



Кимнинг кимлиги оғир пайтда, синовда билинади

Вилоят ҳокими Э.Турдимов мамлакатимизда коронавирус инфекцияси кенг тарқалишининг олдини олиш мақсадида эълон қилинган карантин шароитида тадбиркорларга мурожаат қилди.

— Кимнинг кимлиги оғир пайтда, синовда билинади, — деди Э.Турдимов. — Карантин пайтида ҳам, ундан кейин ҳам халқимизнинг кундалик эҳтиёжи учун зарур маҳсулотлар етказиб берилиши ва хизматлар кўрсатилиши керак. Бунинг учун тадбиркорларимиз карантин қоидаларига қатъий амал қилган ҳолда фаолият олиб бориши лозим. Шунингдек, ўқитувчилар, шифокорлар ва бошқа соҳа ходимларининг иш ҳақи, пенсия, стипендия ва нафақаларини ўз вақтида тўлаб бориш талаб этилади. Бунинг учун эса, солиқ ва бошқа тўловларни ўз вақтида амалга ошириш зарур.

Афсуски, шу оғир кунларда ҳам айрим тадбиркорлар солиқдан қочиб, фаолиятини яшираётгани, ишчиларни расмийлаштирмай, конверт асосида ҳақ тўлаётгани кузатилмоқда. Давлатимиз раҳбари кейинги бир ой ичида бугунги мураккаб шароитда тадбиркорлик субъектларини қўллаб-қувватлаш, уларга бир қатор имтиёз ва энгилликлар бериш бўйича фармонлар қабул қилган бир пайтда баъзи шахсларнинг бундай ҳаракатлари ҳеч бир мезонга тўғри келмайди.

Шунингдек, вилоят ҳокими тадбиркорлар бирор бир муаммо ва тўсиққа дуч келса, савдо-саноат палатаси вилоят бошқармаси ёки ўзига беvosита мурожаат қилишлари мумкинлигини эслати.

Э.Турдимов ўз навбатида вилоят аҳолисига ҳам мурожаат қилиб, карантин қоидаларига қатъий амал қилишларини сўради.

Эслатиб ўтаимиз, Э.Турдимов 20 март куни ҳам вилоят аҳолиси ва тадбиркорларга мурожаат қилган эди.

Тадбиркор фаолияти тўхтамаслиги кафолатланди

Бугун бутун дунё иқтисодиёти коронавирус пандемиясининг кенг тарқалиши сабаб оғир дамларни бошдан кечирмоқда. Ушбу вируснинг жаҳон иқтисодиётига салбий таъсири мутахассислар томонидан ўрганиб чиқилмоқда. Мамлакатимизда ҳам пандемиянинг иқтисодиётга таъсирини юмшатиш борасида зарур чора-тадбирлар кўриломоқда.

Давлатимиз раҳбари раислигида жорий йилнинг 3 апрель куни ўтказилган видеоселектор йиғилишида пандемия даврида тадбиркорларни қўллаб-қувватлашга алоҳида урғу берилди. Шу куни "Коронавирус пандемияси даврида аҳоли, иқтисодиёт тармоқлари ва тадбиркорлик субъектларини қўллаб-қувватлашга доир қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида"ги фармонининг эълон қилиниши ўз вақтида қабул қилинган муҳим воқеа бўлди.

Фармонга кўра, эндиликда туристик ва меҳмонхона фаолияти билан шуғулланувчи тадбиркорлар 2020 йил якунига қадар ер ва мол-мулк солиқларини тўлашдан озод этилади. Уларга ижтимоий солиқ ставкаси ҳозирги 12 фоиздан 1 фоизга туширилади, шунингдек, фармонда кўрсатилишича, карантин даврида ўз фаолиятини тўхтатишга мажбур бўлган яққа тартибдаги тадбиркорларга даромад солиғи ва ижтимоий солиқлар тўлаш тўхтатилади.

Бундан ташқари, 2020 йил 1 апрелдан юридик шахслар томонидан газ ва электр энергияси бўйича олдиндан ҳақ тўлаш мажбурий талаби

100 фоиздан 30 фоизга туширилди.

Ушбу имтиёзни корхонамиз мисолида гапирадиган бўлсам, электр энергияси учун бир ойда 200 миллион сўм олдиндан тўлов амалга оширар эдик. Эндиликда бу маблагнинг 70 фоизини қайтариб олишимиз ёки кейинги ойлар учун фойдаланишимиз мумкин.

Шу билан бирга, корхонамиз томонидан жорий йилнинг май ойида ёпилиши керак бўлган 2 миллиард сўмга яқин банк кредити фармон асосида 2020 йилнинг августигача узайтирилди.

Умуман, қарорда белгиланган чора-тадбирлар биз, тадбиркорларни ҳар томонлама қўллаб-қувватлайдиган муҳим ҳужжат, деб биламан. Бу ўз навбатида пандемия даврида кам таъминланган оилаларни ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш, бозорларимиз тўқин-сочинлигини таъминлашда зимманимизга катта масъулият юклайди.

Абдуазиз МУНИСОВ,
"TESPAC INVESTMENT"
МЧЖ бош директори,
халқ депутатлари
Самарқанд шаҳар
Кенгаши депутати.

Касалликни маҳалламизга, уйимизга, оиламизга олиб кирмаслик учун, энг аввало, ўзимиз масъулмиз! Метин интизом билан ишласак, натижа албатта, биз қўзлагандек бўлади.

Биз кўп нарсани ўрганиб, бу синовдан ўтаимиз. Мустаҳкам бўлиб, қудратли бўлиб, ўтаимиз!

Халқимиз ўз тарихида қандай оғир табиий офатларни кўрган бўлмасин, Қодир Аллоҳнинг марҳамати билан, ўзининг куч-қудрати, вазминлиги ва донишмандлиги орқали уларнинг барчасини енгиб ўтган.

Шавкат МИРЗИЁЕВ,

Ўзбекистон Республикаси Президенти.

Одамлари уй қуришдан олдин иссиқхона қурадиган маҳалла



Юртимизда томорқадан унумли фойдаланиш, ҳар бир ҳудудни маълум бир турдаги маҳсулот етиштиришга ихтисослаштириш борасида қатор ишлар амалга оширилмоқда.

Бошқа ҳудудларда энди қўлланилаётган бу тажриба Пахтачи туманининг Қувондиқ маҳалласида бир неча йилдан буён қўлланилади. Маҳалла аҳлининг асосий қисми томорқасида иссиқхона ташкил қилиб, помидор, бодринг, қўқат етиштириш билан шуғулланади.

— Ёшим элликдан ошди, эсимни танибманки маҳалламиз аҳолиси иссиқхонада маҳсулот етиштириб рўзгор тебратди, — дейди Қувондиқ маҳалла фуқаролар йиғини раиси Бердилла Эгамбердиев.

— Тўғри, эски иссиқхоналарни бугунгилари билан солиштириб бўлмайди. Ота-боболаримиз ўз даври имкониятидан келиб чиқиб томорқадан даромад олган. Бугун эса имконият катта.

Маҳалламиздаги 543 хонадонда 776 оила яшайди. 3200 нафардан кўпроқ аҳолимиз бор, лекин ҳудудда завод, фабрикалар йўқ. Аҳолининг асосий даромад манбаи томорқа. Деярли ҳар бир хонадонда иссиқхона ташкил қилинган.

Бу маҳаллада яшамокчи бўлган одам, албатта, томорқасида иссиқхона қуриши керак. Чунки, икки киши учрашдим, фақат иссиқхона, унда етиштирилаётган маҳсулот ҳақида суҳбат қурди. Иссиқхонаси бўлмаган одам маҳаллага, суҳбатга қўшила олмайди-да.

Маҳалла раисининг сўзларида жон бор. Қузатувларимиз давомида ҳар бир хонадонда иссиқхона мавжудлигига гувоҳ бўлдик. Бошқа ҳудудлардаги иссиқхоналардан фарқи — Қувондиқда иссиқхоналар ҳеч қандай ёнлиги билан иситилмайди. Табиий иссиқлик асосида маҳсулот етиштирилади. Шу боис, маҳаллада маҳсулот етиштиришда ўзига хос ёндашув бор.

2-саҳифа >>>

Самарқанд нонлари: Бугун уларга талаб қандай?

Самарқанд дейилганда қадимий шаҳарнинг бир неча асрлик тарихий обидалари билан бирга қуёшга менгизган нонлари кўз олдимизга келади. Бу ноннинг ўзига хос мазаси, кўриниши, сифати неча замонларки, барчани ҳайратлантиради.

Галаосиё маҳалласида истикомат қилувчи Орзиқул Зоҳидов билан суҳбатлашиб, бунинг сирини аниқлашга бўлдик. Самарқанд шаҳридаги бу маҳалланинг аксарият аҳолиси новвойлик билан шуғулланади.

Орзиқул бобо Зоҳидов новвойларнинг тўртинчи авлод вакили. Галаосиё нонининг сирини унга бериладиган меҳр ва кўп сарфланган меҳнатда, деб билади.

— Аввало, нон тайёрлаш учун тоза ва озода хона керак, — дейди новвой. — Хона ҳароратининг 25 даража иссиқ бўлиши ҳам муҳим аҳамиятга эга. Нонларимизга бир сутка давомида ишлов берилади ҳамда кўп куч сарфланади. Чунки қаттиқ қилинган ҳамир бир соат муштланади. Зувала қилиниб дам олишга қўйилади. Кечки пайт қилинган зувалалар саҳар соат 3.00 да ясалади ва яна 4 соат дам бери-

лади. Галаосиё нонларига ун, туз ва сувдан бошқа маҳсулот қўшилмайди.

Эрталаб югурмайман, жисмоний машқлар бажармайман, аммо Аллоҳга шукур, соғломман, дейди 63 ёшли новвой. Бунинг сирини ҳам албатта, ўзининг касбида деб билади. Чунки нон пишириш жараёнининг ўзи жисмоний машқлардан иборат. Ҳаракат эса, саломатлик демакдир. Бугун Орзиқул Зоҳидов маҳалла аҳлининг эҳтиёжи учун кунига бир тандир нон пиширмоқда.

— Бугунги карантин даврида нон тайёрлашнинг гигиена қоидалари қучайтирилган бўлиши лозим, — де-



йди новвой. — Биз ҳам бунга қатъий амал қилиб, асосан, маҳалладашларимиз учун нон пиширяпмиз. Ортганини бозорга чиқарамиз. Ҳозирда бозорларда қатор туриб, харидор талашадиган сотувчилар кам. Айрим нон цехлари фаолият тўхтати. Аммо аҳолининг нонга бўлган эҳтиёжини қондириш зарур.

— Бугунги синовли давр ҳар биримиздан катта масъулият талаб этапти, — дейди "Неъмат ота" нон

ва нон маҳсулотлари корхонаси раҳбари Даврон Ҳамроев. — Корхонамиз икки йилдан буён фаолият юритади. Сўнгги кунларда аҳолининг қопилли нонга талаби ошди, лекин ишлаб чиқаришнинг кунлик миқдори камайди. Биз ҳам бир суткада 4000 та ўрнига 2000 та нон ишлаб чиқаряпмиз. Нархни оширганимиз йўқ. Аммо ун олишда айрим муаммоларга дуч келяпмиз. Биржада ун нават асосида сотилади. Бугун наватимиз келса, яна ун олиб келиб, нон ишлаб чиқарамиз. Корхонада тозалikka, ходимларимизнинг шахсий гигиена қоидаларига риоя қилишларига алоҳида эътибор бераймиз.

Насиба ЖОНТЎРАЕВА.

✓ Депутат анкетаси

Халқнинг дарди кўп, яшириб нима қиламиз

уларни ҳал этиш учун зарур бўлса республика раҳбариятига ҳам сўров юборяпмиз

1. Сайлов округингизда 2020 йилда қандай лойиҳалар режалаштирилган? Улар ижросига киришилганми?
2. Депутат сифатида бевосита ўзингиз сайланган сайлов округида маҳалла ёки меҳнат жамоасида қандай тadbир ўтказдингиз?
3. Сиз томонингиздан юборилган охириги депутатлик сўровининг мазмуни ва натижасини шарҳланг.

1. Жорий йилда мен вилоят Кенгашига депутат сифатида сайланган округ, хусусан, Самарқанд шаҳрида давлат дастурлари доирасида улкан ишлар режалаштирилган. Хусусан, 64,5 миллион доллар тўғридан-тўғри хорижий инвестиция ва кредитларни ўзлаштириш кўзда тутилган.



Бундан ташқари, 2020-2022 йилларда Самарқанд шаҳрини ижтимоий-иқтисодий ривожлантириш Дастури доирасида 57 та йирик лойиҳа ишга туширилиши ва 1808 та янги иш ўринлари яратилиши белгиланган. Жорий йилнинг 1 январь ҳолатида Самарқанд шаҳри аҳолиси 546,8 минг, шундан меҳнатга лаёқатли аҳоли 259,2 минг, ишсизлар эса 22,5 минг кишини ташкил қилади.

Асосий эътибор қаратадиган жиҳат шуки, кўҳна кентда 148,6 минг оиладан 2000 дан кўпроғи кам таъминланган оилалар.

Шунга кўра, "Ҳар бир оила – тadbиркор", "Ёшлар – келажғимиз", Хунармандчиликни ривожлантириш каби давлат дастурлари доирасидаги лойиҳаларни молиялаштириш учун 52,7 миллиард сўм кредит ажратиш режалаштирилган. Бундан ташқари, аввалги йилларда берилган кредитлар бўйича 20,1 миллиард сўм ўндириш ҳисобига янги лойиҳаларни молиялаштириш кўзда тутилмоқда.

Жорий йилда шаҳарда "Ўзшаҳарқурилишнинг" инжиниринг компанияси томонидан 3 та 16 қаватли (240 хонадан иборат) арзон уй-жойлар қуриб, фойдаланишга топширилиши режалаштирилган.

2. Самарқанд темирйўл-транспорт коллежиди Ал-Фаробий номли, Зиёкорлар, Мевазор, Богбон ва Адолат маҳаллаларида истиқомат қилувчи аҳоли билан юзма-юз мулоқот қилинди. Худуддаги 49-умумий ўрта таълим мактабида ва айрим кўп қаватли турар жой бинолари ҳовлисида болалар спорт майдончаси йўқлиги, ўйин майдончалар ажратилмаганлиги хусусидаги шикоят ва муаммолар билдирилди. Зиёкорлар, Мевазор, Богбон маҳаллаларида электр энергияси, табиий газ таъминотидаги узилтишлар хусусида эътирозлар бўлди.

Богбон ва Адолат маҳаллаларида янги мактаб ва мактаб-гача таълим ташкилоти барпо этиш, йўлларнинг таъмирталаб ҳолатлиги, коммунал хизматлар учун тўловларнинг бир хил баҳода эмаслигидан эътироз қилишди.

Учрашувларда билдирилган масалаларни ҳокимлик ва мутасадди идоралар билан ҳамкорликда ҳал этиш чораларини кўраяпмиз.

3. Бугунги кунда Самарқанд шаҳрида жойлашган кўп қаватли тураржой биноларидаги 157 та лифт яроқсиз ҳолатга келган. Мутахассислар берган маълумотга кўра, кўп қаватли тураржой биноларида маънан эскирган ва хизмат муддатини ўтаб бўлган лифт мосламаларини янгиларига алмаштириш учун 36 миллиард 110 миллион сўм маблағ талаб этилади.

Самарқанд шаҳар ёки вилоят маҳаллий бюджети маблағлари ҳисобидан бу муаммони ҳал этиб бўлмайди. Шунга кўра, Самарқанддаги кўп қаватли уйларнинг яроқсиз лифтиларини алмаштиришда республика бюджетидан маблағ ажратилиши зарур, деб ҳисоблайман.

Бу масалада Молия вазирлиги сенатор сўрови юбордим.

Рустам ХОЛМУРОДОВ,
8-Турон сайлов округидан вилоят Кенгаши депутати, Олий Мажлис Сенати аъзоси.

Одамлари уй қуришдан олдин иссиқхона қурадиган маҳалла

(Давоми. Бошланиши 1-саҳифада).

– Маҳалламиз аҳлининг бор даромади иссиқхонадан, – дейди Ҳомид ака Қаландаров. – Тўйларимиз ҳам, уйларимиз ҳам пешона теримиз билан топилган даромад эвазига бўлади. Шунданми, одамлар орасида ҳаётдан нолийдиганлар учрамайди. Меҳнат қилган одам роҳатини кўради. Ҳар йили томорқамда ташкил қилган иссиқхонамда икки марта кўкат, бир марта помидор ва бодринг етиштирамиз. Хуллас, йил давомида ер бўш турмайди, ўзимиз ҳам тинмаймиз. Айни пайтда 10 сотих ерда бодринг, 5 сотихда помидор етиштиряпмиз. Бу йилги ҳосилдан 70 миллион сўм атрофида даромад қилишни мўлжаллаб турибмиз. Насиб этса, даромадимиздан тўнгич ўғлимга уй қураимиз.

Қувондиқликларнинг ажойиб одати бор



экан. Янги оилага аталган томорқа ерга уй қуришдан олдин иссиқхона қуриб, ёш оилага асосий даромад манбаи ташкил қилинар экан. Маҳалланинг ёши улуглари таъкидлашчи, бу ердаги оилаларда иқтисодий, маиший-турмуш масалаларида ҳеч қандай муаммо юзага келмас экан. Чунки, оила

аъзоларининг ҳаммаси иш билан банд, доимий даромад манбаига эга. Ортиқча вақт бўлмаганидан кейин ўринсиз баҳс-мунозара ҳам бўлмайди. Қўли ишламаган одамнинг тили кўп ишлаши оқибатида оилада турли гап-сўзлар юзага келади-да, дейишади қувондиқликлар.

Кўп қаватли уй қуёш билан иситилади

XXI асрга келиб бутун дунёда глобал исиш хавфи кучайди. Ер юзидида иқлим ўзгаришининг олдини олиш учун анъанавий иссиқлик энергияси ўрнига ноанъанавий, қайта тикланувчи энергия манбаларидан, кўпроқ иссиқлик энергиясидан фойдаланиш чоралари кўрилмоқда. Бунда аҳоли хонадонлари ва ишлаб чиқариш корхоналарини электр энергияси ва иссиқликка бўлган эҳтиёжини қондириш асосий мақсад ҳисобланади. Ер юзидида катта қувватга эга бўлган қуёш энергияси барча ёнғувчи фойдали қазилмалардан икки баробар кўплигини инобатга олсак унинг ёрдамида аҳоли ва ишлаб чиқариш корхоналарининг электр энергиясига ва иссиқликка бўлган эҳтиёжини тўлиқ қондириш мумкин.

Республикамизда кўп қаватли уйлар, маъмурий ва жамоа бинолари қурилаётганини ҳисобга олиб, иқлимимизга мос бўлган қайта тикланувчи энергия манбалари ҳисобига биноларни иссиқ ҳаво билан иситишнинг афзаллиги томонларини ўрғиниб чиқдик. "Инносферапроект" масъулияти чекланган жамияти билан биргаликда илмий тадқиқот ишлари олиб бориб, кўп қаватли уй-жойларни, маъмурий, жамоа биноларини қуёш энергиясидан фойдаланган ҳолда иссиқ ҳаво орқали иситиш тизимларини лойиҳалаштирдик.

Лойиҳада бинонинг чордоғи (том) ойна (акфа ром) билан ёпилиб, ҳаво иситиш агрегатлари ўрнатилади. Улардан чиққан иссиқлик миқдори ҳисобига қиш фаслида иссиқхона сифатида фойдаланиш мумкин.

Қуёш ва баҳорда иссиқхонага тушаётган қуёш нури ҳисобига қизиган ҳаво хоналарга ҳаво узаткичлар орқали тўғридан тўғри узатилади. Ташқи ҳаво совуғанда, бурутли кунларда ҳавони иситиш агрегати ишга туширилади. Ҳаво иситиш агрегатлари ташқи ҳаво ўзгаришига қараб уч хил тартибда ишлайди (баланд, ўрта, паст қувватлар).

Ёз фаслида қуруқ-иссиқ иқлим шароити бўлишини ҳисобга олган ҳолда, иссиқхонага ўрнатилган форсункалар орқали ҳаво намланади ҳамда совитилади. Ҳаво совитиш агрегатида ҳаво қўшимча керак-

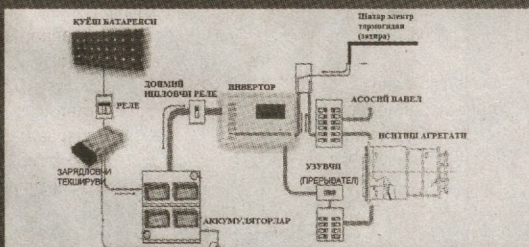
ли миқдорда совитилиб, хоналарга ҳаво ўтказкичлар орқали узатилади.

Чордоқдаги кондицияланган ҳаво ўтказувчилар орқали ҳар бир хонага узатилиб, микроклим билан таъминланиб, ҳавоси алмаштирилади. Ҳаво иситиш агрегатлари электр энергияни қуёш ба-

тарейлари орқали олади. Захира сифатида электр тармоғидан фойдаланиш ҳам мумкин.

Шунингдек, эксплуатация нархлари арзонлашади, сервис хизмат кўрсатиш соддалашади, тизимнинг хизмат қилиш даври давомийлиги ошади. Яна бир муҳим жиҳати, атроф-муҳит экологик жиҳатдан соф сақланади ва ҳар бир хонадонда икки контурли иситиш қозонлари ҳамда кон-

Иситиш агрегатларининг электр энергияси таъминоти схемаси



- ✓ Анъанавий усулда қурилган биноларда тўсиқ конструкциялари орқали, яъни том, эшик ва деразалардан 50 фоиз, девордан 35 фоиз ва полдан 15 фоиз иссиқлик миқдори йўқотилади.
- ✓ Хўш, таклиф қилинаётган лойиҳанинг анъанавий усулларга нисбатан афзаллиги нимада?
- ✓ Аввало, хоналар ҳавоси алмашади ва кондициялаш локаллаштирилади.
- ✓ Қишда том ёпмадан иссиқлик йўқолмайди.
- ✓ Ёзда юқори қаватлардаги хоналар, том ёпмадан келадиған иссиқлик миқдоридан сақланади.
- ✓ Энг муҳими, қишда чордоқдан иссиқхона сифатида фойдаланилади.

диционерлардан фойдаланиш зарурати йўқлиги ҳисобига электр энергияси ҳамда газ сарфи тежалаяди.

Ҳамид ҲУСАНОВ,
СамДАКИ доценти.
Арслон ИСМОИЛОВ,
ассистент.

Лимондан конфитюр тайёрланади

Шу сабабли ҳам лимон халқ табобатида меъда, жигар, ўт йўли, шамоллаш, касалликларидида фойдаланилган.

Замонавий тиббиётда ҳам лимондан кўпгина касалликларни даволашда витамин ва озуқавий тозаларга бой маҳсулот сифатида тавсия этилади. Айниқса, қон босими юқори ва қандли диабет касалликларидида лимон истеъмол қилиш фойдаланилади. Ҳатто лимоннинг ёқимли

ўткир ҳиди ва таъми стресс ҳолатларида ижобий натижа бериши исботланган. Лимоннинг танага ҳам фойдаси катта. Масалан, лимон С ва Р витаминларига бойлиги учун қон томирларини ёт моддалардан тозалаш, қоннинг ўтказувчанлигини таъминлашга катта ёрдам беради. Бу эса лимоннинг ёшлик эликсири эканлигидан далолатдир.

Ана шулардан келиб чиқиб Самарқанд иқтисодиёт ва сервис институти сервис кафедраси профессор-ўқитувчилари томонидан талабаларни жалб қилган ҳолда лимон мевасидан фойдаланиш асосида таркиби бойитилган, функционал мақсадларда фойдаланиш мумкин бўлган инновацион маҳсулотлар яратиш борасида илмий-тадқиқот ишлари бажарилмоқда. Ўрни, мазкур мевадан ҳеч қандай чиқитсиз конфитюр тайёрлаш механизмларини ишлаб чиқдик. Мазкур конфитюр лимондаги мавжуд элементларнинг сақланиб қолиши билан фойдали бўлади.

Рўзбой НОРМАҲМАТОВ,
Самарқанд иқтисодиёт ва сервис институти профессори, техника фанлари доктори.

Қон босимини оширмасликнинг йўллари борми?



– Ота-онам иккиси ҳам қон босимидан азият чекади. Кўпчилик бу хасталик наслдан ўтади, дейишади. Қон босими хасталигининг олдини олиш учун кўпроқ нималарга эътибор бериш керак?

Д.МАЛИКОВ, Самарқанд тумани.

– Артериал гипертензия – қон босими кўтарилиш синдроми хафақон касаллигидир. Систолик қон босими 140 мм. симоб устуни, диастолик қон босими 90 мм. симоб устуни бўлиб, у муқим сақланиб тура ва ундан баланд бўлса артериал гипертензия ташхиси қўйилади. Касаллик 90 фоиз ҳолатда бирламчи гипертензия ёки хафақон касаллиги ҳисобига, 10 фоиз ҳолатда бошқа аъзо ва тизим хасталиклари натижасида пайдо бўлади.

Хафақон хасталигида беморлар асосан бош оғриғига, бош айланиши, хотира бузилиши, бошда шовқин, кўз олди қоронғилашиши, юрак соҳасида оғриқ, юз ва оёқларда шиш, таъсирчанлик, тез чарчаш, тушқунликдан шикоят қиладилар. Юқоридаги шикоятлар безовта қилса, шифокорга мурожаат қилиш керак. Хафақон хасталигига чалинган беморлар ош тузи истеъмолни камайтириши, таомнамасидан ёғли овқатларни чиқариши, жисмоний

фаоллиқни ошириши, ортиқча вазнини камайтириши, қонда қанд ва холестерин миқдорини камайтиришга ҳаракат қилиши лозим. Хафақон хасталигини даволашда бу тadbирларнинг аҳамияти катта, ҳатто 50 фоиз ҳолатда бу амаллар туфайли юмшоқ гипертензия ҳолатида беморлар қон босимини тушириши мумкин. Касаллиқни даволаш учун айни пайтда клиникамида Су Джок терапия ва биологик фаол нуқталарга таъсир этиш усули орқали самарали натижаларга эришилмоқда.

Саволга вилоят кардиология диспансери кардиологи Акрам НУРМУРАТОВ жавоб берди.

БУ – ФАКТ

Жорий қишлоқ хўжалик мавсумида самарқандлик деҳқонлар 75 минг 580 гектар ер майдонига чигитнинг "Бухоро-102", "С-82-86", "Омад", "Султон", "Порлоқ-1" сингари маҳаллий иқлим шароитига мос, эртапишар навларини экишни режалаштирган. Айни кунгача 5 минг гектардан зиёд майдонга "барака уруғи" қадалди.

"ЎЗАГРОИНСПЕКЦИЯ"НИНГ САМАРҚАНД ВИЛОЯТИ БОШҚАРМАСИ АХБОРОТ ХИЗМАТИ.

ТАҲРИРИЯТГА ЁЗИШЛАРИЧА...

Бугуннинг гапи

Хушёрлигимиз билан эл-юрт дардига малҳам бўлайлик

Одамда масъулият туйғуси бўлади. Айнан масъулият унинг инсонийлик белгисидир. Бу тушунчанинг мазмун-моҳиятини қуйидагича изоҳлаш мумкин: «Инсон ўзи ва атрофидаги воқеа-ҳодисаларнинг қандай кечаётганлигига, унинг увол-савобига жавобгар (масъул) эканлигини унутмаслиги лозим».

Гап нима ҳақида бораётганини билдиргиз, албатта.

Хатоларни тузатиб, ёмонни яхшилаб, яхшини мукаммаллаштириб, хушёр ва огоҳ бўлиб, эзу ниятлар билан яшаш фақат одамзотга хос фазилатдир. Қолаверса, тош асридан бугунги космик эрага қадам босиб ўтилган тарихий жараённинг ақл бовар қилмас мўъжизалари инсон даҳосининг тафаккури, билими маҳсулидир. Шунингдек, инсон қони дарё бўлиб оққан, миллионлаб хотин-қизлар, гўдаклар, ҳимоясиз кексалар нобуд бўлган, адолат оёқсиз қилинган замонлар, урушлар ҳам инсон киефасидаги «одам» зотининг, ҳайвондан баттар, қонхўр, ваҳший қавмлари туфайли содир бўлганлиги ҳам аён.

Арқонни узунроқ ташлаганлигимизнинг боиси шуки, бугунга келиб, дунё кўрган, илм-у маърифатни кенг қўламда ўрганган, «қўзи қаттароқ очилган» эл, жоҳилий қарашлардан воз кечиб, тириклик умрини ғанимат билиб, тўғри ва адолатли йўлга кириб олдимиз, деган мулоҳаза умидидир...

Айтайлик, дунё халқларининг бошига тушган бугунги ташвишли давларда барчамиз барабар бўлиб, ҳамжиҳатликда коронавирус балосига қарши курашиш лозим дея даъват қилинаётган бир пайтда, белгиланган тартиб-интизом бузиладиган бўлса, ниқоб таъиб қилмас, бузувчиликнинг касофати туфайли ўнлаб-юзлаб инсонлар ҳаёти хавф остида қолиши аниқ эканлигини билгани ҳолда, шифохоналардан қочиб тартиб-қондан бузаётган одамларни нима деб аташ керак?! Улар кимлар, мақсадлари нима?

Бу масъулиятсиз кишиларни жа-

рима солиш билан жазолаш усуллари қўрқитолмайди. Кескин чора-тадбирлар қўлаб, уларни аҳоли орасидан ажратмоқ (изоляция) керак.

Озгина ўйлаб кўрадиган одам, аввало, ўзи ҳақида, қилаётган ишлари хусусида: мен кимман, борлигимдан элга манфаат борми, нима учун давлат менга ғамхўрлик қияпти, мен шунга лойиқманми деб мулоҳаза юритмайдими?

Коронавирус тўғрисидаги кўрсатув ва эшиттиришлар орқали гувоҳ бўлишимизча, ушбу бало туфайли Японияда ҳатто карантин ҳам эълон қилинмабди. Чунки японияликларнинг турмуш тарзида қонун-қондага, санитария ва гигиена талабларига риоя қилиш одатдаги таомил бўлиб, алоҳида огоҳлантиришга ҳожат йўқ. Огоҳлик ва хушёрлик, ватанпарварлик ва миллатпарварлик уларнинг қон-қонига сингиб кетган туйғу.

Нима учун бизда шундай эмас?! Қачон тартибли бўламиз?! Умуман, бўла оламизми...?!

Одам бўлиб келдик,

одам бўлайлик,

Элу юрт дардига

малҳам бўлайлик,

дея қуйланаётган чиройли, даъ-

ваткор хонишлар, бугуннинг кўксидан

отилиб чиқаётган амри маъруф,

хитобга ўхшайди, тўғрими...?!

Нуриддин БОБОҚАНДОВ.

Мазкур мақоланинг электрон шаклини ушбу QR-код орқали ўқишингиз мумкин.



Харгал Самарқандга келсам, шаҳарнинг тарихий обидалари билан бир қаторда бинолар деворларига чизилган суратлар, безаклар, мозаикалар эътиборимни тортади. Маҳобатли суратларни чи-зиш машаққати кўз олдимга келади. Айниқса, Самарқанд шаҳар собиқ «Уй қурилиш комбинати» деворидаги мозаика услубидаги нашқларнинг бетакдорлиги, неча йиллардан бери ўз жилосини йўқотмаганлиги кишини ҳайратлантиради. Бу бетакдор суратлар каттақўрғонлик истеъдодли рассомлар оиласи томонидан яратилган.



Самарқанд деворларининг безакчиси ким?

Наримон ва Лилия Караеваларнинг энг йирик ижод маҳсули 1980 йилда Самарқанд шаҳар «Уй қурилиш комбинати» деворига туширилган, умумий майдони 364 м² бўлган, қадама рангли қошинкор нақш (мозаика) ҳисобланади. Нақшни йиғиб, деворга ўрнатиш учун эса етти ой вақт сарфланган. Панно яратилганига

40 йилдан ортиқ вақт ўтган бўлса-да, бирорта ҳам плитка жойидан кўчмади ёки дарз кетмади, жазирама иссиқ, ёмғир-қор таъсирида ёрқин рангини йўқотмади.

Ҳамидулла ХУШВАҚТОВ,
Каттақўрғон шаҳри.

Ҳаёт ҳангомалари

Эллик йиллар аввал қишлоғимизда бўлган воқеани одамлар ҳамон эслаб юради. Саидкомил ака от-арава билан бозор-ўчар қилиб рўзғор тебрати юрарди. Бозори бароридан келган куни «яримтани отиб» уйга қайтарди.

Олдин келган ТЎЁНА

Бир куни Оқтепа бозори тор кўчасидан ширакайф қайтаётса, бир сурув кўй йўлини тўсиб қўйган. Жаҳли чиққан Саидкомил ака кайф аралаш қўзилардан бирини аравага ортиб уйига келди.

Орадан бир ҳафта ўтди. Қўшниси Зубай ака набиаларига суннат тўйи қилди. Оқтепа бозори ёнидаги қишлоқдан тўйга таклиф қилинган қариндошларга қўшниси Саидкомил аканинг уйдан қўчоқ учун жой тайёрлашди. Мехмонлар Саидкомил аканинг ҳовлисидаги кўра ёнидан

ўтаётганларида қўиларнинг маъраши мехмонларнинг диққатини тортди. Шу пайт мехмонлардан бири йўқолган кўзисини таниб қолди. Саидкомил аканинг сири фош бўлиб, уялиб қолмасин, дея «Э, тўёнамиз биздан олдин келибди-ку», деб қўзини Зубай аканинг ўғлига ушлатиб юборди.

- Ол, болам, тоғамдан тўёна, деб отанга айт, - деди.

Саидкомил ака уятдан ерга киргудек бўлди.

Файзулла ИСМОИЛОВ.

Мушоҳада



Мен етмиш икки ёшдаман. Шу пайтгача биров менинг ишончимни поймол қилганини эслаб олмаман. Мен ҳақимда биров «ўша одам ишончимни оқламади», деганини ҳам эшитмаганман. Балки кимдир, нимадир сабаб билан ишонч масаласида сизда ноҳусус таассурот қолдирган бўлиши мумкин. Унинг сабабини сўраб, тўғри тушунишга, узрини қабул қилишга ҳаракат қилиш керак. Шундагина одамлар орасида ишонч янаям мустаҳкам бўлиб бораверади.

Раҳбар қўл остидагиларига ишонмаса, бундай ташиқлот ишида унум бўлмайди. Эр-хотин бир-бирига ишонқирамай яшаса, куни келиб, ишонсизлик орани ажратлади. Бу нарсаларга айланиб, ёшлар кўпроқ эътиборли бўлиши керак.

Абдуазиз ҲОШИМОВ.

Бола нутқини ривожлантиришда нималарга аҳамият бериш керак?

Эртақ бола нутқини ривожлантиришда энг муҳим восита ҳисобланади. Улар ҳаёт ҳақиқатини, ҳаётини ва уйдирмалар асосида тасвирлангани тилсим ва сеҳр воситаларига асосланиши, воқеа ва ҳаракатларнинг ажойиб ҳолатларда кечиши, қаҳрамонларнинг ғайритабиий жасоратлари билан бошқа жанрлардан фарқ қилади. Болалар эртақлардаги ижобий қаҳрамонларнинг характери, фазилатлари ва бошқа жиҳатларини ўрганади. Уларнинг луғатида янги сўзлар пайдо бўлади.

Топишмоқлар болани фикрлашга, ўйлашга, топқирлик ва чаққонликка, шеърлар эса чиройли, маъноли, ифодали ва таъсирчан сўзлашга ўргатади. Боғчаларда қўпинча табиат, жониворлар, ўсимликлар, мевалар, она Ватан, меҳнатсеварлик ҳақида кичик ҳажмдаги содда шеърлар болаларга ёд олдирилади.

Ҳар бир тарбиячи у қайси ёш гуруҳда ишлашидан қатъий назар болалар нутқини ўстиришга масъул саналади. Машғулотларни ўтиш жараёнида топишмоқ, эртақ, шеър, ҳикоялар ва албатта улар билан кўпроқ мулоқотда бўлиш мақсадга мувофиқ.

Н.АСҚАРОВА,
СамДУ магистранти.

Тўртлик

Оқил инсон саодат излар,
Нодон гафлат пойида музлар.
Самимият олдида доим
Жой тополмас орсиз, юзсизлар.

Бекназар ОРЗИҚУЛОВ.

Муштарийлар илҳами

Эркинг берма

Агар шайтон бўлса ғолиб,
Нафсинг кўзар созин чалиб,
Уйнатади эркинг олиб,
Эркинг берма азозилга,
Аллоҳ десанг, шайтон қочар,
Ҳақ йўлига нурлар сочар,
Дилда имон қўзин очар,
Эркинг берма азозилга,
Ғофил бўлсанг - гафлат босар,
Шайтон яйраб, униб-ўсар,

Гуноҳларинг ҳаддан ошар,
Эркинг берма азозилга,
Нафсинг - эғлим, маккор, гушна,
Шайтон билан сирдош, ошна,
Бемонликка чанқоқ, ташна,
Эркинг берма азозилга,
Нафсинг айлар ағбору хор,
Ҳар қилишинг жавоби бор,
Эзгуликнинг савоби бор,
Эркинг берма азозилга.

Қалбни кўриб турар Аллоҳ,
Биру борим - бихамдилло,
Хисобдадир савоб, гуноҳ,
Эркинг берма азозилга,
Соли, борга шукр дегин,
Боқий дунё ғамин егин,
Пушаймонлар қилма кейин,
Эркинг берма азозилга.

Солижон
ХУДОЁРОВ.

Хоҳ ишонинг, хоҳ ишонманг

Тирилишга умидбахш ўлим

Хеч бир инсон ўлишни истамайди. Ўлгандан кейин тирилиш ора қилувчилар ҳам кўп. Ана шундай кишилар ҳустида фан тадқиқотлар олиб бормоқда, деб ёзади «Мир новостей» (2020 й. 7-сон) ҳафтаномаси. Ўлган одамнинг танаси ёки бошини музлатиш орқали сақлаш мумкин экан. «Биринчи музлатилган одамни 50 йилдан кейин тирилтириш мумкин. Ҳаммаси бунинг учун зарур технологиялар пайдо бўлишига боғлиқ», дейди Россия «Криорус» криокомпанияси директорлар кенгаши раиси, футуролог Данил Медведев.

Яқинда Япония ҳукумати сунъий уйқуга чўмдириш технологиясини ўрганиш учун 160 миллион доллар ажратди. Моҳиятига кўра у кекса кишиларнинг саломатлигига ижобий таъсир этиб, уларнинг умрини узайтиради. Олимлар анабиоз — уйқуга кетказиб инсон ҳаёт фаолиятини тўхтатиш ва кейинчалик қулай шароит пайдо бўлса, яна тиклашга қатта умид боғламоқдалар. Мисол учун, ўлим ҳолатидаги жароҳатларда анабиоз ёрдамида қонни музли физсуюқлик билан алмаштириш муолажаси орқали мияни зудлик билан -10 даражадан паст совутиш кўзда тутилади.

Яна нисбатан бошқачароқ — бир йўла барча касалликлардан даволаш ва ҳатто узоқ келажақда тирилтириш усули ҳам бор. Хоҳловчиларнинг танасини ёки бошини алоҳида ўта паст, яъни -196 температурада музлатиш мумкин.

Ҳозирда Россияда 70 киши крионирлаштирилган — музлатилган (32 нафари

бутунлигича, қолгани қисман). АҚШда криомикозлар 400 киши, улардан 300 нафари бутунлигича музлатилган.

Тана ва каллалар учта криокомборда сақланмоқда: иккитаси АҚШда, биттаси Подмосковьеда. Криокомпаниялар эса дунёда тўртта: иккитаси Америкада, Россия ва Хитойда биттадан. Россияда крионирлаштириш — музлатиш 36 минг доллар, мияни нейроскавляш (албатта, калла билан бирга) 15 минг доллар. Фарба эса тегишли тарзда 200 ва 80 минг доллар.

Тананинг алоҳида тўқималари кейинчалик қўчириб ўтқазилган учун ҳам крионирлаштирилади. Аммо ҳозирча 50 ёки 100 йилга музлатиб қўйилган одамларни тирилтириш имкони йўқ. Бунинг учун ҳали зарур технологиялар яратилмаган. Бунинг устига тирилтиришга уриниш гоёат қиммат — миллиард долларга тушиши мумкин.

Қисқартирилган ҳолда
Т.ШОМУРОДОВ тайёрлади.

Газетанинг навбатдаги сони 2020 йил 15 апрель, чоршанба куни чиқади.

Zarafshon

САМАРҚАНДСКИЙ
ЕСТНИК

© МУАССИСЛАР:
халқ
депутатлари
Самарқанд
вилоят Кенгаши
ва вилоят
ҳокимлиги

Бош муҳаррир: Фармон ТОШЕВ

Газета Узбекистон матбуот ва ахборот агентлигининг Самарқанд вилоят матбуот ва ахборот бошқармасида 2012 йил 30 мартда 09-01 рақами билан рўйхатга олинган.
Нашр 100. Йилда 438.
14 075 нусхада чоп этилди. Буюртма 241
Газета ҳафтанинг сешанба, пайшанба ва шанба кунлари чиқади.



Ҳақми 2 босма табоқ, бичими А-2

КАБУЛХОНА: 233-91-51. ХАТЛАР ВА МУРОЖААТЛАР: 233-91-53.
БЎЛИМЛАР: 233-91-57, 233-91-58, 233-91-59, 233-91-61.
РЕКЛАМА ВА ЭЪЛОНЛАР: 233-91-56.

МАНЗИЛИМИЗ: 140100, Самарқанд шаҳри, Улуғ Турсунов кўчаси, 80-уй,
Матбуот уйи.

Газета "Зарифшон" таҳририятининг компьютер бўлимида саҳифаланди.
"Ношир люкс" МЧЖ босмахонасида чоп этилди.
Корхона манзили: Самарқанд шаҳри, Спитамен кўчаси, 270-уй.
Босишга топшириш вақти: соат 18:30 да. Босишга топширилди: соат 19:00 да.

Навбатчи муҳаррир:
Ғ.ХАСАНОВ.
Навбатчи:
Х.ЭРНАЗАРОВА.
Саҳифаловчи:
Б.АБДУЛЛАЕВ.

Сотува қарин қилинган ҳолда

ISSN-201667X



9 772010 667009