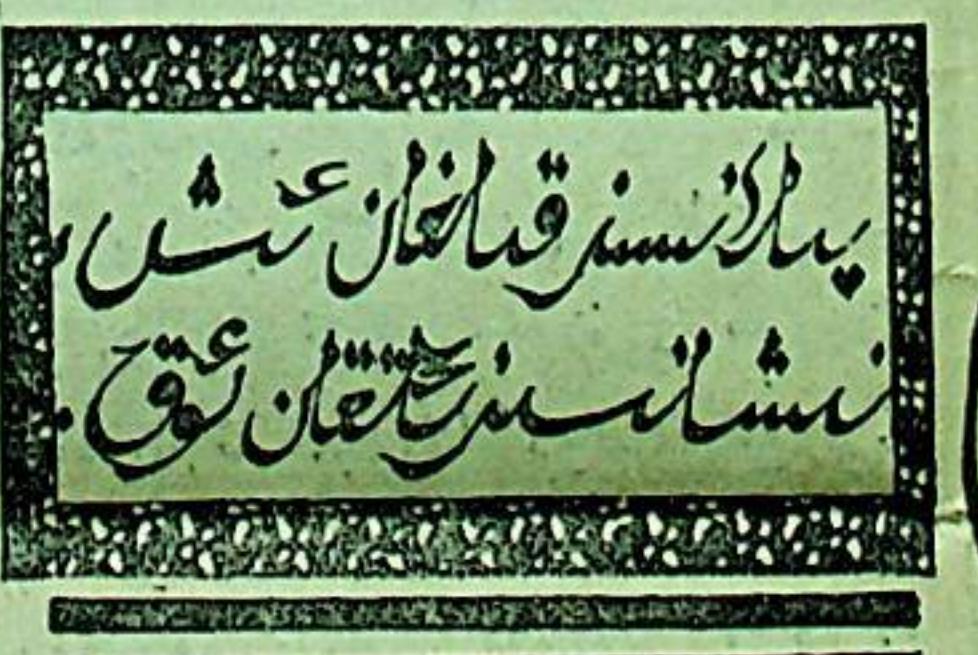


قىزلا شادلىقى («شىنجاڭ ئاياللارى» ڈۇردىغان ڈىيىنى ددىن)

### تاماكنىڭ ئاياللارغا كەلتۈرۈدىغان ڈىيىنى

بۇنى تاياللارنىڭ فەزىئولوگىيەت چىقىدىغان بىر ڑۇرنىالدا خەۋەر لىك ئالاھىدىلىكى قىلىنىشچە، تەخىمنەن 46% تاماکا ياش قىزلار تاماکا چەكى، ھۆسىن چېكىدىغان ئاياللارغا تۇغماس كېسىلىكى گىرىپتار بولىدىكەن. جامالىغا تەسىر يېتىدۇ، تاماکا تەركىبى تەركىبىنىڭىنى قان تومۇرلارنى ۋەنسىدىن باشقان، تاماکا تەركىبى تاراچىپ، تېرىدىكى قان ئايىلمىنىشقا دىكى نىكوتىن ماددا ئالىمىشىش دو- تەسىر يەتكۈزۈپ، يۈھىر ئېرىنى تېرىنى لىغا تو سۇقۇنلۇق قىلىش بىلەن بىر بىر قورغاغى ۋە يېرىكەلەشتۈرۈپ، يۈزى- كە، قورساقتىكى تۇرەلمىكە تەسىر يەتكۈزۈپ، ئۇئا يالا بىرىدىن ئاجى راشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىكەن، شۇ- داقلار، تاماکا چېكىدىغان ئاياللاردىن كائىزمىدىكى بىر قىسىم فېرەبەنت 70% بىلەن سېلىش تۇرۇغاندا كەرچە زاهايىتى تىرۇن بولسىمۇ، لېكىن لارنى زېيانغا تۇچرىتىپ، ھېبىز بىتمەمۇ يۇقىرى بولىدىكەن. ئاياللار ئادەتتە ئەرلەرگە قارب- كېلىشنى كېچىكتۈرۈپ ۋە قالايدا خاندا ڈۇزۇن ڈۇمۇر كۆردى، بۇ- مەقاتلاشتۇرۇپ، غەيرى نورمال ھە- نىڭىدىكى بىر سەۋەب، ئاياللارنىڭ ئەرلەرگە قارباشاندا تاماكنى ئاز چىكىدىغانلىقىدا، ئەگەر، ئاياللار تا- ماكا چەكى، ڈۇلارنىڭ ڈۇزۇن ڈۇ- مۇر كۆرۈشىدىكى بۇ ئاياللارنىڭ يۇ- رەك تەقلىدىمىسىنىڭ قوزغىلىش نى- بىتى تاماکا چەكمەيدەن ئۆخشاش ياشتىكى ئاياللارنىڭىدىن ئۇن ھە- سە ئارا تۇق بولىدىكەن. ياپونىمىدە قىزىقادارلىق يېڭىنى سە 45-كىملىدەر

### ھۆسىن خضرت گۈفرارى



بېلىق ھۆسىن خضرت گۈفرارى



2000 قېتىمىدىن ئارا تۇق ئىملىكى كەلىپىدەن بولىدىكەن.

پۇراقلەق مەرھەنگىدە: بۇ خىل

سەرەگە ياپونىمىدە ئاۋاواڭ ڈۇ-

چىرىعىل پەن تېخنىكا پەتكەلىقى

قىسىقىمىشچە، ڈۇلارنىڭ ھازىر و مەم- دا بىر مەرمەر، تاششۇر ۋە ئاراجان خادا تاشلار بىلەن ياسالشان كە- رسىتال شەھەزە دۇرددىكەن، ڈۇ- ڈۇمۇر كۆرۈدىغا زالىرى 300 يىل ياشايدىكەن، ڈۇلار يەنە سۇ، يۈزى دىگە

شىن پەنلە و ئاكا دېمىپەسىدىكى دوك لەپ مۇنداق دەيدۇ، بىز ساقىت- تۇر ۋە دىنە كېلىدى كىشىنى ھېي قى بار، قاسىرات تەنلىك، ڈۇزۇن- ران قالدۇرىدىغان بىر مەخپىيەت لۇقى تەخىمنەن 60 سانىتەپ، بىر لەكىنى ئاشكارلىغان.

يېقىندا، سوۋىت تېتىپاقي لېت قالىدۇ، دوكتۇر ۋە دىنە كېلىدى ئە-

شىن پەنلە و ئاكا دېمىپەسىدىكى دوك لەپ مۇنداق دەيدۇ، بىز ساقىت- تۇر ۋە دىنە كېلىدى كىشىنى ھېي قى بار، قاسىرات تەنلىك، ڈۇزۇن-

ران قالدۇرىدىغان بىر مەخپىيەت لۇقى تەخىمنەن 60 سانىتەپ، بىر

قاراتشا بېلىققا، بىر قاراتشا ڈۇ-

تەكشۈرۈش ئەترىتەنلىك ۋەز-

پەسى ئاخىر لاشقاندىن كېيىن، بۇ-

بېلىق بالا دۇسىدىكى جانلىقلار-

لىشىپ، قارا دېگىز دىكى بىر مە-

نى تۇتىدىغان تەجربە سۇ ڈۇرىنى

تەكشۈرۈش ئېلىپ، ڈۇنى تۇتىۋالدۇق-

ڈۇ پاراخوتقا ئېلىپ چىقىلغاندىن كېيىن، دەسلەپتە دېگىز دىلغىنى-

دەك ئاۋاژ چىقاردى، كېيىن تو-

تۇقىزلا زۇۋانغا كىرىپ، ئادە-

لەردەك سۆز قىلدى: «مەن ئاتلا-

پاقىنىڭ يادولۇق باشقۇرۇلىدىغان تىمسىشە هەر دىن، مېنى تېرىقى-

بومبا ئېلىپ ماڭان بىر پاراخوتى يۇۋېتىشلار!» بۇ ۋاقتىتا مەن قور-

بەختىكە قارشى كۆپ ئەتكىلى تاسلا قال-

زىغا چۈكۈپ كېتىدۇ، ۋەقە دىن كې-

پىن، سوۋىت تېتىپاقي ھەربىي مۇ-

تەخىمنەن ۋە ئالىملارىدىن بىر

تەكشۈرۈش دۇلى تەشكىللەپ، چۈ-

كۈپ كەتكەن پاراخوتىنى ئىزدەشكە كېيىنچە تەبىيەتىنىڭ ئۆزۈمىشى

بىلەن بۇ قۇرۇقلۇق پەيدىنېي

تەۋەتىدۇ تەكشۈرۈش ئەترىتى پا-

دېگىز ئاسماقىدا چۈكۈپ كەتكەن.

كەشىلەر بۇ يېڭى تۇرۇش شارا-

سىمە ئېلىش ئاپاپاراتى بىلەن ئىتىمەغا ماسلىشىپ، ھۇشۇرۇدىق ساقا-

سىدەتىكە تارتۇۋاتقاندا، كۆتۈلمىكەن لەق ۋە قاسىراق تەنلىك بى-

يەردىن بۇ بېلىق بالىنى كۆرۈپ لۇپ ئۆزگەرگەن» دېدى. ئۇنىڭ

مۇھەممەقىيەت قازىنەشتىكى ئۆسۈل ۋە ئالاھىدىلىك

بوشاشماسلق.

4. قىيىن ئۆتكەللىك دەرىجە بۆسۈپ

كەرەشكە چۈرۈت قىلىش، مەغلى-

پىدەتتىن كېيىنمۇ دەس تۇرالاپ-

دىغان بولۇش.

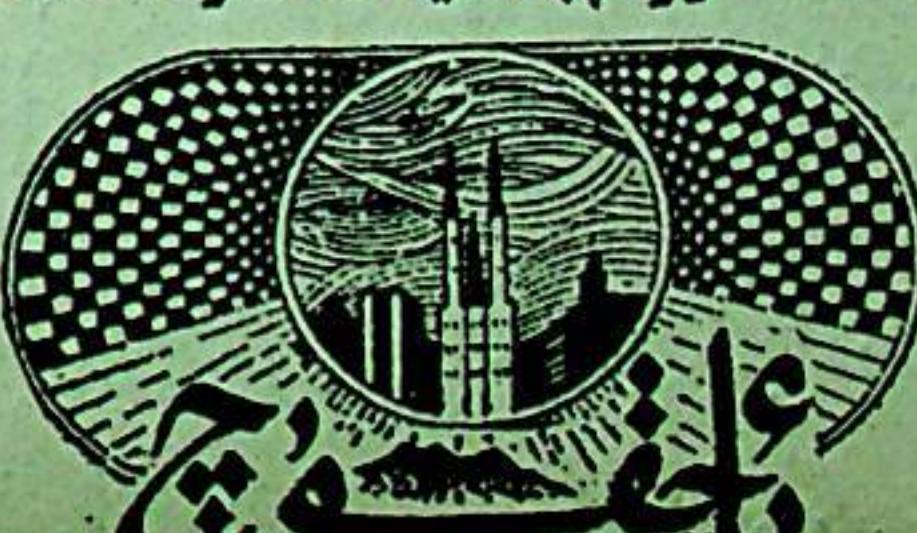
5. مۇناسىۋەتكە ئەممەت بى-

رەش، قىيىن دەسلىلەرگە دۇج

كەلگەندە، كەمەرلەك بىلەن باش-

قىلاردىن سوراش، باشقۇلارنىڭ

پەكىرىنى قوبۇل قىلىش.



ئەنفۇچ

ئەنفۇچ

ئەنفۇچ

ئەنفۇچ

ئەنفۇچ

