

22

Məgəkərəba banaw

Yan, an bəna banaw ye minnu ka ca məgəw la minnu si temena san 40 kan ani məgəkərəba banaw.

An kumana bana minnu kan ka tɛmɛ sigida wɛrɛw la

Ƴɛnabanaw (aw ye sigida 16 lajɛ)

Ni məgə si temena san 40 kan, a bɛ geleya a ma dɔɔni ka a kerefɛfenw ye ka Ƴɛ. Tuma dɔw la luneti kerɛnkerennɛnw de bɛ se ka a tigi dɛmɛ (sɛbɛn Ƴɛ 351).

Məgə o məgə si temena san 40 kan, o ka kan ka jatɛminɛ ke a yɛrɛ la Ƴɛnatansiɔn taamasɛw la, barisa a bɛ se ka məgə fiyɛn ni a ma furake a tuma na (aw ye sɛbɛn Ƴɛ 350 lajɛ). Kabini aw bɛ sɔmi Ƴɛnatansiɔn taamasɛw fɔlɔw la, aw bɛ taa aw yɛrɛ lajɛ dɔgɔtɔrɔso la.

Ƴɛkanfalaka (sɛbɛn Ƴɛ 354) ni tafuge (sɛbɛn Ƴɛ 356), olu fana ye geleyaw ye minnu ka ca məgəkərəbaw la.

Fagandɔgɔya, fasaja, kɔnɔnanugutige, ani balodɛɛ

Ni məgə bɛka kɔrɔ, fanga tɛ ke a la tuguni i n'a fɔ waati min a tun bɛ denmisenya la, nka a tigilaməgə ka fangadɔgɔya bɛ juguya ni a tɛ dumuni ke ka Ƴɛ. Tuma dɔw la məgəkərəbaw ka kɔnɔnanugutige sababu ye balo Ƴuman dunbaliya ye. Məgəkərəbaw ka kan ka dumuni nafama dun don o don, hali ni dɔɔni dɔɔni de don, a ka kan farikolojɔlan ni a tangalan dumuniw dɔrɔn de dun.

Senw tɔntɔnni (sɛbɛn Ƴɛ 285 lajɛ)

O bɛ se ka sɔrɔ bana caman fɛ, nka məgəkərəbaw ta caman bɛ sɔrɔ joli ka taanikasegincogo fɛ walima dusukunnabana (sɛbɛn Ƴɛ 490 lajɛ). Sentɔntɔn sababu mana ke fɛn o fɛn ye, a **furakɛcogo bɛɛ la Ƴuman de ye senw layɛlɛli ye sanfɛ fɛn dɔ kan**. Taama taama fana ka fisa a ma, nka aw kana mɛn jɔli walima sigili la ka aw senw lajiginɛn to. Waati o waati ni aw bɛ se, aw ye aw senw kɔrɔta fɛn dɔ kan.



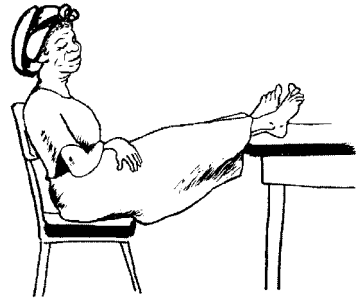
Kelebe ni senw ni senkalaw bɔshili la (sɛbɛn jɛ 339 lajɛ)

Olu bɛ sɔɔ joli ka taanikasegin geleyaw fɛ, tuma dɔw la jolisirafunu bɛ kɛ a sen kɔɔ (sɛbɛn jɛ 283 lajɛ) A bɛ se ka sukaro-dunbana (jabeti) fana kofɔ (sɛbɛn jɛ 213). Walasa ka a kɛcogo wɛrɛ jɛdɔn, aw ye sɛbɛn jɛ 63 lajɛ.

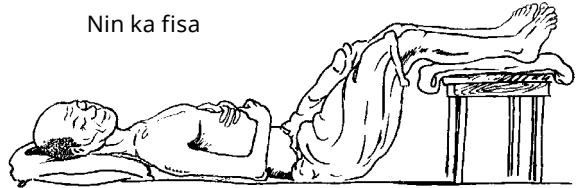
Joli ka kan ka ko ka a jɛ cogo bɛɛ la. Aw bɛ a ko ni ji wɔɔkɔlɛn ye ka to ka a bandi falɛn tuma ni tuma. Ni aw ye a ye ko joli bɛna nɛ ta aw bɛ a furakɛ i n'a fɔ a jɛfɔlɛn don sɛbɛn jɛ 142 na cogo min.

Ni aw sigilɛn don walima aw dalɛn don, aw ka aw senw dalɛn to sanfɛ.

Nin ka jɛ



Nin ka fisa



Sugunɛkɛ geleyaw (sɛbɛn jɛ 367 lajɛ)

Sugunɛkɛ ka gɛlɛn cɛkɔɔɔba minnu ma walima ni sugunɛ kunguruni bɛ to ka tila u la a yɛrɛ ma, o bɛ se ka kɛ geleya ye cɛya la. Aw ye sɛbɛn yɛlɛma ka taa jɛ 367 la.

Sɔgɔsɔgɔ basigilɛn (sɛbɛn jɛ 457)

Sɔgɔsɔgɔ bɛ mɔgɔkɔɔɔba min na, o ka kan ka sigarɛti min dabila ani ka taa a yɛrɛ lajɛ dɔgɔɔɔɔso la.

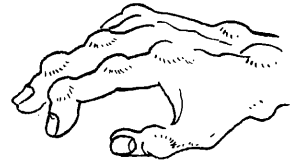


Ni o ye a sɔɔ a ka denmisɛnya kɔɔ sɔgɔsɔgɔninjɛ taamasijɛw yɛra a la, walima ni joli tun bɛ bɔ a kari la aw hakili ka kan ka jigin sɔgɔsɔgɔninjɛ ko la.

Ka fara sɔgɔsɔgɔ kan ni sisan fana bɛ a la, ni a ninakili bɛ degun, senw fana bɛ tɔn, lala o bɛ se ka dusukunnabana kofɔ (aw ye sɛbɛn jɛ nataw lajɛ).

Kolotugundadimi (seben ne 281)

Kolotugundadimi kelen don ka mɔɔɔkɔɔɔba caman segen.



U lafiyacogo:

- Aw be kolotugundadimiyɔɔɔw bila u ka lafiya
- Aw be finimugu dɔ su jikalan na ka o ke ka a siri (seben ne 319)
- Aw be dimimadalan dɔw ta i n'a fɔ aspirini (*aspirine*) kise 2 walima 3 fo ka se sipe 6 ma tile kɔɔɔ, aw be ji caman min ni antasidi (antacide), kɔɔɔ ani bikaribonati (bicarbonate). Aw be ni fura ninnu ta dumuniw ni jɔɔɔɔ ce. Aw be se ka u kari kari fana sani aw ka u kunu.
- A ka fisa ka to ka kolotugundadimi yɔɔɔw kɔɔɔ jɔɔɔɔ na walasa ka u jali bali.

Bana wɛɛ minnu be mɔɔɔkɔɔɔbaw minɛ kɛɛnɛɛɛnɛnɛnya la

Dusukunnabana

Dusukunnabanaw ka ca mɔɔɔkɔɔɔbaw de la, kɛɛnɛɛɛnɛnɛnya la mɔɔɔ belebelew, minnu be sigareti min, walima tansiyɔɔɔ jugumanba be minnu na. Nin taamasipe kofɔlenw caman jelen don cɛw ni musow la, nka musow be segen min te se ka jɛfɔ, u be geleya sɔɔɔ sunɔɔɔ la ni ninakili kuntaala surunya. Musow ka disidimi ni disidegun ka jugu ka tɛmɛ cɛw ta kan.

Dusukunnabana taamasipew

Kɔɔɔnafili ni segen joona sango ni a tigi ye fangalabaara ke, walima ninakilidegun i n'a fɔ sisantɔ. O be juguya ni a tigi dalen don

Dusukun tantanni ka teli, a ka dɔɔɔɔ kojugu walima a te ke a kecogo la.

Senfunu min be juguya wulafelaw la.



Ninakili be yeɛ hali ni a tigi ma baarake, a be segen a yeɛ ma; a fanga be dɔɔɔɔya; a be jɛnamini. Disidimi, kamakundimi walima numabolodimi, ni a tigi ye fangalabaara ke. Olu be tunu ni a ye a lafiɛɛ miniti 1 walima miniti 2 kɔɔɔ (disidimi).

Disidimi gelen i n'a fɔ fen giriman dɔ be disi kɔɔɔ. O dimi te dɔɔɔɔ hali ni mɔɔɔ a tigi ye a lafiɛɛ (dusukundimi).

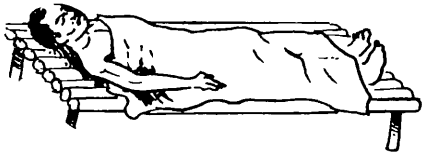
Kɔɔɔnugutige, fɔɔɔnege, jɛnamini, kɔɔɔdimi, dagalakaja be musow minɛ (dusukundimi).

A furakɛcogo

- Dusukunnabana caman furaw tali man nɔɔn. Ni aw sɔmina dusukunnabana la dɔɔn, aw be taa dɔɔtɔɔɔso la. Aw ye aw jija ka a fura pumanw sɔɔ.
- Dusukunnabana be magɔ min na, o tigi man kan ka baara kologirin ke. U ninakili be to ka degun. Nka farikolonaje be se ka dusukunnabanaw kunben.
- U ka kan ka tuluma dumuniw to yen; ani fana, u man kan ka sigareti ni dɔɔ min. Ni a tigilamagɔ ka bon, a ka kan ka a ke cogo be la dɔ ka bɔ a girinya la.
- Kasa goman be bɔ u da fe.
- Ni sisan be a la walima ni a senw be funu, a tigi ka kan ka kɔkɔ dun dabila a si tɔ kɔnɔ.
- Asipirini (*aspirine*) kise kelen tali don o don, o be se ka dusukunnabana walima kirinni kunben.
- Ni disidimi don walima ni dusukun jolibolisira dɔ je gerennen don, banabagatɔ dalen ka kan ka to yɔɔ la yeelen be don yɔɔ min na fo dimi ka teme.



Ni disidimi ka jugu kojugu, ni a ma nɔɔya joona hali lafiɛ kɔfe sango ni kirinni taamasije be yen (aw ye seben je 137 laje), o be a jira ko dusukun degunnenba don. O la, banabagatɔ dalen ka kan ka to fo dɔɔkun 1 ani ka a lafiɛ kalo 1 kɔnɔ. **Aw be aw jija ka deme jini dɔɔtɔɔ dɔ fe joona joona.**



Yeretangacogo dusukunnabana ma: Aw be seben je nata laje.

Ladilikanw ka a jesin denmisenw ma, denmisen minnu be a fe ka to keneya la ni u korɔla

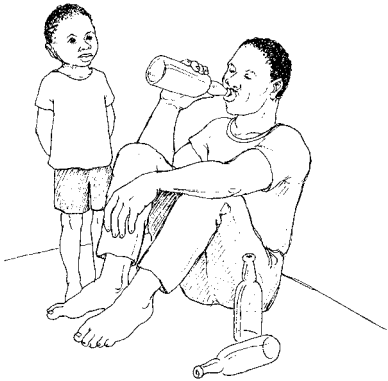
Balikuw walima magokorobaw ka keneyako geleya caman i n'a fo tansiyɔn yeledi, jolibolisiraw geleyali, dusukundimi ni kirinni, olu sababu be bɔ u balocogo, u ka dumunifenw, ni u ka minfenw na ka u to denmisenya la. Aw be se ka aw ka penamaya ke keneya la ni:

1. **Aw be dumuni dafalenw dun,** nka u kana ke dumuniw ye, tulu caman ni kɔkɔ caman be dumuni minnu na.
2. **Aw kana sɔn ka bonya kojugu.** Aw be senefenw tulu ke ka tobili ke, aw kana a ke ni baganw tulu ye.
3. **Aw kana dɔɔ min kojugu.**
4. **Aw kana sigareti min.**
5. **Aw sigilen kana to yɔɔ kelen,** aw ye aw lamaga.

6. Aw be aw jija ka aw lafiɛe ani ka sunɔgɔ kosebe.

7. Aw be aw yere lafiya ani ka aw haminanko ni aw dimiko bee mine ni hakili ye.

Tansiyɔn yeɛleli (seben ne 211) ni jolisiraw geɛyali minnu ye dusukundimi ni kirinni sababu ye, olu be se ka kunben walima ka nɔgɔya ni aw ye ni fen kofɔlenw matarafa. Tansiyɔn jiginni nafa ka bon kosebe dusukundimi ni kirinni kunbenni na. Mɔgɔ minnu ka tansiyɔn be yeɛle, olu ka kan ka to ka u ka tansiyɔn laje tuma bee ani ka fɛere bee tige walasa a ka jigin. Mɔgɔ minnu ka bon ni u te se ka dɔ bɔ u ka dumuni na walasa u ka tansiyɔn ka jigin; olu ka kan ka sigareti bila, u ka kan ka farikoloɲenaje ke kosebe, ka u lafiɛe, ani ka furaw ta (minnu be tansiyɔn keɛɛ) walasa u tansiyɔn ka jigin.



Nin ce fila la, jɔn ka teli ka si jan sɔrɔ ani ka to keneya la a kɔrɔlen?
U fila la jɔn ka saya sababu be bɔ tansiyɔn walima kirinni na?
Aw be se ka sababu joli fɔ?

Jolidese ni jolisira cili kunseme na (kunsemenabanaw)

A ka ca a la mɔgɔkɔrɔbaw ka kirinni be sɔrɔ jolikuru walima jolisira cili fe kunseme na. Kirinni be fɔ barisa ale be se ka bala ka cun mɔgɔ kan ka a sɔrɔ a ma taamasije jira. A tigi be bala ka bin, ka a bɔ a hakili kan. A ninakili be teliya ani ka geleya, dusukun tantanni be teliya ani ka sumaya. Miniti walima leri walima tile damadɔw kɔnɔ, a be sɔrɔ ka bɔ a yere kalama.



Ni a ma sa, a ka ca a la kuma ni yeli be geleya a ma; a ɲeda fan kelen walima fari fan kelen be se ka muluku.

A dɔw be yen ni u ma juguya, a te mɔgɔ bɔ a hakili kan. Kirinni kɔlɔlɔ dɔw be se ka keneya kɔ fe.

A furakecogo

Aw be banabagato laada ka a kunyanfan korota dɔɔni ka teme senyanfan kan. Ni a tigi kirinnen don, aw be kungolo da kere kan walasa ji salasala ka se ka bo a da fe; a kana sigi fagonfagon na. Aw kana dumuni, ji ani fura fosi di a tigi ma fo ni dogotoro ye a yamariya (seben ne 130 laje, mago min kirinnen don).

Kunsemenabana bannen ko ni a tigi fari fan kelen fagalen don, an ka kan ka a dege a ka se ka baara ke ni bolo numan ye, ani ka banabagato yere dege taama na ni bere ye. O banabagato ka kan ka baara kologelenw keli dabila wa a man kan ka dimi kojugu fana.

Yeretangacogo: aw ye seben ne laje min dalen don nin kan.

Kunnafoni nafama: Ni denmisennamogo walima baliku ne fan kelen balala ka sa ka a soro kunsemenabana taamasine te a la, a ka ca a la, o be nedalajolisira dow de banani kofa waatini koto. A ka ca a la, a be ban a yere ma dogokun walima kalo damadow koto. A ka ca a la, a bana sababu te don. A tigi mako te furakeli la nka ka a digidigi ni jikalan ye, o ka fisa a ma. Ni ne kelen te tugu ka ne, aw ka kan ka a siri (ka a datugu) ni fen do ye walasa a ji kana ja.

Tulo gerenni

Ni tulo beka geren ka taa dɔɔni dɔɔni san o san ka a soro dimi te a la walima geleya were, a ka ca a la fura te o la. A ka teli ka cew mine minnu si ye san 40 ye. Tuma dow la, tulo gerenni sababu be bo tulodimi na (seben ne 459), joginni kungolo la walima tuloden cili. Walasa ka kunnafoni caman soro tuloden cilen furakecogo kan, aw ye seben ne 343 laje.

Ni mago tulo gerennen don, a be mankan bo ani ka jenamini bila a tigi la.

Ni magokwaba tulo gerenna tuma do la, ka jenamini bila a la ani ka mankan bo, o be a jira ko jenamibana be a la. A dusukun be jugu walima a be fono ani ka wosi kojugu. O la, a ka kan ka tulodimifura ta i n'a fo dimenidaranati (*diménhydrate*, izinitigiw togo dalen daramamini, *Dramamine*, seben ne 581) ani ka a da fo dimi ka mada. Ni dimi ma kogoya walima ni dimi beka taa ka segin, aw be taa ni banabagato ye dogotoro so la.

Sunogobaliya

A ka ca a la magokwabaw te sunogo i n'a fo denmisennamogow, wa u be waati jan ta ka a soro u ma sunogo. Funteni waati, u be men u ne na kosebe.

Fura dow be yen minnu be sunogobaliya furake, nka aw ka kan ka aw jija cogo bee la ka u ye ka u to yen foni sunogobaliya ka jugu.

Kunankunandimi

Kunankunan ye saki fitini ye min nɔɔlen be mɔɔ biɛ na. A be ji kunanman ɲe binkenema mara min be wele ko kunankunanji, ni a be furu deme ka dumuni girimanw yeɓema. Bana min be ke kunankunanji temesiraw la, o ka teli ka muso belebelebaw de mine minnu ka ca ni san 40 ye ani jabetitɔw.



A taamasijɛw:

- Dimi gelen be ke a tigi kinife galakakololaban yɔɔ la; waati dɔw la, a dimi be bɔ fo ko kiniyanfan fe.
- Waati dɔw la a dimi be damine ni a tigi tilala dumuni na, a be se ka dusu pugun bila a tigi la.
- A ye fiɲe bila o kasa man di.
- Waati dɔw la farigan be ke a sen kɔɔ.
- Tuma ni tuma, a tigi ɲekise jeman yɔɔ be ke nɛremuguman ye.

A furakɛcogo:

- Walasa ka a dimi da, a tigi be se ka ibiporofeni (*ibuprofène*) ta barisa a ka ca a la, asipirini (*aspirine*) te mako ɲe.
- Ni farigan be a sen kɔɔ, a be anpisilini (*ampicilline*) ta (aw ye seɓen ɲe 526 laɲe).
- Ni minnu ta dimi ka jugu kosebe walima ni bana basigilen don, aw be dɔɔɔɔɔ ka deme ɲini ka da a kan a dɔw te taa opereli ko tuma dɔw la.
- Nin bana in be mɔɔ belebeleba minnu na, olu ka kan ka dumuni tulumaw durni dabila, u ka kan ka dumuni fitini dun ani ka a ɲini ka fasa (aw ye seɓen ɲe 212 laɲe).

Dusumangoya: An be a fɔ tuma caman ko mɔɔ minnu dimi ka di ko olu ye dusumangow ye. Nka o tigilamɔɔ ka dimi ni bana te fan kelen fe. O de la, biɲedimi be mɔɔ minnu na, olu be siran bana dimi ɲe, ani lala waati min ni ni u nisɔmandi u be jɔɔ u ka u ka keneya ko la.

Ka jen ni saya ye

A ka ca a la, mɔgɔkɔrɔbaw labennen don ka saya makɔɔ ka teme u femɔgɔw yere kan. Mɔgɔ minnu ye u ka dipelatige diya bo a ka ca a la olu te siran saya je ka da a kan jenemaya laban ye saya ye.

Tuma caman, an be a laje ka mɔgɔ satɔ deme cogo bee la walasa a kana sa. Waati dɔw la o be do fara banabagato ni a kerefe mɔgɔ bee ka segen kan. A demecogo te fura numan walima dogotɔrɔ numan sɔrɔli ye nka a ka fisa ka gere a tigi la ka berebere. Aw ye a jira a tigi la ko aw ni a ye nisɔndiyako ni geleya minnuw sɔrɔ jɔgɔn fe ko aw tena jine olu ko, ani ka jira a la ko aw yere limaniyara ni a ka saya ye. A ka waati labanw kɔɔ berebereli ka fisa a ma ka teme fura kan.

A ka di mɔgɔkɔrɔba bananenw ye ka to u ka so u ka denbaya kerefe ka teme dogotɔrɔso kan. Hali ni o be a jira ko a tigi bena sa jona, nka o te ko jugu ye. An ka kan ka an janto a tigi haminankow ni a makow la ani an yere taw. Waati dɔw la, mɔgɔ min bena sa, o be segen kojugu ka a sababu ke a be a don ko ale furakeli musakaw bena geleya lase a ka denbaya ma. O waati la, a be saya fisaya ni jenemaya ye.

Nka mɔgɔ dɔw be siran saya je. Hali ni u degunnen don, a be se ka geleya u ma ka taa ka dije in to. Laada bee ni a ka faamuyalico go don saya kan ani jenemaya saya kɔfe. O hakilina, danaya ani o laadaw be se ka saya nɔgɔya dɔw bolo. Saya be se ke yɔrɔninkelen ko ye walima donjan ko. An be se ka fen min ke walasa ka an femɔgɔ laben ka saya makɔɔ hali ni o ye a sɔrɔ ko nɔgɔn te. A ka ca a la, an be se ka fen minnu ke o de ye ka a tigi deme, ka muju a kɔrɔ ani ka a faamu.

Denmisenni saya fansi man nɔgɔn. Numanya ni hɔrɔnya bee nafa ka bon. Waati dɔw la ni den walima mɔgɔ were bena sa, a tigi be a don, a yere farikolo la walima a kerefe mɔgɔw kecogo fe. Ni saya bena se mɔgɔkɔrɔba walima denmisenni ma, ni a ye aw jininka a ka saya la, aw ye tije fo a ye nka aw ye a jefo a ye nɔgɔya la ni wajulikanw ye, walasa ka a hakilisigi. Ni aw be a fe ka kasi aw be se ka kasi, nka aw be a jira a tigi la ko aw be a fe, ani ko aw be a ka saya kun. O bena fanga di ale yere ma ka limaniya ni saya ye. Walasa a ka nin fen ninnu don aw kana u fo aw da la, aw ka u jira aw kewale la.

An bee be sa. Lala an ka kan ka baara numan min ke, o de ye ka an mɔgɔjɔgɔn deme ka jen ni saya ye waati min a te se ka bali, ani minnu bena to a ko, ka olu deme ka a faamu.