

ستوما چىيە؟

ستوما وشەيەكى بۇنانبە بە ماناي 'كون' يان 'دەم' دىت. بە گشتى سى جۆر ستوما ھەن:

- كۆلستۆمى: لە ريخۆلە ئەستور ھو
- ئىلستۆمى: لە ريخۆلە بارىكەھ
- يۆرۆسۆمى: ئورۆسۆمى جۆرىكە لە لادان لە سىستىمى ميز

بۆچى نەشتەرگەرى سۆما م بۆ دەكرىت؟

نەشتەرگەرىكەت دەكرىت بە ھۆى كۆمەلىك ھۆكارى جىاواز ھو ئەنجام بدرىت و پزىشكى نەشتەرگەرى و پەرسنارى پەسپۆر ئەمانەت بۆ باس دەكەن. ژمارەيەك نەخۆشى و دۆخى پزىشكى ھەن كە رەنگە بىنە ھۆى پىويستى بە ئەنجامدانى نەشتەرگەرى سۆما، وەك:

- | | |
|---------------------------------|--|
| ➤ ھەوكرىنى زامىي ريخۆلە ئەستورە | ➤ كۆستى دەرونى (Trauma) |
| ➤ نەخۆشىي كرۆن Crohn | ➤ پۆلىيى شىرپەنجىي خىزانى (Familial Adenomatous Polyposis) |
| ➤ نەخۆشىي كىيى ريخۆلە ئەستورە | ➤ زىانى تىشكدانەھ |
| ➤ نارىكى كۆم | ➤ ناتەوايى زگماكى |
| ➤ شىرپەنجە | ➤ كار نەكرىنى ميزەلەدان |

پىش نەشتەرگەرىكەت

دەر فەتى ئەمەت دەبىت يەك يان دوو جار پىش نەشتەرگەرىكە پزىشكى نەشتەرگەرىكە و پەرسنارى پەسپۆر بىبىت، لەم دىدارەدا باسى لايەنەكانى نەشتەرگەرىكەت بۆ دەكرىت، زانىارىي نووسراوت پىدەدرىت و ئەگەر زۆرە ئەم بەر ھەمانەت پىشان بدرىت كە دەبىت رەچاويان بكەيت. لە ماوەى دىدارەكانى پىش نەشتەرگەرى، دەبىت كاتت ھەبىت پرىسيار بكەيت و ھەر لايەنكى چاودىرەكە گەنگەشە بكەن. رەنگە بئەوئىت لىستىك لەم تەمەرانە دروست بكەيت كە دەتەوئىت لە دىدارەكە باسيان بكەيت و لەگەل خۆت بىبەيت بۆ ئەمەى ھىچت لەمەد نەچىت.

ئەمە بىرۆكەيەكى باش دەبىت كە ئەندامىكى خىزانەكەت يان سەرپەشتىارەكەت لەگەل خۆت بىبەيت بۆ دىدارەكانى پىش نەشتەرگەرى، چونكە زانىارىي زۆر وەرەكرىت لەوئى.

تىمى پەرسنارىي چاودىرىي ستوما لە ماوەى گەشتەكەدا ياورىت دەكەن و بەر دەست دەبن بۆ ئەمەى پآلپىستىي خۆت و ئەندامى خىزانەكەت/سەرپەشتىارەكەت بكەن.

ستوما رەنگە چۆن بىت و چۆن ھەستى بىدەكەم؟

دەست لىدانىكى نەرم دەبىت، بە رەنگى سوورى پەمەيىباو دەبىت، شىدارە؛ زياتر وەك ناو دەمت. ھىچ ھەستىك لە ستوما دا نىبە بۆيە نازارى نىبە. بە لآم دابىنكرىنكى لولەى خوينى ھەيە و ئاسايىبە جار بە جار خوينى لى بىت، بە تايىبەتى لە كاتى پاككرىنەھ. ستوما كەت لە سەرەتادا ئاوساھ و چەند ھەفتەيەكى پىدەچىت تا قەبارەكەى كەم دەبىتەھ. تەقەلى بچووك بە چوار دەورى ستوما كەتەھ ھەيە يان ئەمەتا خويان شى دەبىنەھ يان پەرسنارى چاودىرىي ستوما كەت 1-2 ھەفتە دواى نەشتەرگەرىكە دەريان دەكات.

دواى نەشتەرگەرىكەت

كە لە نەشتەرگەرىكە خەبەرت دەبىتەھ، ھەست بە ماندوئىتى دەكەيت. ئاسايىبە ھەست بە سۆزى جىاواز بكەيت لەم ماويە و ماويەك دواترىش. ئەمە دەگۆرىت چونكە ھەموومان جىاوازين.

رەنگە كىسە ئا و تىوبى خالىكرىن لە جەستەت بەستراىت، بە لآم ھىچ ھۆكارىك نىبە ھۆشدارىت پىبدرىت - ئەمە شتىكى زۆر ئاسايىبە. كە گونجاو بوو ئەمانە ھەموويان لادەبرىن و كەمپىك ئاواسوودەيى ھەيە لە كاتى لابرىن.

ھەر ستوما يەك جىاوازه و رەنگە ماويەكى پىبچىت بۆ ئەمەى دەست بە كار كرىن بكات. باشترىن شت ئەمەيە لەگەل پەرسنارى چاودىرىي ستوما كەت گەتوگو لەم بارەيەھ بەكەن.

گرینگیڈان به پیستت

گرینگیڈان به پیستت بهشیکى سهر مکيه له پاراستنى ستوما کهت.

دهستبهجى دواى نهشتهر گهر يه کهت، ستوما و پیستى چواردهورى رهنکه ئاوساو و تهنانهت کهمیک چارس و وروژاو دهر بکهون. نهمانه ههموى دواى نهشتهر گهرى چاو مروان کراون و چاودير ييهکى باش به تتيهر بوونى کات رووخسارى باشتر دهبيت.

رهنکه پیويستيهکانى بهر ههمکهت بگورين بههوى گور انکار يهکان له شيوه و قهبارهى ستوما کهت. قالبى ستوما کهت دهگورين و دهبيت به لايهنهى کهمهوه ههفتانه بو ماوهى 8 ههفته پشکينيان بو بکريت، يان بهتاييهتى نهگهر پیويستى تهنروستى زور له کونهکهوه بينرا.

ناوچهيهک له پیستى چواردهورى ستوما کهت دهبيت له ژير چاوديرى بهر دهوام و ناگاييدا بيت بو ريگر يکردن يان کهمکردنهوى مهنرسى ههمکردن. نهگهر پیستت توشى ههمکردن، چارسبوون تهنانهت شهقبردن هات، دهستبهجى پهيوهندى به پهر ستارى چاوديرى ستوما بکه بو نهوى ناموز گارى گونجوت پييدات لهسهر چارسهر و پیويستى گورينى بهر ههم و دهر مانهکان.

ژيان لهگهل ستوما

که يهکههجار له نهخوشخانه دهر دهچيت، ههست به ماندويتى دهکهيت و کارهکانى روژانه، وهک خوشتن، به ماندووکهس دهر انيت. نهمه ناساييه و به تتيهر بوونى کات باش دهبيت. رهنکه توشى ههنديک نازار و ناسووديهى بيت له سهرهتاوه کاتيک که له نهشتهر گهر يهکه چاک دهبيتوه. نهمه بهشیکى ناسايى چاکبووننهويه له نهشتهر گهرى. له ماويهدا خوت له جلو بهرگى تهسک بياريزه چونکه سکن رهنکه ههم بکات يان بناوسيت.

ناساييه دواى نهشتهر گهرى گهوره ههستت ناسک بينتهوه، بويه نيگهران مهيه نهگهر ههستت بو نمونه به 'بى تاقهتى' يان 'دلپربوون' کرد. قسهکردن لهگهل خيزان و هاورينيان رهنکه سوودى ههبيت - وانهزانيت خوت به تهنه دهتوانيت زال بيت به سهريدا. پهر ستارى چاوديرى ستوما کهت نامادهيه هاوکارىت بکات، وه ههروه هاگروپى هاوکارى نهخوش ههن که دهتوانن هاوکارىت بکهن.

مهنرسه لهوى داواى هاوکارى بکهيت.

گورينى کيسهى ستوما کهت له سهر متادا خاو دهبيت، بهلام به مهشکردن و بهدهستهينانى متمانه، دهبيت به بهشیکى له روتينى روژانه.