



Бизнинг Илчи номли завод республикадан кекса корхоналардан. Шу ойда унинг ташкил этилганига 63 йил тўлади. Республиканинг қарийб барча саноат корхоналари бизнинг корхонамида коллектив иштирокида қурилган. «Ташсельмаш», «Узбексельмаш», «Узбекхлопмаш» заводлари, тўриччилик комбинати каби корхоналарнинг бўйбўйида муносиб ўлдимиз бор. Биринчи беш йилликларда, оғир, ҳарбий йиллардаги шовли меҳнат анъаналари буғунги кунда тинмай

риновланиб борапти. Шунинг учун ҳам биз меҳнат коллективлари ва корхоналар, муассасалар, ташкилотларни бошқаришдаги уларнинг ролини ошириш тўғрисидаги СССР Қонуни лойиҳасини қўшни билан кутиб олдик. Унда меҳнатчиларнинг бошқаришдаги лойиҳа қонунлари аниқроқ аниқлаш керак. Бу меҳнатчиларнинг бошқаришдаги лойиҳа қонунлари аниқроқ аниқлаш керак. Бу меҳнатчиларнинг бошқаришдаги лойиҳа қонунлари аниқроқ аниқлаш керак.

лиши лозим. Ҳозир ҳам ашё ва материаллари, энергияни, ёнилгини тежаб-тегаб сарфлашга алоҳида эътибор бериляпти. Бу нарса Қонуни лойиҳасида ҳам ифодаланган. Шу йилнинг биринчи кварталда заводда 2,5 киловатт-соат электр қуввати ва 2 тоннадан ортиқ қора металл прокати тежалди. Бунга асосан ишнинг қулай методлари иш жорий этиш ҳисобига эришилди. Айни пайтда бирлашма металлнинг чорак қисми қириндига чиқиб кетяпти. Корхона нонинга «илмий-ишлаб чи-

қариш» сўзлари тиркалган-ку. Чикит кам чиқадиган ёки мутолдо чиқмайдиган ҳамда энергияни тежайдиган технологияни яратиб ва жорий этиш ишида ишчиларнинг ёрдамига таяниш пайти келмадимикан? Уларда талғинга қимматли таклифлар бўлади. 12-моддани бироз бошқача таҳлил қилишнинг таклифи эътиборга олинди. «Меҳнат коллективлари таклифлари киритилиши ва корхона конструкторлик ва технология бўлорларининг ақли қўлаб-қуватлаши натижасида ички резервларни тўла аниқ-

лаш ва улардан фойдаланиш бўйича таклифлар белгилашди... Яна бир масала эътиборга олинди. Биз бир кунги заводнинг кекса ишчиси, бош механик бўлими партия ташкилотчиси, тоқар И. Иванов билан суҳбатлашдик. Кўп вақтлар уларнинг қўлидан келган. Корхонада шулардан ким қўлдан келган, деб резим солсангиз икки-учагина одамни кўриш мумкин. Бундай аҳволнинг фазати Иван Васильевичнинг устасида эмас, бошқа цех-

ларда ҳам кузатиш мумкин. Ветеранлар, албатта, катта куч. Уларнинг юксак малакаси, топирилган ба-зифага масъулият билан қарши бутун коллективга намуна бўлиши керак. Афтидан, бу ерда завод партия, комсомол ва касабасоюз ташкилотлари аниқ иш қилишлари керак. Мен 13-моддани бироз таҳлил қилишнинг таклифларини тарафдоринман. «Меҳнат коллективлари партия ва жамоат ташкилотлари бил-

ан биргаликда ишларга қасб ўргатиш, уларнинг коллективда муқим бўлиб қолишини таъминлаш масалаларини қараб чиқариш ва лозим бўлган таклифлар киритишди». Заводимиз пахтачилик учун машиналар тайёрлайдиган корхоналарни техника билан таъминлашда катта роль ўйнайди. Биз ўз коллективимизда резервларни қанча кўп қилдик, унинг самараси ҳам шунча салмоқли бўлади. С. МЕРКУШКИН, «Технолог» илмий-ишлаб чиқариш бирлашмаси тажриба-механика заводи қузов цехи моделчилар бригадаси бошлиғи.

ҚИСКА ХАБАРЛАР

Веймардаги миллий театрда тантанали йилнинг билан «1983 йилги Шенспир куллари» бошланди. Бу кунларда тўққиз мамлакатдан, шу жумладан Совет Иттифоқидан театр артистлари ва адабиётшунослар қатнашмоқдалар. ГДР немис Шенспир жамоатининг президенти М. Ленерт келиши йилнинг драматурги ва шоири икони тадиқ қилиш натижалари тўғрисида гапириб берди. Анъанавий Шенспир кунлари программа-рида икони мунозаралар ва коллоквиумлар ўтказилиши, Шенспир шеърларини кўрсатиш кўзда тутилган. Австрия пойтахтида Иоганнес Брамс асарларидан тузилган концертлар туркуми кўрсатила бошланди. Бу тадбир ана шу атоли композитор, шаян ва дирижёр тутилган куннинг 150 йиллигига бағишланган. Португалия пойтахтидаги марказий китоб магазинларидан бирида совет китобларининг катта қўра-маси очилди. Португал, инглиз, француз ва испан тилидаги илмий-техника оид китоблар ва болалар адабиёти, санъатга доир китоблар, дарсликлар қўрамага қўйилган. Португалиянинг «Сд» наشريети ташкил қилган экспозиция Португалия жамоатчилигига эътибор қилиш тўғрисида гапириб берди. Португалия пойтахтидаги марказий китоб магазинларидан бирида совет китобларининг катта қўра-маси очилди. Португал, инглиз, француз ва испан тилидаги илмий-техника оид китоблар ва болалар адабиёти, санъатга доир китоблар, дарсликлар қўрамага қўйилган. Португалиянинг «Сд» наشريети ташкил қилган экспозиция Португалия жамоатчилигига эътибор қилиш тўғрисида гапириб берди.

Озиқ-овқат программаси — амалда

Гидрогеологларнинг ёрдамчи хўжалиги

Бизнинг интервью

▲ ЧИРЧИК ДАРСИ БУЙИДА ГИДРОГЕОЛОГЛАРНИНГ ЁРДАМЧИ ХЎЖАЛИГИ ТАШКИЛ ЭТИЛДИ  
▲ ҲОЗИР БУ ЕРДА 270 БОШИ ЙИРИК ШОҲЛИ ҚОРАМЛ, ЧУЧҚА, ОТ БОҚИЛМОҚДА. ▲ ҲАР БИР ХОДИМ 20 КИЛОГРАММДАН ГҲШТ, АНЧАГИНА СУТ ВА АСАЛ ОЛДИ  
▲ БИРОҚ ЧОРВА МОЛЛАРИНИ ҲАМ ОЗУҚА БАЗАСИ БИЛАН ТАЪМИНЛАШ МАСАЛАСИ ҲАЛ ЭТИЛМАЯПТИ.

Бўстонлик райондаги «Ленинград» совхоз территориясида «Узбекгидрогеология» ишлаб чиқариш бирлашмаси Тошкент яқинидаги гидрогеология экспедициясининг ёрдамчи хўжалиги пайдо бўлди. Ҳозирги пайтда ёрдамчи хўжаликда 70 та йирик шохли қорамол, 180 та чўчка, 20 та от, 100 қўти асарлари боқилипти. Бу ерда ғишт ва темир-бетондан сигирхона, 50 бош буюқ сингадиган буюқхона, озуқа омбори қурилди, 500 ўрнили чўчкахона қурилиши жадал суръатлар билан давом этапти. Бу ишларнинг ҳаммаси сўнгги 1—1,5 йил ичида амалга оширилди. Экспедиция бошлиғи К. Алимов мухбиримиз М. Савельев билан суҳбатда шундай деди:

— КПСС Марказий Комитетининг май ва ноябрь (1982 йил) Пленуми қарорлари, КПСС Марказий Комитети Бюро секретари Ю. В. Андропов КПСС Марказий Комитетидеги кенгашда сузлаган нутқидан келиб чиқадиган қонда ва ҳушолар, жойларда Озиқ-овқат программасини тезроқ амалга ошириш зарурлиги бўйича айтилган гаплар бизнинг коллективимиз учун жангатор программа бўлиб қолди. 1981 йилнинг баҳорида, Чирчиқ дарёси бўйида 5 гектар майдонга эга бўлишимиз билан ёрдамчи хўжалик объектларини лойиҳалаш ва қуришга киришилди. Шунинг билан, бу райондаги ерлар яхши эмас. Тоши кўп, бироқ коллектив гапириб билан ишга киришилди. Қурилишнинг биринчи навбати тугалди. Чорвачилик объектларидан ташқари ходимлар учун уйлар, охиона қурди. Ичимлик ва техник сув масаласи ҳал қилинди — 40 метри кўлди қазиб, ишга туширдик. Электрлаштириш ишлари амалга оширилди. За-рур сурорини тармоқларини қуралимиз. Ёрдамчи хўжалик умумий оқватла-ниш учун мақсулот беришптими? — Албатта! Утган йилги биз экспедиция ходимлари ва умумий оқватлаш учун 14 тонна ғишт (тирик вазд), 15 минг литр сут, 570 килограмм асал сотдик. Утган йилнинг ўзида ҳар бир ходимга 17 килограммдан ғишт тақсимладик. Бу йил янада кўпроқ мақсулот олмақчимиз. Яна бир гап. Биз 25 отдан иборат от фер-масини ташкил этдик. Ёрдамчи хўжаликка от жуда зарур. Ленин бизнинг бошқа режа-ларини ҳам бор. Ўйла-рдан қимиз олмақчи-миз. Гап шундаки, Га-залкенда, Чирчиқ дарёси бўйида биз-нинг «Чотқол» сана-торий-профил акт о-ризмиз қурилган. Ҳо-зири бу ерда 200 ўрнили янги санато-рий комплекси қури-лиши тугалланяпти. Бу «Чотқол»да до-валаниш турли-туман воситаларидан фойда-ланиш имконини бера-



БУГУНГИ ТОШКЕНТ. Ўзбекистон кўчаси билан Фуркат кўчаси кесинган чорраха бугунги кунда ажойиб манзара келтирмоқда. Яқинда ушбу чоррахада яна бир ажойиб архитектура кўринишига эга бўлган бино ишга туширилади. М. Нуриддинов фотоси.

«Ташкент оқшоми» да босилгандан кейин

«НАБИРАМНИ ХАФА ҚИЛИШДИ»

Газетамизнинг шу йил март сониде юқоридеги сарлаҳа остида хабар босилган, унда шаҳар дорхоналарида болалар сўригичлари йўқлиги таъкид қилинган эди. Редакция Тошкент шаҳар дорхоналар бошқармасидан жавоб олди. «Тошкент шаҳар дорхоналар бошқармаси шунинг маълум қилдики, 1983 йил учун 800 мингта болалар сут сўриғичи ва 400 мингта оддий сўригичлар олини-ши керак эди. Бундан бо-биринчи квартал учун ажратилган фонд 23 мартда олинди. Шу са-бабли кичикитойларни сўригичлар билан таъ-минлашда узлишлар рўй берган эди. Ҳозирча фонд бўйи-ча 420 минг донга бо-лалар сут сўриғичи ва 200 минг донга оддий сўригичлар олинди. Бу шаҳар аптекаларига ет-казиб бериляпти. Бун-дан ташқари бош-қа иттифоқдош рес-публикалардан улар-нинг эътибондан ортиб қолган 100 минг донга сўриғич сотиб олинди». С. АБДУРАЗОҚОВ, Тошкент шаҳар Со-вети ижроия комитети дорхоналар бошқар-масининг бошлиғи.

ХАТ БОСИЛМАДИ, АММО ЧОРА КЎРИЛДИ

Оқшомхон И. Пулатова редакцияга хат билан мурожаат этиб, пенсия олинди ёрдам беришни сўраган эди. Хат кўриб чиқиш учун шаҳар социал таъминот бошқармасига юборилган эди. Редакция жавоб олди.

2 ТОШКЕНТ БЕГ ОҚШОМИ

4 МАИ, 1983 й.

«ЭСКИ ҲАММОМ, ЭСКИ ТОС»

Газетамизнинг 1983 йил 21 март сониде юқоридеги сарлаҳа остида мақола босил-ган эди. Унда 20-ҳаммомдаги тартибсизлик-лар таъкид қилинган эди. Мақолага навиш хизмат кўрсатиш бошқармасидан жавоб олин-ди. «Газетада босилган мақола 20-ҳаммом кол-лективининг умумий йиғилишида муҳокама этилди. Бошқармага ка-рашли 5-кир ювчи ком-бинати бўйича чиқарил-ган 36-буйруқ билан ўз вазирасини лоқайдлик билан бажаргани, ми-жозларга нисбатан кў-пол муносабатда бўл-гани учун 20-ҳаммом хо-дим А. Замитоевага вивгор эълон қилин-ди». С. ИСАЕВ, Тошкент шаҳар Со-вети ижроия комитети аҳолига маиший хиз-мат кўрсатиш бошқар-масининг бошлиғи.

«НАБИРАМНИ ХАФА ҚИЛИШДИ»

Газетамизнинг шу йил март сониде юқоридеги сарлаҳа остида хабар босилган, унда шаҳар дорхоналарида болалар сўригичлари йўқлиги таъкид қилинган эди. Редакция Тошкент шаҳар дорхоналар бошқармасидан жавоб олди.

2 ТОШКЕНТ БЕГ ОҚШОМИ

4 МАИ, 1983 й.

Ишчи дақиқаларини қадрлайлик



Йўловчилар нега хуноб?

«ХАТЛАРДАН САТРАПЛАР»

Шаҳар пассажир транспорти хизматига боғлиқ қатор камчиликлар ҳанузгача ҳал этилмаётганда. Газетхонларимизнинг редакцияга йўллаган кўп вақт хатлари бунга гувоҳлик беради. Улар транспорт хизматидеги камчиликларга барҳам бериш шунинг муҳим масалаларидан бири эканлигини таъкидлашмоқда.

5-автопарка қарашли 109-маршрутдаги автобус Келесдан руҳий касалликлар шифохонаси-гача бўлган масофани 25—30 минут ўрнига бир соатга араб босиб ўтади. Гап шундаки, ҳай-довчилар ярим йўлда тўхтаб, бамайхотир билет сотадилар, сотадилар эмас, пул йиғади-лар. Соат 19 дан кейин эса бу маршрутда умуман автобус қатнамайд. Бу хунобгарчилик қанчогача давом этади!

У. ИСАХҲАЕВ, Иттифоқ кўчаси, 32-уйда истиқомат қилувчи.

Мен «Ташавтомаш» массивида яшайман. Ҳо-зи бу массив борган сари кенгайиб, раванқ топипти. Аммо бизнинг массивда транспорт хизмати кўнгилдагидай ташкил қилинмаган. Ша-ҳаримизнинг 2-автопаркага қарашли биргина 16-автобус вокзал—«Ташавтомаш» массиви маршрут- билан юради. Эрталаб йўловчилар билан тир-банд бўлган бу автобус базан бекатларда тў-хтамай ўтиб кетади. Гоҳида соатлаб туриб қоли-б, ишга ҳам кечикиб бориляпти.

М. АЗЛАРХОНОВА, СССР Ёзувчилар союзи Адабий фонди Ўзе-бекистон бўлимига қарашли поликлиника врач.

Биз ҳар кун автобус кутиб, ишга, ўқишга кеч қоляпти. 35, 46, 53-маршрутдаги автобуслар рейсга кеч чиқишлари етмагандек, Оқтепа бе-катда тўхтамай ўтади. Ушбу маршрутлардаги автобусларнинг граф-ик бўйича қатновини йўлга қўйиш нахотки шу-чалек оғир бўлса!

Кўпчилик номидан: Ф. МАЖИДОВА, Жамшид кўчаси, 6-уйда истиқомат қилувчи.

Олой бозоридан Черняевкага қатновчи 5-ав-тобус паркига қарашли 119-автобус маршрути ҳайдовчилари ўртасида меҳнат интизоми бутун-ла йўқолиб кетган. Улар йўловчилар билан кўпол муносабатда бўлишди. Шунингдек, ўтган йилнинг 31 майда белгиланган тарифга хилоф равишда, йўловчилардан бараварига 30 тикин-дан кўп ҳақи олишди ва графикада кўрсатилган бекатларда тўхташмайд.

П. ХУДОБЕРГАНОВ, Оржоникидзе районидеги «Коммунист» кол-хозда истиқомат қилувчи.

7-автопарк раҳбарлари 13 рақами Бехосият рақам, деган ақидага жиддий ишонмайдиганга ўхшайди. Акс ҳолда улар 13-автобус маршрут-даги тартибсизликлар билан яқиндан танишиш-ган ва ҳайдовчиларнинг нима сабабдан графика-га амал қилмасликларини аниқлашган бўлишар-ди.

А. МИРЗААХМЕДОВ, Чилонзор массивининг 8-квартали, 48-уй, 36 квартирада яшовчи.

Биз Бешбўчада, Тошкент Давлат консервато-риясининг ётоқхонасида истиқомат қиламиз. Консерватория эса Пушкин кўчасида жойлаш-ган. У ерга бориш жуда ноқулай. Чунки инсти-тутга 2, 7, 14-маршрутлардаги троллейбуслар билан Марказий теледарахча, ундан 4, 18-троллейбусларда ёки 51-автобусда метронинг «Халклар дўстлиги» станциясигача бориб, ме-тродан кетиш мумкин. Аммо 51-автобус ҳар до-им ҳам бўлавермайд. Шу тариқа, биз йўлда жуда кўп вақт йўқотамиз. Бизда бир таклиф бор: 3, 6, 12-троллейбус маршрутлари Комсо-мол майдонидан «Халклар дўстлиги» станция-сигача узайтирилса йўловчилар учун аини му-д-да бўларди.

Бир гуруппа студентлар номидан: Б. ШОҲНАЗАРОВ, студент.

Кеч соат 21 дан сўнг 5-автобус паркига қар-ашли 10-«а» маршрутдаги автобуслар қатнов-и кескин қамаяди. Натигада Тошкент Давлат университетининг кечки бўлимида тахсил кўрувчи студентлар ва аҳоли бекатларда соат-лаб туриб қолимоқда. Бу ҳолни 16-трамвай мар-шрутида ҳам урватиш мумкин. Бу ҳол қанчог-ча давом этади!

А. ИБРОҲИМОВ, студент.

РЕДАКЦИЯДАН: Газетхонларимиз-нинг хатларидан кўриниб турибдики, шаҳар транспорт хизмати ҳақон ҳам-шаҳарларимизни рақиятлапти. Бу албат-та, транспортчи коллективлар ўртасида меҳнат интизоми кўнгилдагидек эмасли-гидан далолат беради. Редакция «Гла-вташсавотранс» бошқармаси ва ша-ҳардаги барча транспорт ишларини коор-динация қилиш бошқармаси раҳбарла-ридан жавоб кутади!

Янги ерлар ўзлаштирилмоқда



Тракторчилик ва комбайн ҳайдовчилиги — аф-фон деҳқонлари учун янги касбдир. Бутун мам-лакатда ташкил этилаётган машина — трактор станцияларида ана шу ихтисосга ўргатоқдалар. СУРАТДА: Бағлан вилояти МТСининг трактор-чили Иброҳим Али комбайн ҳайдашни яхши ў-злаштириб олди. Г. Наеждин фотоси.

НИКАРАГУА. Минглаб ишчилар, деҳқонлар, студентлар интервенцияларга қарши қўлларига қу-рол олиб курашиш мақсадида халқ милицияси сафарига кирмоқдалар.

СУРАТДА: халқ йўловчилари ана-Ватан ва револю-ция ҳимоясига шай турибдилар. ТАСС фотохроникаси.



Польша ва Афғонистондаги аҳвол тўғрисида ҳаққоний ҳикоя

ЛИССАБОН. Пор-тугалиялик машҳур журналист М. Урбану Родригешин «Польша ва Афғонистон, империализмнинг ин-тервенция ва ноғўри аҳо-ро» китобини «Кам-инья» нашриёти бос-мадан чиқарди. Китоб кўндалан кўндалан лабо-риаторияларда тайёр-ланган. Асосий мақсад шундан иборатки, у ҳақиқатни бунд кўрс-атиб, коммунизмга қар-ши нафийларини ку-чайтиришга қаратил-ган. Польша ва Аф-ғонистондаги аҳвол тўғрисидаги ҳақи-қатни билиб олиш-ларга, маъкур мамла-катлар бошдан кечи-ратган қийинчилик-ларини ҳақиқий ай-дор кимлар эканлиги-ни тусунишларига ёрдам беради. С. СТАРОСЕЛЬСКИЙ.

# Саломатлик

хақида суҳбатлар

СССР Соғлиқни сақлаш министрлигининг Меҳнат Қизил Байроқ орденли Тошкент врачлар малакасини ошириш институти илмий ишлар бўйича проректори, институт кардиология ва функция диагностика кафедрасининг мудири, медицина фанлари доктори, профессор Карим Йўлдошев Урта Осиё регионидagina ва Совет Иттифоқидаги мавжуд шундай бешта кафедранинг раҳбари сифатида танилган ўзбек олимидир. Клиник медицина соҳасида республикамизнинг етук олимларидан бири бўлган

К. Йўлдошев 235 илмий ишнинг, шу жумладан 10 та монографиянинг муаллифидир. Кардиология диагностикасида ультратовуш усулини қўллашдаги хизматлари учун СССР Халқ Хўжалиги Ютуқлари виставкасининг кумуш медалига, Узро Иқтисодий Ердан Кенгаши координация марказининг медицина техникасини ривожлантириш бўйича Фахрий Дипломига ва бошқа мукофотларга сазовор бўлган.

Профессор К. Йўлдошев хорижий мамлакатларда ўтказилган кўпгина анжуманларда иштирок этган. Жумладан, Швеция, Япония, Германия Федератив Республикаси, Францияда ўтказилган Халқаро конгресслар, конференциялар, симпозиумларда қатнашган, Совет-Америка симпозиумида, шунингдек, Мос-

квада ўтказилган Жаҳон кардиологларининг конгрессида жонбозлик кўрсатган. У Ўзбекистон терапевтлар республика илмий жамияти Президиумининг раиси ва Бутуниттифоқ терапевтлар илмий жамияти Раисининг ўринбосари, бир қанча журналларнинг редколлегияси ва редакция кенгашлари аъзоси сифатида кўпгина жамоат ишларини бажарган, Бутуниттифоқ кардиологлар, гастроэнтерологлар, ревматологлар, геронтологлар ва гериятрлар жамиятлари проректори Президиумининг аъзосидир.

Умрининг эллигинчи баҳорини қаршилайётган ўзбек олими бугун «Тошкент оқшоми» газетасининг меҳмони. У ўзининг «Юрак сирлари» мақоласини оқшомхонлар эътиборига ҳавола этмоқда.

ИНСОНИЯТ мураккаб ва катта илмий кашфиётлар асрида яшапти. Шу даража тараққий этган аср, яъни давр энди ўзини бунёд этган инсон олдига улкан талаблар қўймоқда, у эса бу талабларни бажариб борапти. Фантехника революцияси вуқудга келиб, инсонни тобора юксалиб борапти. Шундай ажойиб даврда афсуски юрак қон-томирлари касалликларини кўп учрамоқда.

Юрак қон-томир касалликларини, айниқса иқтисодий жиҳатдан ривожланган давлатларда кўпроқ ёшларда юз берапти. Шу жиҳатдан бу касаллик XX аср эпидемиясига айланган.

Хўш, юрак-қон томир касалликларини нима? Юрак-қон айланишини ҳаракатга келтирувчи эгиз муҳим факторлар инсон туғилишдан олдидан бошланиб, кишининг бутун ҳаёти даврида жуда катта вазифани бажаради. Фақат бир минут давомида юрак 4—5 литр қонни ҳайдайди. Агар юрак бир неча дақиқага тўхта-са, одам ҳалок бўлади. Юрак қон айланишининг, яъни бундай катта вазифани бажариши — юракнинг тартибли қисқаришига боғлиқдир. Ҳар бир қисқаришдан кейин юракда маълум бир вақт — дам олиш даври бўлади, яъни диастола даври. Бу даврда юрак бўшлиқлари қон билан тўланади, юракнинг қисқариш қуввати тикланади. Юракнинг иш-корчилигига қисқаришнинг йўналиши, асбнинг эллиниши, оғир жисмоний меҳнат, иссиқ, совуқ истеъмол қилинадиган оғир ва бошқа бир қанча сабаблар таъсир этиб туради.

Хозирги вақтда юрак қон-томир касалликлари кўпайиб бормоқда. Бу касаллик юрак бўшлиқларига қон оқиб келишининг бузилиши, айниқса юрак мускулига килорет бўлиши миқдорда келмаслиги таъсирда бўлади. Бунинг натижасида юракдаги биохимик процесслар — мускул гликогени парчаланishi, аденонин трифосфат килоретининг ўзгариши вуқудга келади, бунинг натижасида миокард

лавувчи кишиларда тезроқ атеросклероз касаллигининг келиб чиқишига сабабчи бўлади.

Юрак тож — томирларининг атеросклероз бу касаллигининг келиб чиқишига асосий омиллардан биридир. Хозирги кунда юрак қон-томир касалликларининг бир неча хил турларини тасаввур этилади. 1. Стенокардия (кўпроқ қисқариш); 2. Инфаркт миокарди (юрак инфаркти); 3. Кардиосклероз (юрак қандири).

Юрак мускулида қон айланиши етарли даражада бўлмаганлиги учун, юрак тож томирлари қисқалиб ва кўпроқда оғир ҳолатга киради. Оғир ҳолатга киради, куракка, қўлга, бўйинга ва жағга ўтиши мумкин. Оғир ҳолатда юрак қон-томир касаллигининг бузилиши ва кам ҳаракатли ёмон оқибат олиб келади. Юқорида айтиб ўтилган сабаблар ҳаммаси бир бўлиб, касаллигининг тез вуқудга келишига сабабчи бўлади.

Юрак қон-томир касаллигининг олдинчи бундан ушундай қандай чоралар қилиш мумкин? Аввало оғир вақт

режимини ўзгартириш, истеъмол қилинадиган оғир таъриқни мейерга солиш керак. Холестеринли оғир вақтларни жуда кам истеъмол қилиш керак. Ёғли гўшт, яғир, ёғ, тухум, нон ва пиширини нарсаларни қон-томир

жуда юқори бўлади. Бундай кишилар касаллигининг бу варианти жуда хавфлигини, албатта даволашни зарурлигини, бўлмаса ҳар хил асоратлар олиб келиши мумкинлигини билишлари зарур.

Чекувчи ва ичкилик ичиш, велосипед мишини, чопиш, чағри учуш жуда муҳимдир. Бу ҳаракатлар мейеридан бўлиши зарур.

Маълумки, КПСС XXVI съездида мамлакатимизда физкультура ва спортни янада тараққий эттириш тадбирлари белгилаб берилди. Хозир совет кишиларининг физкультура билан шуғулланишлари учун барча шароитлар бор. Масалан соғлиқни сақлаш кабинетларида, марказларида комплекс программа асосида машқлар ўтказилади. Бунга ишлаб чиқариш корхоналарида ўтказиладиган бадан тарбия машқларини мисол қилиб келтириш мумкин. Бундай машқлар тартибли равишда ўтказилса катта фойда беради. Хозирги пайтда ташкил этилаётган саломатлик гуруҳлари ва мактаби аҳолига катта ёрдам берапти. Албатта, бундай машқларни тартибли равишда бажариб бориш киши саломатлигини учун жуда фойдалидир. Иттифоқимизда шунингдек бизнинг шахримизда физкультура ва спорт аҳоли учун яхши йўлга қўйилган. Физкультура ва спорт юрак-қон томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.

Юрак қон-томир касаллиқларининг олдинчи оқибатига энг муҳим омиллардан биридир. Шунинг учун ҳам физкультура билан шуғулланиш, пийда юриш, юракни аста-секин жисмоний ҳаракатга ўргатиб чинқиб бориш керак.



СССР халқ рассоми, Социалистик Меҳнат Қаҳрамони, СССР бадний Академиясининг ҳақиқий аъзоси М. К. Анниқуши устaxonида. ТАСС фотоxроникаси.

## Кўргазма залларида ҲАЁТ УЧУН

Улуғ Ватан урушида қатнашган рассомлар, графиклар, ҳайкалтарoшларнинг «Ҳаёт учун» деган умумий мавзуда яратган асарларининг вистаксини кунни кеча Ўзбекистон пойтахтида очилди.

Виставкада кўрсатилаётган асарлар солдат хотирасидан, келгуси авлодлар учун тинчликни сақлаб қолиш мудоаосидан бунёдга келган. Бундай асарлар Анки юзтадан ошди. Анки юзтадан фамилияларини остида эса ҳарбий ҳужжатлардан кўчирилган қисқа-қисқа сатрлар. Совет Иттифоқи қаҳрамони Самие Абдуллаев Сапун тоғига қаҳрамонона ҳамла этиш ва Севастополни озод этиш тўғрисида дастлабки расмларини 1944 йил госпиталда ишлаган. Орадан кўп йиллар ўтган шу расмлар унинг

катта полотноларига асос қилиб олинган. Рассом яқинда ўша жойларга бориб келиб, Севастополь ва Сапун тоғи тўғрисида янги туркум асарлар яратди. Тошкентлик рассом Виктор Евенко жанг жаддалар билан ўтган жойларга ва сафэр рассом мольберт ва альбоми билан борди. Ўзбекистон ССР халқ рассомининг акадeмий Будапешт тўғрисида, Венгриядаги кичик Захон шаҳри ҳзқида ҳикоя қилади. Бу шаҳарда унинг ротасида ҳалок бўлган жангчиларга қўйилган ёдгорлик турбиди.

Ҳикмат Раҳмонов Фарбий Украина ва Фарбий Беларусияни озод этишда қатнашган, ўқичида командирлик қилган. Шу собиқ жанг-

вар офицернинг полотносида эса ялангкида уйғайган болалар, файли ҳовиллар — тинч ҳаёт акс эттирилган.

Виставка Тошкентда очилган бўлсада, унда катнашэётган рассомларнинг асарлари, Минск, Сталинград, Харьков музейлари, Крым станцияси музейларида сақланмоқда. Шу ерлардан Россия ССР халқ рассомининг акадeмий Будапешт тўғрисида, Венгриядаги кичик Захон шаҳри ҳзқида ҳикоя қилади. Бу шаҳарда унинг ротасида ҳалок бўлган жангчиларга қўйилган ёдгорлик турбиди.

Ҳикмат Раҳмонов Фарбий Украина ва Фарбий Беларусияни озод этишда қатнашган, ўқичида командирлик қилган. Шу собиқ жанг-

## Шаҳримиз мактабларида

### БОЛА ТАРБИЯСИГА БАҒИШЛАНДИ

Еш авлодини коммунистик руҳда, одобли, меҳнатсевар кишилар қилиб тарбиялаш оила ва мактабнинг энг биринчи вазифаларидир. Киров районидаги Г. Титов номидаги 96-мактабда ўтказилган ота-оналар йиғилиши ана шу мавзуга бағишланди.

Болаларни соғлом кишилар қилиб ўстириш, уларга билим бериш билан бир пайтда меҳнат қўникмаларини ҳосил қилиш, Ватанга салоқат руҳини сингариш йўллари ҳақида Ф. Энгельс номидаги Тошкент давлат чет тиллар педагогика институтининг профессорлари, филология фанлари кандидати А. Шожалилов лекция ўқиди. Ота-оналардан иқтисод фанлари кандидати Н. Файезов, педагог И. Орипов ва бошқалар бола тарбиясида ота билан онанинг ибрат қўрсатиши масаласига тўхтадилар.

Ота-оналар ишги рокидаги бундай тадбирлар 22, 235-мактабларда ҳам бўлиб ўтди.

А. НАБИХҲАЕВ.

## «Оқшом» газеталари саҳифаларида

### МОСКВА БҮЙЛАБ САЁХАТ

Шаҳар экскурсиялар бюроси ходимлари ҳар кун Москва ва пойтахт области бўйлаб 800 тадан ортиқ саёхат уюштирадлар. Уларнинг мавзурани мунтазам янгилайиб туради.

Яқинда «Буюк революционерлар ва мутафаккирлар хотирасига бағишланади» деган қизиқарли экскурсия тейёрлаш ишлари ниҳолсига етказилди.

«В. И. Ленин сафари» маршрути гоят мароқли бўлган. Москва бўйлаб автомобилсиз ҳам саёхат қилиш мумкинлигини ҳамма ҳам билмаса керак. Бюро пийда сайб қилиш ихлосмандларини Қизил майдонга, Измайловга, Зарядьега боришга таниш элади. («Вечерняя Москва»).

Х. Мирзакаримов фотоси.



Устоз... Шаҳримиздаги 20-мактаб ўқувчилари ўз ўқитувчиларига ана шу сўз билан мурожаат этишга ўрганишган. Иллар ўтди, лекин бугунги ўқувчилар ўзларига алфбени ўргатган биринчи ўқитувчиларга — устозларни номини ҳамнахт билан тилга олади. Бошланғич синфлар ўқитувчилари Ширна Ортиқова ҳам бери йилдан бери кичкинтойларга таълим-тарбия бериб, устоз деган номини шарафланти.

СУРАТДА: Ш. Ортиқова 1-«б» синфда машғулот ўтказган.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Х. Мирзакаримов фотоси.

Р. АКРОМОВ: Бизда ҳозир ҳам ФЗУ мактаблари бори?

Жавоб: Фабрика-завод шоғирлиги мактаблари (ФЗУ) — СССРда енгил, озанок, гушт-сўт санъати учун, шунингдек, баллиқ ҳужайити министрига бўйсунувчи корхона ва ташкилотлар учун оммавий касалларда малакали ишчилар тайёрлаб беришнинг профессионал ўқув юртлиридир. ФЗУ мактаби корхонанинг тартибий қисми бўлиб, унинг раҳбарига бўйсунган. Таълим мудири ўргатиладиган касбнинг мураккаблигига қараб 6 ойдан 2 йилгача бўлади. ФЗУ мактабларида ишчи кадрларни тайёрлаш қондада кўра корхона чекларида ўтказилган ишлаб чиқариш таълимининг ҳам, мактаб ўқув синфларидаги назарий таълимининг ҳам ўз ичига олади. ФЗУ мактаби ўқувчилари ишчилар бўлганлари учун ҳам меҳнат қонунларининг умумий нормалари, шунингдек, улар меҳнатининг ўқув характери билан боғлиқ бўлган бир қатор махсус нормалари (уларнинг қўли меҳнатга ҳақ тўлашга таллашди) тадбиқ этилади.

Б. ҲАМИДОВ: Бир корхонада ишлаётган пенсионер ишдан бўшамоқчи бўлса маъмуриятини ўзининг мақсадидан аввалроқ хабардор қилиши шартми? Шу ҳақда маълумот берами.

Жавоб: Ўзбекистон ССРининг меҳнат тўғрисидаги Кодексининг 38-моддасига мунофиқ ўз иштири билан ишдан бўшамоқчи бўлган барча ишчи ва хизматчи (шу нумуздан ишлаётган пенсионер ҳам) корхона ёни муассаса маъмуриятини бир ой аввал ём равишда ўз мақсадида вақиф этишлари керак. Бу муддат ишлаб чиқариш манфаатларини қўзғаб, кадрлар қўнимсизлигига барҳам беришни кўзда тутиб, шунингдек, маъмуриятнинг ишдан бўшаётган одам ўзини бошқа ходимини танлашини ўйлаб қонун йўли билан белгилаб қўйилган. Агар ишдан бўшаётган шахс ўзини нинга қабул қилинадиган ходим аниқ бўлса, маъмурият ишдан бўшамоқчи бўлган ишчи билан муддат тўтагани қадар меҳнат шартномасини узатиш мумкин.

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

# ТО

СПРАВКАЛАР БЮРОСИ

## ХАТЛАРГА ЖАВОБ БЕРАМИЗ

Ш. АБДУРОЗИ ҚОВ: Менга қандай категориядаги шахслар уруш инвалидларига тенглаштирилиши тўғрисида маълумот берами.

Жавоб: Маълумки, СССРини ҳимоя қилиш учун бўлган жангларда араланиш, контузия ёни майиб бўлиш ёхуд фронтда бўлиш билан боғлиқ бўлган касалликлар оқибатида инвалид бўлиб қолган собиқ ҳарбий хизматчилар, граждандар урушининг ва Улуғ Ватан урушининг партизанлари уруш инвалидлари деб ҳисобланадилар. Шунингдек, хизмат бурчини бажариш вақтида араланиш, контузия ва ва майиб бўлганлиги сабабли инвалид бўлиб қолган СССР Ички ишлар министрлиги органларининг бошлиқлари ва оддий составдаги шахслар ҳамда Улуғ Ватан уруши даврида ҳарбий ҳаракатлар районда, фронт ёнидаги темир йўл участкаларида, мудоаа марралари, ҳарбий денгиз базалари ва аэродромлар қурилишларида араланиш, контузия ва ва майиб бўлиш ва касаллик чалинган оқибатида инвалид бўлиб қолган тегишли категориядаги ишчи ва хизматчилар; Улуғ Ватан уруши даврида СССР Ички ишлар министрлиги органлари томонидан тузилган қирувчи батальонларда, халқини ҳимоя қилиш звондлари ва отрядларида араланиш, майиб ёни касал бўлган сабабли инвалид бўлиб қолган кишилар (инвалидлик қачон бошланганлигидан қатъий назар) уруш инвалидларига тенглаштирилдилар.

Жавоб: Фабрика-завод шоғирлиги мактаблари (ФЗУ) — СССРда енгил, озанок, гушт-сўт санъати учун, шунингдек, баллиқ ҳужайити министрига бўйсунувчи корхона ва ташкилотлар учун оммавий касалларда малакали ишчилар тайёрлаб беришнинг профессионал ўқув юртлиридир. ФЗУ мактаби корхонанинг тартибий қисми бўлиб, унинг раҳбарига бўйсунган. Таълим мудири ўргатиладиган касбнинг мураккаблигига қараб 6 ойдан 2 йилгача бўлади. ФЗУ мактабларида ишчи кадрларни тайёрлаш қондада кўра корхона чекларида ўтказилган ишлаб чиқариш таълимининг ҳам, мактаб ўқув синфларидаги назарий таълимининг ҳам ўз ичига олади. ФЗУ мактаби ўқувчилари ишчилар бўлганлари учун ҳам меҳнат қонунларининг умумий нормалари, шунингдек, улар меҳнатининг ўқув характери билан боғлиқ бўлган бир қатор махсус нормалари (уларнинг қўли меҳнатга ҳақ тўлашга таллашди) тадбиқ этилади.

Б. ҲАМИДОВ: Бир корхонада ишлаётган пенсионер ишдан бўшамоқчи бўлса маъмуриятини ўзининг мақсадидан аввалроқ хабардор қилиши шартми? Шу ҳақда маълумот берами.

Жавоб: Ўзбекистон ССРининг меҳнат тўғрисидаги Кодексининг 38-моддасига мунофиқ ўз иштири билан ишдан бўшамоқчи бўлган барча ишчи ва хизматчи (шу нумуздан ишлаётган пенсионер ҳам) корхона ёни муассаса маъмуриятини бир ой аввал ём равишда ўз мақсадида вақиф этишлари керак. Бу муддат ишлаб чиқариш манфаатларини қўзғаб, кадрлар қўнимсизлигига барҳам беришни кўзда тутиб, шунингдек, маъмуриятнинг ишдан бўшаётган одам ўзини бошқа ходимини танлашини ўйлаб қонун йўли билан белгилаб қўйилган. Агар ишдан бўшаётган шахс ўзини нинга қабул қилинадиган ходим аниқ бўлса, маъмурият ишдан бўшамоқчи бўлган ишчи билан муддат тўтагани қадар меҳнат шартномасини узатиш мумкин.

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШКЕНТ

3 ТОШ

