



زانكۆى سەلاھەدىن / كولىژى پەروەردە
مادە / دەروازەيەك بۆ پەككەوتووى ھەستى
قۇناغ / دووھم

بابەت /

گرنگترین پىداويستى يەكانى مندالى پەككەوتووى ھەستى

مamuستاي بابەت

كارۇخ جوھر جلال

ناوەرۆك:

- 1- پېۋىستى بە خۇشەۋىستى :
- 2- پېۋىستى بە ئاسايش و دئىابوون :
- 3- پېۋىستى بۇ سەربەخۇيى و پشت بەستىن بەخودى خۇى:
- 4- پېۋىستى بۇ رېزگرتتى كۆمەلايەتى :
- 5- پېۋىستى بۇ دەرچوون وسەركەوتىن :
- 6- پېۋىستى قبول كىردى خود و كەساتى تر :
- 7- پېۋىستى بۇ پېكھېناتى پەيوەندى كۆمەلايەتى :
- 8- پېۋىستى بۇ دۆزىنەۋەو زانىارى و تېروانىن
- 9- پېۋىستى بۇ ھەستەكان :
- 10- پېۋىستى بۇ يارى :
- 11- پېۋىستى بۇ ئاراستەكىردىن وچاودىرى باوان :

گرنگترین پیداوپیستیه‌کانی مندال

• مندال وزه‌یه‌کی به‌ره‌هم داره نه‌گهر به باشی ناراسته بگریت، چونکه که له‌دایک ده‌بی هموو بنه‌ماکانی که‌سیکی ته‌واوی هه‌یه که کاریگهر ده‌بی به ژینگه‌وده‌وروبه‌ری که نه‌وه‌ش کاریگهری ده‌بی له‌سه‌ر باری ته‌ندروستی وده‌روونی .

• وه‌له‌گرنگترین پیداوپیستیه‌کانی مندال که‌له دواچار لئی بی به‌ش ده‌بی و تیر نابی نه‌وه‌یه که هه‌میشه هه‌ست به دل‌ه‌راوکی و دوودلی ده‌روونی ده‌کات که هاوت‌ا نابی له‌گه‌ل ناخی خوی وله‌گه‌ل که‌سانی تریش وه‌هه‌روها نیگه‌رانی هه‌یه له مملانیکانی ده‌روونی وه‌ه‌ست کردن به رازی نه‌بوون له خوی .



تر / پيداويستي خوشهويستي :

ئەو بەگرنگترین پيويستي دەروونی دادەنریت بۆ منداڵ لە قوناغی منداڵی ، ئەو پيويسته بەبەردەوامی هەست بەو بەكات کە خوشهويستي هەموانە و بەتایبەتی دایکان و باوکان هەر منداڵێک کە بێبەش بێت لەو پيويستیه سەرەکیه ئەوا بە درێژایی ژیاى هەست بە " برسیتی و بى بەش بوون لە هەست وسۆز دەكات" وە لەژیاى داها تووی هەر بەدوای خوشهويستي دەگەڕێ کە هەست دەكات پێشتر لە هەموو ژیاى لێى بى بەش بوو وە ئەگەر بەدەستیشی هینا نازانى چۆن پارێزگاری لى بەكات .



Normal vision



The same scene as it might be viewed by a person with glaucoma.

□ - پيداويستي ئاسايش و دلتيا بوون:

- منداڭ لەدايك دەبى تواناى ئە نجامداني هيج كاريكى نيه كه پهيوهسته به ههئسو كهوت كردنى له ژيانى خۆى لەكاتى لەدايك بوونەوه تا ماوهيهكى دريژ هەر پشت دەبهستى بهكەسانى دەوروبەرى بهتايبهتى داىك و باوكى.
- ههروهها كەسه گهورهكانى دەوروبەرى كه بهرپرسن له كارهكانى واى لى دهكەن ههست به ئاسايش و دلتياى نهكات ئەگەر له لای ئەوان نهبيت ، وه ئەو حالهته بهردهوام لهگهلى گهوره دهبيت له قوناغه جياوازهكانى ژيانى بههۆى پشت بهستنى بهكەسانى تر .
- مآل تهنيا شوينيكه كه منآل بتوانى تيايدا لهسەر زهوى جيگير بيت و ههست به دلتياى بكات .

EXTREME GLAUCOMA



ADVANCED GLAUCOMA



EARLY GLAUCOMA



NORMAL VISION



□ - پيداويستي سەربەخۆيى و پشت بەستن بە خود:

- ئەو پيداويستىيە خۆي لە ھەزى منال دەبينىتەوہ کہ دەيەوى ھەلسى بەچەند کارىک بەبى ھاوکارى باوکى ، وە بەشدار بوونى لە ئىپرسراويىتى کارىكى زەرورى وپيويستە ، وەتير کردنى ئەو پيويستىيە بو مندال دەبيتە ھۆي زياد بوونى پەيوەست بوونى بە تيمەوہ ھەر وەھا زياتر ھەست بەنرخى خۆي دەکات .
- بيبەش بوونى مندال لە پيداويستى سەربەخۆيى و پشت بەستن بەخودى خۆي دەبيتە ھۆي ئەوہى لە داھاتوو ئازارى بى متمانەيى بەخوبوونى ھەبى ھەميشە دەبيتە پاشکو ،
- ھەميشە پشت بە کەسانى تر دەبەستى کہ دواتر ناتوانى داواى ھىچ کارىک بکات کہ ئەوہش دەبيتە ھۆي ئەوہى کەسايەتى لاواز بىت ولەبەرامبەر ھەر کەسنىک کہ مامەلەي لەگەل بکات .



□ - پيداويستی ريزگرتني كۆمهلايهتى:

- منداڭ پيويستى بهوه ههيه ههست به نرخ پيدان و سهنگاندنى كهسانى تر بكات بهرامبهه به خوى
- ريزگرتن له بيرو راکانى
- ههست بكات كه كهسيكى گرنگه بۆ خيزانهكهى
- ئەگهه وانهبى ههست دهكا دهبيته مایهى گالتهجارى بههوى ناستهنگهكهى كه دهبيته هوى نهوهى ههست به كهمى و پشت نهبهستن بهخوى ، وه پلهكهى زياتر دهبي كاتى ههست بهوه بكات كه سهنگاندنى كۆمهلايهتى لهلايهن كهسانى تر بۆ ناکریت .



□ - پیداوېستی قبولکردنی خود و نهوانی تر:

- منالی په ککه وتووی هه ستي پېوېستی به قبولکردنی خود ههپه .
- ههروه ها قبولکردنی کهموکوپرپهکاني گهشهکردن له دهرئهنجامي ئاستهنگهکهی ، رۆلی باوان لهو باریهوه زور گهوره دهبی بو نهوهی مندالهکه قبولی خودی خوی بکات .
- ههروه ها راهینان بکا بو نهوهی کهسانی تر قبولی بکن بهو بارودوخه دژواره و ناخوش و گرانهی که نهو پیدای تپهر دهبی بو نهوهی نهویش ژیانیکی خوش بژی وه دور بکهوېتهوه له خراپی هاوتایی دهروونی .

□ – پيداويستي سرکهوتن و بهداواداچوون:

-ئهو پيويستيه لهو کاتهدا بهدر دهکھوتيت که توانيمان کاريک بکهين که هست بکهين نرځيکي ههيه ، لهبهر ئهوه ئهوه پيويسته چونکه داواي ليدهکړئ که بهوکاره ههلبستي ههروهها هست به بهرپرسياي بکات بهپيئي تواناي وهههر کاتي سرکهوتوو بوو **ئهوا پالنهري خودي تير دهبي بو بهدهستهينان** . ههروهها باوان ناسوده دهين بههوي سرکهوتتي.

-مندال پيويستي بهوه ههيه که کاريکي پيويست جيبهجي بکات بو سرکهوتن و بهدهستهينان ، وه پيويسته لهسر مان که جهخت بکهينهوه لهسر ئهوهي کهمندال هست بهسر کهوتن وتواناو پروا بهخوبووني ههيه ، ههروهها بهپيئي توانا دورکهوينهوه لهو بارانهي که لهتواناي نهودا نيه .

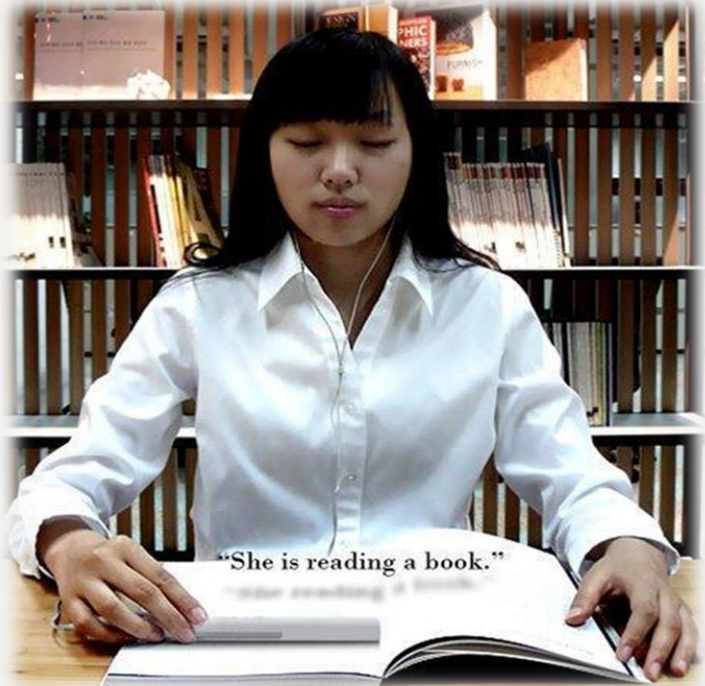
• □ – پېداويستی پېكھيئانى پەيوەندىە كۆمەلايەتەكان:

-پېويستى بەستى پەيوەندى كۆمەلايەتى لەگەل كەسانى تر گرنگىەكى زۆرى ھەيە لەژيانى مندا،
-ئابىنا و نابىستى بوون ماناى ئەو نىە بېبەش بى لە پېكھيئانى پەيوەندى كۆمەلايەتى ، چونكە نابىنا و
نابىست لەھەموو كەس زياتر پېويستى بە بەستى پەيوەندى كۆمەلايەتى ھەيە كە رزگارى بى لە
گۆشەگىرى

-دەبىت زۆر ھانى كەسى پە ككە وتە بدرى بۇ پېكھيئانى پەيوەندى ھاورئىيەتى لەگەل كەسانى تر ، نەك ھەر
پەرە بە پەيوەندىەكانى لەگەل كەسانى نابىنا نابىست بەدات ، بەلكو دەبى لەو ئەلقەيە بچىتە دەرەو پەيوەندى
بەھىز بەكات لەگەل كەسانى ئاسايى.

تي- پيداويستي ههولدان و دوزينهوه و بهدواداچوون:

- منڊال پيوستي به گهشهپيدان ههيه بو دوزينهوهو ليكولينهوه له ريگاي فراههم كردني زينگهيهكي لهبار بو نهوهي منڊال پشتي پي بهستي ، ههروهها بواري ئاسايشي تيدا فراههم بكرئ كه منال جوئه بكات بهبي ترسان لهرووداني زهرو كيشه لهگهله هانداني بو راهيناني كارامهبيهكاني وه ههنگاونان بو بهكارهيناني داهينانهكان .
- بييهش بوون لهو پيوستيه دهبيته هوي نهوهي منڊال ههست به دامركاندنهوهو مملانيي دهرووني وداخستتي خود ولولخواردن لهناوهوي خوي بكات.



ني- پيداويستي ههستهکان :

- مندالی نابينا پيويستي به فيرکردن ههيه لهريي ههستي بهرکهوتن که بههويهوه کومهليک بنههاي نوي فيرببيت که پيويستي پي ههيه تاقولترتيبگات بو ههستي بهرکهوتني بهرمو پيش ببات وفير بي چون تام دهکات ، نهکري دايک دهست به راهيناني مندالهکهي بکات شتهکاني بداته دهست مندالهکهي تا سروشتي شتهکان بزانييت .



تر - پيداويستي ياريکردن و هاريکاري :

- ياري روليکي گرنگ دهگيريت له گهشهکردني لهشهوه لهخوراگري ههچوون ، وهله بهرزکردنهوهي ورهوه گياني معنهوي ، وه بو فيرکردن و بو ديارى کردن و چارهسهر کردن ، ليرهدها ياري پيويستيه سهرهکيهکاني لهش پردهکاتهوه وه بریتيه له گرنگترین هوکاري منالان بو تيگهيشتنیان له جيهان و ژينگهي دهوروبهريان ، ليرهدها دهبي نهو پيويستيه تير بکريت بو نهوه پيويسته يارمهتي منالی نابينا بدریت بو نهوهي يارييک ههلبژيريت که گونجاو بيت لهگهل تواناکان وليهاتوهکاني نهو ، ههروهه پانتايهکي فراواني بو دابين بکهين بو نهوهي بهرکهوتن پروندهدات لهگهل شتهکان لهکاتي ياريدا ههروهه ههول بدری ناراستهه رينمايي دهرووني و پهروهدهيي بکريت لهکاتي ياريدا .

• **ترتر – پيداويستي چاوديريگدن و ناراستهکردني دايباب :**

مندال پيويستي به چاوديري و ناراستهکردني باوان ههيه كه ئامانجيكي دياريكراوي ههيه بو ئيستاو داهاتووي ، ئهو ناراسته كردنه رهنگدانهوي لهسهر ههموو ئهو كهسانه دهبيت كه لهدهوروبهري منالهكهن بهتاييهتي خيزاني مندالهكهو كوومهلگاش بهگشتي ، لهبهر ئهوه لهلا نهبووني باوان يان يهكيك له ههر دووكيان بههوي مردن يان جيابوونهوه يان ههر هويهكي تر ههموو ئهمانه تارادهيهكي زور گهوره كاريگهريان ههيه لهسهر دهرووني مندال.

• - ههنگاو هکانی سه رکهوتتی شیانهی پیشهیی په ککهوتوی ههستی :

- 1- پشکنینی تهنروستی :- ئهویش بو زانینی پلهی په ککه وتویی و بارودوخی تووشبوونهکهی و ههنگاو هکانی چاره سه رکردنی تاکو کرداری رینوینی و مهشقی پیشهیی له سه ر بنه مایه کی راست بی.
- 2- تویرینه وهی حالته که :- به مه بهستی ئاشنا بوون له سه ر زانیاری که سییه تی که سه که مئه ندامییه کهی و خیزانه کهی و شاره زایی پیشهیی و ئاستی روشنبیری و توانای راهاتتی دوا ی پیکان و ئه و زانیاریانه گرنگی خو ی هه یه له رینوینی و سه رکهوتتی مهشقی پیشهیی.
- 3- رینوینی پیشهیی :- یار مه تیدانیان له سه ر دهست نیشان کردنی ئه وهی شیاوه له کاره کان به زانینی بارودوخی پیکان و شاره زایی پیشوو و راده ی قبول کردنی ئه و کاره ی پیشکهشی کراوه و بو به دهست هینانی ئه وهش ده بی کرداری شیاندنی پیشهیی پیویسته که ئه مانه ن:

- **شیکردنهوهی پیشهکان:** ئەوەش بۆ زانینی پێداویستیکانی هەر پیشهیهک و ئامادهباشی و توانا و کارامهیهکانی کهمئهندامهکهی بۆ کاری گونجاو بۆی.
- **شیکردنهوهی کهسایهتی کهمئندامی نابینا:** بۆ زانینی توانا و لایهنه بههیز و لاوازهکانی له ریی پزیشکی و پسیپۆری و دهروونی.
- **رینوینی:** ئەمه پپووستی به رهچاوکردنی سهركهوتن له نیوان پێداویستیهکانی کهسی په ککه وته ههیه لهبواری کارکردن ئەویش بۆ دانانی هەر کهسێک له پیشه‌ی گونجاو بۆی و یامهتیدانی لهسه‌ر پراهاتنی دهروونی و کۆمه‌لایهتی بۆ ژینگه‌ی کاری باش.
- **مەشقی پیشه‌یی:** ئەوه ده‌بیته هۆی قبولکردنی کهمئندامیه‌که‌ی خۆی و پراهاتنی لهسه‌ر بارودۆخی نوێی تاكو دهروونی جیگیر بێ و له‌دواییدا ده‌ست ده‌کات به‌ خزمه‌تگوزاری مەشق کردن لهسه‌ر پیشه‌ گهنجاوه‌که‌ی.
- **کارکردن:** قوناغی کۆتاییه له قوناغه‌کانی شیانندی پیشه‌یی مەشق سوودی نییه به‌بێ دۆزینه‌وه‌ی کاری شیاو بۆ نابینا له‌و پیشه‌یه‌ی که مەشق لهسه‌ر کردووه و تیایدا سه‌رکهوتوو بووه.
- **به‌دواداچوون:** لێره ده‌بێ به‌دواداچوون بۆ نابینا بکه‌ین دوا‌ی کارکردنی ئەویش بۆ رینوینی کردن بۆ زāl بوون به‌سه‌ر گرتی و ئاسته‌نگه‌کان که رووبه‌رووی ده‌بنه‌وه.

سوچاس گوئیست بوونتان