

ЎЗБЕКИСТОНДА СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ ЗДРАВООХРАНЕНИЕ ЎЗБЕКИСТАН

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

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

Абу Али ибн Сино.



Газета 1995 йил октябрь ойидан чиқа бошлаган.

№ 40 (296) 2002 йил 8 — 14 октябрь.

Сешанба кунлари чиқади. Сотувда эркин нархда.

КҮРИК-ТАНЛОВ ҚОРАҚАЛПОҚ ДИЁРИДА

Узун бедор кечаларда
хорғин толган,
Халовату, роҳатлардан
мудом тонган.
Машаққатли меҳнатидан
ором олган,
Қўли енгил ҳамширалар
омон бўлинг.

Бу йилги Республика-IX
«Хамшира-2002» кўрик-танло-
вининг Қорақалпоғистон ди-
ёрида ўтказилиши оламшу-
мул тарихий аҳамиятга эга
бўлди десак хато қилмаган
бўламыз. Чунки кўрик-танлов
аждодларимизнинг қадимий
тарихидан гувоҳлик берувчи
кўҳна обидалар юрти Эллиқ-
қалъада ўтказилди.

Эллиққалъа деганда қора-
қалпоқ халқининг ўтмишиги-
на эмас, балки Хоразм ва
туркий забон халқларининг
тақдири-ю тарихи кўз олди-
мизда намоён бўлади. Ҳар
биримиз учун ҳам тарих бу
ўтмиш, уни билмоқ аждод-
ларимиз руҳини шод этмок-
дир. Зеро, Ўзбекистон халқ
шоири, марҳум Муҳаммад
Юсуф шундай деган экан:
«Эллиққалъада энг камида
эллиқ ҳақиқат бор. Биттаси-
ни кўрмай кетганга ачина-
ман». Ҳа, ҳақиқатдан ҳам
шоир айтган гапларда жон
бор. Чунки кўҳна тарих сил-
силасида, бундан минг-минг
йиллаб олдин ҳаёт яшнаб,
деҳқончилик маданияти юк-
салган, цивилизация ўта ри-
вожланган бу заминда аждод-
лардан Аёзқалъа, Қизил-
қалъа, Қирққизқалъа, Қўғо-
шинқалъа, Гулдурсунқалъа,
Бургутқалъа каби юзлаб оби-
далар ёдгорлик бўлиб қолган.
Ушбу туманга таширф буюр-
ган меҳмон ва ҳар бир чет
эллиқ сайёҳлар ана шундай
сиру синоатларга бой бўлган
тарихий обидаларни ҳайрат-
ланиб томоша қиладилар.

(Давоми 3-бетда).

«Хамшира — 2002»



Суратда: (чапдан) иккинчи ўрин соҳибаси Тошкент шаҳар А. Икромов туманидаги 10-туғруқхона дояси Нилуфар Рустамова, фахрли биринчи ўрин совриндори Қорақалпоғистон Республикаси Эллиққалъа тумани марказий шифохонаси Шошилинч тиббий ёрдам бўлимининг ҳамшираси Гулабсер Курбонова ва учинчи ўрин толибаси Тошкент вилояти Янгийўл шаҳар болалар поликлиникаси ҳамшираси Шоҳида Мирзаахмедовалар.

Тошкент вилояти Соғлиқни сақлаш бошқармаси, Тошкент шаҳар Соғлиқни сақлаш бош бошқармаси, Соғлиқни сақлаш вазирлигига қарашли «Саломатлик» институти ва Тошкент шаҳар «Саломатлик» маркази раҳбарлари диққатига!

Эсингизда бўлса газетами-
нинг шу йил 16 июль 28 (284)
сониди «Виждон амрига бўйсун-
моқни вақти келди» сарлавҳали
мақола эълон қилинган эди.
Унда Тошкент вилоятининг Қиб-
рай тумани Марказий шифохо-
насидаги ахвол, Тошкент шаҳ-
рининг Юнусобод туманидаги
17-шаҳар шифохонасида бўлиб
ўтган воқеа ва тез ёрдам бўлин-
маларидаги шифокорларнинг
масъулиятсиз иш олиб бораёт-
ганлиги тилга олинган.

Афсуски, шунча вақт ўтгани-
га қарамай на Тошкент вилояти
Соғлиқни сақлаш бошқармаси
бошлиғи, на Тошкент шаҳар Со-
ғлиқни сақлаш бош бошқарма-
си бошлиғи, на «Саломатлик»
институти, на Тошкент шаҳар

«Саломатлик» маркази раҳбарла-
ридан жавоб хати олинди. Турган
гапки, бу ҳолат билан мурса

ракроқ кўз, теранроқ нигоҳ би-
лан қарарсиз, шифокорларимиз-
даги камчилик ва нуқсонлар бар-
тараф этилса керак, деб уйлаган
эдик. Афсуски, эски ҳаммом, эски
тослигича қолаверди. Оқибатда
шу атрофда яшовчи аҳолининг

ЯХШИ ОТГА БИР ҚАМЧИ...

қилиб бўлмайди. Шу боисдан, биз
ўша мавзуга қайтишга мажбурмиз.

Мазкур камчиликлар, йўл қўйи-
лаётган хатоликлар ҳолати учун
бевосита Сизлар раҳбарлик
қилаётган бошқармалар масъул
бўлиб, бу ердаги ахволлар сизга
беш қўлдек маълум экан. Газета
чиқишидан сўнг бу муаммога тий-

эътироз ҳамда шикоят-арзлари
тобора кўпайгандан-кўпайиб бори-
моқда. Қибрай туман Марказий
шифохонаси, Тошкент шаҳар
Юнусобод тумани 17-шаҳар ши-
фохонаси ва тез ёрдам бўлими
раҳбарларининг қўли кўлга ур-
масликлари ҳам Сизларга жуда

Мавзуга қайтиб

қўл келмоқда. Ҳа, қақалоқ йиғ-
ламаса онаси эмизмайди. Улар
ҳам ўз вазифаларини тегишли
ва юқори идора, бошқармалар-
га шикоят қилишдан иборат,
деб тушунишмоқда...

Бу — масаланинг бир томо-
ни. Иккинчи томони — Сизнинг
газета чиқишига ҳамон бефарқ-
лигингиз. Акс ҳолда шундай
мақолани ҳам эътиборсиз қол-
дириб бўладими? Афтидан, ҳеч
ким мушугингизни «пишт», то-
вуғингизни «кишт» демаётган
қўринади.

«Яхши отга бир қамчи...»,
дейишади. Бу мақоланинг ма-
зини ўзингиз чақиб оларсиз
деган фикрдамыз. Энг муҳими,
кўтарилган муаммо ҳал бўл-
гани. Шундай эмасми?

Тахририят.

**ДАВР
ВА
ЖАРАЁН**

2-бет.

**ТРАВМАТИЧЕСКАЯ
ЭПИДЕМИЯ**

4-я стр.

**Ушбу
сонда:**

**ЛЕЧЕНИЕ
БЕЗ
ЛЕКАРСТВ**

5-я стр.

**ЗИНОКОРНИНГ
ЖАЗОСИ
ЗАҲМ**

7-бет.

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

Ислохот одимлари

Газетамизнинг бугунги меҳмони Қорақалпоғистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазири М. Тўрумбетова билан айни пайтда тиббиёт соҳасида олиб борилаётган ишлар ҳусусида суҳбатлашдик. Суҳбатимиз асосан: тизимдаги ишларнинг ютуқ, камчилик ва муаммолари тўғрисида бўлди.

Қорақалпоғистон Республикаси Соғлиқни сақлаш Вазирлигининг иш йўналиши бу Давлат дастурига асосланиб Республика аҳолисининг соғлиғини сақлашда ва даволаш профилактика муассасаларининг моддий техника базасини янада мустаҳкамлаш ҳисобланади.

2002 йил биринчи ярмида Республика аҳолисида 81 шифохона 245 амбулатория поликлиника муассасалари, 359 фан ва бошқа тиббий муассасалар хизмат кўрсатмоқда. Стационар ўринлар сони 9610 та бўлиб, бу ҳар бир 10 минг аҳолига 64,2 ўридан тўғри келмоқда.

Хозирги даврда аҳолининг соғлиғини сақлашда 4030 нафар врач, 15912 нафар ўрта маълумотли тиббиёт ходимлари меҳнат қилмоқдалар. Республиканинг ҳар бир 10 минг аҳолисида 26,2 та врач ва 103,3 та ўрта маълумотли тиббий ходимлар тўғри келади. Давлат дастурига асосланиб, тиббий мутахассисларни тайёрлаш ва қайта тайёрлаш бўйича жорий йилда 330 та шифокор ва 842 ўрта маълумотли тиббий ходимлар ўз билимларини оширдилар. Бугунги кунда шифокорларнинг 35,6% ва 21,8% ўрта маълумотли тиббий ходимлар касб маҳоратлари бўйича тоифага эгадирлар.

Жорий йилда 12 та КВП янгидан қурилиш ҳисобига, 10 та КВА қайта ихтисослаштириш учун мўлжалланган бўлса, ўтган даврда эса Шуманой ва Нукус туманларида 2 та КВП қуриб битказилган. Хозирги кунда Республикада 80 дан ортиқ КВП фаоллик кўрсатмоқда, уларнинг ярмидан кўпи янгидан қурилиш ҳисобидан ишга туширилган. Қўнғирот туманида эса «Раушан» КВП базасида 10 ўринли ҳамширалик бўлими очилиб ф о й д а л а н и ш г а топширилди.

Кейинги йилларда Республикадаги экологик вазият ўтган икки йил давомидаги сув танқислиги, аҳолининг соғлиғига салбий таъсир кўрсатди. Натижада аҳоли ўртасида сил касаллиги, анемия, юрак

қон томир касалликлари, онкологик касалликлар, эндокрин-тизим касалликлари билан хасталаниш даражасида ўсиш кузатилди. Бу эса соғлиқни сақлаш тизими ҳодимлари олдида қўшимча вазифалар қўйди.

хофаза қилишда давлат дастурининг асосий йўналишларидан бири исталмаган ҳомиладорликни олдини олиш, туғиш ёшидаги аёл-қизларни соғломлаштириш, туғишга тайёрлаш, туғишдан кейинги реабилитация илож-

ДАВР ВА
ЖАРАЁН

Шулар билан бир қаторда тиббиёт ходимларининг туғиш ёшидаги аёл-қизларни соғломлаштириш, исталмаган ҳомиладорликнинг олдини олиш бўйича олиб борган самарали меҳнатлари натижасида республикадаги потологик туғруқлар сони камайиши ҳисобига туғилиш кўрсаткичи пасайишига эришилди.

Оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, соғлом авлодни тарбиялаш, соғлом оилани шакллантириш таъмоиллари бўйича Соғлиқни сақлаш вазирлиги томонидан тadbирлар ишланиб, аҳоли ўртасида кенг тарғибот ишлари олиб борилмоқда. Барча туманларда никоҳ ва оила маслаҳатхоналари ташкил қилинган. Республика бўйича шу кунгача 2500 дан ортиқ ёшлар никоҳдан олдин маслаҳат олдилар. Бўлажак келин-куёвлар эса турмуш қуришдан олдин сифатли тиббий кўрикдан ўтиши одат тусига кириб бормоқда.

Оналик ва болаликни му-

лари, оналар ва болалар, перинатал ўлимларнинг олдини олиш чора ва тadbирлари ҳисобланади. Бу йўналишда тиббий ходимларнинг касбий жавобгарлигини ошириш бўйича Қорақалпоғистон соғлиқни сақлаш вазирлигининг тасдиқланган тadbирлари бўйича иш олиб борилмоқда.

Қарияларни қадрлаш йилида Республика бўйича 107239 нафар қариялар сифатли тиббий кўрикдан ўтказилди. Улардан амбулатор шaroитда 41894 та қария даво олган бўлса, уй стационарида 8719 қария мутахассислар томонидан қурилди, соғломлаштирилган сыхатгоҳ ва оромгоҳларда эса 727 нафар қария ўз соғлиқларини янада мустаҳкамлаб келдилар. 48 донга тиш протези ишланиб берилди. 23 та эшитиш аппарати, 152 та оптик кўз ойналар билан таъминландилар.

Ундан ташқари ногиронлар кўлтиқ таёқ ва инвалидлар коляскалари билан таъмин қилинди. Фақат қарияларга берилган дори-дармонларнинг умумий миқдори 20 млн. 23 минг сўмдан ошиб кетди. Барча туман ва шаҳар поликлиникаларида геронтологик хоналар ташкил қилиниб, уларда мутахассис врач-геронтолог фаолият кўрсатмоқда.

Республикадаги сил касаллиги билан касалланиш даражасида юқориликни инобатга олиб, Ўзбекистон Республикаси соғлиқни сақлаш вазирлиги ва халқаро «Чегара билмас шифокорлар» ташкилоти, Германиянинг КЕВ банки молиявий



профилактик муассасаларининг аралаш молиялаштириш тadbирлари сифати йўлга қўйилмоқда, улар қаторида илмий жарроҳлик маркази томонидан аҳолига жорий йилнинг биринчи ярмида 1032,3 минг сўм тўламли пулли хизмат кўрсатилди. Бугунги кунда Республикада 9 та туман даволаш профилактик муассаса, 8 та Республика шифохоналарида аҳолига тўламли пулли хизмат кўрсатилиб, жорий йилнинг 6 ой давомида 58654,0 минг сўмлик тўламли пуллик хизмат кўрсатилган. Пуллик хизмат кўрсатишдан тушган маблағлар биринчи навбатда даволаш профилактика муассасаларининг моддий техника базасини мустаҳкамлашга, ходимларнинг моддий рағбатлантиришга, беморларга даволаниш учун қулай шароит яратишга сарфланмоқда. Қорақалпоғистон Республикаси соғлиқни сақлаш тизимини ислох қилиш Давлат дастури – изчиллик билан амалга оширилмоқда. Дастурни амалга оширишнинг асосий мақсади халққа кўрсатилаётган тиббий хизмат сифати ва маданиятини ошириш, соғлом турмуш тарзини шакллантириш баркамол соғлом авлод ўсиб-улғайишини таъминлашдан иборат.

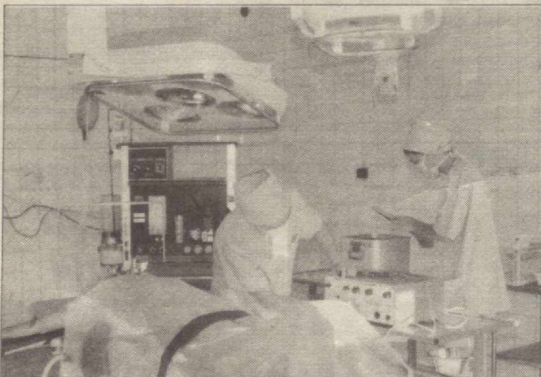


публикада аҳолига шошилинч тез тиббий ёрдам кўрсатиш тизимини шакллантиришдан иборат. 2002 йилнинг январь ойида Нукус шаҳрида Республика шошилинч тез тиббий ёрдам илмий маркази Нукус филиали ишга туширилиши билан бу тизим тўла шаклланди. 2002 йилнинг биринчи ярим йилида Республика шошилинч тез тиббий ёрдам илмий маркази Нукус филиали ва унинг туманлардаги шахобчаларида 12862 дан ортиқ бемор даволаниб чиқарилди.

Республикада даволаш

Республикада тиббиёт ходимлари аҳоли саломатлигини муҳофаза қилишга ўзларининг бор билимини, тажриба ва куч-ғайратларини сафарбар қилиб хизмат кўрсатмоқдалар.

Мақсадимиз халқимиз саломатлиги йўлида хизмат қилиш экан, яна асосий вазифаларимиздан бири халқнинг дардини тинглаб, муаммоларини биргаликда ҳал қилмоқдир. Мен истаёманки, ҳар бир тиббиёт ходими виждони ва бурчи олдида ўз масъулиятини ҳис этган ҳолда фаолиятларини давом эттирмоқлари лозимдир.



(Давоми. Боши 1-бетда).

Бахтни қаранг-а бу йилги кўрик-танловимиз иштирокчиларни уларни кўллаб-қувватловчи барча тиббиёт ходимлари ана шундай аjoyиб диёр бағрида бўлиб, бу ўлкада ҳаёт қай-

байтлари даврага янада фойз қиритди. Озикиб кутилган дақиқалар яқинлашди. Тадбирни Эллиққалъа тумани ҳокими Немаматулла Худойбергенов, Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигининг Кадрлар,

Ҳақиқатдан ҳам ҳамшира сўзининг маъносида сеҳр бор дейишар эди. Шу нарсанинг гувоҳи бўлдимки, бу сеҳр ҳақиқий ҳамшираларнинг ўзида экан. Саҳнада жавоб беришни ўзи бўлмаса керак, уларнинг билимдонликлари, қаққонликлари, маънавий бойликлари барча томошабинларни лол қолдирди, десам муболага бўлмас.

Феруз НАЗИРОВ,
Ўзбекистон Республикаси
Соғлиқни сақлаш вазири.



хисини тўғри қўя олганликлари ҳам фикримизнинг яққол далилидир. Чунки ҳамширанинг касбий маҳорати унинг амалиётдаги фаолиятининг асосий нуқтасидир. Бешинчи шартга келадиган бўлсак, бу бир Оллоҳнинг

Мирзаахмедоваларга насиб этди. Агар обдон эътибор бериб, ҳамшираларимизнинг билимдонликларию, қаққонликлари ҳисобга олсак уларнинг ҳаммаси ҳам кўрик-танловнинг ғолибаларидир. Шу боис бўлса керак, қатнашчиларга Қорақал-

Кўрик-танловнинг диёримизда ўтказилиши ниҳоятда катта фахрга айланди. Бағримиз тўлиб қолди. «Дунёнинг шоллиги йиғилса бутун, дўстлар дийдоридан бўлолмас устун», деб бежизга айтилмаган экан. Ўтказилган тадбир ҳамширалар касбининг нечоғлик мавқега эга эканлигини кўрсата олди.

Роза МИШЕНОВА,
Қорақалпоғистон Республикаси Соғлиқни сақлаш
вазирлигининг «Ҳамширалик иши»
бўйича бош мутахассиси.

та яратилиб, оламшумул ўзгаришлар қилинаётганининг гувоҳи бўлиб қайтдилар. Меҳмонларни кутаринки руҳда кутиб олган мезбонлар илк бор уларни туманда мозий мўъжизаларини акс эттирувчи археология ва тарих музейига тақлиф этдилар. Ҳамшираларимиз 4,5 мингдан ортиқ экспонатлар жамланган бу даргоҳда 3 та бўлимдаги антик даврдаги кўҳна Хоразм тарихини ва маданиятини, ўрта асрдаги юрт тарихини, туман тарихини, осори-атикаларни томоша қилдилар. Албатта, бундай тарихий музей келгуси наслга эллиққалъалардан қолажак яхши ишларнинг ойнаси бўлиб қолишига ишончимиз комил. Шунингдек, иштирокчилар кунининг иккинчи ярмида ўзининг сирини синаётла-

фан ва ўқув юртлири бош бошқармасининг бошлиғи Фарҳод Оқилов ва «Қамолот»

КЎРИК-ТАНЛОВ ҚОРАҚАЛПОК ДИЁРИДА

ёшлар ижтимоий ҳаракати марказий кенгашининг раиси Ботир Убайдуллаевлар кириш сўзи билан очиб, танлов иштирокчиларига омадлар тилашди. Ҳа, бир-биридан зукко, қаққон ҳамширалар беллашувни бошлаб юбордилар.

лан гўзал бўлса, ҳар бир сўз ҳам ўзининг маъно ва моҳиятига эга эмасми? Шундай экан, ҳамшираларимиз матнлар жумласини жой-жойига қўйиб, ўз фикрларини намоён эта олганларида томоша-

ҳамшираларда эмас, балки тиббиёт ходимларининг кўпчилиги шеърят ва санъатнинг асосий ошуфталаридир. Иккинчи истеъдод эгалари бўлмиш ҳамшираларнинг

поғистон Жўқорғи Кенгеси, Вазирлар Кенгаши, Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги, Ўзбекистон Соғлиқни сақлаш ходимлари касба уюшма марказий кўмитаси, «Қамолот» Ешлар ижтимоий ҳаракати марказий кенгаши ҳамда бошқа ҳўмий ташкилотларнинг совғалари топирилди.

Ҳа, гап соврин ёки совғада эмас, бу ўринда 14 нафар ҳамширанинг бир-бирлари билан танишиб, ҳар ҳолда оз бўлсада фаолиятларидаги тажрибаларини ўртоқлашиб, қалблари тўрида бир умр муҳрланиб қоладиган, аjoyиб мўъжизавий

Мен Қорақалпоғистонда бир неча бор бўлганман, аммо Эллиққалъага таширфим «Ҳамшира-2002» кўрик-танлови мўносабати билан бўлди. Бу туманда қурилаётган иншоотларни, унинг жамолини, меҳридарё инсонларини кўриб янада меҳрим ортиди.

Бу кўрик-танловимизнинг тўккизинчи маротаба ўтказилиши. Танловда кимдир ғолиб, кимдир мағлуб бўлиши табиий эди. Танлов нияҳсиясига етди, лекин бундан ҳеч ким ҳафа бўлмади. Чунки кизларимиз танлов баҳона малаҳаларини янада ошириб, дўст орттиришди. Ушбу диёр аҳлига ўз миннатдорчилигини билдириб қоламан.

Рихсикон СОЛИХҲАЕВА,
Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш
вазирлигининг «Ҳамширалик иши»
бўйича бош мутахассиси.



рига бой бўлган Аёзқалъада саёҳат қилишар экан, ўтмиш тарихи гар тилсиз бўлса-да, у нечоғлик ўзининг қадимий кўрки ила ҳаммани ўзига мафтун этди десак, муболага бўлмас. Ҳўш, биз Эллиққалъа тарихи тўғрисидаги фикрларимизни яна давом эттиришимиз мумкин, лекин бундай аjoyиб кунларга етишининг ўзи бўлмайди деганларидек, «Ҳамшира-2002» кўрик танлови баҳона ўзбек ва қорақалпоқ халқларининг ҳамдўстлик ришталари янада богланди.

Ўз вилоятларининг ғолибалари бўлмиш ҳамширалар 26 сентябрь кўни амалий билимларини Эллиққалъа туман марказий шифохонаси шошилинч тез тиббий ёрдам бўлимида табиий жараёнда бажардилар. Етаки мутахассислар томонидан иштирокчиларнинг амалиётдаги билимлари кузатиб борилди. Албатта, оғир ҳолатда келган беморга зудлик билан шошилинч ёрдам кўрсатиш ва ҳамширалик ташҳисини қўйишнинг ўзи бўлмайди. Иштирокчиларнинг барчаси амалиётдаги синовни ниҳоятда маҳорат билан бажардилар...

28 сентябрь кўни Бўстон шаҳридаги санъат саройида кўрик-танловнинг давоми бошланди. Бир-биридан гўзал, мафтункор, обиди ҳамшираларимиз беллашув саҳнасида ўрин олишар экан, суҳандонлар Гулчехра Ҳамидова ва Фарҳод Ибодуллаевларнинг ҳар бир иштирокчига атаб ўқиган шеърый

1-шарт бўйича улар ўзларининг касбларига ва она Ватанларига бўлган меҳр-муҳаббатларини шеърый байт ҳамда саҳнавий кўринишлар ила намоиш этган бўлсалар, 2-шартда эса назарий билимлари бўйича тузилган саволларга жавоб бердилар. Савол туғилиши мумкин, жавоблар ҳайъат аъзолари томонидан қандай баҳоланди? Бу гапги, яъни ўзга диёрда ўтказилган кўрик-танлов бошқа кўрик-танловларга қараганда бошқача ўтганлиги сезилиб турди. Сабаби саволлар ниҳоятда мураккаб тузилган бўлиб, ҳамшираларимиз тўғри жавоб беришга интилишди. Ютук бор жойда камчилик бўлади деганларидек, айрим ҳамшираларимизнинг шошиб қолишларига ҳам тўғри келди.

Учинчи шарт эса ижтимоий-сиёсий мазмунда бўлиб, жавоблар иштирокчилар томонидан тўлақонли тарзда айтилдию, аммо шу айтилган жавоб тўлиқ матнда айтилганда жуда чиройли чиқармиди? Бу билан нима демоқчиман? Биргина мисол: инсон кийган кийими, юриштириши, муомала маданияти би-

бинлар қалбидан ўзгача ўрин олган бўлармидилар?

Биз фақат Тошкент вилоятининг ҳамшираси Шохид Мирза-ахмедованинг тўлиқ матнда жавоб берганининг гувоҳи бўлдик холос. Ундан сўнг шошилинч тиббий ёрдам бўлимида бўлиб ўтган амалиёт видеоасма орқали умумий иштирокчиларга намоиш этилди.

Шуни алоҳида таъкидлаш жо-

зобидор рақсаларию, дилларга заък бағишловчи қўшиқлари ва саҳна кўринишлари томошабинлар олқишига сазовор бўлди.

Ниҳоясига етай деб қолган кўрик-танлов иштирокчилар ва томошабинларнинг қалбларидаги ҳаяжонларини янада ошира борди. Демак, ҳамма интиқиб кутган дақиқа яқин эди. Хуллас, беллашувнинг ғолиблари аниқланди. Эллиққалъа тумани марказий касалхонаси Шошилинч тиббий ёрдам бўлимининг ҳамшираси Гулвасер Қурбонова фахрлий 1-ўринни эгаллашга муваффақ бўлди. Ғолибага Ўзбекистон Соғлиқни сақлаш вазири Ф. Назиров 2003 йилда мамлакатимиздаги тиббиёт олий ўқув юртига имтиёзли

қабул қилиниш ҳуқуқини айтиб, «Тико» автомашинасининг қалитини топишди.

Иккинчи ўрин Тошкент шаҳар, А. Икромов туманидаги 10-тўғруқхона дояси Нилуфар Рустамовага, учинчи ўрин эса Тошкент вилоят, Янгийўл шаҳар болалар поликлиникаси ҳамшираси Шохид



диёр Эллиққалъада бўлишиб, у ердаги қалби пок, одамхўн инсонларнинг меҳрларидан баҳраманд бўлганликлари икки халқнинг бир-бирига бўлган ҳўрмат ва эътиборини янада оширди дейишга ҳақлимиз. Ана шундай кўрик-танловларнинг ўтказилаётганлиги, эртанги кун ҳамширасининг «Ҳамширалик иши» ва «Ҳамширалик жараёни»даги фаолиятларининг асосий мақсади эканлиги шубҳасиздир. Азиз ҳамширалар, қалбингиз рамзий кийимингиздек оқ ва пок бўлишини, оқ ҳалатга ҳамда касбингизга доғ туширмаслигингизни тилаб қоламан!

Халқим дея фидо бўлмоқ эмас осон, Фидоликни сиздан олсин ҳар бир инсон. Истагингиз мудом юртга соғлиқ эҳсон, Қўли енгил ҳамширалар бўлинг омон.

Ибодат СОАТОВА,
журналист.
Асен НУРАТДИНОВ
олган суратлар.

Профилактика

ТРАВМАТИЧЕСКАЯ ЭПИДЕМИЯ

Человечество избавилось от многих бед, победило эпидемии различных инфекционных болезней. Однако на месте побежденных заболеваний вместе с цивилизацией появляются новые и не менее опасные. Так, во всем мире из года в год отмечается возрастающее число несчастных случаев, приобретающих характер эпидемии. Увеличение числа травм — следствие интенсивной урбанизации, увеличения количества средств передвижения, повышения скорости, особенно на автодорогах и, наконец, следствие глобального изменения темпа и ритма жизни человека.

Удельный вес травм очень высок и влечет за собой неисчислимые моральные и материальные потери. Десятки миллионов пострадавших, сотни тысяч погибших — таков ежегодный «урожай» в мире.

В Ташкенте в среднем происходит по несколько тяжелых травм в день, иногда с трагическим исходом. Нередко причиной их является недисциплинированность пешеходов.

В общей структуре травм значительное место принадлежит черепно-мозговому. На их долю приходится 40% всех пострадавших и 60% погибших. Травмы наряду с онкологическими и сердечно-сосудистыми заболеваниями составляют одну из основных причин смерти, а в возрасте до 45 лет они занимают первое место.

В природе нет другого настолько драматичного своими последствиями и загадочного по своей природе явления, как черепно-мозговая травма. Она мгновенно переводит человека от полного здоровья до крайне тяжелого состояния и даже смерти. Наряду с этим в группе выживших наблюдается большой процент инвалидности. Причем, согласно данным Центрального научно-исследовательского института экспертизы трудоспособности, черепно-мозговая травма является причиной потери трудоспособности в 19% случаев и частичного ограничения трудоспособности — в 47%. Поэтому глубоко обоснованы стремления ученых раскрыть их природу.

Бывают настолько сильные травмы, что кости черепа не выдерживают. Некоторые люди, получившие во время войны тяжелые ранения черепа, когда пуля или осколок, пробив его кости, застревают в веществе мозга, иногда довольно глубоко, повредив на своем пути значительные участки мозга, полноценно трудятся до сих пор.

А нередко заурядное происшествие (стукнулся головой о притолоку или упал, поскользнувшись, и ударился затылком об лед) имеет печальный результат. Вроде бы человек не потерял сознания, только «посыпались искры из глаз». Но через некоторое время ему становится плохо, и врач при осмотре находит серьезные последствия пустяковой, казалось бы, травмы.

Исход травмы головы определяется множеством факторов. И сила удара, и область головы, на которую пришелся удар, и состояние сосудистой системы пострадавшего и, естественно, воз-

раст, и еще множество причин, может быть, мелких на первый взгляд, но решающих. Так как при любой травме черепа всегда страдает головной мозг, ее обычно обозначают двойным термином — черепно-мозговая травма.

Все травмы черепа подразделяются на закрытые и открытые. При закрытой черепно-мозговой травме полностью сохраняются мягкие оболочки черепа, при открытой — повреждаются мягкие ткани с разрывом кожи и кровотоком. Кроме того, открытые черепно-мозговые травмы делятся на две большие группы — **не проникающие** (твердая мозговая оболочка не повреждена) и **проникающие** (с по-

По общепринятой классификации выделяют сотрясение, ушибы и сдавление головного мозга).

Сотрясение головного мозга характеризуется кратковременным выключением сознания от нескольких секунд до нескольких минут. Может быть выпадение из памяти событий, предшествующих травме или следующих непосредственно после травмы. Продолжительность периода выключения памяти может быть от нескольких часов и даже дней и недель. Может наблюдаться рвота. По восстановлению сознания типичны жалобы на головные боли, головокружение, слабость, шум в голове и ушах, приливы крови к мозгу, потливость, нарушение сна. Нередко отмечаются боли при движениях глаз, быстрая утомляемость при попытке чтения. Повреждения костей черепа отсутствуют. Сотрясение головного мозга относят к наиболее мягкой форме повреждения головного мозга.

Ушиб головного мозга — более тяжелая форма, которая отличается от сотрясения наличием повреждения вещества мозга различной степени. При этом различают множественные очаги размягчения, обусловленные интенсивностью, направленностью и другими особенностями воздействия механической энергии, местом приложения и формой травмирующего агента, свойствами черепа и головного мозга, возрастными и другими факторами.

Различают ушибы головного мозга легкой, средней и тяжелой степени в зависимости от тяжести травмы. Ушибы характеризуются выключением сознания после травмы в пределах от нескольких минут, часов, дней, недель и даже месяцев. Наряду с этим наблюдаются различные расстройства нервной системы в зависимости от степени тяжести ушиба головного мозга.

Каковы же механизмы повреждения черепа и мозга? Механическая энергия, воздействуя на голову прямо или

опосредованно, вызывает сложный комплекс изменений.

Во время травмы черепа, особенно если она внезапная и резкая, амортизационная система мозга либо не успевает сработать, либо оказывается недостаточной из-за силы удара. Полушария мозга резко смещаются по отношению к тонкому стволу, сосуды резко натягиваются и травмируются. При этом на уровне стыка полушарий и ножек мозга страдают нервные образования и волокна, в том числе так называемая ретикулярная или сетчатая формация. Последняя своими специфическими энергетическими импульсами обеспечивает тонус коры, наше бодрствование. Именно поэто-

направляется через мозг к противоположной точке (например, от правой височной области к левой). По пути силовые волны повреждают мозговые образования, сосуды оболочки и другие структуры. Наряду с этим при травме мозг может удариться о внутреннюю поверхность черепа. В месте удара нарушается кровоснабжение, разрываются сосуды, возникают кровоизлияния и кровооттеки в вещество мозга. Этот участок мозга может погибнуть. И вовсе не обязательно, чтобы мозг пострадал точно на месте удара. Часто это происходит с противоположной стороны вследствие противоудара.

Черепно-мозговая травма относится к серьезным повреждениям, последствия которых трудно и не всегда можно предсказать. Вот почему, независимо от тяжести травмы головы, необходимо немедленно обратиться к врачу. **Обязательно и немедленно, чем быстрее, тем лучше.**

Длительные наблюдения за пациентами, перенесшими так называемую легкую черепно-мозговую травму, убедили, что благоприятный результат в большинстве случаев зависит от своевременного и раннего начала лечения. Нередко люди, перенесшие травму головы, чуть почувствовав себя лучше, начинают нарушать режим, рано встают, преодолевая свое еще далеко не нормализованное состояние в надежде, что все обойдется.

Режим и лечение чрезвычайно важны для предупреждения тяжелых последствий даже легкой черепно-мозговой травмы.

Нередко при травме возникают небольшие точечные кровоизлияния, а также кровоизлияния в спинномозговую жидкость в подпаутинное пространство. В отдельных случаях травмируются ветви крупных сосудов мозговых оболочек или мозга и возникают кровоизлияния. Кровь скапливается либо между костью и твердой мозговой оболочкой, либо между твердой мозговой оболочкой и веществом мозга в ограниченных пространствах и медленно сдавливает мозг. Эти скопления называют гематомой. В сроки до 3 суток гематома называется острой, от 4 до 21 суток — подострой, а позднее 21 суток и до нескольких лет — хронической. Скопление крови в полости черепа начинает бурно проявляться при острых гематомах в течение 3 дней после травмы, а хронические могут проявиться через много дней, месяцев и даже лет.

Клиническое течение хронических субдуральных гематом полно загадок. Они могут проявляться спустя месяцы, а порой и годы после травмы. В клинической картине субдуральных гематом невропатоло-

ги видят только «свое» — неврологическое, психиатры — только психиатрическое, а нейрохирурги видят все вместе, так как к ним больные поступают, когда все симптомы достигают предела.

Хроническая поддуральная гематома образуется медленно, и головной мозг, обладающий большими компенсаторными возможностями, приспосабливается к изменившимся пространственным взаимоотношениям в полости черепа. Малый объем хронической гематомы какое-то время может вызвать не грозные симптомы сдавления мозга, а лишь раздражения и функциональные угнетения, проявляющиеся в нарушениях памяти, психики, сознания, поведения и др. Занимая значительную площадь, хронические гематомы в разной степени воздействуют на деятельность мозга, сдавливая его лобную, височную, теменную доли, где сосредоточены важнейшие центры не только движений и чувствительности, но и собственно человеческой деятельности (речь, память, интеллект). Этим объясняется многообразие клинических проявлений хронических гематом.

Эволюция надежно защитила мягкий и нежный мозг от вредных воздействий внешней среды, окружив его черепной коробкой. Но этим природа жестко ограничила жизненное пространство, что в определенных условиях способствует ухудшению деятельности или гибели мозга. Кровь, излившаяся из поврежденных сосудов, скапливается над мозгом. Первоначально она сдавливает мозг, вытесняя жидкость из его желудочков в другое полушарие, и наступает компенсация внутричерепного давления.

В последующем примерно через 2 недели у изливающейся крови появляются ограничительная оболочка. И с этого времени возникает своеобразная автономия скопления крови — теперь уже «мешка с кровью», которая резко ухудшает условия деятельности мозга.

Черепно-мозговая травма — очень серьезное поражение мозга, ведущее к нарушению функций жизненно важных его центров, регулирующих сердечно-сосудистую деятельность, дыхание и др. В ответ на травму запускаются разнообразные патологические реакции в виде отека мозга, расстройства ликвора и кровообращения, нарушения обмена веществ и др. По прошествии острого периода в местах повреждения оболочек и вещества мозга разворачиваются спазмические и атрофические процессы, нарушается циркуляция и всасывание спинномозговой жидкости, развивается водянка желудочков мозга. Это создает предпосылки для возникновения таких хронических болезней, как посттравматический архаидоз, посттравматические заболевания мозга и внутренних органов, а также посттравматическая эпилепсия.

М. КАРИЕВ,
доктор медицинских наук, профессор.



Психотерапия

ЛЕЧЕНИЕ БЕЗ ЛЕКАРСТВ

Нервная сила — источник всей жизни. Жизнь идет через наши нервы, никогда не забывайте этого! Когда у вас есть нервная сила, вы полны энтузиазма и счастья, здоровья и честности.

Вы преодолеваете все трудности и готовы принимать каждый вызов судьбы, потому что уверены: ваша нервная сила справится с ними. Вы не можете победить человека, полного нервных сил. Он будет стремиться снова и снова к цели, не замечая, как часто он терпит неудачу — и в конце концов победит. 5% людей управляют и руководят человечеством — и ведущей в них является нервная сила. Ваше здоровье, сила, жизнеспособность и терпение измеряются непосредственной нервной силой. Это дает вам тот резерв силы, который делает жизнь полной успеха и очарования. В мире достаточно людей, которые имеют ум и способность подняться на вершину.

Нервная сила и физическое здоровье внутренне связаны. Ваше тело — сложная машина. Нервная сила — его движущая сила. Но ее энергия зависит, в свою очередь, от гармоничной деятельности жизненных органов. Из легких и сердца кровь через обширную циркуляционную систему поступает в каждую клетку и от них разносит питание по всему телу.

Когда нервной силы мало, можно пройти по жизни со страхом, никогда не зная его присутствия. Только смелый анализ может раскрыть присутствие этого общего врага. Когда вы начинаете такой анализ, исследуйте глубоко ваш характер.

И будьте честными с собой! Это будет смотр всех ваших истощенных нервных сил, как первый шаг по дороге здоровья. Здесь перечислены главные опасные сигналы, предупреждающие, что ваша нервная сила очень слаба.



1. Равнодушие. Вы принимаете без протеста любые удары судьбы? Слабая нервная сила истощает честолюбие и превращает вас в психически и физически ленивых людей, готовых сносить бедность или низкий уровень жизни, не делая никаких усилий, чтобы преодолеть это. Инициатива, воображение, энтузиазм и самоконтроль недостаточны.

2. Нерешительность. Склонны ли вы позволять другим выполнять ваши намерения для вас? Человек со слабой нервной силой легко поддается. Другие могут настолько завладеть его мыслями, что он, действительно, становится человеческим роботом.

3. Сомнения. Сомневаетесь ли вы втайне в своих способностях? И, вероятно, также сомневаетесь в искренности тех, кто хочет помочь вам? Для слабой нервной силы часто присущи оправдания, чтобы прикрыть или объяснить свои неудачи. Это иногда выражается в виде зависти к тем, кто здоров или полон успеха.

4. Беспокойство. У вас хроническое беспокойство? Это основной признак пониженной нервной силы, что может привести к нервному расстройству. Беспокойщийся человек — один из наиболее жалких людей на земле, живущий в постоянном страхе. Беспокойство истощает жизненные силы и преждевременно старит. Такой человек говорит: «Вам бы мои заботы, тоже бы беспокоились». Это неправда. У всех людей свои заботы, и часто они сталкиваются с очень трудными жизненными проблемами. Однако человек, имеющий здоровую нервную силу, встречает их спокойно и находит логичное решение. Часто при внимательном рассмотрении проблемы он оказывается неспособным найти решение один и будет искать помощи. Беспокойство не дает ответа. Оно только расстроит здоровье, преждевременно состарит вас. Беспокойство — это убийство.

Начните жить так, как природа того хочет. Ищите то, что она требует от вас, и стремитесь участвовать во всем счастливым и растущим. Отдайте себя в руки Матери-природы, и пусть ее путь совпадает с вашим. В ваших ежедневных созерцаниях повторяйте снова и снова: «Я дитя Бога и Природы».

Когда вы живете естественной жизнью, вы остаетесь наедине с природой. И когда вы станете частью природы, мозгом и телом, вы достигнете высочайшей психической нервной силы.

Счастье — это то, что мы ищем, и когда находим его, то дальше уже и не идем. Подобно детям, старайтесь получать удовольствие от простых вещей. Но мы усложняем свою жизнь и более того — истощаем нервную силу. Живите спокойно и с удовольствием, укрепляя здоровье. Найдите радость в жизни и в поклонении природе. И если мы живем в пользу и здоровыми по ее законам, культивируя счастье и делая его с теми, кто ближе и дороже нам, то чем здоровее мы будем, тем больше нам будет удаваться эта деятельность. Лучшая религия — это доброта и понимание.

Чтобы иметь хорошую нервную силу, мы должны изучить великие законы природы и жить по ним. Цель этой книги — показать, как жить по этим законам, получая взамен здоровье и счастье. Царство небесное — внутри нас! Создавайте же его здесь, сейчас!

Доверяя природе, следуя ее законам, соизмеряя свои физические возможности и заботясь о них, вы можете создать мощную нервную силу, которая принесет вам невероятное счастье. Известно, что тело — самовосстанавливающийся и самозакрывающийся механизм. Дайте ему возможность, и его восстановительные силы могут сделать вас совершенно новым человеком.

Один из лучших рецептов продолжительной здоровой и счастливой жизни — жить по законам Природы и Бога. Считайте каждый день маленькой жизнью и делайте его как можно полнее и совершеннее. Все, что вы посеете в один период жизни, пожнете в другой. Живите хорошо сегодня и тогда будете иметь лучшее завтра. Попытайтесь оставаться таким же, как сейчас, духовно и физически (или делайте лучше) на следующий день рождения.

Но вы должны знать о себе все. В момент, когда слабеет ваша «стража», враг бросается на вас и поражает в самое слабое место. Правда, вы можете жить долго и счастливо, не пытаясь этого делать, но вы будете счастливым и проживете длинную жизнь, если приложите к этому усилия. Умение жить долго и счастливо — это искусство. Человек, который специально настраивает себя, чтобы продлить свои дни и быть счастливым, имеет для этого огромные шансы.

Из книги «Нервная сила»,
Поль С. БРАГТ.

Мудрость веков

«ЗАХИРАИ ХОРАЗМШОХИ» — «ХОРЕЗМШАХОВА СОКРОВИЩНИЦА»

Автор этого большого труда по медицине — Абу-Ибромим Исмоил ибн Хасан Ал-Хусайни (1045-1137) — выдающийся ученый-медик своего времени. В 1111г. он приехал в Хорезм ко двору Хорезмшахов и служил там как ученый-врач до конца жизни.

ИЗ ПРЕДИСЛОВИЯ

... Климат этой области (то есть Хорезма) более прохладный, и воздух лучше и чище, и он способствует сохранению хорошего здоровья людей. И растения, растущие в этом климате, лучше, и плоды вкуснее. И у человека, живущего в этом климате и дышащего этим воздухом, сердце крепче, мозг сильнее и органы чувств хорошо действуют. Животные также здоровы и мясо их вкуснее.

Воду этой области доставляет река Джейхун (Амударья), а ее вода славится своими качествами. Земля, орошаемая этой водой, дает хорошие урожаи. Часть земли этой области состоит из солончаков, а поэтому не портится, и в ней мало водятся вредных животных и насекомых.

Но наряду с такими хорошими природными и климатическими условиями, здесь имеют место и много неблагоприятных факторов. Так, хороший и чистый воздух портится от испарения нечистот в городе и оказывает вредное действие и на людей, и на животных, и на продукты...

Зимой едят увядшие дыни, часто незрелые, а некоторые из дынь — высохшие наподобие войлока — также употребляют в пищу, и от этого появляются тяжелые болезни и опухоли.

По причине холода в зимнее время люди много болеют насморком, но не придают значения этой болезни, считают ее легким недомоганием, а весной от теплоты скопившиеся за зиму в теле вещества начинают растекаться в организм; вещества, накопившиеся от насморка, проходят в грудь и кишечник, и от этого появляется туберкулез и кишечные заболевания — понос и дизентерия.

О НАТУРЕ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН

Натура мужчин по сравнению с натурой женщин более горячая и сухая, поэтому сила мужчин во всех делах (работах) более велика.

Что же касается сил человеческого организма, то их три.

1) Естественная сила — это сила питания и роста, восприимчивости, переваривания и усвоения пищи, и эта сила происходит из печени.

2) Животная сила — это сила природной теплоты, а также деятельности сосудов (движения крови в них), эта сила происходит от сердца.

3) Психическая сила — это сила чувствования и движения, а также сила мышления и соображения, и эта сила происходит из мозга.

Натура женщин по сравнению с натурой мужчин более холодная и влажная, и поэтому животная и психическая сила у них менее интенсивная, чем у мужчин. Сосуды у женщин тоньше, поры их более закрытые и труднопонижаемые, а консистенция тканей более слабая. Поэтому сырые, неосвоенные вещества в теле женщин задерживаются больше и рассасываются и диссимилируются медленнее.

А животная и психическая сила у мужчин — больше, по причине более горячей и сухой натуры. Сосуды у мужчин более толстые и расширенные, а поры их кожи более открыты и понижаемы. Ткани у них более плотные, а сырые и неосвоен-

ные вещества меньше задерживаются и быстрее рассасываются и диссимилируются.

А когда натура горячая и влажная, все естественные процессы в организме протекают наилучшим образом.

Ввиду того, что натура у мальчиков в годы младенчества и юности горячая и влажная, они в молодые годы лучше растут и набираются сил. И на протяжении всех возрастов естественная и психическая сила у мужчин больше.

О СИЛАХ ОРГАНИЗМА

Органы тела человека обладают: 1) силой и 2) деятельностью или функциями. Каждый из них опознается посредством другой из них, так как каждая функция (деятельность) происходит из определенной силы.

Деятельность органов соответственно бывает трех родов: 1) естественная; 2) животная; 3) психическая. Точно также сила бывает трех родов: 1) естественная сила; 2) животная сила и 3) психическая сила.

Гален и некоторые другие греческие врачи говорят, что каждой силе соответствует определенный орган, в котором она зарождается, эти органы называются главенствующими органами.

Естественная сила в свою очередь бывает двух видов. Первый вид этой силы тот, который обеспечивает питание тела. Второй вид этой силы отделяет вещество, пригодное для производства семени, доводит его до нужного состояния, превращая в семя, способное к оплодотворению и зарождению зародыша. Органом этого вида силы являются семенники, находящиеся в мошонке.

Оба эти вида естественной силы осуществляют свою деятельность посредством и кровеносных сосудов, которые распространяются по всему телу.

Животная сила состоит только из одного вида, деятельность ее заключается в том, что она доставляет жизненную силу и силу природного (природного) тепла всему телу. А то, что из этой силы достигает мозга, производит в нем восприятие чувств, движений и деятельности, а затем из мозга снова посылается по всему телу. Источником этой силы — сердце и его посредники — артерии, которые выходят из сердца и распространяются по всему телу.

А психическая сила имеет три вида: 1) сила ощущения; 2) сила движения; 3) сила различения, постижения и знания. Источником этой всей силы является мозг, а посредником — нервы, исходящие из него, а также из костного мозга и распространенные по всему телу.

Однако Аристотель говорит, что источником всех этих сил является сердце, а пробуждаемые им виды деятельности зарождаются в других органах. Другие врачи говорят, что источник ощущений — это мозг, однако чувства зрения, слуха, обоняния, осязания и вкуса появляются каждое в другом соответствующем органе.

Правильным является то, что говорит Аристотель.

... Следует также знать, что силам, подчиненным естественной силе — 1) привлекающей (пищу) силе; 2) удерживающей

(усвоенные пищевые вещества); 3) переваривающей (пищу) и 4) выделительной, — всем этим силам для проявления соответствующих им видов деятельности необходимы четыре стимулирующих свойства природных веществ и организма: теплота, холод, влажность, сухость.

Мнение некоторых врачей состоит в том, что для привлекающей силы нужны теплота и сухость, удерживающей силе требуются теплота и влажность, а выделительной силе нужны холод и влага.

По мнению Галена, это мнение совершенно неправильно, потому что природа животного от холода не получит никакой поддержки, от холода естественная деятельность организма не может совершаться.

Вывод из всего этого тот, что тепло — это свойство, которое поддерживает все силы организма, а холод в определенных условиях поддерживает некоторые силы, но не по своему назначению и цели, так как влияние холода выводит из действия все без исключения силы организма, потому что холод — враг всех естественных сил. Деятельность всех сил состоит в продвижении и переработке питательных веществ, и это особенно проявляется в привлекающей и выделительной силах, а также в переваривающей силе. Ее деятельность заключается в том, что она разреживает твердые и плотные частицы пищи и смешивает их с жидкими веществами. И наоборот, наиболее жидкую часть пищи она смешивает с наиболее плотной частью ее и уравнивает их состояние. И все эти виды деятельности невозможны без движения пищи. И даже удерживающая сила, которая задерживает в теле питательные вещества, действует посредством движения и сокращения косо расположенной мускулатуры, которая облегает пищу и удерживает ее.

Холод — это свойство, которое отнимает чувствительность у органа (органов), убивает его силу и прекращает все его движения и деятельность. И только в деятельности удерживающей силы холод принимает участие, но лишь частичное, не основное.

Сухость же — это свойство, которое необходимо привлекающей и выделительной силе, состоит в притягивании, а деятельность выделительной силы — в сжигании, и обе эти деятельности происходят при помощи сухости. Поэтому для этих двух упомянутых сил сухость нужна больше, чем влага, так как от влаги ткани и органы делаются более ослабленными. Удерживающей силе для записания также нужно определенное количество сухости. А переваривающей силе необходимы тепло и влага, влаги нужно больше (еще больше, чем тепла), а холода и сухости совершенно не нужно. Отсюда также ясно, что удерживающей силе сухость более нужна, чем теплота.

(Из книги «Мудрость веков».)

**ДОРИ ВОСИТАЛАРИ ЭКСПЕРТИЗАСИ ВА СТАНДАРТИЗАЦИЯСИ ДАВЛАТ МАРКАЗИ
ЛАБОРАТОРИЯЛАРИ ТОМОНИДАН 2002 ЙИЛ АВГУСТ ОЙИДА СИФАТ
НАЗОРАТИДАН ИЖОБИЙ ЎТГАН ДОРИ ВОСИТАЛАРИНИНГ РЎЙХАТИ**

№	Дори воситасининг номи	Ишлаб чиқарувчи фирма номи	Серияси	Яроклик мuddати	Тахлил-нома тартиб раками	Дори воситасини тавсия этган таъкилот номи
31.	Нафтилизин MF 0,1% эритмаси 10 мл	FICbF «Mediofarm», O'zR	040702	07.2005	180	FICbF «Mediofarm»
32.	Новиган таблеткаси №20	«Д-р Редди'с Лабораторис ЛТД», Хиндистон	A1006	08.2006	48	МЧЖ «Мединтертрейд»
33.	Норилет-200 таблеткаси №20	«Д-р Редди'с Лабораторис ЛТД», Хиндистон	C1004	08.2004	53	МЧЖ «Мединтертрейд»
34.	Норилет-200 таблеткаси №20	«Д-р Редди'с Лабораторис ЛТД», Хиндистон	C1005	08.2004	54	МЧЖ «Мединтертрейд»
35.	Омез капсуласи № 30	«Д-р Редди'с Лабораторис ЛТД», Хиндистон	B2049	02.2005	52	МЧЖ «Мединтертрейд»
36.	Омепразол-Н.С. капсуласи 0,02 г № 30	ОАО «Щелковский витаминный завод», Россия	100502	06.2004	196	КК «Новотек»
37.	Омепразол-Н.С. капсуласи 0,02 г № 30	ОАО «Щелковский витаминный завод», Россия	40202	03.2004	197	КК «Новотек»
38.	Омепразол-Н.С. капсуласи 0,02 г № 30	ОАО «Щелковский витаминный завод», Россия	100502	06.2004	198	ИИЧК «MFS-сервис»
39.	Ортофен 0,025 г таблеткаси №30	ОАО «Уралбиофарм», Екатеринбург ш.	180202	03.2005	212	Ф «Асклепий»
40.	Ранитидин таблеткаси 0,15г № 20	ОАО «Щелковский витаминный завод», Россия	1050402	05.2005	25	Тош.вил. «Дори-Дармон» ДАБ
41.	Сетсал дражеси № 10	«Ffroze Chemical Industries (Pvt) Ltd», Покистон	B-364	04.2005	85	ШК «Интер Глоб»
42.	Сетсал дражеси № 10	«Ffroze Chemical Industries (Pvt) Ltd», Покистон	B-335	11.2004	86	ШК «Интер Глоб»
43.	Стамло 5 мг (Амлодипина бeсилат) таблеткаси №20	«Д-р Редди'с Лабораторис ЛТД», Хиндистон	B2001	05.2005	45	МЧЖ «Мединтертрейд»
44.	Суксил 250 мг капсуласи 3x10	КК «Гуфик-Авиценна», УзР	0110202	02.2005	201	КК «Гуфик-Авиценна»
45.	Трависил йўталга қарши мoнғаси № 16	«Plethico pharmaceuticals Limited», Хиндистон	353	01.2007	124	МЧЖ «NOVA PHARM»
46.	Трависил йўталга қарши мoнғаси № 16	«Plethico pharmaceuticals Limited», Хиндистон	133	01.2007	125	МЧЖ «NOVA PHARM»
47.	Трависил йўталга қарши мoнғаси № 16	«Plethico pharmaceuticals Limited», Хиндистон	249	05.2006	126	МЧЖ «NOVA PHARM»
48.	Фарингосепт 10 мг таблеткаси № 20	«К.О. Терапия А.О.», Руминия	05021120	05.2005	42	ХФ «Фармед»
49.	Фарингосепт 10 мг таблеткаси № 20	«К.О. Терапия А.О.», Руминия	05021122	05.2005	43	ХФ «Фармед»
50.	Фарингосепт 10 мг таблеткаси № 20	«К.О. Терапия А.О.», Руминия	07021306	07.2005	210	ХФ «Фармед»
51.	Фарингосепт 10 мг таблеткаси № 20	«К.О. Терапия А.О.», Руминия	07021304	07.2005	211	ХФ «Фармед»
52.	Ципрокс-500 таблеткаси №15x10	КК «Кор Фармсаноат», УзР	420130502	06.2005	34	КК «Кор Фармсаноат»
53.	Ципрокс-500 таблеткаси №15x10	КК «Кор Фармсаноат», УзР	420220702	06.2005	35	КК «Кор Фармсаноат»
54.	Ципрокс-500 таблеткаси №15x10	КК «Кор Фармсаноат», УзР	420210702	06.2005	36	КК «Кор Фармсаноат»
55.	Ципрокс-500 таблеткаси №15x10	КК «Кор Фармсаноат», УзР	420200702	06.2005	37	КК «Кор Фармсаноат»
56.	Ципрокс-500 таблеткаси №15x10	КК «Кор Фармсаноат», УзР	420190702	06.2005	38	КК «Кор Фармсаноат»
57.	Ципролет 3 мг/5мл томчи	«Д-р Редди'с Лабораторис ЛТД», Хиндистон	F 2006	04.2005	47	МЧЖ «Мединтертрейд»
58.	Ципролет-250 таблеткаси №10	КК «Редди-Фармед Лтд», УзР	C 2009	05.2005	179	КК «Редди-Фармед Лтд», УзР
59.	Цитрамон П таблеткаси №6	ОАО «Дальхимфарм», Хабаровск ш.	2650702	08.2006	208	ХФ «Малхам Фарм»
60.	Цитрамон П таблеткаси №6	ОАО «Дальхимфарм», Хабаровск ш.	2680702	08.2006	209	ХФ «Малхам Фарм»
61.	Эфом (омепразол) 20 мг капсуласи № 14	«Efroze Chemical Industries (Pvt) Ltd», Покистон	B-05	05.2005	83	ШК «Интер Глоб»
62.	Эфом (омепразол) 20 мг капсуласи № 14	«Efroze Chemical Industries (Pvt) Ltd», Покистон	B-04	03.2005	84	ШК «Интер Глоб»
63.	Эцин 250 мг таблеткаси №10	«Efroze Chemical Industries (Pvt) Ltd», Покистон	B-26	08.2006	76	ШК «Интер Глоб»
64.	Эцин 250 мг таблеткаси №10	«Efroze Chemical Industries (Pvt) Ltd», Покистон	B-28	08.2006	77	ШК «Интер Глоб»
65.	Эцин 250 мг таблеткаси №10	«Efroze Chemical Industries (Pvt) Ltd», Покистон	B-30	08.2006	78	ШК «Интер Глоб»
66.	Эцин 250 мг таблеткаси №10	«Efroze Chemical Industries (Pvt) Ltd», Покистон	B-31	08.2006	79	ШК «Интер Глоб»
67.	PREDNISOLONE TABLETS BP 5mg № 100	«Remedica Ltd», CYPRAUS	17898	03.2007	258	РВЭП «Узмедэкспорт»

Эслатма: юкорида қайд этилган сериядаги дори воситаларини сақлаш, ташиш қридаларига риоя қилиб, сотува қўйилганда, ҳамда қадоклаш (упаковка) ва жиҳозлаш (маркировка) қўрсаткичлари меъёрий ҳужжатлар талабига жавоб берган ҳолларда уларни қўрсатилган сақлаш муддати тугагунча мажбурий қўшимча сифат назоратидан ўтказилиши шарт эмас.
Қадоклаш ва жиҳозлаш қўрсаткичлари бўйича шубҳа тугилган ҳолларда зудлик билан дори воситалари ва тиббий техника сифатини назорат қилиш Бош бошқармасига тегишли маълумот юллансин.

(Охири. Боши ўтган сонда).

А. ДУСМАТОВ,
Дори воситалари сифатини назорат қилиш ва стандартлаш лабораторияси мудири, к.ф.н.

Для души и тела
**КРАСИВАЯ
СПИНА**

Красивые спины встречаются довольно редко. Гораздо реже, чем, скажем, красивые лица. Потому что на лицо можно наложить макияж, можно придать ему приветливое выражение. Со спиной сложнее – ее надо регулярно тренировать. Даже если у вас нет никаких недугов, связанных с деформацией позвоночника, мышечный корсет с возрастом неизбежно теряет упругость. Чем спастись? Если позвоночник здоров, рекомендуются занятия на силовых тренажерах. Тем, кому нагружать спину противопоказано, остается плавание. Только учтите, что стиль, которым плавают большинство женщин – то есть удерживая голову над водой, – не годится. Лучше кролем, можно на спине.

Крайне важно приучиться следить за своей осанкой. Правильной осанкой является та, при которой подбородок поднят (взгляд на уровне 2-го этажа), лопатки сведены, ягодицы поджаты, живот втянут. Добиться этого можно, упражняясь в ходьбе с книгой. Положите на голову несколько книг и постарайтесь удерживать их при ходьбе. Очень помогает!

Все живые организмы из отряда позвоночных любят, когда их гладят по спинке. Это от того, что на спине находится множество нервных окончаний. Поэтому прикосновение и ласка ей очень показаны. Речь не столько о терапевтическом массаже, сколько об обычных поглаживаниях, растираниях мочалкой. Все это прекрасно взбадривает тонические мышцы спины, регулирует обмен веществ, улучшает кожное дыхание и в конечном итоге делает спину значительно красивее и здоровее.

О том, какая кожа у нас на спине, мы обычно не думаем, а между тем от кожи на спине можно требовать такой же мягкости и гладкости, что и от кожи лица. Точно также, если она сухая, для мытья лучше использовать мягкие гели и увлажнять питательными маслами. Если кожа жирная, то используйте слабощелочные моющие средства и дезинфицирующие лосьоны.

Чтобы расслабить позвоночник, сядьте на большой надувной мяч, слегка наклоните торс вперед, не сгибая при этом спину, и вы почувствуете, как вытягивается ваш позвоночник.

Спина устала? Если вы чувствуете, что спина затекла, заведите руки за спину и сомкните их в «замок». Через 10 секунд перемените положение рук. Или лягте на пол и, подложив голени на стул, одновременно поднимайте и отпускайте ягодицы и торс.

Любой груз поднимайте из положения присяда, сохраняя спину прямой.

Даже обычную домашнюю работу можно превратить в своего рода тренинг для спины. Шланг пылесоса или ручка швабры должны быть на такой высоте, чтобы вы могли перенести вес тела на правую ногу и держать позвоночник прямо. При чистке ванны имеет смысл опереться на одну руку. Занимаясь рукоделием, сядьте на неширокий жесткий стул верхом и грудью обоперитесь о его спинку.

Спина – это наша жизненная опора. По этому следует относиться к ней с заботой и вниманием.

Огоҳ бўлинг!

ЗИНОКОРНИНГ ЖАЗОСИ ЗАҲМ

Саҳобалардан бирлари айтган эканлар: «Зинодан узоқ бўлинг! Чунки унда олтига ёмон иллат бор, учтаси бу дунёда, учтаси охирада. Ризқдан берака йўқолади, яхшиликлардан маҳрум бўлинади, одамлар қалбида зинокорга нисбатан нафрат пайдо бўлади. Охирада эса Парвардигорнинг газаби, ҳисобнинг қаттиқ бўлиши ва дўзахга тушиш сингари хорликларни кўради...»

Одамзод ожиз банд. Баъзан у шайтоннинг измига тушиб, ўзининг жуфти-халолидан бошқа номаҳрамлар билан жинсий алоқа қилади. Бу нарса — зино. Баъзи бировлар уйланмасдан, турмушга чиқмасдан ҳар хил тоифа одамлар билан шахвоний лаззатга берилиб, ахлоқий бузуқликка йўл қўяди. Энг ачинарлиси, зино сабабли хорлик, уятдан ташқари кўп юқумли касалликларга ҳам жигрифтор бўлинади-ки, бунинг

оқибати ўлим билан тугайди. Таносил касалликлари жамиятнинг ижтимоий касаллигидир. Қаердаки сўзак, заҳм каби шармандали касалликлар кўп тарқалган бўлса, ўша ерда зино кенг тарқалгандир. Одамнинг оёғига бир дон тикон ҳам бесабаб санчилмайди. Яратганининг ўзи суйган бандасини гуноҳ ишлардан қайтариш учун ҳам унинг бошига бу дардларни юклайди. Адашганлар айбани тани олиб,

инсофга келса дарддан халос бўлади. Даволаниб, тузалиб кетгандан кейин ҳам «кўнгил

очишга» муккасидан кетадиганлар Худонинг газабига учраб асорати жуда оғир таносил касалликларига қайта дучор бўладилар.



Нима учун ёшларимиз гарбнинг беҳаёт ҳаётига ҳавас қилиб боши берк кўчаларга кириб қол-

моқда? Нима учун бузуқликка мойилликни эркинлик дея тарғиб қилаётган, ярим яланғоч кийимдаги андишасиз қизлар кўпаймоқда? Нима учун мактаб ёшидаги болалар илм олиш ўрнига, жангари ва интим мавзудаги тарбияни бузадиган бемаъни фильмларни ётиб-ёпишиб томоша қилмоқда?

«Инсон тарбияси авлодда инсоний фазилатларни ҳосил қилишдан иборат масъулиятим, агар бу масъулият унутилса инсониятнинг келажаги унутилади. Одоб-ахлоқ, диёнат унутилади. Тарбияланмаган ёшлар бефойда инсон бўлиб қолмасдан зарарқунандага айланади. Жамият ўғри, фоҳиша, жиноятчи, қотил, зинокор, ҳаромхўр аъзоларга эга бўлади».

Бу гапларни ўзимизни оқ, бошқаларни қора қилиб кўрсатиш учун атайлаб излаб топмадик. Тахририятимизга келган кўплаб мактублар бизни айнан «таносил касалликлари» ҳақида гап очигина ундади. Мактубларда аксарият ёшлар бу касаллик дардига учраб, ор-номуси йўл қўймаганлигидан пинҳона даволаниб, азийат чекаётганликларини баён қилишган. Айрим ноинсоф шифокорлар пул учун билар-билмас, сўзак, заҳмни даволашганини, бу даво беморларда шубҳа уйғотаётганлигини улар очик-ойдин қаламга олишган. Беморлардан келган саволларга аниқ жавоб топиш учун республикаимиздаги ягона Тери-таносил касалликлари илмий-текшириш институтида бўлдик. Мақсад: бу юқумли касалликка чалинган одамларга имкон қадар тўғри маслаҳат бериш ва ёшларни таносил касалликларидан огоҳ бўлишга чақириш.

Саволларга олий тоифали шифокор, тиббиёт фанлари номзоди Алишер Обидов жавоб беради

яширин даври 2-3 ойга чўзилади. Кейин заҳм бошланади.

«Таносил касалликларини тез ва аниқ даволашнинг илоҳи борми?»

С. исмли аёл. 35 ёшда. Бухоро.

— Ҳозирги кунда, сўзак, заҳм, юмшоқ шанкр ва трихомоноз касалликларини кўп тарқалган. Бу касалликларни ўз вақтида даволатмаган беморларда таносил хасталикларининг янги турлари пайдо бўлмоқда. Уларнинг сони 24 тадан ортиқ. Касаллик тез аниқланса, тез даволаш мумкин. Масалан, сўзакнинг дастлабки бир ҳафтасида беморнинг иммунитет тизими яхши бўлса, уни бир курс пенициллин антибиотиклари билан даволанади. Кечиктирилган сўзакни даволаш эса 40 кун, қайта такоррланмаслиги учун яна 3 ойдан кейин даволаш курсини ўтати зарур.

«Бир йил олдин сўзак дардига чалиндим. Пинҳона даволаниб, тузалиб кетганимдан кейин ҳам аёллар билан «дам олиш одаминини» ташламадим. Энди эса жинсий алоқадан кейин бошланадиган кўркун, хавотир менга тинчлик бермайди (гарчи гилофчадан фойдалансамда) яна ўша ярамас микроблар танамга ёпишган бўлсаки, деган савол миямда айланаверади. Уларни йўқ қилиш учун олат ичига қалия перманганат (марганцовка) эритмасини, фурацилин ёки сийдик томизиб ўзимча офатнинг олдини олгандек бўламан. Айтинг-чи, шундай қилсам ўзимни сўзакдан ҳимоя қилган бўламанми?»

Ш. исмли эркак. 40 ёшда. Термиз.

— Одамнинг сийдик ва жинсий йўлларида майда, тирик гонкоклар тушиб сўзакни пайдо қила-

ди. Жинсий аъзодан келадиغان йиринг ўрин-кўрпага тегиши ва бошқаларга ҳам юқиши мумкин. Сиз сўзак азобини тортган бўсангизда, бетартиб жинсий ҳаётдан тийилиш олмаётган экансиз. Бу аҳволда яна касал бўлмаслигингизга ҳеч қим қасолат бера олмайди. Дўстона маслаҳатим энг аввало айш-ишратдан ўзингизни тийинг. Соғлом ҳаёт кечиринг. Билар-билмасдан марганцовка эритмасини олатга томизиш жуда хавфли. Кучли эритма сийдик йўлларида чандик ҳосил қилади ва жинсий аъзонинг шикастланишига олиб келади. Кучсиз эритма эса гонкокларни нобуд қила олмайди. Фурацилин жинсий йўл билан юқадиган вирусларга таъсир қилмайди. Сийдик таркибига эса зарарли моддалар бор. Мутахассис сифатида такорр айтман, ўзингизни ўзбошимча пинҳона даволаманг. Бундай даво таносил дардининг яширин даврини бошлайди. Унинг асорати оғир бўлади. Жинсий аъзоларни зарарсизлантириш учун «Интим-спрей» ёки «Хлоргексидин биглоконат» суюқликларидан фойдаланиш керак. Бу дориларнинг нархи арзон, 1000 сўм атрофида, 069 телефон рақами орқали Тошкентдаги барча дорихоналардан топиш мумкин.

«Гинеколог шифокор менда трихомоноз борлигини айтганида, хайратдан ёқамни ушладим. Севган йигитимнинг фақат лабидан бўса олсам, ҳар бўсадан кейин тишларимни яхшилаб ювсам, бокира қиз бўлсам, бу касаллик менда қандай пайдо бўлиши мумкин?»

Ш. исмли қиз. 18 ёшда. Тошкент.

— Бу касалликни майда, содда микроорганизмлар кўзғатади. Гап шундаки, трихомонадлар балогат-

га етмаган қизларнинг жинсий органларида бўлиб, улар одатдаги шароитда касаллик пайдо қилмайдиган сапрофит микроблар ҳолида бўлади. Ёш организмнинг қуввати кетганда трихомонадлар фаоллашиб, касалликни чақиради. Агарда микроблар сезинг оғиз бўшлиғингиздан топишган бўлса, бу касалликни машииний йўл билан ўша йигитдан ёки оила аъзоларингиздан юқтирган бўлишингиз мумкин. Яхшилаб эслаб қолинг. Бўсадан кейин ижигансангиз ёки ўзингизни ноқулай ҳис қилсангиз, оғизни қалий перманганат эритмаси билан чайинг.

«Уйланмасдан олдин, бебошлиқ қилиб заҳмга чалиндим. Ҳеч қимга билдирмасдан яширича даволандим. Фарзандим носоғлом бўлишидан қўрқар эдим. Худого шукр хотиним соғлом ўғил туғиб берди. Аммо у хали чақалоқ. Кейинчалик болада мендаги касалликнинг асорати пайдо бўлиши мумкинми?»

И. исмли йигит. 30 ёшда. Урганч.

— Касаллик ҳомилдорликдан қанчалик олдин пайдо бўлса, бола шунчалик соғлом туғилиши мумкин. Бироқ уларда кейинчалик заҳмининг эртанги (5 йилгача) ва кечки (5 йилдан кейин) белгилари юзга кела бошлайди. Кечки тугма заҳмда баъзан гуммалар, камроқ ҳолларда эса тошмалар пайдо бўлади. Болада бош оғриғи, мушаклар тиришиши, тутқаноқ тутиши кузатилади. Заҳмга чалинган болалар жисмоний ва ақлий жиҳатдан тенгқурларидан анча орқада қолади. Заҳмининг энг ёмон асоратларидан бири эркакларда бепушлик дардини келтириб чиқаради. Бизга келаётган беморларнинг 65-70 фоизи аввал касалликни бошидан ўтказиб кейинчалик бепуш бўлиб қолган

эркаклардир. Уларнинг кўпчилиги даволаниб, 5-10 йил ичида фарзандлик бўлишди. Илмий-текшириш институтида Марказий Осиёда ягона Полимераз Занжир Реакция (ПЦР) таъшиши йўлга қўйилган. Тиббиёт тараққий қилган мамлакатларда таносил касалликларини аниқлашда айнан мана шу таъшиш усулидан фойдаланишда. Бу таъшиш касалликни 90 фоиз тўғри аниқлашга ёрдам беради.

Шифокорнинг маслаҳатидан кейин бу тезда даволанадиган хавфсиз касаллик эканда, деган қалта ўйларга берилсангиз адашасиз. Баъзилар таносил дардини юқтирмасликнинг илоҳи бор эканку дея суюноб, фаҳш кўчасига ошқабган бўлса, зинога берилиб яна гуноҳга ботади. Бир кун келиб Яратганининг ўзи бундай қимсаларни заҳм билан шундай жазолайдики, бу жазонинг сўнгги шифаксиз ва шармандали ўлим билан тугайди. Огоҳ бўлинг! Ҳаётда ҳеч бир нарса жавобсиз қолмайди.

МАЗУГА МОС ЛАТИФА

Йигит шифокорга: — Биласизми, яқин бир дўстим таносил касаллигига чалинган бўлсам керак, дея ўзидан шубҳаланаётти.

— Эшикни ёпинг. Шимингизни ечинг. Яқин дўстингизни кўрсатинг.

Иккита бола телефонда гаплашарди.

— Уйингда тинчлик йўқми дейман. Бақир-чақир эшитиларди-птику?

— Ҳа, дадам Хитойдан ойма-га триппер олиб келган экан. Ойимга ўлчами ва ранги ёқмапти. Шунга жаҳли чиққандан жанжал кўтараяпти.

РАШИД ОРТИКОВ.



Беморлардан келган саволлар қуйидагича: «Муҳаммад Муртазавнинг «Таносил касалликлари» номли китобида заҳмни кўзгатувчи спирохеталар «сулема», «лизол» каби кимёвий моддалар таъсирида бир зумда нобуд бўлади, деб ёзилган. Интим алоқадан кейин жинсий аъзолар шу кимёвий воситалар билан дезинфекция қилинса заҳм касаллигининг олдини олиш мумкинми?»

К. исмли йигит 25 ёшда. Тошкент.

— Спирохеталар жуда майда, ичигича спиралга ўхшайди. Фақат микроскопда кўринади. Дезинфекция қилиш учун ишлатиладиган сулема, лизол уларнинг нобуд бўлишига ёрдам беради. Аммо ҳозирги кунда «Интим-спрей» (гипертон) номли янги препарат яхши самара бермоқда. Тасодифий жинсий алоқадан шубҳаланган аёл ва эркаклар узоғи билан 1-2 соат ичида бу воситани жинсий аъзоларга қўйиши ва бир соатгача пешоб қилмаслиги шарт. Акс ҳолда спирохеталар бир жойдан иккинчи жойга кўчиб, тез кўпаяди. Одам организмидеги барча тўқималарда яшай олади. Нобуд бўлмаган спирохеталарнинг

2002 йил — Қарияларни қадрлаш йили
ДОИМ ХИЗМАТДАМИЗ

Қуни кеча Тошкент вилояти Марказий шифохонасида Қарияларни қадрлаш йилида Халқаро Қариялар кўнига бағишланган тадбир бўлиб ўтди. Тадбирни Республика Саломатлик институтининг врач-медицини Н. Акрамова кириш сўзи билан очиб, республикаимиздаги қарияларимизга кўрсатилаётган ғамхўрликлар ва уларга ўз вақтида бериладиган тиббий ёрдамларни кечиктирмаслиқни, ҳар қандай муаммо-

ни биргаликда ҳал қилиш кераклигини таъкидлаб ўтди. Шундан сўнг шифохонанинг шифокори Д. Юсупова ҳам шифохонадаги қариялар учун барча шарт-шароитларнинг муҳайёлигини ва геронтология маркази фаолият кўрсатаётганлигини айтиб ўтди. Тадбир давомида Республика Са-

ломатлик институти, Тошкент вилояти филиали директори М. Эргашева ҳам Тошкент вилояти микроскопдаги қарияларимизнинг соғлиқлари ва уларнинг меҳнатларини қадрлаш тўғрисида ўз фикрларини билдирди. Барча мутахассислар ўзларининг қизқарган маърузалари билан иштирок

этиб, қатнашчиларни қизиқтирган саволларига жавоб бердилар. Тадбир нихоясида шифохонада даволаётган отахон ва онахонларга хонандлар томонидан дилрабо қўшиқ ва жозибали рақслар ижро этилиб, ташкилотлар томонидан совғалар ҳадя этилди. Ҳа, қарияларимиз бор экан-

ларки, Ватанимиз бойи бадавлат, дастурхонларимиз тўкин сочин, дунёимиз тинч, чунки уларнинг ҳар бир дуоси ҳар қандай бало-қазодан асрайди. Шу боис, уларни ҳурмат қилмоқ ва қадрларига ётмоқ ҳар биримизнинг олдимиздаги асосий бурчимиздир.

Фарида КОМИЛОВА, Республика Саломатлик институти, Тошкент вилояти филиалининг оммавий ахборот бўлими mudiri.



Суратда: «Хамшира-2002» кўрик-танловининг қатнашчиси Жиззах вилояти Галлаорол тумани марказий шифохонаси Лалмикор қишлоқ врачлик пункти хамшираси Дилфуза Мардонованинг мусиқий асбоб — чангда чалган дилхирож куйи биргина шоирларни эмас, балки томошабинларни ҳам лол қолдирди.

ХАМШИРА

Доимо Инсонга мададкор бўлиб,
Дарддилар дардига бўласиз малхам.
Беморлар қалбига ёруғ йўл топиб,
Энг оғир дамларда хамиша ҳамдам.

Сехрли кўлларинг дардларга даво,
Инсон ҳаёти учун тугилган аскар.
Сизлар бор — беморлар чекмайди дард
Элу-юрт олқишига Сизлар муяссар.

Бахшида этиб иссиқ меҳрингиз,
Соғлиқ посбонисиз барча инсоннинг.
Сиздан малхам олур дардди кўнгиллар,
Сиз кенжа шогирди Ҳазрати Лукмоннинг.

Кичикка аясиз, каттага сингил,
Ишлаб чарчамайсиз ҳаётда сира.
Истиқлол байроғи буюк юртимда,
Доврунгиз ошаверсин ХАМШИРА.

Абжаб ШИРИЕВ,
Қорақалпоғистон Республикаси,
Элликқалъа тумани, Бўстон шаҳри.

Қалб изҳори

БАХТИМИЗГА ОМОН БЎЛИШСИН!

Халқимизда «Минг марта эшитгандан кўра бир марта кўрган афзал», деган нақл бор. Дарҳақиқат, инсон организмнинг ҳар бир аъзоси нечоғлиқ зарурлигини жуда яхши биламиз. Аввало, ҳеч бир инсон касал бўлма-син. Лекин «Иссиқ жоннинг иситмаси бор» деганларидек, ҳар биримизнинг ҳам ўзимизга яраша дардларимиз бўлади. Кутмаган ва уйламаган пайтингда қандайдир хасталик ҳуж қилиб қолади. Агар ўз вақтида тажрибали шифокорларга мурожаат қилмасак, кейин кеч бўлади. Мен бу билан касал демок-чиман? Анча вақтдан буйн тишларим хасталаниб қолган эди. Шу боис, бир-иккита жой-га мурожаат қилдим, лекин фойдаси бўлмади. Шундан сўнг Соғлиқни сақлаш вазирлигининг тиш даволаш бўлими бошлиғи Х. Со-диқовдан ёрдам сўрадим. У кишининг ёрда-мида ажойиб, қалби пок, ширинсухан, меҳ-рибон халоскорларим ҚФ «СТОМАМИР»да фаолият кўрсатаётган директор Р. Амерханов ва шифокор Ф. Гуленбоевларга ўзимнинг қалбим тўридаги самийий миннатдорчилигим-ни севибли газетам «Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш» орқали изҳор этишга жазм қилдим. Шунингдек, Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги Ф. Назиров ҳамда вазирлик ходимлари Х. Содиқов, Ф. Загаши-на ва Ф. Рихсиевларга ҳам минг бора ташак-кур билдираман.

Азиз халоскорларим! Инсондек мўтабар зотларга кўрсатаётган савобли ёрдамларин-гиз, ўзингизга соғлиқ, оилангизга бахт, ишин-гизга ривож келтирсин.

Ҳурмат билан биринчи гуруҳ ногирони
Қурбон АБДУНАЗАРОВ.

ЧУМОЛИ

Ўзи кичик чумоли,
Меҳнат қилар тер тўкиб.
Катта дон кўтарди,
Қишда роҳатин кўриб.

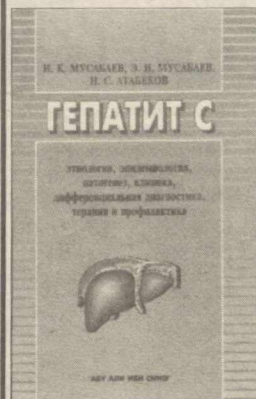
МАКТАБИМ

Роса ўйнаб лагерда,
Бўлдим янада соғлом.
Мана, келдим бағринга,
Азиз мактабим салом!

Чарчаш нима билмайман,
Яна соғлом ўсаман
Ҳамма фанлардан доим
Аъло ўқий оламан.

Улуғбек НУРИДДИНОВ,
Тошкент шаҳри, Ҳамид Олимжон номи
12-ўрта мактабнинг 5-синф ўқувчиси.

КНИЖНАЯ ПОЛКА



Мусабаев И. К. — доктор медицинских наук, академик АН РУЗ, член-корр. АМН России, заслуженный деятель науки РУЗ и Каракалпакии,

заслуженный врач РУЗ, лауреат государственной премии им. Беруни; Мусабаев Э. И. — доктор медицинских наук, профессор, академик лазерных наук России; Атабеков Н. С. — кандидат медицинских наук.

ГЕПАТИТ «С», этиология, эпидемиология, патогенез, клиника, дифференциальная диагностика, терапия и профилактика.

Издательство медицинской литературы имени Абу Али ибн Сино, 2000 г.

В книге приводятся современные данные об этиологии, эпидемиологии, патогенезе, клинике, дифференциальной диагностике, лечении и профилактике вирусного гепатита «С».

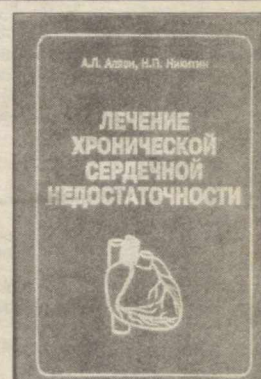
Книга рассчитана на широкий круг врачей — общей практики, инфекционистов, эпидемиологов, микробиологов, терапевтов, педиатров и врачей других специальностей.

Аляви А. Л. — доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой факкультетской и госпитальной терапии I Ташкентского государственного медицинского института; Никитин Н. П. — кандидат медицинских наук, старший научный сотрудник Государственного научного центра экстренной медицинской помощи Министерства здравоохранения Республики Узбекистан.

ЛЕЧЕНИЕ ХРОНИЧЕСКОЙ СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ

Издательство медицинской литературы имени Абу Али ибн Сино, 2000 г.

В книге отражены современные взгляды на медикаментозное лечение хронической сердечной недостаточности. Материал представлен в соответствии с принципами научно обоснованной медицины, то есть выводы и рекомендации основаны на результатах рандомизированных контролируемых исследований.



Для кардиологов, терапевтов, преподавателей и студентов медицинских институтов.

обоснованной медицины, то есть выводы и рекомендации основаны на результатах рандомизированных контролируемых исследований.

Жуманазар БЕКНАЗАР
ОНА ВА БОЛА ТАЯНЧИ:
кенг китобхоналар оммасига
ва талаба ёшларга мўлжалланган.

Кўлингиздаги рисола таниқли шифокор ва журналист Жуманазар Бекназар қаламига мансуб бўлиб, унда муаллиф соғлом авлод етиштириш соҳасида мамлакатимизда амалга оширилаётган улкан тадбирлар ҳақида аниқ фактик мисоллар ёрдамида фикр юртади. Китобда она ва болани муҳофаза этиш, уларнинг соғлом ва баркамол ўсишлари учун нималар қилиш кераклиги тўғрисида ҳам аниқ ва равшан йўллар, тавсиялар, фойдали маслаҳатлар кўрсатиб берилган.

Бу қизиқ

ХУШБЎЙ МОДДАЛАР

Ошиқ-маъшукларнинг қонида жинсий гормонлар — эстрогенлар кўпроқ бўлади. Лекин шуниси қизиқки, унда ароматик — хушбўй моддалар, стероидлар ва эфирлар кўп бўлади.

Бу ерда гап эҳтиросда. Севишганларнинг эҳтироси кучли бўлганда қон ҳам анча ширин ҳидли бўлади.

БИР ХИЛДА ТУРАДИ

Катта ёшли одамда қоннинг миқдори бир хилда туради. Ҳар бир одам танасида 3,5 дан 4,5 литргача қон бўлади.

Бундай қараганда норғул одамларда қон кўп бўлиши керак.

А. АЛИЕВ тайёрлади.

Зеленая аптека

ОБЛЕПИХА

У этого растения много названий — облепиха, дереза, сибирский ананас. Культурные сорта облепихи имеют крупные ягоды с сочной мякотью, да и шипов у них поменьше. Дикорастущие экземпляры мелкоплодные, очень колючие, низкорослые, вкус их ягод терпкий и кислый. В виде зарослей они встречаются на Кавказе, у нас в Средней Азии, на Украине, в Сибири.

Облепиха является чемпионом по содержанию в плодах провитамина А — бета-каротина (до 180 мг %). Как известно, витамин А регулирует в организме синтез белка, нуклеиновых кислот, отвечает за построение эпителиальных тканей, усиливает процессы регенера-



ции в них. Именно поэтому облепиха нашла широкое применение при лечении язв, ожогов, эрозий, обморожений. В последнее время доказана самостоятельная роль бета-каротина как стабилизатора клеточных мембран, радиопротектора, антиоксиданта, иммуномодулятора. С этим связывают его противоопухолевое

действие. В облепиховом масле преобладают ненасыщенные жирные кислоты, из-за чего мякоть ягод не твердеет даже на морозе. Доказано, что прием такого масла снижает уровень холестерина в крови, улучшает функцию печени. Помимо этого в плодах содержатся витамины Е, С, группы В, К, РР, фолиевая кислота, органические кислоты, серотонин, эфирные масла, благодаря чему облепиха обладает общеукрепляющим действием, улучшает свертываемость крови, оказывает антибактериальный эффект. Словом, ягоды облепихи — это не только лакомство, но и лекарство «для всего тела». На зиму лучше всего заготовить сок облепихи с сахаром в отношении 1:1. При изготовлении облепихового масла в домашних условиях старайтесь его хорошо закупорить и долго не хранить, т.к. прогоркание жиров снижает масло непригодным к употреблению.

«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш»

«Здравоохранение
Узбекистана»

Газета муассиси:
Ўзбекистон Республикаси
Соғлиқни сақлаш
вазирлиги

Бош муҳаррир:
С. ОРИПОВ,
профессор.

Ижрочи муҳаррир:

И. СОАТОВА

Таҳрир хайъати:

М. МИРАЛИЕВ, П. МИРЗОЛАТОВ

(Бош муҳаррир ўринбосарлари),
Х. РАББАНАЕВ.

Манзилими: 700060, Тошкент,
Охунбоев кўчаси, 30-уй, 2-қават.
Тел/факс: 133-13-22; тел. 133-57-73.

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

Адади 10.000 нуска.

Ўзбек ва рус тилларида чоп этилади.

Ҳафтанинг сешанба кунлари чиқмайди.

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

Буюртма Г-916.

Газета «ШАРҚ» нашриёт-матбаа
акциядорлик компанияси босмахонасида чоп
этилади. Қорхона манзили:
Тошкент шаҳри, Буюк Тўрол кўчаси, 41.

Ҳажми 2 босма тобик, Формати А3. Офсет
усулида босилган. Газета IBM компьютерида
термиди ва саҳифаланган.

Эълон ва билдирувлардаги факт хамда
далилларнинг тўғрилиги учун реклама
ва эълон берувчилар масъулдир.

Саҳифаловчи: Бахтиёр ҚУШОКОВ.

Босмахонага топширилиш вақти 20.00.