

ПЕРЕДОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ НАХОДЯТ ПРИМЕНЕНИЕ

В Ташкенте Торгово-промышленной палатой Узбекистана организована беседа за «круглым столом», посвященная состоянию и перспективам технологической модернизации промышленных предприятий в нашей стране.

Председатель Торгово-промышленной палаты Узбекистана А. Шайхов и другие отметили, что последовательные реформы, осуществляемые государством на пути модернизации и диверсификации промышленных отраслей, служат важным фактором экономического развития нашей страны.

В процессе глубокого структурного преобразования промышленности особое внимание уделяется внедрению в производство современных технологий. Важным шагом в этом направлении стала организация при Кабинете Министров Республики Узбекистан Агентства по экспертной оценке технико-экономических обоснований проектов вновь строящихся и реконструируемых производственных мощностей, техники и технологий.

Агентство осуществляет тщательную системную экспертизу первичной и итоговой технико-экономической обоснованности инвестиционных проектов, направленных на строительство новых производственных предприятий, обеспечение использования оптимальных решений по внедрению современных технологий в реконструкцию и модернизацию действующих производств. Кроме того, оно предотвращает ввоз в нашу страну бесперспективного, морально и физически устаревшего оборудования и технологий, анализирует рынок в соответствии с требованиями времени.

На мероприятии были заслушаны доклады, посвященные повышению промышленного потенциала в регионах и эффективному использованию существующих и резервных возможностей, применению налоговых льгот и преференций, нормативных актов в деле защиты частной собственности субъектов предпринимательства, сообщает УзА.

Б. БОЗОРОВ.

В Национальном пресс-центре акционерно-коммерческим банком «Кишлок курилиш банк» проведена пресс-конференция, посвященная реализуемой работе по финансовой поддержке субъектов малого бизнеса и частного предпринимательства.

ПОДДЕРЖКА ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ

Оказывающий банковские услуги в своих 42 филиалах, 48 мини-банках и 186 банковских пунктах более 692 тысячам клиентов «Кишлок курилиш банк» осуществляет в этой сфере последовательную работу.

За семь месяцев 2016 года банком на поддержку субъектов малого бизнеса выделено 517,6 миллиарда сумов кредитных средств, в частности, на микрокредиты выделено 152 миллиарда сумов. Объем кредита, направленного на расширение производства конкурентоспособных товаров потребления, насыщение внутреннего рынка, открытие новых предприятий и модернизацию действующих, составил 212,4 миллиарда сумов, сообщает УзА.

За 2009–2015 годы в целях финансирования инвестиционных проектов, дальнейшего развития инфраструктуры, в частности, возведения в сельской местности современных домов, выделено 4511,2 миллиарда сумов долгосрочных кредитов, для непосредственной поддержки ре-

альных секторов экономики выделены инвестиционные кредиты в размере 1183,7 миллиарда сумов.

В течение 2009–2016 годов банком внедрены семь кредитных линий на 32,6 миллиона долларов США, за счет которых финансировано более 80 проектов.

В рамках внедренной согласно постановлению Президента страны о мерах по реализации проекта «Развитие сектора плодоовощеводства в Республике Узбекистан при участии Международного банка реконструкции и развития» от 21 сентября 2015 года кредитной линии для 17 реализованных в 2016 году проектов выделено 8,6 миллиона долларов кредитов.

На конференции журналисты получили ответы на интересующие их вопросы о перспективных проектах и основных направлениях деятельности банка в будущем.

Н. НАСРИЕВ.

УДОВЛЕТВОРЯЯ ПОТРЕБНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ В ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫХ ТОВАРАХ

Потребности населения республики в продовольственных товарах еще каких-то 15–20 лет назад покрывались в основном за счет импорта, а в настоящее время 96 процентов подобных товаров производятся в нашей стране.

...Прогуливающаяся со своим внуком Бобуржом по столичному супермаркету «Корзинка» Зайнаб-момо из Сурхандарьи очень довольна изобилием товаров и вежливостью продавцов. Подойдя к прилавку с красиво упакованными конфетами, не зная, какие из них выбрать. Еще более обрадовалась, увидев на большом пакете надпись «Сделано в Узбекистане».

— Мой внук Бобуржон очень любит сладости, — говорит Зайнаб-момо Джурбаева. — Сейчас много и магазинов, и продукции. Такого благополучия мы достигли благодаря независимости, мудрой политике государства.

Пятнадцать-двадцать лет назад сладости в Узбекистане были в основном привозными. Сегодня в нашей стране ведет свою деятельность по производству кондитерских изделий более 1200 больших и малых предприятий. Эта сфера стала одной из самых развивающихся.

На 27 предприятий при холдинговой компании «Узбеккозиковатхолдинг», в частности, на таких предприятиях, как «Бону ширинликлари», «Renessans Dizayn», «Class food servis», «Fibber», «Fayz dekor biznes», «Rossi plus», изготавливаются конфеты, мармелад, халва и другая продукция. Это служит обеспечению внутреннего рынка доступными по цене и конкурентоспособными сладостями.

— В состав холдинговой компании «Узбеккозиковатхолдинг» входит более 100 предприятий, доставляющих населению потребительские товары, растительное масло, маргарин, кондитерские изделия, майонез, сахар и другую продукцию, — говорит главный специалист ком-

пании Н. Осмонов. — Часть нашей продукции экспортируется. На предприятиях при компании в 2015 году изготовлено почти 16 тысяч тонн продукции 135 видов, за прошедшее время нынешнего года изготовлено 18 850 тонн различных товаров 137 наименований. Увеличение количества новых предприятий в отрасли способствует обеспечению занятости населения, в частности, выпускников колледжа.

Организация множества совместных предприятий в Узбекистане служит повышению качества производимых товаров. Ярким тому примером служит узбекско-швейцарское совместное предприятие «Lazzat Karamel» города Ташкента. В результате созданной в нашей стране благоприятной деловой среды и организации производственного процесса на основе современных технологий продукция этого предприятия за короткий срок стала пользоваться большим спросом у покупателей. В ООО «Glory Food» производится шоколад «Estello», «Morelia», «L'amore», «Kelly», «Paris», «Valencia». В ООО «Tufin», «Candy Gold» и «Choco World» — кондитерские изделия нескольких разновидностей, сообщает УзА.

ООО «Sladus Produce», расположенное в нашей столице, рационально использующее предоставляемые для предпринимателей возможности, вносит достойный вклад в обеспечение занятости молодежи, повышение благосостояния населения.

ООО «Sladus Produce» с 2010 года под торговой маркой «Sladus Leading» производит 20 наименований кондитерских изделий. Здесь особое внимание уделяется качеству, вкусу, аромату, конкуренто-

способности продукции. Предприятие, принимая активное участие в традиционной проводимой в нашей стране международной выставке «Пищевая промышленность — WorldFood Uzbekistan», подписывает выгодные договоры и последовательно расширяет ряды покупателей. На предприятии трудятся 70 человек.

— Наши покупатели обладают хорошим вкусом, — говорит работница предприятия Халима Туйчиева. — Это еще более повышает нашу ответственность. В прошлом году, окончив Ташкентский профессиональный колледж экономики и сервиса, устроилась сюда на работу. Стала ученицей опытных мастеров. На нашем предприятии производственный процесс полностью автоматизирован, что способствует повышению эффективности работы молодежи, получившей глубокие знания в колледжах.

Изготавливаемые на предприятии кондитерские изделия нравятся покупателям. Из года в год расширяется производство, увеличивается ассортимент продукции.

— При покупке необходимого для производства шоколада сырья особое внимание уделяем экологической чистоте, качеству и соблюдению санитарной гигиены, — говорит руководитель предприятия Абдусамад Абдуганиев. — Ведь здоровье потребителей для нас — важная задача. Наше государство уделяет постоянное внимание защите прав и интересов предпринимателей, устранению преград и препятствий на этом пути. Это вдохновляет нас на изготовление еще более качественной, разнообразной продукции.

Азима КИЁСОВА.

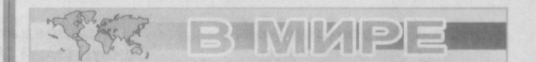


● Частным предприятием «Асел-Лаззат» в Канлыккульском районе Республики Каракалпакстан, предоставляющим услуги населению по общественному питанию, налажено производство кондитерских и хлебобулочных изделий. За счет полученного в банке льготного кредита в объеме 90 миллионов сумов доставлено и установлено современное оборудование.

● Для военнослужащих воинских частей Самаркандской области пограничных войск Службы национальной безопасности Республики Узбекистан сданы в эксплуатацию новые дома и пограничный пост. На площади в 1,7 гектара возведены комплекс бытового обслуживания с аптекой, чайханой, салоном красоты, стадион с искусственным покрытием, махаллинский гузар и дошкольное образовательное учреждение на 120 мест. На новом пограничном посту воинской части Ургутского района также созданы все условия для военнослужащих. Есть солдатское общежитие, столовая, медицинский кабинет, пункты бытового обслуживания.

● Общество с ограниченной ответственностью «Heating radiators» в Навои на основе Программы локализации выпускает алюминиевые радиаторы для отопительных сетей зданий и сооружений. Литье радиаторов из алюминия осуществляется здесь же, что свидетельствует о том, что все процессы — от получения сырья до изготовления готовой продукции — локализованы. Для этого было взято в лизинг зарубежное литейное оборудование стоимостью 237 тысяч долларов. Введение его в строй позволило создать 15 рабочих мест.

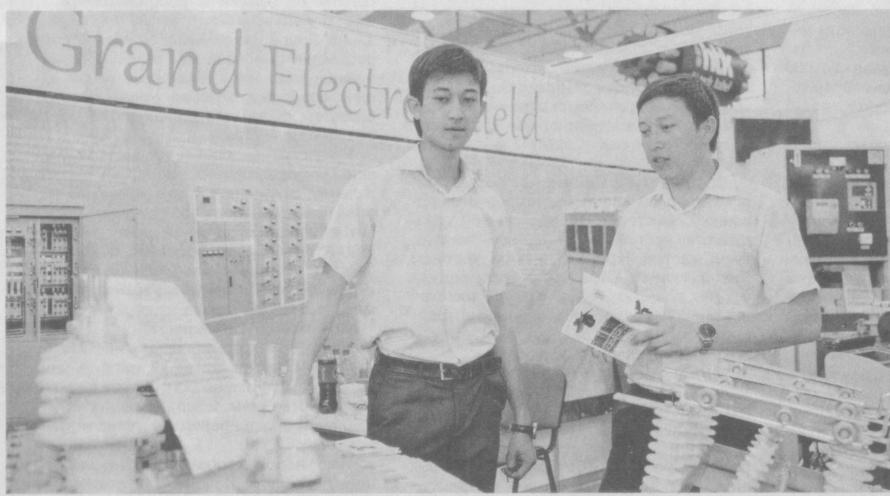
● В Сурхандарьинской области прошли семинары, посвященные организации эффективной работы комиссий по основным видам деятельности сходо граждан. В мероприятиях, организованных областным отделением общественного благотворительного фонда «Махалла», областным региональным отделением Независимого института по мониторингу формирования гражданского общества, принимали участие председатели комиссий органов самоуправления по работе с женщинами, делам несовершеннолетних, вопросам молодежи и спорта, духовности и просветительству, развитию предпринимательской деятельности и семейного бизнеса, вопросам экологии и охраны природы, благоустройству и озеленению, общественному контролю и защите прав потребителей.



● Пассажирский лайнер, следовавший рейсом Пекин — Москва, вынужденно сел в аэропорту Толмачево в Новосибирске. Причиной этого стала смерть сербской пенсионерки, которая находилась на борту. Решение о посадке командиром судна было принято, когда самочувствие 60-летней пассажирки резко ухудшилось. Врачам спасти ее не удалось.

● Пятеро жителей Великобритании погибли при невыясненных обстоятельствах в Восточном Сассексе во время купания в водах Ла-Манша. Спасатели вытащили из воды трех мужчин, но ни одного из них не удалось спасти. После этого в воде у популярного пляжа «Камбер Сандс» были найдены тела еще двух человек. Мужчины могли погибнуть из-за сильного приливо-отливного или обратного течения.

● Тестовые поездки первого в мире такси на автопилоте начались в Сингапуре на территории одного из научно-исследовательских городков, где ранее был запущен стартап «nu Tonomy». Скорость движения составляет до 30 км/ч, при этом пассажиров сопровождает инструктор, который сидит на месте водителя. Для поездок выбраны «RenaultZoe» и «Mitsubishi i-MiEV» — всего шесть электромобилей.



Насыщение рынка импортзамещающей продукцией — задача производителей.

НОВЫЙ ИНТЕРАКТИВНЫЙ МОДУЛЬ

Национальной компанией экспортно-импортного страхования «Узбекивест» разработан и введен в действие модуль, позволяющий интернет-пользователям получать в онлайн-режиме ответы на свои вопросы о страховании.

Новый модуль, размещенный на сайте www.uzbekinvest.uz, помогает узнать об обязательных и добровольных видах страхования, порядке рассмотрения страховых претензий и другие сведения о деятельности компании, сообщает УзА.

— Новый модуль, позволяющий самостоятельно освоить азы страхования и проверить полученные знания тестированием, способствует повышению страховой культуры населения, — говорит менеджер департамента компании Мукаррам Алибоева. — Новая разработка является источником полезной информации как для специалистов, так и для обычных жителей. Кроме того, позволяет в онлайн-режиме повышать квалификацию наших ра-

ботников и агентов, что экономит время и средства.

Компанией приняты еще ряд мер для создания удобства клиентам, в частности, организованы информационно-консультационные группы, оказывающие практическое содействие клиентам при составлении страховых договоров или наступлении страхового случая. В настоящее время эти группы информируют клиентов о принимаемых в сфере страхования законодательных актах и вносимых в них изменениях, имеющихся видах страхования, условиях страхового договора, правилах рассмотрения страховых претензий и других вопросах.

Сайёра ШОЕВА.

НЕОБХОДИМЫЙ ФАКТОР РАЗВИТИЯ

В Национальном пресс-центре акционерным обществом «Узбекэнерго» проведена пресс-конференция, посвященная работе по бесперебойному обеспечению населения электроэнергией.

Начальник управления АО «Узбекэнерго» Э. Сагдуллаев и другие отметили, что в результате принимаемых государством мер по развитию энергетической отрасли Узбекистан не только полностью удовлетворяет потребности внутреннего рынка по обеспечению электроэнергией, но и занял достойное место в ряду государств-экспортеров электроэнергии.

В годы независимости мощность электростанций увеличилась на 1,9 миллиона киловатт/часов, а производство электроэнергии относительно середины 90-х годов прошлого века выросло почти на 10 миллиардов киловатт/часов.

За прошедший период на Новоангреной ТЭС были пущены в эксплуатацию энергоблоки мощностью 600 мегаватт, на Талимарджанской ТЭС — мощностью 800 мегаватт. На Навоийской ТЭС построена современная парогазовая установка мощностью 478 мегаватт. В рамках реализации инвестиционного проекта «Внедрение когенерационной газотурбинной технологии в Ташкентском теплоэлектротресте» построена газотурбинная установка мощностью 27 мегаватт.

В настоящее время на Талимарджанской, Ташкентской, Тахиаташской и Навоийской электростанциях реализуется проект по строительству парогазовых установок. В Наманганской области в рамках проекта по строительству Туракурджанской ТЭС строятся две парогазовые установки, каждая мощностью 450 мегаватт. В соответствии с проектом «Расширение Талимарджанской ТЭС путем строительства двух парогазовых установок, каждая мощностью 450 мегаватт» устанавливаются паровые и газовые турбины для первой и второй парогазовых установок.

В рамках проекта «Строительство на Ташкентской ТЭС парогазовой установки мощностью 370 мегаватт» завершён монтаж котла и паровой турбины. Продолжается работа по строительству, монтажу и сборке газовой турбины. Завершение проекта предусмотрено к концу года.

— В нашей стране уделяется особое внимание экономии природных ресурсов и производству конкурентоспособной продукции, — говорит заместитель начальника управления АО «Узбекэнерго» Улугбек Хакимов. — В связи с этим в специальной индустриальной зоне «Джизак» при участии зарубежных партнеров налажена деятельность предприятий «Куёш иссилик энергияси» по производству установок для нагрева воды солнечной энергией и «Ёркин чироклар» по производству энергосберегаемых светодиодных ламп.

В соответствии с Указом Президента страны «О мерах по дальнейшему развитию альтернативных источников энергии» от 1 марта 2013 года в Самаркандской, Сурхандарьинской, Наманганской областях планируется строительство солнечных фотоэлектростанций, мощность каждой из которых составит 100 мегаватт. До 2020 года предусмотрено проведение модернизации и совершенствования действующих ГЭС.

На пресс-конференции специалисты ответили на вопросы журналистов.

УзА.

ЗДОРОВЬЕ – В КАЖДЫЙ ДОМ

Гепатит еще не так давно в народе повсеместно называли «желтухой», поскольку одним из внешних проявлений этого заболевания является пожелтение склер глаз и кожи лица.

Комментарий специалиста

ВАЖНА ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

Сегодня повсеместно употребляется термин «вирусный гепатит». Так что же мы имеем в виду под этим заболеванием?

Гепатит – это острое инфекционное заболевание, которое передается от человека к человеку и протекает преимущественно с поражением печени, хотя страдают и другие органы. Как известно, здоровая печень выполняет в организме роль фильтра. При поражении печени нарушаются все виды обмена веществ в организме.

Виды гепатита отличают прежде всего по тому, как происходит заражение. По структуре заражения гепатиты делятся на две группы – фекально-орального типа заражения и парентерального типа заражения.

К первому типу заражения относятся гепатиты А и Е. Заражение ими происходит через пищевые продукты, немытые овощи и фрукты, воду открытых водоемов (при купании) и контакт с больным (контактно-бытовой путь).

При заболевании гепатитом отмечается слабость, недомогание, потеря аппетита. Начало болезни протекает с незначительным подъемом температуры, болями в правом подреберье, тошнотой, рвотой, желтушностью склер глаз и кожных покровов.

Нужно знать и о том, что переболевшие гепатитом А повторно не заболевают.

Существуют общепринятые правила, придерживаясь которых можно избежать заражения гепатитом. Это прежде всего соблюдение правил личной гигиены (надо мыть руки перед едой, после посещения туалета, прогулки и работы), использование только кипяченой воды, употребление в пищу хорошо мытых фруктов и овощей, купание в летний период исключительно в специально отведенных для этого водоемах. Необходимо также не загрязнять, особенно бытовым мусором, берега рек, каналов, систематически убирать повсеместно мусор, постоянно вести борьбу с мухами.

Одним из надежных способов предотвращения заражения гепатитом А является вакцинация. Ее можно сделать в функционирующих в нашем городе центрах вакцинации.

Если вас беспокоит плохое самочувствие, температура и помутнение мочи, незамедлительно обратитесь к врачу.

Дильфуза РАСУЛОВА,

заведующая эпидемиологическим отделом ЦГСЭН г. Ташкента.

По определению ВОЗ фиброзно-кистозная болезнь (ФКБ) представляет собой комплекс процессов, характеризующихся широким спектром пролиферативных и регрессивных изменений тканевой молочной железы с формированием ненормальных соотношений эпителиального и соединительнотканного компонентов и образованием в молочной железе изменений фиброзного, кистозного, пролиферативного характера, которые часто, но необязательно сосуществуют.

Нормальное функционирование молочных желез зависит от адекватного соотношения концентраций эстрадиола и прогестерона в их тканях. Нарушение этого соотношения приводит сначала к развитию функциональных нарушений, а в дальнейшем – и к морфологическим изменениям, причем ведущая роль в возникновении ФКБ принадлежит не столько абсолютному увеличению эстрогенов, сколько относительной гиперэстрогении.

Причиной развития дисгормональной гиперплазии молочных желез может явиться повышение уровня пролактина вне беременности и лактации. Некоторые исследователи отмечают значительное повышение уровня пролактина в кро-

ви в определенных периоды у женщин, страдающих ФКБ, по сравнению со здоровыми женщинами.

Причинами патологической гиперпролактинемии являются заболевания, сопровождающиеся нарушением функции гипоталамуса (инфекции, травмы), аденомы гипофиза (пролактиномы), эктопическая секреция гормона, гипотиреоз, синдром поликистозных яичников, климактерический синдром, недостаточ-

ность надпочечников, хроническая почечная недостаточность, цирроз печени, опоясывающий лишай, внутриматочная контрацепция, воздействие токсических факторов, а также различные стрессовые ситуации, которые могут сопровождаться эпизодами гиперпролактинемии.

По данным разных авторов, у 2/3 больных, страдающих ФКБ, отмечается абсолютная и относительная гиперэстрогения. Причин возникновения этих расстройств огромное количество. Основными из них являются: фрустрирующие (стрессовые) ситуации, которые присутствуют в жизни каждой женщи-

ны (неудовлетворенность семейным положением, а также своим положением в обществе, бытовые конфликты, конфликтные ситуации на работе, психические стрессы и др.), поскольку любой стресс сопровождается различными функциональными нарушениями нейроэндокринной системы; факторы репродуктивного характера; гинекологические заболевания и в первую очередь воспалительные процессы в малом тазу;

эндокринные нарушения; патологические процессы в печени и желчных путях; наследственная (генетическая) предрасположенность.

Основной жалобой больных ФКБ является болезненность одной или обеих молочных желез. Боли могут иметь различный характер и интенсивность. Диагностика доброкачественных опухолей осуществляется по общепринятой методике исследования молочных желез: осмотр, пальпация, ультразвуковое исследование, маммография, пункция, цитологическое исследование пунктатов и выделений.

ВОВРЕМЯ ПРОВЕСТИ ЛЕЧЕНИЕ

Методики пальпации могут быть разными (радиальная, по спирали, скользящая), однако важным представляется не сама методика, а тщательность ее выполнения и охват всей молочной железы.

При пальпации молочных желез обращается внимание на их консистенцию, наличие или отсутствие тяжелой, уплотненной, объемных образований, оцениваются их размеры, характер поверхности, плотность, подвижность, спаянность с кожей и т. д. Обязательно пальпируются подмышечные, подключичные и надключичные лимфатические узлы.

Лечебные мероприятия при ФКБ молочных желез должны выполнять следующие задачи: устранение причин, провоцирующих возникновение заболевания и поддерживающих его существование; гармонизация нейроэндокринной системы; устранение дисбаланса гормонов в тканях молочных желез; удаление оперативным путем очагов пролиферации в молочных железах (пролиферативная форма узловой мастопатии, кисты с пристеночным компонентом).

Н. ШОКУСОВ, Н. РАЗЗАКОВА, А. МАДАЛИМОВ,
кандидаты медицинских наук.

Полезные советы

ПОМОЖЕТ ПРАВИЛЬНЫЙ РАЦИОН

Миф. Свежие фрукты и овощи более питательны, чем замороженные или измельченные.

Факт. Многие фрукты и овощи малокалорийны и низкокалорийные. Замороженные и измельченные фрукты и овощи такие же питательные, как и свежие. Замороженные и измельченные продукты часто упаковываются сразу же после сбора, что позволяет сохранять большинство питательных веществ. Свежие продукты могут иногда терять питательные вещества от воздействия света и воздуха и при длительном хранении.

Миф. Некоторые продукты, например, ананас, грейпфрут, сельдерей или суп из капусты могут сжигать жир и снижать вес.

Факт. Таких продуктов нет. Некоторые продукты при воздействии с кофеином могут увеличить скорость метаболизма (скорость, при которой тело сжигает энергию или калории) на небольшой промежуток времени, но эти продукты не являются причиной снижения веса. Самый лучший способ снижения веса – уменьшение количества потребляемых калорий и увеличение физической активности.

Миф. В моркови много сахара.

Факт. В одной чашке тертой сырой моркови 52 ккал и всего 12 граммов углеводов, из которых половина – простые сахара, а оставшиеся – полезная для сердца

клетчатка и другие сложные углеводы. Причем сахар в моркови «идет в комплекте» с витаминами и минералами. Но самое главное, что морковь: стабилизирует уровень сахара в крови благодаря бета-каротину и клетчатке; защищает глаза благодаря витамину А; оздоравливает кишечник благодаря фалкаринолу.

Миф. От картофеля полнеют.

Факт. В одной средней запеченной картофелине всего 161 ккал плюс 4 грамма клетчатки. Для любителей картофеля есть бонус: в приготовленном охлажденном картофеле содержится резистентный крахмал, похудательный эффект которого доказан. Главное – следите за порцией! А еще картофель: помогает справиться с болезнями, например, в картофеле имеются флавоноиды, которые помогают бороться с сердечными недугами и могут снижать риск заболевания раком легких и простаты, а также укрепляют иммунитет; стабилизируют давление, так как в нем имеется вещество кокамин, которое снижает кровяное давление; к тому же одна запеченная картофелина вместе с кожей покрывает 20 процентов суточной потребности организма в калии, известном борце с повышенным давлением.

Миф. В кукурузе содержится один крахмал.

Факт. Кукуруза содержит сплошные углеводы, но...



Здоровью детей – первоочередное внимание.

УСИЛЕНА ТРЕБОВАНИЯ К ПОДГОТОВКЕ МЕДСЕСТЕР

Медицинская сестра... это понятие с давних времен ассоциируется у каждого из нас с милосердием, добротой, самоотверженностью.

Соотносимо ли все это с современными медсестрами? Да, но только надо добавить, что они теперь еще и высокообразованны, хорошо умеют обращаться с современными медицинскими приборами и аппаратами, и в ряде случаев могут подменить врача.

Своим опытом работы медицинской сестрой поделилась Муаззам Нормухаммедова. – Начала свою деятельность в медицине я с должности участковой медсестры пятнадцать лет назад, – сказала она. – В последнее время являюсь главной медицинской сестрой медицинского объединения Бектемирского района, и по моим наблюдениям, это очень важная и нужная профессия.

Основная задача современного здравоохранения – это предупреждение заболеваний, их профилактика. А это значит, что мы, медсестры, должны обладать соответствующими знаниями, уметь разбираться в симптоматике заболеваний. Так, если раньше была нехватка специальной литературы, то в последнее время с ней все в порядке – мы можем ее легко при необходимости найти. Повышаем квалификацию в последнее время без отрыва от работы, что очень хорошо. Согласно программе «Здоровье-3» ежегодно организуются школы обучения главных медсестер.

Если раньше медицинской сестре достаточно было иметь за плечами обучение в медицинском колледже, то теперь необходимо и высшее образование. Поэтому многие современные медсестры, придя на работу, к примеру, в наше заведение, могут запросто определить диагноз, назначить лечение больным самостоятельно, без врачей. Это безусловный прогресс.

Усовершенствуется и техническая база медучреждения, реконструируются семейные поликлиники.

В нашем районе одна поликлиника, но она – многопрофильная и обслуживает более 31 тысячи человек.

Мы проводим серьезную работу по профилактике заболеваемости, а также обслуживанию женщин фертильного возраста и детей, осуществляем вакцинацию против инфекционных заболеваний. Особое внимание уделяем профилактической работе среди матерей и незамужних девушек, предупреждению ранних браков и разъяснению молодежи необходимости получения какой-либо профессии, создания собственной семьи, ведения здорового образа жизни.

И. РАЗЫКОВ.

самого высокого качества – сложные. В одном большом початке содержится 15 процентов суточной нормы клетчатки, притом, что кукуруза еще содержит фруктозу, а также: защищает сердце, так как зернышки кукурузы содержат фолаты, витамины группы В, которые снижают концентрацию вредного холестерина в крови (в початке свыше 10 процентов) и тем самым защищают сердце; заряжает энергией содержащихся в одном початке витаминов (25 процентов), необходимых для преобразования углеводов в энергию; обеспечивает остроту зрения благодаря содержанию зеаксантина и лютеина, химических веществ, обеспечивающих «взгляд – как у орла».

Миф. Фруктовые соки содержат мало калорий.

Факт. Фруктовые соки, которые обеспечивают необходимые организму витамины, очень богаты калориями. стакан виноградного или яблочного сока дает примерно 200 калорий – как два больших яблока или картофелина среднего размера. Сок занимает немного места в желудке и очень быстро всасывается, в то время как фрукты и картошка усваиваются значительно дольше, занимают больше места и дают ощущение сытости.

Поскольку фруктовый сок быстро всасывается, уровень сахара в крови может быстро подскочить, вызывая сильный выброс инсулина, гормона, отвечающего за накопление энергии. Такой скачок инсулина может способствовать повышению отложения жира и привести к усилению аппетита после того, как уровень сахара придет в норму.

Подготовила Л. ЯКУБОВА.

ДЛЯ СВОЕВРЕМЕННОГО ДОСТУПА К ЗАКОНАМ

В Закон «О нормативно-правовых актах» будут внесены изменения, направленные на обеспечение широкого доступа к принятым законодательным актам.

Соответствующий проект закона рассмотрен на заседании Законодательной палаты Олий Мажлиса Республики Узбекистан.

Как подчеркнули депутаты, правовой акт направлен на улучшение качества, а также обеспечение оперативного и широкого доступа пользователей, включая исполнителей и население, к текстам нормативно-правовых и иных актов, содержащихся в Национальной базе данных законодательства Узбекистана.

Принятие проекта создаст дополнительные условия для своевременного и полного доведения законодательных актов до граждан с использованием современных ИКТ.

В ходе заседания фракция Социал-демократической партии Узбекистана «Адолат» в рамках полномочий внесла альтернативную редакцию вышеуказанного проекта закона. Члены фракции предложили внести некоторые коррективы, касающиеся вопросов официального опубликования нормативно-правовых актов, а также вступления в силу закона.

После рассмотрения проекта закона большинством депутатов проголосовало за первоначально внесенный законопроект.

ПОДВЕДЕНА ИТОГИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Акционерное общество «Узгросуртга» провело мероприятие, на котором подведены итоги сделанного.

По данным компании, почетными гостями мероприятия были представители министерств и ведомств, страховых компаний, коммерческих банков, а также заслуженные работники компании, внесшие весомый вклад в становление и развитие акционерного общества.

Руководство компании рассказало гостям о деятельности компании и достигнутых ею результатах за последние годы.

В ходе мероприятия почетные пенсионеры компании и заслуженные работники, внесшие значительный вклад в становление и развитие акционерного общества, были награждены памятными подарками.

Сегодня «Узгросуртга» осуществляет свою деятельность в отрасли общего страхования в обязательной и добровольной формах и предлагает своим клиентам более 120 видов страховых услуг.

Если в 1997 году объем страховых премий компании составлял 910 млн. 700 тыс. сумов, то в 2015 году этот показатель достиг 109 млрд. 500 млн. сумов, а в первом полугодии 2016 года – 85 млрд. 200 млн. сумов.

Между тем общая сумма страховых выплат компании в 1997 году составляла 196 млн. 100 тыс. сумов, а в 2015 году данный показатель превысил 24 млрд. 700 млн. сумов. В первом полугодии 2016 года размер страховых выплат составил 18 млрд. сумов.

Данные цифры говорят о том, что в результате эффективного выполнения принятых обязательств доверие клиентов к компании растет, и количество клиентов с каждым годом увеличивается.

СПЕЦИАЛИСТЫ МЧС ОВЛАДЕВАЮТ СОВРЕМЕННЫМИ ЗНАНИЯМИ

Министерство по чрезвычайным ситуациям Узбекистана в целях повышения квалификации своих специалистов успешно сотрудничает с Академией гражданской защиты Российской Федерации.

Ежегодно офицеры министерства, обучаясь в Российской Академии гражданской защиты, повышают свои знания и навыки.

На организованном МЧС Узбекистана совещании под руководством министра по чрезвычайным ситуациям Т. Худайбергенова были поздравлены успешно завершившие такое обучение подполковник Нурмухаммад Саидов, окончивший академию с отличием, майоры Шукрулла Исабоев и Илс Матчонов.

Согласно приказу главы МЧС данные офицеры назначены на высшие должности.

Также был зачитан приказ министра по чрезвычайным ситуациям о присвоении некоторым офицерам очередных воинских званий.

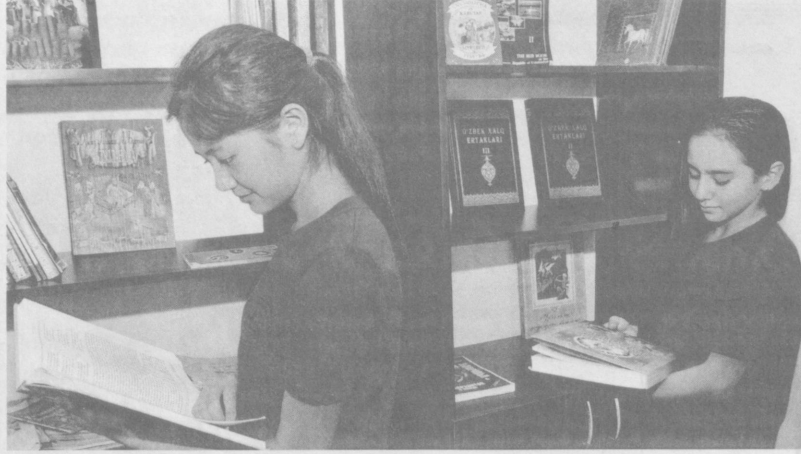
В ходе совещания, организованного в Институте гражданской защиты МЧС, были обсуждены также вопросы совершенствования материально-технической и учебно-методической базы данного института, а также процесса подготовки населения и руководящего состава.

Анализируя вклад МЧС в дело защиты населения и территории в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, глава министерства отметил вклад Института гражданской защиты в эту работу, который является флагманом в деле повышения квалификации и уровня практических навыков руководящего состава и населения республики.

НИА «Туркистон-пресс».



Любознательность, стремление к знаниям — отличительная черта детства и юношества.



Выставки

АДРЕСОВАНО МОЛОДЫМ

В Ташкентском Доме фотографии проходит фотовыставка работ членов Академии художеств Узбекистана и фотосекции Творческого объединения художников Узбекистана.

На открытии выставки председатель Академии художеств Узбекистана А. Нуриддинов и другие отметили, что проводимая государством мудрая политика по сохранению мира и спокойствия, обеспечению социальной стабильности служит важным фактором для эффективного труда творческих деятелей.

Фотосекция Творческого объединения художников Узбекистана организована в 2000 году и объединяет мастеров фотографии и молодых фотогра-

фов. Они являются признанными творческим сообществом деятелями фотографии, лауреатами многих престижных конкурсов, биеннале и выставок.

Основная цель данной выставки заключается в ознакомлении народа, особенно молодежи, с произошедшими в нашей стране широкомасштабными преобразованиями, укреплении в них гордости за родную страну, понимания бесценности нынешней мирной и благополучной жизни, — гово-

рит член фотосекции Творческого объединения художников Узбекистана Султонбай Дехканов.

На выставке представлено около 200 работ 20 талантливых фотографов. На них запечатлены происходящие в нашей стране огромные изменения, оказываемая забота о будущем поколении, возрождение духовных ценностей и традиций, прекрасные и благоустроенные махаллы.

Ш. МАМАТУРОВА,
корр. УзА.

Социальные проекты

ЗНАНИЯ, КОТОРЫЕ ПРИГОДЯТСЯ

На днях в столице прошло заключительное мероприятие проекта «Каникулы стилистов».

Проект продолжался почти три месяца. На заключительной встрече состоялись подведение итогов, дефиле моделей проекта, награждение победителей и музыкальная программа.

Перед каждой командой проекта стояла цель — создать повседневный стиль для каждой модели. Одним из главных условий было, чтобы все участницы были старше 35 лет, их выбрали с помощью жеребьевки.

О проекте узнала через Интернет, — сказала участница проекта Елена Студенецкая, — для участия в нем нужно было выслать свое фото без макияжа, что я, несомненно, и сделала. Я оказалась участницей этого интересного конкурса. Для себя в проекте узнала много нового, прежде всего, как правильно ухаживать за собой, приняла участие в нескольких мастер-классах, от модельера узнала, как правильно сочетать элементы одежды, что стоит носить, а что нет, исходя из типа фигуры; от визажиста — как делать макияж и ухаживать за бровями, а от парикмахера — как делать укладку. Также приняла участие в дефиле, консультировалась у поваров и психолога.

Все это очень полезно для женщин: полезные советы надо воплощать и становиться «самой обаятельной и привлекательной».

Наталья РОМАНЧЕНКО.

Хозяйке на заметку

ЧТО ЛУЧШЕ ДОБАВИТЬ В ЧАЙ

Чай представляет собой прекрасный напиток, обладающий лечебными свойствами. Это чудодейственное зелье не только тонизирует, но и придает бодрости, имеет прекрасный аромат и способно как согреть в зимнее время, так и утолить жажду летом. Чай, конечно же, хорош сам по себе, но его свойства можно улучшить с помощью определенных добавок.

Гвоздика — облегчает головную боль и делает дыхание свежим. Чай с гвоздикой поможет после трудного дня успокоить нервы и навести порядок в мыслях.

Чабрец — поможет наладить пищеварение и убрать неприятные ощущения в области желудка.

Имбирь — стимулирует защитные функции иммунной системы и согревает после долгой прогулки на холоде. Пейте чай с имбирем, если вдруг намочили ноги, перемерзли или после перенесенной простуды, ОРВИ, гриппа.

Корица — приводит в норму содержание сахара в крови, поэтому чаем с корицей неплохо заправлять сладости и хлеб с сыром.

Чай с мятой — поможет заснуть и проснуться с восстановленными силами, так как имеет свойство успокаивать нервы, снимать стресс. Также полезен чай с мятой людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями, он нормализует давление, способствует нормальной работе сердца.

Чай с молоком — отлично подходит для разгрузочных дней. В течение длительного времени его употреблять не рекомендуется, чтобы избежать обезвоживания организма. Кроме того, такой напиток содержит больше витаминов и минеральных веществ по сравнению с обычным чаем или простым молоком, полезен для сердца, почек и нервной системы.

Чай с анисом — поможет при головокружении, снимет головную боль, а при воспалении верхних дыхательных путей или приступе астмы облегчит состояние и будет способствовать выздоровлению.

А вот чай с фруктами не могут похвастаться столькими полезными свойствами. Даже лимон, который, как известно, содержит большое количество витамина С, утрачивает его, попадая в кипяток.

Подготовила Л. НАСТИНА.

Дошкольные образовательные учреждения играют важную роль в процессе воспитания гармонично развитого подрастающего поколения. Здесь дети получают первые знания об окружающем их мире, учатся читать, писать, мыслить логически. Также в ДОУ мальчики и девочки приобщаются к занятиям физической культурой.

БЕРЕЖНОЕ ОТНОШЕНИЕ К КАЖДОМУ РЕБЕНКУ

Каждый день, проведенный ребятами в дошкольном образовательном учреждении № 506 Мирабадского района, приносит им что-то новое. Прежде всего работники ДОУ внимательно следят за здоровьем своих воспитанников. Полезное и интересное пребывание детей обеспечивается с помощью оздоровительно-профилактических мероприятий, направленных на поддержку, развитие и укрепление организма. Один раз в месяц дети проходят медицинский осмотр, по результатам которого назначаются необходимые оздоровительные процедуры. Регулярно в ДОУ организуются встречи с родителями и воспитателями на такие актуальные темы, как «Профилактика кишечных заболеваний», «Чистые руки — залог здоровья» и другие.

Интересно дети проводят свой досуг и в «живых уголках» сада. Ребята с удовольствием наблюдают за кроликами, черепашками, попугаями, рыбками. В рамках занятия по ознакомлению с окружающим миром малыши учатся правильно ухаживать за животными, следить за их развитием, бережно относиться к природе. Мальчики и девочки сами поливают деревья, ухаживают за цветами, помогают воспитателям сажать рас-

тения. Так у них пробуждается любовь к природе, миру растений и животных.

Игровая форма проведения занятий решает важные задачи, поставленные для эмоционального, физического и психологического развития дошкольников. Во время таких занятий дети путешествуют в мир сказок, подражая действиям героев, демонстрируют свои умения и навыки. Кроме того, они осваивают разные действия, учатся управлять своим поведением, проявляют творческие способности.

Важно разнообразить физкультурные занятия для детей. Ходьба, бег, прыжки, упражнения с мячом помогают развить у ребят быстроту реакции, ловкость и выносливость. Малыши учатся правильно дышать и выполнять упражнения, способствующие развитию органов дыхания, особенно мышц, обеспечивающих глубокий вдох.

Как утверждают работники дошкольного образовательного учреждения № 506 и родители, все принимаемые меры способствуют гармоничному развитию личностных качеств детей, их физическому совершенствованию.

Азиза ШАКИРОВА.

Реклама и объявления

«УП TOSHYO'LOVCHITRANSXIZMAT» предлагает вам свои услуги по размещению РЕКЛАМЫ на обратной стороне МЕСЯЧНОЙ ПРОЕЗДНОЙ КАРТОЧКИ!

Тел: (371) 2601405 Тел: (371) 2601405

9 AV МЕСТО ДЛЯ ВАШЕЙ РЕКЛАМЫ!

Услуги лицензированы. Товар сертифицирован.

Домашняя «аптека»

ПОЛЕЗНЫЙ ЖЕЛАТИН

В нашем рационе присутствуют продукты, о пользе которых многие из нас даже не догадываются, используя их как обычную добавку. К числу таких продуктов относится желатин, известный большинству как обыкновенный пищевой загуститель, применяемый для приготовления различных блюд. На самом же деле желатин широко применяется не только в кулинарии, но также в косметологии и медицине.

Благодаря коллагену, входящему в состав желатина, его часто используют для укрепления суставов и лечения заболеваний, связанных с повреждением хрящевых тканей. Дело в том, что в процессе приготовления желатина используется соединительная ткань животных, предварительно прошедшая термическую обработку. Рассмотрим подробнее свойства желатина и его применение в качестве средства для лечения и укрепления суставов.

Желатин является белковым продуктом в виде денатурированного коллагена. Смешиваясь с жидкостями, он способствует их желированию. Основным компонентом желатина, являющимся его главной составляющей, является белок. Помимо белка, в состав желатина входят кальций, железо, фосфор, калий, магний, а также витамин РР. Стоит упомянуть о том, что в желатине, помимо перечисленных компонентов, присутствуют жиры и углеводы. Однако, несмотря на обилие белка в составе желатина, его не рекомендуется использовать в качестве белкового питания при занятиях спортом или похудении. Этот вид белка предназначен для синтеза соединительной ткани. Также стоит отметить, что в желатине содержится аминокислота — глицин, обеспечивающая человека энергией и оказывающая благотворное влияние на работу головного мозга и умственную деятельность.

Желатин представляет собой набор животных аминокислот, которые отлично усваиваются пищеварительной системой человека и принимают участие в протекании различных внутренних процессов, ускоряя усвоение организмом питательных веществ, попадающих в него с продуктами питания. Желатин способствует синтезу коллагена, так необходимого для поддержания эластичности и упругости кожи, восстановления связок, сухожилий и хрящей. Благодаря желатину улучшается состояние волос, восстанавливается цвет кожи и ускоряется обмен веществ. Одним словом, это вещество играет весьма важную роль в работе организма.

Первое, что необходимо упомянуть, говоря о желатине, это его влияние на процесс восстановления соединительных тканей при болезнях суставов и переломах костей. Во время артритов, артрозов, полиартритов и воспалительных заболеваний суставов желатин необходим для ускорения процесса лечения и заживления костной ткани.

Желатин часто применяется при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Связано это с тем, что данный продукт обволакивает собой слизистые оболочки тонкой пленкой, останавливающей развитие эрозий и язв, предотвращая прогрессирование процесса. Состав желатина позволяет использовать его не только как пищевую добавку, но и как лекарственное средство. Что касается медицины, то желатин является веществом, применяемым в качестве природного покрытия для капсул с лекарством, которое не оказывает негативного воздействия на внутренние органы и быстро растворяется в желудке, позволяя лекарственному средству мгновенно усваиваться организмом.

При пониженной свертываемости крови и склонности к кровотечениям желатин используется в качестве естественного загустителя, устраняющего риск развития желудочно-кишечных и легочных кровотечений. Его часто используют как профилактическое средство при носовых кровотечениях, возникающих после перенесения ЛОР-заболеваний. Для таких случаев подойдет обыкновенный пищевой желатин, принимать который необходимо внутрь, растворив его предварительно в теплой воде.

Нельзя не упомянуть о пользе желатина для ногтей. Чтобы укрепить ногтевую пластину, необходимо регулярно делать желатиновые ванночки для рук. Просто растворите пищевой желатин в теплой воде, получив однородную массу без комочков, и погрузите в полученный состав кончики пальцев, оставив их в ванночке на 30 минут. Для усиления эффекта в ванночку можно добавить свежесжатый лимонный или апельсиновый сок, который улучшит усвоение тканями аминокислот, содержащихся в желатине.

В некоторых случаях желатин может стать причиной развития аллергической реакции, возникающей на один из компонентов, входящих в его состав. Поэтому необходимо обращать внимание на состояние своего организма в период лечения при помощи желатина, а также не злоупотреблять этим веществом.

Подготовила Л. ЛАРИНА.

По данным службы мониторинга Узгидромета, 4 сентября погодные условия в Ташкенте будут способствовать сохранению вредных загрязняющих веществ в воздушной среде. Уровень загрязнения будет сниженным.

УЗГИДРОМЕТ СООБЩАЕТ

В Ташкенте 4 сентября — переменная облачность, без осадков. Ветер восточный, 5–10 м/сек. Температура ночью — 18–20, днем — 32–34.

