Қадр-қимматим, таянчим ва ифтихоримсан, мустақил Ўзбекистон!

Tibbiyotning oliy maqsadi – inson salomatligiga erishishdir

O`zbekistonda sog`liqni saqlash
Здравоохранение Узбекистана

Газета 1995 йил октябрь ойидан чиқа бошлаган • www.uzssgzt.uz, info@uzssgzt.uz • 2013 йил 28 июнь • № 25 (942)

Давлат комиссияси йиғилиши

ГЛОБАЛ МАВЗУ ДОИРАСИДА

2013 йилнинг 27 июнь куни Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасида Наркотик моддаларни назорат қилиш Давлат комиссиясининг йиғилиши бўлиб ўтди. Мазкур йиғилишни Республика Бош вазири ўринбосари Адҳам Икрамов бошқарди.

Йиғилиш кун тартибидаги асосий масалалар қаторида Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигининг наркология хизмати тўғрисидаги ҳисоботи тингланди. Тақдим этилган ахборот юзасидан Давлат комиссиясининг тегишли қарори қабул қилиниб, Соғлиқни сақлаш вазирлиги зиммасига ҳам бир қатор вазифалар юкланди. Жумладан, Тошкент, Жиззах ва Сирдарё вилоятларини нарколог врач-кадрлар билан таъминлаш, уларни замонавий талабларга кўра тайёрлаш бўйича аниқ чораларни ишлаб чиқиш, вазирликнинг 2012 йил 12 июлдаги 170-сонли буйруғи асосида умумий амалиёт врачлари ва педиатрлар ҳисобидан наркология бўйича бирламчи мутахассисликка ўқитилиши орқали наркология диспансерлари ва туман наркология кабинетларидаги нарколог-врачларнинг вакант лавозимларини тўлдириш чораларини кўриш, беморларнинг тиббий-ижтимоий реабилитацияси ва уларнинг яқинлари учун ёрдам дастурлари татбиқ этилишини инобатга олган ҳолда наркология муассасаларининг янги штат жадвалларини ишлаб чиқиш, Тошкент врачлар малакасини ошириш институтидан реабилитация бригадалар учун мутахассислар (психотерапевт ва психолог) тайёрлаш бўйича режа-жадвал ишлаб чиқиш, шунингдек, наркология диспансерларини амбулатория бўлимлари ва туман наркология кабинетларида патронаж ҳамширалар лавозимларини ижтимоий ёрдам ҳамшираси (ижтимоий ходим) лавозимларига алмаштириш ва ишлаб чиқилган жадвал асосида улар тайёрланишини таъминлаш вазифалари белгилаб берилди.

Семинар

РАҲБАР КАДРЛАР ЗАХИРАСИНИ ТАЙЁРЛАШ

жамият бошқарувининг даврий талабига айланмоқда

Мамлакатимизда иқтисодий ислоҳотларни чуқурлаштириш йўналишларида маҳаллий бошқарув органлари раҳбарлик лавозимларини ёш, юқори малакали, касбий маҳорат жиҳатидан ҳар томонлама пухта тайёрланган тажрибали мутахассислар билан тўлдириш вазифаси асосий устуворлик касб этади. Шу мақсадда соҳага раҳбар кадрлар захирасини шакллантириш, уларнинг жамият бошқарувидаги фаоллигини ошириш бугунги куннинг долзарб вазифасига айланиб бормоқда.

Истиқлолимизнинг дастлабки йилларида аҳоли саломатлигини муҳофаза қилиш, баркамол авлодни шакллантириш, жаҳон стандартларига мос тиббиёт муассасаларини бунёд этиш ва уларни давр талабидаги тиббий асбоб-

(Давоми 2-бетда).

«Ҳамшира – 2013»

БИЛИМ, МАҲОРАТ ВА ЎЗАРО БЕЛЛАШУВ

Жорий йилнинг 26-29 июнь кунлари мамлакатимиз пойтахти Тошкент шаҳрида «Ҳамшира – 2013» кўрик-танлови бўлиб ўтади.

Дарҳақиқат, нуфузи йилдан-йилга ошиб бораётган «Ҳамшира» кўрик-танлови қарийб ўн саккиз йилдирки анъанага айланган ҳолда республикамиз тиббиёт муассасаларида фаолият юритаётган ҳамширалар ўз билим, тажриба, касбий маҳорат ва ноёб истеъдодларини намойиш этиб келмоқдалар.

Жорий йилдаги «Ҳамшира – 2013» кўрик-танлови Тошкент шаҳрида ўзгача шукуҳ ва кўтаринки кайфиятда бошлаб юборилди.

26 июнь куни иштирокчи ҳамширалар Республика шошилинч тиббий ёрдам илмий марказида амалий билимларини, яъни ҳамширалик ишининг энг мураккаб жараёнларида синовдан ўтдилар. Шуниси эътиборлики, ҳамширалар беморни қабул қилиш, анамнез йиғиш, муаммоларни аниқлаш, этика-деонтологияни сақлаш, асептика-антисептика қоидаларига риоя қилиш, муолажаларни бажариш техникаси ва беморнинг аҳволини баҳолаш каби шартларни астойдил бажаришга ҳаракат қилдилар.

Шунингдек, танлов қатнашчилари юртимизда амалга оширилаётган бунёдкорлик ишлари, тарихий обидалар билан яқиндан танишиб, шу билан бирга давлат бошқаруви органлари раҳбар-ходимлари билан ҳам учрашув ўтказишлари режалаштирилган.

29 июнь куни эса «Ҳамшира – 2013» кўрик-танловининг якуний босқичи бўлиб ўтади.

Семинар

РАҲБАР КАДРЛАР ЗАХИРАСИНИ ТАЙЁРЛАШ

жамият бошқарувининг даврий талабига айланмоқда

ускуналар билан таъминлаш, шунингдек, соҳада интеллектуал салоҳиятли кадрларни тайёрлаш масаласи давлатимиз сиёсатининг муҳим йўналишларидан бирига айланди.

Шундай экан, бу борада қабул қилинган Ўзбекистон Республикасининг Қонунлари, Президентимизнинг Фармон ва Қарорлари, Вазирлар Маҳкамасининг қарорлари соғлиқни сақлаш тизимини ривожлантиришда мустаҳкам ҳуқуқий асос бўлиб хизмат қилмоқда. Дарҳақиқат, давлатимиз раҳбарининг 1998 йил 10 ноябрда қабул қилинган «Ўзбекистон Республикаси соғлиқни сақлаш тизимини ислоҳ қилиш Давлат дастури тўғрисида»ги Фармони ва унинг асосида 1999 йил 14 январда қабул қилинган «Ўзбекистон Республикаси соғлиқни сақлаш тизимида бошқаришни такомиллаштириш тўғрисида»ги Қарори соҳани тубдан ислоҳ қилишда асосий босқични бошлаб берди.

Мустақиллик йилларида мамлакатимизда тиббий хизмат кўрсатишни жаҳон андозалари даражасидаги ўзига хос миллий модели яратилганлиги, сифат жиҳатидан янги, юқори талабларга жавоб берувчи шошилинч тиббий ёрдам кўрсатиш ва турли йўналишларга ихтисослаштирилган марказларни қамраб олган илмий-амалий тиббиёт марказлари ташкил этилганлиги, вилоятларда катталар ва болалар учун кўп тармоқли шифохоналар, янги туғруқ мажмуалари барпо этилганлиги, қишлоқ врачлик пунктлари базаси мустаҳкамланганлигини таъкидлаш жоиздир.

Шундай экан, тизимда ишларнинг сифат самарадорлигини ошириш, соҳага етук малакали кадрларни жалб этиш, халқаро ва миллий тажрибани амалиётга уйғунлаштириш, шунингдек, соҳа ривожига ўзининг интеллектуал салоҳияти билан ҳисса қўша оладиган раҳбар кадрларни тайёрлаш борасида кенг қамровли ишлар амалга оширилмоқда. Ушбу жараёнда Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги тасарруфидаги Тошкент врачлар малакасини ошириш институти республикадаги энг илғор ўқув ва илм масканларидан бири ҳисобланади. Институтда шифокорларнинг дипломдан кейинги малакасини ошириш, уларни қайта тайёрлаш ва ихтисослашув йўналишлари бўйича касбий таълим бериш учун барча шароитлар яратилган. Аввало, раҳбар кадрлар малакасини ва салоҳиятини ошириш мазкур соҳа ривожини таъминловчи асосий омил ҳисобланади. Демак, бугунги кундаги замонавий раҳбар – тажрибали мутахассис бўлиши билан бирга инсоний фазилатларни мужассам этган, бошқарув илмидан хабардор, юқори интеллектуал салоҳиятга эга маънавиятли киши бўлиши лозим.

Зеро, Соғлиқни сақлаш вазирлиги томонидан раҳбар кадрлар захирасини шакллантириш мақсадида 2009 йилдан бошлаб, Тошкент врачлар малакасини ошириш институтининг "Соғлиқни сақлашни ташкиллаштириш, молиялаштириш ва бошқариш" кафедрасида ўқув курси ташкил этилганлиги барчамизга маълум.

Ана шундай раҳбар кадрларни, қолаверса, раҳбарликка захира кадрларни тайёрлаш институтнинг "Соғлиқни сақлашни ташкиллаштириш, молиялаштириш ва бошқариш" кафедраси зиммасига юклатилганлиги бежиз эмас. Бунинг замирида Юртбошимизнинг Фармон ва Қарорлари, шунингдек, Соғлиқни сақлаш вазирлигининг буйруғи ижроси таъминланмоқда. Айниқса, мазкур кафедранинг йиллар давомида тўплаган илмий ва амалий тажрибаси бугунги кунда раҳбарликка захира кадрларни тайёрлашда муҳим аҳамият касб этмоқда. Тингловчиларнинг касбий салоҳиятини ошириш, замонавий кўникмаларга эга бўлишини таъминлаш, раҳбарлик қобилиятини ривожлантириш, шунингдек, улар маънавиятини янада бойитишда "Соғлиқни сақлашни ташкиллаштириш, молиялаштириш ва бошқариш" кафедраси раҳбари, профессор Дамин Асадов бошчилигидаги профессор-ўқитувчилар жамоасининг саъй-ҳаракатлари билан бугунги кунга қадар раҳбарликка захира кадрларнинг 204 нафари ўқитилиб, шундан 114 нафари республика, шаҳар ва вилоят миқёсидаги тиббиёт муассасаларида раҳбарлик лавозимларида фаолият юритиб келмоқдалар. Яна шуниси қувонарлики, курсни тамомлаш арафасида турган айрим тингловчилар Соғлиқни сақлаш вазирлигининг буйруғи билан раҳбарликка тайинланиб, иш фаолиятларига киришмоқдалар. Муҳими, кафедрага ўқишга келаётган тингловчилар вилоят ҳокимлиги, соғлиқни сақлаш бошқармаси томонидан раҳбарликка лаёқатлилиги ҳисобга олиниб, тавсия этилмоқда.

Айтиш ўринлики, тингловчиларнинг ўқишлари учун кафедрада барча шароит ва имкониятлар яратилган бўлиб, улар зарурий ўқув қуроллари ва тарқатма материаллар билан таъминланган. Тингловчилар назарий машғулотлардан ташқари республикамизнинг етакчи клиникаларида бўлиб, амалий фаолиятлар билан танишиш имкониятига эга бўлмоқдалар. Шунингдек, тингловчилар учун тайёрланган дастурлар асосан Соғлиқни сақлаш вазирлиги томонидан тузилган. Бундан ташқари, Соғлиқни сақлаш вазирлигининг бошқарма бошлиқлари ҳамда етакчи мутахассислари дарс машғулотларида ўз маърузалари билан иштирок этиб келмоқдалар.

Тингловчилар вазирликдаги бошқармаларнинг иш фаолиятлари билан танишиш, шу билан бирга, кафедрада ахборот-ресурс маркази, маънавият ва маърифат хоналари ташкил этилган бўлиб, улар ушбу имкониятлардан бевосита фойдаланишлари мумкин. Замонавий раҳбарнинг маънавий дунёсини бойитиш мақсадида кафедра томонидан улар театр ва музейларга ташриф буюришлари ҳамда спорт билан шуғулланишлари ташкиллаштирилган. Шунингдек, улар юртимизда амалга оширилаётган бунёдкорлик ишлари билан танишиш баробарида куннинг долзарб мавзуси бўлган экологик барқарорликни таъминлаш, она табиатимизни асраб-авайлаш, Ватанга бўлган меҳр-муҳаббатни янада ошириш мақсадида республикамизнинг тоғли ҳудудларида экосаёҳат уюштириб келмоқдалар.

**Алишер СЕРЖАНОВ,
Қорақалпоғистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирининг иқтисодий ва умумий масалалар бўйича ўринбосари:**

– Ўқув-машғулотлар ҳар бир мутахассиснинг билим доирасини ошириш билан бир қаторда сиёсий-иқтисодий, маънавий-маърифий савиясини янада бойитишда муҳим аҳамият касб этади.

Ўқув жараёни учун танланган ҳар бир мавзу тиббиётнинг барча йўналишларини қамраб олган десак, хато бўлмайди.

Ўқиш давомида Соғлиқни сақлаш вазирлигида ташкил этилган семинарларда ҳам иштирок этганимиз ўзига хос янгилик. Вазирликнинг мутасадди раҳбарлари томонидан молиявий ва иқтисодий, Инвестиция дастурлари, қишлоқ врачлик пунктларида меъёрий ҳужжатларни мувофиқлаштириш, эпидемиологик барқарорликни сақлаш каби мавзулар кенг доирада ёритиб берилгани бугунги кунда фаолиятимга янада қўл келмоқда. Бундай махсус ўқув курсининг ташкил этилганлиги, албатта, жамият бошқарувининг муҳим таркибий қисми ҳисобланади.

**Юлдуз НИШОНОВА,
Тошкент вилоят соғлиқни сақлаш бошқармаси бошлиғининг оналик ва болаликни муҳофаза қилиш бўйича ўринбосари:**

– Соғлиқни сақлашни ташкиллаштириш, молиялаштириш ва бошқариш кафедрасининг тажрибали профессор-ўқитувчилари томонидан олган назарий ва амалий билимларим фаолиятимда катта ўзгаришларга олиб келмоқда. Ўқиш жараёнида шахсан мен сиёсий, молиявий-иқтисодий, маънавий-маърифий соҳалардаги янгиликлар, меъёрий ҳужжатлар, Инвестиция дастурлари, ахборот технологиялари бўйича кўплаб маълумотларга эга бўлдим. Курсни тугатгач, янги лавозимга, яъни масъулиятли ишга тайинланганлигим кафедрада ўрганган ва ўзлаштирган билим ва тажрибаларимни уйғунлаштирди, десам янглишмайман. Бунинг ифодаси сифатида айтишим керакки, Юртбошимизнинг ишончларини оқлаган ҳолда жамият тараққиёти учун янада мукаммал ишлаб, халқимиз фаровонлиги ва саломатлиги учун бор куч-имкониятларимизни аямаслигимиз зарур, деб биламан.

Мазкур ўқув курси бугунги кунда самарали кечаётганлигига гувоҳ бўлиб турган эканмиз, жорий йилнинг 22-23 июнь кунлари Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги, Самарқанд вилоят соғлиқни сақлаш бошқармаси, Тошкент врачлар малакасини ошириш институти, Самарқанд тиббиёт институти томонидан «Соғлиқни сақлаш тизими бошқарув органларига захира кадрларни шакллантириш» мавзусида ўқув-амалий семинар бўлиб ўтди.

Семинарни Самарқанд вилоят ҳокимининг ўринбосари Воҳид Раҳимов кириш сўзи билан очиб, республика тиббиёт тизимида босқичма-босқич амалга оширилаётган фаолиятларга алоҳида урғу қаратиб, мавзу доирасида ўз фикрларини билдирди. Сўнгра, "Соғлиқни сақлашни ташкиллаштириш, молиялаштириш ва бошқариш" кафедраси мудири, профессор Дамин Асадов соғлиқни сақлаш тизимининг миллий моделини шакллантириш босқичлари тўғрисида тўхталиб, раҳбар захира кадрларни тайёрлаш куннинг долзарб вазифасига айланиб бораётганлиги ва бу борада кафедра томонидан амалга оширилаётган ишларга алоҳида урғу қаратди.

Шунингдек, кун мавзусига киритилган асосий масалалар бўйича Соғлиқни сақлаш вазирлигининг Фан ва ўқув юртлари Бош бошқармаси бошлиғи Ў. Исмаилов, Тошкент врачлар малакасини ошириш институти проректори Ҳ. Оқилов, тиббиётимиз дарғалари, академик Т. Даминов, профессорлар А. Маткаримов, Ҳ. Каримов, Самарқанд вилоят соғлиқни сақлаш бошқармаси бошлиғи Б. Игамбердиевлар ҳам кафедрада тайёрланаётган раҳбар захира кадрларнинг тизимдаги ўрни ниҳоятда зарур эканлиги ва бу жараёндаги ишлар ўз ўрнида олиб борилаётганлигини эътироф этдилар. Кўрилган асосий масалалар бўйича фикрлар ўртага ташланиб, таклифлар ҳам киритилди.

Тадбир сўнгида иштирокчилар қадимий, кўҳна Самарқанд шаҳрининг тарихий қадамжоларини зиёрат қилиб, вилоятнинг бугунги қиёфаси ҳамда бунёдкорлик ишлари билан яқиндан танишдилар.

Хулоса ўрнида айтмоқчимизки, Ўзбекистоннинг келажаги ёшлар қўлида экан, раҳбарликка тайёрланаётган захира кадрларда юксак маданият, интизом, адолат, масъулият, фидойилик ва Ватанга садоқат руҳи акс этмоғи бугунги кун талабидир. Зеро, ана шундай мавзудаги семинарлар ўтказилаётганлиги ҳам юқоридаги самарали ишларнинг янада узвийлигини таъминлашда муҳим аҳамият касб этиши шубҳасиздир.

(Давоми. Боши 1-бетда).

**1-2-саҳифа материалларини
Ибодат СОАТОВА тайёрлади.
Муаллиф ва Анвар САМАТХОДЖАЕВ олган суратлар.**

27 ИЮНЬ – МАТБУОТ ВА ОММАВИЙ АХБОРОТ ВОСИТАЛАРИ ХОДИМЛАРИ КУНИ

ОЧИҚЛИК, ОШКОРАЛИК ВА СЎЗ ЭРКИНЛИГИ

Мамлакатимизда ҳуқуқий демократик жамият қуриш, ижтимоий-сиёсий жараёнларни ёритиш ва ислоҳотларни амалиётда кенг татбиқ этиш борасида олиб борилаётган ахборот сиёсати тараққиётнинг муҳим омили ҳисобланади. Айниқса, мамлакат қонунчилик тизимида ахборот соҳасидаги эркинлик ва ошкораликни таъминлаш, парламент фаолиятини кенг жамоатчиликка етказишда оммавий ахборот воситаларининг ўрни ва фаоллигини ошириш бугунги куннинг долзарб вазифасидир.

Маълумки, мамлакат тараққиёти ва ижтимоий ҳаёт воқеликларини тезкор халқ оммасига етказишда оммавий ахборот воситаларининг алоҳида ўрни бор. Шу нуқтаи назардан қараганда, бугунги қонунчилик тизимимизда ахборот соҳаси эркинлигини таъминлаш ва ундаги ҳуқуқий асосларни мустаҳкамлаш борасида қандай амалий ишлар бажарилмоқда? Оммавий ахборот воситаларининг сиёсий жараёнлардаги фаол ривожланиши жамиятимизда ошкоралик, очиқликни таъминлаш ва жамоатчилик назоратини амалга оширишда таъсирчан тизимга айланиб бормоқда десак, муболаға бўлмайди. Дарҳақиқат, демократик тамойилларга таянган оммавий ахборот воситалари фаолияти фуқаролар сиёсий фаоллигини кучайтириш, уларни ижтимоий-сиёсий ҳаётга жалб этиш учун бевосита асос ҳамда демократик ислоҳотларни ҳаракатлантирувчи кучдир, дейиш мумкин. Шу боис, мамлакатимизда мустақилликнинг дастлабки йилларидан бошлаб ахборот соҳасидаги ислоҳотлар тадрижий ва тизимли равишда олиб борилмоқда. Натижада, Ўзбекистонда оммавий ахборот воситаларини қўллаб-қувватлаш ҳамда уларни демократик ислоҳотларни ҳаракатлантирувчи кучга айлантириш бўйича ўзига хос тажриба тўпланди. Соҳада амалга оширилган ислоҳотлар самараси туфайли, юртимизда босма ва электрон оммавий ахборот воситалари сони ўн маротаба кўпайиб, нодавлат сектор тармоғидаги субъектлар сони ҳам анчага ошди. Эфир маҳсулотларини ишлаб чиқариш жараёнларига замонавий ахборот технологиялари фаол жорий этилмоқда. Хусусан, Президентимизнинг Олий Мажлис Қонунчилик палатаси ва Сенатининг 2010 йил 12 ноябрда бўлиб ўтган қўшма мажлисидаги «Мамлакатимизда демократик ислоҳотларни янада чуқурлаштириш ва фуқаролик жамиятини ривожлантириш концепцияси»да ҳам муҳим йўналишлардан бири сифатида ахборот соҳасида давлат томонидан олиб борилаётган сиёсат, сўз эркинлиги ва фуқароларнинг ахборот олиш ҳуқуқини изчил амалга оширишни таъминлаш масалалари кун тартибига қўйилди. Юртимизда ОАВ эркинлиги даражасининг муҳим кўрсаткичларидан бири – бу ахборот соҳасининг изчил ва эркин тараққиёти ҳамда ҳар кимнинг монеликсиз ахборот олиш ҳамда ундан фойдаланиши учун зарур шароитларни таъминловчи такомиллашган ҳуқуқий базанинг мавжудлигидир. Жумладан, Бош қомусимизнинг 29, 30, 67-моддаларида ҳам ОАВ эркинлиги, аҳолининг ўз фикр ва мулоҳазаларини эркин ифодалаш ҳуқуқи, ҳар қандай кўринишдаги цензуранинг тақиқланганлиги қатъий белгилаб қўйилган. Бугунги замонавий воқелик ва ислоҳотлар даврида ахборот соҳасини либераллаштириш жараёнларини янада чуқурлаштириш, жамият ҳаётида ОАВ ролини кучайтиришда самарали ҳуқуқий механизмларни яратиш зарурлиги талаб этилмоқда. Шу боис, ҳар бир оммавий ахборот воситаси олдида ахборот бозорида ўз ўрнини топиш, тараққиёт йўлини белгилаш, фуқаролик институтлари тизимида ўз мавқеини мустаҳкамлаш каби долзарб масалаларни ҳал этишдек асосий вазифалар турибди.

Абдуваҳоб ТОҲИРИЙ,
Тошкент врачлар малакасини ошириш институти ўқитувчиси:

— Кундалик газета-журналларни кузатиб бормаган, ўз соҳасига тегишли янгиликлардан хабардор бўлмаган тиббиёт ходими кўп нарсани йўқотиши мумкин. Мен марказий босма нашрлар билан бир вақтда тиббиёт йўналишидаги газета-журналларни мунтазам равишда ўқиб бораман. Бу билан кифояланмай, турли мавзудаги мақолаларим билан иштирок этаман. Шунинг учун ҳам газета-журналлар таҳририятидан менга қўнғироқ қилиб туришади. Журналистлар билан доимий алоқада бўлиш туфайли мен билимимни бойитиб ва такомиллаштириб бораётганимдан мамнунман.

Оммавий ахборот воситалари кундалик ҳаётимизнинг ажралмас бўлаги эканлиги сир эмас. Мамлакатимиз аҳолисини турли соҳадаги энг сўнгги янгиликлардан бохабар этишда босма матбуот нашрлари, радио, телевидение ва агентликлар қўшаётган улуш салмоқлидир. Жумладан, Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги тасарруфидаги газета-журналларда ҳам тиббиёт соҳасида олиб борилаётган ислоҳотлар, даволаш жараёнида қўлланилаётган илғор тажриба ва технологиялар, мавжуд муаммолар бош мавзу сифатида кўтарилиб, муштарийлар ҳукмига ҳавола этилмоқда. Бундай чиқишларга ўз муносабатини билдириб борадиган мухлислар орасида “Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш — Здравоохранение Узбекистана” газетасининг доимий муштарийлари ҳам бор.

Искандар РАҲМОН, меҳнат фахрийси:

— Ҳозир нафақадаман. Кўп йиллар тиббий прокуратура соҳасида фаолият кўрсатиб келдим. Иш жараёнида шифокорга кундалик газета-журналлар билан танишиш, радио тинглаш, телевидениеда намойиш этилаётган кўрсатувларни кўриб бориш жуда катта роль ўйнашига амин бўлганман. Чунки бугунги глобаллашув даврида энг сўнгги ахборот ва янгиликларга эга бўлмасдан туриб, ҳеч қайси соҳада муваффақиятга эришиб бўлмайди. Севимли нашримиз “Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана” газетаси саҳифаларида кўплаб мақолаларим эълон қилингани менга куч ва рағбат бағишлайди.

Турсунхўжа АЗЛАРХОНОВ,
меҳнат фахрийси:

— Рафиқам шифокор бўлгани учун тиббиёт соҳаси менга анча яқин. Шу боис, айнан шу мавзудаги қизиқарли хабар ва лавҳаларни тайёрлаш менга завқ бағишлайди. Халқимиз ҳаётида, яшаш тарзида кўпчиликка маълум бўлмаган сир-синоатлар кўп. Мен бундай яширин янгиликларни кўпинча катта ҳаётий тажрибага эга бўлган отахон ва онахонларимиздан эшитишим билан газета-журналлар таҳририятига тақдим этиш учун шошиламан. Масалан, кўпчилик ер ноки, яъни топинамбур ўсимлигининг қандай хусусиятларга эга эканлигини билмаслиги мумкин. Қариялар билан учрашиш ва суҳбатлашиш асносида бу ноёб ўсимлик нафақат қандли диабет касаллигини даволашда, балки инфаркт, инсульт каби оғир дардларнинг олдини олишда ҳам катта роль ўйнашини билиб олдим. Бу ҳақдаги қизиқарли мақолам газетада эълон қилинди.

«Мамлакатимизда демократик ислоҳотларни янада чуқурлаштириш ва фуқаролик жамиятини ривожлантириш концепцияси» давлатимиз раҳбари томонидан ахборот соҳасини ислоҳ этиш, ахборот ва сўз эркинлигини таъминлашнинг муҳим вазифаси этиб ОАВнинг молиявий ва иқтисодий мустақиллигини таъминлаш ғояси таклиф этилди. Унга кўра, «Давлат ҳокимияти ва бошқаруви органлари фаолиятининг очиқлиги тўғрисида»ги, «Оммавий ахборот воситалари фаолиятининг иқтисодий асослари тўғрисида»ги, «Оммавий ахборот воситаларини давлат томонидан қўллаб-қувватлаш кафолатлари тўғрисида»ги ва «Телерадиоэшиттиришлар тўғрисида»ги қонунларни ишлаб чиқиш масаласи Қонунчилик палатаси зиммасига юкланди. Бунга мувофиқ, парламентдаги депутатлар гуруҳи ва бошқа ҳамкор ташкилотлар, тегишли вазирлик ва идоралар билан ҳамкорликда қонун лойиҳаси устида иш олиб борилмоқда. Таъкидлаш жоизки, ушбу концепция асосида Олий Мажлис Қонунчилик палатаси томонидан концепцияда илгари сурилган ғояларни амалга оширувчи Ҳаракат дастури ишлаб чиқилди. Фуқароларнинг ижро этувчи ҳокимият органлари фаолияти билан боғлиқ ахборотлардан кенг хабардор бўлишини таъминловчи самарали ҳуқуқий механизмлар яратишга қаратилган «Давлат ҳокимияти ва бошқаруви органлари фаолиятининг очиқлиги тўғрисида»ги Қонунни қабул қилиш алоҳида аҳамиятга эга. Чунки, бу нафақат оммавий ахборот воситалари ходимлари зиммасига, балки бошқа маҳаллий ва давлат ҳокимияти ташкилотлари олдига ҳам муҳим вазифаларни қўяди.

Мамлакат ижтимоий-сиёсий ислоҳотлари билан боғлиқ фаолиятларни кенг халқ оммасига етказишда журналист-мутахассисларнинг фаоллигини бугун қандай баҳолаш мумкин? Президентимиз 2010 йил 27 январда Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Қонунчилик палатаси ва Сенатининг қўшма мажлисидаги «Мамлакатимизни модернизация қилиш ва кучли фуқаролик жамияти барпо этиш – устувор мақсадимиздир» маърузасида парламент фаолиятига баҳо берар экан, тизимда йўл қўйилган айрим муаммо ва камчиликлар хусусида алоҳида тўхталиб ўтди. Хусусан, халқ депутатлари вакилларининг фаолиятида очиқлик ёки парламент томонидан қабул қилинаётган қарор ва қонунлар ижроси, мазмун-моҳиятини жамоатчиликка тезкор етказишда фаоллик етишмаслиги, шунингдек, оммавий ахборот воситалари билан ишлашда айрим камчиликлар борлиги танқид остига олинди. **Президентимизнинг шу йил 20 мартдаги “Давлат ҳокимияти ва бошқарув органлари фаолиятининг очиқлиги тўғрисида”ги Ўзбекистон Республикаси Қонуни лойиҳаси синови бўйича ҳуқуқий эксперимент ўтказиш ҳақида”ги Фармойиши жамиятда демократик тамойилларни янада чуқурлаштиришнинг галдаги амалий қадами бўлди.**

Фармойишда таъкидланганидек, давлат ҳокимияти ва бошқарув органларининг оддий халқ билан ўзаро мулоқот-муносабатини замонавий тамойиллар асосида ташкил этиш борасида амалга оширилаётган ишларни янада такомиллаштириш даври етиб келди. Аввало, давлат ҳокимияти ва бошқаруви органлари маҳкамаларига мурожаат этган фуқаро амалдаги қонунчиликка биноан белгиланган муддатда ўз мурожаатига ёзма жавоб олиши белгилаб қўйилган. Бу жараёнда оммавий ахборот воситаларининг ўрни ва аҳамияти, фаоллиги муҳим ҳисобланади. Ушбу қонун лойиҳасида ахборот хизматининг амалдаги истиқболли режалари ва улардан кўзланган мақсад ҳақида сўз юритилади. Хабарингиз борки, Вазирлар Маҳкамасининг махсус қарори билан ташкилотларда матбуот хизмати фаолиятини ташкил этиш ва уни мувофиқлаштириш борасида қатор чора-тадбирлар режаси ишлаб чиқилган. Чунки, ҳар бир ташкилотнинг ахборот соҳасидаги ягона ишончли вакили матбуот хизмати ходимлари ҳисобланади. Шу маънода парламент ички ва ташқи фаолиятида бизнинг ходимлар томонидан амалга оширилаётган ишлар анчагина. Юқоридаги меҳнат фаолиятларини тўғри йўналтириш, мамлакатда ахборот эркинлигини таъминлаш борасида қуйидаги масалаларга аниқ ечим топиб олиш мақсадга мувофиқ: биринчидан, матбуот хизмати бўйича мутахассис-кадрларни тўғри танлай билиш, уларнинг касб малакасини ошириш, иккинчидан, оммавий ахборот воситаларида моддий-техник базани мустаҳкамлаш, журналистлар самарали меҳнат қилишлари учун замонавий иш муҳитини яратиш, ахборотни аҳолига тезкор ва холис етказишда мавжуд коммуникация-техник имкониятлардан фойдаланиш, тегишли ташкилот матбуот хизмати ходимлари билан амалий ҳамкорликни кучайтириш масалалари ҳар биримизнинг олдимиздаги асосий вазифадир.

Шу ўринда савол туғилади. Бевосита ва билвосита оммавий ахборот воситалари вакиллари билан ҳамкорлик қандай самара бериши мумкин? Ўтган йилги ҳисобот даврида давлатимиз раҳбари депутатларнинг аҳоли билан учрашуви ва оммавий нашрлар орқали чиқишлари хусусида ҳам эътирозли фикрларини билдирган эдилар. Жорий йилда депутатлар ижтимоий-сиёсий, партия нашрларида амалдаги қонунчилик тизими ва уларнинг жойлардаги ижроси, назорат-таҳлил, муносабат тарзидаги кенг қамровли туркум мақолалари билан чиқиш қилиб, ўтган йилга нисбатан фаол иштирок этмоқдалар. Телевидение ва радио орқали махсус интервьюлар ташкил қилинмоқда. Шунингдек, улар ўз ваколатлари доирасида сайловчилар билан мунтазам учрашиб, мавжуд муаммолар ечимини ижобий томонга ҳал этишда амалий ёрдам кўрсатмоқдалар.

Шу фурсатдан фойдаланиб, барча қалам аҳлини 27 июнь – Матбуот ва оммавий ахборот воситалари ходимлари куни билан самимий муборакбод этамиз. Уларнинг халқимиз фаровонлиги ва жамиятимиз тараққиёти йўлидаги фидокорона меҳнатларига улкан зафарлар тилаб қоламиз.

Намоз ТОЛИПОВ.

Вилоятдаги мухбирларимиз хабар қилади

ҚИШЛОҚ ШИФОКОРИ ЭЛ ХИЗМАТИДА

Давлатимиз раҳбарининг 2011 йил 28 ноябрдаги "Соғлиқни сақлаш тизимини ислоҳ қилишни янада чуқурлаштириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги Қарорига кўра, аҳоли ўртасида репродуктив саломатликни мустаҳкамлаш, оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, оилаларда соғлом турмуш тарзини йўлга қўйиш вазифалари бевосита қишлоқ врачлик пунктларининг фаол иштироки билан амалга оширилади. Ушбу қарор доирасида 2012-2015 йилларга мўлжалланган дастур доирасида тиббиёт муассасаларининг моддий-техник базаси мустаҳкамланмоқда, бунинг натижасида аҳолига хизмат кўрсатиш сифати ва маданияти ошмоқда. Олис қишлоқ ҳудудларига ҳам "Саломатлик-3" лойиҳаси доирасида замонавий тиббиёт анжомлари келиши кутилмоқда.

Қўшработ Самарқанд вилоятининг энг чекка туманларидан бири бўлиб, дашт зонасида жойлашган. Аҳолининг турли ҳудудларда тарқоқ ҳолда истиқомат қилиши тиббий хизматни амалга оширишда анча қийинчиликлар туғдиради. Шу боис ҳам, туман ҳудудида қишлоқ врачлик пунктларини бунёд этиш ва ишга туширишга жиддий эътибор қаратилмоқда. Тумандаги барча қулайликларга эга бўлган тиббиёт масканларидан бири Тегирмоновул қишлоғида жойлашган. Унга яқин ҳудуддаги Пангат, Сарой, Қувкалла қишлоқлари аҳолисининг туман марказига бориб келиши осон эмас. Врачлик пункти ишга тушиши билан ана шу муаммога нуқта қўйилди.

«Тегирмоновул» қишлоқ врачлик пункти мудири, тажрибали шифокор Қуроқбой Синдоров аҳолига шошилинч тиббий ёрдам кўрсатишни, гарчанд тортиниб, касаллик аломатларини билдирмасликка интилаётган бемор руҳиятини-да яхши билади. У Самарқанд тиббиёт институтининг даволаш факультетини тамомлаб келгач, бир муддат туман тиббиёт бирлашмасида хизмат қилди. Унинг намунали меҳнати муносиб тақдирланган. Қуроқбой аканинг кўксини "Меҳнат шуҳрати" ордени безаб турибди.

– Бундан 15-20 йил муқаддам қишлоқ аҳолисида ўз саломатлигини асраб-авайлаш, аниқланган дардни даволашга эътиборсизлик кузатилар эди. Ҳозир замондошларимиз онгида, турмуш тарзида ижобий томонга ўзгаришни кўрамиз. Улар нимадир безовта қилса, дарҳол пунктга келишади ва маслаҳат сўрайдилар. Биз шифокорлар келиб-кетувчиларга зарурий муолажани буюрамиз, агар даволаш қийин дард бўлса, вилоят ёки пойтахт шифохоналарига йўлланма берамиз, – дейди Қуроқбой Синдоров.

Шифокор қишлоқ аҳолисининг саломатлигини сақлашга масъул бўлиши керак. Тегирмоновулликлар, саройлик ва пангатликлар Қуроқбой Синдоровнинг қабулида тез-тез бўлиб турадилар. Шифокор эса уларни очиқ чеҳралик билан кутиб олади, зарурий дори-дармонлар рецептини ёзиб беради, лозим бўлса, даволашга киришади. Касбини қадрлаган, бунинг ортидан обрў-эътибор қозонаётган шифокор аслида ҳам шундай бўлиши керак.

Ўлжабой ҚАРШИЕВ,
Самарқанд вилояти.

«БЕМОР КЎНГЛИГА ЙЎЛ ТОПСАНГИЗ, У СИЗДАН ДАРДИНИ ЯШИРМАЙДИ»

дейди фтизиатр Бектош ҲУСАНОВ

Тиббиёт мактабининг асосчиси Абу Али ибн Сино "Инсон соғлигини сақлаш, агар касаллик пайдо бўлса, касалликни келтириб чиқарувчи сабабларни аниқлаш ва уларни йўқотиш орқали соғлиқни тиклашдан иборатдир" деган эди. Ана шу ҳикмат ҳар бир беморга нажот бағишлаб, тиббиёт ходимларининг шиорига айланган, десак муболаға бўлмайди.

Самарқанд шаҳридаги 63-сонли ТМЭК раиси Бектошжон Ҳусанов билан юзма-юз бўлган киши унинг шифокорга хос инсонийлиги, самимийлиги, хушфеъллиги, бемор кўнглига йўл топа олишига тан беради. Шифокор сифатида, у ана шундай хислатни ўзида мужассам этмас экан, бирорта тиббиёт ходими бу соҳада ишлашга лойиқ эмас, дея фикр юритади.

Тажрибали мутахассис-шифокор Бектошжон Ҳусанов тизимда аҳолининг тиббий маданиятини ошириш, соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш ишларида фаол иштирок этиб келмоқда. Шундай экан, сил касаллиги бўйича аҳоли орасида тушунтириш ишларининг кенг йўлга қўйилганлиги боис, касталик кўрсаткичи камайишига эришилмоқда. Бу, албатта, малакали шифокорнинг олиб бораётган меҳнатлари маҳсулидир. У устози Жаббор Раҳмоновдан соҳанинг сиру синоатларини ўрганиб, бу борада касбий тажрибасини ошириб, мазкур йўналишда изланишлар олиб бормоқда.

Бектошжон Ҳусанов иш фаолияти билан бир қаторда оилада турмуш ўртоғи Саодат Бердибекова билан бахтли ҳаёт кечириб, улар икки нафар фарзандларини халқ корига ярайдиган инсон қилиб тарбияламоқдалар.

Юқори малакали шифокорнинг нияти халқимиз саломатлиги йўлида меҳнат қилиб, жамият тараққиётига ўз ҳиссасини қўшишдан иборатдир.

Узоқ ОМОНОВ,
Самарқанд вилояти.

Мамлакатимизда мустақилликнинг илк кунларидан оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, жисмонан соғлом, маънавий етук авлодни вояга етказиш масаласига давлат сиёсати даражасида юксак эътибор қаратиб келинмоқда. Президентимиз Ислом Каримов ташаббуси билан 2013 йилнинг Обод турмуш йили, деб эълон қилиниши ва шу муносабат билан қабул қилинган Давлат дастури бу борадаги ишларни изчил давом эттиришда муҳим дастуриламал бўлаётир. Бу борада Сурхондарё вилояти Шеробод туманида ҳам изчил ишлар амалга оширилмоқда.

БАХТЛИ ТУРМУШ – КЕЛАЖАК АСОСИ

– Президентимиз Ислом Каримов раҳнамолигида хотин-қизларнинг жамиятдаги роли ва мавқеини мустаҳкамлаш, ижтимоий-сиёсий фаоллигини ошириш, интеллектуал салоҳиятини янада юксалтириш, ҳуқуқ ва манфаатларини ҳимоя қилиш, ёш оилаларни қўллаб-қувватлаш борасида амалга оширилаётган кенг кўламли ишлар ўзининг юксак самараларини бермоқда, – дейди Шеробод тумани ҳокими Рўзимурод Авазов. – Барча соҳаларда хотин-қизларнинг фаоллиги ошиб, тиббий маданияти юксалаётгани натижасида оналар ва болалар ўлими кескин камаймоқда. Фертиль ёшидаги хотин-қизлар ва болалар чуқурлаштирилган тиббий кўрикдан ўтказилиб, саломатлиги мустаҳкамланаётир. Ёшлар, айниқса, ўсмир қизлар мустақил ҳаётга тайёрланиб, муқаддас оила қўрғони олдидаги ўз масъулиятини янада чуқурроқ ҳис қилишига эришилмоқда. Эрта турмушга чиқиш ва яқин қариндошлар ўртасидаги никоҳнинг салбий оқибатлари аҳолига атрофлича тушунтирилмоқда. Бу йўналишдаги ишлар сифати ва самарадорлигини таъминлаш учун тиббиёт, таълим муассасалари ва маҳалла фуқаролар йиғинлари фаолларининг ўзаро ҳамкорлиги йўлга қўйилган. Натижада жорий йилнинг ўтган даврида коллежда таҳсил олаётган ўнга яқин қизнинг никоҳ тўйлари муайян муддатга кечиктирилди.

Туман тиббиёт бирлашмасидан олинган маълумотларга кўра, "Обод турмуш йили" Давлат дастури доирасида туман тиббиёт бирлашмаси тубдан реконструкция қилиниб, замонавий асбоб-ускуналар билан жиҳозланмоқда. Жорий йилнинг ўтган даврида ҳудудда истиқомат қилаётган 44 минг 309 нафар фертиль ёшидаги хотин-қизнинг 34 минг 845 нафари тиббий кўрикдан ўтказилди. Камқон аёллар ва қизлар тиббий препаратлар, дармондорилар билан таъминланаётир. Никоҳланувчи ёшларни тиббий кўрикдан ўтказиш ҳам доимий эътиборда. Ўтган беш ой давомида туманда 791 нафар йигит-қиз тиббий кўрикдан ўтказилди. Ёш оила қурувчилар учун "Оила дорилфунуни" машғулотлари ташкил этилаётир.

Тумандаги 68 та умумтаълим мактаби ва 9 та коллеж қошида қизларни оилавий турмушга тайёрлаш, уларнинг иқтисодий, ҳуқуқий, ижтимоий-маънавий билимини юксалтириш, касб-ҳунарга йўналтириш бўйича ташкил этилган "Ораста қизлар" тўгаракларида фаол иш олиб бормоқда. Уларда психология, тиббиёт, хотин-қизлар қўмитаси ва бошқа соҳа вакилларининг жамоатчилик асосида олиб бораётган машғулотлари ўқувчи-қизларни мустақил ҳаётга тайёрлашга кўмаклашмоқда. "Маҳалла – мактаб – оила" ҳамкорлиги ўрнатилган ҳам вояга етмаганлар ўртасидаги туғруқ ва эрта никоҳнинг олдини олишга хизмат қилмоқда. Лекин бундай кенг қамровли ишлар барча маҳалла ва таълим муассасаларида ҳам изчил ва самарали ташкил этилган, деб бўлмайди. Бунга туманда вояга етмаганлар ўртасида туғруқ ҳолатининг кузатилгани мисолдир. Маҳалла фаоллари, мактаб ўқитувчилари ва ота-оналарнинг лоқайдлиги, эътиборсизлиги туфайли содир этилган бу ҳолат камолотга етмаган қизнинг саломатлиги ва руҳиятига салбий таъсир этмасдан қолмаслиги аниқ.

– Касб-ҳунар коллежи битирувчилари бандлигини таъминлаш, 9-синфни тугатаётган ўқувчиларни таълимнинг кейинги босқичига тўлиқ қамраб олиш, уларнинг қандай иш билан шуғулланаётганини қайд этиб бориш мақсадида махсус дафтар очдик, – дейди "Истиқбол" фуқаролар йиғини раисининг диний маърифат ва маънавий-ахлоқий тарбия масалалари бўйича маслаҳатчиси Ҳожар Назарова. – Бу йил маҳалламиздаги умумтаълим мактабининг 9-синфини 44 ўқувчи тамомлади. Касб-ҳунар коллежини тугаллаётган йигит-қизларнинг ҳам рўйхатини шакллантирдик. Янги усулдаги бу тартиб ёшлар билан мунтазам ишлашда яхши самара бермоқда.

Холмўмин МАМАТРАЙИМОВ,
Сурхондарё вилояти.

САЛОМАТЛИГИМИЗ ЎЗ ҚЎЛИМИЗДА

Халқимизда касални даволагандан кўра, олдини олган афзал, ибодадан кўп фойдаланилади. Саломатлигимиз ўз қўлимизда дейилиши ҳам бежиз эмас.

Бу борада шубҳасиз, шифокорларнинг ўрни бўлакча бўлсада, тиббиёт меҳнат эксперт комиссияси фаолияти алоҳида аҳамият касб этади. Жисмоний имконияти чекланган шахсларни даволаш услубларини такомиллаштириш, диспансер назоратини талаб даражасига кўтариш, умуман, аҳоли ўртасида соғлом турмуш тарзини тарғиб этишда ушбу соҳа мутахассислари томонидан изчил саъй-ҳаракатлар олиб борилмоқда.

Жумладан Хоразм вилоятида ногиронликни камайтириш йўналишидаги ишларда анча изчиликка эришилди. Бу борада айниқса, реабилитация жараёнлари самарали кечмоқда. Туманларда касалланиш ва ногиронлик аҳволини доимий ва чуқур таҳлил қилиш мақсадида даволаш-профилактика муассасалари билан ҳамкорлик ўрнатилган. Айниқса йўналишга оид илмий-амалий анжуманлар ва давра суҳбатлари ташкил этиш анъанага айланган.

Баҳром АБДУЛЛАЕВ,
Шовот туманлараро 99-сонли ТМЭК раиси.

Севимли газетангизга обуна бўлишни унутмадингизми? Нашр индекси: 128

Месячник борьбы с наркоманией

НАРКОТИКАМ – ТВЕРДОЕ «НЕТ!»

26 июня – в Международный день борьбы со злоупотреблением наркотическими средствами и их незаконным оборотом в Сергелийском районе Ташкента на одном из заводов по поручению правительства страны Служба национальной безопасности Республики Узбекистан совместно с другими правоохранительными органами уничтожила очередную партию наркотических средств, изъятых в ходе борьбы с наркобизнесом.

В настоящее время борьба с наркотиками во всех странах является наиболее актуальной. По имеющимся данным, каждый год в мире из-за наркомании умирают десятки тысяч людей. При этом они разрушают не только свою жизнь, но и жизнь родных, близких им людей, наносят огромный вред обществу. В большинстве случаев наркозависимые люди являются носителями инфекционных заболеваний, под воздействием смертоносной отравы совершают различные преступления.

Директор Национального информационно-аналитического центра по контролю за наркотиками при Кабинете Министров Республики Узбекистан А.Мансуров отметил, что в соответствии с наработанной в нашей стране практикой, наркотические средства, проходившие в качестве вещественных доказательств в судах, после вступления в силу приговоров, сжигаются в специально выделенных доменных печах. Начиная с 1994 года, путем сожжения было уничтожено 50 тонн наркотических средств.

В этот раз в присутствии представителей ООН, государственных, общественных и международных организаций, дипломатического корпуса, средств массовой информации сожжена 1 тонна 537 килограммов наркотических средств, в том числе 198,2 килограмма героина, 760 килограммов опия, 411 килограммов марихуаны, 140,7 килограмма гашиша, 27 килограммов кукнара, около 20 тысяч кустов конопли, а также большое количество психотропных препаратов в виде таблеток и растворов.

Исполняющий обязанности регионального представителя Управления ООН по наркотикам и преступности (УНП ООН) в Центральной Азии Асиф Маджид подчеркнул, что в Узбекистане вносится огромный вклад в борьбу с наркобизнесом. Он отметил, что для решения этой трансграничной проблемы необходимо, чтобы правительства и правоохранительные органы стран принимали решительные и скоординированные меры как на национальном, так и на межгосударственном уровне.

С первых лет независимости в Узбекистане на государственном уровне проводятся целенаправленные комплексные мероприятия по борьбе с незаконным оборотом наркотиков, перекрытию каналов контрабанды, ликвидации наркопосевов, профилактике распространения наркомании, развитию межведомственного взаимодействия и международного сотрудничества. Так, в феврале 1995 года наша страна присоединилась к конвенциям ООН о наркотических средствах 1961

года, психотропных веществах 1971 года и борьбе против незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ 1988 года. В 1999 году был принят Закон Республики Узбекистан “О наркотических средствах и психотропных веществах”.

Снижению потока транзита наркотиков через нашу страну способствуют усилия Государственной комиссии Республики Узбекистан по контролю за наркотиками и ее исполнительного органа – Национального информационно-аналитического центра по контролю за наркотиками при Кабинете Министров Республики Узбекистан, правоохранительных органов и других компетентных министерств и ведомств. Развернута широкомасштабная профилактическая работа в рамках Программы комплексных мер противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 2011-2015 годы.

Также огромное внимание уделяется и международному сотрудничеству – Узбекистан является членом Шанхайской организации сотрудничества (ШОС), одной из задач которой определена борьба с незаконным оборотом наркотиков. Наша страна активно участвует и в деятельности Центральноазиатского регионального информационного координационного центра по

борьбе с незаконным оборотом наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров. В Ташкенте функционирует Региональное представительство Управления Организации Объединенных Наций по наркотикам и преступности в Центральной Азии. Узбекистан также взаимодействует с Организацией по безопасности и сотрудничеству в Европе (ОБСЕ), Всемирной таможенной организацией, Интерполом и другими влиятельными международными структурами.

По данным Национального информационно-аналитического центра по контролю за наркотиками при Кабинете Министров Республики Узбекистан, в 2012 году количество преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотиков (сбытом, контрабандой, культивированием наркосодержащих растений, содержанием наркопритонов и другими преступлениями), составило 8155. Из незаконного оборота было изъято 3043,4 килограмма различных наркотических средств. В ходе операции “Черный мак-2012” выявлено 1211 случаев культивирования наркосодержащих растений на общей площади 1,2 гектара, а также уничтожено дикорастущей конопли на площади 2,38 гектара.

Как отметили международные эксперты, основным фактором

отрицательного влияния на наркоситуацию в Узбекистане является соседство с Афганистаном, который к настоящему моменту остается самым крупным в мире производителем наркотиков. Так, в 2012 году посевные площади опийного мака в Афганистане достигли 154 тысячи гектаров, что на 23 тысячи гектаров больше, чем в 2011 году.

Наркотики афганского происхождения проникают в Узбекистан через Таджикистан, Кыргызстан и непосредственно из Афганистана через реку Амударья. При этом используются самые изощренные методы их сокрытия – провозят среди овощей и фруктов, в тайниках транспортных средств, предметах обихода и еще многие другие. Но благодаря слаженным действиям правоохранительных органов Узбекистана, в частности, Министерства внутренних дел, Службы нацио-

нальной безопасности, Пограничных войск СНБ, Государственного таможенного комитета Республики Узбекистан ежегодно пресекается огромное количество правонарушений, связанных с наркобизнесом.

Участникам мероприятия были показаны видеоролики, демонстрирующие моменты задержания наркопреступников. В апреле 2012 года в ходе совместной операции сотрудниками СНБ и пограничниками в Ургутском районе Самаркандской области был задержан Г.Джалилов, который хотел провезти через границу более 41 килограмма опия. В августе того же года в Сурхандарьинской области в ходе осмотра личной автомашины Д.Баратова внутри газового баллона был обнаружен тайник, в котором содержалось 18,9 килограмма героина и 29,3 килограмма опия. Среди задержанных за наркопреступления в 2012 году оказалось 136 иностранных граждан из стран Центральной Азии и СНГ, а также Европы, у которых было изъято 109,5 килограмма и 10 таблеток наркотических средств, 1948 таблеток психотропных веществ и 120 литров прекурсоров.

По словам начальника международного отдела Национального информационно-аналитического центра по контролю за наркотиками при Кабинете Министров Республики Узбекистан А.Эркабаева, в эти дни в нашей стране проходит месячник борьбы с наркоманией. В его рамках проводятся широкая разъяснительная работа, направленная на профилактику правонарушений, связанных со злоупотреблением наркотических веществ, циклы радио- и телепередач для молодежи, а статьи в газетах и журналах посвящаются теме пагубных последствий употребления наркотиков. На предприятиях, в учебных заведениях, махаллях, детских летних лагерях, клубах организуют лекции, встречи за “круглым столом”, вечера вопросов и ответов. В городах и райцентрах вывешены баннеры, плакаты и другие наглядные средства, призывающие активно бороться с этим злом.

Сардор ТАДЖИЕВ.

(Статья подготовлена при финансовой поддержке Общественного фонда поддержки ННО и других институтов гражданского общества).

“Всемирная универсиада - 2013”

В ПРЕДДВЕРИИ ВСЕМИРНОЙ УНИВЕРСИАДЫ

В XXVII Всемирной универсиаде, которая состоится с 6 по 17 июля в Казани (Россия), за 351 комплект медалей по 27 видам спорта будут сражаться студенты почти из 170 стран мира.

В универсиаде честь Узбекистана будут защищать 55 студентов-спортсменов, которые продемонстрируют свои способности в боксе, белбогли кураше, художественной гимнастике, гребле на байдарке и каноэ, дзюдо, самбо, тяжелой и легкой атлетике, вольной и греко-римской борьбе.

В Ташкенте состоялась встреча со спортсменами, которые будут принимать участие во Всемирной универсиаде. Во встрече также участвовали представители Национального Олимпийского комитета, Министерства по делам культуры и спорта Республики Узбекистан, спортивных федераций, спортивной общественности и средств массовой информации.

Председатель Национального Олимпийского комитета Республики Узбекистан М.Усманов и другие отметили, что под руководством Президента нашей страны Ислама Каримова особое внимание уделяется воспитанию гармонично развитого поколения, формированию среди молодежи здорового образа жизни, всесторонней поддержке спортсменов, защищающих честь нашей Родины на международной арене.

Внедренная в стране трехступенчатая система непрерывных спортивных игр – “Умид нихоллари”, “Баркамол авлод” и Универсиада наряду с воспитанием молодого поколения физически здоровыми, духовно развитыми личностями, также способствует выявлению талантливых юношей и девушек. Большинство из спортсменов, отправляющихся на Всемирную универсиаду, – молодые люди, проявившие мастерство на состоявшейся недавно в Бухаре студенческой Универсиаде. Честь нашей страны будут защищать юноши и девушки, достигшие высоких результатов в мировом спорте и продемонстрировавшие свой высокий потенциал.

– На Всемирной универсиаде мастера по белбогли курашу выйдут на мат впервые, – говорит чемпион мира по белбогли курашу, студент Узбекского государственного института физической культуры Зайлобиддин Артыков. – Все члены нашей команды недавно стали победителями Универсиады в Бухаре. Трехступенчатые спортивные соревнования приобретают важное значение в повышении нашего опыта и мастерства, становлении искусными спортсменами.

– На состоявшемся недавно в Ташкенте чемпионате Азии по художественной гимнастике я завоевала золотую, серебряную и бронзовую медали, – говорит магистрантка Узбекского государственного института физической культуры Джамила Рахматова. – Художественная гимнастика среди девушек нашей страны становится все более популярной. Наша национальная школа гимнастики находится в числе лидеров на международной арене. Моя цель на Всемирной универсиаде – ярко продемонстрировать высокий потенциал узбекских гимнасток.

В ходе мероприятия состоялся обмен мнениями по вопросам подготовки к Всемирной универсиаде.

Захир ТАШХОДЖАЕВ.

Бугуннинг мавзуси

УНИНГ ФАҚАТ ЗАРАРИ БОР

ёхуд "оммавий маданият"нинг бир воситаси орқали инсон саломатлигига етказиладиган салбий таъсир хусусида

Ҳозирги пайтда мушкулингизни енгил қилувчи, шубҳа-гумонларингизни тезда аниқлаб берувчи замонавий технологиялар ҳаддан ташқари кўпайган. Айниқса, тиббий ва маиший соҳадаги техник асбоб-ускуналарнинг минг хилидан фойдаланилмоқда. Вақт ва маконни тежовчи, узоқни яқин қилувчи ва бошқа қулайликларни ўзида мужассам этган бундай ақл-заковат намуналари инсоният цивилизациясининг маҳсули эканлигини эътироф этмай иложимиз йўқ. Метрода, кўча-кўйда, автобусда, ўқиш ва иш жойларида қулоғига наушник тақиб олган йигит-қизларни кўп кўраяпмиз. Агар бу буюмдан фойдаланувчиларнинг умумий сонини аниқламоқчи бўлсангиз, қўлингизга калькулятор олиб ўтирманг, яъни ҳар уч нафар йигит-қиздан камида биттаси наушник таққан. "Оммавий маданият"нинг кўринишларидан бири сифатида ёшлар онги ва шуурини ишғол этишга улгурган наушникнинг инсон саломатлиги учун қанчалик зарарли эканлигини улар ўйлаб ҳам кўришмайди, бутун фожиа ана шунда. Бундан уларни огоҳ этиш, ҳеч қандай қулайликка эга бўлмаган, аксинча зарари билан турмуш тарзимиздан ўрин олаётган маиший техниканинг бу тури аслида қандай хусусиятларга эга эканлиги тўғрисида бонг уриш вақти етди.

Тошкент шаҳар соғлиқни сақлаш Бош бошқармаси тиббий-санитария бирлашмасига қарашли 2-марказий поликлиника оториноларингологи, олий тоифали шифокор Холдорбек Тўрақулов билан суҳбатда бўлдик.

– **Наушник ишлаб чиқараётган компаниялар катта даромад орттиришни ўйлайдилар, лекин, инсон саломатлигини эмас.**

– Тўғри таъкидладингиз. Ҳозирги пайтда наушник тақиш "мода"га айланди. Гўёки қулоғига шу матоҳни таққан ёшлар ўзини ўта замонавий, жуда маданиятли деб ҳис қилаётганликлари сезилади. Ёшларнику замонавий технологияларга ўчликда айблаймиз, ҳаттоки 30-40 ёш оралиғидаги замондошларимиз ҳам наушник тақиб олганига нима дейсиз? Жамоат транспортида улардан бирор нимани сўрасангиз, эшитмайдилар, турткилашингизга тўғри келади. Бунинг устига наушникдан таралаётган бир хил оҳангдаги мусиқа миянгизга найзадек келиб урилади. Бунинг оқибати қандай якун топишини билмаслик ёки тан олмаслик кишида кейинчалик афсус-надомат уйғотади. Қулоққа мослаб чиқарилган бундай мосламалар аслида инсон саломатлиги учун эмас, балки катта даромад орттириш учун хизмат қилишини нега кўпчилик бир мулоҳаза қилиб кўрмайди? Маълумотларга кўра, ҳозирги вақтда "Panasonik", "Sony" компаниялари томонидан ишлаб чиқарилаётган наушниклар қаторига янгидан-янги фирмалар маҳсулоти келиб қўшилмоқда. Етакчи компаниялар томонидан истеъмолчиларга тақдим этилаётган наушникларга "Idea Life", яъни "Ҳаёт учун ғоялар" деган жозибадор жумла битиб қўйилади. Маҳсулотдаги бу жарангдор ва жимжимадор сўзлар ҳар қандай истеъмолчининг диққат-эътиборини тортмай иложи йўқ.

– **Физика фанидан маълум, товуш кучи децибелда ўлчанади, яъни товушнинг эшитиш анализатори қабул қиладиган меъёрий ўлчами бор. Наушник қулоққа тақилганда, ўз-ўзидан ана шу нормал ҳолат бузилади. Ана шу жараён қандай кечишига мутахассис-шифокор сифатида батафсилроқ тўхталсангиз.**

– Одамнинг қулоқ супраси оддий тузилишга эга бўлиб кўрингани билан аслида ичкари қисми жуда мураккаб. Бош мия фаолиятини унинг аралашувисиз тасаввур қилиб бўлмайди. Қулоқнинг анатомик тузилишини билмасдан туриб физиологиясини тушуниш қийин. Эшитиш органининг товуш йиғиб берувчи қисми ташқарида жойлашган. Товуш босими ноғора парданинг тебранишига олиб келади. Биз ҳар лаҳзада қулоғимиз орқали минглаб товуш элементларини қабул қилар эканмиз, бу жараёнда ортиқча бирор воситага эҳтиёж сезмаймиз. Агар товуш кучи ҳаддан ташқари баланд бўлса, биз беихтиёр қулоғимизни бекитиб оламиз. Чунки бу ҳолатда меъёрдаги децибел ошган ҳисобланади. Аксинча, децибел ўта паст даражада бўлса ҳам бизнинг қулоғимиз товуш кучини нормал қабул қила олмайди. 10 децибелдан 30 децибелгача бўлган товуш кучи одам қулоғининг нормал эшитишини таъминлайди. Наушникдан фойдаланганда қандай ҳолат кузатилишини энди тасаввур қилаётган бўлсангиз керак. Бу ускунанинг товушни етказиб берадиган қисми қулоққа тиқилиши билан остин-устун жараён бошланади. Товуш кучи эшитиш анализаторига жуда ҳам яқин масофадан урила бошлайди, қулоқнинг ноғора пардасига босим ҳаддан ташқари кўп тушади. Товуш кучи 140 децибелдан юқори бўлса, ноғора парда ёрилиб, қулоқ батамом ишдан чиқади. Портатив аудиоэлектрон қурилма (irod) тақилганда, ундан таралаётган баланд товуш қулоқ тугул, бутун мияни эгаллаб олади. Бутун диққат-эътибор қулоқ ичкарисига кираётган товуш билан банд бўлгани боис, киши на бировни эшитади ва на ҳис қилади. Наушникдан фойдаланаётган йигит-қизларимиз афсуски, ана шу ҳақиқатни англаб етмаяптилар. Бу воситадан таралувчи турли-туман сершовқин мусиқалар қулоқнинг ноғора пардаси орқали 70-90 децибел оралиғидаги тўлқинларда узатилади. Бир хил оҳангдаги мусиқа нафақат қулоқ функциясига, балки мия фаолиятига, кўриш органига ҳам салбий таъсир кўрсатади. Поликлиникамизнинг қулоқ, томоқ, бурун шифокорлари қабулида бўлаётганларнинг маълум кисми 27-28 ёшгача бўлган йигит-қизлар бўлиб, улар қулоғи яхши эшитмаётганидан, боши оғриётганидан, миясида қандайдир шовқин борлигидан шикоят қилмоқдалар. Бундай кезда уларга "акустик жароҳатланиш" деган ташҳис қўйилади. Бу матоҳдан муттасил фойдаланиш туфайли қулоқ ҳужайралари аста-секин нобуд бўла бошлайди, уларни кейинчалик умуман тиклаб бўлмайди.

– **Ёшлар бир-бирига тақлид қилиб ҳам наушникдан фойдаланишга жуда берилиб кетмоқдалар. Сиз тақдим этган маълумотлардан ҳам кўриниб турибдики, наушникнинг инсон саломатлигини асраб-авайлашда ҳеч қандай роли йўқ. Хўш, нима қилиш керак?**

– Мамлакатимизда аҳоли саломатлигини сақлашда масъул бўлган тиббиёт муассасалари томонидан тарғибот-ташвиқот ишлари олиб борибгина бу муаммога ечим топиш мумкин. Ҳар бир туманда тиббиёт бирлашмаси, оилавий поликлиникалар, қишлоқ врачлик пунктлари фаолият кўрсатмоқда. Албатта, уларнинг ҳар бирида тор доирадаги мутахассислар ишлайди. Қулоқ, томоқ, бурун шифокори учун алоҳида кабинет очиб қўйилган. Таклифим оториноларинголог кабинетининг ташқари қисмига наушникнинг зарарли таъсири ҳақидаги ахборот осиб қўйилиши керак. Кабинет эса кўргазмали воситалар билан янада бойитилиши лозим. Республика саломатлик ва тиббий статистика институти шифокорлари аҳолининг барча қатламлари учун тарғибот-ташвиқотда кўргазмали восита – плакат, буклет ва оммабоп қўлланмаларни яратса ва тарқатса, кўнгилдагидек иш бўлар эди. Қолаверса, наушникнинг зарарини уқтириш ва фарзандининг бундан фойдаланишига чек қўйишда ота-оналарга ҳушёрлик зарур. Ёшлар сунъий товушлардан воз кечиб, табиий имкониятлардан фойдаланишсин. Айниқса, машина серқатнов йўлларда наушник тақиб юриш ҳаёт учун ўта хавфли ҳисобланади, чунки уни тақиб олган кишининг асосий диққат-эътибори қулоқнинг ноғора пардаси орқали узатилаётган мусиқада бўлиб, бошқа товуш ва сигналларни эшитмайди. Натижада автоҳалокат содир бўлиши ҳам мумкин. Кўряпсизки, бу восита ҳар томонлама ҳаётимизга хавф туғдирмоқда. Шундай бўлгач, нега бу воситадан воз кечмаслигимиз, ўз умримизга зомин бўлишимиз керак? Келинг, барчамиз бир тан, бир жон бўлиб, соғлигимиз кушандаси бўлган воситаларга қарши курашайлик.

Ҳулкар КУЗМЕТОВА суҳбатлашди.

(*Мақола Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси ҳузуридаги Нодавлат нотижорат ташкилотларни ва фуқаролик жамиятининг бошқа институтларини қўллаб-қувватлаш Жамоат фондининг молиявий кўмагида тайёрланди).*

Мутахассис маслаҳати

ИНСОН САЛОМАТЛИГИДА ЁЗ ЧИЛЛАСИ

Унинг қандай ижобий ва салбий хусусиятлари бор

Ёз фаслининг кириб келишини кимдир хурсандчилик билан кутиб олса, яна кимгадир бу малоллик туғдиради. Кўпчилик бу фаслда сунъий ва табиий сув ҳавзаларида чўмилиб, офтобда қорайиб дам олади. Ҳа, тиббиётимиз асосчиси Ибн Сино айтганидек, офтоб нурларининг киши организмига фойдаси катта. Офтоб нурининг кучли таъсири ҳужайрларни қўзғатиб, улар фаолиятини зўрайтиради. Қуёш нуридан бир маромда фойдаланилганда, қон таркибида қизил қон таначалари ва гемоглобин кўпаяди. Бу эса организмнинг кислородга бўлган эҳтиёжини қондиради, асаб тизими ва мушаклар фаолиятини яхшилайди... Тўғри, офтобнинг сахийлигидан ҳар бир киши беминнат фойдаланади, лекин ҳаддан ташқари кўп вақт офтобда юриш киши учун зарарлидир. Унинг ўткир нури баданни қиздириб, терини куйдириши, бунинг натижасида эса иссиқ элтиши ва офтоб уриши мумкин. Айниқса, юрак қон-томир, қалқонсимон без, жигар, буйрак ҳамда бошқа касалликлари бор, камқувват, семиз кишилар, гўдак ва қариялар офтоб нури таъсиридан эҳтиёт бўлишлари керак.

Тиббиёт нуқтаи назаридан таҳлил қиладиган бўлсак, жазирама ёзнинг қуёш нурлари таъсирида кишининг саломатлиги учун захира тўпланиши мумкин. Турли касалликларни бошдан кечираётган кишиларда эса тана ҳарорати кўтарилиб, айрим нохушликларни сеза бошлайди. Инсон организмининг ҳаётбахш сирларидан бири унинг иссиқ ажратишидадир. 36,5 даража баданнинг ҳарорати нормал эканлигидан далолат. Бадандан ажралиб чиқаётган иссиқликни асосан тери ва ўпка ташқарига чиқариб туради. Олимларнинг фикрича, агар тери ва ўпка (нафас) орқали иссиқлик ажралиб турмаса, тана 40 соат ичида қайнаш даражасигача ҳам етиши мумкин. Шунинг учун ҳам киши танасидан ташқаридаги муҳитда ҳарорат баланд бўлса, бадан қизий бошлайди, одам ўзини лоҳас ҳис қилиб, нафас олиши оғирлашади, ташналик сезилади. Айни пайтда организмнинг сув ва минерал тузларга эҳтиёжи ошади. Ҳаво босими пасайиб, унинг қонга ўтиши, сингиши қийинлашиб, кишида кислород етишмовчилиги юзага келади.

Буюк олим Абу Али ибн Сино ёз чилласида инсон организми кўпинча тўғри овқатланмаслик ҳамда ошқозон-ичак тизимининг нормал ишламаслиги натижасида камқонлик (анемия), асаб, юрак қон-томир, қулоқ, кўз, ошқозон-ичак ва бошқа хасталикларнинг ривожланишини таъкидлаган. Бундай ҳолатда беморнинг қон босими пасайиб, боши оғрийди ва айланади, нафаси сиқилади, қувватсизлик, хотира пасайиши, қўл-оёқлари совиши, асабийлашиши, юрак уришида тезлашиш кузатилиб, иссиқдан жуда безиллайдиган бўлиб қолади. Кўнгил айнаши, қайт қилиш каби ҳолатлар айниқса одам ташна бўлиб турган пайтларда яққол сезилади. Натижада кишининг иш қобилияти тезда пасайиб ёки йўқолиб, тана қизиши кучаяди.

Ёз иссиғининг организмга таъсири хусусида олимлар олиб борган кузатув ва тажрибаларда физиологик тизимлар

(Давоми 7-бетда).

Мутахассис маслаҳати

ИНСОН САЛОМАТЛИГИДА ЁЗ ЧИЛЛАСИ

Унинг қандай ижобий ва салбий хусусиятлари бор

(Давоми. Боши 6-бетда).

нормал иш фаолияти ўзгариши аниқланган. Бош мия пўслоғидаги ҳужайраларда, асосан, тормозланиш жараёни кучаяр экан. Ёзда доимий бир хил иш билан шуғулланган кишини аксари мудроқ босишининг сабаби ҳам шундан бўлиши мумкин. Олимларнинг таъкидлашича, ташқи иссиқ таъсирида кўпгина ички секреция безларининг фаолияти ҳам ўзгариши мумкин. Жумладан, гипофиз ва буйрак усти безларининг ишлаш тезлиги кучайиб, қалқонсимон ва жинсий безлар фаолияти, аксинча, пасаяди.

Иссиқ элтганда кишининг боши оғрийди, ланж бўлади, кўнгли айнаб, қайт қилиши мумкин, оғзи қуриб, ташналиги кучаяди, юзи тўқ қизил тусга киради. Томир уриши ва нафас олиши тезлашади, юрак атрофида нохуш оғриқ пайдо бўлади. Иссиқ элтишининг енгил кўринишида бадан ҳарорати 37,5 даражагача борса, оғир ҳолатида 39-41 даражагача кўтарилиши кузатилган. Агар киши узоқ вақт офтобда қорайса, бошяланг юрса, биз юқорида таъкидлаган ҳолатлар кузатилиши мумкин. Унинг қулоғи шанғиллаб, томир уриши кучаяди, оёқ ва қўл титрайди, юзи қизариб, юрак уриши ва нафас олиши тезлашади, бадан ҳарорати 38-40 даражагача кўтарилади. Иссиқ элтиши ва офтоб уришининг оғир ҳолатларида киши ҳушдан кетиши, нафас олиш ва юрак тўхтаб қолиши ҳоллари ҳам рўй берса, ажабланманг. Офтоб урган кишига дастлабки ёрдам кўрсатишда уни тезда соя жойга ёткизиш зарур. Бундай пайтда дарҳол тез ёрдамга мурожаат қилиш ёки зудлик билан касалхонага олиб бориш керак. “Тез ёрдам“ келгунча унинг юзини совуқ сув билан ювиш, баданини ҳўл сочиқ билан артиш керак, манглайига эса муз ёки ҳўлланган латта қўйилади. Агар беморнинг хуши ўзида бўлса, унга совуқ сув (бир стакан сувга ярим чой қошиқ туз солиб) ичириш керак. Нафас олишини енгиллаштириш учун вақти-вақти билан озгина пахтага новшадил спирти томизилиб ҳидлатилади. Агар бемор ҳушдан кетган бўлса, нафас олиши ва томир уриши сезилмаса, унга сунъий нафас олдириш ва юрак атрофини уқалаш керак.

Ёзда иштаҳа “карнай” бўлмаслигининг сабаби ҳақида сира ўйлаб кўрганмисиз? Бунинг замирида жуда оддий ҳақиқат бор: истеъмол қилинган овқат ичакларга жуда секинлик билан ўтиб, узоқ туриб қолади. Натижада гипертермия (организмнинг қизиши) шароитида овқат ҳазм бўлиш аъзолари фаолияти ҳамда организмда сув, минерал туз ва бошқа моддалар алмашинуви бирмунча бузилиб, ўткир ошқозон-ичак касалликлари келиб чиқиши эҳтимолдан ҳоли эмас.

Тадқиқотчилар организмда кечадиган физиологик жараёнларни йил фасллари бўйича ўрганиб, одамнинг иссиққа бардоши ёз мавсумида камайиб, қишда бунга эҳтиёжи осишини аниқлашган. Шунинг учун ҳам иссиққа мослашиш давомида овқат истеъмол қилгимиз келмайди. Қондаги глюкоза ва холестерин миқдори пасаяди. Инсон танаси жуда мураккаб тузилма бўлиб, бир-бирига мослашган модда алмашинувлар рўй бериб тургани учун ҳам у соғлом яшайди. Организмнинг бир меъёрда ишлаши учун оқсил, ёғ, углевод, витамин ва бошқа микроэлементлар керак. Ана шу моддалар ўзаро муайян мувозанатда бўлсагина, киши ўзини ҳамиша бардам ҳис этади.

Организм ёз фаслида ўзининг кундалик рационини қандай қабул қилиши керак, деган масала кўндаланг қўйилганида, шифокорлар гўшт, жигар, тил, тухум, сут ва сут маҳсулотларини, ҳўл мева, полиз ва сабзавот маҳсулотлари, дуккакли ўсимликларни истеъмол қилишни тавсия этадилар.

26 июндан 5 августга қадар давом этадиган ёз чилласида организмни мўътадил сақлаш учун қўлланиладиган айрим чора-тадбирлар:

- устки кийим кенгроқ, енгил, юпқа, оқ рангда бўлгани маъқул. Синтетик ва сунъий газламалардан тикилган кийимлар кийиш тавсия этилмайди;

- овқат рациони ёғли ва ширин таомлардан мустасно бўлиши керак. Кўпроқ витаминларга бой мева, сабзавот, кўкат, қатиқли суюқ овқатлар (мастава, мошхўрда, қайнатма, шўрва, угра ош ва бошқалар) тановул қилишкони фойда;

- ташна бўлган пайтда сувни кўп ичманг, у қорнингизни шиширib юборади. Бунинг ўрнига кўк чой, турли мева, сабзавотлар шарбати, компот, квас, айрон истеъмол қилсангиз, жоннинг роҳати;

- иссиқ овқат, иссиқ чой истеъмол қилгач, дарҳол муздек сув, яхна чой, яхна шарбат, музқаймоқ ичишдан ўзингизни тийинг. Бу ўта зарарли ҳолат ҳисобланади;

- офтобда қорайгандан сўнг соя жойда бироз бўлиб, кейин чўмилиш, душга тушиш ёки нам сочиқ билан артиниш керак. Қизиб ёки терлаб турган пайтда совуқ сувга тушиш шамоллаш ва томир тортишиши касалликларини келтириб чиқариши мумкин.

Ҳар бир киши вақтида ишласа, дам олишни намунали ташкил этса, овқатланиш рационини хилма-хил ва меъёрига қараб тузса, санитария-гигиена қоидаларига тўлиқ амал қилса, жозибадор ёз чилласи енгил, ташвишсиз ва кўнгилли ўтишига заррача шубҳа йўқ.

Сафар МУҲАММАДИЕВ,
доцент.

Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги тиббий фаолиятни лицензиялаш Кенгаши маълум қилади

Хўжалик судининг ҳал қилув қарорига асосан лицензиясининг амал қилиши вақтинча тўхтатилган хўжалик юритувчи субъектлар рўйхати

№	Фирма номи	Почта манзили	Лицензия рақами	Тўхтатиш асос ва санаси
1	“ИНОБАТ АЗИЗБЕК” хусусий корхонаси	Хоразм вилояти, Урганч шаҳри, Ал-Хоразмий кўчаси, 130-уй	Ю-0388 30.12.2009 й. берилган.	Хоразм вилоят хўжалик судининг 2013 йил 17 майдаги 22-1305/4906-сонли ҳал қилув қарорига асосан 3 ой муддатга вақтинча тўхтатилди
2	“Муҳаммад-Ал-Ализода” хусусий табобат фирмаси	Бухоро вилояти, Ғиждувон тумани, Б. Нақшбандий кўчаси, 18-уй	1436-00 17.07.2012 й. берилган.	Бухоро вилоят хўжалик судининг 2013 йил 20 майдаги 20-1303/5853-сонли ҳал қилув қарорига асосан 1 ой муддатга вақтинча тўхтатилди

Тиббий фаолиятни лицензиялаш кенгашининг 2013 йил 5 июндаги 8-сонли қарори билан лицензиянинг амал қилиши тугатилган юридик шахслар рўйхати

№	Ҳудуд номи	Тиббий фаолият ва почта манзили	Фирмалар номи	Лицензия рақами
1	Тошкент шаҳри	Чилонзор тумани, 17-мавзе, 46-уй, 25-хонадон	"IDEAL BAHROM STOM" МЧЖ	Ю-0129 26.07.2009 й. берилган
2	Тошкент шаҳри	Чилонзор тумани, Чилонзор-16, 15-уй, 10-хонадон	"TABASSUM PLYUS" МЧЖ	Ю-0706 29.09.2010 й. берилган
3	Тошкент шаҳри	Олмазор тумани, Келес йўли кўчаси, 8-уй	МЧЖ шаклидаги "STAR MED SERVICE" Ўзбекистон-Британия қўшма корхонаси	1408-00 29.06.2012 й. берилган
4	Тошкент шаҳри	Яккасарой тумани, У. Носир кўчаси, 12-уй	"BL LAZEROPTIKA" МЧЖ	Ю-0010 14.07.2008 й. берилган
5	Тошкент вилояти	Қибрай тумани, Матлюбунов КФЙ, А. Соатов кўчаси, 9-уй	"DOKTOR MUXAYYO" хусусий корхонаси	Ю-0529 30.04.2010 й. берилган
6	Тошкент вилояти	Юқори Чирчиқ тумани, Арганчи КФЙ, И. А. Цой кўчаси, 2-уй	"XAMZA XUSUSIY STOMATOLOGIYASI" хусусий корхонаси	Ю-0552 30.04.2010 й. берилган
7	Самарқанд вилояти	Самарқанд тумани, Улуғбек КФЙ, Хўжа Аҳрор қишлоғи	"ZOKIRJON DENTAL LYUKS" хусусий корхонаси	Ю-0036 29.06.2008 й. берилган
8	Самарқанд вилояти	Самарқанд шаҳри, М. Улуғбек кўчаси, 74-уй	"XURSHIDA MEDSTOM" МЧЖ	Ю-0611 23.12.2010 й. берилган
9	Фарғона вилояти	Қува тумани, Янги Ҳаёт КФЙ, Деҳқонобод қишлоғи, 78-уй	"FENCHEL ARTICHOKE" хусусий корхонаси	Ю-0651 27.07.2010 й. берилган
10	Фарғона вилояти	Қўқон шаҳри, Истамбул кўчаси, 54-уй	"ДОКТОР ЭКСТРА МЕД" МЧЖ	Ю-0439 30.01.2010 й. берилган
11	Фарғона вилояти	Қўқон шаҳри, Туркистон кўчаси, 15-уй	"АИДА МЕД СЕРВИС" хусусий корхонаси	Ю-0161 24.08.2009 й. берилган
12	Қашқадарё вилояти	Муборак тумани	"Ўзнефтгазқазибчиқариш" акциядорлик компанияси	1463-00 21.08.2012 й. берилган
13	Қашқадарё вилояти	Қарши шаҳри, Хўжа Хиёл маҳалласи, А. Темур кўчаси, 34-уй	"НИКА ГИНЕКОЛОГИЯ" хусусий корхонаси	Ю-0312 05.12.2009 й. берилган
14	Қашқадарё вилояти	Қарши шаҳри, Ўзбекистон кўчаси, 225-уй, 7/2-хонадон	"СУМБУЛА АЛИГАБИТ" хусусий корхонаси	Ю-0575 31.05.2010 й. берилган
15	Бухоро вилояти	Бухоро шаҳри, И.Мўминов кўчаси, 27-уй	"NODIRBEK XROMA LYUKS" МЧЖ	Ю-0474 27.02.2010 й. берилган
16	Хоразм вилояти	Урганч тумани, Чондиркиёт қишлоғи, Пахтакор ш/х	"DENTA GRANT LYUKS" МЧЖ	Ю-1056 30.09.2011 й. берилган
17	Андижон вилояти	Марҳамат тумани, Марҳамат шаҳри, Мустақиллик кўчаси, 2-уй	"ДУРДОНА МАЛХАМ СЕРВИС" хусусий корхонаси	Ю-0077 28.11.2008 й. берилган
18	Андижон вилояти	Избоскан тумани, Пойтуғ шаҳри, А. Тиллабоев кўчаси, 3-уй	"SHIFOKOR HABIBULLO" МЧЖ	ПЮ-0251 29.02.2012 й. берилган
19	Сурхондарё вилояти	Термиз шаҳри, Тараққиёт кўчаси, 36-А уй	"Термиз Ал Маҳмуд" хусусий корхонаси	0517-01 21.08.2012 й. берилган
20	Сирдарё вилояти	Янгиер шаҳри, Шодлик маҳалласи, А. Навоий кўчаси, 12-уй, 5-хонадон	"SEVINCH SHODIYONA" хусусий корхонаси	Ю-0673 29.08.2010 й. берилган

Тиббий фаолиятни лицензиялаш кенгашининг 2013 йил 5 июндаги 8-сонли қарори билан лицензиянинг амал қилиши вақтинча тўхтатилган юридик шахслар рўйхати

1	Фарғона вилояти, Тошлоқ тумани, Кумариқ КФЙ, Сўфи қишлоқ маҳалласи, 101-уй	"Мўминхон гавҳар садаф сервис" хусусий корхонаси	Ю-0961 20.06.2011 й. берилган	Фаолиятини 2013 йил 1 ноябрга қадар тўхтатишни сўраган

Тиббий фаолиятни лицензиялаш кенгашининг 2013 йил 5 июндаги 8-сонли қарори билан лицензиясининг амал қилиши 10 иш куни муддатига тўхтатилган юридик шахслар рўйхати

	Вилоят, туман (шаҳар) номи	Тадбиркорлик субъекти номи	Текширув тури	Қўлланилган ҳуқуқий таъсир чораси
1.	Андижон вилояти, Қўрғонтепа тумани, Савой МФЙ, Тинчлик кўчаси, 32-уй	"ХОЖИ АКБАРАЛИ МЕД СЕРВИС" МЧЖ	Режали	Фаолиятини 10 иш кунига тўхтатиш
2.	Бухоро вилояти, Бухоро шаҳри, Ибн Сино кўчаси, 43-уй	«STOM FAYZ» МЧЖ	Режали	Фаолиятини 10 иш кунига тўхтатиш
3.	Наманган вилояти, Наманган тумани, Гирвон КФЙ, Тўрақўрғон кўчаси, 92-уй	"ABBOS NUR SAVDO SERVIS" хусусий корхонаси	Режали	Фаолиятини 10 иш кунига тўхтатиш
4.	Самарқанд вилояти, Самарқанд шаҳри, Буюк Ипак йўли кўчаси, 99-уй, 1-хонадон	"DOKTOR LUX" масъулияти чекланган жамияти	Режали	Фаолиятини 10 иш кунига тўхтатиш
5.	Самарқанд вилояти, Самарқанд тумани, Улуғбек қишлоғи, Хўжа Аҳрор маҳалласи	"SADULLAYEV DENTA-ART" хусусий корхонаси	Режали	Фаолиятини 10 иш кунига тўхтатиш
6.	Тошкент шаҳри, Юнусобод тумани, 14-мавзе, 14-уй, 30-хонадон	"SAID PARADENT" МЧЖ	Режали	Фаолиятини 10 иш кунига тўхтатиш
7.	Тошкент шаҳри, Яккасарой тумани	"DENTA ELITE" хусусий корхонаси	Режали	Фаолиятини 10 иш кунига тўхтатиш
8.	Тошкент шаҳри, Юнусобод тумани, 13-мавзе, 57-уй, 39-хонадон	"OMEGA STOM" хусусий корхонаси	Режали	Фаолиятини 10 иш кунига тўхтатиш
9.	Тошкент шаҳри, Шайхонтоҳур тумани, Самарқанд Дарвоза кўчаси, 11-уй	"NURULLA NIGORA" МЧЖ	Режали	Фаолиятини 10 иш кунига тўхтатиш
10.	Хоразм вилояти, Гурлан тумани, Фируз кўчаси, 14-уй	"MAHMUDJON MUZAFFAROV" хусусий фирмаси	Режали	Фаолиятини 10 иш кунига тўхтатиш
11.	Наманган вилояти, Косонсой тумани, Косонсой шаҳри, Гулобод маҳалласи, Меъмор кўчаси, 2-уй	"Баходир Дента Сервис" хусусий корхонаси	Режали	Фаолиятини 10 иш кунига тўхтатиш

– Мен ҳам келажакда бокс бўйича чемпион бўламан...

ТАБИАТИМИЗ ТАБИБЛАРИ: ОЛМА

Ўзбекистон дунёда деҳқончиликнинг энг қадимий маконларидан бири бўлиб, кўплаб меваларнинг маданийлаштириш ва янги навларининг яратилиш маркази ҳисобланади. Бу ерда боғдорчилик ва токчилик ҳар доим қишлоқ хўжалигининг анъанавий соҳаси бўлиб келган. Республикамизда боғдорчиликка ихтисослаштирилган илмий-текшириш институтлари ва хўжаликлари мавжуд бўлиб, улар турли хилдаги табиий ҳолда тарқалган мева турлари асосида янги навларни яратиб, маданийлаштириб халқимиз дастурхонини безатишади. Ана шундай хушхўр, халқимиз севиб истеъмол қиладиган мевалардан бири олма ҳақида маълумот берамиз.

Олма ўсимлиги атиргулдошлар оиласига мансуб бўлиб, флорада 23 туркуми ва 600 тури мавжуд. Олма турлари Ўрта Осиёнинг тоғли ўрмонларида, Европанинг тропик зоналарида табиий ҳолда учрайди. Ҳозирда селекционер олимларнинг изланишлари орқали олманинг турли хил навлари яратилмоқда.

Олма меваси – кўплаб беқиёс дармондорилар ва микроэлементлар манбаи ҳисобланади. Олма қип-қизил ёхуд сап-сариқ бўлиб, ғарқ пишганини кўпчилигимиз хўш кўрамиз, аммо нордон олма шифобахшликда етакчи ҳисобланади. Кўк ранг олма таркибида пектин мўл ва қанд моддаси кескин камлиги боис, беназирдир. Қизил, қирмизи олма фойдали жиҳати бўйича кўк ранглидан кейинги ўринда туради. Сариқ ранг ёки оқиш-ширин олмалар эса шифобахш жиҳатлари бўйича энг қуйи ўринда туради.

Олма таркибида 15 фоизгача лимон кислотаси, темир, калий, мис, витаминлардан B1, B2, PP, A ва фолат кислотаси мавжуд. Аммо унинг энг қимматли жиҳати таркибида аскорбин кислотаси (витамин C) ва пектин моддаси мавжудлигидадир. Истеъмол қилинган олма ҳали ошқозон-ичак тизимида турган дамлардаёқ пектин моддаси ёрдамида холестерин миқдорини 10-15 фоизга камайтириши аниқланган.

Олма нафақат хушхўр мева, балки шифобахш неъмат сифатида азалдан қўллаб келинган. Абу Али ибн Сино ўзининг "Тиб қонунлари" асарида олма меваси хусусида бир қанча маълумотлар қолдириб кетган. Ибн Сино беморнинг мижози иссиқ ёки совуқлигини инобатга олиб, олмани ҳар хил касалликларда қўллаган. У пишмаган олма кўп истеъмол қилинганда буйракда тош ҳосил бўлиши мумкинлиги ҳақида ҳам айтиб ўтган.

Халқ табобатида бу мева билан қуйидаги касалликларни даволашган:

1) пешоб йўли тошлари туширилган;

2) ошқозон-ичак яллиғланиши даволанилган;

3) сурункали бод касаллигини даволашда қўл келган;

4) овоз бўғилишида ҳам бу мева беназир восита ҳисобланган.

Замонавий тиббиёт ҳам олма бир қанча касалликларга даво бўлиши ва беқиёс дармондорилар манбаи эканлигини тасдиқлайди. Замонавий табобат олма меваси қатор микробларга қирон келтиришини, қон ҳаракатини маромига солиши, паришонхотирлик, мия хорғинлигини кеткизишини эътироф этган. Шунингдек, подагра ва дизентерия касалликларида олмали парҳез қўл келиши исботланган.

Олма пўстлоғида катта миқдорда кверсетин антиоксиданти мавжуд бўлиб, у C витамини билан бирга эркин радикалларнинг организмга зарарли таъсир кўрсатишига халақит беради. Пектин олмага унинг асосий ҳимоя кучини берувчи модда ҳам ҳисобланади. У организмга кирувчи қўрғошин ва маргимуш каби зарарли моддаларни боғлайди ва организмдан чиқаради. Олмадаги эримайдиган толалар ич қотиши ва бу билан йўғон ичак саратони ривожланишининг олдини олади.

Халқимиз олма мевасини ҳар хил кўринишда, хусусан янги узилган, мураббо ёки шарбат ҳолида тановул қилади. Тадқиқотчилар кунига 2 дона олма истеъмол қилиш организмдаги холестерин миқдорини 16 фоизга камайтиришини аниқлашган. Бунинг маъноси шуки, аҳоли орасида атеросклероз, инсульт, инфаркт касалликлари юзага келишининг анчайин камайишига олиб келади. Буни олма таркибидаги пектин моддаси амалга оширади.

Олма таркибида кўп миқдорда темир моддаси бўлиб, у қондаги гемоглобин таркибига киради. Гемоглобин эса тўқима ва ҳужайраларга кислород етказиб берищдек муҳим бир вазифани бажаради. Организмда темир ёки гемоглобиннинг камлиги халқ орасида анемия ёхуд камқонлик деб аталади.

Олма шарбати ҳам организмга жуда фойдали бўлиб, айниқса ақлий меҳнат билан шуғулланувчилар учун зарур ичимликлар қаторида туради. Олма шарбатини тайёрлашда бир жиҳатга албатта эътибор бериш керак бўлади. Серқуёш ўлкамизда етиштириладиган олмаларнинг таркибида қанд миқдори юқори бўлганлиги сабабли шарбатларга тенгма-тенг миқдорда қайнатилган сув қўшиб истеъмол қилинади. Бу организмда ортиқча қанд йиғилишининг олдини олади.

Мирзоҳид МИРЗАЕВ,
Тошкент фармацевтика институти 2-босқич талабаси.

Полезные советы

УШИБ

– Быстрому заживлению при ушибе помогают медовые аппликации: смочите жидким медом бинт и наложите его на место ушиба.

– Свежие листья мать-и-мачехи ополосните в холодной воде и приложите к больному месту нижней стороной, сверху компрессная бумага и повязка.

ГИПЕРТОНИЯ

1 ч. ложку травы пастушьей сумки залейте 1 стаканом холодной кипяченой воды, настаивайте 8 часов. Принимайте по 2 ст. ложки 3-4 раза в день.

УСТАЛОСТЬ

Простой самомассаж пальцев рук не только снимает напряжение в мышцах рук при однообразной работе, но и тонизирует весь организм, устраняет усталость, активизирует деятельность многих внутренних органов, так как на них рефлекторно влияет состояние кистей рук. Один из способов самомассажа такой. Первый прием: зажмите кулаком правой руки большой палец левой руки и начинайте сжимать и разжимать кулак. Такие же образом воздействуйте на остальные пальцы левой руки. Затем левой рукой также массируйте пальцы правой. Второй прием: в этом исходном положении массируйте пальцы круговыми движениями кулака вправо-влево.

Такой самомассаж можно делать и во время утренней гимнастики, и в любое другое удобное для вас время. Применяйте его в состоянии как умственной, так и физической усталости.

ПРОФИЛАКТИКА ОТСЛОЕНИЯ СЕТЧАТКИ ГЛАЗА

Людям, чья профессиональная деятельность связана с большой нагрузкой на глаза, для предотвращения отслоения сетчатки рекомендуется пить такой лечебный отвар. Для его приготовления вам потребуются 5 ст. ложек мелко измельченных молодых иголок ели или сосны, 2-3 ст. ложки измельченных плодов шиповника коричного, 2 ст. ложки луковой щелухи. Все это сырье залейте 0,7 литра воды, доведите до кипения, держите на слабом огне 10 минут. Оставьте настаиваться на ночь, завернув в теплое. Процедите и пейте в течение дня – от 0,5 до 1 литра в сутки. Курс – 2 месяца, после месячного перерыва курс повторите.

ЗАБОЛЕВАНИЕ СУСТАВОВ

Хорошее средство для лечения больных суставов – компрессы из глины. Сначала согрейте больное место примочками из теплой воды. Глину залейте теплой водой, разомните, сформируйте лепешку и наложите на больное место. Сверху компрессная бумага и шерстяной платок. Компресс держите до остывания. Затем снимите компресс, очистите больное место от глины, протрите его теплой водой. Использованную глину повторно не применяют. Курс лечения – 10 процедур.

КРОВОТЕЧЕНИЕ ИЗ НОСА У ДЕТЕЙ

У многих маленьких детей часто возникают носовые кровотечения в жаркую погоду, во время болезни, после сильного плача и в других ситуациях. Это объясняется слабыми сосудами носоглотки. Для их укрепления приготовьте такую лечебную мазь. Высушенные листья крапивы измельчите в порошок и хорошо перемешайте его с вазелином или подсолнечным маслом в пропорции 1:10 (например, 2 г. порошка на 20 г. вазелина или подсолнечного масла). Смазывайте мазью слизистые оболочки носа 2 раза в день.

Подготовила
Л. ВОЛОШИНА.

Ўзбекистон Республикаси Ички ишлар вазирлиги Жазони ижро этиш бош бошқармаси тизимидаги шифокорлик лавозимларига ишга қабул қилишни

ЭЪЛОН ҚИЛАДИ

Ўзбекистон Республикаси Ички ишлар вазирлиги Жазони ижро этиш бош бошқармаси Тошкент шаҳри ва Тошкент вилоятида жойлашган жазони ижро этиш муассасаларида мавжуд бўлган бўш шифокорлик лавозимларига ҳарбий хизматни ўтаган ёки захирадаги офицер унвонига эга бўлган, ёши 35 дан ошмаган, жисмонан ва руҳан соғлом, ички ишлар идоралари сафида хизмат қилишга лаёқатли, олий маълумотли, шифокорлик дипломига эга бўлган Ўзбекистон Республикаси фуқароларини ишга таклиф қилади.

Ишга қабул қилиш ички ишлар идоралари хизмати талаблари асосида амалга оширилади.

Манзил: Тошкент шаҳри, Ҳамза тумани, Фарғона йўли кўчаси, 25-уй.
Телефонлар: 291-59-02, 291-93-06.

Газета муассиси: Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги

Бош муҳаррир Асилбек ХУДАЯРОВ
Нашр учун масъул
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.
Интернет саҳифаларидан фойдаланилган суратларга «@» шартли белгиси қўйилади.

Манзилимиз: 100060, Тошкент шаҳри, Истиқбол кўчаси, 30-уй, 2-қават.
Тел/факс: 233-13-22, тел.: 233-57-73. Газета Ўзбекистон Республикаси Матбуот ва ахборот агентлигида 2009 йилнинг 11 март куни рўйхатга олинган. Гувоҳнома рақами 0015.

Газета материаллари таҳририят компьютер марказида терилди ва саҳифаланди.

Адади 8400 нусха.
Буюртма Г-645.

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 ҚЎШОҚОВ.

Босмахонага топшириш вақти – 20.00.