

Tibbiyotning oliy maqsadi — inson salomatligiga erishishdir

Ўзбекистонда sog'liqni saqlash Здравоохранение Узбекистана



Газета 1995 йил октябрь ойидан чиқа бошлаган • @uzssgzt, uzss@yandex.ru • 2021 йил 25 июнь • №24 (1356)

ОЧИҚЛИК, ТЕЗКОРЛИК ВА ХОЛИСЛИК БОШ МЕЗОН

Кунни кеча Ахборот ва оммавий коммуникациялар агентлиги ташаббуси билан Тошкент шаҳридаги «International Hotel» меҳмонхонасида «Ахборот хизматлари фаолияти: очиклик, тезкорлик ва холислик бош мезон» мавзусида миллий конференция бўлиб ўтди.

хизматлари фаолияти: очиклик, тезкорлик, холислик — бош мезон
мавзусида миллий конференция



Анжуманда 180 га яқин вазирлик ва идоралар, давлат ташкилотлари ҳамда ҳокимликлар ахборот хизматлари иштирок этди.

Тадбирда Ахборот ва оммавий коммуникациялар агентлиги директори Асаджон Ходжаев ҳамда директорнинг биринчи ўринбосари Дилшод Саиджанов, Олий Мажлис Қонунчилик палатаси кўмида раиси Илҳом Абдуллаев, Ўзбеки-

стон Журналистлари ижодий уюшмаси раиси Олим Ўсаров, Журналистика ва оммавий коммуникациялар университети проректори Равшан Раимжонов Ўз маърузалари билан қатнашди.

Асаджон Ходжаев 2019 йил 27 июндаги ахборот хизматлари фаолиятини ривожлантиришга оид Президент қарори матбуот котибларининг ҳуқуқий мақоми, роли ва аха-

миятини белгилаб берганини таъкидлади. Хусусан, республика аҳамиятига молик жами 280 дан ортиқ идора, муассаса, бошқарув органлари, вило-

апрель ойида эса 97 фоизли кўрсаткич қайд этилган.

«Асосий мақсадимиз — давлат органларининг аҳоли олдидagi ҳисобдорлигини таъ-



сўровларига ўз вақтида жавоб бериши керак», — деди АОКА директори.

Қонунчилик палатаси кўмида раиси Илҳом Абдуллаев соҳани либераллаштиришга доир меъёрий-ҳуқуқий асослар, жумладан, 16 июндаги «Давлат органлари ва ташкилотларининг фаолияти очиклигини таъминлаш, шунингдек, жамоатчилик назоратини самарали амалга оширишга доир қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»ги Президент фармони ҳусусида тўхталиб ўтди. Ушбу Фармонга биноан 2021 йил 1 декабрдан бошлаб ҳар йил яқини бўйича давлат органлари ва ташкилотлари фаолиятининг Очиклик индекси аниқланиши, бу матбуот котибларига юқлатилган масъулиятни янада оширишини таъкидлади.

Конференция доирасида бугунги ахборот маконидаги долзарб масалалар юзасидан таклиф, фикр ва мулоҳазалар билдирилди.

Тадбир якунида самарали меҳнат қилган, фаол ва ташаббускор матбуот котибларига фахрий ёрликлар ҳамда эсдалик совғалар топширилди.

Эътироф

КАСБИ МАШАҚҚАТЛИ, КАМТАР, ФИДОКОР...



Сир эмаски бугунги кунда мамлакатимизда барча соҳалар қатори соғлиқни сақлаш тизимида ҳам туб ислохотлар амалга оширилмоқда. Олиб борилаётган фаолиятлар, яратилаётган шарт-шароитлар эса аҳоли манфаатларига хизмат қилиши баробарида, тиббиёт ходимларининг самарали ва сифатли хизмат кўрсатиши учун ҳам асосий омил бўлиб хизмат қилмоқда.

Табииyki, жамиятда ҳеч нарса ўз-ўзидан содир бўлмайди. Содир бўлган ҳар бир ижобий ҳодисот ёки амалга оширилган тизимли ислохот замирида тинимсиз меҳнат, узокни кўзлаб фаолиятга жорий этилаётган мақсадли чора-тадбирлар мужассам. Жумладан, мамлакатимиз тиббиёти ва соғлиқни сақлаш тизими мисолида ҳам.

Айтиш керакки, ўтган уч-тўрт йил мобайнида мазкур соҳа фаолиятида мислсиз ўзгаришлар амалга оширилди. Тизим фаолиятининг тараққиётига ислохот, ислохот ва яна ислохот тамойили асосида ёндашилди. Барчамизга маълумки, ўтган 2020 йил бутун дунё соғлиқни сақлаш тизимини оғир синовдан ўтказди. Коронавирус ва унинг ортидан келган пандемия баюси

тиббиёт тизими қай аҳволда эканлиги ва соҳада ҳали қандай ислохотлар амалга оширилиши зарурлигини кўрсатиб қўйди. Мамлакатимизда эса айтиш жараёнлардан тўғри хулоса чиқарилиб, Президентимиз раҳнамолиги ва кўрсатмалари асосида қатъий чоралар кўрилди. Бунинг баробарида соҳада кўзга ташланган камчиликлар, муаммолар босқичма-босқич бартараф

этиб келинмоқда. Тизим ривожини такомиллаштириш асосида соҳа ходимларига муносиб меҳнат шароити яратилиб, уларнинг касбий манфаатлари доимий равишда ҳимоя қилиб келинмоқда. Шу ўринда эътибор қаратишимиз лозим бўлган яна бир масала борки, бу борада амалга оширилган ислохотлар соғлиқни сақлаш соҳаси тараққиёти ва тиббиёт ходимлари учун қулай шарт-шароитлар яратиб беришни таъминлашга хизмат қилмоқда. Яъни, давлатимиз раҳбари Шавкат Мирзиёевнинг ташаббуслари билан яна бир соҳа — оммавий ахборот воситалари фаолияти ва сўз эркинлиги ҳам янги босқичга олиб чиқилди. Бунинг натижасида аксарият соҳалар фао-

лиятидаги мавжуд муаммолар юзгага олиб чиқилиб, бартараф этилмоқда.

Мамлакатимиз соғлиқни сақлаш тизимида ҳам айтиш мақсадларга хизмат қилувчи, соҳа фаолиятидаги янгилик ва жараёнларни тезкорлик билан ёритиб келаётган нашр — «Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш — Здравоохранение Узбекистана» газетаси бор. Ўзбекистон соғлиқни сақлаш ходимлари қасаба уюшмаси Республика кенгаши вазирлик муассислигидаги мазкур нашрни бевоқиф кузатиб бориш баробарида, фаолиятларни кенг оммага ёритиш мақсадида ўзaro ҳамкорлик ҳам қилиб келади. Мамлакатимиз ҳудудияда

► (Давоми 2-бетда)

Эътироф

КАСБИ МАШАҚҚАТЛИ, КАМТАР, ФИДОКОР...

► (Давоми. Боши 1-бетла)

ги соғлиқни сақлаш тизимида оид ҳар бир воқеа-ҳодиса, албатта, ушбу газета саҳифасида ёритиб борилади. Соҳада фаолият юритаётган ҳар бир тиббиёт мутахассиси ушбу газетанинг мавқеи, тизим фаолиятидаги ўрни, салоҳиятини яхши билади. Қолаверса, ўзaro ҳамкорликларимиз жараёнида газета жамоаси билан уюштирилган учрашувлар, ўтказилган суҳбатлар мобайнида уларнинг ҳам соғлиқни сақлаш тизимининг ажралмас мутахассисларига, соҳа билимдонига айланиб улгурганлигининг гувоҳи бўламиз. Айниқса, газета саҳифаларида ёрилган соҳага оид муаммоли, танқидий материаллар тизимнинг қайси жабҳасига эътибор қаратишимиз



кераклиги борасида биз учун кўзга вазифасини ўтаб келадиган бундай мақомдаги нашрлар минглаб нусхаларда чоп этилиши лозим. Айни пайтда ахборот коммуникациялари жадал тараққий этган, ижтимоий тармоқлар соҳа янгилеклари-

ни тезкор хабарлар мисолида кенг қамраб олмақда ва бу жараён бизни анча қувонтиради. Бироқ тизимга оид меъёрий ҳужжатлар, фаолиятга доир ижтимоий янгилеклар босма нашрлардагина батафсил ёритилади. Муаммолар тахлилий мулоҳазалар билан очиб берилади. Бундан ташқари, ёш кадрлар учун тажрибали мутахассисларнинг илмий мақолалари, амалиёт кўникмалари борасидаги фикрлари айнан газета саҳифаларида бериб

борилади. Шуларни инобатга олганда, нашр обунасини ҳам жиддий кўриб чиқиш мақсадга мувофиқ бўлади. Ўйлаёмизки масаланинг бу жиҳати ҳам мутасаддилар эътиборидан четда қолмайди. Хусусан, Ўзбекистон соғлиқни сақлаш ходимлари қасаба уюшмаси Республика кенгаши "Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана" газетасини бу борада ҳар қандай қўллаб-қувватлашга ҳамиша тайёр.

Фурсатдан фойдаланиб газета жамоаси ҳамда улар орқали оммавий ахборот воситалари ходимларини яқинлашиб келатган касб байрами – 27 июнь – Матбуот ва оммавий ахборот воситалари ходимлари кунини муносабати билан қизгин ва самимий муборакбод этамиз. Соҳа тараққиётидаги самарали, фидокорона фаолиятларида улкан зафарлар тилаб қоламиз.

Фарҳод ХАНАПИЯЕВ,

Ўзбекистон соғлиқни сақлаш ходимлари қасаба уюшмаси Республика Кенгаши раиси.

МЕҲНАТИ ОҒИР, МАСЪУЛИЯТИ ШАРАФЛИ



Кадрдон журналистларга, ёзувчи-шоирларга, ёш ижодкорларга, қийин ва шарафли касб фидойиларига, барчангизга мустаҳкам соғлиқ, эзгу фаолиятингизда ижодий ютук ва омадлар, оилавий бахт, хонадонларингизга тинчлик-хотиржамлик, файзу барака тилайман. Қаламингиз ўткирлиги доимий бўлсин!

долзарб масалаларни ҳолислик ва ҳаққонийлик билан ечимини топишда, Сиз кадрли ижод аҳлининг юксак хизматлари борлиги қувонарли албатта. Журналистларимизнинг бугунги жараёнлардаги иштироки, жамиятда ўз ўрни ва нуфузига эгаллиги ҳамиша қалбимизни чексиз ғурур ва ифтихорга тўлдирди.

Мустақиллик шарофати билан республикада миллий матбуотни изчил ривожлантириш, ахборот соҳасини ислоҳ қилиш, ахборот ва сўз эркинлигини таъминлаш, оммавий ахборот воситалари мустақиллигига эришиш йўлидаги саъй-ҳаракатлар соҳани тараққий эттиришда янада улғуворлик касб этмоқда.

Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг: "Оммавий ахборот воситаларининг ролини кучайтириш соҳасида биз уларнинг иқтисодий асослари ва моддий базасини янада мустаҳкамлаш, журналистларнинг касбий фаолиятини ҳимоя қилишга қаратилган ишларни изчил давом эттирамиз", деган сўзлари, оммавий ахборот воситалари ва соҳа ходимларига бўлган юксак эътиборнинг амалий ифодасидир.

Асосий долзарб вазифа – ахборот соҳасидаги эркинлик ва ошқораликни таъминлаш, соҳадаги камчиликларни чуқур ўрганиб, уларни бартараф этиш, мавжуд микдор кўрсаткичлари

рени сифат кўрсаткичларига айлантириш, матбуотнинг очиклиги ва ошқоралигини таъминлаш, оммавий ахборот воситаларининг самарадорлигини оширишдир. Халқимиз дарду ташвишларини ҳолис ёритишни ўзларининг шарафли ва муқаддас бурчи деб билган ижод аҳлининг фидокорона меҳнатини ҳар қанча эътироф этсак, арзийди.

Матбуот ва оммавий ахборот воситалари ходимларининг фидокорона меҳнатлари ҳамиша улғуланиб, муносиб қўллаб-қувватланиши соҳа ходимларига янада ижодий баркамоллик бағишлайди.

Ўзбекистон тиббиёти олдида кўйилган вазифаларни тиббиёт ходимларига етказишда сизларнинг таъсирчан сўзингиз, фаол гражданлик позициянгиз сув билан ҳаводек зарур.

Ҳақиқатан ҳам, ҳар қандай мураккаб шароитда ҳам адолат таъмоилига, ўзининг ҳаётий ва ижодий принципларига содиқ қолиш, одамларни қийнаётган камчилик ва муаммоларни дадиллик билан кўтариб чиқиш, уларни бартараф этиш учун жамоатчилик фикрини шакллантиришга, аввало, сизлар каби маънавий жасорат эгаларигина қодир бўлади.

Оммавий ахборот воситаларини ривожлантириш, уларнинг моддий-техник базаси ва кадрлар салоҳиятини мустаҳкам-

лаш, сўз ва матбуот эркинлиги, фикрлар хилма-хиллигига эришиш, фуқароларимизнинг ахборот олиш, ўз фикрини эркин ифода этиш борасидаги конституциявий ҳуқуқларини таъминлаш бўйича кенг қўллаб-қувватлаш ишлар амалга оширилади.

Айни вақтда, ҳозирги шиддатли ахборот замонида мамлакатимиздаги оммавий ахборот воситалари фаолиятини мувофиқлаштириш, уларга тегишли ижодий-услубий ёрдам ва қўмак бериш, журналистларнинг профессионал малакасини ошириш, уларнинг қонуний ҳуқуқ ва манфаатларини ҳимоя қилиш, ижтимоий-маиший шароитларини яхшилаш, соҳа учун кадрлар тайёрлаш борасида бир қатор долзарб муаммолар ўз ечимини кутиб турибди.

Ўзбекистон Соғлиқни сақлаш вазирлиги муассислигида 1995 йили ташкил қилинган "Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш–Здравоохранение Узбекистана" газетаси ўз саҳифаларида даврнинг энг долзарб масалаларини, ҳаёт муаммоларини чуқур таҳлил қилувчи мақолалар, публицистик асарлар, газетхонларга хабарлар, янгилеклар, маълумотларни тезкорлик билан етказиб берилаётганлигига биз гувоҳимиз. Тиббиёт – ўта мураккаб фан. Гиппократ "Барча санъатлар ичида энг буюғи – бу тиббиётдир" деб бежиз айтмаган.

"Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш–Здравоохранение Узбекистана" газетаси жамоасига, Қорақалпоғистон Республикаси соғлиқни сақлаш вазирлиги ва вилоятлар соғлиқни сақлаш бошқармалари муассислигида ташкил қилинган газеталар жамоаларига омадлар доимий йўлдош бўлсин.

Исроил ИСМОИЛОВ,
шифокор.

Дилдаги гаплар

ЖУРНАЛИСТ ҚАЛАМИ ЎТКИР, ЛЕКИН
ХОЛИС БЎЛИШИ ЗАРУР

Бугун биз шиддатли ислохотлар даврида яшаймиз. Жамиятнинг барча қатламига ижобий таъсир ўтказётган изчил тарихий ўзгаришлар бунинг яққол далолатидир.

Кўзбўямачилик, нуксонларни ҳаспўшлаш, порахўрлик каби иллатларга қарши курашиш; одамларнинг ҳаётдан рози бўлиб яшашларини таъминлаш азал-азалдан кишилик жамиятининг орзу-умидларига ҳамоҳанглиги билан янада юксак аҳамият касб этади.

Хўш, мана шундай ўзгаришлар, таъбир жоиз бўлса, ҳаётимизнинг барча жабҳасига кириб бораётган тоза ҳаво журналистлар, ОАВ вакиллари билан нималарни талаб этади? Бурчимиз, вазиғамиз, касб-коримиз масъулиятдан келиб чиққан ҳолда, ҳамкасбларимиз янги давр талабларига тайёрми?! Биз, журналистларнинг ишидан бугун халқимиз қай даражада рози?!

Сўнгги тўрт йилда ўзбек матбуоти ўзгараётгани, янги мазмун, янги қиёфа касб этаётгани чин ҳақиқат. Ҳаётни бежаб-бежаб кўрсатгувчи матбуот ўрнида энг нозик, энг муҳим, энг ўткир муаммоларни ёзадиган, айтадиган, таҳлил қиладиган, кўрсатадиган матбуот пайдо бўла бошлади. Айниқса, интернет-журналистика жанри жашад ривожланмоқда. Ижтимоий тармоқлар, радио-телевидение, газеталар саҳифаларида очик мулоқотлар, баҳс-мунозаралар

кизигандан-кизиб бормоқда. Йиллар мобайнида тилга олиш уёқда турсин, қудуқнинг ичига бош суқиб пичирлаш ҳам мумкин бўлмаган масалалар эмин-эркин таҳлил этиляпти. Одамларда матбуотга нисбатан кизиқиши, ишончи тобора мустаҳкамланиб бормоқда.

Халқ орасида “Журналистнинг нони қаттиқ”, деган ибратли гап бор. Ўзбекистон Қасрида Абдулла Орипов таърифлаганидек, каламкашлар доимо ҳаёт қарвонининг энг олдинги сафида бўлганлар. Улар қатта қарвон йўлидаги ҳар қандай ҳодисаю ҳолатларни, ўнқир-чўнқирлару шамол-тўфонларни биринчи бўлиб кўрганлар, ёзганлар, таҳлил қилганлар.

Жуда кўп вақт ижодкорлар ҳаёти мисолида буни аниқ-тиниқ кўриш мумкин. Бунинг учун олис-олислардан фактлар қидиришга ҳам эҳтиёж йўқ. Биргина тиббиёт соҳасидаги журналистикани олайлик. 2020 йил нафақат Ўзбекистон, балки бутун дунёда синовли ва оғир йил бўлди. Коронавирус балосининг кириб келиши ва унга қарши кураш бўйича бошланган тезкор чоралар, одамларнинг бу ҳақидаги тиббий саводхонлиги, тарғибот-ташвиқот ишла-

ри ҳар қачонгидан кўра журналистлар, ОАВ зиммасига қатта масъулият юқлади. Ҳатто 24 соатлаб журналист ва блогерлар ушбу иллатдан ҳимояланиш ва унга қарши кураш бўйича тарғибот материалларини тўхтатмадилар. Ушбу касб эгаларининг саъй-ҳаракати билан одамларда мазкур касалликдан ҳимояланиш бўйича “маънавий иммунитет” шакллантирилди. Бунда Соғлиқни сақлаш вазирлиги тасарруфидаги кўплаб газета ва журналлардаги калам соҳиблари меҳнатини эътироф этмасдан бўлмади. Тиббиёт журналистикаси шу даражада ривожландики, ҳатто ўз саломатлигига бефарқ бўлмаган инсонни топиш мушкул бўлди. Бу ўша турли кўрсатув, ток-шоу ва долзарб мавзудаги чиқишларнинг амалий самараси туфайлигина биз одамларда тиббий саводхонлиқни ижобий томонга ўзгартира олдик. “Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш-Здравоохранение Узбекистана” газетаси ҳам бу жараёнда анча фаоллиқни қўлдан бермади. Мутахассисларни жалб этган ҳолда туркум мақолалар бериб борди. “Савол-жавоб” руқнида Штаб аъзоларидан тўлақонли маслаҳатларни умумлаштириб, аҳолимизга тезкор етказиб борди. Ижтимоий тармоқдаги саҳифалари орқали кўплаб масалаларга ойдинлик киритилди. Шу туфайлигина бугун ҳам ОАВ вакиллари халқ ишончини



қозонишга интилоқда. Бу эса осон кечмайди. Шундай экан, назаримизда, журналист ўзини халқ ҳаётидаги муайян, зарур ўринга қўя билиши нихоятда муҳим. Бунинг учун у адолатли, холис ва ҳалол бўлиши, тарозининг икки палласини бир хил тутмоғи зарур.

Айтган сўзи ўқувчи, тингловчи руҳини кўтариши, уларга куч бағишлаши, қалбларни сеҳрлаши, хайратга солиши, кўнгилларга адолат нурларини таратиши журналистлар бор-ўзгаришларни оширадиган. Улар учун зарур шароитлар яратилди, эҳтиром кўрсатилмоқда.

Аввало, Ватанимиз равақли, халқимиз фаровонлигини юксалтириш, мустақиллигимизни мустаҳкамлаш йўлида жонқуярлик ва жонбозлик кўрсатиб меҳнат қилаётган азиз оммавий ахборот воситалари ходимларини яқинлашиб келган касб байрами билан самимий муборакбод этамиз. Мана шундай ўта муҳим ва долзарб вазифаларни амалга ошириш йўлида уларга сизат-саломатлик, куч-ғайрат, янги омадлар тилаб қоламиз.

Ибодат СОАТОВА,
журналист.

Эътибор

МАТБУОТ ХИЗМАТИ ФАОЛИЯТИ
ЭЪТИРОФ ЭТИЛДИ

Қуни кеча Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси ҳузуридаги Ахборот ва оммавий коммуникациялар агентлиги томонидан ўтказилган “Матбуот хизматлари фаолияти: асосий мезонлар – очиклик, тезкорлик ва холислик” мавзусидаги миллий конференцияда бир неча матбуот хизматлари қаторида Соғлиқни сақлаш вазирлиги Матбуот хизмати ҳам самарали фаолияти ва юқори кўрсаткичлари учун тақдирланди.

АОКАнинг 2021 йил биринчи чорақдаги фаолияти мониторинги натижаларига кўра, юртимиздаги 129 та республика ташкилот ва идоралар ахборот хизматлари орасида 18 та ташкилот матбуот котиблари қаторида Соғлиқни сақлаш вазирлиги Матбуот котибининг фаолияти ҳам энг юқори деб баҳоланди. Хусусан, вазирликлар орасида 6 тасининг матбуот хизматлари фаолияти юқори деб топилаган. Бундай ижобий натижага эришишда вазирлик Матбуот

хизматининг қуйидаги кўрсаткичлари ўрин тутаётгани шубҳасиз:

Матбуот хизмати шу йилнинг биринчи чораги давомида ижтимоий тармоқларда тарқалган соҳага доир 100 дан ортиқ мурожаатларга ўз вақтида жавоб берди;

Шу ўринда барча ҳамкасбларимизга, вазирлик фаолиятини кенс ёритишда фаоллик кўрсатаётган оммавий ахборот воситалари вакиллари, шунингдек, журналист ва блогерларга самарали ҳамкорлиги ва ёрдамлари учун миннатдорлик билдирамиз. Ҳамкасбларимизни яқинлашиб келаётган касб байрамлари билан самимий муборакбод этамиз.

МТРК таркибига кирувчи 10 дан ортиқ телеканаллар, шунингдек, нуфузли хусусий телеканаллар, газеталар, қатор интернет сайтлари ССВ Матбуот хизмати бераётган ахборотлардан ҳар куни самарали фойдаланмоқда;

Матбуот хизмати қунига 13-15 тагача вазирлик фаолиятига оид муҳим хабарлар, тизимдаги ўзгаришлар, статистик маълумотлар, инфографик ва видеоматериалларни оммага тақдим этиб келмоқда.

Қонунни ўрганамиз

ФУҚАРОЛАР КОНСТИТУЦИЯВИЙ
СУДГА МУРОЖААТ ЭТИШИ МУМКИН

Президентимиз томонидан 2021 йил 27 апрель куни “Ўзбекистон Республикасининг Конституциявий суди тўғрисида”¹га Қонун имзоланди.

Қонунга кўра, Конституциявий суди доимий фаолият юритувчи суд ҳокимияти органи бўлиб, қонун чиқарувчи ва ижро этувчи ҳокимият ҳужжатларининг Конституцияга мувофиқлиги тўғрисидаги ишларни қўради.

Қонунга янги киритилган ўзгаришларга кўра Конституциявий суд конституциявий ҳуқуқ ва эркинликларни муайян ишда қўлланилган ва Конституцияга мувофиқ бўлмаган қонунда бузилган деб ҳисобловчи фуқаролар ҳамда юридик шахсларнинг шикоятларини ҳам кўриб чиқиши белгиланди. Энди фуқаролар ва юридик шахслар қонун уларнинг конституциявий ҳуқуқлари ва эркинликларини бузмоқда деб ҳисобласа ҳамда судда кўрилиши тугалланган муайян ишда қўлланилган бўлса ва судда ҳимоя қилишнинг барча бошқа воситаларидан фойдаланиб бўлинган бўлса, қонуннинг Конституцияга мувофиқлигини текшириш тўғрисидаги шикоят билан Конституциявий судга мурожаат қилиши мумкин бўлади. Бундан ташқари Конституциявий суд раис ва унинг ўринбосарини қўшган ҳолда 9 нафар судьядан иборат бўлади (илгари 7 нафар эди).

Шунингдек, Конституциявий судга мурожаат қилиш ҳуқуқига эга бўлган субъектлар қаторига Инсон ҳуқуқлари бўйича вакил (омбудсман), Инсон ҳуқуқлари бўйича Ўзбекистон Республикасининг Миллий маркази, Президент ҳузуридаги Тadbirkorlik субъектларининг ҳуқуқлари ва қонуний манфаатларини ҳимоя қилиш бўйича вакил ҳам киритилди.

Миркомил МИРМАҚСУДОВ,
Ўзбекистон туманлараро иқтисодий суди раиси,
Бекзоджон ҲАЗРАТҚУЛОВ,
Ўзбекистон туманлараро иқтисодий суди
девоҳона мудир.

Соғлиғимиз ўз қўлимизда

ИНСУЛЬТ ХАВФИДАН ҚАНДАЙ САҚЛАНИШ МУМКИН?

Инсулът касаллиғини ташхислаш, даволаш усуллари, салбий оқибатлари нималардан иборат?



Инсулът энг муҳим диагностика текширувлар, хусусан компьютер томография (КТ) ва магнит-резонанс томография (МРТ) асосида ташхисланади. Кўп ҳолларда, компьютер томография ёрдамида инсулът ва бошқа турдаги "янги" миё кон қуйилишларини фарқлаш мумкин. МРТ ёрдамида ишемия

майдонларини аниқлаш, шунингдек, ишемик миё зарари тарқалишини баҳолаш мумкин. МРТ геморрагик инсулътни ишемик инсулътдан фарқлаш, шунингдек, таъсир майдони ва унинг катталиғи аниқ ўрини аниқлаш имконини беради. Бундан ташқари, МРТ ёрдамида ўхшаш аломатлар бўлган бошқа касалликларни истисно қилиш мумкин. Ишемик инсулътда ҳам бир қатор, жумладан, бўйин ва миё томирларининг ультратовуш текшируви (УТТ), эхокардиография, миё ангиографияси каби қўшимча тадқиқотлар ўтказилади. Статистик маълумотларга қараганда, ишемик инсулът геморрагик инсулътга қараганда 8-9 марта кўп учрайди. Инсулътни умумтерапевтик даволаш юрак-қон томир тизимини

нормаллаштириш, нафас олиш функциясини тиклаш, миё шилини камайтириш, шунингдек, қайталанишининг олдини олиш ва асоратларини даволашга қаратилган. Инсулътни даволаш тезда бошланиши керак. Биринчи босқичда хали инсулът характери аниқланмаган пайтда бемор ҳаётини сақлаб қолишга қаратилган даво муолажалари ўтказилади. Бемор чалканча, боши сал кўтарилган ҳолатда ётқизилади. Агония ҳолатида кўчириш мумкин бўлмаган беморлардан бошқа ҳамма инсулът бўлган беморлар махсуслаштирилган неврологик бўлимга ётқизилиши керак. Беморни кўчириш вақтида эҳтиёт бўлиш, силкитмаслик лозим. Агар юрак фаолияти бузилиши ўпка шили билан бирга учраса, спирт буғи қўшилган кислород билан нафас олдирилади. Бемор боши баланд қилиб ётқизилади. Нафас олиши меъ-

ёрлашиши учун электр сўргич билан оғиз бўшлиғи, бурун ва халқум шилликлардан тозаланади. Тил орқага кетишини олдини олиш ва нафас олишни енгиллаштириш учун оғизга ҳаво найчасини қўйиш мумкин. Инсулът билан касалланган беморлар дарҳол ётқизилиб, боши баланд кўтарилади ва музлик халта, оёқларига иссиқ грелка қўйилади. Аминокислоталар ва витаминларга бой бўлган мева-сабзавотларни етарли миқдорда истеъмол қилиш миё инсулътга олиб келувчи хатарли омилларни камайтиради. Айниқса, таркибда аскорбин кислотаси, токоферол ацетат, циа-

нокобаламин, никотин кислотаси, бета-каротин каби витаминлар қон-томир деворлари учун ўта муҳим озукдир. Таркиби калийга бой бўлган қуруқ меваларни истеъмол қилиш ҳам томирларда атеросклеротик шилликчалар ривожланишининг олдини олади, томир деворини шикастланишдан асрайди, томирнинг ички деворида холестерин тўпланишини пайсантиради, демак тромблар пайдо бўлишига тўсқинлик қилади. Баллик гўштини истеъмол қилиб туриш ҳам юрак мушакларида моддалар алмашинувини яхшилаб, қонда холестерин миқдорининг пайсантилишига ёрдам беради.

Умуман олганда, барча хасталиклар каби инсулътни ҳам даволашдан кўра, олдини олиш осон ва самаралидир.

Бахтиёр ГОФУРОВ,
тиббийёт фанлари доктори, профессор.

Кўзимиз – гавҳаримиз!

ОЧИҚ ҲАВОДА КЎПРОҚ БЎЛИШИМИЗ КЎЗЛАРИМИЗ УЧУН ФОЙДАЛИ

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилотининг маълумотига кўра, дунё миқёсида камида 2,2 миллиард кишида кўриш қобилиятининг бузилиши ёки кўрлик ҳолатлари мавжуд. Кўз касалликларининг келиб чиқиш омиллари қандай, уларнинг диагностика ва даволаш усуллари қай даражада ривожланмоқда?

Жаҳон статистикасида кўз касалликларининг кенг тарқалиши ёки касалланиш кўрсаткичлари бўйича 1-ўринда конъюнктивит касалликлари, 2-ўринда миопия ва гиперметропия, 3-ўринда склерит ва кератитлар, 4-ўринда шох парда хиралашуви ва 5-ўринда гавҳар касалликлари — катаракта туралари. Юртимиздаги кўз касалликлари бўйича статистика ҳолати ҳам деярли шу кўринишда. Кўрлик ва кўриш қобилияти бузилиши ҳолатлари кўпайишининг асосий сабабларидан бири бу дунё аҳолисининг тез қаришидир. Шу билан бирга, сўнгги ўн йилликлар ичида аҳолининг турмуш тарзи сезиларли даражада ўзгарди — одамлар вақтининг кўпроқ қисмини ёпиқ жойларда ва камроқ кўчада ўтказадилар, кўпчилик инсонлар компьютерларда ишлайди. Бу, хусусан, миопия ривожланиш хавфини оширади. Бундан ташқари, қандли диабет билан касалланганлар сонини ҳам кўпаймоқда. Деярли барча бу хасталикка учраганлар ретинопатиянинг бирон бир шакли, кўз турпардаси касаллиғи билан оғрийдилар. Кўзларини мунтазам равишда текшириб туриш ва кўриш қобилияти ёмонлашувининг биринчи аломатларини сезганда, ёқ шифокор билан маслаҳатлашиш керак. Одатда, охириги пайтгача одам кўриш қобили-

режали кўриклар зарур. Инсон кўчада, яъни тоза ҳавода қанча кўп вақт ўтказса, шунчалик кўриш қобилиятини пайсантиришнинг олдини олиши ва миопия ривожланиш тезлигини пайсантириш мумкин. Барча ёшдаги кишилар учун очик ҳавода бўлиш фойдалидир. Агар узокни яхши кўролмаслик ёки миопия ҳақида гапирадиган бўлсак, бу касалликнинг ривожланишига таъсир қилувчи кўпга шароитлар мавжуд. Улардан бири генетика бўлса, иккинчиси одамлар кўпроқ вақтини очик ҳавода эмас, компьютер экранлари олдида ўтказиши ҳисобланади. Шунинг учун барча ёшдаги кишилар учун умумий тавсия — очик ҳавода кўпроқ вақт ўтказиш. Шунингдек, қозғоли ёки электрон китобларни ўқиётганда маълум масофани сақлаш зарурлигини унутмаслик керак. Бунда масофа 30 сантиметрдан кам бўлмаслиги муҳим. Баъзида болалар китобни кўзларига яқинлаштириб ўқишади. Уларнинг масофа сақлашга ўргатиш лозим.

КЎЗ КАСАЛЛИКЛАРИНИНГ
КЎП ҚИСМИ ЖАРРОҲЛИК
ЙЎЛИ БИЛАН БУТУНЛАЙ
ДАВОЛАНАДИ

Республика ихтисослаштирилган кўз микрохирургияси илмий-амалий тиббийёт марказида жами 40 дан ортиқ диагностика ва 100 дан ортиқ жарроҳлик амалиётлари йўлга қўйилган ва бу хизматлар янги юкори технологияларни жорий қилиш натижасида кўпайиб, сифати ошиб бормоқда. Марказда беморларни даволаш сифати махсус электрон дастур асосида олиб борилади. Ҳозирги вақт-

да кўз касалликларининг кўп қисми жарроҳлик йўли билан даволанади. Масалан, катаракта, глаукома, шох парда касалликлари, кўз ёши йўллари касалликлари, қовоқлардаги касалликлар, тўр парда касалликлари — тўр парда кўчиши, ретинопатиялар, қон қуйилишлар ва ҳоказоларнинг барчаси юртимизда самарали даволаниб келинмоқда. Мамлакатимизда соғлиқни сақлаш тизимидаги амалга оширилаётган кенг қўламли ислохотлар, яъни юкори технологияларнинг келтирилиши, замонавий диагностика ва даволаш усуллари амалиётга татбиқ этилиши, соҳага малакали ёш кадрларнинг кириб келиши, чет эл нуфузли клиникаларидан малакали мутахассисларнинг таклиф этилиши, улар томонидан ўтказилаётган маҳорат дарслари ва бошқалар аҳолига кўрсатилаётган офтальмология хизмати-нинг жадал суръатлар билан ривожланишига ва даволаш самардорлигининг оширишига олиб келяпти. Бу эса йил сайин даволанаётган ва жарроҳлик амалиёти ўтказилаётган беморларнинг сонини ошишига хизмат қилмоқда. Ҳозирда марказда замонавий жарроҳлик амалиётларидан бўлиб кератопласти-



ка, фактоэммулсификация, витреоретинал жарроҳлик, кўз аъзосининг турли қисмларида барча турдаги лазер жарроҳлик амалиётлари ва офтальмопластика дунё стандартлари асосида амалга ошириб келинмоқда. Шунингдек, юртимизнинг бошқа клиникаларида қўлланиладиган диагностика ва даволаш усуллари билан бемор шох пардасини донор шох пардага алмаштириш, витреоретинал жарроҳликнинг мураккаб усуллари, фемтосекундлар лазерли катаракта фактоэммулсификация ва эксимер жарроҳлиги, кўзнинг ўрта ва орқа бўлимлари касалликларида қўлланиладиган лазер жарроҳликларни амалга оширилишини санаб ўтишимиз мумкин.

Марказда даволаш нархлари хусусий клиникалардаги нархлардан 1,5 дан 3 баробаргача арзон бўлиб, мураккаб диагностика ва даволаш усуллари амалга оширишда имтиёзли тоифага кирувчи беморлар амбулатор ва стационар ордерлардан (100 фоиз бепул бўлган ҳолда) фойдаланиш имкониятига эга.

Азамат ЮСУПОВ,
Республика ихтисослаштирилган кўз микрохирургияси
илмий-амалий тиббийёт маркази директори,
тиббийёт фанлари доктори.

● Юртимиз шифохоналарида

МУРАККАБ ЖАРРОҲЛИК АМАЛИЁТЛАРИ ЎТКАЗИЛАДИ

Пойтахтимиздаги Болалар миллий тиббиёт марказига Сеул миллий университети шифохонасидадан бир гуруҳ тиббиёт соҳасидаги мутахассислар ташриф буюришмоқда. Улар Корея халқаро ҳамкорлик агентлиги (KOICA) томонидан марказнинг педиатрия тиббиёт ходимлари салоҳиятини ошириш бўйича тренинглар ва маҳорат дарсларини ўтказиш учун юборилмоқда.

Ушбу гуруҳларнинг ташрифи янги йилнинг июн-сентябрь ойларида амалга оширилиб, педиатриянинг асосий йўналишлари (кардиожарроҳлик, кардиология, анестезиология, PICU/CCU) бўйича ихтисослашган корейлик тиббиёт мутахассислари Болалар миллий тиббиёт маркази шифокорлари ва ҳамширалари учун симуляцион таълим, болалар жарроҳлиги, очик юракда операциялар ўтказиш, катетеризация орқали юрак қон-томир муолажалари, менежмент каби йўналишларда тренинглар ўтказиши кўзда тутилган. Қуни кеча Сеул миллий университетининг болалар жарроҳи профессор Ким Хён Ён бошчилигидаги мутахассислар лапароскопия, юрак-ўпка реанимацияси, ҳамшираларни симуляцион ўқитиш, болалар жарроҳлиги амалиёти, болаларга шошилчи тиббий ёрдам кўрсатиш борасида тренинг машғулотларини ўтказди.

Мақсад — Болалар миллий тиббиёт марказида 2020 йилнинг охирида KOICA кўмаги-

да ташкил қилинган Симуляция-инновацион ўқув марказида замонавий тиббий симуляция ускуналарини қўллашни жаддалаштириш, марказда доимий малака ошириш тизимини йўлга қўйиш учун замонавий клиник кўникмаларга эга тренерларни тайёрлаш. Ташриф давомида корейлик мутахассислар ўзбекистонлик ҳамкасблари билан биргаликда 5 та мураккаб жарроҳлик операциясини амалга оширади. Бундан ташқари, 2021 йил 1 июлидан эса Болалар миллий тиббиёт марказига Сеул миллий университети болалар ва кўкрак қафаси жарроҳлиги кафедраси профессори Ким Вунг Хан бошчилигидаги тиббиёт мутахассислардан иборат иккинчи делегация ташриф буюради. Улар орасида болалар кўкрак қафаси жарроҳлиги, болалар юрак етишмовчилиги, болалар анестезияси, интенсив терапия ва нефрология йўналишларидаги мутахассислар бўлиши кўзда тутилмоқда. Педиатрлар ва болалар кардиожарроҳларининг



иккинчи гуруҳи болалар кардиожарроҳлиги бўйича амалий машғулотлар ташкил этиш билан бир қаторда кам таъминланган оилаларнинг оғир касал бўлган болаларида интенсив терапия ва кўшма жарроҳлик амалиётини ўтказишди. Корейлик кардиожарроҳлар ўзбекистонлик мутахассислар билан биргаликда оғир туғма юрак нуқсонлари бўйича 10 та жар-

роҳлик операциясини, шунингдек 10 та болага юрак катете-

ризациясини амалга ошириш кутилмоқда.

Хусусан, иккинчи гуруҳ мутахассислари ташрифи давомида режалаштирилган кам таъминланган оилалар фарзандларининг юрак операциялари юрак операцияларини қўллаб-қувватловчи бир қатор маҳаллий ва хорижий ташкилотларнинг, жумладан, "Замин" фонди нодавлат но-тижорат ташкилоти, Корея Республикасининг Lee Jong-wook Global Medical Center маркази молиявий кўмаги билан амалга оширилади.

@ssvuz

● Эҳтиёт чоралари

КАРАНТИН ТАЛАБЛАРИ ЎЗГАРТИРИЛАДИ

Республика махсус комиссиясининг Олий Мажлис Қонунчилик палатаси депутатлари ва илмий марказлар олимлари иштирокида навбатдаги кенгайтирилган йиғилишида мамлакатимизда коронавирус инфекцияси боғлиқ эпидемиологик вазият ҳамда ушбу инфекция билан касалланиш ҳолатларини олдини олишга қаратилган масалалар муҳокама қилинди.

Йиғилишда масъул раҳбарлар ҳисоботлари эшитилиб, коронавирус инфекцияси билан касалланиш ҳолатларини олдини олишга қаратилган тегишли қарорлар қабул қилинди.

Коронавирусга қарши эмланувчилар гуруҳи яна кенгайтирилди.

Биринчи навбатда касаллик профилактикасида қаратилган тушунтириш ишларини олиб бориш, шунингдек, аҳоли томонидан жамоат жойларида никоб тақиш, ижтимоий масофани сақлаш каби санитария-эпидемиология талаблари назоратини олиб бориш юзасидан тегишли идораларга топшириқлар берилди.

Шу билан бирга, коронавирус инфекциясига қарши эмлаш тадбирларида аҳоли фаоллигини ошириш мақсадида, 50 ёш ва ундан катта ёшдаги фуқароларни ҳамда олий таълим муассасалари профессор-ўқитувчиларини хавф ости гуруҳига мансуб аҳоли қатлами каторида босқичма-босқич Давлат бюджет маблағлари ҳисобидан эмлаш тадбирларини жаддалаштириш бўйича кўрсатмалар берилди.

Шунингдек, сўнгги кунларда инфекция билан касалланиш ҳолатлари бироз ортганлигини инобатга олиб, ҳудудларда коронавирус инфекцияси билан касалланган беморларни даволашга йўналтирилган тиббиёт муассасаларининг тайёргарлик ҳолатини таҳлил қилиш ва зарур дорӣ воситалари захирасини шакллантириш юзасидан топшириқлар берилди.

Соғлиқни сақлаш вазирлиги сўнгги кунларда айрим қўшни мамлакатларда коронавирус инфекцияси билан касалланиш ҳолатлари ортиб бораётганлиги, шу жумладан мамлакатимизда ҳам ушбу инфекция билан касалланиш бироз ортганлигини инобатга олиб халқимиздан шахсий масъулиятни оширган ҳолда жамоат жойларида никобда бўлиш ва ижтимоий масофани сақлаш каби талабларга риоя этишларини сўраб қолади.

Ўзбек-афғон давлат чегараси орқали фуқароларнинг ҳаракатланиши вақтинча тўхтатилади.

Соғлиқни сақлаш вазирлиги ва қатор манфаатдор ташкилотлар тақлифига кўра, Республи-

ка махсус комиссияси Афғонистон Ислом Республикасида коронавирус инфекцияси билан боғлиқ эпидемиологик вазият кескинлашаётганлигини инобатга олиб, ўзбек-афғон Давлат чегараси орқали фуқароларнинг ҳаракатланишини вақтинча тўхтатишга қарор қилди.

Шу билан бирга, Афғонистон Ислом Республикаси фуқароларига туристик визалар беришни ҳамда туристик фирмалардан виза талабномаларини қабул қилиш вақтинча тўхтатилади.

Бунда "Термиз-автотўл" чегара ўтказиш пункти орқали қўйидаги тоифадаги фуқаролар ва транспорт воситаларининг ҳаракатланишига рўхсат берилади: дипломатик ваколатхоналар, консуллик муассасалар ва халқаро ташкилотлар ходимлари ҳамда уларнинг оила аъзолари; халқаро юк ташиш билан шуғулланувчи ҳайдовчиларга; ўз юртига қайтаётган Ўзбекистон Республикаси ва Афғонистон Ислом Республикаси фуқароларига.

Шунингдек, "Термиз-автотўл" чегара ўтказиш пункти орқали Ўзбекистон Республикасига кириб келаётган шахслар томонидан ўтказиш пунктида фаолият юритаётган махсус клиника ёки лабораторияларда коронавирус инфекцияси антигенини экспресс тест текшируви орқали манфий натижа қайд этилган тақдирда Ўзбекистон Республикаси ҳудудига киритилади.

Коронавирус инфекциясига мусбат натижа аниқланган Ўзбекистон Республикаси фуқаролари эса тегишли ҳудудда жойлашган махсус клиникаларга даволаш учун юборилади.

Коронавирус инфекциясига мусбат натижа аниқланган чет эл фуқаролари эса Ўзбекистон Республикаси ҳудудига киритилмайди.

Бундан ташқари, синов тарихида Санитария-эпидемиологик осойишталик ва жамоат саломатлиги хизмати томонидан Ўзбекистон Республикасига чегара ўтказиш пунктлари орқали кириб келган барча шахслардан, республика ҳудудига кириб келганларидан сўнг 7-кунга қадар коронавирус инфекциясига полимераза занжирли реакция текширувини ўтказиш ва бунда тест ҳаражатларини Давлат бюджет маблағлари ҳисобидан қоплаш тизими жорий этилади.

Санаторий, пансионат ва болалар оромгоҳларига ПЗР таҳлилсиз қабул қилинмайди.

Эндиликда ташкилий-ҳуқуқий шаклдан катъий назар алоҳида кўрсатма бўл-

гунга қадар фуқароларни санаторий, пансионат ва болалар оромгоҳларига қабул қилишдан олдин охириги 72 соат давомида топширилган ПЗР таҳлили талаб этилиши тартиби жорий этилади.

Эндиликда никобсиз бўлган шахслар транспорт воситалари салонига чиқарилмайди.

Санитария-эпидемиологик осойишталик ва жамоат саломатлиги хизмати, Транспорт вазирлиги ва бошқа қатор манфаатдор ташкилотлар тақлифига биноан республика махсус комиссияси қарорига кўра йўналишли автобус ҳайдовчилари (кондукторлари) ва метро қулатувчилари никобсиз бўлган шахсларни транспорт воситалари салонига чиқармаслик (киритмаслик) чораларини кўриши белгиланди.

Шунингдек, мунтазам равишда микрофон орқали шахсларни масъулиятни ошириш бўйича тушунтириш ишларини олиб борилиши, жамоат транспортларининг охириги бекатида дезинфекция-тозалаш ишларини амалга оширилиши зарурлиги кўзда тутилмоқда.

Темир йўл вокзаллари ва аэропортларда эса санитария-эпидемиология талабларига амал қилинишини катъий назоратга олинишини, шу жумладан, дезинфекция ва тозалаш тадбирларини мунтазам равишда йўлга қўйилиши таъминланганидан бўлди.

Обиджон ДИМУРОВО,
маҳаллий консультант.

Соглом турмуш тарзи

ИНСОН ТАБИАТИ ЯНГИЛИККА ТАШНА

Инсон у хоҳ фойдали, хоҳ зарарли янгилик бўлсин уни ўз ҳаётида албатта, қўллаб кўргиси келади. Глобаллашув шиддати онг-қалбимиз ва ҳаётимизда шундай ўзгаришлар содир этмоқдаки, ундаги фойдали жиҳатлардан кўра, зарарли тез орада ўз таъсирини кўрсатмоқда. Бугун ҳар бир ёш-қари чекиш бу зарарли одат эканлигини, саломатликка зарар кўрсатишини билади. Инсоннинг замонавий ҳаёт тарзида чекиш кўпгина сурункали касалликларни келтириб чиқарувчи, иш қobiliятини пасайтирувчи, ногиронликни ва ўлимни кўлайишига сабаб бўлувчи хавфли омиллардан бири ҳисобланади.

Энг дахшатлиси, чекиш-бу мақсадли равишда орттирилган одат ҳисобланади. Инсон организми чекиш учун яратилмаган. Биринчи марта чекишда организм йўтал кўринишида унга қаршилиқ кўрсатмоқчи бўлади. Аммо, биз барибир, бу зарарли ичимизга тортишга ҳаракат қилаверамиз. БМТ маълумотларига кўра, дунёда кашандалар оқибатида ҳар йили 5,4 миллион, ҳар 6 сонияда 1 киши ҳаётдан кўз юмди. Мутахассисларнинг фикрича зудлик билан зарур чоралар кўрилмаса 2030 йилга бориб кашандалик ҳар йили 8 миллион кишининг ҳаётдан бевакт кўз юмишига сабаб бўлади. Дунёдан чекувчилар сони бўйича биринчи ўринда Хитой, Хиндистон ва Индонезия туради. Чекиш оқибатида келиб чиқадиган йиллик иқтисодий зарар 200 миллиард АҚШ долларидан ошиб кетмоқда. Бир кун давомида 1та сигарет чекаётган шахслар чекувчи ҳисобланади. Тамаки ва унинг тутун таркибида одам организмига зарарли таъсир этувчи 400 дан ортиқ ҳар хил бирикмалар бўлиб, улардан энг захарлиси-никотин. Никотин энг кучли захарлардан

лар ўтиб чуқурлашиб, кашандаланинг иродаси заифлаша боради. Ёшларда, аввало, иродали бўлишни тарбиялаш, уларнинг бўш вақтини тўғри тақсимлаш, ўзига бўлган ишончини ошириш лозим. Ҳозирги вақтда "Тамаки ва алкоголь маҳсулотларини истеъмол қилиш ва тарқатишни чеклаш тўғрисида"ги қонун ва бошқа алоҳида норматив ҳужжатлар ижро учун қабул қилинган. "Реклама тўғрисидаги қонун" тамаки ва тамаки маҳсулотларини реклама қилишни таъқиқлайди. Келажакимиз учун дахлдор қонун лойиҳаси аҳоли саломатлиги, фарзандларимиз тарбияси ва миллат генофонди учун муҳим масалаларни ҳал этишда долзарб аҳамиятга эга.

Чекиш ҳақида қуйидаги уйдирмалар мавжуд: чекиш асабини тинчлантиради, стрессда ёрдам беради; чекувчилар сарви-комат бўлади; совуқда иситади; кўп кишилар чекаятдилар ва яшаётдилар. Чекишни ташлашнинг 2 йўли бор: биринчиси тез ва оғир, чекишни зудлик билан ташланг! Иккинчиси секин-аста ҳар кун чекаётган сигарет нормасидан кунига 1-2 та сигаретдан қискартириб бори! Чекишни ташлаш йўллари: ҳар икки кунда бир донадан қамайтириб бори! Биронга спорт тури билан шугуллани! психолог сеансларига катнашинг; чекиш хумори тутиб қолса, соф хавода сайир қилинг; ухлаш метёрига риоя қилинг; сигаретага ашаддий душман деб қаранг!

Тошкент вилояти Ангрн шаҳрида Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил

30 октябрдаги "Соғлом турмуш тарзини кенг тарғиб этиш ва оммавий спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида" ги Фармонида белгиланган вазифалар ижроси юзасидан бир қанча ишлар амалга оширилиб келинмоқда. Жумладан, режалаштирилган тадбирлар асосида аҳоли орасида "Соғлом ҳаёт учун 5000 кадам шиори остида марафон бўлиб ўтди. Мазкур оммавий тадбирда 7 ёшдан 70 ёшгача бўлган 500 нафарга яқин ҳамшаҳарларимиз фаол иштирок этишди. Тадбир давомида тиббиёт муассасалари ходимлари КТМП ва 4 та оилавий поликлиникалар томонидан марафон иштирокчилари билан "Биз тамакисиз худудини танлаймиз" номли декларациясини қўллаб-қувватлаш учун рус ва ўзбек тилларида маълумотлар, имзолаб йиғилди. Марафон давомида жами 5 та худудда (КТМП ва 4 та оилавий поликлиникаси) тиббий ходимлар томонидан 344 та фуқаро томонидан декларация тўлдирилди. Марафон иштирокчиларига тамаки истеъмоли жинси, ёши, ирки ва маданиятига қарамай, ҳар қандай киши учун хавф туғдириши, тамаки истеъмоли натижасида

эрта ўлим ҳолатларининг қузатилиши, соғлом турмуш тарзида яшашнинг афзалликлари ҳақида суҳбатлар тушунтириш ишлари ўтказилиб борилади. Марафон иштирокчилари учун тиббиёт ходимлари томонидан соғлом овқатланиш ярмаркази ўтказилди. Бунда аҳоли учун соғлом овқатланиш столлари ташкиллаштирилди. Марафон иштирокчиларига "яшил", "сарик", "кизил" столлар ҳақида ва уларнинг аҳамияти, маҳсулотларнинг организмга таъсири ҳақида, иммунитетни кўтариш учун зарурий озик-овқат маҳсулотлари ҳақида тушунчалар берилди. Шунингдек, тиббиёт ходимлари томонидан антропометрик кўрсаткичлар аниқланди. Марафон иштирокчиларининг бўй баландликлари, вазни, бел айланаси ва семизлик даражаси кўрсаткичлари аниқланди ва вазн индекси юқори чиккан фуқароларга тегишли маслаҳатлар берилди. Тадбир давомида Вилоят ОИТС га қарши курашиш маркази ходимлари томонидан алоҳида кўргазма ташкиллаштирилди. Унда марказ ходимлари аҳолига ОИТС ҳақида маълумот беришди ва уларга буклетлар тарқатишди.

Марафон давомида "Ассалом тонг" нафас гимнастикаси машқлари Ангрн шаҳар тиббиёт бирлашмаси ҳамшира кизлари томонидан сахналаштирилди. Бунда Республикада фахрли иккинчи ўринни қўлга қиритган Ангрн шаҳар тиббиёт бирлашмаси ҳамшира кизлари гуруҳи чиқишлари бўлиб ўтди. Анжуман мазмунли ва марокли ўтди.

Орзухон ЛАТИПОВА,
Тошкент вилоят соғлиқни сақлаш бошқармаси мутахассиси.

Назорат

“ТАБЛЕТКАФУРУШ”ЛАРИНГ НОҚОНУНИЙ САВДОСИГА ЧЕК ҚЎЙИЛДИ

Шундай дори воситалари борки, агар улар шифокор тавсиясиз истеъмол қилинса, инсон ҳаётига жиддий хавф туғдиради. Хусусан, кучли таъсир қилувчи препаратларни нотўғри қўллаш туфайли ушбу фармацевтик маҳсулотларга қарам бўлиб қолиш ёки наркологик касалликларга йўлқиш мумкин. Катта ҳаёт оstonасида турган ўсим йўл-қизлар орасида бу каби зарарли одатлар учраётгани ота-оналарни, халқимиз саломатлигига бефарқ бўлмаган ҳар бир фуқарони ташвишга солиши шубҳасиз.

Ахир, уларнинг бундай хатарли йўлга кадам қўйиши яқинлари, маҳалла-қўй ва таълим даргоҳлари учун ҳам калтис оқибатларига олиб келиши турган гап.

Афсуски, орамизда ушбу моддалар инсон саломатлигига жиддий зарар етказишини била туриб, ёшлар орасида кучли таъсир қилувчи ва сифати кафолатланмаган бу дори воситаларини сотишга уринаётган нопоқ кимсалар ва дорихона эгаларининг борлиги ачинарлидир.

— Маълумки, 2019 йил 6 сентябрда Президентимизнинг “Дори воситалари ноқонуний айланганининг олдини олиш чораларини қулайтириш тўғрисида”ги қарори қабул қилинган, — дейди Республика Фармацевти-

ка тармоғини ривожлантириш агентлиги Тошкент шаҳар бўлими раҳбари Улугбек Жуманиёзов. — Унга кўра, 2019 йил 1 декабрдан бошлаб таркибда кучли таъсир қилувчи моддалар мавжуд бўлган дори воситаларининг чакана реализацияси (берилиши) факат ижтимоий дорихоналар, шунингдек, гиёҳвандлик воситалари ва психотроп моддаларни сақлаш ва реализация қилиш (берил) фаолиятига лицензияси бўлган дорихоналар томонидан амалга оширилиши белгиланган. Бироқ афсуски, ўрнатилган ушбу тартибга қарамай, бугунги кунда рецептсиз берилмайдиган, факат рухсатномаси бор дорихоналардагина сотилувчи бу дорилар турли ноқонуний йўллар билан ёшларимиз қўлига бориб қо-

моқда. Аслида кучли таъсир қилувчи дори воситалари аҳоли сони ва касалланиш даражасининг уч йиллик статистикасига қараб, экспорт қилинади. Масалан, биргина “Тропикамид” дори воситасини оладиган бўлсак, ушбу препарат кўз касалликлари шифохоналарида диагностика қилиш ва бошқа муолажаларда ишлатилади. Ушбу фармацевтик маҳсулот ижтимоий дорихоналарга қатъий белгиланган миқдорда олиб келинади ва беморларга факатгина ретсепт асосида берилади. Кўча-қўйда ва айрим дорихоналарда ноқонуний сотилаётган кучли таъсир қилувчи дори воситалари юртимизга контрабанда усулида олиб қилинади ва сотилади.

Маълумотларга қараганда, уларнинг ноқонуний савдосига чек қўйиш мақсадида Фармацевтика тармоғини ривожлантириш агентлигининг Тошкент шаҳар бўлимаси ва ҳуқуқни муҳофаза қилувчи орган вакиллари ўзаро ҳамкорликда йил бошидан бери бир неча бор тезкор тадбирлар ўтказди.

— Хусусан, ана шундай тадбирларда пойтахтимиздаги Юн-

субод тумани Осиё кўчасида жойлашган “Aziza pharmacy plus” МЧЖ, Чилонзор туманида жойлашган “Farm luks” МЧЖ, “Atsefenak farm”, “Gulshana pharm servis” МЧЖ, Учтёра туманида жойлашган “Impuls farm trade”, “City open”, “Farm standart navoiy” МЧЖ, Шайхонтохур туманида жойлашган “Салус онко” МЧЖга қарашли катор дорихоналарда кучли таъсир қилувчи дори воситаларининг ноқонуний савдоси амалга оширилган, — дейди У. Жуманиёзов. — Айни пайтда ҳуқуқни муҳофаза қилувчи органлар томонидан қонунда белгиланган тартибда мазкур дорихоналар эгаларини жавобгарликка тортиш чоралари кўрилмоқда. Фармацевтика тармоғини ривожлантириш агентлигига улар бўйича тақдимномалар кидрилган, белгиланган тартибда



дорихоналар лицензияси олиб қўйилади ҳамда 3 йил давомида жавобгар шахсга лицензия берилиши ва муассасада дори-дармон савдосини амалга оширилиши тақиқланади.

Шу ўринда юртимиздаги барча дорихона эгаларини осон моддий даромад кетидан қувиб, маъмурий, ҳатто жинсий жавобгарликка тортилиши ҳамда лицензиясидан маҳрум бўлишига сабаб бўладиган ноқонуний фаолиятдан сакланганини сўраб қоламиз

Энг асосийси, уларнинг бу ҳаракатлари туфайли ёш авлодимиз саломатлигига жиддий зарар етмаётгани, келусида жамиятимизнинг олди қаторларида бўлиши мумкин бўлган йўл-қизларнинг кучли таъсир қилувчи воситаларга қарам ҳолатга келиб қолиши ачинарлидир.

Соғлиқни сақлаш вазирлиги
Матбуот хизмати.

Актуальная тема

ДОСТАТОЧНО ПРОЙТИ МИМО

Особенность нового штамма коронавируса "дельта-плюс" в том, что он чрезвычайно заразен, сообщил портал IndiaToday со ссылкой на директора Всендийского института медицинских наук Рандипа Гулерия.

По мнению ученого, достаточно просто пройти мимо больного человека без маски. Хотя соблюдение мер безопасности поможет пресечь распространение инфекции, власти по-прежнему обеспокоены устойчивостью нового варианта к моноклональным антителам и его способностью "обходить" иммунитет. "Специалисты Индийского консорциума по геномике SARS-CoV-2 изучают его (штамм "дельта-плюс"). — Прим. ред.), и мы

узнаем, насколько эффективны вакцины против него", — добавил Гулерия. Индийский вариант (B.1.617) коронавируса выявили в марте. Впоследствии выделили три подвида: B.1.617.1, B.1.617.2 и B.1.617.3. Они отличаются несколькими мутациями в спайковом белке, благодаря которому патоген проникает в организм, и по-разному распространены по миру.

Между тем, "Дельта"-штамм продолжает мутировать. В конце прошлой недели штат Маха-



раштра сообщил о появлении "дельта-плюс" (B.1.617.2.1). Он отличается наличием мутации K417N в S-белке и может снижать активность сыворотки и антител переболевших и вакцинированных людей. Всего в Индии зафиксировали 22 случая заражения B.1.617.2.1.

Медицинская газета,
№ 24, 2021 г.

Врач советует

КАКОЙ ПОТ УКАЗЫВАЕТ НА ОПАСНОСТЬ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

Холодный пот в совокупности с повышенной температурой говорит о необходимости обратиться ко врачу, об этом в беседе со рассказала врач-терапевт Людмила Лапа.

Как заявила медик, потливость может означать две вещи: интоксикацию или внутренний перегрев. При этом пот бывает холодным или горячим, а каждое из этих состояний означает что-то свое.

"Когда пот холодный, надо обязательно обратить внимание на легкие, потому что это может быть и воспалительный процесс, и обострение какого-то хронического. Надо сразу померить температуру и вызвать врача, если она есть. Это плохой показатель", — предупредила Лапа.

При этом выделение большого количества холодного пота говорит о гипергидрозе, что указывает на активную стадию вирусной атаки на организм, отметила специалист. В этом случае также следует обращаться к врачу по поводу дальнейших действий.

"Вообще, это заболевание, конечно, эндокринной системы, обращать на это внимание нужно. Если малейшие тахикардии беспокоят, все идет к кардиологу, а это проблема все же больше эндокринологическая. На самом деле это серьезная причина обратиться к врачу", — заключила медик.

Ria.ru.

Полезные советы

КАКИМ ДОЛЖНО БЫТЬ ПИТАНИЕ ПОДРОСТКА

Подростковый возраст человека — это испытание не только для родителей и окружения, но и для него самого. В период с 11 до 19 лет человеческий мозг совершает важный скачок в развитии. Очень важно, чтобы подросток получал нужные мозгу вещества из еды.

В подростковом периоде мозг человека активно формирует новые нейронные связи, учится принимать самостоятельные решения (часто — эмоциональные), активно социализируется, развивает эмоциональную сферу, и еще формирует много функций, которые нужны будущему взрослому человеку. Конечно, в этот период особенно важно, чтобы подросток получал нужные мозгу вещества из своего рациона питания. Интересно, что мозг детей и подростков потребляет до 60% всей суточной энергии организма. Поэтому во время интенсивной умственной деятельности организму жизненно необходимо получать продукты, улучшающие его работу и работу мозга. Ведь пища, которую мы употребляем, самым прямым образом влияет на состояние нашего здоровья. Чтобы мозг подростка получал все необходимое, добавляйте в рацион своего ребенка такие продукты:

Ягоды и фрукты

Клубника, ежевика, черника и малина — все эти ягоды богаты витаминами, а также содержат множество компонентов, которые полезны для улучшения памяти.

Яблоки, груши и абрикосы содержат железо, которое нужно мозгу для передачи нервных импульсов от нейрона к нейрону. В день достаточно съедать горсть ягод (тем более, что сейчас как раз начинается их сезон), а также около 300 граммов фруктов.

Орехи и семена

Орехи содержат жирные кислоты Омега-3, которые необходимы мозгу для его здоровой работы. А еще в них есть витамин Е, который защищает нервные клетки от повреждений. Кроме того, в орехах содержатся витамины А, В, а также лецитин (вещество, которое улучшает мозговую деятельность). Достаточно съедать горсть орехов в день. К слову, их идеально использовать



в качестве здорового перекуса.

Жирная рыба

Жирная рыба — еще один природный источник жирных кислот Омега-3. Интересно, что Омега-3, помимо плюсов, описанных в предыдущем пункте, также позитивно влияют на когнитивные способности человека, снижают риск развития депрессии, а также симптомы тревоги и синдрома дефицита внимания. Рыба — идеальный продукт для здорового ужина.

Темный шоколад

Речь идет о шоколаде, в котором содержится более 70% какао. Черный шоколад богат флавоноидами, которые улучшают приток крови к мозгу. Кроме того, в шоколаде есть железо, магний, медь, которые дают человеку энергию и помогают справиться со стрессом.

Черный шоколад может стать отличным десертом, лучше — в первой половине дня.

Зеленый чай

О пользе зеленого чая написано уже много чего. Мы же сконцентрируемся на его полезном влиянии на работу мозга. Зеленый чай богат антиоксидантами, которые защищают мозг от свободных радикалов и сохраняют его здоровым на протяжении многих лет.

В частности, в зеленом чае есть аминокислота под названием L-тианин. Она улучшает сон, помогает человеку удерживать концентрацию внимания, а также повышает когнитивные способности.

Med.ru.

НАЗВАНЫ ЧАСТИ КУРИЦЫ, КОТОРЫЕ НЕЛЬЗЯ ЕСТЬ

Курица — распространенное блюдо в рационе многих людей, но употребление в пищу некоторых частей этой птицы может нанести вред организму.

На куриной тушке находится много паразитов и бактерий, отмечает автор материала, и избыточное употребление этой части птицы негативно сказывается на здоровье.

Также автор рекомендует отказаться от употребления куриных легких.

Отмечается, что и у них много паразитов и бактерий, которые не удастся уничтожить даже термообработкой из-за их устойчивости к высоким температурам. При попадании в человеческий организм они могут привести к недомоганию.

В куриной голове могут накапливаться опасные для здоровья человека вещества. Отмечается, что практически ничего полезного нет и в куриной коже — она богата жиром и на ее поверхности также находится много паразитов и бактерий.

Novostinedeli.ru.

Здоровье детей

РИСК ЗАРАЖЕНИЯ COVID-19 В СЕМЬЯХ ОКАЗАЛСЯ ВЫШЕ ПОСЛЕ ДЕТСКИХ ДНЕЙ РОЖДЕНИЯ

Во время пандемии только самые сознательные отказались от празднования дня рождения, свадеб и других важных событий. Авторы нового исследования считают, что многие люди подвержены опасной иллюзии о том, что от родственников и друзей невозможно заразиться, ведь они обязательно вовремя сообщат о тревожных симптомах.



Детские дни рождения почти на треть увеличили заболеваемость в семьях в США /

Группа американских ученых исследовала данные платформы Castlight Health о состоянии здоровья 2,9 миллиона семей в США за десять месяцев 2020 года. Специалисты сосредоточились на анализе информации о днях рождения всех членов семьи и подтвержденных тестах на COVID-19 в течение двух недель после предполагаемого празднования этого события. Ученые не знали точно, кто и как отмечал детские дни рождения, поэтому руководствовались универсаль-

ной моделью поведения американцев — в США принято устраивать большие вечеринки с детьми. Результаты показали устойчивую связь между праздниками и повышенным риском передачи коронавирусной инфекции. В районах, где был ранее Центры по контролю и профилактике заболеваний США (CDC) сообщили, что это чаще всего дети заражаются коронавирусной инфекцией от взрослых не в школах, а в основном на семейных вечеринках, свадьбах. Это в том числе может быть связано с тем, что в учебных заведениях дети и учителя носят маски и тщательно соблюдают дистанцию, считают авторы исследования.

«Если вы собираетесь неформально с семьей и друзьями, вы можете потерять бдительность и не наденете маску. Вероятно, вам кажется, что члены семьи и друзья не представляют для вас такой угрозы, как широкая публика», — считают ученые.

Ранее Центры по контролю и профилактике заболеваний США (CDC) сообщили, что это чаще всего дети заражаются коронавирусной инфекцией от взрослых не в школах, а в основном на семейных вечеринках, свадьбах. Это в том числе может быть связано с тем, что в учебных заведениях дети и учителя носят маски и тщательно соблюдают дистанцию, считают авторы исследования.

Екатерина ЕВЧЕНКО, Medportal.ru.

Бугуннинг мавзуси

КАРАНТИН ҚОИДАЛАРИГА АМАЛ ҚИЛИШ СОҒЛИГИМИЗ ГАРОВИ

Халқимизда “Бирники мингга, мингники туманга” накли бежиз айтилмаган. Кўп бора гувоҳи бўлганимиздек, қаерда инсонлар ўртасида бир-бирига ҳурмат, аҳиллик, ҳамжихатлик бўлса, тартиб-интизом, қонун-қоидага амал қилинса, ўша жойда тинчлик-осойишталик, ривожланиш барқарор бўлади. Одамлари фаровон ҳаёт кечиради.

Бунинг учун жуда кўп мисоллар келтириш шарт эмас. Биргина коронавирус инфекцияси хавф солган пандемия даврида жаҳон мамлакатларидаги вазиятларга бир назар ташласак кифоя.

Айтиш лозимки, дунё халқлари бошига энг оғир синновларни солган коронавирус балосига қарши курашиш йўлида мамлакатимизда кенг қўламда чора-тадбирлар амалга оширилди ва узлуксиз давом эттирилмоқда. Натижада жиддий тус олган вазият хавфини бир мунча пасайтиришга ҳам муваффақ бўлинди. Аҳолини коронавирусга қарши эмлаш борасида ҳам тизимли ишлар олиб боришмоқда.

Аммо қўрилаётган чора-тадбирлар, кенг қўламда амалга оширилаётган тарғибот ишларига қарамадан юртимиздаги вазиятни кўнгилдайдик деб бўлмайди. Коронавирус инфекциясини юктираётганлар со-

ни камайиш ўрнига ортиб бораёттир. Бу нафақат Республика Ҳукумати, вилоятимиз раҳбарлари, соҳа масъуллари, кенг жамоатчиликни ташвишга солмоқда. Кескин, тезкор чоралар қабул қилишга ундамоқда.

Ана шу муносабат билан Республика махсус комиссиясининг Олий Мажлис Қонунчилик палатаси депутатлари ва илмий марказлар олимлари иштирокида навбатдаги кенгайтирилган йиғилиши бўлиб ўтди. Унда мамлакатимиздаги эпидемиологик вазият ҳамда касалланиш ҳолатларининг олдини олишга қаратилган масалалар муҳокама этилди. Йиғилишда масъул раҳбарлар ҳисоботлари эшитилиб, коронавирус инфекцияси билан касалланиш ҳолатларининг олдини олишга қаратилган тегишли қарорлар қабул қилинди. Биринчи навбатда касаллик профилактикасига қаратилган тушунтириш ишларини кучайтириш, шунингдек, аҳоли

томонидан жамоат жойларида никоб тақиш, ижтимоий масофани сақлаш каби санитария-эпидемиология талаблари ижросини таъминлашни назоратга олиш юзасидан тегишли идораларга топшириқлар берилди.

Шу билан бирга, эмлаш тадбирларида аҳоли фаоллигини ошириш мақсадида, 50 ёш ва ундан катта ёшдаги фуқароларни ҳамда олий таълим муассасалари профессор-ўқитувчиларини хавф ости гуруҳига мансуб аҳоли қатлами қаторида босқичма-босқич давлат бюджетли маблаглари ҳисобидан эмлаш тадбирларини янада жадаллаштириш зарурлиги таъкидланди.

Худудларда коронавирус инфекцияси билан касалланган беморларни даволашга йўналтирилган тиббий муассасаларининг тайёргарлик ҳолатини таҳлил қилиш ва зарур дори воситалари захирасини шакллантириш топширилди.

Республика махсус комиссияси Афғонистон Ислом Республикасида коронавирус инфекцияси билан боғлиқ эпидемиологик вазият кескинлашяётганлигини инобатга олиб, ўзбек-афғон Давлат чегараси орқали фуқароларнинг ҳаракатланишини



вақтинча тўхтатишга қарор қилиди.

Азиз ҳамюртлар! Кимки, бугунги вазиятга тўғри баҳо бермай, аҳоли коронавирус инфекциясига қарши вакциналар билан эмланаяпти дея хотир-жамликка берилаётган бўлса, қаттиқ янглишади. Чунки, ко-

ронавирус инфекцияси ҳали тўлиқ ўрганилмаган касаллик бўлиб, уни яна қандай сир-синоа-ти борлигини ҳеч ким билмайди. Шундай экан, унга қарши курашиш йўлида энг аввало карантин қоидаларига тўлиқ амал қилишимиз зарур ва шартлигини асло унутмайлик.

Никоб тақиш, оралик масофани сақлаш, қўлимизни антисептик воситалар билан зарарлантириш соғлигимиз гарови эканини асло ёдимиздан чикармайлик. Энг асосийси яратиб берилаётган эмланиш имкониятидан ўз вақтида, самарали фойдаланайлик. Ана шундагина коронавирус инфекциясидан холи, дориларимиз қўлларга тезроқ етамиз. Ўзингиз ва атрофдагиларнинг саломатлигига бефарқ бўлманг.

Мамасоли ТОРАБЕКОВ,
Наманган вилояти Санитария-эпидемиологик осойишта-
лик ва жамоат саломатлиги бошқармаси бошлиғи.

Мутахассис фикри

ЎЗАК ҲУЖАЙРАЛАРИНИ
ТРАНСПЛАНТАЦИЯ ҚИЛИШ

Вазирлар Маҳкамаси қарори билан “Қариндошлар орасида буйрак ва (ёки) жигар бўлагини трансплантация қилиш тартиби тўғрисидаги вактинчалик низоми”га ўзгартириш ва қўшимчалар киритилди.

– Энди ушбу низомида гематопозитик суяк кўмиги ўзак ҳужайраларини трансплантация қилиш тартибини ҳам белгиланган бўлади. Шунингдек, низомига трансплантацияни бажаришга кўрсатма ва қарши кўрсатмалар киритилди. Айтиш лозимки, гематопозитик суяк кўмиги ўзак ҳужайраларини трансплантация қилиш фақат Республика ихтисослаштирилган гематология илмий-амалий тиббиёт марказида амалга оширилаётган бўлди.

Маълумот учун айтиш керакки, гематопозитик суяк кўмиги ўзак ҳужайраларини трансплантация қилиш инсон

саломатлигининг қайтариб бўлмас бузилишларига олиб келувчи ва қон ҳосил қилиш вазифаларини амалга ошира олмайдиган шикастланган ҳужайралар ўрнига реципиентга ўзининг соғлом суяк кўмиги ўзак ҳужайраларини ёки тирик донорнинг суяк кўмиги ўзак ҳужайраларини кўчи-



риб ўтказиш мақсадида амалга оширилаётган жарроҳлик амалиёти ҳисобланади.

Гематопозитик суяк кўмиги ўзак ҳужайраларини трансплантация қилиш учун реципиентнинг қариндошлари ҳамда у билан қариндошлик алоқалари бўлмаган шахслар ҳам тирик донорлар бўлиши мумкин.

Элдор ИСҲАКОВ,
Республика ихтисослаштирилган гематология
илмий-амалий тиббиёт маркази директорининг
даволаш ишлари бўйича ўринбосари.

Эҳтиёт бўлинг!

ҲАР БИРИМИЗ МАСЪУЛ

Маълумки, инсон ҳаётида ҳар қандай воқеа-ҳодисалар фавқулодда юзага келиши табиий. Фавқулодда вазиятлар содир бўлганда фуқароларнинг ҳаёти ва соғлигини сақлаш, моддий бойликларини асраш соҳа ходимларининг асосий вазифаларидан бири ҳисобланади.

Ана шундай йўналишлардан бири – хавфсиз эвакуацияни таъминлашдир. Демак ўз вақтида ва тезкор огоҳлантириш билан бирга эвакуация чораларини ташкил этиш орқали изчил ҳаракатларни амалга оширадиган бўлса, фуқароларнинг нафақат ҳаёти ва соғлигини, балки бойликларини ҳам қутқариб қолиш имконияти бўлади. Эвакуация чиқиш жойларининг сони, уларнинг ўлчамлари, ёритиш ва тутилган ҳимояланиш таъминланганлиги шароитлари эвакуация йўллари узуқлиги шахарсозлик норма ва қоидаларидаги ёнғин хавфсизлиги талабларига мувофиқ бўлишини таъминлаш, эвакуация йўлларидаги эшикларни қўлуфлаб қўйиш таъминланади. Хонада одамлар бўлганда эшикларни ички томондан осон очиладиган қилиб қўлуфлаш мумкин. Эвакуация йўлларидаги барча эшиклар бинодан чиқиш йўналиши бўйича эркин очилиши керак. Эллик нафар одам йиғилиши мумкин бўлган барча хоналарда ҳамда барча зина катаклариди, ўтиш жойлари ва бошқа эвакуация йўлларида эвакуация ёритиш чироклари ўрнатилиши шарт.

Бино ва иншоотларда ҳамда улардан чиқиш эшикларининг устки қисмида эвакуация йўллари ва чиқиш жойларини кўрсатувчи ёнғин хавфсизлиги белгилари ўрнатилиши керак. Хулоса ўрнида таъкидлаш жоизки, фавқулодда вазиятларнинг олдини олишга қаратилган тарғибот тадбирларида шахримизнинг ҳар бир фуқароси фаол қатнашиши билан бирга, ёнғин хавфсизлиги қоидалари ва талабларига қатъий амал қилишлари орқали ҳар қандай фавқулодда вазиятларнинг олдини олган бўламиз.

Умиджон ИМИНОВ.

А. Навоий номидаги Ўзбекистон Давлат Академик
катта театри биносини ёнғиндан муҳофаза қилувчи ёнғин
хавфсизлиги бўлинимаси катта инспектори, майор.

Газета
муассиси:
Ўзбекистон
Республикаси
Соғлиқни
сақлаш
вазирлиги

Бош муҳаррир
Баҳодир ЮСУПАЛИЕВ
Бош муҳаррир ўринбосари
Ибодат СОАТОВА

Газета ўзбек ва рус тилларида чоп этилади. Ҳафтанинг жума кунлари чиқади. Мақолалар кўчириб босилганда «O'zbekistonda sog'liqni saqlash – Здравоохранение Узбекистана» газетасидан олинди, деб кўрсатилиши шарт. Тахририятга келган қўлёзмалар тақриз қилинмайди ва муаллифга қайтарилмайди.

Манзилимиз: 100060, Тошкент шаҳри,
Истикбол кўчаси, 30-уй, 2-қават.
Тел/факс: (0371) 233-13-22, тел.: (0371)
233-57-73. Газета Ўзбекистон Республикаси
Матбуот ва ахборот агентлигида 2009 йилнинг
11 март кuni рўйхатга олинган. Гувоҳнома
рақами 0015.

Газета материаллари тахририят
компьютер марказида
терилди ва саҳифаланди.

Адади 796 нусха.
Буюртма Г-640

Газета «ШАРҚ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида
чоп этилди. Корхона манзили: Буюк Турон кўчаси, 41-уй.
Газета ҳажми 2 босма табоқ. Формати А3. Офсет усулида босилган.

Саҳифаловчи: Нарзулла Хамроев

Босмахонага топшириш вақти – 20.00.