



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



۲۰۲۶/۰۶/۱۲

ډاکټر ش میره کی

د اوبنکو گټې او د هغو ترکیب

گرانو دوستانو ! لاندې په زړه پورې مطلب هم یو ځلې ولولئ:

د اوبنکو گټې او د هغې ترکیب :

اوبنکې یو مایع ده چې په دوامداره توګه د اوبنکو د غدو (Lacrimal) څخه جوړیږي او د ساتنې، رطوبت او تغذیه رول لري. اوبنکې چې د ژړا یا خوښې په وخت کې رامنځته کیږي د قوي احساساتو سره تړاو لري لکه غم، خوښې، جوش، حیرانتیا او خوښې. خندا او ژړل هم د اوبنکو لامل ګرځي.

د ژړا اوبنکو تویولو گټې :

د بدن د زهري موادو د له منځه وړلو لپاره د ژړا گټې
ژړا د خلکو د ذهنونو او احساساتو د پاکولو سربیره، زهرونه هم پاکوي. د فشار له امله تولید شوي اوبنکې د بدن سره د کورټیزول زیاتیدونکي کیمیاوي موادو څخه ځان خلاصولو کې مرسته کوي. دا باید یادونه وشي چې په احساساتي ژړا کې ډیری کیمیاوي مواد پرولیکتین پروتین او ادرینوکورټیکوسټرایډ هارمون لري چې درد کموي. ژړل لکه ادرار او خولې له بدن څخه زهري مواد او فاضله مواد لرې کوي د بنځو په اوبنکو کې داسې کیمیاوي مواد شامل دي چې د نارینه وو د یرغل مخه نیسي.
اوبنکې چې د Lacrimal غده لخوا تولیدیږي سترګې خلاصوي. کله چې د سترګو غشا ډیهایډریټ (وچې شي، د لید کیفیت به ټیټ شي، نو اوبنکې د سترګو سطحه مینځل کیږي او د دې غشا د اوبو له لاسه ورکولو مخه نیسي.

د فشار کمولو لپاره د ژړا گټې :

اوبنکې کولی شي د هرډول د ژور خپګان ضد درملو په پرتله مزاج ښه کوي. د څیړنو له مخې، ژړل د خلکو روح او مزاج ته سکون ورکوي. هغه خلک چې د Stress (اضطراب) او مزاج اختلالات لري ممکن ژړا لږ مثبت اغیزې تجربه کړي وي .

د پوستکي لپاره د ژړا گټې :

د بدن د زهري موادو د لرې کولو او د فشار د کمولو لپاره د ژړا له گټو وروسته، په اسانې پوهېدلای شو چې د زړښت دوه مهم لاملونه او د پوستکي د ښکلا له لاسه ورکول به په مناسبه ژړا سره حل شي او پوستکي به په طبیعي ډول ښکلی شي.

د پاڼو شمیره: له 1 تر 2

افغان جرمن آنلاين په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له مور 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 رالیږلو مخکې په څیر و لولئ

د اوبسکو ترکیب:

د اوبسکو مایع ترکیب له اوبو ، میوسین، غور، لازوزوم، لیکتوفیرین، لپوکلین، امونوگلوبولین، گلوکوز، سوډیم کلوراید، پوتاشیم کلوراید، انټی اکسیدنټ، ځینی ویتامینونه لري.



د پاڼو شمیره: له 2 تر 2

افغان جرمن آنلاین په درنښت تاسو همکارۍ ته رابولي. په دغه پته له مور سره اړیکه ټینګه کړئ maqalat@afghan-german.de
یادونه: دلپکنی د لیکنیزې بنې پازوالي د لیکوال په غاړه ده ، هيله من یو خپله لیکنه له رالیږلو مخکې په څیر و لولئ