

Саломатлик
ҳақида суҳбатлар

Хурматли редакция!
Грипп хасталиги нима қилса енгил ўтади? Бу хасталикдан, айниқса болаларни сақлаш учун нималарга эътибор бериш керак?

М. БАҲРОМОВ, ишчи.

Грипп йилнинг баҳорини куз фаслларида кўпроқ учраб туради. Бу фасللарда об-ҳавонинг кескин ўзгариши билан болалар организмиде касалликка қарши курашиш қобилиятини сусайтиради. Кўпгина болалар олти ойликдан уч ёшгача бўлган даврда касалланади, чунки бу даврда онанган ўтган пассив иммунитетнинг кучи камайиб, бола организмиде актив иммунитет етарлича юзага келмаган бўлади. Грипп билан оғриган бола организмиде соғайган сари гриппга қарши иммунитет ишлана бошлайди. Бу иммунитет шу хилдаги грипп хасталигидан болани иккинчи йил давомида муҳофаза этади.

Одатда хасталикнинг бошланиш даври бир неча соатдан бир-икки суткагача даром этади. Шу давр ўтиши билан хасталик бирдан бошланиб, болада бош оғриги, эҳтиш, ушвишиши, иситмаси, бурундан суюқлик ақралиши, суюқлик ақралиши, йўтал, кўз соқасининг оғриши, кўзининг ёшланиси, кўл ва оёқнинг зирқираб оғриши хасталикнинг асосий белгилари ҳисобланади. Хасталикда уч-тўрт кунгача иситма 38,5-39 даражагача кўтари-

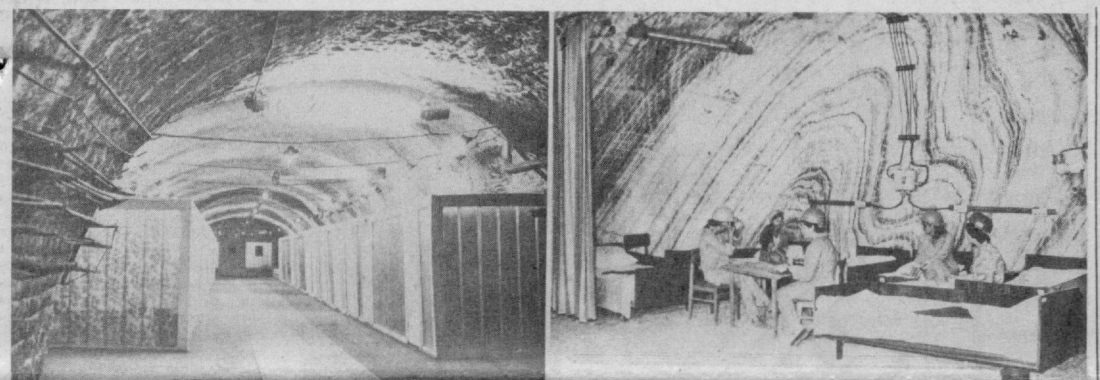
лаш, бурундан суюқлик ақралиши, томоқнинг яллиғланиши каби аломатлар учиради.

Шуни унутмаслик кераки, яхши гигиеник режим шартинда эркин ўсаётган ва тўғри оқватланган болалар касалланадилар, улар касаллигини нисбатан енгил ўтказадилар. Бемор болалар врач келгунча қадар ўринлариде ётишлари шарт. Бемор ётган хонани тез-тез шамоллатиб туриш лозим.

ШИФОКОР ҚАБУЛИДА ГРИПП БОШЛАНГАНДА...

МУҲИМ ШАРТЛАР:

- Бемор киши учун сочқик, ндиш-товоқ, қошиқ-вилка ва бошқа буюмларни алоҳида туттиш керак.
- Хона ҳавосини тез-тез янгилаб, тозаллаб туриш керак. Лекин бунда бемор шамоллаб қолмасин, елвизак бўлмасин.
- Хаста кишиларда иштаха бўлмайди. Шунинг учун уларга лимон, олма, апельсин чой, турли шарбатлар, кук чой ичириш керак.
- Беморга кунгил кутарганча керак, айрон бериш, сутни қайнатиб, озгина сариқ солиб ичириш ҳам фойда қилади.
- Қайнатма шўрва, мастава, угра оши каби суюқ оқватларни бемор осон ҳазми қилади.
- Грипп билан оғриган беморлар оқватига пиз, сабз, турп, шолғом каби сабзавотлар, ҳар хил ошқўялар солиб бериш айнни мударо бўлади.
- Бемор гриппдан тузалган, қувватга кирмиши учун сифатли сабзавот ва меваларга беш оқватларни кўпроқ истеъмол қилиш керак.
- Гриппнинг олдин олиш ва ундан тузалмишда исирикдан фойдаланиш ҳам унутманг. Уйда ҳар кун 2-3 марта исирик тутатиш, лекин 4-5 минутдан кейин даразларини очиб, исирик тутунини чиқариб юбориш керак.



Ғорларнинг шифобахш сири

Қадим замонлардан касалликларни даволаш усуллари ҳақариб келишган. Улар бу борада гнхлардан, шифобахш сувлардан, ҳар хил минераллардан, кўйинчи халқ табибларининг ҳамма усуллари билан фойдаланганлар. Хозирги замон медицинаси эса ақл бовар қилмайдиган даражада ўсиб кетди. Лекин онатбаит билан боғлиқ даволаш чора-тадбирлари тажрибалардан кўп синналиб, медицинанимизда кенгроқ жорий этилмоқда. Мана бир мисол: нафас йўли касалликларини туз конлари шариоғида даволашнинг янги усули.

Украинанинг Закарпатье областидаги Солотвино туз кони факат соф ош тузи билангина эмас, ноёб шифохонаси билан ҳам манзур ва машҳур бўлиб бормоқда. Бундан олти беш йил муқаддам Солотвинодаги уаста шифохонаси базасида 20 ўринли алергология бўлими очилган эди. Бу ерда бронхит,

Бунни ёдда тутинг

Хурматли редакция! Кичикитой ўғлимизнинг иситмаси чиққан эди, унга дори ичирдик, шунда у ўзини жуда ёмон ҳис қилди, врачга кўрсатсак, дори алергияси бўлибди, дейишди. Бу қандай касаллик! Шу ҳақда маълумот берсангиз.

О. АЛИЕВА, Янгибод маҳалласида истиқомат қилувчи она.

Аллергия грекча «аллос» — «бошқа», эрон — «жавоб» бериш деган маънони билдиради. Бошқача айтганда, аллергия ёт организмга нисбатан сезилгилли-

Ноёб топилма

Қора туш билан «Ганибал» деб қўйилган иккион кўрган замонашларимиздан бирон кишининг юраги ораниқиб кетмаслиги амри махот. Шунинг учун ҳам бу юк Пушкнингнинг қариндоши битган ноёбларини дастхатини топиб олган Владимир обиде давлат архиви хабарлари нечоғлиқ хайратта тушганликлари ни тасаввур этиш мумкин.

Топилаган дастхат сичкиллаб ўрганиб чиқилганда уни «Буюк Петриний хабари» уели — атоқли рус саркардаси Иван Абрамович ағаллигини аниқлаш мумкин бўлди. И. А. Ганибалнинг қаддан зиёд саркардалик қобилияти 1768-1774 йиллардаги Россия — Туркия уруши чоғида айнқиса яққол намоён бўлди. Жумладан, забт этиб бўлмади, деб ҳисобланади иситкан Наварина иситкомининг қалаби билан тутатган ўш беш қувлик қамали тарихга кирган.

1770 йилнинг июнида Ўғай денгиздаги Чесма кўрфазига машхур денгиз муқорибаси бўлиб, бунда рус эска-

дри бундан ташқари бурун йўлга пиз, алоо, калонхое шарбатларини томизиб туриш мумкин. Яллиғланган томоқ йўлини шалфей, ромашка ёки колендула дамламалари билан кунига 3-4 мартаба «гар-гара» этиб чайиб турилса, бемор болаларнинг аҳволини анча енгиллаштиради. Агар бу айтилган муолажалар хасталигини енгиллаштирмаса, у ҳолда «тез ёрдам» машинасини ёки уйга врач-педиатрни чақириб олиш лозим.

Гриппдан сақланиш учун тирик ёки зарарсизланган вақини иштилати. Интерферон деб номланувчи препаратини ҳар 6 соатда икки кун давомида бурунга томизиб турилади. Касаллик аломатлари содир бўлса врач назоратида ремонтини препаратидан кунига бир маҳал оқватдан кейин истеъмол этиб туриш лозим.

Қатта ёшдагиларда ҳам, ёш болаларда ҳам грипп хасталиги кузатилса, уни: «Енгил дарад оёқда ўтказса ҳам бўлади» деб бепарво бўлмаслик керак. Биз юқорида айтган тавсияларга амал қилинса, ўз вақтида икки-уч кун ётиб даволанишда грипп осонгина ўтиб кетади, бунда энг асосийси хасталик оғир асорат қолдирмайди.

М. НУРИДИНОВ, Ўзбекистон ССР Соғлиқни сақлаш министрининг бош педиатри, медицина фанлари доктори, профессор.

И. ИСАМУХАМЕДОВ, медицина фанлари кандидати.

ВРАЧЛАР ТАКЛИФ ЭТАДИ

Тошкент ГРЭСининг санитарий-профилакторийси ҳордик чиқариш ва даволаниш учун энергетиклар билан бирга оталиқдаги хўжаликларнинг кишлоқ меҳнатчиларини ҳам қабул қилди. Станция касабаси союзи комитетининг ташаббуси билан пахтакорлар ва чорвадорларни шифохонага таклиф қилишди. Бу ерда Ўзсўз каналининг хушманзара соҳилида жойлашган ётоқхоналар корпуси, бир-икки ўринли палаталар, маданий марказ, соғломлаштириш комплекси, катта спорт майдончаси — бутун бир саломатлик шаҳарчаси дам олувчи хизматиди.

ТашГРЭСнинг касабаси союзи активлари ўз меҳмонлари учун катта маданий программани ишлаб чиқдилар. Дам олувчилар республика пойтахти музёби театrlарини бориб кўрадилар, үнинг дискетга сазовор жойлари билан танишдилар, корхона йлгорлари билан учрашадилар.

Касабаси союзи активлари ташаббуси билан областдаги корхоналарнинг яна еттига энг яхши санитарий-профилакторийси бу йил қишда кишлоқ меҳнатчиларининг дам олиши ва даволанишини уюштирди. Бу шифохоналарда юзлаб пахтакор ва чорвадор, меҳнаткор ва пиллатор ўз саломатлигини мустаҳкамлаб олади.

А. ЦЕГЕЛЬНИКОВ, фотолари.

ҒАЛАТИ БИТИМ

«Аллитания» давлат авиакампанияси Венецияда ғалати битимни тузди. Салкам 10 минут юзма ва хирлаб нафас олади. Юрак қон-томир фаолияти издан чиқади. Вақти-вақти билан мушаклар қисқариб, бола тиришади.

Анафилактик шокда беморга эвдик билан тиббий ёрдам бериш керак. Шуларни ҳисобга олиб, врач маслаҳатсиз болага ҳеч қандай дори бермаслиги керак.

Э. САЛИМОВ, медицина фанлари кандидати.

ЭНГ СЕМИЗ МУШУК

«Гиннес» рекордлар китобида одам эришган ютуқларига рўйхат қилинганда эди, Триддлс лақаби мушук шу китобга киритилган бўлур эди. Триддлс Лондон радиоси «Буюк Британиянинг энг семиз мушуги» сифатида таъсис этган биринчи мукофотига сазовор бўлди. Дарҳақиқат, унинг вазни 13,5 килограмм келди, «Бели» 75 сантиметр.

ТОШКЕНТ ОЙНАСИ
ТАСС ВА АПН МҲБИРЛАРИ ХАБАР ҚИЛАДИЛАР

«Тезроқ, пухтароқ, тежамлироқ»

БУДАПЕШТ. Мамлакат автотранспорт корхоналарида ишловчи социалистик меҳнат бригадалари раҳбарларининг Венгрия пойтахтидаги учрашуви «Тезроқ, пухтароқ, тежамлироқ» деган шир остида ўтди. Бултур шаҳарлараро юк ташин соҳасида катта муваффақиятларга эришилганлиги учрашувда таъкидланган.

Рейсларнинг асослаб тузилган графиги, меҳнат ҳақининг оқилон системаси, энг мабул маршрутлардан фойдаланиш, шофёрларнинг юксак маҳорати туфайли планда мажбурийлар муваффақиятли бажарилибгина қолмай, шу билан бирга 300 минг литр бензин қўшимча равишда тежалади.

Енгилдан оқилонга фойдаланиш — республика халқ хўжалиги кўпгина тармоқлари ходимларининг диққат марказида турибди. Беш йилликда ўртага қўйилган вазифаларга мувофиқ ВХР да бу йил 1,2 миллион тонна нефтьга тегиш қилинган энергетика ёнгиллигини тежаб қилиш белгиланган.

Т. ИСКАНДАРОВА: Улуғ Ватан уруши йилларида бедарак йўқолган отамни сурштириб, у ҳақда бирон нарсани билишни истайман. Шу бондан СССР Мудофиа министрининг архиви адресига маълум қилишнингизни сўрайман.

Жавоб: Илтимос хатингизни қуйидаги адресга юборишингиз лозим: 142100, Москва области, Подольск шаҳри, СССР Мудофиа министрининг марказий архивининг бошлиғига.

С. АБДУМАЖИДОВ: Совет Армияси сафида ҳақиқий хизмат муддатини ўтаб қайтдим. Айтгинчи, неча ойда ишга жойлашшим керак?

Жавоб: Белгиланган тартибга кўра Совет Армияси сафида ҳақиқий хизмат муддатини ўтаб запасга қайтган солдат ва сержантлар уч ой давомида ишга жойлашсалар, уларнинг Совет Армияси сафидаги хизмат муддати узлусиз меҳнат стаякларига қўйилади. Бинобарин, Сиз ҳам уч ой давомида ишга жойлашшингиз лозим.

Н. ОДИЛОВ: Тошкент халқ хўжалиги институтининг иккинчи курсида ўқиётганимда Совет Армияси сафида хизматга қақирдим. Яқинда хизматдан қайтдим. Айтгинчи, ўқини давом эттирганимизда менга стипендия берилмагани ёки бериладими?

Жавоб: Амаддаги тартибга кўра институт ёни техникумда ўқиётган студент Совет Армияси сафида хизматга қақирилганда ўш ўқиётган институтда ўқини давом эттириш ҳуқуқини сақлаб қолади. У ҳақиқий хизмат муддатини ўтаб бўлганидан кейин аввал нечани курсда бўлса, шу курсдан ўқини давом эттиради. Унга наватдаги сессияга қадар стипендия берилади.

Г. АЛИЕВ: Меҳнат отпускига чиққанымда касал бўлиб қолдим. 10 кун касалхонада даволандим. Ана шу касал бўлган кунлардан отпускам тутгани билан фойдаланмоқчи эдим. Лекин корхона маъмурияти ишчи кучи етилишга деган баҳона билан касал бўлган кунларимдан фойдаланишга рўхсат бермади. Шу тўғрисида?

Жавоб: Корхона маъмурияти тўғри йўл тутган. Амаддаги тартибга кўра муассаса, таъкилот, корхоналарнинг ишчи кучи хизматчилари иш вақтининг факат унумли меҳнатга сарфлашлари, маъмуриятнинг кўрсатмаларини сўзсиз бажаришлари керак.

Т. БОЙЖОНОВ, С. ПРИМОВ: Политехника институтида ўқиймиз. Олти ой давомида «Ўзбексельмаш» ишлаб чиқариш бирлашмасида практикада бўладик. Мастер ва мастер ёрдамчиси лавозимларда ишладик. Айтгинчи, бизга корхона қадрлар бўлишимиз меҳнат дафтарчаси тўлдирилган керакми ёки йўқми?

Жавоб: Меҳнат дафтарчасини тўлдириб ва сақлаш ҳақидаги тартибга кўра корхона ва муассасаларда беш кундан зиёд ишлаган ишчи ва хизматчиларга меҳнат дафтарчаси тўлдирилиши керак. Шунингдек, вақтинча ёки бир мавсум ишлаган учун шартнома тузганларга ҳам меҳнат дафтарчаси тўлдирилади. Бинобарин, Сизлар практикада бўлган корхона қадрлар меҳнат дафтарчаси тўлдирилиш ҳоқуқини дор.

Редактор: Ш.О.УБАЙДУЛЛАЕВ

Мехнаткашлар ташаббуси билан

ГАВНА. Лас-Тунас вилоятидаги Ангонио Гитерас номли агросаноат комплексининг хамма ходимлари дашларда, экинзорларда ва чўчқачилик фермасида меҳнат қилмоқдалар. Шакарқамш ўриш даврида ошда аъзолар ҳам уларнинг ёнида туриб ишлайдилар. Ёрдамчи хўжаликларнинг ортиқча маҳсулоти қатъий белгилар қўйилган харид нархлар билан давлатга топширилади. Уни сотишдан олинган даромадлар жамоат эҳтиёжларига — маданий-оммавий ишларга, спортни ривожлантиришга сарф қилинади.

Бундай коллектив ёрдамчи хўжаликлар ҳозир Кубанинг кўпгина корхоналарида бор. Улар кубалик меҳнаткашларнинг озик-овқат маҳсулотларига ўсиб бораётган эҳтиёжларининг қондиришга салмоқли ҳисса қўшмоқда.

БОЙЛИК ОРТИДАН КҲВИБ

1980-1981 йилларда Туркияда сифатсиз озик-овқат маҳсулотларини истеъмол қилиш натижасида ўттиз минг киши ўлган. Мутахассислар санолати соғлом, савдорлар озик-овқатлар кўринишини яхшилаш мақсадида унга қўшадиган химиявий моддалар кишиларнинг заҳарланишига сабаб бўлган. Бойлик ортиришга интилиб улар касал сийгилар сутдан кўппа маҳсулот таберлашган.

автомобиллар нархида сотилган. У вақтида Италия ҳаво флотининг байроқдорлари хисобланган «каравеллар» сўнгги рейсини 1978 йилда қилган. Ундан кейин улар ангарларда занглаб ётди. Уларнинг пидиги учта турбо реактив пассажир самолёти сотилган. Самолётларнинг ҳар бири ўрта классдаги тутилган.

ҒАЛАТИ БИТИМ

«Аллитания» давлат авиакампанияси Венецияда ғалати битимни тузди. Салкам 10 минут юзма ва хирлаб нафас олади. Юрак қон-томир фаолияти издан чиқади. Вақти-вақти билан мушаклар қисқариб, бола тиришади.

Анафилактик шокда беморга эвдик билан тиббий ёрдам бериш керак. Шуларни ҳисобга олиб, врач маслаҳатсиз болага ҳеч қандай дори бермаслиги керак.

Э. САЛИМОВ, медицина фанлари кандидати.

