

Tibbiyotning oliy maqsadi – inson salomatligiga erishishdir

## Ўзбекистонда sog'liqni saqlash Здравоохранение Узбекистана



Газета 1995 йил октябрь ойидан чиқа бошлаган • [www.uzssgtz.uz](http://www.uzssgtz.uz), [info@uzssgtz.uz](mailto:info@uzssgtz.uz) • 2012 йил, 24 август • № 34 (899)

## ЮРТИМ, ЖАМОЛИНГГА КЎЗ ТЕГМАСИН!

Тиббиётимизнинг бугунги ва эртанги истиқболли манзиллари



Қашқадарё вилояти Қамаш туман тиббиёт бирлашмаси тасарруфидаги кўп тармоқли марказий поликлиника.

Фахр билан айтишимиз жоизки, истиқлолимизнинг 21 йили давомида юртимиз таниб бўлмас даражада ўзгариб, ўзининг гўзаллиги, нуфузи, қолаверса, меҳмондўст халқимизнинг самимийлиги билан дунё нигоҳидан муносиб ўрин эгаллади. Ҳа, бу қисқа давр ичида ана шундай ютуқларга эришишнинг ўзи бўлмади, албатта. Бунда Президентимизнинг оқилона сиёсатлари ўз ифодасини топиб, бунёдкор халқимизнинг астойдил меҳнатлари боис, ҳар бир соҳада оламшумул ўзгаришлар бўлиб, йиллар силсиласи тарих зарварақларида зарҳал ҳарфлар билан битилмоқда. Қайси бир соҳага эътибор берманг, уларнинг ҳар бирида авлодларимизнинг порлоқ келажаги учун яратилаётган мустақкам пойдеворни кўрамиз. Дарҳақиқат, барча соҳалар қатори Юртбошимизнинг республика тиббиёт тизимига бўлган эътибор ва ғамхўрликлари боис, мазкур йўналишда самарали ишлар олиб борилиб, аҳолига кўрсатилаётган тиббий хизмат сифати ошиб, халқимизнинг тиббиётга бўлган ишончи янада ортди. Шунингдек, кўплаб шифо масканларининг замонавий аппаратуралар, малакали кадрлар билан таъминланганлиги фаолиятлар изчиллигини оширишда, бунинг баробарида эса илмий салоҳият йўлидаги изланишлар янада бардавом бўлаётганлиги Ўзбекистон тиббиётининг дунё ҳамжамиятида ўз ўрни борлигини кўрсатиб келмоқда.

Эътирофлиси шундаки, тиббиётимизнинг ҳар бир йўналишидаги ўзгаришларга назар ташласак, улардаги янгиликлар қалбимизни қувонтиради. Айниқса, 2009 йилдан буён Инвестиция дастури асосида республикамиздаги тиббиёт муассасалари янгидан бунёд этилаётганлиги, реконструкция қилиниб, жаҳон стандартлари асосида капитал таъмирланаётганлиги диққатга сазовордир. Масалан, тизимда 2009 йил Инвестиция дастури доирасида 9,3 миллиард сўм, 2010 йил – 79,1 миллиард сўм ажратилган бўлса, 2011 йилда 136,0 миллиард сўмни, 2012 йилда эса ушбу кўрсаткич 256,0 миллиард сўмни ташкил этди. Шу жумладан, жорий йилнинг Инвестиция дастури доирасида 151 та тиббиёт муассасаларида қурилиш ва реконструкция ишларини амалга ошириш учун 256,0 миллиард сўм сарфлаш режалаштирилган.



Қорақалпоғистон Республикаси Эллиққалъа туман тиббиёт бирлашмаси.

Мустақиллигимизнинг 21 йиллиги арафасида хизмат сафари билан Қорақалпоғистон Республикаси, Хоразм ва Қашқадарё вилоятларининг тиббиёт муассасаларида бўлар эканмиз, жаҳон стандартларига мос равишда бунёд этилган шифо масканлари ҳамда халқимиз саломатлиги учун яратилаётган шароитларни кўриб, янада хурсанд бўлдик. Шунингдек, мазкур шифо масканларига мурожаат этиб келган аҳоли билан суҳбатлашар эканмиз, уларнинг қувончлари чексиз бўлиб, Юртбошимиз ва Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигига миннатдорчиликларини изҳор этдилар.

– Давлатимиз томонидан халқимиз саломатлигига бўлган эътибор ҳар биримизни хурсанд қилмоқда. Айниқса, Қамаш туман тиббиёт бирлашмасидаги шароитлар аҳоли учун энгилликлар яратмоқда. Соғлигимни УЗИ аппаратида текширишди. Шифокор таҳлилига кўра менда ҳеч қандай касаллик аломати йўқ экан. Шундай бўлсада, соғлом турмуш тарзига риоя қилган ҳолда ўз соғлигимга эътиборли бўлишим муҳимлигини тушуниб етдим, – дейди Қамаш қишлоғида истиқомат қилувчи Зулайхо Умирова.

Албатта бундай эътирофли фикрларни кўплаб эшитишимиз мумкин. Мақсадимиз муштараклиги инсонлар саломатлиги экан, бу борада тиббиёт ходимларининг машаққатли ва шарафли ишларига омадлар тилаб қоламиз.

Ибодат СОАТОВА.  
Муаллиф олган суратлар.



Хоразм вилояти Янгиариқ туман тиббиёт бирлашмаси тасарруфидаги тез тиббий ёрдам бўлими.

## Ўзбекистон Республикаси Мустақиллигининг 21 йиллиги олдидан

## ИСТИҚЛОЛ, ИСТИҚБОЛ ВА ТАРАҚҚИЁТ ДАВРИ

Мустақиллиқнинг дастлабки йилларидан бошлаб, миллий қонунчиликни такомиллаштириш ва бу орқали барча соҳаларни тубдан ислоҳ қилиш, босқичма-босқич ривожлантириш ишларига давлат сиёсати даражасида эътибор қаратилди. Бугунги суҳбатдошларимиз ҳам айнан ушбу жараёнларнинг бевосита иштирокчиси сифати-

да Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Қонунчилик палатасида халқнинг ишончли вакили сифатида самарали меҳнат қилиб келишмоқда. Қуйида уларнинг миллий тараққиётимиз ривожига муҳим ўрин тутадиган қонунчилик асосларини такомиллаштиришга доир фикр-мулоҳазалари билан танишасиз.

ИҚТИСОДИЁТНИНГ  
ХУҚУҚИЙ ТАЯНЧИ

**Кобилжон ТОШМАТОВ,**  
Бюджет ва иқтисодий  
ислохотлар кўмитаси  
аъзоси:

– Муҳтарам Президентимиз томонидан ишлаб чиқилган тараққиётнинг "ўзбек модели" бугунги кунда ўзининг юксак самараларини бермоқда. Буни мамлакатимиз иқтисодиётининг барқарор ривожланиб, халқимиз фаровонлиги изчил юксалиб бораётгани мисолида яққол кўриш мумкин.

Республикада молия-банк тизимини ислоҳ қилишни янада чуқурлаштириш, унинг барқарорлигини ошириш, банклар фаолияти ҳамда ва бутун молия-банк тизимини баҳолаш ёндашуви ва тизимларини тубдан ўзгартириш, банк фаолияти ташкил этилишини умум қабул қилинган халқаро меъёр, андоза ва баҳолаш кўрсаткичларига мувофиқ янада юқори даражага кўтаришни таъминлашга катта эътибор қаратилмоқда.

Хусусан, бугунги кунда банк тизими капиталининг етарлилик даражаси 24,2 фоизни ташкил этиб, халқаро банк назорати бўйича Базель кўмитаси томонидан қабул қилинган талабга (8 %) нисбатан 3 баробар юқори.

Бугунги кунда мамлакатимизда молия-банк тизими, шунингдек, кичик бизнес, хусусий тадбиркорликнинг барқарор ҳамда узлуксиз ишлаши ва уларни микромолиялаштириш таъминлаш учун етарли даражада мустақкам захиралар яратилганлиги ҳамда зарур ҳуқуқий база барпо этилганлигини таъкидлаш жоиз.

Молия-банк тизимининг мустақкамлигини таъминлашда "Ўзбекистон Республикаси Марказий банки тўғрисида"ги, "Банклар ва банк фаолияти тўғрисида"ги, "Фуқароларнинг банклардаги омонатларини ҳимоялаш кафолатлари тўғрисида"ги, "Ипотека тўғрисида"ги, "Истеъмол кредити тўғрисида"ги, "Микромолиялаш тўғрисида"ги, "Микрокредит ташкилотлари тўғрисида"ги Ўзбекистон Республикаси Қонунларининг ўз вақтида қабул қилиниши ва такомиллаштирилиши катта аҳамият касб этди.

Ҳақиқатдан ҳам, йигирма бир йиллик мустақил тараққиётимиз мобайнида Ўзбекистонда ялпи ички маҳсулотнинг ўсиши 3,5 баробар, аҳоли жон бошига ҳисоблаганда эса 2,5 баробар, аҳолининг реал даромадлари 3,8 баробарни ташкил этгани эътиборга сазовордир.

2008-2011 йилларда, яъни дунёнинг аксарият мамлакатларида иқтисодий ўсиш суръатлари сезиларли равишда тушиб кетган, ишлаб чиқариш пасайган бир вақтда Ўзбе-

кистонда ялпи ички маҳсулотнинг ўсиш суръатлари 2008 йилда 9 фоизни, 2009 йилда 8,1 фоизни ташкил этгани, 2010 йилда бу кўрсаткич 8,5 фоизни, 2011 йилда эса 8,3 фоизни ташкил этгани кўпгина халқаро тузилмалар, эксперт ва мутахассисларда катта қизиқиш уйғотмоқда.

Юқоридагилардан келиб чиқиб, бугунги кунда Олий Маж-

кин. Буни, энг аввало, миллий қонунчилигимиз асосларининг тубдан такомиллашуви билан боғлиқ, десак хато бўлмайди.

Таъкидлаш жоизки, аҳоли саломатлигини муҳофаза қилиш масаласи давлатимиз раҳбарининг бевосита эътиборида бўлиб, бунга ҳатто давлат сиёсати даражасидаги устувор вазифа сифатида қаралмоқда.



лис Қонунчилик палатасида Президентимиз томонидан белгилаб берилган йўналишда молия-банк тизимини янада такомиллаштириш, унинг барқарорлигини оширишга хизмат қиладиган қатор қонун лойиҳалари депутатлар ва сиёсий партиялар фракциялари томонидан муҳокама қилинмоқда.

Хулоса қилиб айтганда, мамлакатимизда амалга оширилаётган чора-тадбирлар, қонунчилигимизни янада такомиллаштириш жаҳон молиявий-иқтисодий инқироз шароитларида ҳам молия-банк тизимининг барқарор ишлашини, иқтисодиётнинг муттасил ва мутаносиб ўсишини таъминлаш ҳамда шу асосда мамлакатимизни янада барқарор ижтимоий-иқтисодий ривожлантириш ва аҳоли турмуш даражасини ошириш вазифаларини тизимли, изчил ҳал этиш имкониятини беради.

ФУҚАРОЛАР СОҒЛИҒИНИ  
САҚЛАШ – ОЛИЙ ҚАДРИЯТ

**Зухра БОТИРОВА,**  
Меҳнат ва ижтимоий  
масалалар кўмитаси  
раисининг ўринбосари:

– Мустақиллик йилларида олиб борилган изчил ислохотлар тўғрисида аҳолининг саломатлик кўрсаткичи, тиббиётнинг замон талаблари даражасида янгилаштирилиши, қолаверса, оналик ва болаликни муҳофаза қилиш соҳасида эришилаётган катта ютуқларни бугунги ижтимоий ҳаётимиз мисолида яққол кўришимиз мум-

публика шошилич тиббий ёрдам кўрсатиш илмий маркази ва унинг вилоятлардаги филиаллари, 10 та ихтисослаштирилган республика илмий-амалий тиббиёт марказларининг барпо этилиши, мазкур муассасалар замонавий тиббий асбоб-ускуналар билан жиҳозланганлиги ҳамда юқори малакали мутахассис кадрлар тиббиёт хизматининг сифат жиҳатидан юқори поғоналарга кўтарилишида муҳим ўрин тутмоқда.

Юртимизда оналик ва болаликни муҳофаза қилиш ишларига алоҳида эътибор қаратилган. Ўзбекистоннинг "Save the children" ("Болаларни асрайлик") Халқаро ташкилоти томо-

сий, иқтисодий ва нафақат ички, балки ташқи майдондаги, халқаро муносабатлардаги барқарорлигини белгилайди.

Эришилган ютуқлар баробарида соҳада ҳали қилинадиган ишлар кўлами, шу жумладан, қонунчиликни такомиллаштириш борасида амалга оширилиши лозим бўлган вазифалар турибди. Бу йўлда, албатта, халқимизнинг ишончини оқлаш ва улар саломатлигини яхшилашга хизмат қиладиган янги қонун лойиҳаларини ишлаб чиқишда ўз ҳиссамизни қўшамиз.

ТАЪЛИМ ТИЗИМИ –  
ЗАМОНАВИЙ БОСҚИЧДА

**Абдуқамол РАҲМОНОВ,**  
Фан, таълим, маданият ва  
спорт масалалари  
кўмитаси аъзоси:

– Истиқлол йилларидан кейин мамлакатимиз ижтимоий ҳаётининг барча соҳалари каби таълим тизимидаги фаолиятларни тубдан яхшилаш мақсадида ҳам изчил ислохотлар амалга оширилмоқда.

Ўзбекистон Республикаси Президенти Ислам Каримовнинг бевосита раҳнамолигида таълим-тарбия соҳасига алоҳида эътибор қаратилди. Жумладан, Ўзбекистон Республикасининг "Таълим тўғрисида"ги Қонуни, Кадрлар тайёрлаш, Жамиятда ҳуқуқий маданиятни юксалтириш миллий дастурлари, соҳани ривожлантиришга доир Президент фармон ва қарорлари, Вазирлар Маҳкамасининг қарорлари ва бир қатор умуммиллий дастурларнинг таълим тизимига муваффақиятли жорий этилиши натижасида мамлакатимизда таълим-тарбия ишлари бутунлай янги тус олиб, унинг ўзбек модели яратилди.

Мазкур ишларни юқори даражада олиб бориш баробарида мактабларни реконструкция қилиш ва капитал таъмирлаш, ўқувчиларга кенг ва тенг шароитлар яратиш, ўқув куроллари ва дарсликлар билан таъминлаш, компьютер техникаси ва технологияларини киритиш, интернетга улашиш борасида самарали механизмлар ишлаб чиқилди.

Пировардида, бугунги кунда 9779 та умумий ўрта ва махсус таълим мактабларида 5 миллионга яқин ўқувчилар таҳсил олмоқда. Мактабларнинг замонавий ўқув лаборатория жиҳозлари, компьютер техникаси ҳамда спорт инвентарлари билан таъминланганлик даражаси 1990 йилга нисбатан 70 фоиздан ошган. Ўзбекистонда МДХ давлатлари орасида биринчилардан бўлиб, мультимедиа умумтаълим дастурларини ривожлантириш маркази ташкил этилган. Бугунги кунда халқ таълими тизимида 8603 та кутубхона ва 1074 та ахборот-ресурс марказлари фаолият юритмоқда.

Болалар истеъдодини ривожлантириш ва вақтини мазмунли ташкил этишга кўмаклашиш мақсадида республикада ташкил этилаётган мактабдан ташқари таълим муассасалари сони ҳам йил (Давоми 3-бетда).



## Ўзбекистон Республикаси Мустақиллигининг 21 йиллиги олдидан

## ИСТИҚЛОЛ, ИСТИҚБОЛ ВА ТАРАҚҚИЁТ ДАВРИ

сайн ошиб бормоқда. Агар ўтган асрнинг 90-йилларида 371 та мактабдан ташқари таълим муассасалари ишлаган бўлса, ҳозирги кунда уларнинг сони 563 тага етган.

Мустақиллик йилларида ўқувчиларни жисмоний тарбия ва спорт билан фаол шуғуланишга жалб этиш, шунингдек, моддий-техник базасини мустаҳкамлаш мақсадида бугунги кунга қадар 183 та спорт комплекслари (128 та қишлоқ ҳудудида), 62 та сузиш ҳавзалари (20 таси қишлоқ ҳудудида), 1796 та мактаб спорт заллари қурилиши ва 242 та спорт иншоотларини реконструкция қилиш ишлари амалга оширилиб, фойдаланишга топширилган. Улар зарур жиҳоз ва инвентарлар билан таъминланган.

Мамлакатимизда спорт мусобақаларини ўтказишнинг уч босқичли тизими – "Умид ниҳоллари", "Баркамол авлод" ва "Универсиада" бахслари барча турдаги таълим муассасаларида болаларнинг спорт билан изчил ва мунтазам шуғуланишини таъминлаш имконини бермоқда. Ушбу мусобақалар тизимида ўқувчилар ўртасида ўтказилган, чинакам оммавийликка эга "Умид ниҳоллари" беллашувлари алоҳида ўрин эгаллайди. Ушбу тизимнинг жорий этилиши натижасида спортчиларимиз томонидан нуфузли мусобақалар, жумладан, Олимпия ўйинлари ва жаҳон чемпионатларида голибликни қўлга киритишларида муҳим пойдевор бўлмоқда.

Бугунги кунда мамлакатимизда фаолият юритаётган "Меҳрибонлик уйлари" да минглаб болалар барча қулайлик ва имкониятлар шaroитида таълим-тарбия олишмоқда. "Меҳрибонлик уйла-

(Давоми. Боши 2-бетда).

ри"нинг бинолари, уларда яратилган шароитлар, хизмат кўрсатиш сифати энг юқори даражада.

Ногирон болалар ҳам Юртбошимизнинг эътиборидан четда қолмаган. 10 минг 825 нафар ногирон болаларга уйда таълим олишлари учун барча шароитлар яратилган, улар махсус дарсликлар, ўқув анжомлари ва компьютерлар билан бепул таъминланган.

Мактабларда таълим-тарбия ишларини янада ривожлантириш мақсадида оила, маҳалла ва мактаб ўртасида узвий ҳамкорлик йўлга қўйилганлиги ҳам ижобий самара бермоқда. Бу ижтимоий ҳамкорлик гўё бир-бирини мустаҳкам боғловчи занжир халқаларига ўхшайди.

Шу ўринда таъкидлаш жоизки, ушбу халқа Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2012 йил 19 июндаги "Баркамол авлодни тарбиялашда оила институти, фуқароларни ўзини ўзи бошқариш органларининг таълим муассасалари билан ўзаро ҳамкорлигини янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги Қарори билан янада мустаҳкамланди.

Хулоса ўрнида айтиш мумкинки, таълимга оид барча саъй-ҳаракатлар ўз самарасини бермоқда. Мамнуният билан айтиш жоизки, Бугунжаҳон банки томонидан эълон қилинган маълумотларга кўра, бугунги кунда мамлакатимиз аҳолисининг саводхонлик даражаси 99,34 фоизга етган. Ваҳоланки, бу дунёдаги энг юқори кўрсаткичлар сирасига киради.

**СМИ – ДВИЖУЩАЯ СИЛА  
ДЕМОКРАТИЧЕСКИХ РЕФОРМ**

**Дильбар ХАЛИКОВА,**  
член Комитета по вопросам  
информации и  
коммуникационных  
технологий

– Сегодня своевременная и правильная реализация "Концепции дальнейшего углубления демократических реформ и

формирования гражданского общества в стране", выдвинутая главой нашего государства И. Каримовым на совместном заседании обеих палат Олий Мажлиса Республики Узбекистан, показывает рост уровня политической зрелости и общественного сознания населения, динамику процессов демократизации и либерализации общества.

За годы независимости в стране сделано немало в развитии отечественных СМИ: когда была заново создана система периодической печати, организованы новые республиканские общественно-политические газеты, возросло число электронных СМИ, возникла масса государственных и негосударственных газет и журналов, телерадиоканалов, ориентированных на различные слои и группы общества.

Сегодня с гордостью необходимо отметить, что точно также, как и Узбекистан, стремительно развивается в социально-экономической и общественно-политической области, повышается культурно-просветительский облик страны, также происходят большие перемены в преобразовании сферы массовой медиа. Обратимся к статистике, только за прошедшие десять лет число печатных СМИ в стране возросло в 1,5 раза, электронных СМИ – в 7 раз и в настоящее время их общее число составляет 1292 средства массовой информации.

Нынешний новый этап демократических реформ в Узбекистане, современные реалии и тенденции требуют принятия дополнительных мер по дальнейшему углублению процессов либерализации информационной сферы, создания эффективных правовых механизмов, направленных на усиление роли СМИ в качестве движущей силы демократических и либеральных реформ. И для каждого средства массовой информации основной задачей

считается найти своё место в информационной сфере, делать шаги по пути развития, решить приоритетные задачи дальнейшего усиления роли СМИ в системе гражданских институтов.

В "Концепции дальнейшего углубления демократических реформ и формирования гражданского общества" Президентом нашего государства выдвинута идея обеспечения финансовой и экономической независимости СМИ как важнейшей задачи реформирования информационной сферы и обеспечения свободы слова и информации: "Дальнейшее укрепление самостоятельности и независимости СМИ прямо связано с усилением правовых гарантий и механизмов обеспечения надежной защиты авторских прав и интеллектуальной собственности, внедрением в информационную сферу рыночных механизмов. Для решения этой задачи предлагается принять законы "Об экономических основах деятельности СМИ", "О гарантиях государственной поддержки СМИ", направленные на повышение эффективности деятельности и защиту экономических интересов участников информационного рынка, создание дополнительных экономических преференций, реализацию других организационно-правовых мер, обеспечивающих поступательное развитие национальной информационной сферы".

Действительно, залогом реальной демократизации общества является внедрение в информационную сферу рыночных механизмов, усиление

конкуренции между различными СМИ, активизация деятельности негосударственных СМИ, дальнейшее развитие нормативно-правовых норм, в части защиты авторских прав и интеллектуальной собственности, внедрение новых перспективных технологий в сфере средств массовой коммуникации.

Действительно, развитие экономических основ деятельности средств массовой информации несомненно будет важным фактором полного формирования и развития информационного пространства, обеспечит свободу слова и информации. В итоге своевременная и правильная реализация инициатив, выдвинутых Президентом Исламом Каримовым на совместном заседании Законодательной палаты и Сената Олий Мажлиса Узбекистана, послужит прочной основой для дальнейшего укрепления независимости нашей страны, повышения ее имиджа на международной арене и будет способствовать уверенному росту благосостояния народа. Так как на сегодняшний день развитие национальной информационной сферы, повышение качества, мастерства и эффективности национальной прессы до уровня высоких требований и критериев развитых мировых средств массовой информации являются одной из приоритетных задач в процессе развития гражданского общества в стране.

**Юртимизнинг барча соҳаларида ана шундай оламшумул ўзгаришлар ва янгиланишларнинг гувоҳи бўлиш мумкин. Келгуси сонларимизда, албатта, ёритилмаган бошқа соҳалардаги фаолиятлар чуқур таҳлил қилинади.**

**Намоз ТОЛИПОВ,**  
Олий Мажлис Қонунчилик палатаси  
Ахборот хизмати масъул ходими.

## Муносабат

## ИЛМИЙ САЛОҲИЯТ: ФАНДАГИ МУҲИМ ТАРАҚҚИЁТ

**Мамлакатимизни барқарор ривожлантириш ва модернизациялашда илм-фан тараққиётига устувор йўналиш сифатида катта эътибор қаратилди. Қисқа вақт давомида ҳар томонлама етуқ, қомил инсон ва баркамол шахсни тарбиялашга қаратилган узлуқсиз таълимнинг яхлит тизими яратилди. Республикада олий малакали илмий ва илмий-педагогик кадрлар тайёрлаш соҳасида ҳам ислохотлар босқичма-босқич, тадрижий равишда амалиётга жорий этилди. Олий таълимнинг жаҳон стандартларига жавоб берадиган икки босқичли тизими – бакалаврият ва магистратура яратилди. Сўнгги йилларда олий малакали илмий-педагогик кадрлар тайёрлаш тизими такомиллаштирилди ҳамда шаклланган стажёр-тадқиқотчи-изланувчилар ва катта илмий ходим-изланувчилар институтларининг моддий таъминоти мустаҳкамланди.**

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2012 йил 24 июлдаги "Олий малакали илмий ва илмий-педагог кадрлар тайёрлаш ва аттестациядан ўтказиш тизимини янада такомиллаштириш тўғрисида"ги Фармони ўз вақтида қабул қилинганлигини алоҳида эътироф этиш даркор.

Ҳақиқатдан ҳам сўнгги вақт-

ларда ҳимоя қилинаётган номзодлик диссертациялари фаннинг ҳусусий бир ҳолатини тадқиқ қилишга қаратилиб, фақатгина шу вақтгача мазкур соҳада амалга оширилган ишлар таҳлилига ва назарий тавсияларга асосланиб қолмоқда эди. Президентимизнинг мазкур Фармонида диссертация тадқиқотлари мавзуларини танқидий қайта

кўриб чиқиш вазифаси белгиланган. Бу ҳолат докторлик диссертацияларининг давлат илмий техник дастурлари, фан ва техниканинг устувор йўналишларга мослиги, муҳим ижтимоий-иқтисодий аҳамиятга эга бўлган илмий муаммоларни танлаш ва унинг ечимини топишга қаратилишини бош мезон қилиб белгилайди.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг мазкур Фармонида илмга чанқоқ ёшларни қўллаб-қувватлаш ва уларни ижтимоий ҳимоя қилиш юзасидан ҳам катта ғамхўрлик мавжудлиги сезилиб турибди. Зеро, "бакалавр" илмий даражасига, 3 йилдан кам бўлмаган амалий иш стажига эга, илмий изланишларга лаёқати мавжуд, илмий-технологик ишланмаларда қатнашаётган, илмий мақолалар чоп этган иждоқор ёшларга ҳам докторлик диссертацияси ҳимоя қилишга рухсат

берилиши кўрсатиб ўтилган.

Республика Президентининг мазкур Фармонида илмий даража ва унвонлар бериш тартибини жаҳон андозаларига мос равишда ишлаб чиқиш вазифаси белгиланган.

Шунингдек, олий малакали илмий педагогик кадрлар тайёрлашда фан йўналишлари ва ихтисосликларнинг янги рўйхатини ҳисобга олган ҳолда республикаимизнинг етакчи олий таълим муассасаларида яратилган илмий мактаблар ва тўпланган интеллектуал мулкнинг салоҳиятидан келиб чиққан ҳолда, докторлик диссертациялари ҳимоясига ихтисослашган илмий кенгашлар ташкил этишга алоҳида урғу берилган.

Шуни таъкидлаш жоизки, илмий даражалар беришнинг бир босқичли тизими магистратура мутахассислиги базаси устига қурилишини эътиборга олсак, магистрлар тайёрлаш жараёни-

нинг моддий-техник базаси, давлат таълим стандарти, илмий-педагогик ва илмий-тадқиқот ишлар мазмунини такомиллаштириш заруратини юзага келтириши мазкур Фармоннинг бош ғояларидан бири сифатида эътироф этилган.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг ушбу Фармони республикаимизда олий таълимдан кейинги таълимни ислоҳ қилишда умумий гаплардан амалий фаолиятга ўтиш, чуқур ўйланган, муқобил, рақобатбардош илмий муҳитни шакллантиришга хизмат қилиши шубҳасиздир.

**Нигмон ХАБИЛОВА,**  
Ўзбекистон  
Республикаси Соғлиқни  
сақлаш вазирлигининг  
Илмий-тектириш  
фаолиятини  
мувофиқлаштириш  
бўлими бошлиғи.

## Матбуот анжумани

ЎЗБЕКИСТОН ТИББИЁТИНИНГ МИЛЛИЙ МОДЕЛИ: ХАЛҚАРО  
ЭЪТИРОФЛАР ВА ИСТИҚБОЛДАГИ УСТУВОР ВАЗИФАЛАР

**Жорий йилнинг 17 август куни Ўзбекистон Миллий матбуот марказида Республика Соғлиқни сақлаш вазирлиги томонидан "Ўзбекистон тиббиётининг миллий модели: унинг ўзига хос жиҳатлари, халқаро эътирофлар ва истиқболдаги устувор вазифалар" мавзусидаги матбуот анжумани бўлиб ўтди.**

Тадбирни Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги Анвар Алимов кириш сўзи билан очиб, республика соғлиқни сақлаш тизимида ислохотлар жараёнида олиб борилаётган ишларга алоҳида урғу бериб, мамлакатимизнинг энг улғу ва энг азиз байрами Мустақиллигимизнинг 21 йиллиги арафасида тиббиёт муассасалари-

услугалар амалиётга жорий қилинди. Жойларда беш поғонадан иборат самарасиз, кўп ҳаракат талаб қиладиган эски тизим ўрнига бирламчи бўғиннинг янги, ихчам ва замонавий тизими – қишлоқ врачлик пунктлари, шунингдек, туман тиббиёт бирлашмалари вужудга келди. Вилоят марказларида эса катталар ва болаларга ихтисослашган тиббиёт муассасалари

ўринда республика миқёсида ҳар ойда ўтказиладиган туғиш ёшидаги аёллар, болалар ва ўсмир қизларни соғломлаштириш ҳафталигини таъкидлашимиз муҳим. Комплекс чора-тадбирлар доирасида касалликни эрта аниқлаш ва даволашни ташкил қилиш, касалликларнинг олдини олиш ҳамда аҳолининг тиббий маданиятини оширишга қаратилган тиббий кўриклар мунтазам ўтказилмоқда. Шунингдек, бугунги кунда скрининг ва перинатал марказларининг кенг тизими жорий этилди. Мамлакатимизнинг барча вилоят марказлари ва Тошкент шаҳрида ҳар икки

ва болаликни муҳофаза қилиш соҳасидаги дастурлари регионал модель сифатида тан олинди. 2007 йилда Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти томонидан тиббий хизмат кўрсатиш бўйича миллий модель юқори баҳоланди ва бошқа мамлакатлар учун намуна сифатида тавсия этилди. Бу албатта, соҳада эришаётган ютуқларимизнинг яққол ифодасидир.

2011 йил Ўзбекистон дунёдаги энг нуфузли – "Save the children" ("Болаларни асрайлик") халқаро ташкилоти томонидан тузилган жаҳон рейтингда болалар саломатли-



даги фаолиятлар янада қизғинлик билан давом этаётганлигини алоҳида таъкидлади. Шунингдек, анжуман мавзусидан келиб чиққан ҳолда бугунги кунда жамиятимиз тараққиётини юксалтиришда, аҳолини кундалик янгиликлардан хабардор қилишда оммавий ахборот воситаларининг ўрни нечоғлик катта аҳамиятга эга эканлиги ҳамда 27 июнь – Матбуот ва оммавий ахборот воситалари ходимлари кунинда Президентимизнинг журналистларга йўллаган табриклирида қўйидаги, яъни соҳа мутахассисларининг фаолиятлари масъулиятли ва машаққатли бўлсада, бу борада фидойи меҳнат қиладиганликларини эътироф этганликларини ҳамда уларга катта ишонч билдирганликларини ўз фикрларида баён этди.

Таъкидлаш муҳимки, мамлакатимизда давлат қудрати ва бойлигини белгиловчи муҳим омиллардан бири – тиббиёт тизимини ривожлантиришга алоҳида эътибор қаратилмоқда. Бугун Юртбошимиз раҳнамолигида мамлакатимизда сифат жиҳатидан янги, энг юксак талабларга жавоб берадиган бирламчи тиббиёт, республика ҳамда вилоятлар шошилич тиббий ёрдам кўрсатиш марказларини ўз ичига олган тиббиёт муассасаларининг мукамал тармоғи яратилди. Аввало, шунга айтиш кераки, бунда давлатимиз раҳбарининг 1998 йил ноябрь ойидаги Фармони асосида Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш тизимини ислоҳ қилиш Давлат дастурининг қабул қилиниши муҳим аҳамият касб этди. Ушбу ҳуқуқий ҳужжат ижросини таъминлаш орқали соғлиқни сақлаш соҳасида илғор шакл ва

лари бунёд этилди. Оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, турли йўналишларда фаолият кўрсатувчи ихтисослаштирилган тиббий марказлар, кадрлар тайёрлаш ҳамда фармацевтика соҳасини ривожлантириш каби йўналишларда салмоқли ютуқлар қўлга киритилди. Шу ўринда айтиш муҳимки, ана шундай ислохотлар натижасида йигирма бир йил давомида юртимизда бир ёшгача бўлган гўдаклар ва оналар ўлими 3 баробардан кўпроқ камайди, одамларимизнинг ўртача умр кўриш даражаси 7 йилга узайиб, эркаклар ўртасида 73 ёшга, аёллар ўртасида эса 75 ёшга етди.

Бугун миллий тиббиётимиз қанчалар юксалганини бевосита Президентимиз гоёси билан асос солинган янги тизим – Шошилич тиббий ёрдам илмий марказининг энг замонавий даволаш муассасаси сифатида шаклланаётгани мисолида ҳам кўришимиз мумкин. Мамлакатимиз бўйлаб 13 та вилоят филиали ҳамда 171 та туман бўлими, шунингдек, 80 га яқин тез тиббий ёрдам станцияси ва 2000 дан зиёд тез тиббий ёрдам бригадаларини ўз ичига олган Республика шошилич тиббий ёрдам илмий марказида бугунги кунда дунёдаги энг мураккаб жарроҳлик амалиётлари ўтказилмоқда. Мамлакатимиз соғлиқни сақлаш тизимидаги муваффақиятлардан яна бири бу ихтисослашган тиббиётдир. Айни пайтда Ўзбекистон Республикаси Президентининг "Соғлиқни сақлаш тизимини ислоҳ қилиш чора-тадбирлари тўғрисида"ги Фармони доирасида тизимда хирургия, урология, кўз микрохирургияси, кардиология каби йўналишларда 10 та республика ихтисослашган маркази ташкил этилиб, энг замонавий ускуналар билан жиҳозланди. Шу

тизим марказлари самарали фаолият юритмоқда.

Айтиш жоизки, мамлакатимизда аҳолига тиббий хизмат кўрсатиш сифатини янада ошириш, соғлиқни сақлаш тизимининг моддий-техник базасини ривожлантириш, хусусан замонавий, жаҳон стандартлари даражасидаги тиббиёт масканлари барпо этиш ва жиҳозлаш учун давлатимиз томонидан ажратилаётган маблағлар миқдорининг йилдан-йилга ортиб бораётганлиги мисолида кўришимиз мумкин. Масалан, 2009 йил Инвестиция дастури доирасида 9,3 миллиард сўм, 2010 йил – 79,1 миллиард сўм ажратилган бўлса, 2011 йилда 136,0 миллиард сўмни, 2012 йилда эса ушбу кўрсаткич 256,0 миллиард сўмни ташкил қилганлиги фикримиз далилидир. Шу жумладан, жорий йилнинг Инвестиция дастури доирасида 151 та тиббиёт муассасаларида қурилиш ва реконструкция ишларини амалга ошириш учун 256,0 миллиард сўм режалаштирилган.

Тиббиётимизнинг яна бир ютуғи шундан иборатки, Ўзбекистонда жаҳон тажрибасига асосланган Миллий эмлаш календарини қабул қилинди. Бу жараён ҳар йили болаларнинг деярли 99 фоизини асосий юқумли касалликларга қарши эмлашни ўз ичига олади. Бир қатор халқаро институтларнинг баҳосига кўра аёлларга қулай шароитлар яратиш ва оналикни ҳимоя қилиш бўйича Ўзбекистон жаҳоннинг 125 та давлати орасида етакчи ўринлардан бирини эгаллаган. Бугунга келиб, ушбу кўрсаткич Марказий Осиёда энг яхши, МДХ ва Осиёда эса юқори саналади. ЮНИСЕФнинг Шарқий Европа, Болтиқ бўйи ва МДХ бўйича ҳудудий идораси томонидан Ўзбекистоннинг оналик

гини мустаҳкамлаш борасида катта ғамхўрлик кўрсатилаётган энг илғор ўн мамлакат қаторига киритилгани ҳамма мизга кечиксиз гурур бағишлади. Аҳоли саломатлигини муҳофаза қилиш соҳасида биз эришган бундай ютуқлар 2011 йилда пойтахтимизда бўлиб ўтган "Ўзбекистонда она ва бола" саломатлигини муҳофаза қилишнинг миллий модели: "Соғлом она – соғлом бола" мавзусидаги халқаро симпозиумда Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти, ЮНИСЕФ ва бошқа дунёнинг энг нуфузли халқаро ташкилотлари ва 50 га яқин давлатлар томонидан юксак баҳоланди. Агар соҳада эришилган ютуқлар тўғрисида тўхталадиган бўлсак, бу қисқа давр ичида тизимдаги фаолиятлар янада самарали амалга оширилаётганлигидан далолат эканлиги ҳеч биримизга сир эмас.

Тадбир давомида вазирлик ва тиббиёт муассасаларининг мутасадди раҳбарлари ҳам сўзга чиқиб, тизимдаги туб ўзгаришлар хусусида ўз фикрларини билдириб ўтдилар. Сўнгра, матбуот анжуманида иштирок этган журналистлар ўзларини қизиқтирган саволларга мутахассислардан етарлича жавоб олдилар.

Хулоса сифатида айтиш муҳимки, кенг аудиторияда ўтказилган мазкур матбуот анжумани журналистларнинг тиббий кўникмаларини ошириш билан бир қаторда, уларнинг соҳада эришилаётган ютуқ ва келажакдаги вазифалари тўғрисида чуқур маълумотлар олиш имкониятига замин яратди.

**Ибодат СОАТОВА,  
Суратлар муаллифи  
Анвар САМАТХОДЖАЕВ.**

## Благодарность

СПАСИБО  
ВАМ,  
ЦЕЛИТЕЛИ!

Я, полковник в отставке. Накануне оформления документов в связи с уходом на пенсию, в 2002 году, как положено, пришлось лечь в Центральный госпиталь МВД Республики Узбекистан.

Как сегодня, хорошо помню эпизод из периода своего пребывания в госпитале: тогда ещё относительно молодой главврач госпиталя Хашимджон Хамидович сразу после обеда собрал в зале "Маънавият и маърифат" и призвал всех принять посильное участие в республиканском хашаре, традиционно проводимом в рамках акции "Возроди традицию – посади дерево!", инициатором которой является Международный фонд "ЭКОСАН". Тогда и была заложена арочная роца госпиталя из рассады привезенных от Денауского питомника Сурхандарьинской области.

Прошло время, и вот в этом году, спустя десять лет, вновь прибыл сюда на лечение. Первое впечатление – заложённая и с моим участием роца превратилась в красивый уголок здравницы. Мы, совмещая приятное с полезным, между эффективными лечебными процедурами (несмотря на высокую летнюю жару), под приятнейший запах эфирного масла от арчи, бассейна "золотых рыб", малого заповедника, огромных каменных статуй древности, витесанных далекими предками, и фонтаном отдыхали, беседовали, читали.

В этих благородных делах особо хотелось подчеркнуть организаторские способности умелого руководителя, полковника Хашимджона Усманова, который смог создать не только сплочённый трудовой коллектив, но и оснастил госпиталь передовой медицинской техникой.

К моим чувствам присоединяются все, которые в пору моего пребывания тоже лечились в благоустроенных палатах, процедурных ячеек госпиталя.

Хочу поблагодарить в канун 21-й годовщины независимости весь коллектив госпиталя МВД Республики Узбекистан, среди которых мои целители – лечащие врачи Гульчехра Шадишметова и Дильбархон Исмаилова, медсестра Азиза Усманова, которые смогли в короткий срок – десять дней поставить меня снова в ряд здоровых, также ведущие отделов неврологии и офтальмологии Шухрат Якубджанов и Кадам Бекмуратов, руководители пищеблока Сальф Касимов и Валентина Прохорова.

С уважением,

**Миркарим  
МИРСОВУРОВ,  
начальник отдела  
Международного  
общественного фонда  
"ЭКОСАН", член  
Творческого союза  
журналистов  
Узбекистана.**



## Атроф-муҳитга эътибор

## МУАММОГА ЖИДДИЙ ЁНДАШАЯПМИЗМИ?!

**Сўнгги йилларда фан-техника ривожланиши ва янги технологиялар кенг жорий этилиши натижасида инсониятнинг табиатга кўрсатаётган таъсири тобора жадаллашиб бормоқда. Инсон ва табиат орасидаги ўзаро муносабатлар мураккаблашиб, ушбу таъсир эса табиий омиллар билан қийёсланмоқда. Шунинг учун ҳам атроф-муҳитни муҳофаза қилиш ҳозирги куннинг энг долзарб муаммоларидан бирига айланмоқда.**

## ХАЛҚАРО ТАЖРИБА

Маълумотларга қараганда, инсон соғлигининг 67-74 фоизи ташқи муҳит, овқатланиш ва яшаш шароитига, 16-18 фоизи генетик ва наслий омилларга ва фақатгина 10-15 фоизига соғлиқни сақлаш хизматида боғлиқ экан.

Ўтган ўттиз йил ичида инсоният ердаги мавжуд ресурсларнинг учдан бирини сарфлаб бўлди. Йилдан-йилга ресурслар истеъмоли бир ярим фоизга ошиб бормоқда. Шунинг учун табиий ресурсларни тежаш, муқобил ресурсларни излаб топиш, хом ашёни иккиламчи қайта ишлаш муҳим аҳамият касб этмоқда.

Ҳозирги кунда жаҳондаги чиқиндиларнинг 80 млрд. тоннадан зиёд ахлат тўпланиб қолмоқда. Уларнинг атиги учдан бир қисми қайта ишланмоқда, холос. Шаҳарларни санитар тозалаш тизими куйидагилардан иборат. Яъни, чиқиндиларнинг ҳосил бўлиши, тўплаш, йиғиш, ташиб кетиш, саралаш, термик қайта ишлашга юбориш, иккиламчи хом ашё сифатида фойдаланиш, полигонларга ташиб кетиш, электр энергияси олишда ёқилган сифатида фойдаланиш, қайта ишлаш ва кўмиш.

Чиқиндилар – бир томондан атроф-муҳитга ва инсонга салбий таъсир кўрсатиш манбаси бўлса, иккинчи томондан – иккиламчи минерал ва энергетик ресурслар манбаси ҳам ҳисобланади.

Чиқиндиларни бошқариш ва уларни утилизация қилиш масаласида илғор хорижий давлатлар тажрибасини кўрадиган бўлсак, айрим давлатларда (Германия, Исроил, Буюк Британия) чиқиндиларни тўплаш жойларида турли хил рангдаги контейнерлар ўрнатилган. Европа мамлакатлари, АҚШ ва Японияда қўланаётган чиқиндиларни ҳосил бўлиш жойидаёқ турларга ажратиш саралаш тизими жорий этилган.

Германияда эса чиқиндиларни саралашда куйидаги талаблар белгиланган:

- *кўк рангли идиш* – қоғоз учун: (газета, журнал, қоғоз, картон ва бошқалар);  
- *жигарранг идиш* – жигарранг шиша учун;

- *яшил рангли идиш* – яшил рангли шиша учун;

- *оқ рангли идиш* – оқ рангли шиша учун;

- *сарик контейнер ва сарик қопча* – консерва ва ичимликлар банкалари, алюминий қопқоқлар ва фольга, қадоқланган соклар ва сут пакетлари, пластмасса ва полиэтилен пакетлар ҳамда бошқалар учун;

- *қора контейнер* – озиқ-овқат, мева ва сабзавот чиқиндилари, бошқа маиший ахлатлар учун;

- *кўнғир рангли контейнер* – қолдиқ чиқиндилар, яъни бошқа контейнерларга тушмаган катта ҳажмдаги чиқиндилар, металллар, ёғоч ва текстиль маҳсулотлари, батареялар, лак, бўёқ, кислота, медицинаментлар, кемирувчиларга қарши воҳситалар ва бошқалар учун мўлжалланган.

Европа Иттифоқи давлатларининг юқоридаги талаблар асосида амалга оширган чора-тадбирлар натижасида чиқиндиларни бошқариш тизими тубдан янгилаштиришга эришилди. Хусусан, Швеция мамлакатига чиқиндиларни қайта ишлаш масаласига катта эътибор қаратилмоқда. Бу ерда ҳукумат ахлат ва чиқиндилардан иккиламчи хом ашё олиш учун янги технологияларни ишлаб чиқишга зарур вақт ва маблағ ажратиб келмоқда. Шу боис, ушбу ҳудудларда ахлатнинг қайта ишланиш даражаси 80 фоиздан ошди.

Европа Иттифоқида чиқиндиларни бошқаришда №1993/13/ЕС Директивасига риоя қилган ҳолда куйидаги устувор йўналишларга эътибор қаратилган: би-

ринчидан, чиқиндилар ҳосил бўлишини бар-тараф қилиш; иккинчидан, улардан имкони борича иккиламчи фойдаланиш, учинчидан, агарда қайта ишлатиш мумкин бўлмаса, уларни рециклинг қилиш (қайта ишлашга йўналтириш), тўртинчидан, чиқиндиларни энергия ҳосил қилишда ишлатиш, бешинчидан, кўрсатилган чораларнинг иложи бўлмаса, у ҳолда уларни кўмиб юборишдан иборатдир.

Ривожланган мамлакатларда каттиқ маиший чиқиндиларга бўлган муносабат шуни кўрсатмоқдаки, XX асрнинг иккинчи ярмидан бошлаб, маиший чиқиндилар ҳажмининг ўсиши ўзининг аянчли аломатларини кўрсатди. Дунёнинг деярли барча мамлакатига каттиқ маиший чиқиндилар аҳоли жон бо-



шига ҳар 10 йилда 10 фоизга ошмоқда. Ҳозирда маиший чиқиндиларнинг ҳар йилги массаси 400 млн. тонна ташкил қилса, шулардан 80 фоизи оддий чиқинди-полигонларида кўмиш йўли билан зарарсизлан-тирилмоқда.

Атроф-муҳитни муҳофаза қилиш, табиий ресурслардан тежамкорона ва оқилона фойдаланиш, чиқиндисиз ва кам чиқиндили технологияларни ишлаб чиқариш корхоналарини кенг жорий этиш каби масалалар энг муҳим ва ўз ечимини кутаётган умумдавлат вазибаларидан бирига айланиб бормоқда.

МИЛЛИЙ КОНУНЧИЛИК  
ВА ОҚИЛОНА СИЁСАТ

Мустақиллик йилларида тизимли экологик сиёсатнинг амалга оширилиши, ишлаб чиқариш соҳаларини модернизация қилиш, замонавий технологияларни амалиётга кенг жорий этиш туфайли атмосфера ҳавосига ажралаётган зарарли моддаларнинг миқдори 2,1 мартага, оқва сувларни исроф қилиш даражаси эса 2 мартага камайишига эришилди. Мамлакатимизда Мингйиллик ривожланиш декларацияси мақсадларига эришиш, “Хавфли чиқиндиларни тараққийлаштириш олиб ўтилиши ва уларнинг йўқ қилинишини назорат қилиш тўғрисида”ги Базель Конвенцияси талаблари асосида чиқиндиларни бошқариш билан боғлиқ масалалар бўйича ҳам муайян ишлар амалга оширилмоқда.

Жумладан, ушбу масалаларни қонуний жиҳатдан тартибга солиш мақсадида 2002 йилда Ўзбекистон Республикасининг “Чиқиндилар тўғрисида”ги Қонуни қабул қилинди. “Ўзбекистонда барқарор тоза ишлаб чиқариш Дастурини ишлаб чиқиш ва тоза ишлаб чиқаришни татбиқ этиш” ҳамда Ўзбекистонда БМТнинг Тараққиёт дастури ҳамкорлигида чиқиндиларни бошқариш соҳасидаги давлат сиёсати ва ҳаракатлар самарадорлигини оширишга қарайилган “Ўзбекистон Республикасида чиқин-

диларни бошқариш бўйича Миллий стратегия ва Ҳаракатлар режаси” ҳаётга жорий этилмоқда.

Мамлакатимизда чиқиндиларни бошқариш, уларни қайта ишлаш муаммоларини ҳал этиш учун давлат бюджети ҳисобидан ҳар йили тегишли маблағлар ажратилмоқда. Ҳозирги кунда чиқиндиларни бошқариш масаласи дунё бўйича, қолаверса, Ўзбекистонда ҳам ўз долзарблигини сақлаб турибди. Шунингдек, жамиятимиз ривожланиши билан боғлиқ бўлган, атроф-муҳит ва аҳоли саломатлигига салбий таъсир этаётган бир қанча экологик муаммоларнинг мавжудлиги барчамизни ташвишга солиши табиий. Жумладан, чиқиндилар атроф-муҳитни ифлослантириш билан бир қаторда, фуқаролар ҳаёти ва соғлиғига, шунингдек, жисмоний ва юридик шахсларнинг мулкларига хавф туғдирмоқда. Натижада, чиқиндиларлар ва чиқинди полигонларида 2 миллиард тоннага яқин саноат, қурилиш ва маиший чиқиндилар сақланаётганлиги ҳамда бу чиқиндилар бугунги кунда 12 минг гектар

тишни тақозо этади. Бунда дастлабки хом ашё бир неча мартаба қайта қўлланилади.

Саноат корхоналаридан чиқадиган чиқиндилар ва ахлатларни зарарсизлантириш энг катта экологик муаммо бўлиб қолмоқда. Ҳозирда улар фақат кўмиб ташлаш йўли билан зарарсизлантирилмоқда. Бу усул ниҳоятда эски ва кенг тарқалган бўлиб, дунё мамлакатлари айнан мана шу усулдан фойдаланиб келмоқда. Масалан, Буюк Британияда 90 фоиз, АҚШ да 84 фоиз, Японияда эса 57 фоиз ахлатлар ахлатхоналарда самарасиз чириб ётади. Умуман олганда, жаҳонда чиқиндиларнинг ўртача 74 фоизи ахлатхоналарда чириydi.

Саноат корхоналаридан чиқадиган чиқиндилар ва ахлатларни зарарсизлантиришнинг иккинчи усули – бу уларни куйдириш ҳисобланади. Ҳозирги пайтда Францияда 35 фоиз ва Японияда 40 фоиз ахлатлар куйдирилади.

Шуни алоҳида таъкидлаш керакки, ахлатларни куйдириш усулининг иккита афзаллиги мавжуд: биринчидан, куйдирилганда ахлатларнинг ҳажми 2-10 мартабага кичиклашади; иккинчидан, ахлатларни куйдириш пайтида ажралиб чиққан иссиқликдан фойдаланиш мумкин. Аммо бу усулнинг камчилиги шундан иборатки, куйдиришдан кейин пайдо бўлган кукун таркибида захарли моддалар ҳам бўлади. Хусусан синтетик материалларни куйдириш пайтида кучли мутагенлар ва канцерогенлар ҳисобланган диоксинлар ва кучли захарли моддалар ажралиб чиқади. Мутахассисларнинг маълумотларига қараганда, 6-10 г диоксин инсон соғлиғи ва ҳаётига жиддий хавф туғдириши мумкин.

Юқорида баён этилган ҳар иккала усул XX асрнинг 80-йилларида АҚШда синаб кўрилди. Маълум бўлишича, ахлат ёндирувчи заводни қуриш учун алоҳида майдонни топиш ахлатхона майдонини топишдек осон иш эмас экан. Бундан ташқари, ахлатларни ёндириш таннархи уларни кўмишга сарфланадиган харажатлардан кам эмас экан.

Кўпгина ривожланган мамлакатларда чиқиндилар ва ахлатлар билан шуғулланиш улар иқтисодийнинг янги тармоғига айланиб қолди. Биринчидан, чиқиндиларни қайта қўллаш натижасида хом ашё тежалади, иккинчидан, катта иқтисодий фойда кўриш мумкин. Шунинг учун улардан қайта фойдаланиш бозори ниҳоятда кенгайиб, ҳатто хусусий трансмиллий компанияларни ўзига жалб этмоқда. Бу компаниялар йирик аҳоли пунктларидан узоққа жойлашган бўш ва арзон жойларга йирик заводларни қуриб, чиқиндиларга ишлов бериб, янги маҳсулотлар ишлаб чиқариб, катта иқтисодий даромадга эга бўлмоқда. Фақатгина Германияда чиқиндилар ҳисобидан йилига 40 миллиард доллар даромад олинади.

Чиқиндиларни бошқариш бўйича илғор хориж тажрибаларини ўрганиб, чиқиндиларни турларга саралаган ҳолда вақтинчалик тўплаш, йиғиш, ташиб кетиш қайта ишлаш (утилизация қилиш) ва зарарсизлантириш ишлари, шунингдек, вақтинчалик тўплаш жойларини экологик ва санитария ҳолатларини яхшилаш бўйича жойларда эътиборни янада кучайтириш лозим бўлади. Чиқиндилардан иккиламчи хом ашё сифатида фойдаланишга эътибор қаратиш, айтиш мумкинки, бугунги кунда уларнинг атроф-муҳит ва аҳоли саломатлигига, ҳудудларнинг санитария ҳолатларига бўладиган салбий таъсирининг олдини олиш ҳамда чиқиндиларни саралаш, йиғиш ва ташиб кетиш масалалари юзасидан Тошкент шаҳрида 2012 йил 1 августдан бошланган амалий ишларни бошқа ҳудудларда ҳам давом эттириш, албатта, мақсадга мувофиқ бўлади.

**Тоҳир ТОШБОЕВ,**  
**Ўзбекистон Республикаси Олий**  
**Мажлиси Қонунчилик**  
**палатаси депутати.**

## Бугуннинг мавзуси

## ТАБИАТДАН СОФ ЭНЕРГИЯ

**БМТ томонидан 2012 йил – “Барқарор энергетика барча учун” Халқаро йили деб эълон қилингани муносабати билан Ўзбекистон Республикаси Табиатни муҳофаза қилиш давлат қўмитаси, “ЭКОСАН” халқаро жамоат фонди, “Чинор” экологик наشريёт компанияси ҳамкорлигида Миллий матбуот марказида “Республикада қайта тикланувчи энергия манбаларини татбиқ қилиш тажриба ва истиқболлари” мавзусида матбуот анжумани бўлиб ўтди.**

Маълумки, энергетика ҳар бир одамнинг ва умуман жамиятнинг ҳаётида муҳим ўрин тутади. Сўнги йиллар мобайнида одамларнинг энергияга бўлган талаби сезиларли даражада ошиб, бутун инсоният тарихи давомида қазиб олинган органик ёқилгидан ҳам кўпроқ ёқилги қазиб олинди. Бугунги кунда йилга табиий ёқилги ишлаши микдори дунё бўйича 12 миллиард тонна нефть эквивалентига тўғри келади (тахминан бир кишига 2 тонна). Нефть, табиий газ, кўмир ва уран ҳозирги вақтда дунёда асосий энергия манбаи ҳисобланади. Шу суръатда дунёдаги нефть захираси 40-50 йилга, табиий газ захираси 70-75 йилга, тошкўмир захираси 165-170 йилга, қўнғир кўмир захираси эса 450-500 йилга етиши мумкин. Бугун кўпмамаклатлар чекланган углеводород энергетик ресурсларга муқобил тарзда қайта тикланувчи энергия манбалари (ҚТЭМ) (Қуёш, шамол, сув ресурслари, геотермал манбалар ҳамда саноат, қишлоқ хўжалиги ва маиший чи-

қиндилардан олинган биогаз)дан фойдаланишга ўтиш ҳажмини ошириш йўлида фаолият ташкил этмоқда. Энергия балансида бир вақтнинг ўзиде экологик тоза бўлган ушбу ҚТЭМларини кенг жалб қилиш атроф-муҳитга теҳноген таъсирларнинг камайишида, ижтимоий муаммоларни ҳал қилишда, аҳолининг бандлигини таъминлашда муҳим омилдир.

Жорий йилнинг июнь ойида Бразилияда ўтган Рио-20 Халқаро Саммитининг якуний ҳужжатларига “яшил иқтисодиёт” концепцияси барқарор ривожланиш инструменти киритилиб, унинг муҳим секторларидан бири ҚТЭМларидан фойдаланишдир. Бу эса энергетик хизматларни ишлаб чиқишга, соғлиқни сақлаш, таълим, иқлим ўзгариши, озиқ-овқат ва сув ресурслари хавфсизлиги, шунингдек, алоқа хизматларига таъсир кўрсатиши билан боғлиқ.

ҚТЭМнинг афзалликларидан бири, у – электр энергиясини ишлаб чиқаришда углеводородли энергия манбаларидан фойдаланиш имкониятини камайтириб, уларни хом ашё сифатида

сақлаб қолиш имконини беради. Ўзбекистоннинг экологик нуқлайи худудларида, ўзига хос иқлим шароитларида ҚТЭМни қўллаш катта аҳамиятга эга бўлиб, бу экологик, ижтимоий, иқтисодий самаралар бериши табиий.

Ўзбекистон Фанлар Академияси ва унинг институтлари, илмий марказлар томонидан 2011 йилда тайёрланган “ҚТЭМлари: Ўзбекистонда татбиқ қилиш имкониятлари” аналитик маърузада 2020 йилгача даврда истиқболли энергия баланси баҳолашиб, ҚТЭМларини татбиқ қилиш бўйича халқаро бой тажрибаларни Ўзбекистон шароитида қўлланиш имкониятлари умумлаштирилди, қайта тикланувчи энергиядан бизда умумий, техник ва бугунгача фойдаланилган салоҳият кўрсатилди, ҚТЭМларидан кенг фойдаланишни рағбатлантириш чоралари таклиф этилди, давлат ва хусусий секторларни жалб қилган ҳолда қайта тикланувчи энергия ривожини рағбатлантириш, миллий ва хорижий инвестициялар самарасини ошириш бўйича Қонун лойиҳаси ишлаб чиқилди.

Экологик тоза ҚТЭМларини кенг тарғибот-ташвиқот қилиш, хўжаликнинг турли соҳаларига татбиқ этиш мақсадида Ўзбекистон Республикаси Табиатни муҳофаза қилиш давлат қўмитаси хузурида ташкил этилган ихтисослашган махсус “Эко-энергия” илмий-тадқиқий марказ директори



Мажид Хўжаевнинг маълум қилишича, ушбу марказ, буюртма асосида, Қорақалпоғистон Республикаси ва барча вилоятларда бир қатор қуёш фотоэлектр станциялари (ёритиш, телевизор, радио, алоқа, қудуқлардан сув тортиш), гелиосувиситкичлар, биоўғитдан биогаз, саноат, қишлоқ хўжалиги ва маиший чиқиндилардан энергия олиш қурилмалари, микро ГЭС ўрнатди ва ишга туширди. Сирдарё вилоятида қишлоқ врачлик пунктига, Самарқанд вилоятида даволаш марказига фотоэлектр станцияси ўрнатди, бундай ишлар Сурхондарё, Навоий, Қашқадарё вилоятларининг чекка худудларида давом эттирил-

моқда.

Анжуманда Ўзбекистон Фанлар Академияси “Физика-Қуёш” илмий ишлаб чиқариш бирлашмасининг Физика-техника институти катта илмий ходими Нуриддин Матчанов, “Mir – Solar” ишлаб чиқариш корхонаси бош директори Акрам Мирзабоев сўзга чиқиб, мавзу доираси ўз фикрларини билдириб ўтдилар.

**Миркарим МИРСОВУРОВ,**  
“ЭКОСАН” халқаро жамоат фонди жамоатчилик билан алоқалар бўлими бошлиғи.

## Қутлов!

**Хурматли Раҳима Исмоиловна!**

Сизни олти йиллик таваллуд кунингиз билан чин дилдан самимий қутлаб, муборакбод этамиз.

Жамиятимиз тараққиёти ҳамда халқимиз саломатлиги йўлида олиб бораётган ишларингизга муваффақиятлар тилаган ҳолда, ўзингизга соғлиқ-омонлик, оилавий хотиржамлик доимий ҳамроҳингиз бўлишини истаб қоламиз.

**Хурмат билан Республика саломатлик ва тиббий статистика институти жамоаси.**

## ЭЗГУ НИЯТЛАРИМИЗ СИЗЛАРГА

Дил изҳори

Бугунги кунда қайси бир тиббиёт муассасасида бўлмайлик, у ердаги шароит ва имкониятлар ҳамда тиббиёт ходимларининг самимийлиги ҳамда меҳрибонлигини қўриб, хурсанд бўлиб кетасан киши. Ҳатто, уларнинг айтган бир оғиз ширин сўзининг ўзи дардимизга малҳам бўлади. Ана шундай қалби пок, ўз касбининг моҳир усталарини Самарқанд шаҳридаги Самарқанд тиббиёт институти клиникасининг неврология бўлимида учратасиз. Бир неча йиллардан буён асаб касаллиги билан мазкур бўлимда даволаниб келаман. У ердаги озодалик, шунингдек, жамоа орасидаги соғлом муҳитнинг барқарорлиги ҳар бир беморнинг тезда тузалиб кетишида муҳим аҳамият касб этмоқда. Айниқса, бўлим бошлиғи Гулнора Эргашева хушмуомалалиги, ўз касбига талабчанлиги ҳамда фидойчилиги билан шогирдларига ибрат бўлиб келаётганлигини фахр билан айтсам арзийди. Физиотерапия бўлими бошлиғи Манзура Ахмедова, шифокорлар Эрназар Тиллаев, Гулнора Раҳматовна ҳамда бири-бирдан қаққон, ширинсўз ҳамширалардан Гулчирай Абдуллаева, Хурсанд Илова, Муҳаббат Болтаева, Нафиса Жаҳоноваларнинг кўрсатган сифатли тиббий ёрдамлари туфайли даррдан фориг бўлиб, оилам бағрига соғайиб қайтдим. Мазкур аҳил жамоанинг барча ходимларига ўзимнинг ҳечқис миннатдорчилигимни билдириб, уларни Мустақиллигимизнинг 21 йиллиги билан қутлаб, келгусидаги ишларига зафарлар тилаб қоламан.

**Шароф МАЪРУПОВ,**  
Самарқанд шаҳри.

Ўғлим Расулбек Юсупов Жиззах шаҳридаги пластмасса заводиде ишлар эди. Унинг тўсатдан ичи оғриб, безовта бўла бошлабди. Ўтиб кетар деб, ўзича шифокорга учрашмай, оғриқ қолдирувчи дорилардан фойдаланибди. Афсуски, вақтни бой бериб, кўричаги ёрилиб кетибди. Фарзандимнинг ҳаётини бундай оғир дарддан Республика шошилинч тиббий ёрдам илмий маркази Жиззах филиали 2-жарроҳлик бўлимида фаолият юритаётган шифокор ва ҳамширалар сақлаб қолишибди. Айниқса, ўз касбининг фидойилари бўлган бўлим бошлиғи Н. Норқўзиев, шифокорлар Н. Зиёдуллаев, А. Намозов, А. Якубов, Х. Султонов ва меҳрибон ҳамширалардан Ж. Жумаева, З. Эргашева, Г. Мамаюсупова, М. Содиқова, М. Орзиқуловлар меҳнатидан мамнун бўлдим. Шукрлар бўлсинки, ўғлим ҳозир соғ-саломат иш фаолиятини давом эттираяпти. Она учун фарзанд камолдан ортиқ бахт борми?!

Аҳолига тез тиббий ёрдам кўрсатаётган барча жонқуяр саломатлик посбонларига, хусусан марказда иш фаолиятини тўғри йўлга қўйган ва малакали кадрларни етказиб бераётган марказ директори Фарход Норқўзиевга ҳам ўз миннатдорчилигимни изҳор этиб, уларни истиқлолимизнинг 21 йиллик байрами билан чин дилдан табриқлайман.

**Р. ХЎЖАНИЁЗОВА,**  
Қорақалпоғистон Республикаси, Тўрткўл тумани.

## Поздравление!

**Уважаемый Владимир Владимирович!**

Приносим свои искренние поздравления в честь 50-летнего юбилея.

От всей души желаем крепкого здоровья, благополучия в семье и успехов в работе, мирного неба над головой.

Благодарим за добросовестный труд в нашей газете.

**С уважением коллектив редакции газеты «Узбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана».**

## Хорошая новость

## Подарок от предпринимателя

**Заканчивается лето. Впереди праздник “День независимости”. У жителей седьмого квартала Чиланзарского района города Ташкента он совпадёт с получением нового спортивно-оздоровительного центра “Экспресс Проект Дизайн” от бизнесмена, предпринимателя и генерального директора ЧП “Экспресс Проект Дизайн” Бахтиёра Ханазарова.**

– В нашем центре, – говорит Бахтиёр Ханазаров, – не смотря на то, что идут отделочные работы, приступили к тренировкам секции “Карате-Шотокан”, “Кикбоксинг”. Готовится к сдаче плавательный бассейн с душевыми и раздевалками, зал для оздоровительной гимнастики, кабинеты врача и массажиста, а также диет-кафе, площадка для мини-футбола и теннисный корт.

Так что сейчас у нас – горячая пора и все хочется сделать добротнo, на совесть, чтобы о нас вспоминали добрым словом.

**А. ПОПОВ.**





## Здоровый образ жизни

## УЧИТЕСЬ НЕ БОЛЕТЬ, УЧИТЕСЬ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ!

**Здоровье – благо и счастье для каждого человека и вместе с тем бесценное общественное достояние, на основе которого умножаются трудовые ресурсы общества, растет производительность труда, повышается экономическая мощь государства, а вместе с ней благосостояние народа. Вот почему особое внимание должно быть обращено на формирование у людей потребности быть здоровыми, вести здоровый образ жизни, быть гармонично развитыми.**

По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), «Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней».

Из этого определения следует, что немногие из нас могут считаться полностью здоровыми.

В нашей республике забота о здоровье населения является общегосударственным делом, направленным на всестороннее развитие физических и духовных сил всех членов общественного уровня трудоспособности, и долголетней активной жизни людей.

Этому отвечает профилактический характер нашего здравоохранения, в основе которого лежит прежде всего система государственных и общественных мероприятий. Вопрос о здоровье населения сегодня стоит очень остро. Дело в том, что медицина сама по себе еще не в состоянии решить важнейшие проблемы сохранения здоровья.

Медицинские исследования показывают, что если принять здоровье за 100 процентов, то 50 процентов его зависят от образа жизни каждого человека, 20 процентов – от условий внешней среды, 20 процентов – от наследственных особенностей и, наконец, 10 процентов – от качества медицинской по-

мощи. То есть от человека, его образа жизни зависит больше, чем от реализации возможностей клинической медицины. Они велики, но с неизбежностью запаздывают, ибо больной, попавший в больницу, это чаще всего серьезный больной. Ему можно помочь, но это и не всегда полностью эффективно. Тут много зависит от того, какой образ жизни вел больной, когда он обратился в больницу, какая у него наследственность, какой возраст, какие врачи и какие возможности у медицины на современном этапе ее развития.

Основанием сохранения здоровья является профилактика как компонент образа жизни. Сущность идеи всеобщей диспансеризации, ее историческое значение заключается в том, что впервые в истории человечества государство выступает как гарант здоровья – оно принимает на себя функции контроля за здоровьем граждан. Человек устроен так, что не в состоянии полностью контролировать все функции своего тела.

Быть здоровым и чувствовать себя здоровым – вещи совершенно разные. Большая часть процессов, происходящих в человеческом организме, протекает вне поля сознания. И начальные стадии абсолютного большинства заболеваний не осознаются вообще. Или «проходят по дну» сознания, ощущаются как легкое

недомогание.

Современный человек, человек XXI столетия, менее всего внимателен к себе. Чаще он думает об удовлетворении своих потребностей и его более занимает то, что о нем думают другие люди. Но о себе как об индивиде – о своем уме, совести, здоровье он вспоминает реже. О своей службе, работе, карьере (даже), о близких, о друзьях – часто. Возможности предупреждения заболеваний совершенно еще не осознаны сотнями тысяч людей. Между тем, почти все заболевания, включая рак, ишемическую болезнь сердца, гипертоническую болезнь, болезни печени, почек, желудочно-кишечного тракта и др., полностью излечимы, если они «залечены» на ранних (на самых ранних) стадиях своего развития. Целиком это еще недостижимо, и медицина пока не в состоянии определить ранние проявления многих болезней, хотя с внешней позиции, с позиции профилактического наблюдения, во время диспансеризации большинство заболеваний могут быть обнаружены.

В укреплении здоровья и prolongации жизни человека важное значение имеет соблюдение здорового образа жизни каждым членом нашего общества.

Понятие «здоровый образ жизни» включает все стороны жизнедеятельности человека. Такая ответственная задача, как самопознание, является одной из частей этого понятия. Отсюда следует, что каждый человек должен хорошо знать строение и функциональные особенности своего организма, соблюдать те правила, которые необходимы для поддержания нормальной деятельности организма.

Есть в медицине такое понятие: «приобретенные болезни». Они не запрограммированы с рождения. Человек часто сам создает ситуацию, благоприятствующие их развитию, сам, можно сказать, своими руками формирует у себя болезнь. В списке «приобретенных» – атеросклероз, ишемическая болезнь сердца с ее трагическим пиком – инфарктом миокарда, артериальная гипертония, несущая постоянную угрозу инсульта, ожирение и вследствие его – сахарный диабет и др. Именно эти болезни в наши дни приобрели характер подлинной эпидемии. Доказано, развитию этих заболеваний способствуют по меньшей мере пять условий, обозначенных как факторы риска. Это – курение, повышение артериального давления, употребление алкоголя, нерациональное питание, дефицит физической активности. Ученые о факторах риска можно считать одним из важных достижений современной медицины: оно открыло магистральный путь профилактики тяжелых заболеваний, оздоровления миллионов и миллионов людей в мире. Разве мало мы знаем примеров, когда человек, имеющий все возможности для укрепления своего здоровья, не использует их? Но воспользоваться открытием ученых о факторах риска оказалось не так-то просто. Сегодня большинство людей в мире имеют избыточную массу тела, избегают занятий физической культурой и спортом, имеют повышенное артериальное давление, курят и злоупотребляют алкогольными напитками и др.

Еще Л. Н. Толстой со свойственной ему мудростью сказал: «Смешны требования людей курящих, пьющих, объедающихся, не работающих и превращающих

ночь в день, о том, чтобы доктор сделал их здоровыми».

Специалисты считают, что больше половины потенциальных пациентов могут остаться здоровыми только лишь за счет перестройки своего поведения и быта. Для того, чтобы увеличить физическую активность, необязательно дожидаться открытия стадиона. Достаточно ходить на работу и с работы пешком, не пользоваться лифтом, а подниматься и спускаться по лестнице. Не набирать лишних килограммов, не допускать повышения уровня холестерина в крови можно при обычном питании: стоит только уменьшить в рационе количество животных жиров и кондитерских изделий и больше есть овощей, фруктов, зелени. Существуют и другие, простые, доступные, надежные меры профилактики. К сожалению, эти резервы здоровья чаще всего многими остаются в востребованными. Одни о них не знают. Другие (и таких большинство!) знают, но не верят в их действенность. Третьи не могут, а попросту не хотят преодолеть инерцию старых привычек. И в этом смысле можно было бы, пожалуй, сказать, что существует еще один универсальный фактор риска – рутинность сознания, душевная и физическая лень. Известна старая истина – человек начинает ценить свое здоровье, когда его теряет. А надо научиться ценить, создавать, укреплять здоровье, пока оно есть! И так учитесь не болеть, учитесь быть здоровыми!

**Сафар МУХАММАДИЕВ,**  
доцент.

## СЕКРЕТЫ ЗДОРОВЬЯ И ДОЛГОЛЕТИЯ

**С незапамятных времен вопросы долголетия интересуют и волнуют человечество. Древние врачи и мыслители, например, Гиппократ и Аристотель, причину сокращения человеческой жизни искали в условиях природы, внешней среды. А вот алхимики средних веков пытались найти «эликсир жизни и молодости» в драгоценных камнях. Швейцарский врач-естествоиспытатель Парацельс положил начало фармацевтической химии и секреты долголетия связывал с различными лекарствами. Римский врач попытался продлить жизнь папе Иннокентию III путем переливания крови двух младенцев, однако при этой попытке скоропостижно умерли дети от потери крови, а папа Римский – от несовместимости крови.**

Условия внешней среды и причины долголетия человека очень разнообразны, мы остановимся на основных моментах секрета долголетия и здоровья. Человеку с детского возраста нужно разносторонними воспитательными мерами прививать чувство меры во всех отношениях жизни. Так как многовековое наблюдение врачей всех поколений показывает, что долгой жизни человека препятствуют крайности. Если человек раздражителен и криклив, то в жизни он во многом неудачник. Постоянное волнение и раздражительность преждевременно изнашивают кровеносные сосуды и нервные клетки головного мозга, и человек теряет чувство меры. У этого человека рано наступает старость. Любители переедания, которые постоянно стараются употреблять большое количество мяса, спиртных напитков, набивающие свой желудок до отказа, тоже являются заоч-

ными кандидатами преждевременной старости. Конечно, все эти привычки являются вредными, поэтому мы, врачи, всегда советуем есть немного, медленно, 3-4 раза в день, иначе в желудке появляется боль, а за ней – гастриты и другие желудочные болезни. К большому сожалению, эти быстроеды-обжоры не слушают наших гигиенических советов и потом говорят: «медицина бессильна», «лекарства не помогают» и т. д.

«Такое систематическое невнимание к еде, – говорит И. Павлов, – конечно, готовит в более или менее близком будущем расстройство пищеварительной деятельности со всеми его последствиями...» На вопрос: «Каким образом предупредить, не допустить желудочных заболеваний?», мы, врачи, отвечаем: «Что самое главное – это правильный режим питания, внимание к количеству, качеству и процессу самой еды. У того, кто всегда

завтракает, обедает и ужинает в определенные часы, вырабатывается условный рефлекс, т.е. именно в эти часы появляется аппетит, усиливается работа желез, выделяющих пищеварительные соки, а значит, создаются условия, необходимые для активного пищеварения». Нельзя забывать и о так называемом эмоционально-эстетическом факторе, иначе – нервной настроенности. Прежде всего, это – хороший аппетит, которому способствуют вкусно приготовленная пища и спокойная обстановка во время еды, отсутствие спешки. Вид приятно сервированного стола, хорошее настроение, приятный разговор всегда вызывают аппетит. Изучение причин долголетия показывает, что многие кавалеры звезды – 100-150-летние и более – почти не употребляли спиртные напитки и не курили. Эта сдержанность и умеренность почетных старожил, которыми мы все законно гордимся, заслуживают подражания. Отправным путем к длительной старости, долголетию является сочетание в питании человека разных продуктов питания белкового происхождения. Это значит, в питании наряду с мясом необходимо уделять внимание присутствию в рационе молока и молочных продуктов. Надо обращать внимание на сочетание в рационе жира животного и растительного происхождения.

Благоприятным сочетанием является одна часть растительного и две части животного происхождения, так как в составе жиров животного происхождения много насыщенных жирных кислот, что делает их более плотными и трудноусвояемыми.

Растительные масла мало задерживаются в организме и способствуют наилучшему обмену веществ. Это особенно важно в питании в пожилом возрасте, когда усвояемость питательных веществ бывает сравнительно понижена. Избыток животного жира в питании при этом ведет к образованию холестерина, что способствует развитию склероза сосудов. Плодотворная старость представляет меньшую опасность, так как от болезней, которые во многих случаях возникают от отсутствия правильного режима, умирает больше людей. Ученые подсчитали, что 3/4 человечества гибнет от болезней и лишь одна четверть умирает естественной смертью.

Родником здоровья и долголетия являются различные свежие овощи, плоды, которые еще в народе называют натуральными витаминами. Поэтому необходимо с ранней весны до поздней осени в питании использовать различные свежие овощи, фрукты и зелень, а зимой их восполнять разнообразными овоще-фруктовыми консервами, соками или аптечными витаминными препаратами по совету врача. Еще

одним общеизвестным талисманом долголетия является правильно организованный и постоянно выполняемый режим дня. Режим – это четкий порядок в работе, отдыхе, смене ответственного труда физическим.

На вопрос «Можно ли лечить старость?», мы, врачи, обоснованно отвечаем: «Старость лечить нельзя, так как это объективное физиологическое явление, которое неизбежно. Но надо и можно только бороться со старческой дряхлостью и закалывать организм».

Здоровье и долголетие являются важной проблемой во всем мире. В большом масштабе ведутся профилактические мероприятия в области здоровья и долголетия во всех городах и селах. Эти работы начинаются с семейных поликлиник, женских и детских консультаций, диспансеров. Эти мероприятия являются ярким примером профилактики здоровья целых поколений.

Многомиллионная армия медицинских работников нашей страны стоит на страже здоровья и долголетия народа, имеются все условия, но талисман здоровья и долголетия находится в руках каждого гражданина, им надо правильно пользоваться, значит необходимо выполнять все указания врачей.

**А. ТОХИРИЙ,**  
старший преподаватель  
ТашиУВ.

## Здоровое поколение — будущее нации

САМАЯ ЛУЧШАЯ  
ЕДА ДЛЯ  
МАЛЫША

Ежегодно во всем мире с 6 по 12 августа проходит Неделя поддержки грудного вскармливания. Проходит она и в нашей стране. Не случайно мировое сообщество обращает столь пристальное внимание грудному вскармливанию. Известно, что ребенок, которого не кормят грудным молоком, в 14 раз более подвержен смерти в течение первых шести месяцев своей жизни, чем ребенок на грудном вскармливании. Хочется еще раз напомнить о том, что грудное молоко отвечает всем питательным требованиям ребенка и является наиболее важным фактором для его выживания.

Таким образом, грудное молоко — это полноценное питание, которое легко усваивается и используется, защищая ребенка от инфекций. Кроме того, когда мать кормит ребенка, обеспечиваются эмоциональный контакт и развитие, защищается здоровье матери, удается предотвратить рак яичников и молочной железы. Если же ребенок находится на искусственном вскармливании, есть вероятность инфекционных заболеваний, чаще возникают диарея и респираторные инфекции, дефицит витаминов А и С, а также возможны аллергии, непереносимость молока и снижение умственного развития.

Особое внимание следует уделять новорожденным, родившимся с малым весом, которые более всего нуждаются в грудном вскармливании. Они имеют больший риск заболеть, чем дети, родившиеся с весом более 2500 граммов, им необходим специальный уход. Маленькому ребенку нужно большое количество калорий. Кормление маленького ребенка требует очень большого терпения, но мать должна понимать, что грудное молоко — это лучшая пища для малыша и со временем кормить его станет легче. Маловесный ребенок при кормлении быстро устает, может заснуть во время кормления. Поэтому если малыш устает, его нужно докармливать с чашки или ложки. Не стоит пользоваться пустышкой, лучше увеличить число кормлений до 12 и более раз в день. Желательно кормить ребенка грудью в течение двух лет. Источники помощи матери — это также семья и друзья. В родильных домах и детских медицинских учреждениях есть группы поддержки грудного вскармливания. Люди обмениваются опытом, поддерживают друг друга, помогают преодолеть возникшие трудности при кормлении.

А теперь остановимся на том, что должна знать каждая семья. Только материнское молоко является идеальным питанием, необходимым малышу в первые шесть месяцев жизни. Ребенок, находящийся на грудном вскармливании, не нуждается в этот период ни в какой другой пище, даже воде. Частое кормление грудью стимулирует выработку большего количества молока. Почти каждая мать может кормить своего ребенка грудью без каких-либо осложнений. Если женщина не может кормить своего ребенка грудью, ребенок все равно должен продолжать получать материнское молоко или его заменители из обычной чистой посуды. Мать, место работы которой находится далеко от дома, должна стараться кормить ребенка как можно чаще в часы, когда находится вместе с ним. По возможности грудное вскармливание должно продолжаться и во второй год жизни ребенка.

Алима МАТКАРИМОВА, главный врач Детского многопрофильного медицинского центра Республики Каракалпакстан, кандидат медицинских наук.

ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ  
— ЗАЛОГ ЗДОРОВОЙ  
ЖИЗНИ РЕБЕНКА

г. Наманган, 9 августа 2012 года — 39 семейных поликлиник, сельских врачебных пунктов, родильных отделений и перинатальных центров Наманганской и Андижанской областей присоединились к "Инициативе больниц дружелюбного отношения к ребенку" (ИБДОР). Вручение им соответствующих сертификатов состоялось в г. Намангане в рамках Международной недели грудного вскармливания. Эта неделя отмечается по всему миру, включая Узбекистан, с 6 по 12 августа.

"Инициатива больниц дружелюбного отношения к ребенку" (ИБДОР) реализуется Министерством здравоохранения Республики Уз-

бекистан при поддержке ЮНИСЕФ с 2008 года. Ее участники внедряют и обеспечивают 10 шагов для успешного грудного вскармливания. На сегодняшний день в рамках данной программы всего по республике прошли обучение более чем 3544 специалиста семейных поликлиник и 1568 сотрудников родильных отделений и центров. В Наманганской и Андижанской областях было обучено 454 и 745 специалистов первичного звена здравоохранения и 189 и 286 специалистов родильных отделений и центров соответственно.

ЮНИСЕФ поддерживает программу по внедрению исключительно грудного вскармливания (ИГВ) детей 0-6-месячного возраста путем внедрения ИБДОР в лечебных учреждениях, а также проводит информационно-разъяснительную работу с населением, поощряя и пропагандируя важность материнского молока с использованием инновационных методов коммуникации.

В 2008 году журнал Lancet в своей серии о питании отметил выдающийся факт: ребенок, которого не кормят грудным молоком, в 14 раз более подвержен смерти в течение первых шести месяцев своей жизни, чем ребенок на грудном вскарм-

ливании. Грудное молоко отвечает всем питательным требованиям ребенка и является наиболее важным фактором для его выживания: залог жизни — материнское питание. Несмотря на убедительные доказательства того, что исключительно грудное вскармливание предотвращает такие болезни, как диарея и пневмония, которые являются причинами смерти миллионов детей каждый год, глобальные показатели грудного вскармливания остаются относительно низкими в развивающихся странах, увеличившись с 32 процентов в 1995 году до 39 процентов в 2010 году. В Узбекистане показатели исключительно грудного вскармливания в регионах, где проводились интенсивные мероприятия по программам грудного вскармливания (обучение специалистов и последующий мониторинг), поднялись до 72% (РСНПМЦ педиатрии). Это показывает успешность всего пакета мероприятий по программе ИБДОР и ГВ (грудное вскармливание).

Вместе с тем, сохраняются некоторые препятствия на пути улучшения показателей грудного вскармливания. В их числе — использование искусственных заменителей грудного молока и агрессивная маркетинговая политика их производителей, ставящих под сомнение исключительность материнского молока, используя различные, порой беспочвенные доводы. Одним из таких является распространение мнения о скудности состава и количества грудного молока и необходимости дополнительных элементов, не содержащихся в молоке матери.

В Год крепкой семьи и по случаю 20-й годовщины Всемирной недели грудного вскармливания Министерство здравоохранения Узбекистана и ЮНИСЕФ еще раз подтверждают, что сильная национальная политика поддержки и поощрения грудного вскармливания обеспечивает здоровье детей, и призывают широкую общественность распространять информацию о пользе грудного вскармливания за пределами поликлиник и родильных комплексов с тем, чтобы все семьи осознавали важность грудного вскармливания для гармоничного развития и роста их детей.

Камола САЛИХОВА, координатор Национальной программы грудного вскармливания в Узбекистане, Республиканский специализированный научно-практический центр педиатрии, Баходир РАХИМОВ, специалист по вопросам питания, ЮНИСЕФ Узбекистан.



## Обуна — 2012

Хурматли муштарийлар!  
«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш —  
Здравоохранение Узбекистана» газетасига 2012  
йилнинг иккинчи ярим йиллиги учун  
обуна мавсуми давом этмоқда.  
Азиз тиббиёт ходимлари ва муштарийлар!  
Республика тиббиёт тизимида амалга  
оширилаётган ижобий ишлар, фаолиятлар ҳамда  
янгиликлардан хабардор бўлишни истасангиз  
севимли газетангизга  
обуна бўлишни унутманг!  
Нашр индекси: 128.

Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги  
вазирнинг ўринбосари Марат Худайкулович Ходжибековга  
синглиси

Лариса Худайкуловна ХОДЖИБЕКОВАнинг  
вафоти муносабати билан чуқур таъзия изҳор этади.

«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш — Здравоохранение Узбекистана» газетаси жамоаси Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги ўринбосари Марат Худайкулович Ходжибековга синглиси

Лариса Худайкуловна ХОДЖИБЕКОВАнинг  
вафоти муносабати билан ҳамдардлик билдиради.

Газета  
муассиси:  
Ўзбекистон  
Республикаси  
Соғлиқни  
сақлаш  
вазирлиги

Бош муҳаррир Анвар АЛИМОВ  
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 sahifalaridan foydalанилган суратларга «f» шартли белгиси қўйилади.

Манзилмиз: 100060, Тошкент шаҳри,  
Истикбол кўчаси, 30-уй, 2-қават.  
Тел/факс: 233-13-22, тел.: 233-57-73. Газета  
Ўзбекистон Республикаси Матбуот ва ахборот  
агентлигида 2009 йилнинг 11 март куни  
рўйхатга олинган. Гувоҳнома рақами 0015.

Газета материаллари таҳририят  
компьютер марказида  
терилди ва sahifаланди.

Адади 6518 нуска.  
Буюртма Г-845.

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

Саҳифаловчи Бахтиёр ҚҶШОҚОВ. Нашр вақти Владимир ПОЖОГИН.  
Босмахонага топшириш вақти — 20.00.



