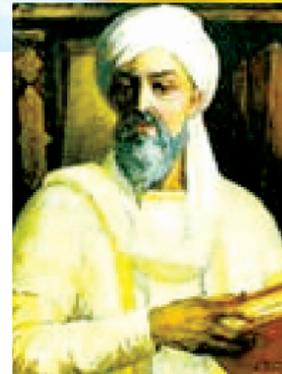


# 27 июнь – Матбуот ва оммавий ахборот воситалари ходимлари

## КУНИ

Tibbiyotning oliy maqsadi - inson salomatligiga erishishdir

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ  
УЗБЕКИСТАНА



№12  
(1498)  
2024-YIL  
27-IYUN

# O'ZBEKISTONDA SOG'LIQNI SAQLASH

IJTIMOY-SIYOSIY GAZETA ♦ 1995-YIL OKTABR OYIDAN CHIQA BOSHLAGAN

## ЎТКИР ҚАЛАМ ВА ҚУДРАТЛИ СЎЗ ЭГАЛАРИГА ЭҲТИРОМ!

*Журналист! Бу сўз жарангдор янграйди. Бу касб масъулиятли, машаққатли бўлиши билан бирга шарафлидир. Юксак зеҳн, сезгир нигоҳ, беҳаловат кўнгил ва ўткир қалами билан журналистлар сўзнинг юқини елкасига ортиб, халқнинг дардига дармон бўлишга, жамият ва давлат ўртасида кўприк бўлишга ҳаракат қилишади. Тезкорлик, холислик, аниқлик. Бу журналистларнинг қатъий шиорига айланган.*

Кундалик ҳаётимизнинг ажралмас қисми бўлган оммавий ахборот воситалари деганда донмо янгиликка интилиб, ҳаётнинг қайноқ нуқталарига кириб борадиган, холислик ва ҳаққонийлик бош мақсад билиб, Ватан ва халқ манфаатлари йўлида ўзини сафарбар этган олижаноб ва масъулиятли касб эгаларини тасаввур қиламиз.

Бугун замон шиддат билан ўзгармоқда. Ҳар бир кунимиз тарихга айланиб бормоқда. Албатта, бу эврилишларни зарҳал ҳарфлар билан битиб, уни келажак авлодга етказадиган, бугунимиз ва ўтмишимизни ойна каби кўрсата олишда ҳам айнан журналистнинг ўткир нигоҳи, сўзи ва қудрати муҳим аҳамиятга эга.

Барча соҳалар каби тиббиёт соҳасида ҳам меҳнат қилаётган оммавий ахборот воситалари меҳнатини алоҳида эътироф этиш жоиз. Чунки, улар ҳам бугунги таракқиётимизни, хусусан, Ўзбекистон тиббиётининг ютуғидан тортиб, унинг муаммоларига ҳам бўлган жараёнларини тезкор, холис, аниқлик ва ҳаққонийлик билан ёритишда фаол ташаббус кўрсатмоқдалар. Рақамларга эътибор қиладиган бўлсак, бугунги кунда Республикаимизнинг барча ҳудудларида тиббиётга ихтисослашган оммавий ахборот воситалари, газета ва журналлар, мутабуот хизматларида фаолият юритмоқдалар.

Дарҳақиқат, ҳаёт барчамиздан дадил ҳаракатларни,

фаол ташаббусларни, ҳамма соҳада ҳаққоний ва одил муносабатни талаб этмоқда. Замонавий миллий журналистика, интернет журналистика тобора ривожланиб бормоқда. Бунда эса халқ манфаатининг чинакам ҳимоячиси бўлишдек шарафли касбда меҳнат қиладиган оммавий ахборот воситаларини Давлатимиз раҳбари томонидан доимий қўллаб-қувватланиши улар фаолиятида катта ижодий руҳ бермоқда.

“Эл-юртимизнинг эзгу орзу-истакларини рўёбга чиқариш, бу йўлда ғов бўлиб турган турли тўсиқларни, бюрократизм, лоқайдлик, таъмағирлик, коррупция каби салбий иллатларни дадиллик билан кўтариб чиқиш, уларга қарши муросасиз жа-

**Жорий йилнинг 26 июнь кuni Президент Фармони билан қатор матбуот ва оммавий ахборот воситалари ходимлари давлат мукофоти билан тақдирланди. Маълумки, ҳар йили анъанавий тарзда 27 июнь – Матбуот ва оммавий ахборот воситалари кuni муносабати билан фидокорона меҳнат қиладиган соҳа фидойилари муносиб тақдирланади.**

**2024 йилда ҳам мамлакатимизда сўз ва матбуот эркинлигини ривожлантириш, юртимиздаги янгилашни жараянларини ёритиш, эришилаётган ютуқларни кенг тарғиб этишдаги катта хизматлари, замонавий медиа тармоқлари учун юқори малакали кадрларни тайёрлашда самарали хизмати ҳамда ижтимоий ҳаётдаги фаол иштироки учун мухбирлар, муҳаррирлар, масъул ходимлар, бошловчи ва ноширлар меҳнати юксак эътироф этилди. “Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана” газетаси тахририяти жамоаси барча давлат мукофоти билан тақдирланган соҳа ходимларини самимий қутлайди ва ижодий баркамоллик тилаб қолади.**

Намозжон ТОЛИПОВ.

моатчилик фикрини шакллантиришни ўз касби, ўз ҳаётининг маъно-мазмуни деб биладиган журналистларни мен ҳақиқий журналист деб ҳисоблайман, – деган эди Президентимиз оммавий ахборот воситалари кuni муносабати билан йўлланган байрам табрикларидан бирида.

Албатта, ким қайси жаҳода фаолият юритмасин, ўша касбда бахт ва ҳаловат топсагина ўз ишида унум ва рағбатни ҳис этади. Тиббиёт журналистлари ҳам тунни кунга улаб, халқ дарди билан ёнаётган азиз шифокору ҳамширалар меҳнатини кенг жамоатчиликка етказиш мақсадида тинмай изланадилар. Таъсирчан ижод маҳсулини яратишга ҳаракат қиладилар. Бу борада Соғлиқни сақлаш вазирлиги раҳбарияти томонидан ҳам уларнинг бу шарафли меҳнатлари эътироф этилиб, ҳар йили юксак эҳтиром кўрсатилади. Ишонамизки, бу эътибор уларнинг касб машаққатларини тезкор ва холислик билан енгиб ўтишда катта куч, катта мотивация беришда муҳим аҳамият

ВАЗИР ВА ЁШЛАР УЧРАШУВИ

## ТИББИЁТИМИЗ РАВНАҚИ – ЁШЛАР САЛОҲИЯТИГА БОҒЛИҚ

*Маълумки, мамлакатимизда “Ёшлар ойлиги” доирасида 21 июндан 26 июнга қадар “Вазир ва ёшлар” ҳамда “Раҳбар ва ёшлар” учрашувлари бўлиб ўтиши белгиланган эди. Жорий йилнинг 25 июнь кuni пойтахтимиздаги “Ёшлар ижодий саройи”да Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги вазифасини бажарувчи Асилбек Худаяров иштирокида ёшлар билан мулоқот бўлиб ўтди.*



Мазкур учрашувда тиббиёт тизимидаги ёш раҳбарлар, шифокорлар, ёш олимлар, докторант, магистр ва талабалар қатнашди. Авваломбор, Соғлиқни сақлаш вазирлиги вазифасини бажарувчи Асилбек Худаяров, ёшларга мурожаат қилиб, расмий нутқлар эмас, асосан, самимий мулоқот қилишни таклиф қилди ва ёшларнинг ҳар қандай саволига жавоб беришга тайёр эканини билдирди. Учрашувни кириш сўзи билан очган вазир вазифасини бажарувчи Асилбек Худаяров мамлакатимиз тиббиёт тизимида олиб борилаётган фаолиятларга алоҳида эътибор қаратиб, юртимиз тиббиёти бугунги кунда жаҳон ҳамжамиятида ўз ўрнига эга бўлиб бораётганини эътироф билан таъкидлаб ўтди ва учрашувда кўтарилган ҳар бир масаланинг аниқ ечими бўлишини таъкидлаб қуйида амалга оширилиши муҳим бўлган таклифларни билдириб ўтди. Жумладан, **ўқув жараёни ҳақида.** 5-6-курсни яхши тамомлаган талабаларни нуфузли иш ўринларига вазирлик томонидан тавсия қилиш амалиётини жорий қилишни таклиф этди. **Ишга жойлашиш жараёни ҳақида.** Агар ёш мутахассисларни ишга жойлаштириш бўйича таъмағирлик ҳолатлари кузатилса, тўғри-

дан-тўғри вазирга мурожаат қилиш имконияти яратилади. Вакант лавозим мавжуд бўлганда, муносиб ёш кадрнинг ишга жойлаштирилиши таъминланишини таъкидлади. **Чет тили ва мутахассислик ҳақида.** Албатта, чет тилини билиш муҳим. Лекин талаба малакали мутахассис бўлиб етишиши учун, аввало, тиббий билим ва кўникмаларни яхши ўзлаштириши зарурлигига эътибор қаратди. **Сунъий интеллект ҳақида.** Келажакда сунъий интеллект билан ишламайдиган давлат идораси қолмайди. Ўйлайманки, Соғлиқни сақлаш вазирлиги бу борада илғорлардан бўлади деб, ўз фикрларини билдирди.

Таъкидлаш муҳимки, мазкур учрашувда иштирок этган ёшлар ўзларининг қизиқтирган саволлари билан мурожаат этишди. Соғлиқни сақлаш вазирлиги вазифасини бажарувчи Асилбек Худаяров ёшларнинг таклиф ва фикрларини инобатга олган ҳолда мамлакатимиз тиббиётининг равнақи айтиш пайтда тиббиёт муассасаларида фаолият олиб бораётган ҳамда бўлажак ёш тиббиёт ходимларининг салоҳиятига боғлиқ эканлигини алоҳида таъкидлаб, бу борада уларни қўллаб-қувватлаш муҳимлигини ҳам айтиб ўтди.

Ибодат СОАТОВА.

ХАЛҚАРО АНЖУМАН

# МАҚСАД – 2050 ЙИЛГА ҚАДАР ТУБЕРКУЛЁЗНИ ТЎЛИҚ БАРТАРАФ ЭТИШ

*ЖССТнинг Европа минтақавий бюроси  
директори Ханс Ключенг мамлакатимизга  
таширифи ўз якунига етди.*



Туберкулёзнинг олдини олиш ва уни тўлиқ даволаш мумкинлигига қарамасдан, бу хасталик ер юзиди ҳар йили 1,6 миллион нафар одамнинг ҳаётига зомин бўлмоқда. Хусусан, Жаҳон соғлиқни сақлаш тақшилотининг маълумотларига кўра, дунёда учрайдиган кўп турдаги дориларга ёки рифампицинга чидамли туберкулёз ҳолатларининг 24 фоизи ҳамда кенг турдаги дориларга чидамли бўлган туберкулёзнинг 47 фоизи Шарқий Европа ва Марказий Осиёга тўғри келмоқда. Шу сабабдан ушбу минтақаларда ва умуман сайёрамизда силни йўқ қилиш жаҳон тиббиёт ҳамжамияти олдида турга асосий вазифалардан ҳисобланади. Бунинг учун мамлакатларда ички молиялаштириш ҳажмини кўпайтириш, стратегик ҳамкорлик ва мулоқот орқали туберкулёзни йўқ қилишга қаратилган минтақавий чора-тадбирларни ишлаб чиқиш, жамоатчиликнинг хабардорлигини ошириш талаб этилади.

Пойтахтимизда "БМТнинг сил касаллиги бўйича Олий даражадаги учрашуви бўйича мажбуриятларни бажариш: Европа ва Марказий Осиё мамлакатлари вакиллари иштирокидаги минтақавий мулоқот" мавзусида бўлиб ўтган халқаро анжуман ана шу мақсадларга қаратилгани билан аҳамиятли бўлди. Унда Соғлиқни сақлаш вазири вазифасини бажарувчи Асилбек Худаяров, ЖССТнинг Европа минтақавий бюроси директори Ханс Ключе, ЖССТнинг мамлакатимиздаги ваколатхонаси раҳбари Ашина Халақдина, Арманистон, Озарбайжон, Грузия, Қозғистон, Қирғизистон, Мўғулистон, Польша, Молдова, Руминия,

Тожикистон, Туркменистон, Украина каби давлатларнинг соғлиқни сақлаш соҳаси маъсуллари, шунингдек "STOP TB Ҳамкорлик" ташкилоти, АҚШ Халқаро тараққиёт агентлиги (USAID), ОИТС, сил ва безгакка қарши курашиш бўйича глобал жамғарма, Жаҳон

банкни ҳамда Осиё тараққиёт банки вакиллари иштирок этди. Мазкур анжуманни ўтказиш учун айнан Ўзбекистон танлангани бежиз эмас, албатта. Боиси, сўнгги пайтларда мамлакатимиз сил касаллигини олдини олиш, диагностика қилиш ва даволашда сезиларли натижаларга эришиб, туберкулёзни бартараф этиш борасида қатъий сиёсий иродани намоён этмоқда. Иштирокчилар юртимизнинг мазкур йўналишдаги ютуқларини эътироф этиб, сил касаллигига қарши курашиш самарадорлигини ошириш учун амалга ошириш лозим бўлган чора-тадбирларни муҳокама қилди.

Тадбир давомида оммавий ахборот воситалари вакиллари учун матбуот анжумани ўтказилиб, унда журналистларни қизиқтирган барча са-

кўрсаткичларга эришганини тасдиқловчи сертификатни тантанали равишда топширди. Таъкидлаш лозимки, Европа ва Марказий Осиё минтақаларида ушбу мақсадли кўрсаткичларга санокли давлатларгина, аниқроғи, Беларусь, Грузия, Италия, Қирғизистон, Нидерландия, Молдова, Туркменистон ва Буюк Британия эришган. Тадбир якунлангандан сўнг Ханс Ключе Соғлиқни сақлаш вазирлиги маъсуллари

волларга экспертлар томонидан батафсил жавоб берилди. Шунингдек, анжуман доирасида ЖССТнинг Европа минтақавий бюроси директори Ханс Ключе Ўзбекистоннинг гепатит В га қарши курашиш бўйича минтақавий мақсадли

ҳамроҳлигида Учтепа туман тиббиёт бирлашмаси марказий кўп тармоқли поликлиникасига ташриф буюриб, мазкур муассаса мисолида миллий тиббиётимизнинг бирламчи бўғинида амалга оширилаётган ижобий ўзгаришлар билан

танишди.

Маълумки, юртимизда мақсадли скрининг ва манзилли патронаж амалиёти илк бор жорий қилинди. Соҳага давлат тиббий суғуртаси ва ракамлаштириш механизмлари кенг татбиқ этилмоқда. Бирламчи тизимда "электрон поликлиника" дастури асосида ортиқча қозғозликка чек қўйилди. Қолаверса, бирламчи тиббий-санитария ёрдам муассасаларида кўрсатиладиган тиббий хизматларнинг кафолатланган ҳажмлари рўйхати белгиланди. Аҳоли орасида касалликларни эрта аниқлаш ва уларни профилактика қилиш мақсадида юртимиз бўйлаб тиббий хатлов ўтказилиб, фуқаролар саломатлик кўрсаткичлари бўйича тўрт гуруҳга ажратиб олинди. Ханс Ключе юртимиз соғлиқни сақлаш тизимида амалга оширилаётган бундай ислохотларни юқори баҳолаб, фуқароларга тиббий ёрдам кўрсатишда янги ёндашув ва моделларни жорий қилиш, хизматлар сифатини янада ошириш бўйича ЖССТнинг тегишли тавсияларини берди. Ташриф чоғида ЖССТнинг Европа минтақавий бюроси директори тиббиёт йўналишида таҳсил олаётган талаба ёшлар билан ҳам учрашиб, улар билан дилдан суҳбатлашди.

Бир сўз билан айтганда, юртимизда ўтказилган ушбу глобал аҳамиятга эга анжуман бош мақсад — 2050 йилга қадар туберкулёзни тўлиқ йўқ қилиш йўлида манфаатдор томонларнинг савий-харкатларини бирлаштириш, бу стратегик вазифани амалга ошириш учун янги чора-тадбирларни ишлаб чиқиш учун муҳим платформа бўлиб хизмат қилди.

@ssvuz.

## МЕЖДУНАРОДНАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ

**Новые дискуссии и соглашения медиков двух стран В Ташкенте состоялась научно-практическая конференция «Узбекистан-Россия: сотрудничество на пути к здоровью» с участием руководителей ведущих медицинских учреждений двух стран, учёных и экспертов. Обсуждались новые возможности и перспективы взаимодействия, а также обмена опытом и технологиями в сфере здравоохранения.**

Конференция проводилась в рамках II форума межрегионального сотрудничества между Россией и Узбекистаном. Накануне мероприятия провёл мастер-класс и выступил с лекцией главный онколог Минздрава России, директор НМИЦ радиологии, академик РАН Андрей Каприн. – Проведение подобных двусторонних мероприятий становится доброй традицией, – сказал во время открытия конференции в большом конференц-зале Республиканского специализированного научно-практического медицинского центра хирургии им. В. Вахидова исполняющий обязанности министра здравоохранения Республики Узбекистан **Асылбек Худайров**.

– В прошлом году проведён первый узбекско-российский форум, по итогам которого со стороны республиканских и территориальных центров Узбекистана, высших и средних медицинских образовательных заведений подписано более 100 меморандумов и соглашений о сотрудничестве с российскими медицинскими вузами, клиниками и ассоциациями. Заместитель министра здравоохранения РФ Андрей Плутницкий говорил в том числе о готовности к расширению взаимодействия и обмену опытом по различным высокотехнологичным направлениям: трансплантологии, гематологии, протезированию, сфере лекарственных средств и медицинской продукции. Особое внимание уделяется открытию филиала Российского национального исследовательского медицинского университета им. Н. Пирогова в Ташкенте.

Участников приветствовали начальник управления социального развития администрации Президента Республики Узбекистан Одил Абдурахманов, директор РСНПМЦХ им. В. Вахидова, профессор Саидмурод Исмаилов.

В первый день форума ведущие российские специалисты посетили медицинские вузы столицы Узбекистана, профильные специализированные центры, провели несколько совместных образовательных мероприятий, мастер-классов, высокотехнологичных операций, консультировали пациентов со сложными диагнозами. Во время мероприятия краснодарские хирурги из НИИ – Краевой клинической больницы № 1 им. С. Очаповского провели со-

вместно с узбекскими коллегами 12 сложных вмешательств, включая 3 трансплантации печени.

Во второй половине дня в рамках форума между меди-

цинскими учреждениями двух стран подписано несколько соглашений о сотрудничестве.

Основная часть конференции проходила в РСНПМЦХ им. В.В.Вахидова. Модераторами пленарного заседания стали директор РСНПМЦХ им. В. Вахидова профессор Саидмурод Исмаилов и главный специалист трансплантолог Минздрава России, директор НМИЦ трансплантологии и искусственных органов им. В.И.Шумакова, академик РАН Сергей Готье, который открыл сессию докладом «Трансплантация печени от живого родственного донора: четверть века практики в России, трансляция опыта».

О развитии высокотехнологичной хирургической помощи в Республике Узбекистан **рассказал С. Исмаилов**, о новых технологиях в хирургической аримологии – главный хирург Минздрава России, директор НМИЦ хирургии им. А. Вишневецкого, **академик РАН Амиран Ревшвили**.

– За период с 2007 по 2024 г. в стенах нашей клиники прошли стажировку 223 специалиста из различных медицинских центров Узбекистана, – отметил в своём докладе главный врач НИИ – Краевой клинической больницы № 1 им. С.В.Очаповского академик РАН Владимир Порханов. – Направления – торакальная хирургия, кардиохирургия, хирургическая эндо и бронхоскопия, эндовизуальная хирургия, анестезиология и реаниматология, детская кардиохирургия, трансплантология, сосудистая хирургия и др. Торакальные хирурги НИИ – ККБ № 1 провели в Республике Узбекистан 67 операций, среди них – удаление опухолей плевральной полости, средостения, лобэктомии,

резекции трахеи. С июля 2022 г. по настоящее время в рамках подписанного меморандума и в соответствии с программой родственной трансплантации печени узбекско-российской бригадой хирургов в республике выполнено 46 трансплантаций печени от живого донора. Детскими кардиохирургами с сентября 2022 по май 2024 г. проведено 217 операций на открытом сердце у детей.

С докладами выступили представители НМИЦ нейрохирургии, НМИЦ радиологии, Российской медицинской академии непрерывного профессионального образования (все

РСНПМЦХ им. В. Вахидова и в основном была посвящена сотрудничеству вузов двух стран.



травматологии и ортопедии, роботической хирургии, трансплантологии, экстренной медицинской помощи.

# КРЕПНЕТ БРАТСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО

– Москва), НМИЦ им. В.А.Алмазова (Санкт-Петербург). Начальник управления стратегического планирования, статистики и оценки эффективности Министерства здравоохранения Республики Узбекистан Дониёр Миразимов рассказал о стратегии развития системы здравоохранения в регионе.

## В СВЕТЕ ПОСЛЕДНИХ ДОСТИЖЕНИЙ

Основная часть мероприятий конференции прошла на базе РСНПМЦХ им. В. Вахидова – ведущего многопрофильного научного и лечебного учреждения Узбекистана. Конференция совпала с днём рождения академика Академии наук Республики Узбекистан Феруза Назырова, который долгие годы возглавлял центр, 11 лет был министром здравоохранения республики. Известного хирурга поздравили и по традиции одели в белый золотой халат – чапан и вручили букет белых роз.

– Становление Вахидовского центра как ведущего учреждения проходило фактически на моих глазах, – **сказал в одном из интервью С. Готье**. – Здесь рождаются прорывные технологии, которые мы продвигаем вместе, в частности, такие вопросы, как трансплантация органов, что является вершиной хирургии. Когда я приезжаю в Узбекистан, то мне не кажется, что я в другой стране. Тем более что у нас общая история.

Напомним, что в 2006 г. Сергей Владимирович провёл в Ташкенте первую в Центральной Азии операцию по разделению сямских близнецов.

Во второй день конференции участники разделились на три секции. Первая из них прошла в большом конференц-зале

– В 2019 г. мы создали гармонизированную программу двойных дипломов, – сказала представителю «МГ» первый проректор Казанского ГМУ профессор Лайсан Мухарямова. – Часть студентов обучается у нас, часть – в Ташкентской медицинской академии. В прошлом году мы подписали с этим вузом договор о создании совместной ординатуры по акушерству и гинекологии, что в первую очередь было связано с высоким уровнем рождаемости в Узбекистане и низким – у нас в Татарстане. Вторая специальность – сердечно-сосудистая хирургия, это направление высоко развито и в Казани, и в Ташкенте. В настоящее время рассматривается открытие ординатур по другим специальностям. Совсем недавно во время празднования 210летия нашего университета был подписан договор о создании совместной аспирантуры по специальностям фундаментальной медицины. Во время нынешней конференции мы совещались по вопросам работы в довузовском образовании. Будем готовить студентов вместе с ташкентскими коллегами.

С докладами о двустороннем сотрудничестве выступили ректор Дагестанского ГМУ доктор медицинских наук Висампаша Ханалиев, ректор Приволжского исследовательского медицинского университета доктор медицинских наук Николай Карякин, представители Воронежского ГМУ им. Н. Бурденко, Российского университета дружбы народов им. П.Лумумбы.

Вторая секция проходила в большом конференц-зале Республиканского научного центра экстренной медицинской помощи и затронула ряд актуальных вопросов, в частности,

На третьей секции, проходившей в малом конференц-зале кардиоблока РСНПМЦХ им. В. Вахидова, были затронуты аспекты эндокринологии, кардиологии, психиатрии, трансплантации костного мозга, санитарной гигиены, генетических и здоровьесберегающих технологий.

## ДАВНИЕ СВЯЗИ

В рамках форума в Республиканском специализированном научно-практическом медицинском центре кардиологии состоялась научно-практическая конференция «Россия–Узбекистан: сотрудничество науки и инноваций в борьбе с сердечно-сосудистыми заболеваниями». Её открыл директор РСНПМЦХ Хуршид-Фозилов. В президиуме академик РАН Амиран Ревшвили и заместитель директора ФГБУ НМИЦ терапии и профилактической медицины профессор Анна Концевая.

Конференция завершилась подписанием меморандума о сотрудничестве между НМИЦ хирургии им. А.В.Вишневецкого и Каршиным региональным филиалом РСНПМЦХ.

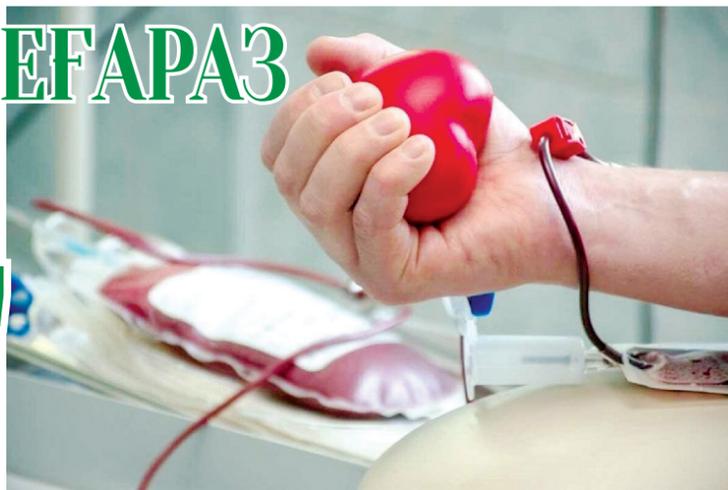
– У нас давние связи с научноклиническими центрами Узбекистана, – **рассказал нам А. Ревшвили**. – Я неоднократно выступал с лекциями и консультировал сложных больных в Ташкенте, Самарканде и Бухаре, оперировал пациентов. Ежегодно в НМИЦ хирургии им. А. Вишневецкого проводятся вмешательства около 50 больным из Узбекистана, у нас постоянно учатся ординаторы из братской страны.

– Многое сделано и многое нам предстоит сделать совместно с коллегами из Узбекистана, как, например, в применении радиофармпрепаратов, – **подчеркнул в интервью журналистам заместитель министра здравоохранения РФ Андрей Плутницкий**. – Подписаны договоры между научными и образовательными учреждениями двух стран, сотрудничество продолжается. Студенты приезжают учиться в Россию, преподаватели общаются между собой, врачи – в режиме телемедицинских консультаций и конференций. Это постоянное, серьёзное и продуктивное взаимодействие.

**Алик ДЖАЛЯЛОВ,**  
Медицинская газета.

ҚОН – БУ ҲАЁТ

# "20 ЙИЛЛИК САМИМИЙ ВА БЕҒАРАЗ ҚУВОНЧ: СИЗГА РАҲМАТ, ҚОН ДОНОРЛАРИ!"



Ҳар  
йили дунё  
миқёсида 14 июнь  
— Бутунжаҳон донор-  
лар кунини сифатида кенг  
нишонланади. Ушбу сана  
муносабати билан  
Республика қон қуйиш  
марказида байрам  
тадбири бўлиб  
ўтди.



Мазкур тадбирда Соғлиқни сақлаш вазирлиги масъул ходимлари, соҳага ихтисослашган тиббиёт муассасалари раҳбарлари, тиббиёт ходимлари ва донорлар иштирок этишди.

Тадбирни Республика қон

қуйиш маркази бош шифокори Аълонур Саидов кириш сўзи билан очиб, байрам иштирокчиларини самимий қутлаб, савобли ва хайрли эзгуликлар ила инсонларга ҳаёт бахш этаётган фахрий донорлар ва донорларга ўз ташаккурини изҳор этди. Ва ўз қонини камида 40 марта,

қон компонентларини 60 марта топширган фахрий донорларга, Соғлиқни сақлаш вазирининг буйруғига асосан, "Ўзбекистон Республикаси фахрий донори" кўкрак нишонини ҳамда эсдалик совғаларини топширди.

Тадбирда иштирок этган Академик С. Баҳрамов номидаги Ўзбекистон Республикаси

"Анемия ва лейкокемия" хайрия жамоат фонди бошқаруви раиси Шожалил Шарахмедов ҳам сўзга чиқиб, мазкур сана тўғрисида ўзининг эътирофли фикрларини билдириб, ўз донорлиги билан инсонлар ҳаётини сақлаб қолаётган эзгу савоқли инсонларга ташаккур билдириб, 10 нафар донорга

ва марказнинг фидойи шифокор ва ҳамшираларига жамоат фондининг ташаккурномаси ва қимматбаҳо совғаларини тақдим этдилар.

Тадбирда иштирокчилар учун байрам дастурхони ташкил этилиб, концерт дастурлари намойиш этилди.

Ибодат СОАТОВА.

26 ИЮНЬ — ХАЛҚАРО ГИЁХВАНДЛИККА ҚАРШИ КУРАШИШ КУНИ

## ГИЁХВАНДЛИК — ЭНГ КАТТА МУАММОЛАРДАН БИРИ

Гиёхвандлик — инсоният қаршисида турган энг катта муаммолардан бири. У нафақат саломатликка, балки иқтисодиёт ва ижтимоий муносабатларга ҳам жиддий зарар етказиши мумкин. У бутун дунё бўйлаб кенг тарқалган глобал офат бўлиб, ҳар қандай жамият учун хавфлидир. Афсуски, бугун дунёда гиёхванд моддалар истеъмол қилувчилар сони ортиб бормоқда.

Бунга эса ер юзи аҳолисининг кўпайишидан ташқари, жаҳон бўйлаб синтетик гиёхванд моддалар истеъмоли йилдан йилга оммалашиб бораётгани ҳам сабаб бўляпти. Ана шундай омиллар юртимизда психиатрия ва наркологиya хизматини такомиллаштириш учун муҳим асос бўлди.

Хусусан, давлатимиз раҳбарининг 2022 йил 16 майда қабул қилинган "Аҳолига наркологиya ёрдам кўрсатиш тизимини янада такомиллаштириш бўйича қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида"ги қарори мазкур соҳани янада ривожлантириш ва аҳолига наркологиya ёрдам кўрсатиш самарадорлигини оширишга хизмат қилди.

Ушбу қарорга кўра:

— наркологиya касалликларга чалинган

шахсларни мажбурий даволашга юбориш бўйича барча тиббий текширувлар наркологиya диспансерларининг ўзида, зарур ҳолларда бошқа муассасаларда амалга оширилмоқда;

— наркологиya диспансерларидаги мавжуд койкалар ҳақидаги маълумотларни реал вақт режимида олиши имконияти яратилди.

Ўз навбатида, қарорга мувофиқ, аҳоли, айниқса, вояга етмаганлар ва ёшлар орасида психоактив моддалар истеъмол қилинишининг олдини олиш ва барвақт аниқлашга қаратилган профилактика тизими ишлаб чиқилиши бу соҳадаги дадил қадам бўлди.

Шунингдек, Президентимизнинг 2023 йил 19 июнда қабул қилинган "Аҳолининг руҳий саломатлигини муҳофаза

қилиш хизматини янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги қарорида ҳам бу йўналишдаги ишлар самарадорлигини янада оширишга доир бир қатор муҳим вазифалар белгилаб берилди.

Жумладан, ушбу ҳужжатга кўра, ўтган йили юртимизда Республика ихтисослаштирилган руҳий саломатлик илмий-амалий тиббиёт маркази ташкил этилди.

Мазкур муассаса мамлакатимизда ихтисослаштирилган психиатрик, тиббий-психологик ва наркологиya ёрдам кўрсатишни йўлга қўйиб, бу йўналишларда юқори технологик моддий база ва илмий мактабни шакллантиради.

Қолаверса, ҳудудлардаги руҳий ва наркологиya касалликлари шифохоналари ҳамда диспансерлари марказнинг ҳудудий ташкилий-методик бўлинмалари этиб белгиланди.

Хулоса ўрнида айтиш лозимки, гиёхвандлик муаммосига қарши курашиш, унинг салбий оқибатларини камайтириш учун нафақат давлатлар,



ҳалқаро ташкилотлар, балки бутун жамият биргаликда ҳаракат қилиши ва бу ишга ҳар бир инсон ўз хиссасини қўшиши лозим.

Зарифжон АШУРОВ,  
Республика ихтисослаштирилган  
руҳий саломатлик илмий-амалий  
тиббиёт маркази директори.

ЭХТИЁТ БЎЛИНГ!



*Ёз фасли мева ва сабзавотларнинг зарқ пишиши, музқаймоғу салқин ичимликлар, фаввора ва хавзалардан завқланиш, оромгоҳларда дам олиш, болаларнинг шодон кулгуси билан мароқлидир. 25 июндан бошлаб ёзнинг энг иссиқ - чилла даври бошланди ва 5 августга қадар давом этади. Жазирамада инсон кўп терлайди ва шу орқали суюқликни йўқотади. Айнан мана шу сабаб қоннинг қуюқлашиши ва турли хил юрак қон-томир касалликларининг хуружига олиб келиши мумкин. Шу билан бирга, кун тизгида қўш нури оситида узоқ вақт қолиш натижасида "офтоб уруши", бурун қонаб кетиши, терида турли аллергия тошмаларнинг пайдо бўлиши каби ҳолатлар ҳам юзага келиши мумкин. Иссиқ кунда терлаб туриб муздек ичимликлар ёки салқинлатувчи воситалардан (кондиционер, вентилятор) тўғри фойдаланмаслик оқибатида чиллада ҳам шамоллаш мумкин. Айниқса нотўғри овқатланиш, шахсий гигиена қоидаларига риоя қилмаслик, озиқ-овқат маҳсулотларини тўғри сақламаслик оқибатида турли ичак инфекцияларига чалиниб қолиш эҳтимоли ҳам юқори. Хўш, бу даврда саломатликни асрашга қандай эътибор қаратиш керак?*

**Б**иринчидан, организмни сувсизланишига йўл қўймаслик учун кунига камида 3 литр сув истеъмол қилиш зарур, сув миқдорининг кўп камлиги сизнинг меҳнат фаолиятингиз, ёшингиз ва мавжуд касалликларингизга ҳам боғлиқ. Сув-бу оддий тоза ичимлик суви билан биргаликда турли хил ўтлар дамламаси, компот, айрон каби салқин ичимликлар бўлиши мумкин. Ширин ва кучли газланган ичимликлардан эҳтиёт бўлинг. Истеъмол қилинаётган суюқлик жуда муздек бўлмаслиги керак, салқин бўлиши муҳим. Ичимликларни кучли чанқоқ даврида шошиб кўп миқдорда истеъмол қилиш тавсия этилмайди. Ҳар қандай суюқликни кичик қултумлар билан хотиржам, айниқса ўтирган ҳолда ичиш саломатлик учун фойдали.

Иккинчидан, тез-тез илиқ сувда ювиниш, душ қабул қилиш ва чўмилиш керак. Айниқса ёш болаларни кунига 2 марта илиқроқ сувда чўмилтириш керак.

Сув хавзаларида фарзандларингизни куннинг айна иссиқ пайтида эмас, балки соат 11 га қадар чўмилишига рухсат беринг. Чунки тушдан кейинги куёшдаги инфра кизил нурлар унинг терисига ва бутун организмга салбий таъсир кўрсатиши мумкин: Сув хавзалари, оқар сувларда чўмилишда кескин сувга сакраш тавсия этилмайди. Чунки куёш тафтида қизиқ турган организм билан муздек сув ҳарорати орасидаги тафовут ва кескин ҳаракат туфайли мушакларнинг томир тортишиши, ҳатто юрак тўхтаб қолиши ва тўсатдан ўлим ҳолати юзага келиши ҳамда турли жароҳатларга олиб келиши мумкин. Шунинг учун сув хавзаларига аста секинлик билан тушган афзал. Фақат чўмилиш рухсат берилган жойларда чўмилиш. Уйда парвариш қилинаётган беморларни ҳам тез тез ювинтиринг, жуда бўлмаса кунига 2-3 маҳал намланган сочиқ билан баданларини артиб турунг.

Учинчидан, агар зарурат бўлмаса куннинг иссиқ даврида кўчага чиқманг, уйда қолинг. Айниқса ёш болалари оналар бундай даврда фарзандларини ниҳоятда эҳтиёт қилишлари зарур, бозор, меҳмондорчилик, туй ва маросимлар, гап гаштакларга фарзандларингизни олиб борманг. Бундай ҳолат боланинг кунлик режими бузилиши билан бирга, турли хил инфекцияларга чалинишига сабаб бўлиши мумкин. Шу билан бирга, боланинг нозик териси кўйиши, тез сувсизланиши, ичи кетиб қолиши, қусиш каби ҳолатлар юзага келиши табиий ҳолдир. Катта ёшдаги сурункали касаллиги бўлган беморлар зарур ҳолатда ёшлар кузатувида кўчага чиққанлари маъқул.

Тўртинчидан, зарурат туфайли

кўчага чиқсангиз биринчи навбатда кийимингизга эътибор беринг. Чилла даврида очик рангли, пахта матосидан тайёрланган кенг, иложи борича енглар и ёпиқ кийимларни танланг. Синтетик матодан тайёрланган, тўқ рангдаги, сиқиб турадиган кийимлардан халос бўлинг. Махсус бош кийими, рўмол, шарф, кепка, панама ва шляпалар кийишингиз мумкин. Ёзги соябон, ва кўзойнақлардан фойдаланинг. Оёқ кийимингиз ҳам ёзги мавсумга мос, сиқмайдиган бўли-

# ЖАЗИРАМАДАН ҚАНДАЙ САҚЛАНИШ МУМКИН?



ши керак, яхшиси 1 размер каттароғини танланг, шунда кийналмайсиз. Аёлларимиз учун жуда баланд ва ингичка пошнали пойафзалларни фақат кечкурунги маросимларда кийишлари, кун бўйи қулай оёқ кийимда бўлишларини тавсия қиламиз. Ўзингиз билан албатта кичик идишда сув ёки бирон ичимлик олинг, мўъжазгина елпигичингизни ҳам унутманг.

Бешинчидан, куёш нурида терим қуймасин десангиз кўчада юрганда, сув хавзаларида чўмилганда махсус кремлардан фойдаланинг (SPF).

Ортиқча косметикалар, тонал кремларни минимал даражада камайтиринг. Табиий воситалардан фойдаланинг. Косметик воситаларни ёрқин ранглари (лаб бўёқлари, қовоқлар учун тен) табиий рангларига алмаштиринг. Парфюмлардан ҳам меъёрда фойдаланинг. Ишдан кейин уйга қайтганда юз-қўлларингизни тозалаб ювиб, қатик, сузма, бодринг, лимон, кўкатлардан фойдаланган ҳолда махсус лосьон ва маскалар тайёрланг, терингизга суртиб қўйинг.

Олтинчидан, чилла даврида тўғри овқатланиш жуда муҳим. Бу пайтда асосан қайнатилган ва буғда пиширилган енгил таомларни кам миқдордан тез-тез тановул қилиб туриш зарур. Жуда кучли ковурилган, ёғли, хамирли, тузланган ва дудланган таомларни бироз салқин даврларда истеъмол қилиш керак. Кунлик рационга албатта ҳўл мевалар ва хом ҳолдаги сабзавотлардан тайёрланган ҳамда майонез, қаймоқ ва кетчуплардан ҳоли бўлган салатларни кўпроқ киритиш керак. Ҳар бир пишган мева ва сабзавотларни севиб истеъмол қилинг, чунки улар таркибидаги витамин ва минераллар сизга қишда ҳам асқотади. Овқатларни кунлик эҳтиёж учун алоҳида тайёрлаш, усти ёпиқ

идишларда совутгичда тўғри сақлаш, идишларни овқат қолдиқларидан тозалаб ювиш муҳим. Айниқса, мева ва сабзавотларни хом ҳолда истеъмол қилишдан олдин уларни тозалаб ювиш, фарзандларимизни ҳар қандай овқат истеъмол қилишдан олдин қўлларини ювишга одатлантиришимиз ва бунда ўзимиз уларга ўрнак бўлишимиз зарур.

Еттинчидан, хонани салқинлатишда кондиционер ва вентиляторлардан оқилона фойдаланинг. Уларни маълум бир вақтда ёпиқ қўйиш, совуқлик даражаси 22 даражадан паст бўлмаслиги зарур. Айниқса ювиниб чиққандан сўнг ёки кун давомида кондиционер остида қолиш ёки ухлаш иммунитетнинг тушишига, турли хил шамоллашлар, айниқса юқори нафас аъзолари касалликлари, зотилжам, периферик нервларнинг шамоллаши (неврит, радикулит) каби ҳолатларга олиб келиши мумкин. Айниқса беморлар ва ёш болаларни ниҳоятда эҳтиёт қилиш зарур.

Саккизинчи, шахсий гигиена қоидалари билан бирга хонадон ёки иш жойи гигиенасига ҳам риоя қилиш зарур. Ёз кунлар қўлларни тез тез совун билан ювиб туриш, кийимларни тез тез алмаштириш тавсия этилади. Чунки тер хиди ўтириб қолган кийим нафакт ўзингиз балки атрофдагиларга ҳам ноқулайликка олиб келиши мумкин. Ёзги пайтда сочларни йиғиб, чиройли қилиб турмаклар олсангиз, юз ва бўйин қисмларга аллергия тошмалар тошишидан асрайди. Иссиқ билан бирга, чанг кўтарилиши мумкинлигини инобатга олган ҳолда уйларни ҳар куни тозалаб туриш зарур. Стол-стул, шкафлар усти, полларни нам латтада тозалаб артиш, деразаларни очиб тез-тез ҳавони алмаштириб туриш, хоналар ва ҳовлини

чиқиндилардан тозалаш керак. Шунда зарарли ҳашаротлар кўпаймади, турли касалликларни келтириб чиқармайди. Тоза ҳавода, деразаларни очган ҳолда ухламоқчи бўлсангиз пашшахона ёки деразалар учун махсус сеткалардан фойдаланинг, шунда пашша ёки чивин сизнинг оромингизни бузмайди.

Тўққизинчидан, ёзнинг иссиқ даврида ҳам жисмоний фаолликни унутманг. Тонгги бадан тарбия, кун давомида салқин жойлардаги пиёда юриш, кечки сайрларни қанда қилманг. Айниқса оила аъзолари билан биргаликда бадан тарбия машқларини бажариш, турли спорт уйинларини биргаликда ўйнаш ҳам кайфиятингизни кўтарар-

ди ва соғлом бўлишингиз учун хизмат қилади. Уй юмушларини ўзингизни толиқтирмаган даражада бажаринг. Экинларга ишлов бериш ва суғориш, уй хайвонларини парвариш қилиш ҳам аслида жисмоний фаолликдир. Энг асосийси бу ишларни яхши кайфият билан бажариш лозим. Бунинг учун эса ўзингиз ёқтирган мусиқа ёки аудиоасарларни тинглаб иш билан машғул бўлинг.

Ўнинчидан, кун тартибига риоя қилинг, ўз вақтида дам олинг, камида 6 соат ухланг. Ёзги пайтда тонгнинг эрта отиши туфайли эрта уйғонамиз, уйқуга тўймаслик эса жиззакилик, касалликка чалинувчан бўлиб қолишга олиб келиши мумкин. Шунинг учун кечкурун уйқуга барвақт ётинг, иложи бўлса куннинг иссиқ пайтида 1 соат мизғиб олинг.

Энг асосийси, кунингизни мароқли ва фойдали ўтказинг. Кун давомида ёки туни билан компьютер ёки турли гаджетлардан фойдаланиш билан вақтингизни бекор кетказманг. Ота онангизни зиёрат қилинг, уларнинг кўнглини кўтаринг, суҳбатларидан баҳраманд бўлинг. Дам олиш кунлари жигарларингизни йўқлаб қўйинг, беморлар ҳолидан хабар олинг. Оилангиз билан бирга мароқли дам олинг, ўзингиз севган машғулотлар билан банд бўлишга ҳаракат қилинг. Кўпроқ китоб мутолаа қилинг, ўқиган китобларингизни оила даврасида муҳокама қилинг, улардан ибрат олишни фарзандларингизга ҳам ўргатинг.

**Барно ОДИЛОВА.**  
Ўзбекистон Республикаси  
Соғлиқни сақлаш вазирлиги  
Стратегик режалаштириш,  
статистика ва самарадорликни  
баҳолаш бошқармаси  
бошлиғи ўринбосари.

## ВРАЧ СОВЕТУЕТ

*Мнение о том, что вакуумная упаковка гарантирует стерильность продукта и защищает его микробиологического загрязнения – заблуждение. Об этом сообщила "Российской газете" заведующая лабораторией биобезопасности и анализа нутримикробиома ФИЦ питания и биотехнологии Светлана Шевелева. Эксперт прокомментировала ситуацию с массовыми случаями ботулизма, рассказала, какие продукты в зоне повышенного риска и какие меры нужно предпринять, чтобы свести вероятность отравления к минимуму.*



## НАСКОЛЬКО РАСПРОСТРАНЕН БОТУЛИЗМ В РОССИИ И КТО В ЗОНЕ РИСКА?

**Светлана Шевелева:** Ежегодно в России регистрируется примерно 150-180 случаев ботулизма. И основная причина – это употребление в пищу домашних заготовок в герметично укуренных банках. Бывает также, что ботулотоксин образуется в зараженных спорами Клостридий крупных кусках рыбы, мяса, сала, которые не прошли полноценную обработку.

Это происходит потому, что в домашних условиях невозможно обработать продукты так, чтобы гарантированно защитить заготовку от клостридий, способных вырабатывать ботулотоксин, неукоснительно соблюдая рецептуры, в том числе путем добавления нужного коли-

# МОЖНО ЛИ ЗАБОЛЕТЬ БОТУЛИЗМОМ ИЗ-ЗА ОТВАРНЫХ ОВОЩЕЙ В ВАКУУМЕ

## ПОЛУЧАЕТСЯ, ЧТО ВАКУУМНАЯ УПАКОВКА НЕ ЗАЩИЩАЕТ ПРОДУКТ ОТ ПОРЧИ?

**Светлана Шевелева:** Это заблуждение, что вакуумная упаковка гарантирует стерильность продукта и надежно защищает от микробного загрязнения и порчи. Есть две группы бактерий – аэробные, для размножения которых нужен кислород, и анаэробные – они прекрасно размножаются в безвоздушной среде. Клостридии как раз относятся к последним. Поэтому, если была нарушена технология производства, и в готовом продукте сохранились споры клостридий, а готовые упаковки хранились с нарушением температурного режима – заражение продукта ботулотоксином было неизбежным.

В магазинах сейчас продается много отварных овощей для салата в вакуумной упаковке – можно купить свеклу, картофель, отварную кукурузу. В основном это продукция выпускается крупными комплексами по переработке овощей. Эти предприятия оснащены современным оборудованием, имеют надежную систему внутреннего контроля – у них и с качеством, и с безопасностью продукции полный порядок. Но когда кустарный, по сути, цех, который даже не имеет водопровода, выпускает полуфабрикаты в промышленных масштабах – это, конечно, нонсенс.

## ЕСТЬ ЛИ ВОЗМОЖНОСТЬ ИЗБЕЖАТЬ ЗАРАЖЕНИЯ БОТУЛИЗМОМ?

**Светлана Шевелева:** К сожалению, по внешнему виду продукта, по его вкусу определить наличие в нем ботулотоксина невозможно. Поэтому надо быть уверенным, что он хранился на холоде. Но если остаются какие-то сомнения, единственное средство защититься – это прогреть содержимое вскрытой упаковки или банки в течение 15-20 минут при температуре 80-100 градусов. Такой нагрев разрушит ботулотоксин. Но это – гипотетический совет на совершенно крайний случай, я все же думаю, что рисковать здоровьем не стоит.

## КАК КОНТРОЛИРОВАТЬ ПРОИЗВОДСТВО ЕДЫ, ЧТОБЫ ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ МАССОВЫХ ОТРАВЛЕНИЙ?

**Светлана Шевелева:** Сейчас сделаны послабления производителям – введен мораторий на проведение плановых проверок, а начало производственной деятельности проводится в уведомительном порядке. Но такие лояльные правила, конечно же, рассчитаны на то, что бизнес проявляет абсолютную сознательность и самостоятельно обеспечивает контроль за соблюдением технологического процесса, санитарных норм и правил, обеспечивает входной и текущий контроль, что для пищевого производства совершенно необходимо. Но к сожалению, практика показывает, что некоторые производители злоупотребляют.

**Но то, с чем мы столкнулись в эти дни, по-моему, еще раз убедительно доказывает: независимый инспекционный контроль на производстве продукции, которая напрямую связана со здоровьем человека, совершенно необходим. А уж с какой периодичностью этот контроль осуществлять, какие меры принимать при выявленных нарушениях – это можно обсуждать и договариваться. Главное – обеспечить безопасность потребителей.**

**Ирина НЕВИННАЯ.**



чества уксуса или соли. Готовую продукцию нужно хранить при низкой температуре – не выше 4 градусов.

## ПОЧЕМУ БОТУЛОТОКСИНОМ ОКАЗАЛАСЬ ЗАРАЖЕНА ПРОМЫШЛЕННАЯ ПРОДУКЦИЯ?

**Светлана Шевелева:** В промышленных условиях при изготовлении консервов используют технологии, которые предусматривают все необходимые меры профилактики ботулизма. Поэтому случившееся массовое отравление однозначно говорит, что производители "виновной" фасоли не соблюдали санитарные нормы и технологические режимы изготовления и хранения своей продукции.

Производство кулинарных изделий, например, тех же отварных овощей и других готовых блюд общественного питания в потребительской упаковке, имеет свои особенности. Это скоропортящаяся про-

дукция, по существующим требованиям, она должна реализовываться там же, где была приготовлена, и в кратчайший срок. А мы видим, что продукт, приготовленный в Москве, продавался в Казани, Нижнем Новгороде и еще нескольких городах. Это уже изделия или полуфабрикаты, предназначенные для приготовления салатов за пределами предприятия-изготовителя. Но для таких условий реализации предусмотрены уже другие требования. А именно, производитель обязан сначала исследовать возможности увеличить сроки годности своей продукции, для чего создаются особые провоцирующие условия (есть специальная методика, утвержденная Роспотребнадзором). И только если подтверждается качество и безопасность продукта, оформляются соответствующие технические условия (ТУ), и в дальнейшем производство должно осуществляться строго по принятому документу.

## БОЛАЛАРНИ УЙДА ЁЛГИЗ ҚОЛДИРМАЙЛИК

Болалар одатда ҳамма нарсани синаб кўришни хуш кўришади, уларга олов қизик нарса бўлиб кўринади. Агар уларга оловнинг хавф-хатари ва оқибатлари ҳақида тушунтирилмаса, шубҳасиз, кўнгилсиз ҳолатларга олиб келиши мумкинлигини тушунтириш лозим.

Болаларни шўхлиги билан боғлиқ бўлган ёнғинларнинг келиб чиқишига асосий сабабларнинг бири ота-оналарнинг ўз фарзандларига бўлган эътиборсизликлари ёки фарзандларининг айрим қоида талабларини ўзлаштирмаганликларидан. Ҳар бир ёнғин инсон ҳаётига, уларнинг яқинларига хавф солиши ва кўп машаққатлар эвазига бунёд этилган уй-жойларини, мол-мулкларини бир зумда ёниб кетишига олиб келиши мумкин. Шу боис, болалар билан боғлиқ ёнғин ҳодисаларининг олдини олиш, болаларни олов билан уйнаши, ёнғин содир бўлишига йўл қўймайлик мақсадида олов билан боғлиқ уй юмушларини буюрмасликка, болалар олдида сигарета чекмаслик ва улар олдида оловли ишларини

бажармаслик электр розеткалар тешикларини махсус пластик копламалар билан беркитиб қўйиш, болаларга оддий ёнғин хавфсизлиги қоидаларига риоя қилишлари юзасидан доим тушунчалар бериб бориш зарур. Ота-оналар фарзандларини жавобгарликни ҳис қилишга ўргатиш, улар билан олов ва унинг хусусиятлари, ёнғиннинг келиб чиқиш омиллари борасида ҳаётий мисоллар асосида сухбатлар ўтказиб туриш, олов ҳақида тушунчалар бериб бориш муҳимлигини таъкидлаб ўтиш муҳимлигини унутмасликларини лозим.

**Ш. ЗУПАРОВ.**

“Қорасув Қароргоҳи” Давлат резиденцияси  
ЎХТТЭБ кичик инспектори, оддий аскар.

## ЭҲТИЁТ БЎЛИНГ ЁНҒИН

Рўй бераётган ёнғинлар тахлилининг кўрсатишича, кўпчилиги аҳоли турар жойларида юзага келмоқда. ЎХТТЭБ ходимлари доимий равишда хонадонларда бўлиб, ёнғинларга сабаб бўлувчи ҳолатларни

аниклаш, бу нуқсонларни ўз вақтида бартараф этиш, ёнғин муҳими эса, мана шундай камчиликлар қандай салбий ҳолатларга олиб келиши мумкинлигини тушунтириб келмоқдалар. Табиийки, ёш бола ўз ишининг оқибатини тўла тасаввур эта олмайди, қолаверса, у ёнғин хавфсизлиги қоидаларини билмаслиги мумкин. “Қорасув Қароргоҳи” Давлат резиденцияси ЎХТТЭБ куйидаги қоидаларга амал қилишини сўрайди.

Уйларнинг мўрилари ёнида ёнғинчи буюмлар сақлалмаслик, кўп қаватли уйлар ва фукарларга шахсий яшаш уйларида газ тармоғидан резинали шланг орқали фойдаланмаслик, кўп қаватли уйлар ва фукарларга шахсий хонадонларда газ плиталарини ёниқ ҳолда қаровсиз қолдирмаслик, кўп қаватли уйлар ва шахсий хонадонлар кўчаларини ўтиш йўлларини битон ва темир қозиклар билан тўсиб қўймайлик, ёш болаларни гугурт ўйнашини тақиқлаш.

**А.Таджибаев**

“Қорасув Қароргоҳи” Давлат резиденцияси  
ЎХТТЭБ кичик инспектори, катта сержант.

СПЕЦИАЛИСТЫ ПРЕДУПРЕЖДАЮТ

# ВОЗ: КАЖДЫЙ ТРЕТИЙ ВЗРОСЛЫЙ В МИРЕ ПОДВЕРЖЕН РИСКУ ЗАБОЛЕВАНИЙ ИЗ-ЗА ГИПОДИНАМИИ

*Почти треть (31%) взрослого населения во всем мире, это примерно 1,8 миллиарда человек, не достигают необходимого уровня физической активности, - такие данные по результатам мониторинга за 2022 год представила Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ). Эксперты ВОЗ тревожатся, что прослеживается очевидная тенденция к снижению физических нагрузок - с 2010 по 2022 год уровень активности уменьшился на 5 процентных пунктов.*



«Если эта тенденция сохранится, то, по прогнозам, к 2030 году уровень гиподинамии еще больше возрастет - до 35%, и в настоящее время мир далек от достижения глобальной цели по сокращению гиподинамии к 2030 году», - отмечается в сообщении ВОЗ.

Нормативы минимального необходимого для поддержания здоровья уровня активности известны: это 150 минут умеренных нагрузок в течение недели или 75 минут физической активности высокой интенсивности. "Сидячая" жизнь повышает риск сердечно-сосудистых заболеваний, приводит к набору веса и ожирению, сахарному диабету 2 типа, слабоумию и увеличивает вероятность некоторых видов онкозаболеваний - в частности, рака молочной железы и толстой кишки. Результаты исследования, инициированного ВОЗ, опубликовано в журнале TheLancetGlobalHealth.

"Эти новые данные свидетельствуют о том, что

мы упускаем возможность снизить риск развития рака, сердечных заболеваний и улучшить психическое благополучие только за счет того, что повысим физическую активность", - заявил глава ВОЗ доктор Тедрос Адханом Гебрейесус.

Он призвал сделать все возможное, чтобы "обратить вспять эту тревожную тенденцию". Уровень гиподинамии в развитых западных странах составляет 28%, а самые высокие показатели - среди жителей Азиатско-Тихоокеанского региона с высоким уровнем дохода (48%) и Южной Азии (45%).

"Вызывает обеспокоенность сохраняющееся неравенство между полом и возрастом. Во всем мире женщины по-прежнему чаще страдают от гиподинамии, чем мужчины, их показатель составляет 34% по сравнению с 29%. В некоторых странах эта разница достигает 20 процентных пунктов. Кроме того, люди старше 60 лет становятся менее активными, и важно поощрять их сохранять нагрузки и в пожилом возрасте", - констати-

руют в ВОЗ. "Отсутствие физической активности представляет собой скрытую угрозу глобальному здравоохранению и в значительной степени усугубляет бремя хронических заболеваний".

"Нам нужно найти инновационные способы мотивировать людей быть более активными, учитывая такие факторы, как возраст, окружающая среда и культурные традиции. Сделав физическую активность доступной и приносящей удовольствие всем, мы сможем значительно снизить риск неинфекционных заболеваний и сделать население более здоровым и продуктивным", - настаивает директор по укреплению здоровья ВОЗ доктор Рюдигер Креч.

Несмотря на тревожные результаты в целом, примерно в половине стран за последнее десятилетие наблюдаются некоторые признаки улучшения. ВОЗ призывает изучать положительный опыт и использовать его для продвижения идеи активного образа жизни повсеместно.

"Пропаганда физической активности выходит за рамки поощрения индивидуального выбора образа жизни - это потребует подхода всего общества и создания условий, которые облегчат и обезопасят для каждого человека возможность быть более активным так, как ему нравится", - отметила глава Международного центра физической культуры подразделения ВОЗ по физической активности доктор Фиона Булл.

В ВОЗ подчеркивают: важно, чтобы в разработке мер, поощряющих и улучшающих физическую активность, делающих занятия спортом доступнее для разных слоев населения, в равной степени участвовали правительственные и неправительственные организации. Необходимо увеличивать инвестиции в этой сфере и использовать инновационные подходы, считают в ВОЗ.

Ирина НЕВИННАЯ.



*Всемирная организация здравоохранения опубликовала предупреждение о выявлении фальсифицированных препаратов на основе Семаглутида, которые применяются для лечения диабета 2-го типа и ожирения. Как сообщается на сайте организации, проблема существует во всех регионах мира.*

## ВОЗ ПРЕДУПРЕДИЛА О ПОДДЕЛЬНЫХ ПРЕПАРАТАХ ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ДИАБЕТА И ОЖИРЕНИЯ

Речь идет об Оземпике, препарате с активным ингредиентом семаглутидом, -- поддельный вариант выглядит идентично. Семаглутиды также снижают риск неблагоприятных сердечно-сосудистых проявлений. Большинство препаратов на основе семаглутида предназначены для еженедельного подкожного введения; часть препаратов также выпускается в виде таблеток для ежедневного перорального приема. Поскольку лекарственное средство также подавляет аппетит, его все чаще назначают и для похудения.

ВОЗ сообщила, что поддельные лекарства могут не содержать нужного количества активных ингредиентов и, следовательно, вызывать неконтролируемый уровень сахара у диабетиков. В других случаях инъекционное устройство может содержать какой-либо незаявленный активный ингредиент, например, инсулин,

что способно спровоцировать непредсказуемые последствия для здоровья или осложнения.

ВОЗ призывает врачей и фармацевтов, регулирующие органы и общественность проявлять бдительность. Пациентам, которым показана данная терапия, рекомендуется приобретать лекарства только по рецепту, полученному от дипломированного врача, и воздерживаться от покупки препаратов у незнакомых или непроверенных поставщиков, например в Интернете.

При приобретении семаглутида для инъекционного введения необходимо убедиться, что препарат хранился в холодильнике. Проверьте шкалу дозирования на инсулиновых шприцах-ручках, удостоверьтесь, что этикетка выглядит правильно и на коробке нет орфографических ошибок.

Марина КЫН.

## НОВЫЙ ИИ ПОМОЖЕТ АВТОМАТИЧЕСКИ РЕКОНСТРУИРОВАТЬ НЕЙРОНЫ В МОЗГЕ

Ученые из Университета Кью опубликовали в Nature Communications описание нового инструмента искусственного интеллекта (ИИ) под названием QDyeFinder, способного автоматически идентифицировать и реконструировать отдельные нейроны по изображениям мозга мыши.

Новый метод включает применение мультицветной маркировки, после чего ИИ самостоятельно распознает структуру нейрона, сопоставляя подобные цветовые сочетания. Ученые отметили, что одной из самых сложных задач нейронауки является картирование мозга и его соединений из-за высокой плотности нейронов и сложности отделения их аксонов и дендритов друг от друга. Использование мультицветной маркировки позволяет сделать этот процесс более эффективным.

В 2018 году команда Имай разработала систему Tetbow, которая с помощью трех основных цветов позволяла ярко раскрашивать нейроны и облегчила их трассировку. Однако вопросы оставались в том, что нейроны всё равно требовали тщательного трассирования вручную, а также три цвета были недостаточными для различения большого количества нейронов.

Медицинская газета

## МАКТАБЛАР ҲАЁТИДАН

*Бугунги кунда озиқ-овқат маҳсулотлари хавфсизлиги ва соғлом овқатланишни, аҳолининг барча қатлами соғлом, фаол ҳаёт кечиришини таъминлаш долзарб масала ҳисобланади. Айни жараёнда табиий, молиявий ва моддий ресурслардан фойдаланишнинг самарали иқтисодий, экологик бошқарув тизимини жорий этиш жуда муҳим. Айниқса, мактабларда ушбу муаммони ҳал этиш ўсиб келаётган ёшлар келажаги учун мустаҳкам пойдевор яратиш, демакдир.*

БМТ Озиқ-овқат ва қишлоқ хўжалиги ташкилоти (ФАО) Ўзбекистон Қишлоқ хўжалиги вазирлиги билан ҳамкорликда амалга оширишга киришаётган “Мактаб овқатлантириш дастурини синовдан ўтказиш орқали озиқ-овқат хавфсизлиги ва соғлом овқатланишни яхшилашни қўллаб-қувватлаш” лойиҳаси айнан шу мақсадга хизмат қилади.

киллари иштирок этди.

Қатнашчилар лойиҳанинг мақсади, вазифаси, қўлами, концепцияси ва кутилаётган натижалар билан таништирилди. Томонлар иш режасини кўриб чиқиб, амалга ошириш шартини келишиб олдилар.

Сўнгги йилларда мамлакатимизда болалар орасида тўйиб овқатланмаслик, зарарли озиқ-овқат маҳсулотларини



## МАКТАБЛАРДА ОЗИҚ-ОВҚАТ ХАВФСИЗЛИГИ ТАШАББУСИ ИЛГАРИ СУРИЛМОҚДА

дастурларини ишлаб чиқиш ва тарғиб қилиш, тизимдаги тегишли муаммоларни ҳал қилишга замин яратади.

– Яхлит ва изчил мактаб дастурлари, болаларнинг овқатланиш тизими, таълими ва соғлиғига эътибор инсон ҳуқуқига эришиш калитидир, – деди **ФАОнинг Ўзбекистондаги вакили ўринбосари Шерзод Умаров**. – Мактабда соғлом овқатланиш, сифатли озиқ-овқат бўйича тадбирлар таъсирида ўқувчилар соғлом овқатланиш амалиётини ўзлаштириши мумкин. Ушбу дастурлар маҳаллий фермер ва дехқонлардан мактаб учун озиқ-овқат харид қилиш орқали маҳаллий тизимни қўллаб-қувватлаш, мустаҳкамлаш ва диверсификация қилишга ёрдам беради.

**Семинар давомида мактабларда овқатланиш тизимидаги мавжуд камчилик, муаммо ва имкониятлар кўриб чиқилди. Жумладан, мавжуд муҳитни яхшилаш учун махсус имкониятларни ривожлантириш чор-тадбирлари муҳокама қилинди.**

ЎЗА.



Ушбу лойиҳа йўлга қўйилиши муносабати билан бўлиб ўтган кириш семинарида Мактабга ва мактаб таълими, Соғлиқни сақлаш вазирликлари, Озиқ-овқат ва қишлоқ хўжалиги соҳасида стратегик ривожланиш ва тадқиқотлар халқаро маркази (ISCAD), Мактабга таълим агентли-

ги, Санитария-эпидемиологик осойишталик ва жамоат саломатлиги қўмитаси, Саломатлик ва стратегик ривожланиш институти, Ўзбекистон Республикаси Президенти ҳузуридаги Ижтимоий химоя миллий агентлиги, “Замин” Халқаро жамоат фонди ҳамда Ибн Сино жамоат фонди ва-

қўп истеъмол қилиш ва семиртиш муаммоси юзага чиқаётгани таъкидланмоқда. Самарали таълим, мустаҳкам соғлиқ ва сифатли овқатланиш инсон капиталини шакллантиришнинг асоси ҳисобланади.

Айнан мактабдаги ўқиш даврида болаларда жисмоний, рухий ва когнитив ўзгаришлар

кузатилади. ФАОнинг янги лойиҳаси мактабларда овқатланиш дастурларини синовдан ўтказиш орқали эҳтимолий хавф-хатарни аниқлаш ва олдини олиш имконини беради.

Лойиҳа амалга оширилиши мактаб ўқувчиларини хавфсиз ва сифатли озиқ-овқат маҳсулотлари билан таъминлаш, мактабда соғлом овқатланиш

## ҚОНУНЧИЛИҚДАГИ ЯНГИЛИКЛАР

## БОЛАЛАРНИ СОҒЛОМЛАШТИРИШГА ҚўМАКЛАШИШ ЖАМҒАРМАСИ ТАШКИЛ ЭТИЛДИ

**“Онкологик, гематологик ва иммунологик касалликларга чалинган болаларга тиббий ёрдам кўрсатишни янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги Президент Қарори (ПҚ-183-сон, 21.05.2024 й.) қабул қилинди.**

**Қ**арорга кўра, қуйидагилар болалар гематологияси, онкологияси ва клиник иммунологияси соҳасини ривожлантиришнинг устувор вазифаларидан бири этиб белгиланди, жумладан:

–2030 йилгача онкологик касалликларга чалинган болаларнинг омон қо-

лиши даражасини 60 фоизга ошириш;  
–гемопэтик ўзак хужайралари ва суюқ қўмиги хужайраларини трансплантация қилишни ривожлантириш;  
–бемор болаларни зарур дори воситалари ва тиббий буюмлар билан узлуксиз таъминлаш.

– Болалар гематологияси, онкологияси ва клиник иммунологияси марказини

Болалар онкологияси, гематологияси ва иммунологияси илмий-амалий тиббиёт маркази (Марказ) этиб қайта номланди.

– Марказ ҳузурида Онкологик ва гематологик касалликларга чалинган болаларни соғломлаштиришга қўмаклашиш жамғармаси ташкил этилди.

– 2024 йил 1 июлдан онкологик, гематологик ва иммунологик касалликларга чалинган 18 ёшдан 21 ёшгача бўлган (21 ёш ҳам қиради) беморлар белгиланган тиббиёт марказларининг болалар гематологияси ва онкологияси бўлимларида, шунингдек, улар вояга етгунларига



қадар ушбу касаллик бўйича тиббий ёрдам кўрсатган бошқа тиббиёт ташкилотларида бепул даволанишни давом эттиради.

t.me/huquqiyaxborot



Газета муассиси:  
Ўзбекистон Республикаси  
Соғлиқни сақлаш вазирлиги

ISSN 2010-6149.  
Электрон манзилми: www.uzssgzt.uz

Бош муҳаррир  
**ИБОДАТ СОАТОВА**

Газета ўзбек ва рус тилларида чоп этилади. Ҳафтанинг пайшанба кунлари чиқади. Мақолалар кўчириб босилганда "O'zbekistonda sog'liqni saqlash – Zdravooxranenie Uzbekistana" газетасидан олинди деб кўрсатилиши шарт. Таҳририятга келган кўлёмалар тақриз қилинмайди ва муаллифга қайтарилмайди.

Газета 2009 йил 11 мартда Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси ҳузуридаги Ахборот ва оммавий коммуникациялар агентлигида 0015-рақами билан рўйхатга олинган.

Газета таҳририят компьютер марказида терилди ва саҳифаланди. Саҳифаловчи: Нарзулла Ҳамроев  
**Таҳририят манзили:** 100060, Тошкент шаҳри, Истикбол кўчаси, 30 уй, 2-қават. Тел/факс: (71)233-13-22, тел.: (71)233-57-73.  
Газета "Шарқ" нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмаҳонасида чоп этилди.

**Корхона манзили:** Тошкент шаҳри, Буюк Турон кўчаси, 41 уй/Тел/факс: (71)233-11-07.

Газета ҳажми  
**2 босма табоқ.**  
Формати А3. Офсет усулида чоп этилган.

Адади - 703 дона.  
Буюртма рақами Г-638.

Босмаҳонага топширилиш вақти:  
21-00. 3 4 5 6 7  
Топширилди 20-00.