

ده وەرن با بەئاشکرایى باسى بکەين....



گولانە پشدرى



مانگى ئۆكتۆبر (10) تايبەت بووبە كىشەى نەخۆشى درىژخايەن شىرپەنجەى مەمك لە ولاتانى پيشكەوتوودا.

ئىنجا بۆيە ھەندىك پىكخراوى فەرمى و نافەرمى ھەلسان بە راکىشانى سرنجى خەلك و دەستەلات بۆ لاي ئەم نەخۆشيبە دلتەزىنە. مەبەست ئەويە كە خەلك باشتەر زانىارىيان ھەبى لە سەر لايەنە زانستيبەكەى، كۆمەلايەتتیبەكە، بارى دەروونى و ھەروەھا بۆ باشتەر بايەخدان بەم كىشەيبە لە لايەن دەستەلاتەوہ.

بەداخەوہ لە ولاتانى پۆژھەلات ھەر بە شاراوھىيى ماوہتەوہ و باسى لىوہ ناكرىت نە لە لايەن دەستەلاتەوہ و نە لە لايەن خەلكەوہ.

بىگومان ئەوہش دەگەرپتەوہ سەر شىوازى كولتورى ئەم ولاتانە.

بەلام ئايا پىتان وانىبە كە بە باسكردن و خەلك ئاشناكردن بەم ئارىشەيبە ھەندىك لە گرفتەكانى جوراوجورى تووشبووان چارەسەر دە كرىت؟ يان نابىتە مايەى بەرگرىكردن لەم نەخۆشيبە سامناكە؟ خۆ ئەگەر كەسىك نائاسايىبەكانى جەستەى خۆى بناسىت ئەشزانىت بە دوواى چارەسەرى دا بگەرپت.

ھەمىشە بەرگرىكردن لە چارەسەرى زۆر ئاسانترە. ئىنجا بۆيە بە پىويستى دەزانم كە ھەنگا و بنىين و كارى بۆ بکەين كە ئەم نەخۆشيبەش ھەر وەكو نەخۆشيبەكانى تر وەك نەخۆشى دل يان بەرزى پەستانى خوین و يان شەكرە لە سەرى بدويين و يەكتر ووشيار بکەينەوہ و بۆچوونەكان و ياداوهرىبەكان و ئەزموونەكانمان لەم بارەوہ نەشارىنەوہ و بىبەخشىن بە ئەوانەى كە پىويستىيان پىبە و بەلكو كەلكى لى وەرگرن.

ئەلبەتە دەستەلاتىش دەتوانىت لە جياتى سەرقالى نەخۆشى بە دەستھىيانى پلە و پايبە وپركردنى گىرفان بىت، كار بۆ دزبەم جورە نەخۆشيبانە بکەن بەدووای ژيان ئاسوودە بۆ خەلك بگەرپن، چۆنكە ئەگەر ئاسوودەيبى و ھەبوونى باشى ئابوورى ھەبى ئەوا مەترسى لەم جورە نەخۆشيبەش كەمتر دەبىتەوہ.

بەپىزانى خوینەر

لىرەدا چەند چاوپىكەوتنىك كە لە گەل ھەندىك كەسى تووشبوو بەم نەخۆشيبە كراوہ وەرەمگىراوتە سەر زمانى كوردى

كە لە بلاوكراوہى PINKRIBBON لە ھۆلەندا دەرچووہ.

ناوہكان گۆراون.

ئەوان ھەر يەككىيان بىر، ھەست و ياد و ئەزموونەكانيان بەرامبەر بەم نەخۆشيبە دەگىرنەوہ.

بۆ من تووشبوونی شیرپه نجهی مه مک، هه ژاندنیک بوو (wake-up call)

مایکل ته مه ن (34 سال) له هه یفی 9 سالی 2005 دا نه شته رگه ری شیرپه نجهی مه مکى بۆ کرا.

مایکل ئەلئى:

سالیك بوو ههستم ده کرد ته ندروستیم باش نیه، به لام خه مسارد بووم و بایه خم پئی نه دا. ئەو گرییهک بوو که ههوی کرد و گه وره بوو به 2,5 سانتیمه تر.

له مه مکى پیاواندا زۆر به ئاسانی ههستی پئی ده کریت، به لام من لئی خه مسارد بووم و گویم نه دایه تا کو هاورپیه کم که خوینه ری به شی کۆلیزی پزیشکی بوو، دواى بینینی هانی دام برۆمه لای پزیشکی خانه واده ییم. له م کاته دا هه موو کاره کان به خیرایی به پروه بران. هه ر له ریگای نه خووشخانه دا بووم. دواى ئەوهش نه م ده ویست باوه ر بکه م چیم به سه ر هاتوو.

2-3 رۆژ زۆر په ریشان بووم. دایک و باوکم له ته مه نی گه نجی دا کۆچیان کردوو، دایکم به هوی شیرپه نجهی مه مک و منیش وا بۆی چووم که : ئەوه تووش بووم و کۆتایی به ژیانم هات. به لام پزیشک و پسپوره کان گه شبین بوون که من ههستی به ره نگار بوونه وم به رامبه ر به م نه خووشیبه زیندوو ده بیته وه.

ده ره نجامی ئەم هه موو چاره سه ریبه به کیمیایی Chemotherapy زۆر نه خووش و بیه یز که وتم. ئیستاش زۆر جار ماندووم.

هه رواها ده ره نجامی چاره سه ری به هۆرمۆنه کان Hormontherapy تووشی کیشه بووم وه کو: هه ست به گه رمایی کردن، دلّه کوتی و زوو ره نجان... به راستی هه ستیکی زۆر ناخۆشه. پشتیوانی نزیکان، هاورپیان و کس و کار به تاییه تی خوشکم، زۆر یارمه تی دام له چاک بوونه وم.

کاتی مانه وم له نه خووشخانه دا به ریگای ئینته رنه ته وه هه ندیک هاورپیم ناسین. له سه ره تا دا باسی نه خووشی خۆم بۆیان نه ده کرد، به لام که زۆر له یه کتر نزیک بوینه وه به پیویستم زانی پئیان بلیم هه تا وینه م به سه ره پووتا وه که شم بۆیان نارد و ئەوانیش زۆر به دلّسۆزییه وه ره نگدانه وه یان نوواند و هه لسووکه وتییان له گه لّمدا زۆر به ریژ و باش بوو.

بۆ من تووش بوون به شیرپه نجهی مه مک، هه ژاندن و یان ووشیار کردنه وه له خه ودا بوو (-wake up call).

خۆم سالانیکی زۆر بوو بواری ته ندرووستی ده روونیم له بار نه بوو و له ته مه نی زۆر گه نجیدا هه تیو بووم و زۆر ئاریشه م هه بوو له گه لّ زردایک و باوک و تیروانیم بۆ ژیان زۆر رهش و نیگاتیف بوو.

به بۆ چوونی من جهسته ی مرۆف به گویره ی بواری ناله باری ده روونی ره نگدانه وه ی نه رینی هه یه.

هه رواها من وای بۆ ده چم که ئەم پوودا وه گه وره بیبه له ته ندرووستیما نیشانه یان ئاگادار کردنه وه یه که که گه ژبینتر بم له ژیاندا.

من ته نیا ئامانجیکم هه یه ، که گوئیستی ده نگم بن

کۆلین تهمەن 44 ساڵ که ئیستا به تهنیا ده ژبییت. کۆلین دوو کووپی ههیه مارکۆ تهمەن 18 ساڵ و جانی تهمه 8 ساڵ که ئهوان لای باوکیان له بریتانیا ده ژین. له ساڵی 2004 دا شیرپهنجهی مه مک له جۆری خراپ (malign tumor) دۆزرایه وه و ئیستا بیستووویهتی که به گشت گیانی دا بلاو بۆته وه و ئیتر چاره سه ری ناکریت.

کۆلین ئه لئ:

تۆ ده زانی که شتیک له گۆرئ دایه به لام ناتهوئ کاری بۆ بکه ی. به که م جار له باره ی نه خۆشیه که م لای که س باسم نه کرد. نه مده و بیست ئاشکرای بکه م به لام دووای 22 مین جار چاره سه ری به کیمیایی سه رم رووتایه وه و ئه وسا بۆ به رامبه ره که م دیار بوو/ ده رکه وت چیه ؟ من ئه ژماریکی زۆر له که س و کار و هاوړیم له ده ستان. ئه وان به لینیان پیمدا بوو که هه رگیز پشتم تئ نه که ن و به جیم نه هیلن. ئه وه زۆر ئازاری دام. به لام دۆسته که م که خۆی په رستیاره زۆر یارمه تی دام.

دووای برینه وه ی Mastectomy مه مکم جهسته ی خۆم زۆر به ناشیرین و نارپیک ده هاته به رچاو و قیزم له خۆم ده بویه وه. ههستم ده کرد ئیتر من ئافره ت نیم، بۆم ناخۆش بوو برۆمه گه رماوه (حه مام) سه یری خۆم بکه م. تاکو دۆسته که م پپی و وتم. ئیتر به سه واز بینه! که مه مکت نه بوو واتا نیه که ئیتر ژن نی.

دووای هه ولّم دا به خۆم بسه لمینم که به بی مه مکیش هه ر ئافره تم و ئه توانم بزیم. دووای ئه وه نیوانی دۆستایه تیشم هه بوو له گه ل پیاودا. که یه که م جار پپییم ووت: "به س یه ک دانهم هه یه" و ئه وه به سه یری نیگای کردم و ووتی: "باسی چی ده که ی"؟

دوواتر له ماله وه نه ده هاتمه ده ره وه و به س به رامبه ره به کۆمپیوته ره که م داده نیستم و چاوه رپی مردن بووم.

به پشتیوانی دۆسته که م له نه خۆشی ده روونی رزگارم بوو. من سه گیکم هه یه بۆ ئه وه ی که رۆژانه ناچار برۆمه ده ره وه و هه ندیک گفتو گو له گه ل دراوسیکان بکه م.

مناله کانیشم سه ردانم ده که ن به گویره ی توانایان جاری دووای نه هاتن و کوره چوکه که م ووتی: تۆ منت خۆش ناوی، چۆنکه ده مری! ئه وه ده ل و ده روونی رووخاندم و وه ختا بوو بپچریم له خه فه تان.

من به س یه ک ئامانج و ئاره زووم هه یه و ئه ویش ئه وه یه که گوئیستی ده نگم بن. من په رتووکیک ده نووسم بۆ ئه وه ی به نه خۆشه کانی که تووشی شیرپه نجه بوون. بۆیان روون ده که مه وه که پپیویست ناکات شه رم بکه ن که تووش بوون. من هه ولّ ئه ده م چپژ وه رگرم له م ماوه یه ژیانه ی که ماومه و به چاویکی ئه رینی بروانمه ژیان، به لام زۆریش سه خت و دژواره .

ئهو راستیه ی که من ناتوانم ئیتر منام بییت، به قوونی ئازارم ئه دات

لاوری تهمەن 24 ساڵ

که له هه یفی 9 ساڵی 2002 دا ، که هه فته یه کی ماووو بییت به 20 ساڵ، شیرپه نجه ی مه مکی تووش بوو و له 2005 دا دیسان نه خۆشیه که گه راییه وه سه ری.

لاورا ئهلى:

كاتيک که دهرمانه سووره کهم بينى له کيسه کهدا که به پښگای بۆرپيه کانی خویندا دهرويشت ووتم:

"دهی بیگره ئه و شیرپه نجهیه بېبه زه بیه".

من خۆم له یه کهم چاره سهری به کیمیایی **Chemotherapy** به هیژ ده زانی و ههتا رویشتمه ناو بازارپیش.

دووی یانزه پوژ باقه قژه نیگرۆیه کهم له ده ستدا. کچه کانی سالۆن یارمه تیبیان دام بارووکه یه کی گونجاو هه لپژیرم. ئه وهش ئاسان نه بوو چونکه گشتیبیان مۆدیلی ژنانی به سالانچوو بوون.

جاره کانی سییه م و چوواره م (کیمیایی) زۆر گران بوو و به ته وای بیهیزی کردم و دووی ئه وه مه کم برپایه وه **Mastectomy** و هاوکات مه مکیکی تریان بۆم دهرووست کرد به پښگای نه شته رگه ری جوانکاری

. Bearst Reconstruction

کاره کیهان زۆر جوان بوو، به لām برینه کهم تووشی هه وکردن بوو و خوینیشم ژه هراوی بوو و دهره نجام له نه خووشخانه دا که وتم.

ئه گه ر گه نچ بی شانیه کانی جهسته زووتر دابهش ده بن، ئینجا بۆیه هۆرمۆنه کانمیان پاره ستاند. به م هۆیه وه ئیتر سیکی مانگانه م نه ما (بئینویژیم پاره ستا) و ئیتر ناشتوانم هه رگیز دووگیان بم. هه رواها کیشم 20 کیلۆی زیاد کرد.

هه ندیک جار دوواکیشه کانی پاره ستانی بئینویژی شیتم ده کات.

پیم ئه لین "تۆ هه ر ئه وه ی که هه ی" به لām زۆر لām گرانه ئه وه به خۆم بسه لمیم و وه ری گرم.

که بۆ دووه م جار بیستم تووشی شیرپه نجه بووم، رووخام و پوژم لای تاریک بوو و گورزیک بوو که له گیان و پوحم درا.

من هه ندیک په له ی سووتان هه ی کاتی چاره سهری به رادیوتراپی **Radiotherapy** م پیه مابوو و زۆر جاریش ماندوو بووم.

هیله که دانه کانم دهره یندان بۆ مه به ستی به رگریکردن له تووش بوونیان به شیرپه نجه.

که من ئیتر هه رگیز ناتوانم دووگیان بم زۆر ئازارم ده دات، چونکه من هه ر له ته مه نی لاویدا خۆم وه ک "دایک" ده نوواند.

خۆشه ختانه ئه و پیه یستیه ی پوحم تا راده یه ک وه رده گرم به ریگای ئاگاداری کردن له منالان و هه موو سالیک ده رۆمه ولاتی گامبیا (Gambia) بۆ یارمه تی منالان.

من هه موو پوژیک ئازاری جمگه کانم هه یه و وه کو ژنیکی پیرم لیها تووه. به گه نجی پیرم!

پوژانه ئه بی سئ قوتووی ساردی (Energy) بخۆمه وه و ئه گه ر له دهره وه بم ئه بی ته پله کی که له نزیکم بی بۆ دانیشتن که ماندوو بووم دانیشم.

به راستی ئه لیم: شیرپه نجه Comma(،) یه نه کو Point(.) .

ئیسنا پیلان بۆ داهاتوو داده ریژم. ده مه وئ کۆمپانیای خۆم هه بیته که ته نیا کاری برینه وه ی دار و ته خته بکات و له ولاتی Gambia بئیمه ئیره (Import) .

ئیره دا وه رچه رخانگی زۆر گه وره له ژبانه دا دروست ئه بیت

ئایقه ر ته مه ن 32 سال (تورک) و هاوسه ری هیرمان ته مه ن 36. ئه وان کچیکیان هه یه به ناوی ئاینوور ته مه ن 2.5 .

تایفهر له سالی 2005دا زانی که شیرپه نچه می مهکی ههیه و ئهوه دوای له دایک بوونی ئاینوور بوو.

تایفهر ئهلی:

دوای تهواو بوونی ماوهی دووگیانی بۆ یه کهم جار ههستم به شتیکی خر کرد له ناو سینگمدا. وا بیری لیكرایه وه که هه و کردن یان التهاب بیته به هوئی شیردان به لام خوم که بیرم لیی کرده وه ئه وه نه بوو، چونکه به هوئی التهاب یان هه و کردن مروفت تووشی تا و له رز ئه بیته به لام من ئه وه نه بوو.

له کوتاییدا زانرا که گریه کی سه ره تانییه (شیرپه نچه یه) و به قه باره یه کی زور گه وره یه. ئه وه جیگای باوه رپم نه بوو! من نه خووشییه کی زور گرانم هه بوو و ژینام له مه ترسیدا بوو. ئه وه چون وا ده بی؟

من زور به خته وه و خووشحال بووم به هاتنی کچه کهم بۆ ژیانم به لام ئیستا به پیچه وانه! ئه وه فلیمیکی زور خراپ و ناخوشه بوو به لام ئه وه له باره ی من بوو؟ زور په ریشان بووم و وامزانی کچه کهم دایکی خوئی نانا سیته، ئه وه شم ئه زانی که من ئه بی له پیئاوی ژیا نی خوم و کچه کمدا له گه ل ئه شیرپه نچه یه دا شه ر بکه م. دوای چاره سه ری به ریگای کیمیایی (Chemotherapy) ناچار مه کی چه م برپایه وه Mastectomy. بۆ یادگاری وینه یه کی جوانم لیی گرت.

زور بوم گران بوو و ناخوش بوو سهیری ئاوینه بکه م: مه کم رویشتووه، قزم هه لوه ریوه و برژانگیشم نه ماون. خوم نه ده ناسییه وه!

به راستی وه رچه رخانیکیی زور گه وره هاته ژیانم که هه رگیز له یادم ناچیت! ئه وه ماوه ی دوو سال تیپه ری. ئه وه ش ئه زانم که من زور به خته وه ر بووم. که سوکار و هاو پرپیان و دراوسییه کان و هاوکارانم زور پشتیوانم بوون.

له کولتووری تورکی دا به ئاشکرا باس له م نه خووشییه ناکهن و ئه لئین ئه گه ر نه خووش بووی ئه وه ویستی خودایه!

من به خوم سه رسام بووم که چون بویرانه توانیم له گه ل پوره کان و کهس و کارم له تورکیا له م باره وه به ئاشکرا بدویم.

په یوه ندیم له گه ل هاوسه رم ئیستا زور قوولتر و به هیژتره له جار ان. ئیمه به ئاشکرا له م باره وه ده دووین.

ئیستا کاتی چیژ بردنه له ژیان، هه ر سی مان به یه که وه روژانه ده گه پین و کاتیکی خوش ده به بیینه سه ر.

ئیمه بومان ئاسان نه بوو، به لام به رامبه ری ده وه ستم. من زور ئامانجم هه یه که بویان ده ژیم.

ئیمه هیچ شتیگ دووا ناخه بین، ئیمه کات به خوشی تیده په رینین

ماری تهمەن 43 ساڵ و ھاسەرەکەى جان تهمەن 42 . ئەوان 3 منالییان ھەيە:کۆدى تهمەن 9 و تيشا 7 ساڵ و کيان 3 ساڵ . ماری لە ھەيڤى 8 2004دا ، کە ھەفتەيەکى مابوو بارى دووگيانى دابنى، شيرپەنجەى مەمكى تووش بوو.لە 2006دا بۆ دووھمجار تووش بۆيەوھ .

ماری ئەلئى :

بۆ يەكەم جار کە بيستم ، بيرم کردەوھ و ووتم: من دووگيانم و ئەى چى بکەين؟ئەوھ گرنگ بوو نەک شيرپەنجەى مەمکم.دوواى کۆتايى ماوھى دووگيانيم زۆر خۆم بە بەختەوھر دەزانى. لە حالیکدا ھەفتەيەک دوواتر نەشتەرگەريم بۆ دەکرا و گريئ شيرپەنجەکەيان دەردەھينا (lumpectomy).

من پيش نەشتەرگەريەکە زۆر چيژم لە کۆرپەلەکەم و کاتى پشوووانم وەردەگرت و کەمتر بيرم لە نەخۆسيەکە دەکردەوھ.ئەوھى راستى بئى ھاوسەرم زياتر لە من پيوھى پەريشان بوو . من ھەولم ئەدا کاتى خۆم ببەمە سەر بە بردنى منالان بۆ قوتابخانە و بازارکردن دوای نەشتەرگەرى 33 جار چارەسەرى بە ريگای Radiotherapy بۆ دانرا .

8 جارى کۆتايى زۆر گران بوون و سينگم زۆر زيانمەند بوو و لە ھيژ کەوتم .خۆشبەختانە پشتيوانيم لای ھاوسەرەکەم ھەبوو، منالەکان زۆر بچووک بوون کە تئى بگەن چ باسە.تايبەت بەلام ھەولمان دا کورە گەورەکە کۆدى تئى بگەيەنين کە چى بە سەر دايە ھاتووھ و بۆ ئەم مەبەستە کەلکمان وەرگرت لە ھەندیک پەرتووکى تايبەت بۆ منالان لە بارەى شيرپەنجە . بە نسيەت تيشا لە سەرەتادا ھەستى پئى نەدەکرد بەلام دوای زۆر جار دەگريا و خەمبار بوو . کتیک کە بۆ دووھم جار بيستمەوھ کە شيرپەنجەم ھەيە وەکو گورزيکى بەھيژم لئى بدەن، رەنگدانەوھم زۆر تووند بوو .

ئایا ئەبئى من پير بم؟

بە ھۆى ئەوھى کە بير لە لايەنە باشەکان و ئەرينيەکانى ژيانم کردەوھ، ئەو ھەستە ناخۆشە و پرسيارە لە خۆم لە يادم بردەوھ .

لە وانەيە شيتانە بيت بەلام شيرپەنجەى مەمک منى دەولەمەندتر کرد . من بە وشيارى دەژيم و چيژ دەبەم لە ژيان .

لە رابردوودا شت و چالاكى خۆشان بۆ دوایى دادەنا،بەلام ئيستا ئەلئيم: ئيست لچۆنکە نازانين دوواى چيە؟

30/10/2007

Holland

Goli-67@hotmail.com