



مسئولیت متن و شکل بدوش نویسنده مضمون میباشد، عقیده نویسنده لزوماً نظر افغان جرمن آنلاين نمی باشد



۲۰۲۶/۰۷/۲۶

ډاکټر ش میره کی

د چرسو څکول او پر انسان باندې یې بدې اغیزې

گرانو دوستانو! نن دې چرسو او دې بعضو هیوادوالو په خبرو دې ملنګې د بوټي په باره کې یو سی معلومات درته برابر کړی ده ، هیله ده څه خوښ مو شي ، او د دې خراب بوټي له زیانو څخه هم خبر شئ ، او دا ستاسو او دا لیکنه .

د چرس څکول او پر انسان یې بدې اغیزې

پر ذهن باندې بدې اغیزې

د انسان په ادراک ، رنگ او غږ کې تغیرات ، د انسان پر ذهن بدې اغیزې ، د انسان اشتها زیاتوی په سترګو کې سوروالی راولي ، گنسوالی او نه پام خپل چاپیریال ته ، د زړه زربان زیات وي او په څنګ کې اندېښنه را منځ ته کیدل ، انسان ته تنده پیدا کیدل ، د خولې وچیدل او د خولې په کونجو کې قف پیدا کیدل دي

د انسان حافظه ته لنډ او اوږد مهاله زیانونه

د لنډ وخت لپاره زیان :

باید پوه شو څه انسان ته د چرسو څکول او یا یې خورل په کوم مقدار زیان رسوي .
یعنې د انسان جسمي وضعیت او روغتيايي حالت کې دغه بدلونونه راولي ، په وزن کې ، د انسان په خلق او خوی کې ، د انسان صبر او حوصله کې یعنې دې چرس په مقدار کې توپیر لری .
د چرسو د څکولو نه څو دقیقې وروسته یې تاثیر را بر سره کیږي او تاثیر له ۲ نه تر ۴ ساعتو پورې دوام لری

کلڅه چرس خورل کیږي او په معده کې په کراره هضم کیږي ، نو په دې لحاظ اثرات یې هم اوږد مهاله دي ، معمولاً بعد له مصرف څخه یې انسان دې آرامی او راحتی احساس کوي ، او په دغه وخت کې د درک او احساس حس یې لږ څه زیات کیږي ، رنگونه ورته واضح او روښان ښکاريږي ، غږونه داسې اوری لکه څه له لیرې ځای څوک ورسره غږیږي .

په هر حال په ادراک او حسي ادراک کې توپیر راځي په خصوص په لیدلو او اوریدلو کې تغیرات راځي ، اشتها یې زیات کیږي مخصوصاً خواړو خورو ته .

بیا هم دې لنډ وخت زیانونه څخه دا دي

د سترګو سوروالی ، لکه څه خوب په راغلی وي ، د زړه ضربانو زیاتیدل ، د خولې او ستونی وچوالی ، د سترګو د نینګ لویوالي ، په موقت شکل په حافظه او فکري تمرکز کې نا انډول کیدل ، توپیر په وخت او زمان کې ، اندېښنه پیداکیدل ، ژور خپګان ، هیجان ، ډیر تحریک کیدل ، بد خلق کیدل ، بی قراري ، ډیرې خبرې کول ، بی

د پاڼو شمېره: له 1 تر 2

افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له موږ سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de

یادونه: دلیکنې د لیکنیزې بڼې پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هیله من یو خپله لیکنه له رالیرلو مخکې په خبر و لولئ

ځايه خنډيدل ، بي احساس كيدل ، تغير دي شكل د ځاي او وخت ، تغير د تگ په وخت كي يعني غير نورمال شكل تگ ، داريدل بالخصوص لږ زيات مصرف كيدلو كي.

معمولي دوز (مقدار يي) د چرسو يعني مقدار يي موټر چلول يعني دريوري ته خطر پيښ وي ، له همدې لپاره هغه موټر چلونكي څه چرس و هي هغو ته موټر چلول ډير خطرناكه او دي انسانانو په ژوند لوبه كول دي.

اوږد اثرات او زيان يي په بدن كي:

علمي څيړونو بنودلي ده څه د چرسو مصرف كول په ځوانانو او لويانو كي مختلف اثرات راولي ، دي مثال په توگه دا لاندې اثرات.

له لاس وركولو د انگيزې او علاقې ، خطر رسول حافظه او فكري تمرکز ته ، دي موټر چلولو نه وړتيا ، ښكته راتلل د بدن دفاعي ځواك دي ميكروبي ناروغيو په برابر كي ، خپل ځان هيږول ، په بدن كي انرژي له لاسه وركول ، هغه كسان څه تل له دغه خراب بوټي څخه څه استفاده كوي تل په خطر دي مزنو ناروغيو لكه برانشيت ، د سږو سرطان ، جنسي كمزورتيا او نور مختلف دي سږو ناروغيو په مقابل كي زر مخامخ كيږي.

د چرسو سگريت او يا چلم څكول ډير گواښ تنفسي جهاز ته پيښوي ، ځكه د چرسو دود دوه ځلي زيات او دوه ځلي قوي له عادي سگريتو څخه ده . نو له همدې كبله د چرسو په دود كي د سرطان د عامل مواد ډير ځلي نظر له عادي سگريتو څخه شته.

علمي مطالعاتو او څيړونو بنودلي ده ، هغه مورگاني څه دي ميندواړي په وخت كي چرس او يا ماري جونا و هي ، واقعا ماشوم د مور په نس او پس له پيدا كيدو له ډيرو بدو خطرو سره مخامخ كيږي ، دي مثال په توگه ماشوم په صحيح توگه رشد نه كوي ، بعد له پيدا كيدو يي مغزي او فكري رشد هم نه كوي او واقعا يو مظلوم ماشوم نړۍ ته راځي ، او دي ټولني بار كيږي ، نو په دي لحاظ له ټولو هيوادوالو څخه هيله كوم څه له دي مردار بوټي څخه استفاده ونكړي ، ځكه په اسلام كي هم نا روا ء ده او روغتيا ته هم مضر ده ، يو عاميانه منل لرو څه وايي چرسې سړي نه سړي ، نو ستاسو بايد تل خپل روغتيا ته مو پام وكړي.

