

№3 (1537)

2026–YIL

20–FEVRA



t.me/uzbekistondasog'liqni saqlash

O'ZBEKISTONDA SOG'LIQNI SAQLASH

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ
УЗБЕКИСТАНА

IJTIMOIY–SIYOSIY GAZETA ♦ 1995–YIL OKTABR OYIDAN CHIQA BOSHLAGAN

■ Рақамли тиббиёт:

ЯНГИ АХБОРОТ МОДУЛЛАРИ ТАҚДИМОТИ ЎТКАЗИЛДИ

Бугун Ўзбекистон тиббиёти тараққиётнинг янги босқичи – рақамли соғлиқни сақлаш даврига қадам қўйди. Қоғоз шаклидаги хужжатлар, шифокор қабулига узундан узок навбатлар, ортиқча бюрократик тўсиқлар ўрнини босқичма-босқич замонавий электрон хизматлар эгалламоқда. Президентимиз топшириқлари асосида соҳани тўлиқ рақамлаштириш ва тиббий хизматлар сифатини янада ошириш мақсадида тизимга энг илғор ахборот технологиялари жорий этиляпти. Хусусан, айни пайтда барча давлат тиббиёт муассасалари DMED ягона рақамли тиббий ахборот тизимига уланиб, қарийб 38 миллион аҳолининг электрон тиббий картаси шакллантирилди.

Куни кеча Республика ихтисослаштирилган дерматология, венерология ва косметология илмий-амалий тиббиёт марказида Президент Администрацияси раҳбари ўринбосари Т. Алиева иштирокида тиббиётга доир янги рақамли модуллар тақдими бўлиб ўтди. Унда Соғлиқни сақлаш вазирлиги, тегишли вазирлик ва идоралар масъуллари, “Соғлиқни сақлаш лойиҳалари маркази” лойиҳа офиси, Ягона интегратор – “Uzinforcom” вакиллари, шунингдек, ихтисослаштирилган тиббиёт

марказлари ҳамда Тошкент шаҳар соғлиқни сақлаш бошқармаси раҳбарлари қатнашди.

Дастлаб тадбирда DMED ягона рақамли тиббий ахборот тизимининг имкониятлари ҳақида тақдимот ўтказилди. Унда ихтисослаштирилган тиббиёт муассасалари орасида биринчилардан бўлиб, Республика дерматология, венерология ва косметология илмий-амалий тиббиёт маркази томонидан ушбу платформа қуйи бўгин – туманлар даражасида жорий этилганлиги



йиғилганларда катта таассурот қолдирди. Айтиш керакки, мазкур тизим орқали беморларни рўйхатга олиш, қабул жараёнини автоматлаштириш, даволаш режаларини шакллантириш ҳамда тиббий маълумотларни марказлашган ҳолда юритиш имкони яратилган. Шундан сўнг, муассасада янги ташкил этилган Ситуацион марказ фаолияти ҳақида атрофлича маълумот берилди. У орқали ҳудудларда кўрсатилаётган тиббий хизматлар дашбордлар асосида масофадан мониторинг қилиниб, таххислар аниқлиги, тайинланган дорилар асослиги ҳамда даволаш жараёнлари реал вақт режимида кузатиб борилади. Бу эса тиббий хизмат сифатини ошириш ва эҳтимолий хатоларнинг олдини олишга хизмат қилади.

Тақдимотда 2026 йил DMED ва “Электрон рецепт” модулини янада ривожлантириш режалари ҳақида ҳам айтиб ўтилди. Хусусан, жорий йилда Республика ихтисослаштирилган тиббиёт марказларида ушбу платформадан, хусусий тиб-

биёт муассасалари ва дорихоналарда эса “Электрон рецепт” модулидан фойдаланиш бўйича ўқув машғулотларини ўтказиш кўзда тутилган. Ўз навбатида, соҳадаги ахборот тизимларини Ижтимоий ҳимоя миллий агентлиги, Давлат тиббий суғуртаси жамғармаси ҳамда Farma.xarid.uz (<http://Farma.xarid.uz/>) платформалари билан интеграция қилиш ишлари бошланди. Қолаверса, тадбирда тиббиёт ходимлари фаолияти самарадорлигини баҳолашга қаратилган KPI автоматлаштирилган тизимини амалиётга жорий этиш режалари хусусида ҳам маълумот берилди.

Тақдимот якунида Президентимизнинг Олий Мажлис ва халқимизга йўллаган Мурожаатномасида белгилаб берилган вазифалар ижросидан келиб чиққан ҳолда 2026 йил тиббиётда рақамлаштириш йили бўлиши, шунинг учун масъулларга бу борадаги ишларни янада жадаллаштириш, соҳага сунъий интеллект технологияларини кенг татбиқ этиш билан боғлиқ аниқ топшириқлар берилди.



ИСЛОҲОТЛАР НАТИЖАСИ РАҚАМЛАРДА ЭМАС, ХАЛҚ ЭЪТИРОФИДА КЎРИНИШИ КЕРАК!

Давлатимиз раҳбари ўтган йил 10 ноябрь куни тиббиёт ва фармацевтика ходимлари билан ўтказилган мулоқотда ихтисослаштирилган марказларга қайси туманда, маҳаллада қандай касалликлар кўпайгани ёки камайганини таҳлил қилиб, уларнинг олдини олиш ҳамда самарали даволаш бўйича аниқ режа билан ишлаш топшириғини берган эди. Хўш, ўтган қисқа даврда бу борада қандай ишлар амалга оширилди? Соғлиқни сақлаш вазири Асилбек Худайров бошчилигида вазирлик масъуллари, ихтисослаштирилган марказлар ва ҳудудий соғлиқни сақлаш бошқармалари ҳамда туман (шаҳар) тиббиёт бирлашмалари раҳбарлари иштирокида видеоконференц-алоқа форматида ўтказилган йиғилишда ана шу саволларга жавоб изланди.

Дастлаб мазкур топшириқ ижроси доирасида марказлар масъулларининг жойларда ўз йўналишлари бўйича оилавий поликлиника ва туман тор соҳа шифокорларини ўқитиш натижалари кўриб чиқилди. Хусусан, Олот, Давлатобод, Янги Наманган, Пахтакор, Зарбдор, Яккабоғ, Ғузор, Косон, Ангор, Бўстон, Амударё, Қўнғирот, Бўзатов, Бешарик, Боғдод, Кува, Фуркат, Ургут каби туманларда бу борадаги ишлар қониқарли эмаслиги ва маъсулларнинг сусткашлиги танқид қилинди. Ўз навбатида, ихтисослаштирилган марказлар томонидан ҳудудларни

ривожлантириш бўйича тасдиқланган “Йўл хариталари” ижросини ўз вақтида ва сифатли таъминлаш вазифаси муҳокама этилиб, марказ директорлари, жумладан, уларнинг ҳудудлар билан ишлаш бўйича ўринбосарлари маъсулиятини ошириш юзасидан қатъий топшириқ берилди.

Вазир ўз сўзида, ислохотлар натижаси рақамлар ва ҳисоботларда эмас, балки Президентимиз таъкидлаганидек, аҳоли розилиги ва эътирофида кўриниши лозимлигини қайд этди. Кун тартибидаги навбатдаги масала ногиронлиқни белгилаш юзасидан келиб тушган мурожаатларни кўриб чиқиш ҳолати таҳлилга бағишланди. Таъкидланганидек, 2025 йил 22 сентябрдан шахсларнинг тиббий хужжатларини тиббий-ижтимоий эксперт комиссияси (ТИЭК)га оилавий шифокорлар томонидан йўллаш ҳамда ногиронлиқни ягона стандарт асосида белгилаш тизими йўлга қўйилган. Айни кунга қадар ушбу масала юзасидан 159 минг нафарга яқин фуқароларнинг хужжатлари оилавий шифокорлар томонидан ахборот тизими орқали ТИЭКга йўлланган. Шундан қарийб 131 мингта мурожаат бўйича ногиронлик белгиланган. Бироқ, афсуски, айрим ҳудудларда мазкур масала бўйича мурожаатларни белгиланган муддатда ўрганиб чиқиш жараёни чўзилаётгани танқид остига олинди. Айниқса, Самарқанд, Андижон ва Қашқадарё вилоятларида энг кўп шундай ҳолатларга йўл қўйилган.

Йиғилишда кириб келаётган Рамазон ойида аҳолининг

ижтимоий ҳимоясини янада кучайтириш масаласига ҳам урғу берилди.

– Бу ойда ёлғиз ва эҳтиёжманд аҳолига ёрдам кўрсатиш савобли амал, – деди вазир. – Шу мақсадда Президентимиз бошчилигида 16 февраль куни ўтказилган йиғилишда “Вақф” хайрия жамоат фондида ажратилган маблағлар ҳисобидан кўмакка муҳтож шахсларнинг даволаниш ва жарроҳлик амалиётлари харажатлари қоплаб берилиши маълум қилинди. Бизга ана шундай беморларни тиббиёт ташкилотларига йўллаш бўйича ахборот модулини ишга тушириш топшириғи берилган. Бу ишларни қисқа муддатда якунлашимиз шарт.

Шунингдек, мулоқотда кун тартибидаги барча масалалар юзасидан ўрганиш натижаларига кўра, жиддий хато ва камчиликлар ҳамда сусткашликка йўл қўйган масъулларнинг лавозимга лойиқлиги кўриб чиқиши таъкидланди.

Яқунда пастга тушган ҳолда бирламчи бўгин муассасалари билан интеграцияни мустаҳкамлаш, малакали тиббий хизматни ҳар бир хонадонга олиб кириш, тизимда рақамлаштиришни жадаллаштириш, коррупцияга қарши курашиш, аҳоли орасида соғлом турмуш тарзини йўлга қўйиш юзасидан масъуллар зиммасига аниқ вазифалар юклатилди. Шу орқали тиббиётдаги ислохотлар натижаларига фақат халқнинг ўзи баҳо берадиган тизим яратиши яна бир бор эслатиб ўтилди.

@ssvuz|

ОЛИЙ МАЪЛУМОТЛИ ЗАМОНАВИЙ ТИББИЙ ҲАМШИРА–ТИЗИМНИНГ СТРАТЕГИК РЕСУРСИ

ДАВЛАТ ИСЛОҲОТЛАРИ РУҲИДА

Замонавий соғлиқни сақлаш тизими жадал рақамлаштириш, электрон тиббий тизимларни жорий этиш, телемедицина, сунъий интеллект технологиялари ва катта маълумотларни таҳлил қилиш шароитида ривожланмоқда. Ушбу ўзгаришлар тиббий ҳамширани касбий ролини тубдан ўзгартириб, унинг вазифалар доирасини кенгайтиради ҳамда таълим даражаси ва компетенцияларига қўйиладиган талабларни оширади. Бундай шароитда тиббий ҳамшира эндиликда фақат шифокор кўрсатмаларини бажарувчи ходим эмас, балки мустақил мутахассис, кўп тармоқли жамоанинг фаол аъзоси, ҳамширалик парвариши координатори, устоз ва бошқарувчи сифатида ҳам намоён бўлмоқда. Бу жараёнда айниқса олий маълумотга эга тиббий ҳамширанг ўрни муҳим аҳамият касб этади.

Ўзбекистон Республикасида сўнгги йилларда соғлиқни сақлаш тизимини изчил ва кенг қўламда модернизация қилиш ишлари амалга оширилмоқда. Ушбу ислохотлар тиббий хизмат сифати ва самарадорлигини ошириш, кадрлар салоҳиятини ривожлантириш ҳамда замонавий технологияларни жорий этишга қаратилган. Президентнинг раҳбарлигида инсон капиталига, касбий таълимга ва барча даражадаги тиббиёт ходимларининг ролини мустаҳкамлашга алоҳида эътибор қаратилмоқда. Шунингдек, ҳамширалик ишини ривожлантириш ва тиббий ҳамширанг янги касбий қиёфасини шакллантириш алоҳида аҳамият касб этмоқда. Замонавий тиббий ҳамшира – билимли, компетентли ва даволаш–ташхислаш жараёнида фаол иштирок этувчи мутахассис сифатида намоён бўлмоқда.

Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёев тиббиёт ходимлари кунига бағишланган нутқида соғлиқни сақлаш тизимини янада ривожлантириш ҳамширалик ишини тубдан ислох қилмасдан туриб мумкин эмаслигини алоҳида таъкидлади. Шунингдек, тиббий ҳамшираларни шундай тайёрлаш зарурлиги қайд этилдики, улар шифокорга фақат оддий муолажаларни бажаришда эмас, балки касалликларни ташхислаш, даволаш ва олдини олиш ишларида ҳам фаол иштирок этиши лозим.

Давлатимиз раҳбари олий даражадаги таълимга, юксак касбий масъулиятга ва замонавий компетенцияларга эга бўлган янги авлод тиббий ҳамшираларини шакллантиришга қаратилган стратегик йўналишни белгилаб берди. Ушбу ёндашув Европа минтақавий бюроси томонидан ишлаб чиқилган Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилотининг «Марказий Осиёда ҳамширалик ва акушерлик ишини мустаҳкамлашнинг стратегик йўналишлари (2025–2030 йиллар)» номли ҳужжатида баён этилган тавсияларда тўлиқ кўрсатилган. Мазкур ҳужжатда олий ҳамширалик таълимини ривожлантириш, тиббий ҳамшираларнинг касбий функцияларини кенгайтириш

ва уларнинг касбий мақомини ошириш барқарор ҳамда инсонга йўналтирилган соғлиқни сақлаш тизимларини шакллантиришнинг асосий шартлари сифатида белгиланган.

Замонавий тиббий ҳамшира – клиник билимлар, амалий кўникмалар, ривожланган мулоқот қобилиятлари ҳамда ҳамширалик ёрдами сифатини таъминлаш учун жавобгарликни ўзида мужассам этган юқори малакали мутахассисдир. Касбнинг анъанавий қадриятлари – гуманизм, раҳимдиллик ва ҳамдардлик билан бир қаторда, таҳлилий фикрлаш, мустақил қарор қабул қилиш қобилияти ва узлуксиз касбий ривожланишга тайёрлик тобора катта аҳамият касб этмоқда.

ОЛИЙ ҲАМШИРАЛИК ТАЪЛИМИ – ДАВЛАТ СИЁСАТИНИНГ УСТУВОР ЙЎНАЛИШИ

Нутқ давомида билдирилган асосий стратегик йўналишлардан бири олий ҳамширалик таълимини жорий этиш ва уни кенг миқёсда ривожлантиришдан иборат бўлди. 2026–2027 ўқув йилидан бошлаб:мамлакатдаги барча тиббиёт олий таълим муассасаларида «олий ҳамширалик иши» йўналиши очилиши;ушбу йўналиш бўйича қабул квоталари икки баробарга оширилиши ва 2027 йилдан эса ҳар йили камида 20 фоизга кўпайтириб борилиши режалаштирилмоқда. Ушбу чора-тадбирлар касб нуфузини ошириш, мутахассисларни рағбатлантириш ҳамда соғлиқни сақлаш тизими учун барқарор кадрлар захирасини шакллантиришга қаратилган бўлиб, Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилотининг юқорида қайд этилган стратегик тавсияларида ҳам олий ҳамширалик таълими давлат сиёсатининг устувор йўналиши сифатида белгилаб қўйилган.

ОЛИЙ КАСБИЙ ТИББИЁТ АКАДЕМИЯСИНИ ТАШКИЛ ЭТИШ

Ҳамширалик ишини ислох қилишдаги муҳим институционал қадамлардан бири сифатида Олий касбий тиббиёт академиясини ташкил этиш режалаштирилган. Ҳамширалар академияси Тошкент давлат тиббиёт университети таркибига ўтказилиб, унинг негизда янги таълим маркази шакллантирилади.

Олий касбий тиббиёт академияси замонавий форматдаги мутахассисларни тайёрлаш учун майдон бўлиб хизмат қилади ва унда: амалий йўналтирилган таълим; фанлараро ёндашув; клиник, бошқарув ва рақамли компетенцияларни ривожлантириш;

• *замонавий таълим ва тиббий технологияларни жорий этишга алоҳида эътибор қаратилади.*

ЗАМОНАВИЙ ТИББИЙ ҲАМШИРА: КАСБИЙ РОЛНИНГ КЕНГАЙИШИ

Бугунги кунда Ўзбекистонда тиббий ҳамшира тобора кўпроқ шифокор кўрсатмаларини бажарувчи ходим сифатида эмас, балки ҳамширалик парваришини ташкил этиш, бемор хавфсизлигини



таъминлаш ва тиббий хизмат сифатини ошириш учун жавобгар бўлган жамоанинг фаол аъзоси сифатида намоён бўлмоқда. Бу жараёнда айниқса, олий маълумотга эга тиббий ҳамширанг роли муҳим аҳамият касб этади. Бундай мутахассис: ҳамширалик хизмати бошқарувида иштирок этиш; замонавий парвариш стандартлари ва протоколларини жорий этиш;ўрта тиббиёт ходимларига устозлик қилиш ва уларни ўқитиш; тиббий хизмат кўрсатиш жараёнларини таҳлил қилиш ва такомиллаштиришда иштирок этиш имкониятига эга.

РАҚАМЛИ КОМПЕТЕНЦИЯЛАР – ЗАМОН ТАЛАБИ

Ислохотларнинг устувор йўналишларидан бири соғлиқни сақлаш тизимини рақамлаштириш ҳисобланади. Тиббиёт муассасаларида электрон тиббий карталар, тиббий ахборот тизимлари, телемедицина технологиялари ҳамда беморлар ҳолатини назорат қилишга мўлжалланган рақамли мониторинг тизимлари фаол жорий этилмоқда. Бундай шароитда тиббий ҳамширадан: электрон тиббий ҳужжатларни ишончли ва тўғри юритиш; рақамли ускуналар ва мониторинг тизимлари билан ишлаш; беморларнинг шахсий маълумотларини ҳимоя қилиш талабларига риоя этиш; телемедициналик маслаҳатлар ва масофавий кузатув жараёнларида иштирок этиш талаб этилади.

Олий маълумотга эга тиббий ҳамшира рақамли ечимларни амалиётга жорий этиш ва янги технологияларни реал клиник амалиётга мослаштиришда ҳал қилувчи ўрин тутати. Бу ҳолат ҳам Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилотининг тавсияларида алоҳида таъкидланган бўлиб, тиббий ҳамшираларда рақамли, бошқарув ва етакчилик компетенцияларини шакллантириш замонавий ҳамширалик таълими ва касбий амалиётнинг мажбурий элементи сифатида белгиланган.

Ўрта тиббиёт ходимларини тайёрлаш тизимини модернизация қилиш. Олий ҳамширалик таълимини ривожлантириш билан бир қаторда, ўрта тиббиёт ходимларини тайёрлаш тизими ҳам модернизация қилинади. Бу таълим дастурлари ўртасидаги узвийликни таъминлаш, кадрлар тайёрлаш сифатини

ошириш ҳамда касбий стандартларни соғлиқни сақлаш тизимининг замонавий талабларига мослаштириш имконини беради.

ИСЛОҲОТЛАРНИНГ СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ ТИЗИМИ УЧУН АҲАМИЯТИ

Белгиланган ташаббусларни амалга ошириш қуйидаги натижаларга эришишга хизмат қилади: ҳамширалик парвариши сифатини ошириш; шифокорлар юкласини камайитириш; тиббий ёрдам кўрсатишдаги мувофиқлашувни яхшилаш; аҳолининг соғлиқни сақлаш тизимига бўлган ишончини мустаҳкамлаш. Қабул қилинган стратегик йўналишлар тизимли ва узоқ муддатли характерга эга бўлиб, Ўзбекистон Республикасида замонавий, самарали ва инсонга йўналтирилган соғлиқни сақлаш тизимини шакллантиришга қаратилган.

Олий маълумотга эга замонавий тиббий ҳамшира Ўзбекистон соғлиқни сақлаш тизимининг муҳим ресурсларидан бирига айланмоқда. Давлат томонидан кўрсатилаётган қўллаб-қувватлаш, Президентимиз томонидан билдирилаётган стратегик эътибор ҳамда кенг қўламли таълим ислохотлари ҳамширалик ишини ривожлантириш ва аҳолига кўрсатилаётган тиббий хизмат сифатини ошириш учун мустаҳкам асос яратмоқда.

Замонавий тиббий ҳамшира – юқори маълумотли, компетентли ва технологик жиҳатдан саводхон мутахассисдир. Соғлиқни сақлаш тизимининг рақамли трансформацияси шароитида айниқса олий маълумотга эга тиббий ҳамширанинг ўрни муҳим бўлиб, у нафақат сифатли ҳамширалик ёрдамини кўрсатиш, балки бошқарув, таълим ва инновацион технологияларни жорий этиш жараёнларида ҳам фаол иштирок эта олади.

Олий ҳамширалик таълимини ривожлантириш ва тиббий ҳамшираларда рақамли компетенцияларни шакллантириш тиббий ёрдам сифатини ошириш ҳамда соғлиқни сақлаш тизимининг барқарор ривожланишини таъминлашда ҳал қилувчи аҳамият касб этади.

Рано НАСИРОВА,
Ҳамширалар академияси
ректори

Касаллик инсон учун фақат жисмоний оғриқ эмас. У кўп ҳолларда бутун оила учун оғир молиявий синовга айланади. Кимдир операция учун йиллаб маблағ йиғишга мажбур бўлади, яна кимдир эса даволанишни мутлақо ортга суриб, тақдирга тан беришга маҳкум бўлади. Энг оғири — “даволаниш керак, аммо имконият йўқ” деган туйғу.

Бугун эса юртимизда босқичма-босқич жорий этилаётган давлат тиббий суғуртаси тизими минглаб инсонлар ҳаётига умид, ишонч ва хотиржамлик олиб кирмоқда. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2024 йил 5 сентябрда қабул қилинган 311-сон қарорида давлат тиббий суғуртаси тизимини янада кенг жорий этишда муҳим ҳуқуқий асос бўлди. Ўтган йиллар давомида давлат тиббий суғуртаси тизими Сирдарё вилояти, Қорақалпоғистон Республикаси, Тошкент шаҳри, Навоий, Бухоро, Самарқанд, Қашқадарё ва Хоразм вилоятларида жорий этилди. Хусусан, 2025 йилда 768 та тиббиёт муассасаси давлат тиббий суғуртаси жамғармаси билан шартнома асосида фаолият юритди. Маскур тиббиёт муассасалари “аҳоли жон бошига” ва “ҳар бир даволанган ҳолат” тамойили асосида молиялаштирилиб, бунинг учун 20,1 триллион сўм йўналтирилди. Бу маблағлар шифокорлар меҳнатини кадрлаш, тиббий хизмат сифатини ошириш ва беморлар манфаатини устуворлигини таъминлади.

БЕПУЛ ДОРИ - СУРУНКАЛИ КАСАЛЛАРГА ЕНГИЛИК

Қисқа вақт ичида Реимбурсацияда стур аҳоли учун сезиларли натижаларни берди. Бепул берилувчи доривоситалари сони 11 тадан 28 тага етказилди. Натижада 2025 йилда 1,2 миллион нафар сурункали касаллиги бор беморнинг 40 фоизда стур билан қамраб олинди. 2,5 миллиондан ортик электрон рецепт асосида 90,1 миллиард сўмлик дори воситалари аҳолига бепул етказиб берилди. Бу кўплаб оилалар учун нафақат даво, балки хотиржамлик, эртанги кунга ишонч демакдир. Хабарингиз бор, янги тизимда бемор аввал оилавий шифокорга мурожаат қилади. Зарур ҳоллардагина тор соҳа мутахассисига учрайди ёки стационар даволанишга йўналтирилади. Бу тартиб ўз самарасини кўрсатмоқда. Мисол учун 2025 йилда асоссиз шифохонага ётишлар 35 фоиздан 20 фоизга тушди. Тор соҳа мутахассисларига асоссиз мурожаатлар 12 фоизга камайди. Бирламчи тиббий ёрдамга мурожаатлар эса 12 фоизга ошди. Жамғарма томонидан бепул тиббий хизматлар электрон йўлланмалар орқали амалга оширилмоқда. Йўлланмалар электрон ахборот тизими — “mis2.ssv.uz” орқали шакллантирилиб, шаффофлик ва назорат таъминланмоқда.

ИМТИЁЗЛИ ТОИФАЛАР - ДАВЛАТ ЭЪТИБОРИ МАРКАЗИДА

Имтиёзли тоифага кирувчи шахсларга электрон йўлланма асосида кўрсатиладиган тиббий хизмат харажатларини қоплаш мақсадида Давлат тиббий суғуртаси жамғармаси 2025 йил учун 155 та тиббиёт ташкилоти билан 1 232,1 миллиард сўмлик шартномалар имзолади. 2025 йилда ушбу муассасаларда электрон йўлланма асосида даволанган 101 623 нафар имтиёзли тоифага кирувчи шахсларга кўрсатилган тиббий хизматлар учун 1231,79 миллиард сўм тўлов амалга оширилди.

ИМТИЁЗЛИ ТОИФАДАГИ ФУҚАРОЛАРГА КўРСАТИЛАЁТГАН ТИББИЙ ЁРДАМ

— бу шунчаки ижтимоий хизмат эмас, балки давлатнинг инсон ҳаёти, халқ сало-

матлиги ва адолатли жамият қуришга қаратилган оқилона сиёсатининг амалдаги ифодасидир.

2025 йилда амалга оширилган ишлар шундан далолат бермоқдаки, Президентимизнинг ташаббуси ва сиёсий ирода-си билан жорий этилган давлат тиббий суғуртаси механизми натижа бераётган, одамлар ҳаётида сезиларли ўзгаришлар яратаяётган тизимга айланди. Жамғарма фаолиятидаги очиқлик, ҳисобдорлик ва рақамлаштириш — халқ ишончи ва давлат сиёсати самарадорлигини таъминлашда

ДАВЛАТ ТИББИЙ СУҒУРТАСИ: РАҚАМЛАР ОРТИДАГИ ҲАЁТЛАР

муҳим омил бўлиб хизмат қилмоқда. Кўрсатилган тиббий ёрдам ҳажми ва қўла-ми ортиши — бу фақат рақам эмас, балки минглаб инсон ҳаёти, уларнинг соғлом ва фаровон келажагидир. Бугун давлат томонидан қафолатланган тиббий хизматларга ишонч ортиб бораётгани — Янги Ўзбекистонда инсон қадри устувор эканини яна бир бор тасдиқлайди. Бу борада амалга оширилган ислохотлар давомий, тизимли ва халқ манфаатига хизмат қилувчи жараён бўлиб, улар келгусида ҳам ҳудудларда тиббий хизматларни яқинлаштириш, манзилли ёрдамни кенгайтириш ва ҳар бир фуқарога тенг имконият яратишга йўналтирилади.

Давлат тиббий суғуртаси тизими фақат молиявий қўллаб-қувватлаш эмас, балки давлатнинг инсон ҳаётига, соғлиғига ва ижтимоий адолатга бўлган масъулиятидир. Йил давомида тизим орқали амалга оширилган ишлар шундан далолат берадики, Президент ташаббуси ва сиёсий иродаси натижасида минглаб инсонлар ҳаётида сезиларли ўзгаришлар юз берди.

Юқоридаги фикрларимизнинг исботи сифатида дардига даво топган ва имтиёзли имкониятларга эга бўлган фуқароларимизнинг мамнунлик ила ёзилган дил изҳорларига эътибор қаратамиз.

Насиба РАҲМОНБЕРДИЕВА: (Тошкент вилояти)

“Оғриқ билан эмас, умид билан уйғона бошладим”

Йиллар давомида бўғин касаллиги ҳаётимни қийинлаштириб қўйди. Ҳар бир кадам азобли эди. Шифокорлар операция зарурлигини бир неча йиллар аввал айтишган эди. Аммо, рўзгордан ҳеч пул ортмас, даволаниш доим ортга сурилаверарди. Давлат тиббий суғуртаси ҳақида оилавий шифокоримдан эшитганимдан кейин ҳаётим ўзгарди. Йўлланма асосида Тошкент давлат тиббиёт институти кўп тармоқли клиникасининг бўғинлар ва қўл-бармоқ жарроҳлик бўлимига келдим ва бепул жарроҳлик амалиётини бошимдан ўтказдим. Барча текширувлар, операция ва да-

волаш харажатлари давлат томонидан қопланди. Бугун мен оғриқни эмас, ҳаётни ҳис қиляпман. Энг муҳими - ишонч пайдо бўлди. Давлатим менинг соғлиғим ҳақида қайғурипти.

Рустамжон МАМАСОЛИЕВ: (Андижон вилояти)

“Ўғлим менга ҳаёт совға қилди”

2025 йилнинг биринчи кунидан мазам бўлмади. Андижон шаҳар шифохонасида даволандим. Лекин, фойдасини сезмадим. Сентябрь ойига келиб, менга сурункали буйрак етишмовчилиги ташхис қўйилди ва диализ олишим тавсия қилинди. Ўтган вақт давомида касаллик мени ҳолдан тойдирган эди. Диализ олиш жуда оғир кечди. Даволаймиз деса, хурсанд бўлиб юрaverибман, шифохоналарга қатнаб, натижа бўлмагандан кейин операция зарурлиги

айтилди. Уни ҳам ўзимга эмас, фарзандларимга пойтахтга боришни айтишибди. Операция ҳақида Тошкентга келиб эшитдим. Энг оғир қарор - донор масаласи эди. Турмуш ўртоғим буйрагини бермоқчи эди, бир тану жон бўлар эканмиз деб, хурсанд бўлдим. Бироқ, унинг қони тўғри келмади. Икки қизим ва ўғлимни кўзим қиймади. Ана шу вазиятда ўғлим қатъий қарор қилиб, мендан рухсатсиз, донор бўлибди, бу хабарни операциядан чиқиб билдим. Ҳеч ким ота-онасига бундай совға қилмайди. Машина олиб бериши, пул бериши мумкин. Ўғлим менга пулга ҳам сотиб олиб бўлмайдиган ҳада ҳаёт совға қилди. Аллоҳ рози бўлсин.

Катталар миллий марказида ўтказилган операция ва барча даволаш харажатлари давлат тиббий суғуртаси томонидан қопланди. Агар бу тизим бўлмаганида, мен бу даволанишга ҳеч қачон қодир бўлмасдим.

Ҳакима ХЎЖАЕВА: (Қашқадарё вилояти)

“Давлатимга керак эканман”

Юрагимда, кўкрак соҳамдаги оғриқлар мени тинч қўймасди. Баъзида ўнг тарафдаги оғриққа чидолмай дори қидириб қолардим. Дардим нималигини англамай юрганимда, туманимизда сайёр қабул бўлди. Бошқа пенсионерлар қаторида мен ҳам бордим ва тиббий кўрикдан ўтдим. Коронарография қилишди ва операция зарурлигини айтишди. Оёқ томиридан олиб юракка қўйишар экан. Суриштираман танишларим бу операция учун 70 миллион сўм зарур бўлишини айтди. Давлат тиббий суғуртаси орқали операциям бепул ўтди. Операция қандай бўлганини ҳамда қандай ўтганлигини ҳам билмай қолдим. Шукурким операция тажрибали шифокорлар томонидан муваффақиятли амалга оширилди.

Агар давлат тиббий суғуртаси бўлмаганида, мен 3-4 йил пул тўплардим. Бу вақт ичида нима бўлар эди билмайман. Авваломбор, биз кексалар саломатлиги учун имтиёзли шароитлар яратиб бераётган Президентимизга ўзимнинг чуқур миннатдорлигимни изҳор этаман.

Дилобар ШАМСУТДИНОВА: (Наманган вилояти)

“Қўрқув ўрнини умид эгаллади”

Ташхисимни эшитган кун ҳаётим иккига бўлингандай бўлди. Қўрқув, хавотир ва жавобсиз саволлар... Қандай даволанаман, харажатларни қандай қоплайман деган ташвишлар менга тинчлик бермас эди. Мени Тошкент давлат тиббиёт университетининг нейрохирургия бўлимига йўналтиришди. Бу ерда мураккаб жарроҳлик амалиёти ўтказилди. Энг муҳим жиҳати - имтиёзли тоифага кирганим сабаб барча тиббий хизматлар давлат тиббий суғуртаси жамғармаси ҳисобидан тўлиқ қоплаб берилди.

Бу фақат тиббий ёрдам эмас, бу - инсонга берилган умид. Бугун мен ҳаётга бошқача қарайман.

Сандинисо МАМАТАЛИЕВА: (Сурхондарё вилояти)

“Суғурта нафақат маблағ, балки умид ҳам берди”

2024 йилнинг куз ойларида Сурхондарё вилояти Шўрчи туманида текширувлардан ўтганимда ўсимта бор экан, уни олдирмасангиз оқибати ёмон бўлади деб айтишди. Соғлиғимга эътиборсиз бўлдим. Ўша вақтда фарзандларим хорижга пул ишлаш мақсадида кетаётганди, уларни ташвишга қўйгим келмади. Оиладаги моддий танглик туфайли, турмуш ўртоғимга ҳам индамадим. Ўғилларим кўпроқ пул юборганда айтаман, деб кўнглимга туғиб қўйдим. Касаллигимни ортга суриб юриб, бир оз ўтказиб қўйибман. Онкологик ташхис қўйилганда эса вазият жиддий эди. Бир неча марта кимётерапия олганимдан кейин операция қилишди. Давлат тиббий суғуртаси орқали барча жарроҳлик ва даволаш харажатлари қоплаб берилди.

Бу тизим менга иккинчи имконият берди. Ҳаётимни сақлаб қолди. Ҳаммадан илтимос қилардим. Соғлиққа эътиборли бўлинг.

Сожида НАСРИДИНОВА: (Наманган вилояти)

“Мен энди қайта туғилгандекман”

18 йилдан буён суяк емирилиши касаллиги билан яшадим. Даволаниш учун маблағ тополмай, йиллар давомида азият чекдим. Шифохона эшикларида сарсон бўлдим. Бормаган доктору, табибим қолмади. Давлат тиббий суғуртаси орқали менга бепул жарроҳлик амалиёти қилинди. Республика ихтисослаштирилган травматология ва ортопедия илмий-амалий тиббиёт марказининг Наманган филиалида ўтказилган операция муваффақиятли ўтди. Бугун мен қадам ташляпман, юра олаяпман. Бу — мен учун фақат операция эмас, бу — янги ҳаёт. Мен энди қайта туғилгандекман...

Бу дил изҳорларим битта ҳақиқатни кўрсатади: Давлат тиббий суғуртаси — бу фақат рақамлар эмас. Бу Насиба опанинг оғриқсиз тонглари, Рустамжон аканинг сақлаб қолинган ҳаёти, Ҳакима ва Дилобар опанинг умиди, Сожида опанинг маблағни тежаган тақдири.

Давлат тиббий суғуртаси давлат ва аҳоли ўртасидаги ишонч. Янги Ўзбекистонда эса инсон қадри — энг олий қадрият.

Сайёра ШОЕВА, Давлат тиббий суғуртаси жамғармаси матбуот ва пиар хизмати раҳбари

■ Устозга эҳтиром

ИЛМ ВА ФИДОКОРЛИК ТИМСОЛИ

(Профессор Зайнутдинов Хикматилла Суннатовичнинг 70 ёшга тўлиши муносабати билан)

Фармацевтика фанининг етук намоёниси, педагог ва ташкилотчи, кўплаб шогирдлар устози – профессор Зайнутдинов Хикматулла Суннатовичнинг 70 ёшга тўлиши муносабати билан унинг сермазмун ҳаёт йўли ҳамда илмий–амалий фаолиятига мурожаат этиш ҳар томонлама ўринлидир.



кафедра мудири этиб сайланган. Кафедра лабораторияларини тўлиқ таъмирлаб, замонавий талаблар асосида «Фармацевтикада физик-кимёвий таҳлил» фанини ўқитишни йўлга қўйган. Мустиқлик йилларида фармацевтика соҳаси учун яратилган илк дарсликлардан бири – «Токсикологик кимё фанидан практик»ни профессор Л. Икрамов раҳбарлигида тайёрлаш ва нашр этишда иштирок этган. Ушбу дарслик 2007 йилда «Йилнинг энг яхши дарслиги ва ўқув адабиёти муаллифи» республика танловида II даражали диплом билан тақдирланган. 1998 йилдан «Фармацевтика ишини ташкил қилиш» кафедраси мудири лавозимида ишлаб, кафедра фаолиятини бозор

«Фармацевтика ишини ташкил қилиш ва иқтисодиёти» (колеж учун) ва «Фармакология ва рецептура асослари» (техникум учун) дарсликлари нашр этилган. Профессор Хикматилла Зайнутдинов фармацевтика фанини ривожлантириш, юқори малакали мутахассислар тайёрлаш ҳамда соҳа учун муштаҳкам илмий мактаб яратишга умрини бағишлаган забардаст олимдир. Унинг илмий фаолияти доривор ўсимликлар экологияси, токсикологик кимё, фармакоэкономика ва фармацевтика ишини ташкил этиш каби долзарб йўналишларни қамраб олади. Айниқса, Ўзбекистонда доривор ўсимликларни экологик таҳлил қилиш ва дори воситаларини фармакоиктисодиёт йўна-



муаллифлик гувоҳномалари яратилган. Унинг раҳбарлигида 3 нафар фан доктори, 8 нафар фан номзоди, магистрлар ҳамда давлат стипендиатлари тайёрланиб, бугунги кунда мамлакат фармацевтика соҳасининг турли бўғинларида фаолият юритмоқда. 70 йиллик табарруқ ёш оstonасида туриб, профессор Хикматилла Суннатович илмий изланишлардан тўхтамай, ёш авлодни билим ва тажриба билан қўллаб-қувватлаб келмоқда. Бу эса унинг ҳаёт шиори – илмга садоқат ва халққа хизмат қилишнинг ёрқин ифодасидир. Профессор Хикматилла Зайнутдинов нафақат олим, балки жамоат арбоби сифатида ҳам кенг эътирофга сазовор. У Ўзбекистон фармацевтлари ассоциацияси Бошқарув кенгаши раиси ҳамда ISPOR'нинг Ўзбекистон бўлими раиси сифатида соҳа ривожига муносиб ҳисса қўшиб келмоқда. Унинг меҳнати давлат ва жамоатчилик томонидан юқори баҳоланиб, қатор мукофот ва фахрий унвонлар билан тақдирланган.

Ушбу қутлуг сана муносабати билан ҳурматли устозни самимий табриклаб, унга муштаҳкам соғлиқ, узок умр, илмий ва ижодий фаолиятида янада улкан зафарлар тилаймиз. Илм йўлидаги фидокорона меҳнатингиз ва инсон сифатидаги юксак фазилатларингиз келгуси авлодлар учун ҳамиша ибрат бўлиб қолаверади.

Ўзбекистон фармацевтлари ассоциацияси



иктисодиёти талаблари асосида қайта ташкил этган. Унинг раҳбарлигида «Токсикологик кимё фанидан практик», «Фармацевтика ишини ташкил қилиш», «Фармацевтика иқтисодиёти», «Тиббиёт товаршунослиги», «Фармацевтика менежменти».

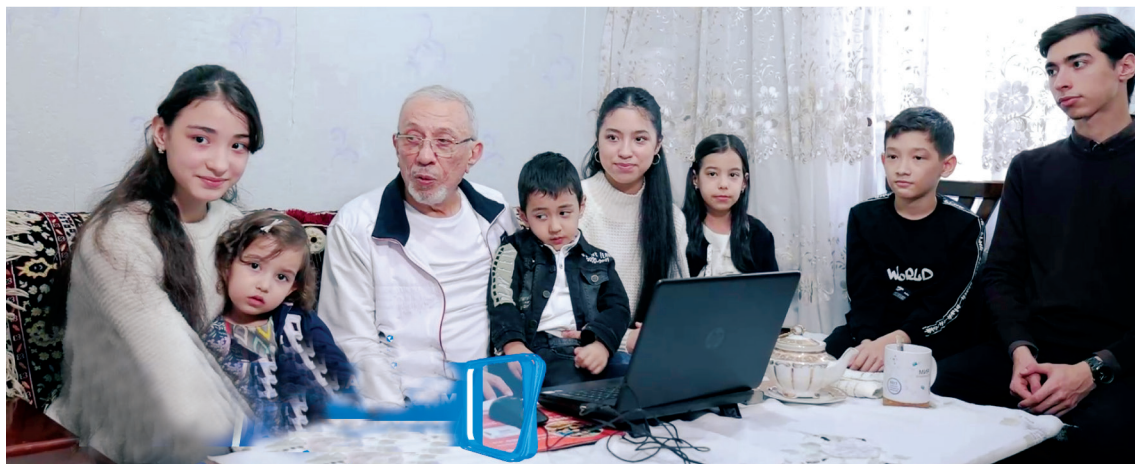
лишига илк бор асос солгани унинг илмий меросида алоҳида аҳамият касб этади.

Олимнинг кўп йиллик самарали меҳнати натижасида 300 дан ортиқ илмий мақолалар, 9 та дарслик, ўнлаб ўқув-услубий қўлланмалар, патент ва

Профессор Хикматилла Зайнутдинов – Ўзбекистон фармацевтлари ассоциацияси Бошқарув кенгаши раиси, Фармацевтика таълим ва тадқиқот институти хузуридаги Фармацевтлар малакасини ошириш маркази профессори, ISPOR'нинг Ўзбекистон бўлими раиси, Ўзбекистон Фанлар академияси мукофоти соҳиби ҳисобланади.

Профессор Хикматилла Зайнутдинов 1956 йил 20 февралда Тошкент шаҳрида хизматчи oilасида туғилган. 1973 йилда Дмитров номидаги 24-мактабни тамомлаб, 1974 йилда Тошкент фармацевтика институтига талабалikka қабул қилинган. 1979 йилда Тошкент фармацевтика институти имтиёзли диплом билан тугатиб, ушбу институтнинг Фармакогнозия кафедрасига стажёр-тадқиқотчи сифатида ишга қолдирилган. Шу йилларда институт жамоат ишларида фаол иштирок этиб, ёшлар йўлбошчиси – комсомол ташкилоти котиби вазифасида фидокорона меҳнат қилган. 1981 йилда Токсикологик кимё кафедраси сиртки аспирантурасига қабул қилиниб, шу кафедрада катта лаборант лавозимида ишлаган. 1982–1990 йилларда ассистент, 1990 йилдан эса катта ўқитувчи лавозимида фаолият юритган. 1988 йилда «Пахта уруғларини дорилашда қўлланиладиган айрим препаратларнинг суд-кимёвий жиҳатдан ўрганилиши (тетраметилтиурамдисульфид – ТМТД ва трихлорфенолят меди – ТХФМ)» мавзусида номзодлик диссертациясини ҳимоя қилган.

Илмий фаолияти натижасида 1988 йилда Ўзбекистон Фанлар академияси мукофоти соҳиби бўлган ҳамда ВДНХ кўргазмасининг ғолиблик медали билан тақдирланган. 1988–1991 йилларда Тошкент фармацевтика институти партия ташкилоти котиби сифатида фаолият юритган. 1991–1993 йилларда И.М. Сеченов номидаги Москва тиббиёт академиясида мақсадли докторантурада таҳсил олган. 1992 йилда «Доривор ўсимлик хом ашёси ва ҳайвонот объектиларида айрим ксенобиотикларни ажратиш олиш, аниқлаш ва микдорий белгилаш» мавзусида



докторлик диссертациясини ҳимоя қилган. У доривор ўсимликларни экологик таҳлил қилиш йўналишига Ўзбекистонда илк бор асос солган. 1993 йилда Тошкент фармацевтика институти Марказий илмий-тадқиқот лабораторияси қошида «Доривор ўсимликлар экологияси» лабораториясини ташкил этиш ташаббусини илгари сурган. 1994 йилда Токсикологик кимё кафедраси доценти, кейинчалик эса





ТУМАНДА ТИББИЁТ ҚАНДАЙ ЎЗГАРЯПТИ? ЛОГИСТИК ЕЧИМ

Тан олиш керак, бугун Бухоро туманида ислохотлар фақат рақамларда эмас, одамлар ҳаётида ҳам ўз ифодасини топмоқда. Иқтисодий фаоллик, бандлик масалаларидаги ижобий силжишлар аҳоли турмуш даражасини босқичма-босқич яхшилаётган бир пайтда, ижтимоий соҳа, хусусан, тиббиёт тизими ҳам янги мазмун касб этмоқда. Яқин-яқингача туман аҳолисининг салмоқли

бўлимга ўтиш имконини берди. Туман тиббиёт бирлашмаси

онар мурожаатларни қўшиб ҳисоблаганда, 38 мингдан ортиқ бемор қабул қилинди. Айниқса, амбулатор мурожаатлар сони кескин ўсгани аҳолининг туман тиббиётига ишончи ортаётганидан далолат беради. Мутахассислар қабулининг кеча-ю кундуз йўлга қўйилиши, лаборатория ва инструментал текширувлар имкониятларининг кенгайиши бунда ҳал қилувчи омил бўлди. Марказий касалхонада шифо ўринлар фаолияти ҳам яхшиланди. 2025 йилда 240 та ўрин юқори



қозонмоқда. Замонавий ЭКГ ва амбукоплар билан таъминланган бригадалар ҳар бир қақирик вақтида беморларга тез ва самарали ёрдам кўрсатаётир. Малакали мутахассислар — кардиолог, онколог, невропатолог ва хирурглар беморларнинг ҳолатини доимий назорат қилиб, зарур маслаҳатлар бериб келаяптилар. Эндиликда бир беморга бир неча бор бориш

ЗАМОН БИЛАН ҲАМНАФАС



бандлик билан ишлади, ўрин айланиши ва ўрин кун режаси кўрсаткичлари ўсди. Бу мавжуд қувватдан самарали фойдаланилаётганликни ифодалайди.

МУРАККАБ АМАЛИЁТЛАР: СИФАТ ВА КЎЛАМ УЙГУНЛИГИ

Сўнгги йилларда туман тиббиётида замонавий жарроҳлик амалиётларини жорий этишга алоҳида эътибор қаратилмоқда. Хусусан, 2025 йил давомида 140 та юқори технологик операция бажарилгани бу борадаги ишлар самарасини яққол кўрсатади. Энг кўп қўлланилган усул — лапароскопик холецистэктомия бўлиб, ушбу операция 34 нафар беморга қўлланилди. Шу билан бирга, артроскопия, лапароскопик диагностика ва салпинголизис каби кам инвазив амалиётлар ҳам муваффақиятли ўтказилди. Бу аввал туман даражасида бажарилмаган мураккаб жарроҳлик амалиётлари эндиликда маҳаллий шароитда амалга оширилаётганини англатади.

ТИББИЙ МАДАНИЯТ ОШМОҚДА

Юқумли ва юқумли бўлмаган касалликлар билан кураш ҳамда бу борада аҳоли хабардорлигини оширишда тиббий тарғиботнинг аҳамияти катта. Натижада йилдан йилга фуқароларнинг тиббий маданияти ошиб, салбий статистиканинг пасайишига олиб келмоқда. Ортда қолган йилда умумий ўлим ва болалар ўлими сезиларли даражада камайди. Шукрки, оналар ўлими йўқ. Бу натижаларда профилактика ва скрининг ишларининг ўрни бекиёс. Бир йил давомида аҳолининг қарийб 97 фоизи тиббий кўрикка камраб олинди. Юрак-кон томир, қандли диабет, онкологик касалликларни эрта аниқлаш бўйича

скрининглар яхши натижа берапти. Тиббиёт бирлашмада илм билан амалиётни уйғунлаштираётган ва изланишлар самараси ўлароқ илмий даража олаётган шифокорлар сафи тобора кенгаймоқда. Барча даволаш-профилактика муассасалари DMED тизимига уланган бўлиб, жараёнлар рақамлаштирилган. «Опен бюджет» лойиҳаси доирасида 6,8 млрд сўмлик лойиҳалар ғолиб бўлиб, рентген, лапароскоп, УЗИ каби янги тиббий жиҳозлар харид қилинди ва бинолар таъмирланди. 6-ОП янги биноси ва КТМП-2 филиали шулар жумласидандир.

ТАЛАБ ҲАМ, ЁНДОШУВ ҲАМ ЎЗГАРГАН

Кўпчилик яхши эслайди: тез ёрдам хизматига аҳолида ишончсизлик бор эди. Одамлар тиббиёт ходимлари вақтида етиб келмаслигидан ёки умуман келмаслигидан нолирдди. Баъзида ҳайдовчининг қош-қовоғига ҳам қарашга тўғри келгани бор гап. Масъулият ҳар доим ҳам ҳис қилинавермаган. Энди у кунлар ортда қолди. Талаб ҳам, ёндошув ҳам бошқача бугун. Туман тез ёрдам бўлими бугун фаолияти аҳоли ва мутахассислар эътиборини



ва вақтида улгура олмаслик каби қийинчиликлар йўқ. Бу тизим туман аҳолиси учун тез ва сифатли тиббий ёрдамнинг ишончли кафолатига айланиб улгурди, десак муболаға бўлмайди.

Бир сўз билан айтганда, аҳоли саломатлигини асраш ва тиббий хизматларни сифатли ҳамда самарали ташкил этиш борасида Комил Сафаров раҳбарлигидаги тиббий жамоа томонидан муҳим қадамлар ташланмоқда. Янги технологиялар ва юқори малакали мутахассислар жалб қилиниши, профилактика ва скрининг тадбирларининг тобора кенгайтирилиши аҳолининг нафақат саломатлигини, балки ишончини мустаҳкамламоқда.

Ҳамзабек ТУРДИЕВ,
журналист

кисми даволаниш учун вилоят марказига йўл олар, бунга бир томондан маҳаллий тиббий хизматга ишончнинг сустлиги, иккинчи томондан эса туман марказининг кўплаб маҳалла ва қишлоқлардан анча узоқда жойлашгани сабаб бўларди. Маъмурий марказ ҳудуднинг шимолида жойлашган, Жондор, Когон этагидан ёки Бухоро шаҳрининг нариги чеккасида туман касалхонасига етиб келиш ноқулай эди.

Давлатимиз раҳбари масъулларга тиббий хизматни аҳолига янада яқинлаштириш талабини қўйгач, юқоридаги муаммолар тез орада ечимини топди. Бухоро шаҳрига яқин ҳудудда туман тиббиёт бирлашмаси учун бино-иншоотлар қад кўтарди. Дастлаб бу ердан люкс палаталар ва шинам туғруқ залларига эга туғруқ комплекси ўрин олди. 2023 йилнинг августидан бошлаб тиббиёт бирлашмасининг тўлиқ таркиби янги ҳудудга кўчиб ўтди. Аҳамиятли томони шундаки, янги бино «туннель» тарзида бирлашган бўлиб, бу эса беморлар ва тиббиёт ходимларининг ташқарига чиқмаган ҳолда бўлимдан

си бугун 184 минг нафардан ортиқ аҳолига тиббий хизмат кўрсатиб келмоқда. Тизим таркибида 240 шифо ўринли марказий касалхона, 250 қатновга мўлжалланган кўп тармоқли марказий поликлиника, 8 та оилавий поликлиника, 12 та оилавий шифокорлик пункти ҳамда қатор маҳаллий тиббий пунктлар фаолият юритмоқда. Умумий ҳисобда қирқдан ортиқ даволаш-профилактика муассасаси аҳоли саломатлигини таъминлашга жалб этилган. Янги бинодаги фаолият хизмат кўрсатиш сифат ва ҳажмига бевосита таъсир қилди. Бугун тизимда 1450дан зиёд ходим меҳнат қилмоқда. Шундан 217 нафари шифокор, 913 нафари ўрта тиббиёт ходимларидир. Кадрлар билан таъминланганлик деярли тўлиқ бўлиб, бу қабул, ташхис ва даволаш жараёнларининг узлуксизлигини таъминлади.

БЕМОРЛАР ОҚИМИДА ЎЗГАРИШ

Эндиликда марказий шифохонага мурожаатлар кўлами сезиларли ошган. Кузатилган йилда, амбулатор ва стаци-



САМУҚ МАННАНОВНИНГ ЎЗБЕКИСТОН ТРАВМАТОЛОГИЯ ВА ОРТОПЕДИЯСИ РИВОЖИДАГИ ЎРНИ

Ўзбекистон Илмий-техника ва тиббиёт ҳужжатлари Миллий архивида илмий-техникавий ҳужжатлар, конструкторлик лойиҳалари ва тарихий аҳамиятга эга бир қатор манбалар сақланади. Шунингдек, мамлакатимизда илм-фан ривожига муносиб ҳисса қўшган таниқли олимлар, академиклар, профессорлар ва фан номзодларининг шахсий фондлари ташкил этилган бўлиб, мазкур фондларга уларнинг хизмат фаолияти, илмий изланишлари, шахсий архив материаллари, фотосуратлари ва илмий ишлари қабул қилиниб доимий равишда сақланади.

Ушбу шахсий фондлар таркибида мамлакатимизда кардиология ва функционал диагностика йўналишининг ривожига катта ҳисса қўшган олима Ҳамидова Манзура Ҳамидовна, академик, кимё фанлари доктори, профессор Миркомиллов Тўлқин Миркомиллович, тиббиёт фанлари доктори, профессор Сафаров Тошпўлат Ҳамдамович, халқ архитектори Бобохонов Абдулла Бобохонович каби олимлар ҳужжатлари ўрин олган бўлиб, бу фондлар орқали Ўзбекистон илм-фанининг шаклланиши ва ривожланиш жараёнларини ўрганиш имконияти яратилади. Шу шахсий фондлар қаторида Маннанов Самуқ Маннановичга оид ҳужжатлар ҳам ўрин олган. Жуда кўп йиллар тиббиёт соҳасига илмни, билимни шоғирдлари ва касбдошларига ўргатиб, Ўзбекистонда травматология соҳасида ўзига хос йўл топа олган шифокорлардан бири, соҳа сирларини ўргатишда талабчан ва жонқуяр инсон, Ўзбекистон Республикасида хизмат кўрсатган тиббиёт ходими, олий тоифадаги шифокор Маннанов Самуқ Маннанович бўлган. Самуқ Маннанов фаолияти ва унинг илмий меросига оид архив ҳужжатлари Ўзбекистон Илмий-техника ва тиббиёт ҳужжатлари Миллий архивининг 349-фондида жамланган бўлиб, доимий сақланадиган ҳужжатлар 1-сон рўйхатига киритилган. Фонд материаллари 1967-2006 йилларни қамраб олган бўлиб, жами 45 саклов бирлигидан ташкил топган. Жумладан, олимнинг характеристикаси, меҳнат дафтарчасидан намуналар, шахсий варақа, дипломдан намуналар, тавсияномалар ҳамда илмий ишлар рўйхатидан иборат 10 та ҳужжат мавжуд. Шунингдек, газета ва журналларда чоп этилган мақолаларнинг нусхаларидан иборат 15 та ҳужжат сақланади. Бундан ташқари, ўқув ва услубий қўлланмалар, муаллифлик китоблари, конференция тезислари, методик тавсиялар, ҳаммуаллифликда яратилган асарлар ва авторефератлардан иборат жами 24 та ҳужжат мавжуд бўлиб, айрим манбалар бир неча нусхада сақланиб келинмоқда. Шунингдек, фонд таркибида 19 та фотохужжат ҳам жамланган. Айнан шу ҳужжатлар Самуқ Маннановнинг илмий изланишлари, ташкилий фаолияти ва травматология ҳамда ортопедия соҳасидаги амалий ишлари бўйича асосий манбалардан бири ҳисобланади.

Самуқ Маннанов 1933йил 27декабрда Тошкент шаҳрида хизматчилар оиласида дунёга келган. У 22-сонли ўрта мактабда таълим олиб, мактабни аъло баҳоларга тамомлаган. Самуқ Маннаов олий тиббий маълумот олиш мақсадида собиқ Тошкент давлат тиббиёт институтига ўқишга ки-

риб, 1958йилда ушбу олий таълим муассасини муваффақиятли тамомлади. Мазкур давр унинг кейинги илмий ва амалий фаолияти шаклланишида муҳим босқич бўлиб хизмат қилди. Олим илк меҳнат фаолиятини 1958-1960 йилларда Тошкент вилояти Оҳангарон тумани шифохонасида олиб борган. 1960-1964 йилларда Республика ихтисослаштирилган травматология ва ортопедия илмий-амалий тиббиёт маркази (собиқ Ўзбекистон травматология ва ортопедия илмий-тадқиқот институти) клиникасида клиник ординатор сифатида ишлади, 1964-1967 йилларда Москва шаҳридаги Марказий илмий-тадқиқот ортопедия институтида аспирантурада таълим олди. Самуқ Маннановнинг илмий изланишлари 1967йилда Москвада нашр этилган авторефератда умумлаштирилган бўлиб, у 20 бет ҳажмни ташкил этади. Шу йили муаллиф томонидан “Трансартрикуляр фиксация (экспериментал-клиник тадқиқотлар)” мавзусида тиббиёт фанлари номзоди диссертацияси ҳимоя қилинган. Унинг диссертацион тадқиқоти умуртқа ва бўғим ортопедиясида янгича ёндашувни таклиф этган илк ишлардан бири сифатида қайд этилади. Ушбу тадқиқотлар ёш олимларнинг Бутуниттифок конференцияси материалларида чоп этилган бўлиб, травматология ва ортопедия соҳасида муҳим амалий аҳамиятга эга бўлган. 1960-1988 йилларда “Ўзбекистон травматология ва ортопедия илмий-тадқиқот институти”да кичик илмий ходим, катта илмий ходим, сўнгра бўлим бошлиғи лавозимларида меҳнат қилиб, халқнинг дардига дармон бўлди. Самуқ Маннанов умрининг охиригача умуртқа қийшиқлиги касаллигини консерватив ва оператив даволаш усули билан шугулланди. Умуртқа қийшиқлиги касаллигини Республика миқёсида тарқалиш даражасини аниқлаш учун профессор Н.Шаматов раҳбарлигида катта илмий лойиҳа устида меҳнат қилиб, 1966-1973 йилларда республика бўйлаб мактабгача ва мактаб ёшидаги 400 мингдан ортиқ болаларни ўрганиш ишлари бўйича тадқиқотларда иштирок этди. Текширувдан ўтказилганлар орасида 3 фоизда умуртқа поғонасининг турли даражадаги қийшайиши аниқланган. Олимнинг кейинги босқичдаги илмий ишлари болалар ортопедияси муаммоларига бағишланиб, асосан сколиозни эрта аниқлаш, даволаш ва реабилитация қилиш масалаларини қамраб олди. Самуқ Маннанов Ўзбекистонда биринчилардан бўлиб сколиоз касаллигида жарроҳлик даволаш амалиётини йўлга қўйган мутахассис ҳисобланади. Унинг жарроҳлик техникаси ва амалиётлари кейинги ортопед авлод учун асосий методик база бўлиб хизмат қилди. Иқтидорли олим Ўзбекистон Республика-

сида биринчи мартаба сколиоз (умуртқа поғонасининг ён томонга эгилиши билан кечадиган касаллик) касалини мукаммал ўрганиб, умрининг сўнгги кунларигача ушбу касаллик юзасидан жарроҳлик амалиётларида фаол иштирок этди. Шунингдек, сколиозли беморларда умуртқа поғонасининг ҳаракатчанлигини клиник ва рентгенологик баҳолаш, диспансер кузатуви асосида касаллиқнинг ривожланишини назорат қилиш, оғир сколиоз шаклларида реабилитация масалалари бўйича илмий тадқиқотлар олиб борилди. Самуқ Маннанов сколиоз билан оғриган болалар учун 12 та махсус мактаб-интернат очилишининг ташаббускори бўлган ва ушбу муассасаларда даволаш ишларини ташкил этишга раҳбарлик қилган. Ушбу ишлар 1984-1987 йилларда илмий-амалий конференциялар материаллари ва ихтисослаштирилган илмий тўпламларда чоп этилди. Мазкур йўналишда мамлакатда илк мартаба тизимли клиник-эпидемиологик тадқиқотлар олиб борилиши Самуқ Маннанов номи билан боғлиқ. Мутахассис томонидан махсус интернатларда тиббий-амалий фаолиятни ташкил этиш бўйича “Махсус мактаб-интернатларда даволаш ишларини ташкил этиш” номли услубий қўлланма яратилган. Бундан ташқари, “Сколиознинг бошланғич босқичларида даволовчи жисмоний тарбия” номли монография муаллифлиги ҳам унинг илмий ишларидан бири ҳисобланади. Бу қўлланмалар Ўзбекистонда болалар ортопедиясини ташкил этишда илк норматив-услубий ҳужжатлардан бири сифатида муҳим аҳамиятга эга. Травматолог-ортопед томонидан махсус интернатлар учун шифокор кадрлар тайёрланган, 2 та муаллифлик гувоҳномаси ва 19 та рационализаторлик таклифлари мавжуд. Самуқ Маннановнинг илмий фаолияти асосан травматология ва ортопедия соҳасида бўлиб, хусусан, бўғимлар ва суяк синишларини жарроҳлик йўли билан даволашда остеосинтез усулларини ўрганишга бағишланган. Самуқ Маннановнинг тиббиёт фанлари номзоди сифатида 56 та илмий иш ҳамда 81 та мақолалари нашр қилинган. Булардан “Қўл панжаси ва бармоқлари шикастланганда сунғий бўғимлар характерида аппарат ёрдамида тиклаш”, “Бел нега оғрийди?”, “Фарзандингиз хушқомат бўлсин”, “Пораждения костей и суставов” каби бир қатор ўқув қўлланмалари Ўзбекистон Илмий-техника ва тиббиёт ҳужжатлари Миллий архивида сақланиб келинмоқда.

Олим 1998-2003 йилларда жами 1106 та, 20 хил мураккаб операцияларни амалга оширди ва 1000 дан ортиқ амбулатор беморларга тиббий муолажалар ўтказди. Кўп йиллик илмий фаолияти натижасида 100 дан ортиқ илмий ишлар муаллифи ҳисобланиб, жуда кўплаб олимлар ва ортопед мутахассисларнинг етишиб чиқишида ўзининг муносиб ҳиссасини қўшган олимлардан биридир. Бу кўрсаткичлар олимнинг амалий фаолиятда ҳам, илмий ишланмаларда ҳам катта тажрибага эга бўлганини кўрсатади. Кейинги йилларда Самуқ Маннановга бағишланган бир қатор илмий мақолалар чоп этилган бўлиб, улар унинг илмий фаолияти, педагогик ишлари ва тиббиёт соҳасидаги ютуқларини ёритишга қаратилган. Архивда сақла-

наётган Самуқ Маннанов шахсий таркиб ҳужжатларида сақланаётган “Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш” газетасида чоп этилган (2008, 26 декабрь, 51–52-сон) Самир Миралиев мақоласида Самуқ Маннановни болалар ортопедияси ва травматологияси соҳасида катта клиник тажрибага эга, мураккаб таянч-ҳаракат аппарати касаллиқларини даволашда илмий-амалий ёндашувни қўллайдиган мутахассис сифатида таърифлайди. Муаллиф Маннановнинг сколиоз ва бошқа деформацияларни даволашда консерватив ва жарроҳлик усуллари уйғунлаштирган комплекс ёндашувини, чуқур клиник тафаккур ва синчков ташхис қўйиш малакасини, шунингдек, ёш мутахассисларни тайёрлаш ҳамда республикада болалар ортопедиясини ривожлантиришга қўшган ҳиссасини эътироф этади. “Хоразм ҳақиқати” газетасининг 2000 йил 20 декабрь сониди эълон қилинган муаллифи Амина Машарипова бўлган “Миннатдорчилик” сарлавҳали мақолада Самуқ Маннанов фаолиятига юқори баҳо берилган. Муаллиф Маннановни таянч-ҳаракат аппарати касаллиқларини даволашда катта тажрибага эга, беморларга малакали ва самарали тиббий ёрдам кўрсата оладиган етук мутахассис сифатида таърифлайди.

Самуқ Маннонавнинг оиласи аъзолари турли соҳаларда фаолият юритган ва ижтимоий ҳаётда сезиларли ҳисса қўшган. Оиланинг асосий вакиллари Маннонова Хури 1938 йилда туғилган ва касбий фаолиятини ҳамшира сифатида олиб борган. Маннонова Манзура 1960 йилда туғилган, врач ва биологик кимё мутахассиси сифатида фаолият юритган. Маннанов Абдуқаҳҳор 1961 йилда туғилган, инженер сифатида иш олиб борган. Маннанов Шавкат 1963 йилда туғилган, ҳарбий соҳада фаолият юритган ва Маннанов Баҳодир 1969 йилда туғилган, стоматолог-техник. Ушбу оиланинг биографик таркиби уларнинг турли касбий йўналишларда муваффақият қозонганлигини, касбий ихтисосликларни эгаллаш орқали ижтимоий ҳаётга турлича ҳисса қўшганлигини кўрсатади. Самуқ Маннановга Ўзбекистон Соғлиқни сақлаш вазирининг 2003 йил 10 ноябрдаги №16-сонли буйруғига асосан “Травматология ва ортопедия” мутахассислиги бўйича “Олий” тоифали шифокор мақоми берилган. Олимнинг бой илмий мероси ва амалиётдаги катта тажрибаси бугунги кунда ҳам ёш травматологлар учун қимматли манба бўлиб хизмат қилмоқда. Самуқ Маннанов Ўзбекистон травматологияси ва ортопедиясида ўз мактабини яратган, кўплаб шоғирдлар тайёрлаган ва сколиоз жарроҳлигида илк кадамларни қўйган мутахассис сифатида соҳа тарихида муҳим ўринга эга.

Эл таниган олим Самуқ Маннанов 2014 йил 24 мартда оламдан ўтган бўлсада, унинг ёрқин хотираси ва қилган хизматлари абадий ёдда қолади. Олимнинг илмий тадқиқотлари, амалий тажрибалари бугунги тиббиёт тизимида ўз аҳамиятини сақлаб келмоқда.

Дурдона НАБИЕВА,
Ўзбекистон Илмий-техника
ва тиббиёт ҳужжатлари Миллий
архиви етакчи архивчиси.

В каких случаях покраснение глаз указывает на опасные заболевания

Врач Азнаурян рассказала, в каких случаях покраснение глаз опасно.

Механизм покраснения всегда один: расширяются мелкие кровеносные сосуды – конъюнктивы. Однако причины могут быть разными – от безобидной реакции на усталость или сухой воздух до первого видимого симптома серьезного воспалительного или инфекционного процесса.

Об этом рассказал детский офтальмолог, офтальмохирург, профессор Игорь Азнаурян.

К наиболее распространенным и относительно безопасным причинам покраснения относится длительная работа за компьютером или с гаджетами, хронический недосып, попадание ресницы или мелкой соринки, воздействие ветра, дыма или сухого воздуха. Важно отметить, что в этих случаях единственный симптом – изменение цвета белков глаз. Если краснота сопровождается дополнительными симптомами, то это повод обратиться к врачу.

В разговоре врач рассказал о нескольких симптомах, при появлении которых необходима правильная диагностика и лечение.

АЛЛЕРГИЧЕСКИЙ КОНЬЮНКТИВИТ

Краснота сопровождается сильным зудом, слезотечением, прозрачными слизистыми выделениями, насморком и чиханием.

Основное лечение должен назначить аллерголог.

Офтальмолог может лишь добавить капли, снимающие местные симптомы.

ИНФЕКЦИОННЫЕ ПОРАЖЕНИЯ

Густые желтовато-белые выделения, склеивающие ресницы по утрам, являются признаком бактериальной инфекции, обильные водянистые выделения, часто возникающие после ОРВИ – вирусной инфекции.

Есть и серьезные состояния, которые требуют немедленного врачебного вмешательства: кератит – воспаление роговицы, к симптомам относится боль, светобоязнь, ощущение "песка" в глазу, снижение зрения, увеит – воспаление сосудистой оболочки, сопровождается болью, затуманиванием зрения, покраснением вокруг радужки, острый приступ глаукомы – состояние, к признакам которого является резкая боль в глазу и



голове, тошнота, рвота, радужные круги перед глазами и быстрое падение зрения.

29 европейских стран может накрыть мучительно болезненный вирус

Большую часть Европы может накрыть эпидемия тропического вируса чикунгуньи, который переносят азиатские тигровые комары.

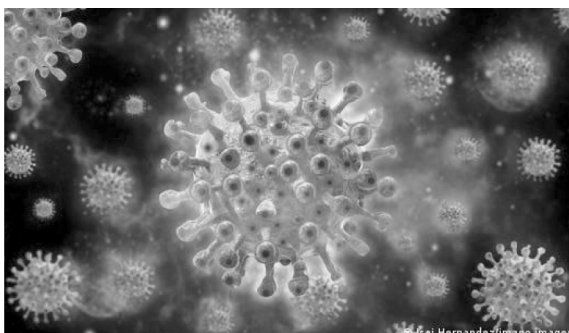
Об этом пишет британская газета The Guardian.

Отмечается, что климатический кризис, повышение температуры и распространение комаров могут расширить географию чикунгуньи на 29 стран.

Путешественники, возвращающиеся из тропических стран, могут заражать других людей, а учитывая темпы глобального потепления, этот процесс может ускориться, уточняет газета.

Минимальная температура, при которой распространяется инфекция, сократилась на 2,5°C сравнительно с прошлыми данными, сейчас она составляет 13–14°C.

Заражение может происходить более шести месяцев в году в Испании, Португалии, Италии и Греции, и от трех до пяти месяцев в году в Бельгии, Франции, Германии, Швейцарии и десятке других европейских стран. Ранее минимальная



температура оценивалась в 16–18°C, что означает, что существует риск вспышек чикунгуньи в большем количестве регионов и на более длительные периоды, чем считалось ранее. – говорится в сообщении.

В тексте указывается, что инфекция чикунгуньи вызывает мучительные и длительные боли в суставах, которые могут привести к летальному исходу у маленьких детей и пожилых людей.

ЁНҒИН ХАВФСИЗЛИГИ ҚОИДАЛАРИНИ КЕЛАЖАК АВЛОДГА ЕТКАЗАЙЛИК

Деярли ҳар йили мамлакатимизда жуда кўп сонли ёнғинлар рўй беради, унда нафакат катталар, балки болалар ҳам вафот этишади, жароҳат олишади. Шу билан бирга, статистик маълумотларга кўра, ҳар еттинчи ёнғин болаларнинг айби билан содир бўлади. Ёнғин натижасида юзага келадиган хавфли вазиятларнинг оқибатлари сони ва қўламининг кўпайиши, айниқса болаларнинг оловга бепарво муносабати туфайлидир.

Ўзбекистон Республикасининг мактабгача таълим ташкилотлари ва таълим муассасалари (мактаблар, болалар боғчалари, мактаб-интернатлар) таълим органларининг ёнғин хавфсизлиги чораларини амалга оширишдаги ролини ошириш зарурлигини кўрсатади. Бошланғич мактаб ўқувчиларида ёнғин хавфсизлиги соҳасида тизимли билим, кўникма ва кўникмаларни шакллантириш кўшимча дарсдан ташқари вақтни талаб қилади ва нафакат ўқув машғулотлари, дарслар доирасида, балки турли хил дарсдан ташқари машғулотлар (викториналар, спартакиадалар, дидактик ўйинлар) натижасида ҳам амалга оширилиши керак. Ўқув йили давомида ва айниқса ўқишни тугатгандан сўнг, таътил олдидан мактаб ўқувчиларига ёнғин хавфсизлигининг асосий қоидалари, ёнғинларнинг сабаблари ва оқибатлари, шунингдек улар юзага келган ҳаракатлар ҳақида эслатиш жуда зарур. Бошланғич мактаб ёшидаги болалар билан мактабда ва уйда ёнғинларнинг олдини олиш бўйича мунтазам суҳбатлар ўтказиш, улар пайдо бўлганда хавфсиз хатти-ҳаракатлар кўникмаларини шакллантириш керак; болаларни ёнаётган бинодан эвакуация қилишнинг асосий усуллари, бирламчи ёнғинга қарши воситалардан фойдаланиш кўникмалари билан таништириш; нафас олиш тизимини шахсий ҳимоя қилиш воситаларидан фойдаланган ҳолда тутунли жамоат биноларидан эвакуация қилиш усуллари ўргатиш муҳимдир.

У. БОТИРОВ,

Ўзбекистон Республикаси ФВВ ЎМТва АО ФВВ
“Ўзбекистон аэропорти” АЖ объектларида фавқулодда
вазиятлар бўлими катта инспектори, майор.

■ФВВ огоҳлантиради

ЁНҒИН ВА УНИНГ САБАБЛАРИ

Ёнғин – махсус ёқилмаган, назорат қилиб бўлмайдиган, катта модий зарар келтирадиган ва энг ачинарлиси инсонларнинг турли даражада тан жароҳати олишларига, ҳаётдан бевақт кўз юмишларига сабаб бўладиган ёнғин жараёнидир.

Ёнғин ҳамма жойда – корхоналарда, ташкилотларда, мактабларда, болалар боғчаларида, турар жой биноларида, кўйинки одамлар тўпланадиган барча жойларда содир бўлиши мумкин. Қиш мавсумида ёнғинларнинг келиб чиқишига асосий сабаблардан бири, бу ёниб турган печларнинг назоратсиз қолдирилиши, уларга яқин жойда тез алангалайдиган нарсаларнинг бўлиши, шунингдек, печлар ёрдамида ёнадиган материалларнинг қуритилиши ва бензин, керосин каби тез алангалайдиган суюқликларнинг сақланишидир. Совуқ вақтида электр иситиш асбобларидан шунингдек, газ плиталаридан хоналарни иситишда фойдаланиш ҳам ёнғинларнинг келиб чиқишига сабаб бўлиши мумкин.

Баходир ИБРАГИМОВ,
“Қорасув” Қароргоҳи Давлат
Резиденцияси объектларида ФВВ кичик
инспектори, кичик сержант.

БОЛАЛАРНИ ЁЛҒИЗ УЙДА ҚОЛДИРМАЙЛИК

Болалар одатда ҳамма нарсани синаб кўришни хуш кўришади. Жумладан, олов улар учун қизиқ туюлади. Агар уларга оловнинг хавф-хатари ва оқибатлари ҳақида тушунтирилмаса, шубҳасиз, кўнгилсиз ҳолатларга олиб келиши мумкинлигини тушунтириш лозим.

Ёнғиннинг келиб чиқишига эса инсонларнинг эҳтиётсизликлари, ёнғин хавфсизлиги қоидаларига риоя қилмасликлари, шу жумладан болаларнинг шўхлиги, электр симларининг носозлиги ва уларнинг нотўғри улаштиридан, шунингдек, бошқа сабаблардан содир бўлиши ҳам мумкин. Болаларни шўхлиги билан боғлиқ бўлган ёнғинларнинг келиб чиқишига асосий сабаблардан бири ота-оналарнинг ўз фарзандларига бўлган эътиборсизликларидир. Шундай экан, ота-оналар фарзандларини жавобгарликни хис қилишга ўргатиш, улар билан олов ва унинг хусусиятлари, ёнғиннинг келиб чиқиш омиллари борасида ҳаётий мисоллар асосида суҳбатлар ўтказиб туриш, олов ҳақида тушунчалар бериб бориш муҳимлигини унутмасликлари лозим.

Баходир ҲИКМАТОВ,
“Қорасув” Қароргоҳи Давлат
Резиденцияси объектларида ФВВ
кичик инспектори, катта сержант.

ЗИЛЗИЛА ВАҚТИДА ҚАНДАЙ ҲАРАКАТЛАНИШ КЕРАК

Зилзила — қутилмаган ва хавфли табиий офат. Унинг вақтида тўғри ҳаракат қилиш ҳаётийлигини сақлаб қолиши мумкин.

Қуйидаги тавсияларни ёдда тутинг: Агар сиз бино ичида бўлсангиз, тинчланинг ва ваҳимага берилманг, мустақкам жойга яшининг, стол ости, эшик роми, деворга яқин жой - бу сизни йиқилаётган буюмлардан ҳимоя қилади. Дераза, ойнадан узоқлашинг, лифтга тушманг, зинапоядан фойдаланинг фақат хавфсиз бўлса, электр жихозларидан узоқлашинг. Агар сиз кўчада бўлсангиз, бино, устун, дарахтлардан узоқлашинг, электр симлари ва реклама стендларидан эҳтиёт бўлинг, очик майдонга ҳаракат қилинг. Агар сиз машинада бўлсангиз, машинани тўхтатинг, лекин кўприк, туннел ёки баланд бинолар яқинида эмас, машина ичида қолинг - у сизни ташқи хавфлардан ҳимоя қилади. Зилзиладан сўнг, жароҳат олганларга ёрдам беринг, лекин ўзингизни хавфга қўйманг, фавқулодда хизматларга хабар беринг (Ўзбекистон ФВВ: 1050). Расмий манбалардан маълумот олинг, ёлғон хабарларга ишонманг. Олдиндан тайёргарлик кўринг, фавқулодда ҳолатлар учун сумка тайёрланг (сув, чирок, дори, ҳужжатлар), оила аъзолари билан эвакуация режасини муҳокама қилинг.

Жасурбек ЭГАМНАЗАРОВ,
Ўзбекистон Республикаси Бош вазир қотибияти
Ҳукумат уйи ва автоҳўжалиги биносида ФВВ
кичик инспектори, кичик сержант.

■ Дил изҳори

МЕН СИЗДАН ШИФО ТОПДИМ...

Кейинги йилларда онажонимнинг юраклари безовта қиладиган бўлди. Вақти-вақти билан вилоятимиздаги тиббиёт муассасаларда даво муолажаларини ола бошладилар. Яқинда бехосдан юраклари безовта қилиб оғирлашиб қолдилар.

Онажонимни тезда Навоий вилоят кўп тармоқли тиббиёт марказига олиб бордик. Мазкур шифо масканининг тиббиёт ходимлари онажонимнинг саломатликларини текширувлардан ўтказгач, уларда юрак ишемик касаллик ташхиси қўйилди. Шифокорлар онажонимни зудлик билан жонлантириш бўлимига ётқизишди ва тезда даво муолажаларини

бошлаб юборишди. Чунки онажонимни ниҳоятда оғир аҳволда олиб келган эдик. Ўз касбининг моҳир устаси, тажрибали кардиолог, даволовчи шифокор, рентген эндоваскуляр хирургия бўлим бошлиғи Қодиржон Ёркулов онажонимни саломатликларини тиклашда ўзининг беминнат хизматларини аямади. Қўли енгил, элимиз дуосига мушарраф бўлиб келаётган малакали шифокор кардиолог Қодиржон Ёркулов мана 20 йил

дирки, халқимиз саломатлиги йўлида меҳнат қилиб келмоқда. 2015 йилдан буён Навоий вилоят кўп тармоқли тиббиёт марказида шифокор кардиолог, рентген эндоваскуляр хирургия бўлим бошлиғи вазифасида фаолият юритмоқда. Қодиржон Ёркулов оилали. Уч нафар фарзанднинг отаси. Катта ўғли Бухоро давлат тиббиёт институтининг 1 курс талабаси, икки нафар фарзанди эса мактабда аъло баҳоларга ўқимоқда. Фидойи шифокорнинг кардиология йўналишидаги билимлари ва сайёҳ-харакатлари туфайли онажонимнинг саломатликларини тикланиб оиламиз бағрига қайтдилар. Онажоним “Мени ҳаётга қайтарган, оғир дарддан фориғ этган дардимга даво айлаган Қодиржон болам касби-коридани барака топишини, оиласи билан қўшақариб фарзандларини бахту камолини



кўришини истайман” дея кўзларидидаги қувонч ёшлари билан дуога қўл кўтардилар.

Фурсатдан фойдаланиб, онажонимни ҳаётга қайтарган малакали шифокор кардиолог Қодиржон Ёркуловга ҳамда бўлимнинг барча тиббиёт хо-

димларига оиламизнинг чексиз миннатдорлигини изҳор этамиз. Ўзларига мустаҳкам соғлиқ, оилавий хотиржамлик тилаймиз.

Дилфуза ШАРИПОВА,
Навоий вилояти,
Кармана тумани.

■ Рўза тутиш

РАМАЗОНДА ТЎҒРИ ОВҚАТЛАНИШНИНГ
9 ТА ОЛТИН ҚОИДАСИ

Рамазон ойида тўғри овқатланиш муҳим аҳамиятга эга. Узоқ соатлик очликдан сўнг, турли таомларга бой ифторлик дастурхони бизнинг Рамазонда соғлом овқатланиш ҳақидаги орзуларимизни йўққа чиқариши мумкин. Рамазонда тўғри овқатланиш ҳақида билиш жуда муҳимдир. Рамазонда соғлом овқатланиш ва ошқозон-ичак тизими саломатлигини сақлаш учун қуйидаги тавсияларга амал қилинг:

1. ТАОМЛАНИШНИ
ХУРМОДАН БОШЛАНГ

Хурмо — бу рўза пайтида кун давомида энергия билан таъминлайдиган углеводларнинг манбаи ҳисобланади. Хурмо меваси толалари овқат ҳазм қилиш трактининг ишлашини тартибга солади. Бундан ташқари, хурмо магний ва калийга бой.

2. КЎП МИҚДОРДА
СУВ ИЧИНГ

Кун давомида чанқамаслик учун оғиз очилгандан кейин ва саҳарликдан олдин старлича сув ичинг. Бир кунда 8 стакан сув ичишга ҳаракат қилинг.

3. ЧАНҚАТАДИГАН ОВҚАТЛАР
ВА МАҲСУЛОТЛАРДАН
САҚЛАНИНГ

Тузли овқатлар, консервалар, тузланган ёнғоқлар, бодринглар, балиқлардан

сақланнинг. Бундан ташқари, зираворларга бой овқатлардан сақланнинг, чунки улар сизда чанқоқ ҳиссини чакиради. Кўпроқ мева ва сабзавотларни истеъмол қилинг, улар организмнинг сув захираларини янгилайди ва тўлдиради.

4. СЕКИН, ШОШМАСДАН
ИФТОРЛИК ҚИЛИНГ

Узоқ муддатли очликдан сўнг, танага катта миқдордаги озиқ-овқат тушиши — стрессдир. Мўътадил бўлишга ҳаракат қилинг, ифторни хурмо, сув билан бошланг, кейин шўрва, салат ейишингиз мумкин. Бир мунча вақт ўтгач, асосий таомга ўтинг. Ортиқча овқатланиш овқат ҳазм қилишда муаммолар ва ошқозон оғриғига сабаб бўлиши мумкин. Ифторни илиқ шўрва билан бошлаш рўза тутгандан кейин энг яхши овқат бўлиб, организмнинг озукавий моддаларини тўлдиради ва танани оғирроқ овқатлар учун тайёрлайди.

5. ТАОМИНГИЗДА БАРЧА
КЕРАКЛИ НУТРИЕНТЛАР
МАВЖУДЛИГИГА ИШОНЧ
ҲОСИЛ ҚИЛИНГ

Ифторда оксиллар, сабзавотлар, ёрмалар, мевалар ва фойдали ёғлар каби овқатлар бўлиши керак.

6. СОҒЛОМ ОВҚАТЛАРНИ
ТАНЛАНГ

Рационингизда дон, ёрмалар, товуқ гўшти, ёғсиз гўшт, балиқ, зайтун мойи ва мевалар бўлиши керак. Қовурилган, шўр ва ёғли овқатлардан сақланнинг. Гўшт, дуккаклар, тухум ва сут маҳсулотлари оксилга бой. Ушбу озиқ-овқат маҳсулотларидан камида биттасини ҳар кун истеъмол қилишингиз керак.

7. ШИРИНЛИКЛАРДАН
САҚЛАНИНГ

Ифтордан кейинги ширинликлар қоринда газ тўпланишига сабаб бўлади ва овқат ҳазм қилишни бузади. Бундан ташқари, у қондаги глюкоза миқдорини оширади, бу эса ширинликларга бўлган эҳтиёжни янада оширади. Шунинг учун ифторликдан 2–3 соатдан кейин ширинликларни истеъмол қилиш тавсия этилади. Ширинликларни фойдаланган маҳсулотларга: хурмо, қуруқ мевалар, ширин мевалар билан алмаштириш керак.

8. ҚАХВА (КОФЕ)
ИЧИШДАН ТИЙИЛИНГ

Рамазон ойида бош оғриғи ва уйқусизликка йўл қўймаслик учун кофе истеъмол қилишни камайтиришга ҳаракат қилинг.

9. РАЦИОНГА ЭЪТИБОР
ҚАРАТИНГ

Асосий овқатланишингизни уч қисмга бўлинг. Учдан бир қисми мураккаб углеводлар, учдан бири ёғсиз гўшт ёки балиқ, қолганлари эса сабзавот. Бу соғлом мувозанатли овқатланиш бўлади.

Санитария-эпидемиологик осойишталик ва жамоат саломатлиги қўмитаси
Ахборот хизмати



Газета муассиси:
Ўзбекистон Республикаси
Соғлиқни сақлаш вазирлиги

ISSN 2010-6149.
Электрон манзилими: www.uzssgt.uz

Бош муҳаррир
Ибодат СОАТОВА

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

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

Газета таҳририят компьютер марказида терилди ва саҳифаланди. Саҳифаловчи: Нарзулла Ҳамроев

Таҳририят манзили: 100060, Тошкент шаҳри, Истикбол кўчаси, 30 уй, 2–қават. Тел/факс: (71)233–13–22, тел.: (71)233–57–73.

Газета "Шарқ" нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилди.

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

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

Адади - 552 дона.
Буюртма рақами Г-238.

Босмахонага
топирилиш вақти:
21-00. 3 4 5 6 7
Топирилди 22-00.