

**Ушбу
сонда:**

**ЗАРВАРАҚЛАРДА
50 йил
2-бет**

**ФИДОЙИ
ИНСОН
ЭДИ
3-бет**

**Беременность
по триместрам
4-стр.**

**12 май —
Халқаро
ҳамширалар
куни
6-бет**

ЎЗБЕКИСТОНДА СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ ЗДРАВООХРАНЕНИЕ ЎЗБЕКИСТАНА

«Шифокорнинг кўзи лочиндек ўтқир,
қўллари қизларнинг қўлларидек майин,
ақли илон каби донишманд,
қалби шерикидек довурак
бўлиши керак».

«Врач должен обладать
глазом сокола,
руками девушки, мудростью змеи
и сердцем льва».

Абу Али ибн Сино.



Газета 1995 йил октябр ойидан чиқа бошлаган. № 18 (274) 7 — 13 май 2002 йил.

Сешанба кунлари чиқади.

Сотувда эркин нархда.

9 май — Хотира ва Қадрлаш куни

Мухаррир минбари

ИНСОН ҚАДРИ АЗИЗ

1999 йилдан бошлаб, давлатимиз раҳбарининг фармони-га кўра иккинчи жаҳон урушида фашизмга қарши курашлар-да ҳалок бўлганлар, фронт ортида фидокорона меҳнатлари билан ғалабани таъминлашга ҳисса қўшганлар, мамлакатимиз озодлиги ва мустақиллиги учун жон олиб, жон берган-лар хотирасини абадийлаштириш, нуроний инсонлар ҳур-матини эъзозлаш мақсадида 9 май юртимизда Хотира ва Қадрлаш куни сифатида байрам қилинадиган бўлди. «Фа-шизм устидан қозонилган ғалабага ҳисса қўшган, Ватани-миз мустақиллиги учун жонини, бор куч-қувватини аямаган бирор-бир фахрий, бирор-бир киши унутилмаслиги керак. Уларнинг ҳар бирига муносиб ҳурмат-эҳтиром кўрсатилиши шарт, дейилади Фармонда. Шунга асосан ўтганларни ёд айлаш, уларни савобли ишларини хотирлаш, руҳларини шод этиш ҳар бир иймон-эътиқодли инсоннинг бурчи. Зеро, инсон хотирасиз яшай олмайди. Фашизмга қарши олиб борилган жангларда юртимиздаги минглаб ўқтам йигитларнинг ҳоқи-қийи ўзга юртларда қолиб кетди. Улар юрт озодлиги, фар-зандлар камоли, ёр биродарлари бахти учун бўлган жанг-ларда жон фидо қилдилар. Уларнинг муборак номлари пой-тахтимиздаги Хотира майдонида зарҳал харфлар билан битти қўйилган. Оллоҳга шукрлар бўлсинки, мустабид тузум дав-рида «Номалум аскар»га айланган ота-боболарнинг мубо-рак исм-шарифлари қайта тикланди ва китоб ҳолда кашф этилди.

Ҳозирги кунда бой ҳаётий тажрибага эга бўлган отахон-онахонларимиз ўшларни она-Ватанга, истиқлол ва халқи-мизга садоқат руҳида тарбиялаш ишига ўзларининг муно-сиб ҳиссаларини қўшиб келаётганликларидан мамнунмиз. Улар мактабларда, ўқув юртларида бўладиган учрашувлар-да ўзларининг босиб ўтган жанговар ҳаёт йўллари ҳақида ёшларга мароқ билан гапириб берадилар, тинчлик – осо-ишталанинг бебаҳо неъматини эканлигини уларга ўқиради-лар. Ҳа, албатта, улар бизнинг фахримиз, ифтихоримиз.

Шунингдек, фронт ортидагиларга ҳам жанг майдонидаги-лардан осон бўлмаган. Ўқ-дори, қурол-аслаҳа, озиқ-овқат, кийим-бош билан таъминлаш, халқ ҳўжалигини юргатиш-нинг барчаси аёллар, ёш болалар зиммасида қолиб кетган эди ўша кезларда. Хотира ва Қадрлаш кунинда фронт ортида ўзининг заҳматли меҳнатлари билан ғалабанинг яқинлаши-шига ҳисса қўшган бу каби фидойи инсонлар номи алоҳида эъзозланади.

Уруш инсоният бошига не-не қулфатларни солмади. Айниқса, ҳали ҳам жангга кетган ёру-вафодорининг йўл-ларига умидвор кўз тикиб ўтирган аёлларимиз борки, улар ҳаётининг ўзи бир достонга мавзу.

Хотира ва қадрлаш сўзларининг том маъноси нақадар теран мазмун кашф этишини англаб етгандекмиз. Уларнинг порлоқ хотираси авлодлар қалбига абадий сақланиб қоли-ши шак-шубҳасиздир.

Байрам арафасида ва байрам кунлари ҳойларда Ватани-



миз эркинлиги ва шаъни ҳимоячилари шарафланади, турли мада-ний, маънавий-маърифий кечалар, учрашувлар қўлиб ўтади. Хотира ва Қадрлаш куни халқимиз томонидан кенг байрам қилинади.

Шу боис, яқинлашиб келаётган Хотира ва Қадрлаш куни байрами билан газетамизнинг барча ҳодимлари томонидан Республикамиз-даги иккинчи жаҳон уруши қатнашчиларини ва фронт ортида мар-донатор меҳнат қилганларни самимий кутлаймиз. Уларга тинчлик-тотувлик, оилавий бахт ҳаммаша ёр бўлишини Ўратгандан тилаб қоламиз.

ШАМДАЙ ЁНИБ, ЎЧАРКАН УМР

Бовлар ҳар йил гуллайдиги
қийғос,
Қайтиб келар маънос
турналар.
Соғинчлардан титраган овоз,
Сени излаб, тинмай
қўйналар.

Бу бир кам дунё йўғлайдиги,
Ҳар остона камга ботганда.
Жудолик минг шеърга
сўзмайдиги,
Бегор, ғариб тонглار
отганда.

Шамдай ёниб, ўчаркан умр,
Даргларингни улгурмай
айтиб.
Чақмоқларда пайдо бўларсан,
Хаёл бўлиб келарсан қайтиб.

Ҳаёт шундай, кимдир
кечаги,
Кимдир кетар мангу дунёга.
Яхшидан ном қолар мангуга,
Қабринг тўласин нурга, зиёга.

Маруса ҲОСИЛОВА.



ЎЗБЕКИСТОНЛИК ШИФОКОРЛАР АҚШДА



Кўни кеча
ЮСАИДнинг
«Глобал» тарақ-
қиёт учун малака
ошириш лойиҳа-
сининг Тошкен-
тадаги идорасида
Ўзбекистон ши-
фокорларининг
Америка Қўшма
Штатларида
бўлиб ўтаётган
гиёҳвандликка
қарши кураш
ўқув дастурида
иштирок этиш-
ларига бағишлан-
ган матбуот ан-
жумани бўлиб
ўтди. Анжуманда
АҚШ элчиси Жон
Хёрбст ва Соғ-

лиқни сақлаш вазирининг биринчи
ўринбосари Дамин Асадовлар иш-
тирок этдилар.
Хўш, бу қандай дастур деган
савол туғилиши мумкин?
Америка Қўшма Штатларининг
Ўрта Осиё Халқаро Тараққиёт
Агентлиги (ЮСАИД) Соғлиқни сақ-
лаш вазирлиги, вилоятлардаги
соғлиқни сақлаш бошқармалари ва
нодавлат ташкилотлар билан янги
дастурни ривожлантириш устида
яқиндан ишлаб келмоқда. Бу дасту-
р гиёҳвандликдан келган зарар-
ни қаматириш, халқ оммаси бил-
лан ишлаш ва даволаш йўллари
ўз ичига олади. ЮСАИД гиёҳванд-
ликка қарши кураш ва даволаш
соҳасига жалб этилган ўзбекис-
тонда соғлиқни сақлаш сисематини
белгилловчи ва амалда оширучи
етақчи ҳодимлар ва клиник экспе-
рларнинг АҚШдаги ўқув дастурига

ҳомийлик қилади.

Анжумани Соғлиқни сақлаш
вазирининг биринчи ўринбосари
Дамин Асадов кириш сўзи билан
очиб, гиёҳвандлик бугунги кунда
бутун дунё халқларининг асосий
муаммосига айланаётганлиги ва
уни олдини олиш чоралари нечоғ-
лиқ зарурат эканлигини таъкидлаб,
ҳамкорликдаги ишлар натижасида
Республикаимизнинг Тошкен, Су-
хондар, Қашқадарь, Самарқанд,
Фарғона, Қорақалпоғистон Рес-
публикасида гиёҳвандликка қарши
кураш фаоллиги билан олиб бори-
лаётганлигини айтиб ўтди.
Шунингдек, АҚШ элчиси Жон
Хёрбст ҳам бундай долзарб маса-
ла туғрисидаги фикрларини баён
этди.

Анжуманда Ўзбекистонимизнинг
сақлиш нафас соғлиқни сақлаш
ҳодимлари иштирок этишар экан,
улар 4 ҳафта давомида ўшбу ўқув
дастурида қатнашиб, гиёҳвандлик-
ка қарши кураш ва даволаш йўл-
лари борасида АҚШ тажрибасини
ўрганиб қайтадилар. Бу дастур на-

тижасида қатнашчилар, Америка-
да гиёҳвандликка қарши кураш да-
волаш ва соғломлаштириш такти-
калари, ҳамда АҚШнинг гиёҳванд-
лик мониторингини билан яқиндан
танишиб чиқадилад. Дастур қат-
нашчилари миллий гиёҳвандликка
қарши кураш тактикасини ишлаб
чиқиш ва ривожлантиришга ўз
ҳиссасини қўша оладиган юқори
даражали мутахассислардир.

Анжуман сўнггида Соғлиқни
сақлаш вазирининг ўринбосари
Дамин Асадов ва АҚШ элчиси Жон
Хёрбст АҚШга жўнаб кетаётган
сақлиш нафас соғлиқни сақлаш на-
зарий ва амалий жиҳатдан бойиб
қолишларида омадлар тилашиб,
анжуманда иштирок этган омма-
вий ахборот воситалари ҳодимла-
рининг саволларига жавоб берди-
лар. Умид қиламизки, АҚШга
жўнаб кетган сақлиш нафас мута-
хассисларимиз ўзларининг тажри-
ба қўламларини янада бойитиб
қайтадилар.

РЕКЛАМА, ЭЪЛОНЛАР: ТЕЛ.: 133-13-22, 133-57-73.

ЯНГИЛИКЛАР

• НОВОСТИ
• СОБЫТИЯ
• КОММЕНТАРИИ

Тошкент

ИЛМИЙ-АМАЛИЙ АНЖУМАН

Ўтган ҳафтада Тошкент Педиатрия тиббиёт институтининг 30 йиллигига бағишланган «Педиатрия хизмати ва врач-педиатрларни тайёрлашда замонавий технологиялар мавзусида илмий-амалий анжуман бўлиб ўтди.

Тадбирни Ўзбекистон Республикасининг Соғлиқни сақлаш вазирлиги Феруз Назиров кириш сўзи билан очиб, бугунги кунда мустақил юртимизда тиббиёт соҳасида олиб борилаётган ислохотлар, етуқлик мезонларга жавоб бера оладиган юқори малакали кадрлар ва рақобатбардор мутахассисларни тайёрлаш кераклиги тўғрисида алоҳида тўхталиб, институт жамоасининг амалга ошираётган ишлари ва эришилган ютуқлари ҳақида гапириб, ушбу улуг айём билан самимий қутлади.

Осиё кардиохирурглар жамиятининг раиси, Енсей Университети тиббиёт коллежи профессори Чо Бои Ку эса ҳамкорликдаги



ишлар, яъни илғор педагогик ва ахборот технологияларини жорий этиш ҳам компьютерлаштириш бўлимларидан иборат марказ фаолият кўрсатаётганлиги, Енсей Университети томонидан 7,5 минг нуска махсус адабиёт фондига, алоҳида интернет тизими

билан таъминланган компьютер тармоғига эга бўлган мультимедиа кутубхонасининг барпо этилганлиги ҳақида гапириб, бундан кейин ҳам ҳамкорлик ишларини янада ривожлантиришни таъкидлади.

Вашингтон педиатрлари ассоциацияси раиси Сиетл Универ-

нинг ректори Х. Каримовлар сўзга чиқиб, Республикамиз фуқароларининг Конституцияда белгиланган билим олиш ҳуқуқларини таъминлашга мутаносиб ҳолда «Таълим тўғрисида» ва «Кадрлар тайёрлаш бўйича Миллий дастури тўғрисида»-ги Қонун қабул қилинганлиги, унда ҳам соғлиқни сақлаш тизимини ислох қилиш Давлат дастурининг асосий вазифалари ҳақида алоҳида тўхтади. Ва аynи пайтда ушбу қарор ва кадрлар тайёрлаш миллий дастури вазифалари қай даражада бажарилаётганлигини гапириб ўтди.

Шунингдек, Соғлиқни сақлаш вазирлигининг Оналик ва болаларни муҳофаза қилиш бош бошқармасининг бошлиғи Н. Туреева умумий шифокор – педиатр тайёрлашда Тошкент педиатрия тиббиёт институтининг роли ва вазифалари тўғрисида тўхталиб, уларнинг нечоғли аҳамиятли эканлигини гапирди.

Тадбирда иштирок этган барча вилот тиббиёт ходимлари институтнинг 30 йиллиги муносабати билан муборакбод этиб, ўзларининг совгаларини топширдилар.

Ушбу анжуманни Тошкент Педиатрия тиббиёт институти ректори, профессор Анвар Олимов ҳақариб борар экан, олийгоҳда амалга оширилган ва оширилаётган ишлар тўғрисида ўз фикрларини баён этди.

Х. РАББАНАЕВ.

Дийдорлашув

ЗАРВАРАҚЛАРДА 50 ЙИЛ

Донолар шундай дейдилар:

ҳалол меҳнат билан топилган ва хайрли ишларга сарф қилинган бойликдан яхшироқ бойлик йўқ



Дунёда инсоннинг меҳр-муҳаббатига тенг кела оладиган нима бўлиши мумкин? Бу саволга иккиланмасдан шундай дейишимиз мумкинки, «Ҳеч нима!». Чунки меҳрнинг тафти инсонийлик олами билан бирлаштириб, куёшининг заррин нурлари инсон қалбларини бир-бирига илитиб туради. Бинобарин, инсонлар бир-бирига дўст, кўнгилдош меҳрибондирлар. Зеро, кунги кечагина ана шундай бир-бирига дўст, меҳрибон инсонларнинг 50 йиллигига бағишланган учрашув кечаси бўлиб ўтди. Улар ким дейсизми? 1-Тошкент Давлат тиббиёт институти 1952 йилда тугатган шифокорлардир. Қаранг-а, умр ҳам ўтар экан, лекин қилинган меҳнат тарих зарваракларидан ўрин олиб, фаолият чўққисини забт этган инсонларни доимо фахр билан тилга олиб, меҳнатларига таҳсин айтади.

Ха, 1946 йил 1-ТошДавТининг давлолаш, педиатрия, санитария-гигиена факультетларига 550 талаба қабул қилиниб, улар 1952 йилда ўқиниш муваффақиятли тугатиб, ўз мутахассисликлари

бўйича Республикадаги тиббиёт муассасаларида фаолиятларини бошлаган эдилар.

Қарангки, умр карвонини шунчалек тез ўтибдики, 50 йиллик дийдорлашув кечаси ҳам етиб ке-

либди. Институтнинг ректорат мажлислар залида 45 нафар курсдошларнинг дийдорлашуви бошланар экан, улардаги курсандчилик, кўзалардаги севинч ёшлари юқорида таъкидлаганимиздек, меҳр-муҳаббат сўзларининг исботий далилидир.

Институт ректори академик Т. Даминов олтин тўйни кириш сўзи билан очар экан, ўз меҳнатлари билан оғир-ўғирга лойиқ бўлган азиз шифокорларни қизғин қутлаб, институт жамоаси улар билан ҳақли равишда фахрланишини айтиб, ўзининг эзгу тилакларини билдирди.

Ҳақиқатда ҳам уларни институтнинг фахри десак хато қилмаган бўламиз. Рақамларга мурожаат қилсак: 2002 йилгача 2 та академик, 38 та фан докторлари ва профессорлар, хизмат кўрсатган фан арбоблари, 35 та фан номзодлари, ҳамда доцентлар, 125 киши хизмат кўрсатган ва олий тоифали шифокорлардир. Шулардан 100 нафари 2-жаҳон уруши қатнашчилари эди.

Учрашув кечаси давом этар экан, профессор Маъруф Исмоилов курсдошларнинг фаолиятдаги 50 йиллик тарихи ҳақида гапирди.

Қадрдон курсдошларимизнинг бунчалик юксак даражада олим ва шифокорлар бўлиб етишиб чиққанликлари ҳамда уларнинг талабалик йиллардан бошлаб, илм-фанга, шифокорлик амалиётига қизиқиш билан ёндошганликлари бугунги меҳнатларимизнинг самарасидир. Биз албатта, ҳар бир курсдошларимиз билан ҳақли равишда фахрланамиз. Ана шундай сарҳисобли давр-

лар тўғрисида айтилган фикрлар, талабалик ва фаолиятдаги маҳзун ҳаълаларни ортага қайтаргандек бўлди...

50 йил ичида курсдошлар қаторидан 200 нафар шифокорлар оламдан ўтган эканлар. Улар марҳум дўстларининг хотираси учун 1 дақиқа сукат сақладилар. Ингилиш сўнггида хизмат тақозаси билан бошқа юртларда меҳнат фаолиятини давом эттираётган курсдошларнинг факс орқали келган табриклари ўқиб эшиттирилди.

Жумладан, Москва шаҳридан академик Н. Измеров, профессор Е. Ковалева, доцентлар Г. Каралев ва И. Козин, Санкт-Петербурдан профессор П. Кузюнов, ҳарбий раҳбар Д. Горновосов, АҚШ, Чикаго университети профессори, цитолог Наум Ландшмандлар ўзларининг илик табрик ва тилакларини йўллаган эканлар.

Ингилиш тугагач, иштирокчилар Тошкент шаҳридаги «Ширин» ресторанининг байрам дастурхонига тақдир қилинган. Хонандалар томонидан ижро этилган динрабо куй ва жозибали рақслар ҳамда дилтортар қўшиқлар иштирокчиларнинг қалбларига янада кўтаринкилик руҳ бағишлади. Халқимиз саломатлиғи йўлида 50 йил ҳалолан меҳнат қилган ана шундай пире бадавлат шифокорларимизни қарияларимизни кадрлаш йилида ҳеч қачон қаримасдан тетик юришларини тилаб қоламиз.

Ибодат СОАТОВА.

А. НУРАТДИНОВ олган суратлар.

Фарғона

ХАЛҚАРО

КОНФЕРЕНЦИЯ

Сўнгги йилларда мамлакатимизда оналик ва болаларни қўшим ҳимоялаш, репродуктив саломатлигини сақлаш борисида қатор ибратли ишлар амалга оширилди. Айтиш мумкинки, юртимизда оналик ва болаларни муҳофаза этиш масаласига ўстувор йўналишлардан бири сифатида қаралмоқда. Бу савий-ҳаракатлар халқаро миқёсларда ҳам эътироф этилаётди. «Фарғона вилотида хотин-қизларнинг репродуктив соғлиғи ва репродуктив ҳуқуқлари» мавзусидаги халқаро конференцияда бу борада амалга оширилган тадбирлар таҳлил қилинди.

Анжуманинг Фарғона вилотида ўтказилгани бежиз эмас. Тадбир ташкилотчиларидан бири – АҚШнинг Халқаро Тараққиёт агентлиғи ўзининг дастлабки лойиҳаларини ана шу вилотда бошлаган эди. Маъмур лойиҳа таснифиди Фарғонада мамлакатимиз бўйича биринчилардан бўлиб оналар соғлиқни сақлаш скрининг маркази ташкил этилган. Марказ 94 минг долларлик замонавий тиббиёт ускуналари билан жиҳозланди.

Халқаро анжуманни вилот ҳокимининг ўринбосари, вилот хотин-қизлар қўмитаси раиси Гўлнара Маъруфова очиб, кун тартибидида масала бўйича олиб борилаётган ишлар ҳақида ахборот берди. Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлисининг оила ва аёллар муаммолари комиссияси раиси Шарифа Салимова мамлакатимизда репродуктив соғлиқ ва репродуктив ҳуқуқларга оид халқаро Конвенцияларнинг бажарилиши ҳақида маъруза қилди.

Шунингдек, анжуман иштирокчилари вилотдаги «Аёл ва замон» ёшлар ва аёллар ташаббусларини қўллаб-қувватлаш, «Ишонч» ҳамда «Саломатлик ва экология» марказларининг фаолияти билан ҳам танишдилар.

Карши

ПОЛЕЗНЫЙ СЕМИНАР

В Карши состоялся семинар, посвященный проблеме охраны материнства и детства.

В работе семинара приняли участие врачи и медицинские сестры сельских врачебных амбулаторий. На нем врачи обменялись опытом работы, ознакомились с новейшими методами работы по охране материнства и детства. Перед участниками семинара выступили руководители Кашкардаринского филиала Фонда Тодд Мюллер и другие.

Ташкент

НЕ СТАРЕТЬ!

«Здоровая старость начинается с молодости» – по такой тематике прошла выездная конференция, организованная Международным фондом Ибн Сино и хокимиятом Мирзо-Улугбекского района столицы. Конференция собрала активистов, представителей женсоветов и общественности районного округа «Салар» и проводилась в гостинице «Акурган». Перед собравшимися выступили врач-геронтолог, ученые, психологи. Форум проходил в рамках Государственной программы «Год защиты интересов старшего поколения».

АҚШ КЎНГИЛЛИЛАРИ
ЮРТИМИЗДА

Тошкентдаги Миллий матбуот марказида АҚШнинг мамлакатимиздаги Тинчлик корпуси кўнгиллиларининг қасамёд қабул қилиш маросими бўлиб ўтди.

Бу корпус мамлакатимизда 1992 йилдан буён фаолият кўрсатмоқда. Ўтган ўн йил мобайнида беш юздан ортиқ америкалик юртимизда кўнгиллилар сафида фаолият юритди. Улар, асосан, қишлоқ жойларда ўзбек оилалари билан маданий ва тиббий маълумотлар алмашиш билан шугулланади. Шунингдек, ўқувчилар учун тиббиётта доир кўргазмалар, атроф-муҳитни муҳофаза этишга қаратилган тадбирлар ташкил этади.

Қасамёд қабул қилган олти нафар кўнгилли Самарқанд ва Тошкент вилотларида таълим, соғлиқни сақлаш, СПИДга қарши кураш бўйича дастурларни амалга оширишда қатнашади.

Тадбирда АҚШнинг мамлакатимиздаги Факулдда ва мухтор элчиси Жон Хёрбест иштирок этди.



9 мая — День памяти и почестей



Возможностей для широкого маневрирования танками и мехсредствами в направлении нашего наступления не было: леса и кустарники, множество водных преград. Природа с большим мастерством замаскировала топкие болота, покрыла их предательски-зелеными коврами.

Наступление войск 1-го Белорусского фронта на Бобруйск-Слуцком направлении началось 24 июня 1944 года, а 25 июня в прорыв обороны противника для выполнения боевой задачи в тылу врага был введен наш корпус. Мы стремительно продвигались вперед, преодолевая сопротивление врага. В этих боях отличился командир танкового эскадрона младший лейтенант Раифе Нуджаф-кули Раджаба-ли оглы. Его танкисты только в одном бою уничтожили четыре противотанковые пушки, три станковых пулемета, три склада с боеприпасами и не-

Мы снова стоим в одном строю. Хотя и не в военной форме. Боевые ордена и медали на наших пиджаках, наши седины — свидетели дружбы, которая ведет отчет с времен второй мировой войны.

В тот летний день ветераны собрались на свой очередной слет. Из разных уголков страны прибыли они в небольшой белорусский город Слоним. Прибыли, чтобы вспомнить и еще раз осмыслить величие операции «Багратион», вместе со своими белорусскими братьями порадоваться за наших доблестных воинов.

ДО САМОГО БЕРЛИНА

мало живой силы противника. Высокими наградами отмечены боевые действия моих близких друзей танкистов Николая Маврина, Михаила Андрейченко, Владимира Акимова, Бориса Грива, Владимира Орешкова, Флавиана Рысевича.

Наш мехкорпус преследовал быстро откатывающегося войска противника на Слуцк. Заболоченные подходы к реке Случь, ее илистое дно не позволяли танкам и овладеть Слуцком. Первоостепенное значение приобрел мост через водную преграду. Захватить его и удержать до подхода главных сил — такую боевую задачу получили командиры «Танка-34» помощник командира танковой роты техник-лейтенант Н. А. Зиновьев. Прорвавшись через фашистские заслоны, экипаж смело вступил в единоборство с артиллерийской батареей гитлеровцев, оставленной для охраны моста на противоположном берегу. А когда в боевую машину угодил вражеский снаряд, отважные танкисты, продвигаясь себе путь гранатами и автомат-

ным огнем, вплавь переправились через реку, уничтожив охрану моста, разминировали его и удержали до подхода основных сил.

Осколки мины сразили лейтенанта Н. А. Зиновьева в тот момент, когда у переправы появились наши танки.

Затем воины корпуса участвовали в освобождении городов Барановичи, Слоним, Пружаны и Бреста. Вспоминается такой эпизод. Когда мы подошли к реке Шара, фашисты подожгли большой участок лесного массива, надеясь задержать продвижение танков. Но мы, плотно закрыв люки, проскочили сквозь огонь и вырвались на берег Шары, когда фашистские войска начали переправу. Не удался фашистам маневр.

О начале боевых действий при освобождении Белоруссии многое рассказал дневник плененного нашими разведчиками командира немецкой пехотной роты Ганса Мюллера. Вот выдержки из этого дневника:

«5 июля 1944 года. Все катится вспять. Последние силы ведут

тяжелые бои, чтобы прикрыть мост. Все отступают. Машины увешаны людьми. Дикое бегство.

6 июля. Продолжаем отход. Русские танкисты все время стараются обогнать параллельными преследованиями. Величайшее напряжение. Партизаны разрушили все мосты и переправы.

7 июля. Невыносимая жара. Начался путь ужасов. Мост через реку Шару под сильным обстре-

лом. Мы проходили через хаос.

8 июля. Все совершенно выдохлось. Двигаемся дальше по булыжному шоссе. Дикое пробки и заторы. Часто обстрел справа и слева. Все бежит. Паническое отступление. Техника бросается на дороге.

10 июля. Русские войска захватили шоссе и город Слоним, больше никто не пройдет. Таково отступление еще не бывало. Можно сойти с ума».

28 июля нашими войсками был освобожден Брест. С 25 июня по 29 июля корпус прошел с боями 1000 километров, освободил 1200 населенных пунктов, преодолел 50 водных преград, построил 82 моста, разобрал 540 завалов, обезвредил несколько тысяч противотанковых мин. Противнику были нанесены огромные потери.

После освобождения Белоруссии воины 1-го Красноградского мехкорпуса участвовали в освобождении братской Польши, Восточной Померании, Германии, штурме Берлина и рейхстага.

Хочу рассказать о ратном подвиге командира танковой роты

старшего лейтенанта Флавиана Владимировича Рысевича, ныне проживающего в Ставрополе. На подступах к польскому городу Кутно танкисты Ф. В. Рысевича вели разведку. Поздно вечером разведчики проникли в глубину вражеской обороны и остановились на опушке леса. Они обнаружили около шоссе до батальона гитлеровцев. На рассвете танкисты обрушились на врага. В скоротечном жарком бою гвардейцы уничтожили больше сотни гитлеровцев. Остальные сдались в плен. На поле боя осталось четыре разбитых орудия. Пять пушек и восемь автомашин были захвачены в исправном состоянии.

Минули годы. Поседел участники былых сражений. Многие из тех, кто с честью дошел до Берлина, уже нет сегодня. Но крепка солдатская память и память народной.

Мне, представителю далекого солнечного независимого Узбекистана, инвалиду второй мировой войны, танкисту военных лет с особой благодарностью хочется обратиться к братскому белорусскому народу за то, что он свято хранит память тех, кто отдал во имя Родины свою жизнь, кто помнит нас, участников боев за Беларусь.

Виталий Евграфович НАУМОВ,
ветеран войны, участник штурма Берлина и рейхстага, специалист гражданской обороны ГЗ и ЧС Кокандского горздрав отдела.

ФИДОЙИ ИНСОН ЭДИ

Асабини асранг...

Шу икки суз замирида оламча маъно, умр деб аталмиш сехри хилат ётишини, эҳтилом, кўнчилиқ сезмас. Ўзининг бутун онгли ҳаётини одамлар асабини асраш, мустаҳкамлашга баҳшида этган инсон ҳақида гапирганда, бу сузлар янада кучлироқ жаранглайди.

Шарифбой Ҳакимовнинг Қорақалпоғистон тиббиёт тарихида ўзига хос салмоқдор ўрни бор. У узоқ йиллар давомида Беруний тумани марказий касалхонасининг неврология бўлимига раҳбарлик қилди. Уз даврида бўлимини Қорақалпоғистон Республикаси доирасидаги намунавий тиббий жамоалар қаторига кўтарди. Тиббиёт соҳасидаги катта меҳнат фойлилари эвазига «Соғлиқни сақлаш аълочи» нишони билан тақдирланди.

Шарифбой ака 1993 йилнинг 23 ноябрида эзлик олти ёшида муҳдис фалокат туфайли ҳаётдан кўз юмди. У ўз хизмат фойлига тилсиз қўйган ақлининг авлодларга ҳақиқий шифокорнинг қандай бўлиши даркорлигини кўрсатиб кетди. Ажойиб табиати, бозук, ширинзабон бу инсондан узоқ-юлуқ хотиралар ёдгор қолди...

Айюнда матбуот материаллари галадоними титқилаётиб, Шарифбой ака тўғрисида битилган мақоламга кўзим тушди. Ўшанда, бундан ўн беш йил муқаддам, мақола матбуотда тугал вариантда эълон қилинмай, қолиб кетганди. Мустақиллик берган имкондан фойдаланиб, уни айрим ўзгаришлар билан газетонлар ҳуқуқига ҳавол этишни лозим топдим.

... Унинг ҳам болалиги ўша чанг-тўзонли қишлоқ йўллари аро кечди. Эсида бор: қишлоқларида ҳозирда туманининг энг кекса шифокорларидан ҳисобланган Жумағали Тўрумбетов фельдшерлик қиларди. Жумағали оға ҳар гал улар хонадонига оёқ босар экан, ота билан кўришиб, каттагина йигит бўлиб қолган Шарифбойнинг елкасидан қокларди:

— Врчлиққа ўқи, ука. Бунда ҳикмат кўп...

Шу панду насихатлар сабаб бўлдики, Шарифбойнинг юрагида шифокорлик касбига ҳавас уйғонди. Ҳавас қарорга айланиб, Шарифбой Тошкент Давлат тиббиёт олийгоҳининг даволаш кулиётига ҳужжат топширди. Таалаба деган улуг номига эга бўлди.

Устозлар қўлида шифокорлик касби сир-асрорларини кунт билан ўрганди. Вокзанинг қизими битиручиларни иш ўрниларига тақсимлаш пайтида рўй берди. Тақсимот комиссияси раиси Шарифбойга тегишли ҳужжатларга бирров кўз югуртирди-да:

— Қилинчоққа борасиз, — деди. Шарифбой «чўчиб тушди. Қишлоққа соддадиллик билан раисга жавоб қилди:

— Ахир, Қилинчоқ қишлоғида касалхона йўқ-ку.

Раис олдиндан хабардор эди шекилли, Шарифбойнинг жавобидан мутлақ ажабланмади. Юзида бирор бир ўзгаришсиз қўшимча қилди:

— Очасиз. Ажаб! Ҳаётнинг ҳали аччиқ-чуққун томонларини билмаган, эндигина йилғирма уч ёшга қадам кўётган йигит ҳеч кимнинг ҳаёлида йўқ ҳойда касалхона ташкил қилса!

Шарифбой минг хил ўй, андиша билан қишлоғига қайтди. Институт, вазирилик топшириқлари билан ҳамқишлоқларини таништирди. Шунда жўраларидан бири ёнидаги шеригининг орқасидан уриб, пичинг қилди:

— Хой, қара, нима деяпти у оварс? Касалхона очармиш. Ҳали ўша касалхонасида бизни даволайман ҳам деса-я!...

Ҳамма хоҳлаб юборди. Шарифбой мулзам бўлди. Кўл урилмаган ишни овоза этиб, подадан олдин чанг чиқазиб, бекор қилганини тушунди. Ижирганиб, ўрнидан турди.

Шу-шу Шарифбойнинг тинчи йўқолди. Вазирилик, туман марказий касалхонаси, жамоа ҳўжалиги бошқаруви орасида бўзчининг моқисидек бориб кела бошлади. Ниҳоят, жамоа ҳўжалиги бошқаруви марказий ремонт устaxonасида етти хона жойини касалхона учун ажратиб берди. Қўвончи қўсига сиймаган Шарифбой устaxonага елдек ўчиб келди-ю, шу захоти ҳафсаласи пир бўлди: шу иморат-а?... Деворларнинг таг қисмлари нурай бошлаган, сувқалар кўнган, ойна-эшиқлари шалағда, полсиз... Шу ерда беморлар ётадими?

Шарифбой шайтонга ҳай берди. «Бўпти, — деди ўзига-ўзи, — шу ерда беморлар ётади! Аммо бошқача шароитда!» Буйруқ орқали бир-икки ходимни ишга олди-да,



улар билан биргаликда енг шимари ишга тушди. Кўз қўрқок, қўл ботир. Иш устасидан кўрқадди. Нафас олмай, уч ойча меҳнат қилди. Мана, касалхона ҳам тайёр бўлди. Шарифбой ҳўшбичин, уздаги холдек чиройли биного тикилиб, оғир тин олди. Ўрнидан даст туриб, марказий касалхонага чопди. Янги шифохонага тўрт нафар маҳаллий беморлар олиб ўтти. Шарифбой бемор ётқизилганидан эмас, ўзига топширилган катта вазиға, билдирилган юксак ишончини уддалай олганидан боши кўкда экан, уларни меҳр ўти, юрак қўри билан даволай бошлади. Институтда олган бор билими, тажрибаларини малҳамталаб юракларга ҳада этди.

Касалхона кенга борди. Унинг доверуи охиб, чор-атрофдан даво истаб келувчи беморлар сони кўпайди. Уринлар микдори эллиқтага етказилди. Шифохона қишда фельдшер-акушерлик пунктлари ташкил этилди. Шарифбой шифохонада ҳам даволаш, ҳам ташкилотчилик ишларини изчил давом эттирди.

Интилувчан шифокор 1962 йилда вазирилик рухсатномаси билан тўрт ойлик неврология курсида ўқиб қайтди. У бу ерда профессор А. Раҳимжоновдан тиббиёт соҳасига доир жуда кўп нарсаларни ўрганди. Шарифбойдаги «чуқур истеъдод, тиббий ташналикини сезган профессор ёш шифокорни ўзига шогирдликка олди.

Шарифбой ака кейинги йилларда туманда биринчи невропатолог

лог врач сифатида тиббиёт илмига янада чуқурроқ кириб борди. 1978 йилда марказий касалхона таркибида бевосита унинг ташаббуси билан неврология бўлими ташкил этилди. Бўлим ташкил қилинган дастлабки палларда беморлар билан фақат унинг ўзи шуғулланарди. Аммо кўн ўтмай, бу сафга Шомурод Аметов, Жумабой Жуманиёзовлар каби ёрқин истеъдод соҳиблари келиб қўшилдилар. Бўлимга кирган киши ўзини анвойи гуллар ўлкаси, қушлар дийёрида, ажойиб табиат кўчогиди сезади-кан бўлди. Сайроқи қушларнинг ёқими овози, аквариумлар ичидagi тилла балиқчаларнинг эркин ҳаракатлари беморлар дилини йиратиб юборди.

Бўлим энг замонавий тиббиёт асбоб-ускуналари билан жиҳозланди. Бўлимда мия биотоклари ва унинг жароҳатланган нукталарини аниқловчи Қорақалпоғистон туманлари орасида ягона ҳисобланган электроэнцефалография аппаратида кенг фойдаланиладиган бўлди.

Устоз шифокор фаол жамоатчи сифатида марказий касалхона қасба уюшмасини бошқарди. Олдинлари жой йўқлиги боис касалхонада бирор бир каттароқ тадбир ўтказилмас, ёки ўтказилса-да, номиягина уюштирилди. Шарифбой ака касалхона майдонидаги фойдаланилмай ётган ёғоч иморатни қайта таъмирдан чиқариб, томошалар залига айлантирди. Радио, телевизор қўйди. Бадиий ҳаваскорлик тўғрисида учун мусиқа асбоблари, зарурий кийим-кечаклар олди. Томошалар залининг бир ёнидаги қўшимча хонада кутубхона, иккинчисидеа сийёш-маориф уйи ташкил этиди.

Шарифбой ака ўзининг бутун меҳнат фойлиятида бўлимдаги ҳар битта беморга, найини бемор, балки ҳар қандай инсонга асабини асраш лозимлигини ўқитишга интилди. У машҳур невропатолог В. М. Бехтеров таъкидлаганидек, «врачнинг бир оғизгина тасаллиси беморга нақадар катта шифобош таъсир кўрсатишини, ишонтиришнинг нечоғли қудратига эга эканлигини» қалбан ҳис қилди.

... Бўлимга янги бемор олиб келинди. Аҳволи анча оғир бўлишга қарамай, у негадир Шарифбой акадан ийманар, ундан қўлазини олиб қочишга уринарди. Шарифбой ака дастлаб бу ҳолдан

хайрон бўлди. Кейин эса бирдан... беморни таниб қолди: бемор Шарифбой ака институтдан сўнг Қилинчоқ қишлоғига йўлланма билан келганида, унинг касалхона очиб режасини эшитиб, унга пичинг қилган ва хоҳлаб қулган, тақдир тақозиси билан чорак асрдан бунён учрашган ўша ҳамқишлоқ тенкур йигит эди. Шарифбой ака беморга секин гап қотди:

— Тинчланинг, асабини асранг...

Олий тоифали шифокор, тиббиёт илмининг билимдон, санохотли инсон Шарифбой Ҳакимовнинг номи уни билганлар хотирасида абадий муҳралиб қолди. Шомурод Аметов (марҳум), Жумабой Жуманиёзов, Мақсуд Жумабоев каби саломатлик посбонлари Шарифбой ака изидан бориб, туманда истеъдодли шифокорлар сифатида танилдилар.

Шарифбой аканинг турмуш ўртоғи Зиёда ака олти нафар фарзанднинг бугунги қамолотига бош бўлди. Оиланинг тўнғич фарзанди Дилором Тошкент Давлат чет тиллар институти тугаллаб, ҳозирда ўрта мактабда муаллимлик қилляпти. Бахтиёр — олий маълумотли муҳандис, ҳўсурий фирма бошлиғи. Исломбек ва Воҳиджонлар ота йўлидан бориб, Самарқанд Давлат тиббиёт олийгоҳида таълим олдилар. Исломбек бир пайлар отаси бош бўлган неврология бўлимида, Воҳиджон эса кардиология бўлимида беморлар дардига малҳам бўлишмоқда. Ҳар иккалов ҳудди ота мисол чуқур билим соҳиблари эканликлари ва ҳўшфайлиқ табиатлари билан элнинг сукули шифокорларига айлишганди.

Оиланинг яна бир фарзанди Музаффар Тошкент Давлат тўққизинчилик ва енгил саноат институтида тахсил қурди, айни кунларда қишлоқда фермер ҳўжалигини бошқаряпти. Кенжа фарзанд Анвар банк тизимида хизмат қилди.

Шуқрим, фарзандларнинг барчаси уйли-жойли, ўзларидан тўқ. Зиёда ака улар ва шириндан-шакар неваралари қуршонида Шарифбой ака ёқдан чирокни қўлда тутиб келмоқда.

Тожимурод ЭШМУРОВО,
Қорақалпоғистон Республикаси, Беруний тумани.

Повышенное потоотделение

Выделение пота обычно увеличивается на более поздних сроках беременности. Чаще принимайте комфортный душ.

Нижняя одежда должна быть хлопчатобумажная, а не синтетическая.

Обязательно следите за анализами.

Избегайте острой и жирной пищи.

Преждевременные роды

Преждевременные роды несколько чаще наступают в летнее время, что, по-видимому, объясняется значительными потерями жидкости организмом женщины. Поддерживайте оптимальный жидкостный режим.

Важно ознакомиться со следующими признаками преждевременных родов:

- сокращение матки с частотой 5 раз в час и более;
- выделение алой крови из половых путей;
- припухлость или отечность лица или рук;
- боль в течение мочеиспускания;
- острая или длительная боль в животе;
- острая или непрерывная рвота;
- внезапное отхождение воднистой прозрачной жидкости из половых путей;
- монотонные ноющие боли в спине (пояснице);
- сильное давление в нижней части таза;

При появлении таких признаков (в различных сочетаниях) необходимо срочно обратиться к врачу.

Окончание. Начало в № 17.

Здоровый образ жизни, умение быстро и грамотно расслабляться, правильно дышать и общаться с малышом во время беременности помогут выносить

роддом, либо родать по договору, но без мужа, либо родать дома.

Роды в роддоме
В роддоме имеется необхо-

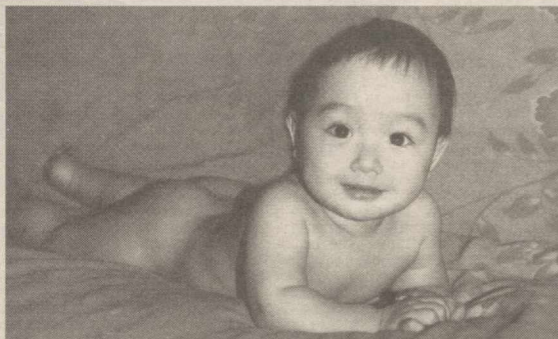
Роды по договору

Роды принимают в роддоме, где есть современное оборудование для контроля за родовой деятельностью и ухода за мамой

родам надо хорошо подготовиться как маме, так и папе. Дома, в знакомой обстановке, в окружении близких людей женщине будет легче справиться с родовыми схватками, она сразу сможет приложить малыша к груди, во время родов ее будет поддерживать муж. При этом, однако, следует ясно отдавать себе отчет, что к домашним родам надо готовиться и готовиться осознанно.

● Позаботьтесь о своем гардеробе, о приданном для новорожденного.

Беременность по триместрам



и новорожденным. Заранее обговариваются пожелания женщины. Например, нужно ли роженице обезболивание, можно ли выполнять упражнения, специально рекомендованные на период родов. По желанию женщины, после родов она может находиться вместе с малышом в одной палате или отдельно от него. Мама, пожелавшая быть сразу с малышом, переводится в отдельную палату, где никто из посторонних не будет беспокоить их и отвлекать от общения. Доктор будет тщательно следить за состоянием роженицы и состоянием малыша, даст необходимые советы и рекомендации по уходу за мамой и за малышом в первые дни после родов.

Роды дома

Если Вы приняли решение рожать в домашних условиях, к

и родить здорового и крепкого малыша. На наших практических занятиях по подготовке к родам и школе мам эта тема занимает важное место.

Исследования, проводимые в России, США, Японии и других странах, однозначно свидетельствуют — беременные женщины, прошедшие курсы подготовки к родам и школу материнства, имеют намного меньше осложнений во время родов.

На что обратить внимание в третьем триместре

● Одно из важных решений, которое предстоит принять родителям, — это где родать ребенка. В зависимости от Ваших взглядов на жизнь можно выбрать либо

домашнее оборудование для контроля родовой деятельности и оказания медицинской помощи во время родов. Обычный срок пребывания в стационаре — от 3-х до 7-ми дней. Однако медицинский персонал роддома работает посменно, поэтому нет гарантий, что Вами всегда будет заниматься один и тот же врач. Имейте в виду, что в палатах большинства роддомов находятся одновременно несколько рожениц, так что обстановка там может оказаться довольно шумной.

ОБЫКНОВЕННАЯ РАБОТА

Раскрыть себя, развить в себе то, что дано природой, — таков, думаю, мне, нравственный долг человека. Но более высокая ступень нравственности — помочь другому человеку; кому раскрыться в своих возможностях, например, сотрудникам; кому найти выход из ситуации при работе с пенсионерами, кого-то поощрить, а кого-то даже предупредить... Вот такую обыкновенную работу избрала профессиональный врач-педиатр Рустамбекова Раъно Джураевна.

Прекрасный человек, обаятельная женщина, Раъно Джураевна в настоящее время является председателем Дорожного Совета Красного Полумесяца. Под ее чутким руководством работают около 30 медсестер, которые опекают, оказывают социальную помощь пенсионерам по возрасту, бывшим разнопрофильным пенсионерам Среднеазиатской железной дороги. Очень интересный и трудный контингент пенсионеры, каждый второй считает себя «заслуженным»... К каждому необходим индивидуальный подход...

Случайно во дворе №3, 1-го проезда Першина увидела медсестру Поляеву Ольгу Владимировну, которая бессменным 20 лет отработала в психиатрической больнице №1 в самых трудных отделениях. И оказалось, что она работает те-

перь у Раъно Джураевны. Ольга Владимировна — достойный помощник председателя Совета Красного Полумесяца.

Задача опекунов этого общества заключается в стремлении поднять и поставить на ноги подопечных. В сущности, обслуживающий персонал все заботы о пенсионерах берет на себя полностью: они приносят продукты питания, выполняют назначения врачей, беседуют с каждым на его болевую тему, проводят лечебную физкультуру...

— «А как же контроль за работой медсестер осуществляется?» — «Просто», — говорит Раъно Джураевна. — Мы работаем на доверии. Но каждую неделю собираемся и заслушиваем отчеты о самочувствии и пожеланиях наших подопечных».

Главное, что эти люди творят добро. А творящий добро возвышается нравственно, утверждает себя не только как человек мыслящий, но и как человек чувствующий.

У Льва Толстого есть такое определение хорошего человека: это тот, кто живет своими мыслями и чужими чувствами. То есть тот, кто понимает душевное состояние другого, воспринимает его горе, как свое. Пусть не каждый это умеет, но нет сомнений, что Раъно Джураевна — на своем месте.

В. А. АКСЕНОВА,
бывшая работница
ТАШИИТА.

Человек на своем месте

Кибрай туманидаги Ойбек маҳалласи аҳли Бахтигул «ўзимизнинг дўхтир» деб аташади. Бу қиз аслида кўз дўхтири. Маълумки, кўз — нозик аъзо. Уни чанг-тўзондан, тасодифий зарбалардан омон сақлаш керак. Болалар эса бунга эътибор бериб ўтиришмайди. Гоҳида калтис харакат қилиб, беҳосдан кўзларига зарар етказишади. Ана шундай ваздда «дўхтир опалари» Бахтигул уларнинг жонига оро қиради. Болалардан тортиб катталаргача, ҳамма-ҳаммасига кўзларини жуда эҳтиёт қилиш лозимлиги ҳақида маслаҳат беради.

Бахтигул ўтегенова фақат ўзи яшаётган маҳаллада эмас, балки Тошкент Педиатрия институтини клиникада ҳам обрў-эътибор топган. Бу қиз айни

МАҲАЛЛАСИГА ЯРАШГАН «ДЎХТИР ОПА»

вақтда клиникада амалга оширилган мураккаб операцияларда ҳам қатнашмоқда.

— Бу клиникага республиканинг турли вилоятларидан ҳам хаста болалар даво истаб келишади, — дейди офтальмолог шифокор Б. Ўтегенова. — Мана, яқинда Қаршидаги мактаб-интернатдан олти нафар кўзлари хаста болаларнинг олиб келишди. Кўпчилигининг кўзларини операция қилиш ёки сунъий гавҳар ўрнатиш зарур эди. Энг мураккаб жарроҳликларни ўтказишда баъзан Англия, Америка давлатларидан келган шифокорлар иштирок этишади. Чет эллик ҳамкасбаларимизнинг тажрибалари ҳамда Украинанинг

Тиббиёт институтида олган билимларим қасб сирларини пухта ўрганишимда қўмақчи бўляпти.

Бахтигул Ўтегенова ўсиб улғайган оилани «шифокорлар хонадонини» дейиш мумкин. Оиладаги беш фарзанд ҳам шифокор бўлиб етишди. Болаларнинг кўз дўхтири Бахтигул эса маҳалласи кичкинтойларига доимий маслаҳатгўй, айни пайтда ота-оналарнинг дуосини ҳам олмоқда. Биз бу қизнинг йўллари ёруғ, толеи баян бўлишини истаб қоламиз.

Ойгул СҮЮНДИҚОВА,
Тошкент вилояти.

Миннатдорчилик

КАМТАРИН ИНСОН

Ярим тунда тишим зирқираб оғрий бошлади. Эрталабки тонгни ноилоҳ, не азобда кутиб олдим. Қилган муолажаларим заррача таъсир қилмади, оғриқни янада зўрайитири. Нонушта қилмасданок, Тошкент вилояти, Зангиота туманидаги Ибн Сино қишлоқ шифокорлик амбулаториясига бордим. Оғриқ биргина тишим эмас, бутун танамни зирқиратарди. Эшик ёнида шифокорларни келишини кутиб турганимда амбулаториянинг бош шифокори Комилжон ака Позиловни учратиб дардимни айт-айтмас мени ичкарига таклиф қилди.

Тиш шифокорининг хонасига кирдик, билсам Комилжон аканинг ўзлари тиш дўхтири эканлар. Хуллас, муолажани бош-

лаб юбордилар. Озгина мени койигандек бўлдилар. Чунки бу оғриқларнинг барчаси йиринглаш натижасида бўлган экан. Тўғри айб ўзимда ҳам бўлди-да, ўтиб кетар деб ўйладим. Ва ниҳоят, Комилжон ака Позиловнинг муолажалари туфайли тишларим соғайиб, оғриқдан асар ҳам қолмади. Халқимиз бежизга айтмаган эканда: «Чумчуқ сўйса ҳам қассоб сўйсин» деб. Ўз касбининг фидойиси, 17 йиллик шифокорлик тажрибасига эга бўлган хушмуомала инсон Комилжон акага ўз миннатдорчилигимни билдираман. Ана шундай шифокорларимиз бор бўлиб, халқимиз бахтига соғ бўлсинлар!

Хурмат билан: Нодира РАҲМОНОВА,
Тошкент вилояти.

Кейинги пайтларда Республикада Соғлиқни сақлаш тизимини ислоҳ қилишда муайян ишлар амалга оширилди. Шунингдек, соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш бўйича ҳам талайгина ишлар қилинди.

Шу жумладан, бизнинг «Саломатлик» марказимиз ҳам аҳолини гигиеник тарбиялаш, соғлом турмуш тарзини қарор топтириш, соғломлаштиришни жорий этишда барча имконият ва манбаалардан самарали фойдаланган ҳолда иш олиб бормоқда.

Марказимизнинг асосий мақсади шаҳар аҳолиси соғлиғига таъсир қилувчи омилларни таҳлил қилиш, барқамол авлоднинг тарбиялаш, жисмонан бақувват, руҳан тетик, интеллектуал ривожланган шахсни шакллантиришга йўналтирилган комплекс-профилактик, ўқув ва тарғибот чора-тадбирларини амалга ошириш, шу таҳлил асосида соғлиқни сақлашни ривожлантиришнинг стратегик йўналишини аниқлаб беришдир.

Юқориди айтиб ўтилган мақсад ва вазифалар асосида шаҳаримизнинг 11 та туманида санитария-тарғибот ишлари олиб боришмоқда. Бу борада маҳаллаларда, олий ўқув юртиларида, йирик ишлаб чиқариш корхоналарида, мактабларда турли касалликларнинг олдини олиш, соғлом турмуш тарзини шакллантириш мақсадида давра суҳбатлари, савол-жавоб кечалари, учрашувлар ўтказилмоқда.

Бундан ташқари жорий йилда олиб борилаётган профилактика ишларининг самардорлигини оширишга ҳаракат қилмоқдамиз. Жумладан, Шайхонтоҳур туманидаги «Чўпон ота», «Оқилон», «Исломобод», «Оби-Назир», Собир Раҳимов туманидаги «Себзор», «Тахтапұл», «Хувайдо» маҳаллаларида аҳоли ўртасида, Чилонзор туманида эса мактабларнинг юқори синф ўқувчилари ўртасида «Тери-таносил касалликлари ва уларнинг олдини олиш», «Сиз оила куришга тайёرمىсиз?», «Балогат даври ўзгаришлари» каби мавзуларда тадбирлар уюштирилди. Ушбу тадбирларда малакали шифокор ва фан номзодлари иштирок этиб, маъруза қилдилар.

Шаҳар мактабларида саломатлик дарслари иш режаси асосида юқори синф ўқувчилари ўртасида «Юқумли касалликлар ва уларнинг олдини олиш», «Тўғри овқатланишнинг аҳамияти», «Жисмоний бақувватлик», «Усмир йигит-қизлар гигиенаси» сингари мавзуларда мутахассислар иштирокида савол-жавоб кечалари, давра суҳбатлари ўтказилди.

Шу билан бирга «Орзу» чармагалантира фабрикасида, «Юлдуз» тикувчилик ишлаб чиқариш биразмаси очик турдаги «Рем ва автоматика» хиссдорлик жаҳмиятида, «Богдорчилик ва гулдорчилик» давлат хўжалигида, Халқ хўжалик институти, Молия

институти, Иқтисодиёт университети, Мирзо Улуғбек туманидаги 221-мактабда, йирик саноат корхоналари, ўрта махсус касб-хўнар ўқув юртилари ва мактабларда турли касалликларнинг олдини олиш бўйича ва эпидемиологик ҳолатни ҳисобга олган ҳолда маърифий тадбирлар малакали мутахассислар билан биргаликда ўтказилди. Шунингдек, бу борада Ўзбекистон телерадиокон-

касаликларини» ва бошқа мавзуларда телевидение ва радио орқали мутахассисларнинг суҳбатлари уюштирилди.

Ҳаммамизга маълумки, ҳар йили 7 апрелда Бутунжаҳон Саломатлик кунини нишонланади. Бутунжаҳон Соғлиқни сақлаш таҳлили бу йилги Саломатлик кунини «Жисмоний фаоллик — саломатлик гаровидир» шиори билан чиқди.

учун ҳам, аҳолининг ихтисослашган гуруҳларини гигиеник жиҳатдан ўқитишни тўғри ташкил қилиш ва мукамаллаштириш ҳозирги куннинг долзарб масалаларидир.

Гигиена бўйича ўқитишдан асосий мақсад — аҳоли саломатлиги билан боғлиқ бўлган турли касб ходимларига санитария ва гигиена қоидаларини ўрга-



Соғлом турмуш тарзи

Тошкент шаҳар Саломатлик маркази

ши курашиш кунини», «Халқаро ногиронлар кунини» муносабати билан оммавий ахборот воситалари ходимлари иштирокида брифинг ва семинар кенгашларини ўтказишдир.

Шу билан бирга тиббиёт мутахассисларида «Исталмаган ҳомилдорликнинг олдини олиш», «Оналар мактаби», «Соғлом бола», «Еш келин-куёвлар», «Диабетиклар мактаби», «Тўғри овқатланиш», умумтаълим мактабларида «Бир умрлик жозибадор табасум», аҳоли ўртасида эса «Оила шифокори» врачлик хизматини кенг амалга тарғиб қилиш каби тадбирларни амалга оширишни олдимизга мақсад қилиб қўйганмиз.

Дарвоқе, «Она ва бола» давлат дастури асосида оналик ва болаликни муҳофаза қилиш бўйича ҳам санитар тарғибот ишлари олиб боришмоқда. Шу билан бир қаторда оналар ва болалар соғлиғини ҳимоя қилишга катта эътибор берилмоқда.

Шунингдек, йирик ишлаб чиқариш корхоналари, ўқув муассасаларида «Қизлар гигиенаси», «Эрта турмуш қуришнинг олдини олиш», «Гибехандлик», «Тўғри ёшдаги аёлларда учрайдиган касалликларнинг олдини олиш», «Скрининг текширув нима?» каби мавзуларда давра суҳбатлари ва тарғибот ишларини амалга оширишни режалаштирганмиз.

Яна шунини алоҳида таъкидлаб ўтамани, асосан бизнинг «Саломатлик» марказимиз ишида матбуотнинг ўрни ва аҳамияти жуда катта. Чунки аҳоли соғлиғини муҳофаза қилишда, соғлом турмуш тарзини шакллантиришда матбуот бизга катта ёрдам бермоқда. Турли касалликларнинг олдини олиш бўйича ўтказилаётган тадбирлар, анжуманларни ёритиш борасида чоп этилаётган мақолалар катта аҳамиятга эгадир. Газетхонлар бизнинг берган тавсияларимиз, мақолаларимиз орқали ўзларининг соғлиқларини мустаҳкамлаш, касалликларнинг олдини олиш масалалари бўйича ўзларига фойдали маълумотларни олсалар керак деб ўйлайман. Мен хоҳлардимки, газета саҳифаларида тиббиётнинг нафақат яхши томонлари, балки, камчиликлари ҳам батафсил ёритилиб, мутахассислар томонидан берилаётган долзарб мақолалар кенг ва атрофли чоп этилса, газетхонларга ўз вақтида етиб бора, мақсадга мувофиқ бўлар эди.

Дилдора МИРБОБОВА,
Тошкент шаҳар
«Саломатлик»
марказининг раҳбари.

ИНСОН СОҒЛИГИ — БЕБАҲО



паниясининг «Ассалом Ўзбекистон» дастури, Тошкент телеканалининг «Пойтахт» телекўрсатувини билан ҳамкорликда мутахассисларнинг чиқишлари эпидемиологик аҳоли ва мавсумийликни ҳисобга олган ҳолда уюштирилмоқда. Республика радиосининг «Машъал», шаҳар радиосининг «Тошкент» студияси билан биргаликда радиоэшиттиришлар тайёрланмоқда.

Матбуотнинг «Тошкент оқшомини», «Вечерний Ташкент», «Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш», «Ишонч», «Тошкент ҳафтаномаси» газеталари таҳририятлари билан ҳамкорликда турли касалликларнинг олдини олиш бўйича мақолалар чоп этилмоқда.

Маълумки, Президентимиз томонидан 2002 йил Қарияларни қадрлаш йили деб эълон қилинди. Шу муносабат билан шаҳар «Саломатлик» маркази томонидан ҳам бир қанча ишлар амалга оширилмоқда. Жумладан, қарияларнинг соғлиғини мустаҳкамлаш ва уларда учрайдиган касалликларнинг олдини олиш бўйича Мирзо Улуғбек туманидаги «Ғамхўрлик» марказида, Ҳамза туманидаги А. Назаров номи, Собир Раҳимов туманидаги «Тахтапұл» маҳаллаларида, «Нуронийлар» сикатгоҳида, Иқтисодиёт университетида ва шифохоналарда малакали шифокорлар иштирокида «Қария бор унинг париси бор», «Қарияларнинг овқатланиши», «Қарияларда гипертония касаллиги ва унинг олдини олиш», «Қариялар учрайдиган касалликларнинг олдини олиш» мавзуларида давра суҳбатлари ўтказилди.

Шунингдек, шаҳар «Саломатлик» марказида шаҳар Даволаш профилактика муассасалари санитария тарғиботчилари ва маърузачилари гуруҳи раислари иштирокида «Қарияларда гипертония касаллиги», «Орак қон-томир касалликлари», «Атеросклероз касаллиги», «Қандили диабет» касалликларининг олдини олиш бўйича йирикномалар ўтказилди. Оммавий ахборот воситалари орқали эса «Қарияларда ҳафакон

Шу муносабат билан шаҳар «Саломатлик» марказида Соғлиқни сақлаш вазирлиги, Бутунжаҳон Соғлиқни сақлаш ташкилоти, Республика Саломатлик институти билан ҳамкорликда катта семинар-кенгаш бўлиб ўтди ва оммавий ахборот воситалари орқали тарғиб қилинди.

Бундан ташқари Саломатлик кунини Тошкент шаҳар спорт қўмитаси ва «Саломатлик» маркази ҳамкорлигида шаҳар аҳолиси ўртасида оммавий югуриш мусобақалари ўтказилди.

Шунини алоҳида таъкидлаш жоизки, аҳолининг турмуш даражасини ва гигиеник савиясини кундан-кунга ортиб боришида уларга кўрсатилаётган турли хил хизматларнинг аҳамияти каттадир. Айрим ҳолларда аҳоли ўртасида турли юқумли касалликларнинг кўпайишида, овқатдан захарланган ошхона келиб чиқишида ва бошқа салбий ҳолатларнинг юзга келишида аҳолига хизмат қилаётган ошхона, савдо, маиший ва тиббий муассасаларнинг ходимлари оддий гигиеник қоидаларни билмасликлари, санитария талабларини бажармасликлари, гигиеник билимларининг етишмаслиги сабаб бўлмоқда. Шунинг

Шунингдек, Тошкент шаҳрида аҳоли сонининг кўпчилиги, аҳолининг зич яшашини ҳисобга олган ҳолда илгариги ҳар бир туманда бўлган «туман Саломатлик маркази» қайта тикланса, аҳоли ўртасидаги юқумли ва соматик касалликларни таҳлил қилиш енгиллашарди ҳамда соғлом турмуш тарзини халқимиз орасида тарғиб қилиш осонлашар эди.

Бизнинг келажакдаги режаларимиз энг аввало, аҳоли орасида касаллик кўрсаткичларини таҳлил қилиш, ўрганиш асосида касалликларни қаматиришга эришиш, фертил ёшдаги аёлларни янада соғломлаштириш, болалар ўлимини қаматириш масалалари бўйича санитария тарғибот ишларини имкон даражада яхшилашдир.

Шаҳар аҳолиси билан мавсумийликни ҳисобга олган ҳолда фан номзодлари, малакали мутахассислар билан ҳамкорликда давра суҳбатлари ва учрашувлар уюштиришни кўпайтириш, қўшни давлатлар иш тажрибасини ўрганган ҳолда олиб борилаётган ишларни янада кенгайтиришдан иборат. Бундан ташқари «Чекишга қарши курашиш», «Болаларни ҳимоя қилиш кунини», «Тиббиёт ходимлари кунини», «ОИТСга қар-

ПОЧЕМУ У ПЬЯНИЦ ГУСТЫЕ ВОЛОСЫ?

«Мой муж чуть ли не каждый день хлещет водку. Я, конечно, устраиваю ему скандалы, а он говорит, что только благодаря алкоголю ему удалось сохранить свою шевелюру в том виде, в каком она у него была в 20-летнем возрасте. Правда ли, что спиртное препятствует облысению?»

М. Г.

Ваш супруг абсолютно прав. Пьющий человек может потерять семью, друзей, работу, здоровье, но только не волосы. Дело в том, что кровь трезвенников или умеренно выпивающих мужчин перенасыщена половыми гормонами — тестостеронами, которые расщепляют луковицы волос. А у алкоголиков печень настолько разрушена, что воспроизводит тестостероны она не в состоянии.

Врач-нарколог Леонид КВИТНИЦКИЙ

«Влияет ли солнечный свет и темнота на состояние человеческого организма?»

П. К.

Солнечный свет служит отличным антидепрессантом. Кроме того, солнечные лучи помогают регулировать процессы сна и бодрствования. Темнота также полезна. В полной темноте человеческий организм вырабатывает мелатонин — гормон, который противостоит таким заболеваниям, как рак молочной железы и простаты.

Кандидат медицинских наук Михаил ДУБОВЦЕВ

«О чае, моем любимом напитке, ходят противоречивые мнения. Одни говорят, что он полезен, другие утверждают, что его употребление нужно свести к минимуму, так как чай якобы оказывает негативное

воздействие на организм. Кто же прав?»

Рамила АЛИЕВА, г. Алматы.

Последние исследования убедительно подтвердили, что чай действительно полезен во многих отношениях. Во-первых, он способствует работе сердечно-сосудистой системы, а регулярное употребление чая снижает вероятность образования тромбов в сосудах. Во-вторых, чай способен приостанавливать рост раковых клеток. В-третьих, он помогает бороться с артритом. В-четвертых, чай улучшает сопротивляемость организма простудным заболеваниям и гриппу. Кроме того, чай укрепляет зубную эмаль, поддерживает развитие катаракты и старческого слабоумия.

Врач-диетолог Ольга МЯСНИКОВА

«Я страдаю избыточным

весом, и никакие диеты мне не помогают. Подруги порекомендовали надежное средство для похудения — ежедневно облачаться в специальный комбинезон из пластика и в течение нескольких часов проделывать тяжелые физические упражнения, чтобы как следует пропотеть и сбросить несколько килограммов. Стоит ли мне воспользоваться их советом?»

И. В.

С помощью костюма из пластика или завернувшись в полиэтиленовую пленку, вы не только не похудеете, но и из-за чрезмерной нагрузки рискуете набить сердечно-сосудистые заболевания. Потеря во время потения изрядное количество влаги, вы непременно почувствуете дикую жажду. Насытив свой организм жидкостью, вы сразу вернете те килограммы (а вовсе не килограммы), от которых избавились в результате своих изнурительных экспериментов. А если вы

вздумаете стоически воздерживаться от питья, то вам гарантирована еще и мочекаменная болезнь.

Кандидат медицинских наук Евгений ПЕТРИК

«Мой бойфренд, биохимик по профессии, рассказал мне, что японские медики якобы собираются изготавить какое-то чудодейственное лекарство... из мышей. Что же им будут лечить?»

Ю. Д.

Действительно, сегодня ученые лаборатории города Осака разрабатывают новейшее лекарство с использованием генома мыши. Установлено, что ДНК грызунов во многом соответствует человеческой, исследователи надеются создать уникальное средство, которое сможет победить практически все неизлечимые болезни.

Доктор медицинских наук Алексей АБРАМОВ

12 май – Халқаро ҳамширалар кун



ҲАМШИРАЛИК ИШИ



ДУНЁ БИЛАН ҲАМОҲАНГ

Бугунги суҳбатдошимиз Соғлиқни сақлаш вазирлигининг «Ҳамширалик иши» бўйича бош мутахассиси Рихси Солихўжаева

– Рихси Комиловна мана биз ҳадемай мустақиллигимизнинг 11 йиллигини қарши оламиз. Қарангки, мустақиллик шабдаси билан «Ҳамширалик иши»га кенг йўл очилди. Назаримда кейинги 2 йил ичида «Ҳамширалик иши»да ҳам нуфузли ишлар амалга оширилмоқда. Буларнинг боси нимада?

– Биласизми, ҳар бир ишни ҳам бошлаб олгунча. Аввало, Ўртбошимизга раҳмат. Чунки уларнинг назарлари ҳамшираларимиз фаолиятига тушган эканки ишларимиз ривожни раванг топа бошладик. Айниқса, шу 2 йил ичида Ўзбекистонимиздаги 249 минг ҳамшираларимиз билан ҳамжиҳатликда олиб борган ишларимиз бундан мустасно эмас.

Демак, биз мустақиллигини мустаҳкамлаш ниятида эканмиз, давр талабидан келиб чиққан ҳолда ва замоннинг юксак талабларига жавоб бераоладиган, етук тафаккурли, чуқур билимга, иқтидорга эга бўлган кадрларни қўллаб-қувватлашимиз керак. Бу ўринда тиббиёт муассасаларида фаолият кўрсатаётган ҳамшираларимизнинг бугунги фаолиятлари ҳамдўстлик давлатларидаги ҳамкасбаларининг тажри-

баларига тенг келаётганлиги ҳам ўз касбларига бўлган меҳр-муҳаббатларини янада ошироқда.

Айниқса, Республикаимиздаги тиббиёт билим юртлири ва коллежлари ҳамда малака ошириш билим юртлири билан ҳамкорликда олиб бораётган ишларимиз ҳам муҳим аҳамият касб этмоқда.

Чунки таълим-тарбия – онг маҳсули, аини вақтда унинг даражаси ва ривожини белгилайдиган омилдир. Бинобарин таълим-тарбия тизимини ўзгариш масддан туриб онгни ўзгариш бўлмайди. Шу боиски, буларнинг барчаси бир-бири билан занжир каби чамбарчас боғлиқ масалалардир. Биз ушбу таълим муассасаларидаги раҳбарлар билан келишган ҳолда турли хилда семинарлар, давра столлари ташкил этиб, ютук, муаммо камчиллар хусусида тўхталиб, учраб турган муаммоларни биргаликда ҳал қилишимиз. Хали олдимизда улкан вазифалар ётибди. Шу сабаб, бугунги давр талаби даражасидан келиб чиққан ҳолда доимий ўзвийликда иш олиб боришни олдимизга мақсад қилиб олдик.

– Ҳамкорликда гап кўп

дейишди. Бу тўғрида фикрингиз?

– Ҳақиқатда ҳам ҳамкорликдаги ришталаримиз ишларимиз кўламини янада кенгайттирди. Жумладан, қўллаб тиббий ҳамшираларимизнинг Англия, Америка, Швеция, Япония, Финляндия, Исроил, Олмоғта, Бишкек, Киевда ўтказиб туриладиган конгресс ва анжуманларда иштирок этишидан асосий мақсад, қин ва узок хориждаги мамлакатларда олиб бориладиган ҳамширалик ишларининг ривожланиш тажрибасини ўрганишдан иборат бўлиб, чет эллик ҳамкорлар билан олиб бориладиган биргаликдаги ишлар, янги технологияларни соғлиқни сақлаш амалиёти ва ўқув жараёнларига тадбиқ этишни тақомиллаштириш каби мақсадларни кўзлайди. ЖССТ Европа ҳудудий бюроси, Америка халқаро саломатлик иттифоқи (АМСС), Ҳамширалар халқаро кенгаши (Женева АСМ), Буюк Британия Соғлиқни сақлаш вазирлиги (ТАСИС), Япониянинг Жайка агентлиги, Американинг фахрли жамияти «SIGMA TETA – TAV билан тўғридан-тўғри алоқалар мавжуд. МДҲ мамлакатлари ҳамширалар ассоциацияси билан ҳам мустаҳкам алоқалар ўрнатилган. Биз бундан кейин ҳам

ҳамкорлик ишларимизни янада ривожлантириб, ҳамдўстлик давлатидаги ҳамкасбаларимизнинг фаолиятидаги тажрибаларидан баҳраманд бўлиб, ўзимиздаги фаолиятларни янада шакллантиришни давом эттирамиз.

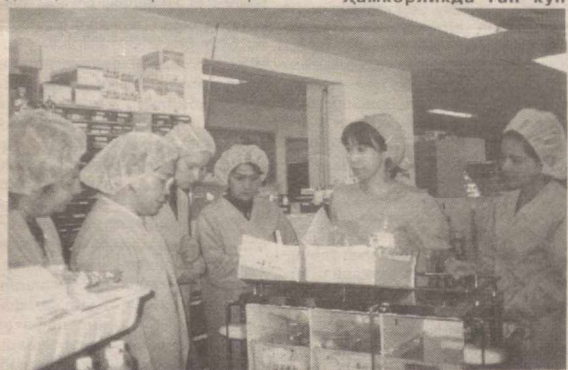
– Яқиндагина Олмоғта шаҳрида навбатдаги халқаро анжуман бўлиб ўтган экан. Ушбу анжуманда қандай масалалар ўртага ташланди? Сиз ўрта Осиё давлатлари бўйича мувофиқлаштирувчи кенгаш расисининг ўринбосари этиб тайинлангиз. Раҳбарлик фаолиятингизда яна бир масъуллиқ зимманингизда экан-да.

Хабарингиз борки, халқаро анжуман 2000-йилда Бишкек шаҳрида, ўтган йили эса бизнинг Ўзбекистонимизда ўтказилган эди. Бу йилги халқаро анжуманимиз ҳам ўзига хос кўтаринкилик руҳида ўтди. Унда ҳисобот, ютук, камчилик, муаммо ва тақлифлар кўриб чиқилди. Анжуманда асосан оилавий ҳамширалар тайёр-

лаш ва дипломдан кейинги фаолиятлари устида ишшлаш масалалари кўрилди. Ўрта Осиё давлатлари бўйича мувофиқлаштирувчи кенгаш раиси Қирғизистон Республикаси ҳамширалар институтининг директори Т. Чубаков олдимизда турган долзарб масалалардан яъни ўқитиш жараёнларини янада мустаҳкамлаш, ҳамшираларнинг малакасини ошириш учун 10 ойлик курслар ташкил қилиш ва марказлар очиш хусусида тўхталиб ҳамкорликда иш олиб боришгагина ютукли натижаларга эришимиз мумкинлигини таъкидлаб ўтди.

Менинг ҳам тақлифларим шундан иборатки, бундан кейинги лицензия ва сертификатлар оқилона берилиб, назорат ишлари қўчайтирилса олдимизда турган муаммо ва вазифаларни бажарилишига имкон бўлади. Анжуман охирида резолюция қабул қилинди. Бутун дунё ҳамшираларини байрам билан қизгин қутлайман!

Суҳбатдош Ибодат.



Ҳурматли республикамизнинг пок ниятли ҳамширалари! Сизларни 12-май Халқаро ҳамширалар кун билан қизгин ва самимий қўллаб, муҳаббат билан эсимиз. Сизларга қиш қоридек оқ, баҳор гулдек нафис, ёз саратонидек қайноқ, кўз тоғидек музаффолик, оқ халатингиздек кўнгил беғуборлигини тилаб, халқимиз саломатлиги йўлида олиб бораётган ишларингизда юксак самарадорлик ёр бўлишини истаб қоламиз!

«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш» – «Здравоохранение Ўзбекистана» газетаси таҳририяти.



ОНА ВА БОЛА СОҒЛИҒИ ЙЎЛИДА



Муяссар опа уйига қарчаб қайтар экан, ҳаёлидан ёшгина келинчагининг унга: – Опазон, мен касалхонага ёта олмаيمان, қайнонам ва эрим рухсат беришмайди, – дея жовдираб қараш қўз ўнгидан ҳеч кетмади. Қандай бўлса ҳам унинг оиласига она ва боланинг ҳаёти хавф остидалигини тушуниртириш шарт. Шу бугунку бунчи хал қилиши керак... Бунга ухшаш воқеалар Муяссар опанинг 33 йиллик меҳнат фаолиятида кўп бўлган. Ёшлигидан дояликни орзу қил-

ган Муяссар опа ниятига етиб билим юртининг доялик бўлимини битирган кезлари янгигина келинчақ эди. У аввал Тошкент шаҳридаги иккинчи, кейинчалик эса ўзини туғруқхонада ишлаб, қанчадан-қанча аёлларнинг оналик бахтига эришганини кўриди, уларга ердан берди, улар билан бирга суюнди.

1992 йилдан бери эса Шайхонтоҳур туманига қарашли марказий оилавий поликлиникада ишлаб келмоқда. Опанинг ўз касбини севгани, ҳушмуомалалиги, самимилиги сабабини маҳалла қўйда, ҳаммасида ҳурмати баланд.

Ёшлири 50 дан ошган, сочларига оқ оралган, қўзлари қўлиб турган Муяссар опага мурожаат қилдим:

– Опазон, сиз тажрибали дояси. Айтингчи, мустақилликдан сўнг сизларда қандай ўзгаришлар бўлди.

– Камкон аёлларга, ҳам таъминланган оилаларга дори-дармонларнинг, сақлаш воситаларининг, УЗИ ва бошқа аппаратларнинг, қон ва бошқа анализларнинг бепуллиги ҳаммаимизни қувонтиради. Албатта бу мустақиллик шарофати-данди.

– Республикаимиздаги Она ва бола скрининг марказининг фаолият кўрсатаётганига ҳам бир неча йил бўлиб қолди. Унинг сизларга фойдаси борми?

– Баъзи бир сабабларга қўра нуқсонли болаларнинг туғилиши жуда ачинарлидир. Скрининг маркази уч ойгача бўлган ҳомиланинг

қандай ўсаётганини ўз вақтида аниқлаб, керакли қораларни қўради. Бизда ҳозир жуда аҳволий кулланилати. Ҳомилалар аёлдан беш хил анализ оламиз. Ана шу анализлардан биронтаси ёмон чиқса, ҳомилалар аёл скрининг марказига юборилади. Сабаби, она ва болани ҳимоя қилиш мақсадида шифохонага ётқишига тўғри келади. Лекин баъзи бир оилалар, «Худо оқ йўл берса, шундай ҳам кутулиб олади», – деб келинини даволанишига тўсқинлик қилади. Шундай пайтда уларнинг ўйидигиларга аҳволни тўғри тушунириш бизнинг вазифамиздир.

– Жамиятимизга соғлом она, соғлом фарзанд керак. Бу борада қандай ишлар қилинса?

– Ҳозирда жуда кўп ёш ҳомилалар аёлларимизда буюқ, камқонлик, қон босим касалликлари учрайпти. Ҳар қандай касалликни аниқлаб, муолажалар ўз вақтида олиб борилса жуда яхши натижа беради. Шу боис, ҳар бир касалликлар тўғрисида тушуниртириш ишларини олиб боряймиз, туғруқхонадан уйига қайтган она ва бола доимий назоратимизда бўлиб, керакли маслаҳатларни оила аъзоларига ҳам етказиб бораемиз. Чунки бугунги кунимизнинг асосий талаби соғлом онадан соғлом фарзандларнинг дунёга келишидир.

Ҳамшираларимизни байрамлари билан табриклаб, ишларига омадлар тилайман!

Машхура ЭРҒАШЕВА.

Ҳамшира-2002 ОҚ ЙЎЛ СЕНГА ЗИЛОЛАХОН!

Истиқлол азалий урф-одатларимизга қайта умр бағишладик, унутлаётган қадриятларимизни қайтарди. Шу билан бирга янги замонавий анъаналарни қарор топтирди. «Энг улуг, энг азиз», «Мен нечун севаман Ўзбекистонни», «Ах, доллар ёди». «Она билан бола – гул билан лаъла» каби ўтказилаётган тадбирлар бунга мисол бўла олади.

Шунингдек, мустақиллигимиз туфайли тиббиёт соҳасида ҳам туб ўзгаришлар содир бўлди. Жумладан, «Ҳамширалар» курик-танловининг ўтказилиши ҳам бунинг ёрқин далилидир. Танловни ўтказишдан асосий мақсад ҳамшираларнинг билимларини, маҳоратини, амалий-назарий, сиёсий-иқтисодий билимини, пазандалигини, қаққонлигию қомиллигини синашдан иборатдир.

Шу боис, яқиндагина Тошкент вилояти Қибрай туманидаги марказий шифохонанинг маҳобатли залида маҳаллий ҳамшираларнинг курик-танлови бўлиб ўтди. Танловда кардиология даволаш бўлими лаборанти Севара Абдурахмонова, юқумли касалликлар бўлими ҳамшираси Шахло Аллатужина, туман гинекологиясининг дояси Мадина Обидова, жарроҳлик бўлими ҳамшираси Азиза Туропова, ТошГЭС ҳамшираси Зилола Мирзахўжаева, юрак хасталиклари бўлими ҳамшираси Наргиза Норматова, «Яланғоч» қишлоқ пункти ҳамшираси Сабохат Фаникуловалар ўзаро бел-

лашиб, учта шарт бўйича, яъни таништирув, савол-жавоб ва эркин мавзуларда бахslashдилар.

Қурик голибларини аниқлашда хайрат аъзолари уларнинг ҳар томонлама билим, доираси ва санъатларига асосий эътиборни қаратди. Ниҳоят, танлов аяқлари зўлон қилинди. «Ҳамшира-2002» курик-танлови бўйича 3-ўрин Мадина Обидовага насиб этган бўлса, 2-ўринга Наргиза Норматова сазовор бўлди. Мутлақ голибликни яъни вилоят босқичига йўланма-ни Зилола Мирзахўжаева қўлга киритди.

Голибларга ҳомилар томонидан таъсис этилган қимматбаҳо совғалар топширилди. Зилолахоннинг вилоят босқичида ҳам омадли ўринини олишига тилақдош бўлиб қоламиз.

Турсунхўжа АЗЛАРХОНОВ.



ШЕЪРИЯТ

Хотира уйғонса гўзалдир

ОНАМ ҚАБРИ
УСТИДАГИ ЎЙЛАР

Онамнинг қабрида унган майсалар,
Мен сизни кўксимга босаман

суйиб...

Турсун Али.

Онамнинг жисмини кўнган тупроқлар,
Қайноқ сўзларимни тинглангиз мудом.
Онам бағрингизда оларми ором,
Бу кун маънос руҳим уни сўроқлар.

Нечун ўйламасдим онажонимни,
Ўйламасдим уни йўқотаман деб?
Доим менга онам кулиб боқарди
Оллоҳ наздидан қолма болам, деб.

«Ўғлим, гуноҳингга қилмайин шерик,
Бировларга болам бермагин озор.
Шунда ёнингдан доимо тирик,
Иймонли бўлсангу Худо бўлсин ёр!»...

Эркин ТУРСУНОВ,

тиббиёт фанлари доктори,
профессор.

Тошкент шахри.

УНГСИЗ ЙИҒЛАЙДИ
ҚАЛБЛАР

Отажон, барҳаётсиз номингиз бор
тилларда,
Бир оҳ билан ларзакор нола кирди
дилларга.
Бу шундай бир нолаки, юракларни
титратиб,
Сизнинг буюклигингиз кўчмиш
элдан-элларга.

Кўзлардан ёш тиркираб, унсиз
йиғлайди қалблар,
Муборак номингизни айтиб пичирлар
лаблар.
Хотиранинг олдида бош эгиб биз
фарзандлар
Бугун бир сўз демоққа гўё етишмас
гаплар.

Кимлардандир боғ қолар, кимдан бир
сиқим тупроқ,
Кимдан яхши ном қолар, кимдан
дилларда титроқ.
Оҳ, отажон сиз дарё эдингиз қўш
соҳилли,
Сиздан табарруқ бўлиб қолди иккала
қирғоқ.

Икки қирғоқда қатор сиз ўстирган
ниҳоллар
Сиз вояга етказган ўрик, шафтоли,
толлар.
Пастдарғомдай буюк юрт чинорига йўқ
ўлим,
Демакки, барҳаётсиз холис бўлса
фаоллар.

Юракларда сўнган йўқ, ҳамон аламли
фироқ,
Сўнган йўқ, сўнмагай ҳеч сиз ёққан умид
чиноқ,
Сиз ўстирган ниҳоллар гуркираб ўсар
мудом,
Демакки, барҳаётсиз сизга ўлим
ёт мутлоқ!

Баҳром САЛОМ,

тиббиёт фанлари доктори,
профессор.

Самарқанд вилояти.



Сизларни кўрганда тўлар бағримиз,
Очилар офтобдай кўнгул, бағримиз,
Тошади дарёдай меҳр-наҳримиз,
Нурафшон бўлади қишлоқ, шаҳримиз,
Фахрийлар — фахримиз, ҳамкорларимиз,
Эзгулик ишларга тайёрларимиз!

Мувашиша

ҚАЙДАН ИЗЛАЙ СЕНИ ИЗЛАРИНГ

(Ўғлим Бобомуроджон хотирасига бағишлайман)

Бахтим қувончим ардоғим эдинг,
Оиламнинг тўнғич фарзанди эдинг
Бошим узра кўкларга кўтарар адим.
Одамларга танитардим азиз фарзандим.
Муроду-мақсадим этмади насиб,
Умринг қисқа бўлдику азиз жигарим
Раҳим айламади бу бевафо дунё,

Олиб кетдим, сени мендан айриб,
Дод деб қайларга борайин азиз жигарим
Жондан севган суюкли жоним
Оҳ, деб юрагим талпинар қабринг томон
Не қилай, қайдан излайин сени изларинг.

ИБОДАТ СОАТОВА.

СЕНДАН УМИДИМ

Бу дунё ичра даврон сурмадинг,
Вафо боғида жавлон урмадинг
Душманни шод этиб, дўстни зор этиб
Фарзандларинг бахтин кўрмадинг
Сендан умидим шулмиди жоним.

Қушлар бўлиб учиб кетгим келади,
Тошларга айланиб қотгим келади
Туну кун ортиндан кетмоқ истайман
Бешта зурриёдинг ўйга солади,
Сендан умидим шулмиди жоним.

Сен учун қонлар ютган эдимку,
Сен учун ўтларда ёнган эдимку.
Ўзга бир юртларда мусофир бўлиб,

ШУЛМИДИ ЖОНИМ

Сен учун не десанг кўнган эдимку,
Сендан умидим шулмиди жоним.

Ўйчан ўша кўзларинг ёдимга тупса,
Майин сочларинг хаёлим бузса.
Келишган қоматинг бағрим қовурса
Тунлари ажардек тўлғонаман мен
Сендан умидим шулмиди жоним.

Суюгани мени тоғим бормиди
Ёки акам, айттил укам бормиди
Дардашгани синглим, опам бормиди
Ўттиз уч ёшимда сўдирдинг мени,
Кимларга ишониб ташладинг бизни
Сендан умидимиз шулмиди жоним.

М. МҮПИПИПОВА,

Новоий вилояти, Дўрмон қишлоғи.

АРМОН БИЛАН ЁНАМАН...

Ота дейман, бузрук падар,
Ота, қаён кетдингиз.
Вужудимда дарду қадар,
Ғамга ошно этдингиз.
Бизни ёлғиз ташламанг деб,
Фарёд чекиб ёлвордим.
Дод солдиму йиғлаб-йиғлаб
Орқангиздан зор қолдим.
Шунча оху нолаларим
Эшитмасми, оқ тобут?
Шунча йиғи — жолаларим
Тирикликми ё субут?
Бугун алвон чечакларга,

Бурканди отам қабри,
Чечаклар кўп нигоронки —
Нигорондай дил сабри.
Сиздан айри қолган куним,
Қанотим қайрилганди.
Рухим сиз-ла, вужуд нимжон,
Жисм сиздан айрилганди.
Энди мен ҳам улғайганман,
Фарзандларга онаман.
Лекин ҳамон отам йўқ деб,
Армон билан ёнаман...

Гулноз.

АЙРИЛИҚ НОЛАСИ

Эрта ташлаб кетдинг мени, аёлим
Жисмим жонсиздек, сарак бўлди
хаёлим.
Қувончимни олиб кетдинг жоним,
аёлим,
Кечир мени, менинг аёлим,
Билки, сенда кетди хаёлим.
Поклик, муҳаббатда уммон эдинг сен,
Оилада шодлиғи, дармон эдинг сен,
Зуриёдларим бахти, бир жаҳон
эдинг сен,
Кечир мени, менинг аёлим,
Билки, сенда кетди хаёлим.

Аёллар кўп, ўхшашинг топмадим
бирок,
Неки ҳақиқат бу, қийнайдиган фироқ,
Тақдир қилди орамизни қанчалар
йироқ,

Кечир мени, менинг аёлим,
Билки, сенда кетди хаёлим.
Азизим, гўрлик қилдим, хурмат
қилмадим
Кечиргин, кўрлик қилдим ҳиммат
билмадим
Муҳаббат тўла қалбинг қиммат
билмадим,
Кечир мени, менинг аёлим,
Билки, сенда кетди хаёлим.

Билдим, бир болага бир она даркор
экан,
Болларим қувончига она сардор экан.
Она оила гулзори, гўзал баҳор экан.
Кечир мени, менинг аёлим,
Билки, сенда кетди хаёлим.

Эркин ОТАБОЙ.

ФАХРИЙЛАР — ФАХРИМИЗ

Сиз ўтган шарафли йўл бизга сабоқ,
Ёритар йўлимиз мисоли маёқ,
Қилпирар қўлларда Сиз берган байроқ,
Сиз билан азиздир Она-ер, тупроқ,
Фахрийлар — фахримиз, ҳамкорларимиз,
Эзгулик ишларга тайёрларимиз!

Сиз босган излардан борамиз илдам,
Сиз каби мардона, музаффар, шаҳдам,
Қиламиз Ватанини обод, мустаҳкам,
Ҳамиша сафларда бўлингиз бардам,
Фахрийлар — фахримиз, ҳамкорларимиз,
Эзгулик ишларга тайёрларимиз!

ХОТИРА
МУҚАДДАСДИР!

Элнинг кўзи қораси,
Жигарпора, сараси,
Муқаддас хотираси
Авлодлар дилидадир,
Ёдида, тилидадир!

Ўтганларни ёд айлаш,
Рухларини шод айлаш,
Тирикларни авайлаш,
Инсонийлик қарзимиз,
Раҳмонийлик фарзимиз!

Оналарнинг фарёди,
Чеккан алам, оҳ, доди,
Жангга борганлар ёди
Авлодлар дилидадир,
Ёдида, тилидадир!

— Лаънат уруш, қиргинга,
Ўт-оловга, ёнингга!
Тинчлик! — она заминга!
Бир-биримиз асрайлик,
Давру даврон сурайлик!

Искандар РАҲМОН.

СОҒИНИБ ЯШАЙМАН

Онажоним, эшитгим келар,
Жоним қизим — деганларингиз.
Бошга ташвиш тушгани — келар,
Панд-насиҳат берганларингиз.

Қайга борай, қай ердан сўрай,
Бир дам Сизни кўргим келади.
Паришадас оппоқ сочингиз,
Юзларимга сургим келади.

Қайдан топай, у нигоҳларни,
Юпатгучи тотли дамларни.
Оғир экан онасиз яшаш,
Дилга солди кўп ситамларни.

ОНА деган оддий калима,
Кучи сирини шунча бой экан.
Қалбим кўри қадрин билмадим,
То санчмади юракка тикан.

Дилга ботган ҳар бир тиканлар,
Зарбин олган бол сўзингизми?
Бир кўрганда минг дуо этган,
Меҳр тўла, нам кўзингизми?

Англамадим, билмадим қадрин,
Онажоним ганимат экан.
Энди минг зор кўз ёш тўқсамда,
Армонларим тополмас макон.

Хонам узра айланар гир-гир,
«Арвоҳ пашша», меҳмоним дейман,
Кийимимга қўнса капаласи,
«Қуя пашша» сен жоним дейман.

Ёшим ўтиб, энди эслайман,
Ҳар сўзингиз бир китоб экан.
Оғир, вазмин боқишларингиз,
Нур берувчи бир офтоб экан.

Ўргаттасиз: ҳаётни сев деб,
Озор берма ҳашоратга ҳам.
Ҳар жонзотда ҳаёт напласи,
Яраб қолар кунингга бир дам.

Ҳа, рост, ОЙИЖОН, арвоҳ
пашшалар
Кунларимга яраб туради.
Сизни қўмсаб кўзим ёшласам,
Аста бошим силаб кетади.

Ҳабиба БОТИРОВА,
шифокор.

Бухоро шахри.





Гўдак эдим, йўргак бўлди кучоғинг
Улғайтириб меҳр берди хур боғинг
Не бахт топсам, сендан топдим бариини

Кексайиб ҳам етолмадим адоғинг,
Дунёларга сизмаган пок меҳримсан
Ватан ўзинг муҳаббатим, сеҳримсан.

Зеленая аптека

ЧАБРЕЦ (ТИМЬЯН)



Это растение почиталось издавна. Средневековые алхимики приписывали ему магические свойства, оно было атрибутом языческих обрядов. Плиний считал его лучшим противоядием при укусах змей и «морских гадюк», а в крестьянском быту им окуривали коров после отела, чтобы они не заболели, крики, чтобы быстрее скисало молоко, рыболовные снасти, чтобы лучше был улов. Существовало даже поверье, что чабрец (тимьян) способен вселять храбрость в тех, кто употребляет его в пищу или носит при себе в качестве амулета.

Название «тимьян» объединяет обширный род растений, насчитывающий несколько сотен видов, но наиболее популярны из них два – тимьян обыкновенный (*thymus vulgaris*) и тимьян ползучий (*thymus serpyllum*), или хорошо нам известный чабрец. Главное их действие – антибактериальное, отхаркивающее, спазмолитическое.

Лечебный эффект тимьяна обусловлен его химическим составом. Как показали исследования, в траве растения содержится эфирное масло, основной составной частью которого является тимол – вещество с характерным запахом и жгучим вкусом, обладающее сильным бактерицидным действием. Кроме него в растении обнаружены дубильные вещества, флавоноиды, горечи, камедь, урсоловая и олеиновая кислоты. Тимол, получаемый из эфирного масла тимьяна, используется как консервант в фармацевтической промышленности, в дерматологии им лечат грибковые заболевания, в хирургической практике масляный раствор тимола применяют местно как противовоспалительное и ранозаживляющее средство. Считается, что трава тимьяна, настои и отвары, приготовленные из нее, улучшают аппетит, нормализуют деятельность желудочно-кишечного тракта, печени и поджелудочной железы.

Благодаря отхаркивающему действию тимьяновый чай особенно эффективен при бронхите и других заболеваниях дыхательных путей. Чайную ложку травы тимьяна с горкой залить 1 стаканом холодной воды и медленно довести до кипения. Снять с огня и настаивать 10 минут под крышкой. Процедить и подсластить медом. В течение дня нужно выпивать от 4 до 6 чашек этого чудодарного напитка. Паровую ингаляцию с тимьяном при болезнях органов дыхания лучше делать перед сном – помимо основного действия она окажет еще и снотворное. При коклюше облегчение принесет употребление настоя или отвара, приготовленного из травы тимьяна пополам с корнем алтея. Кстати, знакомый всем нам с детства препарат «Пертуссин» имеет в своем составе жидкий экстракт тимьяна.

При простуде в самом начале заболевания тимьяновая ванна со свежерезанной травой тимьяна способна творить чудеса. Для этого 1-2 горсти свежего или сушеного тимьяна положить в посуду, залить 2-3 литрами кипящей воды. Настаивать 10 минут, процедить, полученный концентрат добавить в воду для ванны. После этой процедуры тут же ложитесь в постель и получите утешение.

Если у вас воспалилось горло, несколько раз в день полощите настоем или отваром тимьяна – его антисептические и бактерицидные свойства помогут быстро снять симптомы тонзиллита и фарингита.

При неврозах в народной медицине тимьян считается с давних пор легким седативным средством. Для достижения максимального эффекта пейте ежедневно мелкими глотками от двух до пяти чашек настоя этого лекарственного растения.

При обострении хронического цистита тимьян используют в сборах, применяемых для сидячих ванн. Вот один из рецептов: лист березы – 5 частей, трава душицы – 3 части, лист смородины черной – 5 частей, трава фиалки трехцветной – 2 части, трава чабреца (тимьяна) – 4 части, лист эвкалипта – 1 часть. Все компоненты смешать, залить водой из расчета 1 литр воды на 3 столовые ложки сбора и довести до кипения. Остудить до 37 градусов. Продолжительность ванны – 10-15 минут. Курс лечения – 8-12 дней.

При травмах настойка тимьяна – прекрасное дезинфицирующее и противовоспалительное средство. Ее применяют несколько раз в день при гнойных ранах или кожном зуде. Готовят настойку так: 150 г свежего, мелко нарезанного тимьяна положить в стеклянную банку, добавить 300 мл 96%-ного спирта и настаивать в темном месте при комнатной температуре несколько недель. Время от времени содержимое банки нужно хорошенько встряхивать. После процеживания добавить 300 мл кипяченой воды комнатной температуры и разлить в небольшие бутылочки.

ТУНУКА ИДИШНИНГ ХОСИЯТИ

Қадимги Хитойда камбағал кишилар тунука идишда овқат еганлар. Бир замонлар ясалган қадимги бу тунука идишлар бир авлодгагина эмас, балки ўзидан кейинги қўпгина авлодларга ҳам хизмат қилган.

Кейинчалик эса уларнинг ўринини арзон алюмин ва пластик идишлар эгаллади.

Шу билан бирга янги хасталиклар, жумладан анемия (камқонлик) пайдо бўлди.

Хитой табobati яратган, жорий қилган ва қадимда шифокорлар тавсия этган тунука идишлар бекорга яратилмаганлиги олимларни ўйлантириб қўйди. Чунки «қон янгилашишда темир моддаси иштирок этмаслиги ақлга тўғри келмайди», албатта. Ҳозир Хитойда тунука идишлар баҳоси анча юқори. У қанча қадимги бўлса нархи шунча қиммат туради.

Бундай идишларни факат пулдорлар сотиб олиши мумкин. Камбағаллар эса алюмин ва пластик идишларни беэиён бўлган чинни идишларга алмашишмоқда.

ОЗДИРИШ УСУЛИ

Халқимизда «Балиқ сув билан тирик» деган гап бор. Бундан қарангки, одам ҳам факат суву витамин истеъмол қилиб 249 кун яшаши мумкин экан.

Бундан шотландиялик Тянсен деган бир враннинг тажрибаси исбот қилди. У кишиларни ҳақдан ортик семизликдан шундай усулда даволаркан.

13 кишидан иборат бир гуруҳ 25 кундан 249 кунгача очликка чидаган. Даво-ланувчилардан энг чидамлиси 44 килограмм

ортиқча этини йўқотган. Гуруҳдаги кишилар факат сув ва витамин ичиб бир ой мобайнида ўрта ҳисобда 11 килограммдан ортиқлаган.

ОВҚАТ КАЛОРИЯСИ

Ақлий меҳнат билан шугулланганидан кам ҳаракат киши бир кеча-кундузда 2500 катта калория сарфлайди. Айни вақтда еган-ичганларимизнинг калорияси аксари 2800-3000 га боради.

Муттасил 300-500 катта калорияни ортиқча олиш баданга таъсир қилмасдан қолмайди ва модала алмашинувини муқаррар бузиб қўйди.

Модомики, шундай экан, истеъмол қилинадиган овқат калориясини сарф қилинадиган энергия микдорига мос келтириш учун ҳисмоний фаолиятни ошириш ёки калорияни қайайтириш керак.

А. АЛИЕВ тайёрлади.

ҲОЙДАЛИ МАСЛАҲАТЛАР

ражасидаги сув солинган гулдонга солиб қўйишнинг мумкин. Гулдондаги гуллар узокроқ сўлимай турсин десангиз, ундаги сувга аспирин (3 литр сувга ярим таблетка) ҳалдорисини ташлаб қўйинг.

Эрта тонгда узилган гулларни бир жойдан бошқа жойга олиб бориш куннинг бошқа пайтларига қараганда маъқулроқдир. Эрта тонгда узилган гуллар узок вақт сўлимай туради.

Либосдаги мевалар доғини кетказиш учун қуйидагича йўл тутасиз: доғ теккан жойни аввало

сўт ёрдамида юмшатайсиз, сўнг иссиқ сувда ювасиз.

Атирдан пайдо бўлган доғни спирт билан артасиз. Догдан сўнг пайдо бўлган изни куруқ салфетка ёрдамида кетказасиз.

Тухумдан пайдо бўлган доғни кетказиш учун матони глицирин ва крахмал аралашмаси билан ҳўллайсиз, бир неча дақиқадан сўнг матони бироз спирт қўшилган иссиқ сувда ювасиз.

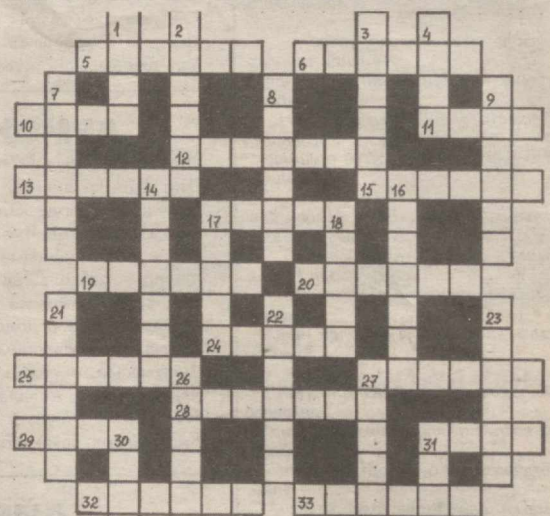
Жун матолардаги занг доғини вино сирқаси ёрдамида кетказасиз.

ТОПҚИРЛИК МАШҚИ

БЎЙИГА: 1. Инсон. 2. Камқона. 3. Ташқи шароит, аҳвол. 4. Гузал, барно. 7. Қоннинг суюқ таркибий қисми. 8. Жисмоний ёки маънавий шикаст. 9. Тирноқ милкининг йиринглаб яллиғланиши. 14. Беморнинг касаллигини аниқлаш. 16. Нок шевада. 17. Барпо этмок, яратмок. 18. Худонинг вакили, элчиси. 21. Бихишт, обод жой. 22. Дуо қилувчи, яхшилиқ тилоччи. 23. Таҳлил. 26. Ҳолат, улкан. 27. Гуруҳ бошлиғи, қўрбоши. 30. Мева. 31. Проза жанри.

ЭНИГА: 5. Ўзаро низо. 6. Шакарли касаллик. 10. Борлик. 11. Адолатли, беғараз. 12. Ички касалликларни даволаш бўлими. 13. Тонгда. 15. Токи. 17. Касал, хаста. 19. Безнинг яллиғланиш касаллиги. 20. Жихоз, ашё. 24. Тетик, бардам. 25. Намуна, тайёр қолип. 27. Икки ўт ораси. 28. Овқатни хушбўй қилувчи ўсимликлар. 29. Бадан. 31. Ўринбосар, ёрдамчи. 32. Мураккабгуллар оиласига мансуб кўп йиллик тул бўлиб ўсадиган ўт. 33. Иббот қилинмаган, далилсиз.

Тузувчи: Х. РАББАНАЕВ.



ҒАЗЕТАНИНГ 12-СОНИДАГИ ТОПҚИРЛИК МАШКИНИНГ ЖАВОБЛАРИ

БЎЙИГА: 1. Бадан. 2. Гавҳар. 3. Сурбет. 4. Бурун. 7. Тирноқ. 8. Остона. 10. Сарсон. 13. Градусник. 14. Алалхусус. 16. Диловар. 17. Коллоид. 22. Норгул. 23. Ибодат. 25. Бургут. 28. Бекзод. 30. Чурра. 32. Бадан.

ЭНИГА: 5. Байтар. 6. Сунбул. 9. Жигар. 11. Жусса. 12. Рабба-наев. 15. Бокира. 18. Алайно. 19. Шифокор. 20. Нуқсон. 21. Оллоху. 24. Маросим. 26. Абдий. 27. Муқул. 31. Пертуссин. 33. Забун. 34. Жасур. 35. Протон. 36. Тирсак.

«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш»

«Здравоохранение Узбекистана»

Газета муассиси:
Ўзбекистон Республикаси
Соғлиқни сақлаш
вазирлиги

Бош муҳаррир:
С. ОРИПОВ,
профессор.

Ижрокчи муҳаррир:

И. СОАТОВА.

Тахрир хайъати:

М. МИРАЛИЕВ, П. МИРЗОЛОВА

(Бош муҳаррир ўринбосарлари),

Х. РАББАНАЕВ.

Манзилмиз: 700060, Тошкент,
Охунбобоев кўчаси, 30-уй, 2-қават.
Тел/факс: 133-12-22; тел. 133-57-73.

Газета Ўзбекистон Республикаси Давлат Матбуот Қўмитасида
рўйхатга олинган, гувоҳнома № 00504.

Умумий адади 10.000 нуска

Ўзбек ва рус тилларида чоп этилади.

Ҳафтанинг сешанба кунлари чиқади.

Мақолалар кўчириб босилганда «Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш»дан олинди деб кўрсатилиши шарт.

Заказ Г-416.

Рўнома «ШАРҚ» нашриёт-матбаа
акцидорлик компанияси босмахонасида чоп
этилди. Корхона манзили:
Тошкент шаҳри, Буюк Тўрон кўчаси, 41.

Ҳажми 2 босма тобқ. Формати А3. Офсет
усулида босилган. Рўнома IBM компьютерда
термиди ва саҳифаланган.

Реклама ва эълонлардаги маълумотларнинг мазмунини ва ҳаққонийлигини ўқувчи рекламани берувчилар
жавоб берадилар.

Саҳифаловчи: Анна ХОХЛОВА.