

Mustahkam oila – yurt tayanchi

# OILA DAVTRASIDA

№ 35  
(433)  
3-sentabr  
payshanba

www.od.press.uz

Ijtimoiy-siyosiy, ma'naviy-ma'rifiy gazeta

Gazeta 2012-yil may oyidan chiqa boshlagan.



Таниқли журналист  
Карим БАХРИЕВдан  
навбатдаги ўткир таҳлил

## «ОНАНГИ ОТАНГА БЕПАРДОЗ КЎРСАТ...»

4-5-бетлар

УШБУ СОНДА:



### ТЕСТ СИНОВЛАРИ БОШЛАНДИ

Уни чалғитишга бўлган  
уринишлар ҳам

2-бет



### МАКТАБЛАРГА ДЕЗИНФЕКЦИЯ

воситалари ким томонидан  
харид қилинади?

3-бет

### ҲОКИМ ЕТАКЛАБ БОРГАН ҚОРАМОЛ

Бизни ҳам таажжубга, ҳам  
уйатга қўйди

3-бет



### СОҒЛОМ ОИЛА

асоси қандай  
яратилади?

6-бет



### ОЛИМ БЎЛИШ УЧУН

дастлабки синов

8-бет

uzkitob.uz

«O'ZDAVKITOBSAVDOTA'MINOTI»

Манзил: Тошкент шаҳар Навоий кўчаси 30-уй  
Tel.: (+998 71) 244-19-65 (+998 71) 244-19-91

Энг сара  
китоблар  
ассортименти



Сен – қудрат манбаи,  
саодат маскани,  
жонажон Ўзбекистоним!

## БУГУНГИ ЎЗБЕКИСТОН ҲАМ, БУГУНГИ ХАЛҚИМИЗ ҲАМ КЕЧАГИ ЭМАС

Биз қандай тахликали ва суронли даврларни бошимиздан кечирмайлик, қандай ютуқ ва натижаларга эришган бўлмайлик, мустақиллик ғояси, истиқлол руҳи бизга доимо тоғдек таянч бўлмоқда.

Бугун чексиз ифтихор билан айта оламизки, донишманд халқимизнинг узоқни кўра олиши, бирдамлиги ва фидойи меҳнати билан барча синовлардан муносиб ўтиб келмоқдамиз.

Шу нуқтаи назардан, бизнинг инсоний қадр-қимматимизни, ғурур ва шаънимизни, дину диёнатимизни, миллий давлатчилигимизни тиклаб берган Мустақиллик куни Ватанамизнинг шонли тарихида ҳамisha энг ёрқин саҳифа бўлиб қолади.

Халқимизнинг улуғвор қудрати жўш урган ҳозирги замонда Ўзбекистонда янги бир уйғониш – Учинчи Ренессанс даврига пойдевор яратилмоқда, десак, аини ҳақиқат бўлади. Чунки бугунги Ўзбекистон – кечаги Ўзбекистон эмас. Бугунги халқимиз ҳам кечаги халқ эмас.

Жамиятимиз ҳаётининг барча жабхаларини эркинлаштириш, сўз ва матбуот эркинлиги, очиклик ва ошкоралик тамойилларини чуқур қарор топтириш, давлат ҳокимияти идоралари фаолияти устидан самарали жамоатчилик назоратини ўрнатиш бўйича бошлаган ишларимиз ортага қайтмас тус олганини яна бир бор таъкидламоқчиман.

Барчангиз хабардорсиз, ҳозирги мураккаб шароитга қарамасдан, биз зиммамизга олган барча халқаро мажбуриятлар ва келишувларни тўлиқ бажариб келмоқдамиз. Хорижий шерикларимиз билан ўзаро манфаатли ҳамкорликни фаол ривожлантирмоқдамиз.

Халқимизда «Кўз – кўрқок, қўл – ботир», деган чуқур маъноли ибора бор. Бугунги шароитда бизнинг кўзимиз ҳам, қўлимиз ҳам, юрагимиз ҳам ботир бўлиши керак. Белимизни маҳкам боғлаб, пок ният билан меҳнат қилсак, шубҳасиз, кўзлаган марраларимизга эришамиз.

Муқаддас китобларда айтилганидек, ҳар қандай кийинчилик ортидан албатта бир энгиллик келади. Барчамиз бунга ишонамиз ва қодир Оллоҳдан шуни сўраймиз.

Шавкат МИРЗИЁЕВ

(Президентнинг Ўзбекистон Республикаси мустақиллигининг йигирма тўққиз йиллигига бағишланган тантанали маросимдаги нутқидан)

Алишер ШОДМОНОВ:

## «ҲАР БИР МУТАСАДДИ ВАЗИЯТГА ОТА-ОНА КЎЗИ БИЛАН ҚАРАШИ КЕРАК»

Айни кунларда мактабларда янги ўқув йилини бошлаш масаласи энг муҳим вазифалардан бири бўлиб турибди.

Мактаблар моддий-техник базасини мустаҳкамлаш, синфларда ижтимоий масофани сақлаш, қўл ювишга етарли шароит яратиш, ниқоб тақишни назорат қилиш, респиратор касалликлар аломати борларни эрталабки филтер жарвёнида алоҳида текширувдан ўтказиш, дарс мобайнида аниқланган беморларни изоляция қилиш, ҳожатхоналарни санитария талабларига мослаштириш, ошхоналарда гигиена талабларини таъминлаш, сурункали касаллиги ва ногиронлиги бор болаларга алоҳида ёндашув сингари муҳим жиҳатларга эътибор бериш, айниқса, аҳамиятлидир.

Ҳозирда мамлакатимизда «COVID-19»га чалинган жамия бемор-

дан қарийб тўрт минг нафарини болалар ташкил этмоқда. Бу кўрсаткичнинг аксарият қисми мамлакатимизда карантин эълон қилинган ҳамда халқ таълими муассасалари фаолият юритмаган даврга тўғри келади.

Соғлиқни сақлаш вазири Алишер Шодмонов тегишли мутасаддиларга, ота-оналарга мурожаат қилар экан, мавжуд вазиятда, энг аввало, мактабларнинг зарур талабларга жавоб бериши ўта муҳим эканлигини таъкидламоқда. Бу ҳақда Соғлиқни сақлаш вазири Жамоатчилик билан алоқалар бўлими маълум қилди.

Вазирнинг сўзларига кўра, бу вазиятда қуйидаги омилларни ҳисобга олиш ва уларни ўқув йили бошлангунга қадар бартараф этиш зарур:

– таълим муассасаларининг баъзилари ичимлик сув билан таъминланмаганлиги;

– мактаб ошхоналари ҳамда ҳожатхоналарининг санитария-гигиена талабларига тўлиқ жавоб бермаслиги;

– мактаб ҳамда мактабгача таълим ташкилотларида хизмат қиладиган ходимларнинг ва ота-оналарнинг хизматдан ташқари вақтларида турли жамоаг жойлари (бозор, магазин, автобус, қариндошлар, қўнилар)да бўлишлари;

– ушбу ёшдаги болаларни кун давомида мактаб ҳудудида ижтимоий масофани сақлаш олишнинг таъминлаш;

– болаларда коронавирус кўп ҳолатларда энгил ёки клиник белгиларсиз (симтомларсиз) кечса ҳам, улар ушбу вируснинг асосий тарқатувчиларидан бири бўлишлари ва улар ўз оилаларидаги катталарга, айниқса, хавф остидаги гуруҳлардаги қариндошларига юктириши ва аҳоли ўртасида касалликни кўпайишига олиб келиши мумкинлиги-

ни эътиборга олиш керак.

«Коронавирус болаларда энгил ўтиши бу эҳтиёткорликни унутиш дегани эмас. Чунки бир қатор мамлакатлардаги ҳолат бунинг аксини кўрсатмоқда. Ҳар биримизнинг фарзандларимиз, набираларимиз бор. Болалар соғлиги ҳақида гап кетганда, уларнинг ўрнига ўз боламизни қўйиб қўрайлик. Шунинг учун мактабларга бириктирилган 10 минг нафарга яқин тиббиёт ходимларидан, педагоглардан, маҳаллий ҳокимият вакилларида вазиятга ота ёки она кўзи билан қарашларини сўрардим, деб таъкидлади вазир.

Янги ўқув йили олдида барча ота-оналар ва педагоглар бу жараёнга масъулият билан ёндашишларини сўраймиз. Фарзандларимиз хавфсизлигига жавобгар эканлигини асло унутмайлик.

## ТЕСТ СИНОВЛАРИ БОШЛАНДИ

Уни чалғитишга бўлган уринишлар ҳам

Кеча 2 сентябрь куни мамлакатимиздаги олий таълим муассасаларида талаба бўлиш истагида бўлган абитуриентлар учун тест синовлари бошланди. Тест синовлари ҳар куни икки сменада 14 кун давом этади.



Бошланган тест синовлари ҳақида ЎЗА муҳбири абитуриентлар фикрлари билан кизиқибди.

– Мен тест синовларида иштирок этиш учун Тошкент вилоятидан келдим. Математика, кимё йўналишида беш олийгоҳни танлаганман. Фавқулодда вазиятлар вазирлиги академияси, Тошкент кимё-технология институти, Тошкент давлат техника университети ва бошқалар. Карантин сабаб уйда тайёрланган эдим. Саволлар жуда мураккаб эмас. Билмаганларим ҳам бўлди, албатта. Тест жараёни шаффоф ўтпти. Гуруҳ кузатувчилари абитуриентларни назорат қилмоқда, – деди Улуғбек Турғунбоев.

– Мактабни тамомлаб биринчи йил олий ўқув юртига ҳужжат топширган эдим. Тестларнинг илк куни билимимни синая кўрдим. Математика, кимё йўналишини танлагандим. Яхши тайёрланганим учунми тестлар биров қийинлик қилди. Эртага дастлабки нажижани кўрамиз. Омадим келган бўлса шу йил талабалар сафидан жой оламан, – деди бўкалик Алижон Бурилибоев.

### БИРИНЧИ КУНДА 6 МИНГДАН КЎПРОК АБИТУРИЕНТ ТЕСТГА КЕЛМАДИ

Тест синовларининг биринчи кундаги ҳолат бўйича ДТМ директори ўринбосари Сардор Ражабов ва Ички ишлар вазирининг матбуот котиби Шохрух Ғиёсов маълумот берди. Бу ҳақда ЎЗА муҳбири хабар бермоқда.

Биринчи кунги тест синовларида жами 118 минг 500 нафар абитуриент тест синовларида иштирок этиши керак эди. Амалда 112 минг 188 нафар абитуриент тестда иштирок этиш учун келди. 6 минг 312 нафар абитуриент турли сабабларга кўра, тестда иштирок этиш учун келмади.

Текширилганда тана харорати юқори бўлган 4 нафар абитуриент тестга киритилмади. Улар билан

тиббиёт ходимлари пуғулланди.

Шунингдек, қайта-қайта оғохлантиришга қарамасдан, абитуриентлар томонидан имтиҳонга ўзлари билан турли электрон буюмлари – мобил телефонлар, микрокалькуляторлар, кулоқчин, электрон соатлар, турли нарсаларга битилган шпаргалкаларни олиб кириш ҳолатлари кузатилади.

Бугун 59 нафар абитуриентлар тест синовидан четлаштирилди. Уларнинг 33 нафари уяли телефонларни, 4 таси қўлбола ясалган электрон қурилмаларни яширин олиб киришга уринган. 5 нафари тана қисмларига «шпаргалка» ёпиштириб кирмоқчи бўлган. 5 та ҳолатда абитуриент ўрнига бошқа шахслар киришга уриниб кўрган, 1 та ҳолатда рухсатнома қалбақилантирилган. 4 та ҳолатда абитуриентлар бир-бирига ёрдам бергани учун тестдан четлатилган.

Тест эндигина бошланган бўлса-да ижтимоий тармоқларда эрталабки тест жараёнларидан саволлар китобларининг айрим суратлари ҳам тарқалди. «Бундан ҳайрон қолганим йўқ, қутилган ҳолат эди. Чунки 100 фойз телефонларни ушлаб қолишни иложи йўқ. Пандемия шароитидаги текширувларда бу янада қийинлашади. Асосийси оммавий телефондан фойдаланиш ўйинчоқ бўлиб кетмаса бўлди, яккам-дуккам ҳолатлар хавотирли эмас.

Аммо шундай бўлса-да, бу расмлар бўйича ДТМ тегишли тушунтириш бериши керак. Шунингдек, жойларда назорат ҳам янада кучайтирилиши лозим.

Ҳурматли абитуриентлар, мабодо қимдир телефон ёки бошқа кингир йўллардан фойдаланаётганини кўрсангиз, дарҳол назоратчиларга хабар беринг. Адолатни таъминлашда жамоатчилик назорати ҳам жуда муҳим, ўз тақдирингизга бефарқ бўлманг», деб ёзди ҳуқуқшунос Хушнудбек Худойбердиев ўзининг Телеграм каналида.

### ЎШИТДИНГИЗМИ?

## МАГИСТРАТУРАГА КИРИШ ИМТИҲОНЛАРИ

8-20 сентябрь кунлари бўлиб ўтади

Республика ОТМларининг магистратура босқичига кириш имтиҳонлари 8-20 сентябрь кунлари ўтказилади. Имтиҳонлар тест синов тарзида компьютерда онлайн олиналади.

Республика олий таълим муассасалари магистратурасига кириш имтиҳонлари 8-20 сентябрь кун-

лари ўтказилади. Бу ҳақда Олий ва ўрта махсус таълим вазирлиги матбуот хизмати хабар берди.

2020/2021 ўқув йили қабулида имтиҳонлар тест синов тарзида компьютерда онлайн олинадиган бўлди. Маълумот учун, 2020/2021 ўқув йилининг магистратура босқичига республика бўйича жами 10 минг 425 нафар талаба

қабул қилиниши белгиланган. Шундан 5 минг 475 нафари грант, 4 минг 950 нафари тўлов-контракт асосида тахсил олиши белгиланган.

Ёслабиг ўтамай, ОТМларнинг алоҳида иктидор талаб этиладиган бакалаврият таълим йўналишларига кириш имтиҳонлари 2 сентябрь кунидан бошланди.

## МАКТАБЛАРГА ДЕЗИНФЕКЦИЯ ВОСИТАЛАРИ КИМ ТОМОНИДАН ХАРИД ҚИЛИНАДИ?

Ижтимоий тармоқларда пандемия шароитида мактаб фаолиятини ташкиллаштириш учун ўқитувчилардан талаб этилаётган турли санитария-гигиена воситалари акс этган рўйхатлар тарқалмоқда.

Ушбу тарқалаётган хабарларга Халқ таълими вазирлиги муносабат билдирар экан, мактабларга дезинфекция воситалари маҳаллий ҳокимликлар томонидан етказиб берилишини, ўқитувчилар томонидан харид қилинмаслигини қайд этди. Бу ҳақда вазирликнинг расмий Телеграм каналида хабар берилди. «Куни кеча Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёев раислигида ўтган умумий ўрта таълим муассасаларида ўқув йилига тайёргарлик масалалари бўйича видео-селектор йиғилишида мазкур масалаларга алоҳида тўхталиб ўтилди. Унда мактаблар учун пирометр ва дозаторлар харид қилиш ҳамда уларни ҳудудларга етказиш бўйича мутасадди вазирликларга топшириқлар берилди. Мактабларни дезинфекция ва антисептик воситалари билан таъминлашга эса вилоят ҳокимликлари маъсул этиб белгиланди.

Шунингдек Ўзбекистон Республикаси Президентининг «Халқ таълимини бошқариш тизимини такомиллаштириш бўйича қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»ги Фармонида мувофиқ халқ таълими муассасаларини қўллаб-қувватлаш, хусусан тегишли ҳудудда умумтаълим муассасаларига ёрдам кўрсатишни ташкил этиш ва мувофиқлаштириш маҳаллий ҳокимликлар томонидан амалга оширилиши белгиланган.

Шу сабабли мактабларда таълим жараёнини ташкил этишда қўлланиладиган дезинфекция воситаларининг бирортаси ҳам ўқитувчилар томонидан харид қилинмаслигини, ота-оналар томонидан эса фақатгина фарзандининг санитария-гигиена қондаларига риоя этишлари учун тиббий ниқоб ва шахсий антисептиклар билан таъминланишини маълум қиламиз.

Пандемия шароитида умумтаълим мактабларига пирометр, дезинфекция воситалари, дозаторлар ҳамда антисептиклар марказлашган ҳолатда етказиб берилди.

Хурматли ўқитувчиларимиздан мактабларида бу каби ҳолат кузатилаётган бўлса ҳуқуқни муҳофаза қилиш органларга мурожаат қилишингизни сўраймиз», дейилади вазирлик ахборотида.

Ўзбекистон Республикаси Молия вазирлиги «Аҳолини ижтимоий қўллаб-қувватлашга қаратилган қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»ги Президент қарорига мувофиқ бир марталик моддий ёрдам тўловлари тўғрисида маълумот берди.



## БИР МАРТАЛИК МОДДИЙ ЁРДАМ КИМЛАРГА ТўЛНАДИ?

2020 йил сентябрь ойида аҳолининг куйидаги қатламларига бир марталик моддий ёрдам тўланади:

1) 16 ёшга тўлмаган болаларга моддий ёрдам ва қўллаб-қувватлашга муҳтож оилалар рўйхатида киритилган («Темир дафтар»);

2) 16 ёшга тўлмаган болалар, пенсия олган оилалардан ёки боқувчисини йўқотганлик учун нафақа;

3) 16 ёшга тўлмаган ногирон болалар.

Шуни таъкидлаш керакки, ҳар бир бола учун бир марталик моддий ёрдам тўланади. Яъни, агар оилада 16 ёшгача бўлган 3 нафар бола яшаса, уларга 1,5 млн. сўм миқдорда моддий ёрдам берилди.

Ўн олти ёшгача бўлган болалар, боқувчисини йўқотганлик пенсияси ёки нафақа олувчи оилалардан, шунингдек, 16 ёшга тўлмаган ногиронлиги бўлган болалар тўғрисидаги маълумотлар Ўзбекистон Республикаси Молия вазирлиги ҳузуридаги Бюджетдан ташқари пенсия жамғармасининг маълумотлар базасида мавжуд (улар тегишли ойлик нафақалар олувчилар ҳисобланади).

Шу муносабат билан қў-

шимча ҳужжатлар ва таълимотномалар тақдим этиш орқали уларнинг мақомини тасдиқлаш бундай эҳтиёж йўқлиги сабабли йўқолади.

Мисол учун, агар ногирон боласи мавжуд бўлган оила ҳар ойда 466,6 минг миқдорда ногиронлик нафақасини олган бўлса, жорий йилнинг сентябрь ойида ушбу оила қўшимча 500 минг сўмни олади. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 30 июлдаги 6038-сонли Фармони билан 2020 йил 1 сентябрьдан бошлаб болаликдан ногиронлиги сабабли бериладиган энг кам нафақа 10 фоизга оширилиб, 513 минг сўм миқдорда белгиланганлигини ҳисобга олиб, ушбу оила сентябрь ойида фақат 1 млн. 13 минг сўмни (513 + 500 = 1013 минг сўм) олади.

«Темир дафтар»га киритилган оилаларда яшовчи болаларга нисбатан бу рўйхатлар сектор раҳбарлари томонидан маҳалла фуқаролар йиғинлари ходимлари билан биргаликда шакллантирилиб, халқ депутатлари маҳаллий Кенгашлари томонидан тасдиқланган.

16 ёшгача болалари бўлган ва «Темир дафтар»га киритил-

ган барча оилалар 2020 йилнинг сентябрь ойида ижтимоий қўллаб-қувватлашга бўлган эҳтиёжни тасдиқловчи қўшимча маълумот ва ҳужжатлар тақдим этмасдан бир марталик моддий ёрдам оладилар.

Шу билан бирга, «Темир дафтар» рўйхатида киритилган оилаларнинг фарзандларига бир марталик моддий ёрдам тўлашни пенсия жамғармалари, маҳалла ва оилани қўллаб-қувватлаш тўғрисидаги бўлимлари томонидан бир марталик моддий ёрдам тўловининг такрорланишига йўл қўймаслик мақсадида пенсия ёки боқувчисини йўқотганлик нафақаси олган оилаларда яшовчи болаларга, шунингдек ногиронлиги бўлган болаларга бир марталик моддий ёрдам берилгандан сўнг амалга оширилади.

Бир марталик моддий ёрдамни нақд пулда ёки пластик карточкаларга тўлаш тўғрисидаги қарор маҳаллий ҳокимият органлари томонидан қабул қилувчиларнинг фикрини ва ҳар бир алоҳида ҳудудда пластик карточкалардан фойдаланиш имкониятини ҳисобга олган ҳолда қабул қилинади.

МУЛОҲАЗА

## ҲОКИМ ЕТАКЛАБ БОРГАН ҚОРАМОЛ

Бизни ҳам таажжубга, ҳам уятга қўйди

Газетамизнинг 2020 йил 30 июлдаги 28-сонида эълон қилинган «Эфир учун эҳсонлар. Биз ростдан ҳам бирдам халқмиз... ми?!» сарлавҳали мақола юзасидан таҳририят почтасига кўп мулоҳазалар келиб тушди. Аксарият мухлислар бугун қилинаётган хайр-саховат ишларидаги кўзбўямачиликлар, «отчет» учун қилинаётган эҳсонлар ҳақида қуюниб ёзишди. Қўйида сизнинг эътиборингизга газетамиз мухлисларидан бирининг мулоҳазасини ҳавола этишни лозим топдик.

Бу йил бизнинг мамлакатимиз учун ҳам, бутун дунё учун ҳам синовли йил бўлди. Дунёга тарқалган коронавирус касаллиги, афсуски, бизнинг мамлакатни ҳам четлаб ўтмади. Йилнинг иккинчи чорагида эса Бухоро, Самарқанд вилоятларида кучли шамол бўлиб, одамларнинг уй-жойларига ва мол-ҳолларига зарар етказди. Ҳали бу зарар қопланиб улгурмасдан бундан-да дахшатли синов – Сирдарё вилоятидаги Сардоба сув омборида тошқин бўлиб, бешта кишлоқ сув тошқинидан зарарланди. Минглаб кишилар уйсиз, мол-мулкисиз қолишди. Бу синовлар одамларни бир-бирига яқинлаштирди, меҳр-окибат, саховат каби миллий кадриятларимизни кучайтирди.

Сўнги вақтларда Президент ўз чиқишларида тез-тез мамлакатимизда камбағалликни тўғатиш масаласига очик-ойдин тўхталмоқда. Чиндан ҳам

шаҳару кишлоқларда, айниқса чекка ҳудудларда камбағал оилалар бор ва улар оёққа туриб олишлари учун кўмакка, саховатга муҳтож. Шу боис ҳам давлат раҳбари бундай оилалар учун дорамд манбани яратиб зарурати ҳақида бот-бот айтмоқда. Жойларда камбағалликни тугатиш мақсадида ҳар бир оиланинг имкониятига қараб, оилаларга иссиқхоналар қуриб берилмоқда, тивук машиналари, қорамол ва паррандалар берилмоқда.

Телевидение орқали ёки ижтимоий тармоқларда саховатпеша юртдошларимизнинг кам таъминланган оилаларга ва Сардоба сув омбори фалокатидан талафот кўрган оилаларга кўмак берилётгани ҳақида кўриб, эшитиб бормоқдамиз.

Шулардан мени қувонтирган Озода Нурсайдова оддий хонанда, ҳеч қандай лавозими йўқ, Сардобада уйсиз қолган бешта оилага уй олиб берга-

ни, Сардор Раҳимхон 80 минг АҚШ долларини Сардоба жамғармасига ўтказиб бергани бўлди. Бу каби миқдорларни қўллаб келтириш мумкин.

Куни кеча оила аъзоларимиз билан телевизор томоша қилиб ўтирганимизда бир туман ҳокими агрофида камарлар билан ночор яшаётган бир оилага оёқда зўрға турган озғин қорамол олиб борганини кўрсатишди. Бу ҳолат менга баъканадек туюлди десам, ўғилларим, келиним ҳам ёмон таъсирланган экан. Ҳоким бува бир мулоҳаза килиб кўрса бўларди. Яхшилик қилиб сувга отинг, балиқ билар, балиқ бил-маса Холиқ билар, деб донишмандлар бежиз айтишмаган. Демокчи бўлганим қош қўяман деб, кўз чикариб қўймайлик.

Бу ҳақда жаноб ҳоким бува бир мулоҳаза килиб кўрса бўларди. Яхшилик қилиб сувга отинг, балиқ билар, балиқ бил-маса Холиқ билар, деб донишмандлар бежиз айтишмаган. Демокчи бўлганим қош қўяман деб, кўз чикариб қўймайлик.

Гулора ИСМОИЛОВА,  
Ўзбекистон «Адолат» СДП  
Хоразм вилоят кенгаши бош мутахассиси

## Ўзбекистон имиджи:

## «ОНАНГИ ОТАНГГА»



**Карим БАХРИЕВ,**  
Ўзбекистон Ёзувчилар  
уюми аъзоси

«Тилимизга яна бир сўз – «имидж» сўзи ими-жимиди кириб келди. Унинг тилимизда муқобил, таржимаси анчагина: ёқимлилиқ, жозоба, жозибалилик, жозибадорлик, дилбарлик, кўркамлик, истараси иссиқлик, кифа, келбат, сиймо, турк, рўй, афт... ва ҳоказо. Хофизларни, раққосларни пардозловчини ҳам «имиджмейкер» дейишарди. Ҳар ҳолда бу сўз тилимизга ўрнашди. Энди ҳатто мамлакат жозибаси – «Ўзбекистон имиджи» ҳақидаги иборалар хужжатларга, дастурларга қира бошлади.

Ташқи ишлар вазирлигимиз «Халқаро аренада Ўзбекистон Республикасининг ижобий имиджини мустаҳкамлаш Концепцияси»ни ишлаб чиқибди. Ортдан Иктисодиёт вазирлиги мамлакатнинг сармоявий жозибадорлигини оширишга ҳалал берадиган муаммолар ўрганилаётганини билдирди.

Британияда чиқадиغان дунёнинг энг нуфузли журналларидан бири бўлмиш Economist мухбири, Марказий Осиё бўйича таҳлилчи Жоанна Лиллисга кўра: «Президент Мирзиёев жуда кўп нарсаларни ўзгартирди. У аммавий ахборот воситаларида кўпроқ эркинлик берди. Биз жамиятда ҳали ҳам айрим чекловлар сақланиб қолаётганини кўрсак-да, Президент Мирзиёев Ўзбекистонда мавжуд бўлган муаммоларни очиқ муҳокама қилишга йўл очиб берди... Шавкат Мирзиёев Президент бўлганидан кейин ташқи сиёсат соҳасида ҳам ҳамма нарсани ўзгартирди. У кўшиқлар билан мулоқот йўлларини излаш ва муносабатларни яхшилашга ҳам фаол киришди... Мен Мирзиёев Ўзбекистоннинг халқаро миқёсдаги имиджини яхшилаб сармояларни жалб қилишни хошлайди, деган фикрдаман. Шунинг учун ҳам у Ўзбекистоннинг халқаро имиджини яхшилаш чора-тадбирларини кўрди. Бунинг ортидан қайсибир соҳаларда яхшиланган юз берапти».

«Имидж» деганда ҳаёлимга кўп нарсалар келади. Нафақат мамлакат, ҳатто бир инсон ўларок ҳам, одамнинг ҳам ҳаммага яхши кўриниши келади, албатта. Масалан, уй курсак, одамлар-

нинг кўзига кўринадиган кўча тарафини ялтиратиб сувоқ қиламиз, мрамар тошлар ёпиштирамиз, чиройли рангларга бўяймиз, лекин ичкари томони лойсувоқлигича қолаверади. Аёллар уйида сочидан қатик хиди уфурган ҳолда ғижим кийимда юрверади, аммо кўчага чиқса, сочларини соатлаб ғажақ қилади, юзларига бўёқ беради, яъни худди биз раҳбар ўтиб қоладиган йўлларнинг четидagi уйлари ва томларни бўяганимиз каби «имидж»ни яратлади.

Бир вақтлар Бухоронинг ҳоқими то аэропортдан шаҳар марказигача уйлари хаммасини меҳмонларнинг кўзи тушадиган кўча томондан икки қаватли, пластик деразали қилдирганди, ичкарига кирсангиз лаби ўпирилган қора ўқокларни, нураган ўйларни кўрадингиз. Тошкентдаги Самарқанд дарвозадан Оқтепагача чиройли икки томонлама йўл ўтказилди, лекин йўлнинг икки четидagi пасткам, эски уйлари хаммаси «имидж»ни сакловчи чиройли расмлар туширилган баннерлар билан ёпиб ташланган, бу ерда яшовчилар расмининг тешигидан кириб-чиқиб юради.

Ота юрт Ургутдан Тошкентга ёзда ё кузда қайтаётиб, Булунгур, Жомбойдан ўтаётганда йўлнинг икки томонида илдан тўқилган, ичидаги маҳсулот кўриниб турадиган қолларга солинган картошка, пнёз, сабзиларга кўз тушади. Болаларим қишлоқ жойларда арзон бўлади дегани учун бир гал Жомбойдан чиқаверишдаги шундай йўлбозордан бир қоп пнёз, бир қоп картошка олдим. Ҳамма ёғи очиқ тўрхалтада, шундоқ кўриниб турибди – сархил, бир хил катталиқдаги силлик картошка, сабзи. Уйга олиб келиб очсам – ичига майда, ёнғоқдайларини, чиқиндиларини солган экан. Тўр қопга қай тарзда бундай тешиш мумкин деб қизиқсам, чамбаракни қоп ўртасига қўярсан, четига қатгасини тераркан, ўртасига ташландигини соларкан ва секин чамбаракни юқорига қўтариб бораркан, яъни картошканинг ташқи «имидж»ни яхшиларкан.

Бозорга борсанг, пештахтага чиройли қилиб маҳсулотининг сарасини териб қўяди. «Тортинг қани», – десанг, пастдан майда-чуйдасини солиб, устига уч-тўртта қатта, сархилини солиб, узагади.



«Устоз Шукруллонинг зиёратларига борсам, ойнаи жаҳонга қараб ўтирган эканлар. «Нега телевизор тинимсиз спортчиларни кўтар-кўтар қилляпти?!» – дедилар. «Устоз, спорт мамлакат ва миллатни дунёга энг тез танитадиган восита эмиш, улар орқали Ўзбекистон номи дунёга танилар экан, имиджи юксалар эмиш», – дедим. «Ҳа, яхши, – деб бир кўрсиндилар-да, – халқимиз авваллари ақли, илми, адабиёти билан дунёга танилган эди», – дедилар ва жим бўлиб қолдилар. Кейин хулоса қилдилар: «Спорт таничи чиниқтиради, мускулни чайир қилади, лекин қалб-чи?! Маънавият-чи?! Ақл-чи?! Бунга ҳам эътибор керак! Девдай бўлса-ю, мияси ишламаса, нима бўлади?...»

Ҳа, биз «имидж» яратишга уста, «имиджмейкер» халқ бўлиб қолдик.

Бошлиқ далами кўргани келадиган бўлса, магазиннинг пахтасини олиб келиб қўсаққа тикиб қўювчилар, раҳбар ўтадиган йўлнинг икки четига полиэтилендан ичида экинни йўқ «иссиқхоналар» ясаб қўювчилар, чет эллик меҳмон келадиган хиёбондаги арчаларга оҳак ва яшил бўёқ аралаштириб ранг пурковчилар, суви бор, яшаса бўладиган ерлар қолиб, қатта трассанинг бўйига ўтган-қайтган раҳбарнинг кўзи тушиш деб чала-чулла, ерининг нами кўпигидан ярмигача шўрлаган, бир жиддий шамолда томи учиб, бир жиддий қаҳра-тонда девори кўчган «намунали уйлар» қурувчилар... бўлиб қолдик. Нега?

Ахир буларнинг бари мустақкам эмас-ку, бир марталик, вақтинчалик-ку. Мен энди ҳечам Булунгур йўлида тўхтаб, сабзавот олмаيمان. Сотувчи халтаси тагига чириган мевани солиб, устига «имидж» қилганини билган харидор бошқа ўша راستани кўрса, четлаб ўтади... Бунақанги ясама «жозоба»нинг асоси йўқ.

Бугун «Ўзбекистон имиджини яхшилаш» устида кўплар бош қотирмоқда. Ёзувчилар ва журналистлар китоблар, мақолалар ёзмоқда, олимлар таҳлил қилляпти, ҳатто бу мавзуда диссертациялар устида изланаётганлар бор.

Афсуски, Шавкат Мирзиёев «кўркув даври» атаган чорак аср мобайнида ташқарида Ўзбекистоннинг авторитар ва тоталитар тузум сифатидаги кифаси қаттиқ ўрнашди. Бошлаган ислохотлар, сўз эркинлиги ва очиқлик сиёсати, юртга кириш-чиқиш масаласидаги энгилликлар, валюта ислохоти, юртнинг инвестициявий жозибадорлигини оширишга қаратилган ҳаракатлар натижасида Ўзбекистон имиджи бир қалар яхшиланди. Лекин ҳали ислохотларнинг ортага қайтмаслигига, барча соҳаларни, жумладан маъмурий-сиёсий соҳани ҳам ўз ичига олишига тўла ишонч қарор топганича йўқ.

Ўзбекистон имиджининг асоси аввало дунё кўз ўнгидagi халқимиз, миллатимиз мартабаси, яъни ўзбек тимсоли бўлиши керак.

### ЖОЗИБАДОРЛИК ВА ЎЗБЕКНИНГ ТИМСОЛИ

Инглизлар жуда қийин ўзгарувчи анъанавий халқ, демократия келса ҳам қиролликни сақлаб қолган, шунинг учун унинг консервативлиги машхур. Немислар ваъда қилинган ерга вақтида келади, бир дақиқа олдин ҳам, бир дақиқа кейин ҳам келмайди, немиснинг ана шу пунктуаллиги сифатланади. Японларнинг қашшоғлиги, яратиш салоҳияти эътироф этилади. Чинлар ҳар нарсадан бир нарса ясай оладиган, яшовчан ва устомон халқ сифатида дунёга танилган...

Хўш, ўзбек қандай халқ ўзи?!

Бизда ўзбек миллатининг серфарзандлиги, меҳмондўстлиги кўп



Бир нарсани аниқ билишимиз лозимки, ўша Ўзбекистонга келган ва фаолият юритаётган хорижликлар бизнинг устани ялтиратиб, «имидж»ни келиштириб қўйганимизгагина қарамайди, ҳаммаси гўзал бу юртда, деб турган телевидениемиз ва газеталаримизга қарабгина хулоса қилмайди. Улар авра-астарини ағдариб кўради.

### Шу ерда Румийни эслашимиз керак: «Бўлганинг каби кўрин ва кўринганинг каби бўл!»

Сайёҳларни айтдик. Ана шу сайёҳлар учун қурилган салобатли меҳмонхоналарда муносабатлар, ходимларнинг меҳмонга, миқозга муомаласи ҳам салобатли бўлишига эришиш керак. Аэропортдан тортиб то шу меҳмон оёғи теккан ҳар ерда адолатли, инсоний муносабат бўлса, у халқимиз ва юртимизни эъзозлай бошлайди. Унинг беғоналигини сезиб нархини уч баробар қўтарган лицензиясиз «кирақаш»ларимиз, музейлар, қадимий обидалар атрофида ўралашиб, «ёмон кўздан химоя қиладиган» деб тошча сотадиган мунчоқфурушлар, «ишпи ўнғилдиган» – пластмассадан ясалган «бўри тишлари» тикништирувчилар, нарсасини бошқаларга бирга, чет элликка ўн бешга пуллаётган бозорчилар орқали шаклланади сайёҳнинг ўзбек ҳақидаги тасаввур. Агар сайёҳ пулини тушириб қўйса, топиб олиб қайтарса бир ўзбек, ўша сайёҳ: «Воҳ, бу юртда биронинг ҳақидан хайқалдиган, мўминлар яшар экан!» – деб кетади. Биз тушириб қолдиргани туғул, чўнтагидигани ҳам бир йўлини қилиб шилишга уринсак-чи?!.

### ҚОНУНЛАР: ЁЗИЛГАНИГА ЭМАС, АМАЛДАГИСИГА ҚАРАЙДИ ДУНЁ

Мамлакат ичидаги шохдан галогача, қатта-ю кичик ҳамма ўзбек, Ўзбекистон шаъни ва номусини ўйлаб ҳаракат қилсагина, ўзини тарбияли, номусли, виждонли, одобли, маърифатли ва мада-

# БЕПАРДОЗ КЎРСАТ...»



ниятли инсон сифатида намоён этсагина миллат ва юрт имиджи ижобий бўлади.

Хорижга чиққан ҳар бир ўзбекистонлик ўша юртда ўзбек эканлигини ҳар лаҳза ёдида тутса, бировлар билан муомалада ҳам, олди-бердида ҳам, бизнесда ҳам мамлакатимиз, миллатимиз ва динимиз шаънини муносиб тутса, адолатли, ҳалол ва виждонан ўзини кўрсатса, шунда ўша чет элда Ўзбекистон ва ўзбек имиджи яхшиланади.

Давлат ўз халқининг инсоний ҳуқуқ ва эркинликларини ҳимоя қилса, судлар адолатли бўлса, ҳуқуқни ҳимоя қилиш идораларининг ўзидан халқни ҳимоя қилишга тўғри келмаса, меҳнаткаш халқнинг мулкий ҳуқуқлари муҳофаза қилинса, халқнинг арзу додига кулоқ солинса, сиёсий, иқтисодий ва маданий ҳуқуқлар таъминланса... Ўшанда Ўзбекистоннинг дунёдаги имиджи юксалади.

Мамлакат оммавий ахборот воситаларидаги лаганбардорлик, мадҳиябозлиги олиқшига имиджни кўтармайди. Етмиш йиллик мадҳиябозлик собиқ иттифокнинг дунёдаги обрўсини опирмади, чорак асрлик Ўзбекистондаги матбуотнинг мадҳиябозлиги давлат обрўсини кўтармади, аксинча барча рейтингларда энг охирида юрдиқ. Зеро, мактовга лик тўла оммавий ахборот воситалари давлатнинг қудратини эмас, рибкорлигини кўрсатади.

Ўзбекистондаги камчилик ва муаммоларнинг ошқор этилиши унинг халқаро обрўсига путур етказди, деб қалта ўйлайдиганлар хануз топилади. Аксинча, бугун Ўзбекистоннинг дунёда имиджи озрок яхшиланган бўлса, бу сўз эркинлиги пайдо бўлганини, матбуотда танқид буй кўрсатиб, муаммолар муҳокама этила бошлангани учундир. Ҳокимият халқ қабулхоналари очиб, одамларнинг муаммоларини ҳеч бўлмаса тинглай бошлагани учундир. Ўзбекистонни – очик давлат, ўзбекларни муаммоларни ошқор айтиб, еча бошлаган халқ деб билганлари учундир. Мадрҳиябозлик, ялтоқлик эса ана шу озрок имиджни ҳам бирпасда шамолга совириб юборини ҳеч гап эмас.

Юзлаб кўзларнинг остида, жамоат назорати кузатувида ишлайдиган давлат масъулияти бўлади. Холис ҳақиқатлар яширилса, ҳали йўқ ютуқлар янада ошириб-тоширилса, нуқсонлар беркитилса, раҳбарларда «нишлар зўр кетаётгани», фуқаролар «раҳбарлардан рози» экани ҳақида ҳаммаёлар пайдо бўлади. Коррупция урчиди, ҳокимият ва халқ ўртасида бўшлиқ пайдо бўлади.

## ИМИДЖНИ НИМАЛАР ПАСАЙТИРАДИ?

Дунёнинг Ўзбекистон ҳақидаги тасавури фақат газета ва журналларни ўқиби, телевидение ёки интернетни кўриб шаклланмайди. Айниқса ҳаммасини бўяб-бежаб, пардозлаб ёзадиган ва кўрсатадиган ОАВ чет эл туғул, ҳатто ўзимизнинг ўқувчиларни тўла ишонтира олаётгани йўқ.

Чет элликлар сиёсатимизга, иқтисодимизга, ўзбошимча ҳокимларимизга, судларда чиқараётган ҳукмларимизга қарайди, қоп-қоп гапирётган гапларимизга эмас, бу гапларга амал қилиш-қилмаслигимизга назар солади.

Танқид қилган журналист имиджни туширмайди, мактовчи «журналист» «янги ислохотлар», «мулк ҳуқуқи кафолатлангани», «адолатли жамят» ҳақида ёзиб турганда, ерни ундан олиб бунга сотаётганда лоп этиб пора билан қўлга тушадиган ҳокимлар, икки оғиз танқид қилган блогерни дарров икки соатда судлаб, жазо тайинлаган, аммо журналистларни «итинг болаеси», бутун бир туман аҳлини «ҳароми»лар деган мансабдорлар лойга булгайди мамлакат жозибасини.

Ўзбекистоннинг Туркиядаги элчиси Алишер Абзамхўжаевнинг интервьюсини ўқинг: «Дипломатларимиз туркиялик сармоядор, қатта тадбиркорларни элчихонага йиғиб: «Ўзбекистонда янги ислохотлар борапти», «мулкнинг ва сармоянгиз ҳимояланади», «мамлакатда қонун устуворлиги ўрнатилди», – деб имиджимизни кўтариб турган бир пайтда, Туркияга келган Ўзбекистондаги туман, шаҳар ҳокимларидан бири: «Ҳа, биз ҳамма шароитларни сармоядорларга яратамиз, келинг, вилоят харитасини олдингизга қўямиз, бармоғингизни ўзингизга ёққан жойга қўйсангиз – ўша жойни сизга олиб берамиз», – дебди. Турк бизнесменлари хайрон: «Ўша ернинг эгаси-чи?! Мулкдори-чи?! Мулкнинг ҳимояси-чи?! Бутун унинг ерини бизга тортиб олиб берган ҳоким, эртага бизнинг бизнесимизни тортиб олмаслигига кафолат борми?!».

Бир томонда «фермерда ерга эгаллик туғиғусини шакллантириш», «мулк ҳуқуқини қучайтириш» ҳақида сўзлаб, бугун фермерга 50 йилга берилган ерни бир йил ўтмай «оптималлаштириш» деб тортиб олаётган ва бошқа фермерга бераётган ва ана икки йилдан кейин шу ерни «реструктуризация» баҳонасида олиб қўйиб, яна бошқасига (*албатта, беғарас, текинга эмас*) қайта пуллаёт-

ганлар, хабарлар тасмасига қараганда кунда ва кунора ер бериш туфайли пора билан қўлга тушаётганлар имиджимизни туширади. Бу ҳақда ёзаётган журналистлар эмас.

Биздаги матбуот бўғилса, буни четдаги матбуот ёзаверади.

Имиджимизни кўтариш учун буюқ тарихимиз ва аждодларимизни нафақат ўрганишимиз ва тарғиб қилишимиз, балки ўзимиз ҳам уларга муносиб бўлишимиз керак. Ҳақ учун дорга тортилган Маширабимиз, юрт учун жон фидо этган сарбадорларимиз, эрк учун курашган Қодирий ва Чўлпонимиз бор. Бугун эса озрок танқид ёзганлар кўзини кўрқит-сак, имидж бўладими?!

## ДАРҲАҚИҚАТ...

Мамлакатимизда Шавкат Мирзиёев олиб бораётган ислохотлар Ўзбекистоннинг жозибадорлигини бир қадар оширди. «Fitch» ва «S&P» халқаро рейтинг агентликлари 2018 йил декабрида юртимиз тарихида илк бор мустақил кредит рейтингини хавола қилди. Жаҳон банки бизни дунёда тадбиркорликка мадад бериш бўйича улкан ислохотлар ўтказётган 20 давлат қаторига киритди. Британиянинг «Economist Intelligence Unit» (EIU) тадқиқот ташкилоти демократия индексида юқорилаганимизни кўрсатди. 2019 йилда 15 йиллик танаффусдан сўнг Ўзбекистон билан Жаҳон савдо ташкилотига кириш учун музокаралар бошланди.

## ДАРВОҚЕ...

Журналистлар имиджни юксалтириш учун фақат мавжуд ҳолатни бирозгина бўяши ёки кўтаринкироқ усулда ёзиши мумкин. Асосий нарса реал воқелигимиздир. Агар ислохотларимиз изчил бўлса, ишларимиз ҳалол ва одил бўлса, коррупцияга қарши курашда чинакамга ютуқларимиз бўлса, буларни кўрсатиш орқали имиджимизни кўтаришимиз мумкин, албатта. Лекин аслида йўқ бўлсаю, бордек кўрсатишга уриниш билан имиджни кўтариб бўлмайди. Мисол учун, монополист машинаси нарҳини асосез ошираверса, чимкентлик самолётга Туркияга ярим нарҳда учиб турсаю, ўзбек пойтахтидан худди шу хил самолётда икки баробар қимматга учса, журналист бунанганг ахволда имиджини кўтариб беролмайди.

Дунёда «фаровон ва адолатли» «қонун ва сўз эркинлиги устувор» бўлиб кўриниш бошқа, аслида шундай бўлиш бошқадир. Меҳнатталаб, заҳматталаб,

бутун миллат яхлит ишлаши керак бўлган юмушдир бу.

Ўзбекистон жозибаси ҳар бир инсонда ўзига хос шаклланади, масалан, саёхатчи мамлакатдаги хавфсизликка, меҳмонхона ва таомхоналардаги хизмат

« Дарҳақиқат, танқид борлиги учун адолат қилинишига мажбур ва адолат борлиги учун фаровонлик барқарордир, чунки ҳақиқат айтилган ерда амалдорларнинг ўғрилиги осон эмас, ўғрилик қилинмайдиган тузумда эса фаровонлик бордир. Бу бугун демократик дунёда қарор тоған сиёсатни ҳатто ўз даврининг бош вазири Алишер Навоий ҳам билар эди: «Шаҳиким, ади унда бунёд бўлур, эли шод, юрти обод бўлур», – деб ёзганди. Ҳақиқат, ҳалоллик, адолат – ободлик ва фаровонлик асоси эканини таъкидлаган эди хазрат Навоий.

сифатига, аэропорт ва боғжоначиларнинг муомаласига, кўчалардаги ва жамоат жойларидаги таҳоратхоналарнинг ахволига, тарихий ёдгорликларимиз қандай сақланганлигига қарайди. Чет эллик илм аҳли архивларимиз ва кутубхоналаримизнинг ҳолатига, ахборот олиш имконларига эътибор беради. Бизга келмокчи бўлган сармоядор бизнеснинг шаффофлигига, мулкнинг ҳимояланганлигига, коррупциянинг жилловланган-жилловланмаганлигига, қонуннинг устуворлигига, судларнинг ҳолис ҳукм чиқара олишига назар солади.

Ҳар бир ўзбекистонлик – Ўзбекистон имиджининг ўта муҳим компонентидир, чунки имидж – ҳоҳ у оддий меҳнаткаш инсонимиз, ҳоҳ амалдоримиз, ҳоҳ ҳукмбардор судьямиз бўлсин – инсонлар орқали шаклланади. Агар ҳамма ўз жойида қилаётган ҳаракати ёки ҳаракатсизлиги юрт ва миллат имиджига алоқадорлигини ҳис қилса, Ўзбекистоннинг имиджи яхшиланади. Акс ҳолда имиджимиз бўлмайди ёки салбий бўлади.

Бизга ясама имидж эмас, объектив жозоба керак.

Имидж яратилади, ясалмайди. Дунё сўзга эмас, амалга ва ишга қарайди.

Бу ҳақиқатни англаб олишимиз муҳимдир.

Аёлга бахтли бўлиш учун кўп нарса керак эмас: хамиша ёш, чиройли ва соғлом бўлиш. Аслида табиатан инсониятнинг гўзал вакиллари шундай яралганларки, ўз организмда содир бўлаётган барча ўзгаришларга ўта сезгирдирлар. Масалан, ярим килограммга семиргани, юзида арзимас ажин ёки хуснубазар пайдо бўлганини дарров сезади. Аммо баъзида жиддийроқ ва хавфлироқ касалликларни эътиборсиз қолдиришни афзал кўришади. Аёллар саломатлиги, унга эътибор қаратишни қачондан бошлаш лозимлиги тўғрисида Республика аҳоли репродуктив саломатлиги маркази директори, акушер-гинеколог, тиббиёт фанлари доктори Шахноза ЗУФАРОВА билан суҳбатлашдик.

# СОҒЛОМ ОИЛАНИНГ АСОСИ ҚАНДАЙ ЯРАТИЛАДИ?

## ҚИЗ БОЛА ТАРБИЯСИ ВА САЛОМАТЛИГИ

– Гинекологлар аёллар саломатлиги тўғрисида қай-қуришни қизлик давридан оқибатда бошлаш лозимлиги ҳақида кўп таъкидлашади. Лекин, тан олиш керак, бир неча йил аввал оналарнинг турмушга чиқмаган кизларини гинеколог қабулига олиб бориши тасаввурга ҳам сиғмаган ҳолат эди. Энди эса кишлоқлардаги поликлиникаларда ҳам болалар гинеколог фаолият кўрсатаётганлигини кўраемиз. Ҳозирги вақтда оналаримизнинг ўз кизлари саломатлигига эътиборини қандай баҳолайсиз?

– Болаликдан ўсмирлик ёшига қадам қўйган ҳар бир ўғил-қиз организмда ўзига хос ўзгаришлар кузатилади. Айниқса қиз бола саломатлигига алоҳида эътибор бериш лозим. Балоғат ёшига етгач, ўсмирнинг феъл-атвори, ташқи кўринишида сезиларли даражада ўзгаришлар юз беради. Ота-оналар бу даврда ўз фарзандлари билан яқиндан дўст бўлишлари келажакда жиддий муаммолар юзага келишининг олдини олади.

Ҳозирги кунда турмушга чиқмаган кизларини гинеколог қабулига олиб бориш зарурлигини ота-оналаримиз тушуниб етишмоқда, деб ўйлайман. Республика аҳоли репродуктив саломатлиги маркази ходимлари томонидан бу борада бир қанча ишлар амалга оширилмоқда. Маҳалла фаоллари, мактаб ва коллеж ўқувчи кизлари, шунингдек олий ўқув юрлари ёшлари ўртасида маъруза ва очик дарслар орқали тушунтириш ишлари олиб борилмоқда.

Юртимизнинг шаҳар ва кишлоқларида 2018 йилдан бошлаб ҳар бир оилавий поликлиника ва кишлоқ врачлик пунктларида «Кизлар хонаси», кўп тармоқли марказий поликлиникаларда эса «Кизлар саломатлик марказлари» фаолият юритмоқда. Бундай марказларда болалар гинекологлари

хонаси алоҳида ажратилган бўлиб, қиз болалар ҳеч қандай уялиш, қўрқиш, навбатда узок кутиш каби ҳолатлардан ҳоли тарзда мутахассис тавсияларини олишмоқда. Ўрта мактаб ўсмир кизлари ўртасида тор мутахассислар: болалар гинеколог, эндокринолог, дерматолог, педиатр томонидан диспансеризация ўтказилиб, аниқланган касалликлар бўйича кизларни ҳудудий поликлиникаларнинг кизлар саломатлик марказлари мутахассисига юборилиб, соғломлаштириш ишлари олиб борилмоқда.

– Қиз ўстираётган оналарга мутахассис сифатида тавсияларингиз?

– Она ўз кизи учун биринчи устоз ва асосий ўрнак бўладиган шахсдир. У ўзи ва кизининг саломатлиги учун масъул. Шунинг учун ҳам қуйидаги амалларни ўзи бажариши ва кизини ҳам шунга ўргатиб бориши лозим:

- ✦ шахсий гигиена қоидаларига амал қилиш;
- ✦ оғиз бўшлиғи (тишларни, томоқни) ўз вақтида даволаш;
- ✦ рационал овқатланишига эътибор бериш;
- ✦ нарколог, психиатр, гинеколог, эндокринолог каби мутахассислар тиббий кўригидан ҳамда УТТ текширувидан ўз вақтида ўтиш;
- ✦ мунтазам равишда жисмоний машқлар билан шугулланиш;
- ✦ соғлом турмуш тарзига риоя этиш;
- ✦ спиртли ичимликлар ва

бошқа зарарли одатларни тарк этиш.

Очик ҳавода кўпроқ сайр қилиш руҳий ва жисмоний саломатликни асраш учун катта ёрдам беради. Зеро, соғлом онадан соғлом бола дунёга келади.

## БЕПУШТЛИКДАН АЗИЯТ ЧЕКАЁТГАН ЖУФТЛИКЛАР

– Афсуски, бугунги кунда бепуштлиқ даридан азият чекаётган жуфтликларимиз ҳам мавжуд, улар муаммонинг томрини қизлик даврида саломатлигига эътиборсиз бўлганлигидан қидириши керакмикан?

– Албатта, бепуштлиқдан азият чекаётган жуфтликларнинг борлиги ҳам ачинарли ҳолатдир. Бу муаммонинг илдини нафақат қиз болалардан, балки ўғил болалардан ҳам қидиришимиз мумкин. Чунки ёшлиқда ўтказган касалликлар ва уларнинг асоратлари, ўз вақтида шифокорга мурожаат қилмаслик кейинчалик бепуштлиқка сабаб бўлиши мумкин. Масалан, ўғил болаларда ўтказилган эпид паротит (*халқ тилида этки*) касаллиги бўлса, киз болаларда эндокрин ва соматик ҳамда турли яллиғланиш касалликлари ҳам бепуштлиқка сабаб бўлиши мумкин.

Инсон организмдаги ҳар бир гормоннинг ўз вазифаси бор. Булардан фарқи равишда, аёлларда учрайдиган гормон (*эстроген*) ўз навбатида фарзд кўриш қобилятини юза-

га келтиради ва аёл жинсига монанд қомат, хулқ-атвор ва нафосатни белгилайди. Қиз бола организмда эстроген гормонининг камайиб кетиши оқибатида туҳумдон фаолияти сусаяди. Бу эса фолликуланнинг ўз вақтида стилмаслиги натижасида ҳайз циклининг бузилиши, кўкрак беши ва бачадоннинг қисқаришига олиб келади. Ўз вақтида даволанмаслик келажакда бепуштлиқка сабаб бўлиши мумкин.

Эстроген гормонининг камайиб кетиши қалқонсимон без хасталиги билан ҳам боғлиқ муаммолардан биридир. Чунки ушбу аъзо орқали бутун тана бошқарилади ва у гормонлар фаолиятига ҳам масъул. Бу гормоннинг камайиб кетиши нафақат аёлларда, балки балоғат ёшидаги қиз болалар организмда ҳам рўй бериши кузатилади.

Ўсмир ёшдаги қиз бола организмда гормонал бузилишлар рўй бериши ҳайз кўриш давридан бошланади. Ҳайз цикли ҳар бир қиз бола организмда турлича кечади. Баъзиларда бу 11-12 ёшдан бошланса, баъзи кизларда эса 15 ёшга етганида ҳам ҳайз кўриш кечикиши мумкин. Ҳайз циклининг 25-28 кундан ошиб кетиши, ҳайз кунларининг узайиши ва оғрикли кечиши, қовуқ остида оғрик бўлиши организмда гормонал бузилишлар рўй бераётганидан дарак беради.

Қиз болаларда учрайдиган эндокрин, соматик хасталиклар, жинсий аъзоларда турли яллиғланишлар келгусида жиддий касалликлар, жумладан

бепуштлиқни ҳам юзага келтириши мумкин.

– Шундай жуфтликларга қандай тавсиялар берасиз? Улар дастлаб қандай текширувлардан ўтиши лозим?

- Касалликни ўз вақтида даволаш беморнинг тезда тузалишига туртки бўлади. Шундай экан, шифокор-гинеколог ҳузурига ўз вақтида бориш;
- қалқонсимон без хасталиклари (*шунингдек, бўқоқ*) касалликларини ўз вақтида даволаш;

- жинсий касалликларни ўз вақтида даволаш;
- беморнинг даволаниши билан биргаликда тўлақонли овқатланиши, сунт маҳсулотлар таркибиде фоллий кислотаси, жумладан, витамин С каби дармондорилар кўп миқдорда бўлиб, гормонал ўзгаришларни бир маромда сақлашда ёрдам беради. Жумладан, мош, ловия, нўхат, соя, гуруч, ўрик, кунжут, брокколи қарами ва кўккалар гормонал балансини мўътадиллаштирилади.

Бепуштлиқда қуйидаги дастлабки текширувларни амалга ошириш тавсия этилади:

- ✦ профилактик тиббий кўрик;
- ✦ гинеколог кўриги;
- ✦ эндокринолог кўриги;
- ✦ терапевт кўриги;
- ✦ ультратовуш текшируви.

*Соғлиқни сақлаш вазирлиги  
Жамоатчилик билан алоқалар бўлими.*

## ТАБИАТ ДОРИХОНАСИ



## Мойчечакдан дармондори дамламаси

Халқ табиотида мойчечакдан тинчлантирадиган, талвасаларга, яллиғланишга қарши, сурги бўладиган восита тариқасида қадимдан фойдаланиб келинади.


Гастрит, колит, гепатит, нефрит, циститда, иситма маҳалларида, уйқусизликда мойчечак дамламаси буюрилган. Мойчечак гулларида тайёрланган қайнатмани унга туз қўшиб ревматизм, чипқон чикқан маҳалларда ишлатилган.

Гулларини туйиб, қўйиб боғланса, пишларни қайтаради, қаттиқ аъзоларни юмшатади. Агар буни сувда қайнатиб, ўша сув ичилса, бадан аъзоларидаги тикилмаларни очади, мия ва асабларни кучли қилади, мия ва бош оғриғига алоқадор хасталикларга даво бўлади.

Мойчечак мойи нафасни кучайтириб, юрак қисқаришлари сонини оширади, бош мия томиларини кенгайтиради. Яраларни ювиш, ванналар қилишда ҳам ишлатилади.

# «БАҒДОД МАХСУССУВ ПУДРАТ»

масъулияти чекланган жамияти жамоаси



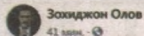
Ўзбекистон мустақиллигининг  
йигирма тўққиз йиллик  
шодиёнаси билан барча  
юртдошларимизни  
муборакбод этади!

**АЗИЗ ВА ЯГОНА, ЖОНАЖОН  
ЎЗБЕКИСТОНИМИЗНИНГ  
ГУЛЛАБ-ЯШНАШИ, УНИНГ  
ФАРОВОНЛИГИ ЙЎЛИДА  
СИЗЛАРНИ КУЧ-ҚУВВАТ ҲЕЧ  
ҚАЧОН ТАРК ЭТМАСИН!**



*Байрамнингиз қутлуғ бўлсин!*

**ИЖТИМОЙ ТАРМОҚЛАР ОРАЛАБ...**



**Яшаш учун таскин**

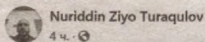
Хадис китобда бу ўткинчи дунёга ҳавас қўймасликка, унинг чивин қанотича кадрни йўқлиги ҳақида теран сўзлар кўп. Пайгамбаримиз Муҳаммад соллалоҳу алайҳи ваассаллам сўзларидан гўзал ва ҳақ сўз борми?! Заррача эътироз йўқ! Ҳаёт, қай бир саҳоба айтгандай, икки эшик орасидаги йўл: бирдан қирасан, бирдан чиқиб кетасан!

Бундай қарасанг, фано мулкнинг бирор қизиқтирадиган матоҳиям йўқ, на бойлигинг, на мансабинг, на истеъдодинг вафо қилади. Шунинг учун ҳам кейинги пайтларда қимдир надомат билан: «Фалончи дунёдан ўтибди!» деса, оддий қабул қиладиган бўлиб қоляпман! Ҳа, ўша одам бўлди нима, бўлмади нима? Барибир интиҳо муқаррар, эртами кечми, Харидор албатта оладиганини олмай кетмайди!

Аммо бир таскин бор. Буни аввал ҳам айтганман. Шеър қилиб ёзганман ҳам. Бу дунёни безайдиган, рутба берадиган бир-икки илоҳий истеъдодлар бор. Уларни кўриб, фикрингиз ўзгаради. Йўқ, дунё фақат мусибатдан иборат эмас, бу дунё ҳам Аллоҳнинг неъматидир. Ўзимча айтаман-да, хассос хофиз Шерали Жўраевни бир марта эшитиш учун ҳам бу дунёга келиб кетсанг арзийди.

Хеч вақоси йўқ қимса шу инсоннинг қўшиқларини бир марта тинглаб, ўзини энг бахтли одам ҳис этганини кўп кўрганман.

**Зоҳиджон ОЛОВ**



**Алдамчи хулоса**

Тушликни маза қилиб тановул қилаётган ишчилар овқатнинг ажойиб таъмига қойил қолишди. Ошхона томонга қараб «қўлларингиз дард кўрмасин» деб баланд овозда раҳмат айтди.

Ҳамма бир-бирига овқатни қайта-қайта мактаб қўйди. Ҳамманинг кўзи ошхона томонда, ичкаридаги ошпазни бир кўргиси келар эди.

Кечга яқин ошпаз қиз ишчиларга қарата:

– Овқатни сузиб оларсизлар, газни ўчириб қўйдим, – дея дарвозадан чиқиб кетди.

Шу кеч овқат ичилмай қолди...

Хеч қим юрак ютиб бир-биридан «қизнинг қўлида оқ доғлари бор эканми?» деб сўрай олмади.

Ярим йўлга етганда қиз қўлида идиш ювганда қиядиган бадан рангидаги оқ гулли қўлқопини ечмаганини сезиб қолди.

Одамлар қалта ўйлайди...  
**Нуриддин ЗИЁ**

**ОЛИМ БЎЛИШ УЧУН**

Бир ўсмир йигит бир олимнинг олдига бориб сўради:

– Устоз, сиздай донишманд олим бўлиш учун нима қилишим керак?

Донишманд жавоб бермади. Ўспири унинг ортидан бир неча кун тинимсиз эргашиб юрди, саволини такрорлайверди. Ниҳоят, олим унга «ортимдан юр!» деган ишора берди-да, дарёга бошлаб борди. Сувга тушишди. Шу пайт донишманд ўсмирнинг елкасидан қаттиқ тутиб, сувга ботирди. Бола бечора қутилишга минг чиранмасин, улдасидан чиқолмади. Озрок вақт ўтгач, олим уни қўйиб юборди. Ўсмир ўп-қасини тўлдириб-тўлдириб нафас олди, бир оздан сўнг сал-пал ўзига келди. Шунда устоз сўради:

– Болам, сувда димиқиб турган пайтинг энг кўп истаган нарсанг

нима бўлди?

– Ҳаво! Фақат ҳавога етишишни хоҳладим! – деди ўспири ҳеч иккиланмай.

– Унинг ўрнига бойликми, кўнгили очилми, куч-қудрат ё севги-муҳаббатми, истамадингми? – деб сўради донишманд.

– Йўқ. Нафасим тугаб, бўғриқиб кетдим, фақат ҳаво олишнигина истадим, холос, – деди ўсмир шопша-пиша.

– Олим бўлиш учун, бўталоғим, – деб сўзида давом этди устоз, – худди ана шундай хоҳиш керак. Сен бошқа мақсадларни четга суриб, фақат шу йўлда ҳаракат қилишинг зарур. Бу мақсад кеча-қундуз ҳаёлингни банд этиши лозим. Агар олимликка шундай ғайрат билан интиладиган бўлсанг, ниятингга албатта етишасан.

**ЖАВОҲИР**



**Эркин ВОХИДОВ,**  
Ўзбекистон халқ шоири

**ОЖИЗ КЎЗЛАР**

*Кўздан шикоят қилар қария:  
«Менга нима бўлди, ҳайронман ўзим.  
Ҳов узқоқда турган қулранг Нексия  
Рақамини яхши илгамас кўзим».*

*Уни ўраб олган бир тўп ўғил-қиз  
Хўрсиниб тинглашар чолнинг сўзини.  
«Эй, отахон, – дерлар, – биз кўрмаймиз  
Ўша Нексиянинг ҳатто ўзини».*

**ПАЗАНДАЛИК**

**АРМАНЧА «ГАТА»**

Бугун бизнинг таомномамизда – озрок қарсилдоқ, кефирдан тайёрланган ажойиб печенье, шунингдек у қаймоқли таъм ва хушбўй ҳидга ҳам эга бўлади.



**Масаллиқлар:** 450 грамм ун, 200 грамм маргарин, 130 мл. кефир, 1 та тухум, 0,5 чойқошиқ истеъмол содаси, бир чимдим туз; асоси учун: 150 грамм ун, 200 грамм шакар, 2 чойқошиқ ванил шақари, 60 грамм саригё, 60-70 грамм майдаланган ёнғоқ, 1 та тухум.

**Тайёрланиши:** Кефир, тухум, туз ва содани аралаштирамиз ва четга олиб қўямиз. Ун ва маргаринни пичоқ ёрдамида қумоқ шаклига келгунча майдалаймиз. Сўнгра унли массада чуқурча ҳосил қилиб, кефирли аралашмани қуямиз ва хамир қорамиз. Думалоқ шаклига келтириб, 1 соатга музлатгичга юборамиз. Асосини тайёрлаймиз: Шакар, ванил шақари ва урни эриган саригё билан аралаштирамиз. Қумоқ ҳосил бўлиши лозим. Ёнғоқларни майдалаймиз. Музлатгичдан хамирни олиб, учга бўламиз. Ҳар бир бўлакни 2 мм. қалинликда ёямиз. Устига тухум оқини суртиб, асосини соламиз ва ёнғоқ сепамай. Хамирни рулет шаклида ўраб, устига тухум саригини суртамыз ва санчки ёрдамида нақшлар ҳосил қиламыз. 2 см. кенглидаги бўлақларга бўламиз. Пергамент қоғози билан қопланган газ печи патнисига жойлаштирамиз ва 190 даражада қиздирилган газ печида 20-30 дақиқа пишириб оламиз. Ёқимли иштаҳа!

**ЎТКИР НИГОҲ**



Махмуджон Эшонкулов чизган сурат.

**ЛАТИФА**

Хотиним семизлигидан нолиб:  
– Озишим учун нима қилай? – дейди.  
– Тонгда кироличалардек, пешинда маликалардек ва кечки вақт гадолардек овқатлан, – дедим.  
– Хўш, натижа бердим?  
– Қаёқда, хотиним тонгда худ-

ди кироличалардек уни емайман, бунга емайман деб ҳеч нарса емайди. Пешинда худди маликалардек бу қандай экан, у қандай таъм экан деб бир-бир чимдийди. Кечки овқат вақти худди гадоиларга ўхшаб кўзи нимани кўрса ейди.

**ИНТЕЛЛЕКТ**

**УНИНГ ЎРНИДА НИМА ИШЛАТАМИЗ?**

Унинг ўрнида Сулаймон оролларида одамнинг бош суяги, Санта Крус оролларида қуш патларидан ясалган 10 метрли тасма, Тинч океанидаги баъзи оролларда 100 йил олдин диаметри 4 метр бўлган тошлар ишлатилган. Савол: унинг ўрнида биз ҳозир нима ишлатамиз?

**Жавоблар келгуси ҳафтанинг сешанба куни соат 15:00 гача қабул қилинади.**

**Электрон манзил:**  
[info@od-press.uz](mailto:info@od-press.uz)  
**Телефон:** 0(371) 234-91-82  
**Telegram:** (+998 97) 444-80-84

**Газетамизнинг 2020 йил 20 август 31-сонига берилган саволнинг жавоби:** Қора кўмир қуёш нурини яхши ўтказиб, экинларнинг эрта тишишига ёрдам берган.

**МУАССИСЛАР:**

Ўзбекистон Қасаба уюшмалари федерацияси Кенгаши; Ўзбекистон ёшлар иттифоқи марказий кенгаши; «Ўзбектелеком» акциядорлик компанияси; «Ўзбекистон почтаси» акциядорлик жамияти; «Магбуот тарқатувчи» акциядорлик компанияси; Акциядорлик тижорат «Алоқабанко».

Газетада интернет материалларидан ҳам фойдаланилган.  
Газета 2012 йил 20 апрелда Ўзбекистон Магбуот ва ахборот агентлигида 0814-рақам билан рўйхатга олинган.  
«Шарқ» наприёт-матбиа акциядорлик компанияси босмаҳовисиди чоп этилди.  
Босмаҳовна манзили: Тошкент шаҳри, Буюк Турон кўчаси, 41.

**Бош муҳаррир**

**Хусниддин БЕРДИЕВ**

**Таҳририят манзили:**  
Тошкент шаҳри, 100000. Амир Темури 1-тор кўчаси, 2-уй.  
Тел/факс: 234-83-45. E-mail: [info@od-press.uz](mailto:info@od-press.uz)

Газета таҳририят компьютерида терилди ва саҳифаланди.

Буғуртма: Г-937  
ISSN 2181-6198  
Обула нидевеси — 193  
Адали: 1 649 нуска.  
Нархи: келишув асосида.  
Қоғоз бичими А-3, ҳажми 6 босма табоқ.  
Офсет усулида босилган.

