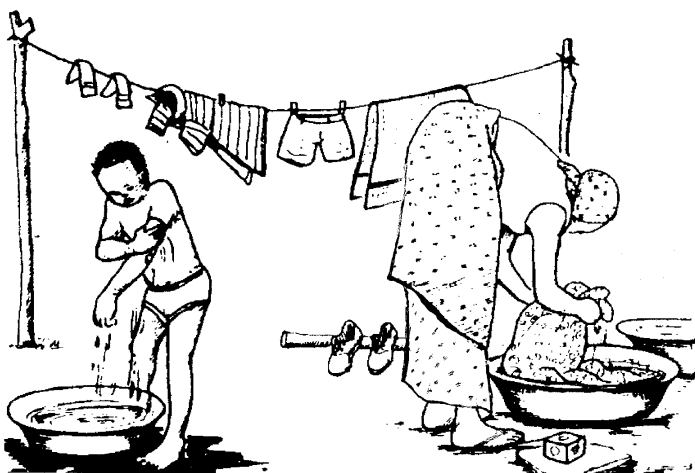


Gəan məni rugo gəjân
də nga ?



Gəan mənı ruɡo ɡəjân də nɡa ?

Mıgəw nɡə yatay kakadə yuu :

Adam Worso Madoumi
Margareta Karlsson
Dr Mary White-Kaba

Association SIL
B.P. 4214
N'Djamena
Tchad
2014

Titre en français : Comment rester en bonne santé ?

En langue : yedəna

Parlée dans : la Région du Lac

Genre : Santé

Sources :

Dr. David Werner : «*Là où il n'y a pas de docteur*»

Dr. Mary Vanderkooi : «*Village Medical Manual*»

L'hôpital de Bol : Mahamat Daouda

GTZ/PAOST à Bol : Dr. Alassane Sall

Louise McKone : «*Habar Yedənamī*»

Dr. Michaela Ziegert et Emma Vilhelmsson (infirmière et sage-femme) ont donné des conseils pour la deuxième édition.

Dr. Dogo Yabana, actuel médecin chef à l'hôpital de Bol, autorise la publication de ce livre.

Deuxième édition : 100 exemplaires

© 2009, 2014 Association SIL

Gəan məni rugo gəjân də nga ?

Mənnə niyari kəte ace : « Nəngadə ngəla gə ləman ngaco. »
Nəngadə ngəla gə âpi co. Gərə gəan məni rugo gəjân də nga ?

Iləmû ngə dotoray kəne yata yuu nəkəmu amû dî ngə nəan də lûgu dondi go nəkəmu dî ngə kajuwa nəcih lûgu ngwə, gəan rugo lûgu nəta kələfea go, hal ngə gəwagəhi kajuwa go. Habar hə kajuwa ngə akul a ngun də kakadə yuu nəkəmu agû hal ngə na yu maay fadaw agû co gəjânnaw rə nga.

Kakadə yuu hərə daba nəkiegû dî ngə nəan də lûgu dondi. Gərə yəcəgû dî kəte, kajuwa na muh ngə gəwagəhi. Kajuwa dâbu akul a ngun də dunia, gərə kakadə amû yuu naka mənnə hə kajuwa ngə saha bico akul a lartə amû. Yacul a gə rə kajuwa ngə nəan də gə yəngənaay bâri. Kajuwa benco gəkəy hal an a həndu :

- Kajuwa gəkəynə rə kihimi
- Gəan məni rugo gəani gə kajuwa
- Kajuwa nəcih lûgu rə kihimi
- Kajuwa gəkərə rə kihimi

Kakadə yuu kəy rə nəkəmu agû hal kihimi gəanhi dawa yu hal âbi ngə nəan də lûgu dondi. Nəkəmu agû hada âbi ngə dân muh nəaru kajuwa.

1. Məni nəaru kajuwa ?

Kâgu co migəw yəhən dî ngə nəaru kajuwa ja. Kəladu ngə gəhənnə ja gəga gəfi gəan ja !

Iləmû ngə dotoray aji donoa benco, dawa adan nəaru nəngadə gə ngə wanə. Aidə ga kullay hə kasiba ai mikəroskop naji donoa gə ngə dində. Mikəroskop go, dî ngə yəlâgu a lay kî yu cûlulu yu koray kəlmay yu kəlî co, dotor ngə nəcalay. Lûgu ngə naal gə dotor ngwə, nəlâgunə a lay ngwə, dotor nəamu kajuwa anə. Dotor ngə nəan kasiba yuu nəga nəamu kuli hə kajuwa ngənanı ngə akul a hù hə lûgu ngə wanə yəl ngəra ngwə, nəga nəamunə ja.

A ngun də mikəroskop dotor nəamu a lay kuli hə kajuwa dâbu, kuli hə kajuwa ngənaay nini aroa ngə akul a hù hə lûgu.

Kuli hə kajuwa hə lûgu yuu ngənaay rə jəw ga njəgə kəte ngə akul a gə rə cù rə hâju gudo, kuli hə kajuwa dəbu dâbu ngə nəkələgəanhi.

Mikərob dân dî kihimi ?

Mikərob dân kuli hə kajuwa ngə nəjân a hù hə lûgu, gərə mikərob dədan njili ngəde ngəde ga ci həan go ngəla, ci həan go nəunə lûgu kajuwa. Mikərob njili ngəla ngə yədugwaldə yini kəlî ngwə, nətâl yini nəhənay ngwə, nəan də yini yuu kələbu.

Mikərob dân kuli ngənaay aroa. Hərə dân aroa ro, nəhəm kəmbu rugo nəjân. Mikərob ngə nəan də lûgu dondi nəhəm hù hə lûgu go nəhii kî hə lûgu go rugo nəjân də aroa.

Kuli hə kajuwa yuu ngənaay rə jəw ga kuli kəte wəlla kihi ro nəan də lûgu dondi ja, gərə aji ngə kuli yuu nawuy rəgə naji dâbu a hù hə lûgu ngwə, nəji kəladu ga nəan də lûgu dondi.

Kuli hæ kajuwa nəjân a hî ?

Kuli hæ kajuwa akul a ndara co, gære ngu kanju dân ngə kuli yuu nəjân a lay rə dâbu. Nəjân a ngun də nungu yu koray ngə ləman yu migəw go, nəjân a ngun də cûlulu yu âgəm go. Kuli hæ kajuwa yuu nəkələgəhi kuli jammay yu kargəay rugo nəjân. Kuli hæ kajuwa ci hæan go akul a ngun də amay fina ga nəwuy a lay. Kuli hæ kajuwa ci hæan go nəlû a ngun də âhi yu bəbər. Ci hæan go nəjân a ngun də hù hæ lûgu. Kuli hæ kajuwa yuu nəjân a gə rə kəri rə cûrugu yu njəgə co, gære nəamunəhi a yəl ngəra ja.

Kuli hæ kajuwa dâbu hæan akul a gə rə lu co. Məndo ro ngə kuli hæ kajuwa yuu nəjân a ngun də lu ? Hərə âpi co akul a gə rə lu, ai bədə âbi yu nungu yu koray yu cûlulu yu kuli yu ləman yu dî ngə namatə co. Kuli hæ kajuwa akul a gə rə lu ngaco. Cû rə lûgu yu kəbal saha bico nətəmagə lu ga kuli hæ kajuwa nəjân a gə rə.

Kuli hæ kajuwa nəyel hù hæ lûgu rə kihimi ?

Kuli hæ kajuwa ngə nəhii kî yu nəhəm hù hæ lûgu yuu aan âpi gudo nəyel hù hæ lûgu muh. Cûrugu hæ lûgu ndara rəan co cujia ga nəyel a lay :

- Aji ngə məhəmnaw kəmbu yu məhiinaw amay ngwə, nəyel a ngun də gay amû.
- Nəyel a ngun də cənay (gəan cudə ngwə, nəkiegəan).
- Nəyel cûrugu a ngun də tînu wəlla ngərə dî nabiyu.
- Nəyel a ngun də yəl (gatəmagə ngun də yəl a yimay ngwə, nəkiegə yimay).
- Nəyel a cuji hæ fəlay (ai kajuwa ngə hugway yu ngərəm yəunə mādəgay).

Kuli hæ kajuwa nayel hù hæ lûgu ngwə, nəan a lay mənî ?

Kuli hæ kajuwa benco ngu ci ngə aligəan a ngun də hù hæ lûgu ga nəjân a lay ngwə, nəhəm hù hæ lûgu yu nəwuy a lay.

Aidə ga kuli hæ kajuwa hæ tulay yu hæ bogə âbi nəjân a ngun də kərgəbu. Kuli hæ ngun yu kuli hæ kolera nəjân a ngun də anday. Kuli hæ kange (pali) nəjân a ngun də kî muh. Kuli ci hæan nətâl yəl ngwə, nəji awal.

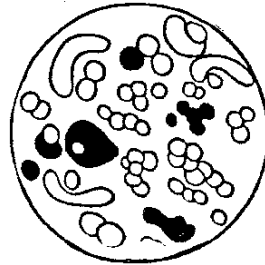
Kuli ci hæan nəjân a ngun də tînu ngwə, nətâl tînu kugu. Kugu hæ tînu yuu kuli hæ kajuwa dəbu dâbu ngə namatə a lay, gərə kuli benco ngəna rə jəw ga lûgu nəga nəamunə a yəl ngərə ja.

Aji ngə kuli hæ kajuwa yuu nəji dâbu a hù hæ lûgu ngwə, nəan də lûgu dondi.

Hù hæ lûgu nəan mənî rugo nəani gə kuli hæ kajuwa ?

Hù hæ lûgu dân muh cigəan gudo nəga nəani gə kuli hæ kajuwa. Ga yuu ro ngə lûgu nəji dondi jurù ja. Migəw yaji dondi gudo dâbu hæadan yəkərə bala anhinî dawa.

Ngun də kî hæ lûgu ngaji kəme hæ kî (*globule rouge*) akul a lay ga nəan də kî kəme. Ngaji bul hæ kî (*globule blanc*) co akul a lay. Ngaji bul hæ kî dân muh akul rə hâkər hæ hù hæ lûgu ga nəkəle kuli hæ kajuwa ngwə, nəhəm kuli hæ kajuwa ngə nayel hù hæ lûgu yuu. Karama yuu nakəmu tolo kəte hæ kî ngə yaamunə a ngun də kasiba ga dî ciləm ngə akul a lay yuu dân muh kuli hæ kajuwa.



Ngaji hæ kî bul yuu dân muh nəwagə lûgu kajuwa ngəde ngəde dâbu. Ngaji hæ kî bul yuu dân akul rə hâkər ga nəwagə kəladu. Nəwagə kuli hæ kajuwa yelnî hù hæ lûgu ja, gərə kuli hæ

kajuwa ngə nayel hù yuu nəwagəan fajinî a ngun də hù hə lûgu.

Lûgu afəgən ngwə, dân muh ngə nəji donoa ngwə, nəani gə kuli hə kajuwa. Hərə yuu ro ngə lûgu dəmu nəani gə kajuwa gə wuli ngəna. Kuli hə kajuwa akul a hù an gudo, nəjân də nga kəngal.

Kuli hə kajuwa nəcar a hù hə lûgu rə kihimi ?

Lûgu nga gudo acal kuli hə kajuwa a ngun də hù an go kəri rə cûrugu an go. Gərə lûgu dondi dân ngə acal kuli hə kajuwa rə dâbu a hù an. Kuli hə kajuwa ngə lûgu acal nayel hù hə lûgu ngəde (ai maay fadaw wəlla habi anəay wəlla mâhi anəay).

Lûgu nəkahagə lûgu ngəde kuli hə kajuwa rə kihimi ? Kuli hə kajuwa nəcar a :

- ngun də nungu
- ngun də koray
- ngun də cûlulu yu âgəm
- ngun də fonî bogə yu halnî wotisa
- ngun də kî
- kəri rə cûrugu (ai kolera)
- ngun də amay ngə nacar a ngun də fəlay hə ngərəm yu hugway.

Kuli hə kajuwa yuu nacar a hù hə lûgu ngwə, ci həan nəyel hù hə lûgu a ngu muh (ai kajuwa hə fəlay), ci həan nəyel a ngun də cudə (ai tulay), ci həan nəkiegə yimay ngwə nəyel gay wəlla yəl (ai kajuwa hə ngun yu kajuwa hə yəl), kuli hə kajuwa ci həan kargə wəlla kuli wəlla dî ngəde gudo nəjûgu a ngərə lûgu dondi ngwə, nual nəkahagə lûgu nga.

Kuli hæ kajuwa gæani gæan dæ kihimi ?

Kuli hæ kajuwa kæladu ræ jæw, gære lûgu ngæ ahønnæ ngwæ, næga næani gæan a yelnî hù an wælla næwagæan fajinî a ngun dæ hù an.

Amu dî kâkænæ yuu ngæ næwagæ agû kuli hæ kajuwa :

1. An dæ hù agû donoa rægæ næani gæ kuli hæ kajuwa (hæm kæmbu ngæla, jay gæan cudæ a ngu kæte, halhi billaram).
2. Hæla kuli hæ kajuwa (ræ sabun wælla yæraw wælla amay âwa wælla amay hæ javel).
3. Wagæ kuli hæ kajuwa fajinî :
 - Ani gæ kuli hæ kajuwa ngæ lûgu ngæde acal : Tækâli bædæ âbi yu nungu a cobay ræ fadaw, wagæ læman yelnî fadaw, ngæ gætæmagæ cù yu kæbal yu lu rugo gætæmagæ gay agû wælla yæl agû ja, saha bico gæhæm kæmbu ngwæ, gæbenu yimay agû ræ sabun.
 - Wagæ kuli hæ kajuwa agû kahagænî lûgu ngæde : La wulæm hæ nungu, tækâli bædæ âbi yu amay kanju a cobay ræ fadaw, ngæ gækoh cûlulu wælla gæfu cænay a gæ ræ lu ja, aji ngæ gæfo bogæ wælla gæhal wotisi ngwæ, gæcagæri gay agû yimay wælla jine rægæ gæbenu yimay agû ræ sabun a ngu muh.



Lûgu ngæ naan dî yuu gudo, saha ci ngwæ næji dondi. Gære naji dondi gudo saha bico næjûgu dawa ja. Ai ngæ maamunænaw yuu ga hù amû acal hâkær ga hù amû dân muh ngæ næwagæ amû kajuwa ci wælla nækæræ kajuwa ci hæan. Gære aji ngæ gæjûgu dawa ngwæ, gæjûgu dawa hæ kajuwa hæan muh. Gæjûgu dawa yuu ræ kalkal ai ngæ dotor nacegû. Mænna yuu ngaco

yaka a ngun də kakadə yuu a fudo 123-126 ngə naka mənna hə tənənî dawa rə kalkal.

Kajuwa ngə acal kuli hə kajuwa ja

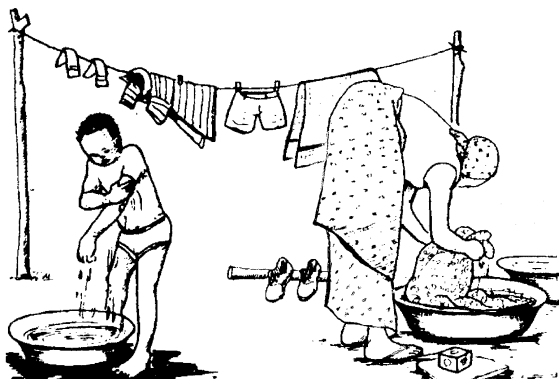
Kajuwa dâbu həan ngə kuli hə kajuwa nəunə lûgu, gərə dî ngədə bala kuli hə kajuwa co nəan də lûgu dondi. Ku rəagû afogə ngwə, wanəge kange ngə nacihgû, gərə dî ngədə co nətâl ku nəfogə ai lûgu nakuragə wəlla nalû a gə rə yəraw wəlla nahii amay dâbu ja wəlla nahii mbal wəlla kwoya wəlla bongə wəlla dî ci nahalhi ku rəan. Fudo 119-123 naka hal âbi ngə nəan də lûgu dondi gərə nəga nəani gəan.

Kajuwa ci həan lûgu muh ngə nəunə lûgu ja, gərə lûgu dân muh ngə nəaru a ngun də warada a ngərə migəw anə jamma y ngwə, nəwuyhi rə. Kajuwa hə tînu kare (kanser) yu kajuwa ngə nəfo gabu yu kajuwa hə sîgur, kajuwa yuu ngaco kuli hə kajuwa ngə nəunə lûgu ja, gərə hal amû wəlla ngərə gəjân a lay ngə nəunə lûgu kajuwa yuu. Mənna hə kajuwa ngə yaka a fudo yuu, iləmû ngə kəne dotoray yata yəga yəamu hal ngə nəan də ngolgo. Kajuwa ci həan (ai kajuwa hə sîgur) saha bico lûgu nəjûgu dawa rugo nəjân də nga.

2. Wagəhinî kajuwa dân ngə ngəla gə annî dawa !

Jânnî rə kaliyaw dân ngə nəwagə agû kuli hə kajuwa

Ai ngə gaamunə yuu ga kuli hə kajuwa akul a ndara co. Gərə gəcəlbû gəwagəhi kuli hə kajuwa ngwə, gəan âpi gudo gəhəla wəlla gəâri cobay rəagû. Jânnî rə kaliyaw dân dî ben ngəla həan ngə nəcalaygû a cobay rə kuli hə kajuwa.



Calay hù agû rə kaliyaw !

Gəhən də sabun dân nəga nəhəla kuli hə kajuwa à ? Sabun ngə akul yuu ngaco nəga nəhəla kuli hə kajuwa ci həan.

Gərə yimay agû muh benu rə jəw. Məndo ro ? Hərə yimay nətəmagə dî ngəde ngəde dābu ga nəjûgu kuli hə kajuwa a ndara co. Saha bico gəbenu yimay agû rə sabun :

- Kamən ngə gətəkaw way ro ngə gəbenu yimay agû rə sabun.
- Kamən ngə gəhəm way ro ngə gəbenu yimay agû rə sabun.

- Gaal gau a ngâbædi wælla dæli ngwæ, gæbenu yimay agû ræ sabun.
- Gaunæ migæw yimay ngwæ, gæbenu yimay agû ræ sabun.
- Gaal gau a kahagu wælla cuwi wælla cabæno ngwæ, gæbenu yimay agû ræ sabun.

Yimay agû gæbenu ræ kihimi ? Ai ngæ akul a ngun dæ karama yuu ga ngæ gæbenunaw yimay agûay a kælaw kæte ja, gære nduco næbenu yimay hæan dæ ci gæan ci gæan. Aji ngæ migæw dâbu yabenu yimay adan a kælaw kæte ngwæ, kuli hæ kajuwa ngæ akul a ngun dæ amay yuu yæfiyafiyangæhi.



Saha bico gæbenu yimay agû ræ sabun ngwæ, gæani gæ kuli hæ kajuwa ai kajuwa hæ ngun yu kolera yu tulay. Sabun næwagæ agû kajuwa yuu. Saha bico benu yimay hæ yængænaay ræ sabun go gæy kudi adan go hæræ day ræ kudi fin dâbu akul a lay.

Saha bico hù hæ lûgu acælbû benunî ræ sabun. Ngun dæ yæraw kæte hal kihimi gudo gæbenuhi gay kæte. (Lieni ngwæ, gæbenuhi a yæraw cik.) Aidæ ngwæ, mæani gænaw kajuwa hæ kælilim yu hatæ yu njâlli yu kæyno âbi. Yængænaay yu migæw dondi dædan co yæraw benco yæbenudan dæ sabun.

Magæ benco benu njægæ hæ ku rægû ræ sabun rægæ gæcalay nængadæ go gæani gæ hatæ go.

Hænay gæcal ræ kaliyaw ngwæ, nætâl kuli ja. Gæcælbû gæcalay hænay agû ræ kaliyaw ngwæ, kænæm gæhænay benco gæjæmbæriyu ræ wanay hæ kaygæ wælla bæros hæ hænay. Kæmbu ngæ næjân a ngun dæ hænay yu dî sûgura dæn muh nætâl hænay agû kuli. Kuli yuu nægærray hænay. Aji ngæ gahæm dî sûgura ai reke



wəlla dibino wəlla minti wəlla gahii sūgur ngwə, gəgələmiyu gay agû rə amay kaliyaw.

Calay kajimu agû yu yabi ngə yəcagəri dige yu dî ngə gəhənay a gə rə co rə kaliyaw. Magə benco kajimu agû gəbenu rə sabun. Gərə ngə gəkunaw a gə rə lu ja, hərə akul a gə rə lu ngwə, kuli hə kajuwa yu kuli yamma ngədə co nətərotəro.



Kəbal nəhəlagə cù rəagû ngwə nəwagə agû kangil yu âw yu kuli hə kajuwa ngə akul a ngun də lu. Hərə yuu ro ngə yəngənaay agû co yəcar a fadaw ngwə, yəgiel kəbal.

Calay fadaw rə kaliyaw go, âju rə fede rəgə ahi nəyel ngun dəan go !

Wagə ləman yelnî fadaw agû. Ləman acal kuli hə kajuwa dābu a ngun də njəgə hən yu kolo hən ga nakahagə lūgu ngwə, wanəgə nəan dəan dondi. Calay ləman agû a ngun də hara wəlla bəri.

Fadaw saha bico gəhərebu rə kaliyaw. Magə benco gəku kullay agû (boci yu matəla yu borgo) a waray rəgə gəkəlebu ngwə, kuli yu bəbər nəcar ga wute gətəgərə cabal a ngun də saha dābu, hərə yəraw nəhəla kuli hə kajuwa ci hən.



Matəla yu borgo yu bir gəcalay rə kaliyaw rə kihimi ? Kullay yuu benunî hən awal ga gəhənay a gə rə wəlla gacagərihi ngwə, kuli hə kajuwa ngə migəw yəcal yuu yəâju a gə rə. Matəla yu borgo cagəri kəri rəan yabi, bir go gətəl luku hən, hərə yabi yu luku hə bir dān benunî hən həgwi.

Magə benco yabi yu luku hə bir najûgu fin ngwə, gəbenu rə sabun. Yabi yu luku hə bir acal hatə ngwə, gətâl ngun də amay âwa ngwə, nəjân a lay ngəna ci. Aidə ngwə, hatə nəmatə. Ga wali ngwə, gəbenu rə sabun.

Aji ngə bəla bəbərə ja ngwə, âju fadaw agû rə fede rəgə kuli hə kajuwa yu kokoriyo yu kâllu nəcar waray. Aidə ngwə, ahi nəyel ngun də fadaw ngwə, kuli yuu nətiya nəlaw. Həla kuli ngə akul a ngun də fadaw rə asam hə kuli. Aji ngə gakahal asam ngwə, migəw ngaco yəcar a ngun də fadaw yuu rugo gəcagəri fadaw ngəna ci rugo wali gəcəju gəâju rə fede rəgə ahi nəyel. Aji agû ngwə, ngun də fadaw həmatə kegə, hərə kuli nətəmahi a cuji ngənaay ngə akul a gə rə gâru ga kegə nəcagəri cuji yuu. Wagə kuli yelnî fadaw. Gay fadaw yu fənetər gəcagəri lawle wəlla gətâl teme. Ngun də fadaw naji rəgə acal sadara ngwə, naji fina benco gəbenu rə ngəla. Gâru go gəjjebu bəbər an.

Ngun də kare yu fele həan co fu rə kaliyaw rəgə gəcalay rə ngəla. Aidə ngwə, kuli hə kajuwa nual cobay rəagû. Fəlâci dān muh ngə nətəmahi a ngun də bədə kəlî yu kulu ngwə, nəwuyhi a lay. Hərə yuu ro ngə koh bədə kəlî ngə akul a kəla hə fadaw go fa wuləm hə ful ngə amay nahənay a lay yu cagəri kəlaw ngun dəan amay a go, hərə kuli nəwuyhi a lay.

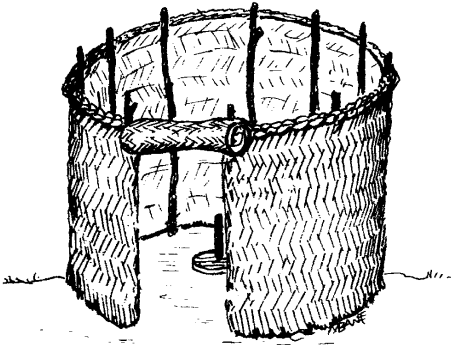
Koloram, gun a ngərə ahi ayel. Ngun də kənjay gəan a lay cudə ngwə, nakahalhi ngun də kərgəbu agû ngwə, saha ci ngwə gəji dondi. Wagə yəngənaay ngu kənjaya, hərə kənjay nakahalhi bəgər adan ngwə, yəji dondi.

Wagə migəw təkâlinî cûlulu yu funî cənay a ngun də fadaw yu fele həan co, hərə ngun də cûlulu yu âgəm kuli hə kajuwa dâbu akul a lay. Aidə ngwə, kuli hə kajuwa ngə akul a gə rə kəri rə lu yu ngə akul a gə rə gâru wəlla kare, kuli yuu nəma kəri ngwə, nəlû a ngun də âhi wəlla nəkahalhi hù hə migəw ngwə, nəan dəadan dondi.

Lûgu ngə acəlbû atəkâli cûlulu wəlla afu cənay ngwə, acəlbû kəlaw ngun dəan lu a rugo nətəkâli a lay. Bəla naji ciri benco lu yuu nual nəfa a cobay rə fadaw ngwə, kəlaw həan yuu nəbenu rə sabun ngwə, kuren nəkahal lu rə ai ngə wanə rəy.

Lûgu ci afo bogə wəlla ahal wotisi ngwə, kuli hə kajuwa dābu nəcar a ngun də kərgəbu həan ngwə, nəkiegə ngun də âhi. Aidə ngwə migəw ngə yukul a kəla həan kuli hə kajuwa nəyel hù adan. Gəcəlbû gəwagə migəw ngəde kuli hə kajuwa agû ngwə, gəcəgəri gay agû yimay wəlla jine ngəna ci rugo gəfo bogə wəlla gəhal wotisi.

Ai ngə gaamunə yuu ga nungu acal kuli hə kajuwa âbi dābu ngə nəyel hù hə lûgu (ai kolera). Gala wuləm hə nungu ngwə, migəw ngəde gudo yəga yəamu ahâri agû go ja, kuli hə kajuwa ngə migəw yatəkâli a gə rə ləy nəga nəu gəagû go ja, kuli hə kajuwa agû gəunə lûgu ngəde go ja.



Wuləm hə nungu la a ngun də kare agû muh, gərə gəla a cobay rə fadaw yu a cobay rə bəram yu kulu yu ngərə amay hə hiinî ngaco. Wuləm yuu saha bico gəcəgəri ngwə, gəwagəan hâju. Kamən ngə gəla wuləm hə nungu ro, nungu ngə yəngənaay yakə yuu la wuləm rəgə gəfa.

Ngun də bədə, kuli hə kajuwa dābu akul a lay. Hərə yuu ro ngə gətəkâli bədə a cobay rə fadaw. Bədə ngə gafu a kəla hə kare agû, təkâli a cobay, gərə ngə gətəkâli a kəri rə ləy ja. Gəgalgay ngwə, gəla wuləm a kəla hə kare agû ngwə, gəkahal bədə ngənaay ngənaay ngaco. Wuləm yuu nalân ngwə, gəfa ngwə, gəla wuləm ngəde a kəla həan. Bədə agû ngə âw nəga nəhəm

âri cobay rə fu rəgə gətâl âw rəgə âw nahəm ngwə, fədən həan yuu gəla wuləm gəkahal. Ngə gətâl bədə âw a ngun də kare yu kəri rə ləy ja, hərə kənjay həan akahalhi cənay agû ngwə, âbi go, ləbu həan âwa yuu nəfiyow cù rə migəw yu ləman yu cù rə mota go.

Ngə gətəkâli amay kanju a ləy ja, hərə kuli hə kajuwa ngə akul a lay yuu nəyel hù hə lûgu ngəde. Gərə amay yuu acal sabun də dâbu ja ngwə, gəkahalgu wanay agû.

Amay hə ngun də ngâbədi wagəan rəgə acar ləy ja. La wuləm a ngun də kare a cobay rə wuləm hə nungu ngəna ci ngwə, gətəkâli a lay amay kanju, gərə wuləm yuu gəla a kəla hə ngâbədi rəgə amay hə ngâbədi ci nəkahalhi. Aidə ngwə, kuli hə kajuwa ngə akul a ngun də amay yuu nəyel nəwiyâw a day rə lu.

Calaynaw fu rə kaliyaw !

Yace fu kaliyaw ngwə, yəka fu ngə kuli hə kajuwa nəlû a lay rugo nəan də lûgu dondi ja. Dəgûay ngaco həngənanaw mādəgay rəgə gəcalaynaw fu nagûay rə kaliyaw.

Bəram calaynaw rə kaliyaw ! Hərə yuu ro ngə wagənanaw kuli hə kajuwa yelnî amay hə bəram. Wagənanaw ləman gay bəram. Bəram tâlaw hara go cəgərinaw gay go. Kalù hə jəndu yegənanaw wanay həmuə rəgə kalù hə jəndu yuu atəmagə lu ja. Dəgûay maay fu ngaco həngənanaw mādəgay rəgə ngə gəbenunaw kajimu wəlla gətəkâlinaw bədə bədə a gay bəram ja.

Gay kulu ngə gəkənaw a lay amay hə hiinî yuu calaynaw rə kaliyaw. Ngə lûgu abenu a lay kajimu wəlla abân a lay ja. Ngə gay kulu yuu lûgu akə a lay koray wəlla nungu ja rə ngəndə, hərə kuli hə kajuwa hə nungu yu koray nəkahal ngun də amay kajuwa.

Ngə wəni gudo atəkāli bədə wəlla amay âbi a gə rə ləy ja. Magə benco maay fu yəfu fu nəadan gay kəte. Bədə həan yuu ârinaw cobay rə fu yu bəram yu gay kulu rəgə gətālaw âw rəgə gəfanaw fədən həan. Dî yuu anhi jurū ngwə, fu nəagūay saha bico nəjān də kaliyaw.

Ngə gual gəkə nungu wəlla koray a waray rə kare agū ja. Migəw ngaco yəkə nungu a waray rə kare adan ngwə, kuli hə kajuwa ngaco nəfaji a ngun də fu. Amunaw rəgə maay fu ngaco yəla wuləm adan a ngun də kare adan rugo yəjālgū.

Saha bico gəhii amay kaliyaw !

Anigə kuli hə kajuwa ngə akul a ngun də amay ngə saha bico gəhii yuu. Kuli hə kajuwa ngə akul a ngun də amay alli adan ga yəwuy a lay ngwə, yəji a lay dābu.

Amay hə pompom ci həan ngəla, ga acal kuli hə kajuwa ja. Gəcəlbū rəgə amay yuu ajān də kaliyaw ngwə, gəkahal bole kaliyaw ngwə, gəcagəri. Gərə bole yuu naji fina benco gəbenu ngun dəan də sabun.



Pompom ngə acal amay kaliyaw akul a fu ja ngwə, bəram yu amay hə kulu yu pompom amay həan fina ngə akul ngwə, dî kākənə yuu an kəte həan rəgə gəhəla kuli hə kajuwa ngə akul a ngun də amay :

- Təkaw amay ngun də minti hingi wəlla həkən rəgə gəâju nətulu. Atulu gālu yuu muh gəcagəri.
- Amay hə bole kandul gəkahalgū amay hə javel ngəna ci ahi gay gəsasa kəte ngwə, gəâju nəjān reda hə saha rugo gəhii.
- Jūgu gəsasa hə dongo rəgə gəkahal amay ngə nakəmay fargə rəan rəgə gəcagəri rəgə gəjibiyu minti kəte rəgə

gətâlgu yəraw rəgə nələw a gə rə. Gəan də aidə ngwə,
kuli hə kajuwa ngə akul a ngun də amay nəmatə.

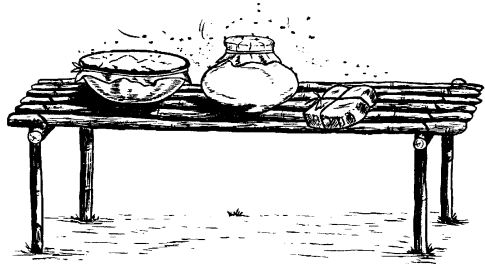
Amay kaliyaw acal kuli hə kajuwa ja, gərə amay kaliyaw
fəyɗəa gə wuli ngəna ngə rə jəw hərə wuli ngəna hù həan tâni
gə lûgu dəmu ga nəgalgay kuli hə kajuwa ja. (Dî yuu yaka a
fudo 26-30 hə kakadə yuu.)

Aji ngə kajuwa ai kolera wəlla tifoid akul a fu ngwə, maay fu
ngaco amay yətəkaw wəlla yəkahal amay hə javel rugo yəhii.

Kəmbu hə həmnî calay rə ngəla !

Kəmbu ngə gəhəm
wagəan kuli hə kajuwa !

Wagə kəmbu hə həmnî
hâju yu kuli ngəde co
hərə yəkahal kuli hə
kajuwa ngun də kəmbu.
Kəmbu gahəm rəgə
nakiel ngwə, gəcagəri rə
ngəla.



Kullay kanju ngə gəhəm a lay kəmbu yu ngə gatəkaw a lay
kəmbu ngu mia benu rə sabun. Kullay yuu gabenu rə kawi ja
ngwə, hâju yu kuli ngəde co nəwuy a lay.

Welə wanay yu bədə kəlî hə həmnî kamən ngə gəhəm ro ngə
gəbenu rə sabun rugo gəkahalgə amay kaliyaw rugo sabun
həan nəcar. Wagə welə agû kəmbu ngə naway a gə rə lu !

Hù fiyow wəlla təkaw rə ngəla rəgə nəno, hərə hù ngə nano rə
ngəla ja ngun dəan acal a lay kuli hə kajuwa ngwə, nəkahagə
lûgu kajuwa. Ngə gəhəm kəmbu ngə napu ja, hərə kəmbu yuu
nətâl hù hə lûgu kuli hə kajuwa.

Lûgu ngə kajuwa hæ bogə âbi wəlla tulay təbay nacihnə nəhəm kəmbu yu nəhii amay a kəlaw cigəan. Aidə ngwə, kajuwa anə yuu nəcih lûgu ngəde ja.

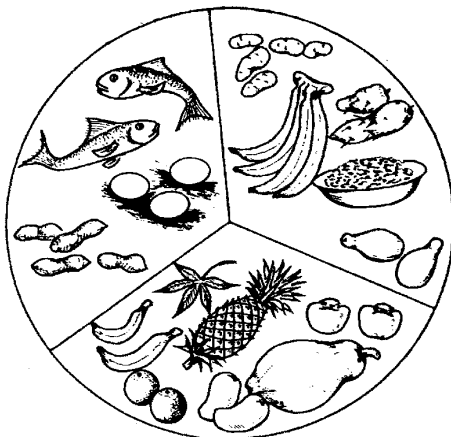
Hù hæ lûgu gəan də donoa rə kihimi rugo nəani gə kuli hæ kajuwa ?

Ai ngə gaamunə yuu ga hù hæ lûgu acal hâkər ngə yəcenə ga «ngaji bul hæ kî». Hâkər yuu nəhəla kuli hæ kajuwa ngə nəyel hù agû yuu. **Həmnî kəmbu ngəla** yu **halhinî billaram**, yuu dî kihi ngə nədugwagû ngwə, nəwagə agû kajuwa. Kuren hù hæ lûgu acəlbû **annî cudə** a ngu kəte rə ngəla go acəlbû **lûmî** go. Aidə ngwə, lûgu hù həan nəjân də donoa.

Kəmbu ngəde ngəde ngə nəga lûgu

Lûgu ngə nəhəm kəmbu rugo kəna həan nəcar ja nəjân də dondila. Lûgu ngə nəhəm kəmbu dâbu gərə nəhəm kəmbu njili ngəde ngəde ja ngwə, dân co hù həan nəjân də tâni. Migəw yuu yəji dondi rə kawî.

Wuli ngəna ngə kəna nahəla nəga nəji dəmu rə ai yəngənaay ngəde ja. Dâbu adan co kajuwa hæ ngun wəlla tənini wəlla kange nəhəladan hərə yahəm kəmbu rugo yajân də donoa ja.



Kəmbu njili ngəde ngəde ngəla nəunə lûgu dono ngwə, nəani gə kajuwa. Kuren kəmbu yuu nətâl wuli ngəna nəfəgən də kawî. Lûgu dəmu go nəunə dono ngwə, nəan kîda hæ ku rəan.

Lûgu benco hù hëan acëlbû këmbu njili ngæde ngæde yuu rugo næjân dë nga. Këmbu njili kätë benco næan kîda ngæde ngæde a ngun dë hù hë lûgu. Këmbu ngëla yacë ngwë, yëka këmbu njili ngæde ngæde kâkënë yuu.

Këmbu ngëla ngë næwagë lûgu kajuwa :

1. Këmbu ngë nægun hù hë lûgu yu ngë næhëlay hù hë lûgu (protéines)

Këmbu ngë næhëlay hù hë lûgu næfëgän dë wuli ngëna yu næhëlay hù hë lûgu dëmu cö.

Saha bico hù hë lûgu acëlbû këmbu ngë acal **protéines**. Protéines akul a ngun dë dî yuu : ambay yu kugwi yu hù yu ki yu yini kälî yu dënam yu ägän yu kwölji. Këmbu yuu gädugwaldë dî ngë yahëlay rë fiyow wëlla mahar wëlla këlgëma. Këmbu yuu gädugwaldë mädëgay ngwë, næhëlay hù hë lûgu.

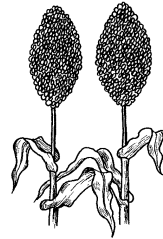
2. Këmbu ngë næunë lûgu dono (gälisid yu lipid)

Äw bala wanay ngwë, næhän ja. Aidë ga hù hë lûgu cö acëlbû këmbu ngë næan dëan donoa ngwë, lûgu nælû go næan kîda anë hë ku rëan go næan këndëge anë go. Ngo yuu këmbu ngë næunë lûgu dono : mahar yu këlgëma yu



cëngaba yu miyow yu dängali yu gârisa yu banana yu fälë hë ha

yu fälë bul yu fälë ngæde yu maygë yu sûgur.



Gacëlbû gëjân dë nga ngwë, këmbu njili yuu saha bico gädugwaldë këmbu njili ngæde kihi rugo gähäm.

3. Këmbu ngë næwagë lûgu kajuwa (bitamin yu mineral)

Lûgu ngë næhäm këmbu ngë acal bitamin yu mineral yuu kî hëan yu ahay hëan yu cûrugü hëan yu hënay hëan næjân dë

nga. Kambu yuu nɔwagɛ lɔgu kajuwa. Ngo yuu kambu ngɛ acal bitamin yu mineral dɔbu : bɛdɛ kɛlɛ ai mbulu yu kɛlu hɛ wanay kɛlɛ yu kɛmatɛm yu karot yu lɛbahar yu kɛlgɛmu yu wɛlɛ wanay ai mongolo yu giyab yu lemin yu paypay yu ndige hɛ kulu. Yini yu banana dɔn co acal bitamin yu mineral rɛ dɔbu. Manda co dɔn fɛydɛa, gɛrɛ ngɛ gɛjɔgu manda dɔbu rɛ jɛw ja. Gɛrɛ manda ngɛ acal yod dɔn ngɛ ngɛla, hɛrɛ yod nɔwagɛ kajuwa ngɛ nɛan dɛ bogɛr ngɛhɛa.

Bitamin ngɛ yɛcɛnɛ ga <bitamin A> fɛydɛa gɛ yɛl yu cɔrugu. Bitamin A gɛta a ngun dɛ :

- hɛgɛndɛ yu hɔ yu kɛ
- kɛlu hɛ wanay kɛlɛ
- wɛlɛ wanay yu bɛdɛ kɛlɛ ngɛ naji kɛmɛ gɛra (ai paypay yu mongolo yu karot).

Lɔgu ngɛ nɛhɛm kambu ngɛ acal bitamin A ja ngwɛ, kajuwa ngɛ nɛan dɛ yɛl tɛni nɛga nɛani gɛan ja. Kajuwa yuu hal ngɛ gɛkɛynɛ gɛ : bɛla naji kɛnɛm ngwɛ, lɔgu nɛga nɛamu bɛla rɛ ngɛla ja. Lɔgu ataba kambu anɛ hɛ hɛmnɛl ja ngwɛ, saha ci nɛji kɛmbɔ rɛ ngɛndɛ.

Saha bico gɛhɛm kambu njili ngɛdɛ ngɛdɛ !

Saha bico gɛhɛm kambu njili kɛkɛnɛ yuu (kambu ngɛ nɛgun hɔ hɛ lɔgu yu kambu ngɛ nɛan dɛ lɔgu donoa yu kambu ngɛ nɔwagɛ lɔgu kajuwa) rugo gɛjɛn dɛ nga. Dɛl yuu fɛydɛa gɛ :

- yɛngɛnaay ngɛnaay
- ngɛram tugun yu ngɛram ngɛ yɛcal wuli a gay kuyey
- migɛw dondi
- migɛw wuray

Wuli ngɛna ngɛ saha bico nɛhɛm kambu njili kɛkɛnɛ yuu ngwɛ, nɛganɛ nɛani gɛ kajuwa go nɛfɛgɛn dɛ ngɛla go. Ngɛrɛm tugun go dɛga dɛani gɛ kajuwa go dɛwuy rɛ hɛgwi gɛadɛ go. Ngɛrɛm ngɛ dɛunɛ wuli ngɛna kuyey dɛjɛn dɛ nga

ngwə, kuyey adə nəkahal yini ngwə, wuli adə nəfəgən də kawi. Lûgu dondi nəhəm kəmbu rə ngəla rugo kəmbu nədugwanə ngwə, nəta dono.

Amay hə hiinî fəydəa rə jəw

Hù hə lûgu gatay rə gay âru ngwə, həkan təlör həan co amay. Aidə ga amay gə rə dâbu dân ngə ngəla. Gərə lûgu dondi ngwə, amay nəhii rə dâbu gə lûgu nga.

Annî cudə a ngu kəte yu lûlunî

Gəcəlbû gəjân də nga ngwə, gaan kîda rəgə gakuragə ngwə, gəjay gəan cudə a ngu kəte kəngal. Aidə ngwə, gəjân də donoa. Lûgu dəmu nəhunay ngun də saha hərəkə wəlla fokə kənəm benco ngwə, nəjân də donoa.

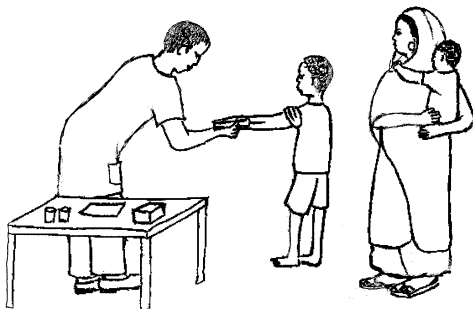
Wuli ngəna gəâjunə nəhunay dâbu gə lûgu dəmu. Wuli ngəna nəhunay kəngal gə yaya anəay. Wuli ngəna tilâm saha bico gəâjunə nəhunay rugo nəfəgən. Hərə nəngadə ro, wuli ngəna nəhənay nəhunay a date rugo ajay a hənay ngwə, nəjay rə donoa. Yəngənaay ngənaay wagə adan ngun də migəw jammay rəgə yəhənay a date. Aidə ja ngwə, kwadə yajay ngwə, yəji tâni ga ləköl go yəkəy rə ngəla ja, kîda hə fadaw go yəan də ngəla ja.

Gərə yuu gudo hù amû acəlbû annî kîda yu lûlunî co rugo gəjân də donoa. Lûgu ngə nəjân də bodiyo nəji tâni ga nəga nəani gə kajuwa ja. Migəw ngaco hù adan acəlbû lûlunî wəlla annî kîda wəlla annî kulləy (ai wacanî bal wəlla həlunnî a kulu). Nəngadə hə kû yu ahay yu gabu yu kərgəbu ngaco acəlbû lûlunî rə kawi həgwi rə minti həkan həgay re yəraw benco.

Billaram

Billaram dân ai hara ga nəwagə kajuwa ci yelnî hù hə lûgu.

Billaram dân dawa ngə nəjân a hù hæ lûgu ngwə, kuli hæ kajuwa ci ayel hù hæ lûgu ngwə nəwagəan. Billaram dân nəan də hù hæ lûgu donoa ga nəwagəan kajuwa yuu. Gərə billaram njili ngəde ngəde dābu akul ga njili benco nəwagə lûgu kajuwa kəte ngə gahalhi billaram həan.



Yəngənaay ngənaay ngə kurù yəcal yiman kəte ja yu ngəram dədan ngə yəhadan billaram jurù. Yəngənaay ngənaay yu ngəram tugun dədan tani gə miyey, ga yuu ro ngə yəhadan billaram jurù. Gərə migəw ngaco yahalhî billaram ngə ngəla. Yəhadan billaram ngwə, nəwagə adan kajuwa ci həan kəngal. Billaram ci həan go nəwagə adan kajuwa rə ngəndə.

Amu billaram ngə gəta a ngərə dotor hæ Tchad. Billaram yuu nəwagə kajuwa ngə nəhəla lûgu yu ngə nəan də lûgu ngurtigi :

- Bogə âbi
- Polio
- Difteri
- Tetanos
- Kûku
- Təninim
- Səm kəlî

Kajuwa yuu ngaco yaka mənna həan a ngun də kakadə yuu.

Billaram dân yəunə lûgu rə budə. Hokəma hæ Tchad nətu billaram ngwə, nəunə migəw hæ lartə rugo nəwagə adan kajuwa.

Lûgu ngə yahanə billaram yəunə kakadə hə dotor. Kakadə yuu nəcalay rə ngəla ngwə, saha bico aal dotor ngwə, nəâri. Aidə ngwə dotor nahənə billaram bəlin wəlla naan anə dawa ngwə, dî ngə naan nətay a gə rə kakadə yuu.

Billaram ngə wuli ngəna ngə kurù acal yiman kəte ja

1. Wuli ngəna nawuyhi mia âri dotor rəgə yəhanə billaram ngə yəcenə ga BCG yu Polio 0. Billaram hə BCG nəwagə lûgu kajuwa hə bogə âbi. Billaram hə Polio 0 nəcul wagəni lûgu kajuwa ngə nəan də lûgu ngurtigi. (Kajuwa yuu yaka mənna həan a ngun də kakadə yuu a fudo 64 yu 54.)
2. Wuli ngəna nawuyhi rə magə hərəkə ngwə, yəhanə billaram hə DTC 1 yu Polio 1. DTC nəwagəan kajuwa hə difteri yu tetanos yu kûku co. Difteri kajuwa kəladu rə jəw gərə hərə billaram yuu ro kajuwa yuu naji carre a ngun də dunia. Tetanos yu kûku yaka mənna həan a fudo 58 yu 82 yu 56. Billaram hə DTC yəhal gay kâkənə gərə hə polio yəhal gay həgay.
3. Wuli ngəna acal magə həkan ngwə (nahalhî billaram rəgə kiya kəte nakəmay), yəhanə billaram hə DTC 2 yu Polio 2.
4. Wuli ngəna acal magə həkan yu həgay ngwə (kiya kəte nakəmay rəy ngwə), yəhanə billaram hə DTC 3 yu Polio 3.
5. Wuli ngəna acal kiya hərəkə ngwə, yəhanə billaram hə səm kəli.
6. Wuli ngəna acal kiya həligâr ngwə, yəhanə billaram hə kûku.

Tay angal rə ngəla ! Billaram hə DTC yu Polio kəte muh nega nəwagə lûgu kajuwa ja : billaram hə DTC yəhanə gay kâkənə yu billaram hə Polio yəhanə gay həgay rugo nəwagə lûgu kajuwa. Halnî wuli ngəna billaram ngə yakiegû yuu fəydeə rə jəw ga nəhəlagənə ngwə, nəta nəhəm yâbu a dunia.

Saha ci ngwə, wuli ngəna ngə yahanə billaram hù həan nəkahagərə madabu. Gərə madabu yuu âbi ja : akəmu rə billaram nama aan kîda a ngun də hù hə wuli ngəna. Wuli ngəna cagərinə kajimu kəlî. Aidə ngwə, âw hə hù həan nətulu ci gəan. Gəun ə amay dâbu go nəhii rəgə wuli ngəna nəjân də nga. Wuli ngəna gəâju arunî billaram ja ngwə, kajuwa ci həan nəcihnə ja rə ngəndə.

Billaram dâbu həan libira. Gərə billaram hə polio dân muh ngə amay ngə yəkol gay hə wuli ngəna. Billaram ngə gəkahal gay yuu dân ngə wəunənî həan hægwi gə libira.

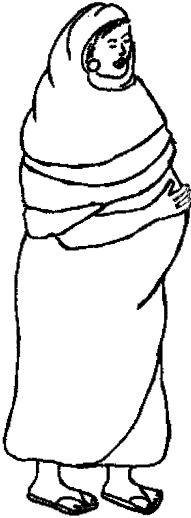
Kajuwa hə bala, ai tənininim yu kajuwa hə halga, nayel bəla ngwə, yəngənaay ngənaay ngə yiman adan nakəmay kəte, dədan ngə yəhadan billaram rə jəw. Aidə ngwə kajuwa yuu yəwagəan fajinî.

Hal ngə naamu fudo hə polio, həkəma natay yəm ci ngə yəngənaay ngə yəcal yiman hingi rugo wualnî day ngaco yəhadan billaram hə Polio.

Saha ci ngwə, bitamin A yədugwaldə billaram. Bitamin A yuu yəkahal gay wuli ngəna yu ngərəm tugun ngwə, nəcalay yəl adan də ngəla. Ai ngə yaka a fudo 98 hə kakadə yuu ga migəw yəhəm kəmbu ngə acal bitamin A ja ngwə, bəla kənəm ngwə, saha ci ngwə yəamu bəla rə ngəla ja wəlla yəji kəmbû rə ngəndə. Ai ngə yaka a bohu yuu ga bitamin A akul a ngun də hægəndə yu hù yu ki yu kâlu hə wanay kəlî yu welə wanay ngə naji kəme gara yu bədə kəlî ngə naji kəme gara. Bitamin A gəhii rə kalkal ngwə, kiya hərəkə nacar benco gəhii ngəde. Gərə dî fəydeə ngə gəta a lay bitamin A akul a ngun də kəmbu ngə yakiegûay yuu.

Billaram hæ VAT ngə yəha ngəram ngə yəcal yiman 15 rugo ârinî 45

Ngəram yəhadan billaram hæ VAT ngwə, nəwagə adan kajuwa hæ **tetanos**, gərə ngərəm tugun de ngə billaram yuu fəyde



gəadə rə jəw. Aji ngə dəwuy ngwə, billaram yuu nəwagə adə kajuwa hæ tetanos. Wuli ngəna ngə nəwuyhi go tetanos nəcihnə ja. Wuli ngəna ngə manay dahalhî billaram yuu ja ngwə, dâbù rəan nakə ja ngwə, tetanos nəga nəcihnə. Kakadə yuu naka mənna hæ tetanos hæ wuli ngəna tilâm yu hæ lûgu dəmu a fudo 58 yu 84.

1. Aji ngə ngərəm daji tugun daba yuu dau dotor ngwə, yəhadə billaram ngə yəcenə ga **VAT 1**.

2. Magə həgay nakəmay ngwə, yəhadə billaram hæ **VAT 2**. Aidə ngwə, wuli ngəna ngə awuyhi nəani gə kajuwa hæ tetanos.

3. Kiya hərəkə nakəmay ngwə, yəhadə **VAT 3**.

4. Yiman kəte nakəmay rəy ngwə, yəhadə **VAT 4**.

5. Yiman kəte rəy ngwə, yəhadə **VAT 5**.

Ngərəm ngə dahalhi billaram hingi yuu dəji babu hæ kajuwa hæ tetanos yuu rə ngəndə. Welə adə ngə dəwuy yuu go saha ngə dəwuy ngwə, tetanos nəcihdan ja.

Ngərəm dahalhi billaram gay hingi yuu ngwə, daji babu hæ kajuwa hæ tetanos rə ngəndə, ga daji tugun də bəlin rəy gudo, dəhalhi billaram yuu rəy ja.

Nəngadə nə yəngənaay nəgənaay

Wuli nəgəna tani gə lūgu dəmu. Lartə hə Tchad kamən nəgə yəngənaay yəji yiman hingi ro gatay rə gay hingi ngwə, kəte həan co nəmatə. Hərə yuu ro nəgə tay angal rəgə gəwagə yəngənaay kajuwa. Hərə nəngadə hə welə agû ro, amu dî ngəla həgay yuu :

- Kəmbu nəgəde nəgəde nəgə nəgə wuli nəgəna
- Billaram nəgə wuli nəgəna tilām
- Calaynî yəngənaay rə kaliyaw
- Calaynî yəngənaay rəgə wagə adannî tığərība.

Wəunə wuli agû kəmbu rə ngəla !

Wuli nəgəna kamən nəgə kiya həan aji hərəkə ro yini hə kuyey nəwagəan kajuwa. Yini hə kuyey nəgə kurù akul rə kəngəl yuu dān co nəwagə wuli nəgəna kajuwa. Hərə yuu ro nəgə gətəkāli kəngəl yuu ja, hərə kəngəl nəwagə wuli nəgəna kajuwa njili nəgəde nəgəde go nəcalay hù hə wuli nəgəna rə ngəla go. Wuli nəgəna nawuyhi mia tāl kuyey.



Wuli nəgəna acih kuyey benco manay go kuyey adə nəkahal yini. Wuli nəgəna kamən nəgə kiya həan aji hərəkə yuu yini hə kuyey dān muh nəjān də kəmbu anə. Dān muh nəyel nəgərə kəmbu njili kākənə yuu : kəmbu nəgə nətāl lūgu nəfəgən go, kəmbu nəgə nəan də lūgu donoa go, kəmbu nəgə nəwagə lūgu kajuwa go. Wuli nəgəna kamən nəgə kiya həan aji hərəkə yuu yəunə yini hə kuyey muh.

Gərə man wuli kuyey adə yinia ja ngwə, dəan mənī ? Kuyey adə yinia ja gudo saha kəte benco dətāl wuli kuyey. Aidə ngwə, kuyey adə nəhə yini rə kawī. Kəmani naan də yini hə kuyey dān muh kəmbu nəgə ajiga wuli nəgəna.

Kambu yu amay ngə man wuli dəhəm yu dəhii yuu dân muh ngə nəkahal kuyey yini. Aidə ga man wuli dəhəm kambu yu dəhii amay rə ngəla rugo kuyey adə nəhə yini.

Hərə yuu ro ngə ngərəm ngə dəunə wuli ngəna kuyey dajūgu asiem ngwə, yini hə kuyey nəji ngəna wəlla kuyey nəkwi. Hù adə nəta kambu ngəla ja ga kuyey adə nəga nəhə yini rugo wuli adə nəcih ja. Ngərəm dawuy ngwə, kiya hərəkə həan co man wuli dəhəm kambu yu dəhii amay ngə de yu wuli adə co. Gərə ngərəm dajūgu asiem ngwə, kuyey adə nəkwi ga wuli adə ngəna dân co nəjân də asiema. Kuyey nakwi ngwə, saha ci ngwə, nəhə yini rəy ja rə ngəndə.

Aji ngə naji aidə ngwə, gəan mənì ? Gəcəlbû gəcalay wuli agû ngəna rəgə gəwagəan kəna ngwə, gəāju asiem rugo wagali wuli ngəna naji dəmu ngwə gəbahagə, wəlla gəcigə hugway agəm ngwə, nəcəno hədəga nəunə ngərinay.

Dî ngə man wuli dəhəm yu dəhii yuu muh ngə nəji yini ngwə, wuli ngəna nəcih rə kuyey. Hərə yuu ro ngə ngərəm wuli ngənaa dəhəm kambu ngaco ja :

- Sində nəan də yini hə kuyey sindəa ga nəan də wuli ngəna ngun dəan awal.
- Kambu ngə acal kəyno donoa nəan də yini co kəyno ga wuli ngəna nəcih kuyey ja.
- Dawa ci həan ngərəm tugun yu ngərəm dəlayo yəhii ja hərə wuli adə nəji awal gəan. Kamən ngə gəhii dawa ro ngə ka kakadə ngə yadugwaldə dawa yuu wəlla gəcigə dotor ga amu fudo 123-126 hə kakadə yuu.

Kamən ngə wuli ngəna kiya həan aji hərəkə ro, məndo ro ngə yəunə yini muh ? Hərə dî kəkənə yuu ro ngə :

- Gəwagəan kuli hə kajuwa ngə akul a ngun də amay yu kambu ngəde. Yini hə kuyey dân saha bico kaliyaw.
- Anday hə wuli ngəna dân donoa rugo nədagə kambu rə ai ngə lūgu dəmu ja.

- Nakəy cihnî yini a ngun də biberon ngwə, nəanində kuyey hə manay ga nəta fəydə ngə akul a ngun də yini hə kuyey ja. Hərə yuu ro ngə nəga nəani gə kajuwa ja.

Yəngənaay ngənaay dābu yaji dondi, ci həadan go yamatə hərə yaudan yini hə ha ngə yakahal ngun də biberon. Yini hə ha təbay gə wuli ngəna ga kajuwa hə ngun nəcihdan. Biberon natəkawhi a ngun də amay âwa ja ngwə, kuli hə kajuwa nəwuy a lay ga nəyel ngun də wuli ngəna.



Wuli ngəna kiya həan naji hərəkə ngwə, yini hə kuyey nəganə rəy ja, ga kəmbu njili kākənə yuu hagə rə ngəla rəgə gədugwaldə yini hə kuyey gərə ngə gəkahal sində ja. Wuli ngəna kamən ngə gəfəjunə a kuyey ro, kienə həmnî

kəmbu njili ngəde ngəde. Dî yuu fəydə gəan də jəw. Aji ngə wuli ngəna kəmbu naji alli gəan ngwə, gəfəjunə a kuyey. Gərə wuli ngəna, kamən ngə yiman an aji kihi ro, gəunə yini hə kuyey co, dān ngə ngəla.

Yəngənaay ngənaay dābu yamatə, hərə yay adan kamən ngə dəfəjudan a kuyey 'rə, dakəmu adan həmnî kəmbu ja. Yəngənaay ci həadan go yəanində kəmbu hərə kəmbu kəlmay gə wuy adan, ci həadan go kajuwa hə ngun ngə nahəladan hərə anday adan nakəy kəmbu ngəde ngəde ja. Yəngənaay ci həadan go yaji tāni hərə wuli ngəna ngə acal kiya hərəkə yini hə kuyey kəte muh nəganə ja.

Calay tapa rə welə agû rəgə yəhii amay kaliyaw. Aji agû ngwə, təkaw amay rəgə gəhəla kuli hə kajuwa. Calay tapa adan rəgə kəmbu ngə yəhəm nəjān də kaliyaw go nəno rə ngəla go. Kamən ngə yəhəm way ro gəbenu yimay adan də sabun.

Wuli ngëna aji dëmu benco, nëhëm këmbu dâbu gë ngë wanë jurù. Calay tapa hë welë agû rëgë yëm benco yëhëm këmbu njili kâkënë yuu rëgë nëgadan. Aidë ja ngwë, yëji dondi go yëfëgën dë ngëla ja go.

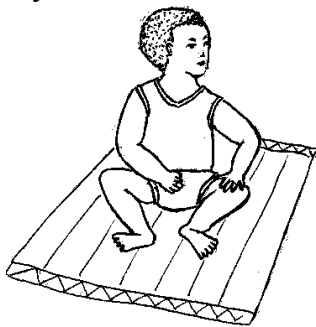
Âri wuli agû dotor !

Wuli ngëna nawuyhi mia gëârinë dotor rëgë dotor nëan anë kasiba jurù. Dotor nëha wuli ngëna billaram ngë nëwagëan kajuwa âbi. Amu fudo 21-24 hë kakadë yuu ngë naka mënna hë billaram.

Dotor nëamu fëgënnî hë wuli ngëna. Saha bico nëtëgërënë kilo ngwë, nëamunë wuli ngëna afëgën dë ngëla à. Aidë ngwë, wuli ngëna afëgën dë ngëla ja ngwë, nëcegû ngwë, gëtaba këmbu anë hë hëmnî wëlla nëkiegû gala ngëde. Dotor nëtëgërë habar hë wuli ngëna yuu ngaco këri rë kakadë anë yu billaram ngë nahënë co. Kakadë hë dotor gëcalay rë ngëla. Aidë ngwë, aji ngë gëâri wuli ngëna dotor benco gëjûgu gëâri kakadë yuu.

Wagë welë agû kuli hë kajuwa !

Calay yëngënaay yu fadaw yu fu co rë kaliyaw ai ngë yakiegû a bohü yuu ga gëwagë maay fadaw yu yëngënaay agû co kuli hë kajuwa.



Ngë gëâju wuli agû a gë rë lu ngëra ja, hërë ngun dë lu kuli jammay yu kuli hë kajuwa dâbu akul a lay. Welë agû taydan a gë rë boci kaliyaw go tâldan yange go ! Wagë yëngënaay wacanî a gë rë lu yu wacarënnî dî kanju yu tëtëmagënnî bädë ngë yatëkâli yu ngë yëtëmagë kay rë këbal yu cù ngëra ja.

Kamən ngə yəngənaay ngənaay yəhəm way ro ngə, gəbenu yimay adan də sabun. Yəm benco benu yəngənaay rə sabun. Magə benco benu ku rə yəngənaay rə sabun. Tâldan kajimu kaliyaw ngə yabenu rə sabun. Amu yəngənaay rəgə yətâl kəbal. Aidə ngwə yəwagə cù rəadan həmbârə yu ləbu yu dî ngə nəfəju lûgu a ngun də lu. Gəy kudi hə yəngənaay ngənaay hərə kuli hə kajuwa nətəmahi a day rə kudi.

Wagə yəngənaay ngənaay jaynî a kəla hə lûgu dondi. Aidə ngwə yəani gə kuli hə kajuwa ngə lûgu dondi yuu. Hərə yuu ro ngə :

- Lûgu dondi nəjân a cobay rə yəngənaay ngənaay. Aidə ngwə, nəudan kuli hə kajuwa ja.
- An lûgu dondi dawa rə kawi rəgə kajuwa anə akahagə migəw ngəde ja.

Wuli ngəna acal kajuwa ai kuli hə ngun wəlla həngay wəlla kari wəlla hatə ngwə, kamən ngə akahagə yəngənaay ngəde ro gəârînə dotor rə kawi. Wuli ngəna ngə acal kajuwa ai kûku wəlla tənininim dân yu yəngənaay ngəde yəhənay rə kəte ja.

Lûgu dəmu acal kajuwa âbi ngə nəunə lûgu ai bogə âbi wəlla tulay təbay ngwə, dân nəjân a cobay rə yəngənaay ngənaay. Fudo 63-64 naka mənna hə kajuwa yuu yu gəani gəan də kihimi.

Wuli ngəna ngə dân yu lûgu ngə acal bogə âbi yukul rə kəte ngwə, yəhanə billaram hə **BCG**, gərə kamən ngə yəhanə billaram ro, dotor nəlâgu wuli ngəna. Fudo 23 naka mənna hə billaram hə **BCG**.

Kienə yəngənaay agû dî ngə gaka a həndu, hərə dədan co yəkəy jânnî rə kaliyaw ngwə, yəani gə kajuwa ngəde ngəde dâbu.

Wagə yəngənaay agû tâgərîba !

Yəngənaay ngənaay yəcalay tapa adan ja. Aidə ga saha bico yual yəhəm̄ma dî ngə yəcal a ku ja ngwə, tâgərîba nətadan. Həbi yəngənaay tilāmay rəgə:

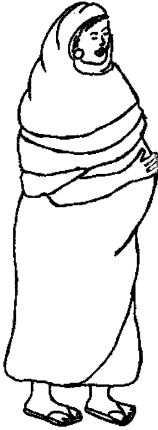
- calaydan a cobay rə âw yu hugu âwa
- wagə adan jûgunî dî ngə nəfəju lûgu, ai jana yu mahagə yu ada co
- wagə adan kəri rə ləy ngə wətir nəkəmay a gə rə
- wagə adan dî ngə yəke, ai bədə âbi ngə akul a gə rə lu wəlla dawa
- aji ngə yəngənaay agû yəwaca a kulu ngwə, amudan də ngəla, hərə bike njili aidə nahəla yəngənaay dābu.

Tay dawa a kəri cobay rə yəngənaay ngənaay ! Calay leda a cobay rə yəngənaay ngənaay, hərə yəngənaay dābu yatâl ku rəadan leda ga yaan mətə ga yamatə a lay.

Kienə yəngənaay agû calaynî dî ngə nəfəju lûgu, ai jana yu mahagə yu ada. Amu fudə ngə yəcalay gə dî yuu : Jana yu mahagə yu ada, ku rəan cûrukway yəunə day. An yəngənaay agû gala rəgə yəanində bike âbi, ai yəwaca rə hiû cûrukway wəlla yəunə haba adan kungu, hərə bike aidə ro yəngənaay dābu yəl adan nabiyuhi. Wagə yəngənaay bike âbi ngədə co, ai yəcîh kay rə wətir ngwə, yəkahal kəle. Yəngənaay ngə yaan dî yuu dābu adan mota nahəla.

Aidə ga məwagənaaw yəngənaay amû tâgərîba.

Nəngadə nəgə nəgərəm tugun



Mənnə niyari kəte ace : « Nəgərəm tugun cù rəadə kəte go akul a dunia, cù rəadə kəte go akul a ləyro ». A ngun də lartə hə Tchad, migəw yaamunə rə ngun də nəgərəm həkan yu hingi nəgə yəwuy, kəte həadə dəmatə.

Məndo ro nəgə nəgərəm tugun de tani gə lūgu nəgəde ? Migəw ci yəce nəgərəm tugun «de migəw kihi». Lūgu nəgəde nəgə nadugwaldəadəhi : wuli hə ngun dəadə. Aidə ga wuli yuu nəlūlū a ngun dəadə ngwə, nəjūgu kəmbu hə manay, nəhəlay rə kə həan. Ga yuu ro nəgə nəgərəm tugun dəhəm kəmbu nəgəla nəgə nəgadə. Aidə ngwə, wuli nəgə akul a ngun dəadə nəfəgən nəji donoa go.

Awuyhi ngwə, nəwuyhi rə nga.

Kəmbu nəgə nəgərəm tugun dəunə wuli adə yuu nəcar a ngun də hù adə. Hərə yuu ro nəgə :

- Nəgərəm tugun **dəkuragə** hərə dəan kida nəgəde nəgəde kihi : Dəlāgu wuli hə ngun go, de muh go dəan kida adə hə ku rəadə. Aji nəgə nəgərəm daji tani ngwə, dəwuy rə awal gəadə.
- Nəgərəm tugun saha ci ngwə, daji **kənama** hərə kəmbu nəgə dəhəm de yu wuli hə ngun yəfiyanə.
- Nəgərəm tugun dābu hù adan nəji tani, hərə **ngaji kəme hə kə naji nəgəna** a hù adan.
- Nəgərəm tugun dī nəgə nəhəlagə hù rəgə nəwagə adə kuli hə kajuwa hə kange yuu nəji tani. Aidə ga kajuwa hə kange nəkahagə adə madabu ngwə, nətāl wuli nəwuy rə kəli.

Ngëräm tugun dəcəlbû dējân də nga rægə dəwuy rə donoa ngwə, dəan dî yuu :

- Dəan cudə a ngu kəte kəngal go dəan kida təbay ja go.
- Dəhəm kəmbu rə dābu gə ngə wanə. Dəhəm kəmbu ngə nəhəlay hù hə lûgu go kəmbu ngə nəwagə lûgu kajuwa go. Aidə ngwə kəmbu yuu nəcalay hù hə lûgu ngəna ngə akul a ngun ngwə, nəfəgən də ngəla. Amu fudo 18-21 ngə naka dî hə kəmbu ngəla !

Wuli yu manay nəngadə adan nakəmay âpi co ga tay angal :

Dəgəram ngə dəcəl yiman day gə həkən yu fokə (18) daji tugun ngwə, dəwuy rə awal gəadə hərə fargə rəadə kurù nəfəgən namay ja. Hərə yuu ro ngə aji ngə dəwuy ngwə, wuli nəcar rə kawı ja ga ngəram ci adan yəmatə. Saha ci go wuli hə ngun nəmatə, saha ci go dədan kihi co yəmatə. Dawuy gudo kuyey adə nəga nəhə yini rə kawı ja hərə nəfəgən də ngəla ja, ga wuli ngəna nəta yini rə ngəla ja. Migəw jammay hə dində yəce : Dəgəram ngə hù adə kurù nəfəgən ja yaudə hugway gudo, kamən ngə dəkəy hugway ro dējân a fadaw ngə bətənay. Dunia ngə kəne yuu dawa ngə nəwagə ngəram jinî tugun akul. Dawa yuu yəkiegû hal hən a bohu.

Ngëräm tugun dual dotor ngwə, dotor nəlâgudə nəhadə billaram hə tetanos (VAT) go nəudə kindin yuu go:

- Kindin hə fer ngə nədugwa kî
- Kindin ngə nəwagə adə kange, hərə kange nəkahagərə hù hə lûgu madabu go nətâl ngəram dəkoh wuli hə ngun dəadə go.

Dotor nəlâgu tansion hə ngəram tugun ngwə, nəamu hal ngə kî adə alû gə. Ngəram tugun tansion adə naal kəri rə jəw ngwə, saha ngə dəwuy ngwə, nəan də gəadə awal wəlla nəhəladə gə aro. Tansion adə naal kəri ngwə, dotor nəudə dawa.

Ngərəm tugun dual dotor ngwə, dotor nəlâgu wuli hæ ngun nəamunə nda akul rə ngəla à. Naamudə rəgə de wəlla wuli hæ ngun dondi ngwə, nəan adan dawa wəlla nəan adə gala ngwə, dəwuy a ngərə dotor.

Ngərəm tugun ci həadan saha bico yəwuy a fadaw hæ dotor :

- Ngərəm ngə dəwuy kuru adə daba
- Ngərəm kabəgə rə jəw yu ngərəm dəgəm yu dəgəram ngə kurù daji dəmu ja, hərə ku rə wuli hæ ngun wanəgə dəmu gə kâgu rəadə.
- Ngərəm ngə dəcal kənguay a ngun dəadə
- Ngərəm tugun ngə dukul rə dondi
- Ngərəm ngə bohu 'rə, dawuy rə awal gəadə wəlla wuli namatə a ngun dəadə gərə nacar
- Ngərəm ngə bohu 'rə, dawuy migəw təlor wəlla dâbu gə təlor, hərə dawuy wuli dâbu ngwə, dəkahay kî dâbu.
- Ngərəm ngə dində dawuy 'rə, yakahalaydə ga daji tugun rəy ngwə, saha bico dual dəwuy a dotor.

Gərə ngərəm tugun saha ci ngwə, dî ngəde co nəu gəadə ga saha bico gətaydəy angal ngwə, kənəm gudo dî ci nau gəadə ngwə, gəâridə dotor rə kawi. Aidə ngwə, de yu wuli hæ ngun yəta yəhəm yâbu a dunia.

Ai ngə gaamunə yuu ga dî dâbu nəu gə ngərəm ngə dəwuy. Hərə yuu ro ngə ngərəm tugun saha bico dəwuy ngwə, dual dəwuy a ngərə dotor.

Gərə naji rəgə ngərəm dawuy a fadaw gudo, dual dotor rə kawi ngwə, dotor nəan dî yuu :

- Nəamunə rə ngərəm dawuy 'rə, dukul rə nga à.
- Nəamunə rə wuli ngə dawuy akul rə nga à.
- Wuli ngə nawuyhi yuu yəhanə billaram hæ hərə (BCG yu Polio 0).

Mænna hæ wuynî wuli

Migaw dâbu hëan yëcëlbû wuli. Dâmu co mæcëlbûnaw rëgë welë amû yajân dë nga.

Kajuwa ngë nëwagë lûgu wuli

Ngërëm re hugway re gudo yëwuy ja ngwë, gabu adan nëji cay. Dotoray yata ilëmû bëlin ga yaamunë rë wuynî ja nëu a fudo hæ hugway wëlla fudo hæ ngërëm. Wuynî ja yuu nëu a ngun dë kajuwa hæ fëlay hæ hugway yu ngërëm jurû ngë yaan adan dawa ja. A hal dâbu ilëmû bëlin ngë këne nau yuu nëdugwa hugway yu ngërëm ngë yëcal wuli ja ngwë, yëta wuli. Aji ngë gëhëgëjënaw rë gëwuynaw ja ngwë, wualaw dotor rëgë gëkienëyaw mænna ngë akul a gabu agûay. Dotor nëlâgu dëgûay kihi co ngwë, nëugûay kakadë ngwë, nëhëganugûay ngërë dotor dëmu.

Âjunî yiman a fargë rë ngulo hæ ngërëm

Ai ngë gaamunë a ngun dë kakadë yuu ga jinî tugun yu wuynî ngë dëgëram yiman adë day gë hëkan yu fokë (18), saha ngë dukul rë tugun yu aji ngë dëwuy co nëji adë bârî yu wuli ngë akul a ngun co nëji anë bârî. Ngërëm ngë dëcal yiman dâbu gë hëkan hëgay (40) ga dawuy wuli dâbu gë hingi, aji ngë dëwuy ngwë, nëji adë bârî, hërë kî adë nëmay rë kawî ja ga dëji tâni.

Ngërëm ngë ngun dë yiman kihi dëwuy gay kihi, de yu welë adë co nëji adan bârî. Welë adë go këna nëhëla hërë wuli hæ bohü dëfëjunë a kuyey rë kawî. Man wuli daji tugun a gë rë kay rë mädëgay ngwë, dono adë ngë wanë nëwiyâw ga dëji tâni ga dëga dëcalay wuli hæ këdugu rë ngëla ja.

Migaw jamay ngë dindë yëcë: Ngërëm ngë dëcal wuli ngëna a gay kuyey, de yu hugway yëhënay rë këte ngwë nungua. Ga yuu ro ngë hugway nëjân yiman kihi rugo nëhënay a gë ngërëm anë. Dî yuu yacih rë këlmay car. Ga yuu ro ngë, saha

yuu 'rə, ngərəm daji tugun ngwə, de yu hugway adə co nəji adan nungua.

Aidə ga yuu ro ngə mənna ngə migəw jammay yuu yakiegəan ga fargə rə yəngənaay ngə dəwuy yəaju a lay yiman kihi rugo dəwuy rəy. Hərə yuu ro ngə hugway yu ngərəm anə yual ngərə malləm wəlla gāw rugo yəan də ngulo adan kâpiay. Dawa ngə yəugūay yuu wəkay yu annî Kəmani ngodo. Dān tāmman an awal ga saha ci ngwə tāmman an awal gə dawa hə dotor. Wualnî dotor dān ngə ngəla.

Hal bəlin ngə nəan də ngulo hə ngərəm kâpiay

Iləmû bəlin ngə kəne dotoray yata yətāl ngulo hə ngərəm ngwə, nəji kâpiay. Dî yuu ngəla gə iləmû ngə dində. Hal bəlin ngə nəan də ngulo hə ngərəm kâpiay yuu dotor jammay ngə yata amari ga yəwagə ngərəm jinî tugun də kawi. Yaan ga yaamunə rə kâni go nəan lūgu dî âbi go ja. Ga dawa yuu yəta a ngərə dotor.

Hal dābu nətahi a ngərə dotor. Aidə ga lūgu ngə acəlbû aan də ngulo həan kâpiay ngwə, nəcəlbû hal njili ngə aligəan. Aji ngə gaalaw dotor ngwə, hal ngə nəan də ngulo kâpiay yuu yəkiegūay. Yəkiegūay rə kəte kəte rə ai ngə akul a day yuu :

- Dawa yuu nəan kîda rə kihimi a hù hə lūgu ?
- Dawa yuu gətənə rə kihimi ?

Gərə a ngun də dawa yuu ngaco acal dî ngə nətaba hù agū ja. Aji ngə gəcəlbû dawa yuu ngwə, dotor nəlāgugū ngwə, nəugū dawa yuu. Dawa yuu naan dəagū dondi wəlla gahəgujən gəan ngwə, gəkwohi gual gə dotor ngə naugū dawa yuu ngwə, gəcicigəan hal həan də bəlin.

Dawa bəlin ngə kəne nau yuu ngəram muh ngə yəjūgu gərə hugway wəlla ngərəm wəlla dədan kihi co yual dotor ngə yəta a lay dawa ngə nəan də ngulo adan kâpiay.

Kapa hæ dawa bəlin

Migəw ci yəhəgujan gə dawa bəlin ngə nəan də ngulo kâpiay yuu ga dawa yuu migəw ci yəcenə ga :

- Dawa yuu nəan də lûgu dondi.
- Dawa yuu nətâl ngərəm dəwuy ja rə ngəndə.

Wəni naka kapa yuu ? Kapa ngə ace dawa yuu nəan də ngərəm dondi, yuu mənna kâni ja, gərə dawa yuu acal hal ngə nətâl hù hæ ngərəm dî bəlin, ai nəan dəadə abbi. Dawa yuu doktor muh ngə nəkəmu hal ngə ngərəm muh nəkegə. Doktor nəan ngərəm kasiba rugo nəudə dawa njugu hæ hù adə. Ai ngə yakiegûay yuu ga dawa yuu nəan ngərəm dî âbi ja. Jinî tugun yu wuyñî dān ngə awal gə dawa yuu.

Kapa hæ dawa bəlin ngə nəwagə lûgu wuli yuu wanəge migəw yəce kâgu rə ai dawa ngə dində yəan a fadaw ngwə, nəwagə lûgu wuli, gərə dawa bəlin yu dawa ngə dində dədan ngəde ngəde.

Dawa bəlin ngə nəan də ngulo kâpiay yuu nəwagə lûgu wuli rə ngəndə ja, gərə lûgu acəlbû awuy ja rə ngəndə ngwə, nual doktor rəgə doktor nəkahalaynə. Gərə kahalaynîhi yuu lûgu ngə aligəan muh ngə nəan, ai ngərəm ngə dəgalgay calayñî wuli a ngun dəadə ja wəlla bohu 'rə, dawuy wuli dābu. Dî yuu ngərəm yu hugway adə co yəyaku rugo yəan.

Dawa ngə nəan də ngulo kâpiay yuu aji ngə gaāju hiinî dawa yuu nəan kîda a hù hæ lûgu rəy ja. Dawa ngə gəhii wəlla libira ngə gəhalhi ngwə, yuu nəwagə lûgu wuli rə ngəndə ja.

3. Figənî kajuwa

Ai ngə gaamunə yuu ga jännî rə kaliyaw yu kəmbu ngəla ngəde ngəde dâbu yu halhinî billaram nəwagə agû kajuwa dâbu. Gərə dî ngə gaan yuu ngaco gudo saha ci ngwə, lûgu nəji dondi muh. Hərə yuu ro ngə tay angal rəgə :

- gəkəy kajuwa ngə nəcih lûgu rə hægwi, ai kajuwa ngə wuli ngəna ngə kurù ahən mənna ja,
- lûgu nakuragə rə jəw gərə nəan cudə a ngu kəte ja ngwə, hù an nəgalgay kuli hə kajuwa ja ga nəji dondi,
- lûgu dondi gəamunə rəgə dawa fəydəa gəan ngwə, gəan anə dawa a fadaw wəlla gəârînə dotor.

Ai ngə gaamunə yuu ga yəngənaay ngənaay dədan ngə kajuwa nəcihdan də jəw. Ai ngə yakiegû a bohu yuu ga a ngun də lartə hə Tchad, ngun də yəngənaay hingi gaamudan ngwə, kamən ngə yiman adan aji hingi ro kəte kajuwa nəhəla. Kərmə ngə yəngənaay yuu dâbu həan co kajuwa kâkənə yuu ngə kəte həan nəhəla : **kajuwa hə ngun, pali (kange) yu tulay**. Kajuwa kâkənə yuu kəladu gə yəngənaay ngə kəna nahəla. Fudo hə kakadə 18-21 naka mənna hə kəmbu fəydəa.

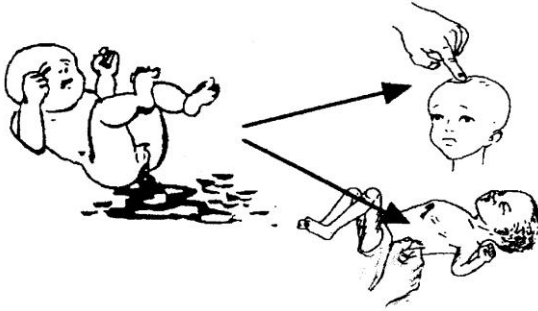
Hal ngə nəwagə wuli ngəna kajuwa anə jinî təbay

Calaynî yəngənaay ngənaay rə ngəla akul a yimay hə migəw adan jamma. Kajuwa hə yəngənaay yuu gəkəynə ngwə, gəwagə adan matənî.

Gəcəlbû gəcalay wuli ngəna ahəm yâbu ngwə, kəmbu ngəla dān ngə fəydəa rə jəw :

- Wuli ngəna ngə nəhəm kəmbu ngəla nəji dondi rə kawî ja, gərə kajuwa nacihnə gudo nəkə rə kawî.
- Wuli ngəna dondi gəunə kəmbu rə dâbu. Nakə gudo gəunə kəmbu dâbu yu amay dâbu a ngun də kiya kəte rəy rəgə nəta dono həan ngə wanə.

Kajuwa hæ ngun



Kajimu hæ ngun dân kajuwa kihimi ?

Aji ngə lûgu nəkə nungu rə amay gay hingi wəlla dâbu gə hingi a ngun də yəraw kəte ngwə, kajuwa hæ ngun ngə nacihnə.

Lûgu aan yertə ngwə, amay hæ hù hæan dâbu nəcar. Kajuwa ai kolera nəgaw amay dâbu hæ hù hæ lûgu ga nəhəla migəw jammay gudo rə kawi (amu fudo 74-76).

Wuli ngəna dân yertə ngəra gudo nəhəlanə, hərə amay hæ hù hæan nəbal rə kawi. Aidə ga amay ngə nacar yuu gakwohi gakahal hù hæan ja ngwə, wuli ngəna nəmatə, ai wanay ngə yakahagərə amay ja.

Amay hæ hù hæ lûgu nəji ngəna ngwə, gəkəy rə kihimi ?

- Lûgu nəan yertə go koray hæan nəji ngəna go.
- Wuli ngəna ngwə, nəji tâni go nəcuy go yəl an go nəji bala himilo.
- Wuli ngəna nakuragə rə jəw ga saha bico nəjân a bən.

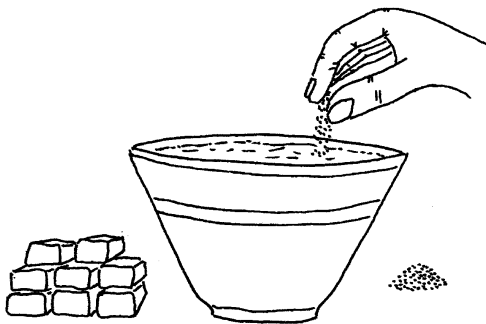
- Gacih cûrugu hæ ngun wälla hæ yimay gacâl ngwə, cûrugu yuu nəkwohi nəu ngərə hæan ngə wanə rəy ja.

Wəunə amay hæ hiinî rə kawi rəgə nəjân də aroa !

Amay gaunə rə kawi ja ngwə, lûgu yuu nəji tâni go, yəl an nəji jûgo go, angala nəwiyâw ngwə, saha ci ngwə nəmatə.

Gəan mənî rugo gəwagə amay hæ hù balnî ?

Amay mandaa sîgura dân muh ngə dawa ben ngəla hæan ngə nəwagə lûgu kərmə. Amay mandaa sîgura nəkərə kajuwa hæ ngun ja, gərə manda nəcalay amay a ngun də hù. Sîgur go nəunə lûgu dono. Amay mandaa sîgura ngə akul a ngun də kakadə yuu, dotor nəunə lûgu ngwə, lûgu nəjân də aroa. Na muh gudo gəga gəhəlay a fadaw agû. (Kuli hæ kajuwa ngə akul a ngun də lûgu, saha ci ngwə, nəkiegə yertə ngwə, nəcar waray.)



Jûgu amay kaliyaw gəsasa kəte rəgə gəkahal manda njotə gay kihi yu sîgur hæ bot fokə wälla sîgur fənjəl ngəna kəte rugo gəhâllu rə ngəla.

Amay mandaa sîgura yuu wəunə wuli ngəna rə ngənaay ngənaay rəgə nəhii, gərə aji ngə naan yertə benco gəunə nəhii. Aji ngə amay yuu nabal ngwə, gəhəlay ngədə rəy. Kamən ngə akə jəkə gəunə jurù.

Gərə wuli ngəna ngə aan yertə acal hal yuu ngwə, ârinə dotor rə kawi :

- aan yertə rə ki
- amay hə hù həan nabal rəgə naji tâni rə jəw rəgə aga ahii amay mandaa sùgura ja ngwə, âri dotor rugo nəyegəan gəlas.
- nahii amay mandaa sùgura magə kihi co nakə ja ngwə, âri dotor rəgə dotor nəlâgu nungu anə rəgə naamu a lay kuli hə kajuwa ngwə, nəunə dawa həan.
- aan yertə yu kəlgədə co a ngun də yəraw kəte ngwə

Məni nətâl lûgu nəan yertə ?

Kuli hə kajuwa ngəde ngəde dâbu ngə nəyel gay hə lûgu ngwə, nual ngun də anday ngwə, nətâl lûgu nəan yertə. Kuli hə kajuwa najâlgu kəmbu hə həmnî wəlla yimay wəlla ngun də amay hə hiinî ngwə, nəyel gay agû rə həgwi. Dî ngə nətâl lûgu nəan yertə yuu jânnî rə kanju. Ngo dî yuu co nətâl lûgu nəan yertə :



- Kəmbu ngə hâju natətəmagəan yu kəmbu ngə napu yu kəmbu kəlî yu kəmbu ngə nano rə ngəla ja
- Kəmbu ngə akul a ngun də kəlaw kanju
- Amay hə kulu yu amay hə ful ngə natəkawhi ja yu biberon ngə yabenu rə ngəla ja
- Wuli ngəna ngə yawagəan kuyey, hərə wuli ngəna ngun dəan kurù nakəy kəmbu təbay ja.

Yertə gəani gəan də kihimi ?

Gəcəlbû gəwagəhi yertə ngwə, dî ngə nəyel gay, ai yimay yu amay yu kəmbu an də kaliyaw. Ngo yuu dî hə calaynî a ku :

- Hii amay kaliyaw (amu fudo 16).

- Wəunə wuli ngəna kuyey. Ngə gəunə wuli ngəna biberon ja, hərə benunî həan awal ga kuli hə kajuwa nəwuy a lay.
- Kamən ngə gətəkaw way yu gəhəm way co gəbenu yimay agû rə sabun. Gaal gau a ngəbədi wəlla gatətəmagə lûgu dondi ngwə, benu yimay agû rə sabun.
- Cagəri kəmbu hə həmnî rə ngəla rəgə hâju akahalgu kuli hə kajuwa ja.
- Təkaw kəmbu tulay rəgə gəhəla kuli hə kajuwa.

Madabu hə hù

Madabu hə hù dân muh cigəan kajuwa ja, gərə kajuwa dābu nəan də hù madabua. Madabu hə hù dābu həan kange (pali) ngə nəkahagə lûgu, gərə tulay yu yertə ci yu kungu ngə naji kugua, dân co nəkahalgu hù hə lûgu madabu. Wuli ngəna hù həan naji madabua rə jəw ngwə, kajuwa anə nəji təbay. Âw hə hù donoa rə jəw ngwə, kərgən co nəhəngə awal ga dî yuu nətâl wuli ngəna nəan mətə go hù an nəji kəlmay go. Hù madabua, tulu rə kawî kamən ngə ayel kərgən ro.

Lûgu hù həan madabua ngwə, gəan anə məni ?

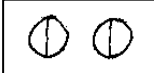




Hù hə lûgu âwa ngwə, gəan âpi gudo hù yuu gətulu rə :

- Gəcagərinə kajimu ngwə. Âjunə rə fəkə wəlla tâlnə kajimu ngəna ci rəgə gətaynə a waray.
- Wəunə amay dābu rə jəw ahii.
- Tâl kajimu amay rəgə gəcagəri lûgu hù həan madabua. Kajimu nakwi benco gəan də kəlf ngwə, gəcagərinə. Wuli ngəna ngwə, gəbenunə rə amay tulay.
- Gəunə kindin hə **Paracétamol** wəlla **Aspirine**. Aidə ngwə, kindin nəjigay madabu hə hù. Gərə tay angal :

Paracétamol yu Aspirine nətulu rə hù muh, gərə nəkə rə kajuwa ja !

Paracétamol yu Aspirine gəke rə kihimi ?

Kindin yuu gahii ngwə, gəjân ngun də saha hərəkə wəlla fokə rugo gəhii ngədə rəy, gərə madabu natulu ngwə, dawa yuu gəhii rəy ja :

- Lûgu dəmu ngə acal kilo 60 wəlla dābu gə 60 nəke kindin 2 
- Wuli ngəna ngə acal yiman 8 rugo ârinî yiman 13 rəgə acal kilo 30 nəke kindin 1 
- Wuli ngəna ngə acal yiman 4 rugo ârinî yiman 7 rəgə acal kilo 15 nəke reda hə kindin 
- Wuli ngəna ngə acal yiman 1 rugo ârinî yiman 3 rəgə acal kilo 10, kindin 1 gəfiyanə rə kākənə ngwə, gəunə kəte həan 
- Wuli ngəna yiman həan kəte rəgə acal kilo 6 rugo ârinî 8 kindin kəte gəfiyanə rə həgay ngwə, gəunə kəte həan 

Wuli ngəna ngə acal day gə kiya kihi gəunə Aspirin ja.

Gərə madabu atulu ja rəgə lûgu angal həan nawiyâw ngwə, âri dotor rə kawi.

Kange - Paludisme, Pali



Pali (kange) bəla naji yiman ngwə, kajuwa yuu akul rə dābu. Fu ngə akul a kəla hə kulu wəlla ful yuu, saha bico pali nəcih a lay migəw. Hərə amay yuu ro ngə fəlâci nəwuy ga nəji a lay dābu ga fəlâci muh nəunə lûgu pali. Pali nəan də gə lûgu dəmu bâri, gərə nəhəla yəngənaay ngə rə jəw, hərə yəngənaay hù adan nəga nəani gə kajuwa yuu ja. Ngəram tugunay co pali nəcihdan də jəw hərə hù adan nəji tâni ga nəani gə pali ja : madabu hə hù saha ci ngwə, nətâl ngərəm dəkoh wuli. Pali nəan də hù hə lûgu tâni ngwə, nəhəkallu kî həan də kawi.

Pali gəkəynə rə kihimi ?

Madabu hə hù dân muh dî ngə gəkəynə a bohu. Fəlâci nahəm lûgu rəgə najân cəy həkan ngwə, lûgu hù həan nəkahagərə âw donoa.

- Hù nəji âwa go,
- ku rəan nəfogə go nəyel kəladəri go,
- nəan kəlgədə wəlla nəan yertə,
- ahay həan nəkəlam go,
- nəlolo go.

Tay angal : Madabu hə hù migəw yəce kəgu pali muh ngə nəunə lûgu, gərə kajuwa ngəde dābu co nəkahagə lûgu madabu. Aidə ga gəhən kajuwa agû ja ngwə, wual dotor rəgə yəan agû kasiba rəgə yəkəy kajuwa agû. Aidə rugo gəta dawa ngə nəkə rəagû rə ngəla.

Pali nacih lûgu ngwə, gəan məni ?

Lûgu hù həan madabua rə jəw ngwə, ârinə dotor rə kawî.
Dawa bəlin ngə kəne yata a ngərə dotor yuu nəkə rə lûgu rə kawî. Gərə kəy dawa ngə gəunə lûgu a fadaw co. Aji ngə gəan lûgu dawa ngwə, gəunə amay dābu nəhii.

Tay angal : Gaunə lûgu dondi dawa a ngun də cəy kâkənə gərə naji ngəlgo ja ngwə, wəlla nahii kindin ngwə, nəan kəlgədə, ârinə dotor rə kawî.

Kindin hə pali dābu həan co gəhii cəy kâkənə. Kindin yuu gahii yəraw kəte ro nəkərə agû ja. Kindin yuu gake rə kalkal ja ngwə, nəkərə agû ja. Aidə ngwə, kuli hə kajuwa nəji donoa gə ngə wanə ga kindin nəga nəhəla kuli hə kajuwa rəy ja.

Pali nəcih lûgu rə kihimi ?

Aji ngə fəlâci nacirə lûgu ngə acal pali ngwə, kuli hə kajuwa nəjân a ngun də fəlâci həgwi rə cəy həkən rugo nəfəgən ngwə, fəlâci yuu nacirə lûgu ngədə nga ngwə, kuli hə kajuwa nəyel ngun də kî həan. Lûgu ngə fəlâci yuu nacirəan najân həgwi rə cəy həkən ngwə, dân co nəji dondi. Bəla naji yiman wəlla ngərə amay nahənay a lay wəlla ngərə bədə kəlî akul a lay, dî yuu ngaco nətâl fəlâci nəwuy ga migəw dābu pali nəcihdan.

Gəan məni rugo gəani gə pali ?

Amu dî kihi yuu :

- Wagəhi fəlâci rəgə ahəmgû ja.
- Həlagə ngərəm tugun rəgə gəudan dawa ngə nəwagə adan pali.

Gacəlbû gəani gə fəlâci ngwə, an dî yuu :

1. Wagə fəlâci wuyhinî a fu nagû !
2. Həla fəlâci ngə akul a ngun də fadaw agû ! (Amu fudo 12-15 hə calaynî fadaw rə kaliyaw !)
3. Na yu fəlâci jânnaw a ngu ngəde ngəde !

1. Fəlâci gəwagəan wuyhinî a fu nagû rə kihimi ?

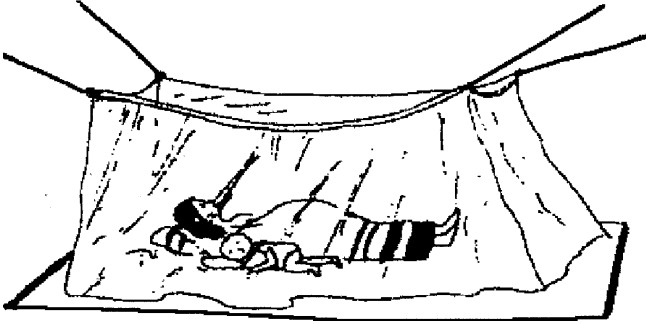
Ai ngə gaamunə yuu ga fəlâci nəwuy a ngun də amay ngwə, nətəmahi a ngun də bədə. Hərə yuu ro ngə :

- Gun fadaw agû a cobay rə kulu yu ful !
- Cagəri bole yu kəlaw hə amay ngəde co !
- Benu taha kanju rəgə nəkwî !
- Ngə gəâju dî ngun dəan amay a a ngun də kare ja (ai cù rə mota yu kop fede), hərə amay nəkahalhi ngwə, fəlâci nəwuy nəji a lay dâbu.
- Fa wuləm ngə ful nəhənay a lay ! La dibel rəgə amay hə kare ngaco nəcar waray !
- Həlay wuləm hə nungu a cobay rə fadaw agû !
- Kəho bədə kəlî ngə akul a kəla hə fadaw agû ! Ngə gəhəli wanay kəlu həan təbər a kəla hə fadaw agû ja.
- Calay ləman agû a cobay rə fadaw agû !

2. Həla fəlâci hə ngun də fadaw agû !

Cagəri gay fadaw yu fənetər rugo gəkahal fadaw asam hə fəlâci. Gəjân minti 30 rugo gəyel fadaw yuu. Gərə gacəju gay fadaw yu fənetər ngwə, fəlâci nəkwohi nəkahalhi rəy. Hərə yuu ro ngə, gagalgay ngwə, gay fadaw yu fənetər co təl teme (amu fudo 13).

3. Gəcəlbû rəgə fəlâci ahəmgû ja ngwə, jân a cobay rə fəlâci :



- Aji nawul ngwə, tâl yəngənaay agû hange ! Na muh co yel hange !
- Kənəm muh rugo fəlâci nəhəm lûgu. Aidə ga ngə gəjân a waray ja wəlla yel kajimu təbay ngə nəwagə agû fəlâci.
- Aji ngwə, âri hangə agû ngərə dotor rəgə yətâl asam hə fəlâci ngwə, asam yuu nəhəla fəlâci ngə nətəmagə hange a ngun də yiman kəte co. Nawle hə gay fadaw co âri yətâl asam hə fəlâci yuu.
- Aji ngwə, gay fadaw yu fənetər co tâl gay həan teme. Aidə ngwə, kuli nəyel fadaw agû ja.

Tulay

Tulay migəw yəamunə rə dān kajuwa âbi ja, gərə tulay naji təbay ngwə, dān yu yertə yu pali, dədan muh ngə yəhəla yəngənaay ngənaay rə jəw a ngun də lartə hə Tchad.

Migəw dābu yəkəy rə tulay nəhəla lûgu ja, gərə yakəynə rə kawi ja ngwə, nəji tulay təbay ga wuli ngəna nəga nəkè rəy ja.

Tulay gækəynə rə kihimi ?

- Lûgu nəfo bogə go,
- cənay həan nəkahay amay go,
- bâgər həan nəji awal go,
- saha ci ngwə nəkahagərə hù həan madabu go.

Wuli ngəna tulay anə kudəbay ngwə, gəan anə mənı ?

- Tay wuli ngəna a ngu kəte !
- Bəla lieni ngwə, calaynə a ngu âwa !
- Wəunə dî gədəhə hə hiinî ai amay hə nana kure wəlla amay hə lemin!
- Amay âwa hə nana kure wəlla wanay kâbədi nəkəbagərəhi ngwə, nəan cudə a gə rə madabu həan rugo nəhii.
- Həmatə bogə həan letəm bul !
- Wəunə amay yu kəmbu rə dâbu. Naanində gudo gəunə rəy. Tâlnə rəgə nəhəm go nəhii go rəgə nəcalay dono həan. Gərə ngə gəkahalnə amay wəlla kəmbu rə dono ja, hərə nəan anə mətə ngwə, nəan də tulay anə təbay. Gəunə amay wəlla kəmbu ngwə, ngə gəhəlagəri cənay həan ja.
- Tulay kudəbay ngwə, gəan anə dawa ja.



Tulay naji təbay ngwə, gækəynə rə kihimi ?

Man wuli yu bətən wuli yətay angal ngwə, yəkəy hal hə tulay təbay :

- Wuli ngəna hù həan nəji âwa rə jəw.
- Wuli ngəna nəan cudə rə awal gəan go cudə həan nəji kabəgə go.

- Lûgu aan cudə ngwə, nəan də kəgala,
- bogə an go nəji awal, nəfo bogə rə jəw go.
- Wuli ngəna naanində amay.

Gaamu dî yuu ngwə, gəan mənî ?

Wuli ngəna ngə acal hal yuu kajuwa akəra ahəlanə. Ârinə dotor rə kawî rəgə aro həan nəjân a dunia rəgə nətə yâbu.

Gərə dotor naunə dawa ngwə, dawa yuu gəunə wuli ngəna rə kalkal rə ai ngə dotor nacegû. Aidə ngwə, dawa nəhəla kuli hə kajuwa yuu ngaco (amu fudo 123-126).

Tulay nəcih lûgu rə kihimi ?

Lûgu aan cudə ngwə, kuli hə tulay nəyel hù hə lûgu a cənay yu gay co. Lûgu ngə tulay nacihnə afo bogə wəlla ahal wotisa yu aan cudə ngwə, kuli hə tulay nəcar ngwə, lûgu ngəde ngə akul a kəla həan yuu kuli hə tulay nəyel hù həan. Həmbârə yu bəbər akul ngwə, tulay nəcih lûgu rə hægwi, hərə kuli hə tulay nəji donoa a ngu tulay go, bəbər yu kənjay yu ahi kero nəan də kərgəbu yu cənay yu bəgər kəlmay go.

Gəan mənî rugo gəwagə yəngənaay tulay ?

Dî hə hərə daba yəjân a gə rə həmbârə ja :

- Bəla lieni rəgə najî kənəm ngwə, tâldan kajimu təbay.
- Tâldan yəgiel kəbal.
- Kənəm bəla tulay ngwə, gəcagəridan.
- Wagə adan həmbârə yu ahi tulay.
- Benudan a yəraw rə amay gədəhə.
- Wagə adan bəbər yu kənjay (hə wanay yu hə taba).
- Calay yəngənaay a cobay rə lûgu ngə tulay nacihnə rəgə audan tulay ja.
- Bəla najî kəlbay ngwə, tâl cənay adan fələ ngəna ci rəgə nəcalay cənay adan də kurəcay.

- Wəunə yəngənaay kəmbu yəhəm rə ngəla rəgə yəji donoa rəgə yəani gə kajuwa.

Nəm man wuli yu na bətən wuli, taynaw angal rəgə gəkəynaw kajuwa kākənə ngə yəngənaay yuu rəgə gəannaw dawa həan də kawi !

- Ngə gəcalay tulay rə dī kudəbay ja !
- Wuli ngəna aan yertə ngwə, amay hə hù həan ngə nacar yuu kahalnə rə kawi ! Wəunə amay mandaa sūgura !
- Wuli ngəna hù həan madabua ngwə, tulu rə hù həan də kawi rəgə aji anə bārì ja ! Hù həan madabua rə jəw ngwə, ârinə dotor. Dotor akul a cobay ngwə, an anə dawa hə pali a fadaw !

Kajuwa hə yəngənaay ngə billaram nəwiyâwrə

Kajuwa hə yəngənaay ngə yaka a həndu billaram akəra awiyâwrə. Kajuwa ci nawiyâw rə ngəndə. Kajuwa ngəde ai kûku yu polio go naji ngəna.

Təninim

Təninim dân kajuwa âbi ngə nəhəla yəngənaay. Billaram kəte ləy ngə yəha wuli ngəna kiya həan həligâr nəwagə wuli ngəna kajuwa yuu rə ngəndə. Bəla naji kəlbay ngwə, təninim akul rə jəw. Aji ngə kajuwa nacih migəw dābu a bəla kəte ngwə, kajuwa yuu naji bala. Hokəma nəga nətâl migəw tabəra ngwə, yəngənaay dābu yiman adan



day gə həkan yu hingi (15) yəhadan billaram hə təninin rəgə yəwagə bala yelnî lartə. Hərə mənî ngwə, yəngənaay ngənaay muh təninin nəcihdan də jəw.

Təninim gəkəynə rə kihimi ?

Wuli ngəna ngə təninin nacihnə acal hal yuu :

- Wuli ngəna hù həan nəji âwa.
- Nakuragə go, nəcuy go.
- Saha ci ngwə, nəan yertə.
- Saha bico ngudi a gəan go.
- Nəfo bogə rə kəlmay go cənay an nəkahay amay go.
- Yəl an nəji kəmeay go.
- Njállî nəcar a gə gay an go.

Kajuwa nacihnə rə cəy kâkənə wəlla hingi ngwə, njállî nəcar a gə baha həan, kuren a gə wuy həan, kuren a gə rə hù həan ngaco. Madabu hə hù həan saha ci ngwə, nəji donoa.

Wuli ngəna ngə nahəm kəmbu rə ngəla najân cəy hingi wəlla hərəkə ngwə kajuwa nəkə cigə an.

Gəre wuli ngəna ngə wanə dondi wəlla kəna nahəla, təninin nəga nəan dəan kəmbû wəlla mugəa wəlla nəhəla gə aro. Amu kajuwa hə ngun a fudo 39-42 yu kajuwa hə tulay a fudo 47-50 !

Wuli ngəna təninin nacihnə ngwə, gəan anə mənî ?

Âri wuli ngəna dotor rə kawî rəgə yəunə dawa ngə nəan də kajuwa anə kudəbay : **Bitamin A** nəhəlagə yəl an yu **antibiotik** go nəwagəan kajuwa jinî təbay. Kuren gəunə amay mandaa sūgura rəgə nəwagəan amay hə hù həan maynî.

Wuli ngəna akul a ngun də fadaw ngwə, âjunə rə fede go wəunə kindin hə Paracétamol go rəgə âw hə hù həan nətulu. (Amu madabu hə hù a fudo 42-44). Wəunə amay wəlla yini wəlla bələm ahii rə dâbu. Wəunə kəmbu nəhəm gay hingi a

ngun dā yəraw kəte ngwə, nəta dono həan ngə wanə : wəunə kəmbu ngə acal pəroteyin yu bitamin dābu (amu fudo 18-20) ai yini yu welə wanay yu ki yu hù. Nakè gudo kamən ngə kiya kihi acar co a ngun dā yəraw kəte gəunə kəmbu gay hingi. Kəmbu gədugwaldə yini dābu.

Yəm benco benu yəngənaay rə amay gədəhə yu sabun. Benu yəl adan dā amay kaliyaw. Bâgər adan awal wəlla yəfo bogə ngwə, yəkəbagərəhi a gə rə madabu hə amay âwa. (Amu tulay a fudo 47-50, yu kajuwa hə annî cudə a fudo 60-65).

Təninim nəcih lûgu rə kihimi ?

Təninim nəcih lûgu rə ai tulay (amu fudo 48-49) wəlla ai kajuwa ngədə hə kərgəbu. Aji ngə lûgu dondi afo bogə wəlla ahal wotisi ngwə, kuli hə təninim nəcar a ngun dā ahi ngwə, wuli ngədə akul a kəla həan ngwə, kuli hə kajuwa nəyel cənay həan wəlla gay həan. Wuli yuu najân cəy həkan (10) wəlla həkan yu hingi (15) ngwə, wanəge dān co neji dondi. Aji ngə wuli ngəna ngə acal təninim nakoh cûlulu wəlla nafu cənay a gə rə lu ngwə, kuli hə təninim nəjân a gə rə lu ngwə, wuli ngədə awaca a ngu yuu ngwə, təninim nəga nəcihnə. Kuli hə kajuwa nəjân a ngun dā ahi ngwə, ahi nəâri fadaw ngədə wəlla fu ngədə. Bəla kəlbay ngwə, təninim akul rə jəw hərə ahi kero nəkəgar ngun dā cənay yu bâgər yu kərgəbu ngwə, nəji tînu ga kuli hə kajuwa nəyel rə həgwi gəan.

Təninim gəani gəan dā kihimi ?

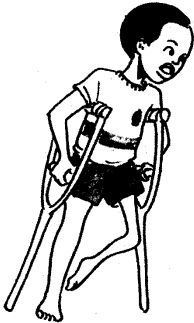
Gəhal yəngənaay ngə yəcal kiya həligâr billaram hə təninim. Aidə ngwə wuli ngəna naji babu. Aji ngə hokəma najiga halnî yəngənaay ngə yəcal day gə yiman həkan yu hingi (15) billaram ngwə, âri yəngənaay yəhadan billaram rəy. Yəhadan gay kihi ngwə, nəwagə adan təninim rə ngəndə. Gərə lûgu ngə wanə təninim nəcihnə ga nakè naji babu ga təninim nəcihnə rəy ja rə ngəndə. Hù həan acal dî ai hâkər ngə nəhəla kuli hə

təninim ngə ayel hù həan. Gəre wuli ngəna ngə təninim nacihnə ja ga nahalhi billaram ja kajuwa hə təninim nəcihnə rə hægwi. Ga yuu ro ngə nəjân a cobay rə lûgu ngə acal təninim.

Wuli ngəna wəunə kəmbu ngəla dābu ngə aganə, kamən ngə kajuwa acihnə go, kajuwa nacihnə ga akul rə dondi go, aji ngə nakə go. Aidə ngwə, kajuwa nacihnə gudo nəkə rə kawi. (Amu fudo 18-20 hə kəmbu ngəla !)

Polio

Polio kajuwa kihimi ?



- Polio kajuwa ngə nəan də lûgu dungu wəlla ngurtigi.
 - Wuli ngəna ci həan nəmatə.
 - Polio nəcih wuli ngəna ngə acal day gə yiman hingi, gəre saha ci nəcih lûgu dəmu co.
 - Kajuwa nəcih lûgu rə ai tulay.
 - Wuli ngəna nəan kəlgədə go hù an nəji madabua go.
- Nəji tani go kay rəan nəji awal go.
 - Yəngənaay ci yəji ngurtigi ja rugo yəkə.
 - Ci həadan yakə gudo, yimay adan wəlla cù rəadan nəji ngurtigi a ngun də cəy hingi.
 - Wuli ngəna ci həan nəga nəlû ja ga cù rəan nəmatə ngwə, cù rəan nəkudagəhi rə kawi.

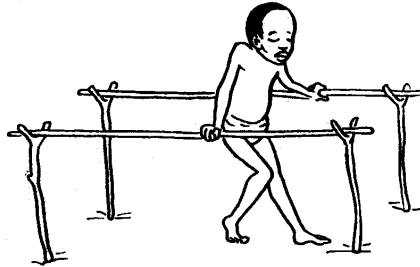
Lartə amû acəlbû rəgə yəngənaay ngə yəcal day gə yiman 5 ngaco yəhal billaram hə polio rəgə awiyāw rə polio a lartə.

Wuli ngəna polio nacihnə ngwə, gəan anə məni ?

Wual dotor rə kawi ! Aidə ngwə, dotor nəlāgu nəamu wuli ngəna yuu acal polio rə kəni à, hərə saha bico yəkahal billaram hə polio ga polio wanəge nawiyāw a lartə rə jəkə. Wuli ngə polio nacihnə dotor nəunə dawa hə ngərəan awal, gərə ngu ngə polio nacih ga namatə nəkə rəy ja.

Aji ngə wuli agū cù rəan wəlla yimay həan namatə ngwə, gəjiji rə amay gədəhə. Wəunə kindin hə Paracétamol go. Kindin yuu nəkə rə lūgu ja, gərə nətulu rə ngu awal. Gəcih yimay həan go gənene rə, gəcih cù rəan go gəcācal, gəkwo dagə go, gəfefe go.

Gəkəmu wuli ngurtigi lūnī ledə ngwə, wəunə wanay kihi ngə nətāl day rə kəgətə həan də fudo fudo rə ai karama ngə yakəmu a kəri yuu. Wəlla gəla wuləm həgay a kəla hə mādəgay rəgə gətāl wanay həmuə həgay ngwə, gətāgərə wanay kəpi kihi rə hito hito ngwə, wuli yuu nəcih wanay yuu rə fudo fudo ngwə, nəlū a bohū rəan ai ngə gəamunə a karama hə bohu yuu.



Polio nəcih wuli ngəna rə kihimi ?

Kuli hə kajuwa hə polio nəcar a gay yu cənay hə lūgu dondi. Kuli hə kajuwa yuu akul a ngun də nungu ngə lūgu dondi go, ga saha ci ngwə, nəyel dī hə həmnī yu dī hə hiinī. Kuli hə polio nəyel cənay wəlla gay hə lūgu ngədə ngwə, saha ci ngwə nəan dəan dondi.

Wuli ngəna gəwagəan polio rə kihimi ?

Ai ngə gəamunə a fudo 22-24, billaram ngə nəwagə lūgu polio akul. Billaram yuu libira ja, gərə amay ngə yəkol gay lūgu rə

tollo tollo. Ai ngə gaamunə yuu ga wuli ngəna yahanə billaram gay həgay rugo nəji babu rə ngəndə. Yəhanə billaram :

1. nawuyhi mia
2. wuli ngəna acal magə hərakə
3. wuli ngəna acal magə həkan
4. wuli ngəna acal magə həkan yu həgay.

Migəw ngə yaha ku rəadan mādəgay a fudo hə nəngadə hə lūgu yəcəlbû rəgə yəngənaay hə dunia ngaco yəhalhi billaram hə polio rəgə yəwiyâwrə kajuwa yuu a dunia ngaco. Lartə hə dunia ngaco yəan kîda rə kəte yuu. Migəw yuu yatay yəm ngə yəhal a lay yəngənaay billaram ngə yəcenə ga «Yəraw hə billaram hə Polio», hərə yəcəlbû rəgə polio awiyâw a dunia jəkə. Billaram yuu yəunə yəngənaay ngə yəcal yiman day gə hingi rə budə.

Migəw ci yəwagə welə adan kahalnî billaram hə polio hərə yahəngə habar âbi ngə nau a lartə ci. Habar yuu ace wuli ngəna ngə yakahal billaram hə polio nəwuy rəy ja rə ngəndə. Gəkəy rə mənna yuu loh fû ngəra :

Yəngənaay ngə yahadan billaram hə polio cāndu nəji yiman dābu a ngun də lartə amû. Mənna yuu kâni ngwə, yəngənaay ngə yahadan billaram ga yaji jamma yuu kâni ngwə kâgu dədan co yəwuy ja. Gərə mənna yuu kâni à ?

Habar yuu wanəge yataba rə dawa ci ngə nəwagə ngərəm wuynî. Dawa yuu yəhii a gay wəlla yəhal rə libira ngwə, nəwagə ngərəm wuynî a hartə ci (a ngun də kiya kəte wəlla kākənə). Saha yuu nakəmay ngwə, ngərəm dəji tugun. Dawa ngə yəhii a gay wəlla yəhal rə libira ngwə, nəwagə lūgu wuli rə ngəndə akul ja. Dî ngə akul yuu kahalaynî lūgu muh, dān ngə nəwagə lūgu wuynî rə ngəndə.

Kûku

Kûku kajuwa tɔbay gə wuli ngəna, gərə hərə billaram ro nəcih lûgu rə jəw ja. Wuli ngəna ngə acal day gə kiya kihi kajuwa hə kûku nacihnə ngwə, nəji anə tɔbay rə jəw. Kûku nahəla yəngənaay dābu.

Kûku gəkəynə rə kihimi ?

Kûku nəcih wuli ngəna ngə acal yiman day gə hingi.



- Nəcih wuli ngəna rə ai tulay.
- Afo bogə ngwə, cudə həan nəji tɔbay.
- Aan cudə ngwə, bogə həan nəkanju rə ai kugwi ngə ahal wuy. Ga yuu ro ngə yatəl həmu həan də kûku.
- Wuli afo bogə ngwə, nədugwaldə kəlgədə jurù.
- Saha ci ngwə, cûlulu hə bogə yu kəlgədə acal kî.
- Saha ci wuli ngəna afo bogə ngwə, angal həan nəwiyâw.
- Wuli ngəna nakə gudo, kəgal hə bogə həan nəjân kiya kəte wəlla dābu gəan.

Wuli ngəna kûku nacihnə ngwə, gəan anə mənî ?

- Kajuwa yuu kəladu ga wuli ngəna ârinə dotor rəgə yəan anə dawa.
- Wuli ngəna akul a fadaw ngwə, taynə a hito kəte rəgə gəhənay a kəla həan.
- Tâlnə aan cudə a gə rə madabu rəgə gəcagərinə a ngu kəlî. Gəan də ngu kəlî ngwə, gətəl kajimu amay ngwə, gədərə a kəla həan.
- Wəunə kəmbu fəydəa ahəm gay hingi a ngun də yərəw kəte. (Amu fudo ngə naka mənna hə tənininim). Aji ngə naan kəlgədə benco wəunə ahəm yu ahii.

Kûku nəcih wuli ngəna rə kihimi ?

Kûku nəcih wuli ngəna rə ai tulay yu ai tənanim yu ai kajuwa hə kərgəbu ngəde. Lûgu dondi afo bogə wəlla ahal wotisi ngwə, kuli hə kajuwa nəcar a cənay yu gay həan ngwə, nəyel cənay yu gay hə lûgu ngəde nga.

Gəani gə kûku rə kihimi ?

Billaram hə kûku nəwagə wuli ngəna kûku cihnənî rə ngəndə. Billaram yuu dān yu billaram hə difteri yu billaram hə tetanos ngaco nadugwaldəhi mādəgay rə kəte. Billaram yuu yəcenə ga DTC. Billaram yuu yəha lûgu gay kākənə :

1. wuli ngəna ngə acal magə 6,
2. wuli ngəna ngə acal magə 10,
3. wuli ngəna ngə acal magə 14.

Gəcəlbû gəwagə wuli ngəna ngə acal kûku kahagənî yəngənaay nga kûku ngwə, wuli dondi calaynə a ngu ci gəan. Na yu maay fadaw agû ngaco gəjānnaw rə kaliyaw rə ai ngə yakiegûay yuu (a fudo 10-15), ga tay angal rəgə gəwagəhi kajuwa ai tulay yu kajuwa ngəde hə kərgəbu (amu fudo 60-65). Wuli ngəna tilām ngwə, gəunə kuyey hərə yini hə kuyey nəcalaynə ngwə, nəwagəan kajuwa.

Tetanos

ngə nəcih wuli ngə nawuyhi daba

Ngəram tugun yahalhi billaram hə tetanos ngwə, wuli ngəna ngə awuyhi tetanos nəcihnə ja. (Amu fudo 84-86 hə tetanos !)

Wuli ngəna ngə nawuyhi daba yuu tetanos nəcihnə ngwə, gəkəy rə kihimi ?

Wuli ngəna ngə nawuyhi najân cəy minda ci ngwə, hù həan nəji kəlməy ga nəga nəcih kuyey ja. Nata dawa hə doktor rə kawi ja ngwə, nəmatə rə kawi.

Wuli tilâm ngə tetanos nəcihnə, gəan anə mənı ?

Âri doktor rə kawi. Gəâju a fadaw ngəra ngwə, nəmatə.

Wuli ngəna ngə nawuyhi daba yuu tetanos nəcihnə rə kihimi ?

Kuli hə tetanos nəyel hù hə lûgu a ngun də tînu. Wuli ngəna ngə nawuyhi daba yuu kuli hə tetanos nəyel hù həan a tînu hə dâbù rəan, gəre dâbù yafəju rə dî fina wəlla dâbù yacagəri tînu həan də kajimu kaliyaw ja ngwə, kuli hə tetanos nəyel tînu rə hægwi gəan.

Wuli ngəna ngə nawuyhi daba gəwagəan tetanos rə kihimi ?

Ngəram ngə kəne muh daji tugun ga yuu muh kuru adə ngwə, kamən ngə dəwuy ro ngə dəhalhi billaram hə tetanos gay kihi. Daji tugun benco yəhadə billaram kəte. Dahalhi billaram hingi yuu ngwə, dəwuy rəy ngwə, tetanos nəcih wuli tilâm ja. De go nəcihdə ja rə ngəndə.

Tay angal : billaram hə tetanos ngə yahal man wuli nəwagə wuli ngəna tetanos ngə nawuyhi daba rə muh. Hərə yuu ro

ngə najân magə hərəkə ngwə, yəhanə billaram hə DTC ngwə, yəhanə gay kihi rəy. (Amu mənna hə kûku a fudo 56-57 !)

Aji ngə ngərəm dəwuy ngwə, wagə kuli hə tetanos yelnî dâbù rə wuli ngəna. Amunə rəgə dâbù rə wuli ngəna yəfəju rə billa belin ngə naan kîda ja wəlla yakuda a ngun də amay. Dâbù go gəcagəri kajimu kaliyaw cal ngwə, saha bico gətatabanə kajimu yuu kamən ngə dâbù akè jəkə. (Amu « Tînu gəan anə dawa rə kihimi » a fudo 83-84 !)

Kajuwa ngə akul rə dâbu

Gaamu kajuwa təbay ngə yəngənaay yuu gərə kəne gəamu kajuwa ngəde ngəde ngə nəcih migəw ngaco :

- kajuwa hə kərgəbu
- kajuwa ngə kəmbu nəugû, ai kajuwa hə ngun
- tînu yu tînu hə âw yu kungu hə hənay
- kuli hə ngun
- kajuwa hə yəl
- kajuwa ngə ngərəm yu hugway yəunə mādəgay, ai kajuwa hə sida
- kajuwa ngə lûgu nəunə lûgu ngəde ja

Kajuwa hæ kærgæbu yu hæ bâgær

A ngun dæ kakadæ yuu gakæy a lay kajuwa ngæ næcih lûgu ræ ai mâdægay yu ngæ gæani gæadan dæ ai mâdægay. Kuli hæ kajuwa yuu næyel hù hæ lûgu a annî cudæ ngwæ, næjân a ngun dæ kærgæbu. Fudo hæ kakadæ ngæ naka mænna hæ kajuwa ngæ yængænaay naka mænna hæ **tulay** yu **tæninim** yu **polio** yu **kûku**.

Gære kajuwa ngæde gæka mænna adan a hændu : **tulay tæbay** yu **bogæ âbi** yu **kajuwa hæ halga**. **Kajuwa hæ asæma**, ngæ acal kuli hæ kajuwa ja, dân co gæka mænna hæan a bohu yuu (fudo 113).

Tulay dân muh kajuwa kudæbay hæan. Gære tulay tæbay yu bogæ âbi yu tæninim yu kûku yu kajuwa hæ halga dædan kajuwa kæladu ræ jæw ngæ næhæla lûgu.

Kajuwa hæ kærgæbu næcih lûgu ræ kihimi ?

Kajuwa yuu næyel hù hæ lûgu a annî cudæ. Lûgu dondi ngæ afo bogæ wælla ahal wotisi ngwæ, kuli hæ kajuwa næcar ga næyel gay yu cænay hæ lûgu ngæde ngwæ, næjân a ngun dæ cænay yu bâgær yu kærgæbu. Ahi kero yu bæbær yu kænjay næan dæ ngun dæ cænay yu bâgær yu kærgæbu tûnua ga kuli hæ kajuwa næyel ræ hæzwi. Kuli hæ kajuwa næfægæn a ngun dæ hù ngwæ, næji dâbu rugo næan dæ lûgu dondi.

Kajuwa hæ kærgæbu gæani gæan dæ kihimi ?

Gæcælbû gæani gæ kajuwa ngæ hæ kærgæbu ngwæ, gæan dî ngæ yakiegû yuu :



1. Wagə lûgu dondi rəgə akahagə migəw kajuwa anə ja :
 - Lûgu dondi nəjân a cobay rə migəw go, nəhəm kəmbu a kəlaw cigəan go, nəhii amay a kəlaw cigəan go, nəhənay a ngu cigəan go.
 - Afo bogə wəlla ahal wotisi ngwə, nəcagəri gay həan yu cənay həan jine wəlla nətâlgə yimay.
 - Ngə lûgu dondi akoh cûlulu yu afu âgəm a gə rə lu ja. Cûlulu yu âgəm nəkahal kəlaw lua ngwə, naji ciri benco nəla wuləm kâpi ngwə nəfa. Aidə ngwə, nəwagə kajuwa anə kahagənî lûgu ngədə. Lûgu ngə tulay təbay wəlla bogə âbi nacihnə, aan dî yuu ngwə, ngəla rə jəw.
2. Fele yu ngun də fadaw yu boci yu dî hə hənaynî a gə rə ngaco, calay rə kaliyaw. Âju fadaw rə fede rəgə ahi nəyel. Tâgərə boci yu kullay hə hənaynî ngaco kəri rə yəraw rəgə yəraw nəhəla kuli hə kajuwa. (Amu fudo 12-13 !)
3. Wagə bəbər yu kənjay yelnî cənay yu gay co. Tâl ngun də cənay pomad go həmatə kəkəkəre hə gay go pomad. Aidə ngwə ahi kero nəga nəkahalay cənay wəlla gay ja.
4. Lienî ngwə, wagə həmbârə yelnî hù agû. Gəyel kajimu təbay. Kənəm ngwə gəcagərihi borgo. Yəraw ngwə gəbenuhi rə amay gədəhə.

Tulay

Fudo ngə naka mənna hə wuli ngəna, gəta a lay habar hə tulay; hal ngə gəkəy kajuwa go, hal ngə gəan anə dawa a fadaw go, hal ngə gəani gəan go. Tulay nacih lûgu dəmu ngwə, nəan anə dî ja. Tulay dâbu həan nəjân magə 1 wəlla 2 ngwə,

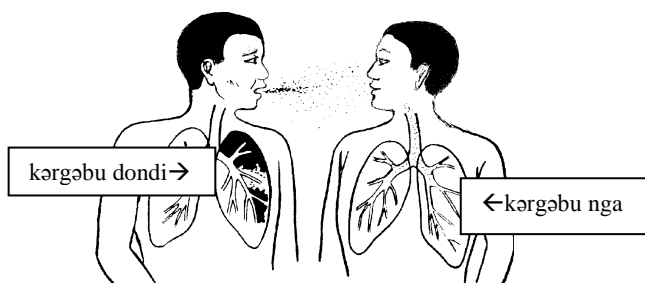
nəkè cih gəan də bala annî dawa. Gəre lûgu dəmu gudo saha ci ngwə, tulay nəji anə təbay ngwə, nəji kajuwa təbay hə kərgəbu ai tulay təbay (*pneumonie*).

Tulay gəan dawa rə kihimi ?

1. Tulay naciġgû ngwə, Paracétamol yu Aspirin nətulu rə ngu awal yu ku ngə afogə yu madabu hə hù. (Amu fudo 43 hə kakadə ngə naka hal hə hiinî kindin yuu !)
2. Cudə annî həan awal wəlla bāgər yu cənay awal ngwə, aji ngwə, gətəkaw kâlu hə wanay ngə yəcenə ga kâbədi rəgə gəan cudə a gə rə madabu həan ngun də minti hingi wəlla həkən. A ngun də yəraw kəte gəan gay kâkənə wəlla gay həgay.
3. Bāgər agû awal ngwə, gətəkaw amay rəgə naji gədəhə ngwə, gəkahal ngun dəan manda ngəna ci rəgə gəgələmiyu rə bāgər agû jurù.
4. Hii amay wəlla dî ngəde hə hiinî rə dābu ai nana ngə gadugwaldə sūgur wəlla kəmāgən.
5. Kālgəmu yu ləbahar nəga nəan də tulay ngəlgo.
6. Gəfo bogə ngwə, gəhəlay amay hə siro hə kəmāgən yu lemin ngwə, ngun də cukol ngəna yuu gəhii gay həgay ngun də yəraw kəte.

Tulay naciġgû rə magə kihi co rugo gakè ja ngwə, wual dotor hərə tulay yuu wanəgə naji tulay təbay.

Tulay tɔbay



Tulay tɔbay dɔn kajuwa awal hɛ kɛrgɛbu ai ngɛ gaamunɛ a fudo ngɛ naka mɛnna hɛ kajuwa ngɛ yɛngɛnaay. Tulay tɔbay nɛan dɛ kɛrgɛbu awal ga nɛhɛla lɔgu. Kuli hɛ kajuwa dɔbu ngɛ nɛhɛm kɛrgɛbu.

Tulay tɔbay gɛkɛynɛ rɛ kihimi ?

- Lɔgu dondi hɛ hɛan nɛji madabua rɛ jɛw.
- Afo bogɛ ngwɛ, bogɛ hɛan nɛji awal go
- Cɔlulu hɛan nɛji kɔli wɛlla kɛlɛ.
- Wuli ngɛna ngwɛ, cudɛ hɛan nɛji kabɛgɛay.
- Lɔgu dondi nɛkuragɛ rɛ jɛw go.

Lɔgu ngɛ acal hal yuu ɛrinɛ dotor rɛ kawɛ.

Tulay tɔbay nacih lɔgu ngwɛ, gɛan anɛ mɛni ?

- ɛri lɔgu dondi dotor rɛgɛ yɛan anɛ dawa rɛ kawɛ.
- Kamɛn ngɛ aal dotor ro, nɛhii Paracɛtamol wɛlla Aspirin ngwɛ, nɛkahay madabu hɛ hɛan.
- Nɛhii amay dɔbu go nɛkiegɛ gala ngɛ naka mɛnna hɛ tulay go.
- Amu gala ngɛ nɛwagɛ lɔgu kajuwa hɛ kɛrgɛbu : jɛn a cobay rɛ migɛw nga go, gɛfo bogɛ wɛlla gɛhal wotisi ngwɛ, gɛcagɛri gay agɛ yu cɛnay agɛ go, cɔlulu

gəkahal kəlaw lua rugo wagali ngwə, gəla wuləm kâpi ngwə gəfa.

Bogə âbi - Tuberculose



Bogə âbi kajuwa kəladu ngə nəhəla lûgu. Bogə âbi nəkərə kawı ja. Lûgu nəhii dawa hən kəngal rugo nəkə. Bogə âbi dân ai tulay təbay ja, hərə tulay təbay nəcul rə tulay rugo nəji təbay, gərə bogə âbi dân kuli hə kajuwa ngəde ngə nəunə lûgu. Kuli hə kajuwa hə bogə âbi nəhəm kərgəbu hə lûgu dondi ngwə, naan dawa ja ngwə, nəhəlanə gə aro. Bogə âbi dân kajuwa ngə lûgu nəunə lûgu rə həgwi rə jəw. Lûgu dondi nəkahagə kajuwa migəw ngə yukul a kəla hən də kawı.

Bogə âbi gəkəynə rə kihimi ?

- Lûgu dondi afo bogə rə nakəmay magə kihı.
- Afo bogə ngwə, saha ci cûlulu hən nəkoh rə kì wəlla kugu.
- Hù hən nəji madabua, gərə kənəm ngwə, hù hən nəji madabua rə jəw.
- Saha bico nakuragə go, kəmbu nəji ayaan go, lûgu nəji həmbəa go.

Lûgu ci acal hal yuu ngwə, ârinə dotor rəgə dotor nəlăgunə.

Wəni bogə âbi nəcihnə rə kawı ?

Lûgu ngə dî ci naan dən tâni acal dono ngə nəga nəani gə kuli hə kajuwa hə bogə âbi ja :

- Lûgu ngə nəhəm kəmbu ngəde ngəde ja wəlla nəhəm kəmbu nəganə ja (amu fudo 18-20)
- Yəngənaay ngənaay
- Lûgu ngə kajuwa ngəde naan dəan tâni, ai sida (gəre təniniim yu kûku yu pali co)
- Migəw dābu ngə yəjān a ngu jəgə rə kəte. Aidə ngwə, lûgu dondi nəunə lûgu nga kajuwa.

Bogə âbi nacihgû ngwə, gəan məni ?

Gəfo bogə magə kihi gəre gəkə ja ngwə, wual dotor. Dotor nəlāgu cûlulu agû a kasiba ngə yəcenə ga mikəroskop ngwə, nəamunə rə nda gəcal kuli hə bogə âbi à. Kasiba yuu dotor nəan də bala guru.

Dotor dəmu naamugû rə gəcal bogə âbi ngwə, gəjûgu dawa rə kalkal ai ngə dotor nacegû. Dawa nəjān kəngal. Gəjûgu dawa yuu kiya 8 rugo ârinî kiya 12. Aidə ngwə, dawa nəhəla kuli hə kajuwa hə bogə âbi ngə akul a hù agû. Hərə yuu ro ngə, cih kəmar rəgə ngəlgo gudo dawa gəâju a fargə ja. Migəw ngə na yu dədan gukulaw a ngu kəte ngaco yual dotor rəgə yəlāgudan. Həm kəmbu ngəla rəgə gəkə rə kawî, gəre gəhəm a kəlaw cigə agû. Gəcəlbû gəunə lûgu bogə âbi ja ngwə, amu gala hə kajuwa ngə nəan də cudə awal :

- jān a cobay rə migəw go,
- gəhal wotisi wəlla gəfo bogə ngwə, cəgəri gay agû yu cənay agû go,
- cûlulu gəkahal kəlaw lua rəgə kəriie ngwə, gəla gəfa.

Gəan məni rugo gəani gə bogə âbi ?

- Yəngənaay ngə yəcal ngəna gə kiya həkan yu kihi (12) yəhadan billaram hə BCG. Billaram yuu nəwagə kajuwa hə bogə âbi. **Billaram dān dî fəydəa rə jəw!**
- Calay fadaw rə kaliyaw go, cəju fənetər rəgə ahi nəyel.

- Həm kəmbu ngədə ngədə ngə agagû rugo nəwagə agû kajuwa ngədə co.
- Migəw ngə bogə âbi nacihdan, an adan gala rəgə yual dotor rəgə yəjûgu dawa adan ngaco rəgə yəkə.

Kajuwa hə halga - Meningite



Kajuwa hə halga, lûgu aan cudə ngwə, kuli hə kajuwa yuu nəyel kərgən həan. Kajuwa yuu nəhəla lûgu gə aro wəlla nəan də lûgu mugəa wəlla nəan də lûgu kəmbû wəlla nəan də lûgu angal həan ngəna. Kajuwa hə halga nəcih migəw dâbu a kəlbay. Migəw dâbu nacihdan a gay kəte a lartə kəte ngwə, yəcənə ga kajuwa hə bala. Aji ngə naji aidə ngwə, hokəma nəha migəw ngaco billaram hə kajuwa yuu.

Kajuwa hə halga gəkəynə rə kihimi ?

- Nəcih lûgu rə ai tulay ngwə, cənay an nəkahay amay.
- Lûgu dondi hù həan nəji madabua rə jəw.
- Ku rəan nəfogə rə jəw go nəan kəlgədə go.
- Halga həan nəcâlhi nəji kəlmay go, kû hə wuy an go nəji kəlmay. Nəga nəcâl ku rəan nəâru bohu ja.

- Saha ci ngwə, lûgu dondi angal an nəwiyâw.
- Nata dawa rə kawi ja ngwə, nəmatə wəlla nəji ngurtigi.

Lûgu ngə kajuwa hə halga nacihnə ngwə, gəan anə mənı ?

Âri lûgu dondi dotor rə kawi rəgə dotor nəan anə dawa. Lûgu ngə kajuwa hə halga nacihnə, nəga nəkə a fadaw ja. Lûgu dondi gəârinə dotor gâlu muh, kahay madabu hə hù həan. Dî yuu gəan anə ngwə, dân ngə ngəla ! (Amu fudo 42-43 !)

Kajuwa hə halga nəcih lûgu rə kihimi ?

Kajuwa hə halga nəcih lûgu rə ai kajuwa ngəde ngə nəcih lûgu a annî cudə muh. Kuli hə kajuwa nəkiegə cudə rugo nəyel hù hə lûgu. Ai tənininim muh ga kuli hə kajuwa hə halga nəyel tînu ngəna ngə akul a ngun də cənay ngə ahi kero nakahalay. Kuli hə kajuwa nual nəyel kərgən hə lûgu. Lûgu ngə kajuwa hə halga nacihnə nəga nəunə kuli hə kajuwa anə migəw ngə yukul a kəla həan. Hərə yuu ro ngə lûgu dondi nəjân a cobay rə migəw ngəde.

Kajuwa hə halga gəani gəan də kihimi ?

Bəla kəlbay ngwə, tay angal rəgə gəani gə kajuwə ngə nəcih lûgu a annî cudə, ai tulay. Dî ben ngəla həan ngun də cənay tâl fələ hə pomad rəgə cənay nəjân də kurəcay. Dî yuu fəydəa gə yəngənaay, hərə dədan kajuwa hə halga nəji adan təbay. Wagə yəngənaay rəgə yəjay a ngu bəbərə ja, hərə bəbər nəkahalay ngun də cənay. Aji ngə ahi nala ngwə, calay yəngənaay a ngun də fadaw. Calay yəngənaay a cobay rə lûgu ngə acal kajuwa hə halga.

Bala hə kajuwa hə halga akul a lay ngwə, hokəma nəyel tabərə ngwə, nəha migəw dābu billaram a gay kəte. Hərə yuu ro ngə âri wələ agû ngaco yəhadan billaram. Gace mənı ngwə, billaram yuu gətu ngərə ngwə, tāmman an awal rə jəw.

Kajuwa hæ kado ngæ næcih lûgu



Kajuwa hæ kado yuu næcih lûgu a annî cudæ. Kajuwa yuu saha ci ngwæ næwiyâw, gære nækwohi nakæmuhi ræ bælin. Kajuwa yuu næhæla kado yu kugwi, gære saha ci ngwæ, næcih migæw ngwæ, næhæla lûgu gæ aro gudo. Amu gala ngæ næwagæ na yu maay fadaw agû yu kugwi agû co kajuwa hæ kado yuu.

Kajuwa hæ kado ngæ kæne nau yu kajuwa hæ kugwi ngæ wanæ co akul gækæy fargæ ræadan dæ kihimi ?

Kajuwa bælin hæ kado dân yu kajuwa hæ kugwi ngæde ngæde. Kajuwa bælin saha ci næcih lûgu co. Kajuwa yuu kæladu ræ jæw, hære ngun dæ migæw ngæ næcihdan reda adan co yamatæ.

Hære yuu ro ngæ yel tabæra rægæ gæan dî ngæ gæani gæ kajuwa yuu.

Kajuwa hæ kado yuu næcih lûgu ngwæ, gækæynæ ræ kihimi ?

Kajuwa yuu næcih lûgu ræ ai hal hæ tulay tæbay ga nækahagæ hû hæ lûgu madabu ræ jæw. Kajuwa næji tæbay ræ kawî. Næcih lûgu rægæ najân cæy minda ci ngwæ, lûgu næga næan cudæ ræ ngæla ja. Lûgu ngæ natæmagæ kado wælla dân yu kugwi yukul a

ngu kəte ngwə, acal hal hə tulay təbay ngwə, âri dotor rə kawi.
Lûgu yaan anə dawa rə kawi ngwə, wanəge nəkə.

Kajuwa yuu nəcih lûgu rə kihimi ?

Kuli hə kajuwa yuu akul a ngun də nungu yu kî yu njəgə hə kado yu kugwi ngə acal kajuwa yuu yu ngun də bəbər a ngərə kugwi akul a lay. Kado wəlla kugwi ngə gəamunə rə nga yuu muh saha ci ngwə acal kuli hə kajuwa ga nəga nəkahagə kado wəlla kugwi ngədə wəlla nəga nəkahagə lûgu. Kajuwa nəcih lûgu rə ai tulay. Kuli hə kajuwa yuu nəkiegə cudə wəlla gəcal kuli hə kajuwa yuu a gə rə yimay agû rugo yimay agû yuu gatâl gay agû wəlla cənay agû ngwə, kuli hə kajuwa yuu nəyel hù agû.

Həmnî kado yu kugwi yu ambay âbi à ?

Kuli hə kajuwa hə kado yuu dî âwa ngə acal temperaturir dâbu gə 70°C nəhəla kuli hə kajuwa. Aidə ngwə, hù yu ambay yuu natəkawhi rə ngəla go kaliyaw go acal kuli hə kajuwa ja ga gəga gəhəm.

Tay angal : gatâl hù yu kugwi yu ambay ngu tulay ai ngun də talaja ro kuli hə kajuwa nəmatə ja !

Gəre gətəkaw hù wəlla kugwi wəlla ambay ngwə, tay angal rə jəw rəgə kajuwa acihgû ja !

Gətəkaw kugwi wəlla ambay ngwə, gəan mənî rugo gəani gə kajuwa hə kado yuu ?

Dî ben ngəla həan gəcagəri cənay agû yu gay agû jine go tâl yimay agû jiga hə leda go. Aidə ngwə, kuli hə kajuwa ngə akul a ngun də njəgə yu nungu hə kugwi wəlla ambay yuu gəani gəan a jûgunî a ngun də cudə yu təmagəanhinî co. Kərie ngwə, jine yu jiga gəbenu rə sabun də ngəla ngwə, gəlaw kuli hə kajuwa.

Gære aji ngə gətəkaw kugwi rəgə baha agû yu yimay agû gacagəri ja ngwə, tay angal rəgə gətəmagə gay agû yu cənay agû ja. Kamən ngə gəfərtə kugwi ro tâl ngun də amay ngə akuda rəgə nəjân a lay minti kâkənə. Aidə ngwə, fərtənî njəgə həan nəji hægwi go, kuli hə kajuwa ngə akul a ngun də njəgə nəmatə go. Gatâgərə hù âw mia, benu yimay agû yu ngun də kudi agû co rə sabun wəlla amay hə javel. Sabun nəhəla kuli hə kajuwa hə kado yuu.

Kullay hə kolorom ai jana yu cukol yu kəlaw ngəde co ngə yaan a lay kîda hə kugwi kəlî yu ngu ngə yaan a lay kîda həan co benu rə ngəla rə sabun wəlla amay hə javel.

Ambay kəlî benu rə sabun rugo gətəkaw. Kullay ngə gaan a lay kîda həan ngaco yu yimay agû benu rə sabun wəlla amay hə javel.

Tay angal rəgə kugwi yu ambay gətəkaw rə ngəla. Hù hə kugwi akul rə kəme ngwə, nano ja ga kuli hə kajuwa namatə ja. Nûhu hə ambay akul rə amay wəlla kurəcay ngwə, nano ja ga dân co kuli hə kajuwa həan namatə ja.

Kugwi gəwagəan kajuwa hə kado rə kihimi ?

Wagə kugwi agû rəgə dân yu kado wəlla kugwi dondi yəjân a ngu kəte ja. Gun fadaw rəgə gəcagəri ku rəan rugo gəkahal kugwi agû. Aidə ngwə, kugwi dədan yu migəw yu kado co yəjân a ngu ngəde ngəde. Kugwi yuu saha bico yəjân a fadaw adan muh ngwə, gəudan a lay amay yu kəmbu co. Saha ci ngwə, gətəba fadaw adan ngə yəjân a lay. Gaan dî yuu ja ngwə, lu nəji kanju ga kugwi nəji dondi.

Aji ngə gəhərebu fadaw hə kugwi ngwə, cagəri cənay agû yu gay agû rə jine go tâl yimay agû jiga hə leda go. Dî ngə gəhərebu yuu âri rəgə gəkahal wuləm kâpi gə metər kəte. Karton wəlla bûgu ngə galəgədə a lay dî yuu dân co gəkahal

wuləm yuu. Gære dî ngə gahərebu yuu galəgədə a gə rə bûgu ngwə, bûgu yuu ngu mia gəbenu rə sabun wəlla amay hə javel.

Ngə gəâri kugwi agû kahagu rəgə dədan yu kugwi ngədə yəunə mādəgay kajuwa ja.

Kajuwa hə kado yuu gəwagə maay fadaw agû rə kihimi ?

Yəngənaay cedan rəgə yətəmagə kugwi ja hə fadaw gudo kal. Yəngənaay cedan rəgə kado yu kugwi ngə namatə wəlla dondi wəlla nakuragə ngə yətəmagəan ja rə ngəndə. Kienə ngərəm agû hal hə təkawnî kugwi wəlla ambay ngə yaka a kəri yuu.

Annî cadə hə kado âbi à ?

Kado hə dəli dān muh naaru kajuwa hə kado yuu nakahagə kugwi. Kamən ngə bala hə kajuwa hə kado yuu awiyâw ro ngə gəcih kado go ja, gəhəm kado go ja, gəwəy kado go ja. Bəla naji cine ngwə, ngə gətaynəy kado dî ci rəgə gəcih ja. Cegə yəngənaay ngaco rəgə yəanində cadə hə kado.

Gaamu kugwi wəlla kado ngə namatə wəlla dondi ngwə, gəan mənî ?

Gaamu kado wəlla kugwi dondi wəlla namatə a fu wəlla dəli ngwə, ngə gətəmagəan ja. Gəcəlbû gəâri ngu ci ngwə, tâl yimay agû jiga hə leda wəlla jûgu pel wəlla wanay. Ngə lûgu ahəm hû kado yuu ja rə ngəndə. Dî yuu gaamunə mia cegə migəw hə hokəma go fegə dotor hə ha go rəgə nəu nəjûgu kado wəlla kugwi yuu rəgə nəlâgu. Kasiba muh nəkəmu rə kado yuu kajuwa hə kado ngə nahəla.

Gære gajân cəy kihi co rugo migəw yuu yau gəagû ja ngwə, kado ngə namatə la wuləm kâpi gə metər kəte rəgə gəkahal kado, gære ngə gətəmagəan a yimay ngərə ja ! Kado yuu gətâl âw rəgə âw nahəm ngwə, gəfa fədən həan.

Kajuwa yuu lûgu nêga nêkahagê lûgu ngêde à ?

Dî ngê dotoray yaamunê yuu kado muh ngê nêkahagê lûgu kajuwa yuu. Gêre bohu ngwê, wanêge kajuwa nêtabahi ngwê, lûgu gudo nêga nêkahagê lûgu ngêde. Ga yuu ro ngê amu hal ngê gêwagêhi kajuwa hê bala :

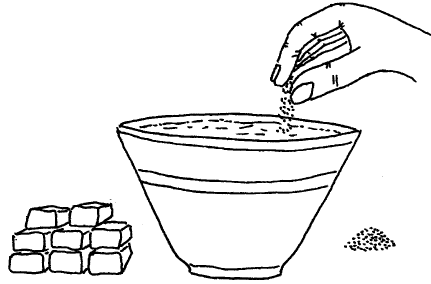
1. Yimay agû saha bico gêbenu rê sabun dê ngêla :
 - Gaunê migêw yimay go,
 - gatêmagê lûgu dondi go,
 - gaal gau a ngêbêdi go,
 - kamên ngê gêhêm way go,
 - gatêmagê kugwi wêlla ambay anê go, dî yuu ngaco gaan kête hêan gudo, gêbenu yimay agû rê sabun.
2. Ngê lûgu dondi afo bogê wêlla ahal wotisi wêlla aan cudê a kêla hê lûgu ngêde ja.
3. Calay lûgu dondi a cobay rê migêw nga ! Wagê wuli ngêna dondi rêgê ahunay a gê yêngênaay ngêde ja !
4. Cêju gay fadaw yu fênetêr rêgê ahi nêyel ! Aidê ngwê, kuli hê kajuwa nêji a lay dêbu ja.

Gaan dî yuu ngwê, na yu maay fadaw agû yu kugwi agû ngaco gêani gê naw kajuwa bêlin yuu. Aidê ngwê, gadugwa maay fu nagû yu maay lartê agû ga gawagê adan kajuwa hê bala yuu.

Kajuwa hæ ngun

Kajuwa hæ ngun nətâl lûgu nəan yertə gəre saha ci ngwə, acal kəlgədə co. Kuli hæ kajuwa hæ ngun nəyel ngun də lûgu a gay ngwə, nəjân a ngun də ngurù yu anday hæan. Gəcəlbû gəani gə kajuwa yuu ngwə, tay angal rəgə dî ngə gətâl gay agû ngaco gəan də kaliyaw, ai yimay yu amay yu kəmbu.

Fudo ngə naka mənna hæ kajuwa hæ ngun ngə yəngənaay (fudo 39-42) naka a lay hal ngə kajuwa nəcih a lay lûgu go hal ngə gəani gəan a lay go. Ai ngə gaamunə yuu ga amay hæ hù hæ lûgu nabal ngwə, nəji anə bârî ngwə, saha ci nəhəlanə gə aro. Ga yuu ro ngə lûgu aan yertə benco gəuna amay mandaa sūgura rəgə amay hæ hù hæan ngə nacar yuu nəkahalhi ngərəan.

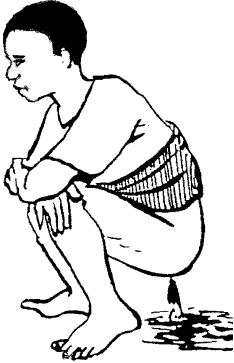


Ai ngə yəngənaay muh ga lûgu dəmu co acal hal ngə yəkiegû a bohu yuu ngwə, ârinə dotor :

1. Amay hæ hù hæan nacar rə jəw ga nəga nəhii amay mandaa sūgura ja ngwə, dotor nəyegəan gəlas ngə acal amay mandaa sūgura.
2. Gəre nahii amay manda sūgura cəy kihi co rugo aan yertə gay hingi wəlla dābu gəan a ngun də yəraw kəte ngwə, ârinə dotor.
3. Lûgu dondi nəga nəhii amay mandaa sūgura ja rəgə aan kəlgədə ngwə, ârinə dotor.
4. Lûgu aji ngə akə nungu rə kî ngwə, ârinə dotor.

Kolera

Kolera dân kajuwa kæladu rə jəw ga nəhəla migəw dābu a gay həan kəte. Kolera nəu a ngun də yiman jurù.



Kolera gəkəynə rə kihimi ?

- Lûgu dondi nəan yertə rə amay bul ai amay hə cengaba.
- Yertə həan nəmay ja rə ngəndə.
- Saha ci ngwə, nəan kəlgədə.
- Nəji tâni rə kawı hərə amay hə hù həan nacar rə kawı.

Kolera nəcih lûgu rə kihimi ?

Kuli hə kajuwa hə kolera nəyel hù hə lûgu a gay ngwə, nəcar a ngun də nungu yu kəlgədə yu kəri rə cûrugu hə lûgu dondi yu kəri rə cûrugu ngə lûgu ngə kolera nahəla. Hâju nətaku kuli hə kajuwa hə kolera ngwə, nəâri nətâlgu kəmbu hə həmnî yu amay hə hiinî yu dî ngə lûgu nətəmagəan yu yimay. Kolera nəcih lûgu ngə :

- ahii amay ngə kuli hə kolera akul a lay go,
- ahəm kəmbu ngə acal kuli hə kolera go,
- nabenu yimay an ja rugo natâl gay go,
- natəmagə lûgu dondi wəlla lûgu ngə namatə go.

Lûgu ngə kolera nacihnə gəan anə mənı ?

Lûgu ngə kolera nacihnə, gəga gəkə rəan a fadaw ja. Cegə dotor rə kawı rəgə yəan anə dawa rəgə yəwagəan matənî ! Gəlúnaw a gə rə dibel gâlu ngwə, gəunə amay dābu nəhii, gərə amay mandaa sîgura dân ngə ngəla. (Həlaynî həan gəamunə a fudo 40-41.)

Maay fadaw agû wagə adan kolera, hərə kolera lûgu nəkahagə lûgu rə kawi. Hərə yuu ro ngə amu gala hə jânnî rə kaliyaw (fudo 10-15) rəgə gəan də kalkal:

- Benu yimay agû rə sabun wəlla amay hə javel gatəmagə lûgu dondi benco !
- Calay lûgu dondi a cobay rə migəw ngaay !
- La gəfa nungu yu kəlgədə !
- Cegə dotoray rəgə yəsusu asam a fadaw ngə lûgu dondi yu fele həan co rəgə nəhəla kuli hə kolera !

Bala hə kolera akul ngwə, gəani gəan də kihimi ?

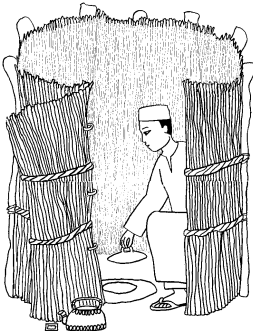
Lûgu naji dondi mia cegə dotor !

Amay calay rə kaliyaw :

- Hii amay hə pompom !
- Amay ngədə kahalgu amay hə javel wəlla təkaw ! Âw yu amay hə javel nəhəla kuli hə kajuwa.
- Calay kəlaw hə amay rə kaliyaw ! Cagəri go benu rə sabun go !

Sabun nəhəla kuli hə kajuwa :

- Benu yimay agû rə sabun :
 1. kamen ngə gəhəm way ro,
 2. kamən ngə gətəkaw way ro,



3. gaal gau a ngâbədi ngwə, benu yimay agû rə sabun !

- Təkaw kəmbu rugo gəhəm rə âwa !

- Kambu kəlî benu rə sabun wəlla tâl amay ngə acal amay hə javel ngun də minti 20 !
- Kambu hə həmnî cagəri rəgə gəwagəan hâju yu kuli ngədə co.

Hal ngə nungu yu bədə gətəkâli gə :

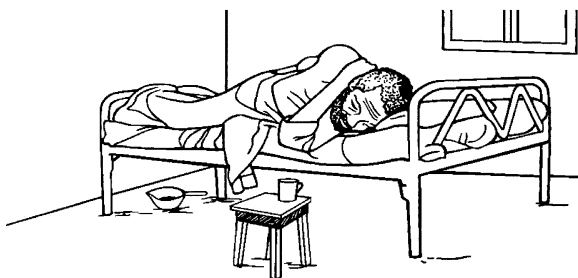
- La wuləm hə nungu rugo gəjâlgu wəlla fa nungu rəgə hâju atəmagəan ja !
- Ngə lûgu akə nungu yu koray a kəla hə kulu yu ful ja !
- Bədə gətâl âw rəgə gəla gəfa !

Ngə migəw yəcəbagaluhi a ngu kəte ja, ai kahagu wəlla bəla ngəmuria wəlla ngərə mokwonda wəlla ngərə tâlnî a lay həmu wəlla ngərə larsa.

Aji ngə kolera akul ngwə, mokwonda gəan də kihimi ?

- Ngə gəcəbagaluhinaw rə dâbu a ngu kəte ja, gərə dægûay maay fadaw agûay kəte muh gəjaynaw.
- Ngə migəw yəhənay wəlla yəhəm kambu a ngərə hədəga ja.
- Migəw ngə yau hidəra ngə yətəmagə lûgu ngə namatə ja.
- Migəw ngə yatəmagə lûgu ngə namatə yu ngə yafa yu ngə yau mokwonda ngaco yəbenu yimay adan də sabun wəlla amay hə javel.
- Nduco nual fu nanə. Mokwonda akul ja.
- Cegə dotor rəgə fadaw yu fele ngə lûgu namatə a lay yuu ngaco yəsusu a lay asam.

Tifoid - Typhoïde



Kajuwa hæ tifoid gækəynə rə kihimi ?

Tifoid dân yu hal hæ pali ai mādəgay :

- Hù nəji madabua rə jəw go,
- ku nəfəgə go nəyel kəladəri go,
- lûgu nəan kəlgədə go,
- saha ci ngwə nəan yertə go ngun dəan nəyel câmbu go.

Kasiba hæ dotor muh nəamu kajuwa yuu. Lûgu dondi dotor naan anə dawa rə kawı wəlla ngəla ja ngwə, lûgu yuu nəjân də dondila wəlla nəmatə.

Lûgu ngə tifoid nacihnə, gəan anə mənı ?

Lûgu ngə acal hal hæ tifoid yuu ârinə dotor rə kawı. Dotor nəlâgunə ngwə, nakəy rə tifoid ngwə, nəunə dawa.

Gəâri dotor gâlu gudo, an dı ngə madabu hæ hù həan atulu (amu fudo 42-43). Aan yertə ngwə, wəunə amay mandaa sūgura (amu fudo 40).

Nau fadaw anə ngwə, nəjûgu dawa rə kalkal ai ngə dotor nacenə muh. Aji ngə madabu hæ hù həan natulu gudo nəhii kindin cəy 10 rugo wualnı 15 re.

Tifoid nəcih lûgu rə kihimi ?

Ai kolera yu kajuwa hə ngun ngəde muh, ga kuli hə kajuwa hə tifoid dân co nøyel hù hə lûgu a dí hə həmnî yu dí hə hiinî.

Tifoid gəani gəan də kihimi ?

Amu dí ngə gaan ngwə, gəwagəhi tifoid. Dân co ai ngə gəwagəhi kolera muh.

- Hii amay kaliyaw go, həm kəmbu kaliyaw go !
- Cagəri kəmbu hə həmnî rəgə gəwagəan hāju !
- Tifoid akul a lartə ngwə, təkaw amay minti 20 wəlla dābu gəan, hərə kuli hə kajuwa hə tifoid donoa rə jəw ga nəmatə rə kawi ja.

Tînu hə ngun

Tînu hə ngun aan rəgə ngun nəji awal rə jəw. Saha ci lûgu dondi aan kəlgədə hə kî. Tay angal : Migəw ci həan yəfegə ngun də «gabu», gərə gabu dân akul a fudo bigə a kəla hə kuyey.

Tînu hə ngun, gəani gəan də kihimi ?

- Anində sində yu kəmbu sindəa co, hərə sində nətəlgə ngun tînu,
- Həm kəmbu fələ həan ngəna go, hərə fələ nəfaji a ngun də kawi ja.
- Hii mbal ja!

Gəcal tînu hə ngun ngwə, gual dotor rəgə yələgugû rəgə nəugû dawa rəgə gəkərə kajuwa yuu.

Kajuwa hæ basur

Kajuwa hæ basur, yuu tînu ngə nəjân a kəla hæ bəliram, a ngun wəlla waray rə kâgû.

Kajuwa yuu gəkəynə rə kihimi ?

Aji ngə bəliram naji awal wəlla bəliram naji kəlilima rə jəw wəlla kî akul a ngun də nungu, wanəge kajuwa yuu ngə aan agû.

Məni nəugû basur, gərə kajuwa yuu gəani gəan də kihimi?

Nungu kəlmay ngə nətâl hù hæ lûgu kajuwa yuu jurù. Gəcəlbû gəani gə kajuwa hæ basur wəlla gəcəlbû gəkərə ngwə, amu gala a bohu yuu :

Gəcəlbû gəani gə kajuwa hæ basur ngwə, wagə ngun dəagû yelnî câmbu. Ga yuu ro ngə kiegə gala ngə akul a bohu yuu :

- Hii amay rə dâbu !
- Həm welə wanay, ai mongolo yu giyab yu papay yu welə wanay ngədə ngə gəta a fu nagû co !
- Həm bədə kəlî, ai karot yu kâlu hæ wanay !
- Kəmbu ngə nətâl ngun câmbu ai cengaba go gəhəm rə ngəna.

Wual dotor rəgə yəlâgugû rugo yəugû dawa ngəla yu gala hæ kəmbu hæ həmnî.

Tûnu hæ âw yu kungu yu kungu hæ hənay

Cûrugu dân muh ngə nacagəri hù hæ lûgu ga nəwagəan kajuwa dâbu. Aji ngə âw nahəm cûrugu wəlla lûgu nata kungu wəlla acal kungu hæ hənay ngwə, kuli hæ kajuwa nəyel hù hæ lûgu ngwə, nəan dəan dondi :

- Tûnu hæ âw wəlla kungu ngə naji kugua ngwə, nəkahalhi hù ngaco ngwə, nəga nəkahagə lûgu madabu wəlla nəan dəan ngurtigi wəlla nəhəla lûgu gə aro.
- Kuli hæ kajuwa hæ tetanos yu kuli hæ kajuwa hæ kəli selləm nəyel hù hæ lûgu a kungu.
- Hallə yu cigan kəladu rə jəw ga nəkahal hù hæ lûgu lugun.

Gaamu dî yuu ngwə, gəan mənı ?

- Tûnu hæ âw yu kungu calay rə kaliyaw rə jəw rəgə tûnu nəkərə kawi go gəwagəan kuli hæ kajuwa yelnı go gəwagəan wuynı a lay go.
- Kajuwa hæ tetanos wəlla hənay hæ kəli selləm wəlla kungu hæ hənay ngəde nacih lûgu ngwə, dawa hæ dotor muh nəkərəan.

Tûnu hæ âw

Gəcəlbû gəwagə wuli ngəna tığərıba ngwə, wagəan âw !

Calay wuli ngəna a cobay rə âw rəgə saha bico gəhəbinə. Ngə gəâju wuli ngəna a kəla hæ amay âwa wəlla say âwa wəlla fələ

âwa wëlla hugu âwa wëlla këndäbël wëlla ganus âwa wëlla
lamba âwa wëlla gugua âwa ja.

Lûgu ngə âw naciĥ kajimu anə, gəan anə mənı ?

Kəy rə ahi ngə nətâl âw nəhən, ga yuu ro ngə âw naciĥ lûgu
ngwə, gəfəjagə go ja, lûgu nəhəgudə go ja. Nahəgudə wëlla
nafəjagə ngwə, âw nəji donoa. Âw gawagəan ahi ngwə,
nəmatə :

- Lûgu cagərinə kajimu ngədə rəgə gəkəgərnə a lay wëlla
- lûgu ngə âw ahəmnə yuu nəhənay a gə rə lu ngwə,
nəfərifəri rugo âw nəmatə.

Lûgu ngə âw nahəmnə gəan anə mənı ?



Ngu ngə âw nahəm
gətâlnə nətulu rə kawı rəgə tînu
həan aji təbay ja :

- **Tînu hæ âw təbay** ngwə,
(həral wëlla julo wëlla a gə
rə baha wëlla yəl) tâl
kajimu kaliyaw amay tulay
rəgə gəkəgə a lay ngərə
âw nahəm rugo gəârinə
dotor rə kawı.

- **Tînu hæ âw ngəna** ngwə, gəga
gəan dawa a fadaw : tâl ngu
ngə âw nahəm ngun də amay
tulay kaliyaw rəgə nəjân a lay
mintı 20. Aidə ngwə, awal hæ
âw nətulu go, nəkərə kawı go.

Kajimu ngə âw nahəm nakwi a gə rə
hù hæ lûgu ngwə, ngə gəlaw rə dono



ja, gære susu a gə rə amay kamən ngə ama aaju cûrugu ro. Aji ngə kajimu naani a carnî ngwə, âri lûgu dotor rə kawî.

Ngə tînu hæ âw gəkahalgu fələ go ja, manda go ja, kəmatəm kəlmay go ja !

Tînu hæ âw ngəna ngwə, gəan anə dawa rə kihimi ?

- 1/ Benu yimay agû rə sabun !
- 2/ Benu gay tînu rə sabun də ngənaay !
- 3/ Benu tînu rə angal angal rəgə tondoli agayhi ja ! (Kuli hæ kajuwa nayel tînu ngwə, nəan də tînu kugua.)
Tondoli nagayhi ngwə, fəju cûrugu wura rə ngənaay rə resa bəlin.
- 4/ Aji ngwə, həmatə tînu fələ ngə yəcenə ga *Oxyde de zinc* wəlla Bulu (*Violet de gentiane*).
- 5/ Cagəri tînu kajimu kaliyaw (ngə yabenu rə sabun ga yatâgərə gugua rəgə kuli hæ kajuwa namatə), gərə ngə gəkəgər rə kəlmay ja. Âju rəgə nəjân cəy kâkənə wəlla həgay rugo gətəba kajimu yuu.
- 6/ Aji ngwə, tînu hæ fərgə yu tînu hæ bogə yu tînu hæ baha yu tînu hæ wuy ngə gəcagəri ja hərə ahi afanə ngwə, nəkərə kawî, gərə aji ngwə, tînu kahalgu Bulu (*Violet de gentiane*).

Gərə tînu naji kugua rəgə akərə kawî ja wəlla magə kihi co naani a kənî ngwə, âri lûgu dotor rəgə yəan anə dawa.

Kungu

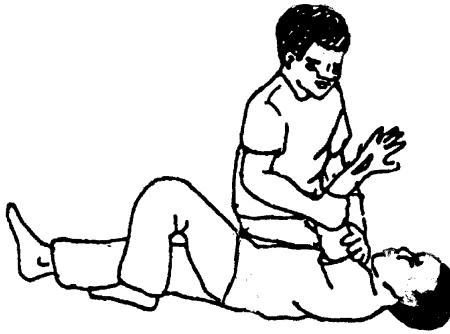
Tînu naji kugua ngwə, nəji awal hərə kuli hæ kajuwa nəji a lay dâbu. Kugu nəlân ngun də tînu ngwə, saha ci ngwə, lûgu hù həan nəji madabua. Tînu ci həan nəji dibel hæ kuli hæ kajuwa hæ tetanos ngwə, saha ci ngwə, kajuwa yuu nəhəla lûgu gə aro

(amu fudo hæ tetanos hæ day yuu). Hæræ yuu ro ngæ tînu gæcalay ræ kaliyaw ngwæ, fæydæa ræ jæw.

Ai tînu hæ âw, ga kungu awal co acælbû annî dawa a dotor :

- Aji ngæ kî naani a maynî ngwæ, wual dotor, hæræ kî atækâlihi ræ jæw ngwæ, lûgu næmatæ !
- Tînu julo ngæ næga næbenuhi ræ ngæla ja ngwæ, wual dotor !
- Wanay ngæna ci wælla gæsasa ngæna ci wælla fin ngæde akul a ngun dæ tînu ngwæ, wual dotor !
- Tînu naji hæræl ngwæ, wual dotor !
- Tînu najân cæy minda ci rægæ naji kugua ngwæ, saha ci næji kæynoæ wælla næji awal ræ jæw ga wual dotor !
- Lûgu ngæ acal tînu nahalhi billaram hæ tetanos ja ngwæ, nual dotor.

Aji ngæ tînu akahay kî dâbu ngwæ, gæan anæ mæni ?



- Tînu cagæri kajimu kaliyaw rægæ gæjæy a gæ ræ !
- Ngæræ tînu cu kæri rægæ gæwagæ kî kahayhinî !
- Naani rægæ akahay ngwæ, fænnay ngu ngæ akahay kî ræ kælmay rægæ gæwagæ kî lûnî rægæ gual dotor ræ kawî !
(Amu day yuu hal ngæ gækægær tînu kîa.)

Tûnu ngëna gëan dawa rë kihimi ?



- 1/ Yimay agû benu rë sabun rëgë gëwagë tûnu kuli hë kajuwa.
- 2/ Law dî ai kangil wëlla wâlaw ngëna ci ngë akul a ngun dë tûnu.
- 3/ Tûnu yu cûrugu hë këla hëan benu rë sabun.
- 4/ Tûnu susu a gë rë amay kaliyaw rëgë gëlaw bilgë hë sabun.
- 5/ Tûnu dëmu ngwë, gëcagëri

kajimu kaliyaw, gëre gëkëgër rë këlmay rë jëw ja. Dî yuu cëy kihi wëlla këkëné nacar benco gëtaba. Tûnu ngëna wëlla tûnu ngë nacul kënî ngwë, âju rë fede. Aidë ngwë, nëkë rë kawi.

Tûnu gëcagëri dî kihimi?

Dî ngë gëcagëri tûnu yuu gëta a dotor wëlla gëga gëhëlay a fadaw :

- 1/ Jûgu kajimu ngëna ci rëgë gëbenu rë sabun dë ngëla !
- 2/ Tâlgu kajimu yuu gugua âwa rëgë nëhëla kuli hë kajuwa !
- 3/ Calay kajimu yuu a ngu kaliyaw, ai sëndugu !

Tûnu ngë akahay kî, gëan anë mënë ?

Gëkëlegë yimay wëlla cù ngë akahay kî kajimu rëgë gëwagë kî lûnî. Kajimu yuu câl rë këlmay rëgë gëfënnay rugo lûgu yuu gëârinë dotor rë kawi.

Tetanos

Ai ngə gaamunə a fudo ngə naka mənna hə **tetanos** hə wuli **tilâm**, tetanos dân kajuwa ngə nəhəla lûgu. Kuli hə kajuwa hən nəyel a ngun də hù a tûnu.

Tetanos dân gəkəynə rə kihimi ?

Lûgu ngə tetanos nacihnə ngwə :

- nəlolo go,
- kəgal yu bul hə yəraw nəji ayaan go.
- Lûgu dondi wuy hən yu kay rəan yu kû hən ngaco nəji kəlmay.
- Gay hən nəcəjuhi rə hərəal ja, ga nəga nəhəm kəmbu ja.
- Yəm ci ngwə, hù hən nəji âwa.
- Najân ngəna ci rəgə nata dawa ja ngwə nəmata.



Lûgu ngə tetanos nacihnə, gəan anə mənì ?

Aji ngə gaamu dî ngə yaka a kəri yuu ngwə, lûgu ngə acal hal yuu bəri gəan ga ârinə dotor rə kawì rəgə yəhanə libira hə tetanos (**Sérum Antitétanique**). Naanhi dawa rə kawì ngwə, nəkə. Lûgu dondi gacalaynə a fadaw kəngal ngwə, kajuwa nəhəlanə gə aro.

Tetanos nəcih lûgu rə kihimi ?

Kuli hə kajuwa hə tetanos dân akul a ngun də lu yu dî fina yu hiu ngə lamgə nahənay a gə rə. Aji ngə lûgu dî fina nafəjunə ngwə, saha ci ngwə, kuli hə kajuwa hə tetanos nəyel kungu.

Tûnu ngə tetanos nəyel rə kawi, dân tûnu julo yu tûnu kanju yu tûnu benunî hæan awal.

Tetanos gəani gəan də kihimi ?

Ai ngə gaamu tetanos hæ migəw tilâm yuu ga billaram ngə nəwagə lûgu tetanos akul (amu fudo 22-23). Billaram yuu yəhal ngəram yu yəngənaay tilâmay. Lûgu ngə nahalhi billaram yuu ja, gəre acal **tûnu julo wəlla fina** ngwə, nəhalhi libira hæ tetanos (Sérum Antitétanique).

Aji ngə kungu agû ngun dəan fina wəlla kungu agû dəmu ngwə, an dî ngə yəkiegû a bohu yuu :

- 1/ Jəy kəla hæ tûnu **rəgə nəkahay kî** ! Aidə ngwə, kî ngə acar nədugwaldəhi fin ngə acal kuli hæ kajuwa hæ tetanos.
- 2/ Kərie ngwə, benu tûnu rə ngəla rugo gəcagəri kajimu kaliyaw (amu fudo 83-84) !
- 3/ Wual dotor rə kawi rəgə yəhagû libira hæ tetanos ! Libira yuu nəwagə kuli hæ tetanos wuyunî a hù agû.

Tetanos nəyel hù hæ lûgu a tûnu hæ âw wəlla tûnu ngəde ngə naji kugua. Tûnu yuu gəcalay rə kaliyaw cal go gətataba band jurù go rə ai ngə yəkiegû a kəri yuu. Gəre tûnu yuu naani a kəni ngwə, wual dotor rəgə yəhagû libira hæ tetanos.

Gəre tûnu naji julo ngwə, wanəge naji tetanos ga wual dotor rə kawi !

Amu hal ngə gəwagə yəngənaay tilâm tetanos a fudo 58-59 !

Kajuwa hæ kæli sellëm

Kajuwa hæ kæli sellëm dân kajuwa ngæ nêhæla lûgu ræ kawi. Kæli dondi ngæ acal sellëm yuu naciræ lûgu ngwæ, nækahal hù hæ lûgu kuli hæ kajuwa hæ sellëm.

Hal hæ kæli ngæ acal sellëm :

- Kæli naji sellëm ngwæ, næciræ migæw wëlla kargæ ngæde.
- Næani a hiinî amay.
- Bilgæ næcar a gay hæan.
- Najân ngæna ci ngwæ, nëmatæ.

Kæli ngæ acal hal yuu ngwæ, fënnay gay hæan rægæ aciræ lûgu ja rugo gæâri dottor hæ ha ngwæ, yælâgu yëamunæ ræ kæli yuu acal sellëm à wëlla yëfënnaynæ ngwæ, yëamunæ cæy minda ci.

Lûgu ngæ kæli sellëm naciræan acal hal hæ kæli sellëm ngwæ, nëmatæ ræ kawi.

Aji ngæ kæli wëlla kargæ ngæde naciræ lûgu ngwæ, âri dottor ræ kawi rægæ yëhanæ libira hæ kajuwa yuu. Libira yuu næwagæ kuli hæ kajuwa hæ sellëm yuu jinî dâbu a hù hæ lûgu.

Gæcal kæli a fadaw ngwæ, yiman kihi nacar benco âri dottor hæ ha rægæ yëhanæ billaram hæ sellëm rægæ sellëm acihnæ ja.

Hallæ yu kuli ngæ acal lugun

Ai kæli hæ sellëm ga cëgan yu këmâgën yu hallæ co yëkahal hù hæ lûgu lugun. Sellëm yu tetanos acal kuli hæ kajuwa, gære hallæ yu cëgan yu këmâgën dëdan yëkahal hù hæ lûgu kuli hæ kajuwa ja, gære yëkahal hù hæ lûgu lugun ngæ dëdan muh ngæ yëhëlay a hù adan.

Lugun ci hëan nëan dë hù hë lûgu awal, gëre najân saha ci wëlla yëm ci ngwë nëtulu, ai hënay hë fëlâci yu hâju yu këmâgëan këte wëlla kihi. Gëre këmâgëan këte gudo, nacirë ngun dë gay ngwë, âri lûgu dotor, hërë gay hë lûgu naâti ngwë, nëwagëan annî cudë.

Këmâgëan dâbu ngë nacirë lûgu këte ngwë, nëji anë awal rë jëw ga saha ci ngwë, nëhëla lûgu gë aro.

Hallë wëlla cëgan nacirë lûgu ngwë, gëan anë mëni ?

Ai dî hë tetanos muh ga gëjëy kungu ngwë, kî ngë acal lugun nëkahi :

- 1/ Gëre cuji ngëna rë jëw ngwë, këgar gay hëan dë taradë rë ai dî yuu : X .
- 2/ Kungu jëy gay hëan rëgë nëkahay kî.
- 3/ Kî câbu a gay agû rëgë gëtëkâli a gë rë lu.
- 4/ Cëlbû **mâgali** rëgë gëtëgërë gay tînu a ngu muh. Aidë ngwë, mâgali yuu nënogë tînu ngwë, nëcâl lugun. Aji ngë lugun nabal ngwë, kaw nëway cigëan. (Mâgali yuu gëcëlbû gëbenu ngwë, gëtâl ngun dë yini këlî ngwë, nëjân a lay saha dâbu ngwë, gëlaw gëku ngwë, nëkwi. Aidë ngwë, bohu co nëan kîda.)
- 5/ Wual dotor rëgë yëhagû libira hë lugun !

Këmâgëan dâbu nahëla lûgu ngwë, gëan anë mëni ?

- 1/ Cagëri ku rëan rëgë gëwagë këmâgëan yelnî cënay hëan yu yël hëan.
- 2/ Tëmanë a ngun dë fadaw ngë këmâgëan aga ayel ja.
- 3/ Kangil hë këmâgëan ngë akul a hù hëan, law a ngu muh. Gëre gëâju kangil rëgë najân a hù hëan ngwë, nëkahal hù hëan lugun.
- 4/ Këmâgëan dâbu ngë nahëla lûgu ngwë, ârinë dotor rë kawî rëgë yëhanë libira ngë nëwagë dî ngë naanindë hù hëan yuu. Aidë ngwë nëkë.

Gære tay angal ! Lûgu ci kəmâgən nacirəan ngwə, hù həan naanində ngwə, kəmâgən kəte gudo nəan də gəan awal. Dî ngə hù naanində yace ngwə, gahəm kəmbu ci wəlla kəmâgən nahəmgû rəgə hù agû naanində ngwə, gəji dondi. Lûgu ngə kuli ngəde gudo nacirəan rəgə acal hal hə dî hə day yuu ngwə, ârinə dotor rə kawi :

- Hù həan nâti
- Nəan cudə rə awal gəan
- wəlla nacar a angal.

Kuli ngə nəhəm hù hə lûgu (parasit)

Parasit dân kuli aroa ngə nəjân a ngun də hù hə lûgu yu a gə rə kəri rə cûrugu həan ngwə, nəhii kî yu nəhəm hù hə lûgu rugo nəjân də aroa. Parasit dân dəmu gə kuli hə kajuwa, gərə ci həadan gəamunə a yəl ngərə ja. Parasit nəkahay ambay, gərə ambay həan ngənaay rə jəw ga lûgu nəga nəamunə a yəl ngərə ja.

Ngun də parasit hatə yu kadi nəjân a gə rə kargə cûrugu yu ngun də njəgə hə lûgu. Nacirə lûgu ngwə, nətâl lûgu nəkariyuhî ngwə, nəunə lûgu kajuwa ci. Gəcəlbû gəani gəan ngwə, calay hù agû yu njəgə agû yu kajimu agû yu yabi yu kullay ngəde hə hənaynî a gə rə ngaco rə kaliyaw cal go. Ləman agû go calay a cobay rə fadaw agû (amu fudo 10-16).

Parasit ci həan nəan də lûgu dondi, ai kuli hə ngun yu kuli hə kajuwa hə **kəmollo** yu hə **həngây**.

Kuli hæ ngun - *Vers du ventre*

Kuli hæ ngun njili ngæde ngæde dâbu ngæ akul a hù hæ lûgu ga nêhêm hù hæ lûgu. Kuli hæ ngun ci hæan nêjân a ngun dæ anday ngwæ, nêhêm kæmbu ngæ lûgu nahêm.

Gæcal kuli hæ ngun ngwæ, gækæy ræ kihimi ?

- Lûgu nækuragæ go,
- ngun dæan nêji dæmu go,
- kæmbu ngæ nahêm næwulæ ræ kawî ja go,
- bæliram hæan saha bico nêjân dæ kælilima go.
- Saha ci kuli hæ ngun lûgu nêamunæ a ngun dæ nungu wælla a ngun dæ kælgâdæ.
- Næan dæ wuli ngæna hæmbâ go, lûgu dæmu go næan dæan tâni.

Gæcal kuli hæ ngun ngwæ, gæan mæni ?

Dawa ngæ yæcenæ ga **Vermox** nêhæla kuli hæ ngun dâbu hæan. Dawa yuu na muh gudo gæga gætu ngwæ, gæhii. Lûgu dæmu re ngæna re gudo næta a farmasi (gære wuli ngæna ngæ acal day gæ yiman kihî ngwæ, ârinæ dotor rægæ næan anæ dawa). Wuli agû acal kuli hæ ngun mia, gæunæ Vermox. Kiya hærakæ nakæmay ngwæ, gæga gæunæ ræy.

Gære lûgu ngæ najûgu Vermox ræ magæ kæte gære nakè ja ngwæ, ârinæ dotor rægæ yælâgunæ yæamu kajuwa anæ rægæ yæan anæ dawa.

Kuli hæ ngun næyel hù hæ lûgu ræ kihimi ?

Kuli hæ ngun yu ambay hæan nêjân a ngun dæ lu yu a ngu ngæde co. Dædan ngænaay ræ jêw ga gæga gæamunæ a yæl ngæra ja. Kuli njili ngæde ci næga næyel hù hæ lûgu a cûrugu, ai lûgu

ngə alû rə bala kəbal wəlla wuli ngəna ngə nəhənay a gə rə lu rə fəka.

Kuli hə ngun, dân yu ambay hən nəyel hù hə lûgu a gay :

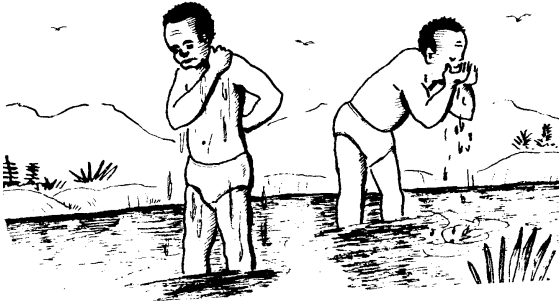
- Gəhii amay fina go,
- gəhəm bədə kəlî ngə nabenuhi rə ngəla ja go,
- yimay agû gabenu ja rugo gəhəm kəmbu go,
- gəhəm kəmbu ngə akul a gə rə lu wəlla kəmbu fina go,
- gəhəm hù ngə natakawhi rə ngəla ja go, kuli hə ngun nəyel ngun dəagû.

Kuli hə ngun gəwagəan yelnî hù agû rə kihimi ?

Ai ngə gəani gə kuli hə kajuwa ngəde muh (amu fudo 10-15) :

- Kamən ngə gəhəm kəmbu ro ngə, gəbenu yimay agû rə sabun.
- Gaal gau a ngəbədi ngwə, gəbenu yimay agû rə sabun.
- La wuləm hə nungu a kare agû rugo migəw hə fadaw yəjay a gə rə. Wuləm hə nungu saha bico gəcagəri.
- Ngə gəâju yəngənaay ngənaay yəwaca a gə rə lu ja, gəre yəwaca a gə rə boci.
- Migəw ngaco yəgiel kəbal rəgə yəani gə kuli hə ngun ngə nəjân a ngun də lu.

Kajuwa hæ kæmollo



Kæmollo dân kajuwa kihimi ?

Kuli hæ kajuwa hæ kæmollo næjân a ngun dæ kulu ngæ akul a ngu kæte. Migæw ngæ yækè amay a ngu yuu kajuwa hæ kæmollo næcihdan jurù.

Kajuwa yuu næhæla lûgu ræ jæw ja, gære næan dæ lûgu tâni go næwagæan fægønnî go. Kuli hæ kajuwa nækahalhi korayram hæ lûgu ngwæ, nêtâlnæ nækæ koray ræ kî. Najân ngæna ci ngwæ, akæ koray ngwæ, awal. Kajuwa najân yiman dâbu a hù hæ lûgu ngwæ, nækahalhi koho hæan.

Ngun dæ fu ngæ migæw hæan ngaco yæcal kajuwa hæ kæmollo, lûgu næga nækæy ræ dân dondi ja. Yængænaay ngæ kajuwa hæ kæmollo næcihdan yækæ koray ræ kî. Ai ngæ dægæram hala adæ nau ngwæ, migæw yaamu kî a ngun dæ koray ngwæ, yæce kâgu wuli ngæna afægæn ga yuu ro. Hæræ yuu ro ngæ migæw yæanhi dawa ja.

Kæmollo gækæynæ ræ kihimi ?

Hal ngæ gækæy kæmollo lûgu nækæ koray ræ kî (lûgu ngæræ hæan ci naji awal ja gudo).

Lûgu akə koray rə kî ngwə, gəan anə məni ?

Ârinə dotor rəgə dotor nəlâgunə nəunə dawa hə kəmollo !

Kəmollo nəcih lûgu rə kihimi ?

Kuli hə kajuwa hə kəmollo nəjân a ngun də ful yu kulu ngə amay həan nəjân a ngu kəte.

- 1/ Lûgu ngə kəmollo nacihnə yuu nakahal kulu koray ngwə, nəkahal ambay hə kuli hə kajuwa yuu kulu. Ambay yuu nəfəgən a ngun də kulu ngwə, nəji kuli hə kajuwa hə kəmollo.
- 2/ Lûgu ngədə nau abân a kulu yuu ngwə, kuli hə kajuwa nəyel hù həan a ngun də cûrugu ngwə, nəan dəan dondi.

Kəmollo gəani gəan də kihimi ?

Billaram hə kəmollo akul ja. Gəcəlbû gəani gə kəmollo ngwə, gəhəlun wəlla gəbân a ngun də kulu ngə ahəgudə rə kâyua. Ngə gəbân a kulu ngə amay həan akul a ngu kəte ja.

Migəw ngə yəcəlbû yəan də gay kulu wəlla ful kaliyaw ngwə, yəwagə migəw ngaco a kənî koray wəlla nungu a ngun də kulu wəlla gay kulu. Yaan dî yuu rəgə kiya minda ci nakəmay ngwə, kuli hə kajuwa yuu nəwiyâw a ngun də kulu yuu.

Kajuwa hæ cûrugu



Kajuwa hæ hængay

Hængay gækəynə rə kihimi ?

Kuli hæ kajuwa ngə akul a ngun də fin nəunə lûgu hængay. Lûgu nəkahagə lûgu ngəde hængay rə hægwi. Ngo yuu hal ngə gækəynə a lay :

- Cûrugu nəji kəlilima go njállli nəcar a gə rə go.
- Njállli yuu nəcar a fargə rə lulu go, a day rə dâbù go, a gə rə ngun go, a gə rə wuy hæ yimay go, saha ci ngwə, nəcar a gə hù həan ngaco go.
- Kənəm ngwə, hù hæ lûgu nəji kəlilima rə jəw.
- Saha ci ngwə, lûgu nəkariyuhî rə hù an kìa.
- Aidə ngwə njállli ngə nagayhi yuu kuli hæ kajuwa ngəde nəkahalhi ngwə, nəan də tînu kugua.
- Saha ci ngwə, tînu nəkahalgu hù madabu go nətâl ngalo go nâti.

Hængay nəcih lûgu rə kihimi ?

Hængay kuli hæ kajuwa ci ngə lûgu nəamunə a yəl ngəra ja ga nəjâlgu cûrugu hæ lûgu ngə saha bico nəbân də sabun ja.

- Lûgu ngə saha bico nəbân ja ngwə, fin nəan də hù həan kəlilima ngwə, lûgu akariyuhî ngwə, njállli ngənaay nəcar a hù həan.
- Kajimu yu yabi yu borgo fina co nəcalay kuli hæ kajuwa ngə nəunə lûgu hængay.

- Həngay kajuwa ngə lûgu nəunə lûgu rə kawı. Aidə ga lûgu kəte həngay nacihnə ngwə, nəkahagə maay fadaw ngaco.

Həngay nacihgû ngwə, gəan mənı ?

1/ Lûgu həngay nacihnə ngwə, acəlbû akə yu awagə maay fadaw ngədə kajuwa yuu ngwə, **nəjân də kaliyaw**. Na yu kajımu yu yabi yu fadaw agû gəjännaw rə kaliyaw rə kihimi ? Yaka mənna həan a ngun də fudo 10-15. Dı yuu fəydəa rə jəw ga :

- Saha bico gəbân də amay gədəhə sabuna.
- Benu kajımu yu yabi yu borgo agû rə amay âwa sabuna rugo gəku a gə rə yəraw rugo gətəgərə gugua.
- Boci agû gətəgərə yəraw jurù, hərə yəraw nəhəla kuli hə həngay ci həan.

2/ Gaan dı yuu ngaco gərə gakə ja ngwə, wual dotor rəgə dotor nəugû fələ hə pomad ai **Benzyle de Benzoate** rəgə gəhəmatə cûrugu.

Həngay gəani gəan də kihimi ?

Jân də kaliyaw rə ai ngə yakiegû yuu ! Dı yuu fəydəa rə jəw :

- Yəm benco maay fadaw ngaco yəbân də sabun.
- Yel kajımu kaliyaw !
- Migəw ngaco yəhənay a ngu kaliyaw.
- Boci agû gətəgərə yəraw jurù, hərə yəraw nəhəla kuli hə kajuwa.

Kajuwa hæ lamgæ

Kajuwa hæ lamgæ dî kihimi ?

Lamgæ dân kajuwa hæ cûrugu ngæ næcih yimay yu cù ngæ ræ dâbu. Cûrugu næji kælilima go, ngu ci næji bul go, saha ci ngwæ, cûrugu hæ kæri næma go.

Kajuwa hæ lamgæ næcih lûgu ræ kihimi ?

Kuli hæ kajuwa hæ lamgæ dân ngæna ræ jæw ga gæga gæamunæ a yæl ngæra ja.

- Lamgæ yuu næfægæn a gæ ræ cûrugu ngæ næjân dæ kælî ngwæ, nækwi ræ kawi ja, ai lûgu ngæ nabenu cù ræan ngwæ, kælî rugo nêtâl kæbal hæ dongo.
- Lûgu ngæ nælû ræ bala kæbal a kæri ræ boci ngæ lûgu ngæde ngæ acal kajuwa yuu nalû a lay, dân co næcihnæ.

Kajuwa hæ lamgæ nacihgû ngwæ, gæan mæni ?

Cûrugu agû ngæ ræ hæan ci næji bul wælla cûrugu hæ yimay wælla cù kælilima wælla cûrugu hæan nama ngwæ, wual dotor. Dotor nælâgugû ngwæ, næugû pomad ngæ aan cûrugu agû dawa. Kajuwa hæ lamgæ nækæræ kawi ja ga gæcalay ngæ ræ tînu hæ lamgæ ræ kaliyaw go kælmay go rægæ dawa ngæ dotor naugû yuu gæhæmatæ ræ dâbu gæâri kængal go. Yæraw benco gæhæmatæ gay kihi.

Kajuwa hæ lamgæ gæani gæan dæ kihimi ?

Gæcælbû gæani gæ kajuwa hæ lamgæ ngwæ, calay yimay yu cù ræ kaliyaw go kælmay go :

- Ngæ gælû ræ bala kæbal a gæ ræ lu ja
- Cù rægû kælî ngwæ, nækwi rugo gægiel kæbal

- Gabenu kajimu wälla kullay hæ kæmbu ngwə, gəjebu yimay agû rə kajimu kælmay rægə gəhəmatə fələ rægə cûrugu nəjân də kurəcay.

Kajuwa hæ gupa - lèpre

Kajuwa hæ gupa dân kajuwa kæladu, gære kæne dawa hæ dotor naan dæan ngəna a ngun də dunia ngaco.

Gupa dân kajuwa kihimi ?

Dân kajuwa ngə nəcar a gə rə cûrugu ngwə, nəan də lulu hæ yimay yu lulu hæ cù bala aro. Hərə yuu ro ngə lûgu ngə kajuwa yuu nacihnə, âw ahəm ngərə kajuwa nacih wälla dî ci nəfəju cù wälla yimay gudo, acal tapa hæan ja. Aidə ga lûgu ngə kajuwa yuu nacihnə, yimay hæan yu cù rəan nəjân də tûnua jurù. Najân ngəna ci ngwə, kajuwa yuu nəfəju lulu hæ yimay wälla lulu hæ cù rə ngənaay ngənaay. Aji ngə kajuwa naji təbay ngwə, nəan də lûgu ngurtigi ngwə, kærie nəhəlanə gə aro.

Gupa nəcih lûgu rə kihimi ?

Lûgu ngə kajuwa hæ gupa nacihnə gære naanhi dawa ja, saha ci ngwə, kajuwa yuu nəkahagə lûgu ngə dədan yukul a ngu kæte. Kajuwa yuu nəcih lûgu rə kawı ja. Ga aji ngə lûgu ajûgu dawa gâlu ngwə, kajuwa anə nəcih lûgu ngəde rəy ja. Hərə yuu ro ngə na yu lûgu ngə acal kajuwa hæ gupa gære naanhi dawa gukulaw rə kæte gudo kajuwa nəcihgû ja. Dugwa lûgu ngə kajuwa yuu nacihnə rægə nəta kælafea.

Gupa gəan anə dawa rə kihimi ?

Dawa bəlin ngə kæne nau nəkərə gupa rə ngəndə. Gacul annî dawa rə kawı ngwə, kajuwa nəji ngəlgo rə kawı. Kajuwa gacalay kængal ngwə, hù agû ngə nahəkalluhi nəhəlayhi rəy ja,

gære kajuwa yuu gəan anə dawa ngwə, lûgu nəjân də aroa go nəkahagə lûgu ngəde rəy ja go. Gære naji ngurtigi gudo yəkienə annî kîda hə ku rəan.

A lartə amû hə Tchad dawa hə gupa gəta rə budə. Na wəlla lûgu ngəde gudo acal hal ngə akul a bohu yuu ngwə, nual dotor rəgə yəan anə kasiba yəamunə rə acal gupa à :

- Kəri rə cûrugu acal balo ci ngə nəwiyâw ja.
- Lulu hə yimay wəlla cù nəji bala aro.

Gəcal hal yuu ngwə, wual dotor rəgə gəta dawa hə gupa !

Kajuwa hə yəl

Lûgu benco acal yəl kihi ga yəl yuu fəydəa rə jəw ga gəan âpi gudo gəcalay yəl yuu rə nga.

Yəl ngə naji awal

Yəl hə migəw nəji awal jurù : Yəl nəji kəlilima go, saha ci nəji kəme go, nəkahay həmilo wəlla kugu go, Kajuwa hə yəl nəanhi dawa rə ngəla ja ngwə, saha ci nəan də lûgu kəmbû rə ngəndə.

Kajuwa hə yəl nəcih lûgu rə kihimi ?

Aji ngə ahi alala rə ngun dəan bəbərə wəlla ahi kero ngwə, yəl nəji awal jurù. Aidə ngwə, bədə yu kuli hə kajuwa nəkahalhi yəl. Dî ngəde co nəyel yəl ai kangil wəlla wanay ngəna.

Yəl naji awal ngwə, gəan anə mənî ?

Yəl naji kəlilima wəlla kəme wəlla nəkahay həmilo wəlla kugu ngwə, tu kugu hə yəl ngə acal *antibiotique*, rəgə gətâl yəl agû kihi co (yəl kəte həan awal gudo) kwadə yu yəraw yu kənəm. Gære gajân cəy kâkənə co rugo naji ngəlgo ja ngwə, wual dotor.

Ngə gətâl dawa hæ fadaw yæl agû ja, hərə kuli hæ kajuwa ci nəkiegə dawa ngwə, nəan də kajuwa təbay. Gakahal dî cinjimay ai lemin wəlla sində ngwə, nəunə yæl kungu. Dî cinjimay nayel yæl hæ lûgu ngwə, ârinə dotor rə kawi.

Kangil wəlla wanay ngəna ci wəlla hiu ci nafəju yæl hæ lûgu wəlla nayel yæl həan ngwə, ârinə dotor rə kawi.

Yæl gəwagəan kajuwa rə kihimi ?

Dî ben ngəla həan gəcalay yæl rə kaliyaw. Yæl agû awal ngwə, kwadə gajay daba yu kənəm kamən ngə gəhənay ro jûgu kajimu kaliyaw (ngə gatâlgu gugua ga kuli hæ kajuwa namatə) rəgə gətâl amay kaliyaw rugo gəjebu rə yæl agû. Yæl hæ yəngənaay co awal ngwə, benu yæl adan rə aidə. Ngə gəlû a gə rə bəbər ja. Wodəram hæ yæl nəwagə yæl bəbər.

Jinî kəmbû a kənəm

Ai ngə gaamunə a fudo hæ kəmbu yuu ga lûgu ngə ahəm kəmbu ngə acal bitamin A dābu ja ngwə, saha ci ngwə, nəji kəmbû. Yəngənaay yu ngəram tugun yu ngəram wuli ngənaa kajuwa hæ yæl yuu nəcihdan də kawi. Hal hæ kajuwa yuu daba həan kənəm ngwə, lûgu nəamu bəla rə ngəla ja.

Kajuwa yuu gəkərə yu gəani gəan də kihimi ?

Kajuwa yuu kindin həan akul ja. Gərə dawa həan dān həmnî kəmbu ngə acal bitamin A rə dābu. Bitamin A akul a ngun də :

- welə wanay ngə naji kəme gara ai paypay yu mongolo,
- kălu hæ wanay kəlî rə ai kălu hæ kongiyo,
- hægəndə yu ki yu hù.
- Kajuwa yuu naji donoa ja ngwə, lûgu saha bico ahəm kəmbu ngə acal bitamin A yuu ngwə, yæl nəji ngəlgo.

Lûgu nga yəm benco ahəm kəmbu yuu ngwə, nəwagəhi kajuwa hæ yæl yuu.

A ngərə dotor nəunə lûgu bitamin A. Dān yu kəmbu ngə acal bitamin A co yəan kīda a hù hæ lûgu rə ai mādəgay. Kindin kəte nəcalay yəl hæ lûgu kiya 6. Aidə ga kiya 6 nacar benco wual gəjûgu kindin kəte hæ bitamin A rəy.

Jinî wura nəan də yəl tâni

Lûgu ngə acal yiman dābu gə həkan həgay (40), dī ngə akul a kəla həan nəga nəamunə rə ngəla ja : nəka kakadə rə awal gəan go, nətāl libira ngərahan də awal gəan go. Gaji wura ngwə, yəl nətaba hal həan, ga yuu ro ngə nəga nəamu həgwi ja.

Yəl naji aidə ngwə, wodəram hæ yəl muh ngə nəan də dī ngəna dəmu ngwə, lûgu nəga nəamunə. Lûgu ngə acəlbû aamu dī rə həgwi gəan, ai kekema wəlla məsie hæ lekol, nətu wodəram hæ yəl rəgə nəamu a lay dī rə həgwi gəan rəgə nəga nəan kīda anə rə ngəla.

Kajuwa ngə nəjālgu ciləm hæ yəl (katarakt, *cataracte*)

Kajuwa hæ yəl ngə nəu gə migəw wuraay ngə yəcenə ga katarakt (*cataracte*), dān kajuwa ngə nəan də ngun də yəl ciləm rə ngənaay ngənaay ngwə, nəwagə lûgu amunî bəla rə kaliyaw ngwə, nəan dəan kəmbû. Dī kəte ngəla həan kajuwa gakahalay a ngərə dotor ngwə, lûgu nəta yəl həan də ai ngə wanə.

Na wəlla lûgu ngəde a ngun də jama agû acal kajuwa hæ yəl ngwə, wual dotor rəgə nəkəmu agû ngərə gəta a lay dawa. Iləmû bəlin acal hal dābu ngə nədugwagû a annî yəl agû dawa.

Bul hæ yəl ngə naji kûli

Bul hæ yəl agû naji kûli ngwə, gual dotor, hərə dān acal dawa hæ kajuwa agû.

Kajuwa ngə hugway yu ngərəm yəkahagə mādəgay (SIDA yu kajuwa ngəde)

Hugway wəlla ngərəm acal kajuwa yuu ngwə, nəkahagə kajuwa yuu haba həan a fudo annî kənjina. A ngun də təlam ci həan migəw yəce «kajuwa ngə ngərəm», gərə hugway co nəkahagə ngərəm. Sida dân co kajuwa ngə hugway yu ngərəm yahənay a gə mādəgay ngwə, yəkahagə mādəgay.

Kajuwa ngə hugway yu ngərəm yəkahagə mādəgay dân kəladu rə jəw : ci həadan nəwagə agû wuli, ngəde həadan ai kuda yu Sida nəhəla lûgu gə aro.

Kajuwa yuu gəkəynə rə kihimi ?

Kajuwa hə kənjina dân nəkəmuhi a hal ngəde ngəde dābu : ai lûgu akə koray ngwə, ahəmay rə awal wəlla fəlay həan nəji kugua wəlla kəlilima wəlla njălli nəcar a gə rə hù həan wəlla acal hal yuu ja gudo, wanəge acal kajuwa yuu a ngun də hù həan. Ngərəm dābu həadan yəcal hal yuu ja. Ga yuu ro ngə hugway ci acal kajuwa yuu ngwə, nəanhi dawa go, ngərəm anə go nəan adə dawa, gərə naal gə ngərəm ngəde ngwə, dədan co nəan adan dawa.

Kajuwa yuu nəcih lûgu rə kihimi ?

Kuli hə kajuwa hə kənjina nəjân a ngun də amay hə hugway yu hə ngərəm wəlla a ngun də njălli hə fəlay. Aji ngə yəan kənjina ngwə, kuli hə kajuwa yuu lûgu dondi nəkahagə lûgu nga.

Kajuwa yuu naciġgû ngwə, gəan mənı ?

Aji ngə gəcal hal yuu ci həan ngwə, wəlla gəce kăgu ngərəm wəlla hugway ci naugû kajuwa yuu ngwə, wual dotor rəgə gəkienə hal agû ngaco rə ahâri.

Aidə ngwə, dotor nəan agû kasiba ngwə, nəugû dawa. Kuren ngərəm (wəlla ngərəm) ngə gahənaynaw rə həgwi rə kiya kăkənə ngaco yəan adə (wəlla adan) dawa (ai hugway ngə acal ngərəm dăbu). Aidə ngwə nduco nəkə go nəani gə kajuwa yuu go, gəre kajuwa hə sida ngwə, nəkərə ja. Gəre kamən ngə dawa abal ro gəhənaynaw rə kəte ja wəlla gətâl fəlay agû kawsə rugo gəani gə kajuwa.

Kajuwa hə hugway yu ngərəm gəani gəan də kihimi ?

Kajuwa yuu nəciġ lûgu a annî kənjina muh ga hal ngə gəga gəani gəan də ngəndə yuu hugway wəlla ngərəm gudo **gəan kənjina ja rə ngəndə**.

Ngərəm yu hugway **yukul a gə mādəgay rə jərea** ngwə, kəte həadan gudo nəan kənjina a ngu ngəde ja. Aidə ngwə, yəjân də labia.

Aji ngə hugway kəte acal ngərəm dăbu ngwə, hugway yu ngərəm co yəan kənjina a ngu ngəde ja. Aidə ngwə yəjân də labia, gəre ngun dəadan lûgu kəte acal kajuwa yuu ngwə, nəkahagə dədan ngəde ngaco.

Gəjân gə jəre agû ja ngwə, gətâl fəlay agû **kawsə** rugo nəwagə agû kajuwa hə hugway yu ngərəm yu Sida co. Calay a ku rə **lûgu aan kənjina a ngu ngəde ngəde ja** ngwə, kajuwa yuu, dān yu Sida co, nəji ngəna.

SIDA

Sida kajuwa kihimi ?



Sida dân kajuwa bəlin ngə kəne ngə nau ga nahəla migəw dābu a dunia, gəre dābu həadan co nahəla a Afrika. Sida akul rə dābu a ngun də Tchad co.

Sida nəan də lūgu tani. Ai ngə gaamunə a fudo hərəkə hə kakadə yuu ga hù acal hâkər ngə nəwagə kajuwa dābu yelnî hù. Sida nəan də hâkər hə hù tani ngwə, nəaju dibel rə fede ngwə, kajuwa ngaco nəyel hù hə lūgu rə hægwi. Lūgu ngə acal kajuwa hə Sida nəgalgay kajuwa ngəde rəy

ja, ai kajuwa hə cûrugu yu kajuwa hə ngun yu kajuwa hə bogə âbi. Aidə ngwə, kajuwa yuu ci həan nəhəlanə gə aro.

Kuli hə kajuwa hə Sida nayel hù hə lūgu gudo, kamən ngə aji dondi ngwə, lūgu nəjân də nga kiya dābu wəlla yiman dābu rugo nəji dondi. Saha ngə akul rə nga yuu 'rə, nəkahagə migəw kajuwa rə bala tapa.

Lūgu ngə gəamunə rə nga yuu muh nəkahagə lūgu Sida. Hərə yuu ro ngə kajuwa yuu nəfaji a dunia ngaco rə kawi !

Məndo ro ngə yəka mənna hə SIDA ?

Kuli hə kajuwa hə SIDA yəcenə ga VIH. Ai ngə gaamunə yuu ga lūgu ngə acal VIH nəcalay kuli hə kajuwa yuu a hù həan kiya dābu wəlla yiman dābu ngwə, kamən ngə aji dondi ro ngə nəkahagə lūgu ngəde.

Lûgu ngə acal SIDA gəkəynə rə kihimi ?

Lûgu ngə acal SIDA, gəamunə ngəra ro gəkəynə ja. Ai ngə gaamunə yuu ga lûgu ngə acal VIH nəjân də nga kəngal. Ga naji dondi ngwə, hal həan ai kajuwa ngəde ai bogə âbi wəlla kajuwa hə ngun wəlla kajuwa hə cûrugu wəlla kajuwa hə tînu kare. Gəre kajuwa yuu dân muh co akul rə cigəan. SIDA muh ngə nəkahagə lûgu ja.

Hal kəte ngə gəkəy kajuwa yuu **annî kî kasiba** muh.

« Séropositif » dî kihimi ?

Ngun də kî ngə yəlâgu yəamunə rə VIH akul a lay à. Aji ngə yata VIH a ngun də kî hə lûgu ci ngwə, yəce dân **séropositif**, akul rə dondi wəlla ahəmay rə dân nga gudo. Ngun də kî VIH akul a lay ja ngwə, lûgu yuu yəcenə ga **séronégative**.

VIH nəjân a hi a ngun də hù ?

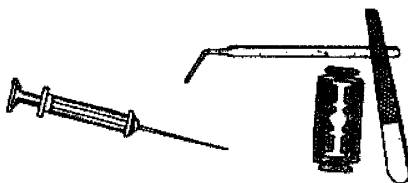
Kuli hə kajuwa hə SIDA akul a ngun də hù ngaco, gəre akul a ngun də kî yu amay hə fəlay rə dâbu. Yəta a ngun də yini hə kuyey co.

SIDA nəcih lûgu rə kihimi ?

VIH, lûgu ngə acal kuli hə kajuwa yuu ngə nəkahagə lûgu ngəde a hal ngəde ngəde :

- Ai ngə yakiegû ngə kajuwa ngə **hugway yu ngərəm yəkahagə mādəgay** (amu fudo ngə naka mənna hə kajuwa yuu) : Gatay rə gay həkan ngwə, həligər həan co VIH/SIDA kənjina ngə nəunə lûgu. Hal ngə gəjûgu kajuwa yuu, amay hə fəlay hə lûgu ngə acal kuli hə kajuwa (séropositif) nayel hù hə lûgu ngə yahənay rə kəte. Lûgu ngə acal kajuwa ngəde hə fəlay wəlla cûrugu hə fəlay acal kungu ngwə, kuli hə VIH nəyel hù hə lûgu rə kawî.

- **Kí** ngə nəkahagə lûgu kajuwa. Hiu curukway wəlla alli, ai jana yu libira yu resa yu mahagə yu dayay, ngə lûgu ngə acal kuli hə kajuwa naan də kîda ngwə, nəkahagə lûgu ngədə. Kuli hə kajuwa ngə akul a gə rə dî yuu nøyel kî hə lûgu nga a libira wəlla gəlas wəlla kungu dəmu wəlla kungu ngəna. Tamgə ngə yalaw rə kangil ngə lûgu ngə acal SIDA wəlla dî ngə yəbenu rə hənay wəlla resa ngə yəfəju rə yəngənaay dābu a kâjia a ngu kəte a resa kəte muh nəga nəkahagə lûgu ngədə SIDA. **Tay angal rəgə gəkuda resa yəfəju rə wuli kəte benco !**



- **Yay dəkahagə wuli adə.** Ngərəm ngə dəcal SIDA ga daal dotor ja ngwə, ngərəm kâkenə ngwə, kihi həadan co yəkahagə welə adan kajuwa. Ngərəm tugun ngwə wəlla aji ngə dəwuy ngwə wəlla dəunə wuli adə kuyey ngwə, dəkahagə wuli adə kuli hə kajuwa hə SIDA. Wuli ngəna ngə acal SIDA a hù hən nəmatə rə ngəna muh.

Hərə yuu ro ngə SIDA nəga nəcih maay fadaw ngaco. Hugway akul rə jərea ja ngwə, ngərəm anə dukul gə jəre adə gudo nəkahagə adə kajuwa yuu ngwə, ngərəm go dəkahagə wuhi adə ngə akul a ngun dəadə. Migəw jammay yamatə ngwə, yəngənaay yəji ngəni ngwə, hal hə ləkol adan yu nəngadə adan yu jânnî adan a dunia nəji adan awal.

Dî kihimi ngə gəan ngwə, SIDA nəcihgû ja ?

Ai ngə migəw yahəgujən gə SIDA yuu ga lûgu ngə acal SIDA ngwə, yəkələnə, gərə aidə ja. Ai ngə maamunənanaw yuu ga kajuwa yuu nəcih lûgu a fudo kənjina yu libira wəlla resa ngə lûgu ngə acal SIDA. Lûgu ngə acal SIDA nafəju rə ngərən ci rəgə na go gəfəju rə ngərə agû ci a ngu muh ngwə, wanəge

SIDA næcihgû. Gære hal ngæde kæte gudo nækahagæ agû SIDA ja. Gaan dî hæ day ngwæ, SIDA næcihgû ja :

- Gaunæ lûgu ngæ acal SIDA yimay ro
- Na yu lûgu ngæ acal SIDA gæhæmnaw kæmbu a kælaw kæte ro



- Na yu lûgu ngæ acal SIDA gæhiinaw amay a kælaw kæte ro
- Gayel kajimu ngæ lûgu ngæ acal SIDA ro
- Na yu lûgu ngæ acal SIDA gukulaw a fadaw kæte ro
- Gæannaw kîda wælla gækanaw kæra wælla gæcohnaw ngæba ræ kæte ro
- Na yu lûgu ngæ acal SIDA ngâbædi agûay kæte wælla

gæbân a kulu kæte wælla cabæno ræ kæte ro SIDA næcihgû ja.

Fælâci naciræ lûgu ngæ acal kange rægæ naciræ lûgu nga ræy ngwæ, nækahagæan kange. Ga yuu ro ngæ migæw ci yæce kâgu fælâci nækahagæ lûgu SIDA ræ ai kange, gære aidæ ja. Gære dotoray jammay yalâgu yaamunæ ræ hænay hæ læman yu fælâci yu kuli ngæde gudo nækahagæ lûgu SIDA ja.

Gæani gæ kajuwa hæ SIDA ræ kihimi ?

Ai ngæ gaamunæ yuu ga dî kâkænæ ngæ akul a day yuu muh ngæ nækahagæ lûgu SIDA. Aidæ ga dî kâkænæ yuu gækægæan dæ kælmay car :

1/ Kajuwa hæ SIDA dâbu hæan co kånjina ngæ næunæ lûgu.

Ai ngæ maamunænaw yuu ga kajuwa hæ ngæræm yu hugway, hal kâkænæ yuu ngæ næwagæ agû kajuwa hæ kånjina :

- Ngæræm yu hugway adæ ngæ yukul ræ nga **yøjân gæ jære** adan. Hugway go næcælbû ngæræm ngæde ja, ngæræm go dæcælbû hugway ngæde ja ræ ngændæ.
- **Gøjân ngæra** : Hugway yu ngæræm, kamæn ngæ yøjægæ mådægay ro, yæan kånjina ja ræ ngændæ.
- **Kawsæ ngæ yætâl fælay** : Kawsæ yuu lûgu natâl fælay ræ kalkal ngwæ næwagæan kajuwa hæ SIDA hæræ amay hæ fælay nætæmagæ mådægay ja.

2/ Hal ngæ gøjûgu SIDA a ngun dæ ki :

- Ngæ na yu lûgu ngæde dî yuu gætænænaw ræ kæte ja : billa yu mahagæ yu tamgæ yu kaygæ ngæ gøjæmbæriyu ræ hænay. Aji ngæ gæføjû lûgu a kâjia wælla gæføjû dâbû ræ wuli ngæna ngwæ, gæføjû ræ **billa bælin muh**. Billa gatænæ gay kæte ngwæ, gækoh rugo gøjûgu billa bælin wælla gækuda a ngun dæ amay âwa.
- Gæan lûgu dawa ngwæ, gæunæ lûgu dawa næhii a gay. Gære aji ja ngwæ, libira gæcælbû bælin hæan.
- Aji ngæ yækahal hù hæ lûgu kî ngwæ, kî yuu yælâgu ngwæ, yæamunæ rægæ acal kajuwa hæ SIDA ja rugo yøyegæ lûgu.
- Dî yuu fæydæa ja ngwæ, ngaco anindæ libira yu gælas yu billa rugo kajuwa hæ SIDA næji ngæna.
- Ngæ gæhalhi libira wælla gælas ngæ dotor suku ja, hæræ dædan yaka kæra hæ dotor dâbu ja. Gual dotor dæmu rugo yæan agû dawa.
- Migæw ngæ yæan kîda hæ dotor saha bico yætæmagæ kullay ngæ acal kî yu hiu gay an alli ai libira. Ga yuu ro ngæ yatay angal ja ngwæ, SIDA næga næcihdan dæ kawî. Ga yuu ro ngæ hal hæ nækaliyaw hæ dotor yuu yæan dæ

kalkal. Libira ngə yahal lûgu yəkoh a ngərəan ngə yətəkâlhi a lay muh.

3/ Hal ngə man wuli dəkahagə wuli adə SIDA :

- Aji ngə ngərəm tugun dəcəl SIDA ngwə, dual dotor rugo dəta dawa. Ngərəm tugun yuu aji ngə dəwuy co dējûgu dawa yuu. Kamən ngə dəwəy go, dəwəy gâlu go dējûgu dawa yuu. Aidə ngwə, dəwagə wuli adə SIDA. Dawa yuu akul a fadaw hə dotor dâbu. Saha ngə hartə adə naga ngwə, dual dəwəy a dotor. Aji ngə wuli nawəy ngwə, dotor nəan kasiba nəamunə nda wuli acal kajuwa hə SIDA wəlla acal ja. Acal kajuwa yuu ngwə saha bico yəunə siro hə kajuwa yuu.
- Ngərəm tugun ngaco yual dotor ngwə, dotor nəlâgu kî adan. Ngərəm dəcəl SIDA ngwə, dotor nəudə dawa ngə nəcalay wuli hə ngun dəadə rə aroa. Ngərəm ngə dəcəl SIDA dējûgu dawa yuu ngwə, dəhəm yâbu kâpi. Gərə dotor nəamudə jurù rugo nəudə dawa.
- Ai ngə maamunə naw a fudo 26 dî ngəla həan wuli ngəna nəcih yini hə kuyey. Gərə ngərəm ngə dəcəl ngəla həan ngwə dəunə wuli adə yini hə kop hə wuli ngəna. Gərə dəta yini hə kop hə wuli ngəna ja ngwə, dəunə wuli adə kuyey a ngun də kiya hərəkə, gərə dəunə amay go ja, dî ngədə hə hiinî go ja. Wuli adə naji kiya həgay ngwə, dəga dəunə bələm ngəna ci co. Dəunə wuli adə kuyey ngwə, dējûgu dawa hə SIDA saha bico rə kalkal rə ai ngə dotor nacedə. Aidə ngwə wuli dəta kuli hə SIDA rə həgwi ja. Yini hə kop ngə gəunə a biberon ja, hərə biberon benunî həan awal ga kuli hə kajuwa nətəmahi a lay. Hərə yuu ro ngə jûgu cukol rugo gəunə wuli a lay yini, hərə cukol benunî həan həgwi. Ngərəm dəhən də dəcəl SIDA ngwə, dəan dî ngə dējûgu wuli ja.

Kawsə ngə yətâl fəlay nəwagə lûgu SIDA rə kâni à ?

Migəw ci ngə yəan migəw jeredə ja, kapa âbi yî rə kâni a gə rə hal hə kawsə ngə yətâl fəlay yuu. Kawsə yuu migəw yəce migəw ngə yətâl fəlay adan, kajuwa nəcihdan wəlla fələ ngə kawsə acal yuu dân co acal kuli hə SIDA, gərə mənna yuu kâni ja rə ngəndə. Kawsə yuu gatâl fəlay agû rə kalkal ngwə, nəwagə agû SIDA. Fələ ngə akul a ngun də kawsə yuu nəan də kawsə konotay yu nəan də hægwi a tâlnî fəlay.

Gərə kawsə yuu gətâl fəlay agû rə ngəla ngwə, nəji agû fəydəa : kawsə yuu bəlin go konotay go. Kawsə ngə nakwi nəkəgarhi rə hægwi. Ngə gətâl fəlay agû kawsə ngə nakwi wəlla cujia ja. Aji ngə kawsə yuu gatənə rəgə galaw ngwə, gəfənnay gay an rəgə gəkol wuləm kâpi. Kawsə ngə gatâl fəlay agû ga galaw ngə gətənə rəy ja, hərə kuli hə kajuwa nəjân a lay rə dâbu go nəji korəcay go.

SIDA yəga yəan dawa à ?

Halla yuu billaram hə SIDA akul ja. **Dawa hə dotor wəlla dawa hə fadaw ngə nəkərə SIDA akul ja.** Ngə gî rə kâni ja rə ngəndə. Gâw wəlla dawa hə fadaw ngə akərə SIDA akul ja kəne ro.

Dawa bəlin ngə kəne nau nəan də lûgu ngəlgo ngwə, nəan də yâbu kâpi. Dawa yuu akul a ngərə yəlâgu a lay kî ga yəunə migəw rə budə wəlla tāmman an budə. Yəunə migəw ngə SIDA naan dəadan tâni. Dawa yuu donoa rə jəw ga lûgu dondi nəhəm kəmbu rə dâbu go nəan cudə rə ngəla go. Dotor nəcegə saha ngə acul dawa yuu.

SIDA nəji təbay rə ngənaay ngənaay a ngun də hù ga lûgu nəce kâgu dân nga, gərə najân ngəna ci hal hə SIDA nəkəmuhi a hù an. Ga yuu ro ngə lûgu ngə kajuwa ngəde nacihne ngwə, yəan anə dawa hə kajuwa ngə nacihne yuu rə kawî rəgə nəjân də nga kəngal. Aji ngə SIDA naan də lûgu tâni rugo yəunə dawa hə SIDA.

Wəni nual nəlâgu kî an rugo nəkəy rə acal SIDA à ?

Kəne dawa hə SIDA bəlin nakəmuhi ga lûgu ngə acal SIDA gudo nəga nəjân də nga kəngal. Lûgu ngə acal SIDA najûgu dawa yuu rə kalkal ngwə, kajuwa hə SIDA kəne nəhəla lûgu rə kawi ai ngə dində rəy ja.

Aidə ga lûgu ngə nahəgujən də acal kuli hə kajuwa yuu ngwə, nual dotor rəgə nəlâgu kî an. Dān ngə ngəla gə alālannə dî ngə akul a ngun də hù an :

- Aji ngə gahənaynaw rə ngərəm yu hugway rə bala kawsə ga gahəgujən də haba rəagû wəlla haba agû acal kajuwa hə SIDA yuu ngwə, dotor nəlâgu kî agû nəamunə. Lānnə rə lûgu nga acal SIDA a hù an gudo nəjân də nga kəngal !
- Gəcal hal yuu rugo aâjugû ja ngwə : yertə wəlla gaji həmbəa rə jəw wəlla cûrugu agû acal tînu.
- Gəcal bogə âbi ngwə, hərə bogə âbi nəcih migəw dābu ngə yəcal SIDA.
- Aji ngə gayegəhi gəlas hə kî ngə yalâgu ja wəlla gahalhi libira wəlla billa ngə lûgu ngəde naan də kîda.
- Ngərəm yu hugway kamən ngə yəjəgə mādəgay ro ngə yual yəlâgu kî adan a dotor. Aidə ngwə, yəkahagə mādəgay kajuwa ja go yəwuy wuli nga go. Yəcəlbû rəgə SIDA acihdan ja ngwə, fəlay adan yəwagəan kənjina rə ngəndə.

Ngərə yəan a lay kasiba yuu dotor kəte muh nəkəy lûgu ngə acal SIDA. Dotor nəcegə lûgu ngəde ahâri agû ja rə ngəndə.

Gaan kasiba yuu ngwə, gəkəy hal ngə gukul gə. Aji ngə naji gəcal SIDA ja ngwə, dotor nəugû gala ngə bohu ngwə, gəani gə SIDA. **Gərə tay angal** : lûgu ngə acal SIDA ja gudo, najân kiya hərəkə ngwə, nəan kasiba hə kî rə bəlin, hərə kajuwa akul a hù hə lûgu ngwə, najân a lay kiya hərəkə rugo dotor nəamunə a ngun də kasiba.

Lûgu ngə yalâgunə ga acal SIDA, doktor nəunə dawa yu gala rugo nəjân də nga kəngal, SIDA akul a ngun də hù an gudo.

SIDA akul a hù agû gudo, gəga gəjân də alli agû à ?

Kəne halla migəw dâbu yəcal SIDA a hù adan wəlla SIDA naan dəadan dondi. A ngun də Tchad, ngu ci ngun də migəw həkən ngwə, kəte an acal SIDA. Aidə ga gəhən lûgu ngə acal SIDA wəlla na muh gudo gəcal SIDA.

Aidə ga ngə gəanində lûgu ngə acal SIDA ja. Ngə gəce yaan dî bigəa ja. Gace mənî ngwə, hugway yu ngərəm kəte adan jərəa ja ngwə, nəjûgu kajuwa nəkahagə kəte ngə akul gə jərə anə, wəlla wuli ngəna ngə akul a ngun, manay dəkahagəan kajuwa yuu, wəlla lûgu nəjûgu kajuwa yuu a libira wəlla gəlas ngə acal kuli hə kajuwa hə SIDA.

Aidə ga lûgu ngə acal kajuwa yuu, dugwanə rəgə gəjânnaw rə kəte rə alli. Lûgu dondi ngə acal SIDA yuu go nəjûgu dawa ngə doktor naunə rə kalkal go, nəhəm kəmbu rə ngəla go, nəhənay nəan cudə rə ngəla a ngu kəte go, hərə dawa yuu donoa. Lûgu yuu acal haki hə annî kîda anə ngə wanə go, acal haki hə jânnî a ngun də jama anə go. Ai ngə maamunənaw yuu ga na yu lûgu ngə acal SIDA gukulaw rə kəte gudo nəugû kajuwa ja.

Ai ngə kajuwa hə kənjina ngəde ga ngərəm yu hugway, kəte adan acal SIDA ngwə, dân ataw co nual nəan kasiba hə kî a doktor. Doktor nəkienə maay fadaw anə gala ngə yəjân də kəte rə kihimi. Lûgu ngə acal SIDA, aligəan ngwə, dân yu ngərəm yəhənay gərə **saha bico nətâl fəlay an kawsə**. Aidə ngwə, yəunə mādəgay kajuwa ja. Gərə dədan kihi co yəcal SIDA gudo, yətâl fəlay adan kawsə rəgə kajuwa nəji donoa a hù adan ja.

Lûgu ngə acal SIDA a hù an wəlla SIDA naan dəan dondi, aan hù an dawa go, dân yu maay fadaw anə dədan yukul rə kəte rə alli ngwə, nəjân də həgwi gəan kəngal.

Amu dî ngə migəw ngəde yaan !

A ngun də lartə ci migəw ngə yəcal SIDA naji ngəna, hərə migəw yataba hal a fudo annî kənjina. Hugway go nəjân də jərea a gə ngərəm anə. Ngərəm go dəhənay a gə hugway adə muh. Lûgu bâjin kamən ngə atay fadaw anə ro go nəan kənjina ja rə ngəndə. Miyey ngəde go yual gə ngərəm ngəde ngəde ja. Gəre lûgu ngə acəlbû aan kənjina ngwə, yətâl fəlay an kawsə. Aji ngə yaan dî yuu a lartə ci 'rə, kajuwa hə SIDA naji ngəna a ngun də lartə adan.

Aidə ga məcəlbû məandənanaw kajuwa ngəna ngwə, məannaw dî ngə migəw yuu yaan.

Kajuwa ngə nəcih lûgu rə bala kuli hə kajuwa

Kajuwa ci acal kuli hə kajuwa ja. İləmû bəlin ngə kəne nau yuu kajuwa yuu nata hal ngə gəkərə. A həndu yəkiegûay hal həan ci.

Dî ngə hù naanində

Kəmbu ci wəlla dî ngəde gudo migəw ci hù adan naanində ngwə, hù adan nəji awal rə kawı, ai ngə gaamunə a fudo hə kangil hə kəmâgən (fudo 87). Lûgu ngə hù an naanində dî ci ngwə, nəkəy ngərə ja, gərə aji ngə nəji dondi muh rugo nəkəy rə dî ci naan dəan dondi. Lûgu benco hù an naanində dî ngəde ngəde.

Dî ngə migəw dâbu hù adan naanində:

- Bəbər ngə alû a ngun də ahi
- Kəmollo hə wanay
- Njəgə hə ləman
- Kâlu hə wanay ci an ngə lûgu natəmagəan ngwə
- Kəmbu ci (ai kwolji)
- Dawa ci

Dî ngə hù naanində ci nəan dəagû dondi rə jəw. Ngoren dî ngəde ngəde ngə hù naanində :

- Yəl nəji kəlilima go, nəkahay həmilo go
- Cənay yu bəgər nəji kəlilima go, lûgu nəfo bogə wəlla nəhal wotisi go
- Lûgu acal hal hə kajuwa hə tulay
- Cûrugu nəji kəlilima go, nəlaw tînu go.

Dî ngə hù naanində ngəde ci həan kəladu rə jəw (ai dawa yu kəmbu ci yu kuli ci ngə nacirə agû). Ngore hal ngə gəkəynə :

- Lûgu hù an nâti
- Lûgu nəan cudə rə awal gəan (ngun də bəgər an nâti)
- Lûgu nəcar a angal.

Aji ngə lûgu acal hal kâkənə yuu kəte həan gudo, kajuwa anə naji təbay rə jəw ga ârinə dotor **rə kawi**.

Kajuwa ngə naanində hù yuu ngaco dotor ngə ahən dawa həan ga gəta a ngərə dotor.

Asəma (Gombo)

Kajuwa hə asəma acal kuli hə kajuwa ja, gərə dî ngə hù aligəan ja ngə nətâl lûgu nəcihnə.

Asəma dān kajuwa ngə nəan də cudə təbay gərə acal kuli hə kajuwa ja. Dî ngə hù naanində ngə nəjiga asəma, amunə a fudo hə kâdugu yuu. Ngun də cənay yu ngun də bəgər yu kərgəbu nəji awal hərə dî ci ngə nəkiegə cudə ngwə, nəyel, ai bəbər wəlla kəmollo hə wanay. Dî yuu nəyel rə jəw ngwə, nətâl lûgu nəfo bogə rə jəw. Saha ci ngwə, cudə nəji təbay ngwə, nəhəla lûgu.

Wuli ngəna ngə acal asəma ârinə dotor ngwə, dotor nəunə dawa hə asəma yuu. Lûgu ngə acal asəma saha bico nəcalay dawa ngə asəma rəgə aji ngə asəma nama gəan ngwə, najûgu dawa həan ngwə, nəji ngəlgo.

Kajuwa hæ fitfit - *Épilepsie*

Kajuwa hæ fitfit acal kuli hæ kajuwa ja. Migəw ngə yəcal kajuwa hæ fitfit ngwə, dābu hæan co yawəyhi rə kajuwa yuu. Migəw ngəde go yəjūgu kajuwa hæ fitfit a ngun də yiman kada, ai migəw ci ngə yahii mbal dābu.

Lūgu acal kajuwa hæ fitfit ngwə, gəkəy rə kihimi?

1. Saha ci lūgu dondi yimay hæan yu cù rəan yəlolo, saha ci baha hæ lūgu co nəlolo.
2. Saha ci kajuwa nəlaw lūgu a angal ngwə, nəway a gə lu.
3. Gay hæan nəkahay cūlulu go.
4. Nəcih təlam an də hænay go ngwə, nəji tunua.
5. Kay rə dī yuu 'rə, nəkuragə.

Maay fadaw yəan dawa hæ gāw ngwə, yəwiyāw rə guru dābu, gəre nəkərəan ja.

Kajuwa hæ fitfit yuu akul a ngun də kərgən ga dotor acal dawa ngə nəan dəan ngəlgo. Aidə ga lūgu ngə acal kajuwa yuu ārinə dotor rəgə gəkiənə dotor hal hæ kajuwa anə. Lūgu dondi nəjūgu dawa yuu saha bico ngwə, kajuwa nəji ngəlgo. Dawa yuu yəāju a ngu muh ngwə, kajuwa nəkwohi.

Kajuwa hæ tūnu kare - *Cancer*

Kajuwa ngə yəcenə ga tūnu kare dī ci ngə nəfəgən a ngun də hù. Nəfəgən jurù a ngun də kərgəbu wəlla kuyey wəlla anday wəlla a gə rə kəri rə cūrugū. Kajuwa yuu gəan dawa rə kawī ja ngwə, nəyel ngun də hù ngaco ngwə, nəhəla lūgu.

Hal hæ dī bəlin ci akul a ngun də hù agū, ai balo a gə rə cūrugū wəlla dī kəlmay bəlin a ngun də kuyey wəlla kī a ngun də

nungu ngwə, gual dotor. Iləmû bəlin ngə kəne nau yuu dotoray yəan tînu kare dawa : Yəfəju ngu ngə kajuwa nacar a lay go, yəan dawa ngəde go. Kajuwa yuu najân kəngal a hù hæ lûgu ja ngwə, dawa yuu nəkerə migəw dābu.

Kajuwa hæ tînu kare dân kuli hæ kajuwa ngə nəkahagə lûgu ja, gare hal amû ci ngə nəugû ai **kənjay hæ taba wəlla hæ âw ngə nətâl hù hæ lûgu tînu kare.**

Cancer is a mass that grows wild in the body and eats the person from inside. It's often not curable.

Gaan dî yuu ngwə, tînu kare nəcihgû rə jəw ja :

- Ngə gəhii taba ja.
- Ngə gəhii mbal ja.
- Həm kəmbu ngəla ngə acal fəydə.
- Ngə gəhəm kəmbu ngə napu ja. Kwolji ngə napu âbi rə jəw, hərə nəunə migəw ci tînu kare hæ hægəndə.
- Hù ngə acal manda dābu go hù ngə yatəkaw rə jəw ngə âw nahəm go nəunə migəw ci tînu karə hæ ngun.
- Kuyey wuli ngəna acih ngwə, nəwagə ngərəm tînu kare hæ kuyey.
- Gəhəm welə wanay yu kâlu hæ wanay ngwə, nəwagə agû tînu kare hæ ngun yu anday.
- Aan jama agû billaram hæ Hepatit B rəgə gəwagə adan tînu kare hæ hægəndə.
- Na hugway jân a gə ngərəm agû kəte muh. Nəm ngərəm go jân a gə hugway agəm muh. Aidə ngwə ngərəm yəwagəhi tînu kare hæ dibel ngə wuli nəwəyhi a lay.
- Lûgu ngə acal kî a ngun də kurey ngwə, aan dawa rəgə awagəhi tînu kare hæ ngu ngə kurey nəjân a lay.

Tansyon yu kajuwa hæ gabu

Tansyon yu kajuwa hæ gabu saha ci ngwæ, bala kasiba ro gækəynə rə awal, gərə kajuwa yuu nəhəla migəw rə dābu. Kajuwa yuu kâri hæan kihi : kəte hæan lūgu nəwuyhi rə, kəte hæan hal amû ngə nətâl hù amû.

Hal ndəto gudo mæannaw dî ngə mæanigənwaw kajuwa yuu :

- Gəhəm welə wanay yu kâlu hæ wanay rə dābu
- Maygə yu fələ gəhəm rə ngəna
- Ngə gəhəm wəlla gəhii dî kəlelea rə dābu ja
- Ngə gəhəm kəmbu ngə acal manda dābu ja.
- Ngə gəbbi rə jəw ja.
- Ngun də yəraw kəte ngəna hæan gudo gəlû reda hæ saha.
- Ngə gəhii taba ja.
- Ngərəm tugun dəhəm kəmbu manda hæan ngəna.

Gəcal tansyon wəlla gabu agû naji awal ngwæ, gækəy rə kihimi ?

Kajuwa yuu acal hal ngə saha bico gækəy ja, gərə gəan kasiba muh rugo gækəynə.

Ngərəm tugun yu lūgu ngə acal yiman dābu gə hækan hægay (40) ngwæ, nual dotor rəgə yəlâgu tansyon anə. Abhə wəlla yay wəlla ciri ci acal tansyon ngwæ, gual dotor rəgə yəlâgu tansyon agû. Dawa hæ tansyon ngəla akul. Dawa yuu tāmman an awal ja.

Gəcal hal ngə yaka a bohu yuu ngwæ, wanəge kajuwa hæ gabu, ga wual dotor rə kawi :

- Bogə wəlla yimay bigə nəji awal.
- Gabu nələləba.
- Angal nəwiyâw.

Kajuwa hæ sîgur - *diabète*

Kajuwa hæ sîgur njili an kihi : njili kâte næcih wuli ngæna, njili kâte go næcih lûgu dæmu, gære lûgu dæmu ngæ næcih ræ jæw.

Kajuwa hæ sîgur yuu lûgu ci næjûgu ræ warada ngæ abhæ anæ wælla yay anæ. Dî sîgura næan dæ kajuwa tæbay. Ahæm kæmbu sîgura ræ dâbu ngwæ, saha ci angal an næwiyâw wælla næmatæ. Kajuwa hæ sîgur yuu gaan dawa ræ ngæla ja ngwæ, tînu ngæ nacar a gæ ræ cù nækæræ kawi ja go yæl agû go næwiyâw ræ ngæna ngæna. Hæræ yuu ro ngæ migæw ci cù ræadan næhækalluhi ngwæ, dotoray yæfæju cù ræadan rugo yæta yæjân dæ aroa. Migæw ci go yæji kæmbû ræ ngændæ.

Gæcælbû gæamunæ ræ lûgu acal kajuwa hæ sîgur ngwæ, næan kasiba hæ kî a ngæræ dotor. Dawa hæ kajuwa hæ sîgur akul a dotor ga næunæ lûgu ngæ acal kajuwa yuu.

Lûgu ngæ acal kajuwa hæ sîgur næan dî yuu :

- Ngæ ahæm yu ahii sîgur wælla kæmbu sîgura ja.
- Næcalay cù ræan dæ kaliyaw go kælmay go.
- Tînu ngæ akul a gæ ræ cù yu yimay calay ræ kaliyaw go an anæ dawa ræ ngæla go.
- Dawa hæ kajuwa hæ sîgur ngæ dotor næunæ yuu saha bico næjûgu ræ kalkal.
- Nual dotor ngwæ, yælâgunæ jurù.

Kajuwa hæ kângugu

Kângugu dân anday ngæ nækahalhi a ngun dæ cûrugu a kæla hæ ngun a ngu ngæde ngæde. Gahiyu ngæræ anday akul a lay ngwæ, nækwohi nækahalhi ngun. Kângugu dân anday ngæ nækahalhi ngu ci ngwæ, næan dæ ngu yuu dæmu. Kû ci ngæ næcalay anday a ngun. Ga aji ngæ kû yuu naji tâni ngwæ, anday næcar a lay :

- A ngun də dâbù : wuli ngəna nawuyhi ngwə, cuji hə dâbù yuu nəcagərihi rə ngəndə ja, ga nəâju anday nəkahalhi ngun də dâbù yuu.
- A fudo kəte a day rə dâbù : anday ci həan nəkahalhi ngwə, nəji ai kudə a day rə cûrugu. Ngu yuu nəji awal ga nəwagə koray carnî rə ngəla.

Kângugu dân kəladu à ?

Kângugu dân anday hə lûgu muh ga ngə gəgərray wəlla gəjəjəy ja. Lûgu ngə acal kângugu nəjân də nga jurù, gərə aji ngə cuji ngə anday nəcar a lay yuu nacagərihi ngwə, kajuwa nəji təbay hərə anday nəkwəhi nəkahalhi ngun ja. Nəji aidə ngwə, anday nəan kîda ja. Anday ngə nakahalhi cuji go nətə kî ngə nəlû a hù an ja ga anday napu ngwə, lûgu nəmatə.

Aji ngə kângugu cuji həan nacagərihi rə mia dotor nəkahalay lûgu a yəraw kəte yuu rə muh rəgə kajuwa ahəlanə ja.

Kângugu cuji həan nacagərihi ngwə, gəkəy rə kihimi ?

- Dî tukul ngə akul a day rə cûrugu nəji kəlməy go gəjəy ngwə nəne ja rə ngəndə. Cûrugu yu hù a kəla hə kângugu nəji awal.
- Lûgu ngun dəan nəji awal ngwə, nəga nəkə nungu wəlla wodi ja.

Aji ngə gaamu lûgu ngə acal hal yuu ngwə, ârinə dotor rə kawî rəgə dotor nəkahalaynə.

Kângugu kamən ngə aji təbay ro ngə saha ci ngwə, dotor nəkahalay rəgə kângugu nəji awal ja.

Wuli agû ngəna acal kângugu ngwə, ârinə dotor. Dotor nəcegû yəkahalay wəlla yəkahalay ja wəlla saha ngə yəkahalay a lay. Saha ci ngwə, wuli ngəna kamən ngə yiman an aji hərəkə ro kângugu nəkərə bala dawa.

Tâgərîba hæ kaju

Yaka mænna hæ dawa hæ tûnu yu tûnu hæ âw (fudo 80-84).
Tâgərîba næaru dî ngæde ai ahay ngæ nagayhi wëlla kærgæn hæ lûgu nahængæ.

Tâgərîba nata lûgu ngwæ, gæan mæni ?

- Wuy wëlla fargæ ræ lûgu ngæ tâgərîba natanæ, saha ci ngwæ nægayhi : hæræ yuu ro ngæ, ngæ gæneræ lûgu yuu a ngæræan ngæ akul a lay ræ kawî ja !
- Aji ngwæ, cælbû dotor ngæ yæhæn kîda yuu. Dæn ngæ ngæla gæ dægûay muh.
- Saha ci ngwæ na muh ngæ gæjûgu lûgu ngæ tâgərîba natanæ, hæræ wotir næjîga âw wëlla lûgu næhænay ræ awal gæan a ngun dæ wotir wëlla wotir nahænay a gæan. Gære calay ku ræan yu wuy hæan yu fargæ ræan dæ ngæla : lûgu gætâlgû kærî ræ wanay rugo gætaku. Ngæ gabu agû afiyu ngwæ, lûgu gæneræ an dæ kawî ja. Gacîh nguru yu cù ræan ngæ gacu ngwæ, wanæge wuy hæan nægayhi.
- Aji ngæ lûgu gabu an najî cay ræ jæw ngwæ, kærgæn an næjî awal. Lûgu yuu gæhæbinæ ngun dæ cæy kâkænæ re. Aji ngæ ku ræan afogæ wëlla nacar a angal ngwæ, ârinæ dotor.

Tâgərîba dâbu gæga gæwagæhi :

Gæcælbû rægæ tâgərîba hæ wotir aji ngæna ngwæ, dæreba næan dî yuu :

- Ngæ gætiya wotir ræ jæw ja. Dî yuu fæydæa a ngun dæ bærni yu fu hæ bæla dega co.
- Cælbû wotir nga, gære cù ræan yu âw hæ yæl an yu bærîk an co nga ngæ ngæla.
- Ngæ gætâgæ wotir ræ jæw ja.
- Ngæ gætiya wotir a kænæm ja.

Hal âbi ngə nəan də lûgu dondi

Ai ngə gaamunə a ngun də kakadə yuu ngaco ga na muh gudo gəga gəan dî dâbu ngə nəcalaygû rə nga. Aidə ga kajuwa dâbu hal amû ngə nəugû wəlla hal amû ngə nəan də kajuwa təbay.

Gəcəlbû gəjân də nga ngwə, gəanində hal âbi ngə nəan dəagû dondi yuu :

- Dawa hæ fadaw ci ngə migəw dâbu yəan, nəan də lûgu ci dondi go nəan də lûgu ngəgo ja rə ngəndə go, ai :
 1. Tâlnî ku rə lûgu billa rugo yəce ku rəan atulu.
 2. Lûgu ngə tulay nacihnə, yəfəju təlam tada hæan ngwə, ngəla ja. Saha ngə yəfəju rə billa bəlin go ja, kaliyaw cal go ja ngwə, nəârū gə wuli tînu ngə acal kugu. Saha ci nəkahay kî dâbu co. Nəan də wuli bəri gəan go. Acal fəydə ja ga yuu ro.
 3. Fəjunî kəri yu day rə dâbu hæ wuli ngəna rugo yəce ngun dəan ngə nayel câmbu yuu akə.
- Gəcəlbû gəan dî ngə akul a bohu yuu ngwə, gəan də resa bəlin wəlla libira bəlin. Kullay yuu na muh kəte muh gəan də kîda. Aji ngə gəan dî yuu ngwə, ngə gəjûgu kanjil hæ wanay wəlla kângali ja, hərə dî yuu nəga nəbenuhi rə ngəla ja :
 1. Biyunî hæmu yu cənay
 2. Kəhənî gay yu kəlin
 3. Fəjunî dâbù (fəju rə billa bəlin muh)
 4. Monî ku yu gəynî kudi co
 5. Fəjunî wuli ngəna a kâjia.
- Gərə ngə gəfəju dəgəram a kâjia ja : kâjia hæ dəgəram yaanində ngərə ja, gərə kungu hæ kâjia nəkahay kî rə dâbu go nəji tînu dəmu go. Kâjia ngə dəgəram yu wuli

ngæde ngæde. Kâjia ngæ dægëram nëan âpi gudo rë fëyde ja. Kâjia ngæ wuli yëfëju cûrugu ngëna ci muh ngæ yëlaw, gëre ngæ dægëram yëfëju hù dëmu yëkoh. Dægëram ngæ yafëju a kâjia daji ngërëm ngwë, dëhëmay alli hë fëlay hë hugway ja. Tûnu yuu nakë rë ngëla ja ngwë, aji ngæ ngërëm hala adë yu dëhëmay a gë hugway yu aji ngæ dëwuy co fëlay adë nëji awal.

- Yëngënaay ngënaay yëkahaldan amay wëlla yëudan këmbu rë dono ngwë, nëan adan mëtë. Yëkahaldan amay rë dono rëgë nafër ku rëadan ngwë, nëyel ngun dë kërgëbu ngwë, saha ci nëji tulay tëbay.
- Këmbu ngæ yëkahal yëgëram rë dono rugo yëce yëgëram yëji abbi yuu âbi, hërë lûgu naji abbi rë jëw ngwë, kajuwa hë gabu yu kajuwa ngæde gudo nëcihnë rë kawï.
- Âmbi hë bëlök ngæ yafë ngæ gëan dë dawa ja, hërë nëfiyow cûrugu ngëra, gëre nëga nëhëla kuli hë kajuwa ja.
- Tay angal rëgë gëkahal yël kuli hë kajuwa ja : Ngæ gëjûgu hïu hë handëram rugo gëtâl yël hë yëngënaay ja.
- Dægëram ngëna ngæ dajûgu hugway yu dëjûgu wuli rë ngëna (amu fudo 32-33)
- Ngërëm tugun wëlla dëunë wuli ngëna kuyey gëre dëjûgu asiem (amu fudo 27)
- Gëcëlbû gëjân dë nga ngwë, gëan cudë a ngu këtë rë ngëla. Lûgu ngæ nakuragë aan kîda ai atiya wotir wëlla aka këra ngwë, nëga nëan dî yuu rë ngëla ja.
- Mbal yu koya : lûgu ngæ nëhii mbal yu koya nëcalay tapa hëan ja. Ga saha ci ngwë nëan dî âbi rë jëw. Kërgëan hëan mbal yu koya nahëkallu hërë nahii mbal yu koya rë ngæ nakëmay rë ngu. Saha ci ngwë nëan dëan joli. Koya ci hëan nëhëla lûgu gë aro. Migëw ngæ dî yuu nakëy hù adan, âjunî hëan nëji adan awal ga migëw ci yëga yëâju

rəy ja. Dî yuu gəhii rə ngəna ro nəji ja ga gəaju rə ngəndə rəgə gəjân də ai migəw ngəde muh.

- Taba dân ai mbal yu koya muh ga lûgu nəga nəaju rə kawi ja. Gərə ani rəgə gəani gə dî ngə taba nətâl hù hæ lûgu yuu, ai kajuwa hæ kərgəbu go tînu kare hæ kərgəbu go kajuwa hæ gabu go dî ngə nəan də lûgu wura rə kawi go. Taba gəhii a kəla hæ migəw ngəde ai yəngənaay ngənaay ngwə, dədan co taba nəudan kajuwa yuu.
- Kənjay hæ wanay nəga nəunə lûgu kajuwa hæ kərgəbu : təkaw kəmbu a ngərə ahii ayel go calay yəngənaay ngənaay a cobay rə kənjay go.
- Aybu ngun dəan migəw dābu yəta a lay kungu. Migəw ci adan go nəhəkallu angal adan. Kamkura ngərə gudo nəhəkallu fərgə rə migəw ngwə, yəfi ngwə, yəkahay kî a gə lu. Annî migəw folo ngəla gə finî rugo kəynî ku rə lûgu a aybu.
- Gaan dî rudə ngwə, acal tăgərîba dābu a dibel yu ngun də fadaw co :
 1. Ngə gəaju dawa yu mahagə yu bāləmi yu bundugu yu han yu kələbu wəlla dî ngəde curukway a kəla hæ yəngənaay ja.
 2. Həbi âw yu amay âwa yu hugu âwa rə ngəla rəgə yəngənaay ngənaay yətəmagəan rugo afiyowdan ja wəlla âw acih ngundu ja.
 3. Ngə gəkoh wuli ngəna kəri ja wəlla ngə gəhiyu a gə rə kəri rə tabəl ja, hərə wuli ngəna naway ngwə, wanəge nəmatə wəlla nəji ngurtigi.
 4. Gəcinjal wanay ngwə, tay angal rəgə augû kungu ja. Ngə gəjân də bala kəbal ja go, han go tâl kurbi həan də ngəla.
- Kienə yəngənaay hal ngə yəani gə tăgərîba :
 1. Ngə gəkullay dî alli wəlla curukway a kəla hæ ku rə lûgu ja !
 2. Ngə gətay wuli ngəna a gə rə kəri rə tabəl ja !

3. An gala yəngənaay rəgə yətâl ku rəadan ngərgə hə leda ja hərə nəan adan mətə !
 4. Wagə yəngənaay rəgə yəcih kâgù rə wotir ngə ahəgudə gâlu ja !
- Dî ngə gəan anə rudə a gə rə dibel ngwə, nətâlgû gəan tâgərîba yuu ngaco :
 1. Ngə gətiya mota rə jəw ja !
 2. Ngə gətâgə kaju rə jəw ja !
 3. Gəcəlbû wotir ngəla !
 4. Ngə gəlû a kənəm ja !
 5. Gakuragə ngwə, ngə gətiya wotir ja ! Aji ngə gətiya wotir ngwə, saha bico tay angal !

Dəreba ci yəgiya wotir rə ngə nakəmay rə ngu ngwə, yəce Kəmani ngə awagə adan tâgərîba. Aji ngə tâgərîba natadan ngwə, **yəce Kəmani ngə naan**. Gərə hal aidə âbi rə jəw a fudo nəngadə. **Gəan hal yuu ngə kumdə ngwə, gəga gəan âpi gudo ja a fudo hə calaynî nəngadə ! Gərə dî yuu kâni ja ! Gəga gəan dî ngə gəani gə tâgərîba co !**

Ai ngərəm ngə dəkərə dəwuy, gərə dəga dəwuy ja 'rə, migəw adə yaani âridənî dotor ga yəce Kəmani ngə atâldə dəwuy. Ga yaâjudə fû ngərə, gərə hal yuu nəga nəhəla ngərəm yu wuli hə ngun co !

Gərə gəan kum hal ngədə co : Kəmani acəlbû rəgə lûgu aan hal ngə nəjân də aroa ja ngwə, Kəmani nəunə cù ngə nəhəgudə nəani gə a lay tâgərîba ja wəlla nəunə yimay ngə nəga nəani gə kəladu anə ja. Məna hə niyari hə Afrika ace : « Kəmani naunə lûgu kwolji karea gərə nagay rugo naunə ja. »

Ai ngə gaamunə a ngun də kakadə yuu ga hal hə nəngadə migəw yəga yəan dî dâbu ngə nəkərə a lay lûgu go yəjân a lay rə nga go. Aidə ga nduco dân muh ngə nəga nəan dî ngə nəcalay nəngadə anə. Hal ngə gəce « âpi gudo Kəmani ngə naan » âjunaw rəgə gânnaw dî ngə gânnaw rə niya agûay.

Migaw yacegə rə niyari ga : « Dugwa ku rægû rugo Kəmani nədugwagû. »

Dawa nətənəhi rə ngəla wəlla âbi

Migaw ci yəce kâgu dawa muh ngə nəkərə lûgu. Gərə dî yuu kâni ja. Ai ngə maamunənaw yuu ga nəngadə hə hù hal amû ngə acal (jânnî rə kaliyaw, kəmbu ngəla, annî lûgu dondi dawa rə kawî). Migaw yacegə rə niyari ga : « Annî dî hə jânnî rə nga, ngə ngəla gə annî dawa. »

Aji ngə lûgu aji dondi gudo hâkər hə hù muh ngə nəwagəan kajuwa dâbu rə bala annî dawa (amu fudo 6-7). Dotoray yəce kajuwa ngə nəcih migaw reda həan co nəkərə bala annî dawa.

Dawa tənənî həan âbi

Migaw dâbu yəce kâgu dawa muh ngə nəkərə lûgu. Hərə yuu ro ngə dədan yəan dî ngə yəkiegûay a bohu yuu :

- Yətu dawa a gə rə ləy wəlla yətu a dotor suku.
- Yəhii dawa rə ngə nakəmay rə ngu.
- Yəhii dawa njili kihimi gudo ngə nəan kajuwa dawa ja.
- Yəhii dawa rə kalkal ja.
- Yətu libira yu gəlas a dotor siku ngwə, yəce kâgu dān ngə ngəla gə dawa ngə yəkè a gay.

Hal ngə na muh ngə gəjorə dawa mādəgay yuu nəji âbi rə jəw :

- Kuli hə kajuwa nəji donoa ngwə, nəani gə dawa ngə gahii fû ngəra yuu. Dawa nəji fəydəa rəy ja.
- Migaw yəwiyâw rə guru dâbu gudo yəta nəngadə adan ja.
- Dawa ngə gajûgu ngəra wəlla gahii rə kalkal ja nəan də lûgu dondi rə bəlin wəlla nəhəla gə aro. Libira yu gəlas

dân ngə yaan də ngəla ja wəlla kaliyaw cal ja ngwə,
kəladu rə jəw ga nəga nəkahagə lūgu SIDA.

**Calay a ku rə dawa dân saha bico donoa hərə nəkərə kajuwa,
gərə dawa njili kəte nəkərə kajuwa ci həan muh. Dawa ngə
gahii rə kalkal ja ngwə, nəji kəladu a ngun də hù.**

Dawa tənənî həan də ngəla

Dawa njili ngəna ci ngə na muh gudo gəga gəhii a fadaw, dotor
ngə naugû ja gudo. Ai ngə gaamunə a ngun də kakadə yuu ga :

- Paracétamol yu Aspirine nəjigay âw hə hù yu awal hə hù.
- Kugu hə yəl
- Kugu ngə gəkahalgu tînu
- Kindin hə kuli hə ngun ngə yəcenə ga Vermox
- Orasel (amay mandaa sūgura)

Dawa ngə kəne yakiegûay yuu kəy hiinî həan də kalkal rugo
nəkərə lūgu.

**Dawa dābu həan co dotor dəmu (*médecin*) wəlla dotor hə kay
rəan (*infirmier*) muh ngə nəunə lūgu, hərə dədan yəhən dawa
kihimi ngə nəkərə kajuwa agû.**

Gaji dondi ngwə, wual dotor dəmu. Dotor suku awəy dawa
dābu gudo naka kəra hə dotor dābu ja. Hərə yuu ro ngə saha
bico ahən hal hə wəunənî lūgu dawa ja rugo gəunə lūgu dawa
njili ngə nəkərə kajuwa anə ja. Dawa ngə dotor sukuay yəwəy
yuu saha bico ngəla ja : Yəunə migəw rə ngə nakəmay rə ngu
go, dawa ci həan wura go, ci həan najân a gə rə yəraw ga
yəraw nahəkallu go.

**Ngə gəcəlbû libira wəlla gəlas rə dono ja (ngə gəcəlbû a dotor
suku ja rə ngəndə) !**

Kindin dân ngə ngəla go, tāmman həan budə gə libira yu gəlas
go. Libira yu gəlas gəjūgu ngwə, nahalhi rə ngəla ja ngwə, kuli

hə kajuwa nəyel ngwə, nəan də ngərə libira kugua wəlla nəhəkallu cù rə lûgu rə ai polio.

Gəcəlbû rəgə dawa akərə kajuwa agû ngwə, jûgu dawa rə kalkal rə ai ngə dotor nacegû.

- Dawa ngə yacegû, jûgu a saha həan də kalkal :
 1. Gəjûgu dawa dâbu gə ngə yacegû ngwə, dawa nəji asam a hù agû.
 2. Gəjûgu dawa rə ngəna gə ngə yacegû ngwə, nəga nəkərə agû ja.
- Gəhəmay rə gakè gudo, dawa jûgu rəgə gəgaw rə kalkal.

Lûgu naji ngəlgo gudo, dawa ngə nakiel nəâju hiinî ja ! Məndo ro ?

Hərə acəlbû ahəla kuli hə kajuwa rə ngəndə. Lûgu ngəlgo rəgə nəâju annî dawa ngwə, kuli hə kajuwa ci kuru namatə ja. Ga lûgu nəkwəhi nəji dondi rəy, ga dawa ngə wanə yuu nəkərə an rəy ja, hərə kuli hə kajuwa naji donoa gə ngə wanə.

Gəkwəhi gual dotor rəy :

- Aji ngə dawa naji agû təbay ngwə (ai hù agû kəlilima), dotor nətaba dawa ngəde nəugû.
- Aji ngə dawa namay gərə gakè ja ngwə, gual dotor rəy.

Ngərə dotor ngə akul a kəla hə fu nəagû yuu, aji ngə gəji dondi ngwə, dān ngə nədugwagû.

Kakadə yuu nakiegû gala hə dotoray jəmmay a hal hə nəngadə.

Maamunaw dî dâbu ngə məannaw ngwə, na yu maay fadaw agû co gəjānnaw rə nga.

Maamunaw kajuwa ngə na muh kəte ro nəga nəkè ja. Aidə ga gəcal kajuwa njili yuu ngwə, gəcəlbû dotor ngə acal kullay hə kîda go migəw ngə yəhən annî dawa hə kajuwa go.

Maamunənanaw a kakadə yuu saha kihimi rugo gual dotor rə kawi rəgə kajuwa yuu yəkərə. Maamunənanaw rə dawa dābu həan co ngə dotor muh ngə nəugû.

Aidə ga kəynaw wualnî dotor ngə akul a hægwi rəagû hərə dotoray yuu yədugwagû a jännî rə nga, na yu maay fadaw agû co. Dotor hə hokəma dân yu dotor suku ngəde ngəde, hərə dotor hə hokəma naka kəra hə dotor yiman dābu ga nəga nəkərə lûgu rə kalkal. Dotor hə hokəma gaal gəannaw ngwə, nəan agû darajadə go nəcagəri ahâri agû go a fudo hə kəndondi agû yuu.

Gual dotor ngə akul a kəla hə fu nagû ngwə, kajuwa agû naanigəan ngwə, nətəlgû wogida ngwə, nəhəganugû ngərə dotor dəmu. Gaal gakwohi a dotor dəmu co dotor ngə akul a kəla hə fu nagû nəamugû rəy.

Dî ngə gaamunə a ngun də kakadə yuu gaan də kalkal go gəkienə migəw hə kəla agû go ngwə, nədugwa na yu welə agû yu ciri agû jəkə co ngwə, nəcalaygûay rə nga ngwə, nəan də yābu agûay kâpi.

Dî hæ ngun dæ kakadæ yuu :

Gæan mæni rugo gøjân dæ nga ?	3
1. Mæni næaru kajuwa ?	4
2. Wagəhinî kajuwa ngəla gə annî dawa	10
Jânnî rə kaliyaw	10
Kəmbu ngəla ngə nəwagə lûgu kajuwa	19
Billaram	21
Calaynî nəngadæ hæ yəngənaay	26
Calaynî nəngadæ hæ ngərəm tugun	32
3. Figəñî kajuwa	38
Kajuwa hæ ngun	39, 73
Madabu hæ hù	42
Kange (Pali)	44
Tulay	47, 61
Təninim	50
Polio	53
Kûku	56
Tetanos ngə nəcih wuli ngə nawuyhi daba	58
Kajuwa hæ kərgəbu yu hæ bəgər	60
Tulay təbay	63
Bogə âbi	64
Kajuwa hæ halga	66
Kajuwa hæ kado ngə nəcih lûgu	68
Kolera	74
Tifoid	77
Tûnu hæ ngun	78
Kajuwa hæ basur	79
Tûnu hæ âw	80
Kungu	82
Tetanos	85
Kajuwa hæ kəli selləm	87
Hallə yu kuli ngə acal lugun	87
Kuli ngə nəhəm hù hæ lûgu (parasit)	89

Kuli hæ ngun	90
Kajuwa hæ kæmollo	92
Kajuwa hæ cûrugu	94
Kajuwa hæ hængay	94
Kajuwa hæ længæ	96
Kajuwa hæ gupa	97
Kajuwa hæ yæl	98
Kajuwa ngæ hugway yu ngæræm yækahagæ mâdægay	101
SIDA	103
Dî ngæ hù naanindæ	113
Asæma (Gombo)	114
Kajuwa hæ fitfit	115
Tûnu kare (Kanser)	115
Tansyon yu kajuwa hæ gabu	117
Kajuwa hæ sûgur (Diabet)	118
Kajuwa hæ kângugu	118
Tâgæriba hæ kaju yu tâgæriba hæ wotir	120
Hal âbi ngæ næan dæ lûgu dondi	121
Dawa hal ngæ yætænæ ræ ngæla yu âbi	125