

بۇ تۆكە ئازمايش دەدەيت

وہک نہخوشیک ئەتۆ گەلپک جار ناچار دەبیت ئازمايش بدەيت، بۇ نموونە وەک ئازمايشی خوین یاخود ئازمايشی تیشوو. ئازمايش ھەر وەھا لە کاتی کۆنترۆلی تەندروستییدا کە لاندستینگیت دەیکات، وەردەگیریت. ئەم ئازمايشانە بە نەريت لە شویتیک کە پیتی دەگوتیت بیۆبانک ھەلدەگیرین. بیۆبانک کۆئازمايشیکە – ئازمايشی خوین، ئازمايشی خانە (سیل) یاخود ئازمايشی تیشوو دیکە – کە لە بنکە تەندروستی وەردەگیرین و زیاتر لە دوو مانگ ھەلدەگیرین و کە دەتواندیریت بیریئەو وە سەر یەک مرۆفی دیار.

لە بەر ئەو یە کە دەبیت ئازمايش ھە لڭگیرین

گرنگە کە ئازمايشەکانی تۆ ھەلڭگیرین بۇ ئەو یە ئیمە بتوانین کە

- تەماشای ئازمايشەکە تۆ بکەینەو بۇ نموونە ئەگەر چارەسەر کردنیک نەگەیبیتە ئامانج
- سەرەنجامگیریکە کی (دیاگنۆسیکی) دلنیاتر بکە لەو ریگایەو کە ئازمايشیکە نوئ لەگەل ئازمايشیکە پارێزوادا بەراورد بکەیت.
- ئازمايشە کە بنترین بۆ لای پسرۆیک بۆ ھەلسەنگاندن
- نہخوشی پەتا دیاری بکەین و ریگایان لی بگرین
- میتۆدگەل و رۆتینگەلی خۆمان کۆنترۆل بکەین و پیش بخەین
- کارکەرانی خۆمان پەرورەدە بکەین
- توئیزینەو یە دەرمانەوانی بکەین تا باشتەر بتوانین نہخوشی چارە بکەین و ریگایان لی بگرین

ئاوا زانیاری کە سی و ئازمايشەکانی ئە تۆ دە پارێزین

کاتیک کە ئازمايشیک وەردەگیریت ئەو زانیاریانە کە تیبینی دەکردین لە تۆمارگە یەکی تایبەتییدا ھەلدەگیرین. کەسیکی ناسەرەوئ ناتوانیت ببینیت کە چ نہخوشیک ئازمايشی جیھتتو.

ئازمايشەکانی بیۆبانک قەدەخە بە مەبەستی قازانجکردن بدین بە دەستی دەروە چونکە مامەلە بە ئازمايشی مرۆفەو قەدەخە یە.

توئیزینەو

ھەندیک ئازمايش دەشیت فرە بە نرخ بن لە توئیزینەو یە دەرمانەوانییدا. ھەموو پرۆژە توئیزینەو کان کە دەستیان پین دەکردیت دەبیت لەلای دامپکەو بۆ رەووشتی توئیزینەو مۆر بکردین کە ھەلدەسەنگینیت ئاخۆ ئەو پرۆژە یە بۆ تیمارسازی گرنگە و کە ئایا دەکردیت ئەو توئیزینەو یە پیاو بکردیت بۆ ئەو یە کە سەرورەیی ئەو کەسی نہخوشە بخریتە مەترسییەو یان نا.

ئە تۆ خۆت بریار دەدەیت

وہک نہخوش ئەتۆ بۆت ھە یە ھەلۆیست وەرگریت سەبارت بەو یە کە ئازمايشەکانت چۆن بەکار ببردین. یاسای بیۆبانک دەلپت کە ئەتۆ دەبیت ئاگادار بکردیت و رازیبوونی خۆت بدەیت کە ئازمايشەکانت ھەلڭگیرین و کە بۆ چیش بەکار بربین. ئەگەر ئەتۆ پەسەندت کرد کە ئازمايشەکانت ھەلڭگیرین ئەوا مافت ھە یە کە ھەر کاتیک بتەوئت کە لە رای خۆت پەشیمان بیتەو.

تەنھا شتیک کە ناتوانریت لینی پەشیمان بیریئەو ئەو بریارە یە کە ئازمايشیک ھەل نەگیریت.

لە دەمی ئازمايش وەرگرتنە کەدا پرسارت سەبارت بە رازیبوونت لی دەکردیت. ئەگەر ئەتۆ نادلنیایت و دەتەوئت بیری لە بریارە کەت بکەیتەو ئیمە وا بەباشی دەزانین کە تۆ ئازمايشە کەت چی بەلپت تا کاتی خۆی دپت. ئەتۆ پاشان دەتوانیت رازیبوونت بگۆریت لە ریگای ناردنی نا-کارتیک – ھەو کە لە کاتی سەردانە کەتدا دەتدریت.

زانیاری زیدەتر

ئەگەر زانیاری زیدەتر دەوئت ئەوا دەتوانیت لە پزیشکەکی خۆت پرسیت.