

Tibbiyotning oliy maqsadi – inson salomatligiga erishishdir

О'zbekistonda sog'лиқи saqlash Здравоохранение Узбекистана



Газета 1995 йил октябрь ойидан чиқа бошлаган • www.uzssgzt.uz, info@uzssgzt.uz • 2016 йил 15 январь • № 2 (1075)

ЮРТИМ САРВАРИ БҮЛ, БОЛАЖОН!



Дард кўрмагин асло, Болажон,
Софлом ўсгин, доим бўл омон.
Соф тандаги соғлом ақлингдан,
Буюк бўлсин юрт – Ўзбекистон.

Чалинмангиз дардга, Оналар,
Кувонч бўлсин сизга, болалар.
Фарзанди соғ, билимли бўлган,
Элда бордир фахру ифтихор.

НА СТРАЖЕ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ

В Туткульском районном медицинском объединении Республики Каракалпакстан 231 врач и около 1200 медицинских работников среднего звена оказывают квалифицированную медицинскую помощь населению.

В состав объединения входят 23 сельских врачебных пункта, около 20 отделов, семейная поликлиника и многопрофильная центральная поликлиника. Здесь своевременно и качественно проводятся мероприятия по контролю за здоровьем населения, профилактике различных заболеваний и их лечению. Современная материально-техническая база служит эффективной охраной здоровья населения.

Максад ХАБИБУЛЛАЕВ
(фото), УзА.



Долзарб мавзу ДЕОНТОЛОГИЯ – ИНСОН РУҲИЯТИНИНГ АСОСИ

Унутмагин шифокор: ширин сўзинг даводир,
Чехрангдаги табассум, кулган кўзинг даводир.
Хуш бир калом, шаксиз, беморга бахш этар жон,
Хуршид каби мунааввар гулгун юзинг даводир.

Мақоламизни бежизга ушбу тўртлик билан бошламадик. Чунки, бир оғиз ширин сўз тушкунликка тушган ҳар қандай инсоннинг руҳиятини кўтариб, унга хуш кайфият бағишлади. Шунинг учун ҳам ширин сўз қудрати ҳаёт билан тенгдир, деб бежизга айтилмаган. Дарвоҷе, тўртликнинг илк сатридаги «ширин сўзинг давоси» деган ибора тибиёт ходимларининг ўз касбига муносабати, одоб-ахлоқи, шунингдек, шифокор ва бемор ўртасидаги тури муносабатларнинг асл моҳияти бўлиб, бу тибиётда деонтология деб юритилади.

Юқоридаги Фикрлардан англаб етдингизки, бугунги мулоҳазамиз тибиёт деонтологиясига бағишлиданади. Тибиёт деонтологииси тибиёт ходимининг бурчи, одоби ҳакидаги фан бўлиб, у шифокорлар, ҳамширалар ва кичик тибиёт ходимлари учун маънавий-мафкуравий дастурламалдир.

Тибиёт деонтологияси кенг фалсафий тушунча ҳамда бир қанча йўналишлардан иборат:

- шифокор билан бемор ўртасидаги муносабат;
- шифокор билан беморнинг яқин кишилари (қариндошлари, дўстлари, ҳамкаслари) орасидаги муносабат;
- шифокорнинг ҳамкаслари, ҳамширалар ва кичик тибиёт ходимлари билан муносабат;
- шифокор ва беморнинг даволаш жараёнидаги ҳуқуқлари;
- устоз ва шогирд муносабатлари;
- шифокор фаолиятидаги хато, камчилик ва бошқалар.

Зоро, деонтология тибиёт ходимларида юқсан инсонни фазилатлар мужассамлигини ифода эта олиши керак. Айниска, улардаги билимдонлик, меҳр-шафқат, камтарлик, одамийлик, ҳалоллик, покизалик, инсофилик, зийраклик, ҳозиржавоблик, хушмуомалалик, босиқлик ҳамда изланувчанлик каби муҳим жиҳатларнинг борлиги юқоридаги йўналишларда ўз исботуни топиши ва амалиётда кенг кўлланиши муҳимдир. Машҳур француз ёзувчиси Андре Моруа шифокор доимо ўз касбнинг масъулиятини ҳис қилиши кераклигини таъкидлайди. Шифокорнинг фаолияти ҳар бир беморнинг бетакрор, мурракаб, ўзига хос хусусиятлари билан боғлиқ. Беморнинг ҳар бири ўзаро муносабатларни янгича шакллантиришга мажбур этади. Шифокор аввало, фуқаро ва, қолаверса, жамоат арбоби бўлгани сабабли, ундан нафақат касбий, балки ижтимоий-сиёсий ҳаётда ўта зиёлилик талаб этилади.

(Давоми 2-бетда).

Долзарб мавзу

ДЕОНТОЛОГИЯ – ИНСОН РУХИЯТИНИНГ АСОСИ

Амалий тиббиётга ҳаётини бағишлаган инсон ўзида шу касбга нисбатан истеъоди бор-йўклигини, шифокорлик вазифасини бажара олишини аниқ билиши керак. Энг мураккаб шароитларда бемор ва унинг оила аъзолариға тез, малакали, беминнат ёрдам бериши, бемор манфаатларини ўзиникидан юқори қўя олиши лозим. Эътиқоди бўлмаган шифокорни қобилиятсиз санъаткор ёки шоирга қиёслаш мумкин. Оила шифокори кўп ҳолларда, ўзининг мажбуриятларидан ташкари, беморнинг руҳий кечинмасини тушунган ҳолда, унинг оиласига ташвишларидан (улар кўпинча хасталикнинг асосий омили бўлади) ҳам ҳабардор бўлиши муҳим ўрин эгаллайди. Кўпинча, шифокор ўз фаолиятида воқеликни малакали таҳлил қилиш ва эҳтиёткорлик билан маслаҳат берishi га тўғри келади. Хусусан, турмушнинг нозик муаммоларини оқилона ҳал этиш; турмуш ўрготига нисбатан қандай муносабатда бўлиш, фарзандларини қай тарзда тарбиялаш, иш жойидан кетиш ёки касбини тамоман ўзгартириш ва бошқалар. Шу тариқа, шифокор оиланинг дўстига айланниб, беморга нафақат ижтимоий ҳаёт, балки бошқа масалаларда ҳам маслаҳат беради. Бугунги мураккаб даврда шифокорнинг эҳтиёткорлик билан сўзлаш, беморнинг қариндошларини кайгули ҳодисага аста-секин тайёрлаш керак. Бу каби ҳолатларнинг барчасида ҳам қисқача “ҳа” ёки “йўқ” билан чегаралмаслик лозим. Жавобнинг учинчи – “эҳтимол” кўриниши ҳам мавжуд. Баъзан, тўғридан-тўғри жавоб ҳамма вақт ўринли бўлавермайди. Мутахассис жавоби беморнинг қариндошларига кескин салбий таъсир этиши мумкин. Пировардида қавму қариндошлар зарурияти бўлмаган текшириш усулларини, янги дори воситаларини кўллашни талал этадилар. Шунингдек, оиласиги шифокор **евтаназия** муммосига ўта жиддий ва эҳтиёткорлик билан ёндашиши керак. Бу вақтда одоб, сабр-тоқат билан кескинлашган ўта нозик шароитни енгиллаштира оладиган тушунтириш ишларини олиб бориш зарур.

(Давоми. Боши 1-бетда).

корона мuloқot ўrnata билиши va uning tezda tўla-tўkis sofaib ketishiда muvaqqafiyatni taъminlai olishi bilan yulchanadi.

Шифокорда касб этикаси шаклланган, сабр-тоқатли, сезир, зийрак, умуман ҳар жиҳатдан беморга фамхўр бўлиши лозим.

Шифокор бемор ва uning яқинlari, kасбdoшlari bilan tўғri munosabatda bўlmasa, uning obrў-эътиборiga putur etadi. Aйтиш лозимки, шифокор ўзигa nisbatan xurmata kutiшga ҳам ҳақли. Bемор қавmu қариндошlari bilan suxbat shifokorдан katta sanъat, odob, xushmuomalalik, жиддийликни талаб қilaди. Shifokor ularni қизiqtiраётган savollarga жавоб бериши, ташхис, текшириш, даволаш режаси ҳақida айтиб бериши лозим.

Агар хасталикнинг оқибати ноxush bўlsa, bu ҳақda эҳтиёткорлик bilan sўzlaш, bеморнинг қариндошларини kайguли ҳodisaga asta-sekin tayёрлаш kерak. Bu kabi ҳolatlarning barchasiда ҳam қisқacha “ҳa” ёки “йўқ” bilan chegaralmaslik lозим. Жавobnинг учинчи – “эҳтимол” кўриниши ҳam mавjуд. Baъzan, tўғridan-tўғri жавоб ҳамma vaqt ўrinli bўlavermайдi. Mutaхassiss жавobi bеморnинг қариндошlарiga kескиn salbii таъsir этиши mумkini. Pirovardiда қavmu қarindoshlar зарuриyati bўlмагan tekshiriш usullarini, янги dorи vositalarini kўllaшni talaл etadilari. ShuninGdек, oilasigи shifokor **evtanazия** muummosiga ўta jiddiy va eҳtiётkorlik bilan ёndaшиshi kerak. Bu vaqtda odob, sabr-toқat bilan kескиnlaшgan ўta nozik sharoitni engillashaтиra oладиган tushunтиriш iшlарini oliб borish zarur.

Беморга turli maslaҳatlarни beriш, баъzi masalalarни konsilium uсули bilan ҳal этиш, mutanoсиb ruhij muхитni яратишga faқat shifokor kўmaklaшadi. Shikояти va ziddiyatlar шu tarzda bartaraф этилади.

Demak, тиббий деонтология оиланинг ижтимоий даво муаммоларини ҳal этишda kўпrik bўlib xizmat қiladi. ShuninG учун оила shifokori kўп қирrali deontologik uкuvga эга bўliши, terapia, хиругия, ginekologiya, pediatriя, psixiatriя, gerontologiya kabi соҳаларнинг nозик томонларини билган ҳolda muloқot ўrnatiши лозим.

Darhakiat, bugungi mavzuni bежизга танlamadik. Чунки, Сўз ҳаётнинг буюк kурolidir. Bir ofiz ширин сўз bемор dardiga даво bўlib, унга дадиллик bахш etadi. Албатта, биз қалbi пок, камтар, сammimiy, қолаверса, ўз kасbining fidoyiliari bўlган shifokor va ҳamshiralarning astoidil mehnatlari bilan ҳaқli ravishda fahrlanamiz. Lekin shunday vaziyatlardan bўladiki, соҳa mutaxassislarini orasida insoniylik fazilatlari kadrromайдиган, oddiy қилиб aйтганда, bемор қalbiga дарз etkazib, таъmagirlar қiladigan shaхslar ҳam учраб turadi.

Кейинги пайтлarda тиббиёт xodimlari

рининг bemorlariga bўlgan muloқotlari tўғrisidagi bunday эътироф va эътиrozlarни maktablar misolida emas, balki kent axoli orasida ham eshitib, guvoх bўlmoқdamiz. Respublika tibbiёт muassasalarida xizmat safaриda bўlganumizda, kўplab shifokor va ҳamshiralarda tibbiёт deontologiyasiga xos xolatlardan mawjудligini kўrib, xursand bўlamiш. Lekin aйrim shifo maskanlariда давolanaётган va murojaat қiliб kelaётgan bemorlariga kўpol muomalada bўlaётgan tibbiёт xodimlari kўrib, kaiфияtimiz tuшиб ketadi. Inson қalbiga дарз etkazib, uning diiliни wайрон etmokdan ёmoni bўlmasa ke рак. Ulug mutafakkirlarimizdan biri shunday degan ekан: «Inson kўnglini kўтarmoқ, Kaъbani obod kilmox bilan barobardir. Agar diili ni wайron қilmsa, Kaъbani wайron қilmox bilan tengdir».

Shunday ekан, bu kabi purmaňno fikrlar mazmunini tўғri anglagan ҳolda kасbga bўlgan sadоқatni, insonlariga bўlган muносabatni, қolaverse «ҳaёт tushunchasi» degan falasafiy karashning қadriga etish ҳar birimiz учун ҳam қaрз, ҳam farzdir.

Деонтология масалалари бўйича вазирlik тизимидағи мутахassislar томонидан тиббиёт muassasalarini, қolaverse, олий ўкув юртлари, колледж ва лицеиларда тадбир va давра сухbatlari, shuninGdeк, маъnaviyat дарслари мунтазам tarzda olib borilmoxda. Bўlgusi мутахassisning deontologiya асосларини пuxta эгаллаб, amaliyётta киришуvi ижобий natixa беришига шубҳa йўқ.

Бу кичик xulosasi oddiy ҳaқiқatdan iboratdir. BuninG uzvij давоми сифатida gazetamizning keyingi sonlariда тажриbali deontolog мутахassislarни сухbatga chorlab қolamiz.

Ибодат COATOBА тайёрлади.

Жараён

ОНАЛАРИ БАХТЛИ,
БОЛАЛАРИ СОГЛОМ
МАМЛАКАТ

Тошкент вилояти Зангига туманида “Она ва бола соглом бўлса, оила бахтли, жамият мустаҳкам бўлади” мавзусида хайрия тадбири бўлиб ўтди.

Ўзбекистон “Адолат” социал-демократик партияси вилоят кенгаши ташабbusi билан ўтказилган тадбири депутатлар, партия фаоллари иштирок этди.

Мамлакатимизда ҳар бир йилни муайян ном билан аташ, шу асосда маҳsus давлат дастuri ишлаб чиқиш ва uning ижросини изчил амалга ошириш яхши анъанага айлангани, қайси йилга қандай ном берилишидан қатъи назар, мазмунмоҳиятида аввало инсон, uning манфаатлари, аҳоли фаронлигини юксaltiriш, жисмонан соғлом, маънан баркамол авлодни вояга etkazishdek эзгу мақсадлар мужассам экани алоҳида таъkidlandi.

Ўтган йиллар юртимизда Оила йили, Aёllar йили, Соғлом авлод йили, Она ва бола йили, Ёшлар йили, Баркамол авлод йили, Мустаҳкам оила йили, Соғлом бола йили, деб эълон қилингани ва улар бирбирига узвий boglaniб, эзгу ишлар амалга оширилаётгани бунга ёрқин misoldir.

Жорий йил Президентимизда ташабbusi билан мамлакатимизда Соғлом она ва бола йили, деб эълон қилингани бу борадаги ишлар кўламини янада кенгайтириш ва янги босқичда давом этиришда муҳим омил bўlmoқda.

Тадбирda “Баркамол ва соғлом авлодни тарбиялаш мам-

Мамлакатимизда амалga оширилаётган “Соғлом она – соглом бола” тамоилии оила-да соғлом фарзандни дунёга келтириш ва камолга etka-ziш, аҳолининг тиббий маданиятини юксaltiriшda ўз самараларini бермоқda.

Президентимиз Ислом Karimovning 2014 йил 1 августдаги “2014-2018 йилларда Ўзбекистонда аҳолининг репродуктив salomatligini янада mustaҳkam-lash, оналар, болалar ва ўsmirlar соғliqini muхofaza қiliш borasidagi Davlat daстuri тўғrisida”gi Қарори бу борадa muхim daстuri lamal bўlmoқda.

“Соғлом авлод учун” xalқaro xayriя fondi Ўзбекистон Соғlikini saқлаш vазirligi va xorijik mammalakatlardagi etakchi klinikalar bilan xamkorlikda bu йўналишda kўplab tibbiy-ижобий loyihalarini haётga tabbiq etmoқda. Bu жараёнда бе-

мор va ногирон bolalarni соғломлаштиришga aloҳida эътибор қaratilmoxda.

Юрагida тугма нуқsoni бор bolalarni соғломлаштиришga йўnalтирилган тадbirlar bunga misol. Toшkent pediatriя tibbiy institutiда bu йўnaliшda bolalarга жаҳон tibbiyетining ilgor uslublari bўйicha tibbiy ёрдам kўrsatilmoxda.

Bu борадаги iшlар kўlamini kengaytiriш, bolalarga kўrsatilaytgan tibbiy ёрдам сifati va samaraדורligini янада oшириш maқsadiда fond Xindistondagi “Artemis” kardioжаррохlik markazi bilan xamkorlikni йўlga kўydi. Ushbu xamkorlik doirasida 2015 йилning noябрь оидida mazkurna klinikaniнg etakchi mu-

taxassislarini юртимизda bўlib, kirkdan ziёd bемор bolani чukurlaшtiрилган tibbiy kўrikidan ўtkazdi. Ulardan besh naфari Xindistondan давolaniб қaitidi.

– Ўғlimning юрак xastaligi bilan тugilganiдан қatтиқ қайfuda эдик, – дейди Жиззах туманида яшовчи Umida Tўychieva. – У ulgайgani сайин kўпроқ ҳaқaкat қilsa tolikiб қolardir. Xozir farzandimning salomatligi жуда яхши. Bиз уни соғ-salomat kўrganimizdan ўzimizda йўқ sevinidik. Oилalarga shunday ulkan қuvonchli тuxfa etäётgan давлатimizdan bexad minnatdormiz.

Тадбир

Соғломлаштириш ҳaftaлиги

Toшkent shaҳar соғlikni saқlaш boш boшқарmasi ташabbusi bilan соғломлаштириш ҳaftaлиги ўtkazildi.

– Tibbiyет muassasamiz ўn maҳallala aҳolisiغا xizmat kўrsatadi, – дейди Mirobod tumaniдagi 2-oilaviy poliklinika boш shifokori ўrinnbosari Dilfuza Pўlatova. – Aҳolini sifatli tibbiy xizmat bilan қamrab olish maқsadiда EKG, УЗД apparatlari, laboratoriya uskunalarini bilan tўliк taъminlangan. Соғломлаштириш ҳaftaлигиda aҳolining belgilangan qatlami tibbiy tek-shiruvdan ўtказилиб, kасал-

қaratilmoxda.

Соғломлаштириш тадbirlarini ташкил этишda tibbiy ёrдам ходimlarining maҳallala faolllari bilan xamkorligi яхши natixa beraётir. Bундай xamkorlik тufaili она ва бола соғliqiga, rепродуктив salomatlikka salbii таъsir etadigan xolatlarning oldini olish, oилalarda соғлом tormush tarzini юксaltiriшda эriшилmoқda.

Ҳaftaлик доirasida aҳolisi орасida соғлом tormush tarzi, эрta tormush va яқин қarindoshlар ўrtasidagi никоҳ, bolalar kасalliklarinin оldini olish, тўғri ovқatlaniш mавzulariда muлoқot tashkil этиldi.

МУҲИМИ – ИЖРО ВА НАЗОРАТНИ КУЧАЙТИРИШ

Маълумки, аҳоли саломатлигини муҳофаза қилиш давлатимиз сиёсатининг устувор йўналишларидан бирини бўлиб, айни пайтда халқимизга кўрсатиләётган тиббий хизмат сифатининг ошиб бораётгандиги – мамлакатимиз соғлиқни сақлаш тизимидағи фаолиятларнинг яна-да изчилик билан давом этәётгандигидан далолатдир.

Аввало айтиш муҳимки, давлатимиз раҳбари томонидан қабул қилинаётган Фармон, Қарор ва Давлат дастурларининг замирида биринчи навбатда ҳалқимиз саломатлигигини муҳофаза қилиш, тиббий хизматлар сифатини янада ошириш, аёллар ва болалар репродуктив саломатлигини сақлаш, тиббиёт муассасалари моддий-техник базасини мустахкамлаш, тиббий кадрлар салоҳиятини ошириш ҳамда эпидемиологик барқарорликни сақлаш каби вазифаларни бажаришга қаратилганлиги катта аҳамиятга эгадир. Барчамизга маълумки, соғлини сақлаш тизимидағи ислоҳотлар натижасида аҳолига бирламчи тиббий-санитария хизмати кўрсатиш соҳасида ижобий ўзгаришлар бўлиб, бирламчи тиббиётнинг миллий модели яратилди. Айни кунда юртимиз миқёсида 3812 та амбулатор-поликлиника муассасаси бўлиб, уларнинг таркибида 195 та туман (шахар) марказий кўптармоқли поликлиникиаси, 173 та оиласви поликлиника, 2994 та қишлоқ врачлик пункти ва бир қанча амбулатор муассасалар аҳолига сифатли тиббий хизмат кўрсатиб келмоқда.

Бирламчи тиббий-санитария ёрдами муассасалари томонидан ахоли ўртасида профилактика тадбирларининг олиб борилиши натижасида ахолининг амбулатор-поликлиника муассасаларига қатновлари сони 10,7 млн.тага кўпайди. Шунга мутаносиб равишда ҚВПларига қатновлар сони 7 млн тага ошили.

Шу билан биргага, туман/шахар кўптармоқли поликлиникинин каларининг тор соҳа мутахассислари томонидан ахоли чукурлаштирилган тиббий кўрикдан ўтказилмоқда. 2015 йилнинг 11 ойи мобайнида республика бўйича 24490437 нафар ахоли чукурлаштирилган тиббий кўрикдан ўтказилиб, шундан 10947044 нафарида турли касалликлар аниqlangan. Касаллик аниqlanganларнинг 8894253 нафари (81,2 %)да соғломлаштириш тадбирлари олиб борилди, уларнинг 8016643 нафари (90,1 %) амбулатор ва 877610 нафари (9,9 %) стационар шарткорте зөвломлантирилди.

роитда соғломлаштирилди.
2015 йил давомида 70563 нафар (99,6 %, шундан 2935 нафар уруш қатнашчиси, ногиронлар, 67628 нафари меҳнат фронти) фаҳрийлар тиббий кўриқдан ўтказилиб, улардан 35367 нафари (50,1 %) амбулатор, 6340 нафари (9,0 %) стационар ҳамда 22512 нафари (31,9 %) уй шароитида соғломлаштирилди. Шунингдек, уларнинг 6344 (9,0 %) нафарига санаторийларда даволаниш учун тавсиялар берилди.

Кексаларни эъзозлаш йили муносабати билан **“Хеч ким меҳр ва эътибордан четда қолмасин!”** шиори остида Соғлиқни сақлаш вазирлиги томонидан мамлакатимизнинг барча худудларида ижтимоий акциялар тизимли равишда йил давомида 8 маротаба ўтказди. Ижтимоий акцияда рес-

публика ихтисослаштирилган тиббиёт марказлари, илмий-текшириш институтлари ва тиббиёт олий таълим муассасаларининг **380 нафардан ортиқ фан докторлари, профессор ва доцентлари** ҳамда малакали соҳа мутахassisлари иштирок этишди.

Мазкур ижтимоий тадбирларда терапевт, невропатолог, кардиолог, хирург, эндокринолог, офтальмолог, оториноларинголог, ортопед-травматолог йўналишларида фан докторлари ва профессорларидан иборат гурухлар мамлакатимизнинг барча ҳудудларида бўлишиб, аввало, кам таъминланган оиласалар, ёрдамга муҳтож ёлғиз кекса пенсионер ва ногиронларни чуқурлаштирилган тиббий кўрикдан ўтказдилар. Ишчи гурухларнинг самарали фаолият кўрсатиши учун белгиланган шифо масканлари замонавий диагностика асбоб-ускуналари, жумладан, флюоромобиллар, УТТ ва ЭКГ аппаратлари билан тўлиқ таъминланди. Акция давомида 212775 нафар фуқаро тиббий кўрикдан ўтказилиб, уларнинг барчасига тегишли тавсиялар берилди ва даволаш ҳамда реабилитация ўтказиш режалари белгиланди. Жумладан, 157235 нафари амбулатор шароитида, 17069 нафари шаҳар, туман ва вилоят шифохоналарида, 2369 нафари республика даволаш-профилактика мусассалари қосида даволаниши режалаштирилди ва назоратга оинди.

Таъкидлаш мұхимки, тиббиёт ходимлари томонидан ахоли ўртасида чуқурлаشتырилган ва профилактика күрікі орқали қасалликларни үз вактида аниклаш ва диспансер назоратдағиларни соғломлаштыриш ишләрі тұғри йүлгә күйилғанлиги боис, ахоли орасида бирламчи қасалланиш күрсаткичи яхшиланди. Амалга оширилаётған ишларнинг сифат ва самараадорлығы күп жиҳатдан даволаш-профилактика муассасалары фаолиятини тұғри ташкилластыриш, тиббиёт ходимлари билан тұлық таъминлаша ҳамда статистик маълумотларнинг сиғатига боялғысады.

Профилактик йұналишдаги тадбирларни янада такомиллаштириш мақсадида вазирлик томонидан тизимли ишлар йўлга қўйилган. Шунингдек, меъёрий хужжатлар кабул қилинган жойларда семинар, учрашувлар ташкил этилган бўлсада, айримларида тиббиёт ходимлари томонидан функционал вазифаларни ижро этиш холати талаб даражасида эмас. Ушбу муаммо ва камчиликларни ҳал қилиш, ҳар бир тиббиёт ходимининг меҳнатга муносабатини ижобий томонга ўзгартириш билан бирга, уларнинг меҳнат самарадорлигини баҳолаш тизимини жорий қилишдаги муҳим омил бўлмоқда. Ўз вазифасини сидкидилдан ба-

уз вазифасини сиддиқилдан ба-
жараётган ҳамда ахолининг са-
ломатлик кўрсаткичларини ях-
шилашга муносаб ҳиссасини
кўшаётган тиббиёт ходимлари
мехнатини рафбатлантириш ти-
зимини жорий қилиш давр та-
лабига айланмокда.

сининг 2014 йил 5 марта даги “Кишлоқ врачлик пунктларини янада мақбуллаштириш ва фолияти самарадорлигини ошириш чора-тадбирлари тұғрисида”ги 50-сонлиқ карори асосида 243 та камқувватли ва самара-сиз фоалият юритаётган қишлоқ врачлик пунктини мақбуллаштириш хисобига 1215 та штат бирлиги (молявий менежер - 121,5 штат бирлиги, хұжалик бекаси 243 штат бирлиги, фаррош-санитарка 243 штат бирлиги ва қоровул 607,5 штат бирлиги) қысқартырıldı. Бундан ташқари, республикамизнинг чекка худудларидаги ахоли истикомат жойларыда жойлашған 83 та қишлоқ врачлик пунктининг умумий амалиёт врачлары мекнатын инобатта олинған ҳолда, алохидә шарт-шароитлары учун 236,75 штат бирликларига, яғни тариф ставкасынан 25 фоиз миқдорида маҳсус ойлик устама жорий этиш харажатлары учун күшимиңчай 74,7 млн. сүм бюджет маблағлары ажратылды. Шу билан биргә, узлуксиз иш стажи давомийлігі учун устаманинг энг күп миқдорини тариф ставкасынинг 20 фоиздан 40 фоиз миқдорида оширилиши натижасыда патронаж ҳамшираларинг үртача иш ҳақы 463,4 минг сүмдан 540,6 минг сүмгача, яғни 17 фоизга оширилди. Жумладан, олий тоифали тибиёт ҳамшираларининг үртача ойлик иш ҳақы - 531,5 минг сүмдан 620,1 минг сүмгача, тоифаси бўлмаган тибиёт ҳамшираларининг үртача ойлик иш ҳақы - 399,5 минг сүмдан 466,1 минг сүмгача оширилди.

400,1 миниң сумгача оширилди. ҚВПнинг янги штат мөъёrlарига асосан, республика бўйича жами 6371 та штат бирликлари қисқартирилди. Янги штат мөъёrlарига кўра ўрта тиббиёт ходимлари ҳисобидан 3442 та штат бирлиги ва кичик тиббиёт ходимлари ҳисобидан эса 1714 та штат бирлиги қисқарди. Шу билан бир қаторда, патронаж ҳамширлари штат бирликлари сони 4002 тага ёки 1,5 бараварга кўпайди. ҚВП штат бирликлари сонининг қисқарishi натижасида иктисол қилинган маблағлар суммаси 97,1 штат бўйича ташнишади.

27,1 млрд. сўмни ташкил этди. 2014-2015 йилларда маҳаллий хокимликлар томонидан 412 та қишлоқ врачлик пунктнида жорий ва мукаммал таъмирлаш ишлари ўтказилди ва 12,9 млрд. сўмдан зиёд ҳомий ва бюджет маблағлари жалб қилинди. Шунингдек, қишлоқ врачлик пунктларининг умумий амалиёт врачлари ва тибиёт ҳамшираларининг малакасини ошириш ҳамда касбий даражасини такомиллаштиришнинг муқаммаллаштирилган тизимини жорий этиш бўйича чора-тадбирлар режаси ишлаб чиқилиб, ижроси назоратга олинди. Мазкур чора-тадбирлар асосида ма-софавий ўқув тизимини жорий қилиш бўйича Тошкент врачлар малакасини ошириш институти ва “Саломатлик-3” лойиҳасини амалга ошириш марказий бюросининг 2014-2015-2016 ийл чора-тадбирлари дастури ишлаб чиқилди ва амалиётга жорий қилинди.

“Умумий амалиёт врачи” құлланмаси умумий амалиёт шифокори фаолиятида замона- вий технологияларни татбик қилиш ҳамда даволаш ва диаг- ностика жараённан далилларга асосланған тиббиёт тамойилла- ри бүйіча қайта күриб чыкыл- ди. Амбулатор-поликлиника мү-

ассасаларининг эҳтиёжига кўра, уни ўзбек ва рус тилларида чоп қилиш режалаштирилган.

2014 йилда ҚВП тиббиёт ходимлари фаолияти самарадор-лигини ошириш, профилактик йұналишдаги тәдбирларни яна-да тақомиллаштириш мақсади-да республикамизнинг 5 та туманиндағы 96 та ҚВП патронаж ҳамширлари фаолиятини рейт-тинг тизимида бағолаш юзаси-дан эксперимент үтказилған бўлса, 2015 йилда юртимиз-нинг 18 та туманиндағы 331 та ҚВПда тиббий ходимлар меҳ-

Қында тибий ходимлар мөднинати самараордоглигини рейтинг тизимида баҳолаш бўйича эксперимент жорий қилинди. Аҳолига профилактик йўналишдаги тадбирларни ўз вақтида сифатли амалга оширган, касалликларни эрта аниқлаб, унинг асосратларини олдини олган тиббиёт ходимлари меҳнатини рағбатлантириш тизими ишлаб чиқилди. Мазкур экспериментни амалга ошириш мақсадида вазирликда ҳамда жойларда семинар машғулотлари олиб борилди ва тизимли равишда мониторинг ўтказилди. Жумладан, республиканинг 18 та туманинаги 331 та қишлоқ врачлик пунктидаги 6500 нафардан зиёд тиббиёт ходими-нинг фаолияти маҳсус индикаторлар асосида туман ҚВП координатори томонидан баҳолаб борилди. Вазирликда мазкур қишлоқ врачлик пунктлари ва тиббий ходимлар фаолияти юзасидан маълумотлар базаси яратилди. Шунингдек, профилактик ва чуқурлаштирилган тиббий кўрикларнинг амалга оширилиши, сурункали касаллиги бор беморларни соғломлаштириш ва якка тартибда реабилитация тадбирларини ташкиллаштириш, бир ёшгача бўлган болалар, ҳомиладорлар, кекса ўчлагни ахоли эйничаси

кекса ешдаги аҳоли, аиникса, ногиронлар, ёлғизлар ва ўзгалилар парваришига мұхтож бўлган қарияларнинг патронажларини ташкиллаштириш мониторинги йўлга қўйилди.

Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2015 йил 1 декабрдаги «Кишилк врачлик пунктларининг патронаж тибиёт ҳамшираларини моддий рағбатлантиришни кучайтиришга доир қўшимча чораги

Тадбирлар тұғрисида"ғи 350-сонли қарори ижросини таъминлаш мақсадида вазирликнинг 2015 йил 9 декабрдаги 473-сонли буйруги қабул қилинди. Мазкур буйрук билан қарор ижросини таъминлаш ва назоратини амалга ошириш юзасидан вазирликнинг ишчи гурухи ва амалий назорат рејаси тасдикланды.

Мазкур назорат режасига му-
вофиқ, 2015 йилнинг 12 де-
кабрь куни вазирликнинг ҳайъ-
ат ғигидиниши видеосөзлектар

ат иифилиши видеоселектор тарзида ўтказилиб, унда вазирликнинг марказий аппарат ходимлари, Республика саломатлик ва тиббий статистика институти директори ва унинг вилоят филиаллари раҳбарлари, Республика ДСЭНМ бошлиги, Қорақалпогистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазири, Тошкент шаҳар ва вилоят соғлиқни сақлаш бошқармалари бошликлари, уларнинг биринчи ўринбосарлари, бошқарманинг стационар ва амбулатор-поликлиника хизмати, УАШ бўйича бош мутахассислари, вилоят ва туман/шаҳар ДСЭНМ бош шифокори, вилоят КТМ бош шифокори

корлари, туман/шахар күптар-моқали марказий поликлиника мудири, ОП бош шифокорлари, ҚВП координаторлари, ҚВП мудирлари иштирок этиб, “Кишлоқ врачлик пунктларининг патронаж тибиёт ҳамшираларини моддий рағбатлантиришины кучайтиришга доир қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги Вазирлар Маҳкамаси қарорининг мазмун-моҳияти тушунтирилди ва тегишли вазифалар белгилаб олинди.

Шу билан бирга, 2015 йилнинг 16-26 декабрь кунлари вазирлик мутахассислари худудларга хизмат сафари билан юборилиб, мазкур қарор ижросини таъминлаш юзасидан 31 та семинармашгулоти ўтказишиди. Унда 11900 нафардан зиёд ходим қатнашиб, жумладан, йиги-лишларда худудий ишчи гурух аъзолари (Қорақалпогистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазири, вилоятлар соғлиқни сақлаш бошқармалари бошлиқларининг 1-ўринбосарлари, бошқарманинг амбулатор-поликлиника хизмати ва умумий амалиёт шифокорлиги бўйича бош мутахассислари, вилоят бош статисти, вилоят Давлат санитария-эпидемиология маркази бош шифокорининг ўринбосари, вилоят бош ҳамшираси) ҳамда туман/شاҳар тибиёт бирлашмалари бошлиқлари, кўп тармоқли марказий поликлиника мудири, ҚВП координатори, туман бош ҳамшираси, ташкилий-услубий бўлим ва саломатлик маркази, ДСЭНМ мутахассислари, ҚВП мудирлари, катта ҳамширалар ва патронаж ҳамширалари иштирок этдилар.

Базирикнинг 473-сонли бўйргига асосан, мазкур қарор ижросини таъминлаш юзасидан худудларда ишли гурухлари тузилди ва уларнинг вазифалари белгиланиб, мониторинг ўтказиш жадвали тасдиқланди. Ҳар бир патронаж ҳамшираси меҳнати са- марадорлигини рейтинг тизимида баҳолаш юзасидан зарур шакллар билан тўлиқ таъ- минланни.

Карорнинг ижросини сифатли таъминлаш мақсадида республикада фаолият юритаётган 2994 та қишлоқ врач-лик пунктининг 16000 нафардан зиёд патронаж ҳамширасининг шахсий майлумотлари ҳамда уларга биректирилган аҳоли, хонадон, оиласалар сони ва уларнинг ёши ҳамда ижтимоий ҳолати бўйича таркибий тузулдомаси ўзасидан

Киодай түзилмаси юзасидан мәлумоттар базаси шакллантирилди.

Юқоридаги фикрлардан хулоса қыладиган бұлсак, соға оид чиқарилаётган ҳар бир мөһөрий ҳужжат ижросини түфри таъминлаш ва уларни амалга ошириш ҳамда назоратни күчайтириш ўзимизга боғлик эканлигини унұтmasлигимиз зарур.

**Барно ОДИЛОВА,
Ўзбекистон
Республикаси Соғлиқни
сақлаш вазирлиги
даволаш-профилактика
ёрдамини
ташкиллаштириш бош
бошқармаси бош
МУТАХАССИСИ.**

Мутахассис маслаҳати

БОЛАЛАР ВА ЎСМИРЛАРНИ ТЎФРИ ОВҚАТЛАНТИРИШНИНГ ТИБИЙ АҲАМИЯТИ

Юртбошимиз ташаббуси билан 2016 йилнинг “Соғлом она ва бола иили” деб эълон қилиниши бу келажак авлодларимизнинг саломатлигига бўлган катта ғамхўрликдир. Зоро, соғлом ва баркамол авлодни вояга етказишнинг давлат миқёсида қўйилаётган устувор вазифаларини ба-жаришга барчамиз масъулмиз.

Келажагимиз эгалари бўлмиш фарзандларимизни соғлом ривожлантириш кўплаб омилларга боғлиқдир. Жумладан, кичик ёшдаги болалар ва ўсмирларни вояга етказиша овқатланиш рационини тўғри белгилашнинг аҳамияти жуда каттадир. Албатта болаларни соғлом овқатланиришдаги энг муҳим омил нима, деган савол туғилади. Шундай экан, биринчи навбатда аҳоли ўртасида соғлом турмуш тарзи тарғиботини йўлга қўйишимиз керак. Бу эса кўплаб жараёнларни ўз ичига олади: вактида ишлаш ва дам олиш, зарарли одатлардан воз кечиш, тибий маданият малакасини эгаллаш. Сир эмаски, ҳозирги кунда озиқ-овқат маҳсулотлари турининг ниҳоятда кўпайиб бораётганилиги, унга қўшилаётган хар хил кимёвий қўшилмалар саломатлигимизга жиддий хавф етказиши ҳақида биз шифокорлар аҳолини огоҳ этишимиз фойдадан холи бўлмайди. Озиқ-овқат маҳсулотларининг хавфсизлигини таъминлаш, организм учун зарар етказадиган маҳсулотлардан воз кечиш талаб қилинади. Айниқса, болаларга сунъий озиқ-овқатларни беришдан эҳтиёт бўлиш керак. Сунъий маҳсулотлар бола ва ўсмир организмига салбий таъсир кўрсатиб, турли касалликларнинг келиб чиқишига замин яратади. Овқатланишнинг ўзи эса бу озукаларнинг организмига тушиши, ҳазм бўлиши, сўрилиши ва ўзлаштирилиши билан кечадиган тўқима ҳамда хужайраларнинг таркиб топишида аскотадиган энергияни қопловчи ва унинг функциясини бошқарувчи мураккаб жараёндир.

Тиб илмининг сultonи Абу Али ибн Сино “Тиб қонунлари” асарида турли озиқ-овқат маҳсулотларини тўғри ис-теъмол қилиш, уларнинг организмда ҳазм бўлиши ва ўзлаштирилиши, озукани мизожка, ёшга ва мавсумга қараб тановул қилиш юзасидан батафсил тавсиялар берган. Бизнинг давримизга келиб эса оқилона овқатланиш, болалар овқатланишини тўғри ташкил қилиш, ташки мухитнинг зарарли таъсирлари-га организмнинг қаршилигини оши-

риш, кишиларда юқори даражадаги ақлий, жисмоний меҳнат қобилияти фоллиги ва узоқ умр кўришини ошириш долзарб вазифага айланди.

Дарҳакиқат, тўғри ва тартибли овқатланиш юрак қон-томир, ошқозон-ичак, буйрак, қандли диабет, ўсма ва бошқа бир қатор турли касалликларнинг олди-ни олишда муҳим аҳамият касб этади. Бу хакда профессор Ш. Иргашевнинг “Ва-леология” номли монографиясида ҳам жуда ўринли тавсиялар берилганини таъ-кидлаб ўтмоқчимиз. Муаллиф баланслашган (тengлаштирилган) овқатланиш қоидалари ҳақида ўз маслаҳатларини бериб,



баланслашган озиқ-овқат хилларини ис-теъмол қилиш нафақат болалар ва ўсмирлар, балки катта ёшдаги кишиларнинг сарфлайдиган энергиясини қоплашда муҳим ўрин тутади. Бошқача айтганда, “ба-ланслашган озиқ-овқат” бирикмасига ис-теъмол қилиш ва энергия сарфлаш ўрта-сидаги тенглик деб таъриф берсак ҳам бўлади.

Агар болалар ва ўсмирлар озиқ-овқат хилларини меъёридан зиёд ис-теъмол қиласа, энергияни кам сарфласа, гиподинамия (камҳаракатлик) оқибатида тана вазни ортиб, кейинчалик уларда семизлик муаммоси пайдо бўлиши ҳеч гап эмас. Айниқса, адекват овқатланишига эътибор бериш зарур, чунки озиқ-овқатларнинг турли-туманлиги сабабли, организм уларни турлича қабул қиласи. Шунинг учун соғликка фойдали, осон ҳазм бўладиган, умумий аҳволни яхшилаб, кайфиятни кўта-

радиган овқат бола учун адекват ҳисобланади. Болалар ва ўсмирларнинг озиқ моддалар ҳамда энергияга бўлган эҳтиёжини тана вазни ва ёшига қараб, кунига 3-4 маротаба юқори миқдорда оқсил, витамин ва минералларга бой озиқ-овқат маҳсулотлари билан қоплаш мумкин. Овқатланиш оралиги эса 3-4 соатдан кам бўлмаслиги зарур. Эрталабки нонуштадаги озиқ миқдори калориясига қараб 20 фоизни, иккинчи нонушта 10 фоизни, тушлик 40 фоизни, куннинг иккинчи яримида 10 фоизни ва кечки овқат 20 фоизни ташкил этиши керак. Шуни алоҳида қайд қилиш керакки, овқатни майдан чайнаб ис-теъмол қилиш ҳазм органлари тизимида ферментларнинг яхши ажralиб чиқишига ва озиқ моддалари тўлиқ парчаланишига имкон яратади.

Болалар овқатланаётганида гаплашиш, компьютерда ишлаш ва телевизор кўриши мумкин эмас. Агарда у шошилиб овқатланса, ўз эҳтиёжига нисбатан кўпроқ овқат еб юбориши мумкин. Марказий асаб системасига тўқлик хисси жуда се-кин етиб боради. Тўқлик хисси эса қондаги глюкоза ва аминокислоталар миқдори етарли даражада ҳосил бўлсангина пайдо бўлади. Болалар ва ўсмирлар тезда тайёр ход-дог, гамбургер, лаваш ва ярим чала пишган овқатларни хуш кўришади. Буларнинг барчаси ўсаётган организмга зарарли таъсир кўрсатади. Афсуски, турли рангдаги газли ширин ичимликлар ва шарбатлар фарзандларимиз орасида оммабоп бўлиб улгурди. Уларнинг таркибида кўшимча таъм берувчи ароматизаторлар, ранг берувчи кимёвий моддалар, консерванлар ёш организмга хужайра даражасида зарарли таъсир кўрсатади. Уларнинг таркибидаги сунъий кўшимчалар, компонентлар болаларда иммун тизимини сусайтириб юборади ва ошқозон-ичак тизимида айниқса, жигар фаолиятига салбий таъсир кўрсатади. Уларнинг ўрнига ўй шароитида табиий тайёрланган, мөйёрий ҳароратдаги шарбат ва компотлар ис-теъмол қилиш мақсадга муво-фиkdir.

Дарвоқе, кўпчилик болалар овқат ис-теъмол қилиш пайтида чой ва қаҳва ичишига одатланиб қолишган. Бу мутлако нот-үрги. Чунки, чой ва қаҳва таркибида та-нин моддаси кўп бўлганлиги сабабли, болалар ичак тизимида темир моддасининг сўрилишига тўқсунлик қилиши натижаси-



да организмда темир етишмаслиги ане-мияси келиб чиқиши мумкин. Шунинг учун чойни овқатланиб бўлгандан кейин 15-20 минут ўтиб ис-теъмол қилиш фойдалидир. Аммо шуни ҳам ёддан чи-кармаслик керакки, сув организмнинг бир суткалиғида овқатланиб зарур экан-лигини унтиб бўлмайди. Сув организмни тўпланиб қолган турли моддалардан тозалайди. Шунинг учун сувни йилнинг барча фаслларида организм эҳтиёжига яраша ичиб турish тавсия қилинади. Агар бунга зид равишида овқатланиш пайти сув ис-теъмол қилинса, ошқозон кислотасини пасайтириб, бу ҳазм жараёнини сусайтиради ва моддалар алмашиниви бузилишига олиб келади.

Хулоса қилиб айтганда, болалар ва ўсмирлар овқатланишини тўғри йўлга қўйиш ҳозирги куннинг долзарб вазифаларидан бири бўлиб, уларнинг ўсиши, ривожланиши, турли касалликларга чалинишидан ҳимоя қилувчи во-сита сифатида хизмат қиласи. Агар юқорида таъкидлаганимиздек, болаларда соғлом турмуш тарзини шакллантириш учун тўғри овқатланишга алоҳида эътибор берсак, мустақил Ўзбекистонимиз учун жисмонан бакувват, ақлан баркамол, юртимиз корига ярайдиган авлодни вояга етказишдек эзгу ишга хисса қўшган бўламиш.

**Абдулла ЖОВЛИЕВ,
Тошкент педиатрия тиббиёт
институти клиникаси
функционал диагностика ва
лаборатория бўлими мудири,
тиббиёт фанлари номзоди.
Хайрулла САЪДУЛЛАЕВ,
шифокор.**

Научные изыскания

АЛЛЕРГИЧЕСКИЕ РИНИТЫ У ДЕТЕЙ

Формирование аллергического ринита (AP) у детей обусловлено множеством генетических и внешних средовых факторов. Также фактором риска развития AP у детей являются острые респираторные инфекции. Комбинированное воздействие респираторных вирусов и аэроаллергенов индуцирует сенсибилизацию значительно быстрее, чем эти факторы по отдельности.

Аллергический ринит – IgE – опосредуемое аллергическое заболевание слизистой оболочки носа, развивающееся после аллергенной экспозиции, клинически характеризуемое появлением зуда в носу, чихания, слизистого отделяемого из носа, затруднением носового дыхания, иногда снижением обоняния. Два факто-ра определяют развитие аллергического ринита: наследуемое атопическое состояние и развитие сенсибилизации организма к аллергенам окружающей больного среды.

Этиология. Развитие сезо-нного аллергического ринита обусловливается сенсибили-

зацией к аллергенам пыльцы растений. Клиническая картина его развертывается в период цветения причинно-значимых растений. Сезонный аллергический ринит диагностируется у 80 % больных поллинозом детей. Начало этого заболевания чаще всего приходится на возраст от 5 до 6 лет. Среди поллинозов, обусловленных сенсибилизацией к одной группе пыльцевых аллергенов, преобладают клинические формы болезни, связанные с развитием повышенной чувствительности к пыльце деревьев (10,1%), реже – к пыльце злаковых (6,4 %) и сложноцветных (0,9%). В целом у детей с сезонным аллергическим ри-

нитом аллергия к пыльце злаковых выявляется у 86,7 %, деревьев – у 81,2 % и сложноцветных – у 56,6 %.

Развитие круглогодичного аллергического ринита связано с сенсибилизацией к аэроаллергенам жилищ, особенно к аллергенам клещей домашней пыли. По нашим данным, сенсибилизация к аллергенам клещей домашней пыли. По нашим данным, сенсибилизация к аллергенам клещей рода Dermatophagoides pteronissinus, Dermatophagoides farinae выявляется у 55,0 % больных.

Патогенез. Современная концепция патогенеза аллергического ринита базируется на признании ведущей роли IgE – опосредованных аллергических реакций в его развитии, последующем формировании аллергического воспаления и гиперреактивности слизистой оболочки носа.

Активированные эозинофилы

в свою очередь продуцируют цитокины (IL-3, IL-5, IL-6, IL-8, GM-CSF), содействуя тем самым персистенции возникшего воспаления в слизистой оболочке носа при экспозиции к аллергенам. Продуцируемый и высвобождаемый эпителиальными клетками дыхательных путей IL-8 способствует его аккумулированию в слизистой оболочке. При повторном контакте с причинно-значимыми аллергенами в результате активации этих клеток происходит обострение воспалительного процесса.

Лечение. Проводимая на современном этапе при аллергическом рините терапия является патогенетической и направлена на устранение развившегося аллергического воспаления в слизистой оболочке носа и предупреждение его возникновения.

Проводимая фармакотерапия направлена на снятие острых проявлений аллергического ринита и предупреждение его обо-

streния. Для лечения детей с аллергическим ринитом используется комплекс медикаментозных средств, включающий системные и топические антигистаминные препараты, топические препараты вазо-констрикторного действия – а-адреномиметики (деконгестанты), нестероидные противовоспалительные препараты на основе кромогликата натрия и недокромила натрия для эндоназального применения, топические глюкокортикоиды. Антилейкотриеновые препараты (монтелукаст натрия) в сочетании с антигистаминными препаратами могут быть эффективными при лечении аллергических ринитов.

**В. АЛИЕВА,
Ф. ИРСАЛИЕВ,
Республиканский научно-специализированный аллергический центр.**

**Республика врачлар ва фармацевтларга лицензия бериш ва
аттестациядан ўтказиш марказининг врач ва фармацевтларга малака
тоифасини бериш учун 2016 йил компьютер-тест синовлари ва оғзаки
имтиҳонларни ўтказиш бўйича ихтисослашган аттестация
комиссияларининг йиғилиши муддатлари**

№	Комиссиялар номи	Компьютер-тест синовлари		Оғзаки имтиҳон		Умумий стоматология, болалар стоматологияси, терапевтик стоматология, парадонтология, ортопедик стоматология, ортодонтия, хирургик (огиз бўшлиги) стоматологияси ва юз-жагхирургияси мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	9, 10, 11 ва 12 февраль 22, 23, 24 ва 25 март 24, 25, 26 ва 27 май 4, 5, 6 ва 7 октябрь 13, 14, 15, ва 16 декабрь	13 февраля 26 марта 30 апреля 18 июня 10 сентября 3 декабря	9:00 ва 10:15	9:00	11:30 ва 12:45	13 февраля 26 марта 28 мая 8 октября 17 декабря	13 февраля 26 марта 28 мая 8 октября 17 декабря	
		Ўтказиладиган сана	Бошланиш вақтлари	Ўтказиладиган сана	Бошланиш вақти									
1.	Умумий амалиёт шифокори, оиласви тиббиёт ва тез тиббий ёрдам мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	9, 10, 11 ва 12 февраль 22, 23, 24 ва 25 март 26, 27, 28 ва 29 апрель 14, 15, 16 ва 17 июнь 6, 7, 8 ва 9 сентябрь 29, 30 ноябрь ва 1, 2 декабрь	13 февраля 26 марта 30 апреля 18 июня 10 сентября 3 декабря	9:00 ва 10:15	9:00	12.	Неврология, болалар неврологияси, психиатрия, болалар ва ўсмирлар психиатрияси, наркология, психотерапия, сицидология, сексопатология, суд-психиатрия экспертизаси, ишлорефлекстерапия, ишлорефлексология, мануал терапия ва тиббий психология мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	15, 16, 17 ва 18 март 26, 27, 28 ва 29 апрель 14, 15, 16 ва 17 июнь 18, 19, 20 ва 21 октябрь 29, 30 ноября ва 1, 2 декабря	19 марта 30 апреля 18 июня 22 октября 3 декабря	9:00	13.00 ва 12:45	13.00 ва 12:45	13 февраля 26 марта 18 июня 22 октября 3 декабря	9:00
2.	Ички касалликлар (терапия), аллергология ва иммунология, тиббий меҳнат экспертизаси, гастроентерология, гериатрия, реабилитология, курортология, физиотерапия, даволаш физкультураси ва спорт тиббиёти, нефрология, қасб патологияси, диетология ва клиник фармакология мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	16, 17, 18 ва 19 февраль 29, 30, 31 март ва 1 апрель 7, 8, 9 ва 10 июнь 20, 21, 22 ва 23 сентябрь 1, 2, 3 ва 4 ноября	20 февраля 24 сентября 11 июня 24 сентября 5 ноября	9:00 ва 10:15	9:00	13.	Жамият саломатлиги ва соғлиқни сақлашни ташкил қилиш, валеология ва тиббий статистика мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	23, 24, 25 ва 26 февраль 17, 18, 19 ва 20 май 11, 12, 13 ва 14 октября 29, 30 ноября ва 1, 2 декабря	27 февраля 21 май 15 октября 3 декабря	9:00	11:30 ва 12:45	11:30 ва 12:45	13 февраля 30 апреля 18 июня 22 октября 3 декабря	9:00
3.	Кардиология, интервенцион кардиология (ангиокардиография ва интервенцион мулажа), шошилинч кардиология ва кардиореанимация, шошилинч терапия ва кардиология, ревматология мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	5, 6, 7 ва 8 апрель 7, 8, 9 ва 10 июнь 25, 26, 27 ва 28 октябрь	9 апрель 11 июня 29 октября	11:30 ва 12:45	9:00	14.	Жамият саломатлиги ва соғлиқни сақлашни ташкил қилиш, валеология ва тиббий статистика мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	22, 23, 24 ва 25 март 3, 4, 5 ва 6 май 1, 2, 3 ва 4 ноября	27 февраля 21 май 15 октября 3 декабря	9:00	23, 24, 25 ва 26 февраль 17, 18, 19 ва 20 май 11, 12, 13 ва 14 октября 29, 30 ноября ва 1, 2 декабря	27 февраля 21 май 15 октября 3 декабря	9:00	
4.	Гематология, трансфузиология, эндокринология ва болалар эндокринологияси мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	9, 10, 11 ва 12 февраль 26, 27, 28 ва 29 апрель 6, 7, 8 ва 9 сентябрь 1, 2, 3 ва 4 ноября	13 февраля 30 апреля 10 сентября 5 ноября	14:00	9:00	15.	Болалар хирургияси, болалар урологияси, болалар кардиохирургияси ва неонатал хирургия, офтальмология, болалар офтальмологияси, кўз микрохирургияси ва нейроофтальмология мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	22, 23, 24 ва 25 март 3, 4, 5 ва 6 май 13, 14, 15, ва 16 декабрь	26 марта 7 май 15:15	9:00	14:00	26 марта 7 май 5 ноября	9:00	
5.	Педиатрия, неонатология, болалар кардиологияси ва ревматологияси, болалар гастроэнтерологияси, болалар нефрологияси, болалар пульмонологияси, болалар юқумли касалликлари, чакирив ўшидиги ёшлар ва ўсмирлар касалликлари врачлик экспертизаси (ўсмирлар варни), болалар аллергологияси ва иммунопрофилактика мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	16, 17, 18 ва 19 февраль 29, 30, 31 март ва 1 апрель 3, 4, 5 ва 6 май 21, 22, 23 ва 24 июнь 20, 21, 22 ва 23 сентябрь 15, 16, 17 ва 18 ноября	20 февраля 2 апреля 7 май 25 июня 24 сентября 19 ноября	11:30 ва 12:45	9:00	16.	Пульмонология, фтизиатрия, болалар фтизиатрияси, фтизиохирургия, фтизиоурология, сукъизими фтизиатрияси, фтизионигенология, фтизиоофтальмология, дерматовенерология ва тиббий косметология мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	1, 2, 3 ва 4 марта 12, 13, 14 ва 15 апрель 7, 8, 9 ва 10 июнь 11, 12, 13 ва 14 октября 29, 30 ноября ва 1, 2 декабря	14:00	9:00	14:00	5 марта 16 апреля 11 июня 15 октября 3 декабря	9:00	
6.	Акушерлик ва гинекология, болалар ва ўсмирлар гинекологияси, репродуктология мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	23, 24, 25 ва 26 февраль 5, 6, 7 ва 8 апрель 17, 18, 19 ва 20 май 21, 22, 23 ва 24 июнь 4, 5, 6 ва 7 октября 13, 14, 15 ва 16 декабрь	27 февраля 9 апрель 21 май 25 июня 8 октябрь 17 декабря	9:00 ва 10:15	9:00	17.	Лаборатория иши, клиник лаборатория ташхиси, клинико-биохимик лаборатория ташхиси, иммунобиологик ва иммунофермент диагностика, серология текширув, полимер-занжир реакция (ПЦР) диагностикаси, тиббий генетика, функционал ташхис, неврологияда функционал ташхис, педиатрияда функционал ташхис ва кардиологияда функционал ташхис мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	16, 17, 18 ва 19 февраль 24, 25, 26 ва 27 май 18, 19, 20 ва 21 октябрь 13, 14, 15, ва 16 декабрь	20 февраля 28 май 22 октября 17 декабря	9:00	14:00	20 февраля 28 май 22 октября 17 декабря	9:00	
7.	Умумий хирургия, амбулатор хирургия, кардиохирургия, кон-томир хирургияси, абдоминал хирургия, колопроктология, транспланология, микрохирургия, пластик хирургия, торакал хирургия, ирингли хирургия, шошилинч хирургия, фиброзэндоскопия, оператив-даволаш лапароскопияси, урология, андрология ва сексология, эндурология мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	1, 2, 3 ва 4 марта 12, 13, 14 ва 15 апрель 24, 25, 26 ва 27 май 18, 19, 20 ва 21 октябрь 22, 23, 24 ва 25 ноября	5 марта 16 апреля 28 май 22 октября 26 ноября	9:00 ва 10:15	9:00	18.	Умумий онкология, болалар онкохирургияси, нурли терапия, онкоурология, онкоофтальмология, абдоминал онкохирургия, торакал онкохирургия, онкоколопроктология, таянч-ҳаракат тизими ўсмалари, бош ва бўйин ўсмалари, химиотерапия, онкогинекология, маммология, болалар онкологияси, оториноларингология ва тиббий сурдология мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	1, 2, 3 ва 4 марта 31 май ва 1, 2, 3 июнь 6, 7, 8 ва 9 сентябрь 22, 23, 24 ва 25 ноября	5 марта 4 июня 10 сентября 26 ноября	9:00	14:00	20 февраля 28 май 22 октября 17 декабря	9:00	
8.	Травматология ва ортопедия, ортопедия, вертебрология, искрохирургия, эндоваскуляр нейрохирургия, орка мия нейрохирургияси комбустуология ва радиология мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	9, 10, 11 ва 12 февраль 14, 15, 16 ва 17 июнь 20, 21, 22 ва 23 сентябрь 25, 26, 27 ва 28 октябрь	15:15 14:00 14:00 9:00 ва 10:15	13 февраля 18 июня 24 сентября 29 октября	9:00	19.	Патологик анатомия, цитологик диагностика, иммуногистохимик диагностика, суд-тиббий экспертиза, суд-тиббий экспертиза лаборатория иши ва биопсия ташхиси мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	16, 17, 18 ва 19 февраль 17, 18, 19 ва 20 май 25, 26, 27 ва 28 октября	15:15 21 май 14:00	9:00	14:00	20 февраля 21 май 29 октября	9:00	
9.	Анестезиология ва реаниматология, интенсив терапия (ихтисосликлар бўйича), кардиохирургия анестезиологияси, кўйиш реаниматологияси, экстракорпорал детоксикация ва токсикология мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	15, 16, 17 ва 18 марта 31 май ва 1, 2, 3 июнь 11, 12, 13 ва 14 октября 15, 16, 17 ва 18 ноября	19 марта 4 июня 15 октября 19 ноября	9:00 ва 10:15	9:00	20.	Фармация мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	1, 2, 3 ва 4 марта 3, 4, 5 ва 6 май 20, 21, 22 ва 23 сентябрь 1, 2, 3 ва 4 ноября	15:15 7 май 14:00 15:15	9:00	15:15 7 май 24 сентября 5 ноября	9:00		
10.	Клиник радиология, интервенцион радиология, рентгенология, ультратовуш ташхиси, компьютер томографияси, магнит-резонанс томографияси, ядро тиббиёти мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	15, 16, 17 ва 18 марта 31 май ва 1, 2, 3 июнь 6, 7, 8 ва 9 сентябрь 15, 16, 17 ва 18 ноября	19 марта 4 июня 10 сентябрь 19 ноября	14:00	9:00									
11.	Юқумли касалликлар, умумий гигиена ва эпидемиология, эпидемиология, дезинфектология, паразитология, юқумли касалликлар эпидемиологияси, ўта хавфи инфекциялар эпидемиологияси, бактериология, карантин ва ўта хавфи инфекциялар бактериологияси, вирусология, санитар-гигиения лаборатория текширув, токсикологик текширув, радиологик текширув, умумий гигиена, болалар ва ўсмирлар гигиенаси, овқатланиш гигиенаси, меҳнат гигиенаси, коммунал гигиена радиацион гигиена, минерал ўғитлар ва пестицидларни кўплашни назора килиш гигиенаси, гигиена ва экология ахборот коммуникацион технологиялар, тиббий энтомология, иммунопротектика мутахассисликлари ихтисослашган аттестация комиссияси	23, 24, 25 ва 26 февраль 29, 30, 31 март ва 1 апрель 17, 18, 19 ва 20 май 21, 22, 23 ва 24 июнь 4, 5, 6 ва 7 октября 22, 23, 24 ва 25 ноября	27 февраля 2 апрель 21 май 25 июня 8 октября 26 ноября	11:30 ва 12:45	9:00									

Изоҳ: худудлар бўйича компьютер-тест синовлари ўтказиш кунлари:
сешанба – Тошкент шаҳри, Тошкент ва Сирдарё вилоятлари;
чоршанба – Самарқанд, Жиззах, Фарғона ва Наманганд вилоятлари;
пайшанба – Андижон, Қашқадарё ва Навоий вилоятлари;
жума – Қорақалпогистон Республикаси, Хоразм, Сурхондарё ва Бухоро вилоятлари.

**Соғлиқни сақлаш вазирлиги
кадрлар билан ишлаш бошқармаси
бошлиғи**

**Республика врачлар ва фармацевтларга
лицензия бериш ва аттестациядан
ўтказиш маркази директори**

Т. ҲАКИМОВ.
А. ЯРКУЛОВ.

Актуальная тема

ОСТЕОПОРОЗ: БОЛЕЗНЬ КОСТЕЙ, БОЛЕЗНЬ ВОЗРАСТА

Еще 20 лет назад мало кто слышал об остеопорозе. Сегодня об этом заболевании знают многие, но, как часто это бывает, не верят в то, что это может произойти с кем-то из нас или с нашими близкими. Между тем это опасное заболевание приняло невиданный размах в мире.

Остеопороз – заболевание, при котором наступает разрушение костной ткани. То есть кости становятся очень хрупкими и теряют способность выдерживать нагрузки. Поэтому они могут легко сломаться. Заболевание развивается постепенно и клинически нередко выявляется уже после перелома, что послужило основанием назвать остеопороз “безмолвной эпидемией”. Одна из 3 женщин в климактерическом

снимает какие – либо сомнения.

Другое дело – перелом позвонков при остеопорозе. Их диагностика не всегда легка и часто такие переломы выявляются спустя какое-то время после их возникновения. Вместе с тем, своевременная диагностика в такой ситуации очень важна, поскольку каждый случившийся перелом позвонка увеличивает риск переломов соседних позвонков. Следовательно, чем раньше установлен диагноз, тем

расте 65 лет и старше по крайней мере один раз в году падают. Большому риску подвержены худые женщины с тонкойостью. Пожилые люди обычно проводят большую часть времени дома. Ковры, скользкие ванны, электропровода, пороги между комнатами – все эти предметы могут быть причиной падения, особенно если человек имеет физические недостатки.

Наиболее распространенный фактор, приводящий к падению, – прием успокоительных средств, в результате чего риск падения возрастает в три раза. Эти лекарства, способные вызвать головокружение и снизить чувство равновесия, слишком часто прописывают людям, страдающим от расстройства сна, жалующимся на депрессию или состояние тревоги. Сердечная недостаточность может вызвать головокружение, когда человек поднимается из лежачего положения.

Алкоголь оказывает неблагоприятное воздействие на обмен веществ в организме. Отмечено, что алкоголизм в анамнезе существенно повышает риск переломов бедра у женщин. У мужчин, употребляющих алкоголь, имеет место более низкая масса кости. Кроме того, алкоголь увеличивает риск переломов из-за предрасположенности к падениям. При оценке морфологии костной ткани выявлено, что при алкогольном остеопорозе характерным является нарушение структуры костной ткани.

Курение оказывает выраженное стимулирующее действие на резорбцию кости. У курящих женщин нарушается абсорбция кальция и наступает ранняя менопауза, значительно повышается потеря костной массы по сравнению с некурящими. Курение увеличивает риск переломов шейки бедра в 3 раза.

Предупредить случаи переломов бедра можно, постаравшись свести к минимуму возможности падения. Помещения должны быть хорошо освещены, а выключатели расположены при входе. Необходимо держать рядом с кроватью лампу.

В ванной комнате стоит предусмотреть поручни у туалета, ванны или душа. Коврики на резиновой подкладке помогают избежать скольжения по мокрому полу. Сидение в душе и нескользящие полоски, которые приклеиваются ко дну ванны, так-

же помогают избежать падения.

Коврики на полу допустимы лишь в тех случаях, если они прочно прикреплены. Пороги между комнатами, если уже без них нельзя обойтись, должны быть покрыты ковром, чтобы обеспечить плавный переход. Все провода должны быть закреплены на плинтусах или стенах. Мебель нужно расставлять так, чтобы она не препятствовала передвижению.

Так как хрупкие кости представляют собой основной фактор риска при переломах, профилактика должна состоять в обеспечении костей должным количеством минеральных веществ.

евременно начатое лечение позволяет предотвратить остеопороз, а если уже есть, замедлить его прогрессирование и предотвратить развитие переломов.

Необходимым звеном в лечении остеопороза должна быть правильная ориентация пациентов на диету богатую фосфором, кальцием и магнием, а также на повышенную физическую активность. Последняя имеет чрезвычайно большое значение для протекания процессов перестройки в костной ткани.

Могут быть использованы различные методы физиотера-



периоде и более половины лиц старше 65 лет страдают остеопорозом и наблюдалась как минимум один остеопоротический перелом костей.

Переломы костей при остеопорозе возникают, что называется на ровном месте, например при падении с высоты собственного роста. Переломы, возникшие в результате остеопороза, практически удвоились за последнее десятилетие. Наиболее часто происходят переломы периферических костей (бедренной кости, плечевой кости, лучевой кости) и позвонков. Самое серьезное осложнение остеопороза – перелом шейки бедренной кости. Такие переломы настолько очевидны, что их распознавание не вызывает затруднений ни у врача, ни у больного. Боль при переломе, изменение формы конечности и нарушение ее движений заставляет пациента обратиться к врачу. Рентгенологическое исследование

эффективнее лечения и снижается риск возникновения новых переломов. Остеопороз, как причина инвалидности и смертности больных от переломов костей, занимает четвертое место среди неинфекционных заболеваний. Вследствие всех этих особенностей лечение пациентов с остеопоротическими переломами является наиболее затратным и в то же время наименее результативным.

Профилактике остеопороза придается в настоящее время особое значение. Рано начатая активная профилактика, охватывающая значительную часть населения, может существенно повлиять на распространенность, прогрессирование и исходы заболеваний. Чаще всего под профилактикой остеопороза понимают профилактику переломов, которые ведут к преждевременной утрате трудоспособности, ограничению самообслуживания и ухудшению качества жизни в целом. Одна треть людей в воз-

расте 65 лет и старше по крайней мере один раз в году падают. Большому риску подвержены худые женщины с тонкойостью. Пожилые люди обычно проводят большую часть времени дома. Ковры, скользкие ванны, электропровода, пороги между комнатами – все эти предметы могут быть причиной падения, особенно если человек имеет физические недостатки.

Диета, при которой пища содержит достаточное количество кальция и витамина Д, важна на протяжении всей жизни человека, но особенно полезна в первые три десятилетия.

В любом возрасте физические упражнения могут задерживать процесс ослабления костей и даже привести к увеличению костной массы полезно много ходить, кататься на велосипеде, заниматься водной аэробикой, танцевать.

Современные методы диагностики позволяют определить остеопороз на той стадии, когда перелом еще не произошел. Наиболее чувствительным способом выявления остеопороза является денситометрия, которая позволяет поставить диагноз на той стадии, когда костная плотность уже снизилась, но перелома еще не произошло. Кроме того, денситометрия позволяет выявить предстадию остеопороза – остеопению. Это особенно важно в той стадии, когда сво-

пии для снятия болей, улучшения кровообращения, стимуляции обменных процессов, как в организме, так и в локальной области скелета. При деформациях позвоночника и переломах ортопедическая поддержка является необходимым звеном в лечении остеопороза.

Для профилактики и комплексного лечения остеопороза необходим постоянный прием препаратов кальция и витамина D.

Таким образом, остеопороз – одно из заболеваний, воздействовать на которое можно в полной мере. Нужно только соблюдать здоровый образ жизни.

Ахмат ДУРСУНОВ,
доктор медицинских наук, ведущий научный сотрудник Научно-исследовательского института травматологии и ортопедии.

Қарор ва ижро

ҲАРБИЙ ШИФОКОРЛАР МАКТАБИ

Президентимиз раҳнамолигида Қуролли Кучларимиз тизимида амалга оширилаётган кенг кўламили ислоҳотлар мамлакатимиз мудофаа қудратини мустаҳкамлаш, ҳарбий хизмат мавқенини янада юксалтиришида муҳим омил бўлмоқда.

Тошкент тиббиёт академияси хузурида ҳарбий тиббиёт факультетининг ташкил этилиши мамлакатимизнинг барча ҳарбий қисмларини юқори малакали ва пухта тайёргарликка эга ҳарбий шифокорлар билан таъминлаш имконини берадётир. Факультет Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Махкамасининг 2012 йил 10 июлдаги “Тошкент тиббиёт академияси хузурида ҳарбий-тиббиёт факультетини

ташкил этиш тўғрисида”ги қарори асосида Ўзбекистон Республикаси Мудофаа вазирлиги тиббиёт мутахассислари малакасини ошириш ва уларни қайта тайёrlаш маркази ҳамда Тошкент тиббиёт академиясининг ҳарбий кафедраси негизида ташкил этилган.

– Факультет Қуролли Кучларимиз учун тиббиёт хизмат офицерларини тайёrlайдиган мамлакатимиздаги ягона ўқув мусасасидир, – **дәйди умумхар-**

бий тайёргарлик кафедраси бошлиғи, подполковник Азимхон Мажидов. – Факультетимизда тиббиёт хизмат офицерларини тайёrlаш учун барча шароит мавжуд. Ўқув мусасасида нафақат тиббиёт йўналиши, балки ҳарбий тайёргарлик бўйича ҳам курсантлар кўнини ошириб борамиз.

Факультет курсантларининг интеллектуал салоҳияти ва уларни ўқитиш даражасининг юқорилигини кафедралар, ўқув ва маъруза хоналарининг адабиётлар ва ўқув материаллари билан тўлиқ таъминланганни билан ҳам баҳолаш мумкин. Курсантлар машгулот давомида кўшинларни тиббиёт таъминлаш, ҳар-

бий-дала жарроҳлиги ва терапиясини ташкил этиш, гигиена ва эпидемиология, токсикология ва радиология, даволаш усулалири бўйича билим олмоқда. Бундан ташқари, курсантлар ҳарбий фанларни пухта ўрганиб, жисмоний тайёргарлигини ҳам оширимокда.

Таълим жараёни замонавий педагогик услубларга асосланган бўйиб, ахборот-коммуникация технологиялари кенг кўллашибилмоқда. Бўлажак ҳарбий шифокорларнинг касб маҳоратини оширишга ёрдам берадиган турли кўргазмали қўлланмалар, макет ва тренажёрлар ҳам эътиборга лойик.

– Ҳарбий хизматчиликнинг

саломатлиги ва ҳаёти кўп жиҳатдан бизнинг фаoliyatiimizга боғлиқ эканини яхши англаймиз, – **дәйди курсант Абдужамил Жиянов.** – Бўлғуси ҳарбий шифокор сифатида ўз ишишимизга катта масъулият билан ёндашишимиз зарур.

Факультеттада Ўзбекистон Республикаси Қуролли Кучларимиз 24 йиллигини нишонлашга катта тайёргарлик кўрилди. Курсантлар учун давра сухбатлари ташкил этилиб, уларда давлатимиз тинчлиги ва барқарорлигини таъминлашда миллий армиямизнинг ўрни ҳақида батафсил хикоя килиб берилди.

Нурилло НАСРИЕВ, ЎЗА.

Хабарлар

БАРКАМОЛ АВЛОД ОРЗУСИ

Она ва бола саломатлигини мухофаза қилиш миллат тақдири, унинг тинчлиги, осойишта ҳаёти, нурли келажагини таъминлаш билан барабардир. Президентимиз таъбири билан айтганда, "Фарзандлари соғлом юрт құдратли бўлади, құдратли юртнинг фарзандлари соғлом бўлади".

– Муҳтарам Юртбошимизнинг Ўзбекистон Республикаси Конституцияси қабул қилинганинг 23 йиллигига бағишинган тантанали маросимда 2016 йилни "Соғлом она ва бола йили" деб эълон қилиши болаларга хизмат кўрсатадиган тиббий масканнинг шифокори сифатида мени жуда

кувонтириб юборди, – **дейди Фаргона вилоят болалар кўп тармоқли тиббиёт маркази бош шифокори Аъзамжон Абдураззоков.** – Кичконтойлар саломатлиги йўлидаги фаолиятимиз кўлами янада кенгаяди. Масъулиятли, аммо шарафли вазифаларни амалга оширишда тиббиётнинг энг замонавий услублари

ни кўллашга астойдил ҳаракат қиляпмиз. Шифокорларнинг малакасини янада юксалтириб, улар салоҳиятини ошириш масалаларига алоҳида эътибор қаратамиз.

Чекка қишлоқларимизда, шаҳару туманларимизда ҳам оналар ва болаларга тиббий хизмат кўрсатиш сифати кундан-кунга яхшиланни бормоқда. Вилоят болалар кўп тармоқли тиббиёт марказида шифокорлар томонидан мураккаб жарроҳлик амалиётлари ўтказилмоқда. Яқинда тугма юрак нуқсони бор болаларда илк марта юрак жарроҳлик амалиёт муваффақиятли амалга оширилди. Тиббиёт муассасаси энг сўнгги замонавий русумдаги жиҳозлар билан таъминланган. Тиббиёт маркази 2015 йил-

да оналиқ ва болаликни мухофаза қилиш бўйича даволаш-профилактика муассасалари ўртасида ўтказилган республика қўрик-танловида "Энг намунали тиббий хизмат кўрсатган шифохона" номинацияси бўйича ғолибликни кўлга киритди.

Мустақиллигимизнинг 24 йиллик байрами арафасида Президентимиз Фармонига қўра, вилоят болалар кўп тармоқли тиббиёт маркази болалар жарроҳлиги бўлими мудири Иброҳим Умаров "Эл-юрт ҳурмати" ордени билан тақдирланди.

Она ва бола соғлом бўлса, оила баҳти, оила баҳти бўлса, жамият мустаҳкамидир.

МУРУВВАТ КЎРСАТИБ

Фаргона шаҳридаги "Муруват уйи" "Фаргона меъмор қурилиш" хусусий корхонаси томонидан қайта таъмирланиб, қўшимча янги ўқув ва ётоқхона биноси, қишки сув ҳавзаси, кинозал, ўйингех, соғломлаштириш хоналари, футбол майдони қурилиб, фойдаланишга топширилди.

Шунингдек, замонавий мебеллар, иситиш тизими, дам олиш жойлари янгидан бунёд этилиб, бу ерда тарбиянаётган 200 нафардан зиёд имконияти чекланган болалар тарбияланиши учун давлатимиз томонидан қулияни яратилди. Уларга 100 нафардан ортиқ малакали ўқитувчи, тарбиячи, энагалар томонидан таълим-тарбия бериб келинмоқда.

– Олиб борилган жисмоний машқлар, руҳий қўллаб-кувватлаш муолажалари туфайли тарбияланувчиларимизда ижобий ўзгаришлар кузатилмоқда, – **деди бош тарбиячи Нигораҳон Маматсумонова.** – 4 нафар малакали болалар шифокори ва 18 нафар ҳамшира туну кун хизматда. Тарбияланувчilar ўтган йили икки марта соғлиқни саклаш муассасалари томонидан чуқурлаштирилган диспансер кўригидан ўтказилди. Тиббиёт хонаси зарур жиҳозлар ҳамда дори-дармонлар билан таъминланган.

Ўғил-қизларимизга кўрсатилаётган оталарча ғамхўрлик ва эътибор учун давлатимиз раҳбарига миннатдорлик изҳор этамиз.

Янги йил арафасида республика Миллий ҳавфисизлик хизмати (МХХ) раҳбарияти ташаббуси билан вилоят ҳокимлиги ҳамкорлигига "Муруват уйи" да "Хеч ким меҳр эътибордан четда қолмасин!" шиори остида хайрия тадбири бўлиб ўтди. Барчага МХХ раҳбарларининг соввалари тақдим этилди.

Фаргона вилояти ОИТСга қарши кураш маркази, "Маҳалла" хайрия жамоат фонди Марғилон шаҳар бўлими, шаҳар тиббиёт бирлашмаси билан ҳамкорликда Марғилон шаҳрида ОИВ инфекцияси профилактикаси бўйича иш олиб бораётган маҳалла фуқаролар йигинлагири ўртасида "Энг яхши маҳалла" қўрик-танлови бўлиб ўтди.

Кўрик-танловнинг биринчи босқичи шаҳардаги барча маҳалла фуқаролар

ДОЛЗАРБ МАВЗУ ДОИРАСИДА

Шунингдек, замонавий мебеллар, иситиш тизими, дам олиш жойлари янгидан бунёд этилиб, бу ерда тарбиянаётган 200 нафардан зиёд имконияти чекланган болалар тарбияланиши учун давлатимиз томонидан қулияни яратилди. Уларга 100 нафардан ортиқ малакали ўқитувчи, тарбиячи, энагалар томонидан таълим-тарбия бериб келинмоқда.

Танловнинг якуний босқичи аввалида вилоят ОИТСга қарши курашиш маркази мутахассислари, шаҳар тиббиёт бирлашмаси шифокорлари сўз олишиб, қасалликнинг олдини олиш борасида амалга оширилиши лозим бўлган ишлар ва бун-

да маҳалла фуқаролар йигинлари фаолларининг ўрни тўғрисида ахборот бердилар.

Сўнгра ҳакамлар ҳайъати томонидан кўрик-танлов иштирокчиларининг чи-

Муҳаммаджон МАҲМУДОВ,
мехнат фахрийси, Марғилон шаҳри.

Анчагина мураккаб, шубилан бирга масъулиятли касбда ишлайдигимиз билан фархланамиз. Жамоамизда билимдон ва тажрибали мутахассислар тўпланишган.

Тиббиёт экспертиза комиссиямиз Амударё ва

ИЖТИМОЙ ҲИМОЯ АДОЛАТ ВА МАСЪУЛИЯТ БИЛАН ЁНДАШИБ

Беруний туманлари аҳолисига хизмат кўрсатади. Жарроҳ Улуғбек Холбоев, невропатолог Нодира Дўсимбетова, тиббиёт ҳамширлари Гулбаҳор ўразимбетова, Гулбаҳор ўтамуротова ва фельдшер Ҳайитбой Абдураимовларнинг ўз вазифаларига бўлган эътибори туфайли ўтган йили

69 нафар ногироннинг соғлиги яхшиланниб, ногиронлик гурӯхи бекор килинди. 142 нафарининг эса ногиронлик гурӯхи енгиллаштирилди. Ту-

ман марказий шифохонасининг тиббиёт ходимлари билан семинар ўтказилиб, уларга керакли тавсиялар берилди.

Гулистон БАЛИМОВА,
Қорақалпогистон Республикаси Амударё туманлараро 2-сонли ТМЭК раиси.

Дил изҳори БИЗ СИЗДАН ШИФО ТОПДИК!

"Кексалик – мўртлик" деб бежизга айтишмаган экан дононларимиз. Ёшинг ўтган сари соғлигингга эътибор бермасанг, қасаллик сени енгид қўйиши ҳеч гап эмас. Баъзан фарзандларимизу невара-чевараларимизнинг ташвишларию хурсандчиллари билан овора бўлиб, ўз соғлигимизни ўйламаймиз. Қасаллик хурж қилиб қолганда эса "үтиб кетар" деб дорихонадан ўз бил-

ган дориларимизни олиб, ичиб юраверамиз.

Кунларнинг бирида турмуш ўртуғим иккимизнинг ахволимиз ёмонлашди ва биргаликда Бухоро вилояти кўп тармоқли тиббиёт марказининг неврология бўлими бордик. У ерда бизни қули енгил, тажрибали шифокор Дилафрўзхон хушумомалаки билан кутиб олди ҳамда текширулардан ўтишимизни тавсия килди. Сўнгра таҳжил натижаларига

қараб, иккимизни даволашга киришди. Муолажалардан сўнг саломатлигимиз тикланди. Ўз касбининг моҳир устаси Дилафрўз Наврўзова Бухоро давлат тиббиёт институтини тугатгач, Бухоро вилоят кўп тармоқли тиббиёт марказида ординатурани ўтаб, сўнг шу марказнинг неврология бўлимида фаолият юритиб келмоқда.

Тақдирни қарангки, Дилафрўзхоннинг турмуш ўртоғи ҳам

шифокор бўлиб, бугунги кунда Бухоро вилоят наркология диспансерида нарколог-врач вазифасида ишлаб келмоқда. Шифокорлик касбими эъзозлаб келаётган ушбу оиласда икки фарзанд вояга етмоқда. Фидойи, ўз касбининг билимдонларига биз доимо таъзимдамиз. "Олтин олма, дуо ол" деганларидек, доимо Дилафрўзхон қизимизни дуо киламиз. Ўз миннатдорлигимизни эса газета орқали изҳор



Килишни лозим деб топдик.
Бахром ва Жамила БЕКНАЗАРОВЛАР,
Бухоро вилояти.

В порядочном человеке патриотизм, чувство долга есть не что иное, как желание трудиться во благо народа. Говорят, что сила патриотизма и чувство долга пропорциональна количеству вложенного личного труда. Тот, кто по настоящему любит свою Родину, во всех отношениях – настоящий

человек, патриот, который в любую минуту окажет помощь, не смотря ни на что.

Болезнь всегда стучится в дверь, когда ты ее не ждешь. Но помочь своему организму в борьбе с ней ты просто обязан. И тогда к тебе на помощь придут медицинские работники, которых без сомнения мож-

но назвать патриотами. По состоянию здоровья мне часто приходится обращаться за медицинской помощью к врачам. Особую благодарность хочу выразить начальнику Бекабадского городского медицинского объединения И. На-

срединову, Главному врачу Бекабадской городской боль-

ницы "Металлург" Б. Сангилову и в его лице всему коллективу данного медицинского учреждения, коллективу семейной поликлиники №1 города Бекабада, заведующей многофункциональной поликлиникой города Бекабада Р. Саттаровой, а также старшему фельдшеру станции скорой медицинской

помощи города Бекабада С. Матчановой.

Благодарю за чуткое, профессиональное, вежливое, эстетическо-культурное обращение с больными и за добросовестное выполнение своего долга. Желаю им крепкого здоровья, успехов, удачи и всего самого наилучшего.

Р. ЯФАРОВ,
г. Бекабад,
Ташкентская область.

Хурматли газетхонлар!

Кейнинг йилларда республика соғлиқи сақлаш тизимида босқичма-босқич амалга оширилётган испоҳотлар ўз самарасини бериб келаётганилиги қуонарли, албат-

та. Айниқса, давлатимиз томонидан бирламчи тиббиёт-санитария ёрдами тизимида қартилаётган эътибор бундан мустасно эмас. Газетамизда «Савол беринг – жавоб берамиз» руҳи остида мутахассислар билан мулоқот

олиб борилмоқда. Агар Сизда бирламчи тиббиёт-санитария ёрдамини ташкиллашириш бўйича саволлар бўлса, вазирликнинг Марказий штаби barto.odilova@minzdrav.uz элекtron манзили ёки 241-86-16 телефон рақа-

мига мурожаат қилинг.

Мутахассислар томонидан берилган жавоблар «Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана» газетаси саҳифаларида чоп этиб борилади.



Замонавий тиббий ускуналар билан жиҳозланган Бухоро шаҳридаги З-оилавий поликлиника 30 мингдан зиёд ахолига тиббий хизмат кўрсатади. Поликлиника шифокорлар жамоаси 2016 – Соғлом она ва бола йилини мамнуният билан кутиб олиб, айнан шу йўналишдаги кенг қамровли ишларни бошлаб юборишиди. Шифо масканида 118 нафар шифокор ва ҳамшира тиббий кўрик, биринчи ёрдам, амбулатор шароитда даволаш, эмлаш каби тадбирларни сифатли бажармокда.



Ён дафтарингиизга ҲАЁТИЙ БИТИКЛАР

* Ҳақиқий инсонда уч нарса каримайди, эскирмайди ва сўнмайди. Бу чин мухаббат, содик дўст ва орзу-умид.

* Кечиримлилик фазилат, Оллоҳ ҳам кечириб яшагани севади, дейдилар. Чунки кечиримли киши ҳасад қиласиди, жаҳолатдан ўзини саклади, гина ва адовардан узок юради. Кечиримли бўлиш – имондандир.

* Одобсилизик хатонинг дояси, ахлоқсизлик эса нафақат ўзининг, балки ўзгаларнинг хато қилишига ҳам йўл очади.

* Оқил изидан юрсанг – келажак обод,

Фийбат изидан юрсанг – ҳаётинг барбод. Эзгуликка йўл тутсанг бўлурсан шод,

Хайрли иш номингни қилур барҳаёт.

* Газаб ҳам ёмон, у кимнингдир дил ойнасини синдириб озор етказади.

* Ҳасад олов, инсон ҳасад ўтида кўйса, кўпроқ ўзи азобланади. Ҳасад билан эмас,

ҳавас билан яшанг деган ҳикмат бор ҳалқда.

* Шифокорнинг битта рақиби бор. У ҳам бўлса дард. Бир умр дардни енгиб, беморни ҳаётга қайтариб яшаган шифокор голибdir

* Яхшиликни чехраси очиқ одамлардан кутинг, дейилади Ҳадисларда. Аслида бирорга қилинган яхшилик садақа ўрнига ўткаркан. Менинг фикримча, яхшилик қиласан деган инсондан кўра яхшилик қилгани сира унутмаган одам афзалdir.

* Самимий бўлмаган кишидан мурувват кутманг.

* Хато хатонинг дояси.

* Вақт ўтгани сайнин янада кўп қадрланадиган нарса чин дўстлар орасидаги меҳр-муҳабатdir.

* Яхшиларни яхшилик қилувчилар ичидан ахтаринг.

* Яхшини ёмондан ажратмоқчи бўлсангиз, иккисига ҳам баравар яхшилик қилинг. Қай бири яхшилик қадрига етади, қай бири эса аксинча.

* Бугун бирор кўнгилни

озорласангиз, эртага ўзингиз кўпроқ озор чекасиз.

* Бирорнинг қилган яхшилигига яхшилик билан жавоб беришни унумтманг.

* Жангчи кечикса ғалаба, дехқон кечикса ҳосил бой берилар.

* Муҳтоҷликни мардлик, мусибатни меҳр, маломатни мурувват, мушкулотни меҳнат енгишига мен ишонаман.

* Кундалик ишингизни ширин сўз ва меҳрибонлик билан бошланг, ижобий самарасини дарҳол сезасиз.

* Ҳурмат қозонишини хоҳлаган одам ўзгаларни ҳурмат қилиши зарур.

* Билингки, ҳақиқат ва меҳр-шафқатни, дўстлик ва муҳаббатни, яхшилик ва эзгуликни маҳв этадиган куч йўқ!

* Муваффакиятсизликни енгиш ҳам муваффакият.

* Вақт ўтган сайнин ўз қадрини топадиган нарса – инсонлар орасидаги оқибатdir.

Отабой МАДАМИНОВ тайёрлади.

Агар сизда саволлар, фикр-мулоҳаза ва таклифлар бўлса, қуйидаги телефон рақами ва электрон манзилларимизга мурожаат қилишиниз мумкин:

(0371) 233-57-73, 233-13-22, info@uzssgzt.uz, uzss@yandex.ru

Хурматли юртдошлар!
Андижон вилояти, Избоскан туманида истиқомат қилувчи, 2001 йилда туғилган Моҳигул Оллокулова айни кунда Республика гематология ва қон куйиш илмий-текшириш институтида даволанмокда. Моҳигулнинг соғайиб кетишида маблағ лозим бўлгандилиги учун имконият даражасида ёрдам берсангизлар.

Хисоб рақами: 20206000999971135001, МФО 00903.

Ўзбекистон Миллий банкининг Избоскан филиали.

Газета
муассиси:
Ўзбекистон
Республикаси
Соғлиқни
сақлаш
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 босилгандага «O'zbekistonda sog'liqni saqlash – Здравоохранение Узбекистана» газетасидан олинди, деб кўрсатилиши шарт. Интернет сахифаларидан фойдаланилган суратларга «i» шартли белгиси кўйилади.

Манзилимиз: 100060, Тошкент шаҳри,
Истиқбол кўчаси, 30-йй, 2-кават.
Тел/факс: 233-13-22, тел.: 233-57-73. Газета
Ўзбекистон Республикаси Матбуот ва ахборот
агентлигига 2009 йилнинг 11 март куни
рўйхатга олинган. Гувоҳнома рақами 0015.

Газета «ШАРҚ» нашриёт-матббаа акциядорлик компанияси босмахонасида
чоп этилди. Корхона манзили: Буюк Турон кўчаси, 41-йй.
Газета ҳажми 2 босма табоқ. Формати А3. Офсет усулида босилган.
Сахифаловчи Баҳтиёр КЎШОКОВ.

Газета материаллари таҳририят
компьютер марказида
терилди ва саҳифаланди.

Адади 6112 нусха.
Буюртма Г-158.

Босмахонага топшириш вақти – 20.00.

Полезные советы

БОЛЬ В ПОЗВОНОЧНИКЕ

Сядьте на колени на пол, ягодицами на пятки, затем наклонитесь вперед, стараясь лбом коснуться пола, руки вытяните перед собой и свободно положите на пол. Расслабьтесь, начните руками тянуться вперед: осторожно, мягко, без резких движений. Спина тянется за руками, но при этом ягодицы, не отрываясь, по прежнему прижимаются к пяткам. Повторите растяжку 5-7 раз. Это упражнение расслабит позвоночник, освободит нервные окончания от давления.

ПРОСТУДА

Чтобы избавиться от простуды, полезно пить донниковый чай с лимоном и медом. 2 ч. ложки травы донника лекарственного залейте 1 стаканом кипятка, дайте настояться 1 час, процедите. Добавьте сок одного лимона и 100 г меда. Принимайте по 50 мл 4 раза в день.

Клюквенный сок смешайте с картофельным соком в пропорции 1:1 и пейте по 1/4 стакана 3 раза в день.

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА И ОРЗ

* Поступление в организм витамина С (аскорбиновая кислота) защищает нас от вирусов и бактерий, а следовательно, от инфекционных заболеваний. Врачи рекомендуют в сезон простуд и гриппа для витаминной подпитки организма и создания барьера для болезней есть столько фруктов, овощей и ягод, чтобы в итоге набиралось 2-3 дневные нормы аскорбиновой кислоты. Так, в 100 г черной смородины, даже замороженной, содержится 3 дневные нормы витамина С, а в одном апельсине, киви, болгарском перце, небольшом грейпфруте, в двух мандаринах – до полутора таких норм. Очень полезно также употреблять отвары из шиповника, заготовки из брусники, мороженки, рябины, яблок и сырой белокочанной капусты.

КАШЕЛЬ

Приготовьте отхаркивающее и дезинфицирующее средство из молока и сосновых почек (они должны быть набухшими, но еще не раскрывшимися). 50 г. почек варите 20 минут в 0,5 литра молока. Выпейте эту дозу в течение дня маленькими глотками. Такой отвар можно давать и детям-школьникам. Для них суточная доза в 2-5 раз меньше (в зависимости от возраста).

НАСМОРК

Если нос сильно заложен, а выделений из него нет, то, чтобы «прочистить» нос, надо закапывать в него аптечное масло туи, разведенное вазелиновым или оливковым маслом в пропорции 1:3.

Домашние маски в лечении угревой сыпи

При уходе за проблемной кожей издавна использовались маски, приготовленные в домашних условиях.

С развитием косметической индустрии рецепты забыли, ведь так легко и просто открыть тюбик с маской и нанести ее на лицо.

Однако, маски, приготовленные собственными руками, гораздо эффективнее приобретенных в магазине. Мы предлагаем вам несколько рецептов, которые несложно приготовить дома.

1. Маска из глины. Эффективными в лечении угревой сыпи являются несколько видов глин: черная, серая, белая, желтая и зеленая. Глины выравнивают цвет лица, выводят токсины, уменьшают воспаления. Чтобы приготовить такую маску, необходимо глину смешать с кипяченой водой либо отваром лекарственных трав (например, череды) до консистенции сметаны и нанести на предварительно очищенную кожу на 10 минут. После этого все смыть теплой водой.

2. Дрожжевая маска. Дрожжи – уникальный продукт, который помогает бороться не только с воспалениями, но и с увяданием кожи, поэтому маска будет полезна не только в юношестве, а и в более зрелом возрасте. Для ее приготовления дрожжи (лучше прессованные) смешиваем по 3 % раствором перекиси водорода до состояния сметаны. Наносим полученную массу на лицо на 10-15 минут, смываем теплой водой.

3. Маска из картофеля. Чтобы приготовить такую маску, берем один картофель средней величины. Моеем клубень, очищаем от кожуры и еще раз тщательно моем. Натираем на терке, слишком мелко не нужно, можно на свекольной. Складываем картошку в два раза, внутрь кладем полученную массу и – на лицо минут на 15, избегая области вокруг глаз. После этого умываемся теплой водой. Такая маска способствует выравниванию застойных пятен после прыщиков, хорошо подсушивает воспаления.

Вы удивитесь, как быстро такие, на первый взгляд, простые маски способны значительно улучшить внешний вид проблемной кожи.

Подготовила Л. ВОЛОШИНА.

