

## Referenten

Herr Dr. phil. in med. Sharo  
Derwesh,  
Facharzt für Innere  
Medizin/Kardiologie,  
Berlin

Herr Dr. Darius Dalmis,  
Praktischer Arzt,  
Berlin

Frau Dr. med. Gülistan Saribaş,  
Fachärztin für Frauenheilkunde und  
Geburtshilfe,  
Berlin



**Kurdischer Ärzteverein im  
Ausland e.V.**

**Komela Pizîşkên Kurd li  
dervayî Welat**

[info@kurdish-doctors.com](mailto:info@kurdish-doctors.com)

[www.kurdish-doctors.com](http://www.kurdish-doctors.com)

**Kurdischer Ärzteverein im  
Ausland e.V.**

**Komela Pizîşkên Kurd li  
dervayî Welat**



***Einladung***

**Veranstaltungsreihe**

**zur**

**Gesundheitsaufklärung**

**in Zusammenarbeit mit der**

**„Kurdischen Gemeinde“**

## **Feststellung und Behandlung von Bluthochdruck**

**Referent:** Dr. Sharo Darwesh  
**Datum:** Mittwoch 15.09.2010  
**Uhrzeit:** 17:00 Uhr  
**Ort:** Kurdisches Zentrum  
Dresdener Str.8  
10999 Berlin

Als Blutdruck (auch arterielle Hypertonie oder Hypertonus) wird der Druck in den Schlagadern (Arterien) des Körperkreislaufs bezeichnet. Bei jedem Herzschlag schwankt er zwischen einem Maximalwert (systolischer Wert) und einem Minimalwert (diastolischer Wert).

Bluthochdruck verursacht anfangs oft keine Beschwerden und bleibt zunächst meist unentdeckt. Die Folgen für die Gesundheit sind jedoch schwerwiegend.

Der dauerhaft zu hoher Blutdruck belastet das Herz, verengt die Gefäße, beschleunigt die Gefäßverkalkung (Arteriosklerose) und verschlechtert so die Organdurchblutung. Der Bluthochdruck ist somit führender Risikofaktor des Schlaganfalls und neben Diabetes (Zuckerkrankheit) Hauptursache von Erkrankungen des Herzens wie Herzinfarkt und Herzschwäche, von Nieren- und Augenerkrankungen. Erste Symptome bei Hypertonie können Kopfschmerzen, Herzklopfen, Nervosität und Schlafstörungen sein.

Wie stellt man Bluthochdruck fest?

Wie schützt man sich davor?

Wie behandelt man Bluthochdruck?

## **Die Entzündung von Magenschleimhaut durch Helicobacter pylori Feststellung, Vorbeugung und Therapie**

**Referent :** Dr. Darius Dalmis  
**Datum:** Mittwoch 27.10.2010  
**Uhrzeit:** 17:00 Uhr  
**Ort:** Kurdisches Zentrum  
Dresdener Str.8  
10999 Berlin

Der Helicobacter lebt im Magenschleim und auf den Schleimhautzellen des Magens. Der Helicobacter pylori kommt weltweit vor und es sind fast 50 % der Bevölkerung mit Helicobacter pylori infiziert.

Bis jetzt sind die genauen Infektionswege nicht bekannt.

Man findet bei 95 % der Patienten mit Zwölffingerdarmgeschwür (Ulcus duodeni) und bei 70 % der Patienten mit Magengeschwür (Ulcus ventriculi) diesen Keim. Außerdem wird durch diesen Keim die ständige Schädigung der Magenschleimhaut verursacht und somit auch mit der Entstehung einer Reihe anderer Erkrankungen in Zusammenhang gebracht.

Wie stellt man eine Ansteckung mit Helicobacter pylori fest?

Wie schützt man sich davor?

Wie behandelt man Magenschleimhautentzündungen durch Helicobacter pylori?

## **Gynäkologische Krebsfrüherkennung**

**Referentin:** Dr. med. Gülistan Saribas  
**Datum:** Mittwoch 1.12.2010 um  
**Uhrzeit:** 17:00 Uhr  
**Ort:** Kurdisches Zentrum  
Dresdener Str.8  
10999 Berlin

Bei allen Frauen ab einem Alter von **20 Jahren** sollten die gynäkologische Krebsfrüherkennung in Anspruch genommen werden. In diesem Alter dient die Untersuchung insbesondere dazu, Vorstufen von Gebärmutterhalskrebs zu erkennen.

Bei der Anwendung der Pille, der Spirale oder einer Hormontherapie ist eine sechsmonatliche Kontrollen zu empfehlen.

Bei Frauen ab dem **30.** Lebensjahr untersucht der Frauenarzt während der jährlichen Früherkennungs-Untersuchung zusätzlich die Brust und leitet die Frau zur Selbstuntersuchung der Brust an.

Alle Frauen ab dem Alter von **50 bis 69** Jahren können alle zwei Jahre eine routinemäßige Mammographie (Röntgenuntersuchung der Brust) im Rahmen der gynäkologischen Krebsfrüherkennung wahrnehmen, die von den Krankenkassen bezahlt wird. Diese Untersuchung hat das Ziel, bösartige Erkrankungen frühzeitig zu erkennen und behandeln zu lassen.

Was umfasst die Früherkennung? Wer übernimmt die Kosten?

Wie führe ich die Untersuchungen selbst durch? Wie oft?

Wer ist meine Ansprechpartnerin/mein Ansprechpartner?

نەخۆشى شىرپەنچە لە كۆنەندامى زاوژى ژاندا

Referentin: Dr. med. Gülistan Saribas  
Datum: Mittwoch 1.12.2010 um  
Uhrzeit: 17:00 Uhr  
Ort: Kurdisches Zentrum  
Dresdener Str.8  
10999 Berlin

زوناسىنەمەى نەخۆشى شىرپەنچە لە كۆنەندامى زاوژى ژاندا. هەموو ئەو ژانەى كە تەمەنيان لە ۲۰ سالى زياتره پيوسته به شيويهكى رينگ و دروست بچن بۇ زوناسىنەمەى نەخۆشى شىرپەنچە لە كۆنەندامى زاوژىدا.  
بۇ ئەم كەسانەى كە حەبى مەنع بەكاردەهينن يان چارەسەرى هۆرمۆنى يان مەنع لە رينگاي ترەهە ئەكەن وەك دانانى لەمەلب (شپيرال) پيوسته هەموو ۶ مانگ جارينك بچن بۇ كۆنترۆلەى كۆنەندامى زاوژى.  
بۇ ئەم ژانەى كە تەمەنيان لە ۳۰ سالى زياتره دكتورى ژان لە كاتى پشكنينى سالاندا و لە چوارچيوەى زوناسىنەمەى نەخۆشى شىرپەنچە لە كۆنەندامى زاوژى بۇ ئەوانەى تەمەنيان لە ۳۰ سالى زياتره مەمكەكانيشيان دەپشكنن و لە هەمان كاتيشدا فيزيان دەكەن كە چۆن خۆشيان بتوانن ئەم پشكنينانە ئەنجام بەن.  
بۇ ئەم ژانەى تەمەنيان لە ۵۰ - ۶۹ سالى هەموو دوسال جارينك پشكنينى نيشكيبان (ماموگرافى) بۇ دەكرينت لە چوارچيوەى زوناسىنەمەى نەخۆشى شىرپەنچە لە كۆنەندامى زاوژى، مەبەستيش لەمە تەنها خۆپاريزيبە يان زو پيزانينە بەمەبەستى چارەسەرى پيشوخت لەم نەخۆشى بە.  
- چى پيوسته بكرينت لە چوارچيوەى زوناسىنەمەى نەخۆشى شىرپەنچە لە كۆنەندامى زاوژى  
- چۆن ئەوانين ژان فيزىكەين ئەم پشكنينانە خويان بە دەستى خويان بەن.  
- كين ئەم كەسانەى كە نەخۆش دەتوانينت راويزيان لەگەل بكات.

نەخۆشى هەموكردى گەدە بە هۆى هئليكو بەكتەرەوه

Referent : Dr. Darius Dalmis  
Datum: Mittwoch 27.10.2010  
Uhrzeit: 17:00 Uhr  
Ort: Kurdisches Zentrum  
Dresdener Str.8  
10999 Berlin

ئەم بەكتريايە لە ناو خانەكەنى ديوارى گەدەدا جىى خۆى دەكاتەوه و دەژى لە هەموو جيهاندا نزيكەى ۵۰% ى خەلك هەلگرى ئەم بەكتريايەن، بەلام مەرج نيبە كە توشى ئەم جۆره نەخۆشى بە بين.  
لە ۹۵% ى ئەم كەسانەى قورحەى رىخۆلەيان هەيه ( رىخۆلەى داوانزەگرى ) وە لە ۷۰% ى ئەوانەى قورحەى گەديان هەيه لە ناو خانەكانى ئەم جۆره كەسانەدا بەكترياي هئليكو بەكتەر دۆزراوتەوه و ئەبينريت.  
بە هۆى ئەو زيانە زۆرانەى كە بە خانەكانى ديوارى گەدە و رىخۆلەى داوانزەگرى دەگەن بە هۆى ئەم بەكتريايەوه، چەندەها نەخۆشى تريت دروست دەبن.  
- چۆن ئەم بەكتريايە دەستيشان دەكرينت  
- چۆنەتى خۆپاريزى لىى.  
- چۆنەتى چارەسەرى ئەم نەخۆشيبە.

نەخۆشى بەكانى بەرزبونەوهى پەستانى خوين

Referent: Dr. Sharo Darwesh  
Datum: Mittwoch 15.09.2010  
Uhrzeit: 17:00 Uhr  
Ort: Kurdisches Zentrum  
Dresdener Str.8  
10999 Berlin

دەستيشانكردىن و چارەسەركردنى نەخۆشى بەكانى بەرزبونەوهى پەستانى خوين بەرزى پەستانى خوين مەبەست لىى بەرزى پەستانە لە بۆرپەخۆتبەرمەكاندا.  
لەسەرمتادا بەرزى پەستانى خوين بئ نيش و نازارە و هەر لەبەر ئەوەش لە سەرمتادا زۆر بەى نەخۆشەكان هەست بەم نەخۆشيبەى خويان ناكەن.  
پاش ماوهيەك و دواى گەشەسەندنى نەخۆشيبەكە، نەخۆش هەست بە سەرنيشە و دلەتەپە و تورەبى و بئى خەوى دەكەن.  
نەخۆشى بەرزى پەستانى خوين ئەگەر بە شيويهكى باش چارەسەرنەكرينت و ئاگادارى نەكرينت، ئەبیتە هۆى لاوازكردىن دل و دەرنەجامى جەلتەى دل و دەماخ و لاوازكردىن گورچيلە و چاوى ليدەكەوتنەوه.  
- چۆنەتى دەستيشانكردىن  
- چۆنەتى خۆپاريزى  
- چۆنەتى چارەسەركردنى

## **Feststellung und Behandlung von Bluthochdruck**

**Referent:** Dr. Sharo Darwesh  
**Datum:** Mittwoch 15.09.2010  
**Uhrzeit:** 17:00 Uhr  
**Ort:** Kurdisches Zentrum  
Dresdener Str.8  
10999 Berlin

Nexweşiya tansiyonê di destpêkê her çiqas nexweşiyeke bêzirar tê dîtîn jî, di demên pêşê de li ser bedena mirov zirar û bandorên wê gelek in.

Di dema dirêj de ji ber tansiyonê westîna dil, tengbûna damaran (ra) û kêmbûna xwînê ya di organên mirov de derdikeve holê.

Ji ber infaktên tansiyonê di serî de rê li ber nexweşiya şeker (diyabet), nexweşiyên dil, nexweşiyên gurçikan û nexweşiyên çavan vedike.

Nîşaneyên/sendromên wê yên destpêkê jî serêş, bi lez lêdana dil û xerabûna xewê ne.

Tansiyona bilind çawa dikare were tesbît kirin?

Rêbezên xweparastina ji tansiyona bilind çi ne?

Tedawiya tansiyonê çawa ye?

## **Die Entzündung von Magenschleimhaut durch Helicobacter pylori Feststellung, Vorbeugung und Therapie**

**Referent :** Dr. Darius Dalmis  
**Datum:** Mittwoch 27.10.2010  
**Uhrzeit:** 17:00 Uhr  
**Ort:** Kurdisches Zentrum  
Dresdener Str.8  
10999 Berlin

Bakteriya bi navê Helicobacte di hundirê mîdeya mirovan de û li ser epîtelê (batanê mîdeyê) bicîh dibe. Hema di mîdeya ji sedî 50'ên mirovan de heye. Sedema bicîhbûna vê baktariyê ya di mîdeya mirovan de kes nayê zanîn. Ev baktarî ji sedî 95'ên kesên bi wan re heye rê li ber ulser (urkolî) rovîya 12 (duodenum) tîliyan vedike. Her wiha ji sedî 70'ê jî bi nexweşiya Ulsera (urkolî) mîdeyê dikevin.

Newxeşiya ji ber bakteriya Helicobacte

pylori çawa tên tesbît kirin?

Rêbazên xweparastina ji vê yekê çi ne?

Tedawiyê wê çawa tê kirin?

## **Gynäkologische Krebsfrüherkennung**

**Referentin:** Dr. med. Gülistan Saribaş  
**Datum:** Mittwoch 1.12.2010 um  
**Uhrzeit:** 17:00 Uhr  
**Ort:** Kurdisches Zentrum  
Dresdener Str.8  
10999 Berlin

Pêwiste jinên temenê wan di ser 20'an re muayeneya kansêr (Pençeşêr) a nexweşiyên jinan bibin. Di wan salan de tesbît kirina pençeşêr a malzarokê mumkun e. Dê feyde hebe ku jinên temenên wan di ser 30 salî re li cem pizîjkê jinan (jinekolog) kontrola pençeşêr a memikan bibin. Jinên temenê wan di navbera 50-69'an de dikarin bi rêya Mammographie ya du salan carekê pêk were kontrolê xwe pêk bînin. Mammographie di tesbît kirina destpêka nexweşiyên xeter de rêbazeke misoger e. Masrefên Mammographie yê ji aliyê sîgorteyên tenduristiyê ve tê dayin.

Teşhîsta zû da nexweşiyê tê çî wateyê û armanca wê çî ye?

Lêçûnên kontrol û tedawiyê ji aliyê kê ve tên pêşwazî kirin?

Nexweş bi xwe çawa dikare xwe muayene bike?

Demên kontrolê çawa ne?

Mûxatabê nexweş ki ye?