

ТОШКЕНТ ОҚШОМИ

№ 43 (5634).
20 ФЕВРАЛЬ 1986 й.
ЧОРШАМБА
Газета 1986 йил 1 июлдан чиқа бошлаган.
Баҳоса 3 тийин.

ЎЗБЕКИСТОН КОМПАРТИЯСИ ТОШКЕНТ ШАҲАР КОМИТЕТИ ВА ТОШКЕНТ ШАҲАР СОВЕТИНИНГ ОРГАНИ

СОВЕТЛАРГА САЙЛОВЛАР ШАРАФИГА



Муддатдан илгари

Объектда иш қизғин. Узоқ-узаклардан кўтарма краннинг ўзига хос овози эшитилди. Курчиларнинг қўл-қўлга тегмайди. Объектда прораб С. Песковни уч-радик. У ҳам қувонч-ни яширолмади: — Ишлар «мих», — деди у бош бармоғини кўрсатиб. — Ҳамма иш яхши кетаяпти. Ҳадемай бу тўққиз қаватли уйни ҳам ҳамшаҳарларимизга

тортиқ этамиз. Биргина шу уй қурилиши учун 2 миллион сўм ажратилган. Бинонинг биринчи қаватда иш дўкони ва «Гастроном» жойлашди. Янги уй тўрт қис-дан иборат бўлиб, 128 квартирга эга. Кварти-рилган, хоналар кенг, ёруғ. Албатта, ҳамша-ҳарларимизга ёқди. Ҳа, Сапёрлар ва Ба-

ранов кўчасида бунёд этилаётган бу муқташам уй қурилишини 2-уйсо-лик комбинатнинг мон-тажчи ва пардозловчи-лари мадал суръатда олиб бормоқдалар. — Бу ерда меҳнат қи-лаётган илгор бригада-лар, — дейди прораб С. Песков, — «Буёқ» Га-лабанинг 40 йиллигига — 40 зарбдор меҳнат ҳар-таси» шiori остида иш-

лашиб, яхшигина меҳнат ютуқларини қўлга кир-тиб келмоқдалар. Ҳар бир ҳафтаги зарбдор-на якулашга мўъassar бўлмоқда. Аҳднинг янги уйи муддатдан илгари «Яхши» Бу-ёқга топшириб, Буёқ Га-лабанинг 40 йиллигини муносиб кутиб олиш-ди. Ҳ. ИНОГОНОВ.

ХАЛҚ НОМЗОДЛАРИ



«Средэлектрораппарат» иш-лаб чиқариш бирлашмасининг электр монтажчи ком-мунист меҳнат зарбдори Ольга Евдокимова Горалева Ўзбекистон ССР Олий Со-ветига ва халқ Советларига сай-лопларин юксак кўрсаткичлар билан кутиб олмади. Иш вақтининг ҳар дақиқасидан унумли фойдаланётган мо-ҳир ишчи смена топшириқ-ларини мунтазам ортин билан адо этаяпти. Ҳозир унинг ке-лендариди 1987 йил бошлан-ган.

Тақрибли электр мон-тажчи ўз билмларини, касб сир-ларини ўшлар билан сиқи-диқдан ўртоқлашади. Меҳнат фойлини давомда у 50 дан зиёд шоғирда мустандил ҳаётга йўллама берди. О. Е. Горалева унумли меҳнат қи-лиш билан бирга Ленин район Советининг депутатлиги сифати-да жамоатчилик ишларида ҳам фаол иштирок этмоқда.

Бирлашма коллектив ил-гор ишчи яна катта ишонч билдириб, ун Ленин район Советининг депутатлигига номзод қилиб кўрсатди.

СУРАТДА: электр мон-тажчи Ольга Евдокимова Горале-ва. Т. КАРИМОВ. Автор фотоси.

Совет халқи Коммунист-тик партия билан Совет дав-латининг ички ва ташқи сиё-сатини астойдил қўллаб-қув-ватлаб, маъқулламоқда. КПССнинг XXVII съездини меҳнат зафарлари билан му-носиб равишда кутиб олиш-га интилоқда. Москва об-ластидаги Калининград ша-ҳрида 19 февраль куни Кали-нинград савло округи сай-ловчиларининг РСФСР Олий Совети депутатлигига ном-зод — КПСС Марказий Ко-митети Сиёсий бюросининг аъзоси, СССР Министрлар Совети Раисининг биринчи ўринбосари, СССР ташқи ишлар министри Андрей Андреевич Громино билан бўлиб ўтган учрашувида ана шулар таъкидланди.

Бутунтўғрифок социал-листик мусобақасида юкс-ак натижаларга эришганли-ги, СССРни иқтисодий ва социал ривожлантиришнинг 1984 йилги планини муваф-фақиятли бажарганлиги учун Қўқон шаҳри КПСС Марка-зий Комитети, СССР Минис-трлар Совети, ВЦСПС ва ВЛКСМ Марказий Комите-тининг кўма Қизил» байро-ғи билан мукофотланди.

Партия-ҳўжалик актив-нинг тантанали йиғилишида Ўзбекистон Компартияси Марказий Комитетининг ик-кинчи секретари Т. Н. Осер-ров шаҳарга юксак мукофот-ни топширди.

Беш йиллик—9 Майга қадар

Тошкент шаҳар мар-назлашган усулда юк ташин автомобиль трестига қарашли 3-автомобиль комбина-ти коллективни мақ-тоғга лойиқ ишларни амалга оширяпти. Қол-

лектив Улуг Ватан урушидаги Галаба-мизнинг 40 йиллиги шарафига зиммасига катта мажбуриятлар одди. Корхонада ўз кас-бини ардоқлаб келаёт-

ган илгорлар қўллаб топилади. Булар ора-сида айниқса Нодир Собиров бошчилик қи-лаётган комсомол-шлар бригадаси қўлга киритаётган ютуқлар қувончлидир. 11 ки-

шидан иборат бригада ҳайдовчилари республи-камизнинг шохли 60 йиллик юбилейига беш йиллигининг 4 йи-ли планини муваффа-қиятли адо этишган эди. Ҳозир бригада азаматлари Галаба-нинг 40 йиллигига ўн биринчи беш йиллик

24 ФЕВРАЛЬ СОВЕТЛАРГА САЙЛОВЛАР КУНИ

САЙЛОВЧИЛАР БИЛАН УЧРАШУВ

халқ депутатлари ма-ҳаллий Советларига сайловларга саноқли кунлар қолди. Тош-кент меҳнаткашлари мажлакатимиз ҳаёти-даги бу муҳим воқеа-ни катта сиёсий ва меҳнат кўтаришқилиги билан кутиб олишя-пти. Саноат корхо-наларининг деҳлариди ва олимларнинг лабо-раторияларида, қури-

лишларда ва лойиҳа институтларида, транс-порт, алоқа соҳасида — ҳамма жойда сай-ловларни Улуг Ватан урушида совет халқи қозонган Галабанинг 40 йиллигини, КПССнинг навбатдаги XXVII съездини янги меҳнат ютуқлари билан иш-шонлаш учун мусоба-қа авж оляпти. Кеча Чилнозор райо-

нидаги 477-сайлов ок-руги бўйича халқ де-путатлари шаҳар Со-вети депутатлигига номзод кўрсатилган Ўзбекистон Компар-тияси Тошкент шаҳар комитетининг биринчи секретари У. У. Умаров ўз сайловчилари билан учрашди. Ийгилишни Ўзе-бистон Компартияси Чилнозор район комит-

етининг биринчи сек-ретари Т. С. Содиков очди. Депутатликка номзоднинг ишончли маътабига педагогика билан юрти ўқитувчи-си Ф. Умарова, шу сайлов округида яшов-чилардан Р. Рустамов ва Л. Ф. Шевченко, ёш сайловчи, педагог-на билан юрти ўқув-чиси Б. Ҳўжаева сўз-га чиқдилар.

Улар барча тош-кентликлар қатори чи-лнозорликлар ҳам пар-тия ва ҳўкуматнинг совет халқи фаровон-лигини ошириш, меҳ-нат ва турмуш шароит-ини яхшилаш бўйича кундалик гамхўрлиги-ни амалда ҳис этмоқ-далар, деб таъкидла-дилар. Айни пайтда сўзга чиққанлар кўрс-атиб ўтишдики, Со-ветлар олдида ишти-ром, тартиб ва уш-лоқликни ҳамма жой-да мустаҳкамлаш бо-

расида катта вазифа-лар турибди. Нутқларда таъкид-ландики, районда Ўз-бекистон Компартияси Марказий Комитетининг XVI пленуми қарорларини бажариш-га куч-ғайрат сарф-ланишти, социал ва иқ-тисодий ривожланиш-ни юксалтириш учун кўп иш қилиняпти.

Ийгилганлар томо-нидан идиқ кутиб олинган У. У. Умаров нутқ сўзлади.

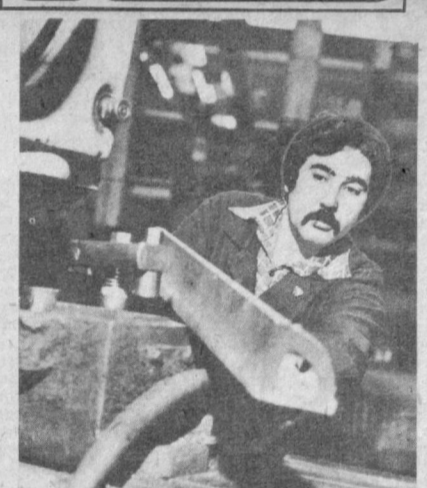
Шижоат кўрсатиб асосий микролари саналади. Ҳозир комбинат коллектив совет халқи Улуг Ватан урушида қозонган Буёқ Галаба-нинг 40 йиллиги шара-фига алоҳида ғайрат ва шижоат билан меҳ-нат қилаяпти. Ҳар кун-ни буюртмачиларга топшириқдаги 155 тон-на ўрнига 160—165 тонна омухта ем этка-зиб берилляпти. Кол-лективнинг йил боши-дан бери чорвадорлар-га мўннатган маъсу-лоти 6000 тоннадан орди.

Қувончли ўзгаришлар

ТОШКЕНТ:

САЙЛОВДАН-САЙЛОВГАЧА

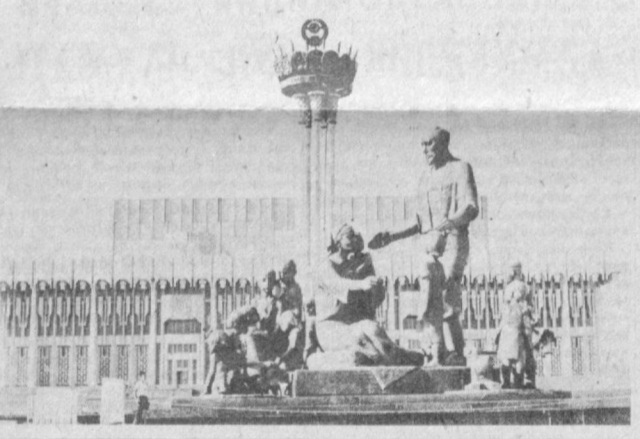
Октябрь райониди М. Шайхоева домли 167-ўрта мактаб бино-сида жойлашган 28-сайлов участкаси агит-пунктида ҳам булajak сайловларга қизгин тайёргарлик қурилоқ-да. Аносов кўчаси ва унга туташ Ўфимская, Полтавская, «Қизил — Гўнча», Бехзод кўча-ларидаги аҳолининг кўпчилиги Турсуной Темирова, Волида За-рипова, Мария Рибо-кова, Нурия Ибрагимо-ва, Кутуби ва Дилбар Каримова каби агит-аторларни яхши та-нишади. Чунки, улар аҳоли ўртасида совет сайлов системаси, СССР Конституцияси ва бошқа мавзуларда мазмуни суҳбатлар ўтказиляпти.



Агитаторлар ўз суҳ-батларида конкрет, ишончли мисоллар кел-тириляпти. Чунончи, ўтган сайловларда бе-ри Аносов кўчасидан 7-автобус маршрути очилди. 186-ўрта мак-табнинг янги биноси ишга тушди, мактаб-ларда кўни узайтирил-ган гурупулар сови ошди, болаларнинг ов-қатланиши учун давлат томонидан берилдиган моддий ёрдам қўлайди. Чилнозор Октепаси бил-лан Удугбек кўчасини бирлаштирувчи катта кўприк битиш арафаси-да, кўчалар, йўл ёқала-ри асфальтляди, аҳо-лига медицина ёрдами кўрсатиш анча яхши-ляди.

Мамлакатимизда байрамлар арафасида ба-жаришган ишларни сарҳисоб қилиш, босиб ўтил-ган йўлга жиддий, танқидий кўз билан яна бир назар ташлашдек яхши анъана бор. Республикамаз пойтахти сайловдан-сайловгача босиб ўтган йўл экономикани ривожлантириш, совет кишилари моддий фаровонлигини оши-риш, уларнинг меҳнат ва турмуш шароитларини яхшилаш соҳасида қўлга киритилган янги зафар-лар билан ишониланди.

Эски пастқам бинолар ўрнида янги турар жой массивлари қад кўтарди, тошкентликларнинг минглаб онлалари шинам квартираларга кўчиб кирди. Уй-жой бинолари билан бир қаторда мактаблар, мактабгача болалар муассасалари, маншай хизмат корхоналари фойдаланишга топ-ширилмоқда. Тошкентликлар Халқлар дўстлигини



майдоин билан ҳақли равишда фахрланадилар. Бу ерда бинолар ва монументларнинг гўзаллиги, қўлайлиги ва улугворлиги бир-бири билан уйғунлашиб кетган.

Байрамга меҳнат совғаларини тортиқ этиш-дек бошқа анъана ҳам бор. Метросозлар мет-ронинг янги станцияларини ишга тушириб, тош-кентликларга ва республика пойтахтининг меҳ-монларига ажойиб совға тортиқ этдилар. Шаҳри-миз корхоналарида ҳам қатор меҳнат совғалари тайёрланди. «Қизил тоғ» тикувчилик ишлаб чиқариш бирлашмасининг тикувчи-мотористкаси И. Прайдо ва «Таштекстильмаш» заводининг ил-гор ишчиси, комсомол аъзоси А. Ҳолиқов шу кунларда, айниқса, ғайрат билан меҳнат қилиш-ляпти.

«Уэсовпроф» ва республика рас-соилар союзи совет халқи Улуг Ватан уру-ши йилларида қозонган Буёқ Галабаси-нинг 40 йиллигига бағишлаб республи-ка хаваскор рассоилари ва манзарали-амалий санъат усталарининг асарлари кўргазмасини ташкил этдилар. Бу кўр-газмада 500 дан зиёд рангтаъсир, гра-фика, ҳайкалтарошлик, бадий нашта-чилик, мис, ёғоч ўймакорлиги, гилем-дўзлик буюмлари намойиш этилмоқда.

Бу йил коллектив-жами 47 миң тонна-дан ортиқ омухта ем этказиб беради.

Ш У КУНИНГ НАФАСИ Бугун Тошкентда: 7-кўприксозлиқ трестининг 13-кў-приксозлиқ отряди коллектив «Тош-кент трактор заводи» ишлаб чиқариш бирлашмасининг бунёд этилаётган ре-монт-куюв цехи иккинчи қаватига кўта-риладиган эстакадани бунёд этишга ки-ришди. Цех учун асосий транспорт йўли ҳисобланган бу ўтиш йўлининг узун-лиги 160 метрдир.

Ўзбекистон ССР Фанлар академия-сининг электроника институтида ва унинг конструкторлик технология био-росида республика Фанлар академияси-нинг муҳбир аъзоси У. Х. Расулов раҳ-барлигида сиртларни конлаштирувчи ре-дукторларнинг дастлабки партияси тай-ёрланди ва халқ ҳўжалигига етказиб бе-рилди. Олимларнинг бу қашфиёти халқ ҳўжалигида муносиб иқтисодий самара беради.

Р. СЕРЕБРЕННИКОВ, ТАСС шәрҳчиси.

ШАРҲЧИ САТРАЛИ

ҲАМКОРЛИКНИ РИВОЖЛАНТИРИШ ЙЎЛИДАН

Совет ҳўкуматининг таклифига мувофиқ Гре-ция Республикаси Бош министри А. Папандреу-нинг СССРга қилган рас-сий визити Совет Итти-фоқи билан Греция ўр-тасидаги иккала мамла-кат халқлари манфаатла-рига жавоб берадиган ва тегишли тарихий анъ-аналарга мувофиқ бўл-ган дўстлик ва ҳамкор-лик муносабатларини

янада ривожлантиришга ёрдам берди. КПСС Марказий Комитети Сиё-сий бюросининг аъзоси, СССР Министрлар Со-ветининг Раиси Н. А. Ти-хонов билан А. Папан-дреу ўртасида Москвада олиб борилган музокара-лар амалий, дўстона ва-зияда ўтди. Совет—Гре-ция муносабатларининг ҳозирги ҳолати ва уни янада ривожлантириш

истикболлари, шунингдек халқро аҳолининг айрим ақтуал проблемалари юзасидан фикр айри-бошланди. Баркатор ривожланиб бораётган Совет—Гре-ция муносабатлари тур-ли социал-сиёсий тузум-даги давлатларнинг тинч-тотуа яшаш прин-циплари ҳосидига ҳам-корлигини т арқин ми-нолларида, бири бўлиб

қолаётганлиги, бу ҳам-корлик муносабатлари тинчлик ва халқро хав-фсизлигини мустаҳкамлаш шиги ҳисса бўлиб қў-шилаётганлиги қониқш билан қайд этилди. Иқ-тисодий, саноат ва ил-мий-техника ҳамкорли-гини ривожлантириш узоқ муддатли програм-малари, бошқа шарт-номалар муваффақият-ли амалга оширилмоқ-

да. Кенг қўламли ва узоқ муддатли лойиҳа-ларни амалга ошириш тевданиши мустаҳкам-ламоқда. Эришилган келишуага мувофиқ со-вет табиғий газини Гре-цияга етказиб бериш учун газ қувури қуриш, шунда ҳамкорлик қилиш тўғрисидаги музокара-лар яна бошлаб юбори-ляди. Визит давомида икзо-

ланган СССР билан Гре-ция ўртасида консульта-циялар тўғрисидаги прото-кол муҳим аҳамиятага эгадир. Бу протокол халқро ҳавфсизлигини мустаҳкамлаш йўлида иккала мамлакатнинг ўз-аро ҳаракатларини ку-чайтириш олижаноб мақ-садига вазият қилади. Уларнинг халқро май-дондаги ҳамкорлигини ривожлантириш учун пухта замин мавжуд; бу урушининг олдин олим ва тинчликни мустаҳкам-лашнинг энг муҳим ма-

саларни юзасидан по-зицияларнинг яқинлиги-дир. Иккала томон жаҳон-даги хозирги аҳолини муҳомаа қилиш чоғида халқро кескинлик сақ-ланиб қолаётганлиги, куролланиш пойғаси, оддий куроллар ва ай-ниқса ядро куроллари пойғаси тўхтамаётганли-ги куролланиш пойғаси-ни кескинлашга айрили-хавфи пайдо бўлаётган-лиги, шунингдек ар изо-нинг турли райолилари-да калти вазиятлар

кескинлашаётганлиги и г и-дан ташвишләнётганли-гини билдириди. А. Па-пандреу бундан 40 йил муқаддам фашизмини тор-мор келтиришда Со-вет Иттифоқи алоҳида роль ўйнаганлигини қай-д этиб, иккинчи жаҳон урушининг тақрибиси ва сабоқлари Европа ва бошқа қитъаларнинг халқларни тинчлик ва тинч ҳамкорлик шароит-ларида яшаш манфаатла-ри йўлида берча давлат-лар сиёсатининг негизи

бўлиб қолишини таъкид-ляди. СССР ва Греция ишончли мустаҳкамлаш чореларига, хавфсизли-га ва куролсизлигини масе-лаларига бағишланган Стокгольм конферен-циясида Европа жараён-ининг давом эттиришини, Урта деңизни барқарор тинчлик ва ҳамкорлик зонасига айлантиришни, Кипр проблемаси пу-та ва адолатли ҳал эти-лишини ақлаб чиқилди.

Москвадаги Совет — Греция музокаревтери



• Буюк Ғалабанинг 40 йиллиги олдида ЖАНГЧИ-ПЕДАГОГ

Ланиб қолиш етарли эмас. Сирожиддин ака ҳар доим ўзи танлаган тема билан чўқур ўрганиб, билим сабоқларини ёшларга етказишга ҳаракат қилади. Мана 46 йилдирки, у ўзи севган иш — ўқитувчилик касбини ардоқлаб, ёшларга тарих фанидан сабоқ бериб келмоқда. Улуғ Ватан урушидаги Буюк Ғалаба осонликча қўлга киритилмагани С. Ҳақимовнинг сабоқларидан катта ўрин олган. Чунки, Улуғ Ватан уруши йилларида собиқ жангчи Висла дарёсининг душман уяси — Берлинга бугун ҳам жўлбар ва машаққатли жангларни боғиб ўтди. Қашқатғич жангларда иштирок этиб, ҳақиқий совет ўрмончилари сафида бўлди. Уруш йилларида кўрсатган жасорати учун

С. Ҳақимов «Жасорати учун», «Берлинни олгани учун» медаллари ва бир қатор бошқа жаңговар мукофотлар билан таъдирланган. Сирожиддин Ҳақимов расмий материаллардан кўра ўз кўрган-кечирганларини кўпроқ ҳикоя қилишга ҳаракат қилди. Европани фашистлар асоратидан ҳалос қилишда жон фидо қилган дўстлари ҳақида, улар кўрсатган жасорат тўғрисида мароқ билан сўзлайди. У ўтказавтган сиёсий ўқува машғулотларида қатнашавтган педагоглар ҳам ўз хамравидида фахрланган. Чунки методист педагог ва моҳир пропагандист ўз сўзини «асосли ва жонли» ифода этган олади. Ҳар бир назарий материални амалий мисоллар билан бойитди.

Уруш ҳақида ҳаққоний тасаввур ҳосил қилиш, — дейди коммунист ўқитувчи С. Ҳақимов, — биз педагогларга катта масъулият юклайди. Ҳар бир воқеани ҳаққоний тасавирламай, суҳбат давомида ўқувчи ишонмайди, таъйирланган материалнинг таъсир кучини йўқотади. Айниқса жанг эпизодларини ҳикоя қилганда душман кучини камайтиришга умуман йўл қўймаслик лозим. Биз яхши биламизки, совет халқи тиштироғича қуролланган, маккор душман билан жанг қилди. Аммо унинг қанчалик кучли бўлишига қарамай интэрнационал дўстлик, совет кишиларнинг маънотий қўлиб чиқди. Ўзбекистон ССР халқ маорифи аълочили С.



Ҳақимовнинг кўп йиллик шогирдлари бор. У бир вақтлар таълим берган собиқ ўқувчилари бугунги кунда тинч ҳаёт кўришида фаол иштирок этишляпти. ... Мана, оқшом чўқмоқда. Бугунги аjoyиб

урашуларга бой бўлган кунни ақлдан педагог-жангчи эртанги кунини мулоқотларга хозирлик кўришга киришляпти. Ҳа, эртанги кунини у севинли ўқувчиларисиз тасаввур қилмайди. Ҳа, ҳаёт ана шундай жонқуяр инсонлар билан янада ўзул. И. УМОНОВ.

„ТО“ спорт ҳафтаси

Тошкент—Олмаота

ШАХМАТ МАТЧИ

Дикланди ва олмаоталик шахмат мухлисига маълум қилинди. Бирон сабабга кўра баҳсада иштирок этолмай қолган мухлислар учун иккинчи тахтада қилинган юришларни эслатиб ўтамиз. 1. d4d5 2. c4c3 3. Kf3 Kf6 4. e3 Cg4 5. Cc4 e6 6. h3 Ch5 7. Kc3 a6 8. g4 Cg6 9. Ke5 Kd7 10. Ke5:g6 h7:g6 11. Фf3 Kc6 12. a3 Kf6 13: Ca2 Фd7 14. Cd2 0—0—0 15. 0—0—0 Ka5 16. Kpb1 Kc4 17. Ccl Kpb8 18. e4 Фc6 19. Ld3b6 20. h4 Ce7 21. h5g5 22. Ld1 Ld7 23. Фe2 a5 24. d5 e6 25. Kc3:d5 Kf6:d5 26. Ld5 Kf6 27. Ld5: d7.



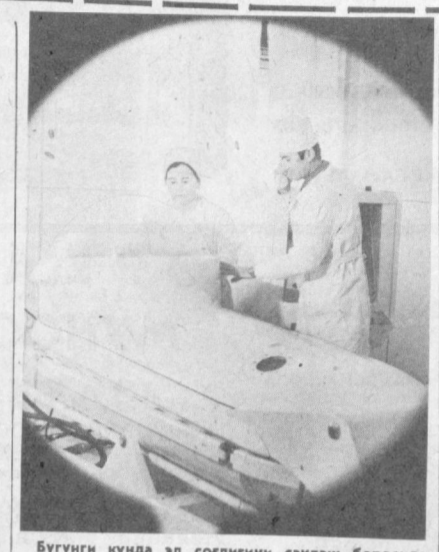
Шундай қилиб, бу партияда юриш навабати олмаоталикларга келди. Хурматли шахматчилар, Силар эса сиртки шахмат матчи қандай бораётганини ҳақиқий фикр ва мулоҳазаларини бизга юборинг. Бизнинг адресимиз: 700047, Тошкент шаҳри, ҚСГ, Ленинград кўчаси, 32 «Тошкент оқшом» («Дўстлик матчи»). Ҳа, ўз фикр ва мулоҳазаларингизни 33-0874, 32-55-32 телефонлари орқали ҳам хабар қилишингиз мумкин.

Баломатлик ҳақида суҳбатлар

• Илмий лабораториядан репортаж ЮРАКНИНГ МАГНИТ ОВОЗИ

Украина ССР Фенлар академияси паст ҳароратлар физика-техника институтининг лабораторияларидан бирининг олими ТАСС мухбири «Юракдан шикоятингиз йўқми?» деган савол билан кутуб олдилар. Улар шу заҳоти бу ерда яратилган тирик организмлар магнит майдонини қандай эта оладиган қуримла ердамада магнитоквардир а м м а олишни тақдир қилдилар. Шу магнит майдонини ер магнит майдонидан миллион марта зафранинг айтса, бу нақадар қийин вазифа эканлиги аён бўлади.

шу жумладан юрак ҳаёт фаолияти жараёнда магнит майдонини чиқаради, — деди Украина ССР Фенлар академиясининг мухбир аззос И. Димитренко. — Олинган кардиограмма — юрак мускулнинг баъзи магнит «овозидир». Юрак ишини характерловчи гоат



Бугунги кунда эл соғлигини сақлаш борасида шаҳар даволаш масканларида катта ишлар олиб борилмақда. Бунга ҳозирги замон медицина илимидан амалий фойдаланиш, даволашда самарали асбоб-ускуналарни қўллаш тўғриси эришляпти. Айниқса, касалхоналарни итхтислаштиришга катта эътибор берилляпти. Бу эса даволаш-профилактик ердамнинг янада самарали бўлишига олиб келмоқда.

• Сўраган экансиз... ҚОРА ТАЛОҚНИНГ АҲАМИЯТИ НИМА?

Хурматли редакция! Инсон организмидан қора талоқнинг аҳамияти нималардан иборат? У қандай функцияларини бажаради? Бирор касаллик тўғрисида қора талоқни олиб ташланган бемор соғлигини тиклаш учун нималарга эътибор бериш керак? Шу ҳақида маълумот берсангиз.

Х. ҲАМИДОВ, Р. ЖАВБОРОВ, ХИЗМАТЧИЛАР.

Қора талоқ учма катта бўлмаган ички органлардан бири бўлиб, чап қўбрга остига жойлашган. Унинг функцияси кўп. Масалан ҳомиларини вожапанавтган даврда қора талоқ қон яратувчилик функциясини бажарса, инсон туғилиши билан унинг бу функцияси тўхтайдди. Катта ёшли кишиларда қора талоқнинг ролини бажарди: унинг ҳужайралари қон оқимига тушган эритроцитларни, турли зарарли микробларни ва бошқа ёт маҳсулотларни ўзига олиб қолади ва зарарланган қонни қўриқтирилади. Кўпгина бошқа аъзолар каби қора талоқ иммунитет ҳосил қилиш хусусиятига ҳам эгадир, у бактерияларга қарши таначалар ишлаб чиқариб организмнинг юқумли касалликларига чидамлигини оширади.

«Бинокори командаси» навабатида тур ўқувчилари ўз майдонини Новосибирск шаҳрининг Армия спорт клуби командаси билан ўтказди. Дестабил икки учрашувда мезбонлар 5:3 ва 6:3 ҳисобида ғалабага эришдилар. Ҳозирги кунда ушбу турнирнинг чинда ушбу асосий даволаш бўлиб турган новосибирсклик хоккейчилар учинчи учрашувда бор маҳоратларини ишга солишди. 6:2 ҳисобида зафар кучиди. Бу мағлубиятга қарамадан бинокорчилар шарқий зонада яқинлашди. Улар навабатида ушбу учрашувни Барнаул шаҳрида маҳаллий «Мотор» командаси билан ўтказдилар.

Шифокорнинг ноёб қобилияти

«Жонли микроскоп»

Ғарбий Германиянинг Людвигсбург шаҳрида яшовчи ўттиз ўш ел Вероника Зейдер кучли кўриш қобилиятига эга. Мюнхен медицина оптикис институти доктори уни текширувдан ўтказиб, «жонли микроскоп» деб атади. Зейдер оддий почта ортиртисига 327 ммнинг харфдан иборат тексти ёзди. Ғаенинг, «Эрон шоҳи» поэзиясини эса етти-саккиз миллиметр ўлчамдаги микроскопнинг ўч сақидасига синадирга олди. Чунки, бундай китоблар таъйирлашга Зейдер ўзининг барча бўш вақтини сарфлайди. Тексти оддий қаттиқ қалам билан ёзди, фақат грифельни хар икки харфдан сўнг ўтиқарди. Бу шундай сермашақат машғулотки, бир сақидани тўлдириб унинг уч кун сарф бўлади. Ноёб инъом Зейдерга ишда жуда кўп келадиган (каси бўйича у тш доктор), бирок бахтга қарши одадаги ҳаётда ҳалокат беради. «Газета ўқийда қорғ толарининг тўқималари қаттиқ қаттиқ, — деб шикоят қилди у. — Ранги телевизор мен ҳақ қачон томоша қилмаганман, чунки тасвир кўндан-кўн рангли нукталарда акс этеди».

Дори-дармон оламида

«Олтин юдуз»дан фойдаланганда...

«Олтин юдуз» маълумидан қандай фойдаланиш керак! У қандай дардларга даво бўлади! Т. МУНАВВАРОВА, богча тарбиячиси.

Хонадон аптечасида, шунингдек ишона ғалабада «Олтин юдуз» маълумидан сақлаш фойдаланиш керак! Ҳа, вьетнам фармацевтика саноатида таъйирланган тугмадек жижки кутчаларда харинда чиқарилган «Олтин юдуз» маълумидан бир қатор ноқуш дардлардан фойдаланиш керак бўлади. Айтайлик, асабий вазиетлардан бошингиз, сачинди, чеккенгиз ўқимолдай лўқиллаб оғриди, силлангиз кўриб, тажанглик устин келаятганда ёки шамоллаб, бошингиз лорсиллаб оғриганда мана шу «дастур-беминнет» — «Олтин юдуз» маълумидан фойдалансангиз бўлади. Бунинг учун тоза бармоқларда маълумдан озорқ ялатиб, чаккаларга ва эансга суртилади. Агар маълумани бурун катарларига ва чаккага суртисиз нарчоқ ёзилди. Азиз оқшомларга «Олтин юдуз» нималардан таъйирланганини ҳам айтмоқчимиз. Унинг таркибига бир қатор беозор табиаат нэматларининг маҳсулотлари киритилган. Жумладан, маълум таркибиде долчин, қалам-пирмуночок, ялғиз, эвоклиптарининг анбар мойлари киритилган бўлиб, ўзига ҳос ўткир бўйга эга. «Олтин юдуз» маълумидан иложи борида қўйининг тизги нурурдан пана бўлган, салқин жойларда сақлаш керак. Мабодо сиздан анқиб турган маълум ҳиддан ҳоли бўлишни истаб қолсангиз, бирорта жайда, рирок атр ёки спиртли намаланган пилик билан артб юборишингиз ки-фоя.

Сўраган экансиз... ҚОРА ТАЛОҚНИНГ АҲАМИЯТИ НИМА?

Агар операция қувафакият ўтса, кейинчалик беморлар алоҳида парҳезга амал қилмаслар ҳам бўлади. Чунки уларнинг соғлиги маълум муддатдан кейин ахшиланга кетади. Юқорида баён этилганларга асосланб талоқнинг нисон ҳаётда аҳамияти деярли йўқ экан деган нофрин фикрга бориш ҳам мураккаб эмас. Ҳаёт учун муҳим аъзолардан бири бўлган талоқнинг функцияси бузилган ҳар қандай тақдирда зулдиқа шифокор учрашиб тоғишли даво тадбир-чораларини олиш, унинг парваршини эса унутмаслигимиз даркор.

ДОСААФ ташкилотларида

РАДИСПОРТЧИЛАР МАСКАНИ

Республика ДОСААФ ташкилотининг радиоспорт клуби ташкил этилганига кўп вақт бўлгани йўқ. Утган ўч йил давомида бу ерда барча ташкилий ишлар муваффақиятли амалга оширилди. Айни пайтда радиоспорт бўйича тақрибли спортчилар тайёрланди. Уларнинг маълумисини оширишда лаборатория, устахона, синф хоналари, илмий-техник адабиётлар, кўргазмалар қуроллар жиддий роль ўйнамоқда. Машғулотларнинг график асосида, ўз касбини мукаммал биладиган мутахассислар томонидан ўқазилиши ютуқларини бо-йинди.

Хурматли редакция! Тамаки чекиш жуда зарарли, бунини кўпчилик билади, лекин шунга қарамай нега тамаки чекишди? Тамакининг зарари, ундан қутилиш чораси ҳақида мақола ёртсангиз.

З. КОМИЛОВ, пенсияер.

Тамаки чекишга одатланиб қолган, кейин ундан қутулолмай юрган одам: «Эҳ, қани энди иложи бўлса, шу тамаки чекишини ташлаб юборардим», деб афсусланади. Чиндан ҳам тамаки одам организмига кўп салбий таъсир қилиб, селоматлигига путур етказиши, шундан кейин наҳанда ундан воё нечишга ҳаракат қилади. Ҳуш, тамаки ўзи ниҳоят, унинг захари ва зарари нималардан иборат? Тамаки тутун таркибиде никотин, углекислота, углеерок оксиди, бензпирен, сероводород моддалари, сирна, синил кислота, лари ҳамда радиактивликка эга бўлган кимёвий элементлар бор. Бу моддаларнинг организмга кўрсатган таъсири натижада лафас йўлларида, юрак қон-томир системасида, овнат ҳазм қилиш органларида бир қанча касалликлар келиб чиқади. Бу соҳада биринчи ўринда нафас йўлларида жиддий зарар етиб бронхит, астма ва ўпка раки каби касалликларга олиб келади.

Газетхон илтимоси

Кўк тутуннинг захари

агар киши кунига бир кутидан сизгарета чекади бўлса, бир йил давомида 800 грамм тамаки ёғи ўқудан ўтар экан. Тамаки ёғи таркибиде 3,4 бензпирен бўлиб, бу модда канцерогенлар таркибига кирди, яъни рак ҳужайраларини ҳосил қилади. 1000 та сизгарета чекилганда ҳосил бўлган ички грамм тамаки ёғини систематик тарзда қўё ёки сичқонларнинг қулқул сурларига та суртиб бориладиган, шу жойда рак касаллигини келиб чиқади. Тамаки фақат нафас йўлларидагина касаллик қайчириб қолмасди, юрак ва қон-томир системасида ҳам жиддий ўзгаришлар қайчирилади. Тамаки таркибиде никотин таъсирида, қон-томирларда қилиш пайдо бўлади ва натижада қон босими ошишига сабаб бўлади. Бу ўз навабатида юракнинг қон билан таъминлигини бузади. Никотин симпатик нерв системаси орқали ички секреция безларига таъсир қўриб, унинг фаолиятини ҳам қучайтиради ва организмда миддоридан ор-тиқ равишда норадреналин, адреналин ишлаб чиқарилишига олиб келади. Бу моддалар ўз навабатида юрак ва қон-томирларнинг нор-мал ишлашини янада бузади.

Сўраган экансиз... ҚОРА ТАЛОҚНИНГ АҲАМИЯТИ НИМА?

Тамаки ёғи-хотин-қизлар организмига жиддий таъсир қўрилади. Чекадиган хотин-қизларнинг юзлари хира-лашган, худди қарияларники сингари ажинлар босган, товуши йўқолашган, кийимидан, оғзиндан тамаки ҳиди келиб туради. Бу фақат тамакининг ташқи кўриниши бўлиб, бундан ташқари кўпгина гинекологик касалликларга ҳам олиб келади. Тамаки кўпгина касалликларнинг сабабчиси экан, ундан қутулишнинг, чекмасликнинг иложи борми? Бор, албатта. Чекишни ташлагандан сўнг организмда тез орада ижобий ўзгаришлар пайдо бўлади. Ўйта-лиш, балғам ташлаш, тезда чарчаш, хансираш каби ҳолатлар йўқолиб, иштаҳо тез орада яхшиланади, киши ўзини тетик тутта бошлайди. Нафас органлари ва юрак қон-томир системасининг фаолияти яхшиланади, ақлий ва жисмоний иш қобилияти ортади. Чекишни ташлашнинг ҳар хил йўллари бор. Булардан энг яхшиси бирданга ташлаш йўлидир. Агар бу йўл билан ташлаш имконияти бўлмаса, унда чекиладиган сизгарета, лар сонини аста-секинлик билан камайтириб бориш орқали ташлаш ҳам мумкин. Лекин бу муддат бир ярим-икки ойдан ошмаслиги даркор.



ГИМНАСТИКА БИЛАН ДУСТАЛИШ

Собиер Раҳимов районидан 219-ўрта мактаб ўқувчилари фанларни ўлаштириш билан бирга спорт гимнастикаси бўйича ҳам маълум ҳосил қилиш ишонганига эгадирлар. Мактаб спортининг шу турига ихтисослашган бўлиб, бу ерда чақонлик, гўзаллик ва нафосат сўзларини ўргатиш учун барча шароит муҳайё этилган.

СУРАТЛАРДА: (па-да) физкультура ўқитувчиси В. Боровов 3-синф ўқувчиси А. Вакилов билан, физкультура ўқитувчиси О. Наумова (юқорида) 3-синф ўқувчилари билан навабатида машғулотларни ўтказмоқда.

Х. Мирзақаримов фотолари.

• КАШАНДАЛИК — ЁН ДАФТАРИНГИЗГА

Тамани чекишдек хунук ва зарарли одатни ўрттирсангиз, унинг оғир асоратига қолмаслик учун чекишни ҳавс қилгангиз ёшлар тамакининг касофатидан, сехридан воқиф бўлишлар ва кўн-йндаги фикрларининг мазмунини англаб олишлари лозим.

- Тамани чекиш маданияти кишилар учун, эсининг ва ўзгаларнинг соғлиги ҳақида қайғурдиган кишилар учун но-лояқ одад.
- Тамани — хунук, зулаллик қушандиси; тамани одами барвақт қари-тади, гуглунг хечрасини сарғайтиради, кўзларини нурсизлантиради, юз те-рисини бурштиради, тишларини чиритди, оғзини саситида ва кил-риларнинг тўқилишига сабаб бўлади.
- Чекиш натижасида одамнинг овози дегал-лашади, чекувчи ёш йил-гитлар ва қизлар ширали овозидан маҳрум бўла-ди.
- Чекувчи кишининг кайфияти бузуқ бўлади, боти оғриқлариди, кўра-ги атрофида оғриқ туради.
- Чекувчи киши ўзининг эмас, атрофдеги-ларни ва оила аъзолари-ни ҳам захарлейди.
- Чекувчи киши ра-ка хасталигига чалиниши эҳ-тимолдан узоқ эмас.
- Чекувчи киши ўзи-нигина эмас, атрофдеги-ларни ва оила аъзолари-ни ҳам захарлейди.
- Шифокор олимлар ҳисобича, ҳар бир че-кишган сизгарета одам-нинг 3,5 минут умрини эғоваб ташлейди.
- Тамани чекувчилар чекмайдиган кишиларини

КАШАНДАЛИК — ЁН ДАФТАРИНГИЗГА

Тамани чекишдек хунук ва зарарли одатни ўрттирсангиз, унинг оғир асоратига қолмаслик учун чекишни ҳавс қилгангиз ёшлар тамакининг касофатидан, сехридан воқиф бўлишлар ва кўн-йндаги фикрларининг мазмунини англаб олишлари лозим.

- Тамани чекиш маданияти кишилар учун, эсининг ва ўзгаларнинг соғлиги ҳақида қайғурдиган кишилар учун но-лояқ одад.
- Тамани — хунук, зулаллик қушандиси; тамани одами барвақт қари-тади, гуглунг хечрасини сарғайтиради, кўзларини нурсизлантиради, юз те-рисини бурштиради, тишларини чиритди, оғзини саситида ва кил-риларнинг тўқилишига сабаб бўлади.
- Чекиш натижасида одамнинг овози дегал-лашади, чекувчи ёш йил-гитлар ва қизлар ширали овозидан маҳрум бўла-ди.
- Чекувчи кишининг кайфияти бузуқ бўлади, боти оғриқлариди, кўра-ги атрофида оғриқ туради.
- Чекувчи киши ўзининг эмас, атрофдеги-ларни ва оила аъзолари-ни ҳам захарлейди.
- Шифокор олимлар ҳисобича, ҳар бир че-кишган сизгарета одам-нинг 3,5 минут умрини эғоваб ташлейди.
- Тамани чекувчилар чекмайдиган кишиларини

Сўраган экансиз... ҚОРА ТАЛОҚНИНГ АҲАМИЯТИ НИМА?

Тамаки ёғи-хотин-қизлар организмига жиддий таъсир қўрилади. Чекадиган хотин-қизларнинг юзлари хира-лашган, худди қарияларники сингари ажинлар босган, товуши йўқолашган, кийимидан, оғзиндан тамаки ҳиди келиб туради. Бу фақат тамакининг ташқи кўриниши бўлиб, бундан ташқари кўпгина гинекологик касалликларга ҳам олиб келади. Тамаки кўпгина касалликларнинг сабабчиси экан, ундан қутулишнинг, чекмасликнинг иложи борми? Бор, албатта. Чекишни ташлагандан сўнг организмда тез орада ижобий ўзгаришлар пайдо бўлади. Ўйта-лиш, балғам ташлаш, тезда чарчаш, хансираш каби ҳолатлар йўқолиб, иштаҳо тез орада яхшиланади, киши ўзини тетик тутта бошлайди. Нафас органлари ва юрак қон-томир системасининг фаолияти яхшиланади, ақлий ва жисмоний иш қобилияти ортади. Чекишни ташлашнинг ҳар хил йўллари бор. Булардан энг яхшиси бирданга ташлаш йўлидир. Агар бу йўл билан ташлаш имконияти бўлмаса, унда чекиладиган сизгарета, лар сонини аста-секинлик билан камайтириб бориш орқали ташлаш ҳам мумкин. Лекин бу муддат бир ярим-икки ойдан ошмаслиги даркор.

Д. МАХСИМҚУЛОВ, Қ. ОРИФЖОНОВ, Ўзбекистон онкология ва радиология илмий-текшириш институтининг катта илмий ходимлари, медицина фанлари кандидатлари.

