

Ēā-áíeà áîáíé

Íñēāáíāā íáííāēáíēā Friday, 03 November 2006

Ō. Áàòíàíāōāēēāēā íōēðūē, -òí "æēāāy" áíāā áíñòòííā ēāæāííō Áíēòíð Áàòíàíāōāēēāēā ðíæēñy á Ēðáíā á 1931 áíāó. Íí ó-ēēñy çāāāð-ðáíēy ó-āāú Áàòíàíāōāēēāēā ííēó-ēē íí-áòííā íðē-āēāðáíēā íā áíēæíñòú íðāēíàòíðā á òíē æā íāāē-òēíñēíē øēíēā. Íí çáíē ðāáíēðòēy, āāí, ēāē -ēáíā āēēyòāēúííē ñáíūē, áðíñēēē á òððū-íó íóáúāāy ñòíē á òððúíā Yāēí, ííēēōē-āñēēē çā-ēēð-áííúē áíēòí áíçííæíñòē íā-ēāā-àòú ñòðāāāíēy áíēúíúð çāēēð-áííúð. Íáíāæāú íí-úp áíó íðēøēíñū ēā-ēòú òíāāðēuā íí çāēēð-ā-íēð òò íñòðíē ēíòíðíā ó íāāí áúēí, — áíāó. Áàòíàíāōā-ēēāē çāñòāāēē íāòēáíòā áúíēòú āāā ñòāēáíā áíāú. xā-ðāç áíñáíú íēíóó íāáúíñēíā

Çà 2,5 áíāā ñáíāāí çāēēð-áííēy áíēòíð Áàòíàíāōā-ēēāēā íðíāāē āñāñòíðíííāā ēññēāíāíāíēā ēā-āáíúò ñáíēñòā áíāú ē íáíāðóæēē ēāáíðāòíðēāē», ē, ēíāāā áíó íðāā-ēíæēēē áíñòí-ííā íñáíáíæāáíēā, íí ðāøēē íñòàðúñy á òððúíā áúā íā -áòúðā íāñyòā, -òíáú çāā yçáíē. Á1983 áíāó íò-àò í āāí íòēðúòēyō áúē ííóāēēēíāíā á ēðáíñēíí æòð-íāēā «Iranian Medical Council Journal» ē á àíàðēēáí-Gastroenterology».

Íñēā ñáíāāí íñáíáíæāáíēy ēç òððúíú á 1952 áíāó áíēòíð Áàòíàíāōāēēāēā áāæāē ēç Ēðáíā á Áíàðēēó, āāā ñòāē ðāáíðāòú íàó-íú íñēāāñòāēē ððííē-āñēíāí íāāçáíæēāáíēy ē ēāáíðēðēāòēē ííæā-ñòāā ííáúò íðēçíāēíā æææāú.

Íí óāāæāāí, -òí áíāā, ēç ēíòíðíē íā 75 íðíóáíòíā ñíñòíēò íāøā òāēí ē íā 85 íðíóáíòíā — áíēíáííē ííçā, ēāðāāò ēēð-āāòð ðíēú ííáúòáííúē óðí-āáíú òíēāñòāðēíā, íēāðáíú, íæēðáíēā, ñēíāðíí ððí-íē-āñēíē òñòāēíñòē ē ðāē, íðāæāāò íāñ ííòíó, -òí íú áíáíæí ñā

Íòēðúòēy áíēòíðā Áàòíàíāōāēēāēā áúēē ííóāēē-ēíāáíú á ðyāā íàó-íúò æòðíāēíā ē íðāñòāāēáíú íā íííæēò íðíòāññēííāēúíúò ē íā

Íāāāáíí áíēòíð Áàòíàíāōāēēāēā íñííāāē íāòēí-íāēúíòð āññíòēāòēð çā -āñòíñòú á íāāēòēíā (NAFHIM). Íí ñ-ēòāāò, -òí íðíēñúāāò — yòí íā-āñòíí. Áāí íðāā-íēçàòēy áúēā ñíçāáíā ēāē ðāç āēy òíāí, -òíáú íðē-āēā-ú áíēíāíēā øēðíēíē íáúāñòāáííñòē ē yòíē www.nafhim.org.

Áíēòíð Áàòíàíāōāēēāēā íáíēñāē øāñòú ēíēā. Íāð-āāy ēç íēð, «Áāøā òāēí íðíñēò áíāú», ñāē-āñ ñ-ēòā-àðñy ēēāññē-āñēíē ē íāð áíáíðēòñy í òíí, ēāē áíāā ííííæā ðāāēúíúí ēðāyí ðāøēòú áíēāā 90 íðíāēāí ñí çáíðíāúāí, á -ēñēā ēíòíðúò áúēē çāáíēāāáíēy, ñ-ēòā ñáíē-íē ēāēòēyíē. Íāðíáíòð ēíòíðíāòēð í āāí íàó-ííē āāyòāēúííñòē ē ííēíúē ñíēñíē ñíçāáííē ēí íáðāçíāòāēúííē íðíāòēòēé ííæíí íā ííāāy íāðāāēáíā ííāāy íàó-íāy ēñòēíā íáú-íí íā íðē-çāáíā óāāæāāòú ííííáíòíā. Ñēíðāā, ííē òíēðāðò, á íðēòíāyúāā ēí íā ñíáíó ííēí-ē ðāñòáíðēòāēú — áíāā — ðāóóēēðóāò āñā òóíēòēé íðāáíēçíā, āēēð-āy áēòēáííñòú āñāò ðāñòáíðāííúò āáúāñòā. Íð íççáíēúòā ííáòíðēòú: āñā òóíēòēé íðāáíēçíā çā-āēñyò òò ðāòēííāēúííāí āāēæáíēy áíāú. ðāñíðāāā-ēáíēā áíāú — yòí āāēíñò íáñòúòēò āáíāòē-āñēòð ēíòíðíāòēð, ē íēòāòāēúíúò āáúāñòā). Á ñáíð í-áðāāú ēāæāúē íðāáí, áúðāāáòúāðpùēē āáúāñòāā, íáíáòí Ēāē òíēúēí áíāā áíñòēāāò íāāçáíæāáíúò íāēāñòāē, ííā íñòúāñòāēyāò íðí-ēā æēçíáííí āāæíúā ðēçē-āñēēā ē ðēíē-āñēēā íðí-òā ííòðāáíñòāē íðāáíēçíā á áíāā ñēñòáíú íāēðíòðáíñíēòāðííāí ðāáòēēðíāáíēy (āēñòáíēí ē çāāēñē-íúā òò íāáí āáúāñòāā) ñòáííāyññ òáííēāòáíðyòú, óāāēē-ēā ííòðāāēáíēā áíāú. Áíāēíāē-ííā çāyāēáíēā y ñāāēāē íāðāā áðòííē ó-áíúò, ñíáðāāøēòñy á 1989 áíāó á íāēāā-ēò íñíçíāíēā íāóóáííāí áíçāāēñòāēy íāāçáíæēāáíēy, íðíāðāññēðòðúāāí á òā-áíēā íðāāāēáíííāí íāðēíāā áðáíáíē. Áēāíāíāð íāñēāāñòāáííúā. Ííā ííēíñòúð ēçíāíēò òñòíyāøēēñy ííáòíā — «ēā-áíēā ñēíòíííā» ē íðā-áðāòēò āāí á ēñēóññòáí, íí-íàó-íííí ē íāāñíā-ēòú íðēē-ííā çáíðíāúā íāòēē. Íñēíēúēó āāòēòēò áíāú á íðāáíēçíā íðíyāēyāòñy á āēāā ðāçēē-íúò ñēáíāēíā, ñēíòíííā ē ēāēāðñòāā. Áíāā ēçēā-ēāāāò áíēúòíā ēíēē-āñòáí çāáíēāāáíēē? Áā íē á ēí-áí ñēò-āā! Áúñēāçúāāyññ íāñòíēúēí ēàòāáíðē-íí, íí Èí āāæā íā íðēòíāēò á áíēíāò, -òí āāēíñòāáííā -òáíāāēñòāáíííā ñòāāñòáí āēy ēā-áíēy ííáíáíúò ñíñòíyíēē — yòí áíāā, ē íē āāēē-āēøāā íòēðúòēā á íāēāñ-òē çáíðíāúy çāó-ēò ñēāáòpùēí íāðāçíí: áíāā — yòí āñòāñòāáíííā ēāēāðñòáí òò íííæāñòāā ñáíē ííòāðē (íí-ā, áúòáíēā, ííò). Íāíñòáòí-íúē íðēāí áíāú íðēāāāāò ē ñēēøēíí áíēúòíē íā-áðòçēā íā íí-ēē, ēíòíðúí íðēāāòñy ðāáí òíēñē-íúò íòðíáíā. Yòíò íðíóāññ íáúyñíyāò, íí-áíó òāēííó áíēúòííó ēíēē-āñòāò ēðāāē á íñēāáíēā áíāú ēò ñēēúíí óēíðí-áíííē æēç ñíñòāāēyāò áíāā, ííēò--āāíāy á ðāçóēúòāòá íáíáíā āáúāñòā ē ñíāāðæāúāyññ á íðíāóēòāò íēòáíēy. Yòē 4,5 ē áíāú òðāáòðòñy íð ñāāòēúē òāāò íí-ē ò ēðāāē, íðāáíēçíā ēíòíðúò òíðíóí íāñúúáí áíáíē). Áíēúòā 1 ē áíāú á ááíú ēñííēúçòðò ēāāēēā — òāēíā ē ñ ííāāðòííñòē ēíòíðíē ñíñòíyííí ēñíāðyāòñy áíāā. Ēāēíā-òí ēíēē-āñòáí áíāú òóíāēò ē íā òí, -òíáú ñíā-ēāāòú òāēāēúíā íāññú ē íā ííēçúúāāāò, -òí ēðāē ēðòíííāí òāēí-ñēíæáíēy áíēúòíē ēāæāúē ááíú áúíēāòú íðēáðíí íí 30 íē áíāú íā ēāæāúē ēēēíāðáíí āāñā. Ñē íēùē, íā íēāçúúāāāò ñēēúííāí áíçāāēñòāēy íā íēuāāāðēòāēúííē íðíòāññ, íí āñēē áí áðáíy āáú íðāáíēçíā íāāçáíæāí, yòí ñēēúíí çāòðçò òíí, ēíāāā ēó-øā āñāāí íēòú áíāó á òā-áíēā áíy. 3ā ííē-āñā áí ēāæāíāí íðēáíā íēùē íāēòā 1 — 2 ñòā-ēáíā áíāú ē āāēòā áē áúíēāāòú íā íáíúøā āāóò ñòāēáííā. Çā ííē-āñā íðāáíēçíā òñíāāò ñíā-āēā āáñíðāēðíāāòú áíāó, á çàòáí ñííāā ñāēðāðēðíāāòú āā á ēíēēò, çáííð, āēāāððēēóēēò, áíēāçíú Ēðííā, áðúæò íēuāáíííāí íòāāðñòēy āē-áððāáíú, ðāē ēēøā-ííāí ððāēòā ē, ðāçóííāòñy, óāā ñòēíóēēðíāāòú áíðíííú ñúòíñòē ē çāāāð-øēòú íēuāāāðēòāēúííā íðíòāññú á ēēøā-ííí ððāē-òā. Ēðííā òíāí, áú óāáðāæāòā ñāáý òò íēùē. Áēy íðāáíðāðáúáíēy æææāú áíāó ñēāáòāò íðēíē-íàòú ñ ðāáóēyðíúíē ēíòāðāāēáíē á òā-áíēā āñāāí áíy. Íā çāáúāāēòā íēòú òēçē-āñēēíē òíðāæíáíēyíē, áúçúúāðpùēíē ííòí-íòāāēáíēā. Ñēíēúēí íóæíí ñíēē? 3 áðáííā ñíēē(1/2 -āēííē ēíæēē) íā ēāæāúā 8-10 ñç ñòāēáíā. Áúíēñēā ēç ēíēāē áíēòíðā íāāēòēíú Ōēðāēáííā Áàòíàíāōāēēāēā «Áú íā áíēúíú, ó āāñ æææāā». Ó ñíēē íííāí -òāāñíúò — ñēēúííāēñòāòúāā íàòóðāēúííā áíòēāēñòáíēííāíā ñòāāñòáí. Áā ííæíí ēñííēúçíāòú āēy íāēāā-áíēy íðēñòóííā āñòíú. Áē òñòóíāāò ēíāāēyòíðò, íí ííā íā íēāçúúāāò òíēñē-ííāí áíçāāēñòāēy. Óíēúēí íāðāā òáí, ēāē ēēāñòú ñíēú íā yçúē, íáyçāòāēú-íí íóæíí ñòðāññáíē. * Ñíēú íáíáòíāēíā āēy óāāēáíēy ēçáúòí-ííē ēēñēòú ēç áíóòðēēēáòí-ííē ñòāáú, íñíāáííí ēēáðíē íççāā. Áñēē áú íā òíò íē-ēāòú āāñ íí-āáííúíē íðáíðāòáíē! * Ñíēú ēðāēíā íáíáòíāēíā íí-ēáí āēy ííēæā-íēy òðíáíy ēēñēíòíñòē ē áúāāāáíēy ēēñēíòú ñ íí ēā--áíēē yííòēííāēúíúò ē áðāāēòēáíúò ðāñ-ñòðíēñòā. Yòðāēòēáíúē çáíāñòēòāēú ñíēē, ēē-ðēē, ēñííēúçóáòñy íðē ēā-áíēē ááíðāā ááíðāññēáíúíē ñíñòíyíēyíē. * Ñíēú āāñíēðòíí íáíáòíāēíā āēy ííāāāðæáíēy òðíáíāē ñāðíòííēíā ē íāēáòííēíā á íççāā. Ēí-āāā áíāā ē ñ áíēííēēñ-ēíòáíē, òāēēíē ēāē ððēíòíðáí ē òēðíçēí. Á òíðíóí āēāðāòēðíāáííí íðāáíēçíā ððēíòí-òáí íā ðāñòðā-ēāāāòñy çðy ē ííēííñòú āāēñòāēy. * Ñíēú, íí ííáíó ííáíēð, ēāðāāò āāæíòð ðíēú á íðíòēēāòēēē ē ēā-áíēē ðāēā. ðāēíáúā ēēāòēē áíyòñy ēēñēíðíāā; yòí á íáúáí òēðēóēēðòðúāē ēðíāē, ííííāāy áē áíāēðāòúñy áí āñāò -āñòāē òāēā, ēēñ ēíðíā ē áēòēáíúā, ēēē «ííðēāēðíāáííúā», ēí-íóííúā ñēñòáíò ē áē-òēáííñòú āā ēēāòíē, ñðāæāðpùēòñy ñ áíēāçíyíē. Ñíēú — ñáííā yóðāēòēáííā ñòāāñòáí ñòāāēēē-çāòēē ðēòíā

ñàìì ààèà ñíèù á ñí-àòàìèè ñ àíáíé ñííñíáñòáòáò ìíðíàèèçàòèè àààèáíèý. Ðàçóíááòñý, áñà çààè-ñèò ìò ìðííðòèé. Ìèçéíñíèáááý ñòáííáèòñý ðàçóèùòàòì ìáòáàòèè ààæ-íùò áíóòðèèèáòí-íùò ìèíáðáèíá, ìáòóðáèùíùò èííííáíóíá ìáí-èùáííé ñíèè, ááñíèðòí ìáíáò çàááðæèáàòùñý á èðíááííííé ñèñòáíá á òì èíèè-áñòáá, èí-òíðíá ìáíáòíáèí àèý ñòèíáèùííá ìáííèíá-íèý èðíááíííùò ñíñòáíá. Á ñá òáèíé ñòáíáíé, -òí ó -áèíááèá ñáùñèòñý èðíáýííá àáàèáíèá. Ìáèí èèè ááà ñòáèáíá áíáù è ìáííáí ñíèè — ìáñíèùèí èðè-ñòá ñèèùííá ñáðáòááè áíèá, à á èííá-íí èòíáá ñíèçýò èðíáýííá àáà-èáíèá è òñòðáíýò ìáùðéó. * Ñíèù èáðááò áàæíáèòòò ðíèù á ñíðíá ííé ìá ðáñòáòò, òí ááðáíòèðóáòá ñááá ñííèíéíùé ñíí. Ìá èèááèòá ñíèù ìá ýçùè, áñèè ìáðáá ýòè ìá áùíèèè áíáù. xáñòá èñííèùçí-á àè-áááòèèíá. Ìá ñííáááò ñááèáíñèðíáòù òðí-ááíù ñáòáðá á èðíáè è ñíèçèòù ñíòðááíñòù á èííóèèá ó óáò, èííò ìðèòíáèòñý ðáá ñ àèááòì. * Ñíèù èðáèíá ìáíáòíáèíá àèý ìðèçáíáñòáá àèá-ðíýèáèòè-áñíèíé ýíáðáèè áí áñáò èèáòèáò. Ìá èñííèùçóáòñý àèý ìá ìáðááíòèè èííðíáòèè ìáðáíùè èèáòèáè ìá áñáí ìðíòýæáíèè ñðíèá ñèòááù èèáòèè ìçáá — ñ ìíáíòá çà-àòèý áí ñíáðòè. ìðíòáññá ì-èùáíèý èááèèò ìò ñáòñòèíá ñèèçè è ìèðíòù, ñííááííí ìðè áñòá, ýíðèçáíá è èèñòíçííí òéáðíçá. Ñíèù èçíáíýáò òèçè-áñíè ñòóíé èá-ðáèù; áíáá òñèèèáááò áá ááèñòáèá. Ñíèù èðáèíá ìáíáòíáèíá àèý ì-èùáíèý áùòá-òáèùíùò ìóòáè è ìáçóò ìíñá. Ñíèù ìáíáò ñíòáííðíç òíæá ýáèýáòñý ðáçóèùòàòì ááòèòè-òá áíáù è ñíèè á ìðááíèçíá. Áíèáá 20 ìðíòáíóíá ñíèááùò ðáçáðáíá ìðááíèçíá òðáíè ìáèá ìðèíýòù ó-áñòèá á ñííòè-áñíèé ðááóéýòèè ñíááðæáíèý ñíèè á èðíáè. Ìíñèááñòáèý áù ìæáòá ìðááñòáèèòù ñáèè. * Ñíèù ìáíáò èñííùòáááò ìáòááòèò ñíèè, ìá ñáííí ááèá ýòí ìçíá-ááò, -òí áíó ìá òááòááò áíáù. Ñèðííúá æáèáçù ìùóùáòò ìá-òááòèò ñíèè è áùíç ìáíáòíáèíòò àèý ðáñùáíèáíèý ìèùè. Ìðèòíè èðíáè è ñèðííùí æáèáçáí òñèèèáááòñý, è èðíááííííúá ñíñòáù ìá-èíáò «ìðíòáèáòù», - ìáèáíèèááýñù ñá èíæáè ñíáíðíáèá, ùáè è òáè. * Ñíèù ñííáááò ìðááíòáðáòèòù ááðèèçííá ðáñ-ðèðáíèá ááí è ìáðáçíááíèá ñíñòáè ýèáíáíóíá. Ìáèíòíðúá èç ýòèò ýèáíáíóíá ìóæíù á ìè-òíæíùò èíèè-áñòááò. Ìáù-íáý ñòíèíááý ñíèù, èíòíðòò ñíèòáòò á ìááàçèíáò, èè ìðèçíáí ìáíèí èç áèááíùò áèíáíèèíá áíèáçíè Àèùòááèíáðá. Áñèè ìá òíá-èíáèá òéáçáíí, -òí á ñíñòáá ñíèè áòíáèò àèð-ìèíèé, ìé á èííè áèááñòáèáí ìááíñòá-òí-ííáí ñíòðááèáíèý ñíèè, ðáçóèùòàòì èíòíðíáí ñòáííáèòñý ñíèááèáíèá òáèèè ìí-ááíáí ìóçùðý. Èèèáèááòèý ìá ìðíáðáíù «Èá-áíèá áíáíé» ìðíñòá: 1. Áíñòáòí-íúé ìðèáí áíáù è ñíèè.2. Ðááóéýðíúá òèçè-áñíèèá òíðáæíáíèý.3. Ñááèáíñèðíáííá èçíèèðòòèò ìáíèí-áè ìáðáíá. È ñíæáèóéñòá, ìá çàòèèèèááèòáñù ìá òáíá òíèáñòáðèíá.4. Èñèèð-áíèá èíòáèíá è àèèíáíèý.5. Ìáá çáíá-ìèòáèéè ñáòáðá.