

# O'zbekistonda sog'liqni saqlash Здравоохранение Узбекистана



Газета 1995 йил октябрь ойидан чиқа бошлаган • www.uzssgt.uz, uzss@yandex.ru • 2020 йил 25 сентябрь • № 37 (1318)

## ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ПРЕЗИДЕНТИ ШАВКАТ МИРЗИЁЕВНИНГ БИРЛАШГАН МИЛЛАТЛАР ТАШКИЛОТИ БОШ АССАМБЛЕЯСИНИНГ 75-СЕССИЯСИДАГИ НУТҚИ

**Муҳтарам Раис Вўлкан  
Бозкир жаноблари!**

**Муҳтарам Бош котиб Ан-  
тониу Гутерриш жаноблари!**

**Хурматли делегациялар  
рахбарлари!**

**Хонимлар ва жаноблар!**

Бош Ассамблеянинг етмиш бешинчи сессияси Бирлашган Миллатлар Ташкилоти тарихида биринчи марта бутунлай янги форматда – коронавирус пандемияси туфайли онлайн мулоқот режимида бўлиб ўтмоқда.

Бундай глобал фалокат сайёраимизда сўнгги юз йилда кузатилмаган эди. Бу офат бутун инсониятнинг заиф жиҳатларини яққол кўрсатди. Хозирги таҳликали ва мураккаб вазият ер юзидagi барча давлатлар ва халқлар ўзаро боғлиқ эканини, ўртаимизда мунтазам мулоқот, ишонч ва яқин ҳамкорлик ўта муҳимлигини исботлади.

Шу йўлда барчамиз ҳукуматлар, парламентлар ва фуқаролик жамиятларининг ўзаро саъй-ҳаракатларини бирлаштириш, умумий масъулият тамойилларини мустаҳкамлаш, халқаро шерикликни мувофиқ ҳолда ривожлантириш, Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти

нинг мақоми ва салоҳиятини ошириш, ваколатларини кенгайтириш лозимлигини чуқур англадик.

Мақсадимиз – ҳар бир инсоннинг асосий ҳуқуқ ва эркинликларини, саломатлиги ва фаровонлигини таъминлайдиган адолатли глобал тизимни биргаликда яратишдир.

Бу борада биз Бирлашган Миллатлар Ташкилоти шафелигида **Пандемиялар даврида давлатларнинг ихтиёрий мажбуриятлари тўғрисидаги халқаро кодексни** ишлаб чиқишни тақлиф этамиз. Ушбу ҳужжатда ҳар бир давлатнинг ўз фуқаролари ва халқаро ҳамкорлари олдидаги мажбуриятлари акс этгани лозим.

Хурматли хонимлар ва жаноблар!

Биз Ўзбекистонда КОВИД-19 қайд этилган дастлабки кунлардан бошлаб барча саъй-ҳаракат ва ресурсларимизни бу хавfli касалликни жиловлash ва энг асосийси – одамлар ҳаётини сақлаб қолишга қаратдик.

Пандемиянинг салбий оқибатларини юмшатиш учун ижтимоий ҳимоя ва соғлиқни сақлаш тизимлари кескин кучайтирилмоқда, аҳолига, иқтисодиёт тармоқлари ва бизнесга манзилли кўмак кўрсатилмоқда. Шу мақсадда махсус жамғармалар тузилди.

Фурсатдан фойдаланиб, синовли дамларда бизга бегараз ёрдам кўрсатган барча дўст ва ҳамкорларимизга чуқур миннатдорлик изҳор этаман.

Биз халқаро ҳамжамиятнинг пандемияга қарши самарали курашиш бўйича барча ҳаракатларини, жумладан, зарур дори-дармон ҳамда вакциналар ишлаб чиқиш ва улардан кенг фойдаланишга қаратилган ташаббусларини қўллаб-қувватлаймиз.

Шунингдек, Бош котиб Антониу Гутерриш жанобларининг бугунги инкирозли вазиятда озик-овқат хавфсизлигини таъминлашнинг долзарб муаммоларига бағишланган саммитни ўтказиш бўйича тақлифини маъқуллаймиз.

Хурматли Бош Ассамблея сессияси иштирокчилари!

Бундан уч йил муқаддам мен Бирлашган Миллатлар Ташкилотининг олий минбаридан Ўзбекистоннинг туб ислохотлари амалга ошириш бўйича қарори қатъий эканини айтган эдим.

Жамиятни сиёсий, ижтимоий ва иқтисодий модернизация қилиш бўйича кенг қўламли чора-тадбирларимиз натижасида янги Ўзбекистон шакланмоқда. Бугунги кунда мамлакатимиздаги демократик ўзгаришлар ортга қайтмайдиган тус олди.

Ўтган йили Парламентга ўтказилган сайловлар аҳоли ва партияларнинг сиёсий фаоллиги, фуқаролик жамияти институтларининг роли, оммавий ахборот воситаларининг таъсири ошганини намойиш этди.

Биз учун гендер тенглик сиёсати устувор масалага айланди. Хотин-қизларнинг давлат бошқарувидаги ўрни тобора кучаймоқда. Янги Парламентимизда аёл депутатлар сони икки баробарга кўпайди.

Инсон ҳуқуқлари соҳасидаги ҳолат ҳам бутунлай ўзгарди. Мажбурий ва болалар меҳнати тўлиқ тугатилди. Инсон ҳуқуқлари бўйича Миллий стратегия қабул қилинди.

Бирлашган Миллатлар Ташкилотининг фуқаролиги бўлмаган инсонлар сони камайтиришга қаратилган чақириғига жавобан шу йилнинг ўзига 50 минг юртдошимизга Ўзбекистон фуқаролиги берилди.

Мамлакатимизда диний эркинлик борасида ҳам вазият кескин яшиланди. Миллатларaro тотувлик ва динларaro бағрикенгликни янада мустаҳкамлаш биз учун доимий муҳим вазифадир.

Судларнинг чинаяк мустақиллиги ва қонун устуворлигини таъминлашга йўналтирилган кенг қамровли ислохотлар изчил

амалга оширилмоқда.

Коррупцияга қарши мурасиз кураш янги босқичга кўтарилди.

Бу борада муҳим қонун ҳужжатлари қабул қилиниб, мустақил тузилма – Коррупцияга қарши курашиш агентлиги ташкил этилди.

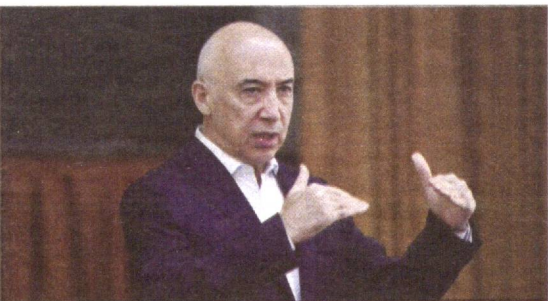
Мамлакатимизда иқтисодий ислохотлар жадал давом эттирилмоқда. Биз биринчи марта камбағалликни камайтириш ҳақидаги қатъий қароримизни очик эълон қилдик. Бунга тадбиркорликни ривожлантириш ва қўшимча иш ўринлари яратиш, инвестиция ва бизнес муҳитини яхшилаш ҳамда замонавий инфратузилмани барпо этиш, одамларни янги касб-хунарларга ўргатиш ва аҳолига манзилли ижтимоий ёрдам кўрсатиш орқали эришмоқдамиз.

Мамлакатимиз аҳолисининг ярмидан кўпини ёшлар ташкил этади. Республикаимизда ҳар бир йигит-қизнинг жамиятда муносиб ўрин эгаллаши ва ўз салоҳиятини намойиш этиш учун улкан ишлар амалга оширилмоқда. Ўзбекистонда Ёшлар парламентлари, Ёшлар ишлари агентлиги фаолият кўрсатмоқда.

(Давоми 2-бетда).

## ҲАР БИР ҲУДУДГА «ТИББИЁТ ДЕСАНТЛАРИ» САФАРБАР ҚИЛИНДИ

**Коронавирус инфекцияси билан касалланган беморларга сифатли тиббий ёрдам кўрсатиш, касаллик тарқалишининг олдини олиш бўйича тиббиёт ходимларини ўқитиш ва касбий малакасини ошириш ишларини янада такомиллаштириш мақсадида яна бир янги лойиҳага қўл урилди.**



Юртимиздаги тиббиёт олий ўқув юртлири ва даволаш муассасаларининг тажрибали реаниматолог, терапевт-пульмонолог, педиатр ва бошқа мутахассислари саралаб оли-

ниб, улар "COVID-19"ни даволаш муассасаларига жалб этилган шифокорларни коронавирус бўйича тўпланган миллий тажриба ва дунё олимларининг охириги изланишлари натижасида

аниқланган сўнгги маълумотлар асосида қайта тайёрлаш ва коронавирусга қарши курашиш бўйича қўлланманинг янгиланган шаклини жойларда тизимли ўқитиш бўйича тренерликка сафарбар қилинмоқда.

Бундан қўзланган мақсад коронавирус ўчоғида иш олиб борадиган мутахассисларни беморлар билан ишлашга максимал даражада тайёрлаш, шу орқали касалликни жиловлashда ва беморларнинг соғайиш кўрсаткичларини янада яхшилашда ижобий натижага эришишдир.

Соғлиқни сақлаш вазири Алишер Шадманов Тошкент тиббиёт академияси, Тошкент педиатрия тиббиёт институти, Тошкент давлат стоматология институти, Тиббиёт ходимларининг касбий малакасини ривожлантириш маркази ва даволаш муассасаларининг профессор-ўқитувчилари ҳамда мутахассислари орасидан саралаб олинган шундай тренерлар билан учрашув ўтказди. Мулоқотда вазир уларга тегиш-



ли кўрсатма ва тавсияларини билдирди.

Вазирликнинг тегишли буйруғига кўра, мамлакатимизнинг ҳар бир ҳудудига 12 нафардан турли йўналишдаги тиббиёт мутахассислари сафарбар қилинди. Уларга қўшимча равишда ҳудудлардаги тиббиёт олий ўқув юртлири профессор-ўқитувчи-

лари бириктирилади. Улар коронавирусни даволаш муассасаларида фаолият кўрсатаётган ва у ерда иш бошламоқчи бўлган шифокорларни янгича модул ўқув дастури асосида ўқитади, билим-қўнимчаларини оширади, даволаш жараёнларида ҳам бевосита иштирок этади.

**Ўқув дастурини ижобий ўзлаштирган шифокорларга тегишли сертификатлар берилиб, даволаш муассасаларига иш бошлаш учун юборилади.**

**Соғлиқни сақлаш вазирилик Жамоатчилик билан алоқалар бўлими**

## ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ПРЕЗИДЕНТИ ШАВКАТ МИРЗИЁЕВНИНГ БИРЛАШГАН МИЛЛАТЛАР ТАШКИЛОТИ БОШ АССАМБЛЕЯСИНИНГ 75-СЕССИЯСИДАГИ НУТҚИ

Август ойида Бирлашган Миллатлар Ташкилоти шафелигида ёшлар ҳуқуқларига бағишланган Самарқанд халқаро форуми муваффақиятли ўтказилди.

Фурсатдан фойдаланиб, яна бир бор **Ёшлар ҳуқуқлари тўғрисидаги Бирлашган Миллатлар Ташкилоти конвенциясини** қабул қилиш бўйича Ўзбекистон ташаббусини қўллаб-қувватлашга қаҳираман.

Бундан ташқари, **Барқарор тараққиёт мақсадларига эришиш ва инсон ҳуқуқларини таъминлашда парламентлар ролини ошириш тўғрисидаги Бирлашган Миллатлар Ташкилоти Бош Ассамблеясининг махсус резолюциясини** қабул қилишни таклиф этамиз.

Хурматли дўстлар!  
Хозирги вақтда Марказий Осиё минтақасида туб ўзгаришлар юз бермоқда. Биз минтақа давлатлари ўртасида яхши кўшничилик ва ўзаро ишонч, дўстлик ва хурмат муҳитини яратишга эришдик.

Бирлашган Миллатлар Ташкилоти Бош Ассамблеясининг 72-сессиясида илгари сурилган ташаббусга асосан мунтазам ўтказилаётган Марказий Осиё давлатлари раҳбарларининг Маслаҳат учрашувлари умумий ютуғимиз бўлди.

Охириги тўрт йилда Ўзбекистоннинг қўшни давлатлар билан ўзаро савдо ҳамжи салкам беш баробарга ўсди.

Мамлакатларимиз ушбу синовли кунларда бир-бирини ёлғиз қолдирмасдан, ўзаро

елкадош бўлдилар.

Бугун Марказий Осиё давлатлари олдида муҳим стратегик вазифа турибди. У ҳам бўлса, минтақамизнинг глобал иқтисодий, транспорт ва транзит йўлақларига чуқур интеграциясини таъминлашдир.

Шу муносабат билан Бирлашган Миллатлар Ташкилоти шафелигида **Транспорт-коммуникация алоқаларини ривожлантириш минтақавий марказини очишни** таклиф этамиз.

Бугунги кунда Марказий Осиёда хавфсизликни таъминлаш соҳасида ҳам самарали ҳамкорлик олиб борилмоқда. Бирлашган Миллатлар Ташкилоти Глобал антитеррор стратегияси муваффақиятли амалга оширилмоқда.

Биз ушбу стратегия доирасидаги **Минтақавий қўшма режанинг 10 йиллик натижалари ва келгуси истиқболлари бағишланган халқаро конференцияни ўтказиш** тарафдоримиз.

Маълумки, минтақамизнинг кўхна ва бой маданий мероси глобал аҳамиятга эга. Биз 2021 йилда ЮНЕСКО билан ҳамкорликда қадимий Хива шаҳрида **"Марказий Осиё ҳақон цивилизациялари чорраҳасида" деган мавзуда халқаро форумни ўтказишга** тайёрмиз.

Хурматли сессия иштирокчилари!

Биз Афғонистонни Марказий Осиёнинг ажралмас қисми сифатида қабул қиламиз. 2018 йил март ойида ўтказилган Афғонистон бўйича олий даражадаги Тошкент конференцияси афғон муаммосини ечиш учун халқаро ҳамжамият саъй-ҳаракатларини сафарбар этишда янги бошқич бўлди.

Биз жорий йилнинг сентябрь ойида Доха шаҳрида афғон сиёсий кучлари ўртасида бошланган тинчлик музокараларини тўла қўллаб-қувватлаймиз. Бу музокаралар жафокаш афғон заминда тинчлик ва барқарорлик ўрнатишига умид қиламиз.

Минтақада иқтисодий интеграция жараёнида Афғонистонни кенг жалб этиш мақсадида "Сурхон – Пули Хумри" электр узатиш тармоғини, Мозори Шарифдан Ҳинд океани портларига чиқадиган темир йўл қурилиши каби йирик инфратузилма лойиҳаларини амалга оширишга киришдик.

Фикримизча, Афғонистонда тинчлик ва барқарорлик ўрнатиш масалалари Бирлашган Миллатлар Ташкилотининг доимий эътибор марказида бўлиб қолиши зарур.

Фақат биргаликда ва яқин ҳамкорлик орқали биз афғон халқининг эзгу орзу-умидларини рўйбга чиқаришимиз мумкин. Бу борада "Беқарор ва вайронкор вазиятдан – тинчлик ва бунёдкорлик сари" деган тасолю асосида иш олиб бориш муҳимдир. Шу боисдан **Бирлашган Миллатлар Ташкилоти ҳузурида афғон халқининг дарду ташвишини тинглайдиган, доимий фаолият кўрсатадиган қўшма ташкил этиш** лозим. Ушбу қўшманинг асосий вазифаси Афғонистоннинг иқтисодий ва ижтимоий ривожланишига кўмак беришдан иборат бўлиши зарур.

Хурматли давлат ва ҳукумат раҳбарлари!

Давримизнинг ўткир муаммоларидан яна бири – глобал иқлим ўзгаришларидир. Бугунги кунда ҳар бир мамлакат бу жа-

раёнинг салбий таъсирини хис этмоқда. Минг афсуски, бундай ўзгаришлар Марказий Осиё тараққиётига ҳам катта хавф туғдирмоқда.

Эътиборингизни яна бир бор Орол денгизи қуришининг ҳалокатли оқибатларига қаратмоқчиман. Оролбўйи ҳудуди экологик фожианинг марказига айланди. Биз мавжуд аҳолини яхшилаш учун бу ерда икки миллион гектар янги ўсимлик майдонлари ва дарахзорлар яратиш, тулроқ қатламини шакллантириш бўйича улкан ишларни амалга оширмоқдамиз.

Мамлакатимиз ташаббуси билан Оролбўйи минтақаси учун Бирлашган Миллатлар Ташкилотининг инсон хавфсизлиги бўйича кўп томонлама шериклик траст фонди тузилди. Умид қиламизки, ушбу фонд оғир экологик ҳудудда яшаётган аҳолига амалий ёрдам кўрсатиш учун халқаро ҳамжамиятнинг таянч платформаси бўлиб хизмат қилади.

**Биз Оролбўйи минтақасини экологик инновация ва технологиялар ҳудуди, деб эълон қилиш ҳақида Бирлашган Миллатлар Ташкилоти Бош Ассамблеясининг махсус резолюциясини қабул қилишни таклиф** этамиз. Ушбу муҳим ҳужжат тасдиқланган сани эса Халқаро экологик тизимларни ҳимоя қилиш ва тиклаш кўни сифатида нишонлаш мақсадида мувофиқ бўларди.

Хурматли хонимлар ва жаноблар!

Ўзимнинг якунида яна бир фикрини таъкидлашни истардим. Жонининг турли нуқталарида нотинчлик сақлаб қолаётгани, зиддият ва зўравонликлар ортиб

бораётгани, экологик офатлар ва бошқа замонавий хатарлар қашшоқлик ва камбағалликнинг глобал муаммоларини кучайтирмоқда.

Бу муаммолар айниқса пандемия шароитида кескин тус олмақда. Тобора ташвишли оҳанг касб этаётган қашшоқликнинг овози бутун дунё ҳамжамиятини, барчамизни безовта қилиши зарур.

**Шу муносабат билан қашшоқликни тугатиш ва камбағалликка қарши курашишни Бирлашган Миллатлар Ташкилоти Бош Ассамблеяси навбатдаги сессиясининг асосий мавзуларидан бири сифатида белгилаш ҳамда ушбу масалаларга бағишланган глобал саммитни ўтказишни таклиф** этамиз.

Қадрли дўстлар!

Барчамизга равшанки, пандемиядан кейинги дунёнинг ижтимоий-иқтисодий манзараси бутунлай бошқача тус олади. Биз хавфсизлик ва барқарор тараққиёт йўлидаги умумий хатарларга қарши янгича ёндашувлар асосида ва яқин ҳамкорликда ишлашимиз зарур.

Бирлашган Миллатлар Ташкилоти мувофиқлаштирувчи халқаро тузилма сифатидаги марказий ўрнини янада кучайтириш лозим.

Ўзбекистон жаҳоннинг барча мамлакатлари билан кенг кўламли ва ўзаро манфаатли шериклини, Бирлашган Миллатлар Ташкилоти ва унинг институтлари билан амалий мулоқотни ривожлантириш учун доимо тайёр.

Эътиборингиз учун раҳмат.  
**ЎЗА.**

### Ҳамкорлик

## МИЛЛИЙ ПАЛАТА ТИББИЁТ КЛАСТЕРИНИНГ КОРЕЯ МОДЕЛИ ЖОРИЙ ЭТИЛИШINI ҚЎЛЛАБ-ҚУВВАТЛАЙДИ

**Ўзбекистонда қандай қилиб тиббиёт кластерини яратиш, унинг кадрларини халқаро даражага кўтариш, даволаш, таълим ва фанни бириктириш мумкин?**

Ушбу саволлар Инновацион соғлиқни сақлаш миллий палатасида Корё университети тиббиёт маркази профессори доктор Чой Жае Вук иштирокида ташкил этилган учрашувда муҳокама этилди.

Ўзбекистон Инновацион соғлиқни сақлаш миллий палатаси матбуот хизмати маълумотида кўра, доктор Чой - Ўзбекистонда Корёя модели Миллий онкологик марказ тузиш лойиҳасининг менежери. Маълумки, Корёя кўмагида Тошкентда кўп тармоқли болалар шифохонаси қурилган. У бўлажак онкологик марказ ва бошқа объектлар билан бирга юртимизда замонавий соғлиқни сақлаш тизимига халқаро ёндашув намунасини яратадиган тиббиёт кластерининг асоси бўлиб хизмат қилиши мумкин. "Корёя модели бўйича тиббиёт маж-

масини ташкил этиш режасига, шунингдек, катталар учун кўп тармоқли шифохона, янги тиббиёт Олий таълим муассасалари, ётоқхона ташкил этиш ҳам кирди. Ундан ташқари, у ерда келажакда тиббиёт соҳасида тадқиқотлар билан шуғулланадиган, шу жумладан, янги дори воситалари яратадиган "Research and Development Center" (Тадқиқотлар ва ишлаб чиқариш маркази) ҳам бўлиши керак. Буларнинг барчаси, биргаликда "Тиббиёт мажмуаси"ни ташкил этади", — дея таъкидлади учрашув давомида доктор Чой Жае Вук.

Корёя томонидан тақдим этилган лойиҳа менежерининг бу гоғлари миллий палата томонидан тўлиқ қўллаб-қувватланди. Ўзбекистон соғлиқни сақлаш тизимини бошқаришга инновацион ёндашувни ишлаб чиқиш ва жорий этишни ўзига вазифа деб билган Миллий палата бу

каби лойиҳаларнинг амалга ошишига кўмаклашишга тайёр.

Миллий палата раиси Ровшан Изамов музокаралар давомида таъкидлаганидек, лойиҳа муваффақияти билан боғлиқ барча ҳолатларнинг жараёнида устарежа катта роль ўйнайди. Ўз ўрнида, доктор Чой режалаштириш лойиҳа мустаҳкамлигининг асоси бўлиб хизмат қилишини, чунки унда маъмур мажмуанинг мунтазам ишлаши учун 10-20 йил аввал барча зарур ҳолатлар акс этиши муҳимлигини таъкидлади. Нуқтаи назарларнинг бир хилигини инобатга олиб, томонлар Корёя моделига асосан Тиббиёт мажмуасини тузиш лойиҳаси Бош режасини яратиш мақсадида Корёя томонидан Инновацион соғлиқни сақлаш миллий палатаси билан бирга Меморандум имзоланиши ҳақида келишувга эришдилар. Томонлар клиник муассасаларни, олий таълим муассасасини, шунингдек, илмий тадқиқотлар ва ишлаб чиқаришни ўз ичига оладиган кластер яратиш деталларини муҳокама қилдилар. Шу асос-



дагина билимларнинг узвийлигини сақлаб қолиш мумкинлиги таъкидланди.

Мутахассисларнинг янги авлодини ўқитишни маҳаллий таърифага мослашган бундай клиник протоколларга, шунингдек, онкологик бутун Корёя модели принциплари мажмуасига асосан олиб бориш керак. Нафақат шифокорларни, балки ўрта тиббиёт ходимларини ҳам. Ундан ташқари, онкологик марказ даражасини доимо олдинга сурши имконини беради.

Р. Изамов таъкидлаганидек, фақат мана шундай мажмуавий ёндашув бўлажак Миллий онкологик марказнинг нафақат яқин қўшни давлатларда энг яхшиси, балки дунёда энг илгорлардан бири бўлиб қолишига олиб келади. У замонавий Ўзбекистон учун зарур бўлган соғлиқни сақлаш соҳасини инновацион бошқариш тизимини амалда қўллаш имконини ҳам беради.

**ЎЗА.**

## Видеоконференция

## ЭНДОКРИНОЛОГИЯ ХИЗМАТИ КЎРСАТИШ ИСТИҚБОЛЛАРИ

**Халқаро диабет федерацияси таҳлиliga кўра, 2045 йилга бориб қандли диабет билан касалланганлар сони 629 миллионга етиши мумкин.**

Хозирда ушбу касаллик билан дунё бўйича 665 миллиондан ортиқ одам азият чекмоқда. 1,5 миллиард одам йод касалликлари ривожланиши хавфи остида қолмоқда. Бундай касалликлар кўпайиши йилига 5 фоизни ташкил қилади.

Мамлакатимизда бундай касалликлар тури бўйича биринчи ўринни қалқонсимон без касалликлари, иккинчи ўринни қандли диабет, учинчи ўринни жинсий безлар касалликлари эгаллайди. Шундан, қандли диабет касаллиги ҳам ижтимоий, ҳам иқтисодий аҳамиятга эга бўлиб, бошқа мамлакатлар каби Ўзбекистонда ҳам ушбу касалликка чалинганлар кўрсаткичи йилдан-йилга ошиб бормоқда. 2019 йилда 2001 йилга нисбатан 3,2 баробар, 2018 йилга нисбатан 11,4 фоизга, қалқонсимон без касалликлари 2019 йилда 2018 йилга нисбатан 0,24 фоизга ошган.

Олий Мажлис Қонунчилик палатаси Фуқароларнинг соғлиғини сақлаш масалалари кўмитаси йиғилишида Республика ИХТИСОСЛАШТИРИЛГАН ЭНДОКРИНОЛОГИЯ ИЛМИЙ-АМАЛИЙ ТИББИЁТ МАРКАЗИ ТЎҒРИДАН-ТЎҒРИ ХОРИЖИЙ ИНВЕСТИЦИЯЛАРНИ ЖАЛБ ЭТИШ ГЎҲИДА "АХОЛИГА ЭНДОКРИНОЛОГИЯ ХИЗМАТИНИ КЎРСАТИШНИНГ ҲОЛАТИ ТЎҒРИСИДА"ГИ

ахборотида ана шулар ҳақида сўз юритилди.

Ахборотда келтирилишича, соғлиқни сақлашнинг барча босқичларида эндокрин касалликларининг диагностикаси ва даволаш стандартлари янгидан қабул қилинган, ҳудудларда эндокрин жароҳликнинг ихтисослаштирилган бўлимлари, реанимация, диabetик тўлик, нефропатия, лаборатория бўлимлари, операцион блок ташкил этиш орқали бундай хизматлар кўлами кенгаймоқда.

Республика ихтисослаштирилган эндокринология илмий-амалий тиббиёт маркази томонидан етакчи мутахассисларнинг ҳудудларга сайёр маслаҳат бериш тизими йўлга қўйилган. Тиббиёт олий таълимнинг барча босқичларида қандли диабетни ўрганиш бўйича ўқув соатлари кўпайтирилган, бирламчи тиббий-санитария ёрдами муассасалари шифокорлари учун ихтисослаштирилган курслар ташкил этилган.

Марказ томонидан Осиё, Европа ва Американинг 24 та етакчи илмий марказлари билан меморандумлар тузилган. 2017 йилдан шу кунга қадар жами 192 нафар мутахассис чет эл етакчи клиник каларида малака ошириб келган.

Марказда тўғридан-тўғри хорижий инвестицияларни жалб этиш бўйича Италиянинг "Vita Nova Diagnostic" компанияси, Халқаро

атом энергияси агентлиги билан ҳамкорлик доирасида 1,5 миллион АКШ доллари ва 525 000 евро миқдорда тўғридан-тўғри хорижий инвестициялар жалб этилган.

Давлат-хусусий шериклик асосида, тўғридан-тўғри хорижий инвестицияларни жалб этган ҳолда, марказга юқори технологияли тиббий асбоб-ускуналар етказиб берилган.

Коронавирус пандемияси даврида беморларга ихтисослашган эндокринологик ёрдам кўрсатиш борасида ҳам муайян ишлар амалга оширилган. Хусусан, марказ ходимлари томонидан «COVID-19» оғирлик даражасига кўра ва турли хил ўткир ва инфекция касалликларда гипергликемияли беморларни олиб бориш протоколи» ишлаб чиқилган ва барча тегишли даволаш-профилактика ва олий таълим муассасаларига юборилган. Шунингдек, «COVID-19» билан касалланган эндокринологик беморларга барча ҳудудлар бўйлаб онлайн ва аудио-консултация олиб бориш йўлга қўйилган.

Шу билан бирга, ўрганиш ва таҳлиллар аҳолига ихтисослашган эндокринологик ёрдам курсатиш сифати ва имкониятларини ошириш, эндокрин касалликлар профилактикаси ва уларни барвақт аниқлаш чораларини янада кучайтириш, эндокринология муассасаларида замонавий ахборот-коммуникация алоқалари тизимини кенг жорий этиш, эндокринологик ёрдам кўрсатувчи муассасалар фаолиятини ўзаро интеграциялашган ҳолда амалга оширишга эътиборни кучайтириш лозимлигини кўрсатиш. Шу билан бирга, маҳаллий бюджетлардан аҳоли орасида эндокринологик касалликларни олдини олиш чораларини амалга оширишга қаратилган тадбирлар учун маблағлар ўз вақтида ажратилишини таъминлаш зарур.



Депутатлар томонидан таъкидлаганидек, республика бўйича ажратилган эндокринолог шифокорларга 724,5 штат бирлигидан 52,75 штат бирлиги вакант бўлиб, уларни тўлдириш, ҳудудларда шифо ўринлари билан таъминлашда номуносибликлар мавжуд, республиканинг барча ҳудудларини қамраб олувчи эндокрин патологияли беморларнинг электрон маълумотлар базасини яратиш ишларини кучайтириш лозим.

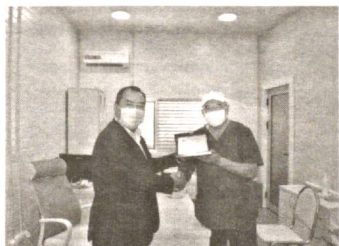
Чет элда малака оширганлардан ҳудудлардаги шифокорлар улуши атиги 27 фоизни ташкил этмоқда. Халқ вакиллари жойларда маҳаллий бюджет ҳисобидан ажратилиши белгиланган дори воситалари ва реактивлар учун зарур маблағлар Бухоро, Самарқанд, Сурхондарё, Сирдарё, Наманган ва Навоий вилоятларидан ташқари, бошқа ҳудудларда ажратилмаганлиги, Тошкент вилоятида эса фақат йод препаратлари олиш учун маблағ ажратилганига эътибор қаратилган. Эндокринолог шифокорлар белгиланган юкламадан ортиқ иш ҳажмида ишлашига тўғри келатгани, бирламчи тиббий-санитария ёрдамларини қамраб олувчи нормативларига қўшимча сифатида эндокринолог лавозимларини киритиш бўйича таклифлар билдирилди.

**Эшитув якунида билдирилган таклиф ва тавсияларни инобатга олган ҳолда кўмитанинг тегишли қарори қабул қилинди. Моҳигул ҚОСИМОВА.**

## Эътибор

## ФИДОЙИЛАР МЕҲНАТИГА МУНОСИБ РАҒБАТ

Мамлакатимизда аҳоли фаровонлигига муносиб ҳисса қўшувчи ҳар бир касб алоҳида эъзозланиб келинади. Табиийки, бундай эътиборга лойиқ соҳа ва касблар кўп. Жумладан, тиббиёт соҳаси ҳамда шифокорлик касбини ҳақли равишда шулар қаторига қўшиш мумкин. Негаки, шифокорлар инсон саломатлигини асраш, шу маънода уларнинг ҳаёт фаровонлигини юксалтириш ва жамият келажагининг давомийлигини таъминлаш учун фидойиларча меҳнат қилиб келади.



Бугун миллат, халқ, тил, дин ва ирқ танламасдан бутун башариятни бирдек ҳавотирга солиб, унга қарши яқдиллик билан ҳаракат қилишга ундаётган коронавирус инфекцияси афсуски, мамлакатимизга ҳам ўз таъсирини ўтказмай қолмади. Аллақачон дунё миқёсидаги глобал муаммага айланган улгурган пандемия ва унинг оқибатлари жаҳоннинг энг ривожланган давлатларини ҳам ташвишга солиб қўймоқда. Мамлакатимизда ушбу вирус аниқланган дастлабки кунлардан бошлаб, Юртбошимиз раҳнамолигида касалликнинг оммавий кириб келиши ва унинг олдини олиш бўйича тезкор ва зарурий чора-тадбирлар йўлга қўйилди. Хусусан, жамиятнинг барча соҳаси муайян қамраб олиниб, аҳолининг турмуш тарзи, шароитини яхшилаш, ёшларнинг карантин таътили давомида масофавий таълим олишлари учун муҳим ислохотлар амалга оширилди. Энг муҳими, мазкур жараёнда тиббиёт ходимларининг ўрни беқиёс бўлди. Улар саросимига тушиб қолмади, аксинча касбига содиқ қолиб, инфекцияга чалинган беморларни даволашда туну кун меҳнат қилди ва бу жараён давом этмоқда. Улар меҳнати би-

лан бугунги кунда мазкур дардан фориғ бўлганлар сони кун сайин ортиб бормоқда. Бу албатта, замонамиз қаҳрамонлари – шифокорларимизнинг чинакам меҳнати, фидойилиги ва жасорат намунасиридир. Бугунги кунда мамлакатимизда коронавирусга чалинган беморларни дунёдаги энг илғор ва ишончли усуллар билан даволаш учун барча чоралар кўрилмоқда.

Жумладан, ҳозирга қадар Россия, Германия, Туркия, Хитой давлатларидан юқори малакали мутахассислар юртимизда иш олиб боргани – бу йўналишда халқаро тажрибадан кенг фойдаланилаётганидан далолатдир. Хусусан, Президентимиз Шавкат Мирзиёев маърузаларидан бирида: "Дунёда икки соҳа вакиллари ўз касбига садоқат борасида қасамёд қабул қилади: булар – Ватан ҳимоячилари бўлган ҳарбийлар ва инсон саломатлигига масъул шифокорлар. Бунинг беҳиж эмаслигини бугун ҳаётнинг ўзи тасдиқламоқда. Муқаддас қасамдига содиқ бўлган шифокорларимиз ҳозирги мураккаб вазиятда, керак бўлса, азиз жонларини фидо қилиб, қаҳрамонларча меҳнат қилмоқдалар", дея шифокорларимиз меҳнатини муносиб эътироф этгани ҳам фикримиз далилидир.

Ана шундай даврда тиббиёт ходимларининг ижтимоий-иқтисодий, меҳнат муҳофазаси, меҳнат шароитларини яхшилаш йўлида хизмат қилиб келаётган Соғлиқни сақлаш ходимлари қасаба уюшмаси ҳам тармоқ меҳнатқашларини ҳар томонлама қўллаб-қувватлаб келмоқда.



Жумладан, юртимизда карантин эълон қилинган кунларданок, коронавирус инфекцияси билан зарарланганликда гумон қилиниб, карантинга олинган ва коронавирус инфекцияси билан зарарланган беморлар билан бевосита ишлаётган тиббиёт ходимларини ижтимоий-маънавий қўллаб-қувватлаш мақсадида Ўзбекистон соғлиқни сақлаш ходимлари қасаба уюшмаси Республика Кенгаши томонидан Ўзбекистон Республикаси Вирусология илмий текшириш институти, Ўзбекистон Республикаси эпидемиология, микробиология ва юқумли касалликлар илмий текшириш институти ҳамда Тошкент вилояти соғлиқни сақлаш бошқармаси ходимлари санитария-гигиеник воситалари топширилди. Бундан ташқари, республикамизда карантин чекловлари жорий қилингандан бошлаб шу кунгача телефон орқали 300 нафардан зиёд тиббиёт ходимларининг муҳофазатлари мунтазам равишда қонун ва қонун ости ҳужжатлар бўйича тушунтиришлар бериб келинди. Жумладан, иш ҳақи, меҳнат таътили муддати, рағбатлантириш тўловлари, иш жойларини аттестациядан ўтказиш, имтиёзли пенсияга чиқиш талаблари каби масалаларга тармоқ Республика Кенгаши мутахассислари томонидан жавоблар бериб келинди. Шу-

нингдек, 100 дан ортиқ ариза ва муурожаатларга жавоб беришда ҳамда тегишли тартибда тақдимномалар киритилди. Тармоқ қасаба уюшмаси томонидан тармоқ ходимларини муҳофазат қилиш мақсадида бир марталик акциялар доирасида қасаба уюшма кўмиталари маблағ-



лари ҳисобидан махсус кийим бош ва бошқа шахсий химоя воситалари учун пандемия даврида 1 млрд. 855 млн. 759 минг сўм, озиқ-овқат билан таъминлаш мақсадида 1 млрд. 122 млн. 351 минг сўм маблағ сарфланди.

Шунингдек, 2020 йилнинг 12 сентябрь кун Тошкент вилояти Зангиота тумани Ихтисослаштирилган кўп тармоқли юқумли касалликлар шифохонасида пандемия даврида жонбозлик кўрсатиб, коронавирус инфекцияси билан зарарланган беморлар билан бевосита ишлаётган тиббиёт ходимларини қўллаб-қувватлаш мақсадида бир гуруҳ тиббиёт ходимлари Ўзбекистон Соғлиқни сақлаш ходимлари қасаба уюшмаси Республика Кенгаши томонидан ташақкурномалар билан тақдирландилар.

Тадбирда тармоқ Республика Кенгаши раиси Фарҳод Хананияев сўзга чиқиб, бугунги оғир вазиятда касаллик ўчоғида эртаю кеч сидқидилдан хизмат қилаётган, касбига садоқат ва фидойилик билан ёндашиб, бошқаларга намуна бўлаётган тиббиёт ходимларига машаққатли ва масъулиятли фаолиятлари учун алоҳида миннатдорлик билдирди.

**Сурачлар муаллифи Жасур ЖАЛИЛОВ.**

"ТАСДИҚЛАЙМАН"

Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш  
вазирининг биринчи ўринбосари  
А. ХАДЖИБАЕВ  
23 сентябрь 2020 йил

## ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ ВАЗИРЛИГИ ВРАЧ ВА ФАРМАЦЕВТЛАРГА МАЛАКА ТОИФАСИНИ БЕРИШ БЎЙИЧА ИХТИСОСЛАШГАН АТТЕСТАЦИЯ КОМИССИЯЛАРИНИНГ 2020 ЙИЛНИНГ ИККИНЧИ ЯРИМ ЙИЛЛИК ЙИҒИЛИШЛАРИ МУДДАТЛАРИ

№	Комиссиялар номи	Атtestация ўтказиладиган сана		
		3 октябрь	14 ноябрь	12 декабрь
1	Умумий врачлик амалиёти, токсикология, комбустиология, шошилич тиббий ёрдам мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси	31 октябрь	14 ноябрь	12 декабрь
2	Ички касалликлар (терапия), аллергия ва иммунология, врачлик меҳнат экспертизаси, гастроэнтерология, гериатрия, диетология, нефрология, касб касалликлари, реабилитология, курортология, физиотерапия, фитотерапия, даволаш физкультураси, спорт тиббиёти, клиник фармакология, лазеротерапия мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси	3 октябрь	14 ноябрь	
3	Кардиология, интервенцион кардиология, шошилич кардиология ва кардиореанимация, ревматология мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси	10 октябрь	21 ноябрь	
4	Гематология, трансфузиология, эндокринология, болалар эндокринологияси, оператив эндокринология мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси	31 октябрь		19 декабрь
5	Умумий педиатрия, педиатрия, неонатология, болалар кардиология ва ревматологияси, болалар гастроэнтерологияси, болалар нефрологияси, болалар пульмонологияси, болалар юкмули касалликлари, ўсмир ва чакирув ёшидагилар касалликларининг врачлик экспертизаси, болалар аллергия ва иммунологияси, болалик даври иммунопрофилактикаси, педиатрида интенсив терапия (профилли ихтисосликлар бўйича), шошилич интенсив педиатрия мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси	17 октябрь	14 ноябрь	19 декабрь
6	Акушерлик ва гинекология, болалар ва ўсмирлар гинекологияси, репродуктология мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси	17 октябрь	21 ноябрь	19 декабрь
7	Умумий хирургия, кардиохирургия, абдоминал хирургия, колопроктология, трансплантология, пластик хирургия ва микрохирургия, торакал хирургия, йирингли хирургия, урология, андрология ва сексопатология, эндоурология, хирургияда лазерли технологиялар, оператив-диагностик эндохирургия (профиллар бўйича), ангиохирургия, эндоскопия мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси	10 октябрь	7 ноябрь	5 декабрь
8	Травматология ва ортопедия, болалар травматологияси ва ортопедияси, ортопедия, вертебрология, нейрохирургия, эндоваскуляр нейрохирургия, спинал (вертебрал) нейрохирургия мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси	17 октябрь	14 ноябрь	
9	Анестезиология ва реаниматология, интенсив терапия (профилли мутахассисликлар бўйича), кардиохирургия анестезиологияси, болалар анестезиологияси ва реаниматологияси, экстракорпорал детоксикация мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси	24 октябрь	28 ноябрь	
10	Клиник радиология, рентгенология, ультратовуш диагностикаси, компьютер томографияси, магнит-резонанс томографияси, ядровий тиббиёт мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси	24 октябрь	28 ноябрь	
	Юкмули касалликлар, умумий гигиена ва эпидемиология, гигиена, эпидемиология, микробиология, радиацион гигиена ва радиацион хавфсизлик, микробиологик лаборатор текширувлар (бактериология ва вирусология), дезинфектология, паразитология, тиббий энтомология, ўта хавfli инфекциялар лаборатор диагностикаси, паразитар касалликлар лаборатория диагностикаси, санитар-гигиеник лаборатория текшируви, радиологик лаборатория текшируви, болалар ва ўсмирлар гигиенаси, овқатланиш гигиенаси, меҳнат гигиенаси, коммунал гигиена, радиацион гигиена, тиббий экология мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси			3 октябрь 7 ноябрь 12 декабрь
11	Умумий стоматология, болалар терапевтик стоматологияси, терапевтик стоматология, ортопедик стоматология, ортодонтия, хирургик стоматология (орал), болалар хирургик стоматологияси, дентал имплантология, юз-жағ хирургияси мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси			3 октябрь 7 ноябрь 12 декабрь
12	Неврология, болалар неврологияси, психиатрия, болалар ва ўсмирлар психиатрияси, наркология, суицидология, суд-психиатрия экспертизаси, игнарефлексотерапия, нейрофизиология, мануал терапия, тиббий психология ва психотерапия мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси			24 октябрь 21 ноябрь
13	Жамият саломатлиги ва соғлиқни сақлашни бошқариш, тиббий статистика, валеология мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси			31 октябрь 5 декабрь
14	Болалар хирургияси, болалар урологияси, болалар кардиохирургияси, неонатал хирургия, офтальмология, болалар офтальмологияси, кўз микрохирургияси, нейроофтальмология мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси			10 октябрь 21 ноябрь
15	Пульмонология, фтизиатрия, фтизиопедиатрия, фтизиохирургия, фтизиоортопедия, суяк тизими фтизиатрияси, фтизиоофтальмология, физиогинекология, дерматовенерология, тиббий косметология мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси			17 октябрь 28 ноябрь
16	Клиник лаборатория диагностикаси, функционал ва инструментал диагностика, боалик даври функционал ва инструментал диагностикаси, тиббий генетика мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси			24 октябрь 5 декабрь
17	Умумий онкология, болалар онкологияси (кимё терапияси), фотодинамик терапия, онкохирургия, болалар онкохирургияси, нур терапияси, онкоурология, онкоофтальмология, торакал онкохирургия, онкопроктология, таянч-ҳаракат аппарат ўсмалари (хирургия), бош ва бўйин ўсмалари, кимётерапия, онкогинекология, маммология, оториноларингология, тиббий сурдология, тиббий фониятрия мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси			10 октябрь 28 ноябрь
18	Патологик анатомия, суд-тиббий экспертиза мутахассисликлари ихтисослашган атtestация комиссияси			31 октябрь 5 декабрь
19	Фармация мутахассислиги атtestация комиссияси			7 ноябрь 12 декабрь
20				

Ўқтам ИСМАИЛОВ,  
Соғлиқни сақлаш вазирлиги  
Фан ва таълим бош бошқармаси бошлиғи,  
Аҳрор ЯРКУЛОВ,  
Врачлар ва фармацевтларни атtestациялаш ва  
лицензиялаш Республика маркази директори.

## КОРОНАВИРУСНИНГ БОШ МИЯ УЧУН САЛБИЙ ОҚИБАТИ

**Коронавирус инсон бош миёси фаолият учун ўнганмай-диган салбий оқибатларни келтириб чиқар экан.**

Бу ҳақда "Nature" журнали Ливерпуль университети, Лондон университети коллежи, Йель университети ва Икона тиббиёт мактабида олиб борилган илмий тадқиқотларга таяниб ёзган.

Хисоботда айтилишича, коронавирга чалинган ва неврологик ҳамда психиатрик асоратларни бошидан кечирган беморларнинг 62 фоизда бош миё қон айланиш тизимига зиён

етган. Уларнинг 31 фоизда психик ҳолат билан боғлиқ ўзгариш, масалан, эси йўқотиш, давомли хушдан кетиш кузатилган.

Лондон университети коллежи томонидан амалга оширилган тадқиқотлар шуни кўрсатмоқдаки, коронавирус натижасида энг кўп тарқалган неврологик асорат — инсульт, шунингдек, энцефалит — бош миёя тўқималари ялғиланиши тарзида намоён бўлган. Ушбу ҳасталиклар вақт ўтиши

билан ўзининг оғир шаклига кўчиши — ўткир тарқаладиган энцефаломиелитга олиб келиши мумкин.

Бунда бош ва орқа миёя ялғиланади, асаб ҳужайралари химоя қобиғидан айрилади. Натижада худди тарқоқ склероздаги каби белгилар пайдо бўлади. Тажриба чоғи оғир аҳволдаги шундай беморларнинг айримларида респиратор симптоми кучсиз намоён бўлди, яъни асосий ҳасталик сифатида миёянинг ишдан чиқиши кузатилди.

Қайд этилишича, неврологик белгилар аҳолининг турли тоифаларида юзага чиқиши мумкин.

«Биз нисбатан ёшроқ одамлар, яъни, инсультга учраган, аммо одатий хавfli омиллардан ҳоли гуруҳни, шунингдек, ақлий фаолиятида англаб бўлмайдиган даражада сезиларли салбий ўзгариш рўй берган кишиларни текширувдан ўтказдик», — дейди Ливерпуль университети неврологи Бенедикт Майкл.

Бошқа бир невролог, Рио-де-

Жанейро федерал университети ходими Фернанда де Феличенинг хулосасига кўра, COVID-19га дучор бўлган беморларнинг 50 фоиздан кўпроги неврологик асоратларни бошидан кечириши мумкин.

Бинобарин, коронавируснинг энгил ёки белгиларсиз шаклини энгилб ўтган инсонларда бундай асоратлар қай даражада намоён бўлиши эҳтимолини аниқлаш, ҳозирча бш борада етарли маълумот тўпланмаганлиги сабабли, жуда қийин.

## Брифинг

## ЖИДДИЙ ЭЪТИБОР ҚАРАТИШ ЗАРУР

Маълумки, бутун дунёни ташишга солаётган коронавирус пандемияси ҳамон долзарблигича қолмоқда. Бугунги кунда мамлакатимиз аҳолиси мазкур касалликнинг қанчалик инсон ҳаёти учун хавфли эканлигини тушуниб етсаларда, карантин қоидаларига бепарво бўлмоқдалар.

Халқимизга мазкур ҳолатларни янада чуқурроқ етказиш мақсадида ҳар кун Соғлиқни вазирилик ҳузуридаги коронавирусга қарши курашиш штаби аъзолари томонидан аҳолининг саволларига жавоблар бериб берилмоқда.

**Ботир ҚУРБОНОВ,**  
Соғлиқни вазирилик  
ҳузуридаги  
коронавирусга қарши  
курашиш штаби аъзоси.  
Хорижга ўқишга кетиш-  
да коронавирусга топши-  
рилган тест натижасининг  
QR кодли инглизча тар-  
жимасини олиш мумкинми?

– Хорижга чиқаётган Ўзбекистон фуқаролари коронавирус инфекциясига тест таҳлили натижаси ҳақида маълумотномаси бўлиши тавсия этилади. Маълумотноманинг инглиз тилида таржимасини ҳудудий нотариус хизматларида таржима қилиб ҳаққонийлигини тасдиқласа бўлади. Тест натижаси 72 соатдан кўп бўлмаслиги зарур.

**Коронавирус аниқланган хонадонлар нега карантинга олинмапти?**

Касаллик аниқланганда беморнинг оғир ёки энгил даражасига қараб стационарга ёки уй шароитида даволанишга қолдирилади. Коронавирусга чалинганлар эса уй шароитида карантинга олинади. Уй шароитида карантиндаги

фуқаролар СЭО ходимлари томонидан назоратга олиниб улар ички ишлар ва миллий гвардия ходимлари томонидан қўриқлаш амалга оширилмоқда.

**Иш жойида бирор бир мажлис ўтказилаётганда ҳамма ходимлар никобда бўлишлари керакми?**

Барча ҳудудларда уларнинг тоифасидан қаъби назар ижтимоий масофа (2 метр)ни сақлаш, фуқароларнинг тиббий никоб ҳамда антисептик воситаларидан доимий равишда фойдаланишлари шарт ҳисобланади. Шунингдек, эпидемия вазияти ва жамоат саломатлигини сақлаш нуқтаи назаридан олганда ҳам никоб тақийш мумкин ҳисобланади. Дунё олимлари томонидан ўтказилаётган тажрибалар ҳам никоб коронавирусдан химояланишда асосий восита эканлиги исботланган.

**Уй ҳайвонлари – ит, мушукларга коронавирус юқиши мумкинми?**

Илмий тадқиқотлар уй ҳайвонларига коронавирус инфекцияси юқмаслиги тасдиқланган. Бу ҳақида кўплаб илмий ишлар олиб борилган.

Covid-19 энгил тури билан касалланиб тузалгандан сўнг оила аъзоларидан қанча вақт давомида изоляцияда бўлиши керак?

Касалланган даволангандан кейин ПЗР тест таҳлили манфий чиққанда бемор юқумли эмас, яъни инфекция манбаи ҳисобланмайди.

Бемор билан мулоқотда бўлганларда ҳам 14 кун карантин даврида касаллик белгилари аниқланмаса улар ҳам уй шароитидаги карантиндан чиқарилади.

**Севара УБАЙДУЛЛАЕВА,**  
Соғлиқни вазирилик  
ҳузуридаги коронавирусга  
қарши курашиш штаби  
аъзоси:

**Covid-19 билан касалланиб соғайган беморлар яна 90 кун вирус тарқатувчи бўлиши мумкинми?**

– Америка Қўшма Штатлари олимлари томонидан ўтказилган тадқиқотлар натижаларига кўра ҳам Covid-19 касаллигини ўтказган баъзи инсонлар организмидеги қон таркибидеги 90 кунгача вирус айлиниб юриши тасдиқланган.

Бу даврда инсон тарқатувчи сифатида бўлиб юриши ҳақида бир неча олимлар ёзмақда, лекин бу маълумотлар тўлиқ тасдиқланмаган. Лекин касалликнинг ўрта оғир, оғир ва ўта оғир кечириётган беморлар бир ой ва ундан кўп муддат касаллик жараёнини кечирмоқдалар, бу инсон организмга тушган вирус

юқламаси, унга нисбатан организмнинг жавоб реакциялари ҳам боғлиқдир. Бугунги кунда вирус тарқатувчанлиги, касалликнинг организмда келтириб чиқарувчи аломатлари, инсон организмнинг жавоб реакцияси, касаллик асоратланиши ва реабилитация жараёни бўйича шифокорлар ва олимлар доимий равишда изланишлар олиб бормоқдалар.

Бу эса, яна бир бора, касалланган беморларнинг алоҳидланиши, яқинлари, фарзандлари ва ота-оналари билан боғлиқ-келиши камайтиришлари, умуман уйдан ташқарига чиқиши чеклашлари кераклигини билдиради.

**Барно АБДУСАМАТОВА,**  
Соғлиқни вазирилик  
ҳузуридаги коронавирусга  
қарши курашиш штаби  
аъзоси:

**Нима учун коронавирус инфекцияси болаларда катталарга нисбатан энгил ўтади?**

Ҳозирги кунда бу масала бўйича ягона фикр мавжуд эмас. Коронавирус болаларда аксарият ҳолларда энгил шаклдаги ўткир респиратор вирусли инфекция (УРВИ) сингари кечади, яъни томоқ оғриги, йўтал, бурун оқиши ва аксириш кузатилади. Касаллик оғирроқ кечаётган бўлса – тана ҳароратининг 37,5-39 даражасига кўтарилиши, ҳолсизлик ва бош оғриги кузатилади.

Энгил кечишига олиб келувчи сабаблар куйидагилар бўлиши тахмин қилинади:

Катталарга нисбатан соғлом ўпқага эгаллиги туфайли болалар касалликнинг оғир шакллари берилувчан эмас;

Болалар, айниқса эрта ёшдаги болалар ёмон одатларга – чекиш каби зарarli одатларга эга эмаслиги;

Тугма иммунитет, яъни носпецифик химоя болаларда катталарга нисбатан кучли бўлганлиги;

Коронавирус ҳужайра ичи-га кириши учун ўз оқсиллини инсон ҳужайраларидаги S рецепторлар билан боғлайди. Болаларда ушбу рецепторларнинг сони ва фаоллиги кам. Яъни, болаларда вирус кириши учун нишонлар кам;

Болалар боғча ва мактабларда ўзлари учун жуда кўп янги респиратор инфекцияларга учрайдилар. Бунинг натижасида уларда бир қатор касалликларга қарши антитаначалар ҳосил бўлиб, уларнинг микдори катталарникига нисбатан кўп бўлади.

Лекин шуни ёдда тутиш керакки, болаларда ҳам касаллик ўтказилиб юборилса ҳам шифокорга кеч мурожаат қилинса ҳамда уларда нафас олиш тизимининг сурункали касалликлари мавжуд бўлса, уларда ҳам оғир кечиш ҳолатлари кузатилиши ва ўлимга олиб келиши мумкин.

## Долзарб мавзу

## МАВСУМИЙ КАСАЛЛИК: ЭЪТИБОРЛИ БЎЛИНГ!

**Совуқ туша бошлаши билан нафас йўллариининг юқумли касалликлари авж ола бошлайди. Иммунитет мустаҳкамлигини сақлаб қолиш муҳим бўлган ҳозирги пандемия шароитида бундай касалликларга рўбарў бўлмаслик учун нималарни билиш керак?**

Совуқ мавсумда учрайдиган асосий юқумли касалликлар бу – грипп ва УРВИ (ўткир респиратор вирусли инфекция) саналади. Ухшаш жихатлари кўп бўлса-да, бу иккиси бошқа-бошқа касаллик.

Грипп – юқумли респиратор касаллик, кўзгатувчиси – грипп вирусиди. Қишда ва эрта баҳорда кўп кузатилади. УРВИ – ўткир респиратор вирусли инфекциялар гуруҳи. Бу гуруҳга респиратор-синцитиал инфекция, риновирус, аденовирус ва юқори нафас йўллариининг бошқа инфекциялари кирди.

Ҳар икки касаллик ҳам ҳаво-томчи йўли орқали ва бемор билан контакта киришганда юқди. Икковининг белгилари жуда ўхшаш, аммо грипп хавфлироқ.

**УРВИнинг асосий белгилари:**

- бурун битиши;
- томоқдаги оғрик ва йўтал;
- аксириш.

**Гриппнинг асосий белгилари:**

Ҳар икки касаллик ҳам йўтал, бош оғриги ва ҳолсизлик кузатилади.

УРВИ ва гриппнинг намоён бўлишидаги асосий фарқ – гриппда тана ҳароратининг кескин кўтарилиши кузатилади.

УРВИ ўз вақтида тўғри даволанса, асоратларсиз кечади. Аммо гриппнинг оғир шаклларида асоратлар, хусусан, пневмония юзага келиши мумкин.

Грипп оғир шаклга ўтмаслиги ва асорат қолдирмаслиги учун куйидаги

ҳолатларда шифокорга мурожаат қилиш шарт.

Болаларда – нафас олишининг тезлашиши, рангпарлик ёки теридаги кўкитириқ, сув ичишдан бош тортиш, узок вақт ухлаш, жиззакилик, озгина тузалишдан кейин касаллик белгиларининг бирданга қайталанishi, тошма билан кечувчи иситма кузатилади.

Катталарда – нафас олишининг қийинлашуви ва нафас етишмовчилиги, кўкрак ва қорин қисмидаги оғрик, тўсатдан кузатилувчи бош айланиши, кучли ва давомли қусиш, тафаккурнинг хиралашуви, касаллик энгиллаша бошлаганда яна белгиларнинг пайдо бўлиши.

**Грипп ва УРВИ ёш, жинс, ирқ танламаган ҳолда барча учун бирдек хавфлидир. Шунга қарамай, уни юқитиришда асосий хавф гуруҳига куйидагилар кирди:**

- 65 ёшдан ошган кексалар;
- кичик ёшдаги болалар;
- ҳрмиладорлар;
- юрак қон-томир касалликлари, астма, қандли диабет ва бошқа сурункали касаллиги бўлганлар;
- иммунитети заифлашган кишилар (саратон, ОИВ инфекцияси).

**Касалликнинг кечиши**

Вирусли юқумли касалликларнинг инкубацион (белгиларсиз) даври 2–5 кун давом этиши мумкин. Кейин эса касалликнинг клиник белгилари яққол кўзга ташлана бошлайди.

Касалликнинг кечиш даражаси беморнинг ёши, иммунитетиди, хасталик кўзгатувчиси бўлган вирусга нисбатан антитаначанин бор-йўқлигига боғлиқ.

**Қандай химояланиш мумкин?**

**Шахсий гигиена**

Кўплаб касалликлар кир қўллардан бошланади. Эшик тутқичлари, жамоат жойларидаги очик юзларга теккандан сўнг қўлларни совунлаб ювиш, антисептиктдан фойдаланиш муҳим.

Шунингдек, бемор одам билан контакта бўлиш ҳам касаллик юқишининг асосий йўллариининг бири. Шу боис грипп белгилари кўриниб турган шахс билан алоқага киришмаслик, уни яққолаш мақсадга мувофиқ.

**Бурунни чайиш**

Ўткир респиратор вирусли инфекциялар ҳаво-томчи йўли билан юқиши боис бурун бўшлиғига касаллик учун дарвоза вазифасини бажариши мумкин.

Шунинг учун касаллик мавсумида бурунни чайиб туриш мақсадга мувофиқ. Бир литр қайнатилган сувга 1 ошқошиқ ош тузини эритиб, шу сув билан бурунни чайиш керак. Бунда: сув кафта олиниб буруннинг бир тешиғи билан нафас орқали тортилади. Кейин сув тортилган тешикни бармоқ билан ёпиб, нафас чиқариш орқали иккинчи тешиқдан сув чиқариб ташланади.

**Никоб тақийш**

Кўча-куйда УРВИ билан касалланганлар аксирганда, йўталганда ҳавога тарқалувчи вирусларга нишон бўлмаслик учун мавсум чоғида жамоат жойларида никобда юриш тавсия этилади. Имкони борича жамоат жойларида юрмаслик эса энг яхши профилактика.

**Нам тозалаш**

Вируслар қуруқ ва иссиқ муҳитда яхши ривожланади. Шу боис ҳонада вақти-вақти билан нам тозалаш ишларини олиб бориш, шамоллатиш керак.

Ва албатта, соғлом овқатланиш, жисмоний фаоллик, ўз вақтида уйку режими

мига риоя қилиш профилактиканинг ажралмас қисмидир.

**Вақцина**

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти мавсумий юқумли касалликлардан, хусусан, гриппдан химояланишда энг яхши восита сифатида эмланиш тавсия этади. Мавсум аввалида гриппга қарши вакцина олиш уни юқитириш эҳтимолини 90 фоизга, оғир кечиш эҳтимолини эса 60 фоизга қисқартиради. Эмланишнинг кузнинг аввалида олиш мақсадга мувофиқ, чунки касаллик кенг тарқалган давр ноябрь-март ойларига тўғри келади.

**Даволаниш**

Ҳар бир организм индивидуал ва касалликни ўзига хос тарзда кечирилади.

**Мавсумий грипп ва УРВИни даволашда куйидаги умумий тавсияларга риоя этиш муҳим:**

Ётоқ режимига қатъий риоя қилинг. Кўпроқ сувоқлик (қайнатилган сув, лимонли/малина/асали чой) ичинг.

Тана ҳароратини доимий назорат қилиб туринг.

Таомномага эътибор қаратинг: С, А, Е, D3 витаминлари ва бета-каротинга бой махсулотларни кўпроқ истеъмол қилинг. Булар: цитрус мевалари, қизил булғор қалампери, брокколи карами, қарам, наъматак, резавор мевалар, балиқ, жигар, сариёғ, тухум сариги, сабзи, исма-лок, қовоқ, ёнғоқ, ўсимлик мойлари.

Иштаҳангиз бўлмаса ҳам овқатланинг. Бемор ётган ҳона тез-тез шамоллатилиши ва нам тозалаш ишлари олиб борилиши керак.

Қандай дориларни қабул қилиш билан расида эса оилавий шифокорингиз билан маслаҳатлашган ҳолда иш тутинг!

Ў.А.

## Табий ширинликлар ва саломатлик

## УЗУМ ШИННИСИ ВА УНИНГ ХУСУСИЯТЛАРИ

**Узум шинниси тўғрисидаги маълумотлар адабиётларда кам ёритилган бўлиб, асосан шинни тайёрлаш усуллари ҳақида сўз юритилади.**

Ибн Синонинг "Тиб қонунлари" китобида шинни (май-бухтаж) мохияти ёзилган - "Шинни бу узумнинг қайнатилган сувидир. Нафас аъзоларидан балғамни кўчиради. Чикариш аъзоларидан, буйрак ва қовқуқ оғриқлари учун фойдалидир.

Шинни таркиби ва унинг шифолик хусусиятларини илмий жиҳатдан асослаш мақсадида ўрганиб чиқишга ҳаракат қилди. Лекин таъкидлаш керакки, кўпчилик аҳоли ҳозирги вақтда шакардан тайёрланган ширинликларни кўллаб истеъмол қилишга одатланишган, ҳаттоки кўпчилик шинни нима эканлигини билишмайди ҳам. Узум шиннисини шакардан қанчалик устунигини таъкидлаганимиздек, шиннини ўрнини биронта ҳам қимматбахо шаринлик, хоҳ у шоколадлик ёки бошқа маҳсулотлардан тайёрланган бўлсин, бари бир боса олмайди. Негаки, узум шиннисини таркибида нафақат тўйимли углеводлар, балки оксил, органик кислоталар (олма, узум, оксалат, салицил кислоталари), пектин, ошловчи моддалар, флаваноидлар, макро ва микроэлементлар мавжуд. Фақатгина кўп қайнатилиши натижасида витаминлар парчаланиб қамайиб кетади, аммо шу билан бирга қайнатилиш жараёнида унинг таркибида фруктоза ва глюкоза миқдори 2-3 марта, макро ва микроэлементлар миқдори ҳам бир неча бор ортади. Шу жиҳатдан узум шиннисини нафақат тўйимли озуқа, балки микронутриентларга жуда бой бўлган маҳсулотдир. Шиннини кўпинча Ўзбекистоннинг Самарқанд ва Қашқадарё вилоятларида тайёрлашади.

Узум шиннисини тайёрлашда этилиб ширага зиниб пилган оқ узум покиза қилиб ювилиб, силқитилиб яхшиланиб эзилади. Ҳосил бўлган узум эзилмаси доқа воситасида сунзилиб, шарбати ажратилади. Шундан сўнг чиркидан ҳоли қилинган шарбат қозонга солиниб енгил алангада қайнатилади. Қозонда қайнаётган шинни вақти-вақти билан қовлаб турилади. Шиннини тайёр бўлганлигини қиёмига қараб шарбатнинг 1/3 қисми қолғунча ишлов берилади. Шиннини сифатли ва ширин таъмли қилиб тайёрлаш узум навларини танлашга ва уни чиринди ва чўплардан тозаланиши ва сақланишига ҳам боғлиқ. Айрим жойларда кўп миқдорда шиннини эзилган ва бир неча кун ачитиб сақланган узумлардан ҳам тайёрлаш мумкин, лекин бунда узум шарбати ачиб таъми вино ҳидига ўхшаб тахирлашиб қолганлиги учун шарбатни қайнатилиш вақтида ҳар хил ҳид ва аччиқни олиш мақсадида унинг ичига тоза сариқ тупроқ ҳам қўшилади. Қўшилган тупроқ унинг таркибинини ўзгартрмайди, фақат ўзига ҳидли хосилаларни би-

риктириб олади ва чўкади (яъни адсорбент вазифасини ўтайди). Чўқмадан шинни ажратиб бошқа идишга қуйилади ва яна қайнатилади. Агарда янги узиб олинган узумни чўплардан ва чиринган қисмидан ажратган ҳолда шарбати сиқиб олиниб шу заҳоти тайёрланганда тупроқ солишга ҳожат қолмайди.

Шинни тайёрлаш технологияси билан шахсан ўзим шуғулланиб келаман ва ҳар йили оиламиз учун шинни тайёрлашимиз ва сунъий маҳсулот бўлмиш шакарни жуда кам ҳолларда ишлатамиз. Таассуфлар бўлсинки, sanoat миқёсида шинни тайёрлаш ҳозиргача бизда ташкил этилмаган. Агарда шинни тайёрлашни sanoat миқёсида ташкил этилганда эди, бу нафақат кишиларни саломатлигини яхшилаб қолмай, балки давлатимиз иқтисодиётига ҳам катта улуғ қўшилган бўларди. Чунки Ўзбекистонда бунинг замини жуда катта.

Узум шиннисининг қимёвий таркиби бизлар томондан биринчи бор илмий асосда ўрганиб чиқилди. Қуйида узум шиннисининг макро ва микроэлементлар миқдори ҳақида фикр юритилади.

Шинни таркибида макроэлементлардан кальций ва калий элементлари миқдори юқори бўлиб, ўртача 3-4 гни ташкил этади. Натрий ва хлорнинг миқдори эса камроқ - 0, 5 г. Шундан кўриниб турибдики, организмнинг ўсиш ва ривожланишида ва юрак-мушак фаолиятини бошқаришда муҳим электролитлар шинни таркибида бисёр. Буларни ҳисобга олиб гўдак болаларга шакар ўрнига шиннини қўшимча овқатлар билан бирга тавсия этиш жуда фойдалидир, шу қаторда кекса кишиларга ва юрак ҳасталиқлари бўлган кишиларга тавсия этилиши мақсадга мувофиқдир.

Ҳаёт учун муҳим саналган микроэлементлардан рух, темир, марганец, мис, хром ва кобальт шинни таркибида кўп миқдорда мавжуд. Айниқса рухнинг концентрацияси юқори. Қон ишлаб чиқаришда қатнашадиган микроэлементларнинг кўпчилиги шиннини турли хил камқонликларда тавсия этиш учун асосдир. Шуни таъкидлаш жоизки, болаларда камқонликнинг келиб чиқиш сабабларидан бири аҳоли томондан шакар ва ундан тайёрланган маҳсулотларнинг ҳар кун истеъмол қилинишида. Юқорида қайд қилинганидек, шакар таркибида фақат сахароза бор, витамин, микроэлемент, оксил, ёғлар умуман йўқ. Шакар ва шакардан тайёрлангандаги новват, конфет, мураббо, печенье ва бошқа маҳсулотларни овқатдан олдин болаларга берилганда ошқозон кислоталиги ва шира ишлаб чиқариш пасаяди, бу эса ўз навбатида қон ишлаб чиқаришда иштирок этувчи микроэлементларнинг (темир, мис, рух ва б.) ичакдан сўрилишига тўсқинлик қилади ва оқибатда боланинг иштаҳаси йўқолади ва болада камқонлик ҳамда

юқори нафас йўлларидаги сунрункали шамоллаши учун шароит яратилади. Шинни эса тўйимли табий ширинлик бўлиши билан бирга шифолик хусусиятларга эга, организм томондан яхши қабул қилинади ва ноҳўя таъсири йўқ, фақат қандли диабет касаллигида камроқ истеъмол қилинса kifоя.

Узум шиннисидидаги шакарнинг миқдори Самарқанд шаҳар Ховренко номидаги вино заводи лабораториясида аниқланди. Олиб борилган тадқиқотлар натижасига кўра уй шароитида тайёрланган узум шиннисини таркибида шакар(углевод) миқдори узум навлари, ундаги углеводларнинг қай даражада бўлишига ва тайёрлаш усулига қараб 44% дан 70% гача. Узум, тарвуз ва бошқа мева ва सबзотлар узум шиннисига нисбатан қовун шиннисидида шакар миқдори анчагина юқори.

Хулоса қилиб, юқорида баён этилган макроста микроэлементлар танқислигига мўйилликда бўлган болалар ва катталарда микроэлементлар танқислиги аниқланган ҳолларда ток ва унинг маҳсулотларини қўллаш микроэлементлар олдини олишда ва даволашда яхши самаралар бериши мумкин.

Кўп йиллик олиб борилган тадқиқотларимиз шуни кўрсатади, ток маҳсулотлари нафақат тўйимли энергияга бой маҳсулот бўлиб-гина қолмай, балки организм учун жуда шифоли таъсирга ҳам эга.

Шундай қилиб шакар ўрнига табий углеводларга ва шу билан бирга оксил, ёғ, витамин ва минералларга бой бўлган сумалак, шинни, майиз ва бошқа узум ва мева маҳсулотларини шакар ўрнида истеъмол қилиш инсон саломатлигига ижобий таъсир кўрсатиб, она ва бола саломатлигини тиклайди, ҳамда касалликлар келиб чиқишини олдини олишда муҳим роль ўйнайди.

#### Узум шиннисининг қимёвий таркиби, шифолиги ва қўллаш истиқболлари

Ҳозирги вақтда маълумки, инсоннинг рационал овқатланиши нафақат овқатнинг энергетик қиймати, унинг оксил, углевод, ёғларга бойлиги билан, балки микроэлементлар ва витаминларнинг таъминланиши билан белгиланади. Инсон организми яшаши учун ҳаётини зарур бўлган, яъни эссенциал микроэлементлар танқислиги Ер юзи аҳолиси ўртасида кенг тарқалган бўлиб, Россияда болалар ва ўсмирлар ўртасида микроэлементозлар 40-50% ни ташкил этса, бизнинг маълумотларга кўра Зарафшон воҳаси мактаб болалари ўртасида бу кўрсаткич юқори, яъни 30% дан 80% гача, ҳозирги вақтда одамлар ўртасида учраётган касалликларнинг 80 фоиздан ортми микронутриентлар етишмовчилиги туфайли келиб чиқмоқда. Шу нуқтаи назардан микроэлементлар танқислигини олдини олишда кам истеъмол қилинадиган миллий таомлар таркибида бўлган микроэлементлар миқдорини аниқлаш микроэлементлар танқислигини профилектикасида катта аҳамият касб этади.

Қадимги миллий таомларимиздан узум шиннисини қимёвий таркибини ўрганишдан мақсад, табий маҳсулот бўлиши узум шиннисини қимёвий таркибини ўрганиш орқали болаларда ва катталарда қўллаш истиқболлари бўйича тавсиялар ишлаб чиқишдан иборат.

Зарафшон воҳаси худудларининг тоғли худудларида истеъмол қиладиган миллий таомлардан узум шиннисини таркибида макро ва микроэлементлар миқдорини аниқлаш Ўзбекистон Республикаси Фанлар академиясининг Ядро физикаси институтида А. Кист ва Данилова Е. (2016) томонидан ишлаб чиқилган нейтрон-активацион усулда амалга оширилди. Самарқанд вилояти худудида етиштирилган, кам истеъмол қилинадиган узум шиннисини, таркибида 27 микроэлемент билар томонидан биринчи бор аниқланди. Шуни таъкидлаш жоизки, Зарафшон воҳасига кирувчи Самарқанд вилоятининг Ургут, Булунгур, Самарқанд, Навоий вилоятининг Қўшарбот, Нурота туманларида узум етиштирилган токзорлар кўп бўлиб, улар озик-овқат маҳсулотларининг асосини ташкил этади. Қишлоқ шароитида узум шиннисини кам истеъмол қилинади. Ширинликлар болаларга қўшимча овқат сифатида ва турли овқатларга ўргатиш мақсадида асосан рафинадланган шакар ҳолида берилади. Бу эса ўз навбатида болаларда аллергик, ошқозон ичак касалликлари, оксил энергетик танқислик ва шу каби қўллаб хасталиқларга сабаб бўлмоқда. Узум шиннисини табий ва арзон маҳсулот бўлганлиги, айниқса болаларда касалликлар келтириб чиқармаслигини инобатга олиб Самарқанд тиббий институтини педиатрия кафедраси ходимлари томонидан турли хил узум маҳсулотлари қаторида узум шиннисини таркибида мавжуд макро ва микроэлементлар миқдорини ўрганиш натижалари асосида муҳим тавсиялар ишлаб чиқиш кўзда тутилган. Узум шиннисини таркибида макроэлемент гуруҳига кирувчи кальций, хлор, натрий, калий, мағний ва микроэлементларга кирувчи темир, рух, мис, марганец, хром, селен, кобальт, молибден, йод, шартли эссенциал микроэлементлардан – бром, брейн элементлардан – олтин ҳамда абиоген элементларига мансуб гуруҳдан – рубидий, сиймоб, скандий, сурьма, лантаний, вольфрам, цезий, техний, европий, ва бошқа, жами 27 та элемент аниқланди. Узум шиннисидидаги шакарнинг миқдори 70% га тенг, бу кўрсаткич Самарқанд шаҳар Ховренко номидаги вино заводи лабораториясида аниқланди.

Узум шиннисини истеъмолга яроқлигини аниқлаш мақсадида Самарқанд шаҳар санитария-эпидемиология лабораториясида бир қатор текширишлар ўтказилди ва уларнинг хулосаси қуйидагича:

1. Узум шиннисини таркибида радионуклид моддаларини текшириш учун тақдим этилди ва 2020 йил 8 январда текшириш ўтказилди. Жорий йилнинг 11 январидида радионуклидлар Cs-137, Sr -90 СанПиН-0366-19 талабига асосланб гамма-бета-спектрометрда МКС-АТ-1315

+20° С, 63% намликда текширилди. Хулоса – узум шиннисини (Cs- 137, Sr -90 текшириш натижаси рухсат этиладиган норма миқдори атрофида) СанПиН № 0366-19 №3п.44 бандлари талабларига тўла жавоб беради.

2. Узум шиннисини СанПиН талабига мослиги учун санитария бактериологик текшируви ўтказилди. СанПиН № 0366-19 хулосаси: олинган вақти 08.01.2020 йил. Узум шиннисидида умумий микроб МАФАМ КОЕ 1,0 ГОСТ 10444,15-94 - 4,6x10<sup>2</sup> (норма - 5x10<sup>3</sup>); БГКП ГОСТ 31747-2012 - топилмади; Касаллик кўзгатувчи патоген флора ш.ж. салмонелл 25,0 да ГОСТ 31659-2012 - топилмади; замбурулар КОЕ 1,0да ГОСТ 10444,2- 2013 - топилмади.

3. Узум шиннисини СанПиН талабига мослиги учун токсик элементлар, СТМ, пестицидлар миқдори текширилди. СанПиН 0366-19ГОСТ 26929-94 ГОСТ 26927-26130-26334-86 хулосаси: Узум шиннисини СанПиН 0366-19 талабига мос келади (Баённома № 0211-12/03 1-2 2020 йил 15 январ).

Узум шиннисини тўғрисидаги маълумотлар адабиётларда кам ёритилган бўлиб, асосан шинни тайёрлаш усуллари ҳақида сўз юритилади.

Узум шиннисини таркибида мавжуд бўлган макро ва микроэлементларнинг шифолик хусусияти шундаки, улар асосан табий, органик ҳолда бўлиб, организмга тўлиқ сўрилади ва ақсинача - сув, тупроқ, дон маҳсулотлари таркибида бўлган макро ва микроэлементлар яхши сўрилайди ҳамда организмда қолдиқ ҳолда тўпланиши оқибатида турли хасталиқлар келтириб чиқариши мумкин.

Узум шиннисининг қимёвий таркиби бизлар томондан биринчи бор илмий асосда ўрганиб чиқилди. Қуйида узум шиннисининг макро ва микроэлементлар миқдори 4-жадвалда келтирилди.

Шинни таркибида макроэлементлардан кальций ва калий элементлари миқдори юқори бўлиб, ўртача 2,5-3 г.ни ташкил этади. Натрий ва хлорнинг миқдори эса камроқ - 0, 3 г. Шундан кўриниб турибдики, организмнинг ўсиш ва ривожланишида ва юрак мушак фаолиятини бошқаришда муҳим электролитлар шинни таркибида бисёр. Буларни ҳисобга олиб гўдак болаларга шакар ўрнига шиннини қўшимча овқатлар билан бирга тавсия этиш жуда фойдалидир, шу қаторда кекса кишиларга ва юрак ҳасталиқлари бўлган кишиларга тавсия этилиши мақсадга мувофиқдир.Ҳаёт учун муҳим саналган микроэлементлардан рух, темир, марганец, мис, хром ва кобальт шинни таркибида кўп миқдорда мавжуд. Айниқса рухнинг концентрацияси юқори. Қон ишлаб чиқаришда қатнашадиган микроэлементларнинг кўпчилиги шиннини турли хил камқонликларда тавсия этиш учун асосдир.

(Давоми 7-бетда).

Табиий ширинликлар ва саломатлик

# УЗУМ ШИННИСИ ВА УНИНГ ХУСУСИЯТЛАРИ

Узум шиннисиди макро ва микроэлементлар миқдори (мкг/г)

4-жадвал

Элемент	Шинни таркибидagi миқдори		Элемент	Шинни таркибидagi миқдори		Элемент	Шинни таркибидagi миқдори	
	Паст ва юқори	Ўртача		Паст ва юқори	Ўртача		Паст ва юқори	Ўртача
Cl (хлор)	150 - 305-540	331,6	Sc (скандий)	0,001-0,037-0,0035	0,013	Th(техний)	<0,001	0,001
Cu (мис)	1-6-15	7,33	Rb (рубидий)	0,5-3,1-44	26,8	Ba(барий)	0,28	0,28
Mn (марганец)	3,4-6,5-22	10,6	Fe (темир)	5-43-103	50,3	Sr(стронций)	0,05	0,05
Na (натрий)	128-150-400	226	Zn (рух)	2,9-177-960	379,9	Cs(цезий)	0,001	0,001
Sa (кальций)	350-1470-5800	2540	Co (кобальт)	0,01-0,016-0,074	0,033	Ni(никель)	<0,5	0,5
Au (олтин)	0,005-0,013-0,01	0,009	Sb (сурьма)	0,31-0,027-0,046	0,12	Eu(европий)	<0,001	0,001
Bг (бром)	0,47-1,7-2,2	1,45	La(лантаний)	0,005-0,11-0,35	0,15	Ag(кумуш)	0,078	0,078
Se (селен)	<0,01	0,01	K (калий)	690-3100-5800	3196,6 (3,19%)			
Hg (симоб)	0,053-0,41-0,1	0,19	Mo(молибден)	0,26	0,26			
Cr (хром)	1,4-0,17	0,78	W(вольфрам)	<0,1	0,1			

Макро ва микроэлементлар	Тут шинниси мкг/г
Кальций	970
Натрий	114
Калий	0,78%
Хлор	250
Темир	53
Рух	486
Мис	11
Кобальт	0,46
Марганец	7,1
Хром	0,7

Кўриб турибдики, тут шинниси таркибиди калий, кальций, рух миқдори жуда юқори. Шундан келиб чиқиб, тут шинниси микроэлеметлар миқдорини олдини олиш ва даволаш мақсадида

дан келиб чиқиб, тут шинниси микроэлеметлар миқдорини олдини олиш ва даволаш мақсадида

(Давоми. Боши 6-бетда.)

да оналар ва болалар овқатига қўшиб бериш мақсада мувофиқдир.

Хулоса қилиб, юқориди баён этилган макро ва микроэлементлар танқислигига мойилликда бўлган болалар ва катталарда микроэлеметлар танқислиги аниқланган ҳолларда ток ва унинг маҳсулотларини қўллаш микроэлеметозлар олдини олиш ва даволашда яхши самаралар бериши мумкин.

Бизлар томондан олиб борилган илмий тадқиқотлар натижаси шуни кўрсатдики, катталарда ва болаларда учрайдиган энгил ва ўрта оғир турдаги камконликларда узум шиннисини қўллаш қонда гемоглобин миқдорини ошишини таъминлайди. Бунинг учун хар кун илқ сув билан ёки соф ҳолда ширинлик сифатида

ҳамда овқатларга қўшиб, масалан творог(палла) билан узоқ муддат истеъмол қилиш нафақат кам-конликни, балки, бошқа микро-нутриентлар танқислигини даволаш ва олдини олиш имконини беради.

Таассуфлар бўлсинки, саноат миқсиди шинни тайёрлаш хозиргача бизда ташкил этилмаган. Бу борада бизлар томондан бир қатор тadbирлар амалга оширилмоқда, жумладан, шинни тайёрлаш технологиясини ишлаб чиқиш, сертификатлаштириш, патентлаштириш каби ишлар якунига етказиш арафасиди. Агарда шинни тайёрлашни саноат миқсиди ташкил этилганда эди, бу нафақат кишилар саломатлигини яхшилаб қолмай, балки давлатимиз иқтисодиётига ҳам катта улуш қўшилган бўларди. Чунки Ўзбекистонда бунинг имкони жуда катта.

**Шакарми ёки асал?**

Асал маълумки кўпгина фойдали моддалардан иборат (минераллар, витаминлар, ферментлар), улар организм учун кўп жиҳатдан наф келтиради. Лекин асални фойдалиги учун хоҳлаганча чегараланмаган микдорда истеъмол қилиш мумкин деган фикрга бормаслигимиз керак. Асалнинг ҳам шакар каби 70% и фруктоза, глюкоза ва сахарозадан ташкил топганиги учун у шакардан кам фарк қилади. Асалнинг суткалик нормаси хар бир кг вазнга олганда 0,8 гни ташкил қилади. Яъни, 55 кг вазндаги одам кунига ўртача 44 г асал ейиши мумкин. Шуни таъ-

кидлаш лозимки, асал таркибиди табиий углеводлардан айнақса, фруктоза бўлгани уни яхши ҳазм бўлишини таъминлайди. Чунки одам ошқозон ичак йўлида табиий маҳсулотлар таркибиди булган углеводларни парчалайдиган барча ферментлар(фруктоза, мальтоза, сахароза) мавжуд бўлиб, асалдаги углеводлар энгил парчаланайди ва сўрилади. Жаҳон Соғлиқни Сақлаш Ташкилоти тавсияларига кўра асални 2 ёшгача болаларга қўллаб бўлмайди. Бунинг сабаби шундаки, 2 ёшгача бўлган болалар ошқозон шираси таркибиди хлорид кислотаси миқдори катта ёшдаги болаларга ва катталарга нисбатан анча паст бўлади(1 ёшгача болаларда pH: 5-6, катталарда эса, pH: 1,6-2,1).

Маълумотларга кўра асал ўзиди бутулизмни чакиручи сабаблар тутати. Бу споралар катталар ошқозониди кислота таъсирида йўқ бўлиб кетса-да 2 ёшгача болаларда ошқозон ширасиди кислота пастлиги сабабли уларда бутулизм чакириши эҳтимоли борлигини инобатга олиш лозим. Катта ёшдаги болалар асални меъёрада истеъмол қилсалар асорат қолдирмайди.

**Сайдулло РАСУЛОВ,**  
Самарқанд давлат тиббиёт институти ходими, тиббиёт фанлари доктори, Турон Фанлар академиясининг ҳақиқий аъзоси, Республика гастроэнтерологлари ва нутрициологлари жамоа бирлашмаси Самарқанд бўлими раҳбари.

Сфера здравоохранения

## ВЫЯВЛЕНЫ НЕДОСТАТКИ, ДАНЫ РЕКОМЕНДАЦИИ

Депутаты Чирчикского городского Кенгаша Шухрат Бегматов и Юнус Рустамов вместе с инспектором городского филиала Ташкентского областного управления Государственной инспекции санитарно-эпидемиологического надзора при Кабинете Министров Ириной Саттаровой посетили ООО "Стоматологическая поликлиника № 1".

В ходе встречи с врачами и медицинскими работниками народные избранники рассказали о реализуемых в городе мерах по предотвращению распространения коронавируса, призвали всех присутствующих к бдительности. Обойдя лечебные кабинеты, пункт централизованной стерилизации, регистратуру и другие помещения народные избранники выявили следующие недостатки: первым делом необходимо частично обновить мебель, инвентарь, оборудование и инструменты.

– Нами также даны указания и советы по улучшению качества дезинфекционных мер, – говорит председатель комиссии по обеспечению законности и борьбы с коррупцией Чирчикского городского Кенгаша Шухрат Бегматов. – Необходимо приобрести мофильную печь для сжигания отработанных медицинских изделий, использованных шприцев, ваты и т. д. В дальней-

шем руководству поликлиники следует согласовывать временные расценки с городским медицинским объединением, что позволит предотвратить необоснованное завышение цен на услуги стоматолога.



Отметим, что Бегматов недавно посетил городское отделение экстренной медицинской помощи и областной мно-

гопрофильный медицинский центр. Благодаря его щепотливости было установлено, что из-за безответственности врачей не у всех посетителей при входе измеряется температура, оставляет желать лучшего состояние мебели. Нуждается в капитальном ремонте ряд зданий и помещений лечебных заведений. Многие виды приборов и оборудования подлежат прохождению соответствующей проверки со сто-

роны контролирующих органов.

По словам депутата Юнуса Рустамова необходимо также



отметить положительные моменты в работе поликлиники. В частности, врачи своевременно проходят медицинский осмотр, регулярно проверяется техническая исправность автоклавов, термометров, правильно оформляется текущая документация, имеются запасы питьевой воды.

– Мы приняли во внимание сделанные замечания, – говорит исполняющий обязанности главного врача ООО "Стоматологическая поликлиника № 1" Шахноза Клычева. – В ближайшее время будут приобретены медицинские инструменты, недостающая мебель,

дезинфекционный ковер, установлен строгий порядок составления и утверждения временных расценок на оказываемые услуги, ужесточен контроль за соблюдением медицинским персоналом всех норм и правил санитарии и гигиены.

По итогам проведенных проверок стороны договорились в дальнейшем поддерживать тесные контакты, действовать сообща. Это будет способствовать предотвращению распространения не только Covid-19, но и других инфекционных заболеваний.  
**Хамидулла УБАЙДУЛЛАЕВ.**  
Фото автора.

**Диққат!**

"Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана" газетасининг телеграм ижтимоий тармоғиди расмий канали доимий фаолиятда. Эндиликда севимли нашрингизнинг хар бир сонини PDF формат шаклида @uzssgtz манзили орқали кузатиб боришингиз мумкин.

## Билиб қўйган яхши

САЛОМАТЛИКНИ МУНТАЗАМ НАЗОРАТ ҚИЛИШ  
УЧУН ЗАРУР БЎЛГАН 9 ТА КЎРСАТКИЧ

**Келажақда ўзингизни муаммолардан асрашингиз ва ҳаётингизни янада кўрсаткичларингиз мумкин. Бунинг учун қуйидаги кўрсаткичларни мунтазам кузатиб боришингиз кифоя.**

**1. Артериал қон босими**

Бу кўрсаткич ҳар бир организм учун индивидуал. Лекин кўпчиликка мос келувчи рақамлар қабул қилинган. 120/80 ва ундан куйи босим меъёр ҳисобланади. Агар юқори кўрсаткич (систоли босим) 120дан 129гача диапазонда бўлса, демак, қон босими кўта-



рилган. Эътибор қаратиш зарурки, у кўпинча атеросклероз, юрак хуружи ва инсулт ривожланиши хавфи билан боғлиқ бўлган гипертонияга айланади.

Гипертониянинг дастлабки босқичларида ҳеч қандай аломат кузатилмайдими, шу сабабли ўзгаришларни вақтида пайқаш учун қон босимини мунтазам равишда ўлчаб туриш мумкин. Агар у юқори ҳолатда қолса, шифокорга боришни орта сурманг. Агар сиз ёки яқиниңизда қон босими 180/120га кўтарилса ва кўкрак қафасида оғриқлар, нафас олиш қийинлашиши, уйқусизлик, ҳолсизлик, кўриш ёки нутқ билан боғлиқ муаммолар юзага келса, дарҳол тиббий ёрдамга мурожаат қилинг.

II, III ва IV қон гуруҳига мансуб одамлар қон босимига эътиборли бўлиши керак. Тадқиқотлар шунини кўрсатдики, ушбу гуруҳлар юрак қон-томир касалликларининг юқори хавфи билан алоқадор. Бунга қўшимча равишда, бошқа ҳолатларда, масалан, қон қуйиш зарурати юзага келганда бунини билиш мумкин.

**2. Холестерин даражаси**

Холестерин организмда

хужайралар яратилиши ва бошқа муҳим жараёнлар учун зарур ҳисобланади, аммо унинг меъёрдан ортиб кетиши хавфлидир. Артерия деворларида холестерин тангачалари шаклланиши ва бу ўз навбатида атеросклерозга олиб келиши мумкин.

Холестерин даражасини текшириш учун бир йилда бир марта таҳлил топширилади. "Емон" (ЛПНП) ва "яхши" (ЛПВП) холестерин таркибини назорат қилинг. "Емон" холестерин 2,6 ммоль/л (100 мг/дл)дан ошмаслиги керак, "яхши" эса — 1 ммоль/л (40 мг/дл)дан кам бўлмаслиги керак.

**3. Триглицеридлар (глицерин билан бир асосли ёғ кислоталари) даражаси**

Бу юрак қон-томир касалликлари ривожланиши хавфини кузатиш чоғида эътиборга олиш зарур бўлган унчинчи омил ҳисобланади. Триглицеридлар, "емон" холестеринлар каби, артерияларда тангачалар ҳосил бўлиши ва атеросклероз юзага келиши хавфи билан алоқадор. Шу сабабли ҳам мунтазам текширувлардан ўтмаш ва шифокор маслаҳатини олиш тавсия этилади.

Ақсарият ҳолларда бунини ҳар беш йилда бир марта такрорлаш зарур, аммо сиз ёки қариндошларингизда диабет ёки юрак билан боғлиқ муаммолар кузатилса, ушбу кўрсаткичнинг нисбатан кўпроқ текшириш талаб этилади.

**4. Калконсимон без гормонлари даражаси**

Улар организмнинг кўплаб тизимлари, шу жумладан, мод-



далар алмашишувига ўз таъсирини ўтказиши. Агар калконсимон без гормонлари тушиб кетса, турли ёқимсиз аломатлар юзага

келиши мумкин: вазн йўқотиш қийинлиги, куч йўқолиши, онг "хиралашиши", унутувчанлик, қалтироқ ёки бадан увишиши.

Бундан ташқари, ушбу гормонлар даражаси камайиши юрак қон-томир касалликлари ва умуман олганда ўлим хавфи билан боғланади. Шунинг учун бу кўрсаткич бир йилда бир марта таҳлилдан ўтказилиши ва натижа терапевт ёки эндокринолог билан муҳокама қилиниши лозим.

**5. Тишлар ҳолати**

Пародонт (тишларни ўраб турувчи тўқималар) касаллигига чалинган одамлар инфаркт ва инсултдан кўпроқ азият чекишади. Шунингдек, периодон-



титнинг, айниқса, чекувчи инсонлардаги диабет касаллигини ёмонлаштириб юбориши ҳақида далиллар кўпаймоқда.

Тиш тошлари ҳосил бўлишини камайтириш учун кунига икки марта тишларини яхшилаб ювиб туриш, оғиз бўшлигини чаювчи воситалар ва тиш тозаловчи илдан фойдаланишни унутманг, албатта бир йилда бир марта стоматолог қабулида бўлинг. Диабетга чалинган беморлар шифокор қабулига ҳар 3-6 ойда бир марта боришгани маъқул.

**6. Холлар ранги ва шакли**

Холлар қанча кўп бўлса, улардан бирида хавфи шиш пайдо бўлиш эҳтимоли шунча юқори бўлади. Ойига бир марта ўзингизни текшириб, янги пайдо бўлган холларга, уларнинг ранги ёки шакли ўзгаришига ёки ҳажми катталашига эътибор беринг.

Уч ҳафта ичида тузалиб кетмаган ёки доимий равишда қичишадиган, пўстлоқ билан қопланган ёки қон оқувчи яра юзага келиши билан хушёр бўлиш керак. Агар шунга ўхшаш нарсани сезсангиз, дарҳол дерматологга мурожаат қилинг.

**7. Умуртқа қийшайиши**

Эгрилик бор ёки йўқлигини текшириш зарур. У ҳозирча жуда кичик ва ноқулайлик тугдирмаслиги мумкин, аммо вақт ўтиши



билан ҳаракатланишга жиддий ҳалакат қилувчи сурункали оғриқ юзага келиши эҳтимоли бор.

Яқинларингиздан умуртқангизни текшириб кўришни сўранг. Эгулинг ва полга чўзилинг, кузатуви эса кўкрак қафасининг бир текислиги, сон жойлашуви симетриклигини кўздан кечирсин.

Тик турган ҳолатда ҳам симметрияга эътибор беринг: икки елка ва икки кўкрак суяги бир хил даражада бўлиши, орқа томон эса жуда юмалоқ бўлмаслиги керак.

Агар эгрилик аломатлари сезилса, шифокорга мурожаат қилинг. У умуртқа деформациясининг даражасини аниқлайди ва даволаш усулларини танлайди.

**8. Бош оғриғи интенсивлиги**

Бош оғриғи енгил даражада безовталанишдан то тоқат қилиб бўлмайдиган даражагача турланади. Агар оғриқ бошқа аломат-



лар билан бирга кузатилса, бу жиддий муаммоларга, шу жумладан мия шиши, қон босими ошиши ёки инсултга ишора қилиши мумкин.

Улар қачон пайдо бўлиши ва қандай давом этишини кузатишни бошланг. Оддий дафтарга ёки телефондаги махсус дастурга оғриқнинг частотаси ва интенсив-

лигини, унинг давомийлиги, бошинг қайси соҳаси оғриётгани, қандай аломатлар ҳамроҳ бўлишини ёзинг. Аста-секин оғриқни келтириб чиқарувчи омилни сеза бошлайсиз ва шу орқали уни камайтириш учун турмуш тарзингизни ўзгаришингиз мумкин.

Агар бошингиз ҳафтасига бир мартадан кўпроқ оғриса, сабабини аниқлаш учун шифокорга мурожаат қилинг. Агар бош оғриғи кўриш қобилиятини йўқотиш, юз нервлари фалажи, кўл ёки оёқлардаги заифлик, гапириб ёки нутқини тушуниш қобилиятини йўқотиш каби белгилар билан кечадиган бўлса, дарҳол тиббий ёрдамга мурожаат қилиш зарур.

**9. Қондаги шакар миқдори**

Қондаги глюкоза таркиби ошиши (гипергликемия) организмда яллиғланиши келтириб чиқаради ва қон томirlарига зарар етказиши. Вақт ўтиши билан бу юрак қон-томир касалликлари ва бошқа соғлиқ билан боғлиқ муаммоларга олиб келиши мумкин.

3,5-5,5 ммоль/л (60-100 мг/дл) кўрсаткичлари меъёр ҳисобланади. 11 ммоль/л (200 мг/дл) ва ундан юқори даражада диабетнинг аллақачон иккинчи типга ўтганидан ҳалолат беради.

Агар давлат омилига эга бўлсангиз (45 ёшдан ошган, камҳаракат турмуш тарзи, орқадан вазн, қариндошлар орасида диабетликлари ёки гипертониклар мавжудлиги), бир йилда уч марта, бошқа ҳолатларда йилга бир марта қондаги шакар миқдорини текшириш учун таҳлил топширинг.

Таҳлилни поликлиникада топширингиз ёки глюкометр сотиб олиб, қондаги шакар даражасини уйда текширишингиз мумкин. Агар натижа 6 ммоль/л дан юқори бўлса, албатта шифокорга мурожаат қилинг. Бу ҳар қандай ёшдаги одамларга, шу жумладан болаларга ҳам тааллуқли.

**Унутманг, ҳар қандай касаллиқни даволашдан қўра олдин олиш ҳам осон, ҳам арзон!**

Интернет маълумотлари.

## КАК НЕ ЗАРАЗИТЬСЯ КОРОНАВИРУСОМ В ЛИФТЕ И ТУАЛТЕ

Член штаба по борьбе с коронавирусом Севара Убайдуллаева рассказала, можно ли заразиться в общественном туалете или в лифте. Кроме того, она привела рекомендации, которые помогут избежать заражения.

Требования карантина на сегодняшний день ослаблены, и опасность заражения коронавирусом в общественных местах день за днем увеличивается, ска-

зала эксперт. Риск заражения особенно высок там, где бывает много людей.

«Если вы видите, что в помещении, куда вы собираетесь зайти, находится более 3-4 человек, рекомендуется подождать, соблюдая дистанцию», - посоветовала Севара Убайдуллаева.

Людям, которым состояние здоровья позволяет физические нагрузки, лучше избегать пользования лифтом и подниматься по лестнице. Если это невозмож-

но, желательнее подождать, пока не уменьшится количество людей в лифте.

На сегодня уже доказано, что вирус сохраняется в воздухе и на различных поверхностях от 2 до 12 часов, сказала Убайдуллаева.

В Узбекистане действуют требования по постоянной уборке с дезинфицирующими средствами, напомнила она. При посещении общественных мест нужно обращать внимание на то, продезинфи-

цировано ли помещение.

Также эксперт порекомендовала носить с собой перчатки и пользоваться ими в лифте и общественном туалете. Перчатки нужно снимать перед выходом, убирать в отдельный пакет и утилизировать в специальных урнах. Эти перчатки нельзя выбрасывать на улицах или в общественных местах. От заражения коронавирусом предохраняет также частая обработка рук антисептиком.

Газета  
муассиси:  
Ўзбекистон  
Республикаси  
Соғлиқни  
сақлаш  
вазирлиги

Бош муҳаррир  
Баҳодир ЮСУПЛИСОВ  
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 кўлёмалар 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 кўни рўйхатга олинган. Гувоҳнома рақами 0015.

Газета материаллари тахририят компьютер марказида терилди ва саҳифаланди.

Адади 1069 нахша.  
Буюртма Г-950.

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

Саҳифаловчи Бахтиёр ҚҶШОҚОВ.

Босмаҳонага топшириш вақти - 20.00.