



ههستكرنا ب لقينا زارووكي ته، نيشانه يهك ژ تهن دوروستيا وي/وي يه

پرانيا ژنان ب ناوايي نۆرمال ژ ههفتهيا 16 ههتا 24ئان نا دوجانيبووني (هاملهبووني) دهست ب ههستكرنا لقينا زارووكي خوه دكن. لقين و ههركهتا جهنبنه كي (زارووكي ژداييكنه بووي) دكاره پيهن، ههژين، لقين ئان گه فزين به. رهنگه جووره يا لقينا زارووك ب پيشكهتتا جهنبنه بگوهه ره.

ئهف گۆتن كو زارووك د روژين داوي
يئن دوجانيبووني ئان د دهما زارووك-
ئانين دا كيمتر دلغه، نه راسته.



تو دفعي ههترتم و ههتا دهما زارووك-
ئانين و ههتا د دهما زارووك-ئانين
دا ل ف و ههركهتا زارووكي خوه د
مالزارووكا خوه دا ههست بكي.



ناسكرنا لف و ههره
كه تين زارووك



ئه گهر تو نيگه رانا
لف و ههركه تين زارووكي
خوه يي ژبو سهردانا بو
بژيشكي خوه ههتا روژه كي
ژي سهر نه كه



زارووكي من
چقاس دفعي بلغه؟

هيج ئاست ئان هه ژماره كه نۆرمال ژبو لف و
ههركهتا جهنبنه تونه به.

ژ ههفتهيا 16ئان ههتا ههفتهيا 24ئان و پشتي
دهستپي بووني، لف و ههركه تين جهنبنه دفعي
ههتا ههفتهيا 32ئان زيده تر و زيده تر به و پشترا
ههتا دهما زارووك-ئانين، ته قريبه ن يه كسان و
بي گوهه رين بمينه.



ئه گهر لقيانا زارووكي ته كيم بو ئان هات راوهستاندن،
بله ز دگهل ماما ئان نافه ندا زارووك-ئانين بكه فه پيه ونديا
ته له فوني (ماما 7 روژين ههفتهيا و 24 سائته تين شهف و
روژي ل بهر دهست ئن). ههتا د نيقيا شهفي دا زي ههترتم
مامايهك دي ل بهر دهست هه به.

- پيه ونديا خوه دگهل ماما ئان نافه ندا زارووك-ئانين ب تو ناوايي
قوت نه كه.

- قهت نيگه رانا ته له فون كرنه نه به، ئهف يهك گرنگه. كوهه تا د
رهوشا هه بوونا شك و گومان ل سسه ر مژاره كي، ژ ماما ئان نافه ندا
زارووك-ئانين شپورين و هه ربه ربه. ئهت مالا وي يه كي پره كو بخوازن كو
بله ز ته مواينه (فهس) بكن.



چما لف و ههركه تين زارووكي
من گرنگن؟

كيمي بوونا لقين زارووك ل مالزارووكي، دكاره هه شياربه كه جدي ژ نه بوونا
ته ن دوروستيا وي به.

ده ردؤرا نيقي دا ييكين كو زارووكي وان مري هاتيه دنيايي، هايا وان ژ
كيمي بوون و راوه ستينا لف و ههركه تين زارووكي خوه هه بوويه. ب
كيمي بوون و راوه ستينا ههركه تين زارووكي خوه هه سيابوون.



ژبو نرخاندا ليدانا دلي زارووكي خوه،
ئامووري پيشاندا دهستي، دوپلر (Doppler)
ئان بهرنامه يا موبايي ب كار نه بينه.
ههتا هه گهر ليدانا دل ديار بكي زي هه گه ره كه باش
ژبو تهن دوروستيا زارووكي ته نينه.

ئه گهر لقينا زارووكي من دوباره كيم بوو، دي چ بهه؟

ئه گهر ههتا پشتي مواينه يي زي ژ لقينين زارووكي خوه رازي نه بووي، دفعي
د دهما ههري له ز ئا پيكان دا ژ ماما ئان نافه ندا زارووكينين را ته له فون بكي،
ههتا هه گهر د مواينه يا پيشين دا هه رتشت خوه زايي بووبه.

تو وهختي ژبو ته له فون ژ ماما ئان نافه ندا زارووك-ئانين ژبو شپورين، شك
و گومان نه ده خوه، هه ژمارا جارين ته له فون ته قهت گرنگ نينه. د 24
سائته تين شهف و روژي دا، ماما ل نافه ندا زارووك-ئانين مژوولي بيك-
ئانينا ههركهتا خوه نه.



ھورگىلىن بەيۈندى:

چاڭكەن و سىياسى

ئاگاھىيەن رابەرىيويى ل ئۇ بىرۋىشورنى ل گۇرى قەرسىۋنا (نوسخەيا) 57ئان ئا رېتەرا RCOG Green-top
يا كىمبونا لىف و ھەرەكەتەن ئا مرنىبار (2011) و بىرۋىشورا ئاگاھىيەن نەخوەش بىمار RCOG
لىف و ھەرەكەتەن زارۋىكى تە د ھەياما دوچانىيويى دا: ئاگاھى و يېزىنىي ھەجەبى تە (2012) ھاتىبە ئامادە كرن.

ئۇ بەر پىشتەقانىا ئۇ رابەركرنا ئۇ بىرۋىشورنى، ھ.م سىياسىا فان رىخستىنان دكن:

