Xwendevanên aziz,

Bi vê broşurê em dixwazin agahdariyê li dewleta me ya federal bidin kurdên kurmancî dipeyvin û livir dijin. Ev agahdarî li ser şaxê nerîna pijîşkî ye.
Pişkîna (muayene) li cem pijîşkê jinan (doxtorê jinan) bi taybetî ji bo jinên ku ji çewra, van adet û çandan tên pir caran girêdayî tirsê ye. Ev tirs bi mişkilên zimên hîn zêdetir dibe. Li Mecklenburg-Vorpommern kêm vegerevan (tercuman) henin, ku li cem pijîşkkare alîkariyê bide we. Jiber wê ji bona we pir giringe, ku hûn zanibin çawa û çima ev pişkinên cudayî gereke bên kirin. Dawyia agahdariya vê tekstê hûn servîsa adresên, institutan û rêxistinên ku hûn jin û penhander (koçer) ku li vir dije, li Mecklenburg- Vorpommern karin agahdariyê û alîkariyê bistînin.
Em bi vê weşandinê diyarî pijîşkên jin û mêr dikin û hêvidikin, ku ev risalê (broşûr) bibe alîkarî bi hevpeyvînên nexweşiyên we re. Ji ber vê sebebê ev risale bi du zimanan tê çapkirin.

Agadariyên ji bo vê risalê ji terefê *international Health Foundation* (IHF) hatiye amadekirin, rêxistinek silametiya navnetwî ji bo lêkolîn û ronahîkirinê li Genf û Brüssel. Midûrê biroya Alman ya IHF û ya ku rêxistina *Frau und Gesundheit e.V. (Jin û pijişkî e.V.) li Mattmannê* pişt re avakiriye, ev tekst nivîsandiye. Ev çendsal ev risale bi pir zimanan ji terefê berpirsayrê biyaniyan (Auslçnderbeauftragten) li Bremen û Brandenburgê derdikeve. Heta niha derxistinek bi kurdî (kurmancî) kêm bû.

Sipasiyek taybetî ji bo hemû jinên biyani û ne biyanî re, yên ku alikarî dan vê weşandinê û ji bo pijîşkên mêr û jin, yên ku şêwira xwe didan.

Karla Staszak
sekretêra dewletê ya parlementerî
berpirsayara Jin û wekhevî
der Landesregierung

Nguyën dõ, Thinh
serokê komela Diên Hông-
bi hev re di bin banîkî e.V.

Schwerin/Rostock, di îlon 1999 de

Jinên ku di jiyana xwe de ne çûne ser kursiya muaneya jinan kêmin. Piraniya jinan di derbasbûna salan de çûye ji bo mu*a*yena lebatê zikê biçîk.Yan ji ber ku gihiştiye wê dereca ku baldarî û diqetkirin qbulkiriye yan jî ji ber ku diêşin. Bê pirse, ku her jin gereke ziyaretkirina cem pijîşkê jinan bike perçeke silametiya xwe ya şexsî. Jêr dibêjin "Gesundheitsfürsorge". Lê xuyaye ku fikra ji bo mueyena cem pijîşkê jinan bi hisên dilodin û tevlihev girêdayiye. Ev his li cem pijîşkê jinan zêdetirî pijîşkê din çêdibe.
Ev tê famkirin. Bi kêm cil, gereke mirov xwe nîşanî yekî rerîb bike, arilbe bi runiştineke ku mirov fedî dike. Pijîşk pirani mêrek- li cihê menî pir samimî tên nerîn û dîtin. Mirov xwe bi çavekî kêm nerîn hisdike û wek bê qey sira mirov hatiye dîtin û tê qimetdan. Carcarna gereke pirsên nexweş bên bersivkirin. Ji bona hemû jinan ne rihete şerma xwe hilînin. Ji xilav wê jî, aletê pijîşk û hereketên wî mirov ditirsîne, ku ewê mirov biêşîne an jî tiştekî nexweşî bibîne. Ji ber wê mirov destlêgerandina wusa dibe loman, eger ku giringe be jî. Di bin gelek mahna mirov destlêgerandinê hefte bi hefte, meh bi meh dur dixîne. Tim di hêviyên ku bi xwe dîsa hal bibe. Bi vî warî mirov hizmetek pir xirab bi xwe dike. Û tirsa ku negerek zêde dibe. Tirs dibe sebeba ku mirov di destlêgerandina jinekolojî de bi pir damarê xwe sert hişk dikin (mîna lerizanindê). Çiqas mirov damarê xwe sert bike hîn behtir nexweş û bi êş destlêgerandin derbasdibe. Eger pijîşk mirov biêşîne jî, yek pircaran newêre jê re bibêje. Mirov êşê te`mul

dike, ji bo mi_rov naz neyê xuyakirin. Dijî vê "otorîterê" û di rewşek wiha de , ya ku mirov xwetêde rezil hisdike, mirov xwe bê çare ye. Ji bona ku hertişt zû xelas be, mirov dihêle ku mirov ê muayenekirin, bêyî zêde bipirsin. Lê belê armanc û xwestin ne ew e, ku destlêgerandinek pasîv bê tamul kirin. Gereke em bi zanî beşdarî muayena pijîşkî bibin, ji bo em fêdeyek mezin jê bistînin. Ji ber tiştê ku tê li ser sekinî, laşê me ye!
Em karin û divê em laşê xwe baştir nas bikin. Gereke ne em tenê bizanibin çawalebatê (organê) me yên zayend (cinsî) kardikin, gereke em wan jî dis bikin û bi alî_kariya mirêkekê em karin lê binerin û nasbikin. Bi vî rengî em dikarin bizanibin, pijîşk wê çi bibîne û dikarin destlêgerandina wî bi balkêşî û zaneyî - ji bedêla bi tirs derbaskin.
Belkî, ji bona hinek jinan ev li xwe nerîn hîn fikrek ne elimandiye yan jî rerîbe. Lê gerek hûn zanibin, ku hûn laşê xwe tenê wê demê bi xweşikbûna û xebata wê ya tevlihev karin fambikin, dema ku hûn ew çawa be, qebulbikin- bê şerma şaş.
Dema me hînî dilgirtina xwe li ser tiştên samimî em bipeyvin rakin,wê peyvîna bi pijîşk re jî asan be. Bi dem re wê gotinê pijîşkî bi me ne rerib bên. Di eynî demê de emê cesaretê bistînin, ku ji pijîşk re pirsa zelabûna şirovekirinê bikin. Bi avabûna xwe famkirinê , mirov xwe nema teslîmî pijîşk hisdike - em bi wî re li ser tiştên ku ji bo me giring e dipeyvin: silametiya (xweşbûna) me!
Bi van agahdarîan em dixwazin haziriyên cudayî û birêvebirina destlêgerandina jinekoloj ji we re ronî û bi famkirin bidin.
Ev piranî ji bona jinên ku cara yekem diçin destlêgerandinekê hatiye amadekirin._ Heta ji me bê, em dixwazin bersiva wan pirsên ku jin pircaran ji dipirsin bidin. Bi vê em hêvîdikin gelek dilodîn (dudilî)ku li ser lebatê cinsî (zayendî) hene, karibin tarîf û hetanî ji holê rakin.

Ji kîjan amrî (demenî) û pêde destlêgerandinek jinekoloj girine?

Ji bona gerekbûna destlêgerandinek wisa emrekî xuyayî tuneye. Çêdibe ku mirov muayena lebatê zayend (cinsî) yên keçikên biçûk jî gerek bike. Lê ev tenê di bin sebebên giring tê kirin, dema ku : xur, kulbûn yan jî dema êşandin li wê dorê hebe. piştî kamilbûna qîzan muayena di demên xwe de di bin şertên diyar karin bên kirin.

Kengî gereke jinek biçe pijîşk?

Di dema rewşên lezûbez mîna, avzê (herik, akinti), xwîn ne dema cilan (kincan,adetan, period) de, dema cil (period) ne di dema xwe de bên an jî hîç neyên. Dema êşa hûrê biçûk (zikê jêr) û li ser parastina hemlê (ducan) yan bê zarokbûn, gerek ziyaretkirina pijîşk zû bi zû bê kirin.
Wekî din giringe her jinek gihiştî salê carekê biçe muayena jinekolojî, tev destlêlgerandina pêşin (Vorsorgeuntersuchung). Ji bona jinên ku hebên zarokan dixwin û_ kesên ku emrê çil salî derbas kirine, gereke di demên ser hev biçin destlêgerandinê. Normal mirov di navbera du cilan (adetan) diçe ziyareta pijîşk. Ji xilav rewşek lezûbez hebe yan jî pijîşk hatina we xistiye navbera van cilan (periodê). Sipiralek başe ku di dema cilan (periodê) de yan nêzîkbûna xelasbûna cilan bê danin.
Dibe ku mirov di dema cilan de xwe muayena bike, lê hinek test nikarin bên kirin û hinek nerîn wê ne zelal (tam) bin. Wekî din: eger piştî dema we ya cilan hîn xwîn bê, gerek hûn nesekinin û piçin pijîşk.

Gerek jinek çi bike berî ku biçe pijîşk?

Destpêkê saeten hevdîtina pijîşk peyda bikin, randevuyek şexsî an jî bi telefonêbistînin. Bi vî awayî hûn karin gor xwe saetê ayar bikin.
Berî hûn çûn pijîşk lebatê xwe yê zayend bi duşê-sprey neşûn. Ev ji terefê pijîşkanpir tê

rexnekirin. Eger hûn bixwazin pak û bê bihna laş biçin cem pizijk , şuştina pijîşk, piranî dema herika (avzê,, çilim,akinti) we hebe. Êvara berî ku hûn biçin cem pijîşk melhema, fitila an jî dermanên parastina zarokan û tampon bi kar neynin. Bi kurtayî: hertiştê ku tesîrê li muayena pijîşk karibe bike û şaşitîna derxîne bikar neynin.
Eger ku hûn cara yeke diçin destlêgerandina pijîşk bifikrin bine bê hûn karin ev pirsên me jêr danîne, agahdarîye bidin pijîşk. Li cem xwe notna deynin û pirsên ku hûn dixwazin ji pijîşk re bidin li cem xwe binivîsînin! Nameya xwe ya cila (period) û dermanên hûn niha bikar tînin, bi xwe re bibin.

Li cem pizijk

Emê anha gavên ziayareta pijîşk yekoyek biçin: Gereke hûn zanibin, ku dema yekem hûn biçin cem pijîşk, wê karteke ji bona we çêke. Di wir de wê hemû agadariyên giring li ser we û li ser şexsê we mîna nav, paşnav,emir (temen),bejindirêjî , giranbûn wê bivîse. Ev ji bodema silametî û nexweşbûnê gerek dike. Van tiştan berî ku we muayene bike dipirse.
Lê belê dema ku hûn wek hercar biçin cem wî, tenê ji bona nerîna herdem yan jî bo recetê, mimkune ku disa pirsa rewşa nexweşiya we bike an ji serî heta binî dîsa muayene bike. Bi vê ehewce ye hûn mereq bixwin. Ev karê pijîşka ye , ku carcarna li nexweşiyê xwe û rewşa muayena xwe ya berê û nerînê xwe dîsa binere û dubare dike.

Pirsan

Bi gelenperî pijîşk van pirsan dipirse:
1. agahdarî li ser şexs: nav,emir (temen), mesleg (serpêhatî),zewici an sekinî, sigorta nexweşiyê.

2. nexweşiyê li malbetê: di malbatê de nexweşiyên şekir,qensêr,werem (tîfo) heye ya hebû? Kesên aqilnoksan yan tiştên dijî normalê (yani laş û mejiyê dijî normê)

3. Rewşa gelemperî: nexweşiyên anha, yan yên bihurtî (nexweşiyên zarokan jî, yên jo bo jineklojiyê giringin wek sorik); bi tay_betî kulbûna lebatê zayende û riya mîzê, nexweşiyên gurçik û kezebê, (kêmasiya gerandina xwînê, ketin ya bilinbûn tansiona, kulbîna rahê mexanî, bawesîr (hemorid), şekir, bawî (reşeba), kêmxwinî, alerjî (ne temulkirin dijî dermanan yan tiştin din), nexweşiyên çerm (ten), qebzî (qezî), maxulya (depresion), migren (serêşî).

4. Pirsên jinekolojî
- Hûn çend salî bûn dema we cilên (kamilbûn) xwe dît?

- Cil (adetên, periodên) di wextê xwe de tê, û navbera xwînê (cilan) çiqas e?

- Çend rojan xwîn dikşîne?

- Di dema çûyî de we guhertinin hiskiriye (dîtiye)?

- Carcarna xwîna we piştî cilan yan piştî ilişkiya cinsî tê?

- Dema hûn dikevin cilan, hûn dêşin an sancî tê?

- Cara dawî kengî xwina we hat?
(Ji bona vê pirsê salnamayek heba başbû, ji ber hûn dikarin rojên cilên (adetên) xwe binivîsînin (salnameya cilan,adetan).

- Hûn têkiliya zayender (ilişkiya cinsî) dibînin yan we dîtiye?

- Hûn êşê yan sorbûnê (nexweşiyê) di ilişkiya cinsî dibînin?

- Parastina hemilbûnê hûn bikar tînin? Kîjan? Û ji kengî ve?

- Hûn careke bi ducan (hemil) bûne?

- Dema ducanî (hemilbûnê) çawa derbas bû? Di wextê xwe hûn welidin yan na? Tu mişkile derketin?

- Zarokek ji ber we çû ye?

- Eger nexweşiyek we ya jinan an nexweşiyên lebatê zayender hebûn, we çi rengê tedawiyê ditî?

- Ji bona nexweşiyên jinekolij (yên jinan) hûn emeliyat bûne an tedawî we ditiye? Çi? û kengî

Sebebên ziyaretê?

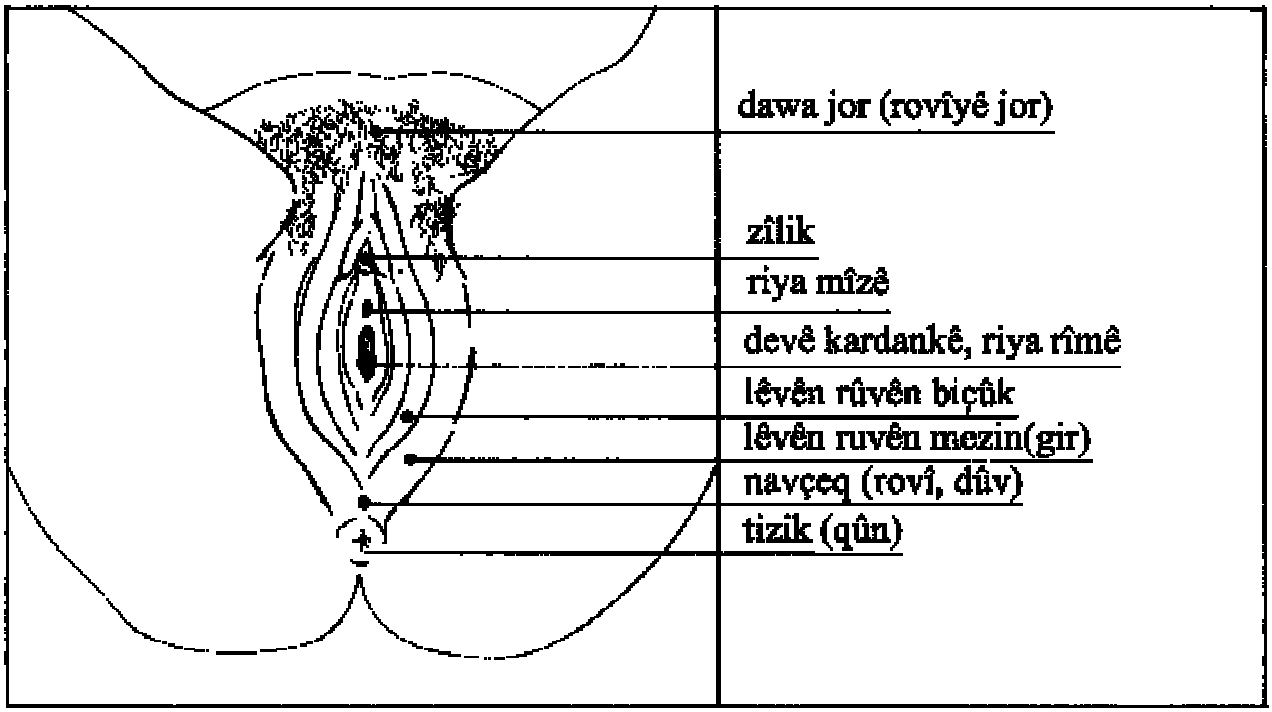
Bê xeberdana zêde yanî, bê fedî hûn karin sebeba hatina xwe vekirî ji pijîşk re bêjin. Eger ji bona eynî meselê (nexwşiyê) hûn çûbin cem pijîşkên din û tedawî stand yan distînin bibêjin. Behsa derman , şiklê tedawiyê û derziyan yên ku we di wê demê de stand bikin. Jinin dermanên mîna: hebên xewê, êşê, hemilbûnê, sakînê, yên nava mirov biçe, derman nabînin.
Êşên laşên (wicûd, giyan) mirov pircaran bi êşên rihê mirov derdikeve holê. Eger hûn anha di demek pir adis, melûl, bi sinir derbasdikin, gerek hûn vê ji pijîşkê xwe re bibêjin. Ev karibe ji bona êşnasiya wî giring be.

Pişkîn, (destlêgerandin, muayene)

Pijîşk an yên berdestê wî haziriyên pêşîn dikin. Wek: giranbûn, dirêjbîn, tansiyon dipîvin (diwezinin). Piştre wê çûna destavê (tuwaletê) û mîz xistina qedexekê wê rica bikin. Ji ber ku di hundirê pişkinê pijîşk wê navran (jêra laş) û pêsêra we binere, divê hûn xwe tazi bikin yanî wisa ku hûnê karibin li ser kursiya muayenê tenê etekê xwe bikşînin jor. Ji ber wê tiştekî teng li xwe nekin, yanî tenê kirasên (cilên) ne ku zêde kubas û kumçok hebin. Ji ber ku pêsêra we jî wê bê muayenekirin, başe ku hûn jor jî tiştekî teng li xwe nekin. Ya baş ewe, ku hûn etekek fireh û gulmek (bluzek) bi komçok li xwe kin. Wisa fedîbûna ku hûn dikevênê kêm dibe.
Pijîşk piştre wê ji we rica bike, ku hûn biçin ser kursiya pişkînê û xwe dirêj bikin. Herdu çîmê we, wê vekirî bin û nigê xwe çep û rast deynin. Hûn wisa rihet li ser kursiyê rudinin. Damarên xwe sist bikin û xwe serbest bihêlin, nefesa xwe kur bistînin û berdin. ya giringdi vê demê ewe, ku hûn rihet bin.

Lebatên zayenderê ji derve

Pijîşk wê dest bi pişkina lebatên zayenderê we bike. Li jêr em dibînin ev kijan lêbat in.



Dema em navbera herdu çogan binerin, pêşî, em roviyên dawa jor dibînin. Hebekîjêrtir lêbatên zayenderên ji derve xuyan e. Emê piştre firehtir serbisekinin. Navbera devê riya kardankê û tizikê , navçeq heye. Di bin vî çermî damarin henin, ku lebatên zayenderên hundir diparêze. Tizig dawiya navçeqê(roviyan) ye, ji ber wê asas nabe lebatên zayender.

Li dora şermê ev henin:

Lêvên rûvên mezin: du çermên bi qermîçokên mezin tev bi damarên biçûkî xwîn in Ji derve mîna jor bi mû ye (por). Lêvên rûvên mezin perçeyên lebatên zayender, yên ku nazikin diparêze.

Lêvên rûvên biçûk: Ev ji terefê lêvên rûvên mezin tên nuxumandin û ji bona cihên hîn kurtir, cihê riya mizê û kardankê biparêze. Xwîna rûvên biçûk baş diçe, ji ber wê dema têkiliya zayander (seksi) an dema kulbûnê karin biwerimin.Nêzikî gilikê (vajîna) di hindurê betan de, di hedû aliyan de avzê heye. (Jê re dipêjin Bartholischen Drüsen). Ev herdûr lebatên biçûk dikin ku tim jêra gilikê şil be.

Yên hemû jinan lêvên rûvên mezin û biçûk ne mîna hev in. Ev girêdayî emir û rewşa laşê mirove. Wisa, qermiçokên şermê ya jinek bi emir teniktir û rengê wê ji yên jinek ciwan vekirîtir e.

Zîlik: Ev dawiya jora lêvên rûv e. Li vê derê jî gelek cudayiyên mezin heye. Mezinbûna wê mîna zixurekê ye. Ev jî yê hineka bi pêş ve xuyayî ye û hinek din gereke lê bigerin hetanî ku hisbikin. Dora zilikê hemi damarên pir nazik in, lewma dema mirov destlê bide hisbûna wê zêde ye. Ev jî mîna rûvên biçûk dema têkiliya seksî diwerime (mezin dibe) û sert dibe.

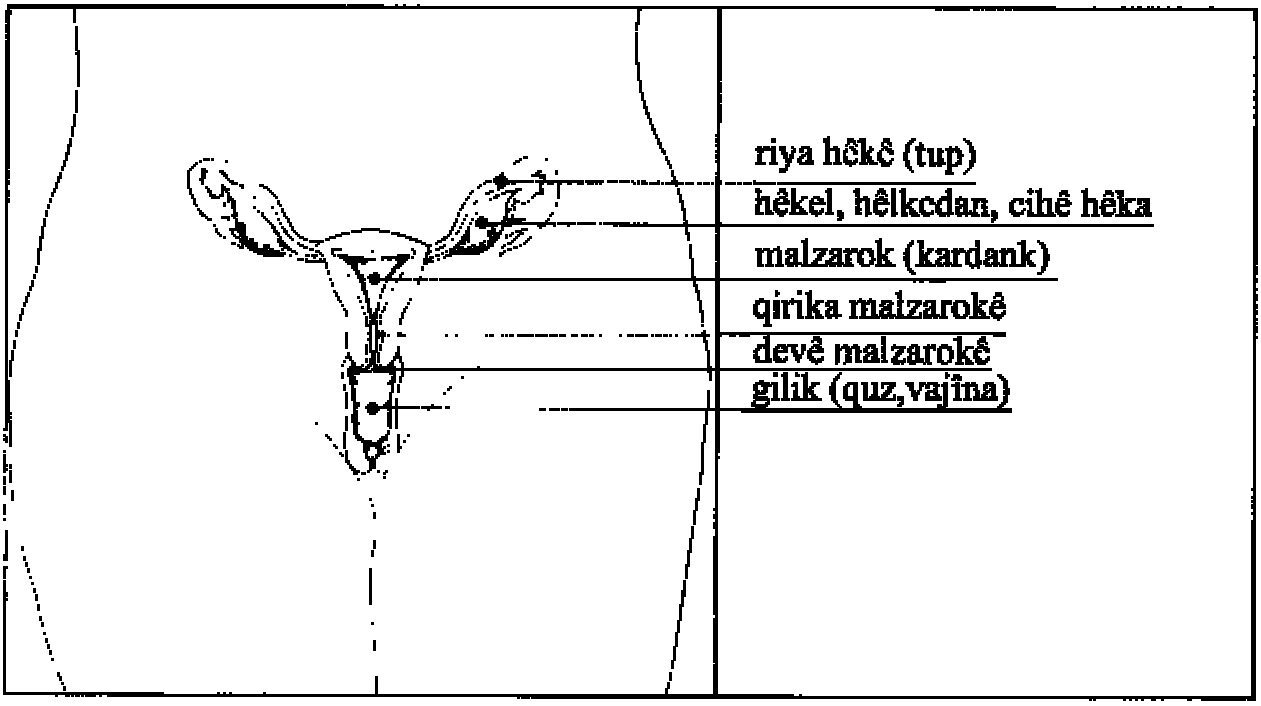
Riya mîzê: Jêra zîlikê bi qulek biçûk tê dawî.

Devê kardankê: Ev hîn hebekî jêra riya mîzê ye û bi vekirina çîman riya gilikê (vajîna) vedibe. Yên keçikên (qîzên) ciwan qermiçokek perda qîzbûnê jêra devê gilikê digre. Ev perde bi gelemberî pir ji hev vedibe û teng dibe mîna lastîkê û di dema têkiliya seksî ya ewil kêm caran diêşe. Ji ber wê dibe ku ev perda qîzbûnê, jê re dibêjin Hymen jî, dema mirov tamponekê bi

karbîne bi xwe vebe an biqete. yanî dema ev Hymen tunebe, nabe tesbîta têkiliya seksî. Di kêm rewşan de çêdibe, ku ev Hymen deriyê gilikêhemî bigre. Wê demê xwîna cilan (adetan) ji ne mimkune. Wê demê tedawî û vekirina Hymen (perde) gereke.

Lebatê zayenderê hindir

Dema pijîşk lebatê zayenderê hindir muayene (pişkîn) bike, bi alîkariya cihasekê (bi navê spekulum, pelê 12) gilikê vedike û hindirê lebatên (pelê 15) ku nayên dîtin dinere. Berî ku em zêde li ser şiklên pişkînê bisekinin, em binerin çi lebate henin.



Gilik (vajîna): şiklê wê mîna kanalek 8 cm ye. Di hundir de pir nerm û qermiçokî ye. Çermê wê ji avzê û herik tim şil dimîne mîna herika di hundirê bêvilê û dev de.
Dora gilikê pir ji hev vedibe, meselê dema têkiliya seksî lebatê zayend yê mêr, dema tempona yan jî dema pijîşk spekulum di muayenê de dixe hundir. Ev ji hev vebûna ecêb hîn bêhtir xuya dibe, dema ku mirov diwelide û serê zaroka nû û piyêwê di kanalê de derdikeve. Di hundirê gilikê de mirov dikare bi tiliyê, tiştekî girover, hişk, şahîk û bi pêşve tê his bike. Ev jî qirika malzarokê ye.

Qirika malzarokê: Di hundirê qirika malzarokê de vekirinek biçûk heye texriben gor serê çixatê ye ev girêdan bi hundirê malzarokê çêdike. Ev jî devê malzarokê ye.

Devê malzarokê: Bi vê vekirina bi damarên quwetê û ji hev vekirinê, xwîna cilan dikare navbera malzarokê û gilikê biherike û bizrê mêr dikare di malzarokê re bighê riya hêkê.
Dema ku pijîşk nêzîktir li devê malzarokê binere, pircaran dikare binîne ku jinek carekê welidiye an na. Ev vekirina hundirî piştî welidkirinê, ji yên keçikên (qizên) ciwan meztire. Avzêya gilikê jî kare agahdariyê bide ser rewşa laşê jinê, ji ber avzê şiklê xwe diguhere. Ev karibe zêde an kêm , gelek an hindek tîr be. Ev girêdayî ku cilên (adet, period) mirov heftenin jêr manin an na yan hindek maye.

Malzarok (uterus): şiklê wê mîna hirmiyekê (karçik) ye û mîna ku bi bendan girêdayê û serê wê bi jêr ve ye. Ev çermekî pir elastîk, serte û valahiya malzarokê digre. Ya jinek ne bi hemil ev valahî mîna tiliya gurdê firehe. Lê eger hemilbûnek çêbû, bebekek 3,5 kilo, hevaloka (pîzdan,plasenta) malzarokê û texriben litrek hetanî du litra cihê xwe di vê valahîyê digre. Piştî welidandinê malzarok di demek kin de vedigere. Ev lêhatin ev lebat dike yekta.

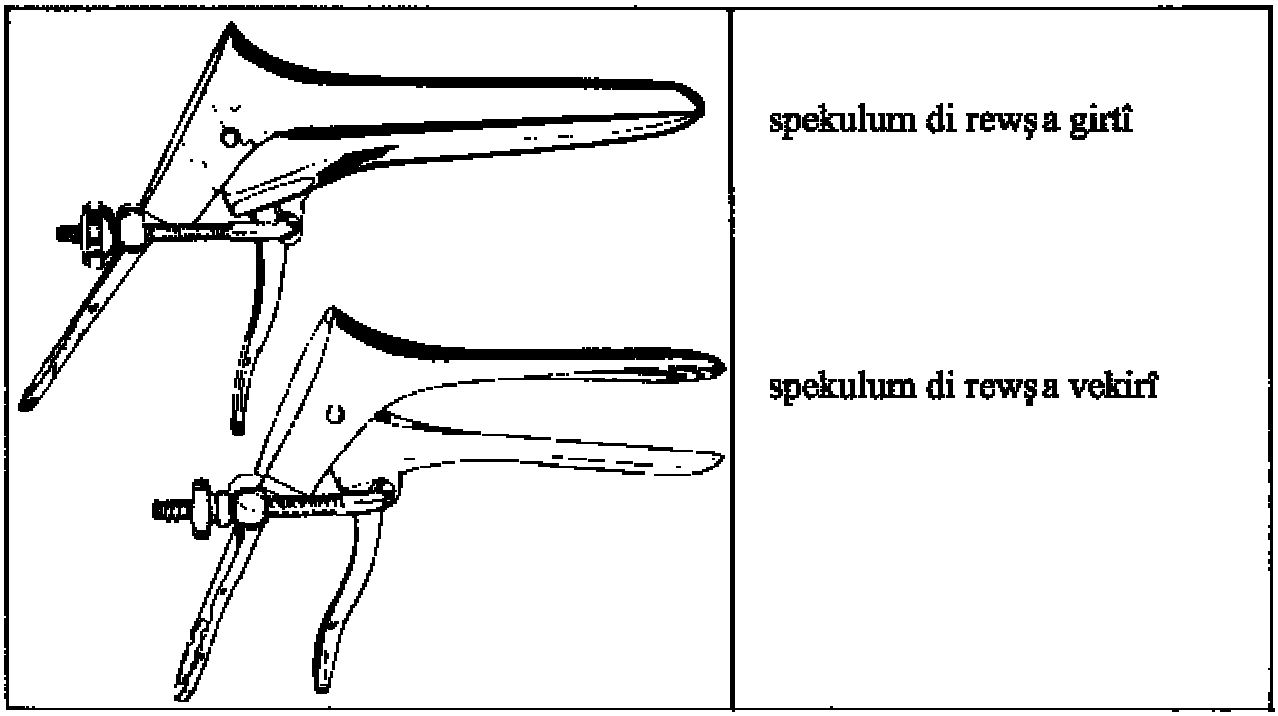
Hundirê malzarokê avzêk pir bi xwîn tê xemilandin û her meh tê derxistin û dîsa nûava dibe. Dema ku pizirên mêr û hêka jinê bi hev re hiliyan, hêk di nav vê avzêyê cihê xwe digre û di dema prosesa mezinbûnê ji terefê wê tê xwedîkirin.

Li jora malzarokê du aliyên
Riya hêkê (tuben): henin. Ev kanalin pir hur û nazik, nava wan çend milimetre nin. Dawî fireh dibe mîna kovikin (mastêrik) gincirî, yên ku hêkê ji cihê hêkelê digre û derbasî malzarokê dike. Normal mirov bi dest nikare riya hêke his bike, lê belê dema ku kul be mirov dikare. Kulbûna hêkelê kare bibe, dema ku kanalê wê bi prosesên nexweşiye bên girtin sedema stewirbûnê. Ji ber wê, pir giringe dema ku kulbûn an şewtandin di lebatê zayend derketin, ku mirov wana zû tedawî bike, ji bona bela nebe.

Jêra riya hêkê cihê Hêkelê (ovar) ye : mezinbûna wê mîna bihîvekê ye û hîn di dema dayikbûnê de bizrên hêkê belî ne: kêm û zêdeyî 400000 in. di dem emrê jina ku gihiştî tenê 380 bizrê hêka digihêjin. Yê ji ber mayî dihile û çermê dorê digre. Her meh di bin tesîra hormonan hêkek distewe (digêje) dire jorahêkelê û ji terefê avzê mîna tiliyan tên kişandin. Eger li ser riya nava hêkê hilandin bi bizrê mêr çênabe, ev hêk xirab dibe.
Ji xilav gihiştina hêka karê hêkela karekî duyeminî giring jî heye. Ev hormonên zayender (cinsî) jî derdixin. Ev ne tenê ji bona hemilbûna zaroka ye, na ev hormon ji bona hemî lebat giringe û tesir dike.

Pişkîn bi spekulum

Wê pijîşk gilikê di riya malzarokê re bi alîkariya cihaza spekulum muayene bike. Ev cihaz ji metal (lajwerd,nasût) yan plastîk e û dişibe nikilê qazê. Dema mirov "nikil" veke, diwarên gilikê (vajîna) ji hev tên vekirin. Ev cihaz bi mezinbûnên cudayî henin, û pijîşk ji bona her jinê gor çêbûna laş cihazek hildibijêre.



spekulum di rewşa girtî

spekulum di rewşa vekirî

Ev cihaz dema ku xistin hundir, gereke nebiêşe û ne mirov jê adis bibe. Gelek pijîşk diqet dikin ku berî ku têxin hundir hebekî germ dikin.Ji bona ku cihaz baştir bişemite hundir, didin ber avê yan jî dawiya wê melhem dikin. Piştî ku spekulum bi girti dixin hundirê gilikê, hêdika nikil vedikin. Bi alikariya rewşeneke (şewkek) quwetlî pijîşk kare gilik û qirika malzarokê, tev devê malzarokê bibîne. Nerîn (şiklê) ev tiştên hundir - wek me gotibû - girêdayî rewşa silametiya laş e. Mîna tesîra cilan (periodan), hemilbûn hw.d..
Mimkune ku pijîşk carna bi cihazekî din, bi navê kolposkop bikar bîne.Pê dikare rûyê qirika malzarokê mîna mercekek mezin bibîne. Eger pijîşk tiştekî ne weke hev dît, wê biçek tenturdiyotê lê bike. Bi vî rengî , cermê tevîn ya normal û ya guhertî bi rengê neweke hev tê naskirin. Ev testa tenturdiyotê ne xeter e, ji ber ku qirika malzarokê piranî bê hise.
Di dema pişkîna bi spekulum pijîşjk di qirika malzarokê cihekî ku tevîn (çerm) ne li ser e dibîne. Tedawiya wê bi gelemperî naêşe, tenê mirov xwe biçeqîne, mirov hebekî adis dibe. (ji ber wê nefesa xwe negrin, behna fireh berdin!)

pişkina tevînê û muayenê laboratuarên din

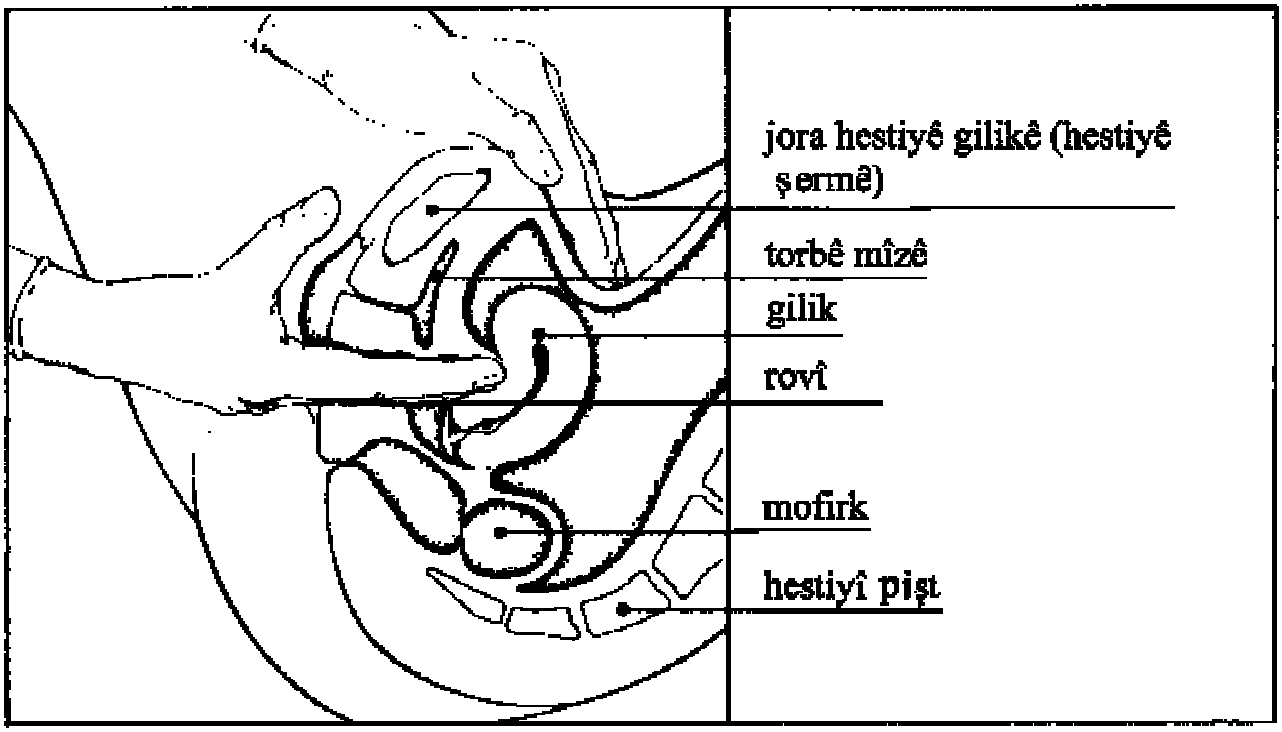
Şiklê pişîna giringtirîn ji bona dîtina nexweşiyan di lebatê zayend girtina tevînê ye Bi almanî jêr dibêjin abstrich. Yanî girtina tevînê yan jî damlenin hûrik ji çermê tevînê û avzê ya ku di bin mikroskopê de mezintir tê dîtin û muayene kirin digrin. Wisa mikrobê qaşoka(piqeroşk,fitrik) û trixmonad (Trichmonaden) jî - lê guhertinên pirtuyê çerm dibin nîşanên ewil ji bo gincira ne baş. Pijîşk wê tevînê ji dawiya qirara gilikê, ji qirika malzarokê û devê malzarokê bigre. Giringbûna vî şiklê muayena asan jo bo pişkina pêşîn (Vorsorgeuntersuchung) ye, yanî yekemîn naskirina qensêrê di qirika malzarokê de ye. Di vî cihî de sê ribê qensêrê di lebatê zayenda jinan de çêdibe. Bi alikariya girtina tevînê (Abstrich)imkan heye, zû despêka qensêrê bê dîtin û şensê ku bê sarlemkirin pir bilinde.
Girtina tevînê bê êşe. Pijîşk bi darikekî serê wê bi pambû hêdika di ser qirika malzarokê û dora wê dibe û piştre wî darikî li ser perçakî cam digerîne. Van pirtuyên tevînê (çerm) dişîne laboratuara zytolojik. Ev instîtutên ku li ser van tevîna şarizarin. Ji ber riya poste wext dikişîne, heta ku agahdarî dighê destê me. Eger pijîşk ji ber xwe salê carekê wê muayenê neke, gereke

her jin ji ber xwe dawa vê testê bike. Ji bo jinên zêdeyî 40 salî ev muayena wisa hîn giringtir e. Sigorta ji bo jinên 20 salî jî kaxezek ji bo pişkina zû naskirina qensêrê bê pere dide wan. Jinên hîn ciwantir dema ku biwxazin kaxezek wisa, karin bistînin. Pişkînên zû pir caran tesîr û fêde kiriye, ku qensêr di despêkê de karibû bê sekinandin yan jî nehêle ku çêbibe. Ev gereke ji bo wan jinên ku hîn ne çûne muayenek wisa bibe niyetek, ku vê bikar bînin.

Testeke din rewşa hormonan (Hormonspiegel) nişan dide. Ji bo wê mîna tevînê (Abstrich) ji jora qiraxa gilikê tevînê digrin. Ev muayene rewşa çiqasû hevkariya hormonên lebatê zayendê cudayî û tesîra wan ya bi hev re ne xuya (ronî) dike. Ev piranî wê demê tê bi karanîn dema êş hebe, ku girêdayî guhertina hormona ne - wek: despêka salên çilî de despedike.
Ji bo tesbîkirina guhertinên laşê mirov metodên laboratuarê din hîn hene. Bi testa mîzê (idrar) zû hemilbûn kare bê naskirin. Behtir muayena mizê agahdariyê li ser kulbûna torbê mîzê û nexweşiyên gurçikê dide. Eger pijîşk dixwaze tam zanibe ku madene rerîb (biyanî) mîzê pîz nekiriye (wek bi avzêyên gilikê), wê bi boriyek zirav (Katheter) rast ji riya mîzê avê bigre. Ev xistina boriyê jî bê êşe, ji xilav ku kulbûn hebe.
Êşnasiya (analîzeya) xwînê kare gelek zelabûnê li ser dijî rêzan bide, mîna cilan (adetan). Bi alîkariya şiklê êşnasiyekêa (anlyzekirinekê) mirov dikare bizanibe, bê nexwşiyên zayend hene. Ne raste, ku nexweşiyên zayend ne mîna berê zêde ye. Ji ber hinek mikrop dijî dermanan berhelistî ne /resistebz), talûke bêtir zêde bûye. Eger jin şubhê bike, ku pe ketiye, gereke bi zû li pijîşk bigere, jo bona karibe di pêşerojê tahlûkê hilîne.

Pişkîna temaskirinê (pişkina bi destan)

Temas kirina di gilikê re tenê ji bo muayenên ku çavan nayê ditin tê bi karanin. Piştî pijîşk spekulum derxist, bi tiliyek an du tiliyan destê xwe yên bi lepikên tenik dixe gilikê; di eynî wextî de destê xwe yê din datîne ser sik. Normal ne ev muayene,ne ya bi spekulun û ne ya temaskirina lebatên hundirî diêşine. Lê mimkune ku bi temaskirinê cihê ku kul be biêşe; yan pijîşk heraketek nexweş bike yan jî ku mirov ji nişkê ve laşê xwe dide ser hev. Sebeb çi be jî, dema ku di muayenê de cihên we êşiya ji pijîşk re bibêjin. Belkî ev dibe nişanek ji bona tesbitkirina wî (pijîşk) jî ji bona ku gereke ew diqetir muayene bike.



Dema ku ew (pijîjk) ji derve dijî malzarokê û hêkelê didewisîne, dikare lebatên di hundir de his bike û muayene bike. Wisa tesbît dike ku hêkel û riya hêke başin yan werimî ne û nazikin. Berg (zysten), miyom û verem (tumor) jî bi vî rengî tên naskirin. Wê runiştina malzarokê jî binere, normal hebekî bi pês ve tewandiye. Lê pir cara bi tizikê (qûnê) ve dikeve. Dema ku wisa be, wê pijîşk we re bêje,malzaroka we tewya ye. Ev ne nexweşiyek e, nabe sebeba ne rihetbûnê jî. Bi gelemperî ev dîtin kêm meneya wê heye. Carna pijîşk hûr jî hisdike (perçê dawiya roviya stûr), ji bona vê tiliyek xwe dixe tizikê û ya din dixe gilikê. Destnerîna hûr her sal bi pêşpişkîrinê (Vorsorgeuntersuchung) re tê kirin. Bi pêşveçûna emir bawesîr (Hçmorrhoiden) (damarê xwînê ji hundir û derveyî tizikê fireh dibe) û polîp di eynî şiklî çêdibe. Ev herdû çikil bê zirarin, lê karibin mezin bibin û wisa diêşin. Çawa be jî gereke hûn têkevin bin kontrolê.

Muayena hûr ji terefê jinan carna nexweş tê dîtin, lê normal naêşe. Lê pir caran zorê li çûna destavê dike. Ji ber wê başe ku mirov berî here muayenê bişe destavê nav û torbê mîze vala bike. Lê gava cihê weyî mîzê (idrala) biêşe (mesela şew, êş, zûrbûna çûna destavê, eger piştî hûn çûbin destavê jî), wê demê başdir e, ku hûn ne di demek kin de berî muayenê biçin destavê, ji ber pijîşk wê bixwaze ava we bigre.

Di vê pêşpişkinê de wê pijîşk zilfek ji bona ku hûn destava xwe ya mezin di hundirê sê rojan ser hev deynin ser kaxezna bide we. Vêna hûnê disa bidin pijîşk, di vê testê xuya dibe, ku xwin di nav destava we ya mezin heye an na. Ev bi alîkariya dermanekî xuya dibe. Ji xilav pêşpişkinê ev metod kare bê xwestin, dema kû xwîn di destavê ê dîtin. Ev karibe bibe nişanek ku di guhertinên nexweşiyê di rovî de hene, yên ku pijîşk nikaribû bi desta his bike. Tesbîtkirina xwînê belkî tênê ji qetandina tizikê be jî û bê xeter e.

pişkîna sing

Ji bo pişkînek ji binî heta serî, pişkîna singa, girêkê lenfa li qirikê û di bin milan de bi desta bê kirin giringe. Mîna gerandina xwînê sistema lenfa jî wisa di kanalan (boriyan) de dimeşe. Girêkê lenfa lebatê filîtrê nin. Ew şaşitiyan di laşê mirov bi werimbûnê , ku kulbûnek bê xeter be yan jî qensêr be nîşan didin.

Bi destê xwe pijîjk li cihê werimî, yên hişk, porga (kist,zysten) û şiklên dinî ne wek hev digere. Lê rûyê cerm û serê zinga şopên giring jî nîşan didin. Minak: kortbûn (çalbûn), çilmisandina perçeyên çerm, paşveçûna serê singa yan jî mezinbûna singekê û avhatina ecêb ji serê singa nîşan dide ku çerm tê guhertin. Şubheyek biçûk jî hebe, wê pijîşk muayenin din bixwaze ji bona ku li girêkê qensêrê bigere. Metoden vê testê evin: filimê singê (jêr dibêjin Mammographie) û germbûna singê (jêr dibêjin Thermographie). Di vê metoda dawî de çermê nexweş di germbûna laş cihê ye ji yê saxlem.

Eger pijîşk porgek yan girêkek dît, kare qerara pinksionê bide. Bi derzîkek vala (Kanüle) hinek çerm an avî (hundirê porga ava tîr ya rihn heye) ji bo muayenek mikroskopî digire. Lê ev kontrol ji zû ve ne mîna ku hinek jin tînin ber çavên xwe zehmet e. Mirov di piraniyên kontrola kare kêfxweş be ji encamê. Ji xwe ne her porg, her werimandina girêkekê, porga yan hişkbûna singa bibe nîşanek talûke. Tenê guhertina hormonan jî kare nîşanin wisa derxîne holê. Her jin gereke ji vê muayenê ne reve herwiha bila ji pijîşk rica bike, ku çawa karibe her meh bi destê xweli guhertinên singa xwe rast bigere. Kî di wextê xwe de li xwe binere, wê wisa karibe zû guhertinan bibîne û pijîşkê xwe agahdar bide.

Lênerîn di dema hemilbûnê de

Ji bona gelek jinan şubha ku bi hemilin dibe sebeba ziyaretkirina pijîşk ya yekemîn. Her jina ku bibe dayik heqê wê li lênerînek di dema hemilbûnê de heye. Ji bona vê pişkina dê (Mutterschaftvorsorge) her sigorta nexweşiyê kaxezek awerte dide. Ev ji bona vî demî hemî bi

kêr tê û hemi şiklên pişkinê û tedawiyê tev welidandinê bê pere ye.

Dema ku pijîjk hemilbûn tesbît kir, pasek (kimlikek) dê derdixe, di wir de hemî raporên û pêşveçû a hemilbûne qeyd dike. Despêkê wê bi xwîngirtinê gruba xwînê û Rh- faktorî tesbît bike. Bi vê gotinê rewşa xwîna ku kare (Antikşrper) derxîne tê famkirin. Ev bi Rh- positîv yan Rh-negativ tê bi nav kirin û tê ronî kirin ku Rh-faktora dê û zarokê mîna hevin an na. Ev pir giringe. Ne li hev kirina xwînê mirov kare zû ji holê rake.

Testa nexweşiya sorika jî dibe parastinek ji bo dê û zarokê.

Di ber muayena xwînê û girtina tansiyon wê pijîşk testek mîzê ji bo şekir û albûme (Eiweiß) bike. Wekî din wê giranbîna bejnê tim bê nerîn.Wisa ava ku dikeve laşê mirov kare zû bê dîtin. Di mehên ewil (yekem) gereke di ber muayenên din, uayena bi spekulum her ji çar mehan bên kirin. Dawiya hemilbûnê gereke di demên kintir bê muayene kirin. Jina ku bibe dê (dayik) bawer û hisbike jî ku her tişt baş dimeşe, dîsa jî gereke ji muayenek xwe nemîne. Tenê muayena pijîşkî di dema xwe de garatîya mezin e, ku mirov zu kare teşqelnan hilîne. Gereke hûn bi pijîşkê

Piştî pişkînê

Dema ku hertişt xelasbû û we potê (fistan, cil) xwe li xwe kir, hûnê dîsa bi pijîşk re rûnin. Hûn anha bê sebirin, ku pijîşk ji muayenê çi dît û famkir - û hûnê rihet bin , dema ku hûn bibhîsin hertişt temam e. Eger ku muayenin piştî çend rojên din hazir be, hûn karin pişt re lê bibirsin. Anha hûn karin bifikirin ku hîn tiştek li ser dilê we heye yan tiştek ji bo we ne zelal bû. Ku Pijîşk ecelê bike yan jî bê sebir be: Ji bona we giringe, ku we mişkilênsilametiyê û muayenên dema pêş gereke bên kirin bi rastî we famkiribe. Ku pijîşkgotinên rerîb, yên ku hûn famnakin biaxife, jê bipirsin, maneya wê çiye. Eger reçetak bi we re bide, bipirsin ku heta kengî hûnê vî dermanî bi karbînin û bê tesîra wê heye û gereke hûn hesabê çi bikin û çawa karin xwe biparêzin.

Belkî jî we dilê xwe girtiye, ku hûn diêşin û pijîşk hîn des bi muayenê nake. Belkî dixwaze heta çendakî li we binere yan bendî encama testa laboratuarê ye, berî ku karibe sebeba êşê tam reşen bike. Mimkune ku bi muayenê guhertinan bibîne û ji nişkê ve emeliatekê pêşniyaz bike. Pêşniyazek wisa kare qidumê yekî biêşine (panîk çêbibe), ji ber wê gereke mirov sebeba pijîşk baş fambike. Jê bipirsin ku çareyên pişkinin din henin û emeliyat çiqas bi ecele ye. Ku gumanên (şubhe) we ji qerara wî hebe yan jî emliyetek zor be, hûn karin pijîşkî din bigerin û fikra wî bistînin.

Çawa be jî gereke hûn pijîşkê xwe yê malê agahdar bikin û fikra wî bistinin. Ji xwe hûn karin jinekolojekî din bipirsin, eger ku giringe hûnê kaxeza nexweşiyê ya sigorta (Krankenschein) ji sigorta xwe bistînin.

Têkiliyek baş û vekirî navbera we û pijîşk bingeh e. Tenê wisa amintî û paratsin ava dibe. Di bin bingeha bawertiyê pijîşk kare rastî alîkarî bide we.

Em hêvî dikin bi vê şiroveya kin çûna (ziyaretkirina) cem pijîşkê jinan nema wisa bi we tirs tê, û laşê we bi tesîr û serpêhatiyê wê hate nas û famkirin. Û wisa bawertiya we mezin bû, şubhê we neman. Û jibîr nekin ku ji bo silametiya (saxlembûn) me, em berpirsyarin.

Zarok ji ber xwe birîn li Almanya di bin du şertan bê ceza ye.

1. Zarok jiber xwe birîn ji ber endikasiyona (tesbîtên) pijîşkî

Wê demê gereke gor nerîna pijîşkî jiyana jina bi hemil (ducanî)tahlûke be yan talûkeyek giran

dibe ku li rih û canê wê bike. Ne tenê rewşa wê ya niha tê tiqet kirin, pêşeroja rewşa jiyana wê jî. Ji ber sebebên endikasiyona (tesbîtkirina) pijîşkî herdem hemilbûnek kare bê birîn. Tesbîtek dema ku hemilbûnek bi şidetekê bi rengekî ceza mîna destavêtineke (tecavuz). Di vê demê zarok ji ber xwe birîn tenê hetanî 12 hefta çêdibe. Tesbîtkirin tum gereke pijîşkek jin an mêr tesbît bike. Jiber birina zarokê gerekê pijîşkek din bike. Ji xwe gereke jin destûra vê girtinê bide. Ji ber ev girtin di bin şertên tesbîtkirina pijîşkî û qanûnî ye wê ji terefê sigorta yan sosyalê mesrefa wê bê dayin.

2. Zarok jiber xwe birîn piştî qanûna pirsgehê (cihê amojgarî)
Şertê wê ev in:

- Jina bi hemil gereke jiber xwe birina zarokê bixwaze.
- Piştî hemilbûnê gereke zêdeyî 12 hefte derbas nebin.
- Zarok jiber birîn gereke pijîşkek bike û ya bi hemil, gereke bi kaxezekê tesbît bike ku sê rojan berê çûye amojgarîyek dewletî.

Çi li pirsgehê (cihê amojgariyê) benda we ye?

Eger hûn berî 12 hefteyê hemilbûnê qerara jiber birina zarokê bidin, gereke hûn biçin pirsgehek an amojgariyek ku bi dewletî tê qebulkirin. Ev amojgarî ji bona plankirina malbatan, ronî kirina seks û hemilbûnê. Li wê derê hûn karin li ser hemi sebebên ku çima we qerar da biaxivin. Eger hîn şibhê we hebin an hûn dilodin bin, bê hûnê zarokê bigrin an na, wê kesa(ê) amojgarî dide alîkariyê bide we, ji bona hûn karibin qerarek rast bidin. Li cihê pirsgehê wê hemû agahdariyên ji bona alikariya dê û zarokê bi we bide famkirin, ji bona ku belkî hûn qerara xwestina zarokê bidin. Lê dîsa ya dawî hûn in, ku qerarê bide. Bi qebulkirina we, hûn karin kesin din jî bi xwe re bibin pirsgehê wek, zilam yan hevalê we wisa jî hûn karin hevalekê bi xwe re bibin. Eger hûn bixwazin, heqê we heye ku hûn karin bi ya amojgarî nenas bimînin. Dema ku amojgarî xelas bû , wê kaxeza amojgarî bi navê we û demê (tarîxê) bide we. Gereke hûn vê kaxezê bidin pijîjşkê ku wê zarokê jiber we bibe. Eger hûn kêm an hîç almanî nizanibin, bi xwe re vegervanekî(ê) tercumanekî(ê) yan kesek hûn jê bawerin bibin. Ev kare kesek ji malbatê yan hevalek be.

Amojgariyên bi dewletî tên qebulkirin li gelek sazûmanan tên dîtin: li Pro Familia, Deutsche Rote Kreuz (xaça sora alman) û Arbeiterwohlfahrt yan wek Diyakoniyan û Caritas. Hinek dayrên silametiyê jî pirsgeh henin. Hûn karin ji dayra silametiya xwe bipirsin, bine bê nezîkî we pirsgeh li ku henin.

Kî mesrefa vê girtinê dide?

Ji ber ku zarok jiber xwe girtin gor şertên amojgariyê bê qanûnî ye, gi cezayê wê tune be jî, sigorta tenê mesrefa ji bona silametiya dê û zarokê dide, lê ne mesrefa girêdayî zarok ji ber xwe birinê. Mesrefa vê asa gerek mirov bide. Lê belê şertên awerte (bêqeydî) jî henin:

- eger muaşê we gor hejmara zarokê we gor mesrefê ne zêde be. (sinorê wê gereke ne zêdeyî 1500 DM be, gor hejmara zaroka û kira kare zedetir be.) yan

- eger hûn alîkariya sosyalê yan gor qanun penabertiyê alîkarî distînin.

Di rewşin wisa hûn karin biçin sigorta xwe û kaxezek ku xwe didin ber mesrefê bistînin. Bi almani jêr dibêjin Berechtigungsschein. Eger hûn bê sigorta bin, hûn karin sigortek dewletî hilbijêrin. Hûn karin vê kaxezê bi nivisandin jî bixwazin. Çawa be jî ev kaxezên me behs kirin lazim in ku hûn nişanî pijîşk bidin. Agahdariyên din hûn karin ji pirsgehê yan ji sigorta bipirsin.

Li cem pijîşk çi pêşiya we ye?

Li cem pijîşkê wê zarok ji ber we bibe, gereke hûn kaxeza ji pirsgehê û eger hûn nikaribin bi xwe mesrefa wê bidin, vê kaxeza sigorta (Berechtigungsschein) bidin wî. Pijîşk wê demê dibînê ku sê roj berî ku zarokê jiber we bibe derbas bûne û wextê we hebû ku hûn disa li ser qerara xwe bifikirin. Pijîşk li wexta hemilbûnê jî dinere, ji bona emîn be, ku 12 hefte ser bi hemilbûnê neketine. Carek din imakanê dide we ku li ser sebebên zarok ji ber xwe birinê biaxivin. Li vê derê jî hûn ne mecbûrin biaxivin, eger hûn nexwazin. Wekî din pijîşk mecbure agahdariyê li ser risqên ku karin çêbibin bide we.
Li Mecklenburg-Vorpommern zarok jiber xwe birîn li nexweşxaneyan an klînîka tên kirin, lê li cem pijîşkan jî mimkun e. Li pirsgehê (cihê amojgariyê) wê agahdariyê li ser vê bidin we. Çawa be jî hûn karin emîn bin, ku meşandinek nerm û rihet wê ji terefê pijîşkî bê bi kar anîn.