ب هێدی وەکو خوە دزڤریتەڤە.
٣. بڕیارێ بدە:	نەساخی چ نیشانێن لەش هشکبوونێ نینن.	ئەگەر نەساخی دوو نیشان یان زێدەتر لێ بن، یان ب کێمی ئەگەر یەک نیشان لێ بیت، ئەڤە رامانا وێ ئەوە کو **هندەک هشکبوون** لێیە.	ئەگەر نەساخی دوو نیشان یان پتر لێ بن، یان ب کێمی یەک نیشان لێ بیت، رامانا وێ ئەوە کو **هشکبوونەکا زەییری** لێیە.

پێنگاڤ (٢): نەساخی ب رپسینە، ب بەردەوامی چاڤدێری یا وی بکە و پاشی جارەکا دی، ئاستێ هشکبوونێ ب هەلسەنگینە.

ژبۆ هشکبوونەکا زەییری:

- ئێکسەر سێلانێ ب رێکا دەماران بدە نەساخی ژبۆ گەرەوتەژیکرنا شلەمەنیێ بەرزەبوویی. ژبۆ ڤێ مەرەمێ رینگەر لاکتێت بکار بینە، ئەگەر نەبیت، نورمال سەلاین ژی باشە.
- ئێکسەر سێلانێ بدە نەساخی، لێ ئەگەر نەساخی شیانێن ڤەخوارنێ هەبن، ژیناڤێ (ORS) ب رێکا دەڤی بدێ هەتاکو سێلان بۆ بەرهەڤ دبیت.
- ژبۆ وان نەساخێن ژیێ وان سالەک یان پتر (١٠٠مل/ کگم)ێن سێلانێ د سێ دەمژمێرێن ئێکیدا ب ڤی شێوەیێ ل خوارێ بدەرێ.
  - ٣٠ مل/ کگم بلەز د ماوێ٣٠ دەقیقەیاندا بدەرێ.
  - ٧٠ مل/ کگم د (٢،٥) دەمژمێرێن دی دا بدەرێ.
- ژبۆ وان نەساخێن ژیێ وان ژ سالەکێ کێمتر بیت (١٠٠مل/ کگم)ێن سێلانێ د شەش دەمژمێرێن ئێکێدا ب ڤی شێوەیێ ل خوارێ بدەرێ.
  - ٣٠ مل/ کگم ددەمژمێرا ئێکێدا بدەرێ.
  - ٧٠ مل/ کگم د هەر پێنج دەمژمێرێن دی دا بدەرێ.

- ب بەردەوامی چاڤدێری یا نەساخی بکە، پشتی دانا پشکا ئێکێ یا سێلانێ (٣٠ مل/کگم)، ترپێن خوینبەرا زەندی دێ بهێز کەڤیت و فشارا خوینێ ژی دێ سروشتی بیتەڤە. ئەگەر ترپێن خوینبەرا زەندی بهێز نەکەڤیت، یێ بەردەوام بە ل سەر دانا سێلانێ و بلا یا بلەز بیت.

- هەر دەمێ نەساخ شیا شلەمەنییان ڤەخۆت، ژیناڤێ ژی دگەل سێلانێ بدەرێ (٥ مل/ کگم د هەر دەمژمێرەکیدا).

- پشتی٣ دەمژمێران، جارەکا دی نەساخی ب هەلسەنگینە (**ژبۆ سوریلانکان:** پشتی ٦ دەمژمێران). ژبۆ ڤێ چەندێ ژی خشتەیێ-١ بکار بینە.

➢ ئەگەر نیشانێن هشکبوونا زەییری لێ هەبن (گەلەک بکێمی دمینن) یێ بەردەوام بە ل سەر چارەسەرییا ب سێلانێ.

➢ ئەگەر هندەک نیشانێن هشکبوونێ لێ هەبن، یێ بەردەوام بە ل سەر چارەسەریێ ل گورەی پێدڤییێ هەروەکو ل خوارێ شروڤەکری.

➢ ئەگەر چ نیشانێن هشکبوونێ لێ نەما بن، هەرە پێنگاڤ (٣) ژبۆ راگرتنا رپساندنا لەشی و دانا شلەمەنییان ل گورەی ئەوا ژ لەشی بەرزە دبیت.

ژبۆ هندەک نیشانێن هشکبوونێ (هشکبوونەکا سڤک):

- ژیناڤێ ل گورەی خشتەیێ (٢) بدەرە نەساخی. ئەگەر زکێ نەساخی وەکو ئاڤێ بچیت یان ژی پتر ژیناڤ بڤێت ژ ئەوا هەیی، پتر بدەرێ.

- ب بەردەوامی چاڤدێری یا نەساخی بکە ژبۆ دلنیا بوونێ کو نەساخی تێرا خوە ژیناڤ یا ڤەخواری و هەروەسا ژبۆ دەسنیشانکرنا وان نەساخێن زکچوونەکا دژوار و بەردەوام لێ کو پێدڤی ب چاڤدێرییەکا پتر هەیە.

- پشتی ٤ دەمژمێران نەساخی ب هەلسەنگینەڤە و خشتەیێ (١) بکار بینە:

➢ ئەگەر نیشانێن هشکبوونەکا زەییری لێ بن (ب کێمی روی ددەت) هەروەکو پێنگاڤ (١) چارەسەربکە. ل سەلال هاتییە شرۆڤەکرن.

➢ ئەگەر هندەک نیشانێن هشکبوونێ لێ بن، هەمان کریارا چارەسەرکرنێ بۆ دووبارە بکەڤە و دەست پێ بکە خوارنێ و شلەمەنی یێن دی بدەرێ.

➢ ئەگەر چ نیشانێن هشکبوونێ لێ نەبن، هەرە پێنگاڤ (٣) ژبۆ راگرتنا رسپاندنا لەشی و دانا شلەمەنییان ل گورەی ئەوا بەرزە دبیت.

خشتە- ٢: چەنداتییا ژیناڤێ ئەوا د (٢٤) دەمژمێرێن ئێکێدا ددەنە نەساخی

ژی*	کێمتر ژ ٤ هەیڤان	٤-١١ هەیف	١٢-٢٣ هەیف	٢-٤ سال	٥-١٤ سال	١٥ سال یان پتر
کێش (سەنگ)	کێمتر ژ ٥ کگم	٥-٧,٩ کگم	٨- ١٠,٩ کگم	١١- ١٥,٩ کگم	١٦- ٢٩,٩ کگم	٣٠ کگم یان پتر
ژیناڤ (مل)	٢٠٠ - ٤٠٠	٤٠٠ - ٦٠٠	٦٠٠ - ٨٠٠	٨٠٠ - ١٢٠٠	١٢٠٠- ٢٢٠٠	٢٢٠٠ - ٤٠٠٠

[*] د دەمێ نەزانینا سەنگا ویدا، ژییێ نەساخی بکاربینە. دشیاندایە چەنداتییا ژیناڤا پێدڤی (مل) ب رێکا (سەنگ (کگم) X ٧٥ بۆ حساب بکەن).

چەند تێبینییەک ل سەر رپساندنا لەشی (Rehydration):

مەرەم ب رپساندنا لەشی ئەوە دەمیَ ژیناڤیَ (ORS) ددەنە نەساخی ژبۆ گەرەوتژیکرنا وان شلەمەنی یێن بەرزەبوویی ژ ئەگەرێ زکچوون و ڤەرەشیانیَ. دپڕانی یا نەساخاندا، خۆ ئەگەر ڤەرەشیان ژی هەبیت، دکارن پێدڤییا خوە ژ ژیناڤیَ وەرگرن ب رێکا مێژتنا ژیناڤیَ د رویڤیکادا. دپرانی یا جاراندا دماوەییَ (٢ – ٣) دەمژمێراندا پشتی دەستپێکرنا رپساندنیَ، ڤەرەشیانا نەساخی رادوەستیت.

ئەگەر نەساخی هندەک نیشانێن هشکبوونیَ هەبن و نەشیا شلەمەنییان ڤەخوت، فەرە سوندەییَ دفنیَ– ئاشکی (NG) بۆ بدانن، داکو ژیناڤیَ تێرا بدەنیَ. یان ژی د حالەتێن هشکبوونەکا زەییریدا، ئەگەر دشیاندا نەبوو کو سێلانیَ ب رێکا دەماران بدەنیَ یان ژی سێلان ل دەزگەهیَ ساخلەمییَ نەبیت، دیَ ژیناڤیَ ب رێکا دفنیَ– ئاشکی دەنیَ. هەردەمیَ هشکبوون پەیدا ببیت، میزتنا نەساخی دیَ کێمتر لیَ هێت و دویر نینە راوەستیت (نەمیزتن). دپڕانی یا جاراندا ددەمیَ (٦ – ٨) دەمژمێراندا پشتی دەست پێکرنا رپساندنیَ، میزتنا نەساخی دەست پیَ دکەتەڤە.

میزتن د هەر (٣-٤) دەمژمێراندا ب شێوەیەکیَ رێکوپێک نیشانەکا باشە کو نەساخی تێرا خوە شلەمەنی وەرگرتینە.

ژبۆ ئەوێن نیشانێن هشکبوونیَ لیَ نەبن:

ئەو نەساخێن بۆ جارا ئێکیَ د هێنە دیتن و چ نیشانێن هشکبوونیَ لیَ نەبن، دشیاندایە ل مال چارەسەرکەن.

- کیسکێن توزا ژیناڤێ بدەرەڤێ کو دگەل خوە ببنە مال. تێرا دوو رۆژان تۆزا ژیناڤێ ORS بدەڤێ و بۆ شرۆڤە بکە کا دێ چاوا ڤێ ژیناڤێ بەرهەڤکەت و دەتە نەساخی. ئەو کەسێن سەخبێرییا نەساخی دکەن، فەرە ب ڤی شێوەیێ ل خوارێ ژیناڤێ بدەنە نەساخی:

ژی	چەنداتییا ژیناڤێ پشتی هەر زکچوونەکێ/ پێدڤی یا نەساخی ژکیسکێن ژیناڤێ	کیسکێن ژیناڤا پێدڤی
کێمتر ژ ٢٤ هەیڤان	٥٠ – ١٠٠ مل	د رۆژەکێدا تێرا ٥٠٠ مل دکەت
٢ – ٩ سال	١٠٠ – ٢٠٠ مل	د رۆژەکێدا تێرا ١٠٠٠ مل دکەت
١٠ سال یان پتر	هندی بڤێت بدەرێ	د رۆژەکێدا تێرا ٢٠٠٠ مل دکەت

- بێژە نەساخی یان ئەوێ ل گەل هاتی کو ڤەگەرینتەڤە نەخوشخانێ ئەگەر:
  - ➢ هژمارا زکچوونا وییا وەکو ئاڤێ زێدەتر لێ هات .
  - ➢ کێم بخۆت یان ڤەخۆت.
  - ➢ تێهنەکا ئاشکرا هەبیت.
  - ➢ ب بەردەوامی ڤەرەشییێت.
- یان ژی ئەگەر نیشانەکا ژ ئارێشەکا دی بۆ پەیدا ببیت وەکو:
  - ➢ تا (بلند بوونا پلەیا گەرمییا لەشێ نەساخی).
  - ➢ هەبوونا خوینێ دگەل زکچوونێ (پیسابیێ نەساخی).

پێنگاڤ (٣): رپساندنا لەشی راگرە و ل گورەی زکچوونێ شلەمەنییان بدەرە نەساخی هەتاکو زکچوون رادوەستیت.

دەمێ نەساخەک ب سیلانێ یان ب ژیناڤێ دهێتە رپساندن و پشتی هەلسەنگاندنێ، ئەگەر چ نیشانێن هشکبوونێ لێ نەمابن، یێ بەردەوامە ل سەر دانا ژیناڤێ ژبۆ ئاسایی راگرتنا رەوشا شلەمەنی یێن لەشی. مەرەم ژڤێ بەردەوامیێ ژی ئەوە کو پشتی هەر زکچوونەکێ، ب رێکا توزا ژیناڤێ (ORS) گەرەوتژیکرنا شلەمەنی یێن بەرزەبوویی بهێتە کرن. وەکو شیرەتەک ژبۆ دانا ژیناڤێ، ڤێ چەنداتییا ل خوارێ بدەرێ:

ژی	چەنداتییا ژیناڤێ پشتی هەر زکچوونەکێ
کێمتر ژ ٢٤ هەیڤان	١٠٠ مل
٢ – ٩ سال	٢٠٠ مل
١٠ سال یان پتر	هندی بڤێت بدەرێ

دراستیدا، چەنداتییا پێدڤی ژ ژیناڤێ ژبۆ راگرتنا رپساندنا لەشی ژ نەساخەکی بۆ ئێکێ دی جودایە، ئوو ل سەر چەنداتییا زکچوونێ رادوەستیت. چەنداتییا پێدڤی د ٢٤ دەمژمێرێن ئێکێدا، هەردەم پترە ژ دەمێن دی، نەمازە ئەگەر نەساخی هشکبوونەکا زەییری لێ بیت، هەلبەت دێ پێدڤی ب چەنداتییەکا پتر بیت. د ٢٤ دەمژمێرێن ئێکێدا، نەساخی پێدڤی ب (٢٠٠مل)ێن ژیناڤێ هەیە بۆ هەر کیلوگرامەکێ ژ سەنگا لەشی، لێ هندەک پێدڤی ب (٣٥ مل/ کگم) دبن.

- ژبۆ دیارکرنا نیشانێن هشکبوونێ، ب بەردەوامی هەلسەنگاندنا نەساخی بکەڤە، داکو دلنیا ببیت کو نەساخی تێرا خوە ژیناڤ وەرگرتییە. ئەو نەساخێن زکچوونەکا دژوار و بەردەوام لێ، پێدڤی ب چاڤدێرییەکا پتر و بەردەوامتر هەیە. ئەگەر هندەک نیشانێن هشکبوونێ ل نک نەساخی هەبن، فەرە نەساخ بهێتە چارەسەرکرن (ل دویڤ وان شیرەتێن هاتیی دڤی رێبەریدا) بەری راگرتنا رپساندنا لەشی دەست پێ بکەت. د هندەک نەساخاندا ئەوێن زکچوونەکا بەردەوام و زەییری لێ، ژبۆ راگرتنا رپساندنێ، دبیت دشیانا واندا نەبیت چەنداتییا پێدڤی ژ ژیناڤێ ڤەخۆن. نەمازە ئەگەر ئەڤ جۆرێ نەساخان دوەستیایی بن، یان ڤەرەشیانەکا بەردەوام هەبیت، یان زکێ وان بوەرمیت، فەرە ژیناڤێ ب راوەستینن و رپساندنێ ب رێکا دەماران (سێلانێ) بدەنە نەساخی، باشترە رینگەرلاکتێت یان نورمال سەلاینی بکاربینن (٥٠ مل/ کگم دسێ دەمژمێراندا). پشتی ڤێ چەندێ، دێ دشیاندا بیت کو نەساخی ڤەگەریننەڤە سەر چارەسەرکرنا ب ژیناڤێ ب رێکا دەڤی.
- ئەگەر دشیاندا بیت، هەتاکو زکچوون رادوەستیت یان کێمتر لێ دهێت، فەرە نەساخ دبن چاڤدێرییڤە بیت، ب شێوەیەکێ تایبەتی ئەڤ چەندە بۆ وان نەساخان گرنگە، ئەوێن هشکبوونەکا زەییری هەین.

ئەگەر بەری زکچوون ب راوەستیت، نەساخ ژ نەخوشخانێ بهێتە دەرئێخستن. نیشا کەس و کارێن نەساخی بدە کا دێ چەوا ژیناڤێ بەرهەڤکەن و دێ چەوا دەنێ و ۆ بێژە کو ل سەر دانا ژیناڤێ یا/ یێ بەردەوام بیت، هەروەکو ل سەلال هاتییە شرۆڤەکرن. هەروەسا بێژە کەسوکارێن نەساخی کو بڤەگەریننەڤە ئەگەر نیشانێن د ژێگۆتی د ڤی رێبەریدا لێ دەرکەڤن.

پێنگاڤ (٤): ئەو نەساخێن هشکبوونەکا زەییری لێ، زیندە دژان (ئەنتی بایوتیک) ب رێکا دەڤی بدەیێ.

زیندە دژێن کاریگەر و گونجایی ژبۆ نەساخەکێ تۆشبوویی ب کولێرایێ دبنە ئەگەرێ کێمکرنا چەنداتییا زکچوونێ و هەروەسا ماوەیێ دەرکەفتنا بەکتریایا کولێرایێ (O1) کورتتر لێ دکەت. زێدەباری ڤێ چەندێ ژی، دماوەیێ ٤٨ دەمژمێراندا زکچوونێ دراوەستینیت. ب ڤێ چەندێ ژی، ماوەیێ مانا نەساخی ل نەخوشخانێ کورتتر لێ دکەت.

- پشتی رپساندنێ و پشتی ڤەرەشیان رادوەستێت، دەست ب دانا زیندە دژان بکە کو وەکو چارەسەرکرنا هشکبوونێ دهێتە هژمارتن (دپرانی یا جاراندا بۆ ماوەیێ ٤ – ٦ دەمژمێران ڤەدکێشیت).

پێدڤی ناکەت دەرزیکێن زیندە دژ ل نەساخی بدەن، چونکو سەرەرای بها گرانییا وان نە گەلەک دباشن ژی. چ دەرمانێن دی ژبۆ چارەسەرکرنا کولێرایێ بکار نەئینە. ژبۆ هەلبژارتنا جۆر و ژەمێن زیندە دژان، خشتەیێ– ٣ بکار بینە.

خشتە– ٣ : زیندە دژێن ژبۆ چارەسەرییا کولێرایێ بکار دهێن:

زیندە دژ [١]	زارۆک	زەلام
دوکسی سایکلین (یەك ژەم)	---	٣٠٠ ملگم [٢]
تێتراسایکلین ٤ جاران دروژەکێدا بۆ ماوێ ٣ رۆژان	١٢,٥ ملگم/ کگم	٥٠٠ ملگم
ترایمیتوپریم (TMP)- سەلفامیتوکسازۆل- SMX (بەکتریم)	ترایمیتوپریم (TMP) ٥ ملگم/	ترایمیتوپریم- TMP

دوو جاران د رۆژەکێدا بۆ ماوێ سێ رۆژان	کگم سەلفامیتوکسازۆل (SMX) ٢٥ ملگم/ کلگم [٣]	١٦٠ملگم سەلفامیسوکسازول (SMX) ٨٠٠ ملگم
فیورازولیدین چوار جاران د رۆژەکێدا بۆ ماوێ ٣ رۆژان	١,٢٥ملگم/ کگم	١٠٠ ملگم [٤]

١. ئەگەر زیندەدژێن دیارکری نەبن، یان بەکتریایێ (O1) بەرگری ژێ هەبیت، دشیاندایە ئیرسرومایسین یان کلورامفینکۆل بکار بهینن.

٢. دوکسی سایکلین باشترین زیندەدژە بۆ مەزنان (ژبلی ژنکێن دووجان)، چونکو ب یەک ژەم دهێتە دان بۆ نەساخێ کولێرایێ.

٣. بەکتریم (SMX + TMP) باشترین زیندە دژە ژبۆ زارۆکان، هەرچەندە تێتراسایکلین هەمان کاریگەری هەیە، لێ ل هندەک وەلاتان ژبۆ زارۆکان بکار نا ئینن.

٤. فیورازولیدین زیندە دژێ بژارەیە ژبو ژنکێن دوو جان.

پێنگاڤ (٥): خوارنێ بده نەساخی

- هەردەمێ ڤەڕەشیان راوەستیت خوارنێ بده نەساخی (خوارنا سروشتی).
- بەردەوام بە ل سەر شیردانا سروشتی بۆ زاروکێن شیرخۆر.

سەربارک

- **ئێڤتینا پشان (ئاڤتێزانا پشان- pulmonary oedema**) ژ ئەگەرێ زێدە وەرگرتنا سێلانێ پەیدا دبیت، نەمازە ئەگەر چارەسەرییا ترشبوونا خوینێ (ئەسیدوسیس- acidosis) نەهاتبیتە کرن. ئەڤ حالەتێ داویێ پەیدا دبیت دەمێ نورمال سەلاین ژبۆ رپساندنا لەشی بکار دهێت و د هەمان دەمدا ژی ژیناڤێ نەدەنە نەساخی. ئەگەر سێلانێ ل گورەی شیرەتان بدەنە نەساخی، نابیتە ئەگەرێ ئاڤتێزانا پشان و هەروەسا چ جاران ژیناڤ نابیتە ئەگەرێ ئاڤتێزانا پشان.
- **وەستیانا گوهچیلکان (گورچک- گولچیسک)** پەیدا دبیت دەمێ چەنداتییەکا کێم ژ سێلانێ ددەنە نەساخی و دەمێ دابەزینا فشارا خوینێ (شۆک- shock) ب دروستی نەهاتبیتە چارەسەر کرن، یان ژی دەمێ فشارا خوینێ دووبارە کێم دبیتەڤە، نەمازە د وان کەساندا، ئەوێن ژیێ وان ژ (٦٠) سالیێ پتر بیت. وەستیانا گورچکان گەلەک یا کێمە د وان حالەتێن هشکبوونا دژواردا، ئەوێن بلەز دهێنە چارەسەرکرن و راگرتنا رپساندنا لەشی ل گورەی شیرەتێن دەسنیشانکری دهێتە ئەنجامدان.

پاشکو ٣

نموونەیێ پەیامێن رەوشەنبیریا ساخلەمیێ

دشیاندایە نموونەیێ ڤان پەیامێن ل خوارێ ب شێوەیەکی دارێژن کو خەلک ل سەر رابهێت و بهێنە ڤەگوهاستن بۆ زمانێ دەڤەروکییێ خەلکی.

سێ بنەمایێن ب ساناهی ژبۆ خۆپاراستنێ ژ کولێرایێ

١- خوارنا خوە ب کەلینە.

٢- ئاڤا ڤەخوارنێ ب کەلینە.

٣- دەستێن خوە بشۆ.

ئەرێ تو یێ پاراستییی ژ کولێرایێ؟

ئەرێ تو خوارنا خوە ب ئێمنی بەرهەڤ دکەی؟

- کەلاندن میکروبا کولێرایێ دکوژیت:

- گوشتی و ماسیێ و زەرزەواتی ب باشی بکەلینە.
- دەمێ خوارن یا گەرم، بخۆ.

شووشتن پاراستنه ژ کولێرایێ:

- بەری بەرهەڤکرن و بکارئینانا خوارنێ، دەستێن خوە بشۆ.
- سێنیک و ئامانێن خوە ب ئاڤێ و سابینێ بشۆ.
- تەختکێ هویرکرنا گوشتی و زەرزەواتی ب ئاڤێ و سابینێ باش بشۆ.

سپیکرن (پاقژکرن) پاراستنە ژ کولێرایێ:

- وان جۆرە فێقییان بخۆ ئەوێن دهێنە سپیکرن وەکو موزا و پرتەقالان.

پاقژ هەلگرە- ب کەلینە، سپیکە، یان خوە ژێ دویر بکە

ئەرێ تو یێ پاراستییی ژ کولێرایێ؟

ئەرێ ئاڤا تەیا کەلاندییە یان یا پاقژکرییە؟

خۆ ئەگەر پاقژ ژی دیار کەت، دویر نینە میکروبێ کولێرایێ دناڤ ئاڤێدا هەبیت.

ئاڤ ب چەندین رێکان دهێتە پاقژکرن:

- کەلاندن میکروبێ کولێرایێ دکوژیت، هەمی ئاڤێن ڤەخوارنێ بکەلینە.
- کلۆرکرن میکروبێ کولێرایێ دکوژیت، سێ چبکێن کلۆرینێ بکە دناڤ لیترەکا ئاڤێدا، باش تێکڤە دە، بۆ ماوێ نیڤ دەمژمێرێ بهێلە و پاشی بکار بینە.

ژبۆ چێکرنا گیراوا کلۆرینێ: سێ کەفچکێن چایێ (٣٣ گرام) ژ تۆزا بێ رەنگکرنێ.
بکە دناڤ یەک لیترا ئاڤێدا و تێکڤەدە*.

ب تنێ ئاڤا پاقژ ڤەخوە

ئەرێ تو یێ پاراستییی ژ کولێرایێ؟

ئەرێ ئاڤا تە ب ئێمنی یا عمبار کرییە؟

ئاڤا پاقژ دبیت پیس ببیتەڤە، ئەگەر ب ئێمنی نەهێتە هلگرتن و عمبارکرن.

فەرە ئاڤ د ئامانەکێ پاقژێ دەربچووک و دەرگرتیدا بهێتە هەلگرتن و فەرە د ماوێ ٢٤ دەمژمێراندا بهێتە بکارئینان.

ئاڤێ ژ ئامانی بکە د پەرداخیدا، چ جاران پەرداخی نەکە دناڤ ئامانێ ئاڤێدا.

بهێلە پاقژ- ب ئێمنی هەلگرە و ب ئێمنی عمبار بکە.

---

* ئەڤ چەنداتییە ژبۆ تۆزا بێ رەنگکرنێ بکار دهێت ئەوا ب خەستییا ٣٠% کلۆرین تێدا هەی. ئەو چەنداتییا بکار دهێت فەرە دگەل خەستییا تۆزا بێ رەنگکرنێ (ئەوا ل بازاران هەی) بگونجیت.

ئەرێ تو یێ پاراستییی ژ کولێرایێ؟

ئەرێ تو دەستێن خوە د شۆی؟

پرانی یا وان پیسایی یێن دبنە ئەگەرێ کولێرایێ ناهێنە دیتن، دبیت ب دەستێن تەڤە بن و تو پێ نەزانی.

هەردەم دەستێن خوە بشۆ:

- پشتی تو ژدەستاڤێ تەڤاف دبی یان پشتی تو زارۆکێ خوە پاقژ دکەی، دەستێن خوە بشۆ.
- بەری بەرهەڤکرن و لێنانا خوارنێ و بەری خوارنێ بدەیە زارۆکێ خوە، دەستێن خوە بشۆ.

باشترین رێکا دەست شووشتنێ چەوایە؟

- هەردەم سابینێ یان خولیێ بکار بینە.
- گەلەک ئاڤا پاقژ بکار بینە.
- هەمی پارچێن دەستێن خوە بشۆ– پانکا دەستی، پشتا دەستی و ناڤ تبلا و بن نینۆکان ژی پاقژ بکە.

بهێلە پاقژ– دەستێن خوە بشۆ.

ئەرێ تو یێ پاراستییی ژ کولێرایێ؟

ئەرێ تو دەستاڤان بکار دئینی؟

میکروبێ کولێرایێ ل سەر پیسایی دژیت. دوور نینە مرۆڤێن ساخلەم ژی میکروبێ کولێرایێ دناڤ پیساییێ ویدا بیت.

هەردەم دەستاڤان بکاربینە، ئەگەر تە نەبیت، دەستاڤەکێ ئاڤا بکە.

- هەردەم دەستاڤا خوە بهێلە پاقژ.
- پیساییێ زارۆکان پاڤێژە ددەستاڤێدا یان ژی بن ئاخ بکە.
- پشتی ژ دەستاڤێ تەڤاف دبی، دەستێن خوە ب ئاڤەکا پاقژ و سابینێ یان خولیێ بشۆ.

بهێلە پاقژ– دەستاڤان بکار بینە

ئەرێ تو یێ پاراستییی ژ کولێرایێ؟

ئەگەر تۆشبووی دێ چ کەی؟

کولێرا ب ڤی ئاوایی دهێته چارەسەرکرن:

مەزنترین مەترسییا کولێرایێ، بەرزەکرنا ئاڤ و شلەمەنی یێن لەشییە، نەترسە لێ بلەز کار بکە.

- ژیناڤێ ڤەخۆ، دگەل ئاڤەکا پاقژ تێکهەل بکە (ئاڤا کەلاندی یان یا کلۆرکری).
- ئێکسەر هەرە بنگەهەکێ ساخلەمیێ، ل دەمێ زکچوونێ بەردەوام بە ل سەر ڤەخوارنا شلەمەنییان.
- نهۆ– بەری تو یان ئەندامەکێ خێزانا تە تۆشی کولێرایێ ببیت– تۆزا ژیناڤێ پەیدا بکە و بزانە دێ چەوا بەرهەڤکەی و دێ چەوا بکار ئینی.

پاشکو (٤)

بنەماییێن بەرهەڤکرنا خوارنا ئێمن ژبۆ خۆپاراستنێ ژ کولێرایێ

پ٤-١. خوارنێن خاڤ ب باشی ب کەلینە:

ل دەڤەرەکا کولێرا لێ بەربەلاڤ بووی، گەلەک خوارنێن خاڤ هەنە وەکو ماسی، هێکێن شەیتانۆکا و زەرزەوات، ب بەکتریایا کولێرایێ د پیس بووینە. ئەگەر ئەڤ جۆرە خوارنە ب باشی بهێنە کەلاندن، دێ بەکتریا کولێرایێ تێدا هێتە کوشتن. لێ ل بیرا تە بیت کو پلەیا گەرمییا هەمی پارچێن خوارنێ، فەرە ب کێمی بگەهتە ٧٠ پلەیێن سەدی. چ جاران خوارنێن نەکەلاندی نەخۆ، هەتا کو نەهێنە سپیکرن یان ژتویڤکلکرن.

پ٤-٢. خوارنا کەلاندی ولێنای بلەز بخو:

دەمێ خوارنا کەلاندی سار دبیت و وەکو پلەیا گەرمییا ژوورێ لێ دهێت، بەکتریا دەست ب گەشەکرنێ دکەن. چەند پتر خوە ڤەهێلی، دێ مەترسییا پیسبوونێ پتر لێ هێت. ژبۆ هندێ کو یێ ئێمن بی، هەردەمێ گەرمییا خوارنێ کێم دبیت، ئێکسەر بخۆ. هەردەمێ گیروبوونەک دناڤبەرا کەلاندنێ و بکارئینانا خوارنێدا هەبیت، مینا خوارنا خوارنگەها و خوارنگەهێن گەرۆک، فەرە خوارن ژ گەرمییا ٦٠ پلەیێن سەدی یان پتر نەهێتە خوار، هەتاکو دهێتە بکارئینان.

پ٤-٣. خوارنا لێناى ب هشيارى هەلگره:

ئەگەر تو نەچار بووى كو خوارنێ بەرهەڤكەى و بۆ ماوەيەكێ دى ب هەلگرى، يێ پشتراست بە كو يا فەرە خوارنێ دتەزينۆكێدا (سەلاجە) يان د سندوقەكا تەزى يا كێمتر ژ ١٠ پلەيێن سەدى دا بهێتە هەلگرتن، يان ژى فەرە د سندوقەكا گەرمتر ژ ٦٠ پلەيێن سەدى دا بهێتە هەلگرتن. ئەڤ شێوازێ هەلگرتنێ گەلەك يێ گرنگە ژبۆ هەلگرتنا خوارنێ بۆ ماوێ (٤– ٥) دەمژمێران پشتى بەرهەڤكرنێ.

بەرى بكار ئينانێ، فەرە خوارنا كەلاندى يا هەلگرتى ب باشى بهێتە گەرمكرن ڤە. ئەو خوارنا بۆ زارۆكان دهێتە بەرهەڤكرن، فەرە ئێكسەر بهێتە خوارن و چ جاران نابيت خوارنا زارۆكان بهێتە هەلگرتن.

پ٤-٤. خوارنا بەرهەڤكرى ب باشى گەرم بكەڤە:

گەرمكرنا خوارنێ بەرى بكارئينانێ، باشترين رێكا خۆپاراستنێيە ژ تۆشبوونا وان بەكترياييێن د دەمێ هەلگرتنێدا ل سەر خوارنێ گەشە دكەن.

هەلگرتنا خوارنێ ب شێوەيەكێ گونجايى دناڤ جهەكێ تەزيدا، گەشەكرنا بەكتريا كێمتر لێ دكەت لێ ناكوژيت.

جارەكا دى دبێژين و دووبارە دكەينەڤە كو هەمى پارچێن خوارنێ هەتا دگەهتە پلەيا ٧٠ پلەيێن سەدى گەرمكەنەڤە و خوارنێ ب گەرمى بخۆن.

پ٤-٥. نەهێلە خوارنا کەلاندی و خوارنا خاڤ تێکهەل بن:

خوارنا کەلاندی و لێنای پیس دبیت، ئەگەر پیچەک ژی دگەل خوارنەکا خاڤ تێکهەل ببیت. پیسبوون ب تێکهەل بوونێ، دبیت یا راستەوخۆ بیت وەکو دانانا ماسیەکا خاڤ ب رەخ خوارنەکا لێناییڤە و دبیت ژی نەیا راستەوخۆ بیت، وەکو چێکرنا ماسیەکا خاڤ و پاشی بکارئینانا هەمان کەلوپەلێن نەشووشتی ژبۆ بەرهەڤکرنا خوارنەکا لێنایی. ب ڤێ چەندێ ژی، دێ مەترسییا هەبوونا بەکتریایەکێ پەیدا کەین کو ب لێنانێ نەما بوو بوو.

پ٤-٦. خوارنا پاقژ و ئێمن ب هەلبژێرە:

هندەک خوارنێن وەکو فێقی و زەرزەواتی، ب سروشتێ خوە خوارنێن باشن، لێ ل دەڤەرێن کولێرا لێ بەربەلاڤ، ئەڤ خوارنە نەدئێمنن بۆ خوارنێ هەتاکو نەهێنە پاقژکرن. خوارنێن قوتوکری، ترشکری و هشککری د بێ مەترسینە. ددەمێ کڕینا خوارنێدا، ل بیرا تەبیت، وان خوارنێن پاقژ و چێکری بکڕە، کو د ئێمن بن و بۆ ماوەیەکێ درێژ ژی خوە بگرن.

پ٤-٧. ب بەردەوامی دەستێن خوە بشۆ:

بەری بەرهەڤکرنا خوارنێ و پشتی هەر دەسڤەدانەکێ، دەستێن خوە ب باشی بشۆ، نەمازە ئەگەر تە بڤێت زارۆکێ خوە پاقژ بکەی یان بگوهوری یان ژی دەستاڤێ بکاربینی. پشتی بەرهەڤکرنا خوارنێن خاڤ، وەکو ماسی و فێقی و زەرزەواتی، ئوو بەری دەست کەیە هەر خوارنەکا دی، دەستێن خوە ب باشی بشۆ.

پ٤-٨. بهێله جهێ لێنانگەهێ یێ پاقژ بیت:

ژبەركو خوارن ب ساناهی پیس دبیت، لەوا ئەو جهێ خوارنێ لێ بەرهەڤ دكەن، فەره ب تەڤاڤی یێ پاقژ بیت. وێ هزرێ بكه كو دبیت هەمی تویفكل و پارچێن خوارنێ ژێدەرەكێ كاریگەرێ بەكتریایان بن. ئەو پارچه پەرۆكێن ژبۆ شووشتن و هشككرنا ئامانێن خوارنێ و سێنیكا بكار دهێن، روژانه بگوهوره یان بكەلینه بەری دووباره بكارئینانێ. پارچه پەرۆكێن تایبەت بكار بینه ژبۆ پاقژكرنا مالێ و هەروەسا ڤان پەرۆكان ژی رۆژانه بشۆ.

پ٤-٩. ئاڤا پاقژ و ئێمن بكار بینه:

كا چەوا ئاڤا پاقژ و ئێمن یا گرنگه ژبۆ ڤەخوارنێ، هەروەسا یا گرنگه ژی بۆ بەرهەڤكرنا خوارنێ. هەردەمێ ته گومان د پاقژی یا ئاڤێدا هەبیت، بەری تو بكەیه دناڤ خوارنەكێدا بكەلینه كو جارەكا دی ناهێته كەلاندن، هەروەسا بكەلینه بەری تو بەرهەڤكەی ژبۆ چێكرنا بەفرێ و پاشی ژبۆ ڤەخوارنێ بكار بینی. گرنگییەكا تایبەت ب وێ ئاڤێ بده، ئەوا ژبۆ چێكرنا خوارنا زارۆكێن ساڤا دهێته بكار ئینان. ئەگەر حەبكێن كلۆرین هەبن، دشیاندایه ل شوینا كەلاندنێ بكار بینن ژبۆ پاقژكرنا ئاڤێ و پەیداكرنا ئاڤەكا ئێمن بۆ ڤەخوارنێ و بكارئینانێ.

پاشکو (٥)

دەستنیشانکرنا بەکتریا کولێرایێ O1 ل تاقیگەهێن لاوەکی

دشیاندایە بەکتریا کولێرایێ (O1) کو سەدەمێ سەرەکیێ تۆشبوونێیە، د هەرتاقیگەهێدا بهێتە جوداکرن و دەسنیشانکرن، ئەگەر پێدڤی یێن سەرەکی یێن بەکتریولۆژی لێ هەبن. بەکتریا کولێرایێ ب شێوەیەکێ زور دناڤ پیساییێ کەسێن تۆشبوویدا هەنە بەری دەرمانێن زیندەدژ وەربگرن. ئەڤ بەکتریایە ب شێوەیەکێ ساناهی و بلەز ل سەر میدیومێن گەشەکرنێ یێن تفت (Alkaline) چ هەلبژارتی بن یان نەهەلبژارتی بن، گەشە دکەن و زێدە دبن.

ئەڤ رینمایی و شیرەتێن ل خوارێ، ب ساناهیترین و بلەزترین رێکێن جوداکرن و دەسنیشانکرنا بەکتریا کولێرایێ (O1) د نەساخێن زکچوونێدا شرۆڤە دکەن.

پ٥-١: خرڤەکرن و ڤەگوهاستنا نموونە یێن پیساییێ مرۆڤی:

بەری دەرمانێن زیندەدژ بدەنە نەساخی، نموونەیێن پیساییێ وان خرڤە بکەن. چیلکەکێ (swab) پەمبیکری یێ پاقژ بکار بینە و ب باشی بکە دکونا کۆما نەساخی را و پشتی ئەڤ کارە ب دروستی دهێتە ب جهئینان، دێ سەرێ چیلکی تەر بیت و دبیت هندەک پیسایی ژی پێڤە بیت. رێکەکا دی هەیە کو پیساییێ روهن دێ کەنە د بوتلەکێ پاقژدا یان ژی دێ چیلکی (swab) تێهەلینن و دێ هنێرن.

ئەگەر دشیاندا بیت نموونەی د ماوێ دوو دەمژمێراندا بگەهینە تاقیگەهێ، ئێکسەر ئەو چیلکێ ژ کونا کۆمێ هاتییە وەرگرتن یان ئەوێ دپیسایێ روهندا هاتییە هەلاندن، بکە دناڤ شووشەیەکێ پاقژێ دەرگرتیدا، ب باشی دەرێ شووشەی بگرە و پاشی بهنێرە تاقیگەهێ. لێ ئەگەر دشیاندا نەبیت کو نموونەی د ماوێ دوو دەمژمێراندا بگەهیننە تاقیگەهێ، ئەڤجا نموونەی بکە دناڤ میدیومەکیدا کو ماددێ کاری– بلێر تێدا هەبیت و پاشی رەوانەی تاقیگەهێ بکە. *

ئەگەر ماوەیێ ڤەگوهاستنێ ژ ٢٤ دەمژمێران پتر نەبیت، دشیاندایە ئاڤا پیپتونا تفت Alkaline Peptone Water (APW) بکار بینن ژبۆ ڤەگوهاستنا نموونەیان. ل تاقیگەهێ، فەرە نموونەی بکەنە دلوولەیەکێ (تیۆبەکێ) پاقژێ ئاڤا پیپتۆنا تفت دا ژبۆ ب پویتکرنێ بەری بکەنە دناڤ میدیومەکێ گونجاییدا (سەحکە پشکا٥–٢)، دەمێ میدیومێ ڤەگوهاستنێ نەبیت، هندەک پارچە کاغەزێن هشککرنێ دپیسایێ

---

* ژبۆ هندێ کو بزانین کا دێ چەوا دەسنیشانکرنا بەکتریا کولێرایێ (O1) کەین ژ نموونەیێن کەسەکێ تۆشبوویێ بێ نیشان، ژ ئاڤێ، ئاڤرێژیێ و نموونەیێن خوارنێ، سەحکە کتێبا لێنێرینێن تاقیگەهێ ژبۆ نەخۆشی یێن ب ڤەگرێن هناڤان. جنێڤ، WHO، ١٩٨٧. (بەلگەنامەیەکا نەچاپکرییە). هەر کەسێ بڤێت دکاریت ژبەرنامێ کونترۆلکرنا نەساخی یێن زکچوونێ پەیدا کەت:

WHO, 1211 Geneva 27, Switzerland

هەروەسا دڤێ کتێبێدا هندەک رێکێن دی یێن زێدەبار هەنە ژبۆ دەسنیشانکرنا بەکتریا کولێرایێ (O1)، جوداکرنا جۆرێن نەسروشتی یێن بەکتریایێ و نیاسینا بەکتریا کولێرایێ (O1) ژ جۆرێن دی یێن وەکو وێ.

Manual for Laboratory Investigation of Acute Enteric infection. Geneva. WHO, 1987: unpublished WHO document, CDD 83.3/ Rev 1.

نەساخی ب هەلینە و تەر بکە، پاشی بکە دناڤ کیسکەکێ نایلونی یێ پاقژ و دەرگرتیدا کو بیاڤێ هشکبوونێ نەبیت، پاشی بهنێرە تاقیگەهێ. ئەگەر دشیاندا بیت نموونەیێن وەرگرتی دسندوقەکا تەزیدا یان دپلەیەکا نزم یا گەرمییێدا بهنێرە.

پ٥– ٢: چاندن و دەسنیشانکرنا سەرەکی یا بەکتریا کولێرایێ (O1). میدیومەکێ گونجایی ب هەلبژێرە و نموونەی تێدا بچینە.

بسپورێن تاقیگەهێ (هاریکارێن تاقیگەهان) ئەگەر دشارەزا نەبن ژبۆ دەسنیشانکرنا بەکتریایێ کولێرایێ (O1) بلا میدیومەکێ هەلبژارتی بکار بینن، هەروەسا ئەگەر دشیاندا بیت بلا میدیومەکێ دی یێ نەهەلبژارتی (تایبەت) ژی بکار بینن. دەمێ بسپورێن تاقیگەهێ شارەزا دبن ددەسنیشانکرنا خەرزێن سروشتی یێن بەکتریاییێدا (V.C.O1)، هینگی ئەڤ کریارە دێ ب ساناهیتر لێ هێت و بەرەبەرە دێ شێن میدیومێن نەهەلبژارتی (نە تایبەت) ژبۆ دەستنیشانکرنێ بکار هینن.

جۆرێن نەهەلبژارتی یێن میدیومان:

- میت ئێکستراکت ئاگار (Meat extract agar, PH=8.5).
- جیلاتین ئاگار (Gelatin agar GA, PH= 8.2- 8.5).

جۆرێن هەلبژارتی یێن میدیومان:

- تیوسەلفێت سیترێت بایل سولت ئاگار

(Thiosulfate citrate bile salt agar, TCBSA, PH= 8.6).

تێبینی: دەمێ پلێتێن TCBSA دهێنە بەرهەڤکرن، فەرە د ماوێ ٣ رۆژاندا بکاربینن.

- تارکولێت تیلورایت جیلاتین ئاگار

(Taurocholate tellurite gelatin agar- TTGA, PH= 8.5).

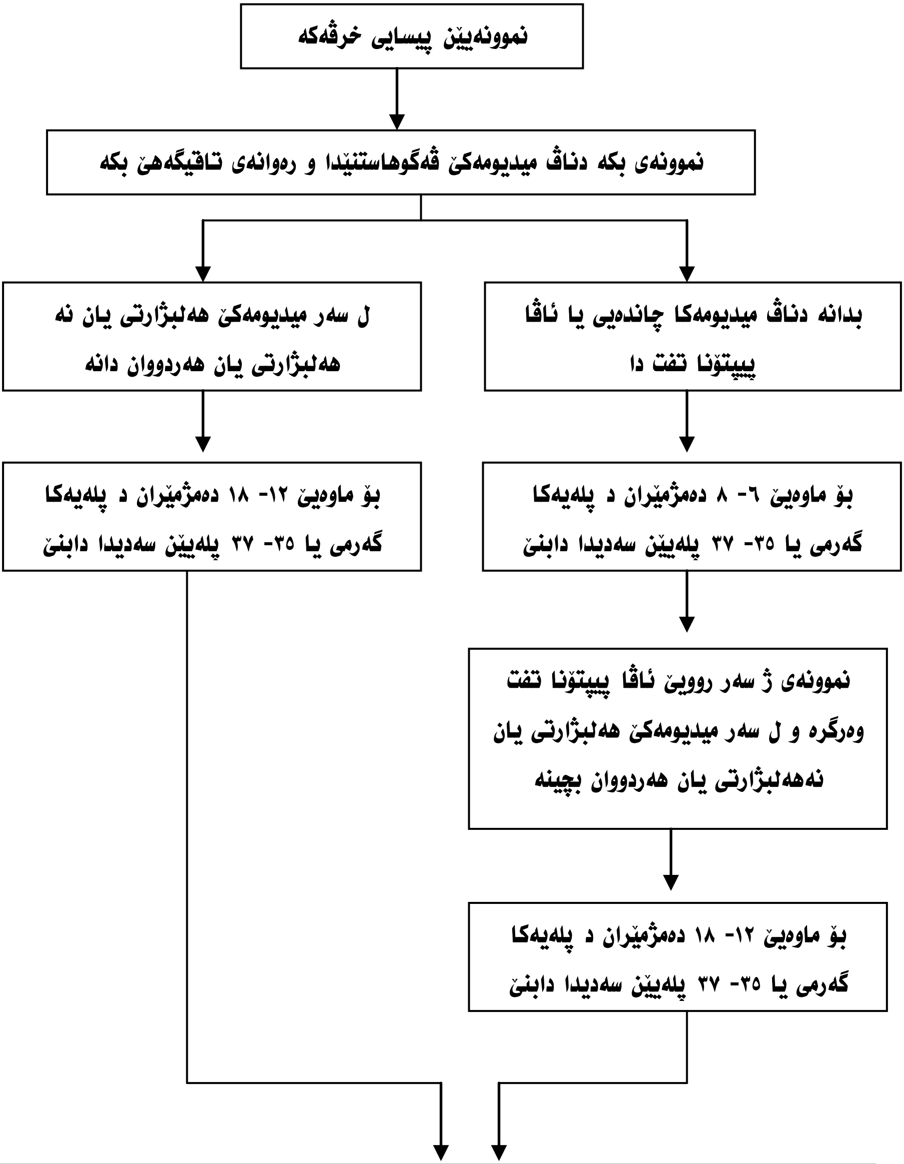
شیرەت ورینمایی یێن بەرهەڤکرنا ڤان میدیومان د برگەیا (٥- ٣)دا شرۆڤە کرینە. ئەگەردشیاندا بیت، ڤان هەردوو رێکان ژبۆ چاندنا نموونەیان ل سەر میدیومان بکار بینە.

١. نموونەیان ب شێوەیەکێ راستەوخۆ ل سەر میدیومەکێ هەلبژارتی یان نەهلبژارتی یان هەردووان بەلاڤ بکە. پلێتان بۆ ماوێ (١٢–١٨) دەمژمێران دپلەیەکا دیارکری یا گەرمییێدا (٣٥- ٣٧ پلەی سەدیدا) بچینە.

٢. چاندنا بەکتریا کولێرایێ (O1) ب دانانا چیلکی (Swab) بهێز بێخە، یان ژی (٢–٣) دلوپێن پیسایییێ نەساخی بکە دناڤ ئاڤا پیپتونا تفتدا. بۆ ماوەیێ ٦–٨ دەمژمێران نموونەی دناڤ میدیومەکێ ٣٥ – ٣٧ پلەیێن سەدیدا بچینە، پاشی نموونەی ژئاڤا پیپتونا تفت (APW) وەرگرە و هەروەکو دخالا (١)دا هاتی بکار بینە.

ئەگەر نموونە بۆ ماوێ پتر ژ ٨ دەمژمێران دناڤ ئاڤا پیپتونا تفتدا ما، تیوبەکێ دی ژ ئاڤا پیپتونا تفت (APW) یا ئێکێ وەرگرە و جارەکا دی بۆ ماوەیێ (٦ – ٨) دەمژمێران بهێلە و پاشی دناڤ میدیومەکێ گونجاییدا بچینە. ئەگەر رێکەک ب تنێ هاتە بکارئینان، باشترە رێکا بهێزکرنێ د ئاڤا پیپتونا تفتدا و پاشی چاندنا وێ دناڤ میدیومەکێ گونجاییدا ب هەلبژێری.

نیاسینا بەکتریایا کولێرایێ (O1)



خەرزێ گومانلێکری دەستنیشان بکە
مەهاندنا ل سەر سلایدی بەرهەڤ بکە دگەل دژە سیرەمێ ژ گرۆپێ پولیڤالێنت (O1) و جۆرێ تایبەتێ دژە سیرای. یان فەحسا سترینگ، فەحسا ئەکسیدێس، کارڤەدانا (KIA)
رەوانەی تاقیگەهەکا سەرەکی بکە ژبۆ بڕیاردان و نیاسینا بەکتریایێ

دەسنیشانکرنا خەرزەکێ (کولونیەکێ) گومانلێکری:

خەرزێن بەکتریا کولێرایێ (O1) و ئەوێن نە (O1) هەمان ساخلەت هەنە:

- ل سەر MEA، بێ رەنگە، روهنە، راستە و تیرەیا خەرزی (٢– ٣) ملیمن.
- ل سەر GA، هەروەکو حالەتێ MEA، لێ وەکو کەمەرەکێ ل دۆرماندورێ هەیە.
- ل سەر TCBSA، زەرە، بریسقدارە، قوقزە و تیرەیا خەرزی (٢-٣) ملیمن. (هندەک جۆرێن ئیرومانوس Aeromonas هەمان ساخلەت هەنە)
- ل سەر TTGA، بێ رەنگ و روهنە، راستە، تیرەیا خەرزی (١ – ٢) ملیمن. د ماوەیێ ٢٤ دەمژمێراندا خالەکا رەش ل ناڤەراستێ پەیدا دبیت و پاشی رەنگێ وێ دهێتە گوهورین و خەرز وەکو رەنگێ کەسکەکێ تاریێ قورقوشمی دیار دکەت.

هندەک فەحسان ژبۆ دەسنیشانکرنا بەکتریا کولێرایێ (O1) بکە:

مەهاندنا سلایدی دگەل دژە سیرایەکێ تایبەت:

پێدڤییە خەرزێن گومانلێکری د دژە سیرەمێ (Polyvalent group- V.C.O1) دا بهێنە فەحسکرن ژبۆ مەهاندنا ل سەر سلایدێ بهێنە فەحسکرن. دشیاندایە ڤان خەرزان راستەوخۆ ل سەر میدیومێن GA، MEA یان TTGA بکەن، لێ خەرزێن ژ میدیومێ TCBSA دهێنە وەرگرتن، راستەوخۆ ناهێنە فەحسکرن، چونکو ب ساناهی ناهێنە بشافتن. خەرزێن زەر ئەوێن ژ TCBSA دهێنە وەرگرتن، فەرە بەری هینگێ ل سەر میدیومێن MEA یان GA دا بهێنە چاندن داکو فەحسا سیرولۆژی بۆ بهێتە کرن.

ئەگەر د شیاندا بیت ئەنجامێن بالبەر (پوزەتیڤ) ب رێکا سیرەمێن تایبەت د جۆرێن (ئوگاوا و ئینابا) دا دەسنیشان بکەن و خوە ژی پشتراست بکەن. بەکتریا کولێرایێ (O1) کارڤەدانێ دگەل گرۆپێ (O1) یێ دژە سیرەمان دکەت، چ ب رێکا سیرەمێن ئوگاوا یان ئینابا بیت. د شیاندایە کو دەسنیشانکرنەکا بلەز ب رێکا تێکهەلکرنا چەنداتییەکا زۆر ژ پیسایێ مرۆڤی دگەل میدیومەکێ هشککری وەکو پلێتێن MEA یان GA بۆ (V.C.O1) بهێتە کرن.

فەره ڤی نموونەی بۆ ماوێ (٤ – ٦) دەمژمێران دپلەیەکا گەرمییا (٣٥ – ٣٧) پلەیێن سەدیدا بدانن و پاشی ئەو بەکتریایێ ل سەر ڤی پلێتی گەشە دکەت ژبۆ مەهاندنا ل سەر سلایدێ بکار بینن و ئەڤ کریارە ژی ژبۆ دەسنیشانکرنا سیرولۆژییە.

فەحسێن دی یێن مفادار

ب جهێنانا ڤێ فەحسا ل سەری هاتییە شرۆڤەکرن دگەل ئەنتیسیرایەکا تایبەت بەسە ژبۆ دەسنیشانکرنا نەساخەکێ تۆشبوویی ب کولێرایێ، نەمازە دەمێ نیشانێن نەساخیێ و شێوازەکێ بەربەلاڤێ نەخۆشیێ ل دەڤەرێ هەبن. لێ ئەگەر ئەو ئەنتی سیرایە نەبن، ئەڤ فەحسێن ل خوارێ بکار دهینن ژبۆ دەستنیشانکرنا (V.C.O1)، لێ ئەڤ فەحسە نەکارن جورێ (O1) ژ جۆرێن دی جودا کەن.

- فەحسا سترینگ- String test: خەرزەکێ (١٨-٢٤) دەمژمێری کو ژ میدیومەکێ وەکو پلێتێن (MEA)، (GA)، (TTGA)، یان KIA (کلیگلەرس ئایرون ئاگار) دگەل چپکەکا سودیۆم دیسوکسیکولێت ٠,٥% (Aquous Solution of Sodium Desoxycholate 0.5%) ل سەر سلایدەکێ تێکهەل بکە. ئەگەر ئەنجام یێ پوزەتیڤ بیت، ئێکسەر شێلاتی یا

تێکهەلۆکی نامینیت، دێ وەکو کلمیشی روهن بیت (وەکو هەمی بەکتریاییێن دی). دێ دەزییەک ژ وی کلمیشی دروست بیت و دەمێ هێدیکا وی دەزی ژ تێکهەلۆکی دەردئێخن، پشتی نێزیکی ٦٠ چرکەیان هندەک جۆرێن ئیروموناس Aeromonas مینا دەزییێن لاواز دێ دەرکەڤن.

- فەحسا ئوکسیدێس- Oxidase test: خەرزەکێ نوو یێ گەشەکری بکاربینە، ژ پلێتێن (MEA)، (GA)، (TTGA)، یان KIA (لێ نابیت ژ پلێتا TCBSA بهێتە وەرگرتن). هەمی بەکتریاییێن کولێرایێ (ئەوێن O1 و یێن نەO1) دێ دگەل ئوکسیدێسێ د پوزەتیڤ بن، دێ هەروەکو هژمارەکا بەکتریاییێن گرام نیگەتیڤ دەرکەڤن (Gram-negative). لێ بەکتریا (Entero bacteriaceae) دگەل oxidase دێ نێگەتیڤ نیشان دەت (سەحکە برگەیێن ٥– ٣).
- کارڤەدانا کلیگلەر ئایرون ئاگار (Kligner Iron Agar- reaction) خەرزەکێ گومانلێکری بکە دناڤ تیوبەکێ (KIA) دا، بەکتریاییێن کولێرایێ (ئەوێن O1 و یێن نە- O1) دێ لادانەکا تفت(سۆر)، ناڤەراستەکا ترش (زەر) و نەبوونا گازا هایدروجین سەلفاید و گازێن دی پەیدا کەن. هندەک بەکتریاییێن دی یێن (G-negative) هەمان کارڤەدانێ نیشان ددەن.

نموونەی رەوانەی تاقیگەهەکا سەرەکی بکە ژبۆ پشتراستکرنێ:

دەستنیشانکرنا کولێرا (O1) ل تاقیگەهێ، هەروەکو ل سەلال هاتییە شرۆڤەکرن د ماوێ (٢٤ – ٤٨) دەمژمێراندا ل تاقیگەهەکا دوورە بنگەهـ دهێتە تەڤاڤکرن و ب کێر هەمی مەرەمان دهێت. لێ د سەر ڤێ چەندێ را ژی، هندەک ڤەکۆلینێن دی یێن زێدەبار پێدڤینە ژبۆ دەسنیشانکرنا بەکتریا کولێرایێ یان جوداکرنا هندەک جۆرێن نەسروشتی یێن بەکتریایێ، ئەڤ ڤەکۆلین و لێنێرینێن زیدەبار د تاقیگەهێن سەرەکیدا دهێنە ئەنجامدان.

نموونەیێن ڤان فەحسان وەکو دیارکرنا جۆرێ سیروتایب (Serotyping)، ئوو جۆرێ ژینواری (Biotyping). فەحسا هەستداریێ ژبۆ زیندە دژان و هەروەسا نیاسین و دەسنیشانکرنا کیمیاوییا وان بەکتریایێن گومانلێکری کو (V.C.O1) بن. هەروەسا دشیاندایە کو فەحسێن دەستنیشانکرنا جۆرێن نەسروشتی یێن هەڤبەند ب بەکتریا کولێراییڤە، د ڤان تاقیگەهێن سەرەکیدا ئەنجام بدەن. میدیومەکێ چاندەیی (Trypticase Soy Agar -TSA) یان (Nutrient Agar) بکار دهینن ژبۆ ڤەگوهاستنا نموونەیان بۆ تاقیگەهەکا سەرەکی.

تێبینی: دپڕانی یا جاراندا، نموونەیان رەوانەی تاقیگەهەکا سەرەکی یا نەتەوەیی دکەن. دشیاندایە فەحس و راهێنانێن تایبەت ژبۆ ستافێ تاقیگەهێ ب هەڤکاری دگەل تاقیگەهێن سەرەکی یێن نێڤ نەتەوەیی بهێنە ئەنجامدان (سەحکە پشکا ٩-٢).

پ٥-٣: بەرهەڤكرنا ميديومێن تايبەت ژبۆ ڤەگوهاستن و دەسنيشانكرنا بەكتريا كولێرايێ (O1):

ميديومێن وەكو كارى بلێر (Cary- Blair, TCBSA, KIA) باشترين شێوازێن ميديومانە ل تاقيگەهان چونكو ب هشكى و بەرهەڤكرى هەنە. لێ دسەر هندێ را ژى، دشياندايە هندەک ميديومێن دى ل تاقيگەهێن دوورە بنگەهـ بەرهەڤكەن، ل گورەى ڤان شيرەتێن ل خوارێ هاتين.

(ژبۆ پێزانينێن پتر دەربارەى پێكهاتەيێ ڤان جۆرە ميديومان سەحكە كتێبا لێنێرينێن تاقيگەهێ ژبۆ نەخۆشى يێن دژوارێن هناڤان)

Manual for Laboratory Investigation of Acute Enteric Infectien

ئاڤا پيپتۆنا تفت (**Alkaline Peptone Water- APW**)

پيپتۆن- Peptone .... ١٠ گم

سوديۆم كلۆرايد- Sodium Chloride .... ١٠ گم

ئاڤا دلوپاندى- Distilled Water .... ١٠٠٠ مل

بەرهەڤكرن:

ڤان ماددەيان ب رێكا سوديۆم هايدروكسايدێ خەست، دگەل ئاڤێ تێكهەل بكە كو PH يا وێ ژ (٨,٥) نەبۆريت. (٥ – ١٠)ملێن ڤێ تێكهەلۆكێ بكە دناڤ هندەک شووشەيێن تايبەتێن دەر گرتيدا. ب رێكا ئالاڤێ (Autoclave) د پلەيەكا گەرمى يا ١٢١ پلەيێن سەديدا بۆ ماوێ ١٥ دەقيقەيان پاقژ بكە. (ميديومێن تفت دناڤ هندەک شووشەيێن دەر گرتيدا هەلگرە، داكو PH يا تێكهەلۆكى نەهێتە گوهورين).

ئاگارا چڕئاڤا گۆشتی (Meat Extract Agar- MEA)

پێپتۆن- Peptone .... ١٠ گم

سودیۆم کلۆراید- Sodium Chloride .... ١٠ گم

میت ئێکستراکت یا خەست- Meat Extract Concentration .... ٣ گم

ئاگار- Agar .... ٢٠ گم

ئاڤا دلوپاندی- Distilled Water .... ١٠٠٠ مل

بەرهەڤکرن:

هەمی ماددەیان دێ کەنە دناڤ ئاڤێدا و دێ کەلینن، د هەمان دەمدا ژی دێ تێکڤەدەن هەتاکو ئاگار ب رێکا سودیۆم هایدروکسایدێ خەست، دحەلییێت. هەولدە کو (PH) یا تێکهەلۆکێ ژ (٨,٥)ێ نەبۆریت. ب رێکا ئالاڤێ (Autoclave) دپلەیەکا گەرمی یا ١٢١ پلەیێن سەدیدا بۆ ماوێ ١٥ دەقیقەیان پاقژ بکە و پاشی تێکهەلۆکی بکە دناڤ پلێتاندا (٢٠ مل بۆ هەر پلێتەکێ).

بهێلە هێدی هێدی پلێت سار ببن و پاشی ب شێوەیەکێ سەروبنکری دپلەیەکا گەرمی یا ٤ پلەیێن سەدیدا هەلگرە. فەرە ئەڤ پلێتە د ماوەیێ (٣ – ٥) رۆژاندا بهێنە بکار ئینان.

تێبینی: خەرزێن (V.C.O1) ل سەر ڤان میدیومان زەلال (شفاف) دبن، لێ ئەوێن ژبۆ (Enterobacteriaceae) بکار دهێن شێلی دبن.

جیلاتین ئاگار (Gelatin Agar- GA)

پیپتۆن Peptone .... ٤ گم

ییست ئێکستراکت- Yeast Extract .... ١ گم

جیلاتین- Gelatin .... ١٥ گم

سودیۆم کلۆراید- Sodium Chloride ..………………………… ١٠ گم

ئاگار- Agar .... ١٥ گم

ئاڤا دلوپاندی- Distilled Water .... ١٠٠٠ مل

بەرهەڤکرن:

هەمی ماددەیان بکە دناڤ ئاڤێدا و ب کەلینە، د هەمان دەمدا ژی تێکڤەدە هەتاکو ئاگار ب رێکا سودیۆم هایدروکسایدێ خەست، دحەلییێت. بهێلە PH یا تێکهەلۆکی ژ (٨,٥)ێ نەبۆریت. میدیومان بکە دناڤ هندەک شووشەیێن تایبەتێن دەر گرتیدا و ب ئالاڤێ (Autoclave) د پلەیەکا گەرمی یا ١٢١ پلەیێن سەدیدا بۆ ماوێ ١٥ دەقیقەیان پاقژ بکە.

تابوروکولێت تیلورایت جیلاتین ئاگار

Taurocholate Tellurite Gelatin Agar- TTG

تریپتیکێس- Trypticase ....١٠ گم

سودیۆم کلۆراید- Sodium Chloride ....١٠ گم

سودیۆم تایوروکولێت- Sodium Taurocholate .... ٥ گم

سودیۆم کاربونێت- Sodium Carbonate .... ١ گم

جيلاتين- Gelatin .... ٣٠ گم

ئاگار- Agare .... ١٥ گم

ئاڤا دلۆپاندی- Distilled Water .... ١٠٠٠ مل

بەرهەڤكرن:

هەمی ماددەیان بكە دناڤ ئاڤێدا و گەرم بكە هەتاكو دكەلیت، د هەمان دەمدا ژی تێكڤەدە هەتاكو ئاگار ب رێكا سودیوم هایدروكسایدێ خەست، دحەلییت . بهێلەPH یا وێ ژ (٨,٥)ێ نەبۆریت، میدیومان بكە دناڤ هندەك شووشەیێن دەر گرتیدا و ب ئالاڤێ Autoclave دپلەیەكا گەرمی یا ١٢١ پلەیێن سەدیدا بۆ ماوێ ١٥ دەقیقەیان پاقژ بكە. بەری بكارئینانێ (٠,٥ – ١ مل) ژ گیراوەیێ پاقژكریێ پوتاسیۆم تیلورایت (Aquous Solution of Potassium Tellurite- 0.1%) بكە دناڤ (١٠٠مل)ێن د میدیومێ (TTGA)یێ حەلیاییدا، ڤێ تێكهەلۆكێ دپلەیەكا گەرمی یا ٥٥ پلەیێن سەدیدا ئەنجام بدە و ب باشی تێكڤەدە، پاشی بدانە سەر پلێتان (٢٠ مل بۆ هەر پلێتەكێ).

پ٥-٤: فەحس و خویاكەرێ ئوكسیدێز Oxidase reagent & test

خویاكەرێ ئوكسیدێز Oxidase reagent پێك هاتییە ژ:-

1% Tetramethyl-P-Phenylenediamine Dihydrochloride in Distilled Water

1% Dimethyl-P- Phenylenediamine may also be used in the paper strip test

ئەڤ خویاكەرە reagent فەرە یێ بێ رەنگ بیت و دلوولەیەكا (تیۆب) رەنگ ڤەهواییەكێ تۆخدا بهێتە هەلگرتن، ژ رۆناهیێ یێ پاراستی بیت و فەرە دتەزینۆكێدا

بیت (سەلاجە). ئەگەر لوولەیێن بێ رەنگ ب تنێ هەبن، فەرە ب کاغەزەکا تۆخ یان ب ئەلەمنیومی ب پێچن.

فەحسا ئوکسیدێز ب ڤی شێوازێ خوارێ دهێتە کرن:

خەرزەکێ نوو یێ گەشەکری ژ پلێتێن (MEA, GA, TTGA) یان ژ KIA وەرگرە (لێ ژ پلێتێ TCBSA ناهێتە وەرگرتن). ٢-٣ دلوپێن خویاکەرێ ئوکسیدێز بکە سەر کاغەزەکا هشککەر دناڤ پلێتەکا (petri dish)، ئەوا هاتییە چاندن ب بازنەیەکا پلاتینی (نەیا نیکرومی) ب سەلخینە. خەرزێ ل سەر کاغەزا تەر راکێشە یان پاقژ بکە. ئەگەر کارڤەدان یا پوزەتیڤ بیت، د ماوێ ١٠ چرکەیاندا دێ رەنگەکێ مورێ تۆخ پەیدا بیت. کارڤەدانا oxidase د ڤان حالەتێن خوارێدا پوزەتیڤە:

Gram negative rode, Vibrio, Compylobacter, Aeromonas, Plesiomonas, Pseudomonas, and Alcalihenes.

لێ د هەمی (Enterobacteriaceae) دا نێگەتیڤ دیار کەت.

ژبۆ پشتراست بوونێ، کونترولا پوزەتیڤ ب رێکا جۆرەکێ pseudomonas ئەنجام بدە و ژبۆ کونترولا نێگەتیڤ ب رێکا جۆرەکێ Escherichia coli ێ د هەمان دەمدا ئەنجام بدە.

هندەک بەلاڤوکێن هەلبژارتی یێن WHO د ڤی بیاڤیدا

- بکارئینانا دەرمانێن گونجایی ژبۆ چارەسەرکرنا زکچوونا دژوار د زارۆکاندا. ١٩٩٠ (٧١ بەرپەرە).
  - **The rational use of drugs in the management of acute diarrhea in children. 1990 (71 pages).**
- رێبەرێ پراکتیکی ژبۆ پێشگرتن و چارەسەرکرنا زکچوونێ/ چاپا سییێ/ ١٩٩٣ (٥٥ بەرپەرە).
  - **The management & prevention of diarrhea practical guidelines. third edition. 1993 (55 pages).**
- چەند خواندنەک دەربارەی زکچوونێ، کتێبەکە ژبۆ قوتابیان- ١٩٩٢ (١٥٣ بەرپەرە).
  - **Reading on diarrhea. Student manual. 1992 (153 pages).**
- چارەسەرکرنا ب خوارنێ بۆ زاروکەکێ تۆشبووی ب زکچوونەکا دژوار/ چاپا دووێ ١٩٩١ (٢٩ بەرپەرە).
  - **Jellife DB, Jellife EFP. Management of young children with acute diarrhea. 2nd edition. 1991 (29 pages).**
- رێکێن سەرەکی یێن تاقیگەهێ ژبۆ بەکتریولۆژی یا کلینیکی- ١٩٩١ (١٢١ بەرپەرە).
  - **Basic laboratory procedures in clinical bacteriology. 1991 (121 pages).**

- ڕێ نیشاندەرێ ڕێکێن ساناهی یێن پاقژیێ ژبۆ کونترۆلکرنا نەخۆشی یێن هناڤان- ١٩٧٤ (١٠٢ بەرپەرە).

  - **Rajagoplan S, Schiffman MA. Guide to simple sanitary measures control of enteric disease. 1974 (102 pages).**

- ڕێ نیشاندەرێ وەرارکرنا پاقژییا دەڤەروکی- ١٩٩٢ (٢٤٥ بەرپەرە).

  - **Franceys R, Pickford J, Reed R. A guide to the development of on-site sanitation. 1992 (245 pages).**

- کتێبا زانستێ بەربەلاڤبوونا نەساخییان (پەژیکناسی) ژبۆ سەرەدەریکرنێ دگەل ساخلەمییا دەڤەرێ- ١٩٨٩ (١٩٨ بەرپەرە).

  - **Vaughan JP, Morrow RH, Eds. Manual of epidemiology for district health management. 1989 (198 pages).**

پێزانینێن پتر دەربارەی ڤان کتێبان و کتێبێن دی یێن WHO ل پشکا فروتن و بەلاڤکرنا کتێبان ل ڕێکخراوا ساخلەمییا جیهانی هەیە. هەرکەسێ بڤێت، دکاریت ل سەر ڤی ناڤونیشانێ ل خوارێ پەیدا بکەت:

WHO, 1211 Geneva 27, Switzerland

پاشگۆتن:

هەتا نهۆ ل سەرانسەری جیهانێ، نێزیکی سەد وەلاتان گرفتاری یا کولێرایێ هەیە و ئەزمۆن و سەربۆران وەسا دیار کرییە کو دشیاندا نینە رێک ل بەلاڤەبوونا و ڤەگوهاستنا کولێرایێ بۆ وەلاتێن دی بهێتە گرتن. ئەگەر د وەلاتەکیدا کولێرا یا ڤەشارتی (نەدەسنیشانکری) بیت، یان هەردەمێ نەساخیی لێ بەلاڤ دبیت، ئێکسەر دێ بیتە ئەگەرێ ژ دەستدانا گیانێن گەلەک مرۆڤان. ژبەر ڤێ چەندێ، بکارئینانا رێکێن لێگەریان و دیتن و دەسنیشانکرنێ و چارەسەرکرنێ دگەل بکارئینانا پاقژی یا کەسۆکی و یا جڤاکی دێ کاریگەری یا خوە هەبیت ل سەر رێگرتنا بەلاڤەبوونا کولێرایێ و کێمکرنا ئاریشێن جڤاکی یێن ساخلەمیێ.

ئەڤ کتێبە ب بەرفرەهی بەحسی چەواتییا کونترۆلکرنا کولێرایێ دکەت. ب رێکا کومەکا شیرەتان بەحسی رێکێن ڤەگرتن یان ڤەگوهاستنا نەساخیێ و رێکێن بەرسینگگرتنێ و راوەستاندنا بەلاڤەبوونێ دکەت، بەحسی وان بەرهەڤکاری یێن سەرەکی و پێدڤی دکەت ئەوێن کو فەرە کارمەند و دەزگەهێن ساخلەمیێ ددەمێ بەربەلاڤبوونا کولێرایێ دا بکەن، بەحسێ وان دەرمانان دکەت کو فەرە هەبن و هەروەسا بەحسی چارەسەرکرنا نەساخان و رێکێن کێمکرنا بەلاڤەبوونێ و رۆلێن تاقیگەهان ددەسنیشانکرنا نەساخییدا و چالاکی یێن دۆمدرێژێن پێشگرتنێ و خۆپاراستنێ دکەت.

ژبۆ چارەسەرکرنا نەساخەکێ تۆشبوویی، پشتی کولێرا (V.C.O1) دهێتە جوداکرن و دەسنیشانکرن داکۆکییەکا تایبەت ل سەر بکارئینانا زیندەدژێن گونجای و پێشگرتن و کونترۆلکرنا هشکبوونێ کرییە، بەرهەڤکرنا خوارنێ ب هشیاری و

گرنگیدان ب پاقژی یا کەسوکی بۆ چەندین جارا د ڤێ کتێبێدا هاتییە دووبارەکرن و هەروەسا ژی ئەڤ کتێبە یا پڕە ژ پێشنیازێن مفادار ژبۆ دارشتنا پەیامێن رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ د ڤی بیاڤیدا. ل وی دەمێ ئەڤ کتێبە ژبۆ رێڤەبەرێن بەرنامەیێ نەتەوەییێ کونترۆلکرنا کولێرایێ ب تنێ هاتییە دانان کو بکار بینن، لێ گومان تێدا نینە کو هەمی کەسێن خەمێ ژ پێشگرتن و کونترۆلکرنا کولێرایێ دخۆن (چ ل سەر ئاستێ دەڤەرۆکی بیت یان ژی ل سەر ئاستێ نێڤنەتەوەیی بیت)

ڤێ کتێبێ ب باشی ل قەلەم ددەن و دکارن بکاربینن.

پێرست و ناڤەرۆک

بابەت	لاپەرە
دیباج	٨
پێزانین	٩
١. دەستپێک	١١
٢. دەربارەی کولێرایێ	١٣
٣. خۆپاراستن ژ کولێرایێ	١٦
٣-١. دابینکرنا ئاڤا پاقژ	١٦
٣-٢. هاڤێتنا پیساییێ مرۆڤی	٢١
٣-٣. پاراستنا خوارنێ	٢٣
٤. خوە بەرهەڤکرن ژبۆ بەرسینگگرتنا بەلاڤەبوونا کولێرایێ	٢٦
٤-١. مەشقکرن ل سەر چارەسەرکرنا نەساخێن تۆشبوویی ب زکچوونەکا دژوار	٢٧
٤-٢. عمبارکرنا پێدڤی یێن تایبەت ددەمێ تەنگاڤیێ دا	٢٧
٤-٣. دویفچوون و چێکرنا راپورتان	٢٨
٥. کارڤەدانا سەرەتایی ژبۆ گەفا بەربەلاڤبوونێ (دهەوارهاتنا دەسپێکێ)	٣٠
٥-١. راگەهاندن ل گورەی یاسایا نێڤ نەتەوەیی یا رێکخستنا ساخلەمیێ	٣١
٥-٢. لیژنا نەتەوەیی یا تەنسیقێ	٣٣
٥-٣. تیمێن گەرۆکێن کونترولکرنێ	٣٤
٥-٤. ئالاڤ و پێدڤی یێن بەرنامەی	٣٥
٥-٥. بنگەهێن چارەسەری یا تەنگاڤیان	٣٨
٦. چارەسەرکرنا نەساخی یا کولێرایێ	٤٠

٦-١. چارەسەرکرن هشککبوونێ ب رپساندنا لەشی	٤١
٦-٢. خوارنا نەساخێن تۆشبوویی ب کولێرایێ	٤٤
٦-٣. زیندە دژ (ئەنتی بایوتیک)	٤٤
٧. رێگرتن ل بەلاڤەبوونا کولێرایێ	٤٦
٧-١. رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ	٤٦
٧-٢. پاقژکرن و خۆپاراستن ددەمێ ڤەشارتنا مرییاندا	٤٧
٧-٣. پیڤەرێن نەکاریگەر ژبۆ کونترۆلکرنێ	٥١
٨. بەربەلاڤبوون: لێنێرینا حالەتەکێ بەربەلاڤبوونێ	٥٧
٩. رولێ تاقیگەهێ	٥٨
٩-١. سەرەدەریکرنا دگەل نموونەیێن پیسابیێ	٦٠
٩-٢. تاقیگەها سەرەکی	٦٠
١٠. پشتی بەربەلاڤبوونەکا کولێرایێ	٦٢
هندەک پێزانینێن دی ل سەر کولێرایێ	٦٣
پاشکو ١: چێکرنا چالەکا چاککری و گونجای ژبۆ دەستاڤێ	٧٠
پاشکو ٢: چارەسەرکرنا نەساخەکێ تۆشبوویی ب کولێرایێ	٧٢
پاشکو ٣: نموونەیێ پەیامێن رەوشەنبیری یا ساخلەمیێ	٨٥
پاشکو ٤: بنەماییێن بەرهەڤکرنا خوارنا ئێمن ژبۆ خۆپاراستنێ ژ کولێرایێ	٩١
پاشکو ٥: دەسنیشانکرنا بەکتریا کولێرایێ (O1) ل تاقیگەهێن لاوەکی	٩٥
هندەک بەلاڤۆکێن هەلبژارتی یێن (WHO) د ڤی بیاڤیدا	١١٠
پاشگۆتن	١١٢