

# О'zbekistonda sog'iqliqi saqlash

## Здравоохранение Узбекистана



Газета 1995 йил октябрь ойидан чиқа бошлаган • www.uzssgzt.uz, info@uzssgzt.uz • 2014 йил 1 август • № 30 (999)

Люблю тебя, ты дорог мне, родной мой Узбекистан!

### ЗАБОТА И ВНИМАНИЕ КАЖДОМУ РЕБЕНКУ



**Ребенок – радость семьи, будущее общества. Воспитание его здоровой, образованной и высокодуховной личностью является благородной мечтой не только родителей, но и проводимой нашим государством политики. Именно поэтому с первых лет независимости детям в нашей стране оказывается особое внимание и забота.**

Как отметил глава нашего государства, нашим долгом является не только воспитание физически и духовно здоровых детей, но и воспитание их всесторонне гармонично развитым поколением, личностями, обладающими самыми современными, востребованными в XXI веке интеллектуальными знаниями.

С обретением независимости наша страна стала равноправным членом международного сообщества. Наше государство присоединилось ко множеству международных документов по правам человека и ребенка. В частности, ратификация Конвенции о правах ребенка и ряда других международно-правовых документов является свидетельством того, что вопросы защиты интересов детей в нашей стране возведены в ранг государственной политики.

Кроме того, в составленном авторитетными международными организациями мировом рейтинге Узбекистан вошел в десятку ведущих стран мира, где больше всего оказывается забот об укреплении здоровья детей.

Реализуемая в Узбекистане национальная модель охраны здоровья матери и ребенка "Здоровая мать – здоровый ребенок" признана как одна из эффективных стратегий достижения Целей развития тысячелетия.

В годы независимости в результате последовательного реформирования системы здравоохранения в нашей стране, как и во многих направлениях медицины, сформировалась уникальная система защиты материнства и детства. Создана целостная и продуманная организационная структура медицинского обслуживания матерей и детей, охватывающая перинатальную и скрининг-службу, областные детские многопрофильные медицинские центры и республиканские специализированные медицинские центры, оказывающие сложные высокотехнологичные медицинские услуги.

Вместе с тем в нашей стране действуют 6400 педиатров, 1400 неонатологов, более 5300 акушеров-гинекологов, около 800 детских хирургов и стоматологов. В результате проводимой работы сегодня в нашей стране непрерывно повышаются пока-

затели здоровья населения.

В годы независимости в Узбекистане смертность матерей сократилась в 3,1 раза, детей – в 3,2 раза. В результате реализации программы "Скрининг матери и ребенка" с 2000 года в 1,8 раза сократились случаи рождения детей с врожденными патологиями. В настоящее время 92 процента детей нашей страны по показателям развития полностью отвечают стандартам Всемирной организации здравоохранения. Если в 2005 году показатель абсолютно здоровых детей составлял 52,7 процента, то к началу 2013 года этот показатель превысил 63 процента.

Вместе с тем в нашей стране проводится широкомасштабная работа по профилактике опасных для жизни человека инфекционных заболеваний. В настоящее время во всех регионах страны более 98 процентов детей прививаются от инфекционных заболеваний. В результате полностью устраниены такие заболевания, как полиомиелит, младенческий коклюш, дифтерия, корь, резко сократились случаи ряда других инфекционных заболеваний.

Указы и постановления Президента нашей страны, принятые в области здравоохранения, защиты материнства

(Окончание на 2-й стр.).

### Истиқлол шарофати

## ЭЛИМ, ЮРТИМ ДЕГАН ИНСОН КАМ БЎЛМАС

**Ўзбекистон мустақиллигига эришмасдан олдинги дамларни яхши эслайман. Қайси ҳудуд бўлишидан қатиғи назар, аҳоли ўртасида турли касалликлар кўп кузатилар, оналар ва болалар ўлимидаги юқори кўрсаткичлар учун биз шифокорлардан кўпинча танбех эшитардик. Бундай камчилик-нұксонларни бартараф этиш учун шароитлар етарли эмас эди.**

Бугун эса бутунлай бошқача. Нураб турган шифохона ўрнида замонавий иншоот қад ростлаган. Эскирган, яроқсиз ҳолга келган буюм ва жиҳозлар ўрнида энг сўнгги русумда ишлаб чиқарилган тиббий воситалар. Ҳар иккала даврни солиштириб, беихтиёр кўзларимга ёш келади, қалбимда истиқлол берган имкониятлар учун шукроналик хисси жўш уради. Ким эдигу, ким бўлдик, деган савол кўнглимдан ўтади.

Мен меҳнат қилаётган Сирдарё вилояти болалар кўп тармоқли тиббий маркази 2008 йилда ташкил қилинган бўлиб, 155 ўринга мўлжалланган. Бу ерда болаларга кардиология, пульмонология, катта чақалоқлар, неврология, гастроэнтерология, реанимация бўлимлари хизмат кўрсатмоқда. 2011 йилда шифохонамизда Инвестиция дастури бўйича бошланган қайта таъмирлаш ишлари 2012 йил март ойига келиб ниҳоясига етказилди. Шифохонамиз ёнида маслаҳат-поликлиника биноси янгидан курилиб, айни кунда аҳолига сифатли тиббий хизмат кўрсатиб келмоқда. Курилиш-таъмирлаш ишларидан сўнг марказимизда она-боланинг тўлаконли даволаниб чиқиши учун кенг имкониятлар яратилди. Германиядан 680 минг евро эвазига келтирилган энг сўнгги русумдаги тиббий асбоб-ускуналар – рентген, ультратовуш аппаратлари ўрнатилгач, шифохонамизнинг моддий-техник базаси янада кенгайди.

Болалар ўртасида учрайдиган касалликларни эрта аниқлаш, даволаш жараёнини ташкил этишга шифохонамиз маъмурияти томонидан ҳамиша эътибор қаратилмоқда. 2009 йилда Соғлиқни саклаш вазирлиги ҳамда ЮНИСЕФ ҳалқаро болалар жамгармаси ҳамкорлигига «Она ва болалар соғлигини саклаш ўқув маркази»нинг ташкил қилиниши мухим аҳамиятга эга бўлди. Марказга жалб қилинган барча шифокор ва ўрта тиббиёт ходимлари оналик ва болалини муҳофаза қилиш бўйича тренер килиб тайёрланмоқда. Шунингдек, улар вилоятимизнинг турли худудларига бориб, аҳоли ўртасида бу йўналишдаги ишларни тақомиллаштирумоядлар.

Дарвоқе, мустақиллик туфайли тиббиёт соҳасида амалга оширилаётган эзгу лойиҳалардан бири – «Хеч ким меҳр ва эътибордан четда колмасин!» шиори остида ташкил қилинаётган чуқурлаштирилган тиббий кўриқидир. Марказимиз шифокорлари Оқолтин тумани аҳолиси ўртасида жорий йилнинг ўтган даври мобайнида чуқурлаштирилган тиббий кўриқни режа бўйича 82 фоизга етказишига мувваффақ бўлдилар. Йил охирига кадар 45954 нафар аҳоли учун тиббий кўриқ тумандаги 8 та қишлоқ врачлик пункти шифокорлари билан ҳамкорликда мувваффақиятини ниҳоясига етказилиши кўзда тутилган. Гулистон шаҳрида 4 та оиласиев поликлиника мавжуд. Албатта, бу даволаш масканларида аҳоли учун яратилган имкониятларни кўриб, хурсанд бўласиз. Бирламчи тизимда умумий амалиёт шифокори ёки тор доидраги мутахассис кўригидан ўтган бемор бола стационар шароитда даволанишга эҳтиёж сезса, марказимизда соғломлаштирилади.

Яқин кунларда энг улуф, энг азиз байрам – Ўзбекистон мустақиллигининг 23 йиллигини нишонлаймиз. Айниқса, бу йилги байрамининг «Ягонасан, мустақил Ватаним, севги ва садоқатим сенга баҳшида, гўзал ўзбекистоним!» шиори остида нишонланиши барча ўртодoshларим қатори менга ҳам кўтарикилик бағишлаб, шу юрт, шу замин учун сидқидилдан хизмат қилишдек эзгу ниятни дилимга йўллағандек бўлди. Оддийгина ҳақиқатни тан олишимиз керак: мамлакати, эли учун хизмат қилганлар асло кам бўлган эмас. Бунга ўз ҳаётим, тақдирим мисолида юз карра амин бўлдим. 2006 йилда иккинчи даражали «Соғлом авлод учун» ордени билан тақдирланган бўлсам, ўтган йили «Эл-юрт хурмати» орденига муносиб кўрилдим. Ахир, шифокор учун бундан ортиқ мавқе, бундан ортиқ шон-шараф борми? Албатта, камтарона меҳнатларимни муносиб баҳолаган Президентимизга ўз миннадорлигимни билдираман.

Зеро, шу азиз Ватан, шу мўътабар тупрок барчамизники. Юртим жамолингга кўз тегмасин! Сенинг фарзандинг эканлигимдан фаҳрланаман.

**Орифжон КУДРАТОВ,**  
**Сирдарё вилояти болалар кўп тармоқли**  
**тиббий маркази кардиоревматология бўлими**  
**бошлиғи, II даражали «Соғлом авлод учун»,**  
**«Эл-юрт хурмати» орденлари соҳиби.**

**Люблю тебя, ты дорог мне, родной мой Узбекистан!**

# ЗАБОТА И ВНИМАНИЕ КАЖДОМУ РЕБЕНКУ

и детства, социально-медицинской защиты детей, дают свои высокие результаты. В частности, Постановления главы государства "О дополнительных мерах по охране здоровья матери и ребенка, формированию здорового поколения" от 13 апреля 2009 года и "О Программе мер по дальнейшему усилению и повышению эффективности проводимой работы по укреплению репродуктивного здоровья населения, рождению здорового ребенка, формированию физически и духовно развитого поколения" нацелены на укрепление семьи, воспитание молодого поколения всесторонне развитыми личностями с использованием международного опыта.

Следуя принципу "Здоровая мать — здоровый ребенок", в республике проводится целенаправленная работа по обеспечению беременных женщин поливитаминами, в которых содержатся необходимые для их здоровья микроэлементы. Важно подчеркнуть тот факт, что данный опыт не наблюдается ни в одной стране мира. Кроме этого, ежегодно 400 тысяч беременных женщин проходят оздоровительные курсы. Необходимо также отметить успешную реализацию программных мер, направленных на фортификацию муки и йодирование пищевой соли. Это позволяет кардинально снизить йодовую недостаточность у населения, что в свою очередь приводит к уменьшению случаев заболевания малокровием среди женщин детородного возраста.

Из этого следуют, что масштаб последовательных реформ по укреплению здоровья населения расширяется из года в год. Забота о человеке, обеспечение его интересов, благополучия жизни в нашей стране всегда будет в центре постоянного внимания.

Так, из года в год увеличивается объем средств, выделяемых из государственного бюджета на развитие сферы. В частности, если в 2013 году на развитие сферы из Государственного бюджета было выделено 3,4 триллиона сумов, то в текущем году ожидается, что этот показатель достигнет 4,3 триллиона сумов. В настящее время в рамках Инвестиционной программы на 2014 год более чем в 135 региональных и республиканских медицинских учреждениях ус-

(Окончание.  
Начало на 1-й стр.).

коренно проводятся строительные работы, реконструкция. На эти цели из Государственного бюджета намечено выделить 382,4 миллиарда сумов.

Только в 2013 году объем инвестиций в сферу здравоохранения увеличился в 3,8 раза по сравнению с 2010 годом. В результате было реконструировано 295 объектов медицины. Уровень оснащенности республиканских специализированных медицинских центров вырос в

— Наша надежда подпитывалась чуткостью и аккуратностью врачей, занимавшихся лечением нашей дочери, — говорит мать Мухсины Дильшода Тураева. — Вера в благоприятный исход подвигла нас принять решение о хирургическом лечении нашего ребенка. Невероятно, но наши врачи без инвазивного вмешательства, не раскрывая грудную клетку, избавили нашу дочь от врожденного порока сердца. Как видите, неспроста

представить было сложно, — говорит кавалер ордена "Эл-юрт хурмати", главный невропатолог Министерства здравоохранения Бахтиёр Гафуров. — Сегодня с гордостью могу сказать, что кардинальное реформирование системы медицинского обслуживания в нашей стране помогло нам достичь колоссальных успехов в сфере.

Это стало возможным благодаря независимости и уделяемому главой государства

щие аналогов в странах СНГ, и оснастить их высокотехнологичным медицинским оборудованием.

В нынешнем году будут построены или пройдут капитальный ремонт ряд отделений Республиканского специализированного научно-практического центра педиатрии, клиники Ташкентского медицинского института педиатрии, 13 областных детских многопрофильных медицинских центров, 62 районных медицинских объединения и другие медико-социальные учреждения.

Все они будут оснащены современной диагностической и лечебной аппаратурой, что позволит оказывать детям специализированные высокотехнологичные медицинские услуги по международным стандартам.

Вместе с тем в результате расширения сети специализированных медицинских центров, первичных учреждений здравоохранения, в частности сельских врачебных пунктов и семейных поликлиник, повысилась доступность квалифицированных медицинских услуг для населения и прежде всего женщин и детей из сельской местности.

Можно еще долго продолжать перечень благих работ, проводимых в соответствии с Государственной программой "Год здорового ребенка".

Как отметил Президент Ислам Каримов, внимание и всемерная забота о наших детях, молодом поколении — в этом мы прежде всего видим проявление нашей веры в завтрашний день, знак огромного, непреложного уважения к нашему народу.

Осуществление данной программы, несомненно, станет очередным важным шагом к достижению основной для нашей страны цели — обеспечения прав и интересов человека.

Все проводимые в системе здравоохранения нашей страны работы означают, что ни один ребенок не останется без внимания и заботы. Самое важное, они нацелены на укрепление здоровья детей — решающей силы нашего завтрашнего дня. Одним словом, с первых лет независимости государственной политики, ориентированной на воспитание физически здорового и духовно развитого поколения.

В текущем Году здорового поколения приняты меры по дальнейшему улучшению условий для рождения здорового ребенка и укрепления здоровья детей. Намечено построить современные детские многопрофильные центры, не имею-

щему вниманию дальнейшему укреплению здоровья нашего народа, проводимым широкомасштабным реформам в медицинской сфере нашей страны.

Объявление 2014 года Президентом нашей страны Годом здорового ребенка стало логическим продолжением проводимой с первых лет независимости государственной политики, ориентированной на воспитание физически здорового и духовно разви-

того поколения.

В текущем Году здорового поколения приняты меры по дальнейшему улучшению условий для рождения здорового ребенка и укрепления здоровья детей. Намечено построить современные детские многопрофильные центры, не имею-

щему вниманию дальнейшему укреплению здоровья нашего народа, проводимым широкомасштабным реформам в медицинской сфере нашей страны.

Фуркат САНАЕВ.



1,8 раза и достиг 91,7 процента, в частности, уровень оснащенности высокотехнологичным оборудованием составляет 82,6 процента.

Действительно, в нашей стране проводится широкомасштабная работа во имя охраны здоровья населения. В частности, предметом особой гордости является для нас тот факт, что узбекистанские врачи успешно проводят самые сложные и уникальные хирургические операции.

**Четырехлетняя дочь проживающей в столице семьи Тураевых Мухсины два года страдала пороком сердца. Ее состояние ухудшалось, и близкие семьи посоветовали отправить ее на лечение за рубеж. Но родители Мухсины не согласились. Несмотря на осознание того, что болезнь сердца причиняет боль дочери, неведомая сила — надежда — привела их в Республиканский специализированный центр хирургии.**

мы не спешили с лечением за рубежом. Безмерно благодарна нашим врачам, пусть им всегда сопутствует успех. В то время, как за рубежом такая сложная операция могла стоить нам миллионы, отечественные специалисты провели ее бесплатно. С момента операции прошел месяц. Можно сказать, моя дочь начала вторую жизнь.

Воистину восхищают мастерство и профессионализм наших врачей, своей заботой, знаниями и навыками вернувших здоровье многим семьям. Все это является результатом созданных под руководством Президента нашей страны широких условий и возможностей для развития соответствующей международным стандартам медицины.

— Я начал свою деятельность обычным врачом немногим более 43 лет назад. В те времена такие современные условия, льготы, постоянную заботу, вдохновленный труд врачей даже

огромному вниманию дальнейшему укреплению здоровья нашего народа, проводимым широкомасштабным реформам в медицинской сфере нашей страны.

Объявление 2014 года Президентом нашей страны Годом здорового ребенка стало логическим продолжением проводимой с первых лет независимости государственной политики, ориентированной на воспитание физически здорового и духовно разви-

того поколения.

В текущем Году здорового поколения приняты меры по дальнейшему улучшению условий для рождения здорового ребенка и укрепления здоровья детей. Намечено построить современные детские многопрофильные центры, не имею-

щему вниманию дальнейшему укреплению здоровья нашего народа, проводимым широкомасштабным реформам в медицинской сфере нашей страны.

Фуркат САНАЕВ.

Серкүёш Ўзбекистонимизнинг кундан-кунга гуллаб-яшнётганили қалбимизни янада фарх ва ифтихорга тўлдирмокда. Мустақиллигимизнинг 23 йили мобайнида юртимизда айтишга арзигулик ишлар амалга оширилиб, уларнинг ҳар бирни зарварақларидан ўрин олди десам, хато қилмаган бўламан. Таъкидлаш жоизки, ёш, истеъододли, изланиш, қолаверса, билимдан ва зукко фарзандларимизнинг хорижий давлатларда ўтказилган нуфузли тадбирларда Ватанимиз байроғини баланд кўтарганиклиари кувонарли хол. Албатта бундай ютуқларга эришиш Ўртошибимиз томонидан кўрсатилиштаган чексиз эътибор ва замони

ликнинг ифодасидир. Истиқлолимиз шарофати билан ўтган йили камтарона меҳнатим Президентимиз ва Соғлиқни сақлаш вазирлиги томонидан муносиб рағбатлантирилиб, «Ўзбекистон Республикаси соғлиқни сақлаш аълочиси» кўкрак нишони билан тақдирланганимдан мамнунман ва уларга чексиз хурматимни билдириб қоламан.

**Назира НАРМУХАМЕДОВА,  
Ўзбекистон Республикаси  
Соғлиқни сақлаш аълочиси.**

Кейинги йилларда давлатимиз томонидан тиббиёт соҳасига қаратиладиган эътибор туфайли тизимда фаолиятлар янада ривожланиб, янгиликлар сари қадам ташланди. Ҳар бир тиббиёт мусассасаси янги тиббиёт технологиялар билан таъминланиб, жаҳон стандартлари асосида ишлар йўлга кўйилди. Шунингдек, мурakkab даражадаги операциялар амалга оширилиб, хорижлик ҳамкасларимиз томонидан бир неча бор эътироф этилди. Қанчадан-қанча мутахассисларимиз хурмати билан таъминланиб, жаҳон стандартлари асосида ишлар йўлга кўйилди. Шунингдек, мурakkab даражадаги операциялар амалга оширилиб, хорижлик ҳамкасларимиз томонидан бир неча бор эътироф этилди.

Диңдан-қанча мутахассисларимиз хурмати билан таъминланиб, жаҳон стандартлари асосида ишлар йўлга кўйилди. Шунингдек, мурakkab даражадаги операциялар амалга оширилиб, хорижлик ҳамкасларимиз томонидан бир неча бор эътироф этилди.

публикаси соғлиқни сақлаш аълочиси» кўкрак нишони билан тақдирланганим билан ҳақли равиша фархнаман. Албатта, бундай рағбат касбимиз, Ватанимиз ҳамда элимизга бўлган меҳримизни янада ошириб келмоқда.

Ана шундай серкүёш ўлқада яшайдиганликдан ва халқимиз саломатлиги йўлида хизмат қилаётганигидан ҳамда шифокорлик касбини танлаганимдан мамнумман.

**Орижон АХМАДЖНОВ,  
Ўзбекистон Республикаси  
Соғлиқни сақлаш аълочиси.**

## Фарх

# ДИЛДАГИ ЭЪТИРОФ

Фарх

## Олий Мажлис Қонунчилик палатасида

## ҚОНУН ЛОЙИХАСИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ ЙЎЛИДА

**Олий Мажлис Қонунчилик палатасида Мөхнат ва ижтимоий масалалар қўмитасининг навбатдаги йигилиши ўтказилди.** Унда Олий Мажлис Қонунчилик палатаси томонидан биринчи ўқида қабул қилинган «Аҳолининг санитария-эпидемиология масалаларида осойишталиги тўғрисида»ги Ўзбекистон Республикаси Қонун лойиҳасини такомиллаштириш бўйича тузилган ишчи гуруҳининг кенгайтирилган йигилиши бўлиб ўтди.

Ушбу ҳукукий ҳужжат “Софлом бола йили” Давлат дастурига асосан, Вазирлар Махкамаси томонидан Қонунчилик палатасига киритилди.

Айтиш жоизки, ишчи гуруҳи таркибига қўйи палата депутатлари, Вазирлар Махкамаси, Соғлиқни сақлаш, Халқ таълими, Олий ва ўрта маҳсус таълими, Молия ва Иктиодиёт вазирликлари, Истевъмолчилик ҳукуқларини ҳимоя

қилиш жамиятлари, Касаба уюшмалари федерациялари, “Маҳалла” хайрия жамоат фонди, Савдо-саноат палатаси, Тошкент Давлат юридик университети вакиллари, эксперталар киритилган.

Йигилишда “Аҳолининг санитария-эпидемиология масалаларида осойишталиги тўғрисида”ги Қонун лойиҳаси ишлаб чиқилишининг зарурати, унинг мазмун-моҳияти ҳамда Қонун

лоийиҳасини такомиллаштириш ва маромига етказиш бўйича ишчи гуруҳи аъзоларининг фикрлари, тақлиф ва тавсиялари муҳокама этилди. Таъқидланганидек, Ўзбекистондаги жамоат саломатлигини, шу жумладан, аҳолининг санитария-эпидемиологик осойишталигини таъминлаш соҳасида норматив-ҳукукий базани яна бир маротаба қайта ўрганиб чиқиш, иқтисодий, ижтимоий ва мадданий алоқаларнинг интенсивлиги ҳамда атроф-муҳит билан боғлиқ юз берәётган глобал ўзғаришлар шароитида аҳоли саломатлиги хавфсизлигини таъминлашнинг ҳукукий механизmlарини такомиллаштириш зарурати мавжуд.

Қонун лойиҳасида аҳолининг санитария-эпидемиологик

осоиишталигини таъминлашнинг ҳукукий асосларини такомиллаштириш, шу жумладан, таълим-тарбия, маданият, спорт ва бошқа муассасаларга қўйиладиган санитария-эпидемиологик, касалликлар профилактикаси бўйича талабларни, аҳоли, айниқса, болаларни эмлаш, соғлигини сақлаш ва мустаҳкамлаш, санитария меъёrlари ва қоидаларига риоя этишини таъминлашни ҳамда мактабгача, умумий, ўрта маҳсус ва касб-хунар таълими босқичларда ўқувчиларни санитария ва гигиена асослари бўйича ўқитишига доир чоратадбирларни жорий этиш назарда тутилган.

Муҳокамалар чоғида Қонунчилик палатасидаги барча сиё-

сий партия фракциялари ҳамда Экохаракат депутатлар гурухи вакиллари фаол иштирок этишиди ва бир қатор таклифлар билдириши.

Тадбир давомидаги иштирокчилар томонидан қонун лойиҳасини, санитария-эпидемиология осоиишталигини таъминлаш соҳасида фаолият юритаётган мутахассислар, тадбиркорлар, жамоат ташкилотлари ўртасида кенг муҳокамадан ўтказиш максадга мувофиқ, деган холосага келинди.

Шундан сўнг қонун лойиҳасини маромига етказиш ва такомиллаштириш бўйича ишчи гуруҳи аъзолари олдида турган вазифалар белгилаб олинди.

**Намоз ТОЛИПОВ.**

## Депутат шарҳи

АҲОЛИНИНГ САНИТАРИЯ-ЭПИДЕМИОЛОГИЯ МАСАЛАЛАРИДА  
ОСОЙИШТАЛИГИ ҚОНУНИЙ Кафолатланади

**Хабарингиз бор, куни кечада Олий Мажлис Қонунчилик палатасининг навбатдаги ялпи мажлисида депутатларимиз томонидан “Аҳолининг санитария-эпидемиология масалаларида осойишталиги тўғрисида”ги Ўзбекистон Республикасининг Қонун лойиҳаси биринчи ўқида қабул қилинди.**

Фуқаролар саломатлиги ва таси кенгаши қарорига асосан, Мехнат ва ижтимоий масалалар ҳамда Экология ва атроф-муҳитни муҳофаза қилиш масалалари кўмиталари масъул этиб белгиланди. Конун лойиҳаси “Софлом бола йили” Давлат дастури I бўниг 3-бандига асосан, аҳолининг санитария-эпидемиологик осоиишталигини таъминлашнинг ҳукукий асосларини такомиллаштириш, шу жумладан, таълим-тарбия, маданият, спорт ва бошқа муассасаларга қўйиладиган санитария-эпидемиологик, касалликлар профилактикаси бўйича талабларни, аҳоли, айниқса, болаларни эмлаш, соғлигини сақлаш ва мустаҳкамлаш, санитария нормалари ва қоидаларига риоя этишини таъминлашни ҳамда мактабгача, умумий, ўрта маҳсус ва касб-хунар таълими босқичларда болаларни санитария ва гигиена асосларига ўқитишига доир чоратадбирларни жорий этиш маҳсусидан ишлаб чиқилган.

**Албатта, тақлиф этилаётган қонун лойиҳасининг амалдаги “Давлат санитария назорати тўғрисида”ги Ўзбекистон Республикаси Қонунидан фарқли томонлари нимадан иборат, деган ўринли савол туғлиши табии.**

Бунга жавобан, қонун лойиҳасида биринчи марта қонуннинг ўқилиши, амалда кўлланилишини осонлаштириш ва соддлаштириш учун санитария-эпидемиологик осоиишталикини таъминлаш соҳасидаги асосий тушунчалар алоҳида модда сифатида белгиланмоқда (3-модда).

Жорий йилнинг 9 июль кунини Вазирлар Махкамаси томонидан “Аҳолининг санитария-эпидемиология масалаларида осоиишталиги тўғрисида”ги Ўзбекистон Республикасининг Қонун лойиҳаси Қонунчилик палатаси муҳокамасига киритилди, Қонунчилик пала-

миологик осоиишталиги соҳасида ягона давлат сиёсатининг амалга оширилишини таъминлаш ҳамда унинг асосий йўналишларини белгилаш, соҳага оид давлат дастурларини таълиш ва амалга ошириш, давлат назоратини олиб боришини ташкил этиш ва шунга ўхаш бошқа ваколатлар Вазирлар Махкамаси ваколатларига киритилмоқда (6-модда).

Конун лойиҳасида, ушбу қонуннинг ижро механизмини таъминловчи санитария қоидалари, меъёrlари ва гигиена нормаларида алоҳида модда ажратилиб, унинг таърифи берилмоқда (7-модда).

Ушбу қонун лойиҳасининг “Давлат санитария назорати тўғрисида”ги Қонундан фарқи шундан иборатки, аҳолининг санитария-эпидемиология масалаларида осоиишталигини таъминлаш соҳасида юридик ва жисмоний шахслар, якка тартибдаги тадбиркорларга санитария-эпидемиологик осоиишталикини таъминланишида мажбуриятлар билан биргаликда ҳукуқлар ҳам белгиланмоқда (3-боб 8-12-моддалар).

Тақдим этилган қонун лойиҳаси ишлаб чиқишида, қонун ташаббускори субъекти ушбу масалага жиддий ёндашган ва аҳолининг санитария-эпидемиология масалаларида осоиишталигини таъминлаш соҳасида фуқароларнинг ўзини ўзи бошқариш органлари, нодавлат нотижорат ташкиллари ва оммавий ахборот воситаларининг ҳукуқларига алоҳида 12-модда ажратилган.

Аҳолининг санитария-эпидемиология масалаларида осоиишталигини таъминлаш маълум бир талаблардан иборат бўлиб, ушбу талаблар қонун лойиҳасидаги 4-боба белгиланмоқда.

Унда техник тартибга солиш соҳасида норматив ҳужжатларни ишлаб чиқувчиларга, ер участкасини ташлашга, объектларни режалаштириш, лойиҳалаш, қуришга, корхоналарни техник ва технологик жиҳатдан қайта жиҳозлашга, кимёвий ва

биологик маддаларни утилизация қилиш ва зарарсизлантиришга, озик-овқат махсулотларига, уларни ишлаб чиқаришга, ташишга, хўжалик-ичимлик суви таъминотига қўйиладиган, таълим ва тарбия шароитларига, мехнат шароитларига ҳамда касалликларнинг келиб чиқиши ва тарқалишининг олдини олишга, соҳага оид талабларни маҳсус экспертиздан ўтказишга доир санитария-эпидемиологик талаблар белгиланмоқда (13-23-моддалар).

Конун лойиҳасида Ўзбекистон Республикаси худудини санитария жиҳатдан муҳофаза килиши, профилактик эмлашлар ўтказиш, дезинфекция тадбирлари, мажбурий тиббий кўриклар ҳамда фуқароларни гигиеник тарбиялаш ва ўқитишига қаратилган эпидемик ҳолатларнинг олдини олишга қаратилган тадбирларни ташкил этиш ва ўтказишга бағишиланган алоҳида янги 5 боб киритилмоқда (24-29-моддалар).

Конун лойиҳасининг б-боби “Давлат санитария назорати” деб номланмоқда ва унда Давлат санитария назоратини амалга оширучи органлар, мансабдор шахслар, Ўзбекистон Республикаси Бош давлат санитар врачи, Кораллопистон Республикаси, вилоятлар ва Тошкент шаҳри, шаҳарлар ва туманларнинг бош давлат санитария врачлари ва ваколатларини, ҳукуқ ва мажбуриятларини, мансабдор шахсларнинг жавобгарлигини ҳамда уларнинг ҳаракати ва ҳаракатсизлиги устидан шикоят қилиш ҳамда мансабдор шахслар фаолиятининг асосий кафолатлари, улар фаолиятига аралашшишга йўл қўйиласлиги ҳақидаги талабларни белгилаш назарда тутилмоқда (30-39-моддалар).

Конун лойиҳасининг 7-боби якунловчи маддаларга бағишиланган бўлиб, мазкур бобнинг 43-моддасида, ушбу қонун лойиҳасининг қабул қилиниши билан айрим қонун ҳужжатлари ўз кучини йўқотишига бағишиланган. Нурия АЙТЖАНОВА, Олий Мажлис Қонунчилик палатаси депутати.

Ушбу маддага асосан, қонун ва қонунларнинг баъзи бир маддалари ўз кучини йўқотмоқда.

**Конун лойиҳаси 7 та боб, 45 та маддадан иборат бўлиб, унда бир қатор муҳим нормалар ҳам мавжуд.**

Қўмита қошида тузилган ишчи гуруҳи томонидан қонун лойиҳаси биринчи ўқида қабул қилингандан сўнг, уни иккинчи ўқиш муҳокамасига тайёрлаш жараёнда қонун лойиҳасида назарда тутилган муҳим нормаларнинг мавжудлиги ёки ишлаб чиқилиши ва қабул қилиниши юзасидан кўшимча маълумотлар берилиши назарда тутиляти.

Конун лойиҳасини ишлаб чиқиша соҳага оид халқаро ҳукукнинг умумъетироф этилган тамойиллари ва меъёrlари ҳисобга олинган, шунингдек, АҚШ, Буюк Британия, Франция, Россия Федерацияси, Беларусь ва Қозогистон каби давлатлар тажрибаси ўрганилган.

Конун лойиҳаси Олий Мажлис Қонунчилик палатасидаги барча сиёсий партия фракциялари, Экохаракат депутатлар гурухи, юридик ва кўмиталар билан ишлаб бўлиларидан қонун лойиҳасини Қонунчилик палатаси кўриб чиқиши учун қабул қилиш мумкинлиги тўғрилагида тутилган.

Ушбу қонуннинг қабул қилиниши, Президентимиз томонидан тасдиқланган “Софлом бола йили” Давлат дастурида белгиланган вазифаларни баъзи тасдиқланган санитария-эпидемиология масалаларида осоиишталигини таъминлаш соҳасидаги муносабатларни тартибга солиш билан бир қаторда, Ўзбекистоннинг Мингийиллик ривожланиш максадларига эришиш учун кўйилган вазифаларнинг тўлақонли рўёбга чиқишида муҳим аҳамиятга эга.

**Нурия АЙТЖАНОВА,  
Олий Мажлис Қонунчилик палатаси депутати.**

## Ҳамкорлик ришталари

# ОНАЛИК ВА БОЛАЛИК МУХОФАЗАСИ — ДОЛЗАРБ ВАЗИФА

Яқинда Ўзбекистон Соғлиқни сақлаш вазирлигига вазирлик хузуридаги Оналик ва болаликни муҳофаза қилиши мувофиқлаштириш бўйича Кенгашнинг навбатдаги йигилиши бўлиб ўтди. Унда Соғлиқни сақлаш вазирлиги, Европа Иттифоқи ва ЮНИСЕФнинг Ўзбекистондаги ваколатхонаси томонидан ҳамкорликда амалга оширилаётган “Ўзбекистонда оналик ва болаликни муҳофаза қилиш хизматларини тақомиллаштириш. 2-фаза” лойиҳасининг фаолияти муҳокама этилди. Йигилишин Соғлиқни сақлаш вазири ўринбосари Лазиз Тўйчиев олиб борди.



Фарзанд соғлиги аввало оиласида онанинг саломатлиги, оиласида яратилган муҳит, оила маънавияти, дунёкараши, зиёлиги ҳамда савиаси билан чамбарчас боғлиқ. Соғлом оила – соғлом фарзанд, соғлом жамият демактир. Шу боис, юртимизда ёшлар ва хотин-қизлар ўртасида соғлом турмуш тарзини кенг тарғиб қилиш, соғлом оила қуриш маданиятини шакллантириш, тиббий маданиятни ошириш, ёшларни никохга тайёрлаш, оиласида соғлом фарзандлар дунёга келишига эришиш, уларни хисмоний ва маънавий баркамол қилиб тарбиялаш соҳасида кенг кўллами чора-тадбирлар амалга оширилмоқда. Жумладан, “Ўзбекистонда оналик ва болаликни муҳофаза қилиш хизматларини тақомиллаштириш. 2-фаза” лойиҳаси доирасида бажарилган ишлар ўзининг ижобий самарасини бермоқда.

Лойиҳанинг асосий максади соғлиқни сақлаш тизимиҳи мустаҳкамлаш, имкониятларини кенгайтириш, оналар ва болалар соғлигини сифатли ҳамда узлуксиз муҳофаза қилишга қаратилган, – **дейди лойиҳа раҳбари Дмитрий Максименко.** – Бунда биз асосий эътиборни Соғлиқни сақлаш вазирлиги тизимиҳаги бирламчи, иккиламчи, шунингдек, учламчи бўғинда шифоркор ҳамда ҳамшираларнинг оналик ва болаликни муҳофаза қилиш борасида олиб борилаётган ислоҳотлар, бу жараёнда ҳалқаро стандартлардан фойдаланиш бўйича билим ва қўнималарини оширишга қаратдик.

Йигилишда таъкидланганидек, Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилотининг кўмаги билан Наманганд вилояти ва Қорақалпоғистон Республикаси соғлиқни сақлаш тизимиҳи мустаҳкамлаш тадбирларини амалга ошириш учун синов сифатида белгиланди. Лойиҳа ушбу синов худудларидаги тиббиёт ходимлари ўртасида тажриба алмашиб.

**Оналик ва болаликни муҳофаза қилишни мувофиқлаштириш бўйича Кенгаш йигилиши давомида бир қатор таклиф ва тавсиялар билдирилди ҳамда Кенгашнинг иккинчи ярим йилликдаги иш режаси тасдиқланди.**

Шунингдек, мазкур ҳафта пойтахтимиздаги EXPO меҳмонхонасида Ўзбекистон Соғлиқни сақлаш вазирлиги, ЮНИСЕФ ва Европа Иттифоқи томонидан Германия ҳалқаро ҳамкорлик жамиятининг (GIZ) “Марказий Осиё – Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш” худудий дастури билан биргаликда “Ўзбекистон Республикасида тиббий ёрдам сифатини узлуксиз ошириш йўллари” мавзусида семинар бўлиб ўтди.

Ушбу тадбир мамлакатда оналар ва болаларга кўрсатиладиган тиббий хизмат сифатини яхшилашга қаратилган бўлиб, “Ўзбекистонда оналик ва болаликни муҳофаза қилиш хизматларини тақомиллаштириш. 2-фаза” лойиҳаси доирасида ўтказилди. Унда Соғлиқни сақлаш вазирлиги масъул ходимлари, ЮНИСЕФ, Европа Иттифоқи, GIZ вакиллари, Қорақалпоғистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги, Тошкент вилоятларида, Тошкент шаҳрида ва вилоятлар соғлиқни сақлаш бошбашарлари ўринбосарлари,

ди. 1998 йил 10 ноябрда Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Ўзбекистон Республикаси соғлиқни сақлаш тизимиҳи ислоҳ қилиш давлат дастури тўғрисида”ги Фармони қабул қилингач, тиббиёт тизимида кенг қамровли ислоҳотлар амалга оширила бошланди. Хусусан, барча тиббиёт муассасалари қайта курилди, реконструкция қилинди, тиббий хизмат сифати тубдан ошиди. Умуман олганда, бугунги кунга келиб мамлакатимизда тиббиётнинг янада тақомиллашиши ва ривожланиши учун барча ҳуқуқий ва моддий асослар яратилган.

Семинарда таъкидланганидек, “Ўзбекистонда оналик ва болаликни муҳофаза қилиш хизматларини тақомиллаштириш. 2-фаза” лойиҳаси ҳозирги вақтда Ўзбекистоннинг Фарғона, Бухоро, Хоразм ва Тошкент вилоятларида, Тошкент шаҳрида ва қораб олган ва шу орқали оналар ҳамда болаларга миллий

умумий вазифаси, юртимизда инсон саломатлигига хисса қўшишдан иборат бўлиб, бунда оналик ва болаликни муҳофаза қилишга алоҳида эътибор қаратилган,

**дейди Бухоро вилояти соғлиқни сақлаш бош бошқармаси оналик ва болалик бўйича ўринбосари Аброр Бозоров.**

Шунинг учун лойиҳа доирасида вилоятимиз бирламчи бўғин тиббиёт муассасаларини биринчи баҳолашдан ўтказдик. Ўрганиш натижаларини таҳлил қилиб, аниқланган камчилик ва муаммоларни бартараф этишга ҳаракат қилдик. Туғруқхона, болалар амбулатория-поликлиникари, ҚВП ходимлари бир неча йўналишда ўқитилди. Натижаларимиз эса албатта, ижобий. Бугунги семинарда даволаш-профилактика муассасаларини ташкил бахолаш масаласи эътиборимизни тортиди. Чунки бу баҳолашда тиббий хизмат сифати, мутахасис малақасигина эмас, балки тиббиёт муассасасидаги электр, ичимлик суви таъминоти, бинонинг ҳолати, жиҳозлар билан таъминланиш масалалари ҳам эътиборга олинади.

Лойиҳа оналик ва болаликни муҳофаза қилиш бўйича хизматлар сифатини оширишга қаратилгани билан аҳамиятлидир, – **дейди Қорақалпоғистон Республикаси Амударё тумани бош акушер-гинекологи Мухаббат Юсупова.** – Биласизки, лойиҳа оналик ва болаликни муҳофаза қилиш бўйича хизматларини тақомиллаштириш сифатини оширишда комплекс тизими ишлаб чиқилишини ҳамда сифатни ошириш стан-



туман ва шаҳар тиббиёт бирлашмаси ходимлари, ҳалқаро экспертлар иштирок этишди.

Семинарни Соғлиқни сақлаш вазирлиги ўринбосари Лазиз Тўйчиев очиб берди. Унинг қайд этишича, айни пайтда мамлакатимизда “Соғлом бола иили” давлат дастурида белгиланган вазифалар изчиллик билан амалга оширилмоқда. Мустақилликнинг дастлабки йилларидан юртимизда “Соғлом бола иили” масаласи давлат сиёсатининг устувор йўналишига айланди. Шу боис, Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш тизимиҳаги жорий ислоҳотларни тақомиллаштириш, она ва болаларни саломатлигини юкори даражада саклаб туришга эришиш энг муҳим вазифага айланганлигини алоҳида таъкидлаб, бу каби максадларга йўналтирилган турли лойиҳаларнинг амалга оширилиши натижасида мамлакатимизда олиб борилаётган соғлиқни сақлаш хизматлари ҳалқаро стандартларга мувофиқ бўлиши таъминланадиганлигига ҳам урғу берилди.

Истиқтол йилларида Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш тизимиҳи жуда катта салмоқли ишлар амалга оширилди, – **дейди тиббиёт фанлари доктори, профессор Дамин Асадов.** – Бинобарин, ахоли саломатлигини сақлаш, ҳар томонлама соғлом ва баркамол авлодни тарбиялаш масаласи мамлакатимиз ижтимоий сиёсатининг асосини ташкил эта-



миёсда сифати тиббий хизмат кўрсатилиши таъминланмоқда.

Ўзбекистон Соғлиқни сақлаш вазирлиги, ЮНИСЕФ ва Европа Иттифоқи томонидан Германия ҳалқаро ҳамкорлик жамиятининг (GIZ) “Марказий Осиё – Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш” худудий дастури билан биргаликда ўтказилган амалий семинар доирасида бир қатор маърузалар тингланди. Жумладан, Ўзбекистонда оналик ва болаликни муҳофаза қилиш мисолида тиббий хизматлар сифати, шунингдек, тиббий ёрдам сифатини ташкил бахолаш каби мавзуларда қизиқарли маълумотлар берилди.

“Ўзбекистонда оналик ва болаликни муҳофаза қилиш хизматларини тақомиллаштириш. 2-фаза” лойиҳасининг

дартлари ва тартиб-таомиллари жорий қилинишини кўллаб-куватлайди. Соғлиқни сақлаш тизимиҳи кучайтириш бўйича мазкур тадбирлар Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти кўмагидага Қорақалпоғистон Республикасида синовдан ўтказилмоқда. Бу борада ижобий натижаларга эришмоқдиз. Бундай ҳамкорлик оналик ва болаликни муҳофаза қилиш йўналишидаги саъиҳаракатларимизни янада яхшилашни ва тақомиллаштиришни тақозо этади.

**Семинар якунида иштирокчилар гурӯхларга бўлиниб, долзарб мавзулар юзасидан ўзаро фикр алмашдилар.**

**Элмурод ЭГАМҖУЛОВ.**  
Суратлар муаллифи  
**Анвар САМАТХОДЖАЕВ,**  
**Жасур ЖАЛИЛОВ.**

2014 йил – Соғлом бола йили /

# ЖИСМОНАН, РУҲАН ВА МАҲНАВИЙ РИВОЖЛНИШ

**Мактабгача таълим муассасаси узлуксиз таълимнинг илк бўғини ҳисобланниб, бу босқичда бола кичик ёш давридан катта гурӯҳ сари қадам босади, ҳар томонлама – жисмонан, руҳан ва маънавий ривожлантирилди. Шундан сўнг боланинг умумий ўрта таълим жараёнидаги фаолияти бошланади. Мамлакатимизда 4950 та мактабгача таълим муассасаси мавжуд бўлиб, 581 минг 539 нафар болани ҳар томонлама соғлом ривожлантириши имкониятлари ишга солинмоқда. 51 минг 928 нафар педагог уларнинг таълим-тарбиясига жалб қилинган бўлиб, бундан ташқари кичкинайлар саломатлигини доимий назорат қилиб борадиган умумий амалиёт шифокори ҳамда тиббиёт ҳамширлари ҳам фаолият кўрсатяпти.**

Пойтахтимиздаги Ҳамза туман ҳалқ таълими муассасалари фаолиятини методик таъминлаш ва ташкил этиш бўлимига қарашли 203-“Кичкинот” номли мактабгача таълим муассасасида “Болажон” давлат дастурида белгиланган вазифалар ижросига жиддий ётибор қаратилиб, бунинг учун мавжуд имкониятлардан оқилона фойдаланиммоқда. Ҳафтанинг 5 куни мобайнида эрталабки соат 7 дан бошлаб кичкинайлар ота-онаси, опакаси, бува-буваси ҳамроҳлигида ўз қадрон масканларига кириб келар экан, боғча опалар уларни илиқ ва самими қарши олишади. Ҳали жойлашганига кўп вақт бўлмаган болакайлар харҳаша қилишса, тарбиячи ва энагалар уларни бисотидаги энг ширин сўзлар билан эркала багрига босадилар.

– Муассасамизда 215 нафар турли ўшдаги ўғил-қизларни жисмонан, руҳан ривожлантириш чора-тадбирлари амалига оширилади, – дейди тиббиёт ҳамшираси Зухра Йўлдошева.

– Эрталаб боғчага кириб келган бола фильтрдан ўтказилади, яъни унинг эгни-боши, юзкўзи, сочи, тирногини кўздан кечирамиз. Тана ҳарорати йўқми, уни бирор нарса безовта қиммаятими, ота-онасидан ҳеч қандай шикоят бўлмагачина уни гурӯҳ тарбиячиси қабул қилиб олади. Шу тариқа 8 та гурӯҳда эрталабдан бошлаб соғломлаштириш ва тарбия жарайени бошланади. Икки ёшга қадар турли касалликларга қарши дёярли эмлаб бўлинган болаларни кўпроқ гижжа касалларни бозовта қилгани боис, оналарига вақти-вақти билан уларнинг ахлатини топширишиб, даволаш тадбирлари кўлланади. 31-оиласиий поликлиника умумий амалиёт шифокори Гулчехра Расулова белгиланган кунда бу ерга келиб, тарбияланувчилар соғлигини кўридан ўтказади. Муассасамиздаги соғломлаштириш жараёни гурӯҳ ҳоналари, ошхона, ҳожатхона, ховлининг саранжом-саришталиги, тоза-

ооздалиги билан боғлиқдир. Гурӯҳ ҳоналари ҳар куни болалар уйига кетиши билан хлорамин эритмасида артиб чиқида. Ҳожатхона буюмларини ҳар бир гурӯҳ санитаркаси заарсизлантиради. Кўл ювишда суюқ совундан фойдаланиммоқда. Ўрин-кўрпа чойшабларини икки ҳафтада алмаштириб турамиз. Ҳар бир мактабгача таълим муассасасида бўлгани каби бу ерда болани соғломлаштириш жараёнидан ташқари унинг маънавий дунёсини бойитиш кун тартибидаги асосий масалалардан бирига айланган. Бу ҳар бир гурӯҳ тарбиячисининг фаолияти билан юзага чиқарилади. 8 нафар тарбиячи мутахассислик маълумотига эга бўлиб, уларнинг ҳар бирида бола ёш даражасига кўра белгиланган ўқув предметлари бор. 2 та ясли гурӯхида кўпроқ ўйин машгуллари ташкил қилинса, иккита кичик ва ўрта гурӯҳда бола оддий элементлар воситасида атроф-олам билан таништирилади, унда илк тушунчалар шаклантирилади.

#### Иккинчи кичик гурӯҳ тарбиячиси Дилфузा МУРОТОВА:

– Гурӯхимда 34 нафар бола билан шугулланаман. Эрталабки фильтрлаш жараёнидан сўнг улар билан нонуштага қадар бадантарбия машқларини олиб бораман. Ҳозир ёз, шунинг учун жисмоний машқларни ўз майдончамизда амалга оширамиз. Ҳаво суюқ пайтда гурӯҳ ҳонасида албатта бадантарбия машқларини бажарамиз. Сабаби, аксарият болаларда иштаҳасизлик кузатилади, овқат емагач, унда ланжлик, инжиқлик бошланади. Жисмоний машқнинг камидан 6 та турини 5 мартадан тақрорлаган бола сарфлаган энергиясини қоплаш учун ўз-ўзидан овқатлангиси келади, у тенгкурига қараб ўзини ростлайди, ундан яхшироқ бажаришга интилади. Сакраш, югурлиш, нафас олиш ва чиқариш, қўл, сёёқ, елка, тизза, бўйин машқларини ҳар куни бажариб борган боланинг иммун тизими ҳам мустаҳкамлана боради. Оддийгина бадантарбия машқла-

рининг нафақат бола саломатлиги учун, балки маънавий дунёсини оширишдаги ролига ҳам тарбиячи сифатида амин бўлиб келяпман. Бундан ташқари, гурӯҳ тарбияланувчилари билан тасвирий санъат, аппликация, мусика, атроф-олам билан таништириш бўйича 30-35 дақиқалик машгулут ташкил қиласан. Тасвирий санъатда бола ўз тасаввуридаги нарса-ходисани чизишига ўрганса, аппликацияда рангни фарқлашга, қоғозни қирқиб буюм ясашга малака ҳосил қиласан. Мусикий машгулутда унга кўшиқ ва куй хавола этилади, раксга тушиш ўргатилади. Қайси машгулут тури бўлишидан қатъи назар, бола ақлий, руҳий, жисмоний, эстетик жиҳатдан ривожланти-



рилиб, кейинги босқич – ўрта гурӯхга узатилади. Бу ерда боланинг психофизиологик даражаси инобатга олинниб, “Болажон” давлат дастурида белгиланган билим, кўнимка ва малака меъёрларини эгаллашига имконият яратилади. Сўнгра у тайёрлов гурӯхда умумтаълим жараёнига тайёрланади.

Ўз дилбандини мактабгача таълим даргоҳига кузатган ота-она кўнгли тўқ бўлиб, ишга ёки ўқишига отланади. 203-мактабгача таълим муассасасида кечга қадар ўз фарзандини қолдирадиган ота-оналар бу ерда боласи учун ташкил қилинадиган барча ҳўжалик, тиббий санитария, соғломлаштирувчи тадбирларга гувоҳ бўлиши мумкин. Муассасада тарбияланувчиларнинг овқатланиш рационини ташкил қилишда ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигининг 2000 йил 1 июлдан амалиётга татбиқ қилинган “Мактабгача таълим муассасаларида овқатланишни ташкил этиш меъёrlари тўғрисида”ги бўйруғига

риоя этилади. Ушбу бўйруқда боланинг бир кунлик ўртача истеъмол қиласиган озиқ-овқат маҳсулотлари қатъий таркиби ва миқдори белгиланган. Бунга кўра, 2 ёшгача бўлган бола 80 гр. нон, 500 гр. сут, 180 гр. мева-сабзавот, 120 гр. картошка, 60 гр. гўшт, 12 гр. сариёф, 35 гр. шакар, 3 гр. пишлок, 40 гр. творог 5 гр. сметана истеъмол қилиши керак. Икки ёшдан ошиб, 7 ёшгача бўлган болалар учун айнан шу озиқ-овқат хилларининг миқдори 30-40 граммдан оширилади.

#### Дилноза ИСЛОМОВА, муассаса мудираси:

– Боланинг овқатланиш рационини тўғри белгилаш учун гўшт, сут, парранда, мева, сабзавот маҳсулотлари келтирилиб, улар тановулдан олдин тозалади, термик ишлов берилади. Таомнома тузишда кўпроқ ўзимизда етиширилган қишлоқ ҳўжалик маҳсулотларидан фойдаланишга ётибор берамиз. Нонуштада кўпроқ сутли бўтқа, тушликда салат, суюқ-куюқ таом,

мевали компот тортилади. Айрим болаларда иштаҳасизлик кузатилади, буни бартараф этиш учун улар билан ҳаракатли ўйин, саир амалга оширилади. Айни пайтда муассасамизда меҳнат қилаётган техник ходимлар хўжалик характеристидаги юмушларни ўз вақтида уddyалаб келмокдалар. З нафар ошпаз, 2 нафар санитарка, 3 нафар қоровул, умуман, барча ходимлар даврий тиббий кўридан ўтказилади. Боғча ҳовлиси ҳар куни супуриб-сидирилади, гул ва дарахт кўчтларни доимий парваришида. Бахорда очиқ майдонларга 100 туп атиргул, 30 туп мевали ва манзарали дарахт кўчтларини ўтказдик. Ҳар бир гурӯҳ ўз ўйин майдончасига эга бўлиб, у зарурӣ воситалар билан жиҳозланган. Ҳар бирида кум тўкилган бурчак бор. Бу ерда тарбиячилар бола билан турли ўйинлар воситасида уларнинг кўл моторикасини ҳам ривожлантирадилар.

Мана, ёзнинг ҳароратли кунлари давом этмоқда. Тиббий-педагогик жиҳатдан айтсак, ҳозир ёзги согломлаштириш мавсумидир. Барча МТМ-ларидаги сингари 203-болалар боғчаси ҳам бу мавсумни соз ўтказаяпти. 5x3 ҳажмдаги сув ҳавзаси тозаланиб, таъмирланган. Барча гурӯхларда соғломлаштирувчи тадбирлар саир, чўмилиш, соат 11 га қадар кўёшнинг ультрабинафаша нурини қабул қилиш, ўйин каби босқичлар билан амалга оширилади. Бола чўмилишдан аввал ва кейин душ қабул қиласан. Шу тариқа ёз фаслининг ҳароратбахш кунлари орқали ҳар бир кичкинот соғломлаштирилади.

**Хулкар КУЗМЕТОВА, Суратлар муаллифи Жасур ЖАЛИЛОВ.**

ўтказилди. Мутахассислар репродуктив саломатликнинг аҳамияти, соғлом турмуш тарзига риоя қилиш, чекишининг заарли оқибатлари, эрта турмуш қуриш ва қариндошли никоҳларининг аянчли натижалари ҳақида батафсил тушунча ва маълумот беришди.

Худди шундай тадбир тумандаги “Богишамол” маҳалла фуқаролар йиғинида ҳам давом эттирилди.

**Муҳаммаджон МАҲМУДОВ, меҳнат фахрийи.**

## АҲОЛИ САЛОМАТЛИГИ – ДОИМИЙ ЭЪТИБОРДА

тадбирда аёллар ва болалар тиббий кўридан ўтдилар, уларга мутахассислар томонидан зарур тавсия ва маслаҳатлар, белуп дори-дармонлар берилди. Тақдим этилган байрам совғалари – аравачалар, кўлтиқтаёқ ва ҳассалар имконияти чекланган қишиларнинг севинч ёшларига сабаб бўлди. Шунингдек, меҳнат фахрийла-

ри бўлган отахону онахонларга санаторийларга белуп йўлланмалар тақдим этилди.

Тиббий-ижтиҳомий патронаж гурӯҳ мутахассислари Қўштепа тумандаги “Лангар” маҳалла фуқаролар йиғинида жойлашган 8-сонли мактабгача таълим муассасасига ҳам ташриф буюришиди. Муассасадаги 70 нафар болажон тиббий кўрик-

дан ўтказилиб, уларга гигиеник воситалар, витаминли ичимликлар ва дори дармонлар таркатилиди.

Шунингдек, тумандаги “Одилхўжаев Шер Илҳом” фермер хўжалиги дала шийпонида хўжалик аъзолари Қўштепа тумани тиббий бирлашмаси шифокорлари ва патронаж гурӯхи томонидан тиббий кўрикдан

“Соғлом бола йили” давлат дастури доирасида ҳамда мустақиллигимизнинг 23 йиллиги муносабати билан “Соғлом авлод учун” ҳалқаро хайрия фонди Фарғона вилоят бўлими тиббий-ижтиҳомий патронаж гурӯҳи мутахассислари вилоят туманларида бўлишиб, бу ердаги оналар ва болаларни тиббий кўрикдан ўтказдилар.

Фарғона туманидаги “Чимён” шаҳарча фуқаролар йиғинида ташкил қилинган бундай

## Шифокор ён дафтиридан

## ҚУВОНЧДАН ЁШЛАНГАН КЎЗЛАР...

**Дунёга келдинг, мурғак қизалоқ, Үсиб, улғайгин, баҳтиңгни берсин. Биз бир сабабчи инсонмиз, бироқ, Оллох, илоҳим шифосин берсин.**

**Онанг яшамоқда бағрини тилиб, Ҳаёт ташвишлари у ёқда турсин. Сенинг дардингга бардошли бўлиб, Оллох, илоҳим шифосин берсин.**

28 июнь. Куёш оловини пуркаган, хаво айни исиб, кишининг салқин хонадан ташқарига чиққиси келмайдиган ёз кунларидан бири. Аммо, ҳаёт қизин давом этмоқда. Одамлар ҳаракатда.

Одатдагидек, шифокорлар эрталаб ўз иш жойларига келаркан, беморлар уларни кутиб, кўзлари тўрт бўлиб ўтиради.

Соат 8.00. Ходимлардан бирининг баланд овозда: "Мажлис вақти бўлди", деган қафири эшитилди.

Ҳамма ўз ўрнини эгаллади. 8-10 дақиқа давомида йиғилишда наубатчилик жараённида беморларнинг ахволи тўғрисида ахборот берилди. Ҳисобот якунига етар-етмас, эшик олдида турган ходимлардан бири келиб: "Азизбек, сизни сўраб икки аёл келишибди. Маслаҳатли иши бор экан", деди.

Биласизми, бундай гапларни эшигандана инсон жуда фурурланин кетади. Қалбим алланечук бўлиб, улар томон ошиқдим. Ахир, мендек, эндиғина клиник ординатуранинг иккинчи босқичини тамомлаётган, юксак чўққиларни кўзлаб, устози ортидан илм сарип олға қадам ташлаётган 27 ёшли интилувчан йигит учун бу улкан ифтихор.

Дадил-дадил қадам босиб, шижоат билан бўлим эшиги олдига яқинлашарканман, икки қўлида халта кўтариб олган, қайноналарга хос савлатга эга, ёшлари улуф, бир умр меҳнат қилиб яшаган заҳматкаш аёл, иккинчиси эса ҳаёт ташвишларидан эзилган, қўлида хали онанинг бағридан ажралишни истамаган фарзандини юпаштишга уринаётган бир "муштипар онаизор" турарди.

Юрагим эзилиб кетди. Сездирмасликка ҳаракат қилиб, улар билан саломлашдим: "Ассалому алайкум. Келинглар, мен Азизбекман, нима хизмат?", дедим.

Шунда фарзандли аёл шоша-пиша рухсат сўрагандек бўлиб, ёнидаги шеригига бир нигоҳ ташлади-да, менга қараб:

— Биз Фарғонадан келдик. Сизга учрашишимизни айтишганди, — деди.

Унинг овозидаги ҳазинлик ҳар қандай дийдаси қаттиқ, юраги тош инсонни ҳам бир бора ўйланишга ундарди. Мен аёлнинг хатти-ҳаракатларини кузатиб, унга далда бўлсин деган мақсадда самимий гапира бошладим:

— Биздан нима ёрдам керак, тортиңмай айтиверинг, қўлнимиздан келганича ёрдам берамиш, — дедим.

Нима демоқчилигимни билиб, келиннинг ёнидаги онахон:

— Бизни домла Жуманазар Бекназаровга юборишиди. Фарғонадаги шифокорлар сизларга учрашишимизни айтишиди. Илтимос, бизни домла билан учраштиринг, — деди шошибигина.

— Майлику-я, ҳозир домла меҳнат таътили билан сафарга кетгандилар. Ичкарига киринглар, узок йўлдан ҳориб келибсизлар, батафсил гаплашамиз, — дебе уларни шифокорлар хонасига бошладим. Хонада Мухибillo ислми домланинг тажрибали шогирди ўтиради. Бу мен учун айни мудда эди:

— Мухибillo ака! Домлага Фарғонадан бемор юборишибди, маслаҳатнинг зарур, — дебе илтимос қилдим.

Мухибillo ака "Олиб келинг-чи!" деди. Онахон билан аёлга қараб, киринглар опа, деб ўрнимдан турдим. Она хонадаги стулга ўтирас экан, қизалоги дардига даво топилганидек фамгин юзига илиқлик югурниб, шифокорга қаради.

— Эшитамиз, нима гап? Қизалоқни нима безовта қилаляпти, — деди Мухибillo ака.

— Кизим 9 ойлик, ўзи пешоб кила олмайди, ичини хуқна қилиб келтираман, — аёл фарзандини бағрига босиб, йифламсираб сўзлади.

— Қаондан бўён шундай? — деба астасекинлик билан касаллик сабабини таомомила билишга киришди Мухибillo ака.

— 4 ойлигидек Фарғонада орқа мия чуррасини операция усули билан олиб ташлашган. Ўшандан сўнг сийдик тутилиб қолиши касаллигига учради, — деди онаси.

Шифокор қизалоқнинг холатини тўлиқ билиши учун саволлар беришда давом этди:

— Қанақа текширувлардан ўтказдингиз?

— Аёл докторнинг саволига жавоб тариқасида сумқасидан бир талай қофозларни чиқарди:

— Ҳамма текширув натижаларини олиб келганиман. Мана, кўринг-чи, доктор. Фарғонадаги докторларнинг айтишича, сийдиги бўйрагига қайтиб чиқаётган экан. Чораси бормикан деб шу ергача келдик, — деба шифокорнинг кўзларига термилди онаизор.

Мухибillo ака синчковлик билан рентген тасвирлари ва текширув козголарини бирма-бир кўриб чиқди-да, тасвирдаги маълумот ноаниклигини тушуниб, менга қаради:

— Қизчани цистограмма текшируви қилиш керак, Азизбек!

Мухибillo аканинг нима демоқчилигини дарҳол тушундим:

— Хўй бўлади, ака. Бугун бажарамиз, — дедим-да аёлларга юзландим. Шуни кутиб тургандек онахон оғзини тўлдириб, нафаси бўззига тиқилиб, гапира кетди:

— Азизбек! Текширув шу шифохонанинг ўзида килинадими? — Шошибигина сўзлаётган онахоннинг ҳамма ташвишини англашим-да, хотиржам қилиш учун қандай ёрдам керак бўлса, улар билан бирга эканлигимни айтдим.

— Майли, Азизбек, биз пастда бўламиз, — деб, икки аёл хонадан чиқди.

Аёллар билан сұхбатлашиб, бемор қизалоқ ҳақида тўлиқ маълумотга эга бўлдим.

Мадинахон исмли бу қизалоқ 4 ойлигидек орқа мия чурраси операциясини бошидан ўтказган. Шундан сўнг ўзи мустақил на пешоб кила олади, на ичи келади. Яхшиямки, тогдай бардошли онахон яратган экан. Ҳаёт ташвишларидан эзилган аёл қизалогини ўзи хуқна қилдириб, ичини келтириб, кечаси ухладётган пайтида бирдан чинкираб қорнини ушлаб йиглашини ва бу ҳолатда қовуғига сийдик чиқариш мосламаси (катетер)ни кўйиб, қизалогини сийдиришини куюниб гапирди. Она қайта-қайта ҳар сўзининг орасида: "Азизбек, қизимни даволаса бўладими, айрим шифокорлар даволаб бўлмайди, умр бўйи шу ҳолатда қолади, дейишияпти. Шу гап ростми", деба сўрайверишидан юрагим безовта бўларди. Уларни тинчлантиришга уринардим.

— Шошибилнглар, текширув натижасини кўрайлик, кейин сизнинг саволларингизга жавоб бера оламан. Ҳафа бўлманс, опа, Худойим сўйған бандасига дард беради, давосини ҳам ўзи беради, албатта, — дедим бошқа гап топа олмасдан.

Кизалоқни рентген столига ётқизар эканман, бечора юзида қўркув билан онасига интилиб: "Онахон мени бу ердан олиб кетинг", дегандек, йиглай бошлади. Қизалоқнинг кўзларидаги мунг, овозидаги ингрок, унинг дарди нечоғлик азоб бераётганлигини яна бир бор исботлаб туради.

Жараён тугади. Текширув хулосасига кўра, ўнг томонда пешоб қовуқдан бўйракка қайтиб чиқиб бораётгани аниқланди. Ташхис аниқ! Қандай даво қилиш керак?! Бу муаммони факат домла ҳал қила оларди. Бироқ у киши хизмат сафари билан Хоразмга кетган.

Онаси эса ҳар лаҳзаниғанимат билиб, тезроқ фарзандини бу азоблардан куткарғиси келарди, шу боисми, тақрор-тақрор таъқидласам ҳам, бир саволни қайтараверарди: "Азизбек, домла қаҷон келадилар?"...

Бу интиқлик беғубор, ҳали яшашининг таъмини тўла татиб кўрмаган, ҳаётга ташалик билан қараётган мурғак қизалоқнинг тақдирни учун кураш эди.

Ҳа, уларга албатта, ёрдам бериш керак. Қизалоққа ҳаёт бахш этиш зарур. Шу боис Мухибillo ака билан узоқ маслаҳатлашиб, маълум вақт мулажа қилиш кераклигини айтдик. Икки аёл хурсанд бўлганича айтилган фурсатда келамиз дейишиб, шифокорлар хонасидан хайрлашиб чиқиб кетишиди.

**Орадан 4 ой ўтди.** Куз. Ҳар кунгидек менга бир нечта телефон қўнғироқлари бўларди. Беморлар домлани қаердан тошип кераклигини сўрарди. Ҳар бир қўнғироқдан бу ҳаётда кимгадир керак бўлиб яшаш нақадар буюк саодат эканлигини англардим. Қалбан мен изидан бораётганим — устоз Жуманазар акага ўхшагим келади.

Мана, яна бир телефон қўнғироги, лекин бу овоз бошқаларнидан фарқли. Жуда фамгин, дардли, кўнгли тўлиб турган аёлнинг овози.

— Мен Фарғонадан телефон қиляпман. Мадинахоннинг аясиман.

Аввалига танимадим, сўнgra эсладим. Ҳол-аҳвол сўрадим. Аёлнинг турмуш ўртоғи жигар касаллиги билан оламдан ўтганини, шу сабабли белгиланган вақтда келиш имкони бўлмаганини изтироб билан сўзларди.

— Майли, опа, Худо дадасининг умрини сизга ва фарзандларига қўшиб берсин!

Аёлнинг сўзларини сабр билан тингладим-да, тасалли бериб, домланинг қабулига келаверишини айтдим.

Сийдик чиқариш мосламаси (катетер)-ни олиб ташлаганимда, бемор бир кун сиймади, учрашганимизда аёл қизалоқнинг ҳолатини тушунтира бошлади.

— Чинқираб йиглаб, иссиғи тушмади. Шифохонага олиб бориб яна сийдик чиқариш мосламаси (катетер)ни кўйидирдим. Бошқа иложим бўлмади.

Аёл сўниб бораётгандек шамдек сўзларди. Аммо ишонардимки, у тортган изтиробларининг рағбатини олади. Шамдек эриб борса-да, унинг шульласини сақлаб қолишимиз кераклигини, ана шу ёғду билан у келажакда фарзандларининг йўлини ёритишини хис этардим. Ички бир куч билан ҳаёт майдонида — курашга отландим.

Кизалоқни қайтадан текширишга қарор қилдик.

Домла текширув натижаларини синчиклаб ўрганиб, пешоб ўнг томонда қовуқдан буйракка қарор чиқишини ва қовуқдан пешоб чиқиши ўйлида тўсиқ борлигини тушунтириди. Операциядан бошқа чора йўқлигини, дорилар билан даволаб бўлмаслигини айтди...

\* \* \*

**Орадан 14 йил ўтди...**

2014 йил. Ҳароратли кунлардан бири. Хизмат сафари билан Фарғона вилоятидаман. Айтганларича бор экан, водийнинг ҳавоси ўзгача ёқимли. Юмшоғеъл одамлари шинаванда. Ҳуллас, беморларни текширудан ўтказилеман-у, худдики, дам олаётгандай завқланяпман. Кайфиятимни яна бир ходиса янада ўзгартириб турбанини айтмасам бўлмайди.

Ҳа, халқимиз топиб айтади: "Тоғ тоб билан учрашмайди, одам одам билан учрашади".



Қабулимга бир аёл 14-15 яшар қизи билан келди. Она ёнидаги қизига: "Кел қизим, кира қол, сени операция қилган докторинг келибди!" деба хурсандчиллик билан ичкарига бошлади.

— Ассалому алайкум, Азизбек! Бизни танияпсизми? Қизим Мадинахонни эслай оласизми!

Уларга ажабланиб қараб турганимни кўриб, аёл сўзида давом этди:

— Чакалоқлик пайтида домла билан Тошкентда операция қилгансиз. Жуда оғир ахволда эди.

Уларга термулиб, хотиралар жонлана бошлади. Йиллар ортга қайтди. Вақтнинг шиддат билан ўтишини қаранг. Мадина кап-капта киз бўлибдику. Унинг соғлом бўй-бастини кўриб, лабимга табассум юргорди:

— Сиз, ўшами, — беихтиёр ҳазиллашиб гап келди улар билан.

Аёл бирдан хандон отиб кулиб юборди. Шунча йилдан бўён... Унинг неча бор фамгин қиёғасини кўравериб, бу кулишлар худдики вулқон отилгандек хонян ларзаг келтириди.

— Азизбек, ҳаммаси яхши! Зўр! Сизнинг келганингизни эшитиб, раҳмат айтиш учун келдик. К

**Специалист рекомендует**

# В РАЗГАРЕ ЛЕТНИЙ ЗНОЙ

У каждой географической зоны свои особенности, и население каждой страны за много лет уже приспособилось к климатическим свойствам, присущим тому или иному времени года. Мы привыкли к тому, что зима сопровождается обильными снегами и морозными днями, в связи с чем следуем правилам, помогающим нам уберечь свое здоровье в холодный период. Но, как ни удивительно, наше здоровье требует заботы в летний зной не меньше, чем в зимний мороз. В данной статье читатель может ознакомиться с простыми советами, которые помогут ему уберечься от последствий летней жары. Пора жарких солнечных дней, именно в этот период организм человека ощущает потребность в спасении от зноя. Как можно этого добиться?

**В жару у взрослых и особенно у детей пропадает аппетит. Нельзя ли избежать этого с помощью рационального питания?**

Под воздействием высокой температуры и солнечного облучения снижается отделение пищеварительных соков, отсюда и снижение аппетита. Однако правильное питание может ослабить это неприятное явление. Прежде всего следует использовать блага, которые дает жаркое лето. Я имею в виду изобилие овощей и фруктов. Наш рацион должен быть насыщен ими. Среди продуктов, богатых белками, в летний сезон предпочтение следует отдавать молоку, молочным продуктам, нежирным сортам мяса и рыбе. Жирное мясо требуется для усвоения более напряженной деятельности пищеварительных желез. В условиях жаркого климата наиболее рационально четырехразовое питание: завтрак — 20-25 процентов суточного количества калорий, в обед — 20, в полдник — 35-40 и вужин — 15-25.

**Как и чем лучше утолять жажду?**

При высокой температуре воздуха организм человека за час теряет до 1,7 литра воды. Чтобы восполнить большие потери влаги, человек выпивает за день 8-10 литров различной жидкости. Надо помнить, что с потом из организма выделяются минеральные соли, водорастворимые витамины и микроэлементы. А все эти вещества очень нужны организму. Частое и обильное питье в жару нежелательно. Также нежелательно и длительное воздержание от питья. Как же быть? Что рекомендует по этому поводу наука о питании?

Утром за завтраком надо утолить жажду полностью. В обеденный перерыв много пить перед приемом пищи не следует, так как это в какой-то мере приводит к разбиванию желудочного сока и снижает его переваривающие способности. При сильной жажде рекомендуется ограничиться прополаскиванием рта и несколькими глотками воды. После еды можно пить до полного удовлетворения жажды. Во второй половине дня следует соблюдать такой же питьевой режим, как и в первой. За ужином вновь можно пить сколько хочется. Для утоления жажды важно не только количество жидкости, но и ее свойства. Хорошо утоляет жажду зеленый чай. Он обладает способностью повышать желудочную секрецию, медленнее черного чая выводится из организма. Полезны также холодный отвар из различ-

## Как сохранить в помещении хотя бы относительную прохладу?

Надо откровенно признать, что многие благоустроенные жилые дома, выстроенные за последние годы, не совсем отвечают гигиеническим требованиям по созданию микроклимата в условиях жаркого лета нашей республики. Это особенно ощущается в крупнопанельных домах. Здесь большое значение приобретают правильная ориентация и планировка жилых зданий в микрорайоне, озеленение и обводнение. Очень важно также создать движение воздуха внутри помещения. Но некоторая часть людей панически боится сквозняков и всячески ограждает от них себя, своих близких, особенно детей. С медицинской точки зрения это неправильно. Дело в том, что для сохранения комфорта внутри помещения на каждого человека должно приходить 10-20 кубических метров воздуха с вентиляцией 250 литров в час. Такая вентиляция необходима, чтобы в помещении не скапливался углекислый газ. Следовательно, нужно постепенно привыкнуть к перемещению воздуха, иначе вы будете подвержены простуде при любом дуновении ветерка и особенно при включении вентиляторов, которые в нашем климате необходимы.

Прохладу внутри помещений сохраняют солнцезащитные жалюзи или занавески из соломки, деревянных планок на окнах. К этим приспособлениям целесообразно прибегать во время подъема температуры и прямого попадания солнечных лучей, а рано утром, вечером и ночью окна следует оставлять открытыми.

обслуживающим организациям для смягчения неблагоприятных условий жаркого лета?

В жару благотворно влияет на организм принятие холодного душа. Несмотря на то, что у нас в городах есть возможность создать летние душевые установки, этому важному мероприятию не уделяют должного внимания. Ведь когда-то Ташкент славился своими душевыми установками. Целесообразно было бы в жаркий сезон года в областных городах и районных центрах создать летние душевые установки. Это способствовало бы улучшению здоровья населения и повышению работоспособности. Несмотря на то, что из года в год улучшается обеспеченность населения питьевой водой, устанавливаются автоматы газированной воды, еще плохо обстоит дело с установками на многогодных улицах достаточного количества питьевых фонтанчиков; надо усилить контроль, чтобы они исправно работали. Если соблюдать гигиенические условия, о которых мы рассказали, можно лучше приспособиться к повышенной температуре окружающей среды, легче сохранять работоспособность.

**А. ТОХИРИЙ,  
старший преподаватель  
ТашИУВ.**

## **Мутахассис маслаҳати**

**Мана, ўлкамизда мева-сабзавот ва полиз экинларининг айни пишиқчиликка кирган бир давридир. Ушбу маҳсулотлар бозор расталарида ўз таровати билан ҳар бир киши эътиборини жалб этади. Ҳатто бозорнинг ўзидаёт маҳсулотларни ювмасдан туриб, мазасини татиб кўрамиз. Лекин уларнинг санитария-гигиеник ҳолати, шунингдек, текширув лабораторияларидан ўтказилган таҳлиллари билан қизиқмаймиз. Бунинг натижасида ўткир юкумли ичак касалликларига чалиниб колишимиз хеч гап эмас...**

# ЎТКИР ЮҚУМЛИ ИЧАК КАСАЛЛИКЛАРИДАН САҚЛАНИНГ

Ўткір юқумли ичак касал-  
лукларига корин тифи, сальмо-  
нелләз, ичбуруғ, вирусли ге-  
патитнинг “А” тури, ротавирус-  
ли гастроэнтерит ва бошқа бир  
қатор касаллуклар киради. Бу  
касаллукларнинг барчасига  
мавсумийлик хос бўлиб, йил-  
нинг иссиқ кунларида кўпроқ  
учрайди.

Касаллик қўзғатувчили-  
нинг одам организмига тушиб,  
токи касалликнинг илк аломат-  
лари пайдо бўлгунича маълум  
бир вақт ўтади. Бу давр белги-  
ларсиз кечади ва у касаллик-

Ўткир юқумли ичак касалликларини ташқи мұхиттега анча чидамли бўлган бактерия ва вируслар қўзғатади. Ичак инфекциялари қўзғатувчиларнинг барчаси ташқи мұхиттега анча чидамли бўлади. Масалан, қоринтифи микроблари оқар сувда, сабзавот ва меваларда 5 кундан 10 кунгача, кўлмак сувда 1 ойгача, нон ва нон маҳсулотлари юзасида 50 кунгача тириксақланади. Сальмонеллэз қўзғатувчилари озик-овкат маҳлариз кечади ва у касалликнинг яширип даври ҳисбланаади. Ўткир юқумли ичак касалликларида бу давр бир неча соатдан 21 кунгача давом этиш эҳтимоли бор. Сальмонеллэз касаллигига яширип давр 6 соатдан 2 кунгача, ичбуруғ касаллигига 2 кундан 7 кунгача, қоринтифида 7 кундан 21 кунгача ва вирусли гепатиттинг “А” турида 7 кундан 35 кунгача давом этади. Бу давр айрим ҳолатларда қисқариши ва чўзилиши хам мумкин.

күзғатуучилари озиқ-шоқта маҳсулотларда құлай шароитларда күпайиши ҳам мумкин. Мазкур касаллик құзғатувчиларнинг манбалари бемор ва бактерия ташувчилар ҳисобланади. Улар юқумли касаллик құзғатувчиларини асосан ўзларининг ахлатлари билан ташқи мұхитта чиқаради ва атроф-мұхитни шу касаллуктар құзғатувчилари билан ифлослантиради. Ичбуруғ касаллуги билан оғриган беморнинг 1 грамм ахлатидан 1 миллионгача, қоринтифи билан оғриган бемор ёки бактерия ташувчининг 1 грамм ахлатида эса 10 миллион донагача касаллик тарқатувчи бактериялар бўлиши мумкин. Ўтниң тарқатувчи мөрбие мумкин.

Үткір юқумли ичак касаллік-ларининг юқиши йүллари бир-бирига үхшаш бўлса-да, уларнинг ҳар бирини етакчи юқиши омиллари бор. Масалан, қоринтифи касаллигига етакчи юқиши омили сув ҳисобланса, ичбуруғ ва сальмонеллэз касалликларида эса етакчи юқиши омилларига озиқ-овқат махсулотлари киради. Мазкур касалліклар одамларга маишӣ мулокот, шунингдек, касаллик қўзғатувчилари билан ифосланган озиқ-овқат махсулотлари ва сув истеъмол қилиш натижасида ҳамда оғиз орқали юқади. Ёз ойларида ўткір юқумли ичак касаллікларининг фаоллиги ошади. Аҳоли кўпроқ сув, ҳар хил чанқовбосди ичимликлар ичади, мева-сабзавот, кўкатлар та олио келади.

Аҳолини тоза ичимлик суви билан таъминлаш, санитария тозалиги ва ободонлаштириш ишларини мунтазам амалга ошириш, умумий овқатланиш, озиқ-овқат махсулотларини ишлаб чиқариш ва уларнинг савдоси билан шуғулланадиган корхоналарда санитария қоида ва талабларига риоя қилиш ҳамда аҳолини санитария маданиятини кўтариш, ўткір юқумли ичак касаллікларининг олдини олишда муҳим аҳамият касб этади. Бунинг учун овқатланишдан олдин, ҳожатхонадан сўнг қўлларни совунлаб ювиш, тирноқларни вақтида олиш, ўз сочигидан фойдаланиш ўткір юқумли ичак касаллікларининг олдини олишда муҳим роль ўйнайди.

**Азизбек НИЗОМОВ,  
Республика саломатлик  
ва тиббий статистика  
институти Тошкент  
шахар филиали  
мутахассиси.**



— Спорт и я неразделимы, с этой ракеткой я объеду весь мир.

## Добрые советы ПОГОВОРИМ о витаминах

**A** – принимает участие в механизме зрения и роста, он также необходим для хорошего состояния кожи. Каротин является провитамином А. Он находится только в овощах. Это биологический антиоксидант.

**D** – регулирует содержание кальция в организме и фосфора, укрепляет и поддерживает рост костей. Продукты: рыбий жир, ливер, яичный желток, мясо, молочный жир.

**E** – биологический антиоксидант, защищает мембранны и продлевает жизнь красных кровяных телец. Он также сохраняет витамин А. Продукты: масло, ливер, зеленые овощи, яйца, молоко.

**K** – необходим для хорошей свертываемости крови. Продукты: зеленые овощи, картофель, фрукты, ливер, мясо, яйца.

**B<sub>1</sub>** – необходим для нормального функционирования нервной и мускулатурной системы. Продукты: ливер, мясо, рыба, молоко, яйца, фрукты, овощи, дрожжи.

**B<sub>2</sub>** – принимает участие в поддержании хорошего состояния кожи и зрения. Продукты: ливер, молоко, яйца, дрожжи, мясо, овощи, рыба, фрукты.

**B<sub>6</sub>** – необходим для кислотного и аминокислотного метаболизма, принимает участие в синтезе красных кровяных телец и в хорошем функционировании нервной системы. Продукты: потроха, мясо, рыба, зерновые, зеленые овощи, фрукты, дрожжи.

**B<sub>12</sub>** – антианемик, принимает участие в нескольких энзимических реакциях, необходим для синтеза протеина и красных кровяных телец. Продукты: потроха, мясо, рыба, дрожжи, молочные продукты.

**РР** – необходим для различного вида метаболизмов, принимает участие в функционировании нервной системы. Продукты: ливер, мясо, рыба, овощи, фрукты, пивные дрожжи.

**B<sub>5</sub>** – принимает участие в хорошем состоянии волокон кожи. Продукты: ливер, мясо, овощи, фрукты, молоко.

**B<sub>9</sub>** – необходим для элементов репродукции, принимает участие в производстве красных кровяных телец и позволяет избежать анемии. Продукты: ливер, овощи, молоко.

**H** – принимает участие в синтезе расщепления жиров, помогает поддерживать хорошее состояние кожи и волос. Продукты: ливер, овощи, зерновые, арахис, грецкие орехи, шоколад, желток, молоко.

(По материалам Интернета).

«Ўзбекистонда соғлиқни саклаш – Здравоохранение Узбекистана» газетаси жамоаси таҳририятнинг сабиқ ходими вафоти муносабати билан унинг оила аъзолари ва яқинларига чукур таъзия изҳор этади.

Миржалол МИРАЛИЕВнинг

вафоти муносабати билан унинг оила аъзолари ва яқинларига чукур таъзия изҳор этади.

Газета  
муассиси:  
Ўзбекистон  
Республикаси  
Соғлиқни  
саклаш  
вазирлиги

Бош муҳаррир Асилбек ХУДАЯРОВ  
Нашр учун масъул  
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. Интернет саҳифаларидан фойдаланилган суратларга «@» шартли белгиси кўйилади.

## Китоб жавонингизга

# ТИББИЁТ ХОДИМИНИНГ МАЪНАВИЙ КЎМАКЧИСИ

Пойтахтимиздаги “Янги аср авлоди” нашриётида А. Усмонхўжаев, Р. Салиходжева, Ш. Ризаев, Ў. Абилов ва М. Тўрахонова муаллифлигига ҳамда тиббиёт фанлари доктори, профессор А. Алимов умумий таҳрири остида “Тиббиёт ходимлари маънавияти” китоби чоп этилди. Китоб ўзидағи чукур фалсафий ифодалари, мазмунли ва маънодор фикрлари билан ғоят аҳамиятлидир.

Тиббиёт ходими маънавияти – бу аслида жуда кенг тушунча бўлиб, унда соҳа ходимларининг маънавий фазилатлари, уларнинг маданий ва маърифий қарабалари ўз ифодасини топади. Таъкидлаш ўринники, маънавият – аждодларни авлодларга, ўтмиши бугунга, бугунни эса келажакка боғловчи кўпприк ҳисобланади. Маънавияти инсон, имонли, вижонли, иродаси мустақилликнинг илк йиллариданоқ мамлакатимизда айнан ана шундай соғлом фикрли, иродали, юксак маънавияти, баркамол авлодни тарбиялашга катта эътибор берилмоқда.

Давлатимиз раҳбарининг “Юксак маънавият – енгилмас куч” асари эса ҳар бир соҳа вакилларининг маънавияти юксалишига, жумладан, тиббиёт ходимларининг касбий салоҳияти ва маънавий дунёсини бойитиш учун дастуриламал бўлиб хизмат килмоқда.

“Тиббиёт ходимлари маънавияти” китоби бу йўналишдаги саъй-ҳаракатларнинг узвий давомидир. Китоб тўртта бўлумдан иборат бўлиб, ҳар бир бўлум ўзининг кенг қамровилиги билан ажralиб туради. Хусусан, “Маънавият – қалб кўзгуси” деб номланган **биринчи бўлумда** маънавият, Ватан туйғуси, миллий фоя каби ўнлаб тушунчалар ҳақида жуда мухим фикрлар берилган.

“Маънавият кўпроқ инсоннинг ички, ботиний, яширин дунёсини акс эттиришdir. Инсоннинг ички ботиний дунёси эса мисоли гавҳар тўла тубсиз денгиздир. Бу денгиздан қанча гавҳар олсангиз тугамагани сингари инсон ички дунёси ҳам тубсиз, ранг-баранг намоён бўлаверади. Инсон қалбига, ботиний дунёсига канчалик чукур кириб борсангиз, шунчалик янгидан-янги қирраларни кашш “этамиз” дейлади китобда. Демак, тиббиёт ходимлари энг аввало, инсон қалбига чукур кириб бориши, унга йўл топиши керак. Шифокорлар зиммасида ахолининг сиҳат-саломатлиги ва ҳаётини саклашдек ғамхўрлик масъулияти бор экан, улар ўз касбларига ҳалол, юксак масъулияти хисси билан ёндашиши, маънавий бурчлари ва деонтологик маданиятига содик бўлишлари талаб этилади.

**Китобнинг иккинчи бўлуми** “Тиббиёт ва маънавий мерос” деб номланган. «Тиббий мерос» деганда кўз олдимизда улуғ олим, тиббиёт дарғаси Абу Али ибн Сино намоён бўлади. Шу боис ҳам битта боб аллома ҳаётни ва ижоди, унинг тиббиёт, маънавий, фалсафий қарабаларига багишланган. Айниқса, китобда улуғ алломанинг “Тиб қонунлари” асари ҳақида ҳам қимматли маълумотлар келтирилган. Ушбу асар инсон танасининг соглом ва носоғлом пайтидаги ҳолатларига нисбатан илмий ёндашувда фойдаланилган жаҳондаги биринчи китоб ҳисобланади.

**Китобнинг мазкур бўлумида** Буқрот (Гиппократ), Маймонид, Ўзбекистон шифокорлари қасамёдлари ўз ифодасини топган.

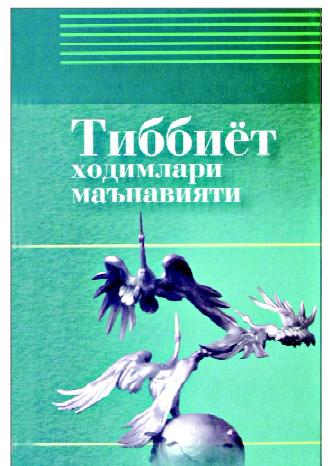
“Тиббиёт ва маънавият” деб аталувчи учинчи бўлум китоб мазмун-моҳиятини тўла маънона очиб берган. Жумладан, тиббиёт деонтологияси – тиббиёт ходимининг бурчи, одоби ҳақидаги фан тўғрисида мухим аҳамиятга эга маълумотлар баён этилган. “Ўз умрини савоб иш – табиблика бахш этган одам, энг аввало, саҳий, муруватли, соддадил, ҳақгўй, беғараз ва адолатпарвар бўлмоги керак. Ташки қиёфаси эътиборга лойик, камсукум ва камгап, очик чехрали, боқишилари мулоим ва табассумли, озода ва камтарин кийинган бўлиши лозим. Зоро, унинг қўринини ва хатти-ҳаракатлари бемор ва унинг қариндошлари орасида хурмат ва ишонч туйғусини уйғота олсин. Тиббиёт ходимининг самимийлиги у қилимочи бўлган муолажанинг аввалидир” деган фикрлар (Ибн Сино) маънавияти тиббиёт ходимини яққол намоён этади.

Китобнинг “Маънавият ва саломатлик” деб номланган **тўртинчи бўлумида** ҳам маънавият тушунчасининг янги қирралари илмий ва маънавий қарабаларда баён этилган. Хусусан, биоэтика, валеология, тиббиёт ва психология, оила ва жинсий ҳаёт, эмоция, стресс ҳақида батағсил маълумотлар, ушбу тушунчаларнинг мазмун-моҳияти, аҳамияти кенг таърифланган.

**Шунингдек, китобда маънавият лугати, давлат рамзлари,** “Фуқароларнинг соғлигини саклаш тўғрисида”ги қонун, Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Миллий фоя тарғиботи ва маънавий-маърифий ишлар самарадорлигини ошириш тўғрисида”ги ва “Ўзбекистон Республикасида ёшларга оид давлат сиёсатини амалга оширишга қаратилган қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги Каорлари, Ўзбекистон Республикаси Президентининг 451-сонли Каори асосида Соғлиқни саклаш вазирлиги тизимидағи даволаз-профилактика ва тиббиёт таълим муассасаларида Миллий фоя тарғиботи ва маънавий-маърифий ишлар самарадорлигини оширишга қаратилган намунавий тадбирлар дастури, тиббиёт муассасаларидағи «Маънавият ва маърифат хоналари»ни жиҳозлаш бўйича тавсиялар чоп этилганки, бу тиббиёт ходимлари учун яна бир мухим қўшимча манба саналиб, шифокорларнинг маънавиятини янада бойитади.

**Хулоса шуки, мазкур китоб тиббиёт ходимларини маънавий камолотга етаклаб, уларнинг шахс сифатида такомиллашуви ва маънавий қиёфаси юксалишига хизмат қиласи.**

Таҳририят.



Газета «ШАРҚ» нашриёт-матбода акциядорлик компанияси босмахонасида

чоп этилди. Корхона манзили: Буюк Турон кўчаси, 41-й.

Газета ҳажми 2 босма табоқ. Формати А3. Офсет усулида босилган.

Саҳифалорчи Баҳтиёр КЎШОКОВ.

Босмахонага топшириш вақти – 20.00.

