



Қадр-қимматим, таянчим ва ифтихоримсан, мустақил Ўзбекистон!

Tibbiyotning oliy maqsadi – inson salomatligiga erishishdir

Ўзбекистонда sogʻliqni saqlash Здравоохранение Узбекистана



Газета 1995 йил октябрь ойидан чиқа бошлаган • www.uzssgzt.uz, info@uzssgzt.uz • 2013 йил 23 август • № 34 (951)



Дард кўрмагин асло Болажон,
Соғлом ўсгин, доим бўл омон.

Соғ тандаги соғлом ақлингдан,
Буюк бўлсин юрт – Ўзбекистон.

ТИББИЁТДА ИСТИҚЛОЛИМИЗ ШАРОФАТИ

2011 йилда Буюк Британиянинг “Save the Children” (“Болаларни асрайлик”) халқаро ташкилоти томонидан Ўзбекистон болалар тиббиёти даражаси бўйича жаҳоннинг энг яхши ривожланган ўнлик қаторига киритилди.

Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2010 йил 22 июлда қабул қилинган “Республиканинг қишлоқ туманларида оналар ва болаларнинг репродуктив саломатлигини мустаҳкамлашга доир кўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги қарори асосида аҳоли саломатлигини мустаҳкамлаш вазифаларини бажаришга ҳам алоҳида эътибор қаратилмоқда. Ушбу ҳужжатга биноан умумий қувватлантирувчи махсус поливитамиинлар харид қилиш учун **Давлат бюджетидан керакли маблағ ажратилди.** Шу тариқа, **Ўзбекистон дунёда биринчилардан бўлиб,** хотин-қизлар саломатлигини мустаҳкамлаш учун уларни поливитамиинлар билан бепул таъминлашга эришди.

Брифинг

ОММАВИЙ АХБОРОТ ВОСИТАЛАРИ: ҲАМКОРЛИК ДОИМО ЗАРУР

Жорий йилнинг 21 август куни Ўзбекистон Миллий матбуот марказида Соғлиқни сақлаш вазирлиги матбуот хизмати томонидан соғлиқни сақлаш тизимида амалга ошириляётган ишларда оммавий ахборот воситаларининг ҳамкорлигига бағишлаб матбуот анжумани ташкил этилди.

Тадбирни кириш сўзи билан очган Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазири Анвар Алимов мустақиллик йилларида республика тиббиёт тизимида оламшумул туб ўзгаришлар юз берганлиги, шунингдек, соҳада эришилаётган ютуқлар жаҳон ҳамжамиятида муносиб эътироф этилаётганлигини таъкидлаб ўтди. Қўлга киритилаётган муваффақиятлар асосида жаҳон стандартларига мос бўлган тиббиёт масканлари замонавий даволаш-диаг-

ностика технологиялари ҳамда юқори малакали кадрлар билан таъминланаётганлиги аҳолига сифатли тиббий хизмат кўрсатишда муҳим омил бўлаётганлигига алоҳида урғу қаратди.

Аввало, давлатимиз томонидан соҳага оид йўналтирилаётган барча қарор ва фармонлар замирида инсон манфаати ва унинг саломатлиги ётар экан, ҳар бир долзарб масалага жиддий ёндашув зарурлиги бугунги давр талаби эканлиги барчамизга маълум.

Анжуман давомида вазир Анвар Алимов эришилаётган ютуқлар қаторида тизимдаги долзарб масалалар бўйича амалга оширилиши лозим бўлган ишлар хусусида атрафлича тўхталиб ўтди. Жумладан, соғлом оилани шакллантириш борасида никоҳланувчиларни ўз вақтида тиббий кўрикдан ўтказиш, болаларни режали эмлаш, алкоголь ва тамаки маҳсулотлари истеъмоли назоратини кучайтириш, кўрак сути билан боқиш, дори воситаларидан тўғри фойдаланиш, остеопоз, қўл орқали ўтадиган касалликларни бартараф этиш, тез ёрдам, бирламчи тиббий-санитария хиз-

матини янада яхшилаш, меҳнат мигрантлари назоратини олиб бориш, хусусий тиббиёт муассасалари фаолиятига жиддий эътибор қаратиш, шифона ички инфекцияларига йўл қўймастик, шунингдек, айрим ижтимоий касалликларга қарши профилактик чора-тадбирларни қўллаш бўйича ўз фикрларини билдириб, бу борадаги муҳим маълумот ва амалдаги фаолиятларни аҳолига тўғри ва холисона етказишда оммавий ахборот воситаларининг алоҳида ўрни борлигини таъкидлади.

Бундан ташқари, юқорида тилга олинган долзарб вазибалар ижросини таъминлашда кенг жа-

моатчиликнинг биргаликдаги ҳамкорлигини кучайтириш, соҳанинг юқори малакали мутахассислари иштирокида оммавий ахборот воситаларида муҳим мавзуларни ёритиш лозимлиги бўйича таклифлар киритилди.

Яна шуни алоҳида айтиш жоизки, халқимизнинг тиббий маданиятини янада оширишда нашрлардаги мақолалар юксак савияда бўлиши зарур. Шу нуқтаи назардан келиб чиқиб, журналистлар ўзларини қизиқтирган саволлар билан мутахассисларга мурожаат этиб, чуқур маълумотга эга бўлдилар.

Ибодат СОАТОВА.

Соғломлаштириш ҳафталиги: Навоий вилояти

**МУАЙЯН ЙЎНАЛИШ ВА
МАҚСАДЛАР ЗАМИРИДА****аҳоли саломатлигини мустаҳкамлаш бош мезон ҳисобланади**

Қарийб беш йилдирки, соғлиқни сақлаш тизимида Президентимизнинг 2009 йил 13 апрелдаги “Она ва бола саломатлигини муҳофаза қилиш, соғлом авлодни шакллантиришга доир қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги 1096-сонли Қарори ижросини бажариш мақсадида жойларда “Фертиль ёшдаги аёллар, болалар ва ўсмир қизларни соғломлаштириш ҳафталиги”ни ўтказиш бўйича вазирликнинг махсус буйруғи ишлаб чиқилган. Унда асосан, фертиль ёшдаги аёллар, болалар ва ўсмир қизлар саломатлигини чуқур тиббий кўриқдан ўтказиш асосий мақсадга айланган экан, айтиш кунда унинг самарали натижаларига эришилаётганлиги қувонарли ҳолдир.

Яна шунини айтиш муҳимки, ҳар ойда мунтазам равишда давом этаётган ушбу ҳафталикда юртимизнинг чекка ҳудудларида яшаётган аҳолининг кенг қатлами қамраб олинганлиги ҳам айрим касаллик-

даги тиббиёт муассасалари ҳамда аҳоли билан суҳбатлашганимда юқоридаги фикрларнинг яққол ифодасини кўряпман. Айниқса, республика миқёсидаги ҳар бир қишлоқ врачлик пунктларида бўлганимда,



ларнинг олдини олишда, шунингдек, келажақ фарзандларимиз саломатлигини муҳофаза қилишда асосий омил бўлиб хизмат қилмоқда. Соғлиқни сақлаш вазирлигининг 2013 йил 5 августидagi 1152-сонли фармойиши бўйича Қорақалпоғистон Республикаси ва вилоятлар соғлиқни сақлаш бошқармалари тасарруфидаги тиббиёт муассасаларида соғломлаштириш ҳафталиги республикамиздаги етакчи клиникаларнинг юқори малакали мутахассислари ҳамда жойлардаги тажрибали тиббиёт ходимлари томонидан муваффақиятли олиб борилди. Ушбу жараёнлар билан танишиш мақсадида Навоий вилояти Қизилтепа туман тиббиёт бирлашмасига қарашли “Ванғози” ва “Варозун” қишлоқ врачлик пунктларида бўлиб, мутахассислар ҳамда аҳоли билан суҳбатлашдик.

Журналист сифатида айтишни хоҳлардимки, мустақиллик шарофати билан тиббиётга оид чиқарилаётган қарор ва фармонлар замирида инсон манфаати, унинг саломатлиги давлат сиёсатининг устувор вазифасига айланганлиги тизимдаги фаолиятларни янада шакллантиришда муҳим қадам бўлаётганлигига ҳар биримиз гувоҳимиз. Зеро, бу борада оммавий ахборот воситаларига ҳам кенг имкониятлар берилганлиги халқ билан ҳамнафас яшашга, шунингдек, аҳолига ахборотни тўғри ва холисона етказишга ундамоқда. Қорақалпоғистон Республикаси, Тошкент шаҳри ва вилоятлар-

аввало уларнинг замон талаблари даражасида бўлиб этилганлиги, янги технологиялар ва малакали кадрлар билан таъминланганлиги, бунинг баробарида муассаса ҳудудида мевали ва манзарали дарахтлар, ранг-баранг гуллар, қолаверса дид билан ободонлаштирилганлиги мени мамнун этади. Қуни кеча Навоий вилоятининг Қизилтепа туман тиббиёт бирлашмасига қарашли “Ванғози” ва “Варозун” ҚВПларида бўлганимда ана шундай манзарага дуч келдим. “Ванғози” қишлоқ врачлик пунктнинг файзи ушбу жамоада соғлом муҳит, меҳр-оқибат, ҳамжihatлик барқарорлигидан дарак бериб турибди...

Бизни ҚВП мудири Ширин Яхёев хушмуомалалик билан кутиб олар экан, муассаса фаолияти тўғрисида қуйидаги фикрларни билдириб ўтди:

– Президентимизнинг тиббиёт соҳаси ва аҳоли саломатлигига алоҳида эътибор қаратаётганлиги кайфиятимизни кўтариб, иш самарадорлигини янада оширмоқда. ҚВПмиз ҳудудида 7117 нафар аҳоли истиқомат қилади. Шунингдек, ҳудудимизда 2 та мактаб, 1 та касбхона коллежи ва 1 та мактабгача тарбия муассасаси мавжуд

бўлиб, уларга 4 нафар умумий амалиёт шифокорлари, 22 нафар ҳамширалар тиббий хизмат кўрсатишади. 3-типдаги ҚВП “Саломатлик-2” лойиҳаси доирасида зарурий тиббий асбоб-ускуналар, керакли жиҳозлар билан таъминланган. 4 нафар шифокоримиз ҳам “Саломатлик-1, 2” лойиҳаларининг 10 ойлик ўқув курсида таҳсил олиб, умумий амалиёт шифокори мақомига эга бўлганлар. Ҳамшираларимизнинг барчаси “Аёллар ва болалар саломатлигини мустаҳкамлаш” лойиҳаси доирасида ўз билим ва тажрибаларини оширдилар. Аҳоли орасида патронаж ҳамширалар ёрдамида тарғибот ва ташвиқот ишлари кучайтирилганлиги боис, айрим жиддий касалликларнинг кўрсаткичлари камайиб, гепатит, ОИТС, гиёҳвандлик каби хасталиклар қайд қилинмади. Камқонлик, қон босими, қандли диабет, йод етишмовчилиги бўйича айрим беморларимиз доимий назоратда турадилар. Кейинги йилларда маҳалла фуқаролар йиғини билан ҳамжиҳатликда олиб бораётган ишларимиз ҳам ўз самарасини бермоқда. Ҳафтанинг ҳар жумаси маҳалла куни деб белгиланган. Маҳалла фуқаролар йиғини билан ҳамкорликда меҳнат мигрантлари, одам савдоси, хавфли касалликлар ҳисобланган сил, ОИТС, гиёҳвандлик ва ичкиликбозлик каби



ликлар аниқланди ва уларни соғломлаштириш учун керакли тавсиялар берилди.

Дилфуза КАМОЛОВА,
Тошкент шаҳри,
Мирзо Улғбек
тумани кўп
тармоқли
марказий
поликлиника
акusher-
гинекологи:

– Бундай «Соғломлаштириш ҳафталиги»нинг мунтазам тарзда ўтказиб келинаётганлиги оналар ва болалар саломатлигини мустаҳкамлашда муҳим аҳамият касб мисолида кўряпмиз. Тадбир давомида биз аёлларнинг нафақат ҳомиладорлиги, балки уларнинг айримларида кечаётган касалликларнинг олдини олиш, ўз вақтида шифокор назоратидан ўтиш, давлатимиз томонидан берилётган поливитаминалар билан таъминланиш масалаларига ҳам катта эътибор қаратяпмиз. Қабулимда бўлган фертиль ёшдаги аёлларда жиддий касалликлар йўқлиги ҳамда уларнинг контрацепция воситалари тўғрисидаги тушунчалари, шунингдек, мазкур ҳафталикда мунтазам иштирок этишларидан мамнун бўлдим. Иштирок этган айрим фертиль ёшдаги аёлларни мавжуд контрацепция воситалари билан қамраб олдик. Бундан ташқари, ихтиёрий жарроҳлик контрацепциясини ёзма равишда ўзи ва оила аъзоларининг хоҳиши билан амалга оширдик. Албатта, бундай «Соғломлаштириш ҳафталиги» бежизга мунтазам тарзда олиб борилаётга-

ни йўқ. Бунинг замирида келажагимиз бўлган фарзандларимиз саломатлиги ётар экан, унда она, қолаверса, оиланинг соғлом муҳити асосий ўрин тутишини ҳеч қачон унутмаслигимиз керак. Демокчиманки, аёлларимиз хотиржамликка берилмай, соғлиқларига доимий эътибор қаратсалар фойдадан ҳоли бўлмайди.

Шаҳодат ОЧИЛОВА,
«Ванғози» ҚВП умумий
амалиёт шифокори:

– Йиллар ўтган сайин фаолиятдаги тезкорлик ошиб, эгаллаган касбинг бўйича тажрибанг бойиган сари, янада ишлагинг келаверар экан. Айниқса, аҳоли билан мукамал мулоқотда бўлиб, уларнинг саломатлиги бўйича чуқур мулоҳаза юритсак, гўёки тиббиётдаги барча сир-асрорларнинг моҳиятига етгандек бўляпмиз. Кейинги йилларда тиббиёт ходимларининг меҳнатига қаратилётган эътибор, бундан ташқари, аҳолига сифатли тиббий хизмат кўрсатиш борасидаги изчил фаолиятларнинг натижалари кечаётганлигида вазирлик ташаббуси билан ўтказилаётган **соғломлаштириш ҳафталикларининг ўрни катта бўлмоқда.** Агар касалликлар кўрсаткичларини йиллар мисолида солиштирадиган бўлсак, ўтган йилларга қараганда ҳудудимизда деярли ижтимоий, юқумли касалликлар қайд этилмади. Касалликларнинг олдини олишда, аввало, тарғибот ва ташвиқот ишларининг патронаж ҳамширалар томонидан мунтазам тарзда давом эттирилаётганлиги ҳар бир оила аъзоларининг тиббиётга бўлган ишончини орттирмоқда. ҚВПмизда фуқаролар учун барча шароитлар **(Давоми 3-бетда).**

Соғломлаштириш ҳафталиги: Навоий вилояти

**МУАЙЯН ЙЎНАЛИШ ВА
МАҚСАДЛАР ЗАМИРИДА****аҳоли саломатлигини мустаҳкамлаш бош мезон ҳисобланади**

мавжуд. Жумладан, кундузги шифохона ҳамда физиотерапия хоналаридаги муолажалар беморларнинг узоғини яқин қилмоқда. Тиббий мас-

канимиздаги умумий амалиёт шифокорларидаги асосий кўникмалар аҳолига чуқур кириб боришимиз билан бир қаторда, оила аъзолари барчасининг

соғлигига бўлган масъуллигимизни янада оширмоқда. Истардимки, инсон саломатлиги учун нафақат тиббиёт ходими, балки жамоатчилик, қолаверса ҳар бир фуқаро жиддий ёндошагина, кўзлаган мақсадларимизга эришамиз.

**Иззат ФОЗИЛОВ,
Ванғози қишлоғи:**

— Бир неча йилдирки, қон босими касаллиги безовта қилиб келади. Соғлигимда ўзгариш сезгач, дарҳол «Ванғози» қишлоқ врачлик пунктида фаолият юритаётган шифокору ҳамшираларга мурожаат қиламан. Бир-бирдан хушмуомала, ўз касбининг жонкуярлари мени тиббий кўриқдан ўтказгач, керакли даво муолажаларини тавсия этади-



лар. Кези келганда ҚВПдаги кундузги стационарда шифокор ва ҳамшира назоратида зарурий муолажаларимни олиман. Айни кунда соғлигим яхши. Аҳоли учун яратилаётган имкониятлардан мамнун ҳолда барча ташкилотчиларга миннатдорчилик билдираман.

**«Варозун» ҚВП**

бий асбоб-ускуналар билан жиҳозланган. Бўлиб ўтган «Соғломлаштириш ҳафталиги»да 1167 нафар фертил ёшдаги аёллардан 200 нафарга яқини чуқурлаштирилган тиббий кўриқдан ўтказилди. Пойтахтимизнинг етакчи клиникалари ҳамда ҳудудимиз мутахассисларининг ҳамкорликда олиб борган иш фаолиятлари самарали кечиби, қабулга келган барча аҳоли қатлами хурсанд бўлди. Бу тарзда олиб борилаётган ҳафталикнинг аҳоли орасига чуқур кириб бораётганлиги халқнинг тиббий саводхонлиги янада ошиб бораётганидан далолатдир.



**Иосиф ДЖАТДАЕВ,
Республика
ихтисослаштирилган
акушерлик ва гинекология
илмий-амалий тиббиёт
маркази акушер-
гинеколог:**

— «Соғломлаштириш ҳафталиги»да бир қанча вилоятлар кесимида иштирок этиб, фертил ёшдаги аёлларни чуқурлаштирилган тиббий кўриқдан ўтказиш жараёнида уларнинг айримларида экстрагенитал касалликлар мавжудлигини кўрдим. Лекин Қизилтепа туман тиббиёт бирлашмасига қарашли ҚВПларда бўлганда саломатлигини текширувдан ўтказгани келган аёлларни тиббий кўриқдан ўтказиш чоғида уларда деярли касалликлар йўқлиги аниқланди. Шунингдек, «Варозун» ҚВПда ўтказилган тиббий кўриқ кўрсаткичлари яхши натижалар берди десам, муболага бўлмайдими. Яна шуниси диққатга молиқки, ушбу туман миқёсида истиқомат қилаётган аёллар ва ҳомиладорлар соғлом эканлиги ўша жойда она-бола саломатлигига катта эътибор қаратилаётганлигидан далолат деб билдим. Қабулимдаги ҳар бир аёлга асосан, туғиш даврида нималарга эътибор қаратиш ҳамда исталмаган ҳомиладорликнинг олдини олишда контрацепция воситаларининг афзаллик томонларини тушунтирдим. Текширувдан ўтган саккиз нафар аёлга ўзи ва оила аъзоларининг розилиги

(Давоми. Боши 2-бетда).

билан ихтиёрий жарроҳлик контрацепцияси амалиётини бажаришга тавсия қилдик. Контрацепциянинг бошқа турлари билан ҳам аёлларни кенг қамраб олишга ҳаракат қилдик. ҚВПдаги шароитларнинг давр талабига жавоб бериши, тиббиёт ходимларининг тажриба кўлами кенглиги улар фаолиятидаги ишлар самарадорлигини кўрсатиб турибди. Жараён давомида аёлларни тиббий кўриқдан ўтказиш билан бир қаторда, жойдаги мутахассислар билан ҳамкорликда иш олиб бориб, уларга амалий ва услубий ёрдам бердик.

**Йўлдош ЭШОНКУЛОВ,
Қизилтепа туман
тиббиёт бирлашмасига
қарашли «Варозун» ҚВП
мудир, умумий
амалиёт
шифокори:**

— Ҳудудимизда 4886 нафар аҳоли яшайди. Уларга 4 нафар умумий амалиёт шифокори, 17 нафар ҳамшира тиббий ёрдам кўрсатиб келишмоқда. ҚВПмиз «Саломатлик-2» лойиҳаси томонидан замонавий тиб-



**Гулчеҳра ЎРИНОВА,
Қизилтепа тумани, Варозун қишлоғи:**

— Тез кунларда оналик бахтига муяссар бўлиш арафасида турибман. Шу кунга қадар шифокорлар назоратида бўлдим. Бу менинг биринчи ҳомилам. Жараёнлар мен учун осон кечмади. Албатта, ҳомиладорлик даврида мутахассислар тавсиясига риоя этдим. Ҳомиладорликнинг бошланиш даврида қишлоқ врачлик пункти ходимлари томонидан бепул берилган поливитаминларни ўз вақтида қабул қилдим. Мана бугун Республика ихтисослаштирилган акушерлик ва гинекология илмий-амалий тиббиёт маркази акушер-гинеколог Иосиф Джатдаев ҳамда Қизилтепа туман тиббиёт бирлашмаси УТТ мутахассиси Сайфулло Қулиевлар қабулига кирганимда ҳомилам ва соғлигим меъёрида эканлигини билиб, хурсанд бўлдим. Яна шунини айтмоқчи эдимки, саломатлигимиз учун биргина шифокорлар эмас, ўзимиз ҳам ҳаракат қилишимиз зарурлигини янада англаб етдим. Айниқса, патронаж ҳамшираларнинг хонадонларимизда бўлиб, турли касалликларнинг олдини олиш бўйича буклетларни тарқатаётганлиги тиббий маданиятимизни янада оширмоқда. Шунингдек, ҚВПда «Оналар бурчаги» ташкил этилганлиги мендек илк бор она бўлаётганлар учун ниҳоятда қўл келмоқда. Биздек аёллар ва келажак фарзандларимиз саломатлиги учун қайғураётган Президентимиз ҳамда Соғлиқни сақлаш вазирлиги, «Варозун» қишлоқ врачлик пункти ходимларига раҳматлар айтаман.

Хулоса ўрнида айтишимиз жоизки, Президентимизнинг соҳага оид чиқараётган қарор ва фармонларининг мазмун-моҳиятини чуқур англаб етган халқимиз бугунги кунда инсон учун бебаҳо бўлган саломатликларини ҳар томонлама муҳофаза қилаётганликлари, бу албатта жамиятимиз тараққиётига қўшаётган муносиб ҳиссаларидир.

Хизмат сафаримиз чоғида Қизилтепа туман тиббиёт бирлашмаси тасарруфидаги қишлоқ врачлик пунктларининг замон талаблари даражасидаги фаолиятларида аҳоли ва жамоат ташкилотларининг ёрдамлари бекиёс бўлаётганлини эшитиб, ҳамжихатликка нима етсин дея, уларнинг масъулиятли ишларига омадлар тилаб қолдик.

2-3-саҳифа материалларини
Ибодат СОАТОВА тайёрлади.
Муаллиф олган суратлар.

Истеъдод

БЕҲЗОДНИНГ ОРЗУСИ – ШИФОКОР БЎЛИШ

Жорий йил кимё фани бўйича ўтказилган 45-халқаро олимпиадада Тошкент педиатрия тиббиёт институти қошидаги 1-академик лицейи ўқувчиси Беҳзод Болтаев олтин медалга сазовор бўлди.

Мамлакатимизда ёшларга оид пухта ишлаб чиқилган ва истиқболни кўзлаб, изчиллик билан юритилаётган давлат сиёсати ўғил-қизларимизнинг халқаро фан олимпиадалари, интеллектуал беллашувлар, санъат фестиваллари, ижодий танловлар, нуфузли кўргазмалар, спорт мусобақаларидаги зафарларида муҳим омил бўлмоқда.

...Беҳзодни дарс машғулоти жараёнида учратдим. Оқдид, камтар, хушмуомала бу ўспирин таътил даврида ҳам қатъий кун тартибига риоя этаётганига ҳавасим келди. Эрталаб соат олтида спорт билан шуғулланишни – сузишни қанда қилмайди. Сўнг лицейга йўл олади. Кимё фанининг биологик, таҳлилий, физик, органик, анорганик турлари бўйича қўшимча дарсларга “шўнғийди”... Компьютер саводхонлиги, инглиз тилидан билимини тобора мустаҳкамлаш, бадий китоб мутолааси, уй юмушларига кўмаклашиш, кадрдон дўстлар билан дийдорлашишни ҳам унутмайди.

Болаликдан кун тартибини тўғри белгилаш, вақтни унумли тақсимлашни одатга айлантиргани Беҳзодда қатъий интизом, мустаҳкам ирода, кунт, зийраклик каби фазилатларни шакллантирди. Мирзо Улуғбек туманидаги 279-умумтаълим мактабида ўқиётганида она тили ва

адабиёти, кимё каби фанлар бўйича билимлар беллашувининг туман, шаҳар босқичларида юқори ўринларни эгаллади. Айни пайтда Беҳзод мактаб қошида ташкил этилган таъқвондонинг ITF йўналиши бўйича ҳам спорт секциясига қатнайдди. Беҳзод таъқвондо бўйича 2007, 2009, 2012 йилларда ўтказилган мамлакат чемпионатида уч карра Ўзбекистон чемпиони бўлди.

Жорий йил Беҳзод учун чинакам изланиш, билимлар чўққиси сари интилиш, зафарлар йили бўлди. Март ойида кимё фани бўйича фан олимпиадасининг Тошкент шаҳар босқичида муваффақият қозонди. Сўнгра Тошкентда 24 апрелдан 1 майга қадар бўлиб ўтган ўқувчилар ўртасидаги кимё фанидан 47-халқаро Менделеев олимпиадасида иштирок этди. Юртимизнинг таълим соҳасидаги ислохотлари, бугунги тинч ва осуда ҳаётимиз, ёшлар камолоти йўлидаги улкан эътиборни жаҳон ёшларига яна бир бор намойиш этган ушбу билимлар беллашувидан 17 мамлакатдан 118 нафар йигит-қиз иқтидорини синовдан ўтказди. Турли мураккабликдаги масалалар, назарий билим, лаборатория ишига оид билимини халқаро миқёсдаги ҳакамлар ҳайъати “чигириги”дан муваффақиятли ўтказган Беҳзод олимпиадада иккинчи ўринни кўлга киритди.

– Президентимиз Ислоҳ Каримов раҳнамолигида мамлакатимизда ёшлар ўз салоҳиятини намоён этиши учун зарур барча шароитнинг яратилгани фарзандларимиз ютуқларида муҳим омил бўлмоқда, – дейди Беҳзоднинг отаси Матёқуб Ширинов. – Оиламизда фарзандларимизнинг пухта таълим олиши, спорт билан шуғулланиши, адабиёт, хорижий тиллар, компьютер технологияларини ўрганиши учун ижодий муҳит ҳам, имконият ҳам етарли.

Шу йилнинг 15-24 июль кунлари Москвада бўлиб ўтган кимё фани бўйича 45-халқаро олимпиадада 77 давлатдан уч юзга яқин 20 ёшгача бўлган йигит-қиз иштирок этди. Талаб ҳам, рақобат ҳам жуда кучли бундай беллашувда Беҳзод билан бирга Мирзо Улуғбек номидаги Ўзбекистон Миллий университети-нинг С. Сирожиддинов номидаги академик лицейи ўқувчилари Дилшода Ортиқбоева, Билолиддин Шаробиддинов дастлабки турда органик моддалар синтези, кимёвий таҳлил, полимерлар анализи сингари мураккаб лаборатория жараёнларини муваффақиятли бажарди. Кейинги босқичда эса ўнга яқин кимёвий масала ишланди. Натижалар эълон қилиниб, ўзбекистонлик Беҳзод Болтаев биринчи ўринни эгаллагани маълум бўлганида, ёш ҳамюртимиз қувончу ҳаяжонининг чеки йўқ эди. Буюк Британия, Франция, Германия, Испания, Япония сингари давлатлар вакиллари бундай юксак натижалардан анча оқибатда қолган эди.

– Бундай олимпиаданинг топ-



шириқлари, кимёвий масалаларини ечишда баъзи тажрибали ўқитувчилар ҳам қийналади, – дейди Тошкент педиатрия тиббиёт институти қошидаги 1-академик лицейи директори Ортиқбой Эшонкулов. – Айни пайтда ўзбек ёшлари бу топшириқларни муваффақиятли бажариб, бир олтин, иккита бронза медални кўлга киритганидан бошимиз кўкларга етди. Бундай ютуқлар замирида Президентимиз раҳнамолигида таълим соҳасида изчиллик билан амалга оширилаётган ислохотларнинг юксак самаралари мужассамдир.

Беҳзоднинг орзуси – шифокор бўлиш.

– Давлатимиз раҳбари томонидан биз, ёшлар учун яратилган улкан имкониятлар шарофати билан шундай ютуқларга

эришмоқдамиз, – дейди Беҳзод. – Ўзбекистондек бой маънавий меросга эга, жаҳон илм-фани ривожига муносиб ҳисса қўшган мутафаккир аждодларимизга бешик бўлган, фарзандлари меҳр ва ардоқдаги табаррук дийёрнинг фарзанди эканимдан гоёт фахрланаман.

Кимё – турли формулаларга бой, мураккаб ва қизиқарли фан. Беҳзод билан суҳбатлашиб, юртимизнинг минглаб иқтидорли ёшлари эришаётган ютуқларнинг формуласини англаб етгандек бўламан. Доимий эътибор ва ғамхўрлик, кунт, билим ва меҳнат, истеъдод ва қобилият, буюк аждодларимизга муносиблик масъулияти – муваффақиятнинг асосий қалитидир.

Назокат УСМОНОВА,
ЎЗА.

Обод турмуш йили

БЎШ ИШ ЎРНИ ВА ХИЗМАТ ТУРЛАРИ ЯРМАРКАСИ

Алишер Навоий номидаги Ўзбекистон миллий боғида Тошкент шаҳар ҳокимияти ташаббуси билан “Обод турмуш йили” Давлат дастури ижросига бағишланган ҳамда Ватанимиз Мустақиллигининг 22 йиллиги олдидан бўш иш ўринлари ярмаркаси ташкил қилинди. Унда тиббиёт, таълим, алоқа соҳасида фаолият кўрсатувчи ташкилот, корхона ва муассасалар ўз хизмат турлари ҳамда бўш иш ўринлари бўйича стенд ва буклетларини ҳавола этдилар.

Аҳолининг дам олиш вақти, яъни кечки салқинда бошланган ушбу ярмаркага кирган киши стендлар олдидан беварқ ўтиб кета олмасди. Ҳар бир ташкилот ва корхона ходимлари ундаги меҳнат ва хизмат тури, шарт-шароит, ойлик маош ҳақида ахборот узатиб туришарди. Айниқса, ярмаркада пойтахтимиз аҳолисига тиббий хизмат кўрсатиб келаётган бирлашма ва шифохоналарнинг фаол иштирок этганлигига гувоҳ бўлдик.

Ҳар бир туманда биттадан “Тез тиббий ёрдам” кўрсатиш станцияси мавжуд ва 2143 нафар тиббиёт ходими бу тармоққа жалб қилинган. Интенсив терапия бригадасида бемор билан мулоқот қила оладиган, унга қийин вазиятда кўмаклашишни ўз бурчи деб биладиган шифокорлар меҳнат қилмоқда. Шаҳар “Тез тиббий ёрдам” станцияси вакили Маҳбуба Ҳақимова ушбу ярмарканинг ўтказилаётгани хусусида шундай дейди:

– Фавқуллодда вазиятлар рўй бериб, инсон ҳаёти ҳавф остида қолса, унинг яқинлари зудлик билан худудий “Тез тиббий ёрдам” станциясига қўнғироқ қилишади. Бу постда хизмат қилади-ганлар эпчил, чаққон ва зийрак, беморнинг умумий ҳолатини чуқур билиши керак. Албатта, станциямиз маъмурияти ва раҳбарияти ўз таркибини шундай кадрлар ҳисобига шакллантириб бормоқда. Тиббиёт йўналишидаги касб-хунар коллежлари билан шартнома тузиб, ўз бўш иш ўринларимизга ҳамшираларни қабул қилаямиз. Жорий йилнинг 1 августига қадар Тошкент тиббиёт академияси ва касб-хунар коллежларини битирган ёш кадрлардан 70 нафарини турли лавозимларга ишга қабул қилдик. Айни пайтда вакант иш ўринлари йўқ эмас, бугунги ярмаркада бизга келиб мурожаат қилаётган ёш шифокор ва ҳамшираларга иш шароитимиз ҳақида тўлиқ маълумот бераймиз.

Замонавий технологияларнинг тиббиёт соҳасига жадаллик билан кириб келиши натижасида аниқлаш қийин бўлган кўплаб касалликларга тезда тўғри ташхис қўйилмоқда. Бу эса шифокорлар ишини энгиллаштириб, беморни соғломлаштиришнинг муҳим омилига айланди. Шаҳар тиббий-маслаҳат диагностика марказига иши тушиб борган киши бу ердаги замонавий асбоб-ускуналар хизматидан фойдаланади. Марказнинг электрокардиограмма ҳамшираси Муқаддам Пўлатовани хизмат турлари акс эттирилган буклет тарқатаётган ҳолатда суҳбатга тортдик:

– Аҳолини иш билан таъминлаш ботида эмас, балки унга турли йўналишда хизмат кўрсатиш юзасидан ахборот беришда бундай ярмаркаларнинг аҳамияти катта. Марказимизга ҳар кун кўплаб фуқаролар келишади, ўз саломатликларини текширувдан ўтказишади. Учтепа туманида филиалимиз бор. Аммо шундай марказ борлигини бил-

майдиган кишилар ҳам йўқ эмас. Биз уларни хизмат турларидан воқиф этиш мақсадида 1000 дونا буклет тайёрладик. Уйлайманки, буклет билан танишган ҳамшаҳарларимиз зарурат тугилса, бизга бориб мурожаат қиладилар.

Ярмаркада оилавий поликлиникалар, санитария-эпидемиология марказлари, туман тиббиёт бирлашмаларининг Ўзбекистон мустақиллигидан аввалги ва кейинги даврдаги фаолияти қиёсий кўринишда акс эттирилган стендлар кўпчиликнинг диққат-эътиборини тортди. Жумладан, Сергели туманидаги 12-оилавий поликлиника бош шифокори Махсума Ибрагимова ҳозирги вақтда ўз жамоаси 29744 нафар аҳолига намунали хизмат кўрсатаётганини таъкидлайди. Оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, аҳоли ўртасида репродуктив саломатликни мустаҳкамлаш, патронаж тизимини намунали ташкил этиш бўйича бу поликлиниканинг ўз ўрни ва тажрибаси бор.

Дарҳақиқат, туман бандликка кўмаклашиш ва аҳолини ижтимоий муҳофаза қилиш марказларининг ўз худудларидаги ташкилот, корхона муассасалар фаолиятини, уларнинг кадрларга бўлган эҳтиёжини ўрганиб бориши натижасида аниқлаган бўш иш ўринлари ярмаркада ўз эгаларини топганига шубҳа йўқ.

Хулқар ТҮЙМАНОВА.

ШИФОХОНАДА УЧРАШУВ

Фаргона вилояти шаҳар ва туманларидаги коллеж, академик лицей, умумтаълим мактаблари, шифохоналарда Ўзбекистон Республикаси Мустақиллигининг 22 йиллигига бағишланган тадбирлар ўтказилди.

Ана шундай тадбирлардан бири Фаргона тумани маркази Водий қишлоғида жойлашган вилоят уруш ва меҳнат фахрийлари шифохона-

сида бўлиб ўтди. Тадбирда 50 нафардан зиёд нурунийлар, II жаҳон уруши фахрийлари, меҳнат фахрийлари, отахон ва онахонлар иштирок этдилар.

Ушбу учрашувда Ўзбекистон Ёзувчилар уюммаси аъзоси, шоир Исмоил Маҳмуд раҳбарлигида Марғилондаги Жаҳон отин Увайсий уй-музейида фаолият юритаётган Увайсий номидаги ижодий тўғарақ аъзолари Она Ватан, тинчлик, истиқлол, ёшлик ҳақидаги ижод намуналарини ўқиб бердилар.

Тадбирда Тошлоқ тумани

Садада қишлоғининг уруш ва меҳнат фахрийси 90 ёшли Одилжон ҳожи Зокиров, меҳнат фахрийлари, Ҳалимаҳон Рихсиева, Холбой Отабоевлар ёшларга 22 йил ичида мамлакатимизда олиб борилаётган ислохотлар, бунёдкорлик ишлари тўғрисида гапириб бердилар.

Муҳаммадjon
МАХМУДОВ.

Хурматли муштарийлар!

Агар Сиз обуна бўлган худудда газетанинг кечикиб бориш ҳолатлари кузатилса, таҳриратнинг қуйидаги рақамларига мурожаат қилишингиз мумкин: (8371) 233-13-22, 233-57-73.

Эҳтиёт бўлинг

ҚРИМ-КОНГО ГЕМОРРАГИК ИСИТМА
КАСАЛЛИГИ ВА УНИНГ ОЛДИНИ ОЛИШ

Хозирги глобал ижтимоий-иқтисодий шароитда аҳоли саломатлигини муҳофаза қилиш ва уни турли юқумли касалликлардан ҳимоялаш тиббиёт мутахассислари олдида турган долзарб вазифа ҳисобланади. Айниқса, инсон ҳаётига хавф солувчи юқумли вирус касалликларининг олдини олиш ва мамлакатимизга кириб келиш хавфини бартараф этиш барчамизни ҳушёрлик ва огоҳлик сари қадам ташлашга ундайди. Мазкур йўналишда республикада зарурий чора-тадбирлар кўрилиб, эпидемиологик ҳолат доимий назорат остига олинган. Ана шундай касалликлар сирасига кирувчи

Крим-Конго гемморрагик иситма касаллиги ҳам ўзининг салбий оқибатлари билан кўнгилсиз ҳолатларни юзага келтириши табиий. Ушбу касалликнинг эрта олдини олиш ва юзага келиш сабаблари мутахассислар томонидан чуқур ўрганилиб, аҳоли орасида тарғибот-ташвиқот ишлари кучайтирилмоқда. Мавзуга янада ойдинлик киритиш ва касаллик тўғрисидаги билимларни мустақамлаш мақсадида Республика давлат санитария-эпидемиология назорати маркази ўта хавфли юқумли касалликлар бўлими бошлиғи, тиббиёт фанлари номзоди Хусан САПАРОВ билан суҳбатда бўлдик.



– Инсон ҳаётига хавф солувчи Крим-Конго гемморрагик иситма касаллиги этиологияси, яъни кўзгатувчиси тўғрисида тўхталиб ўтсангиз.

– Крим-Конго гемморрагик иситма касаллиги вирус кўзгатадиган, табиий шароитда каналар орқали юқадиган ўта хавфли юқумли касалликдир. Республикада йирик ва майда шохли ҳайвонларда учрайдиган иксод каналари гемморрагик иситма касаллиги вирусининг сақловчиси ва ташувчилари, кемирувчилар, йирик ва майда шохли моллар эса гемморрагик иситма вирусининг манбалари ҳисобланади. Касаллик фаолияти чўл зоналари, яъни табиий ўчоқлар билан боғлиқ бўлган касб эгаларида (чўпон, уларнинг оила аъзолари, мол боқувчилар, овчилар, кўйлар жуни қирқимига вақтинчалик ишга жалб этилганлар) кўпроқ учрайди. Гемморрагик иситма мавсумийлик хусусиятига эга бўлиб, асосан йилнинг баҳор ва ёз фаслларда қайд этилади. Касалликнинг бундай мавсумийлиги каналар фаолиги билан бевосита боғлиқ бўлади. Касаллик асосан (80 фоиздан кўпроғи) 20-60 ёшдаги эркекларда учрайди.

– Касалликнинг аҳоли орасида тарқалиши ва эпидемиологияси асосан қандай омилларга боғлиқ?

– Ушбу касаллик ўзида гемморрагик иситма вирусини сақлайдиган каналарнинг чақиши ва қўллар кана қони билан ифлосланиши натижасида одамларга юқади. Бундан ташқари, касаллик соғлом одамга шу касаллик билан оғриган беморнинг қони орқали ҳам юқиши мумкин.

Республикада шунинг жуда катта майдони гемморрагик иситма бўйича табиий ўчоқли

худудлар ҳисобланиб, бугунги кунда ушбу худудларда касаллик тарқоқ ҳолатларда (спорадик) учраб туради. Бухоро, Навоий, Сирдарё, Жиззах ва Қашқадарё вилоятларининг чўл зоналари гемморрагик иситма касаллиги бўйича табиий ўчоқли худудлар ҳисобланади. Ушбу касаллик вирус билан зарарланган каналарнинг тарқалишига боғлиқ бўлиб, табиий ўчоқли бўлмаган худудларда ҳам учраши мумкин. Мазкур худудларда гемморрагик иситма вирусини иксод каналари, кемирувчилар ва чорва моллари ўртасида бир-бирига ўтиш жараёни кузатилади. Бундан ташқари, ушбу касаллик республикада худудига четдан кириб келиши ва тарқалиш хавфи мавжуд. Касалликнинг яширин даври ўртача 2-3 кун давом этади. Баъзида бу давр бир неча соатларгача қисқариши ёки 14 кунгача чўзилиши мумкин.

– Касалликнинг дастлабки белгилари қандай намён бўлади?

– Касаллик ўткир бошланиб, тана ҳарорати кўтарилиши (39-40 градус), бадан совқотиб қалтираши, мушаклар оғриши, баданга тошма тошиши, юз, бўйин, кўкрак қисми терилари қизариши, милк, бурун, ошқозон-ичаклардан қон кетиши каби аломатлар билан намён бўлади. Баъзи ҳолатларда касаллик оғир кечиб, бемордан қон кетиши натижасида ўлим қайд этилади.

Мазкур касаллик гемморрагик белгиларсиз шаклда ҳам кечиши мумкин. Касалликнинг бу шаклида баданда тошмалар тошмайди, қонталашлар кузатилмайди, органлардан қон кетмайди, касаллик асосан иситма ва захарланиш аломатлари билан кечади.

– Крим-Конго гемморрагик иситма касаллиги аниқланганда юзага келадиган белгилар ва бу жараёнда кўри-

ладиган зарурий чора-тадбирларда нималарга эътибор қаратиш лозим?

– Баҳор фаслида кўпчилик табиат кучоғида, яъни Крим-Конго гемморрагик иситма касаллиги бўйича табиий ўчоқли ҳисобланган худудларда дам олади. Уларга касалликдан сақланишлари учун қуйидагиларга риоя қилиш тавсия этилади:

биринчидан, чўл зонасида дам олиш учун танланган жой мол боқиладиган яйловдан камида 2-3 км. масофа узоқда бўлиши керак. Борди-ю, дам олиш худудида каналар аниқланса, унда зудлик билан дам олиш жойини ўзгартириш зарур;

иккинчидан, чўл зонасида дам олишга чиққанда индивидуал дори қутиси ва унда 10 мл. йод эритмаси, бактерицид пластир, 3-4 та пахтали таёқча, 2-3 жуфт резина қўлқоп, пинцет, озроқ ўсимлик ёғи ва этил спирти бўлиши керак;

учинчидан, чўлда дам оладиганлар вақти-вақти билан бирини канага текширириб туриши лозим;

тўртинчидан, агар баданга кана ёпишганлиги аниқланса, тезда яқин жойлашган тиббиёт муассасасига мурожаат қилиш керак. Агар ёш болага кана ёпишган бўлса, катталардан бири уни эҳтиёткорлик ҳамда ҳимояланган қўли билан олиб ташлаши зарур.

Дастлаб кана ёпишган жойга 2-3 томчи ўсимлик ёғи томизиб, 10-15 дақиқа кутиш керак. Қўлларга резина қўлқоп кийиб, пинцет ёки ип ёрдамида секин-аста терига ёпишган кана олиниб, шу жойга пахта таёқча ёрдамида йод суртилади ва устига бактерицид пластир ёпиштирилади. Олинган кана пенциллин флаконига солиниб, оғзи тиқин билан бекилади ва ёқиб ташланади. Ишлатилган резина қўлқоплар 70 фоизли этил спирти билан ишлов бер-

илгач, ечилади ва ёқиб юборилади. Кана чақишидан эҳтиёт қилиш мақсадида тери юзаси имкон қадар кийимлар билан бекитилиши керак. Кана кўпинча оёқлар орқали киришини инобатга олиб, шим почалари маҳкам боғланиши зарур. Терини кана чақишидан асраш учун чўчитувчи воситалар, яъни репеллентлардан ҳам фойдаланса бўлади. Бундай воситалар дорихоналарда сотилади. Репеллентлар тери юзасига пуркалади, уларнинг таъсири 3 соатдан сўнг терининг репеллент пуркалган қисми хўжалик совуни ёрдамида ювиб ташланади. Умуман, агар бирор кишини кана чақса ёки баданига кана ёпишганини кўрса, қўллари кана қони билан ифлосланса, шунингдек иситма қилиб, бурун, милклар, ошқозон-ичаклар, бачадондан қон кетган беморларга ёрдам кўрсатганда беморнинг қони тери ва шиллик қаватларга теккан бўлса, унда ёрдам кўрсатган одам ҳам табиий ёрдамга мурожаат этиши лозим. Бундан ташқари, чўл худудларидан, бозорлардан майда ва йирик шохли молларни канага қарши ишлов бермасдан уйга олиб келмаслик, молларда кана аниқланса, дарҳол ветеринария ходимларига мурожаат қилиб,

уларнинг тавсияси асосида каналарга қарши ишлов берилши керак.

Шунингдек, каналарни қўл билан эзиб ва қайчи билан кесиб ўлдирмаслик, қирқим мавсумига ёш болалар, ўсмирлар ва ҳомиладорларни жалб этмаслик, қирқим вақтида фақат махсус ҳимоя кийимларидан (қўлқоп, энг ва почалари мустақам беркиладиган шим, камзул, резина этик) фойдаланиш, шахсий гигиена қоидаларига пухта амал қилиш касалликнинг олдини олишда муҳим аҳамият касб этади.

Крим-Конго гемморрагик иситма касаллигининг эпидемиологик мавсум олдида касаллик бўйича табиий ўчоқли худудларда жойлашган даволаш-профилактика муассасаларининг тиббиёт ходимлари ҳамда ветеринария соҳаси мутахассислари тайёргарлигига алоҳида эътибор бериб, ушбу касаллик бўйича билим савияси ва ҳушёрлигини ошириш зарур.

Аҳоли ўртасида, хусусан Крим-Конго гемморрагик иситма касаллиги бўйича табиий ўчоқли худудларда яшовчи ва ишловчилар ўртасида касаллик ҳамда унинг олдини олиш бўйича суҳбатлар ўтказиб, эслатма ва буклетлар тарқатилиши лозим.

Дарҳақиқат, мутахассис таъкидлаганидек, ҳар қандай хавфнинг олдини олиш, аввало, ўзимизга боғлиқ. Атроф-муҳит тозаллиги ва экологик барқарорлигини таъминлаш соғлигимизни асрабгина қолмай, балки юқоридаги сингари юқумли ва ўта хавфли касалликлар чуқур илдиз отиб, ривожланишига ҳам тўсқинлик қилар экан. Шундай экан, мамлакатимизда мазкур йўналишда қилинаётган амалий чора-тадбирлар эпидемиологик вазиятнинг барқарорлашувида ижобий самара беришига ишонамиз.

Суҳбатдош Намоз ТОЛИПОВ.

Сурхондарё вилоятида юқумли касалликлар, хусусан, Крим-Конго касаллигининг олдини олиш мақсадида муайян тадбирлар амалга оширилмоқда.

Вилоят давлат санитария-эпидемиология назорати маркази бош врачлари, тиббиёт фанлари доктори Абдусамат Мустановнинг айтишича, Крим-Конго гемморрагик иситмаси ўта юқумли бўлиб, бу касаллик халқ орасида «Қора ҳалак» деб ҳам номланган. Мазкур касаллик ўтган йили дунёнинг қатор давлатларида тарқалди. Вилоятда унинг четдан кириб келишининг олдини олиш бўйича

МУҲИМ ЧОРА ВА ТАДБИРЛАР

кенг қўламли ишлар амалга оширилди.

– Вилоят фавқулодда вазиятлар бошқармаси, вилоят давлат ветеринария бошқармаси билан ҳамкорликда ўқув машғулотлари ўтказдик. Махсус дастур асосида даволаш-профилактика муассасалари шифокорлари ва ўрта тиббиёт ходимлари учун ўтказилаётган машғулотларнинг сифати ва самарадорлигини оширдик, – дейди А. Мустанов.

Кана, чивин ва бошқа қон сўрувчи бугимоеқлилар арбови-

рус касалликларини тарқатади. Арбовирус инфекциялари орасида каналар орқали юқадиган Крим-Конго гемморрагик иситмаси касаллиги тўсатдан бошланиши, тана қароратининг юқори бўлиши ва оғир кечиши билан ажралиб туради. Маълумки, Крим-Конго гемморрагик иситмаси касаллиги ташувчиси бўлган каналар уй ҳайвонлари, кемирувчилар ва паррандалар қонини сўриб озиқланади. Касаллик асосан баҳор ва ёз фаслларидан кўпроқ кузатилади. Шу боис ба-

хор фаслида жун-қирқим мавсуми олдида молхоналарда канага қарши ветеринария-санитария чора-тадбирларини сифатли амалга ошириш талаб этилади.

Баданда тўсатдан тошма тошиши, бурун, милк, ошқозон-ичаклардан қон кетиши, тана қароратининг кўтарилиши ушбу касаллик аломатлари ҳисобланади. А. Мустановнинг билдиришича, канага қарши ветеринария-санитария тадбирлари уюшқоқлик билан амалга оширилмоқда.

Аҳоли хонадонларидаги уй ҳайвонлари ҳам кўздан кечирилмоқда.

Гемморрагик иситма касаллиги кўпроқ чорвадорлар ва фаолияти чўл худудлари билан боғлиқ одамларда учрайди. Чорва молларида кана борлиги аниқланса, дарҳол ветеринария ходимларига мурожаат этиб, уларнинг тавсияси асосида канага қарши курашиш зарур. Жун-қирқим мавсумида қўлқоп, резина этик ва бошқа махсус кийимлардан фойдаланиш, кана чақса ёки қўлларга кана қони тегса зудлик билан шифокорларга мурожаат этиш зарур.

ЎЗА.

Подводя итоги

ЛЕТНИЙ ОТДЫХ В «ХУМО»

Под руководством Президента Ислама Каримова в нашей стране осуществляется масштабная работа по воспитанию гармонично развитого подрастающего поколения, повышению его интеллектуального потенциала, созданию необходимых условий для занятий спортом и содержательного отдыха.

Важным руководством к действию в этом служит постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан "О мерах по дальнейшему совершенствованию системы оздоровления организации досуга детей" от 10 марта 2012 года.

Молодежь – опора и мощь нашей страны, и от того, каким будет её светлый завтрашний день, полностью зависят благополучие и будущее Родины, а оно только в том случае будет благополучным и счастливым, если его фундамент закладывается уже сегодня.

Особой заботой окружены наши дети со стороны Президента Ислама Каримова, работников здравоохранения, Совета Федерации профсоюзов, Республиканского координационного центра по организации отдыха детей, который организовал штаб по координации деятельности детских оздоровительных лагерей, основой которых является разностороннее развитие подрастающего поколения, а участие детей в разных конкурсах, встречах с деятелями науки, искусства, спорта приумножат знания и обогатят мировоззрение ребят.

Летние каникулы – особое время не только для детворы, но и для родителей. Поэтому они ждут с нетерпением этого сезона.

Одним из лучших в Республике считается ДОЛ "Хумо" "Узбекиммаша" г.Чирчика, находящийся в живописных окрестностях п. Хондайлык Бостанлыкского района Ташкентской области, который в 2012 году отпраздновал своё 50-летие. Здесь летний сезон богат на интересные культурно-просветительские мероприятия. Действуют кружки по интересам, библиотека, проводятся кинопоказы, спортивные мероприятия, вечера танцев, встречи с деятелями науки, культуры и спорта. А главное, есть инициативные воспитатели, вожатые, которые не дают детям скучать.

Все желающие могут показать, на что они способны на творческих конкурсах, спортивных состязаниях, интеллектуальных викторинах. Одним словом, каждый день лета наполнен для девочек и мальчишек новыми впечатлениями.

Лето дарит много радостных дней и ярких красок. Ласковое солнце, чистое небо и зеленые деревья заряжают бодростью, силой и хорошим настроением. Время летит незаметно, и школьные каникулы почти остались позади.

По традиции, подводя итоги 3-х смен, руководство ДОЛ "Хумо"

постоянное общение помогают ребятам обрести новых друзей.

Рассматривая работы детей из кружка рисования, который ведет Бисерова Тамара, можно заметить, что каждый из них через кисть и краски познает мир и развивает эстетическое восприятие.

Здесь они изучают различные стили рисунка, учатся свободно владению кистью, карандашами, построению композиции, сюжета. Среди девочек очень популярен кружок "Умелые руки". Прежде чем приступить к работе, необходимо определиться, что именно хочет сделать ребёнок и для кого. Можно смастерить мягкую игрушку – подарок для мамы и папы, вышить тубетейку с уникальным узором из ярких нитей и бисера, – рассказала руководитель кружка Марина Фомина.

Изготовление различных из-



ряд бодрости и хорошего настроения, принимая участие в традиционных конкурсах и праздниках: "Принцы и принцессы лагеря", "День Нептуна", "Алло, мы ищем таланты", "Самая лучшая воспитательница и вожатая лагеря".

Каждую смену лагерь посещают представители движения "Камолот". Каждый вечер в специально оборудованном и уютном зале дети смотрят художественные фильмы, на главной площадке лагеря организовываются танцевальные мероприятия.

Лето – это не только веселая пора, но и время уделить внимание развитию талантов и способностей.

– В лагере начала заниматься в танцевальном кружке, которым руководит опытный хореограф Умида Карабаева, мне очень понравилось обучаться пластике движений национального танца. Когда вернусь домой, планирую продолжить заниматься дальше, – поделилась впечатлениями Камила Мурсалимова, ученица школы № 72 Яккасарайского района г.Ташкента.

Особое внимание в лагере уделяется изучению английского языка, вместе с учительницей Мухтабар Эргашевой мальчики и девочки активно пополняют свой словарный запас, участвуя в инсценировках и исполняя песни на английском языке. Бодрость духа, крепкое здоровье и хорошее настроение – то, к чему стремятся ребята вместе со своими вожатыми, начиная каждый день с гимнастических упражнений и небольшой пробежки под весе-

люю музыку. За здоровым и полноценным питанием следят шеф-повар Фаррух Асомов, диетолог Любовь Корытова, за нормативом – Ульмасхон Маджидова, которая заботится об эстетическом оформлении блюд. Ежедневная выпечка является главным лакомством ребят.

Дружная атмосфера, царящая в лагере "Хумо", плодотворная работа всех членов коллектива под руководством директора Нафисы Исановны Шорахимовой, направленная на обеспечение достойных условий для отдыха и развития, помогают ребятам в полной мере ощутить на себе заботу взрослых, набраться сил к новому учебному году.

Если летние каникулы проходят для школьников содержательно, интересно и с пользой, то это становится важным фактором их оздоровления, глубокого освоения ими предметов в новом учебном году.

Закрытие смены летнего сезона в "Хумо" прошло с большой концертной программой, посвященной 22-летию независимости Узбекистана с участием ведомственных организаций и гостей столицы, а также родителей, которые выразили большую благодарность директору Нафисе Шорахимовой, старшей воспитательнице Умиде Ходжахановой, старшей вожатой Умиде Карабаевой и всему педагогическому коллективу ДОЛ "Хумо".

Малохат НАЗАРОВА,
спец.корр.



выявляет и устраняет возникшие недочёты, оценивает качество выполненной работы, достигнутые успехи в интеллектуальном и физическом развитии ребят. Так, воспитатели и вожатые лагеря с радостью отмечают, что отдых оказывает на подрастающее поколение самое благоприятное воздействие.

Процедуры закаливания и спортивные игры на свежем воздухе укрепляют детский организм, интересно организованный досуг расширяет кругозор, способствует накоплению новых знаний и умений, совместное участие в интеллектуально-развлекательных мероприятиях и

делий довольно кропотливое занятие, но результат того стоит, и оно будет радовать глаз на протяжении многих лет и напоминать об отдыхе в детском лагере. В конце каждой смены проходит выставка детского творчества, где дети представляют свои работы на обозрение окружающих.

Для любителей спорта в лагере работает спортивная секция по легкой атлетике, где дети также могут поиграть в настольный теннис, бадминтон, шахматы и шашки, футбол, функционируют большой и маленький бассейны. Ребята получают за-

Человек с давних пор мечтает продлить свою жизнь как можно дольше, но ведь главное, не столько количество прожитых лет, сколько их качество. А качество жизни определяется, прежде всего, здоровьем. Статистика говорит нам, что активное долголетие продолжается максимум до 50 лет.

Что же необходимо сделать, чтобы достичь долголетия, не продлить старческую дряхлость, а именно получить активное долголетие?

Прежде всего, обратить внимание на свой образ жизни, его человек в силах изменить самостоятельно. Движение и физическая активность, дыхательные упражнения – это то, без чего невозможны здоровье и долголетие. Питание также играет важную роль, оно должно быть сбалансированным и полноценным, и ни в коем случае не допускается перекармливание, ведь лишний вес – это причи-

Здоровый образ жизни

АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

на множества болезней и преждевременного старения. Вода не менее важна для организма, она должна быть хорошего качества и в достаточном количестве. Вредные привычки также не способствуют долголетию, от курения, злоупотребления алкоголем, перекармливания необходимо отказаться. Ну и не маловажным является психическое здоровье. Активное долголетие человека должно быть связано с целью в жизни, наполнено смыслом и внутренней гармонией.

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ У ЖЕНЩИН

Особенно важно здоровое питание для женщин, так как именно женский организм очень тонко реагирует на изменения гормонального фона, которые происходят с возрастом. Если же женщина не уделит должное внимание такому важному аспек-

ту своей жизни, то она вполне может набрать и в весе парочку килограммов, а заодно приобрести и другие болезни. А что нужно для того, чтобы поддержать себя в хорошем тонусе?

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Наверное, каждая женщина слышала, что после 18 или 19 часов есть нежелательно, потому как после этого времени пища не успевает усваиваться, и, как результат, возникают проблемы с лишним весом. Поэтому первый совет – откажитесь от пищи после 19 часов или сведите ее к минимуму. Здоровое питание для женщин основано еще на одном правиле: старайтесь питаться раздельно, т.е. углеводы и жиры желательно принимать в разное время, так как желудку необходимо разное время на их пере-

работку. В результате происходит засорение организма. Кроме того, залог здорового питания кроется еще в одном правиле: не стоит принимать еду во время просмотра телевизора, так как острый сюжет фильма воздействует раздражающе на нервные клетки, что, в свою очередь, пробуждает зверский аппетит. А еще не надо есть, когда вы нервничаете или вас что-то тревожит (во время стресса), и все потому, что еда вызывает зависимость, словно наркотик, тем самым, поглощая еду, организм пытается переключиться с неприятных эмоций, вызванных вашими переживаниями, на положительные от приема пищи. Такого вида стресс разрушает нервную систему, а заодно, вдобавок ко всему, можно поправиться и набрать лишние килограммы.



Последнее, что хочется отметить, никогда не перекармливайте, желательнее принимать пищу небольшими порциями. Это способствует и лучшему усвоению, а также сведет к минимуму возникновение побочных процессов от приема пищи.

Азизбек НИЗАМОВ,
начальник отдела ЗОЖ
Ташкентского городского филиала института
здоровья и медстатистики.

Спорт

ТИББИЁТЧИЛАР ФУТБОЛ МАЙДОНИДА



Жорий йилнинг 16 август куни Бухоро шаҳридаги "Бухоро спорт мажмуасида" Ўзбекистон Республикаси Мустақиллигининг йигирма икки йиллигига бағишланган "Қадр-қимматим, таянчим ва ифтихоримсан, мустақил Ўзбекистон!" шiori остида "Биз келажак ёшлари учун муносиб устозлармиз!" мавзусида футбол мусобақасининг финал босқичи ўтказилди.

Унда Бухоро вилоят тиббиёт муассасаларида фаолият юритаётган шифокорлар таркибидан таш-

кил топган жами 21 та футбол жамоаси ўртасида ўзаро мусобақалар ўтказиб борилди.

Финалга етиб келган Бухоро туман тиббиёт бирлашмаси ҳамда Бухоро шаҳар тиббиёт бирлашмаси футбол жамоалари ўртасида ўтказилган мусобақага 15 мингга яқин йигилган томошабинлар тўғридан-тўғри футбол ўйинини кузатди ва ўз жамоаларини қўллаб-қувватлаб турди.

2:1 ҳисобида олдинга ўтган Бухоро шаҳар тиббиёт бирлаш-



маси жамоаси фахри 1-ўринни, Бухоро туман тиббиёт бирлашмаси жамоаси иккинчи ва Шифиркон туман тиббиёт бирлашмаси жамоаси 3-ўринни эгаллади.

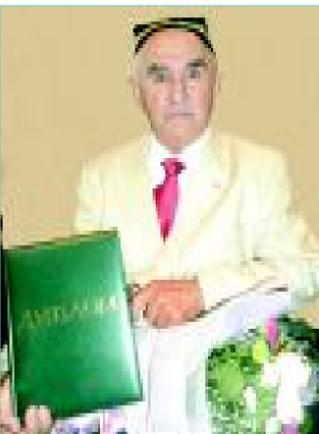
Барча голиблар вилоят ҳокимлиги соғлиқни сақлаш бошқармаси томонидан тақдирландилар. Ушбу тадбир барча байрам иштирокчиларига кўтаринки кайфият бағишлади.

Тадбир сўнгида халқимиз севган хонадалар иштирокида концерт дастури намойиш этилди.

Маъмурахон САФОЕВА,
Бухоро вилояти.



Кутлов!

СЕРҚИРРА
ИЖОДКОР

Ўзбекистон Миллий матбуот марказида Ватанимиз Мустақиллигининг 22 йиллигига бағишланган «Энг улуг, энг азиз» Республика кўрик-танлови голибларини тақдирлаш маросими бўлиб ўтди.

Ижодий танловдан кўзланган асосий мақсад – эришилган муваффақиятларнинг мазмун-моҳиятини адабий, тасвирий санъат, фотосурат, кино асарлари, оммавий ахборот воситалари орқали кенг очиб беришдан иборат эди. Мазкур кўриктанловда тахририятимизнинг фаол ва жамоатчи мухбири Искандар Раҳмон ҳам «Ўзбекистон посбонларимиз» шеърий тўплами учун ёзувчи ва шоирларнинг бадиий асарлари йўналишлари рағбатлантирувчи мукофотида сазовор бўлди.

Устозимизни ушбу мукофот билан самимий кутлаб, ижодий баркамоллик тилаб қоламиз.

Тахририят.

Мутахассис маслаҳати

ҚОВУННИНГ ХОСИЯТИ

Уни қандай истеъмол қилишни биласизми?

Қадим замонлардан бери қовуннинг энг яхши навлари полизимиз пушталарини безаб келган. Юртимиз ҳудудида эрамизгача бўлган III асрга мансуб маданийлаштирилган қовун уруғлари топилиши фикримизнинг ёрқин далилидир.

Ўз замонасининг машҳур олим ва табиблари қовуннинг хосияти борасида қимматли маълумотлар қолдиришган. Жумладан, Абу Али ибн Сино "Тиб қонунлари" асарида қовуннинг шифобахш хислатларини баён қила туриб, шундай дейди: "...қовуннинг эти ва айниқса, уруғи етилтирувчи ва тозаловчидир... Терини тозалайди, уруғи ва ичидаги бошқа нарсалар сепкил, доғ ва бошнинг қазоғини йўқотишда фойда қилади. Пўчоғи манглайга ёпиштирилса, кўзга тушадиган назлаларга тўсқинлик қилади, етилгани сийдик ҳайдайди. Айниқса, буйрағи ва қовуғида майда тошлар бўлган беморлар учун фойдалидир..."

Тарихда ном қолдирган табиб Муҳаммад Хусайн ибни Муҳаммад ал-Оқилий ҳам ўзининг "Маҳзан-ул-адвия" китобида қовуннинг фойдали хусусиятларини таърифлаб ўтган эди. Унинг таъбирича, қовун ички аъзоларни тозалаб, ёпишқоқ моддалардан ҳоли қилади, қонни суюлтиради, ошқозонда осон ҳазм бўлади, мияга ижобий таъсир кўрсатиб, баданни семиртиради. Шу билан бирга у истисқо ҳамда сариқ касали-

да фойдали неъмат саналади. Қовун тер ва сийдик ҳайдаш хусусиятига эга бўлиб, буйрак ва қовуқдаги тошлар емирилишига ёрдам беради.

Анъанавий халқ табobati амалиётида қовун хаёлпарастлик, паришонхотирлик, зиқнафас, бод, беланги, сил, камқонлик, жигар ва буйрак касалликларини даволашда тавсия этилади. Бугунги замонавий тиббиётда ҳам қовундан ўз ўрнида ва тадбиркорона фойдаланилмоқда. Ушбу полиз маҳсулоти пешоб ҳайдовчи, ични юмшатовчи, бавосил азиятларига малҳамлик қилувчи омил сифатида тавсия этилади. Шунингдек, жигар, атеросклероз хасталикларига енгиллик бериб, дардни олади.

Яхши парвариш қилинган қовун таркибида 18 фоиз қанд, С белгили дармондори (40 мг/фоиз), РР, фолат кислотаси, гемиллюлоза, темир, кальций, фосфор, марганец, мис, олтингургурт, рух каби маъданий унсурлар жамланмаси мавжуд экани илмий жиҳатдан исботланган.

Ўрни келганда шуни қайд этиш керакки, ҳозир том маънодаги беғубор қовунларни бозор расталаридан топиш қийин бўлиб

қолди. Баъзилар полиз маҳсулотларини тошбосар қилиш ниятида маъданий ўғитлар, жумладан, азотли селитра билан парваришлагга ҳаракат қилишади. Селитрага тўйинган қовунларнинг шифобахш хосияти унчалик юқори эмаслиги ҳеч кимга сир эмас.

Азотли ўғитлар қовун маъзига ўтгач, унинг таркибидаги нитратлар нитритларга айланади. Улар эса ўз навбатида мураккаб жараёнлар натижасида нитрозоаминлар деб аталувчи унсурларга айланади. Булар эса инсон ҳаёти учун хавфли бўлган саратон касалликлари ҳамда метгемоглобинемия номи билан аталувчи асоратни келтириб чиқариши мумкин.

Кейинги йилларда харидга чиқарилаётган полиз маҳсулотлари санитария-ветеринария назоратидан ўтказиб келилмоқда. Таркибида нитрат



қолдиқлари миқдори белгиланган даражадан юқори эканлиги аниқланган полиз маҳсулотларининг сотилишига рухсат берилмайди. Бундай сифатсиз, хавфли полиз маҳсулотларини чорва молларига озуқа сифатида ҳам бериб бўлмайди. Чунки ҳайвон организмга тушган нитратлар хавфли канцероген моддаларга айланиши мумкин. Шу боис, асл қовунларни харид қилиш учун, албатта, сотувчидан уларнинг тегишли "кафолатнома"си бор-йўқлигини суриштирган маъқул.

Маннон НАБИЕВ,
доришунос.

Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги Тошкент шаҳар соғлиқни сақлаш бош бошқармаси шаҳар 3-сон болалар клиник шифохонаси бош шифокори Суҳбатулло Ҳикматуллаевич Юнусовга падари бузруквори
Ҳикматулла ЮНУСОВнинг вафоти муносабати билан чуқур таъзия изҳор этади.

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.

Манзилмиз: 100060, Тошкент шаҳри,
Истикбол 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 тахририят
компьютер марказида
терилди ва саҳифаланди.

Адади 6034 нусха.
Буюртма Г-845.

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 ҚҶШОҚОВ.

Босмахонага топшириш вақти – 20.00.

