



دهنگ و کاریگه ریه نه رینیه کانی

ناماده کردنی / م. چیایی کمال سعدی

۲۰۲۳ - ۲۰۲۲

ئامپىرى دېسىبىل يەكە يەكى پېوانە يى چىرى دەنگە



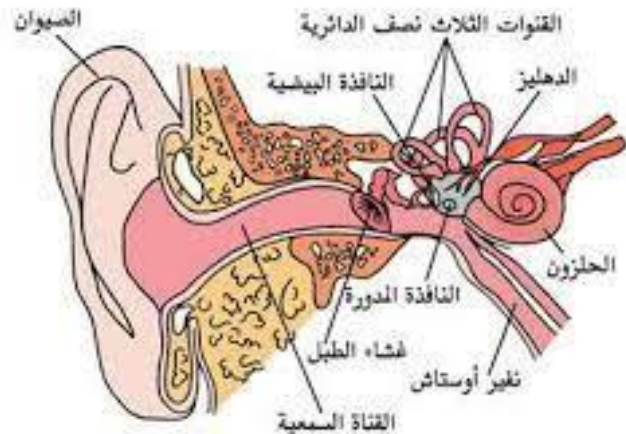
گوپى مروڧ زور ھەستيارە، چونكە گوپە كانمان دەتوانىت ھەموو شتىك بېسىتت لە لېدانى پەنچە كانت لەسەر پېستت بو دەنگى بزوينەرى فرۆكە يەكى ئېرباس. لە پرووى ھېزەو، دەنگى مەكىنەى ئېرباس نىكەى 1,000,000 جار زياترە لە بچووكترىن دەنگ كە دەتوانىن بېسىتىن. ئەمەش جياوازيەكى گەورە يە.

له پټوهرى ديسپلدا، بچووكترين دهنگى بيستراو به نزيكه يى كوې يډهنگيه، په كسانه به صفر dB، له كاتېكدا ۱۰ جار دهنگى گوره تر په كسانه به ۱۰ dB. سه د جار دهنگى گوره تر له يډهنگى گشتى په كسانه به 20 dB. ههزار جار گوره تره له كوې يډهنگى په كسانه به ۳۰ dB. بونمونه نه مه چهند دهنگى باو و چره به گوږه رى پټوهرى ديسپلله كان:

dB 0	: يډهنگى ته واو
dB 15	: پسته پست
dB 60	: گفتوگو سروسشتى
dB 90	: گهسكى كاره بايى
dB 110	: هورنى ئوتومپيل
dB 120	: ئاههنگى موزيكي
dB 140	: ياربه ئاگرينه كان

کهواته به پئی ئەزموونی تایبەتی خۆمان ئاشکرایە که دووری کاریگەری لەسەر چەری دەنگ هەیه، بۆیه ئەگەر تۆ دوور بیتەوه وزەدی دەنگ زۆر کم دەبێتەوه. هەموو ئەم بەهایانە ی که لە سەرەوه وەرگیراون لە نزیک سەرچاوەی دەنگ پێوانە کراون. بۆیه ئەگەر هەر چەریهکی دەنگیک لە سەرۆی 85 dB ییت دەبێتە هۆی لەدەستدانی بیستن. لەدەستدانی بیستنی پەيوەندی هەیه بە چەری دەنگ و درێژی ماوهی بەرکەوتن.

کهواته ئەگەر گوێ لە دەنگیک بگرین که 90 dB ییت، بۆ ماوهی 8 کاتژمێر ئەوه دەبێتە هۆی لەدەستدانی هەستی بیستن، هەرۆهەها بەرکەوتنیکى دەنگى 140 dB راستەوخۆ دەبێتە هۆی لەدەستدانی هەستی بیستمان بەیه کجارهکی و ئازاری راستەقینه.



تیبینی // لەزۆر بەی ولاتانی پروژئاوایدا دەنگی رینگا پیدراو ناییت لە 78 dB زیاتر ییت، بەگوێرە ی ریککەوتنی ریکخراوه جیهانیهکانی مافی مروّف.

ژاوه ژاو ده پټه هوې نيشانه ي نه خوښييه كان نه ك ته نها له مروڦ بهلكو له نازهل و پرووه كه كانيش! ژاوه ژاو به گشتي بهرپرسياره له 50% هه له كان له كاري ميكانيكي و 20% پرووداوي كوشنده و به فيروډاني 20% ي هيز له روژاني كار كردن.

كاريگهري خراپيان له سهر بهر هه مهيناني نازهل هه يه بو كه مكدنه وه ي بهر هه مهيناني مريشكي هيلكه و شير بو مانگا. ههروه ها ژاوه ژاو كاريگهري له سهر گه شه ي پرووه ك و پروسه ي پيتاندن و به هه مه پروه كيه كانيش هه يه.

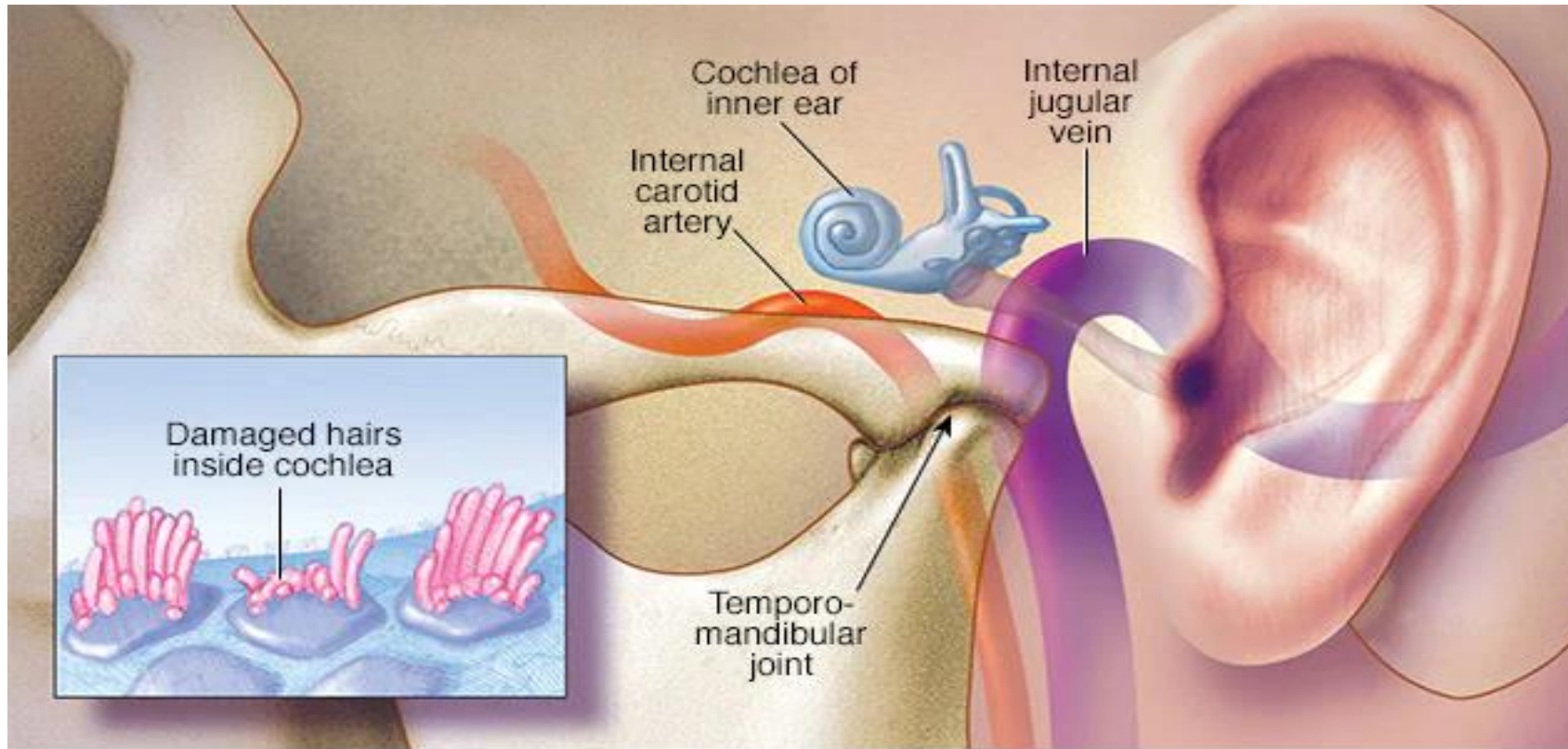
ژاوه ژاو ده پټه هوې دروستكردني فشارو كاريگهري له سهر چالاكي ماسولكه و فكري مروڦ ده پټ، ههروه ها فشاري فيزيايي و دهرووني سه ره له ده دن و گرژيي له مروڦ دروست ده كهن.



کاریگه‌رییه ده‌روونییه‌کان ده‌بنه هۆی هه‌ستکردن به ترس و تێکشکانی ده‌مار، که کاریگه‌ریان له‌سه‌ر توانای چرکردنه‌وه هه‌یه و ڕیگه به بیرکردنه‌وه، کارکردن، فۆربوون یان ته‌ناهت چۆژوه‌رگرتن له کاتی پشوو ناده‌ن.

کاردانه‌وه بایۆلۆجییه‌کان وه‌ک خێرا لێدانی دل، گرزبوونی خوینبه‌ره‌کان و به‌رزبوونه‌وه‌ی شه‌کری خوین. که‌مبوونه‌وه‌ی کاتی بیستن و هه‌ندی‌ک جار که‌مبوونه‌وه‌ی گوئیستی هه‌میشه‌یی، زیادبوونی لێشاوی ئەدرینالین له‌ خویندا، فشاری خوین زیاد ده‌کات و خێرای ریتمی دل و کاری گورچيله تێکده‌شکێنیت و ده‌بیته هۆی ماندوو بوون و زیانگه‌یاندن به سیسته‌می به‌رگری زیان گه‌یاندن به ئەندامه بیستراوه‌کان و هه‌ستیاریه‌کان له ماده هه‌ستیاره‌کانی لاشه‌ی لوله‌ی گوئی ناوه‌وه. هه‌روه‌ها هه‌ندی جار ژاوه‌ژاو و ده‌نگی زۆر به‌رز ده‌بنه هۆی مردن و له‌بارچوونی کۆرپه، یا که‌م ئەندام بوونی پێش له‌دایک بوون.





سوپاس بۇ ئامادەبوون و گوڭرتنتان