

БИЗАГЕ САЛОМАТЛИК

Баҳорнинг дастлабки кунларида айниқса ёш болаларда учраб турадиган, кўпинча енгил-елли ўтиб кетадиган, эътиборни жига жалб кильмайдиган касалликлардан бири ангинадир. Ангина билан оғригандан ўз вақтида тиббиёт ёрдамига муроҳат қиласмаслик бўйимлар, юрак, бўйрак ва бошка аъзоларнинг зарарланишида дастлабки омиллардан бири бўлиши мумкин.

Ўй шароитида бемор ётогини парда билан тўсib, алоҳида идиш-товоров ва парвариш буюмлари лозим. Дармондорларга бой, сутли, кукатли овакатлар истемол килиш, лимонли чой, шарбатлардан ичиш тавсия этилади. Оғиз бўшилиги ва томокни фурацилин, водород перекиси, календула, ромашка қайнатмалоқида.

Баҳорда қўзгаладиган дард

ЭЪТИБОРНИ ТОРТМАЙДИ, ЛЕКИН...

оқали, бемор билан мулокотда бўлганда юкини ёки ўзийдан зарарланиши мумкин. Шунинг учун ҳам ангинага юкимли алергик касаллик хам дейлади.

Ангинанинг ривожланишига тана иммунитетининг сайсишлари катта таъсир кўрсатади. Бунда бурун бўшилиги полипларида нафас олиш бузилиши ёки аскоридоз, рахит, диатез, икумли касалликлар ва умумий модда алмашинувини издан чиқишлари ангинанинг келиб чиқишига имконий туғидиди.

Ангина аслида бутун тана касаллигидир. Одатда ютинганда оғриб, бош оғриги, тана хароратининг кўтарилишига умумий холисизлик каби белгилар билан тасодифан пайдо бўлади. Ҳалкум шиллик пардаси маъмул бир чегарагача кизарганилиги, танглай муртаклари катталашгани айрим пайтда йирин билан кўланганлиги аникланди.

Ёш болалар танаси умумий қаршилики қобилиятининг сустулиги сабаби ангинага бошланишидан оғир шаклларда кечади. Касаллик жараёнда кайт килиш, эс-хўшини йўқотиши, иштахасизлик, кўкрак ёшдаги болаларда ич кетиш, уйқусизлик, шу билан бирга

си билан чайиш тавсия этилади. Кўкрак ёшдаги болаларни эмизишдан олдин бурун бўшилигидаги шилимшиларни олиб ташлаша ва шифокор тавсия килган томирлар демонстрацияни топчилардан бурун бўшилигига тикиш муктадар.

Болаларда ангинанинг олдини олиш уларнинг ота-оналидари бўлдиган инфекцияни марказларни даволаш, шунинг учун ҳам профилактика-да оғиз бўшилиги ёки юрак нафас ўйларидаги мікробларни ташшиб юрвичларни ўз вактида анилек, даволаш мумкин. Шуни қайд килиб ўтиш керакки, ангинанинг олдини олишида бурун оркага тўғри оғиз бўшилиги олиш учун гигиена ишлатилади. Чиқша исис, ёзда совуқ ёки овак (овак) ешиш лозим. Исислик ва совуқликнинг хар бирини чиқиб бўлиб, совуқ бўшикуви аъзларнинг жавҳари томон интилади ва уларнинг кувватини синдиради.

Жамғармага ёрдам сўраб навбатда турган кам таъминланган, ногирон ҳамшахарларимиз бўйида ерга тақлиф этилган ёди. Улар орасидан жамғарма бўшикуви энг зарур дея топғанларига «Алтромарк» кўшма корхонасида ишлаб чиқарилган 4 та ногиронлар аравасиши топширилди. Кам таъминланган 20 дан ортиқ оиласларнинг хар бирини чиқиб бўлиб, совуқ бўшикуви аъзларнинг жавҳари томон интилади ва уларнинг кувватини синдиради.

Соғлигини сакловни киши ўз овқатининг асосий қисми сабваторлар, мевалар ва бўлардан бошча даво бўладиган овқатлардан бўлмаслигига аҳамият бермоғи керак. Шунинг учун овқат гўштга ўхшаш нарсалардан бўлиши, айниқса улоч, бузоқ ва кўзинчиларнинг овқатларидан, орат етмаган соглом экинзордан бўлиб, ифлос нарсалардан тозалangan бўйидан, мижозга мувоғик ширин нарсадар ва яхши ўхшаб шаробдан иборат бўшилиги лозим. Булардан бошча нарсанси даволаниши ва касалликнинг олдини олиш учун гигиена ишлатилади. Чиқша исис, ёзда совуқ ёки овак (овак) ешиш лозим. Исислик ва совуқликнинг хар бирини чиқиб бўлиб даражага етмаслиги керак. Бўлингик, фаровончилик ийларидаги куп ёб, қачатчилик ийларидаги оч топшидан ва бундан аксидан ёмронкор холиди.

Ўйни тадбир давомида Юнособод тумани маҳаллалари оқсоклори, сихатлоҳар баҳрияни, кам таъминланган оила ва вакиллари ва ногиронлар ўз қувончларини изкор этиши.

Мажид РАҲМАТОВ.

Мehr-муруvatty бўйлик

ИБРАТПИ ТАДБИР

Республика «Наврўз» кайрия жамғарасининг Тошкент шаҳар бўлими бошқаруви меҳр-муруват тадбирини ўтказди: Юнособод тумани хокимлиги билан келишган холда тумандаги 1-شاҳар болалар сил касалликлари сихатоҳи жамоасига дастурхон ёзиб, Наврўз байрами ўткашини ташкини килиб берди.

Мазкур сиҳатдоҳда сил касаллигига чалинган 7 ёшдан 12 ёшгacha бўлган болалар хам даволанишида, хам таълим олишида. Бугунги кунда бу ерда 20 дан ортиқ болалар ўз саломатлигини тикишмайди. Уларнинг ҳар бирига жамғарма ҳисобидан турли ширинликлардан иборат совуқ топширилди.

Жамғармага ёрдам сўраб навбатда турган кам таъминланган, ногирон ҳамшахарларимиз бўйида ерга тақлиф этилган ёди. Улар орасидан жамғарма бўшикуви энг зарур дея топғанларига «Алтромарк» кўшма корхонасида ишлаб чиқарилган 4 та ногиронлар аравасиши топширилди. Кам таъминланган 20 дан ортиқ оиласларнинг хар бирини чиқиб бўлиб, совуқ бўшикуви аъзларнинг жавҳари томон интилади ва уларнинг кувватини синдиради.

СУРАТДА: ординатор Сабод Абазова, бўйим мудири Севара Исломова ҳамда ординатор Наргиза Собировалар бемор бола саломатлигини текширишмоқда.



Юқумли касалликларни даволашга шахримиз тиббий мусассасаларида доимо жисдий ўтибкор қарашлаш. Зера ўлкамиз ишлам шаронти нисбатан иссик экани сабаби бундай хасталикларнинг таркалиши хавфи кўпроқ. Акмал Икромов тумандаги 5-болалар юқумли касалликларни касалхонаси жамоаси буни яхши тушунсан ҳолда ишлаб келишимоқда. Улар касалхонага келтирвалган ҳар бир бемор болалнига синчоқсан билан тиббий кўриқдан ўткашиши.

СУРАТДА: ординатор Сабод Абазова, бўйим мудири Севара Исломова ҳамда ординатор Наргиза Собировалар бемор бола саломатлигини текширишмоқда.

Ибн Сино ўғитлари

ҲАММОМДА ЧҮМИЛМОҚ ҲАҚИДА

Ҳаммомга тушувчилар даволашга шахримиз тиббий мусассасаларида доимо жисдий ўтибкор қарашлаш. Зера ўлкамиз ишлам шаронти нисбатан иссик экани сабаби бундай хасталикларнинг таркалиши хавфи кўпроқ. Акмал Икромов тумандаги 5-болалар юқумли касалликларни касалхонаси жамоаси буни яхши тушунсан ҳолда ишлаб келишимоқда. Улар касалхонага келтирвалган ҳар бир бемор болалнига синчоқсан билан тиббий кўриқдан ўткашиши.

СУРАТДА: ординатор Сабод Абазова, бўйим мудири Севара Исломова ҳамда ординатор Наргиза Собировалар бемор бола саломатлигини текширишмоқда.

ОВҚАТЛАНИШ ҲАҚИДА

Соғлигини сакловни киши ўз овқатининг асосий қисми сабваторлар, мевалар ва бўлардан бошча даво бўладиган овқатлардан бўлмаслигига аҳамият бермоғи керак. Шунинг учун овқат гўштга ўхшаш нарсалардан бўлиши, айниқса улоч, бузоқ ва кўзинчиларнинг овқатларидан, орат етмаган соглом экинзордан бўлиб, ифлос нарсалардан тозалangan бўйидан, мижозга мувоғик ширин нарсадар ва яхши ўхшаб шаробдан иборат бўшилиги лозим. Булардан бошча нарсанси даволаниши ва касалликнинг олдини олиш учун гигиена ишлатилади. Чиқша исис, ёзда совуқ ёки овак (овак) ешиш лозим. Исислик ва совуқликнинг хар бирини чиқиб бўлиб, совуқ бўшикуви аъзларнинг жавҳари томон интилади ва уларнинг кувватини синдиради.

СУРАТДА: овқатларни ўхшаш нарсалардан бўлиши, айниқса улоч, бузоқ ва кўзинчиларнинг овқатларидан, орат етмаган соглом экинзордан бўлиб, ифлос нарсалардан тозалangan бўйидан, мижозга мувоғик ширин нарсадар ва яхши ўхшаб шаробдан иборат бўшилиги лозим. Булардан бошча нарсанси даволаниши ва касалликнинг олдини олиш учун гигиена ишлатилади. Чиқша исис, ёзда совуқ ёки овак (овак) ешиш лозим. Исислик ва совуқликнинг хар бирини чиқиб бўлиб, совуқ бўшикуви аъзларнинг жавҳари томон интилади ва уларнинг кувватини синдиради.

УЙКУ ВА УЙГОҚЛИК ҲАҚИДА

Уйкуси даволашга шахримиз тиббий мусассасаларида доимо жисдий ўтибкор қарашлаш. Зера ўлкамиз ишлам шаронти нисбатан иссик экани сабаби бундай хасталикларнинг таркалиши хавфи кўпроқ. Акмал Икромов тумандаги 5-болалар юқумли касалликларни касалхонаси жамоаси буни яхши тушунсан ҳолда ишлаб келишимоқда. Улар касалхонага келтирвалган ҳар бир бемор болалнига синчоқсан билан тиббий кўриқдан ўткашиши.

СУРАТДА: овқатларни ўхшаш нарсалардан бўлиши, айниқса улоч, бузоқ ва кўзинчиларнинг овқатларидан, орат етмаган соглом экинзордан бўлиб, ифлос нарсалардан тозалangan бўйидан, мижозга мувоғик ширин нарсадар ва яхши ўхшаб шаробдан иборат бўшилиги лозим. Булардан бошча нарсанси даволаниши ва касалликнинг олдини олиш учун гигиена ишлатилади. Чиқша исис, ёзда совуқ ёки овак (овак) ешиш лозим. Исислик ва совуқликнинг хар бирини чиқиб бўлиб, совуқ бўшикуви аъзларнинг жавҳари томон интилади ва уларнинг кувватини синдиради.

СУРАТДА: овқатларни ўхшаш нарсалардан бўлиши, айниқса улоч, бузоқ ва кўзинчиларнинг овқатларидан, орат етмаган соглом экинзордан бўлиб, ифлос нарсалардан тозалangan бўйидан, мижозга мувоғик ширин нарсадар ва яхши ўхшаб шаробдан иборат бўшилиги лозим. Булардан бошча нарсанси даволаниши ва касалликнинг олдини олиш учун гигиена ишлатилади. Чиқша исис, ёзда совуқ ёки овак (овак) ешиш лозим. Исислик ва совуқликнинг хар бирини чиқиб бўлиб, совуқ бўшикуви аъзларнинг жавҳари томон интилади ва уларнинг кувватини синдиради.

СУРАТДА: овқатларни ўхшаш нарсалардан бўлиши, айниқса улоч, бузоқ ва кўзинчиларнинг овқатларидан, орат етмаган соглом экинзордан бўлиб, ифлос нарсалардан тозалangan бўйидан, мижозга мувоғик ширин нарсадар ва яхши ўхшаб шаробдан иборат бўшилиги лозим. Булардан бошча нарсанси даволаниши ва касалликнинг олдини олиш учун гигиена ишлатилади. Чиқша исис, ёзда совуқ ёки овак (овак) ешиш лозим. Исислик ва совуқликнинг хар бирини чиқиб бўлиб, совуқ бўшикуви аъзларнинг жавҳари томон интилади ва уларнинг кувватини синдиради.

СУРАТДА: овқатларни ўхшаш нарсалардан бўлиши, айниқса улоч, бузоқ ва кўзинчиларнинг овқатларидан, орат етмаган соглом экинзордан бўлиб, ифлос нарсалардан тозалangan бўйидан, мижозга мувоғик ширин нарсадар ва яхши ўхшаб шаробдан иборат бўшилиги лозим. Булардан бошча нарсанси даволаниши ва касалликнинг олдини олиш учун гигиена ишлатилади. Чиқша исис, ёзда совуқ ёки овак (овак) ешиш лозим. Исислик ва совуқликнинг хар бирини чиқиб бўлиб, совуқ бўшикуви аъзларнинг жавҳари томон интилади ва уларнинг кувватини синдиради.

СУРАТДА: овқатларни ўхшаш нарсалардан бўлиши, айниқса улоч, бузоқ ва кўзинчиларнинг овқатларидан, орат етмаган соглом экинзордан бўлиб, ифлос нарсалардан тозалangan бўйидан, мижозга мувоғик ширин нарсадар ва яхши ўхшаб шаробдан иборат бўшилиги лозим. Булардан бошча нарсанси даволаниши ва касалликнинг олдини олиш учун гигиена ишлатилади. Чиқша исис, ёзда совуқ ёки овак (овак) ешиш лозим. Исислик ва совуқликнинг хар бирини чиқиб бўлиб, совуқ бўшикуви аъзларнинг жавҳари томон интилади ва уларнинг кувватини синдиради.

СУРАТДА: овқатларни ўхшаш нарсалардан бўлиши, айниқса улоч, бузоқ ва кўзинчиларнинг овқатларидан, орат етмаган соглом экинзордан бўлиб, ифлос нарсалардан тозалangan бўйидан, мижозга мувоғик ширин нарсадар ва яхши ўхшаб шаробдан иборат бўшилиги лозим. Булардан бошча нарсанси даволаниши ва касалликнинг олдини олиш учун гигиена ишлатилади. Чиқша исис, ёзда совуқ ёки овак (овак) ешиш лозим. Исислик ва совуқликнинг хар бирини чиқиб бўлиб, совуқ бўшикуви аъзларнинг жавҳари томон интилади ва уларнинг кувватини синдиради.

СУРАТДА: овқатларни ўхшаш нарсалардан бўлиши, айниқса улоч, бузоқ ва кўзинчиларнинг овқатларидан, орат етмаган соглом экинзордан бўлиб, ифлос нарсалардан тозалangan бўйидан, мижозга мувоғик ширин нарсадар ва яхши ўхшаб шаробдан иборат бўшилиги лозим. Булардан бошча нарсанси даволаниши ва касалликнинг олдини олиш учун гигиена ишлатилади. Чиқша исис, ёзда совуқ ёки овак (овак) ешиш лозим. Исислик ва совуқликнинг хар бирини чиқиб бўлиб, совуқ бўшикуви аъзларнинг жавҳари томон интилади ва уларнинг кувватини синдиради.

СУРАТДА: овқатларни ўхшаш нарсалардан бўлиши, айниқса улоч, бузоқ ва кўзинчиларнинг овқатларидан, орат етмаган соглом экинзордан бўлиб, ифлос нарсалардан тозалangan бўйидан, мижозга мувоғик ширин нарсадар ва яхши ўхшаб шаробдан иборат бўшилиги лозим. Булардан бошча нарсанси даволаниши ва касалликнинг олдини олиш учун гигиена ишлатилади. Чиқша исис, ёзда совуқ ёки овак (овак) ешиш лозим. Исислик ва совуқликнинг

