Tenduristî *Tenduristî* *Tenduristî*

Sêndroma Kirasbir
Li Ba Jinan

Bijîjkê Newrozê

Mîna ku nas e, kirashatin nîşana kamilbûna keçika ye. Ew di dehsaliya diduyê ji temenê keçikan de dibe. Kirashatin her çar heftan carekê tê û ji sê ra heft rojan dirêj dike.

Kirashatin di navbera 40 û 55 saliya temenê jinan de tê birîn û dawî li zarokanîna tê.

Kengî Kirasbirîn mêlag dibe?

Kirasbirîn mêlag dibe, gava kirasê jinan dozdeh mehan li dû hev netê. Wê hingê hinek pirsgirêkên tendurustî li ba jinan peyda dibin, bi wan pirsgirêk û rûdawan re ((Sîndroma Kirasbirîn)) S.K. tê gotin.

Lê di salên berî ku S.K mêlag were de, hin pirsgirêkên tendurustî li ba pîrekê çê dibin. Ew bi ((sîndroma berî kirasbirînê)) SBK bi nav dibe.

Di dema kirashatinê de, pileyên hormonên Estrogcên û Procêstron di xwînê de di hevpîvanek rawestayî de dimînin. Lê di dema SBK de ew hevpîvan dişkê, lewre jî pirsgirêk û rûdawên tendurustî yên ne normal çê dibin, gelek jin ji ber digazin û serdana bijîşkan dikin. Ew rûdaw jî ev in:

- ji nişkave hilma germ laşê jinan digre, xuhdan dide, carina taya sar jî têyê, ev rûdaw bêtir bi şev çê dibe, û ji çend sanî ta katjimêrekê dirêj dike.
- Xulqteng dibe, pêlên diltengî û dilferehiyê dûverêz dibin û jinan dêşînin.
- Li ba hin jinan jibîrkrina navan, tiştan peyda dibe û nikanin wînin bîra xwe.
- Jin bi nevehesiyê hestewar dibe, lewre westan, xulqtengî peyda dibe û xewrevînî çê dibe.
- Gava bi mêrê xwe re radize êşek peyda dibe.
- Dilopên mîzê jê diherikin, nemaze gava jin qelew be.
- Hin guhertinên ne baş di çerm û por de çê dibin.

Çawa SBK tê çereserkirin?

- Werziş zor giring e di vê pêngavê de.
- Di vê pêngavê têgihîştina heval û hogirên derdora jinê zor sûdar e. gereke jin bi xwe jî sedemên pirsgirêkên SBK baş nas bike û jê netirse.
- Bijîkê dê hin hurmon û dermanan bide, ew jî dê gelek sûdar bin.

Li dawiyê gava pîrek bi wan rûdawan hestewar bibe, gerek li bijîşkê xwe vegere û bi şêwra wî bike.

Fehîm Şêxo hate girtin

Fehîm Şêxo Kurdekî ji gundê Efrîtê, -Dibasiyê- ye. Ji sala 2000î ve li Almaniya dijî Lê, mixabin destlata Almaniya wê di 16/2/2006 an vedgerînin Sûriyê, li firokxana Şamê, ji hêla hêzên paristinî ve tê girtin.

Em bi navê Komît û xwendevanên weşana Newrzê , vî karî şermezar dikin û daxwaza serbestiya wî dikin.