

O'zbekistonda sog'liqni saqlash Здравоохранение Узбекистана



Газета 1995 йил октябрь ойидан чиқа бошлаган • @uzssgz, uzss@yandex.ru • 2022 йил 10 март • №11 (1395)

2022 ЙИЛ–ИНСОН ҚАДРИНИ УЛУҒЛАШ ВА ФАОЛ МАҲАЛЛА ЙИЛИ

АЁЛ ҚАДРИ УЛУҒЛАНГАН ЮРТДА ТИНЧЛИК ВА ФАРОВОНЛИК БАРҚАРОР БЎЛАДИ

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ПРЕЗИДЕНТИ ШАВКАТ МИРЗИЁЕВНИНГ ХАЛҚАРО ХОТИН-ҚИЗЛАР КУНИГА БАҒИШЛАНГАН ТАНТАНАЛИ МАРОСИМДАГИ НУТҚИ

Ассалому алайкум, азиз ва мўътабар онахонлар!

Мунис опа-сингиллар!

Дилбар кизларим!

Шукуҳи ва кувончи тамоман ўзгача бўлган бугунги тантанамизда иштирок этаётган сиз, нафосат олами вакиллари, бутун мамлакатимиз аёлларини Халқаро хотин-қизлар куни билан самимий табриклайман. Барчангизга чуқур ҳурмат-эҳтиромимни ва энг эзгу тилакларимни билдираман.

Авалло, оилангиз ва яқинларингиз бахтига, қолаверса, аёл қадрини эъзозлаб яшайдиган эл-юртимиз бахтига соғ-омон бўлишингизни, доимо мана шундай гўзал баҳорий кайфиятда юришингизни тилайман.

Мухтарам юртдошлар!

Халқимиз азал-азалдан Она

сиймосини, Аёл зотини Яратганининг улуғ неъматини, тенгсиз мўъжизасини, деб билади, уни ҳаммаша ардоқлаб-асраб яшайди. Юртимиз заминидagi “Биби-хоним”, “Қизбиби”, “Модарихон”, “Қирққиз” мажмуаси каби табаррук меъморий обидалар ҳам ана шундай азалий юксак эътибордан далолат беради.

Айни пайтда биз инсоният тараққиётига унутилмас ва беқиёс ҳисса қўшган буюк аждодларимизни дунёга келтириб, меҳр билан тарбиялаган, уларни улуғвор ишларга руҳлангириб, камарбаста бўлган фозила аёлларимиз билан албатта фахрланамиз.

Маълумки, ҳар қандай жамият ва давлатнинг қай даражада халқпарвар ҳамда

адолатли экани унинг хотин-қизларга бўлган муносабати ва ғамхўрлиги билан белгиланади.

Халқимизни рози қилишдек олиёғой мақсадга эришиш учун хотин-қизларнинг қонуний ҳуқуқ ва манфаатларини таъминлаш, уларнинг иқтисодий, ижтимоий ва сиёсий фоллигини ошириш Янги Ўзбекистон тараққиёт стратегиясининг муҳим йўналишларидан бирига айланди.

Шу ўринда эътиборингизни айрим мисолларга қаратмоқчиман.

“Ҳеч ким меҳр ва эътибордан четда қолмайди” деган эзгу тамойил асосида, 2021 йилда 900 мингга яқин хотин-қизларга ижтимоий-иқтисодий, тиббий, ҳуқуқий ва психоло-

гик ёрдамлар кўрсатилди. Бу мақсадлар учун бюджетдан 2 триллион сўм маблағ йўналтирилди. Хусусан, 18 мингга аёлларга уй-жой харид қилиш учун 400 миллиард сўм имтиёзли кредитлар ажратилди. Боқувчисини йўқотган аёлларнинг фарзандлари учун боғча харажатларини бюджетдан қоплаш тартиби жорий этилди.

Яна бир муҳим рақамга эътибор беринг. Фақатгина 2021 йилнинг ўзида хотин-қизлар тадбиркорлигини қўллаб-қувватлаш мақсадида 2 триллион сўмдан зиёд кредит ва субсидиялар ажратилди. Нагизада 320 мингдан ортиқ опа-сингилларимиз доимий иш ва даромадга эга бўлдилар.

Мамлакатимизда жамиятнинг асосий бўғини ҳисоблан-

ган маҳалла ва оила институтларини мустаҳкамлаш бўйича ҳам эътиборга молик ишлар олиб борилмоқда.

Шунингдек, 2021 йилда эҳтиёжманд оилаларга мансуб 2 мингдан зиёд кизлар олийгоҳларга давлат гранти асосида қабул қилинди, яна шунча талаба кизларга контракт пуллари тўлаб берилди.

Аёллар таълимига алоҳида эътибор бераётганимиз туфайли ўтган йили олий ўқув юртларига қабул қилинган талабаларнинг 60 фоизини хотин-қизлар ташкил этди.

Агар бундан олти йил аввал олийгоҳларда 110 минг нафар кизларимиз таҳсил олишган бўлса, бугунги кунда уларнинг сони 400 минг нафарга етди

Давоми 2-бетда →

ЭЪТИРОФ

МЕҲР-ОҚИБАТ ВА САДОҚАТ ТИМСОЛИ, ХОНАДОНЛАРИМИЗ ФАРИШТАСИ

Аёлларга ҳурмат ва эҳтиром кўрсатиш, уларга ғамхўрлик қилиш миллий қадриятларимизнинг ажралмас қисми ҳисобланади. Улар бежиз ёшариш янгилашиш фасли – баҳорга қиёсланмайди. Мамлакатимизда лобар, иродали, ишбилармон, истеъдодли хотин-қизлар доимо эътироф этилиб, эъзозланади.

Халқаро конгресс марказида 8 март – Халқаро хотин-қизлар кунига бағишланган байрам тадбири бўлиб ўтди.

Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёев аёлларни самимий табриклар билан, уларга юксак эҳтиромини билдирди.

– Халқимиз азал-азалдан Она сиймосини, Аёл зотини Яратганининг улуғ неъматини, тенгсиз мўъжизасини, деб билади, уни ҳаммаша ардоқлаб-асраб яшайди, – деди давлатимиз раҳбари.

Маълумки, ҳар қандай жамият ва давлатнинг қай даражада халқпарвар ҳамда адолатли экани унинг хотин-қизларга бўлган муносабати ва ғамхўрлиги билан белгиланади. Мамлакатимизда халқни рози қилиш мақсади йўлида хотин-қизларнинг ҳуқуқ ва манфаатларини таъминлашга алоҳида эътибор қаратилмоқда. Уларнинг ўқиши, ишлаши, саломатлиги, оиласи учун шароитлар яхшиламоқда.

Бу мақсадлар Тараққиёт



стратегиясининг ҳам муҳим йўналишларидан бири. Шунга мувофиқ, 1 март куни ўтказилган видеоселектор йиғили-

шида хотин-қизлар учун янада кенг имкониятлар белгиланди. Бу вазибаларни тизимли ва самарали амалга ошириш мақ-

садида, Бош вазир ўринбосари лавозими қайта тикланди

Давоми 3-бетда →

ЭЪТИРОФ

МЕҲР-ОҚИБАТ ВА САДОҚАТ ТИМСОЛИ, ХОНАДОНЛАРИМИЗ ФАРИШТАСИ

Давоми. Боши 1-бетда

ҳамда Оила ва хотин-қизлар давлат қўмитаси ташкил этилди.

Республикадаги 9,5 мингга яқин маҳалла раисининг хотин-қизлар ва оила бўйича ўринбосарлари ҳам қўмита тизимига ўтказилди. Ҳар бир маҳаллада хотин-қизлар фаоли лавозими янгидан жорий қилинди. Бу орқали, опа-сингилларимизнинг муаммолари, дарду ташвишлари билан доимий шуғулланадиган адолатли ва самарали тизим яратилди.

2022-2026 йилларга мўлжалланган Хотин-қизлар таълимни қўллаб-қувватлаш миллий дастури қабул қилинди.

Президентимиз ташаббуси билан жамоатчиликка, аввало, ёшларга тарбиявий таъсир кўрсата оладиган, обрў-эътиборли аёлларни ўз сафида бирлаштирган "Оқила аёллар" ҳаракати ташкил топмоқда. Шунингдек, барча меҳнат жамоаларида хотин-қизларнинг муаммоларига самарали ечим топиш учун "Аёллар кенгашлари" тузилмоқда.

Тадбиркор хотин-қизларни

янада кўпайтириш мақсадида "Бизнесчи аёллар" дастури қабул қилиниб, унинг доирасида 8 триллион сўм маблағ йўналтирилади.

Шунингдек, жорий йилда ипотека кредитлари бўйича бериладиган субсидияларнинг 40 фоизи хотин-қизлар учун ажратилади. Бу муҳтож аёлларни 12 мингта қулай уй-жой билан таъминлаш имкониятини беради.

Тарихимизда илгари бўлмаган бундай кенг қўламли ишлар ижроси учун 15 триллион сўм маблағ йўналтирилади.

– Хотин-қизлар ва оила масаласи – бу нафақат бугунги кунимиз, балки эртанги келажакимизни ҳам белгилаб берадиган ҳал қилувчи омилдир. Агар биз меҳр-оқибат ва садоқат тимсоли, хонадонларимиз фариштаси бўлган аёлларга битта яхшилик қилсак, ҳеч шубҳасиз, бу ўнга яхшилик бўлиб қайтади, – дея таъкидлади Шавкат Мирзиёев.

Президентимиз хотин-қизларга мурожаат қилиб, уларни буюк ишларга руҳлантирди:

– Биз мамлакатимизни ҳар



томонлама юксалтириш учун, янги тарихий даврга қадам қўйдик. Фарзандларимиз қалбига улуг мақсадлар, олижаноб ғояларни сингдириш – барча Ўзбекистон оналарининг шарафли бурчидир. Юксак фазилатли, мард ва жасур, ватанпарвар ёш авлодни тарбиялаб вояга етказиш албатта сизларга боғлиқ. Бу – ёруғ келажакка йўналтирилган энг катта инвестиция ва битмас-туганмас бойликдир.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг шу йил 5 мартдаги фармонида мувофиқ

бир гуруҳ хотин-қизлар юксак унвон, орден ва медаллар билан, Президент қарорига биноан эса йигирма саккиз нафар киз Зулфия номидаги Давлат мукофоти билан мукофотланган эди.

Байрам тадбирида ана шу юксак мукофотлар тантанали равишда топширилди.

– Барчангизни яна бир бор бугунги баҳор ва нафосат, гўзаллик ва латофат байрами билан самимий табриклайман. Сизларга дунёдаги энг бебаҳо бойлик – оилавий бахт-саодат, тинчлик-хотиржамлик, фарзандлар ва набиралар ка-

молини кўриб юриш қувончи ҳамиша ёр бўлишини тилайман. Қалбингиз доим бугунги баҳордек яшнаб турсин, – деди Президент.

Қорақалпоғистон Республикаси, Тошкент шаҳри ва вилоятлардан ташриф буюрган хотин-қизлар, турли вазирлик ва идоралар ходимлари файзли дастурхон атрофида байрамни нишонлади. Тадбирда чет эллик дипломат аёллар, халқаро ташкилотлар ваколатхоналари вакиллари ҳам иштирок этди.

Байрам тантанали концерт дастури билан давом этди.

ҚУТЛАЙМИЗ!

МЕҲНАТЛАРГА МУНОСИБ РАҒБАТ

Президентимизнинг "8 Март – Халқаро Хотин-қизлар куни муносабати билан мукофотлаш тўғрисида"ги Фармонида асосан, бир гуруҳ фаол хотин-қизлар юксак давлат мукофотлари билан тақдирланди. Улар орасида қуйидаги тиббиёт ходимлари ҳам бор:

II даражали
«Соғлом авлод учун»
ордени билан

Ҳамроева Махфуза Исломовна – Навоий вилояти «Она ва бола скрининги» маркази директори

I даражали
«Саломатлик» ордени
билан

Таджибаева Юлдуз – Тиббиёт ходимларининг касбий малакасини ривожлантириш марказининг онкология кафедраси профессори

II даражали
«Саломатлик»
ордени билан

Раҳманкулова Наргиза Сагтаровна – Республика махсус 2-Зангиота шифохонасининг 2-реани-

мация бўлими катта ҳамшираси
Юлдашева Муҳаббат Равшановна – Қарши туманидаги «Trust Med Farm» хусусий корхонаси бошқарувчиси, Қашқадарё вилояти
Юлдашева Саида Анваровна – Тошкент шаҳридаги 1-болалар клиник шифохонасининг анестезиология ва реанимация бўлими мудири

«Соғлом турмуш»
медали билан

Ахмадалиева Гулчехра Исмагуллаевна – Наманган тумани тиббиёт бирлашмасининг болалар бўлими катта ҳамши-

Фурсатдан фойдаланиб фидойий меҳнатлари учун рағбатга муносиб деб топилган юксак мукофот эгалари бўлмиш латофатли аёлларимизни тахририятимиз номидан самимий қутлаймиз.

раси, Наманган вилояти

Курбанова Дилорамхон Ибрагимджон қизи – Андижон давлат тиббиёт институтининг фармакология, клиник фармакология ва тиббиёт биотехнологиялари кафедраси мудири

Милтиқбаева Насиба Кенесовна – Ромитан туманидаги «Қизил Работ» кишлоқ врачлик пункти мудири, Бухоро вилояти

Сапарова Раъно Жангабаевна – Қораўзак тумани тиббиёт бирлашмасининг шошилич тиббий ёрдам бўлими катта ҳамшираси, Қорақалпоғистон Республикаси

«Шухрат»
медали билан

Абдуллаева Шахноза Кудратовна – Тошкент шаҳридаги «Shox Med Center» масъулияти чекланган жамияти бош директори.

АЁЛ МАНЗУМАСИ

Бу диёрда ору номус,
шаъну шавкатдир аёл,
Меҳру шафқатдан яралган,
меҳру шафқатдир аёл.

Олам узра бир қуёш бор,
битта ой бордир, валеқ,
Ердаги нур — моҳитобон,
шамси тальятдир аёл.

Она сўзи юрт сўзи бирлан
нечун пайвастадир?
Бир улуг элдир, Ватандир —
шунга сархатдир аёл.

Кўкдаги кунларни ҳам
чарчатгуси меҳнатлари,
Уч юз олтмиш томири
иш бирла захматдир аёл.

Жон десам жононадир,
жоним десам жонимдадир,
Ул муҳаббат оламига
мангу даъватдир аёл.

Мен қошингизнинг қаросидан
дилимга хат олай,
Вах, нечук нозик нафосат,
инжа санъатдир аёл!

Бу гўзал нозу адолар
ҳеч адолар қилмагай,
Қайта-қайта жон ато
этгучи ҳайратдир аёл.

Умрингизнинг боғларига
файз берган ҳам ўшал,
Билсангиз Ҳақдин мукофот
ҳамда рағбатдир аёл.

Онажоним, Она юртим,
давлатинг кам бўлмагай,
Токи сен борсан жаҳонда
катта давлатдир аёл.

Сирожиддин САЙИД,
Ўзбекистон халқ шоири



ЭХТИРОМ

БЕМОР ХОТИН-ҚИЗЛАР ҲОЛИДАН ХАБАР ОЛИНДИ

Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазири Бехзод Мусаев 8 март — Халқаро хотин-қизлар куни муносабати билан Республика ихтисослаштирилган онкология ва радиология илмий-амалий тиббиёт марказида бўлиб, у ерда даволанаётган хотин-қизлар ҳолидан хабар олди.



Ташриф давомида бемор аёллар билан суҳбатлашиб, уларни гўзаллик ва нафосат байрами билан самимий кутлади. Юртимизда хотин-қизлар саломатлигини асраш давлатимизнинг алоҳида эътиборида эканини таъкидлаб, уларга хасталикдан тезроқ соғайиб кетишларини тилади. Шундан сўнг аёлларга вазирликнинг байрам совғалари топширилди.

– Хотин-қизларни эъзозлаш, уларга ғамхўрлик қилиш барчамизнинг бурчимиз, – дейди вазир. – Президентимиз таъкидлаганидек, онани, аёлни рози қилсак, халқ биздан рози бўлади. Шу сабабли бу ерда

даволанаётган ҳар бир бемор, айниқса, ушбу дардга чалинган опа-сингилларимиз биз учун азиз ва қадрли. Уларнинг хасталикдан тезроқ соғайиши ва оиласи бағрига қайтиши учун барча чораларни кўрамиз.

Давлатимиз раҳбарининг 2021 йил 27 майдаги “Аҳолига гематология ва онкология хизматларини кўрсатиш тизimini янада такомиллаштириш тўғрисида”ги қарорида ушбу марказнинг янги биносини куриш бўйича бир қатор вазифалар белгиланган эди.

Мазкур комплекс таркибда замонавий операцион блок, зарур диагностика ускуналари

билан жиҳозланган кўп функцияли поликлиника, илмий тадқиқот ва амалий машғуллар ўтказиш учун алоҳида илмий лаборатория, шунингдек, беморларнинг қариндошлари ҳамда яқинларини жойлаштириш учун меҳмонхона каби тузилмалар ўрин олиши кўзда тутилган.

Марказ биноси 10 қаватли, 650 ўринли бўлиб, 16 та жароҳлик хонаси, реанимация, даволаш ва ташхис бўлимларидан иборат бўлади. Шунинг

дек, кунига 100 нафар беморга хизмат кўрсатиш қувватига эга стационар ҳамда 500 қатновга

мўлжалланган онкология консултатив-диагностика марказини куриш бошланган.

Вазир ташриф давомида муассасада фаолият олиб бораётган шифокор ва ҳамшира опа-сингилларимиз билан ҳам учрашиб, уларни байрам билан самимий табриклади ва шарафли ҳамда масъулиятли вазифаларида зафарлар тилади. Қолаверса, бу ерда даволанаётган беморлар, хусусан, хотин-қизларга сифатли тиббий хизмат кўрсатиш учун зарур шароитлар яратиш бўйича масъулларга тегишли кўрсатмалар берди.

ЖИГАР ТРАНСПЛАНТАЦИЯСИ

ОПЕРАЦИЯСИ УЧУН 30 ЛИТРГАЧА ҚОН ПЛАЗМАСИ КЕРАК

Республика қон қуйиш маркази раҳбари, тиббиёт фанлари доктори Аълонур Саидов билан аҳоли ўртасида донорлик ҳаракатини тарғиб қилиш, бу борада эътибор қаратилиши лозим бўлган жиҳатлар хусусида суҳбатлашдик.



Юртимизда қонга бўлган талаб ортмоқда. Сабаби... Бугун мамлакатимизда тиббиёт соҳаси жадал ривожланмоқда. Натижада нафақат пойтахтимиз, балки вилоят ва туман марказларида ҳам мураккаб жароҳлик амалиётлари муваффақиятли ўтказилапти. Албатта, бундай муолажаларни бажариш учун биринчи навбатда

қон компонентлари зарур. Айниқса, юрак жароҳлик амалиётларида керакли аъзога муттасил қон қуйиб турилмаса, операция муваффақиятли кечмаслиги мумкин.

Қолаверса, авваллари юртимиздаги хусусий шифохоналарда беморларга қон қуйилмас, ҳозир эса аксинча, уларда ҳам мураккаб

амалиётлар ўтказилапти. Бу, ўз навбатида, қонга бўлган талаб янада ортишига сабаб бўлаётир. Бундан ташқари, шу кунларда мамлакатимизда инсон тана аъзоларини кўчириб ўтказиш бўйича янги қонун лойиҳаси тайёрланмоқда. Бунгача эса тегишли низом асосида тана аъзолари кўчириб ўтказилган. Агар ушбу қонун амалиётга тўлиқ татбиқ этилса, қон маҳсулотларига бўлган талаб яна ортади.

Сизга бир мисол айтаман: битта жигар трансплантацияси операциясини ўтказиш учун 30 литргача қон плазмаси керак. Бу компонент эса 120 нафар донордан олинади. Шунинг ўзиёқ донорлик аҳамияти нақадар муҳим эканини кўрсатади.

Ҳар бир соғлом инсон донор бўлиши керак! Кўпинча донорлар сони камайиб кетса, қон хизмати ходимларига эътирозлар ортади. Бироқ қон захирасини яратиш фақат соҳа ходимларининг вазифасигина эмас. Бунинг учун, аввало, халқнинг ўзида донорлик маданияти юқори бўлиши лозим. Қасерга, қайси ташкилотга борсак, ҳамма “лаббай” деб қон топшириши зарур. Ўзингиз ўйланг: агар бу ишга ҳеч ким бош қўшмаса, қонни ерда қазиб ололмаймиз-ку!

Мен доим айтаман: фақат 14 июнда эмас, ҳар доим, ҳамма вақт донорликни тарғиб қилиш, бу иш билан эса бутун жамият шуғулланиши лозим. Айниқса, бунда ОАВнинг ролини янада мустаҳкамлаш керак. Бир нарсани унутмайлик: биз аҳолининг донорлик маданиятини оширмай туриб, қон хизматини ривожлантира олмаймиз. Эътибор берсак, чет мамлакатларда бу жараён жуда яхши йўлга қўйилган. Уларда ҳар қандай соғлом инсон қачон қон топшириши кераклигини яхши билади. Ҳатто, кўп давлатларда қон топширмайдиган инсонга ёмон кўз билан қарайди. “Одамларга ёрдам беришни хохламайсанми ёки касалмисан?” дейди. Шундай экан, юртимизда ҳам қон хизматини ривожлантириш учун ҳар бир соғлом инсон донор бўлиши керак. Донорликда “ганиш-билишчилик” муҳим. Бизда бир жиҳат бор: таниш-билишчилик, қариндош-уруғчилик ва ҳоказо. Афсуски, бу “ўзига хослик”ни кўпинча

ёмон мақсадда ишлатишга ўрганиб қолганмиз. Қон донорлигида эса бу аксинча яхши самара беради. Ҳар бир соғлом одам қариндош-уруғи, таниш-билиши, ошна-оғайнисига қон топширса, шунинг ўзи етарли. Лекин, афсуски, донорликда “ганиш-билишчилик” қилмаймиз. Баъзилар келиб, “Ака, оғайнимнинг фарзанди шифохонада ётибди, пулини бераман, тайёр қон беринг” дейди. Ваҳоланки, пул қонга айланмайди. Шу боис уларга “Соғлом бўлсангиз, қон топшинг” деймиз. Худудларда қон хизматини ривожлантириш керак

Бугун юртимиздаги қон захираларининг 3/1 қисми жойларда тайёрланади. Яъни ушбу хизматга қарашли мобил гуруҳлар маҳсус автобусда худудларга чиқиб, аҳолидан қон йиғади. Лекин ҳамма вилоятларда ҳам автобус йўқ. Фақат Фарғона вилояти ва Республика қон қуйиш марказидагина мавжуд.

Агар қолган вилоятларга ана шундай транспорт воситалари ажратилса, ўйлайманки, ўша худудларда ҳам қон хизматлари янада ривожланади.

БУГУННИНГ ТАЛАБИ

ФАОЛИЯТНИ ҚЎЛЛАБ-ҚУВВАТЛАШ, РАҒБАТЛАНТИРИШ ВА ҲИМОЯ ҚИЛИШ

Ўзбекистон Соғлиқни сақлаш ходимлари касба уюшмаси Республика кенгашининг яқинда бўлиб ўтган бешинчи мажлисида ўтган йил давомида касба уюшмаси томонидан ходимларнинг ижтимоий-иқтисодий ва ҳуқуқий манфаатларини ва ҳуқуқларини ифода этиш ҳамда ҳимоялаш юзасидан 2021 йилда амалга оширилган ишлар муҳокама қилинди.

тижада 2847 нафар ходимнинг меҳнат ҳуқуқи тикланган ва улар фойдасига иш берувчилар ҳисобидан 3 миллиард 35 миллион 612 минг сўм ундириб берилди. Мазкур йўналишда амалга оширилган таҳлиллар шуни кўрсатмоқдаки, Республика кенгашининг меҳнат ҳуқуқ инспекторлари томонидан 2021 йилда жами соҳада меҳнат қилиб ке-

ўрганиш жараёнида асосан зарарли, хавfli омилар таъсирида ишлайдиган, ҳомиладор ва уч ёшга тўлмаган фарзанди бор аёлларга берилаётган имтиёзлар, тунги ишларга жалб қилинган хотин-қизларга яратилган меҳнат шартларига алоҳида эътибор қаратилди. Жумладан, тиббиёт муассасаларида аёлларга яратилган меҳнат ша-

ган вилоятида 6 та, Тошкент шаҳрида 4 та, Андижон, Сирдарё ва Самарқанд вилоятларида 3 тадан, Бухоро, Жиззах, Фарғона вилоятларида 2 тадан, Қорақалпоғистон Республикаси, Қашқадарё, Сурхондарё, Тошкент ва Хоразм вилоятларида эса 1 тадан бахтсиз ҳодисалар рўй берган. Ушбу кўнгилсизликлар оқибатида 44 на-



Маълумки, асосий Қомусимиз – Ўзбекистон Республикаси Конституциясининг 59-моддасида “Касаба уюшмалари ходимларнинг ижтимоий-иқтисодий ҳуқуқларини ва манфаатларини ифода этадилар ва ҳимоя қиладилар” дея касаба уюшмаларининг асосий вазифалари белгилаб қўйилган. Ўтган давр мобайнида касаба уюшмаси барча бўғин ташкилотлари томонидан мавжуд 995 та тармоқ ташкилот ва муассасаларида соҳа ходимларининг ягона вакиллик органи сифатида ижтимоий шериклар билан касаба уюшма аъзолари манфаатларини ифода этувчи келишув ва жамоа шартномалари тузиш ва улар орқали қўшимча имтиёз ва кафолатлар берилишига эришиш орқали ҳар бир ишловчи ходимга ўртача 7 миллион 205 минг сўмдан зиёд маблағ ажратилишига эришган бўлса, ўз аъзоларининг ҳуқуқ ва манфаатларини ҳимоя функцияси бўйича жойларда ўтказилган ўрганишлар ва аъзолардан келиб тушган мурожаатларни кўриб чиқиш орқали 87 минг 401 нафар касаба уюшма аъзосининг меҳнат ҳуқуқлари тикланди. Улар фойдасига 18 миллиард 465 миллион 467 минг сўм маблағ ундириб берилди.

Ўтган йил давомида ходимларнинг ижтимоий-иқтисодий ҳуқуқ ва манфаатларига тааллуқли бўлган норматив-ҳуқуқий ҳужжатларга риоя этилиши устидан жамоатчилик назоратини амалга ошириш доирасида 876 марта муассасаларда ўрганиш ўтказилган ва 4944 та камчилик аниқланган. Шундан 1465 таси ҳуқуқий, 591 таси ижтимоий-иқтисодий, 312 таси тиббий кўрик, 265 таси ходимларни шахсий ҳимоя воситалари билан таъминлаш, 2279 таси бошқаларга оид бўлиб, аниқланган камчиликлар бўйича 86 минг 428 нафар ходим манфа-

ати йўлида иш берувчиларга 657 та кўрсатма киритилган ва 500 тасининг ижроси таъминланган. Соғлиқни сақлаш тизимида олиб борилаётган ислохотларни изчил давом эттириш, аҳоли саломатлигини сақлаш борасида белгиланган устувор вазифалар ижросини таъминлаш, тиббиёт ходимларининг салоҳиятини ошириш учун зарур шарт-шароитлар яратиш фаолиятимизнинг асосини ташкил этади. Ўтган йилларда тармоқда ходимларнинг меҳнатга оид, ҳуқуқий, ижтимоий-иқтисодий манфаатларини ҳимоя қилиш, уларга хавфсиз ва муносиб меҳнат шарт-шароитлари яратилиши бўйича иш ҳажмининг ортанлиги сабабли Республика кенгашининг Қорақалпоғистон Республикаси, Тошкент шаҳар ва вилоятлар бўйича меҳнат ҳуқуқ ва меҳнат техник инспекторлари лавозимлари жорий этилиб, Республика кенгашида ҳудудий меҳнат ҳуқуқ ва техник инспекцияси фаолияти йўлга қўйилди. Айни вақтда ушбу йўналишда 44 нафар ходим меҳнат қилмоқда. Ҳисобот даврида тармоқ касаба уюшмасининг меҳнат инспекторлари томонидан ҳисобот даврида 1154 та мурожаат кўриб чиқилган. Улардан 213 тасини ўрганиш жараёнида аниқланган қонун бузилишларини бартараф этиш бўйича 11 075 нафар ходим манфаати йўлида 213 нафар иш берувчиларга тақдимнома ва кўрсатма хатлари киритилган. Киритилган тақдимнома ва кўрсатма хатлар асосида 10 728 нафар ходимнинг ҳуқуқи тикланган ва ходимлар манфаатига 8 миллиард 893 миллион 731 минг сўм маблағ ундириб берилган. Шунингдек, иш берувчилар томонидан ижро этиш рад этилган ва ижро муддати ўтган 98 та тақдимнома ва кўрсатмалар бўйича фуқаролик ишлари бўйича турли инстанциялар судларига 98 та даъво аризаси киритилиб, на-

лаётган 650 мингдан зиёд ишчи-ходимлардан 87 401 нафарининг меҳнат, ижтимоий-иқтисодий ва бошқа турдаги ҳақ-ҳуқуқлари тикланиб, улар фойдасига иш берувчилар ҳисобидан 18 миллиард 465 миллион 467 минг сўм маблағ ундириб берилган. Бундан ташқари, тармоқ бўйича ҳар бир ишловчи касаба уюшмаси аъзоси йил давомида Уставда белгиланган шартларда ўртача 209 минг сўмдан аъзолик бадали тўлаган бўлсалар, тармоқ келишувлари ва жамоа шартномаларига киритилган қўшимча имтиёз ва кафолатлар орқали ҳар бир ходимга ўртача сарфланган маблағ 2021 йилда 7 миллион 205 минг сўмни ташкил этди. Бу эса ўз навбатида ҳар бир тармоқ касаба уюшма аъзосига улар томонидан тўланган аъзолик бадалига нисбатан 34 баравар кўпроқ наф келтирилганлигидан далолат беради. Шуни инобатга олган ҳолда 184 та ташкилотда ўқув-семинар ва давра суҳбатлари ташкил этилди. Йил давомида тармоқдаги муассасаларда ишлаб чиқаришдаги жароҳатланиш ва касб касалликларини олдини олишга қаратилган жами 25 минг 270 та тадбир режалаштирилиб, амалда 21 минг 371 таси (84,6 %) бажарилишига эришилган.

Президентимизнинг 2021 йил 5 мартдаги “Хотин-қизларни қўллаб-қувватлаш, уларнинг жамият ҳаётидаги фаол иштирокини таъминлаш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги қарори доирасида ташкил этилган ишчи гуруҳи “Аёллар дафтари”нинг иккинчи босқичида Наманган вилоятидаги хотин-қизлар турмуш шароитини ўрганди. Натижада рўйхатга киритилган 35 275 нафар аёлдан 34 911 нафарининг муаммоси ижобий ҳал этилди. Ҳисобот даврида муассасалар фаолиятини

роитлари ва уларга берилаётган имтиёзлар бўйича ўтказилган ўрганишларда Наманган вилоятидаги перинатал марказида ишлаётган хотин-қизларга иш жойларининг аттестацияси бўйича берилиши лозим бўлган меҳнат таътиллари берилмаётгани оидинлашди. Шунингдек, Наманган шаҳар тиббиёт бирлашмаси, вилоят кўп тармоқли тиббиёт муассасасида ноқулай меҳнат шартларида ишлаётган ходимлар аттестациядан ўтказилмаганлигига эътибор қаратилди. Жиззах вилояти тиббиёт муассасаларидаги шарт-шароитлар, ходимларга яратилган имтиёзлар бўйича ўтказилган ўрганишларда юзага келган камчиликларни бартараф этиш учун касаба уюшма кенгаши томонидан иш берувчиларга 13 та таклиф ва 8 та кўрсатма киритилди. Соҳага оид қонун ва ҳужжатларда иш берувчилар ходим билан меҳнат шартномаси тузиш чоғида дастлабки тарзда ва иш давомида вақти-вақти билан тиббий кўриқдан ўтказишни ташкил қилиши шартлиги белгилаб қўйилган бўлса-да, Сурхондарё вилоятидаги касб-хунар коллежи битирувчилари ишга кириш жараёнида тиббий кўриқдан ўтиш учун ўз ёнидан пул сарфлаган. Навоий вилоятида ҳам худди шу ҳол такрорланган. Кўриниб турибдики, амалдаги қонун ва меъёрий-ҳужжатларга риоя этиш иш берувчилар томонидан тўлиқ бажарилмаётгани мазкур соҳада олиб борилаётган саъй-ҳаракатларни янада кучайтиришни тақозо қилмоқда.

Бунинг баробарида, Наман-

Шундай экан, бугунги мажлисимизда Қурултойда белгилаб берилган келгуси вазифаларини ижросини таъминлаш, ходимларга қулай меҳнат шартлари яратиш, уларга муносиб иш ҳақлари жорий этилиш, меҳнатини рағбатлантириш юзасидан навбатдаги вазифалар белгилаб олинди.

Фарҳод ХАНАПИЯЕВ,
Ўзбекистон соғлиқни сақлаш ходимлари
касаба уюшмаси Республика Кенгаши раиси.

ХИСОБОТ

ИНСОН ҚАДРИ ВА САЛОМАТЛИГИ ЙЎЛИДАГИ ЭЗГУ МАҚСАДЛАР

Кунни кеча академик С. Бахрамов номидаги Ўзбекистон Республикаси “Анемия ва лейкопения” хайрия жамоат фонди Васийлик кенгаши ва Бошқарувнинг қўшма ҳисобот мажлиси бўлиб ўтди.

ёш беморлар (С.Абдумаликов ва О.Омадрафиков) учун 8,210 миллион сўмлик зарур дори воситалари олиб берилди. Шу билан бирга, марказнинг жонкуяр ходимларини рағбатлантириш мақ-

социациясига эса 10,2 миллион сўмлик дори-дармон маҳсулотлари ажратиб берилди.

Бугунги кунда Фонднинг Устав вазифаларини амалга ошириш мақсадида республикаимиз вило-

ддек, “Анемия ва лейкопения” хайрия жамоат фонди 2021 йилда Ўзбекистон нодавлат нотижорат ташкилотлари миллий ассоциациясига аъзо бўлди. Ўша йили эълон қилинган грант тан-



Ушбу йиғилишда Ўзбекистон Республикаси “Анемия ва лейкопения” хайрия жамоат фонди Васийлик кенгаши раиси ўринбосари, Тошкент врачлар малакасини ошириш институти Гематология ва трансфузиология кафедраси профессори, тиббиёт фанлари доктори, Ўзбекистонда хизмат кўрсатган врач, Россия ва Нью-Йорк фанлари академиялари академиги, Фонд Таъсисчиси Саиджалал Бахрамов, шунингдек, Фонд Бошқаруви ва тафтиш комиссияси аъзолари иштирок этди.

Мажлисни Тошкент врачлар малакасини ошириш институти Фтизиатрия ва пульмонология кафедраси профессори, тиббиёт фанлари доктори, Ўзбекистон Фанлар Академиясининг академиги, Фонд таъсисчиси, Васийлик кенгаши раиси Абдулла Убайдуллаев кириш сўзи билан очиб, жамоат фонди томонидан амалга оширилган фаолиятлар хусусида гапириб ўтди.

Йиғилиш кун тартибида ўрин олган биринчи масала бўйича Ўзбекистон Республикаси “Анемия ва лейкопения” хайрия жамоат фонди Бошқарув раиси Ш. Шархмедов Фонднинг 2021 йилдаги фаолияти ҳамда келгусидаги режалари тўғрисида ҳисобот берди. Маърузачи аввало, Фонд ўз фаолиятини олиб борган, Республика ихтисослаштирилган Гематология илмий-амалий тиббиёт маркази биноси Тошкент шаҳри, Чилонзор тумани, Арнасоё кўчаси, 17 уйга кўчиб ўтганлигини ҳамда шу манзилда фаолиятини давом эттираётганини маълум қилди. Бошқарув раиси томонидан ўтган 2021 йилда фонднинг иш режасига киритилган 15 банддан иборат тадбирлар тўлиқ амалга оширилганлиги, Фонд фаолиятига юридик ва жисмоний шахслардан иборат хомийларни кенг жалб этиш бўйича режалар ишлар олиб бориши натижасида жами 30 якин юридик ва жисмоний шахслардан иборат хомийлар ҳисобидан 427,77 миллион сўмлик хомийлик ёрдами жалб этилганлигини таъкидлади. Ушбу хомийлик ёрдамнинг 61,29 миллион сўми (ёки 14,3%) пул кўринишида, 180,73 миллион сўми (ёки 42,3%) дори-дармон, тиб-

биёт маҳсулотлари ва жиҳозларига, 185,74 миллион сўми (ёки 43,4%) бошқа маҳсулотларга (байрам совғалари, закот пуллари ва б.) ишлатилди. Шу билан бирга, беморларга кўрсатилган моддий ёрдамларда республикаимизда фаолият олиб бораётган корхона ва муассасалардан ташқари, саховатпеша инсонларнинг ҳам ўрни бекиёслиги, улар туфайли Фонд томонидан кўрсатилаётган моддий-маънавий кўмаклар тури ва ҳажми кўпайиб, қон касаллиги билан хасталанган кам даромадли, ижтимоий ҳимояга муҳтож беморлар, турли тоифадаги ногиронлар, айниқса, болаларни янада кўпроқ қамраб олишга қаратилди. Ҳисобот йили давомида Фонд томонидан 409,75 миллион сўмдан зиёд хомийлик ёрдамлари амалга оширилди (2020 йилга нисбатан 126,0 миллион сўмга кўп). Шундан, 10,9 миллион сўм (ёки 2,7%) пул кўринишида бўлган бўлса, 209,2 миллион сўм (ёки 51,0%) дори-дармон, тиббиёт маҳсулотлари ва жиҳозлари ҳамда 189,6 миллион сўм (ёки 46,3%) бошқа маҳсулотларга (давловчи шифокорларнинг муружаатига асосан ўта муҳтож беморларга дори воситалари, фаол тиббиёт ходимларига байрам совғалари ва б.) йўналтирилди. Таъкидлаш муҳимки, хомийлик ёрдамлари қуйидагича тақсимланган. Жумладан, Республика ихтисослаштирилган гематология илмий-амалий тиббиёт марказида доволанаётган беморлар учун 79,5 миллион сўмдан зиёд миқдорда дори-дармонлар ва тиббиёт жиҳозлари, 4,418 миллион сўмдан зиёд қанцелярия маҳсулотлари, 140 нафар бемор болаларга 3,5 миллион сўмлик янги йил совғалари, марказ бўлимларига фойдаланиш учун 1,750 миллион сўмлик 50 дона (“Қатта тиббиёт ўқув лугати” ва “Ибн Сино: истилоҳлар қомуси”) китоблари, бўлимлар учун 2,107 миллион сўмлик 12 та халат ва сочиқлар жамламаси етказиб берилди. Бундан ташқари, саховатли инсонлар томонидан ажратилган 157,2 миллион сўм маблағ клиникада доволанаётган жами 75 нафар эҳтиёжманд беморларга тарқатилди. Шунингдек, марказнинг 1-болалар бўлимида доволанаётган икки нафар муҳтож

садида 800,0 минг сўмлик совғалар тақдим этилиб, бошқа турдаги ёрдамлар кўрсатилди. Ҳисобот даврида Гематология марказига жами 261,0 миллион сўмдан зиёд хомийлик ёрдами амалга оширилди. (2020 йилга нисбатан 37,3 млн.сўмга кўпроқ ёрдам кўрсатилган). Бундан ташқари, Ўзбекистон гематологлари ва трансфузиологлари ассоциациясига 8,12 миллион сўмлик 56 дона иссиқ тиббиёт халати топширилди. Шунинг ҳам таъкидлаш керакки, Фондимизга яқка тартибда моддий ёрдам сўраб ариза билан муружаат қилган беморларга ҳам имкон даражасида амалий ёрдам бериб келинмоқда. Муружаат этган муҳтож фуқаролар Республикаимизнинг барча ҳудудларидан келган бўлиб, улар марказ клиникасида доволанаётган беморларнинг турмуш ўртоклари ва ота-оналаридир. Ўтган 2021 йил давомида 9 нафар аризага 10,9 миллион сўм моддий ёрдам кўрсатилди. /Тошкент шаҳри (2 нафар), Жиззах вилояти (1 нафар), Қашқадарё вилояти (2 нафар), Фарғона вилояти (1 нафар), Сурхондарё вилояти (2 нафар), Тошкент вилояти (1 нафар). Шундай аризалар билан 2020 йилда муружаат этган қон касалликлари ва бошқа хасталиклар билан азият чекаётган кам таъминланган муҳтожларнинг 6 нафарига 6,7 миллион сўм миқдорда моддий ёрдам кўрсатилди. (пластик карточкаларига пул ўтказиб берилган).

Фонд “Даракчи” газетаси билан ҳамкорлик қилиб, ижтимоий ҳимояга муҳтож фуқаро қатламларига манзилли ёрдам кўламини янада ошириш мақсадида “Ҳали умид бор” лойиҳасини амалга оширишга киришган. 2021 йилнинг охирида бошланган бу лойиҳа доирасида (18 ноябрдан 15 декабрда бўлган муддатда) жами 1 124 000 (бир миллион бир юз йигирма тўрт минг) сўм маблағ йиғилган бўлиб, 4 нафар беморга бир хил миқдорда тақсимлаб берилган. Оролбўйи ҳудудларидаги, шунингдек, бошқа тоифадаги ижтимоий ҳимояга муҳтож фуқароларни қўллаб-қувватлаш тадбирларида ҳам иштирок этиб, ҳисобот даврида “Экосан” ХХЖФга 52,7 миллион сўмлик, Ўзбекистон чернобилчилари ас-

ятларида 12 та филиал фаолият олиб бормоқда. Жорий йилда ҳам ҳудудларнинг тўлиқ қамраб олиш ва жойларга чиқиб, амалий кўмак бериш чоралари ишлаб чиқилди. Филиалларни қўллаб-қувватлаш, улар орқали жойлардаги ижтимоий кўмакка муҳтож фуқаролар қатламини қамраб олиш мақсадида ҳисобот даврида Фонднинг Қорақалпоғистон филиалига 13,9 миллион сўмлик, Навоий вилоят филиалига 6,4 миллион сўмлик, Сурхондарё вилоят филиалига 5,4 миллион сўмлик, Қашқадарё вилоят филиалига 7,6 миллион сўмлик, Наманган вилоят филиалига 2,4 миллион сўмлик, Сирдарё вилоят филиалига 900,0 минг сўмлик, Тошкент вилоят филиалига 10,5 миллион сўмлик, Андижон вилоят филиалига 19,4 миллион сўмлик ёрдам турлари кўрсатилди. (Жами – 66,6 миллион сўм). 2020 йилга (49,3 миллион сўм) нисбатан 17,3 миллион сўмга кўпроқ ёрдам етказилди.

Фонд ўз фаолиятида Ўзбекистон Республикаси соғлиқни сақлаш вазирлиги, Республика ихтисослаштирилган гематология илмий-амалий тиббиёт маркази, Ўзбекистон Республикаси Гематологлари ва трансфузиологлари ассоциацияси, Республика қон куйиш Маркази, “Экосан” ХХЖФ, Қорақалпоғистон Республикаси соғлиқни сақлаш вазирлиги, Тошкент шаҳар, Андижон, Бухоро, Навоий, Наманган, Сурхондарё, Сирдарё, Самарқанд, Тошкент, Хоразм, Қашқадарё вилоятлари соғлиқни сақлаш бош бошқармалари билан ҳамкорликда фаолият олиб бормоқда. Шунин-

ловида иштирок этиб, “Соғлом турмуш тарзи – саломатлик гарови” лойиҳаси ғолиби бўлди. Ушбу лойиҳанинг қиймати 70,0 миллион сўм бўлиб, соғлом турмуш тарзини кенг тарғиб қилиш мақсадида, 2022 йил январь-август ойлари давомида имконияти чекланган мактаб-интернат ўқувчилари ўртасида тадбирлар ўтказилиши белгиланган. Таъкидлаш муҳимки, Фонд ўз ваколати доирасида фаолиятини кенгайтириб, халқаро ташкилотлар билан ҳамкорлик алоқаларни тикламоқда. Айниқса, АҚШ, Туркия ҳамда Ҳиндистон каби давлатларнинг жамғарма ва йирик даволаш муассасалари билан музокаралар олиб бориш режалаштирилмоқда. Улар билан беморларни даволаш, трансплантация масалалари, кадрлар малакасини ошириш, шунингдек, фонд фаолиятига тааллуқли бошқа масалалар муҳокама қилинади. 2021 йилнинг 30 сентябрида Республика ихтисослаштирилган гематология илмий-амалий марказига бир гуруҳ Ҳиндистонлик мутахассислар ташриф буюришди. Улар Гематология маркази бўлимларида бўлиб, бемор болаларни тиббий кўриқдан ўтказиб, давловчи шифокорлар билан суҳбатлашдилар. Ушбу ташриф “Анемия ва лейкопения” хайрия жамоат фонди ташаббуси билан Ҳиндистоннинг “Медформир” компанияси томонидан уюштирилди. Музокаралар натижасида Ўзбекистон Республикаси “Анемия ва лейкопения” хайрия жамоат фонди ва “Медформир” ўртасида англашув меморандуми имзоланди.

Ҳисобот мажлисида Ўзбекистон Республикаси “Анемия ва лейкопения” хайрия жамоат фондининг 2021 йилдаги молиявий ахволи ва тушумлар, сарф харажатлар сметасининг ижроси, Фонднинг 2022 йил учун сарф харажатлари сметасини тасдиқлаш, 2021 йил чора-тадбирлар режасининг бажарилиши ва 2022 йилга мўлжалланган режалар қўриб чиқилди ва тасдиқланди. Юқоридаги ахборот ва таклифларни инобатга олиб, Фонд Васийлик кенгашининг ва Бошқарувнинг қўшма мажлиси тегишли қарорларини қабул қилди.

**Мухторжон РЎЗИЕВ,
Ўзбекистон Республикаси “Анемия ва лейкопения” хайрия жамоат фонди Бошқарув раисининг биринчи ўринбосари**

ЭЪТИРОФ

ҚАЛБЛАРДА ҲАМОН БАЙРАМ ШУКУҲИ

Ўлкамизга баҳор фаслининг кириб келиши, бу албатта, ҳар бир қалбга қувонч ва гўзаллик бахш этади. Айниқса, март ойининг бошланишиданок, аёлларимизнинг нафосатли айёми 8 март - Халқаро хотин-қизлар байрамнинг нишонланиши эса дилларга кўтаринки кайфият олиб киради.



Бундан аввал тантана мамлакатимизда ҳам ўзгача шуқуҳ билан кутиб олинди. Мунис онажонларимиз, дилбар опаларимиз ва лобар шўх қизларимизга эҳтиром кўрсатилади. Бунинг исботи сифатида айтиш жоизки, куни

кеча Президентимиз Шавкат Мирзиёев Халқаро конгресс марказида 8 март – Халқаро хотин-қизлар кунига бағишланган байрам тадбирида аёлларни самимий табриқлаб, уларга юксак эҳтиромини билдирди...

Шунингдек, эзуликка бағишлан-

ган бундай тантанали кечалар юртимиз тиббиёт муассасаларида ҳам давом этди. Ўзбекистон Соғлиқни сақлаш ходимлари касаба уюшмасининг Тошкент шаҳар Кенгашининг тармоқ тизимидаги касаба уюшма қўмиталари ва иш берувчилари томонидан тиббиёт ташкилотларида "Аёлни эъозлаш-эзулик ва адолат мезони" мавзусига бағишланган байрам тадбири ўзгача тарзда ўтказилди. Жумладан, Тошкент шаҳар ва туман тиббиёт бирлашмалари, академик В. Воҳидов номидаги ихтисослаштирилган илмий-амалий тиббиёт маркази, Тошкент тиббиёт академияси, "Чинобод" санаторияси, тиббиёт институт ва техникумларида гўзал айёмга бағишланган тадбирлар кўтаринки кайфиятда бўлиб ўтди. Унда шифо масканларида кўп йиллар давомида фаол меҳнат қилган хотин-қизларимиз иштирок этишди. Ташкилотлар раҳбарияти томонидан уларга фахрий ёрликлар ва қимматбаҳо совғалар топширилди.

Бугунги кунда қайси бир соҳани олмайлик, уларда аёлларимиз шижоат билан меҳнат қилаётганлигини кўрамиз. Оила ва жамиятда аёлнинг ўрни қанчалик беқиёс эканлигини қанчалар эътироф этсақда, оз-



лик қилади. Академиямизда ҳам оlima аёлларимиз, профессор ўқитувчилар, ўқишда, спортда фаол бўлган талаб қизларимиз, қолаверса, жамоамиздаги ҳар бир хотин-қизларимизнинг ўрни борлиги фахрла-

нарли ҳолдир. Мана бугун байрам тадбирида жамоамиз аёлларини қутлаб, уларга совғалар улашдик, - дейди Тошкент Тиббиёт Академияси касаба уюшма қўмитаси раиси Фаҳмитдин Муратов.

Ҳа, ҳақиқатан ҳам ушбу байрам оилаларга қувонч ва шодлик, аёлларимиз қалбига эса гўзаллик олиб кириши билан барчани бирдек қувонтиради. Албатта, бундай гўзал байрамлар юртимизга ярашади.

Гулноза
ТОШПЎЛАНОВА,

Ўзбекистон соғлиқни сақлаш ходимлари
касаба уюшмасининг Тошкент шаҳар
Кенгаши раиси

ВИТАМИНЫ

ТРИ ГЛАВНЫХ ВИТАМИНА,
НЕОБХОДИМЫЕ ВЕСНОЙ

В первый весенний месяц особенно ощущается нехватка витаминов: и солнце еще не спешит согревать нас своими лучами, и в овощах и фруктах сохранилось уже мало чего ценного. Как же восполнить авитаминоз и какие именно витамины требуются прежде всего? Об этом рассказал старший научный сотрудник отделения реабилитационной диетотерапии клиники ФИЦ питания и биотехнологии, врач-диетолог Юлия Чехонина. Doctorpiter.ru.

Первое – это витамин С, очень важный для укрепления иммунитета, поддержания в тонусе сосудов, а также эластичности и красоты кожи. "Добыть" этот витамин в это время года можно в квашеной капусте и замороженных ягодах. 150-200 граммов капусты

достаточно чтобы восполнить суточную потребность в витамине С. При этом в ней содержатся и пребиотики (полезные пищевые волокна), они способствуют сохранению здоровой микрофлоры в кишечнике и опосредованно также укрепляют иммунитет.

Что касается заморозки, то самые полезные ягоды для этого – красная и черная смородина. В 100 граммах свежей черной смородины содержится три суточных нормы витамина С, в размороженной – одна как минимум. Помимо витаминов, ягоды богаты ан-

тиоксидантами, которые защищают клетки организма от преждевременного старения.

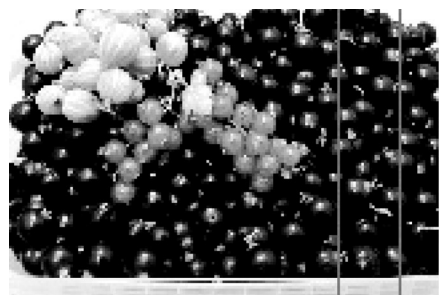
Хороший источник витамина С – ягоды шиповника. Причем в сушеных больше нужного витамина, чем в свежих ягодах, примерно в два раза. Его достаточно просто

заваривать в чае.

Второй важный весной витамин – А. Он также помогает иммунитету. С детства известно, что витамин А содержится в моркови и других оранжевых овощах – тыкве, болгарском перце. Очень полезно добавлять в рацион печень трески. В 100 граммах печени трески содержится 4-кратная суточная норма потребления.

Третий витамин – группы В, он особенно важен для сохранения душевного равновесия, поскольку регулирует функцию нервной системы, полезен также при усиленных умственных нагрузках. Рекордсмен по содержанию витамина В – говяжья печень. Как подчеркнул диетолог, при употреблении ста граммов этого продукта человек восполняет 100 процентов от рекомендуемой суточной нормы витамина В, а витамина В12 – несколько суточных норм.

Ольга ОРЛОВА.



КНИЖНАЯ ПОЛКА → uzmedlibuz

Новинки

O'zbekiston Respublikasi
Sog'liqni Saqlash Vazirligining
Davlat Ilmiy Tibbiyot KutubxonasiМинистерство Здравоохранения
Республики Узбекистан
Государственная Научная Медицинская БиблиотекаНа официальном сайте →
<https://uzmedlib.uz> благодаря
удобному каталогу вы сможете
получить детальную информацию
о каждой книге.

Дорогие читатели!

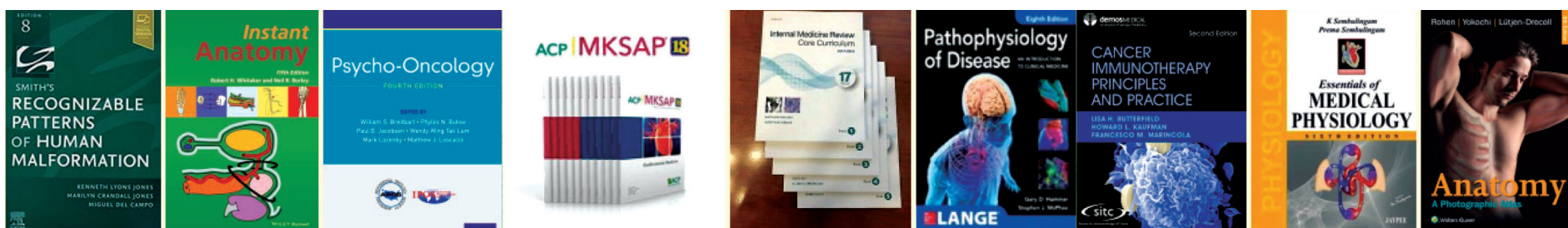
Государственная научная медицинская библиотека Министерства здравоохранения Республики Узбекистан предлагает вашему вниманию обзор новых электронных книг.

Книги ученых Узбекистана:



Издания на английском языке:

1. Smith's Recognizable Patterns of Human Malformation., 8th ed. *2022*
2. Instant anatomy., 5th ed. *2016*
3. Psycho-Oncology., 4th Ed. *2021*
4. Cardiovascular Medicine. MKSAP 18. Medical Knowledge Self-Assessment Program *2021*
5. Internal Medicine Review. Core Curriculum 2017-2018. 17th Ed.
6. Pathophysiology of Disease: An Introduction to Clinical Medicine., 8th ed. *2019*
7. Cancer Immunotherapy Principles and Practice., 2nd Ed. 2022. - *1335*
8. Essentials of Medical Physiology. *2012*
9. Anatomy: A Photographic Atlas., 8-th Ed. *2016*



Книги по травматологии и ортопедии:

1. Беспальчук П.И. Операции в травматологии и ортопедии: Карманный справочник / П.И. Беспальчук, А.В. Прохоров, А.И. Вологовский.- Минск: Попурри, 2001.- 208 с.
2. Травматология и ортопедия: Учебник / Г.М. Кавалерский, Л.Л. Силин, А.В. Гаркави, Х. А. Мусалатов и др.- Москва: Академия, 2005 - 624 с.
3. Травматология. Клинические рекомендации / Под ред. С. П. Миронова.- Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 512 с.
4. Травматология: Национальное руководство / Под ред. Г.П. Котельников, С. П. Миронова.- 3-е изд.- Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 776 с.
5. Травматология и ортопедия: Учебник. / Под ред. Н. В. Корнилова. - 3-е изд. испр. и доп.- Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 592 с.
6. Клиланд Дж.А. Клиническое обследование в ортопедии с иллюстрациями Неттера. Доказательный подход / Дж.А. Клиланд, Ш. Коппенхейвер, Дж. Су; перевод с англ.- Москва: Издательство Панфилова, 2018. - 624 с.: илл.



Лола ЭРГАШЕВА,
заместитель директора
Государственной научной медицинской библиотеки
Министерства здравоохранения Республики Узбекистан.

Tibbiyotning oliy maqsadi - inson salomatligiga erishishdir
O'zbekistonda sog'liqni saqlash
Здравоохранение Узбекистана



ШОШИЛИНГ!!!

Электрон манзилимиз:
uzss@yandex.ru uzssgtz

Бизнинг индекс - 128

ОБУНА ДАВОМ ЭТМОҚДА

Газета
муассиси:
Ўзбекистон
Республикаси
Соғлиқни
сақлаш
вазирлиги

Бош муҳаррир
Амрилло ИНОЯТОВ
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. Тахририятга келган кўлөзмалар тақриз қилинмайди ва муаллифга қайтарилмайди.

Манзилимиз: 100060, Тошкент шаҳри, Истикбол кўчаси, 30 уй, 2-қават.
Тел/факс: (71)233-13-22, тел.: (71)233-57-73. Газета 2009 йил 11 мартда Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси ҳузуридаги Ахборот ва оммавий коммуникациялар агентлигида 0015-рақами билан рўйхатга олинган.

Газета материаллари тахририят компьютер марказида терилди ва саҳифаланди.

Адади 674 нусха.
Буюртма Г-340

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.

Сохтафозин: Нарзулла Хамроев

Босмахонага топшириш вақти - 20.00.

ISSN 2010-6149

«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана». Сайтимиз: www.uzssgtz.uz

Топширилди - 18.00 1 2 3 4 5 6