

Ўзбекистонда sogʻliqni saqlash Здравоохранение Узбекистана



Газета 1995 йил октябрь ойидан чиқа бошлаган • www.uzssgt.uz, uzss@yandex.ru • 2020 йил 13 август • № 27-28 (1308-1309)

Видеоселектор

КАРАНТИН ТАЛАБЛАРИНИ БОСҚИЧМА-БОСҚИЧ ЮМШАТИШ ЧОРАЛАРИ БЕЛГИЛАНДИ

Президент Шавкат Мирзиёев худудларда саноатни ривожлантириш масалалари бўйича видеоселектор йиғилишини ўтказди.

Давлатимиз раҳбари тadbир бошида коронавирус пандемияси билан боғлиқ вазиятга тўхталиб ўтди. Жумладан, охириги бир ойда барча худудларда даволаш ўринлари ва нафас бериш аппаратлари сони бир неча баробар кўпайтирилгани, муолажа қилиш усуллари янгилангани ҳамда тез тиббий ёрдам хизмати кучайтирилгани қайд этилди. Буларнинг натижасида мамлакатимиз бўйича коронавирусдан соғайиш кўрсаткичи 59 фоиздан 77 фоизга етди. Вирус юктирганлар сони 32 мингдан ошган бўлса-да, уларнинг 25 мингдан зиёди соғайган, 7 минг бемор даволанмоқда.

– Ҳар бир фуқаромиз соғлиги ва ҳаёти учун курашнинг янада кучайтирилган ҳолда, иқтисодиёт ва ижтимоий соҳаларнинг барқарор ишлашини таъминлаш, аҳолининг яшаш шароитини энгиллаш-

тириш мақсадида карантин талабларини босқичма-босқич юмшатиш зарур. Халқимизнинг ўзи шуни илтимос қилмоқда, – деди Шавкат Мирзиёев.

Шуни ҳисобга олиб, 15 августдан автотранспорт воситаларининг кун давомида юриши, маҳаллий авиа ва темир йўл қатнови учун рухсат бериш кераклиги айтилди. Санаторийлар, меҳмонхоналар, музейлар, болалар оромгоҳлари, дала ҳовлилар ижараси, гўзаллик салонлари, сартарошонлар, очик ҳавода хизмат кўрсатадиган умумий овқатланиш объектлари фаолияти ҳам тикланади. Белгиланган талабларга амал қилган ҳолда уйда 30 кишилик оилавий маросимлар ўтказиш мумкин бўлади.

17 августдан худудлар ўртасида автотранспорт қатнови, жамоат транспорти (метрополитендан ташқари) ва шаҳар атрофидаги авто-

буслар қатнови тикланиши белгиланди.

20 августдан буюм ва курилиш маҳсулотлари бозорлари, йирик савдо дўконлари, спорт заллари, фитнес клуб ва бассейнлар ишлай бошлайди.

Республика махсус комиссиясига ҳар бир фаолият тури бўйича қандай санитария талабларига амал қилиш зарурлигини аниқ белгилаш вазифаси қўйилди. Эпидемиологик вазият яхши бўлган давлатлардан келган шахсларни карантинга олиш ва ундан чиқариш тартибини энгиллаштириш, пневмониядан тузалган аҳолини реабилитация қилиш марказларини ташкил этиш бўйича топширик берилди.

Санитария-эпидемиология хизматида коллектив иммунитет шаклланиш жараёнини мониторинг қилиб бориш учун антигана маданий-маърифий, кўнгилочар кўрсатув ва эшиттиришларни кўпайтириш, ижтимоий масофа-



ни сақлаган ҳолда театр, кино концерт ва бошқа тadbирларни ташкил этиш масаласига ҳам эътибор қаратилди.
– Карантин талаблари юмшатилаётган бўлса-да, барчамиз ижтимоий масофани сақлаш, ниқоб тақиш, дезинфекция ва бошқа санитария-гигиена талабларига сўзсиз амал қилишимиз, илгари йўл қўйган хатоларни такрорламаслигимиз керак. Худода

шукур, ҳаммамиз ҳам етарли тажриба орттирдик. Кўпни кўрган халқимиз жуда катта матонат ва қаҳрамонлик, тиббий маданиятини намоён қиляпти. Темир интизом, қаттиқ чидам ва сабр-тоқат билан биз албатта бу синовларни тез орада энгиб ўтаимиз. Мен бунга қатъий ишонаман, – дея таъкидлади Президент.

Ў.А.

МАСЛАҲАТ ПОЛИКЛИНИКАСИ ИШ БОШЛАДИ

Қорақалпоғистон Республикаси Беруний туманида COVID-19 амбулатор маслаҳат поликлиникаси ўз ишини бошлади.

Бу ҳақда туман ҳокимлиги ахборот хизмати Ў.А. муҳбирига маълум қилди.

Республика махсус комиссиясининг қарорига мувофиқ Қорақалпоғистон Республикаси, Тошкент шаҳри ва вилоятларда, шунингдек, туманларда COVID-19 амбулатор махсус поликлиникаси ташкил қилинмоқда. Бундан асосий мақсад касалликларни ўз вақтида аниқлаш ва текширувдан ўтказишдир.

Поликникада кўрик давомида рентген, ЭКГ, инфекционист, пульмонолог, кардиолог ва ЛОР шифокорлари беморларни текшириб, зарур маслаҳат ва йўлланма беради. Касалликнинг энгил даражаси аниқланган ҳолда уй шароитида даволашни учун тавсиялар берилади. Карантинга олинган беморлар учун туман ҳокимлиги ва сектор раҳбарлари ташаббуси билан ташкил қилинган махсус мобил гуруҳлар сони 14 тага кўпайтирилиб, шундан 9 та Дамас автомашинаси худудлар бўйлаб, қишлоқ оилавий поликлиникалари ва қишлоқ врачлик пунктлари шифокорларига бириктирилди.

Мобил гуруҳга бириктирилган шифокорлар аҳоли орасида COVID-19 вирусига гумон қилинган ҳамда контакта бўлган беморларга бирламчи дори-дармон воситаларини етказиб бериш ҳамда бир вақтнинг ўзида фуқаролар ўртасида тарғибот ишларини олиб боришни ҳам ташкил қилади. Бундан ташқари, сурункали касалликлари бор беморларга бирламчи ёрдам кўрсатиб, зарур ҳолатда стационар даволаш ишларини ҳам олиб боради.

Довуд АБИБУЛЛАЕВ.



Диққат, танлов!

“Қадринг баланд бўлсин, она тилим”

Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг Давлат тилини ривожлантириш департаменти Республика Маънавият ва маърифат маркази билан ҳамкорликда “Қадринг баланд бўлсин, она тилим” широри остида Республика танловини эълон қилади.

Танловнинг асосий мақсади ўзбек тилининг давлат тили сифатидаги нуфузини ошириш, давлат тилини миллий қадрият сифатида тарғиб қилиш, унга нисбатан миллий гуруҳ хиссини тарбиялаш, тилимизнинг халқаро маъқени мустаҳкамлаш, давлат тилига оид муаммоларни ҳал этишга ижодий ёндашуви ривожлантиришдан иборат.

Танлов қуйидаги номинацияларда ўтказилади:

– **Энг яхши бадиий асар** (шеърый асар – 30 мисрагача; насрий ҳикоя – ҳажми 3600 босма белгигача);

– **Энг яхши публицистик мақола** (очерк, лавҳа – ҳажми 5400 босма белгигача);

– **Ўзбек тилининг хориждаги энг яхши тарғиботи** (ўзбек миллатига мансуб ёки чет эл фуқаролари томонидан яратилган хорижда ўзбек тилини тарғиб қилишга қаратилган илмий, бадиий, муסיқий асарлар ҳамда аудио, видео маҳсулотлар);

– **Энг яхши ижтимоий роликлар** (аудио, видеороликнинг давомилиги 3 дақиқгача);

Танлов ғолиблари пул мукофотлари билан тақдирланади.

Энг намунали, гоъвий-бадиий пишиқ ижодий ишлар оммавий ахборот воситалари орқали кенг тарғиб этилади.

Ижодий ишлар шу йилнинг 20 сентябрига қадар “Қадринг баланд бўлсин, она тилим” сарлавҳаси остида info@til.gov.uz электрон почтаси ёки @Til_tanlovBot телеграм манзили орқали онлайн қабул қилинади.

Танлов юзасидан қўшимча маълумотларни www.til.gov.uz, www.manaviyat.uz сайтлари ҳамда Республика Маънавият ва маърифат марказининг танлов бўйича масъул ходимлари Мухтарам Улуғова (99 847-69-41), Дилмурод Дўстбеков (97 752-33-99) билан телефон орқали боғланиб олишингиз мумкин.

Мулоҳаза мушоҳадага чорлайди

КОРОНАВИРУСНИНГ ЎПКА ТЎҚИМАСИГА
ТАЪСИРИНИНГ ҲУЖАЙРАВИЙ МЕХАНИЗМИ

Дунёнинг кўп олимлари коронавируснинг ўпка тўқимасига захарли таъсир кўрсатишини айтмоқдаларки, лекин ўпканинг қайси ҳужайрасига, қайси тузилмаларига таъсир этиш механизми ҳақида фикрлар турли, лекин чуқурроқ цито-механизмлар очилгани йўқ. Тўғри, касалларда ўпка биопсияси ўрганилганлиги ҳақида маълумотлар йўқ.

Яқинда телевизорда бир шифокор томонидан Цюрих патанатомлари томонидан аниқланган патологик механизмлар ҳақида маълумотлар келтирилди. Ушбу маълумотларга кўра, коронавирусдан вафот этган касал ўпкасидаги томирларда қоннинг ивиб қолгани ва бу жараён касалда асосий роль ўйнаши айтилди. Шу билан бирга, бунинг интерстициал пневмонияга олиб келиши ҳам тилга олинди. Келинг, дарсликларга эътибор қаратайлик, ўлган одам томирида қоннинг ивиб қолиш жараёни (лахта) бўлиши аниқ, патанатом проф. Г. Тереховнинг гапи бўйича, «ўлган одамда қон ивиб қолганда, балки уни тирилтириш, юракни қисқартириб, қони ҳайдаши мумкин бўларди, лекин бунинг иложи йўқ».

Ҳақиқатдан ҳам ҳозирда коронавирус билан касалланганларда ўпка етишмовчилиги пайдо бўлиб, у асосан ўлимга олиб келмоқда.

Хўш, бу жараённинг асосида қандай ҳужайравий механизмлари мавжуд. Тўғри, бизда ҳали бу вирус таъсири ҳақида адабиётлар кам, бир нарсани била-

мизки, вируснинг одамга таъсир этадиган 7 тури борлиги интернетда ёзилган. Яна бир нарсани маълум бўлдики "Covid-19" вирусининг қобиғи, унинг захарли тожлари липидлардан иборат экан, лекин бошқа кўп вирусларда қобиқ оқсилдан иборат дейилган жойи бор, Шундай экан, бу вирусларнинг асосий овқати ҳам липидлардан иборат, иккинчидан репликация учун кўпроқ липидлар керак. Вируслардаги липидларнинг таркибини биз яхши билмаймиз. Фосфолипидлар кўпми, ёки ва бошқа липидларми, барибор улар учун асосий овқат липидлардан иборат.

Хўш, вируслар ҳаво томчиси орқали нафас йўлига тушгач, қаерга боради, албатта, ўпкага деймиз. Келинг, ўпканинг тузилишини бир слайлик. Ўпка ҳаво йўллари ва газ алмашинадиган респиратор қисмлардан иборат.

Респиратор қисм асосан - бу альвеоляр ва улардан тузилган альвеоляр қоплардан иборат. ШУ ЕРДА ГАЗ АЛМАШТИРУВИ КЕЧАДИ. Альвеола озги очиқ қопчалардан иборат бўлиб, қопчанинг ички юзиди икки хил ҳужайралар қоплаб ётади.

Биринчиси респиратор альвеоцит, (улар газ алмашинув кислородни альвеоладан қонга, карбонат ангидрид газини CO₂ ни қондан альвеолага ўтказди).

Иккинчиси секретор альвеоцит (улар 5-8 фоизни ташкил этади ва ёғли модда сурфактант ишлайди) дейилади, сурфактантнинг вазифаси, альвеола юзасини мойлаб, (ёглаб) туради, бу билан альвеола газ чиқаргандан кейин ёпишиб қолмайди. Бу саволни ўйлаб кўришга тўғри келди. Ўйлашимизча, липидли овқат фақат ўпка альвеолидаги сурфактант ҳисобланади. Сурфактант эса альвеолининг нафас олишида энг асосий тузилма ҳисобланади. У юза фаол сурфактант-альвеоляр комплексини ҳосил қилади ва бу комплекс эса, нафас жараёнининг асосий бўғини ҳисобланади. Сурфактантнинг ўзи уч қисмдан - сурфактант мембранаси, суюқ гипофаза ва заҳира сурфактант-миелинга ўхшаш қисмлардан иборат. Унинг асосий вазифаси айтганимиздек, альвеола нафас чиқаргандан сўнг, унинг деворини ёпишиб қолишқандан сақлайди ва альвеола меъёрада ритмик равишда нафас олиш ва нафас чиқаришни бажаради.

Сурфактантни альвеола деворидидаги йирик махсус секретор ҳужайралар ишлайди ва доимий равишда альвеола юзасини сурфактант билан таъминлаб тура-

ди. Шу ерда иккинчи фикр пайдо бўлади. Балки коронавирус секретор альвеоцитнинг захарлаб ўлдиради ва сурфактант ишлашни блоклай қўяди.

Хўш, коронавирус билан касалланганда ривож топадиган пневмониянинг бошланғич жойи қаерда? - деган савол пайдо бўлади. Жавоблар кўп. Лекин тўғридан-тўғри биринчидан томирлар жароҳат топади, дейиш қийин бўлса керак, чунки, интерстициал етиб бориш учун тўсиқлар кўп. Бизнингча, альвеоляр омил биринчи бўлса керак, альвеола бужмаёди ва ўлади, пневмония ривожланади ва нафас етишмовчилигининг асосида альвеола лаларнинг ишлайолмаслиги ва нафас ололмаслиги ётади. Адабиётларда сурфактант етишмовчилиги асосида пневмония ривожига ҳақида маълумотлар етарлик. Бу ерда тезликда кўпайган вируслар бутун ўпка паренхимасини қоплаб олган, нафас етишмовчилигига олиб келади ва ўпкани тиклаш қийин бўлиб қолади.

Шундай қилиб, коронавирусда ўпканинг жароҳат топиши,

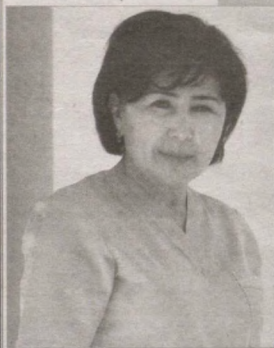


Расмларда сурфактант ва альвеоляр берилган.

ундаги сурфактант-альвеоляр комплексининг вирус томонидан емирилиши оқибатида жароҳатланишидан бошланади ва кейинчалик бошқа тузилмаларга ўтади, буни асосий ҳужайравий механизми, дейиш мумкин.

ЭШК ТУРСУНОВ,
Тошкент педиатрия
тиббий институтининг
профессори.

Эксперт фикри

ОСМА УКОЛЛАРДАН ЎЗБОШИМЧАЛИК БИЛАН
ФЙДАЛАНИШ ВИРУСГА ЭМАС, ОРГАНИЗМГА
ҚАРШИ ТАЪСИР КЎРСАТАДИ

Интернет тармоғида инъекцион ва инфузион воситалардан, содда қилиб айтганда, осма уколлардан фойдаланиш уй шароитида коронавирусдан даволашни билан боғлиқ чора-тадбирлар бўйича турли мулоҳазалар пайдо бўлмоқда. Масалага аниқлик киритиш мақсадида Вирусология илмий текшириш институтининг клиникасининг бош шифокори, тиббиёт фанлари доктори Мухайё АСИЛОВАга мурожаат қилдик.

– Вазирлик томонидан қабул қилинаётган коронавирусга қарши кураш бўйича кўрсатма ва буйруқлар билан танишсиз. Қарий беш ойдан буён тиббий фронтда туриб, беморларга амалий ёрдам бераётган шифокор сифатида бу тавсиялар қанчалик муҳим дея оласиз?

– Жуда муҳим. Шифокорларимиз касалланганларни иложи борича тезроқ аниқлаб, даво чораларини кўриш ва касалликнинг салбий оқибатларини имкон қадар қисқартириш учун ҳаракат қилмоқда. Аммо бу ҳаракатларни ҳар ким

ҳар хил талқин қилаётганини кўриб ранжийди киши. Масалан, шу йил 6 августда қабул қилинган Соғлиқни сақлаш вазирининг "Коронавирус инфекцияси билан касалланган беморларни даволаш мезонларини тартибга солиш ва ретро-проспектив таҳлил ўтказиш тўғрисида"ги буйруғи атрофида ҳам шундай гап-сўзлар айланб юрибди. Буйруқда ҳаммага аниқ ва тушунарли қилиб, инъекцион ва инфузион воситалардан махсус касалхонадан бошқа жойда фойдаланмаслик, уй шароитида уларни қўлламасликка оид тавсиялар келтирилган. Масаланинг муҳимлиги шундаки,

фақат мутахассис назоратсиз даволашни чеклаш назарда тутилмоқда, холос.

– Осма уколларни уй шароитида қўллаш шунчалик хавфлими? Бу хавф нималардан кўринади?

– Касаллик авж олган пайтда организм аъзоларининг фаолияти нисбатан секинлашади. Бунинг устига, иссиқ кунларда пайсаиши кузатиладиган буйрак филтрацияси жараёнини касаллик янада сустлаштириб юборади. Натижада организмдаги суюқликни ташқарига чиқаришда қийинчиликлар пайдо бўлади. Шундай вазиятда инфузион воситалар орқали вена қон томирларига суюқлик юборилиш, улар тана ҳужайраларида йиғилиб қолади. Бу беморнинг ҳаёти учун катта хавф туғдиради. Энг ачинарлиси, уй шароитида даволанганда бунинг салбий оқибатларини бартараф этиш учун имкон бўлмай қолиши мумкин. Шунинг учун ҳам, бу муолажаларни бутун дунёда бўлган каби махсус шифохоналарда, беморнинг умумий ҳолати малакали мутахассислар назорати остида бўлганда ўтказиш сўралмоқда. Бу асосли талаб, дея қатъий айтиш мумкин.

– Лекин бу талаб турлича талқин қилинапти. Бу шифокорларнинг мустақил фаолиятини чеклашга қаратилган, де-

ган қарашлар ҳам бор...

– Менга қолса, мутахассислиги бўлмаган шифокор беморга тавсия бермагани маъқул. Шунга қарамай буйруқда бирорта шифокор коронавирус бўйича маслаҳат ҳам, тавсия ҳам бермасин деган жой йўқ. Масала шуки, шифокор ўзи кўрмай билмай туриб исталган дорини ёзиб бераверса, бунинг оқибати ким жавоб беради? Соғлиқни сақлаш вазирлигининг 6 августдаги 204-сонли буйруғида тиббиёт ходимларидан коронавирус инфекциясининг даволаш бўйича берилаётган кўрсатмаларга зид бўлган амалиётларни умуман ўтказмаслик айтилган, холос.

– Уй шароитида шифокор назоратсиз даволаниб юрган беморлар, асосан, касалликнинг қайси даражасида клиникага мурожаат қилмоқда?

– Енгил ёки симптомсиз шаклларда бемор оилавий поликлиникадан махсус бириктирилган шифокор назорати остида уй шароитида даволанади. Унинг аҳоли ўрта оғир шаклга ўта бошласа, шифохонага ётқизилади. Тажрибамдан мисол келтирсам, ҳозирда Вирусология илмий текшириш институтининг клиникасида 150 нафардан ортиқ коронавирусдан касалланган бемор даволанмоқда. Бўш жойларимиз етарли. Бироқ оғир аҳволдаги беморлар сабаб 12

ўринлик жонлантириш ва жадвал даволаниш бўлимининг сифатини 50 ўринга етказишга тўғри келди. Чунки беморларнинг аксарияти касалликнинг ўта оғир шаклига етиб келгандагина шифохонага мурожаат қилган бўлади. Уларнинг кўпчилиги касаллик аломатлари сезилганидан бошлаб, бир ҳафта, ўн кунлаб уйда ўз билганича даволаниб юрган бўлади. Бу билан улар ўзларини ҳам, биз мутахассисларни ҳам қийин аҳволга солиб қўймоқда. Ўзбошимчалик билан қабул қилинган ҳар қандай дори, ҳатто фойдали дорининг ҳам юқори дозаси бемор организмга салбий таъсир қилиб, вирусга кенг йўл очиб беради. Шунинг учун ҳам барча шифокор ва беморлардан берилган кўрсатмаларга оғишмай амал қилиш талаб қилинади.

Мухайё АСИЛОВА: Беморларнинг аксарияти касалликнинг ўта оғир шаклига етиб келгандагина шифохонага мурожаат қилган бўлади... Бу билан улар ўзларини ҳам, биз мутахассисларни ҳам қийин аҳволга солиб қўймоқда.

Соғлиқни сақлаш вазирлиги Жамоатчилик билан алоқалар бўлими.

Замонамиз қахрамони

КОРОНАВИРУСНИНГ ҚАНДАЙ АСОРАТЛАРИ БОР?

илк беморни қабул қилган шифокор билан суҳбат



Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги Жамоатчилик билан алоқалар бўлими раҳбари Фурқат Саноев Вирусология илмий-текшириш институти клиникасининг бош шифокори, тиббиёт фанлари доктори Муҳайё Асилова билан суҳбат уюштирд.

Қайд этилишича, Муҳайё Асилова Ўзбекистонда коронавир вирус инфекцияси қайд этилган биринчи беморни қабул қилган, бугунгача ўзи ва жамоаси билан коронавирга чалинган минглаб беморларни даволаб келмоқда.

– Муҳайё опа, неча йилдан буён шифокорлик касбидасиз?

– Ушбу соҳада 32 йилдан бери фаолият юритяман. 1996 йилдан бери, Вирусология илмий-текшириш институти очилган дастлабки йиллардан буён шу ерда фаолият юритиб келаман. Муассасамизда ҳар доим оғир беморлар бўлган. Айниқса, диарея билан олиб келинган болаларнинг ҳаётини сақлаб қолишда, ҳатто бир дақиқа ҳам аҳамиятли. Шифокорларимиз режа билан ишламайди, яъни келган беморга зудлик билан ёрдам қўришади. Қолаверса, ўта юқумли касалликлар ҳам айнан бизнинг шифохонага келади. Шифокорлик касамимизни, унинг захматини ҳар бир беморни даволаш чоғида эслаймиз.

– Коронавир вирус инфекцияси юртимизга кириб келган дақиқалардан буён касаллик ўчоғидасиз. Илк бор Covid-19 инфекцияси қайд этилганда қай ҳолатга тушгансиз?

– Ўзбекистонда коронавир жорий йил 15 март кун илк бор институтимиз клиникаси лабораториясида аниқланди. Ҳеч эсимдан чиқмайди, ўша кун кечаси соат 3:00 атрофида лаборатория ходимлари кўнгирик қилиб, хориждан келган ватандошимизнинг натижалари мусбат чиқгани ҳақида хабар беришди. Очиги, ўша кунгача бу офат бизга етиб келмаслигига умид бор эди. Дарҳол шифохонага етиб бордим ва вирус юқтирган бемор ётган палатага кирдим. Унинг ўзи ҳали коронавирга чалинганидан бехабар эди. Натижа ҳақида хабар берганимизда, у, табиийки тушқунликка тушди. "Болаларим энди нима бўлади, пневмониядан ўлиб кетамани?" дерди.

Вақт йўқотишимиз мумкин эмасди. Дарҳол даволашни бошладик. Жараён жуда тез бошланиб кетди, лекин бемордан кўра, ўзимда кўрқув катта эди. Шундай бўлса-да, даволаш чораларини ва карантинни тўри ташкил қила олдик. Беморлар ошишини ҳисобга олиб, ўша

куннинг ўзида барча ходимларга беморларга сидқидилдан хизмат кўрсатишимизни айтдим. Шўқри, ҳеч бир ходимим беморларга қарашдан бош тортмади. Ходимларимга намуна бўлишини учун ҳам беморлар парваришида ўзим иштирок этдим.

– Беморларни ўз кўзингиз билан кўрдингиз, даволяпсиз, ҳатто ўлимларга ҳам гувоҳ бўляпсиз...

– Шаҳсан ўзим дастлабки уч ой шифохонадан чиқмай ишладим. Шу давр мобайнида кўрсатган ёрдамларимизга қарамай кўз олдимизда вафот этган бемор бўлди. Коронавирнинг хавфли эканига ишонмаётган юртдошларимга айтган сўзим: вирус мавжуд ва у ўз ўлжаларини таслим қилмоқда. Айниқса, ҳозирда коронавир штаммининг оғир тури келмоқда. Кўчада ниқобсиз ва масофа сақламай юрганлар ҳаёт учун қурашаётган беморлар ҳолатини ўз кўзи билан кўрса, балки ўшанда жиддий қарарди. Кўпчилик "Қачон вирус тугайди?", деб сўрашади. Агар касаллик занжирини узмасак, вакцина ишлаб чиқилмагунча шу ҳаётда яшаймиз.

– Коронавирнинг қандай салбий асоратлари бор?

– Унинг энг катта хавфи ўпка фиброзига, яъни чандигига олиб келади. Ҳаво етиб бориш клапанларини ёпади. Натижада, бемор кейинчалик нафас ва юрак етишмовчилигидан азият чекади. Ўпка чандиги узок йилларда тикланади. Ҳоҳида бу бир умрлик ногиронликка ҳам олиб келиши мумкин.

– Ушбу касаллик юртимизга кириб келганига ҳам беш ойга яқин вақт ўтди. Сиз дастлаб уч ой улзуксиз ишлаб, қисқа муддатли танафусдан сўнг яна клиникага қайтингиз. Айтинг-чи, амалиётингизда қайта касалланганлар ҳам учрадимиз?

– Йўқ, учрамади. Юқумли касалликлар

даволанганидан сўнг, организмда химоя антителалари ишта тушади ва худди шу вирус организмга тушганда бу касаллик сифатида кечмайди. Шунинг ҳам ёддан чиқармаслик керакки, ҳар бир организм алоҳида индивидуал. Айрим инсонларда химоя қилиш ҳужайралари ишлаб чиқилмаслиги мумкин. Айтганингиздек, орандан беш ой вақт ўтди, аммо Covid-19'дан зарарланган беморлар бизга қайтиб мурожаат қилгани йўқ.

– Касалликка чалинганлар асосан неча кунда шифохонадан чиқмоқда?

– Ангил турини юқтирганлар 7-8, ўрта ахволдагилар 10-12 кун, оғир турини бошидан ўтказаяётганлар эса ойлаб даволанмоқда. Ҳар битта беморга даво чоралари кўрилганидан кейин коронавирга тест топширади. Қачон натижа манфий кўрсатса, ўшанда шифохонадан чиқади.

– Келгусида қандай орзуларингизнинг амалга ошишини истардингиз?

– Мен шифокорликни бутун машаққатли захматини англаб, уни ўз елкамга олиб, шу касбни танлаганман. 50 ёшимда докторлик диссертациясини инглиз тилида ёқладим. Касбим сабаб, минглаб одамларнинг мушкулларини осон қилиб, дуосини олдим. Яқинда Президентимиз Фармони билан юксак давлат мукофотига лойик деб топилдим. Жуда ҳам бахтлиман. Бир фарзанднинг онаси, уч нафар ширин набиранинг буви-жонисман. Тезроқ коронавир балоси бутун оламдан кўтарилиб, бир-биримиз билан эркин дийдорлашиш наси этишини жуда жуда орзу қиламан. Ўзбекистондан тиббиёт соҳасида олимлар кўпайса, бундан фахрланаман.

СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ ВАЗИРЛИГИ ВА ИННОВАЦИОН СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ МИЛЛИЙ ПАЛАТАСИ

ЎЗАРО РАҚОБАТЧИ
ТАШКИЛОТЛАР ЭМАС!

Кун кеча Инновацион соғлиқни сақлаш Миллий палатаси томонидан "Соғлиқни сақлаш масалаларига оид ишлаб чиқилаётган норматив-ҳуқуқий ҳужжатларнинг лойиҳалари Миллий палатада экспертизадан ўтказилиши шарт бўлса-да, вазирлик томонидан жорий йил 31 июль кун тасдиқланган "COVID-19 билан касалланган беморларни даволаш бўйича вақтинчалик кўрсатмалар"нинг олтинчи наشري Палатага белгиланган тартибда экспертиза учун тақдим этилмаган", деган мазмундаги хабар тарқатилди.

– Ҳақиқатан ҳам Президентнинг 2018 йил августдаги "Ўзбекистон Республикасида соғлиқни сақлашнинг бошқарушнинг инновацион моделини жорий этиш чора-тадбирлари тўғрисида"ги қарорига соғлиқни сақлаш масалаларига оид ишлаб чиқилаётган норматив-ҳуқуқий ҳужжатларнинг лойиҳалари Миллий палатада экспертизадан ўтказилиши шартлиги белгиланган. Соғлиқни сақлаш вазирлиги ушбу тартибга оғишмай амал қилган ҳолда, барча норматив-ҳуқуқий ҳужжатлар лойиҳаларини Миллий палатага экспертиза учун белгиланган тартибда юбориб келган.

Юқорида қўрсатиб ўтилган "COVID-19"га чалинган беморларни даволаш бўйича вақтинчалик кўрсатмаларнинг олтинчи наشري эса, амалдаги қонун ҳужжатларига кўра, норматив-ҳуқуқий ҳужжат ҳисобланмайди ва шунинг учун ҳам экспертиза учун Миллий палатага жўнатилмаган. Миллий палата масъул ходимларнинг норматив-ҳуқуқий ҳужжат билан идоравий ҳужжатнинг фарқи бормаганлиги оқибатида эса интернет сайтлари ва

ижтимоий тармоқларда бугунги кунда кечаю-қундуз коронавир билан банд бўлган Соғлиқни сақлаш вазирлиги ҳақида ўринсиз ва асоссиз хабарлар тарқалди. Ўз ўрнида Миллий палата раҳбариятининг эътиборини иккита муҳим масалага қаратишни истардик.

Биринчидан, Президентимизнинг юқоридаги қарори 2-бандида Миллий палата замонавий клиник қўлланмалар ва протоколлар, диагностика ва даволаш сифатида оид стандартлар ишлаб чиқишни ташкил этиши кераклиги белгиланган. Бу Соғлиқни сақлаш вазирлиги барча даволаш протоколлари ва стандартларини албатта Миллий палата билан келишиши шарт деган маънони англатмайди. Аксинча, Миллий палата Ўзбекистон халқи учун лозим деб ҳисоблаган ҳар қандай замонавий ва инновацион протокол ва стандартлар ишлаб чиқилиши (тегишли мутахассисларни белгиланган тартибда жалб этган ҳолда) ташкил этиши ва уни Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги томонидан қонун ҳужжатларида белгиланган тартибда тасдиқлашига эришиши шарт.

Иккинчидан, Миллий палата илғор халқаро стандартлар ва жаҳондаги энг яхши амалиётни ҳисобга олган ҳолда соғлиқни сақлаш тизимини бошқарушнинг инновацион моделини жорий этиш мақсадида ташкил этилган. Палатани ташкил этишда у Соғлиқни сақлаш вазирлигига муҳолиф позицияда туриб иш олиб бориши кераклиги мақсад қилиб қўйилмаган.

Тан олмасликнинг умуман иложи бўлмаган битта аниқ ҳолат бор. Миллий палата олдида қўйилган вазифаларни Соғлиқни сақлаш вазирлиги билан ҳамкорликни йўлга қўймасдан уйдлаши умуман мумкин эмас. Лекин Инновацион соғлиқни сақлаш Миллий палатаси ташкил этилганидан буён ўтган икки йилдан ортиқ вақт мобайнида унинг фаолиятида бундай ҳамкорликка интилиш умуман сезилгани йўқ.

"COVID-19"га чалинган беморларни даволаш бўйича вақтинчалик кўрсатмаларнинг олтинчи версияси дунё тажрибаси ва маҳаллий мутахассисларнинг коронавирга қарши кураш борасида тўплаган ҳулоса ва амалий тажрибалари асосида шакллантирилган. Уни тайёрлашда юртимиз тиббиётида амалий тажрибага эга бўлган энг етуқ ва нуфузли олим ва шифокорлар, жумладан, пульмонолог, инфекционист, анестезиолог-реаниматолог, кардиолог, эндокринолог каби қатор мутахассислар қатнашишган.

Руслан МУҲАММАДИЕВ,
Соғлиқни сақлаш вазирлиги
Юридик бўлим бошлиғи.

МОБИЛ ГУРУҲЛАР

коронавирдан бошқа касалликка чалинган беморлар ҳам хизмат кўрсатади

Коронавирга қарши курашиш штаби аъзоси Наргиза Нуриллаева иштирокида брифинг бўлиб ўтди.

Брифингга фуқаролардан келиб тушган саволларга жавоб берилди. Хусусан, мурожаатлардан бирида "Covid-19"ни юқтиришда қайси гуруҳ ҳомиладор аёллар хавф гуруҳига кириши ҳақида сўралган.

– Биринчи навбатда қангли диабет, ўпканинг сурункали касаллиги, юрак қон-томир касалликлари, камқонликнинг оғир даражалари, суст иммунитет ва сурункали жигар, бўйрак касалликлари мавжуд бўлган ҳомиладор аёллар Covid-19 ни юқтириши хавфли ҳисобланади, – деди штаб аъзоси.

Бундан ташқари, профилактика учун қабул қилиш мумкин бўлган витаминлар ҳақидаги саволга ҳам жавоб берилди.

– Махсус витаминларни қабул қилиш зарурияти йўқ. Ҳозирги пайтда инсонлар соғлом овқатланарини керак ва албатта мева-сабзавотларни истеъмол қилиш керак. Шу билан бирга, иложи борича уй шароитида тайёрланган овқатларни истеъмол қилиш лозим", – деди Наргиза Нуриллаева.

Штаб аъзоси бугун умумий амалиёт шифокори ва мобил гуруҳлар кимларга хизмат кўрсатиши ҳақида саволга ҳам жавоб берди.

– Поликлиникаларда ташкил этилган мобил гуруҳлар Covid-19 ва пневмония аломатлари бўлган беморларни, шунингдек, касалхонада даволашиб қайтган беморларни кузатиш, тиббий ёрдамга максимал даражада киришни таъминлаш ва касалхонада даволашишдан кейин асоратларни олдини олиш учун тузилган.

Бундан ташқари, мобил гуруҳлар уй шароитида сурункали касалликларга чалинган беморларга, кўрсатмалар бўйича ҳомиладор аёллар ва болаларга патронаж хизматларини кўрсатадилар.

Абу Али ибн Сино таваллудининг 1040 йиллигига

МАНГУЛИКГА САФАР



Мовароуннахрнинг Бухорои Шариф шаҳри яқинидаги Афшона шаҳарчасида 980 йилнинг 16 августида бўлажак буюк мутафаккир Абу Али Хусайн ибн Абдуллох ибн Сино таваллуд топган. Хусайн беш ёшга тўлганида, суннат тўйи ўтказилди ва Абдуллох оиласини олиб Бухорога кўчиб келади. Хусайн мактабга қатнай бошлайди, Куръонни мустахкам ўрганади, мадрасада ўқишни давом эттиради ва қатор устозлари ёрдамидан фойдаланиб, кўп олимларнинг асарларини ўрганади, таникли шифокор бўлиб камолга етади.

Хусайн ибн Сино тахминан 1002 йилда, 22 ёшида онаси Ситорабону ва укаси Махмудни Бухорода қолдириб, мажбурий сафарга чиқади ва шаҳардан кетади. Қорақўл ва Фороб орқали Амуйл шаҳрига етиб келади. Жайхун дарёсининг чап қирғоғида қадимий савдо-қарвон йўлидан юриб, Виза, Шай-Зенгир-депе (Мардус), Сифая, Тахирия (Доя-Хотин), Дарган, Джигербент, Садвар, Ҳазорасп, Роҳушмитан, Рузунд,

Нузвар, Замахшар шаҳарлари орқали буюк Хоразм давлатининг пойтахти Гургандж шаҳрига етиб келади.

Гургандждаги "Маъмур академия"сида самарали фаолият юритади ва тахминан 1012 йили 31-32 ёшли олим султон Махмуд Фазнавий тақибидан қочиб яна сафарга чиқишга мажбур бўлади. Мехмон дўст Гургандждан Кумдоғ, Дехистон, Атрек қадимий савдо-қарвон йўли орқали Гургон (Журжон, Астробод) шаҳрига бориш-

ни мўлжаллайди, аммо Қорақум чўлида йўлдан адашиб, қийинчиликларни бошдан кечириб Нисо шаҳрига келиб қолади (Кум бўронида устози ва дўсти бўлган Абу Сахл Масихий Журжоний вафот этади). Хусайн ибн Сино Нисо шаҳрида озгина дам олиб, сўнгра Обивард, Тус, Нишопур, Шикқон, Жоржом, Сомонгон орқали узок йўл юриб, Гургон (Журжон, Астробод) шаҳрига етиб келади ва икки йил давомида яшайди. Шу икки йил ичида ярим йилча Дехистонда ҳам яшайди. Султон Махмуд Фазнавий тақибидан давом этавергач, 34 ёшли Хусайн ибн Сино шогирди Абу Убайд Абдулвоҳид ибн Муҳаммад Жузжоний билан Рей шаҳрига, Казвинга ва сўнгра Ҳамадонга кўчиб ўтади. Ҳамадонда подшоҳ саройида сарой бош шифокори ва вазир лавозимларида ишлайди, илмий ишларини ҳам давом эттиради, китобларини ёзишга, уйига ва бемористонга келган аҳолини даволашга ҳам вақт топади. 1023 йили Исфохонга кўчиб кетади ва подшоҳ саройида бош шифокор ва маслаҳатчи вазифасида умрининг охиригача ишлайди.

Хуллас, Хусайн ибн Сино илоҳийликдан Бухорои Шариф-



ни тарқатиб, мажбурий сафарга чиққандан сўнг овориш жаҳонга айланди ва осойишта ҳаёт излаб умрининг охиригача саргардон бўлди. Тақдир тақозоси билан туғилган Ватани Бухорога умуман қайтиб келолмади ва буюк энциклопедист олимнинг мангулик сафари 2037 йили 18 июнда вафот этиши билан Ҳамадон шаҳрида ниҳоятга етди. Хусайн ибн Синонинг меҳнаткашлигининг чегараси бўлмаган. Турли манбаларда келтирилишича олим ўзидан кейин 450 дан ортиқ асар ёзиб қолдирган, лекин ҳозиргача 276 таси етиб келган.

Тиббиётга оид асарларидан 30 дан ортиғи бизгача етиб келган бўлиб, ўлмас Тиб Қонунлари ("Китаб аль-Қанун фит-Тиб") тиб-

бий энциклопедия ва Тиббий уржуза ("Уржуза фи-ттиб") жуда машҳурдир.

Хусайн ибн Сино катта хурматга сазовор тарихий шахс. Хусайн ибн Сино ўзининг ўлмас, бой ва серкирра илмий мероси билан кейинги давр Шарқ ва Ғарб маданиятининг ривожига катта ижобий таъсир кўрсатди. Ўзининг кўп қиррали билими билан бутун бир маъданиятни ташкил қилган ва ҳозирда ҳам шарқ ва ғарбдаги билим намуналарига ижобий таъсир кўрсатишда давом этмоқда.

Исроил ИСМОИЛОВ,
Тошкент шаҳар 1-сон
болалар клиник
шифохонаси шифокори.

Мозийдан садо

...ИБН СИНОДЕК БОБОМ БОР, ТОПАР ДАРМОН ЎЗБЕГИМ!!!



ИБН СИНО
ПОЛИГРАФОЛОГ
БЎЛГАНМИ?



Бир куни Журжон ҳукумати ҳукмдорининг жияни Абдулвоҳид номаълум бир дардга чалинади. Табибларнинг айтишича, у овқатланмас, кечалари алаҳсираб чиқар, дардини ичига ютиб, бошини кўтармас, биров билан гаплашмас экан.

Ҳукмдорнинг топириғига кўра Ибн Сино саройга етиб келади. Беморни кўздан кечирган табиб: "Жиянингизнинг бадани заиф, териси оққа, аммо соғлом. Касаллик аломати йўқ. Лекин, муҳаббатнинг ипак толаси унинг қўл-оёғини боглаган бўлиши мумкин", дея тахмин қилади. Беморнинг пойинтар-сойинтар ёлгон галларига ишонмасдан, ошиқнинг дилидаги ҳақиқатни ўқиб олмақчи бўлади. Саройдаги мулозимга Журжоннинг барча маҳалласи номини биладиган одам топишни буюради. Келган одамини бемор ёнига чақириб, маҳаллалар номини айтишни илтимос қилади. Ошиқнинг томири "Сўзангарон" сўзи айтилиши билан қаттиқ ура бошлайди. "Сўзангарон" гузари оқсоқоли Шамсуддин домлани

чақириб, ундан маҳалладаги барча хонадон бошлиқлари исмини бирма-бир айтишни сўрайди. Ниҳоят, беморнинг оҳиста ураётган томири "Алоуддин" деган исмини эшитиб, тез-тез ура бошлайди.

Шундан сўнг, гузар оқсоқолидан Алоуддин исмини кимсанинг барча оила-аъзолари номини шошилмасдан айтиб туришни сўрайди. Буни қарангки, "Роҳила" исмини эшитган беморнинг томири ҳаддан зиёд тез ура бошлайди, бемор қизаради-ю, ҳушидан кетиб қолади. Юзига сув сегиб, ҳушига келган ошиқ уялиб, паства қараб туради. Ибн Сино унинг қалбидаги фикрларни тўлиқ ўқиб олган, сир фош бўлган эди.

– Наузан билло...Бу қароматку, – дейди ҳайратланиб Журжон ҳукмдори.



– Наҳотки, одамзоднинг томир уриши, нафас олиши, кўз қорачиғига қараб, унинг юрак силрларини билиб олиш мумкин?..

Ҳа, минг йиллар олдин яшаган Ибн Сино ўша замон одам-

ларини ҳайратга солган. У яшаган даврда инсонларнинг томир уриши, нафас олиши, терининг ҳаракатига қараб, уларнинг фикрларини таҳлил қиладиган полиграфолог касби бўлмаган. Полиграфология аппарати "Детектор LG" усқунасининг сароби ҳам кўринмаган.

Аслида, бу касбга илк бора 1877 йилга келиб италян физиги Анжело Моссо томонидан асос солинган, 1933 йилга келиб эса инглиз физиги Леонард Килер томонидан такомиллашган замонавий полиграфологияга тамал тоши қўйилганлиги ҳақида

ёзилади. Биласизми, менга Моссо бир жаҳон, менга Килер бир жаҳон, дейишга асосимиз бор. Аслида минг йил олдин бу соҳа, касбга асос солган инсон Ибн Синодир. У нафас олиш параметрлари, юрак-қон томир фаолиги, терининг электр қаршилигини синхрон рўйхатга олиш, зарурат бўлса, бошқа физиологик параметрларни рўйхатга олиш орқали шахсдаги инструментал ва психофизиологик жараёнларни қон босими, нафас олиш, тери ҳароратини ўлчаш сенсори, ноутбук ва бу жараёнларни ҳисоблаш машинасидан иборат "Детектор LG" (Ёлгончи фош этиш аппарати) аппарати орқали узок таҳлил қилиб, вақтни чўзиб ўтирмади. Шунчаки, бармоғи билан ёлгончи ошиқнинг томир уриши, нафас олиш ва рангининг ўзгаришига қараб, XXI асрда ўртача ўн минг АҚШ доллари миқдорига маош олаётган полиграфологлар ибораси билан айтганда, ёлгонлар ичидан ҳақиқатни излаб топди.

Ҳа айтганча, ўшанда унинг олдида ҳеч қанақа сенсор аппарати ва электр тўлқинларини таҳлил қиладиган ноутбук йўқ эди.

Хулоса ўрнида, такрорлашимиз мумкин менга Моссо бир жаҳон, менга Килер бир жаҳон, лек Ибн Синодек бобом бор, топар дармон ўзбегим.

Иқбол УМУРОВА,

Навоий вилоят "Тафаккур" ёшлар тарғибот маркази
"IBN SINO VORISLARI" тарғибот гуруҳи аъзоси.

Шифокорнинг бир куни...

**БЕМОРЛАРНИНГ НАФАС ОЛИШДАГИ АЗОБИНИ КУЗАТИБ
ҚАЛБИМИЗ ИЗТИРОБГА ТЎЛАДИ...**

Болалик – гўр давримиз. Бир куни мактабимизга болаларни эмлаш учун шифокорлар келди. Оқ халатлиларни кўриб барчамиз дераздан пастга ўзимизни ташлаб, кўчага қочдик. Кутилмаганда шифокор бизни шундай сеҳрлаб, синф хонага киргизишни эпладики, унинг бизни мактаб айтган гапларидан барчамиз эмланишга рози бўлиб, елкамизни тутиб берганимизни сезмай қолдик...

кунда академик В.Воҳидов номидаги Республика ихтисослаштирилган хирургия илмий-амалий тиббиёт марказида магистр, кичик ўғлим стоматология соҳасида фаолият олиб борапти.

Шу пайтгача қанча беморни даволаганимни рақамлар билан айта олмайман. Лекин афсуски, бугунгидек, беморларга вақт ажратишдек қийин вазиятга тушмаганман. Касаллик авж олмакда. Биз суткалаб тик оёқда туришга мажбуримиз. Беморларнинг нафас олишдаги азобини кузатиб туриб, баъзида чорасиз қолиб кетаётганимни кўриб, тиббиётдаги ўттиз беш йиллик тажрибам ҳам кучсизлик қилаётганидан қалбим изтиробга тўлади.

Фикримча, касаллик оқибатида ўлим ҳолатининг кўпайиб кетиши белгиланган қоидаларига биров беварқ бўлишимиздир. Ҳамюртларимизнинг шифокорга кеч мурожаат қилиши, шифокор маслаҳатсиз ўзини ўзи даволаш ҳолатлари ва вируснинг янги штампи пайдо бўлиши бўлса керак. Юқорида таъкидлаб ўтганимиздек, касаллик бошлангандан буён жамоамиз билан шифохонада беморларга ёрдам бериб келяпмиз.

Аввал бошда ҳозиргидек оғир ҳолатлар кам эди. Даволашда ҳам бунчалик қийналмаган эдик. Бугунгидай сунъий нафас олдириш аппаратларига ҳамма беморлар уланмаган эди. Ҳатто кўпчилиги юқоридаги аппаратларга ҳам эҳтиёжи бўлмасдан соғайиб кетганди.

Бугун ҳамма уруш ичида! Улар нафақат тиббиёт ходимлари, балки ички ишлар ходимлари, мудофаачилар, таъминотчилар... Курраи заминга келган бу балага ҳеч бир соҳа ходими четдан томоша қилиб тургани йўқ.

Афсус, ижтимоий тармоқлар-



да шифокорларни айблаб отилаётган тошларга кўзим тушяпти. Илтимос, бизни айбланманг! Тиббиёт ходимларини азалдан шамга ўхшатишда, ўзи ёнадию бошқага ёруғлик улашади. Барча касбдошларим бу пандемияни бартараф этиш учун бир занжир бўлиб туну кун меҳнат қилаяпти.

Бугунги пандемия шароити ҳаётимизга хавф туғдиради, лекин касбига содиқ ва уни севадиган шифокор унинг илмига, билимига, ёрдамига муҳтож бемордан ёрдамини аямайди.

Биз бир гуруҳ шифокорлар (мен 8 шифокорга гуруҳ раҳбари бўлиб) шу йил май ойида қўшни Тожикистон Республикасига 14 кун давомида амалий ёрдам кўрсатиб келдик. Қўшни тожик халқининг ҳукуматимиз томонидан кўрсатиладиган беғараз ёрдам учун миннатдор-

Фурсатдан фойдаланиб халқимизга саломатлик тилайман! Унутманг, сизнинг соғлигингиз учун бугун барчамиз масъулмиз. Тиббиёт ходимлари, бошқа масъул соҳа вакиллари бирдек, пандемияда фақат сиз учун, сизнинг соғлигингиз учун курашяпмиз. Сиз эса ўзингизни биз учун асранг!

Мухайё ТОШҚОРАЕВА, ЎЗА.

да юртимизда биринчи бўлиб Вирусология илмий текшириш институти шуғулланишни бошлади ва улардан кейин Тошкент тиббиёт академияси кўп тармоқли клиникасида биринчи бўлиб бизнинг реанимация бўлими, анестезиология ва реаниматология кафедраси ходимлари шуғуллана бошлади.

Биз учун COVID-19 вируси нотаниш эди. Бошида бироз қийналдик. Бизнинг энг катта ютуғимиз, карантин ҳудудлари ташкил этилиб, беморларнинг кам кам келиши бу касалликни ўрганиб олишимизга имконият берди.

Минг афсуски, бугунги кунда касалликнинг янаям авж олиб кетиши, унинг оғир кечиши ва кўплаб ўлим ҳолатларининг кузатилиши негизда халқимизнинг карантин талабларига биров беварқ бўлиб қолиши, рияз қилмаслиги сабаб бўлди. Худди шундай ҳолат карантинни тан олмаган давлатларда яққол намоён бўлган эди.

Касбим – фахрим! Майли ҳозир жуда катта қийинчиликлардан ўтяпмиз. Аммо афсусланмадим. Агар мен бирор марта бўлсин ўз касбимни танлаганимдан афсус қилганимда бугун тўртта фарзандимни ҳам шу соҳадан кетишига тўсқинлик қилган бўлардим. Пандемияга қарши оилавий курашяпмиз.

Катта қизим хирург, кичик қизим офтальмолог шифокор. Ўғлим Россияда тиббиёт университети тугатиб ҳозирги



Афсуски, коронавирус билан қарши курашишда айрим тиббиёт ходимлари вафот этмокда. Шулардан бири, Республика шифолиқ тиббий ёрдам илмий маркази Қорақалпоғистон филиали неврология бўлимининг катта ҳамшираси Зулфия Джуманиязова коронавирус инфекциясига чалинган беморларнинг саломатлигини тиклаш йўлида ўз жонини фидо қилди.

З. Джуманиязова 1964 йилда Қорақалпоғистон Республикаси Нукус шаҳрида туғилди. 1984 йилда Москва шаҳридаги тиббиёт билим юртини тугатиб, ўз меҳнат фаолиятини У.Халмуратов номидаги Республика кўп тармоқли тиббиёт маркази жонлантириш бўлимида ҳамшира бўлиб ишлашдан бошлади. 1996-2001 йилларда академик В.Воҳидов номидаги республика ихтисос-

Хотира абадий

МАШАҚҚАТЛИ МЕҲНАТИ ЙЎЛИДА ЖОНИНИ ФИДО ҚИЛДИ

Бугун жaxonни ларзага солаётган коронавирус инфекциясига қарши курашишда биринчи навбатда шифокорлар, барча тиббиёт ходимлари фидойилик кўрсатмоқда. Давлатимиз раҳбари таъкидлаганидек, дунё бўйлаб, хусусан, мамлакатимизда шифокорларнинг ўз касбига садоқати, халқимиз, оналаримиз, фарзандларимиз соғлиги йўлида туну кун қилаётган меҳнати барчамиз учун жасорат намунаси бўлмоқда.

тадбирларда фаол иштирок этиб, беморлар, уларнинг ота-оналари орасида тарғибот ва профилактика ишларини олиб борди. Болалар тарбияси, улар орасида учрайдиган касалликларнинг олдини олишда ота-оналарининг масъулияти хусусидаги давра суҳбатларида ўз таърибаси билан ўртоқлашиб келди.

Доимо ўз устида ишлаб, назарий билимларини ошириб борди. Ўзининг жонқуярлиги, меҳрибон ва ширинсўзлиги, меҳнатсеварлиги билан беморлар, ҳамкасблари ва аҳолининг ҳурмати қозонди. Мамлакатимизда коронавирус инфекциясига чалинган беморларни даволашда шифокорларнинг яқин ёрдамчиси бўлди. Қандай хизмат буюрилмасин, ҳеч қачон қаршилик билдирмади. Ўз касбининг фидойиси, ёшларнинг сеvimли устози бу ёруғ дунёни тарқ этди.

Изида уч нафар фарзанди, кўплаб шогирдлари қолди. У 35 йиллик меҳнат фаолияти давомида ёш ҳамшираларга касбга садоқат намунасини кўрсатди. Яқинда давлатимиз раҳбарининг "Коронавирус пандемиясига қарши курашишда фидойилик кўрсатган юртдошларимиздан бир гуруҳини мукофотлаш тўғрисида"ги фармони эълон қилинди. Унда ушбу офат туфайли юзга келган мураккаб ва синовли кунларда ҳаёти ва соғлигини хавф остига қўйиб, мавжуд хатарларга қарши курашиш, инфекция кенг тарқалишининг олдини олиш ишларига қўшган муносиб ҳиссаси, зиммасига юклаган вазифаларни бажариш йўлидаги улкан жасорати ва фидойилиги учун бир гуруҳ юртдошларимиз мамлакатимизнинг фахрий унвон, орден ва медаллари билан мукофотланди. Улар орасида республика шифолиқ

тиббий ёрдам илмий марказининг Қорақалпоғистон филиали неврология бўлими катта ҳамшираси **Зулфия Джуманиязова** вафотидан сўнг "Жасорат" медали билан таъдирланди.

– Бу Зулфия опанинг меҳнатига берилган ҳақиқий баҳр эди, – дейди шогирдларидан бири **Муслима Тилеўбергенова**. – Ўз касбини чин кўнгил билан севадиган, фидойи, гамхўр устозимиз билан 18 йил давомида бирга ишладик. "Яхши сўз-жон озиғи", шунинг учун ҳам беморлардан яхши сўзингизни, меҳрингизни аяма, – деб насиҳат беради биз ёшларга.

Қайси бўлимда ишлагансин, шогирдларидан бор билим ва таърибасини аямади. Унинг сеvimли хечраси, инсонийлик сифатлари, тиббиёт соҳасидаги намунали хизмати ҳамкасбларининг қалбига узок сақланади.

Ўз ҳаёти ва соғлигини гаровга қўйиб, пандемия билан курашяётган шифокорлар, ҳамширалар, санитар ходимларнинг куну-тун фидокорона меҳнатлари ҳеч қачон унутилмайди. Уларнинг мардлик ва жасорати халқимиз, айниқса, ёшларимиз учун ибрат мактаби бўлиб қолади.

Довуд АБИБУЛЛАЕВ.

Признание

ПРОЯВЛЕНИЕ УВАЖЕНИЯ И ГЛУБОКОЙ ПРИЗНАТЕЛЬНОСТИ

Профессия врача всегда считалась одной из самых почетных и востребованных. Чтобы излечиться от страшных недугов и вернуть свое бесцен-

ное здоровье люди всегда готовы заплатить любую цену, отдать самое последнее. Так было, так есть и так будет. Иного не дано.

И неспроста мы называем спасающих наши жизни медиков "волшебниками в белых халатах", выражаем им глубокое уважение и безграничную благодарность. В лишний раз мы убеждаемся в необходимости, а порою и незаменимости труда врачей и медицинских работников в период пандемии коронавируса.

Выражая им глубокую признательность, хоким Янгиюльского района У. Ялгашев изыскал возможность и средства для предоставления работникам районного медицинского объединения сотен продуктовых наборов и свыше тысячи

комплектов одноразовых защитных комбинезонов и масок.

В ходе прошедших в строгом соответствии с правилами режи-



ма карантина встреч и бесед ответственные работники районного хокимията, руководители государственных органов управления, активисты выразили сердечную благодарность медикам, которые

вадали от своих родных и близких ведут беспощадную борьбу с COVID-19.

Хамидулла
УБАЙДУЛЛАЕВ.

Реформы здравоохранения

В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ – ЗДОРОВЬЕ СЕЛЬЧАН

Завершился капитальный ремонт здания Чиназской центральной районной больницы. На эти цели из средств государственного бюджета было направлено около 22 миллиардов сумов.



В оснащённом современном медицинском оборудовании, мебелью и приборами многоэтажном здании, осуществляют деятельность отделения хирургии, травматологии и терапии. Также работают операционный кабинет, отдельные палаты для стационарного лечения пациентов.



Необходимо отметить, что открытие ЦРБ стало настоящим событием для всего района.

Хамидулла УБАЙДУЛЛАЕВ.

Диккат!

Хурматли муштарийлар!

«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана» газетасининг телеграм ижтимоий тармоғидаги расмий канали доимий фаолиятда.

Эндиликда севимли нашрингизнинг ҳар бир сонини PDF формат шаклида @uzssgzt манзили орқали кузатиб боришингиз мумкин.

ЭКСПЕРТ НАЗВАЛА НЕОБРАТИМЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ У ВЫЗДОРОВЕВШИХ ОТ COVID-19

Нейробиолог из Мичиганского университета Натали Тронсон заявила, что воздействие SARS-COV-2 на мозг в некоторых случаях является одним из наиболее серьезных последствий болезни.

Так, длительные последствия для мозга, вызванные заболеванием, включают миалгический энцефаломиелит (или синдром хронической усталости) и синдром Гийена-Барре. Последний представляет собой быстро прогрессирующее аутоиммунное поражение периферической нервной системы.

Такие последствия вызваны как прямым вирусным инфицированием тканей мозга, так и влиянием вируса через заражение эпителиальных клеток, иммунную систему, что способствует стойким неврологическим изменениям после COVID-19.

- Длительные изменения в мозге в результате болезни, по-

мимо прочего, могут быть связаны с повышенным риском возрастного снижения когнитивных функций и болезни Альцгеймера. Деструктивное и разрушительное действие нейроиммунных клеток и воспалительных сигналов может привести к необратимому ухудшению памяти.

Это может произойти из-за серьезного повреждения нейронных связей или самих нейронов, а также из-за более тонких изменений в функционировании нейронов, - отметила нейробиолог.

- Пройдет много лет, прежде чем мы узнаем это. Но этот риск можно снизить или значительно уменьшить с помощью профилактики и лечения COVID-19, предполагающего использование препаратов, подавляющих чрезмерную активацию иммун-



ной системы и воспалительное состояние, - считает Тронсон. Специалист пояснила, что многие симптомы, которые приписываются инфекции, на самом деле связаны с защитными реакциями иммунной системы. Например, насморк - это не прямое действие вируса, а результат реакции на него иммунной системы. Недомогание, усталость, лихорадка также вызваны активацией специализированных иммунных клеток в головном мозге.

www.rg.ru.

УЧЕНЫЕ ПРЕДУПРЕДИЛИ, ЧТО НЕ УДАТСЯ ПОБЕДИТЬ КОРОНАВИРУС

Американские исследователи заявили, что победить коронавирус не удастся. Вирус будет долго жить вместе с человеком, считают эксперты.

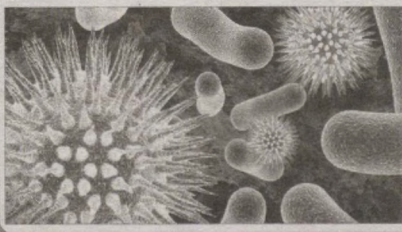
Такое заявление сделали ученые из университета Миннесоты (США). Они уверены, что коронавирус SARS-CoV-2 не получится победить полностью. Вакцина только ограничит распространение возбудителя COVID-19. Однако затем вирус адаптируется к человеческому организму и будет permanently циркулировать, подобно вирусам простуды. Директор Центра исследований инфекционных заболеваний Майкл Остерхолм подчеркнул, что коронавирус будет жить вместе с челове-



ством, как это делает ВИЧ. Специалист выразил сомнение, что с помощью вакцины люди смогут победить болезнь.

Долгосрочный иммунитет приобрести не удастся, так как защита, которую обеспечивают антитела, будет постепенно ослабевать, отметил ученый. Вакцина будет действовать в течение нескольких месяцев, максимум - нескольких лет, а потом придется искать новую защиту.

Герман ШТАКЕНШНЕЙДЕР.



Табиат шифохонаси

ЗАЙТУН МЕВАСИ ВА ЁФИНИНГ ФЙДАЛАРИ

Зайтун ёғи инсон организми учун ниҳоятда фойдали бўлиб, қонда холестериннинг зарарлисини (LDL) камайтириш, фойдали холестеринни (HDL) кўпайтириш хусусиятига эга. Зайтун меваси таркибиде юздан ортиқ моддаларга, асосан, мой, оксил, гликозидлар, дармондорилар бор.

Ер юзиде етиштирилдиған зайтун мевасининг 90 фоизидан ёғ олинади, бунда уни консервантлар кўшмасдан туриб узоқ муддат сақлаш мумкинлиги таҳсинга сазовор. Хозирги замон илмий тадқиқотлари ва изланишлари зайтун меваси ва ёғи тўғрисида қандай тавсиялар бермоқда?

Нью-Йорк университетидан доктор Ахренс бундай дейди: "Урта ер денгизи мамлакатлари аҳолисининг дунёнинг бошқа мамлакатлари аҳолисидан юрак, қон-томир касалликлари билан сезиларли кам оғришининг энг асосий омиллари уларнинг зайтун ёғи истеъмол қилишларидир".

Мунтазам зайтун ёғи истеъмол қилувчи кишилар юрак, қон-томир касалликлариға дуҷор бўлмаликларига асосий сабабчи экани илмий тарафдан исботланган. Бундай кишиларда қон босими, қондаги қанд ва холестерин даражаси паст бўлиши юз минг киши билан ўтказилган илмий тадқиқотларда ўз исботини топган.

Меваси ёғға бой, турли навларига қараб, улардан 50 фоиздан 80 фоизгача ёғ олиш мумкин. Меваси оксил, пектин, қанд моддалари ва витаминларға бой: унда В, С, Е, Р – актив катехинлар, калий, фосфор, темир тузлари ва бо-

шқа моддалар мавжуд. Бундан ташқари, углеводлар, фенолкарбон кислоталар, пектин моддалари, тритерпен сапонинлари борлиги аниқланган.

Зайтун ёғи бу дарахт мевасининг асосий маҳсулоти бўлиб, асосан шу мақсадда экиб етиштирилади. Лекин мевалари ҳам консерва саноатида кенг истеъмол қилиниб, яшил мевалари консерваланади, қора меваларида тузлама тайёрланади. Зайтун ёғи шпрот ва сардин тансиқ балиқ консервалари тайёрлашда ишлатилади.

Консерваланган, тузланган зайтун мевалари ўзига хос ёқимли мазаға эға бўлиб, дастурхонда озиқ-овқатлар билан бир қаторда туради, энг асосийси ҳар хил иллатларға қарши шифобахшлиги билан ажралиб туради.

Унинг инсон саломатлиги учун фойдали эканини куйидагилар билан изоҳлаш мумкин: зайтун ёғи ошқозонда энгил ҳазм бўлувчи ёғдир. Унинг хушбўй хиди иштахани очади, шу сабабдан турли салатларға қўшилади. Шунинг учун ҳам у болаларнинг соғлом ўсишиға ёрдам беради ва ёши улғуларнинг эрта қариши олдини олади.

Зайтун ёғи қоннинг қуюқлашиши ва томирларнинг қотиб қолишининг ҳам олдини олувчи мислсиз воситалардан биридир.

Жигар фаолиятини яхшилади, сафро йўллари фаоллаштиради, ошқозон меъеридан юқори кислоталигининг олдини олиб, яра пайдо бўлмаслигини таъминлайди.

Милк, тери ва аллергия касалликларни даволашда ҳам фойдалидир. Зайтун ёғи D витаминига бой, шу сабабли рахит ва болдир суякларининг қийшиқ ўсишини даволашда фойда беради. Куёш нуридан маҳрум, қоронги хоналарда яшовчиларға фойдалидир.

Мутахассислар таъкидлашича, зайтунда инсон организми учун зарур бўлган барча витаминлар ва микроэлементлар мавжуд, 80 фоизгача ёғға эға бўлган хом мағизда ўзининг хусусиятлари билан нодир бўлган туйинтирилмаган ёғли кислоталар таркибига кирувчи: 75 фоиз олеин кислотаси, 13 фоиз линол кислотаси ва 0,55 фоиз линолен кислотаси мавжуд. Чорва молларининг ёғидан фарқли ўлароқ зайтун ёғи инсон организми учун ниҳоятда фойдали бўлиб, атеросклероз, юрак ва қон-томир касалликлари ривожланишининг олдини олади, унда холестерин моддаси йўқ ва бу модданинг организмдан чиқарилишиға кўмак беради, ҳазм қилиш аъзоларига самарали таъсир қилади. Испаниялик соға мутахассислари зайтун ёғи ҳар қандай ёшдаги инсонға фойдали бўлиб, ҳатто болалар овқат рациониға асос бўлиши ўринли ва ниҳоятда фойдали деб ҳисоблашади. Гап шундаки, бу ёғ таркибига кирувчи кислота модда-



лар F витаминининг асосий бўлағи бўлиб, инсон организми ҳужайралари қобигиға зарур бўлган қурилиш материали сифатида хизмат қилади, организмнинг ўзи уни қисман синтезлайди. Ҳайвон ёғидан фарқли равишда зайтун ёғи кислоталари организм учун анча фойдали бўлиб, танада гликемия (семиришнинг хавфи тури) даражасини пасайтиради, юрак-томир касалликлари олдини олиб, овқат ҳазм қилиш аъзоларига ижобий таъсир этади, организмнинг ёшаршиға ёрдам беради.

Зайтун мевасини ҳар қуни истеъмол қилиш юрак-томир тизимидаги стенокардия, инфаркт, саратон (рак), айникаса, аёллардаги кўкрак саратони, қандли диабет, семириш касалликлари ҳавфини камайтиради. Шунингдек, зайтун ёғи таркибидеги моддалар қондаги зарарли хо-

лестерин ва триглицерид микдорининг ошиб кетишиға йўл қўймайди.

Зайтун меваси таркибидеги А, Д, Е ва К витаминлари инсон суягини мустаҳкамлайди, ичак фаолиятини яхшилади. Зайтун ёғи юқори артериал қон босимини нормаллаштиради. Зайтун ёғи инсон танасига тўлиқ сингади. Қадимги греклар ўзларини ҳар томонлама бақувват қилиш учун ҳар қуни эрта-лат бир қошиқ зайтун ёғи ичиб, орқасидан бир қошиқ асал истеъмол қилганлар. Бу усул эркаклик қувватининг ошишиға ҳам самарали таъсир этади.

Зайтун ёғини терига суртилса, уни чиройли қилади, истеъмол қилинса, сочлар ва тирноқлар ўсишиға ижобий таъсир кўрсатиб, тиш ва милкларни соғ ва мустаҳкам қилади.

Манба: namangantoday.uz

Билиб қўйган яхши

ИММУНИТЕТГА, ХОТИРАГА ФЙДАЛИ - РЕДИСКА!

Углевод, оксил, витамин ва минерал тузларға бой бўлган редиска тез-тез шамоллайдиғанлар учун энг яхши маҳсулот эканини биласизми? Ибн Сино кўламда редискадан тайёрланган ёғуликларни кўп истеъмол қилиш организмни қувватлантириб, иммунитетни мустаҳкамлайди дегани ҳам бежиз эмас. Бир сўз билан айтганда редисканинг ўзи ҳам шарбати ҳам каттаю кичикка бирдек фойдали.

АСТМА ҚЙНАСА...

Ярим стакан янги чиқарилган редиска шарбатига 1 чой қошиқ асални аралаштириб, бир кунда 3 маҳал ичилади. Муолажа касаллик хуружлари бартараф этилуғиға қадар давом этилади.

БОШИНГИЗ ОҒРИГАНИДА...

Битта редискани ўртасидан бўлинг. Сўнгра ҳосил бўлган иккита ярим палласини бошинг икки чаккасиға аста суртинг. Бармоқ ёрдамида энгил уқалаб, 5-10 дақиқа кўзларингизни юйиб, ором олинг. Оғриқ чекинади.

ДИАРЕЯ ҚЙНАЯПТИМИ?

6 та редискани илдизи билан яхшилаб чайқаб, бир неча бўлакларға бўлинг. Устидан 200 мл.сутини куйинг. Ярим чой қошиқ макка-жўхори крахмалини аралаштириб,

ҳосил бўлган аралашмани оз-оздан қабул қиласиз.

КАМҚОНЛИҚДА

50 граммдан редиска, сабзи ва қизил лавлаги шарбатларини аралаштиринг. Шарбат куйқаси ажралиб, суюқлиги тиниши учун ярим соатға қолдилинг. Сўнг ҳосил бўлган аралашмани эрталаб, оч қоринға ичасиз. Муолажани бир ҳафта давом эттириш мумкин.

ЙЎТАЛ ЗУРАЙГАНИДА...

50 грамм редиска шарбатига шунча микдорда қайнатиб бироз совутилган сувни аралаштириб, томоқни чайқашда фойдаланинг. Муолажани бир кунда 3 маҳал бажарасиз. Томоқ гарғара қилинган, ярим соат ҳеч нима истеъмол қилмай туринг.

ЎЗИНГИЗНИ ҚУВВАТСИЗ СЕЗСАНГИЗ...

50 мл.редиска шарбатига 100

мл.сабзи шарбатини аралаштириб, эрталаб оч қоринға ичилади. Муолажани бир ой давом эттирсангиз, иммунитетингиз мустаҳкамланиб, тетиклашасиз.

ХОТИРАНГИЗ ПАНД БЕРСА...

Ҳар қуни асосий таом билан бирға редиска қўшилган салат ёйишға одатланинг. Таркибидеги фойдали витаминлар ақлий фаолликни ошириб, хотирани мустаҳкамлайди. Салат тайёрлашда ўсимлик ёғи зайтун ёғларидан фойдаланинг. Чунки ушбу сабзавот майнез билан фойдали хусусиятини йўқотиши мумкин.

РАДИКУЛИТ ХУРУЖЛАРИДА...

3-4 та редискани қирғичдан ўтказиб, шарбати билан бирға фойдали қават докаға солинг. Сўнгра оғриқ бераётган соҳаға компресс қилинг. Компрессни олғач, тери устини аста уқалайсиз.

КОСМЕТОЛОГИЯДА...

Кўклам куёши юз терисиде пигмент доғларни кўпайишиға сабаб бўлганида бу муаммони ҳам редиска ёрдамида ҳал этса бўлади. Бунинг учун 2 ош қошиқ сметанаға битта қирғичдан чиқарилган



редиска, ярим боғ тўрланган кашини аралаштиринг. Ҳосил бўлган аралашмани юзингизға суртинг-да, 15 дақиқаға қолдилинг. Сўнгра илиқ сувда чайиб оласиз. Муолажа бир ҳафтада уч марта бажарилса, бир ойдан сўнг натижаси сезилади.

Агар юз терингиз қуруқлашиб кетаётгандек туюлса, эрталаб ва кечқурун битта редискани қирғичдан чиқаринг ва шарбати билан юзингизни артинг. 15 дақиқадан кейин илиқ сувда чайиб олинг. Редиска шарбати юз терисини озиқлантириб, қуруқлашишдан ҳимоя қилади.

Газета муассиси:
Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги

Бош муҳаррир
Баҳодир ЮСУПАЛИЕВ
Бош муҳаррир ўринбосари
Ибодат СОАТОВА

Газета ўзбек ва рус тилларида чоп этилади. Ҳафтанинг жума кунлари чиқади. Мақолалар кўчириб босилганда «O'zbekistonda sog'liqni saqlash - Здравоохранение Узбекистана» газетасидан олинди, деб кўрсатилиши шарт. Тахририятта келган кўлёмалар тақриз қилинмайди ва муаллифға қайтарилмайди.

Манзилимиз: 100060, Тошкент шаҳри, Истикбол кўчаси, 30-уй, 2-қават.
Тел/факс: (0371) 233-13-22, тел.: (0371) 233-57-73. Газета Ўзбекистон Республикаси Матбуот ва ахборот агентлиғида 2009 йилнинг 11 март қуни рўйхатта олинган. Гувоҳнома рақами 0015.

Газета материаллари тахририят компьютер марказида терилди ва саҳифаланди.

Адади 1128 нуска.
Буюртма Г-850.

Газета «ШАРҚ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилди. Корхона манзили: Буюк Турон кўчаси, 41-уй.
Газета ҳажми 2 босма табоқ, Формати А3. Офсет усулида босилган.

Саҳифаловчи Бахтиёр ҚУШОҚОВ.

Босмахонаға топшириш вақти - 20.00.