

لیستی پشکنینی نیگه رانییه کان – دیاریکردنی نیگه رانییه کانت

ناو یان لیبللی نهخوش

کریکاری سهرهک

ریکهوت:

پهوهندی ژماره:

نهم خو ههلسهنگاندنه ئیختیار بیه، لهگهڵ ئهوشدا یارمهتیده رمان ده بئیت لهو نیگه رانی و ههستانه ی که ههته تیبگهین. ههروهها یارمهتیده رمان ده بئیت بو ناسینهوه ی هه ر زانیاری و پشتگیر بیه که پئویستت پنی بئیت.

ئهگه ر هه ر یه کێک لهو کێشانه ی که ناماز مه یان پیکراوه لهم دوایانه دا نیگه رانی تو ی لیکهوته وه و دهتهوئیت لهگهڵ کریکاریکی سهرهکی باسی بکهیت، تکایه نیگه رانییه که له 1 بو 10 نمره بکه، که 10 بهر ترینه. ئهگه ر تو ناگر ئهته وه یان ناتهوئیت ئیستا باسی بکهیت، سندوقه که به بهتالی بهئله ره وه

کریکاری سهرهکی بو تهواوکردن

کۆپیهک ده در ئیت به نهخوش

کۆپیه که بنیر در ئیت بو پزیشکی گشتی

نیگه رانییه جهسته بیه کان

- کیشه ی هه ناسه دان
- ده ر چوونی مه ز
- قه بز بوون
- سه کچوون
- خوار دن، ئار مزووی
- هه رس نه کردن
- قووتدان
- کۆکه
- ئازار یان وشکیو نه وه
- برینی ده م
- سه کچوون یان رشانه وه
- ماندو بوون، هیلکی
- ناوسان
- پله ی گه رمی بهرز
- جووله به ده وریدا (رۆب)
- زه قبو نه وه له ده ست ب
- ئازار یان نار مه حتی
- گه رم بوون یان ئاره قه
- پنیستی وشک و خورا و سوربو وه
- گۆرانکاری له کێشدا
- چاود ئیری برین
- یاده موری یان ته رکیز
- ببینن یان ببیستن
- کیشه ی قسه کردن یان
- ده ر کهوتنی من

- ئینتیمای سینکسی یان مندالبوون
- حالته پزیشکیهکانی تر
- نیگه رانییه پراکتیکیه کان**
- گرنگیدان به کهسانی تر
- کار یان خویندن
- پاره یان دارایی
- گهشت
- خانو به ره
- گواسته وه یان وه ستانی ئوتومبیل
- قسه کردن یان تیگه یشتن
- جلشۆر یان کاری ماله وه
- کرینی سه زو وه میوه
- شۆردن و پۆشینی جل و بهرگ
- ناماده کردنی ژمه کان یان خوار دنه وه مکان
- ئازملی مالی
- سهختی دانانی پلان
- واز هینان له جگه ره کێشان
- کیشه ی خوار دنه وه کحولیه کان یان ماده ده هۆش بهر مکان
- ده ر مانه که م
- نیگه رانییه سۆز دار بیه کان**
- نادلنایی
- له ده ستانی ئار مزووی چالاکیه کان
- نه توانینی ده ر برینی ههسته کان
- بیه رکردنه وه له داها تووم
- په شیمانی له رابردووم
- تو ره یی یان بیزاری

- ئینتیمای یان گۆشه گیری
- دلتهنگی یان خه موکی
- بیه بوایی
- تاوانباری
- نیگه رانی، ترس یان دلهر اوکی.

نیگه رانییهکانی خیزان یان په یوه ندییه کان

- هاوبهش
- مندالان
- خزم یان هاو ریی تر
- که سنیک که چاود ئیری من ده کات
- نه وه که سه ی که من چاود ئیری ده که م

خه می رۆحی

- ئیمان یان رۆحانیه ت
- وانا یان نامانجی ژیان
- هه ستکردن به ناکۆکی له گهڵ کولتوور، بیرو باومر یان به هاکانم

شێوازی ژیان یان پئویستی زانیاری

- وه رزش و چالاکی
- ریجیم و خوراک
- چاره سه ره ته واو که مکان
- پلاندانان بو ئه وه یه تهکانی داها تووم
- دروستکردنی وه سیه تنامه یان ئامۆزگاری یاسایی
- نه دروستی و خو شگوزهرانی
- گروپی پشتیوانی نهخوش یان چاود ئیران
- بهر ئیوه رددنی نیشانه کانم
- پاراستنی له خۆر

من درباره تشخیص، تداوی ها یا اثرات آن سوالاتی دارم.

به‌شی دووهم – لیستی پیشکنینی نیگه‌رانیه‌کانی نه‌خوش (سه‌ر و مل)

نیفونتوری نیگه‌رانیه‌کانی نه‌خوش (PCI) بو
شیر په‌نجه‌ی سه‌ر و مل له‌لایهن پروفیسور سیمون نین
رؤجهرز، نه‌خوش‌خانه‌ی زانکوی ناینتری NHS
Foundation Trust و زانکوی نیدج هیل په‌ری
پندراوه.

نه‌گه‌ر هه‌ریه‌کیک له‌م کیشانه‌ی خواره‌وه له‌م
دواییانه‌دا نیگه‌رانی توی لیکه‌وته‌وه، تکایه
هه‌لیژیره.

سه‌ر و مل

- تهن‌روستی ددان، ددان.
- بۆری گه‌ده
- ده‌م کردنه‌وه‌ی
- به‌لغهم
- نازاری سه‌ر و مل
- گه‌رانه‌وه‌ی خوین
- لیک ده‌ر‌چوون
- شان
- بۆن
- که‌سایه‌تی و میزاج
- په‌شیمانی له‌چاره‌سه‌ر‌کردن
- خو‌به‌گه‌وره‌زانین