# ژینگە و ئافرەت و کۆرپە و منداڵەکەی.. د. عەتیە حەمەسەعید ئەلساڵحی

زۆر گرنگە ئادەمیزاد بە تایبەت ئافرەت وشیار بێت، بزانێت کە ژینگە چییە؟! کاریگەری تێکچوونی لەسەر لەشی مر□ق چییە؟

خوێنەری بەڕێز: کاتێك باسی ژینگە دەکەین، واتە ژیانمان لەسەر گۆی زەوی پێکهاتووە لە: ئاو و هەوا و خاك. ئینجا دەبێ بزانین بەبێ ئەم سێ رەگەزە مر□ق ژیانی نابێت. ئایا مر□ق ب□رپرسە لە پیسبوونی ژینگە؟ بەچی پیس دەبێت؟

ئاو: پێشتر باسمان کرد، کە هەموو گیانلەبەرێك 85%ی پێکهاتەکەی ئاوە، باقیەکەی دیکەیشی مادده و کانزاکانی دیکەیە. ئەو ئاوە جوانە، کە باران دێتەخوارەوە. لەکانیاوەکانی چیاکان دێنەدەر. هەروەها لەو بەفرە دروست دەبێت، کە لەچیا بەرزەکان بەگەرمای هەتاو دەتوێتەوە. هەمووی کۆدەبێتەوەو بەرەو رووبارەکان دەڕوات، رووبارەکانیش بەسەر زەویدا دەڕۆن، بەناو شارەکاندا، جوانیەك دەبەخشن و بۆ ژیان سوودیان لێ وەردەگیرێت. ئینجا بەرەو دەریاچە و دەریا گەورەکان دەڕۆن. پاشان دووبارە دەبێتەوە هەڵم و دەڕواتەوە ئاسمان و .. هتد.

ئەو ئاوە خۆی پاکە، ئێمەی ئادەمیزاد پیسی دەکەین، بەهۆی شێوەی بەکارهێنانمان بۆ ئەو ئاوانە. لە هەمووی سادەتر، ئاوی کانی، کەلوپەلی پێ دەشۆین بە مادده کیمیاویەکان. ئینجا تێکەڵی رووبارەکان دەبێتەوە و زبڵ و پاشماوەی کارگە و نەوت و رۆنی ئۆتۆمبێل و …هتد تێکەڵ بەئاوی رووبارەکان دەکەین.

ئەو مادده ژەهراویانە نەك هەر ئاوەکە پیس دەکەن، بەڵکو خاکیش پیس دەکەن. دووبارە زەوی□کە هەڵی دەمژێتەوە و دەچێتەوە ناو ئاوی ژێرزەوی و پیسی دەکات. بە تایبەت مادده کیمیاییەکان و لە هەمووشیان ترسناکتر مادده‌ی قوڕقوشمە.

ئەو هەموو بۆیاغەی لەبینەسازیدا بەکار دەهێنرێت. ئامێرەکانی ناوماڵ و دار و دیواری پێ بۆیاخ دەکرێت، هەمووی مادده‌ی قوڕقوشمی تێدایە.

هەوا: پیسبوونی هەوا زۆر ترسناکە، یەکسەر دەچێتە ناو سیەکانمانەوە و خوێن دەیمژێت بۆ ناو کۆئەندامەکانی لەش، بۆیە یەکسەر خانەکان تێك دەدات، بە تایبەت خانەی تازەدروستبوو، لەناو

خانەکەدا دەنیشێت و هەرگیز نایەتە دەرەوە، وەك خانەی مێشك.
لەکوێوە ئەو ماددەیە دێت؟ لە دووکەڵی ئەو هەموو ئۆتۆمبێل و ماکینە و کارگەیەی ناو شارەوە. چونکە هیچیان بە شێوەیەکی تەندروست مامەڵەیان لەگەڵدا ناکرێت.
کە دەبینین لە ماوەی 30 ساڵی رابردوودا لە کوردستان نەخۆشی جوراوجۆر زیادی کردووە، وەك نەخۆشی جگەر و گورچیلەکان، دەگەینە ئەو ئەنجامەی کە بەهۆی ژەهراویبوونی ئەو هەوایەیەوەیە، کە هەڵی دەمژین!
قوڕقوشم ماددەیەکی ترسناکە، ئیمپراتۆریەتی ڕۆمانی 500 ساڵ بەر لە ئێستا رووخا، چونکە زۆریان بۆیاغ بەکاردەهێنا، لە هەموو ناوماڵ و شوێنی حەوانەوەیان، قوڕقوشم-رصاص لەناو بۆریەکانی ئاو دروست دەبێت، زۆریشی پێدەچێت تا بۆڕیە کۆنەکان بگۆڕێن بە ماددەیەکی ناژەهراوی.
خۆزگە ئەو کەسانەی ئاوی کانی دەخۆنەوە یەکسەر لە کوپەی بکەن کە لە قوڕ دروست کراوە، چونکە ئاوەکە ساف دەکاتەوە. جاران خەڵك لە کوردستان تەمەنی درێژتر بوو، ڕێژەی نەخۆشی زۆر کەم بوو، شێرپەنجە زۆر کەم بوو، بە تایبەت لەناو منداڵاندا. ئێستا هاوکێشەکە گۆڕاوە. هەر لەو شاری هەولێرە سەرێك بدە لە نەخۆشخانەی نانەکەلی، دەبینی چەندین منداڵ دووچاری نەخۆشی شێرپەنجەی خوێن بوونە.
پێویستە لە بیرمان نەچێت، ئەو خواردنانەی لەناو نایلۆن دەیفرۆشن یان لەناو شوشەی نایلۆن، هەمووی مەترسی لەسەر ژیانی منداڵانمان هەیە. وادیارە ئێمەی نەزان زۆر بیرمان لەوە نەکردۆتەوە، زۆرجار لەسەر شووشەکە یان نایلۆنەکە شتێك نووسراوە، بەڵام کێ دەیخوێنێنەتەوە؟! ئایا کەس تەماشای بەرواری بەسەرچوونی دەکات؟ ئەو ئاوەی ناو شوشەکە ئەگەر لەبەر گەرما یان هەتاو دابنرێت، هەر زوو ماددەی ژەهراوی نایلۆنەکە لەگەڵی تێکەڵ دەبێت و یەکسەر دەچێتە ناو خوێنەوە ئەویش کاری خۆی دەکات.
خواردنی منداڵی کۆرپە لەناو نایلۆن یان قوتوی ئاسن زۆر ترسناکە، چونکە منداڵ لەو تەمەنە ناسکە.
مەترسییەکانی قوڕقوشم ئەمانەن:

1. ڕێژەی زاوزێ کەمدەکاتەوە: کاریگەری زۆری لەسەر سپێرمی پیاو هەیە لە ڕووی ژمارە و جۆرەوە.
2. منداڵ لەبارچوون، لە 2-3 مانگی سەرەتای سکپڕیدا.
3. لە دایکبوونی منداڵ بە مردوویی.
4. ڕێژەی توندوتیژی لە گەوراندا زیاد دەکات.

5. ئەوانەی لە کارگە ئیش دەکەن یان زۆر بۆیاغ لە دەستیانەوە دەچێتە ناو لەشیان، توشی سەرئێشە دەبن و زۆرجار لەهۆش خۆیان دەچن.
6. کاردەکاتە سەر غودەی سایرۆید (دەرەقی)و وای لێدەکات بەباشی ئیشی نەکات.
7. دەستوپێ ژان دەکات، زۆرجار ژانەسك روودەدات بە ئەوەی هیچ جۆرە هەوکردنێك هەبێت.
8. بەرگری لەش زۆر کەم دەکاتەوە بەرامبەر بە نەخۆشییەکان.
9. رێژەی مردن زیاد دەکات و تەمەن کورت دەکاتەوە.

ئەمە لەکوردستان کارگەمان نییە، تاکو پاشەڕۆی کارگەگە بەواتە ناو ئاوەکانمانەوە. بەڵام بە داخەوە پاشماوەی ماڵەکان دەڕوات. هەروەها زبڵ و خاشاك مامەڵەی زانستی لەگەڵ ناکرێت و ژینگە پیس دەکات.

پاراستنی خاك و ئاو و هەوا ئەرکی سەرشانی هەموومانە.

پیسبوونی ژینگە خراپیەکەی هەر بۆ ئادەمیزاد نییە، بەڵکو بۆ ئاژەڵ و دارستانەکان زیاتریشە. پێویستە هەموومان کار بکەین بۆ پاککردنەوەی ئەو ژینگە نازدارە، کەمتر نایلۆن بەکاربهێنین و بیکەین بە کیسی کاغەز. ئاوی ناو نایلۆن کەم بکەینەوە، کەمتر ئۆتۆمبێل ببەینە سەر جادەکان، تەنیا بۆ کارە گرنگەکان. رۆنی ئۆتۆمبێل و کارگەکان لەسەر خاك فڕێ نەدرێت.

د. عەتیە حەمەسەعید ئەلساڵحی