

"Сиҳат-саломатлик йили"
йўқламаси: Фарғона вилояти
2-3-4-бетлар.

Ushbu
sonda:

"Сиҳат-саломатлик йили"
йўқламаси: Андижон вилояти
4-5-бетлар.

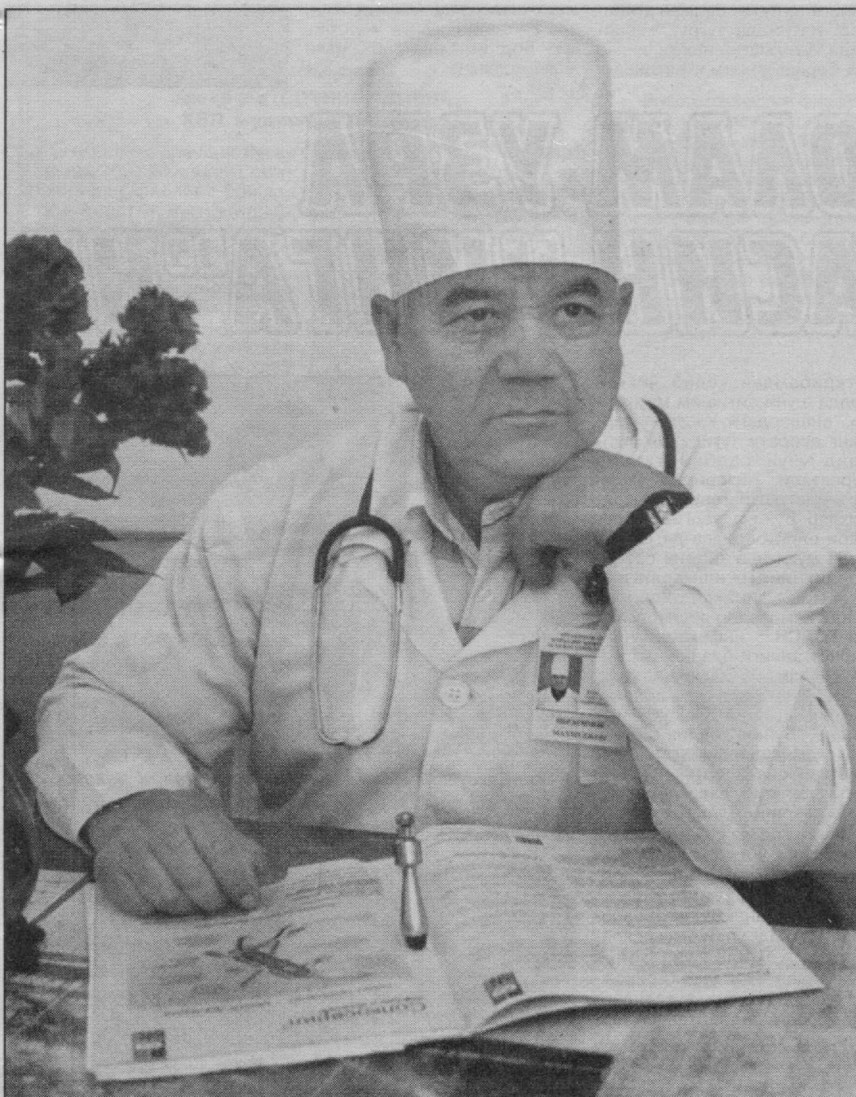
O'ZBEKISTONDA SOG'LIQNI SAQLASH ЗДРАВООХРАНЕНИЕ УЗБЕКИСТАНА

Tibbiyotning oliy
maqsadi — inson
salomatligiga
erishishdir.

Высшее благо
медицины —
здоровье.



❖ Gazeta 1995-yil oktabr oyidan chiqa boshlagan. ❖ № 40 (452) 2005-yil 11-17 oktabr ❖ Seshanba kunlari chiqadi. ❖ Sotuvda erkin narxda.



Кўп йиллик тажрибага эга бўлган, беморлар дардига даво айлаган шифокор Махмуджон Ибрагимов 35 йилдирки, Наманган вилояти, Тўрақўрғон тумани Марказий шифонасининг асаб касал-

ликлари бўлимида фаолият юритиб келмоқда. Бир жойда шунча вақт ишлашнинг ўзи бўлмайди. Бу давр мобайнида қанчадан-қанча тўсиқ ва қийинчиликларни енгиб ўтган фидойи, камтарин инсоннинг

меҳнатлари бекиёсдир. Махмуджон ака ҳеч бир инсоннинг касал бўлмаслиги, беҳудага асабийлашмаслиги ва одамлар орасида меҳр-оқибат янада мустаҳкам бўлишини дилдан ният қилади.

БЛАГОДАРНОСТЬ

Мне 71 год. Оба глаза совсем не видели. Долго не решалось на операцию. Дети уговорили. Обратилось в Республиканский специализированный центр микрохирургии глаза. Попала на прием к офтальмологу Гельмановой Татьяне Ивановне.

Татьяна Ивановна очень добрый, чуткий человек, грамотный специалист. Она лечит не только

медикаментозными средствами, но и добрым словом.

Операция прошла удачно. Зрение восстановилось. Я очень благодарна Татьяне Ивановне Гельмановой, анестезиологу Любови Николаевне Шепелевой и директору центра Зафару Умаровичу Сидикову.

Махфуза ШАНАЗАРОВА,
г. Ташкент.

Дил изҳори

ТИПАГИМ ЯГОНА — БАХТИМИЗГА ОМОН БЎЛИНГ!

Баъзида ўз соғлигимизга эътибор бермай, оқибатда унинг асоратлари қай даражага олиб келишини ҳаттоки, ўйлаб ҳам кўрмаймиз...

Қарийб бундан уч йил муқаддам олдин икки оёғимнинг бош бармоқ соҳасида шиш пайдо бўлиб, оғриқдан қаттиқ азият чекардим. Бу шунчаки шиш ёки оғриқ деб ўйлаб, ишдаги ва оиладаги юмушлардан четланиб қолмадим. Аксинча, туну кун ҳаракат қилиб, баъзан узок қақиримли масофаларни яёв кесиб чиқишга тўғри келарди. Ана шу пайтда оёғимдаги шиш гўё катталашгандек бўлиб, узок вақт оғриқдан қийналиб қолардим. Ҳаттоки, шишнинг олдини олиш, оғриқдан халос бўлиш мақсадида турли даво чораларини қўладим. Ҳар хил ванналар қабул қилиб, совуқ ва кўп юришдан ўзимни асрадим. Умидим — зора соғлигим яхшиланиб, шу йўл билан яқун топгандай бир зумда йиллар ўтиб кетганини пайқамабман ҳам. Афсуски, ўзим қўллаган даво муолажалари фойда бермагач, 1-Республика клиник шифонасининг травматология бўлими шифокорларига мурожаат этдим. Улардан бу ҳақда маслаҳат сўраганимда дардни фақат операция йўли билан халос этиш мумкинлигини айтишди. Менга қўйилган бундай қатъий чорани эшитиб, қўрқув исканжасида анча вақт бир қарорга кела олмай юрдим. Чунки, операциядан кейинги натижа мени кўпроқ ташвишга соларди. Шу зайдла кунлар кетидан ойлار ўтиб, оёғимдаги шиш тобора катталашиб, оғриқ кучайиб борди. Ҳаттоки, оёқ кийим кийишга ҳам қийналдим, баъзан юра олмай қолишим мумкинлигини ўйлаб, ўзимни операцияга руҳий жиҳатдан тайёрлай бошладим. Ниҳоят, қўрқувларим ортда қолиб, сўнгги нажотни травматолог шифокор Фулом ака Эшонкулов қўлига топширдим...

... Операция столида ётар эканман, хаёлларим ҳар томонга учар, юрагимдаги турли ўй-хавотирлар сира нари кетмасди. Икки соат... Бу дақиқалар шу лаҳзада мен учун нақадар қимматга эга эканлигини ўшанда тушуниб етдим. Етук ва тажрибали шифокорларнинг ишонч тўла сўзлари, умидлари қалбимдаги ички қўрқувимга дағда беради. Операциядан сўнг бир неча кун бўлим ходимлари назорати остида бўлдим. Соғайишим учун ҳамма қулайлик ва имкониятлар яратиб берилди. Гўёки, мен бу масканда оғир дарддан эмас, балки оғир ўй-хаёллардан халос бўлгандек эдим.

Мана ҳозирда иш фаолиятимни бошлаб юборганман. Уч йил олдинги оғриқ, қўрқув ва изтиробларга энди чек қўйилди. Юр-ялману, юрагимда хавотир йўқ. Оёқларимга қарасам текис ва чиройли.

Ана шундай дардли, қийновли кунлардан мени соғ-саломат олиб чиққан, барча оғриқларимга нукта қўйган малакали ва тажрибали шифокор Фуломжон Эшонкулов, бўлим мудри Аваз Мирзоидов ҳамда барча шифокорларга, шунингдек, қундалик аҳолимдан соат сайин доимий хабардор бўлиб турган ҳамма ҳамшираларга чексиз ҳурматим ва миннатдорчилигимни билдираман. Тилагим ягона. Қўлингиз дард кўрмасин! Қўллаб инсонлар соғлиғига-соғлиқ, умидига-умид бахш этаятган ана шу қувончли кунларда мен ҳам сизларга тинчлик-омонлик, сиҳат-саломатлик ва оилавий хотиржамлик тилаб қоламан.

Хурмат билан
Нигора УЗОҚОВА.

ОБУНА — 2006

Азиз шифокорлар, ҳамширалар, энёлилар ва барча муштарийлар эътиборига!
Тиббиётдаги янгиликлар билан қадам-бақадам одимлашингизда Сизга мадад бўлишни ўз олдинга мақсад қилиб қўйган

«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш — Давлаоохранение
Ўзбекистана» газетасига
2006 йил учун обуна мавсуми бошланди.
Бунга унутманг! Нашр индексимиз: 128.

РЕКЛАМА VA E'LONLAR: TEL.: 133-13-22, 133-57-73.

"Сихат-саломатлик йили" йўқламаси: Фаргона вилояти

Оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, она ва бола соғлигини мустаҳкамлаш, репродуктив саломатликни яхшилаш, тиббий маданиятни ошириш ва оилада турмуш тарзини соғломлаштириш, жисмонан бакувват фарзандлар туғилишини ва уларни баркамол қилиб тарбиялашни таъминлаш лойиҳалари ва тадбирларини амалга ошириш.

«Сихат-саломатлик йили» Давлат дастуридан.



Флора ИСЛОМОВА,
Фаргона вилоят туғруқ
уйининг бош шифокори.

Ичкарига кириб бораркансиз у ердаги озодлик, саранжом-саришталик ва тинчлик инсон дилига завқ бағишлайди. Коридор бўлаб туғруқхона бош шифокори Флора Юсуповна билан суҳбатлашиб кетар эканмиз, талабчан, қаттиққўл раҳбарнинг гапларига қараганда муассасада муайян ишлар амалга оширилиб, шу кунларда қайта таъмирлаш ишлари кетаётган экан. Жажжи фарзандларини бағрига босиб ётган оналарни кўриб, қувончимиз чексиз бўлди. Бир пайтлар фарзандларимизни фақатгина овқатлантириш учун ярим соат давомда қўлимизга тутқазишиб, уларнинг оёқ-қўлларини қаттиқ қилган ҳолда тагликларга ўраб олиб келишарди. Эндиликда эса, бундай ҳолатлардан чекинганлигимиз, оналик ва болаликни муҳофаза қилиш ишларида бош бўлаётган мутасадди раҳбарларнинг сайҳаракатлари туфайли юзага келганлигининг гувоҳи бўлмоқдамиз.

Республикамиздаги мавжуд туғруқ муассасаларида бўлганимизда соғлом ва носоғлом оналар ҳамда болаларни кўрардим. Лекин ушбу туғруқ мажмуасида мени ўйлантириб қўйдиган ёки изтиробга туширадиган ҳолатга кўзим тушмади. Чунки, юзларида табассум қақнаётган

Туғруқхона эшигидан кириб борар эканмиз, ҳовлидаги ўриндиқлардан бирида ўтирган бувижон ва оталик бахтига муяссар бўлган Шавкатжоннинг юзидаги қувончларини кўриб, улар билан суҳбатлашишга жазм қилдик. Шавкатжон жажжигина ўғлонининг дунёга келганидан шу қадар хурсанд эдики, уни бир сўз билан ифодалаш қийин. Бувижон набираси туғилгунча келинининг ёнида бўлиб, унинг дардига таскин берганлиги ва чақалоқ соғ-омон туғилганлигини қувонч билан айтди. Суҳбатимиз давом этаётган бир пайтда туғруқхона ичкарисидан шу дақиқада дунёга келган чақалоқнинг жарангдор йиғиси қалбимизга шодлик бахш этди.

— Аввало, соғлом онадан соғлом фарзандларни дунёга келтириш ва уларга малакали тиббий хизмат кўрсатиш ишларини тўғри йўлга қўйиш лозим, — дейди Флора Исломовна биз билан суҳбат чоғида. — Муассасамизда 150 нафар

лиш муҳим ҳисобланади. Ақсарият ҳолларда ҳомиладор аёлларимиз ҳомила ривожланмаётган бир пайтда ўз соғликларига эътибор бермай қўядилар. Натижада туғруқ жараёнида қатилмаган нохушликлар юз бериш ҳолати кузатилади.

таҳкам бўлиб, соғлом фарзандлар туғилишига замин яратилади. Демак, давлатимиз томонидан яратилаётган шарт-шароитлар мавжуд экан, она ва бола соғлиги учун биз ҳам бор имкониятларимизни ишга соламыз.



ОЛАМ УЗРА ЯНГРАСИН "ИНГА"НГ

дан ортиқ ходимлар фаолият олиб боришади. 190 ўринга мўлжалланган хоналаримизнинг ҳар бири замон талаби даражасида жиҳозланган. Кадрларимизнинг барчаси ўз тажриба ва билимларига эга бўлиб, туғруқ, туғруқдан кейинги, патология, гинекология, реанимация ва лаборатория бўлимларида ҳомиладор аёлларимиз учун хизмат қилишмоқда. Бир қараганда бошқа шифохоналарга нисбатан биздаги масъулият катта. Чунки, халқ накли билан айтганда, "одамдан одам келади". Кўз олдингизга келтиринг-а, тўққиз ой, тўққиз кун, тўққиз дақиқа она вужудида ривожланган чақалоқнинг ёруғ дунёга келиши осон эмас. Ваҳоланки, унинг туғилиш вақтида онанинг чеккан "қувончли" азобини енгиллаштириш, она ва болани хавф-хатарсиз сақлаб қолиш учун биздан ўта хушёрлик талаб этилади.

Тажрибамдан келиб чиққан ҳолда шуни айтишим мумкин, оналардаги касалликларнинг асорати туғилажак фарзанд учун салбий таъсир кўрсатади. Назаримда аҳоли орасида экстрасистол касалликлар бўйича тарғибот ишлари олиб борилса-да, бироқ оила муҳитида тиббий саводхонликнинг етишмаслигини кўрамыз. Айниқса, ҳозирги кунда ҳомиладор аёлларимизда TORCH — инфекциясининг учраётганлиги бизни хавотирга солади. Бу инфекция асосида дунёга келажак болаларимиз ногирон бўлиб туғилдилар. Бунинг олдини олиш учун ҳомиладорликка тайёрланмаётган она албатта, тиббий кўриқдан ўтиб, даволаниш муолажаларини олиши шарт.

Хукуматимиз келажак авлод соғлигини ўйлаб, республика миқёсида "Она ва бола" скрипни марказларини ташкил этди. Бундан қўзланган асосий мақсад ушбу муассасаларда ҳомила уч ойлик бўлгандан сўнг унинг ривожланиши ва туғма нуқсонларнинг юзага келиш хавфи бориқлиги тегишли текшириб кўрилади. Мен бу тўғрида фикрларимни давом эттиришим мумкин. Лекин соғлом онадан соғлом фарзандни дунёга келиши аввало оила аъзоларига боглиқ, деб биламан.

Яна бир нарса бизни изтиробга соладики, севиб-севилиб ёки ота-онасининг қистови билан турмуш кураётган ёш келин-куёвларимиз тиббий кўриқдан таниш-билиш орқали номигагина ўтишади. Афсуски, улар ўзларига кечаётган касалликдан беҳабар бўладилар. Натижада улардан ногирон фарзандлар дунёга келади. Истардимки, ҳар бир бўлажак ота-она оила пойдеворини қуришдан олдин ўз вақтида тиббий кўриқдан ўтиб, шифокорнинг маслаҳат ва тавсияларига риоя қилсалар мақсадга мувофиқ бўларди. Улар кураётган оила мус-



Гулбаҳорхон Исломованинг қувончлари чексиз. У эгизак фарзандларнинг меҳрибон онажониси бўлганлигидан гоёат мамнун.

Ха, биз туғруқхона мажмуасини айланиб чиқар эканмиз, эндигина туғилиб, онаси бағрига талпинаётган жажжигина чақалоқларни кўриб, неки ташвиш бўлса барчасини унутдик. Уларнинг бегубор йиғиси, ширингина уйқуси, нозиккина ҳаракатлари қалбимизни ўзига ром этди.

Туғруқ уйининг бош шифокори Флора Юсуповнанинг дилдан хурсанд эканлигини англаб олиш қийин эмас эди. Чунки, тажрибали шифокорнинг таъкидлашича, самарали ишлар олиб боришнинг натижасида эрта туғиш ҳолатлари, асоратли касалликлар ҳамда болалар ўлими камайган. Шунингдек, Соғлиқни сақлаш вазирлиги, Республика Акушерлик ва гинекология илмий текшириш институти ва Фаргона вилоят соғлиқни сақлаш бошқармаси томонидан кўрсатилаётган ёрдамлар ҳам соғлом оналардан соғлом фарзандлар дунёга келишида муҳим аҳамият касб этмоқда. Бу борада муассаса ходимлари туманларда бўлиб, у ерда долзарб мавзулар бўйича семинарлар ўтқазишиб, жойлардаги тиббиёт ходимларига амалий ёрдам бериб келмоқдалар. Хафтанинг ҳар шанба кuni эса вилоят миқёсидаги неонатологлар учун йиғилиш бўлиб ўтади.

Барча ишларнинг амалдаги ишоти сифатида турли хилдаги буклетлар, стандарт ва алгоритмларнинг ишлаб чиқарилаётганлиги тиббиёт ходимлари ҳамда аҳоли учун кўл келмоқда.

Биз сўзимизга яқун ясар эканмиз, туғруқ уйи аҳил жамоасининг келгусидаги эзгу ишларига омад, ўзларига эса битмас-туганмас соғлиқ тилаб қоламиз.



Мадхия СУЯРҚУЛОВА,
акusher-гинеколог.

— Ўн беш йиллик фаолиятим давомда кўплаб оила-ларга қувонч бахш этдим, десам янглишмаган бўламан. Лекин меҳнат жараёнида ҳар қандай қийинчиликларга ҳам дуч келиш мумкин. Шундай пайтда иккиланмасдан бор билим ва маҳоратни ишга солишга олди.

оналар ва улар ёнида ётган соғлом болажонларни кўриб, ушбу даргоҳда келажагимизнинг баркамол авлодлари дунёга келаётганлигига ишончим комил бўлди. Шунингдек, Флора Юсуповна 2004 йилда 45 нафар эгизак фарзандларнинг соғлом туғилганлиги ва улар бутунги кунда ўсиб-улғаяётганлигини фахр билан тилга олди.

Аҳолининг кенг қатламлари фойдалана оладиган ва сифатли соғлиқни сақлаш тизимини яратиш, тиббиёт муассасаларининг моддий-техник базасини ривожлантириш ва мустаҳкамлаш, уларни замонавий ташхис ва тиббиёт асбоб-ускуналари билан жиҳозлаш чора-тадбирларини амалга ошириш.

«Сихат-саломатлик йили» Давлат дастуридан.

ҚИШЛОҚ ВРАЧЛИК ПУНКТИНИНГ БИР КУНИ

Тиббиёт соҳасини ҳам ҳаётимиз кўрки бўлган хотин-қизларсиз тасаввур этиш қийин. Республикаимизнинг қайси бир тиббиёт муассасасида бўлмайлик, ходимларнинг кўпчилиги қисmini аёллар ташкил этганини кўрамиз. Айниқса, қишлоқ врачлик пунктларида аҳолига тиббий хизмат кўрсатаётган шифокору ҳамширалар меҳнатини кўриб, тўлқинланиб кетамиз. Чунки, табиатан аёл зотиға хос бўлган меҳрибонлик, самимийлик, ҳушмуомалалик ва қўнчоқлик айнан тиббиёт ходимига зарур бўлган хислатлар ҳисобланади. Шу хислатларни ўзида муҷассамлаштирган аёл шифокорларимиз айнан биз ҳикоя қилмоқчи бўлган Фарғона вилоятининг Фарғона туман Шохимардон қишлоқ врачлик пунктида фаолият юритмоқдалар...

Биз ушбу қишлоқ врачлик пунктига кириб борар эканмиз, биринчи навбатда муассаса ҳудудига ҳавас қилдик. Негаки, ранг-баранг гуллар, ям-яшил бундай манзара ҳар қандай кишининг баҳри-дилини очади. Оқ халатлари ўзларига ярашиб турган, истарали, ҳушмуомала шифокор ва ҳамшираларнинг табассум билан пешвоз чиқишлари кайфиятимизни янада кўтариб юборди. Бугунги кун талабига жавоб бера оладиган қишлоқ врачлик пунктининг жиҳозланиши ва кадрлар билан таъминланиши ҳам таҳсинга лойиқ деса янглишмаган бўламиз. Бундай эътирофни давом эттиришимиз мумкин, лекин 7 минг аҳолига тиббий хизмат кўрсатаётган меҳнатсевар ходимларнинг бир кунлик фаолиятлари тўғрисида уларнинг ўзлари билан бўлган суҳбатни эътиборингизга ҳавола этганимиз маъқул деб билдик.

Махбуба СОТИВОЛДИЕВА, КВП мудираси (педиатр).

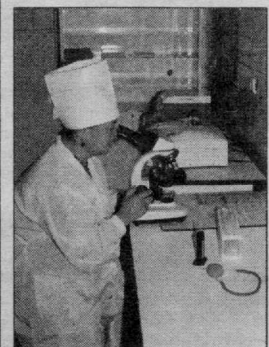
— Қишлоқ врачлик пункти 2001 йилнинг 1 сентябидан фаолият бошлаган. Албатта, янги муассасага кўчиб ўтши, уни замон талаблари даражасида жиҳозлаш, шунингдек, малакали кадрлар билан таъминлашнинг ўзи бўлгани йўқ. Ҳукуматимизнинг бирлашти бўғинига бўлган эътиборини чуқур англаб етadиган бўлсак, аҳолига сифатли тиббий хизмат кўрсатиш масаласи биринчи ўринда туради. Ҳудудимизда 7 мингдан зиёд аҳоли истиқомат қилади. Уларга 2 нафар врач ҳамда 15 нафар ҳамшира тиббий хизмат кўрсатишади. Муассасамиз асосан "Саломатлик-1" лойиҳаси томонидан тўла жиҳозланган. Мавжуд хоналар лойиҳанинг режалари асосида янги тиббий асбоб-ускуналар учун мослаштирилди. Ходимларимиз эса лойиҳа доирасидаги умумий амалиёт шифокори ҳамда ҳамшираларини тайёрлаш

курсларида таҳсил олиб қайтдилар. Мутасадди раҳбарлар томонидан яратилган ушбу қўлайликлар аҳоли билан муқаммал ишлашимизга катта ёрдам бўляпти. Хулоса қилиб айтганда беш йиллик фаолиятимиз давомида муваффақиятли натижаларга эришдик. Ходимларимиз ўз меҳнатлари билан аҳолининг тиббиётга бўлган ишончини ҳамда шифокорга бўлган ҳурматини қозонишга муваффақ бўлишди. Чунки, улар аҳоли орасига оила аъзоси сифатида кириб бориб, касалликларнинг олдини олиш, унинг келиб чиқиш сабаблари, асоратлари ва касални даволаш жараёналари тўғрисида маълумот бериб, уларнинг тиббий саводхонлигини оширишда ҳам ўз ҳиссаларини кўшиб келмоқдалар. Гап КВПнинг бир кунлик иш фаолияти тўғрисида борар экан, келинг яхшии мавзунинг давом эттиришни ҳодимларимизнинг ўзларига берсак.

Саодат ОМОНОВА, лаборант.

— Авваллари битта таҳлил учун бемор марказий шифонага мурожаат қилар эди. Эндиликда эса яратилган янги шароитлар тўғрйли беморлар бундай оворагарчиликдан қўтилишди. Замонавий таҳлил аппаратлари

ҳақиқат. Чунки, реактив бўлсагина, беморнинг касаллик ташхиси унинг таҳлилида кўринадди. Лекин мутахассис албатта малакали бўлиши зарур. Ҳар бир мавсумий касалликларда беморлар лабораторияга жуда кўп мурожаат қилишади. Агар бир кунлик иш фаолиятим тўғрисида гапирадиган бўлсам, бир кунда 15 тагача бемор қабул қилиш ҳолатлари бўлади. Бундан ташқари назоратда турган, ногиронлар ҳамда муассасага кела олиш имконияти бўлмаган беморлар учун уйлариға бориб керакли таҳлилларни олиб келаман ва натижаларини шифокор ва ҳамшираларга топшираман. Ўз ишимни жуда яхши кўраман. Жамоамиз аҳил, билмаганларимизни бир-биримиздан сўраб керакли маслаҳатлар оламиз. "Саломатлик-1" лойиҳаси томонидан берилган ўқув қўлланмалари ҳам иш жараёнимда катта ёрдам бераёпти. Давлатимиз яратган бундай имкониятлардан унумли фойдаланиб, аҳолига сифатли тиббий хизмат кўрсатишда давом этаверамиз.



нинг мавжудлиги ҳам фаолиятимиздаги қийинчиликларни бартараф қилди. Айрим лабораторияларда мумаммо бўлган реактивларнинг доимий борлиги беморлар учун ҳам, биз лабораториялар учун ҳам анча энгилликларни туғдиргани

— Муассасамиздаги фаолиятларнинг барчаси бир-бирига чамбарчас болганган. Шу пайтгача бирор бемор ҳамкасбларимдан шикоят қилганини эшитганим йўқ. Бунга сабаб ходимларимиз шундай ҳамжихатликда ишлашадиган, агар биронтимиз қақирувгами ёки йиғилишга кетган бўлсак, бизнинг фаолиятимизни ҳамкасбимиз давом



эттираверади. Врачдан олдин қабул қилинчи ҳамширанинг фаолияти тўғрисида кўпчилик тўлиқ тасаввурга эга эмас. Шунинг учун ўз фаолиятим ҳақида қисқача маълумот берсам. Бу янги лавозимнинг очилиши шифокорларимиз учун қисман энгиллик бўлди десам хато бўлмас. Чунки, авваллари беморларни қабул қилиш, ташхис

— Бугунги кунда ҳомиладор аёлларимиз орасида экстрагенитал касалликларининг ортиб бораётганлиги барчани ташвишга солмоқда. Айниқса, камқонлик касаллиги ҳомиладор аёллар ва уларнинг туғилажак фарзандлари ҳаётига ҳавф солаётганлиги ҳеч биримизга сир эмас. Ҳудудимизда 7000 нафар аҳоли истиқомат қилса, шулардан 1842 таси туғиш йишдаги аёлларни ташкил этади. Қабулимизга мурожаат қилаётган ҳомиладор аёлларда кечаётган касалликлар хусусида суҳбатлашганимизда, улар кўп ҳолларда ўзларида кечаётган касаллиқни тўлиқ билишмайди. Биз мана шуларни инобатга олган ҳолда биргина ҳомиладор аёл эмас, балки оила аъзолари билан гаплашиб, тарғибот ишларини муқаммал олиб бордик. Шунингдек, ҳомиладор аёллар учун Соғлиқни сақлаш



Лолаҳон КЎЗИЕВА, врачдан олдин қабул қилувчи ҳамшира.

қўйиш, уларни керакли муолажаларга жўнатиш фақатгина шифокорнинг зиммасида бўлиб, ҳамшира шифокорнинг кўрсатмасини бажарар эди, гарчи унда касбий маҳорат кучли бўлсада. Кейинги пайтларда "Ҳамширалик иши"га бўлган эътибор туфайли вилоятимиз ҳамширалари Исроил ва Япония давлатларида малака ошириб қайтишгандан сўнг юқоридаги лавозим очилди. Барча тиббиёт муассасаларида «Ҳамширалик жараёни ва ёзуви» тарғиб қилинди. Эндиликда ҳамширалар ўзларининг мустақил фикрларига эга бўлиб, беморларга ташхис қўйиш ҳамда врачдан олдин билик ҳолатларини сўраб, кардиолог врачга мурожаат қилишнинг айтидм. Лекин ўзининг ташхисини қўйдим ва врачга боргунча керак бўлган муолажани қўладим. Кардиолог врач қўйган ташхис мен қўйган ташхисга тўғри келди. Худди шу кун тўққизта бемор қабул қилган бўлсам, мен қўйган ташхис ва парвариш бесама қетмади. Шу нарсани англаб етдимки, ҳузурингизга келган беморнинг дардини тинглай билиш қобилиятига эга бўлишингиз керак экан. Вақти келганда эса руҳшунос, ҳатто санъаткор бўлишга ҳам тўғри келади. Бунинг замирида касбга бўлган маҳорат ва тажриба ётади.

ишончлари ортди. Аввало, КВПмиз мудираси Махбуба опадан гоят миннатдорман. Улар ҳар гапларида муассасанинг асосий таянчи бўлган 15 нафар ҳамширалар меҳнатини доим тилга оладилар. Бир кунлик иш фаолиятимда 12-13 нафар беморлар қабулимга келади. Гоҳида бундан ҳам кўпроқ беморлар мурожаат қилишади. Кўни кеча беморлар ҳар хил касаллик билан мурожаат қилиб келишди. 8 ёшли болада аллергия ҳолати юз берган. Унинг сабабларини аниқлаб, тезда муолажа ишларини бошлаб юбордим. 48 ёшли киши юрак хуружи касаллигидан шикоят қилиб келди. Дарҳол касаллик ҳолатларини сўраб, кардиолог врачга мурожаат қилишини айтидим. Лекин ўзининг ташхисини қўйдим ва врачга боргунча керак бўлган муолажани қўладим. Кардиолог врач қўйган ташхис мен қўйган ташхисга тўғри келди. Худди шу кун тўққизта бемор қабул қилган бўлсам, мен қўйган ташхис ва парвариш бесама қетмади. Шу нарсани англаб етдимки, ҳузурингизга келган беморнинг дардини тинглай билиш қобилиятига эга бўлишингиз керак экан. Вақти келганда эса руҳшунос, ҳатто санъаткор бўлишга ҳам тўғри келади. Бунинг замирида касбга бўлган маҳорат ва тажриба ётади.

Сайёрахон СОТИВОЛДИЕВА, доя.



вазирлиги ҳамда халқаро ташкилотлар томонидан тайёрланган тарқатма материал ва буклетларни тарқатиб, аҳоли ора

сида суҳбатлар ўтказдик. Буларнинг натижаси эса яхшигина самара берди. Бу албатта жамоамиз ходимларининг ҳамкорликда олиб борган ишларининг махсулидир. Оналик ва болалиқни муҳофаза қилиш ишлари кенг йўлга қўйилган экан, бу болада соғлом онадан, соғлом фарзанднинг туғилиши учун биз тиббиёт ходимлари аҳоли билан ҳамкорликда иш олиб боришимиз муҳим деб ўйлайман. Тиббиёт ходими сифатида шуни таъкидламоқчиманки, оила курадиган ёш келин-куёвлар тиббий кўрикдан ўтиб, соғлиқлари учун керакли хулосага эга бўлсаларгина, оиланинг соғлом бўлишига асосий пойдевор яратилади.

(Давоми 4-бетда).

ҚИШЛОҚ ВРАЧЛИК ПУНКТИНИНГ БИР КУНИ



(Давоми. Боши 3-бетда).

Биз қишлоқ врачлик пунктининг мудираси билан суҳбатни давом эттирар эканмиз, куйинчак раҳбар Маҳбуба Со-

тиводиеванинг келгусидаги режалари тўғрисида ҳам ижобий хулосага эга бўлдик. Чунки, Маҳбуба опанинг асосий мақсади аҳолига сифатли тиббий хизмат кўрсатиш, бунинг учун аҳоли орасига кириб бориш, тиббий кўрикларни ўз вақтида ўтказиш ва соғломлаштириш ишларини мукамал даражада амалга оширишдан иборат.

Фидойи раҳбарнинг билдирган фикрларидан узоқни ўйлаб, яъни келажак авлодларнинг соғлом, баркамол бўлиб вояга етишлари учун бор куч-имкониятлари ва билим-тажрибаларини аямаётганлигини сезиш мушкул эмас. Лекин биз хизмат сафари давомида фақатгина қишлоқ врачлик пунктининг икки соатлик иш жараёнини кузатишди. Фаолиятда ҳар кунлик кечадиган жараёнлар ҳамда унинг ташвиш ва қийинчи-

ликларини шифокору ҳамширалар жуда яхши билишади.

Шуни алоҳида эътироз билан айтиш керакки, халқ орасида бўлганимизда уларнинг тиббиётга бўлган ишончи йўқлигини сезамиз. Гоҳида айб кимда экан, деб ўйлаб қоламиз. Кўп ҳолларда шифокорларни айблаймиз. Ваҳоланки, инсонларнинг ўз соғликларига эътибор бермасликлари, шунингдек, шифокорга вақтида муурожаат қилмасликлари ана шундай ҳолатларга олиб келади. Чунки, халқнинг тиббий саводхонлиги етарли даражада эмас. "Қарс икки қўлдан чиқади", деганларидек, тиббиёт ходимлари ва аҳоли ўртасидаги боғлиқлик чамбарчас бўлса ҳамда шифокорлар тарғибот ва ташвиқот ишларини тўғри олиб борсаларгина халқнинг тиббий саводхонлигини оширишга эришиш мумкин.

Биз ушбу замон талаби даражасидаги қишлоқ врачлик пункти-



нинг бир кунлик фаолияти билан танишиб қайтар эканмиз, у ердаги шарт-шароит ва кадрларнинг касбий маҳоратга бойликлари ҳамда аҳолининг мамнунлиги давр талаб қилган мезонга

хос эканлигининг гувоҳи бўлдик. Шу боис, ўзларининг камтарона меҳнатлари билан аҳолига беминнат хизмат кўрсатаётган "Шоҳимардонбод" қишлоқ врачлик пунктининг жамоасига қуч-қувват тилаб қоламиз.

Ўзбекистон ҳудудида шундай жаннатмакон гўшаларимиз борки, унинг гўзал табиатига боқиб, зилол сувларидан тўйиб-тўйиб ичиб, тоза ҳавосидан баҳра оласан киши. Сервикор тоғларнинг хушманзараси, булоқ сувларининг мусқолиги, ҳуллас, буларнинг барча-барчаси она табиатнинг бизга инъом этган бетакрор мўъжизасидир. Қанчадан-қанча инсонлар тоғ-ён бағрларида жойлашган дам олиш сихатгоҳлари ва шифохоналарда даволаниб, у ернинг инсон саломатлиги учун нақадар афзал эканлигини фахр билан тилга оладилар. Довруғи бутун оламга кетган «Хумсон», «Чимён», «Чортоқ», «Оқтош», «Чотқол» ҳамда «Шоҳимардон» каби тоғ-ён бағрларида жойлашган дам олиш маскани ва сихатгоҳларининг таърифига сўз ожизлик қилади. У ердаги муолажалардан кўра соф ҳавосидан нафас олишнинг ўзи юз дардга даводир. Ана шундай ўзининг хусункор табиати билан инсонлар дардига даво бўлаётган «Шоҳимардон» тоғлари ва зилол сувларининг ёғинасида жойлашган «Юқори нафас йўллари хасталиклари саломатлигини қайта тиклаш» шифохонаси ҳам юқоридаги фикримизнинг ёрқин далилидир.

СЎЛИМ ТАБИАТИ ДАРДЛАРГА ДАВО



Алишер МИРЗАЕВ,
бош шифокор.

Икки йилдан буён аллергия астма касаллиги билан жуда қийналиб келардим. Бу ерга келмасдан олдин Қува туманидаги шифохоналарда бир неча бор даволандим. Лекин дардимга даво топа олмадим. Кун сайин аҳволим оғирлашиб, оила аъзоларимни ташвишга сола бошлади. Айниқса, маъсумий касалликлар даврида дардим хуруж қилиб, тўхтовсиз йўталардим. Хатто, табиий гўёлар ҳам фойда қилмай қолди. Вилоят соғлиқни сақлаш бошқармаси Шоҳимардондаги мазкур шифохонага имтиёзли йўлланма беришди. Мана, бу ерга келганимга 12 кун бўлган бўлса, нафас олишим яхшиланиб, йўталиш деярли тўхтади. Муассасанинг тажрибали шифокор ва ҳамширалари ўтказётган муолажаларнинг фойдасини сезган бўлсам, об-хавосининг тозаллиги ҳам дардимни енгиллаштирмоқда. Ушбу шифохонанинг барча шифокор ва ҳамшираларига ўз миннатдорчилигини билдираман. Ва ҳар

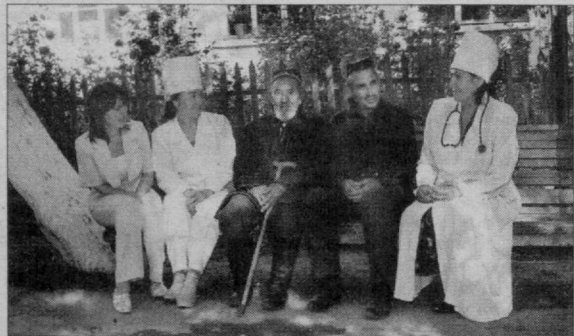
йили икки марта келиб, даволаниб кетиш ниятидаман.

Махфиратхон ПУЛАТОВА,
Фарғона вилояти,
Қува тумани.

Ёшим 28 да. Бир неча йил олдин қаттиқ шамоллаб, грипп бўлдим. Биз кўп ҳолларда ҳар қандай касаллиқни ҳам эътиборсиз равишда ўтказиб юборамиз. Лекин унинг асорати нақадар оғир

ди. Биз каби беморлар учун ана шундай шарт-шароитларни яратиб берган муассасани раҳбарларга ва мазкур муассасада фаолият олиб бораётган барча тиббиёт ходимларига самимий миннатдорчилик билдириб, уларга таниқсоғлиқ, хуш кайфият ва эзгу ишларида омад ёр бўлишини тилаб қоламан.

Икромжон РАХИМОВ,
Марғилон шахри.



эканлигини ҳаёлимизга келтирмаймиз. Ушбу грипп тўғрисида аллергия риник касаллигига дучор бўлибман. Шундан сўнг кўпгина тиббиёт муассасаларида даволанишимга тўғри келди. Қўнлар тунга, тўнлар эса тонга улашиб умрим ўтаверди. Борган сайин касаллик хуружи авж ола бошлади. Хуллас, тақдир тақозоси билан мана шу шифо масканида даволанишимга тўғри келди. Бу ердаги физиотерапия ва гўёли даволар ҳамда тоғ-ён бағрларида сайрада бўлишим дардимни енгиллаштирди. Шундай шифо масканинг борлиги жонимга оро кир-

Мана, юқоридаги айтилган самимий дил сўзларининг гувоҳи бўлдимиз. Бундай миннатдорчилик туйғуларини Муҳаррам Эшонқулова, Эркин Носиров, Мухаббат Раҳмонова каби қўллаб инсонлардан эшитиш мумкин. Ҳа, ҳақиқатан ҳам ушбу сўлим гўшанинг таърифи сўз йўқ. Биз шифохона эшигидан кириб борар эканмиз, ўриндиқларда ўтирган отахону онахонлар ҳамда даволанувчиларнинг хурсанд ҳолда суҳбатлашиб турганликлари гувоҳ бўлди. Шунингдек, шифохона бўлимларини айланиб чиққанамизда у ердаги шароит ва

имкониятларнинг борлиги ҳам бизни бефарқ қолдирмади. Айниқса, ўз ишининг моҳир устаси, тажрибали шифокор Алишер Мирзаевнинг раҳбарлик ва инсонийликка хос фазилатлари юқорида эътироф этилган дил сўзларининг ифодаси десак янглишмаган бўламиз. Камтар инсон муваффақиятлардан тўқилгани бу ердаги беморлар биргина Фарғона вилоятидан эмас, балки республикамизнинг барча вилоятларидан келиб даволаниб кетаётганликларини айтиб ўтди. Шу ерда ҳақли бир савол туғилди.

— Алишер ака қиш ва баҳор фаслида анча қийинчиликларга дуч келсангиз керак. Чунки, сув тошқини ҳамда қор қўчиш хавфлари бўлади. Бундан ташқари шифохонангиз марказдан низоҳатда олис бўлганлиги учун дори-дармон ва озиқ-овқат масалаларига эҳтиёж туғилмайдими?

— Бу маскан менинг назаримда Оллоҳ томонидан бизга инъом этилган бир тўғра деб биламан. Сабаби, шу ён атрофда истикомат қилувчи инсонларнинг соғлом, бақувват бўлишлари ҳамда бизга даволанишга келган беморларнинг даво тоғиб кетишлари беҳиз эмас. Шу боис бўлса керак, баҳор ва қиш фаслларида кўз очиб бўлмас да-

ражадаги табиат талофатлари юз беради. Лекин Оллоҳга минг бора шукроналар бўлсинки, бундай қийинчилик ва муаммолардан азият чекмаймиз...

Дори-дармон ва озиқ-овқат масалаларига келадиган бўлсак, вилоят соғлиқни сақлаш бошқармасининг ёрдами билан шу кунгача таъминланишдан орқанда қолганимиз йўқ. Шахсан мен бу ернинг об-хавоси ва зилол сувларини дардларга даво эканлигини ўз тажрибамда синаб кўрдим. Шунинг учун келиш мақсадида бўлган беморлар ҳеч иккиланмасдан таширф буюришлари мумкин. Улар учун имкониятларнинг барчаси маъжуд.

Биз шифохонадаги шифокор ва ҳамширалар билан суҳбатда бўлар эканмиз, уларнинг беғубор қалбларидаги меҳнатга бўлган шиқоат, меҳрибонлик, қаққонлик каби хислатларини кўриб, уларга тан бердик. Ва шу билан бирга тоғлик муассаса жамоасининг фидойи, камтар, самимий инсонларининг машаққатли, аммо савобли ишларига омад ёр бўлишига тилақдошмиз.



"Сиҳат-саломатлик йили" йўқламаси: Андижон вилояти

Оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, она ва бола соғлигини мустаҳкамлаш, репродуктив саломатликни яхшилаш, тиббий маданиятни ошириш ва оилада турмуш тарзини соғломлаштириш, жисмонан бақувват фарзандлар туғилишини ва уларни баркамол қилиб тарбиялашни таъминлаш лойиҳалари ва тадбирларини амалга ошириш.

«Сиҳат-саломатлик йили» Давлат дастуридан.



– Улуғ дарғоҳимиз қанчадан-қанча оилаларга фарзанд инъом этиб келмоқда. Зеро, ота ва она бўлишдек ўзга бир бахт бормикан дунёда! Ҳар бир инсон ҳам ана шу фарзандлари камолини кўришни, шунингдек, зурриёдининг соғлом дунёга келишини орзиқиб кутади. Мана шу ёруғ кунларга етгунча ота-она туғилажак фарзандини омон-эсон қўлга олиш ниятида туғруқхонага яхши ниятлар билан келади. Шундай экан, масканимизга ташриф буюрган инсонларнинг биздан хафа бўлиб кетишларига йўл қўймаймиз. Шу боис, улар соғлом, жажжи чақалоқларини бағриларига босиб, ота-оналик бахтидан хурсанд бўлиб кетишмоқда.

Дарҳақиқат, мажмуамиз 220 ўринга эга бўлиб, Ўзбекистон Республикаси «Фуқароларни соғлигини сақлаш тўғрисида»ги Қонуни, «Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш тизимини ислоҳ қилиш» Давлат дастури, Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигининг акушерлик мажмуасига тегишли барча буйруқлари, вилоят ва шаҳар ҳокимлигининг Қарорла-

Хаётда шундай инсонлар борки, бутун умрини фаолиятга бахшида этади. Лекин ҳамма ҳам шундай бўлавермайди. Бунинг учун ўша инсонда кучли эътикод ва ирода бўлиши керак.

Мен республикамизнинг кўплаб тиббиёт муассасаларида бўлар эканман, раҳбарлик салоҳиятига эга бўлган жонкуяр, фидойи, самимий, камтар инсонларни кўриб, «бежизга бундай инсонлар раҳбар этиб тайинланмаган бўлса керак» деган фикрни хаёлимдан ўтказаман. Шу аснода улар фаолият юритаётган муассасалардаги ибратли ишларнинг гувоҳи бўлиб, юқоридаги ибора ҳақиқат эканлигига ишонч ҳосил қиламан. Айниқса, кейинги пайт-

лар ҳукуратимиз томонидан хотин-қизлар меҳнатига бўлган эътиборнинг ошганлиги боис, жамиятда аёлларнинг ўрни ва мавқеи кўтарилиб, кўпгина муассасаларда уларнинг раҳбарлик фаолиятига кенг йўл очилди. Улардаги сабр-тоқат, ақл-заковат, гўзаллик ва меҳрибонлик иш фаолиятларида ўз исботини топаётганлиги барчамизни мамнун этади.

Биз ана шундай ўз ишининг билимдони, келажак авлод соғлиғи учун жонини фидо қилишга тайёр инсонлардан бири Андижон шаҳар 3-туғруқ мажмуасининг бош врачси Саодат Мирҳақимовна Аҳмаджонова билан суҳбатда бўлдик.

ОИЛАМИЗ ҚУВОНЧИ

қаторда она ва бола соғлиғига бўлган эътибор бутунлай ўзгарди. Энг асосийси, она билан чақалоқнинг кечакундуз давомида бирга бўлиши учун барча қўлайликларга эришилди. Чақалоқни эркин эмизиш билан улар ўртасида ортиқча вазн йўқотиш бутунлай барҳам топди. Айниқса, онанинг болага бўлган қайноқ меҳри уларнинг муассасадан ўз вақтида соғайиб, севинч билан оила бағрига қайтишларига имкон яратди.

Туғруқ табиий ҳолат бўлиб, 85 % атрофида бу жараён физиологик кечадиган ва ҳеч қандай тиббий муолажаларга ҳожат қолмайди. Сиз суратда кўриб турганингиздек, туғруқ залларида уй шароитига мос шароит яратилиши, ҳомиладор аёлнинг эркин ҳаракатланиши, асосий тиббий аравашувларнинг камайитирилиши, туғруқларнинг дорисиз олиб борилиши ўзининг ижобий натижаларини бермоқда.

Мажмуамизда аёлларимиз



Ҳомиладорлик — бу касаллик эмас, аксинча она ва бутун оила учун улкан севинч келтирадиган бахтли ҳодиса бўлиши шарт.

«Бехатар оналик» Дастури таъминотларини қўллаб-қувватлаш туфайли мажмуада:

- туғруқ жараёнида турли хил кераксиз аравашувларнинг;
- туғруқ жараёнидаги асоратларнинг;
- чақалоқларнинг паст балл билан туғилишининг;
- чақалоқлар реанимациясида дорилар ишлатилишининг;
- жарроҳлик ҳолати камайиши оқибатида доривоситалари ишлатилишининг кескин камайишига эришилди.

касаллигининг кузатилаётганлиги ҳам барчамизни хавотирга солади. Шунингдек, асоратлардан коконок сувларининг барвақт кетиши, қон кетишлар, туғруқдаги травматизм ҳолатларининг учраб туриш эҳтимоллари ҳам кузатилади. Ушбу асоратли камчиликларнинг олдини олиш мақсадида ходимларимиз томонидан ижобий ишлар амалга оширилмоқда. Туғруқхонадаги самарадорликни ошириш ҳамда мавжуд камчиликларни бартараф этишда Андижон Давлат тиббиёт институти «Акушерлик ва гинекология» кафедрасининг мудираси, профессор Тўхтаҳон Қодировна Муҳитдинованинг бу борадаги меҳнатлари беқиёсдир. Тўхтаҳон опа ходимларимизга амалий ёрдам бериш билан бир қаторда институтдан амалиёт ўташ учун келган талабаларга дарс берадилар.

Ахборот технологиялари асрида яшаётган эканмиз,

шифокорларимиз компьютер ва интернетлардан фойдаланиб, ўз билим даражаларини ошириб келмоқдалар. Тиббиёт шундай фанки, изланган сари излангич келажеради. Унинг сир-синаотлари шу қадар чуқурки, бу соҳада ўз иқтидори, салоҳияти ва тажрибасига суянган мутахассисларгина фаолият юрита оладилар. Тиббиёт ходими олдида бурч ва масъулият бисёр экан, бундай юксак ишонччи оқлаш ҳар биримиз учун муҳим. Лекин масъулиятни биргина шифокорлар зиммасига юкламасдан, инсонларнинг ўз соғлиқларига бўлган эътиборларини янада кучайтириш лозим, деб биламан.

Истардимки, бутун дунёда чақалоқнинг жарангдор овози, қувноқ кулгиси, шодон қиёфаси ҳар бир хонадонга эзулик уруғини сочсин!



ри ҳамда қўйилган талаблари асосида иш олиб бормоқда. Фахр билан айтишнинг мумкинки, 2000 йилда Бирлашган Миллатлар Таъкилотининг «Халқаро болалар фонди» ЮНИСЕФнинг «Она сути билан боқишни муҳофаза қилиш, қўллаб-қувватлаш ва рағбатлантириш» сиёсати асосида акушерлик мажмуаси бўйича алоҳида сиёсат ишлаб чиқилиб, ушбу сиёсат асосида олиб борилган ишлар натижасида туғруқ мажмуамизга жажжоннинг 122 та давлатлари қаторида «Болага дўстона муносабатда бўлувчи шифохона» сертификатини берилди.

Бугунги кунда амалга оширилган ишлар ўз самарасини бериши билан бир

ҳамда чақалоқлар учун барча имкониятларнинг мавжудлиги ишларимиз сифатини янада оширмоқда. Лекин олдинда турган айрим камчилик ва муаммолардан кўз юма олмаймиз. Баъзи ҳолларда аёлларимизда кечаётган экстрагенитал касалликларнинг учраши ривожланаётган ҳомиладор ҳамда онанинг соғлиғига зиён етказиши. Мажмуамизга келаётган ҳомиладор аёлларнинг кўпчилигида камқонлик



Мен бўлимдаги фаолиятларни кўздан кечириш жараёнида мажмуада ибратли ишларнинг амалга оширилганлигини кўриб бениҳоя қувондим. Чунки, тили ва дили бир бўлган инсоннинг ўз ишига сидқидилдан, жонкуярлик билан ёндошуви ҳамда раҳбарларга хос қатъиятлилиги муассаса ишларида ўз аксини кўрсатиб турганлигига яна бир қарра ишонч ҳосил қилдим.

Мажмуада амалиётга киритилган янгилликлар:

1. Оғир даражали гестозларда магнелия терапияси қўллаш;
2. Ҳомила ривожланишида орқада қолишини даволаш (антиоксидант);
3. Дистресс синдромини кортикостероидлар билан олдини олиш;
4. Фетоплацентар етишмовчилигини даволаш (актогвин);
5. Одат бўлган ҳомила тушишларида инфекцияни аниқлаш;
6. Туғруққача даврда ҳуқна қилиш, туғруқдан кейинги даврда муз ҳалта, оғрик ва кераксиз бақадон қисқартирувчи дориларни таққилаш;
7. Оғир асфикцияда туғилган чақалоқларга турли хил доридармонларсиз реанимация ўтказиш.





Андижон шаҳар теннис корти одамлар билан гавжум. У ерда Андижон шаҳар 3-туғруқхона мажмуаси томонидан ташкил қилинган тадбир бўлиб ўтди. Мазкур семинар «Сихат-саломатлик йили»га бағишланган бўлиб, оналик ва болаликни муҳофаза қилиш масалалари бўйича «Кўкрак сутти билан боқиш» ҳамда «Бехатар оналик» мавзулари асосида ўтказилди.

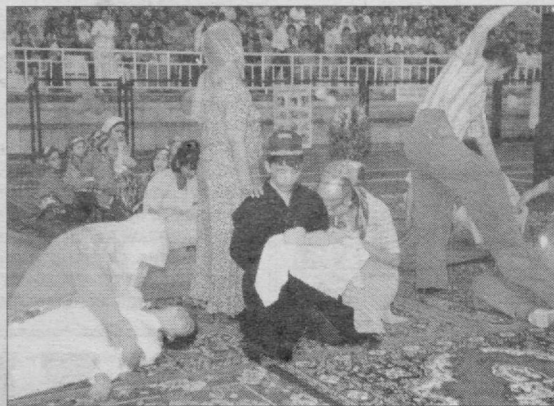
Тадбирда Андижон вилоят ҳокимининг биринчи ўринбосари Ш. Иброҳимов, вилоят соғлиқни сақлаш бошқармасининг бошлиғи В. Ҳақимов, шоира З. Мўминова, шаҳар ва вилоят тиббиёт муассасаларининг бош шифокорлари, маҳалла ва хотин-қизлар кўмиталарининг

вакиллари иштирок этдилар. Андижон тиббиёт институтининг Акушерлик ва гинекология кафедраси мудир, профессор Т. Мухитдинова ўзининг «Кўкрак сутти билан боқиш» мавзусидаги чиқиши билан барча аёлларга турли хилдаги тавсия ва маслаҳатларини берди. Шунингдек,

ОНА-БОЛА САЛОМАТЛИГИГА БАҒИШЛАБ

ташриф буюрган меҳмонларга мажмуада олиб борилаётган фаолиятлар ҳамда ходимларнинг меҳнатлари туфайли амалга оширилаётган самарали ишларни айтиб ўтди. Мажмуанинг бош шифокори С. Аҳмаджонова муассасада қилинаётган ишлар, шу билан бирга «Кўкрак сутти билан боқиш» ҳамда «Бехатар оналик» дастурларини ҳомиладор аёллар ҳаётида ниҳоятда зарурат эканлигини айтиб, соғлом онадан соғлом фарзандларнинг дунёга келиши учун бор куч ва имкониятларини ишга солиб, ҳамма биргаликда иш олиб бориши кераклигини алоҳида таъкидлади. Тадбир давомида ҳомиладор аёллар ҳамда хотин-қизлар учун мажмуа томонидан ташкил этилган турли мавзулардаги деворий газеталар, илмий мақолалар ва услубий қўлланмалар намойиш этилди.

Тадбир сўнггида мажмуа ходимлари томонидан тайёрланган, шу куннинг долзарб муаммолари бўлган «Оналар ва болалар ўлими», «Гиёҳвандлик»,



«Ичкиликбозлик» ва ОИТС касалликларига бағишланган сахна кўринишлари иштирокчиларнинг қалбини жумбушга келтирди. Шундан сўнг А. Ниёзметова, Ш. Рустамова, Фирдавс каби таниқли хонандалар ўзларининг дилга яқин қўшиқлари билан барчани хушнуд этдилар.

Ушбу тадбирни ўтказишдан асосий мақсад, онада тиббий маданиятни ошириш, аёлларнинг соғлигини мустаҳкамлаш, соғлом авлод туғилиши ва уни тарбиялашнинг ўстувор йўналишларини амалга оширишдан иборатдир.

Аҳолининг кенг қатламлари фойдалана оладиган ва сифатли соғлиқни сақлаш тизимини яратиш, тиббиёт муассасаларининг моддий-техник базасини ривожлантириш ва мустаҳкамлаш, уларни замонавий ташхис ва тиббиёт асбоб-ускуналари билан жиҳозлаш чора-тадбирларини амалга ошириш.

«Сихат-саломатлик йили» Давлат дастуридан.



Андижон вилоятининг «Ровот» қишлоқ врачлик пункти

Қишлоқ врачлик пунктига кириб бординишда хоналарда муолажа олаётган беморларга кўзимиз тушди. Бехиётир уларни саволга тутдик.

— Нима учун сиз ушбу тиббиёт муассасасига мурожаат қилдингиз?

— Тасодифан йўлда келатуриб, ҳоқилиб тушдим. Тирсагим дарз кетди. Оғриғига чидай олмай, тезда шу ерга келдим. Бу ердаги шифокорлар менга биринчи ёрдам кўрсатишиб, марказий шифохонага бориб, қўлимни рентген қилдиришимни айтишди-да, ташхисимни «синган» деб қўйишди. Хуллас, марказий шифохонага бориб, тирсагимни рентген қилдирдим. Ҳақиқатда ҳам қўлим синган экан. Мана бугун назорат учун шифокорлар хузурига келган эдим.

— Демак, сизнинг қишлоқ врачлик пунктидаги шифокорларга ишончингиз баланд экан-да?

— Ҳа, албатта. Чунки, улар ўз билим ва тажрибаларига эга. Биз кадрлар иши билан танишиб чиқар эканмиз, уларнинг касбларига бўлган меҳр ва шижоатини кўриб, ҳақиқатда ҳам ҳар қандай касаллик билан кел-

ган беморга биринчи ёрдам кўрсатиш ҳамда тўғри ташхисни қўя олиш қўбилиятларини амалда кўрдик. Ҳар бир тиббиёт муассасадаги ишнинг сифати ва самарадорлиги кадрларга боғлиқлиги табиий. Кейинги пайтларда кадрлар масаласига бўлган эътиборнинг кучаяётганлиги бундан мустасно эмас. Юқоридаги мисолни олиб кўрадиган бўлсак, шифокор беморга тўғри ташхис қўйди. Сизда савол туғилиши мумкин. Муассасада травматолог бўлмаса, қандай қилиб шифокор томонидан тўғри ташхис қўйилди. Ҳеч иккиланмасдан айтиш керакки, бугунги кунда республикамизнинг қишлоқ врачлик пунктиларида умумий амалиёт врачларининг фаолияти олиб бораётганликлари аҳоли томонидан эътироф этилмоқда. Шифокор ва ҳамшираларнинг Тошкент Врачлар малакасини ошириш институти ва унинг филиалларида малака ошириб қайтаётганликлари бирламчи бўлиб бўлган эътиборнинг асосий ифодасидир.

— Беш нафар шифокор, 16 нафар ҳамшираларимиз аҳолига ўз вақтида керакли тиббий хизмат кўрсатмоқдалар. Фаолиятимизга бир йил бўлаётган бўлса, шу давр мобайнида аҳоли орасига

МЎҲАЗГИНА МАСКАН

Агар соғлигинг бўлмаса, ҳеч нарса кўнглингга сиғмас экан. Бехосдан бел соҳамда оғриқ пайдо бўлди. Шифокорларга мурожаат қилганимда улар менга сурункали пиелонефрит ташхисини қўйишди. Ва шифохонада ётиб даволанишимни айтишди. Лекин шароитим тўғри келмаганлиги сабабли туман марказий шифохонасида даволанишга имкониятим бўлмади. Сўнгга, қишлоқ врачлик пунктига келиб, Зарифа опага учрашдим. Улар кундузги стационарда ётиб даволанишимни айтдилар. Хуллас, муолажа ишлари бошлаб юборилди. 4-5 кун деганда оғриқларим аста-секинлик билан кета бошлади. Айниқса, тажрибали шифокор ва ҳамшираларнинг меҳрибонликлари, ўз касбларига бўлган иштиёқлари тезда соғайиб кетишимга сабаб бўлди. Ундан ташқари, муассасадаги шароитларнинг борлиги, тоза-озодлиги инсон бахри-дилини очади. Шуни алоҳида айтишим керакки, физиотерапиядаги ҳамшираларнинг чақонлиги, хушёрлиги, меҳнатсеварлигидан жуда мамнун бўлдим. Хурсандлигимнинг чеки йўқ. Чунки, қишлоқ врачлик пунктида даволанишим оиламдаги иқтисодий харажатларимни тежашга ва узоғимни яқин қилганлигини кўриб, ана шундай тиббиёт муассасалари борлигидан фахрланиб кетдим.

Мен ушбу қишлоқ врачлик пунктининг барча ходимларига ўз миннатдорчилигини билдирмаман. Уларнинг беғубор қалблари ҳеч қачон гап, сеҳрли қўллари эса дард кўрмасин. Агар шоир бўлганимда эди, шу каби ажайиб инсонлар тўғрисида дostonлар битган бўлар эдим.

Дилоромхон МАМАДАЛИЕВА,
Андижон вилояти, Гумбаз маҳалласи.



— Мақсадимиз аҳолига сифатли тиббий хизмат кўрсатиш. Бунинг учун аввало ламбор, қишлоқ врачлик пунктида мавжуд шароитларни юзага келтириш ва малакали кадрлар билан таъминлаш ҳамда моддий-техник базасини бойитишдир. Шундай экан, бугунги кунда давр талаб қилганидек, барча имкониятларга эга бўлдик, 2005 йилнинг январь ойидан бўён ҳудуддаги 10603 нафар аҳолига малакали хизмат кўрсатиб келмоқдамиз, — дейди КВП мудираси Зарифа Ёкубова.

кенгрок кириб боришга муяссар бўлди. Айниқса, бу ўринда ҳамширалар меҳнатини алоҳида таъкидламоқчиман. Улар ўзларига бериқтилган кичик ҳудудларда бўлишиб, оилаларга касалликлар тўғрисида батафсил маълумотлар бериб, уларнинг олдини олиш ҳамда керакли даво муолажаларини ўз вақтида қабул қилишлари хусусида тушунтириш ишлари олиб борадилар. Ундан ташқари, айрим касалликлар

бўйича назоратда турган беморлар ва ногиронларга ўша ернинг ўзида амалий ёрдам кўрсатадилар. Бироқ айрим касалликларнинг авж олиши аҳоли соғлиғига жиддий таъсир кўрсатади. Ваҳоланки, туғиш ёшидаги аёллар ҳамда болалар ўртасида камқонлик, бўқоқ сингари касалликлар ортиб бораётганлиги барчамизни ташвишга солади. Шу билан бирга катта ёшдаги одамлар орасида қон босимининг

ошиши, сурункали пиелонефрит (бўйрак етишмовчилиги) ва юрак инфаркти билан боғлиқ бўлган хасталиклар учраётганлиги ҳам шифокорларларни ўз устидарида тинимсиз меҳнат қилишлари кераклигини такозо этмоқда. Уйлайманки, бу борада қилинажак ишлар ўзининг муайян натижаларини бериб, халқ саломатлигини мустаҳкамлашда асосий пойдевор бўлиб хизмат қилади, — дейди суҳбат чоғида КВП мудираси Зарифа Ёкубова.



Реализация проектов и мероприятий по защите материнства и детства, укрепление здоровья матери и ребёнка, улучшение репродуктивного здоровья, повышение медицинской культуры и оздоровление образа жизни в семье, обеспечение рождения и воспитания физически крепких и гармонично развитых детей.

Государственная программа «Год здоровья».



- Наш центр начал свою деятельность в 2002 году. Он состоит из 125 коек и таких отделов, как акушерство, патология новорожденных, детской и взрослой реанимации, неонатальной хирургии, приёмного отделения, лаборатории. Здесь работают самые высококвалифицированные врачи республики, имеющие звания докторов и кандидатов медицинских наук, которые беспрерывно трудятся над собой, повышают свои знания.

За последние 8 месяцев специалистами центра было принято более 2000 родов.

Особенной ответственностью в работе отличаются такие специалисты, как заведующая отделом гинекологии Мирзимова Ходия Исахановна, заведующий родзалом Низамудинов Камиллиддин Зиявуддинович, заведующий реанимационным отделением взрослых Таран Сергей Кимович.

Одной из самых сложных по своей специфике считается область неонатологии. Это работа с новорожденными. Порой и для матери бывает трудно понять, почему плачет малыш, а неонатологи обяза-

Персонал нашего центра занимается не только лечением различных патологий среди новорожденных, но также проводит беседы с родителями о профилактике заболеваний, роли ранней диагностики и предупреждении разных осложнений.

Но, к сожалению, не все представители молодого поколения уделяют внимание своему здоровью. По всей республике действуют специализированные центры, поликлиники и больницы, где можно проверить и укрепить здоровье. Но молодежь обращается к врачам очень редко. Недаром говорится, что легче предотвратить заболевание, чем лечить его. В последнее время все чаще наблюдаются симптомы преэклампсии, хронического пиелонефрита, случаи заболеваний острым бронхитом и острой почечной недостаточнос-

Восход. Первые лучи солнца освещают небосклон. Начинается новый день. А для кого-то этот день становится самым первым в жизни. Рождение ребёнка, подобно новому дню, такое же прекрасное событие, как и восход солнца. Ведь появление на свет малыша - это продолжение рода и ещё одна частица надежды на светлое будущее.

В узбекских семьях есть старый обычай: с рождением дочери, мать начинает собирать приданое, чтоб та в будущем была завидной невестой. А если в семье рождается сын (продолжатель рода), отец сажает молодое дерево (тополь), для того, чтобы он рос вместе с малышом, и когда придёт время создать семью, с благословения родителей и старейшин дерево срубают и используют для стройки дома молодой семьи.

Итак, хочу напомнить, что только здоровое поколение построит светлое будущее. Именно рождению и воспитанию здоровых людей уделяется огромное внимание как в нашей республике, так и во всем мире. А самая большая ответственность за сохранение здоровья новорожденного и матери возлагается на гинекологов, акушеров и неонатологов.

Хорошо осознавая всю ответственность, персонал Республиканского перинатального центра Министерства здравоохранения Республики Узбекистан постоянно находится на страже здоровья материнства и детства. В разговоре с директором перинатального центра, Заслуженным врачом республики Узбекистан, кандидатом медицинских наук Любчик Аделиной Семеновной мы подробно ознакомились с его работой.

не только в столице, но и в вилоях республики действуют как медицинские центры, так и спортивно-оздоровительные комплексы. И все это для одной цели, - возведению пути к здоровому будущему.

Хотелось бы ещё раз обратиться к молодым людям, стоящим у порога создания новой семьи. Берегите здоровье, ведите правильный образ жизни. Только от здоровых родителей на свет появляются здоровые дети.

Оценивая ситуацию с точки зрения журналиста, я пришла к выводу, что здоровье молодого поколения находится в руках их родителей. Недаром правительство Республики Уз-



БУДУЩЕЕ - ЗДОРОВОМУ ПОКОЛЕНИЮ



ны выяснить причину и устранить ее. Для профилактики и предотвращения заболеваний врач-неонатолог должен иметь обширные знания и владеть большим опытом. Такими специалистами считаются врач-неонатолог Анкудинова Анна Григорьевна, заведующая отделением неонатальной реанимации Даминова Гуля Уркуновна.

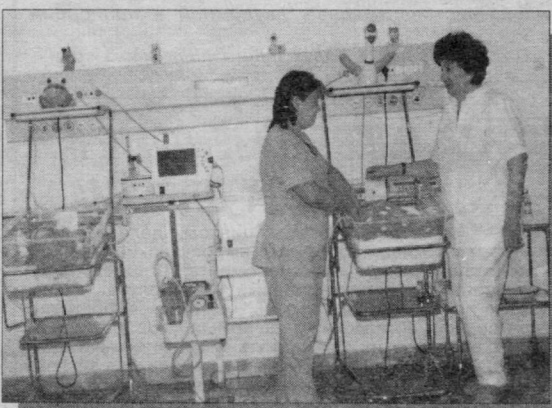
Следует отметить, что на сегодняшний день из-за неправильного образа жизни, проблем, связанных с экологией, порой регистрируются случаи рождения детей с аномальными развитиями, с отклонениями умственной деятельности.

тью у беременных женщин, что сказывается на здоровье младенцев. Пользуясь случаем, я хочу обратиться к родителям: как только ваши дети создадут молодую семью, их надо учить здоровому образу жизни. Каждые полгода надо быть на приеме у врача. Осуществляя все эти действия можно избежать смертных случаев материнства и детства.

На сегодняшний день радует то, что

бекистан обращает большое внимание на защиту своего народа. Особенно трепетно оно бережет молодых матерей. Ведь молодые матери нуждаются в постоянной опеке и внимании. С какой добротой и вниманием мы ухаживаем за молодым деревцем, с такой же щедростью оно одаривает нас своими плодами. От здоровой матери на свет рождается здоровый малыш. Именно эта идея является главной движущей силой в здравоохранении страны. Если этой идеи будет придерживаться каждая семья, то есть каждая ячейка нашей страны, то будет легче осуществлять планы по воспитанию нового поколения.

Для того, чтобы растущее поколение с детства осознало это и заботилось о своем здо-



ровье, должен быть наставник, указывающий ему правильный путь. Именно поэтому в каждой школе, лицее и в высших учебных заведениях разработаны специальные программы для работы с молодежью. Эти мероприятия

должны проводиться не только в столичных учреждениях, но и в областных филиалах. Насколько хорошо мы будем уделять внимание своему здоровью, настолько эффективнее будут идти работы по строительству сильного демократического общества.

Объединим все свои силы для нашего общего блага!

Подводя итог беседе, коллектив газеты «Узбекистонда sogliqni saqlash - Здравоохранение Узбекистана» желает Республиканскому перинатальному центру больших успехов в работе. И пусть в нашей республике рождаются здоровые дети, которые внесут свою лепту в будущее страны!

Беседовала Ирода ИЛХОМОВА.



Объявление

Бюро по реализации грантового проекта «Расширение противодействия малярии в Узбекистане: фокус на уязвимом населении, 2005-2009 гг.» №UZB-405-G02-M, финансируемого Глобальным Фондом для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией объявляет отборочный тур научно-прикладных исследовательских работ в области малярии и борьбы с ней. По итогам конкурса будут отобраны два научно-прикладных проекта.

Обращаться по телефону: 120-32-93, 120-32-94 ежедневно с 10.00 до 18.00 часов, кроме субботы и воскресения.

E-mail: malproject@tps.uz.

Адрес: 700097 г. Ташкент, ул. Халклар дустлиги, 46. Республиканский центр государственного санитарно-эпидемиологического надзора Минздрава Республики Узбекистан.

Бюро по реализации проекта, 2 этаж.

Окончательный срок подачи заявок - 1 месяц со дня публикации объявления.

Эълон

ОИТС, сил ва безгакка қарши курашиш учун Глобал жамғармаси томонидан қўллаб-қувватланаётган: «Ўзбекистонда 2005-2009 йилларда безгак билан касалланиш хавфи юқори бўлган аҳолига қаратилган қаракатни кенгайтириш» №UZB-405-G02-M лойиҳасини амалга ошириш бюроси безгак ва унга қарши курашиш йўналишида илмий-амалий тадқиқот ишлари бўйича танлов эълон қилади.

Танлов натижалари бўйича 2 та лойиҳага грант ажратилади.

Мурожаат учун телефонлар: 120-32-93, 120-32-94.

Қар куни соат 10.00 дан 18.00 гача, шанба ва якшанба кунларидан ташқари.

E-mail: malproject@tps.uz.

Манзил: 700097 Ташкент ш., Халқлар дўстлиги кўчаси, 46, Ўзбекистон Республикаси Давлат санитария-эпидемиология назорат маркази, Безгакка қарши Глобал жамғармасининг лойиҳасини амалга ошириш бюроси (2-қават).

Аризани қабул қилиш муддати эълон чоп этилган санадан бошлаб 1 ой.

ФИТОРЕЦЕНТЫ

Среди лекарственных растений есть отличные антиоксиданты.

Заварите и почаще пейте чай из смеси:

* плодов шиповника и ягод черной смородины, взятых в равных долях;

* листьев чайного дерева, малины обыкновенной, ежевики обыкновенной, взятых в пропорции 2:1:1;

* плодов шиповника ягод черной смородины, листьев крапивы двудомной, корня моркови посевной в пропорции 3:1:3:3;

* листьев земляники лесной, плодов рябины черноплодной, шиповника ягод черной смородины, облепихи, взятых в пропорции 4:5:5:3.

Чтобы приготовить витаминные настои, столовую ложку смеси заварите двумя стаканами кипятка, кипятите 10 минут, настаивайте 4 часа в плотно закрытой посуде в прохладном месте, процедите. Принимайте по 1/2 стакана 2-3 раза в день. Вот несколько рецептов сборов.

* Плоды шиповника коричневого и рябины обыкновенной в равных пропорциях.

* Лист крапивы двудомной и ягоды рябины обыкновенной, взятые в пропорции 3:7.

* Плоды шиповника коричневого, брусники обыкновенной, листьев крапивы двудомной в пропорции 1:1:3.

* Взятые в равных долях плоды шиповника коричневого и брусники обыкновенной.



ТЫКВЕННЫЕ СЕМЕЧКИ — ПИЦА ДЛЯ УМА

Пицца, богатая цинком, делает детей умнее, сообщают американские ученые.

Дети, которые во время эксперимента 10 недель пили обогащенный цинком фруктовый сок, получая таким образом по 20 мг цинка в день, быстрее соображали, лучше решали логические задачи и дольше удерживали внимание, чем их сверстники. Рекомендуемая сейчас суточная доза цинка в 10 мг не дает такого эффекта. Результаты исследования могут стать основанием для пересмотра рекомендуемой нормы. Дефицит цинка — распространенное явление. Из продуктов питания наиболее богаты цинком тыквенные семечки.

Подготовила Нигора УЗАКОВА.

ИНГЛИЗ ТИЛИНИ БИЛАСИЗМИ?

Азиз муштари, тахририятимизга сиздан турли хатлар ва илтимослар келиб турибди. Бундай эътибор ва газета-мизнинг ривож учун сизнинг ҳам қаракатларингизни қўриб, ниҳоятда қувонамиз.

Маълумки, «Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш — Здравоохранение Узбекистана» газетаси нафақат юртимизда фаолият олиб бораётган шифокорлар, балки бу соҳа сир-асрорларини ўрганишни ўзига мақсад қилиб олган ёшларимизнинг кенг оммаси учун мўлжалланган. Айнан ана шу ёшларимиздан биз кўплаб миннатдорчилик хатларини қабул қилдик.

Тиббиёт соҳасидаги ютуқлардан хабардор бўлиб туриш ҳар бир шифокорнинг масъулиятидир. Энг янги маълумотларни биз нафақат бадий адабиётлардан, балки Интернет тармоғидан ҳам олишимиз мумкин. Бунинг учун эса, нафақат ўзбек ва рус тилларини, балки интернет тили бўлмиш инглиз тилини ҳам муккамал билмок даркор. Шу билан бир қаторда кўпгина шифокорларимизнинг хузурига хорижлик сайёҳлар, меҳмонлар ташиф-букорадилар. Улар билан суҳбатлашиш учун чет тилидан хабардор бўлиш зарур. Шунинг учун газетамизнинг бу сонидан бошлаб тиббиётда қўлланиладиган ибораларнинг инглиз, ўзбек ва рус тилларидаги вариантларини бериб ўтамиз. Умид қиламизки, бу билимлар сизнинг иш фаолиятингизда ўз самарасини беради.

Health — саломатлик — до-ровье.

I don't feel well — менинг мазам йўқ — я себя плохо чувствую.

I have a headache (a backache, a stomachache, an



earache) — менинг бошим (белим, ошқозоним, қулоғим) огрипти — у меня болит голова, поясница, желудок, ухо.

My nose is running — мен тумовман — у меня насморк.

I feel stiff — этим увушиб кетяпти — у меня озноб.

I feel hot — иситмам борга ўхшайди — я чувствую, что у меня температура.

Ирода ИЛҲОМОВА тайёрлади.

О ПОЛЬЗЕ ТРАВ

Мы часто сталкиваемся с проблемой недержания мочи у детей. Хорошим способом в лечении этого недуга может послужить настой из листьев брусники и зверобоя. Нужно заварить по две ложки смеси на два стакана кипятка, процедить и давать ребенку по 50мл три раза в день.

РЕДЬКА — ВРАГ ПРОСТУДЫ

С наступлением осени нас все больше начинает беспокоить простуда. Как можно вылечить простуду или как проводить профилактические работы? При кашле и простуде очень хорошо помогает обыкновенный плод редьки. Редьку следует натереть на терке, выжать сок и перемешать с одной чайной ложкой меда. Также эффективно употребление плодов редь-

Лечебница природы

ки в салате. Мякоть нужно протереть на терке и смешать с мелко нарезанной морковью и заправить растительным маслом.

«АПЕЛЬСИНОВАЯ» — СОВЕТ ЙОГОВ

По мнению йогов, самое лучшее средство в борьбе с простудой и друг в укреплении иммунитета — апельсин. Каждое утро натощак нужно съедать по одному апельсину. А лучший эффект даёт запеченный апельсин. А как нужно правильно приготовить его, чтобы все полезные витамины и микроэлементы остались в плоде? Апельсин вымыть, поделить на 5-6 долек и запечь в духовке до легкого почернения мякоти. Рекомендуется не есть до полудня, а пить только кипяченую воду. Нужно проводить это две недели и делать перерыв.

ЭФФЕКТ ХРЕНА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИИ

А для больных диабетом и людей, страдающих почечными коликами, тоже имеется совет. Хрен нужно натереть на терке, затем добавить немного меда и принимать по пол чайной ложки утром и вечером. Хрен также полезен в качестве горчичного средства. То есть на бумажную салфетку наложить твердый хрен, свернуть в виде конверта и компресс готов. Если у человека гастрит или заболевание почек, хреном пользоваться не советуем.

Итак, надеемся, что наши советы вам помогут в лечении и профилактике различных заболеваний. Желаем всем крепкого здоровья!

Bosh muharrir:
Po'lat MIRPO'LATOV.
Ijrochi muharrir:
Ibodot SOATOVA.

Tahrir hay'ati raisi: F. NAZIROV.

Tahrir hay'ati a'zolari: B. ARIPOV (Bosh muharrir o'rinbosari), B. ALIMOV, G. ISLOMOVA, O. MIRTAYAYEV, O. MUHITDINOVA, M. MIRALIYEV (Bosh muharrir o'rinbosari), B. NIYAZMATOV, F. OQILOV, N. OTABEKOV, X. RABBANAYEV, R. SOLIXOJAYEVA, N. TOLIPOV, M. TURUMBETOVA, A. UBAYDULLAYEV, F. FUZAYLOV, N. SHARPOV.

Manzilmiz: 700060, Toshkent, Oxunboboev ko'chasi, 30-uy, 2-qavat. Tel/faks: 133-57-73; tel. 133-13-22. Gazeta O'zbekiston Respublikasi Matbuot va axborot agentligida 2003-yilning 17-noyabr kuni ro'yxatga olingan, guvohnoma raqami 211. Adadi 9.250 nusxa. O'zbek va rus tillarida chop etiladi. Haftaning seshanba kunlari chiqadi. Maqolalar ko'chirib bosilganda O'zbekistonda sog'liqni saqlashdan olindi deb ko'rsatilishi shart. Buyurtma F-953.

Gazeta «SHARQ» nashriyot-matbaa aksiyadorlik kompaniyasi boshmaxonasida chop etiladi. Korxona manzili: Toshkent shahri, Buyuk Turon ko'chasi, 41. Hajmi 2 bosma tahoq. Format A3. Ofset usulida bosilgan. Gazeta IBM kompyuterida terildi va sahifalandi. E'lon va bildiruvlardagi fakt hamda dalillarining to'g'riligi ushuni reklama va e'lon beruvchilar mas'uldir.

Sahifalovchi: Bastiyor OQ'SHOQOV.
Boshmaxonaga topshirish vaqti 19.00.

Gazeta muassisi:

O'zbekiston
Respublikasi
Sog'liqni saqlash
vazirligi

O'ZBEKISTONDA SOG'LIQNI SAQOLASH ЗДРАВООХРАНЕНИЕ УЗБЕКИСТАНА

Tibbiyotning oliy
maqsadi — inson
salomatligiga
erishishdir.

Высшее благо
медицины —
здоровье.



❖ Gazeta 1995-yil oktabr oyidan chiqqa boshlagan. ❖ № 41 (453) 2005-yil 18-24 oktabr ❖ Seshanba kunlari chiqadi. ❖ Sotuvda erkin narxda.

ТИЛГА ЭЪЗОЗ — ЮРТ ИСТИҚБОЛИ ВА КЕЛАЖАК ФАРОВОНЛИГИДИР

Тил — бу миллат кийфаси, юртларнинг ўзаро тотувлик риштаси, келажакнинг узок манзилли қарвонидир. Дарҳақиқат, она тилимизнинг ҳаётимиз замирида қайта кўз очиши тарих саҳифаларида унутилмас из, ўтмишнинг ёрқин хотираларидан акс-садо қолдирди. Чунки, миллий ўзликни англаш, бевосита миллий тилимизнинг асл кийфасини яратишга, ота-боболаримизнинг азалий орзуларига эришиш ва мустақиллигимизни асрашга бўлган даъватни муҳом эслаб келарди.

1989 йил 21 октябрь. Бу тарихий сана неча-неча юртдошларимизнинг қувончи кўз ёши ва бахтли онларига сабаб бўлди. Ҳеч бир эл йўқки, у ўзининг миллий тили ва ва эътиқодига эга бўлмаса. Ўзбек халқи ҳам ана шундай асрлар оша курашиб келган мақсадли орзуларига ўша дақиқалардаёқ эришгандек эди. Бугун бу қутлуғ санага 16 йил тўлди. Вақт-ни қарангки, бир зумда она тилимиз тараққий этиб, эркин мулоқот ва мустақиллигимизнинг буюк наҳидасига айланди. Авваллари 70 йиллик мустақил тузум даврида тилимизга бўлган эътибор ва муносабат буткул кийфадан чиққанлигини қўриб ачинардик. Аксариат ишлар, китоблар, мақолалар рус ёки бошқа тилларда чоп этилар, оқибатда эса халқнинг ўз она тилидан узоклашув ҳолати катта бир муаммо-

ни келтириб чиқарди. Оллоҳқа шўқри, бугун биз қайсидир маънода бу огриқли саволларимизга жавоб топгандекмиз.

Она тилимиз энди шиддат билан дунё бўйлаб ўсмоқда. Ўзбек тили ўзбек халқининг фахри ва ифтихорига айланмоқда. Буюк шоиримиз: «Она тилиси мавжуд бўлмаган эл, гўё тўти мисол оддийгина қушнинг ўзидир», дея қаламга олади. Мана шу сўзлар замирида бехиётёр инсон тақдирининг аянчили қисмати уйғун ётади. Сўз эркинлиги, мустақил фикр ва фаровон ҳаёт айнан миллий тилимизнинг муҳим пойдевори асосида доим қадрланади. Нафакат 21 октябрь тилимизга эътибор, балки бу ҳурмат ва муносабат йил бўйи қўндалик юмушларимиз қатори бизнинг бош мақсадларимиздан бирига айланиб қолиши зарурдир.

Намоз ТОЛИПОВ.

**Келгуси
сонда
газетанинг
10 йиллик
юбилейига**



**бағишланган
мақолалар билан
танишасиз.**

ОБУНА — 2006

**Азиз шифокорлар, ҳамширалар, эъиллар
ва барча муштарийлар эътиборига!**

Тиббиётдаги янгиликлар билан қадам-бақадам одимлашингизда Сизга мадад бўлишни ўз олдиға мақсад қилиб қўйган

«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш —
Здравоохранение Узбекистана» газетасига
2006 йил учун обуна мавсуми бошланди.
Буни унутманг! Нашр индексимиз: 128.



МУҲИМ МАСАЛАГА ДОИР

Куни кеча Соғлиқни сақлаш вазирлигининг мажлислар залида Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2003 йил 25 августдаги 365-сонли «Никоҳланувчи шахсларни тиббий кўрикдан ўтказиш тўғрисида»ги Низомининг бажарилиши бўйича Қорақалпоғистон Республикаси Соғлиқни сақлаш ва адлия вазирликлари, Тошкент шаҳар соғлиқни сақлаш Бош бошқармаси, вилоятларнинг соғлиқни сақлаш ва адлия бошқармаларининг мутасадди раҳбарлари иштирокида семинар бўлиб ўтди.

Мазкур семинарни соғлиқни сақлаш вазири ўринбосари А. Комилов кириш сўзи билан очиб, республикада «Никоҳланувчи шахсларни тиббий кўрикдан ўтказиш тўғрисида»ги Низомнинг мазмун ва моҳияти тўғрисида гапириб, унинг бугунги кунда қай даражада бажарилаётганлиги ҳамда самараси ҳусусида алоҳида тўхталди. Адлия вазирлигининг ўринбосари Э. Канъязов сўзга чиқиб, ушбу Низомнинг мақсади келгуси авлоднинг соғлом дунёға келиши, аёллар соғлигини мустаҳкамлаш ва оиланинг тиббий маданият даражасини оширишдан иборат эканлигини айтиб, бу борада барча мутасадди раҳбарлар ҳамкорликда фаолият олиб боришлари мақсадга мувофиқ бўлишини ўз сўзида баён этди.

Айниқса, Вазирлар Маҳкамасининг «Соғлом авлод, аёллар соғлигини мустаҳкамлаш ва оиланинг тиббий маданияти даражасини ошириш масалалари бўйича доимий ишловчи ҳукумат комиссияси» қотибаси Н. Туреева республика бўйича Низомнинг бажарилиши ва унинг натижалари тўғрисида, республика миқёсида ушбу Низомнинг айрим жойларда қониқарсиз даражада бажарилаёт-

ганлиги ва никоҳланувчи шахсларнинг тиббий кўрикдан ўтиши таниш-билиш, сохта йўللар орқали ҳамда шифоликлада «Никоҳланувчи шахсларни тиббий кўрикдан ўтказиш тўғрисида»ги Низомнинг мазмун ва моҳияти тўғрисида гапириб, унинг бугунги кунда қай даражада бажарилаётганлиги ҳамда самараси ҳусусида алоҳида тўхталди. Адлия вазирлигининг ўринбосари Э. Канъязов сўзга чиқиб, ушбу Низомнинг мақсади келгуси авлоднинг соғлом дунёға келиши, аёллар соғлигини мустаҳкамлаш ва оиланинг тиббий маданият даражасини оширишдан иборат эканлигини айтиб, бу борада барча мутасадди раҳбарлар ҳамкорликда фаолият олиб боришлари мақсадга мувофиқ бўлишини ўз сўзида баён этди.

Адлия вазирлигининг нота-риат, ФХДё ва адвокатура бошқармаси бошлиғи муовини И. Юсубжонов, Қорақалпоғистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигининг ўринбосари Н. Айтжанова, Қорақалпоғистон Республикаси Адлия вазирлиги ходими К. Аллашова ва Тошкент шаҳар ҳокимияти қошидаги «Тошкент оиласи» ахборот марказининг раҳбари И. Файзиевлар Ни-

зомнинг ФХДё бўлимлари томонидан ижроси, талабларининг бажарилиши ҳамда маҳалла ва хотин-қизлар қўмиталарининг ўрни тўғрисида батафсил тўхталди.

Таъкидлаш жоизки, Қорақалпоғистон Республикаси-дан иштирок этган вакиллар олдиларида муаммо бўлиб турган масалани ўртага ташладилар. Ушбу республикада ёш келин-куёвлар оила қуришдан олдин ўз удумлари бўйича иш кўришлари, натижада маълум бир муддатдан сўнг тиббий кўрик ва никоҳдан ўтишлари сабабли носоглом оила ва фарзандларнинг дунёға келиши барчани ташвишга солаётганлигини маълум қилдилар.

Семинар сўнггида иштирокчилар оқорида ўз фикрларини билдирган мутахассисларга олдиларида муаммо бўлиб турган ва ўзларини қизиқтирган саволларни бўйича мунозаҳат этдилар. Ўртага ташланган тақлифларнинг ҳамкорликда бажарилиши кўзда тутилди.

Шуни алоҳида қайд этиш керакки, ҳақиқатан ҳам кейинги пайтларда никоҳланувчи шахсларни тиббий кўрикдан ўтказиш ишларида низоҳатда сусткашликка йўл қўйилаётганлиги, тиббиёт ходимларининг ўз ишларига совуққонлик билан ёндашаётганлиги ҳамда ФХДё ходимлари томонидан Низомнинг талабларига зид равишда иш олиб борилаётганлиги албатта ачинарли ҳолдир. Чунки, соғлом оиладан соғлом фарзанд дунёға келсагина, келажакимиз порлоқ бўлишига шубҳа йўқ.

Ибодат СОАТОВА.

Бугуннинг мавзуси

ЁШ ОИЛАЛАРНИНГ САЛОМАТЛИГИ ЙЎЛИДА ҚАЙҒУРИБ

Хусусан, тизимнинг меъёрий-ҳуқуқий базаси такомиллаштирилди, шошилиш тиббий ёрдамнинг мутлақо янги ва бир бутун тизими ташкил этилди, аҳолига бирламчи тиббий санитария ёрдами кўрсатиш тизими ихчамлаштирилди ва қишлоқ врачлик пунктларининг самарали кенг тармоғи ташкил этилди ҳамда умумий амалиёт шифокорлари халқимизга яқиндан ёрдам кўрсатадиган бўлди.

Давлат дастурининг устивор йўналишларидан бири оналик ва болаликни муҳофаза қилишдир. Аҳолининг репродуктив саломатлигини муҳофаза қилиш, она ва бола скрининг Давлат тизимини янада ривожлантириш, узлуксиз таълим тизимини такомиллаштириш, мутахасссларнинг малакасини ошириш, репродуктив соғлиқни муҳофаза қилиш соҳасида аҳоли билим даражасини ошириш ва тиббий маданиятини яхшилаш, болалар ва туғруқ муассасаларининг моддий-техник базасини мустаҳкамлаш ушбу дастурларнинг асоси ҳисобланади.

Мустаҳкам ва соғлом оилани шакллантириш, соғлом ва етук авлодни вояга етказиш жараёнига мустақилликнинг дастлабки йиллариданоқ алоҳида аҳамият берилмоқда ва бу тадбирлар мамлакатимиз раҳбарияти, бутун жамоатчилик назорати ва иштирокида амалга оширилмоқда.

Соғлиқни сақлаш вазирлиги аёлларнинг репродуктив саломатлиги, соғлом бола туғилиш ва тарбиялашни яхшилаш бўйича Жаҳон Соғлиқни Сақлаш Ташкили, ЮНИСЕФ, ЮНФПА, ЮСАИД, СДС, Хелспром, Здравплус ва бошқа халқаро ташкилотлар билан ҳамкорликда «Бехатар оналик»,

Халқ саломатлигини муҳофаза қилиш ҳамиша ҳукуватимизнинг асосий вазифаларидан бири бўлиб келган.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 1998 йилдаги «Соғлиқни сақлаш тизимини ислоҳ қилиш Давлат дастури тўғрисида»ги ҳамда 2003 йилдаги «Соғлиқни сақлаш тизимини янада ислоҳ қилиш Давлат дастури тўғрисида»ги Фармонлари, Вазирлар Маҳкамасининг қатор қарорлари асосида аҳолига кўрсатилаётган тиббий хизмат сифатини ва самарадорлигини оширишга қаратилган ишларда бирмунча ютуқларга эришилмоқда.

«Хавфсиз эмлаш», «Чақалоқларни кўрак сути билан боқишни рағбатлантириш», «Репродуктив саломатлиқни яхшилаш», «Соғлом

Соғлом авлодни вояга етказиш, оилани мустаҳкамлаш, турли туғма касалликлар ва ногиронликнинг олдини олишда, ёш-

тасдиқланган ва унинг асосида Соғлиқни сақлаш ҳамда Адлия вазирликларининг буйруқлари қабул қилинган. Албатта, тиббий

Никоҳланувчи шахсларни тиббий кўрикдан ўтказиш — шарт!

оила», «Болалар касалликларини интегрирлаштирилган усулда даволаш» каби қатор дастурлар амалга оширилмоқда.

Мамлакатимизда биринчи мартаба 2005 йилдан бошлаб Осиё тараққиёт банкнинг «Аёллар ва ўсиб келаётган авлоднинг соғлигини мустаҳкамлаш» дастури амалда кўрсатилмоқда. Бу дастур доирасида 6 та вилоятда туман марказий шифохоналарининг туғруқ бўлимлари ва вилоят туғруқ комплексларининг ҳамда республика миқёсида қон қуйиш станцияларини замонавий асбоб-ускуналар билан жиҳозлаш кўзда тутилган.

ларимизнинг, яъни ёш келин-куёвларимизнинг соғлом бўлишлари катта аҳамиятга эга.

Ушбу мақсадда 2003

2004 йил ва 2005 йилнинг 9 ойи мобайнида 473 минг 645 нафар келин-куёвлар тиббий кўрикдан ўтказилди. Уларнинг 491 нафариди ва 1252 нафариди ОИТС, 136 нафариди тўғилгандаги аниқланган.

Ушбу мақсадда 2003 йилнинг 9 ойи мобайнида 473 минг 645 нафар келин-куёвлар тиббий кўрикдан ўтказилди. Уларнинг 491 нафариди ва 1252 нафариди ОИТС, 136 нафариди тўғилгандаги аниқланган.

кўрикларнинг ўз вақтида ва сифатли ўтказилиши кўплаб туғма касалликларнинг олдини олишда улкан аҳамият касб этади. Шу билан бирга таъкидлаш лозимки, никоҳланувчи шахсларни тиббий кўриқка йўллашда ва тиббий кўрикларни ўтказишда соғлиқни сақлаш муассасалари ва адлия идоралари томонидан камчиликларга ҳам йўл қўйилмоқда.

Соғлом авлод, аёллар соғлигини мустаҳкамлаш ва оилани тиббий маданияти даражасини ошириш масалалари бўйича доимий ишловчи ҳукуват комиссия-

сининг 2005 йил 29 апрелдаги йиғилишининг 12-баёни ижросини таъминлаш мақсадида Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги ҳамда Адлия вазирлигининг 2005 йил 19 июлдаги 4/22-сонли қўшма қарори қабул қилинган.

Қўшма қарорга асосан ҳар иккала вазирлиқнинг мутахасссларидан иборат ишчи гуруҳлари ташкил этилиб, Қорақалпоғистон Республикаси, Тошкент шаҳри, Хоразм, Тошкент, Қашқадарё, Сурхондарё вилоятларида Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2003 йил 25 августдаги «Никоҳланувчи шахсларни тиббий 365-сонли кўрикдан ўтказиш тўғрисида»ги Низомни тасдиқлаш ҳақида»ги Қарорининг бажарилиши ўрганилди.

Бундан асосий мақсад, ушбу қарорни жойларда қай даражада ижро этилиши, йўл қўйилаётган камчилик ва муаммоларни ўрганиб чиқиш ҳамда уларни бартараф этиш йўллари белгиланган иборатдир. Вазирлигимизда ўтказилган мазкур семинарда Республика Бош Прокуратураси, Адлия вазирлиги, Соғлиқни сақлаш вазирлиги ва унинг жойлардаги идораларининг мутасадди раҳбарлари, «Соғлом авлод учун» жағғармаси, Репродуктив саломатлик маркази, «Тошкент оиласи» ахборот маркази вакиллари иштирок этиб, ўз фикр-мулоҳазаларини билдирдилар. Ўйлаيمانки, ушбу йиғилишимиз ўзининг ижобий натижаларини беради.

Дилфуза КОМИЛОВА,
Республика Соғлиқни сақлаш вазирлигининг
Даволаш-профилактика
ёрдами кўрсатиш Бош
бошқармаси мутахассиси.

ҚОН ҲАЁТ МАНБАИ

Жорий йилнинг 13-14 октябрь кунлари Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги, Гематология ва қон қуйиш илмий-текшириш институти, Саломатлик лойиҳаси, Осиё Тараққиёт Банки ҳамкорлигида «Гематология ва қон хизматининг долзарб муаммолари. Қон қуйиш хизматини такомиллаштириш, қон компонентлари ва унинг препаратлари хавфсизлигини таъминлаш» мавзусида илмий-амалий конференция бўлиб ўтди.

Тадбирда Ўзбекистон Республикаси гематологлари ҳамда қон қуйиш станциялари бош шифокорлари, гематологлар ва трансфузиологлар, терапевтлар, педиатрлар, акушер-гинекологлар, шунингдек, Россия, Қозғоғистон, Туркия ва бошқа мамлакатлардан олимлар иштирок этдилар.

Анжумани Гематология ва қон қуйиш илмий-текшириш институтининг директори Ҳ. Каримов кириш сўзи билан очиб, илмий-амалий конференциянинг асосий мақсади хусусида

тўхталиб ўтди. Соғлиқни сақлаш вазирининг ўринбосари М. Ҳожибеков барча иштирокчиларни мазкур конференция билан қўлаб, соғлиқни сақлаш тизиминида гематология ва қон хизматининг қандай йўлга қўйилаётганлиги ҳамда амалда бажарилаётган ишлар бора-бора гавитди.

Анжуман давомида мутахассслар томонидан гематология ва қон қуйиш хизматини мукамаллаштиришнинг долзарб масалалари бўйича маърузалар тингланди. Соғлиқни сақлаш тизимининг муҳим муаммолари — популяцияда темир моддаси танқислигини ҳал этишда гематологларнинг эришган ютуқлари, аҳоли ўртасида камқонлиқни пасайтириш мақсадида сайёр вилоятлардаги хавф гуруҳлари ўртасида темир саллементацияси ҳамда уни темир моддаси билан фортификация қилиш дастурлари кенг миқёсда амалга оширилаётгани, институт олимлари лейкозологиянинг келажаки ва қизиқарли йўналиши бўлган — периферик ва киндик қонидан тайёрланган ўзақ ҳужайраларни қуйиш билан шуғулланаётганликлар тўғрисида сўз юритилди.

Анжуман якунида Ўзбекистон гематологлари ва трансфузиологлари Ассоциациясининг Низомни тасдиқланди. Ўзбекистонда гематология ва қон хизматини ривожлантириш бўйича резолюция қабул қилинди.

Н. ТОЛИПОВ.
Суратлар муаллифи:
А. НУРАТДИНОВ.

Маълумки, ҳар йили UNFPA (Бирлашган Миллатлар Ташкилотининг Аҳолишунослик бўйича Жағғармаси) томонидан «Жаҳон аҳолисининг аҳоли» тўғрисидаги ҳисобот нашр этиб келинади. Мана бу йил ҳам ушбу ҳисобот бўйича йиллик умумий аҳоли ўрганиб чиқилиб, 14 октябрь кун «Дедеман» меҳмонхонасида унинг тақдимот маросими бўлиб ўтди.



АҲОЛИ МАНФААТЛАРИ ҲИМОЯСИДА

Ўтказилган «Жаҳон аҳолисининг аҳоли — 2005» мавзусидаги ҳисобот аёл ва эркаклар ҳуқуқлари тенглигини белгиллаган БМТ Низомининг 60 йиллик юбилеи билан уйғун равишда ташкил этилди.

Аҳолишунослик ривожланиш дастурларининг бош мақсади аёллар ва эркаклар тенглигини таъминлашга қўмаклашиш, аёллар ҳақ-ҳуқуқларини кенгайтириш ҳамда аёлларга нисбатан тартиббузарликларнинг барча кўринишларига барҳам бериш, шунингдек, қачон ва нечта фарзанд кўриш масаласини аёлларнинг ўзлари мустақил ҳал қилишлари кераклигини ифода этади.

Тадбирда асосий эътибор репродуктив саломатлик ва аҳолининг барча ҳуқуқлари, имкониятларини кенгайтириш, гендер тенглигини таъминлаш ма-

салаларига қаратилди. Иштирокчилар асосан ҳисоботда кўрсатилган баъзи масалалар хусусида тўхталиб, жумладан, репродуктив саломатлик маълумотлари ва хизматларидан кенгроқ фойдаланишни яхшилаш, замонавий контрацептив моддалардан фойдаланишни таъминлаш, гендер тенглиги ва ҳаққонийлик принципларини ҳимоя қилиш, аёллар саломатлиги, уларнинг ҳуқуқ ва имкониятларини олға суровчи қонунчиликни кучайтириш каби муаммоларни тезроқ ва кенгроқ масштабда бартараф этиш кераклиги тўғрисида таъкидлаб ўтишди.

Ушбу ҳисобот ҳозирги долзарб ва келажақдаги муаммоларни ўз замирида акс эттирганлиги билан характерлидир. Тадбир сўнггида катнашчилар ўзларининг фикр-мулоҳазалари билан иштирок этиб, келгусида қилиниши керак бўлган режалар ҳақида ўзаро келишиб олдилар.



Аллергический ринит - воспалительное заболевание, проявляющееся комплексом симптомов в виде насморка с заложенностью носа, чиханием, зудом, ринореей, отёком слизистой оболочки носа.

Частота 8-21 % общей популяции. Преобладающий возраст начала - до 20 лет.

Факторы риска. Семейная предрасположенность к atopическим заболеваниям (например, аллергический дерматит, бронхиальная астма). Ранний контакт новорожденного (особенно в первые 6 мес.) с аллергенами животных, клещей, пищевыми аллергенами. Курение (в том числе матери во время беременности, наличие курящего в семье).

Классификация. Сезонный аллергический ринит возникает во время цветения растений, выделяющего причинные аллергены. Вместе с аллергическим конъюнктивитом формирует клиническую картину поллиноза. Круглогодичный аллергический ринит характеризуется постоянными или интермиттирующими на протяжении всего года симптомами.

Этиология. Разнообразные аэроаллергены: клещей домашней пыли (*Dermaphagoides farinae*, *D. pteronyssinus*), шерсти и слюны домашних животных (прежде всего кошек, собак), тараканов, спор некоторых видов плесневых грибов, пыльцы растений.

Общие свойства аэроаллергенов. Размер частиц обычно меньше 50 мкм. Обладают малой массой, поэтому длительное время находятся в воздухе во взвешенном состоянии; распространяются ветром (пыльца ветроопыляемых растений). Более тяжёлая пыльца растений, опыляемых насекомыми, не вызывает аллергического ринита. Аллергены попадают в окружающую среду в больших количествах. По составу это обычно белки с Mg 10-40 кД.

Аллергены с сезонным характером распространения. Аллергены пыльцы деревьев (берёза, лещина, клён, вяз, ольха и др.) в средней полосе вызывают симптомы в первой половине апреля и в мае. Аллергены пыльцы трав (мятлик, лисохвост, тимофеевка, овсяница и др.) и культурных злаков (рожь, овёс, пшеница) обуславливают возникновение симптомов в мае и июне. Так как в указанный период обильно «пушит» тополь, сенсибилизацию к пыльце трав часто ошибочно называют *аллергией на тополиный пух*. Аллергены сорных трав (лебеда, полынь) приводят к обострению поллиноза в июле, августе и сентябре. Профиль сезонности для каждого вида пыльцы постоянен, однако количество пыльцы варьирует в зависимости от условий окружающей среды. Начало сезона обострения аллергического ринита может смещаться на 1,5-2 нед. в связи с климатическими особенностями весенне-летнего периода. Споры грибов появляются ранней весной, достигая пика распространённости в апреле и мае, и исчезают после первых заморозков. Клинические наиболее значимы *Alternaria*; *Cladosporium*, *Aspergillus*. Максимальную концентрацию спор наблюдают

при сильном ветре после нескольких дней сырой и дождливой погоды.

Аллергены с круглогодичным характером распространения. Домашняя пыль. Основной антигенный компонент - продукты жизнедеятельности клеща *DERMATOPHAGOIDES pteronyssinus* и *D. farinae*. Аллергены животных - шерсть, эпидермис, компоненты высохшей слюны. Споры грибов, обитающих в домах: *Aspergillus*, *Penicillium*, *Rhizopus*, *Mucor*. Профессиональные аллергены - мука, древесная пыль, ферменты в составе стиральных порошков.

Патогенез. Взаимодействие IgE и аллергена включает каскад процессов в ТкЛ, приводящих к следующим эффектам: выход содержащихся в гранулах медиаторов (гистамина, протеазы). Образование новых (Лт, Пг и ФАТ) провоспалительных медиаторов. Немедленная (15-30 мин.

симый ринит. Повышенный уровень IgE подтверждает диагноз, но концентрация общего IgE увеличена только у 30-40 % больных аллергическим ринитом. **Примечание.** Следует иметь в виду другие вероятные причины повышения уровня IgE - острый период вирусных инфекций, паразитарные заболевания и др. Радиоаллергосорбентный тест. Эозинофилия периферической крови - непосредственный симптом у больных аллергическим ринитом. В окрашенном мазке носового отделяемого в период обострения часто определяют увеличенное количество эозинофилов, однако этот феномен также регистрируют у больных эозинофильным неаллергическим ринитом или гиперпластическим синуситом, а также у здоровых детей в возрасте до 6 мес.

Поверхностная биопсия слизистой оболочки носовой полости

РИНИТ АЛЛЕРГИЧЕСКИЙ

после контакта с аллергеном) симптоматическая реакция переходит в персистирующую (4-8 ч и более) отсроченную реакцию, связанную с инфильтрацией тканей активированными эозинофилами, нейтрофилами и мононуклеарными клетками, а также повреждающими эффектами их продуктов. Медиаторы немедленной и отсроченной реакции оказывают воздействие на окружающие ткани, вызывая клиническую симптоматику: заложенность носа, зуд, чиханье и т.д.

Клиническая картина. Приступы чиханья (15-20 раз подряд), возникающие чаще ранним утром, а также при контакте с виновным аллергеном. Зуд носа, нёба и глотки обычны и может приводить к аллергическому салюту (повторяющееся почёсывание кончика носа в восходящем направлении), часто вызывающему появление поперечной складки на спинке носа. Водянистое носовое отделяемое сочетается с заложенностью носа и затруднением носового дыхания, поэтому дыхание чаще ротовое. Избыточное слезотечение, зуд и болезненные ощущения в глазах часто сопутствуют аллергическому риниту. Потеря обоняния и вкусовых ощущений может быть следствием тяжёлых хронических застойных процессов в слизистой оболочке носа. Иногда развиваются средние отиты и синуситы, обусловленные нарушением дренажа слуховой трубы и околоносовых пазух.

Диагностика. Анамнез. При сезонном аллергическом рините - ежегодные обострения в одно и то же время года, улучшение в дождливую погоду при поллинозе (пыльца прибывает к земле) и ухудшение в солнечные ветреные дни. Обострение симптомов при контакте с аллергенами (например, во время уборки в квартире при аллергии на домашнюю пыль, после посещения подвалов при аллергии на грибы и т.д.). Эффективность элиминации (исчезновение симптомов при прекращении контакта с аллергеном). Проведение кожных проб с соответствующими аллергенами - наилучший метод идентификации Ag, вызывающих IgE-зави-

(амбулаторная процедура, легко выполняемая с помощью одноразовой пластиковой коретки) - базофильная инфильтрация слизистой оболочки и ТкЛ в собственной её пластинке.

Фибриноскопия показана при односторонней заложенности носа, особенно при неэффективности консервативной терапии. В носовой полости обнаруживают водянистый секрет; слизистая оболочка отёчная, бледная или цианотичная. Возможно обнаружение полипов, однако они не типичны для аллергического ринита. Полипоз обычно сочетается с кистозным фиброзом у детей и непереносимостью аспирина в сочетании с бронхиальной астмой у взрослых. Если заложенность вынуждает больного периодически почёсывать нос, то в переднем носовом своде можно обнаружить признаки недавнего кровотечения. Назальные провокационные пробы с аллергенами могут быть информативны у больных с отрицательными результатами кожного тестирования и ПАСТ.

Дифференциальная диагностика. Заложенность носа с умеренной ринореей иногда наблюдают у беременных и больных гипотиреозом. Медикаментозный ринит при приёме гормональных контрацептивов, празозина, пропранолола, клонидина, резерпина, сосудорасширяющих препаратов местного действия. Вазомоторный нейровегетативный ринит. Эозинофильный неаллергический ринит. Инфекционный ринит часто развивается у больных с предшествующим аллергическим ринитом и сопровождается гиперемией слизистой оболочки носа, густым носовым отделяемым, болью в горле, шейной лимфаденопатией и умеренной лихорадкой. Хронический инфекционный ринит может сочетаться с бронхоэктатической болезнью и обратным расположением внутренних органов (триада Картагенера). Симптомомомомплекс, известный как *аспириновая триада*, включает полипоз носа, непереносимость аспирина и других НПВС и аспириновую бронхиальную астму. Частичное искривление носовой перегородки, способное вызвать назальную обструкцию. Обструкция

Теория и практика

инородным телом - односторонние носовые выделения и неприятный запах. Атрофический ринит. (см. Ринит хронический атрофический).

ЛЕЧЕНИЕ

Диета. Пациентам с аллергией на пыльцу растений показана диета с исключением перекрёстно реагирующих продуктов растительного происхождения (лесные орехи и фундук при аллергии на лещину, яблоки для 50 % пациентов с аллергией на пыльцу берёзы, халву и семечки подсолнуха при аллергии на подсолнух и т.д.).

Специфическая терапия. Элиминация. Обязательно устранение или ограничение контакта с причинным аллергеном. Наиболее эффективна элиминация при аллергии на домашние животные. При сенсибилизации к

оболочке носа, экологически безопасен. Он начинает действовать в течение первых суток после приема и достигает максимальной эффективности на 3-5-й день от начала проведения терапии. Хорошо переносится, побочные эффекты возникают редко. Не вызывает системных побочных эффектов.

* Системное назначение глюкокортикоидов допустимо только в отдельных сложных случаях и только коротковременно.

Меры предосторожности * Антигистаминные средства могут вызывать задержку мочи у мужчин с аденомой и/или гипертрофией предстательной железы, оказывать седативное действие * Адреномиметики при артериальной гипертензии могут вызвать подъём АД * Терфенадин и астемизол противопоказаны при патологии печени и сердца * Противопоказан одновременный приём терфенадина и астемизола с антибиотиками-макролидами и противогрибковыми препаратами (кетоканазол, итраконазол и микоконазол), а также хинидином в связи с возможностью развития желудочковых аритмий.

Хирургическое лечение - пластика носовой перегородки, когда её искривление достаточно существенно, чтобы влиять на результаты медикаментозной терапии.

Осложнения: Синусит. Вторичная инфекция. Носовые кровотечения. Средний отит. Носоглоточная лимфоидная гиперплазия. Побочные эффекты лекарственной терапии.

Сопутствующая патология - прочие IgE-зависимые состояния, наиболее часто - конъюнктивит, а также бронхиальная астма и аллергический дерматит.

Профилактика * Элиминация - большинство пациентов с аллергией на аэроаллергены полностью выздоравливают после устранения контакта с аллергеном * Кондиционирование воздуха и ограниченное пребывание вне помещений в течение периода цветения весьма эффективно у пациентов с пыльцевой аллергией * Обучение пациентов, сенсибилизированных к аллергенам клещей домашней пыли, оптимальным методам поддержания чистоты в доме и устранения этого аллергена * Необходимо ограничить контакт с животными * Следует избегать воздействия раздражителей окружающей среды, например курения, как активного, так и пассивного * Использование специальных противоаллергических покрытий, особенно на матрацах и подушках.

МКБ. J30 Вазомоторный и аллергический ринит.

Примечание. Поллиноз (аллергия пыльцевая, лихорадка сеновая, насморк сеной) - аллергическое заболевание из группы atopий, вызываемое воздействием пыльцы растений; характеризуется воспалительными изменениями, главным образом конъюнктивы и слизистой оболочки ВП.

(Из книги «Медицинские стандарты основных аллергических заболеваний».

Под ред. профессора А. НАЗАРОВА).

(Продолжение следует).

(Продолжение.

Начало в № 31, 33-36).

Мавсумга қараб ҳаракат

Бугунги кунда грип ва юкори нафас йўллариининг ўткир респиратор касалликлари соғлиқни сақлаш тизимининг долзарб муаммоларидан бири бўлиб қолмоқда. Грипп – ўткир юқумли вирусли касаллик бўлиб, юкори нафас йўллариининг зарарланиши ва организмнинг умумий заҳарланиши билан кечади.

Ҳозирги кунда грип вирусининг А, В, С серотиплари маълум бўлиб, бундан ташқари дунёнинг қатор давлатларида ҳозирги кунгача олимлар томонидан тўлиқ ўрганилмаган «атипик пневмония», «парранда гриппи» каби турлари ҳам аниқланмоқда.

Жаҳон Соғлиқни Сақлаш Ташкилотининг маълумотларига кўра, 2005-2006 йилларининг қиш-баҳор ойларида ўткир респиратор касалликлари, грип ва унинг анги турларининг эпидемик тусда тарқалиши кутилмоқда.

Грипп вируслари қуёш нури ва дезинфекция воситалар таъсирида тезгина нобуд бўлади. Ташқи муҳитда 4 соатгача сақланиб қолиши мумкин.

Касаллик манбаи бемор одам бўлиб, касалликнинг иккинчи-учинчи кунларида атрофдагилар учун хавфли бўлади. Грипп вирус бемор акса урганда, йўталганда ташқи муҳитга ажралиб чиқади. Грипп билан касалланган бемор организмдан вирус ажралиб чиқиши касалликнинг 7-10 кунгача давом этади. Соғлом одамга касаллик грип вирус билан

за-
рар-
лан-
ган
ҳаво-
дан
нафас олиш натижасида юқиши мумкин. Одам организмнинг грип вирусига мойиллиги юкори бўлиб, грип касаллиги билан касалланиб ўтгандан кейин организмда турғун бўлмаган қисқа вақтли 1-1,5 йиллик иммунитет ҳосил бўлади. Грипп касаллигига мавсумийлик қиш-баҳор ойларига тўғри келади. Ушбу мавсумда касалликнинг ортисида ташқи муҳит ҳароратининг пасайиши, юкори нафас йўллари яллиғланиши касалликларининг кўплиги, организмдаги витамин танқислиги, хоналардаги одамлар зичлиги сабаб бўлади. Аксарият ҳолларда грип касаллиги билан ёш болалар ва кексалар касалланишлари, касаллик беморларда оғир асоратлар қолдириши мумкин.

Касалликнинг яширин даври (касаллик вирусининг организмга тушиши ва касалликнинг бошланғич аломатлари пайдо бўлгунча ўтган давр) бир неча соатдан 1-2 кунгача давом этади. Касаллик эт увишиши, тана ҳароратининг (39-40°C гача) кўтарилиши, бош оғриги, мушаклардаги оғриқлар билан бошланади. Кейинчалик танглай муртакларининг қизариши, бош айланиши, кўнгил айнаши, уйқунинг бузилиши, бурун битиши, оғрикли йўтал кузатилади. Бу ҳолат 2-7 кунгача давом этиб, касалликнинг охириги кунларида бемор ўзини яхши ҳис қила бошлайди. Касалликнинг энг хавфли асоратларидан бири зотилжам, менингит ва менингоэнцефалитдир.

Юкорида айтиб ўтилган тавсияларимизга риоя қилинса ҳар бимизми грип касаллигининг олдини олишда ўз ҳиссамизни қўшган бўламиз.

А. НУРМАТОВ.
Республика Давлат санитария-эпидемиология назорат маркази эпидемиолог ва касалликнинг яширин даври (касаллик вирусининг организмга тушиши ва касалликнинг бошланғич аломатлари пайдо бўлгунча ўтган давр) бир неча соатдан 1-2 кунгача давом этади. Касаллик эт увишиши, тана ҳароратининг (39-40°C гача) кўтарилиши, бош оғриги, мушаклардаги оғриқлар билан бошланади. Кейинчалик танглай муртакларининг қизариши, бош айланиши, кўнгил айнаши, уйқунинг бузилиши, бурун битиши, оғрикли йўтал кузатилади. Бу ҳолат 2-7 кунгача давом этиб, касалликнинг охириги кунларида бемор ўзини яхши ҳис қила бошлайди. Касалликнинг энг хавфли асоратларидан бири зотилжам, менингит ва менингоэнцефалитдир.

Юкорида қайд этилганларни инобатга олиб, республика аҳолиси ўртасида 2004-2005 қиш-баҳор мавсумида

юкори нафас йўллариининг ўткир респиратор вирусли касалликлари ва грип буйича эпидемик барқарорлиқни таъминлаш, республика ҳудудида атипик пневмония, парранда гриппи ва шунга ўхшаш касалликларнинг четдан кириб келиши ва тарқалишининг олдини олиш мақсадида Ўзбекистон Республикаси Бош Давлат санитария врачининг 12 август 2005 йилдаги 50-сонли қарори тасдиқланиб барча мутасадди вазирликлар, қўмиталар ва ташкилотларга юборилган.

Кейинги йилларда грип касаллигининг мавсумий кўтарилишидан олдин аҳоли орасида эмлаш ишлари ўтказиш яхши натижа бериши мумкин. Эмлаш ишлари «Инфлювак», «Гриппол» ва «Ваксигрипп» вакциналари қўлланилмоқда. Бугунги кунда республикамизда эмлаш ишлари олиб борилмоқда, асосан эмланадиган аҳоли даволаш-профилактика, транспорт, савдо, коммунал хизмат муассасалари, болалар ва қариялар уйларида истиқомат қилувчи аҳоли ҳамда уларга хизмат кўрсатувчи ишчи-хизматчилардир. Ушбу вакциналар билан эмланган аҳолида бир йилгача грип касаллигига қарши иммунитет пайдо бўлади.

Ўқув ва иш хоналарини кунига 3-4 марта 10-15 дақиқадан шомоллатиб туриш, хоналарда дезинфекция моддаларини қўллаган ҳолда намли тозалов ишларини олиб бориш мақсадга мувофиқдир. Эпидемик жихатдан муҳим бўлган ишлаб чиқариш корхоналари, даволаш-профилактика ва ўқув-тарбия муассасаларида, коммунал-маиший хизмат кўрсатиш объектлари ҳамда жамоат транспортларида ишловчи ходимлар 4 қаватли докандан тайёрланган ниқоблар тақиши ва уларни ҳар 2-3 соатда алмаштириб туриши лозим. Агарда беморда гриппнинг асоратсиз энгил кечувчи шакли билан касалланиш кузатилса, уни уй шароитида аллохидалаб шифокор тавсиясига кўра даволанади. Касалликнинг оғир шаклларида, албатта, касалхонага ётқизиш шарт. Уй шароитида хоналарга исирик тутатиш, ош-қўқлар, лимон ва бошқа витаминга бой сабзавот-мевалар истеъмол қилиб туриш грип ва юкори нафас йўллариининг ўткир яллиғланиш касалликларининг олдини олишда яқиндан ёрдам беради.

Юкорида айтиб ўтилган тавсияларимизга риоя қилинса ҳар бимизми грип касаллигининг олдини олишда ўз ҳиссамизни қўшган бўламиз.

А. НУРМАТОВ.
Республика Давлат санитария-эпидемиология назорат маркази эпидемиолог ва касалликнинг яширин даври (касаллик вирусининг организмга тушиши ва касалликнинг бошланғич аломатлари пайдо бўлгунча ўтган давр) бир неча соатдан 1-2 кунгача давом этади. Касаллик эт увишиши, тана ҳароратининг (39-40°C гача) кўтарилиши, бош оғриги, мушаклардаги оғриқлар билан бошланади. Кейинчалик танглай муртакларининг қизариши, бош айланиши, кўнгил айнаши, уйқунинг бузилиши, бурун битиши, оғрикли йўтал кузатилади. Бу ҳолат 2-7 кунгача давом этиб, касалликнинг охириги кунларида бемор ўзини яхши ҳис қила бошлайди. Касалликнинг энг хавфли асоратларидан бири зотилжам, менингит ва менингоэнцефалитдир.

«Ҳамшира — 2005»

ДЎСТОНА БЕЛЛАШУВ

Республикамиз мустақилликка эришгандан сўнг, барча жабҳаларда тўб ўзгаришлар рўй бериб, унутилаётган қадриятларимиз қайта тикланди. Янгидан-янги тадбирлар уюштирилиб, аёнага айланмоқда. Республикамиз микёсида кўтаринки руҳда нишонланаётган «Ўзбекистон кўшиқ байрами», «Энг улуг, энг азиз байрам», «Нихол», «Йилнинг энг яхши шифокори», «Йилнинг энг яхши тиббиёт муассасаси» ва бошқа кўрик-танловлар ана шулар жумласидан. Айниқса, мамлакатимизда фаолият юритаётган ҳамширалар учун «Ҳамшира» кўрик-танловининг аёнага айланганлиги, уларнинг касбларидан ташқари яна қандай қобилиятга эга эканлигини намойён этмоқда. Ҳа, ҳамшира деганда кўз олдимизда оқ халат кийган, қалби ила дили, ҳалати мисол беғубор бўлган инсонлар гавдаланади. Улар нафақат жамиятда, балки оилада ҳам чуқур ҳурмат-иззатга муносибдилар...

Дарвоқе, яқинда Ўзбекистон Республикаси Касаба уюшмалар Федерацияси Кенгаши қурортлар бошқармаси ва Республика тиббиёт ходимларининг Касаба уюшма Федерацияси Кенгаши ҳамкорлигида юртимиздаги жаннатмакон сўхатҳоҳларда меҳнат қилаётган ҳамширалар ўртасидаги «Ҳамшира — 2005» кўрик-танлови пойтахтимизда жойлашган «Чинобод» очик акциядорлик жамиятининг биносида бўлиб ўтди.

Танловни Ўзбекистон Республикаси касаба уюшмалар Федерацияси Кенгаши Қурортлар бошқармаси бошлиғи А. Йўлдошев ва Ўзбекистон Республикаси тиббиёт ходимларининг Касаба уюшма Федерацияси Кенгаши раиси О. Муҳитдиновлар кириш сўзи билан очиб, бугунги кунда барча



шарт, яъни таништирув, назарий, амалий ва уй вазифаси (эркин мавзу) бўйича ўзаро беллашдилар. Бир-биридан чаққон, ҳозиржавоб, меҳрибон қизлар касбий



ҳамшираларнинг олиб бораётган ишлари, дунёнинг ривожланган мамлакатларида ишлаб чиқарилган, замонавий тиббий асбоб-ускуналарда фаолият юритаётган ҳамширалар турғисида ўзларининг фикрларини билдириб, тадбир қатнашчиларига омад тиладилар. Сўнгра, ҳамширалар тўртта

маҳоратлари-ю, мавжуд имкониятларини ишга солиб, нимага қодир эканликларини кўрсата олишди. Мазкур тадбирда ҳамширалар фақат голиблик учун беллашмай, балки, бир-бирлари билан дўстлик ришталарини боғлаб, билим тажрибаларини янада бойитишга муяссар бўлдилар. Шундай қилиб, икки кун да-

вом этган мазкур беллашувнинг ҳаяжонли дамлари етиб келди. Ҳакамлар ҳайъати бирин-кетин ҳамширалар олган умумий баҳоларни ўқиб, эълон қилди. Хуллас, 3-ўринни Наманган вилоятидаги «Косонсой» масъулияти чекланган жамияти сўхатҳоҳининг ҳамшираси Нилуфар Мўйдинова эгаллади. 2-ўринга эса икки нафар ҳамшира, яъни Фарғона вилоятининг «Чимён» масъулияти чекланган жамияти сўхатҳоҳи ҳамшираси Екаторина Жумабоева ва Жиззах вилоятининг «Зомин» сўхатҳоҳи ҳамшираси Махлиё Нарзиқуловалар сазовор бўлишди. Кўрик-танловнинг мутлоқ голиблиги Тошкент шаҳридаги «Чинобод» очик акциядорлик жамияти сўхатҳоҳининг ҳамшираси Камола Азимовага насиб этди.

Тадбир сўнггида голиблик шохсупасидан ўрин олган ҳамширалар Ўзбекистон Республикаси касаба уюшмалар Федерацияси Кенгаши қурортлар бошқармаси ҳамда Ўзбекистон Республикаси тиббиёт ходимлари касаба уюшмалар Федерацияси Кенгаши томонидан қимматбаҳо ва эсдалик совғалар билан тақдирланди.

Холмурод РАББАНАЕВ.
Асен НУРАТДИНОВ
олган суратлар.

Мутахассис маслаҳати

ОГОҲ БЎЛИНГ...

Кейинги пайтда оммавий ахборот воситаларининг маълумотларига кўра, қўпгина мамлакатларда олимлар томонидан тўлиқ ўрганилмаган атипик пневмония ва парранда гриппи бўйича ноҳуш вазият юзага келганлиги ушбу касалликларнинг республикамиз ҳудудида кириб келиш хавфини туғдирмоқда. Бу касаллик Япония, Хитой, Вьетнам ва Покистон давлатларида тарқалганлиги аниқланган. Шунингдек, республикамизда атипик пневмония ва парранда гриппнинг чет давлатлардан кириб келишининг олдини олиш борасида қатор тадбирлар амалга оширилмоқда.

Маълумки, грип ва ўткир респиратор касалликлари айнан куз ва қиш ойларида авж олади. Парранда гриппи — ўткир вирусли касаллик бўлиб, ўткир шомоллаш, юкори ҳарорат, нафас йўллариининг яллиғланиши,

баъзан қайт қилиш, ич кетиш билан кечадиған юқумли касаллик ҳисобланади.

Парранда гриппи вируси товуқларда, ўрдақларда, гозларда ва бошқа қушларда касаллики юзага келтириб, уларнинг нобуд бўлишига сабаб бўлади. Баъзида парранда гриппи вируси одамларда учрайдиган вируслар билан қатишиб, одамлар ва паррандалар учун хавфли бўлган касаллики юзага келтириши мумкин. Касаллик манбаи касалланган паррандалар ва ушбу касаллик билан оғриган қишлар бўлиши мумкин. Касалликнинг яширин даври бир неча соатлардан 3-5 кунгача бўлади. Асосий клиник белгилари — бош оғриги, мушаклар зирқираши, беморнинг ҳарорати 40-41 даражагача кўтарилиши, беморда қайт қилиш, ич кетиш ҳоллари кузатилади.

Бу касалликнинг хавфлилиги, тез тарқалувчанлиги, айниқса, ёш

болаларда ва кексаларда оғир асоратлар қолдириши билан характерланади. Шу боис, ҳалқимиз ушбу асоратли, хавфли касалликлардан огоҳ бўлиши лозим. Касалликини даволашдан кўра унинг олдини олиш осонлигини унутманг. Касалликнинг олдини олиш чоралари:

- шомоллашдан сақланинг;
- иситмангиз кўтарилиганда ва ўзингизни ноҳуш сезганде врачга мурожаат қилинг;
- тураржойингиз ва ишхонаннгизни тез-тез шомоллатиб туринг;
- болаларингизнинг кундалик саломатлик ҳолатини кузатиб бординг, касаллик аломатларини сезганде уларга богча ва мактабга боришни таъқиқланг;
- хасталикка чалинган паррандада гўштини истеъмол қилманг.

Ҳар бимизми ушбу касалликнинг олдини олишда, соғлиқимиз фақат ўзимизга боглиқ эканлигини асло унутмайлик.

Хатира КИСЕНБОВА.
Бўка туман Саломатлик маркази шифокори.

Эндемический зоб и его профилактика

ЙОДОДЕФИЦИТНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

По географическому положению и биогеохимическим особенностям окружающей среды более 1/4 населенной территории мира является эндемичной по зобу. Общее число людей, проживающих в зонах эндемии, по оценкам ВОЗ, составляет более 1,5 миллиарда (доклады ВОЗ, 1994), а по сведениям UNISEF, 1/4 часть детей мира страдает этим заболеванием (Grant I.P., 1987). Следовательно, профилактика и контроль — одна из важнейших медикосоциальных проблем.

За последние годы, в связи с прекращением ввоза в республику йодированной соли и антиструмина, с разработкой собственных соедерудников и использованием населением страны соли практически не содержащей йод, сложилась сложная обстановка в Узбекистане, обусловленная значительным ростом заболеваний, связанных с недостаточным потреблением йода (Исмаилов С. И., 1998; 1999).

Среди неинфекционных заболеваний эндемический зоб, обусловленный недостаточностью йода в биосфере, занимает первое место по территориальной экспансии и по количеству проживающего в этих регионах населения, составляющего поистине гигантскую устойчивую популяцию людей, подверженных тотальному риску заболеть различными формами дисфункции щитовидной железы и связанных прямо или косвенно с ними многими психосоматическими заболеваниями (И. И. Дедов, 1992).

В последнее время в мире достигнут очевидный прогресс в представлениях о распространенности, природе и механизмах формирования зобной эндемии. Основным следствием дефицита йода в окружающей среде является развитие зоба у лиц, проживающих в йододефицитных регионах (эндемический зоб). В связи с этим долгое время было принято считать, что зоб является единственным проявлением этого состояния. **В настоящее время доказано, что помимо зоба, дефицит йода оказывает и другие неблагоприятные воздействия на состояние здоровья человека.** В 1983 году, термин «эндемический зоб» был заменен на «йододефицитные заболевания». Эти заболевания обусловлены снижением функциональной активности щитовидной железы на дефицит йода. Спектр йододефицитных заболеваний (ЙДЗ) очень широк. В последние годы проблема ЙДЗ во всем мире признана актуальной в медицинском, социальном аспектах, так как эти заболевания во многом определяют состояние здоровья населения и интеллектуальный уровень общества. Учитывая данные обстоятельства, Всемирная ассамблея здравоохранения, проведенная в 1990 году, приняла резолюцию о ликвидации к 2000 г. заболеваний, обусловленных дефицитом йода.

По данным А.П.Виноградова (1959), нормальная почва содержит йода 5/10-4. Подвижные соединения его усваиваются растениями из почвы и вместе с ними поступают в организм человека. Суточная потребность человека в йоде — около 150-200 мкг/сут. В нормальных условиях примерно 60 % этой потребности покрывается йодом растительной пищи, а около 1/3 — пищей животного происхождения. Йод всасывается главным образом в верхнем отрезке кишечника, после чего по кровеносной системе он попадает в печень, которая обладает способностью задерживать на известное время йод и регулировать переход его в кровь (Туракулов Я.Х., 1996).

Содержание общего йода в крови у здоровых лиц колеблется в пределах от 8,9 до 13,8 мкг %, связанного с белками — от 3,5 до 8 мкг % (Баранник П.И., 1970). Из крови он поступает в различные органы и ткани. Основная масса содержащегося в организме йода (15 мм из 25 мкг) находится в щитовидной железе, которая в тысячу раз активнее у взрослого человека: за 3 сут. продуцирует примерно 1 мкг тироксина, для синтеза которого необходимо около 200 мкг йода в сутки (Коломийцева М.К., 1961).

Щитовидная железа легко захватывает ионы из крови, но реакция замещения в бензойном кольце тироксина не возникает до тех пор, пока не образуется некоторое количество элементарного йода из йодида путем окисления (Антонова М.В. и др., 1966). Йодиды превращаются в элементарный йод в щитовидной железе под влиянием окислительных ферментов.

Согласно рекомендациям ВОЗ, экскреция йода в утренней порции мочи, равная или превышающая 10 мкг/дл считается нормальной, экскреция 5-9,9 мкг/дл свидетельствует о легкой степени недостаточности йода, 2-4,9 мкг/дл — о выраженной недостаточности.

Показатель экскреции йода за сутки был использован при анализе причин распространенности зоба в европейских странах. Так, показано, что в странах, где экскреция йода в сутки была ниже 110 мкг. (Чехия, Италия), распространенность зоба составила 54-58 %. В странах, где данный показатель суточной экскреции йода был выше 200 мкг (Финляндия, Исландия), распространенность зоба составила доли процента.

По географическому положению и биохимическим характеристикам окружающей среды более 85 % населенной территории Республики Узбекистан является эндемичной по зобу. В очагах эндемии дети и подростки составляют наиболее склонный к поражению зобом контингент населения. Увеличение щитовидной железы у детей является компенсаторным процессом, направленным на сохранение эутиреоидного состояния и функциональных резервов в эндемичной по зобу местности. Отсутствие в последние годы в нашей стране йодной профилактики и должного мониторинга состояния здоровья населения эндемичных регионов республики, свертывание государственных программ йодирования пищевых продуктов и ухудшение экологической обстановки, привело к нарастанию распространенности ЙДЗ особенно среди детей. При этом население, проживающее в эндемичных регионах, подвержено тотальному риску развития патологии щитовидной железы и сочетанных психосоматических заболеваний.

Йододефицитные расстройства покрывают спектр патологических состояний, возникающих вследствие дефицита йода и включают в себя зоб, гипотиреоз, кретинизм, глухонмоту, косоглазие, спастическую паралигию, умственную отсталость, карликовость, мертворождения, врожденные аномалии и увеличение перинатальной смертности.

Эпидемиологические критерии оценки тяжести йодного дефицита, основанные на распространенности зоба в популяции

Степень выраженности йодного дефицита	Дефицит йода отсутствует.	Легкая.	Средняя тяжесть.	Тяжелая
Частота зоба	менее 5 %	5-19,9 %	20-29,9 %	более 30 %

Эпидемиологические критерии оценки тяжести йодного дефицита, в зависимости от уровня йода в моче на популяционном уровне

Медиана концентрации йода в моче (мкг/л)	Выраженность йодного дефицита
<20	Тяжелый дефицит йода
20-49	Дефицит йода средней тяжести
50-99	Легкий дефицит йода
100-200	Нормальный уровень потребления йода
201-299	Умеренно повышенное потребление йода
>300	Увеличенное потребление йода

Спектр расстройств здоровья, обусловленных дефицитом йода

Период онтогенеза.	Йододефицитная патология
Фетальный: у матери.	Спонтанные выкидыши Преждевременные роды Анемия беременных
у ребенка.	Врожденные пороки развития Высокая перинатальная смертность Эндемический неврологический кретинизм: * умственная отсталость * глухонмота * спастическая диплегия * косоглазие Эндемический микседематозный кретинизм: * задержка роста * умственная отсталость * психомоторные нарушения
Неонатальный и младенческий.	Врожденный гипотиреоз Врожденный зоб Высокая младенческая смертность
Детский и подростковый.	Зоб Ювенильный гипотиреоз Задержка умственного развития Задержка физического развития Патология полового развития
Взрослый.	Зоб и его осложнения Йод-индуцированный тиреотоксикоз Гипотиреоз Нарушения репродуктивной функции Риск рождения ребенка с эндемическим кретинизмом Прогрессирование атеросклероза
Любой возраст.	Повышенный захват радиоiodа при ядерных катастрофах, что сопряжено с риском развития рака щитовидной железы Нарушения познавательных функций Вторичная иммунологическая недостаточность Повышенная частота хронической соматической патологии

Распространенность эндемии зоба в Республике Узбекистан с учетом этиологических факторов

Распространенность ЭЗ в целом по РУз среди обследованной детской популяции (19895) составило 73,3 %, среди взрослых (16473)-60,3 %. Наиболее высокие показатели распространенности ЭЗ среди детей выявлены в Ташкентском (78,2 %), Ферганском (80,1 %), Андижанском (85,3 %), Наманганском (85,3 %), Джизакском (76,3 %) и Навоийском (75,4 %) вилоятах.

Высокой распространенности ЙДЗ способствует низкий для всего населения республики уровень потребления йодированной соли. Так, если в 1998 и 1999 гг. в изученных образцах поваренной соли, в целом по РУз, отсутствие йода составило значительную долю — 91,7 и 67,9 %, то с началом процесса йодизации КЮЗ в 2-х солерудниках (Ходжаикан, Караумбет) эти показатели были представлены в 2000 и 2001 гг. более лучшими цифрами — 66,6 % и 50,22 % соответственно, доказывая тем самым положительные сдвиги в данном вопросе.

Исследования показали, что в продукции ряда фирм, производящих на продажу пищевую соль, содержание нормального количества КЮЗ (от 41,1 до 65 г/т)

составляло в 2000 году 19,3 %, в 2001 году — 23,2 %. К ним относятся такие фирмы, как **Орзу, Лаззат, Темпо, Флоранс, Ходжаикан, Каракалпак савдо**. Наряду с этим крайне малое содержание йода или его отсутствие обнаружено при изучении образцов соли **Казах Туз, Каракалпак Туз, Арал Туз**.

Осуществление мониторинга уровня содержания йода в моче у населения РУз с 1998 по 2001 гг. доказало наличие тяжелого йододефицита. Так, если содержание йода в разовой моче <10 мкг/100 мл составило в 1998 и 1999 гг. 97,4 % и 93,9 %, то в 2000 и 2001 гг. оно имеет достоверную тенденцию к уменьшению — 68 и 61 % соответственно. Наряду с этим содержание йода от 10-30 мкг/100 мл мочи имело тенденцию к возрастанию (от 2,6 до 34 %), как и в группе лиц, имеющих содержание йода от >30 мкг/100 мл мочи.

Таким образом, изучение распространенности ЭЗ в целом по Республике Узбекистан выявило тяжелую степень йододефицита, подтверждаемого также результатами проведенного мониторинга поваренной соли и экскреции йода с мочой.

Не менее важным и актуальным вопросом является физическое развитие (ФР) детей, тесно связанное, как известно, с гормональным статусом организма.

Физическое развитие детей в условиях йододефицитного региона Узбекистана:

Представления о физическом развитии (ФР) детей, рожденных в очаге зобной эндемии, основываются на результатах антропометрических исследований (Мухамедов Т. М., 1987).

В целях освещения данного актуального, но малоизученного вопроса проведено изучение ФР у 143 детей Навоийской области, разделенных на 2 группы: контрольная, матери которых страдают зобом 1 и II степени.

Как показали проведенные исследования, различия имеют место, начиная с 3-х месячного возраста. Так, если показатели роста в контрольной группе были представлены значительно низкими цифрами — 54,5 см (P<0,001), аналогичные изменения были выявлены при изучении массы тела (P<0,01).

НИИ эндокринологии.

(Продолжение следует).



ЯНГИЧА УСУЛЛАР АСОСИДА...

Жорий йилнинг 14 октябрь кунини пойтахтимиздаги Le Grahde Plaza меҳмонхонасининг мажлис залда Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигига қарашли Травматология ва ортопедия илмий-текшириш институтининг "Травматология ва ортопедияда остеондуктив усуллар" мавзусидаги Ўзбекистон травматолог-ортопедларининг илмий амалий конференцияси Соғлиқни сақлаш вазирлиги ҳамда Травматология ва ортопедия илмий-текшириш институти ҳамкорлигида бўлиб ўтди.

Мазкур анжумани Соғлиқни сақлаш вазирининг ўринбосари, профессор Нодир Шарипов кириш сўзи билан очиб, бугунги кунда Травматология ва ортопедия илмий-текшириш институти томонидан амалга оширилаётган ишлар, қўлга киритилган ютуқлар ва хорижий мамлакатлар билан ҳамкорликда олиб бораётган фаолиятлари тўғрисида қисқача тўхталиб ўтди ҳамда анжуман иштирокчиларини самимий табриклаб, уларнинг ишларига омад тиллади.

Сўнгра Травматология ва ортопедия илмий-текшириш институти директори, профессор М. Азизов, россиялик Н. Кораблёв, қозғистонлик Ж. Ҳамзабаев, қирғизистонлик Г. Кожаматова, украинлик А. Рушай ва

бошқа кўплаб мутахассислар ўзларининг травматология ва ортопедияга бағишланган долзарб мавзуларда маърузалар қилиб, ўз фикр-мулоҳазаларини билдирдилар. Шунингдек, мазкур анжуманда 9 та давлатдан 16 нафар меҳмонлар иштирок этиб, травматология ва ортопедия касалликларининг олдини олиш, уларни янги усулларда ташхислаб даволаш борасидаги фикрларини баён этди.

Тадбир сўнггида қатнашчилар анжуманда қўрилган масалалар бўйича ўзаро фикр алмашиб, келажақда қилинажак бўлган ишлар хусусида келишиб олдилар. Бахс ва мунозараларга бой бўлган мазкур конференция иштирокчиларда катта таассурот қолдирди.

Холмурод РАББАНАЕВ.

Ибрат

ЭЛ СОҒЛИГИ ЙЎЛИДА



тиббий хизмат кўрсатиб келмоқда.

— Бугунги қайноқ дамларда пахтазорга ҳашарга чиққан Самарқанд Давлат Архитектура қурилиш институтининг 120 нафар талабаси ҳам унинг назоратида, — дейди Дағар Очилов номли фермер хўжаликлари уюшмаси раиси Хўшмурод Нодиров биз билан бўлган суҳбатда. — Дарвоқе, Дилбархон оқ халат соҳиби бўлишдек, эъозли касбини ардоқлаш билан биргаликда "Отабек-ОТХ" фермер хўжалигининг раисаси ҳамдир. Ҳам эл саломатлиги, ҳам дастурхон тўқинлиги-ю, юрт хирмонининг кўкка буй чўзишида ўзининг муносиб хиссасини қўшиб келмоқда. Ўз соҳасида ҳаммага ўрнак бўлиб келаётган Дилбар опа қишлоқ хўжалигида ҳам намуна кўрсатмоқда. У биринчи бўлиб давлатга пахта сотиш режисини уйддалади.

Узоқ чўққиларни кўзлаган фермер хўжалиги аъзолари ҳосилдорлиқни 40 центнерга етказишни ният қилганлар.

Ҳамза ШУКУРОВ.

2005 йил — Сихат-саломатлик йили

ОДАМЛАР МЕҲРИНИ ҚОЗОНИБ

Сўлим Чирчик шахридан чиқишингиз билан, бироз юргач атрофи тоғлар билан ўралган баҳаво жойга етиб келасиз. Бу ерни Товоксой деб аташади. Мана шу сўлим гўшада мириқиб дам олиб, соғлигини тиклаб қайтган отахон ва онахонлардан тахририятга келган анчагина миннатдорчилик мактубларини йиғдимда, оромгоҳга қараб йўл олдим. Товоксой сихатгоҳи дарвозасидан киришингиз билан, ажиб тоғ ҳавоси димогингизга урилади. Дов-дарахтлар билан бурканган мана шу даво масканида эрталабки муолажаларни олиб бўлган дам олувчилар, гўрух-гўрух бўлиб боғда сайр қилишарди...

Қабулхонадаги қизлардан сўраб-суриштираман, сихатгоҳ директори Хикматулла Султонов пахта масалалари бўйича туманларга чиқиб кетган экан. Директорнинг даволаш ишлари бўйича ўринбосари Салима Ризметова билан суҳбатлашиб мақсадида унинг хонасига йўл олдим. Салимахон билан суҳбатимиз қизгин кечди. Дилкаш бу инсон билан си-



хатгоҳ худудини айланиб, дам олувчиларга яратилган шароитлар билан яқиндан танишар эканман, тажрибали бу шифокор мана 30 йилдики, эгнидаги оқ либосига ғубор кўндирмай, халқ саломатлиги йўлида фидойилик кўрсатиб келаётганининг шоҳиди бўлдим. С. Ризметова мана шу дам олиш масканида фаолият бошлашдан аввал 1975 йили Урта Осиё, ҳозирги Тошкент Педиатрия тиббиёт институтига туғатиб, Бўстонлик туман марказий касалхонасига шифокор бўлиб ишга келган, 1984 йилгача мана шу тумандаги марказий шифохонанинг юқумли касалликлар бўлимида ишлаб, фаолият кўрсатган экан. Ундан кейин Чирчик шаҳар болалар касалхонасидаги юқумли касалликлар бўлимида мудир бўлиб ишлаган. Бу сихатгоҳга 2001 йили ишга келган. Товоксой сихатгоҳи асосан қариёлар, меҳнат фахрийлари, уруш ногиронлари, афгон уруши қатнашчиларига хизмат кўрсатади, шунингдек бу ерда болалиқдан ногирон бўлиб қолган беморлар ҳам ётиб даволанишади.

— Сихатгоҳимизда асосан асаб тизими, юрак қон-томир касалликлари, таянч-ҳаракат тизимлари ва бошқа хасталиклар бўйича даволаш ишлари олиб

борилади. Даво масканимиз 340 ўринга мўлжалланган. 18 кун давомида бизнинг масканда дам оладиган мижозларимиз соғлиқларини тиклаб, соғ-саломат ўз оиласи бағрига қайтиши йўлида қўлимиздан келган барча муолажаларни олиб бормоқдамиз, — дейди Салимахон Ризметова. — Сихатгоҳимизда 26 та даволаш-муолажа хоналари мавжуд, булардан массаж, парафин, электр қуввати билан даволаш, ванна қабул қилиш хоналарини айтиб ўтиш мумкин. Шунингдек бизда тиш қўйиш, протезлаш ва тиш даволаш хоналари ҳам фаолият кўрсатиб келмоқда. 2004 йилдан бошлаб яна икки турдаги муолажаларни киритдик, булар лазерли терапия ва Японияда ишлаб чиқарилган "Линда" аппарати ёрдамида даволаш. Бу аппаратлар асосан инсультдан кейинги қолган асоратларни, бош миёда, периферик асаб тизими шикастланишларидан кейинги асоратларни даволашда ҳамда бўғин касалликлари, остеохондрозларни даволашда жуда қўл келмоқда. Шунинг учун ҳам бу борада яхши натижаларни қўлга киритмоқдамиз.

Сихатгоҳда дам олиб, соғлигини тиклаётган даволанувчилар тўрт маҳал иссиқ овқат билан



таъминланган. Энг асосийси, бу ерда беморларни даволаш учун зарур бўлган дори-дармонлар давлатимиз томонидан бепул тарқатилаётган экан. "Сихат-саломатлик йили"да сихатгоҳ худудидан анчагина ободонлаштириш ишлари амалга оширилгани шундоқ кўзга ташланиб турибди. 2004 йилда ишга туширилган 500 ўринли ошхона даволанувчилар хизматида. Қўли гул пазандаларнинг тайёрлаётган мазали таомларидан дам олувчилар мамнун эканликларини бизга йўллаган мактубларида ҳам алоҳида таъкидлашган эди. 2003 йилда ишга туширилган янги қозонхона си-



хатгоҳдаги иссиқлик таъминоти ва иссиқ сув масаласини ижобий ҳал этди. Шунингдек, дам олувчиларга қўлайлик яратиш мақсадида сихатгоҳнинг 3-ва 4-корпуслари тўлиқ таъмирдан чиқарилган.

Сихатгоҳга таширф буюрган дам олувчилар, уруш ва меҳнат фахрийларига янада яхши ва сифатли тиббий хизмат кўрсатиш мақсадида, 2005 йилнинг тўртинчи чорагида ҳамда имкониятимизга қараб 2006 йил бошларида муолажа-ташхис ишлари учун жуда ҳам зарур бўлган УЗИ аппарати сотиб олиш режалаштирилган, шунингдек, мавжуд лабораторияни тўлиқ таъмирдан чиқариб, уни янги текшириш-таҳлил қилиш аппаратлари билан жиҳозлаш ва кимёвий моддаларни етарлича етказиб бериш кўзда тутилган.

Қаттагина жамоага бош-қош бўлиб, ўзига топширилган вазифани сидқидилдан бажарётган Салимахон Ризметова билан хайрлашар эканман, уруш ва меҳнат фахрийлари тахририятга йўллаган мактубларида бекорга бу ердаги даволаш-муолажа ишларидан ва айниқса, ўз касбини маҳорат билан адо этиб келаётган тиббиётчилардан самимий миннатдор эканликларига иқдор бўлдим. Салимахон чинданда бахтли аёл, ишхонада талабчан раҳбар, дам олувчилар қошида парвона, оиласида эса 5 та фарзанд — икки ўғил ва уч қизнинг суякли онажони: "Биз турмуш ўртоғим билан кўзимизнинг оқу қораси азиз фарзандлар ва бешта меҳрибон жажжи неваралар даврасида бахтли ҳаёт кечириб келмоқдамиз, — дейди Салимахон. — Катта қизим Захро Ризметова мен танлаган касбга астойдил ҳавас қилган экан шекилли, бахти қулиб ТошПТИ толибаси бўлиш унга насиб этганди. Бугунги кунда қизим мана шу олийгоҳнинг магистранти сифатида билимини тобора мустаҳкамлаб бормоқда. Нима ҳам дердим, танлаган касбимдан, олган билимим, йиллар давомида эгаллаган тажрибам, малака ва маҳоратимнинг одамларга нафи тегаётганидан беҳад мамнунман, одамлар бизнинг ишимиздан қониқиб хис этиб, мана шу даргоҳдан қўнғил тўлиб чиқиб кетар экан, бизга бунданда олий мукофотнинг ўзи йўқ".

Миржало Миралиев.
Муаллиф олган суратлар.
СУРАТЛАРДА: сихатгоҳ фаолиятдан лавжалар.



ОЛИЙ ҚАДРИЯТИМИЗ ВА ИФТИХОРИМИЗ

Тил — элнинг руҳи, тил бўлмаса, эл ҳам йўқ. Тил миллатнинг бебаҳо мулкидир. Тил учун курашда ҳар бир халқ ўзлигини кўрсатишга интилади. Тил ҳақида қабул қилинган Қонуннинг даражаси, савиясига қараб, халқнинг сиёсий онги, миллий камолотини, маънавий даражасини билиш ва англаш мумкин.

Мана, 16 йилдирки, Ватанимизда ўз тилимиз ҳукмронлик қилмоқда, йиллар оша ардоқланиб, улуғланмоқда. Албатта, ўзбек тили ўзбеклар учун миллий ифтихордир. Чунки, бу тилда буюк аждодларимиз қалам тебратишган, ўзбек тилини улуғлаб, келгуси авлодларга заҳматли ижод маҳсули бўлмиш бебаҳо адабий мерос қолдиришган.

Ана шундай буюк меросимиз асосини XI асрда яшаган бобокалонимиз Махмуд Қошғарийнинг "Девони луготит турк" номли асари ташкил қилган бўлса, XV асрда яшаб, ижод қилган ғазал мулкнинг султони, ҳазрат Алишер Навоий ўзининг бекиёс асарлари билан тилимиз мавқеини беҳад юксакликка кўтариб, она тилимизни шундай таърифлаган:

"Тилимиз ўн саккиз минг оламдан бойроқ бўлган шундай бир хазинаки, дур-у гавҳари (сўзлари) осмон ёритгичларидан ҳам порлоқроқ, шундай бир гулзорки, ҳар бир гули чаман лолаларидан гўзалроқ".

Комил, баркамол инсон ҳамиша маънавий етуқликнинг муҳим жиҳати ҳисобланади. Миллий ўзлигини англаш, миллий ўзига хосликни англаш демакдир. Миллий ўзига хослик эса бевосита миллатнинг тили, маданияти, тарихи ва дунёқараши қабиларда намоён бўлади, уларнинг уйғунлиги тарзида акс этади ҳамда шундай идрок қилинади.

Асрлар давомида она тилимиз қадрияти топталди. Жароҳатларнинг тури ва хили кўп.

Маънавий жароҳатнинг энг оғири — бу ўз она тилини билмаслик. Бу ҳақда ардоқли шоиримиз Муҳаммад Юсуф шундай куйиниб ёзганди:

Гарчи зугум қилганларни
ёқтирмадим,
Шеър ёздимۇ бўлак ишни
қотирмадим.
Тилим туриб ўз она
тилимда гапирмадим,
Бир эсласам эзилади
бағри-дилим,
Она тилим мени кечир,
она тилим.
Кимдир майда миллат
бўлди, кимдир катта,

Катта миллат
— Афандиси йўқдир ҳатто,
Биз пиёда, биз боқанлар
юрди отда,
Зулм ўтса, фақат сендан
ўтди зулм,
Она тилим кечир мени,
она тилим...

Тилнинг ривожланиши жаҳият ҳаёти, тараққиёти билан бевосита боғлиқдир ва ундаги ўзгаришлар албатта тилда ҳам ўз аксини ифода этади. Шу боис, 1989 йилнинг 21 октябрь кунини она тилимизга давлат тили мақоми берилиши — мустақиллик сари қўйилган илк қадамлардан

бири эди. 1995 йилнинг 21 декабрь кунини ўшбу Қонунга ўзгартириш ва қўшимчалар киритилиб, унинг янги тахрирда қабул қилиниши ўзбек тилининг янада бойиши ва ривожланиши учун кенг шарт-шароит яратиб берди.

Мазкур қонунлар она тилимизнинг имкониятларини, қуч-қудратини оширди, миллатимизни янада жипслаштирди. Ўз тилимизда эркин сўзлашадиган, анжуманлар, сессиялар, йиғинларни ўтказадиган, иш юритадиган бўлди. Айни пайтда фақат она тилимизни улуғлаб, бошқа тилларни ўрганишни эътибордан четда қолди-

радиган бўлсак, кўзлаган марраларга етиш мушкул. Шунинг учун бошқа тилларни пухта ўрганишга давлатимизда кенг имкониятлар мавжуд бўлиб, ёшларимиз чет элларда таҳсил олишмоқда, мамлакатимиз эса жаҳон ҳамжамияти сари юз тутмоқда.

Мана бугун эса биз баркамол авлод олдида ёруғ юз билан ўз она тилимизни янада бойитишни, унинг ўрганилмаган қирраларини ўрганишни маънавий мерос ҳолида уларга топишмоқдамиз.

Бугунги айём — Тил байрами муборак бўлсин! Она тилимиз қадр-қиммати янада юксалиб, асрлар оша маёк сингари маънавий йўлимизни порлатиб турсин! Зотан, шоир ёзганидек:

Бу тилнинг ҳар сўзи
онадай азиз,
Онадай муқаддас,
онадай суюқ.
Фарзандлари севган учун
шубҳасиз,
Бу тил мангу яшар,
абдий буюқ!
Шоира ҚОДИРОВА,
Тошкент Тиббиёт
академияси катта
ўқитувчиси.

ШЕЪРИЯТ ГУЛШАНИГА САЙР



Мадина Хотамова хали ёш бўлишига қарамай адабиёт бўстида ўзининг серкхори ижоди билан инсонлар кўнглидан ором топаётган умидли шоирадир. Унинг қаламига мансуб шеърли мисраларни ўқир экансиз, беихтиёр ҳаёл-

ларингизни ҳайрат олами, тарих садоси ва шоиранинг синчковлик билан инсон қалбини асир эта олгудек маҳорати борлигини ич-ичингиздан ҳис этмай иложингиз йўқ. Куйида Мадинанинг ана шундай гўзал тасаввурлар жо этилган қалб дафтаридан жой олган шеърларидан ўқийсиз.

ДЎСТИМЛА

(Маҳбуба учун ёзилган)

Дўстим! Дунё тор кўринган пайт,
Майли йиғла, ўқис кўнглинг бўшатиб.
Жўшиб кетганимда ёз бир ажиб байт,
Дунёнинг ҳақиқий аксин кўрсатиб.

Гумонлар солмаса агар соясин,
Шамси талъат нури балқса юзингда.
Енголсанг чўққидек дардинг қоясин,
Ниятим: шодликлар кўрсам юзингда.

Дарёлар кенгайар, кенгайар ҳаёт,
Кезавер орзулар лозорини.
Жумбоқлар ўзингда, ўзингда қанот,
Кураб ташласанг бас, армон қорини.

САБОТ

Куй надур, оҳанги, авжи бўлмаса,
Сув надур, тўлқини, мавжи бўлмаса.
Қалб надур, тўфони, шавқи бўлмаса,
Оҳсиз, нурсиз кўнгил топарми ором.

Бургутлар шиддати шахдидан маълум,
Қонидан гурлаган ахдидан маълум.
Эрк деган туйғунинг бахтидан маълум,
Моҳсиз, нурсиз кўнгил топарми ором.

Хилол охуларнинг кўзидек маъсум,
Қақраган лабдаги сўзидек маъсум.
Хокисор бобомнинг юзидек маъсум,
Шоҳсиз, нурсиз кўнгил топарми ором.

Мадина ХОТАМОВА,
Навоий вилояти, Кармана тумани,
Зебунисо номли мактаб ўқувчиси.

ЁШЛАР ШИОРИ

Самарқанддаги «Ёшлар маркази»да «Биз ОИТС ва гиёҳвандликка қаршимиз» шиори остида семинар-тренинг бўлиб ўтди. «Сихат-саломатлик йили» давлат дастури доирасида уюштирилган тадбирда «Камолот» ижтимоий ҳаракати вилоят бўлими фаоллари, ўқув юртлари талабалари, корхона, ташкилотлардан ўсмир йигит-қизлар қатнашди.

Унда ўсиб келаётган ёш авлодни ҳар томонлама соғлом, маънавий баркамол руҳда тарбиялаш, ОИТС касалиги, гиёҳвандлик каби иллатлардан сақланиш, олдини олиш учун ёшлар томонидан бажарилиши лозим бўлган долзарб вазифалар ҳақида сўз юритилди, зарур маслаҳатлар берилди. Асосан нашавандлик ва фоҳиша-бозлик заминидан тарқалиш хавфи кучаяётган ОИТС хасталигига қарши курашишда «Камолотчиларнинг ўрни, зарур юмушлари тўғрисида тақлифлар, тадбирлар ишлаб чиқилди.

Семинар-тренингда таҳсил олган йигит-қизлар ўз тенгдошларидан вазирасида мазкур мавзу-

Хабар

да тарғибот ва ташвиқот ишлари ўтказиш, тиббиёт саводхонлигини оширишга хизмат қилишга бел боғладилар. Тадбирдан кўзланган асосий мақсад рўёбга қикди. Энди навбат ёшларга!

ҲАР ШАНБАДА

Оқдарё туманида «Сихат-саломатлик йили» Давлат дастури доирасида ҳар шанба кунини турли мавзудаги суҳбатлар, анжуманлар ўтказиш доимий одатга айланган. Жорий йилнинг ўтган даври давомида тиббиётнинг долзарб муаммоларига бағишланган 12 та оммабоп маъруза ўқилди. Ана шундай чиқишлар савол-жавоб, мунозаралар билан якунланмоқда.

Эътиборли томони шундаки, аҳоли гиёҳвандлик ва унинг оқибатлари, соғлом турмуш тарзи қирралари, ОИТС каби мавзуларга катта қизиқиш билдираётди. Одамларнинг тиббий маълумотларга жуда қаноқлиги ҳам намоён бўлмоқда, чунки кўпчилик дардини айтолмай, юрагининг бир четида қолиб кетаётган саволларга жавоб топаётди. Тадбирларда Самарқанд тиббиёт

институтининг профессор-ўқитувчилари, тажрибали шифокорлар қатнашиб, зарур маслаҳатлар беришга танлиги айни мудоаодир.

АНИҚ ТАШХИС — ЯРИМ ДАВО

Пойарик туманидаги марказий поликлиникада беморларга аниқ ташхис қўйишга эътибор катта. Поликлиника мудбири Эсонбой Сиддиқов бу ҳақда шундай дейди:

— Ҳозирда поликлиникаларга замонавий ташхис қўйиш ускуналари келтирилди. Бу айрим беморларни бўлар-бўлмаса шахар шифохоналарига текшириш учун юборишга барҳам беради. Флюорография, ЭКГ, лаборатория текширувлари мунтазам ишлаб турибди, — дейди шифокор. — 16 мингдан ортқ аҳоли тиббий хизматдан баҳраманд. Беморга аниқ ташхис қўйишнинг ўзи ярим даво. Бу унинг тез кунда соғайиб кетишига ёрдам беради. Жорий йилда юқумли хасталиклар, камқонлик касалликларининг бир мунча камайиши шунинг натижасидир.

Ҳамза ШУКУРОВ,
Самарқанд вилояти.

ДОНОЛАР БИСОТИДАН

Боланинг фанга бўлган ҳаваси ўзи бир гўзаллик, агар у интилиш либоси билан безатилса, гўзалликка гўзаллик қўшилиб бўлади.

Асаб касаллигининг сабаби ҳам, давоси ҳам кўпинча беморнинг ўз уйидан топилади.

Чин дўстнинг муҳим фазилати оқилона маслаҳат ва ўринли ёрдам бера олишидир.

Дўст қадрини билган кишигина, эл қадрини билади.

Оқил ва қалби дарё, омилкор табиб, аввало беморнинг қалбини даволайди.

Нур чехрали уй бекасига эга бўлган хонадон доимо бўстон.

Одобли одам бўз либосга ўранса ҳам чиройли, лекин нодон зарга ўралса ҳам хунук.

Табиат ва жаҳондаги гўзалликлардан заъф олиш жуда яхши, лекин уларга гўзаллик қўша билиш ундан ҳам яхши.

Узоқ умр кўриш ҳар кимнинг энг яхши орзусидир, лекин қариған сайин оқил ва ширин сўз бўлиб яшаш катта санъатдир.

Дилда борини тилда баён эта билиш ҳам тарбиявий маҳоратдир.

Мактаб — ёшлик гулшани, болалар эса унинг бебаҳо ниҳоллари, устоз ўқитувчилар бу боғнинг оқил, миришкор, меҳрибон боғбонларидир.

Энг бахтиёр пиру бадавлат одамлардан бири ўқитувчи деса бўлади. Негаки, у дунёдаги ҳар қандай гавҳардан ҳам қимматли бўлган инсон фарзандини вояга етказиб, уни улуғ ишларга ворис қилиб қолдиради.

Шарафли касб эгаси — ўқитувчи, тарбиялаб ўстирган ниҳолларининг ҳосили қанчадан-қанча авлодларни баҳраманд қилади.

Природа и здоровье

ЛОПУХ – УНИВЕРСАЛ

За этим растением прочно закрепилась репутация сорняка, вто время как о его "талантах" давно известно и докторам, и поварам

Человеку излишне наивному и доверчивому нередко говорят: "Какой же ты лопух!" В этом неслучайно, но неоскорбительном сравнении – внешняя характеристика и самого растения: незатейливого, с мягко-войлочными с изнанки, "простоватыми" по форме листьями, "открытого" к самому широкому ботаническому "соседству". Лопух-то он, конечно, лопух, но пользу приносит, прямо скажем, немалую – он нам и лекарственное сырье, и продукт питания.

"Зеленая" кулинария

Лопух – растение съедобное. В Сибири и на Кавказе его считают овощным. А в далекой Японии его даже разводят в культуре. Молодые листья и стебли лопуха можно использовать для приготовления супов или как самостоятельное блюдо, предварительно отварив в воде. Ближе к осени в пищу идут и корни лопуха, накопившие достаточное количество сахаристых веществ и эфирных масел. Их употребляют как морковь, а высушенные и поджаренные – измельчают в кофемолке и заваривают, как кофе.

Растительная аптека

Лопух – это целебное растение, которое имеет целый ряд положительных качеств и свойств.

В "Травнике" XVIII века читаем: "Свежие листья приложенные унимают жар, вытягивают сырость из опухлых ног, чистят старые раны и разбивают опухоли". В прежние времена при высокой температуре тела больного всего обкладывали свежими листьями лопуха, из них же делали компрессы на больные суставы. Отвар корней лопуха в народной медицине считается одним из лучших мочегонных средств. Его прописывают при почечнокаменной болезни, подагре и других заболеваниях, вызванных нарушением солевого обмена в организме. Помогает отвар корней и при хронических запорах. Как кровоочистительное средство настой корней лопуха рекомендуется при фурункулезе, кожных болезнях, сыпях. Наружное употребление мази из корней лопуха помогает при экземе.

Природная косметика

Лопух – испытанное средство для укрепления волос. Репейное масло, которое представляет собой масляный настой корней лопуха, втирают в кожу головы при выпадении волос, болезнях кожи волосистой части головы.

РЕЦЕПТЫ

При выпадении волос приготовить отвар из 20 г корней лопуха, 10 г ноготков, 15 г шишек хмеля, взятых на 1 литр воды. Этим отваром мыть голову 2 раза в неделю.

При ревматизме и болях в суставах делать ванны из отвара, приготовленного из корней лопуха, травы вереска, крапивы, багульника, татарника, листьев брусники.

Мазь для лечения незаживающих ран: взять 75 г измельченных свежих корней лопуха, залить 200 мл подсолнечного масла, настаивать в тепле сутки, затем прокипятить в течение 15 минут на медленном огне и процедить.



Навбатдаги машгулларимизда сиз энди бевосита саломатлик тўғрисидаги баъзи бир иборалар билан танишиб борасиз.

I feel hot – Я чувствую, что у меня температура – Исцитмам борлигини сеза-йман.

I have a sore throat (foot, eye, ...) – У меня болит горло (нога, глаз, ...) – Менинг томогим (оёгим, кўзим, ...) оғрипти.

I think, I have caught a

ИНГЛИЗ ТИЛИНИ ЎРГАНАМИЗ

cold – Я думаю, что у меня простуда – Мен шамоллаб қолдим, шекилли.

I have a heart trouble – У меня болит сердце – Юрагим оғрипти.

I had a heart attack – У меня был сердечный приступ – Юрагим чангаллаб оғриди.

I am ill – Я болен (больна) – Мен касалман.

I feel ill with the griппe (quinsy) – У меня грипп (ангина) – Мен гриппман (ангинаман).

I am better – Мне лучше – Мен анча тузалиб қолдим.

My nose is clogged up – У меня заложен нос – Бурним битиб қолди.

My head is swimming – У меня кружится голова – Бошим айланяпти.

Намоз ТОЛИПОВ

Билиб кўйган яхши

ЯНА ЧОЙ ҚАҚИДА

Маълумки, кофеин моддаси одам мияси марказий асаб тизими фаолиятини яхшилайдиган. Мазкур модда ҳам чойнинг асосий таркибий қисмларидандир.

Танин ва кофеин моддаларнинг борлиги туфайли ҳам чой киши танасини мустаҳкамлайди, тетиклаштиради. Булардан ташқари, чой таркибида учувчан эфир ёғлари ҳам борки,



улар чойни хушбўй қилади. Бундай хусусият фақат янги дамланган чойдагина бўлади. Қуруқ чойда тиамин, аскорбин ва пантотен кислоталари каби витаминлар ҳам бор. Баъзи кишилар чойни хаддан ташқари аччиқ дамлашади. Хаддеб аччиқ чой ичавериш ҳам танага зиён етказиши. Чойнинг аччиқ-суяқлиги метьрида бўлгани маъқул. Кези келганда шуни ҳам айтиш жоизки, паршохонтирлик, кўкрак қисиши, гипертония, ошқозон шиллик қаватининг яллиғланиши касалликлари бўлган кишиларнинг аччиқ чой ичишлари тавсия этилмайди.

ОСОҢ ИШ-У, АММО...

Тиш тозалаш жуда осон иш-у, лекин бунга бажаришга кўпчилигимиз кунт қилмаймиз ёки, тўғрироғи эринамиз. Тиш оғриғини кўрмай десангиз, ҳар қуни эрталаб ва кечқурун тишларни тозалаб туриш зарур. Олимлар олиб борган жуда кўп тадқиқотларда тиш оғриғи билан оғиз бўшлиғи гигиенаси ўртасида ажралмас боғлиқлик мажбуллиги исботланган. Оғиз бўшлиғига парво қилмайдиган кишиларнинг тишлари бошқаларникига нисбатан кўпроқ ва тез-тез касалланади. Оғиз бўшлиғи гигиенаси деганда, тишларни овқат қолдиқларидан тозалаб туришгина тушунилмайди. Олиб борилган биокимёвий, радиологик тадқиқотлар шундан далолат берадики, оғиз бўшлиғи ва тишларни мунтазам тозалаб туриш тиш эмалининг мустаҳкам бўлишига ёрдам беради. Бунда тиш тўқималари фосфор кальцийли тузлар, турли микроэлементлар билан бойиб, ҳар хил нуқулдай таъсиротларга чидамлик бўлади.

А. АЛИЕВ
тайёрлади.



Олтин кузнинг хазонрез дамлари бошланди.

Советы эрудита

ПОТЕЙТЕ НА ЗДОРОВЬЕ

Самый большой орган выделения в организме – это кожа с ее миллионами пор и потовых желез. Выделение пота имеет двойную цель: помогает избавиться тело от загрязнения и регулирует температуру тела: Когда тело разогревается в результате активной деятельности, то приходят в действие потовые железы. Испаряющийся пот охлаждает кожу, которая достигает поверхности кожи, и таким образом предохраняет тело от перегрева. Кроме этого, удаляются из организма «шлаки», находящиеся на поверхности тела. Именно эти выделения, смешанные с грязью, находящейся на кожном покрове, придают поту неприятный запах.

Если кожа чистая, то остается только хороший запах здорового тела. А поэтому не обращайте внимания на рекламы фирм, выпускающих дезодоранты.

Танцы, прогулки, езда на велосипеде, энергичная работа по дому... любой вид деятельности, который заставляет вас потеть, улучшает сердечную деятельность и общее состояние. Интенсивные нагрузки никогда не причиняют вреда здоровому человеку.

ЩАВЕЛЕВЫЙ СОК

Сок щавеля великолепно помогает в восстановлении выдыхающих. Этот овощ богат оксалатом калия, который ценен для человека только в его органическом состоянии. Никогда не следует употреблять щавель в вареном виде.

Щавель содержит особенно большое количество железа и магния, в которых постоянно нуждается кровь и огромное количество очищенных элементов – фосфора, серы и кремния, которые необходимы всем частям организма, от головы до ног.

Совокупность этих богатых элементов делает щавелевый сок очень ценным для питания всех желез человеческого тела.

КАК ВОССТАНОВИТЬ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ

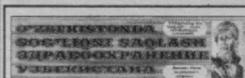
Одно из самых замечательных свойств человеческого организма – способность восстанавливаться. Если вы, например, порежетесь, то вскоре новая ткань заменит поврежденные клетки и рана заживет. Если у вас перелом кости, то она срастется и станет еще крепче,

чем прежде. Любая полученная травма сравнительно быстро заживает, если вы хоть немного об этом позаботитесь.

Менее очевиден вред, который вы наносите организму в течение многих лет, ведя неправильный образ жизни. Однако организм может достаточно хорошо восстановиться после долгого пренебрежительного к нему отношения, если вы не пожелаете времени и усилий.

Однако не ожидайте мгновенного чуда. Вам потребовалось много времени, чтобы разрушить свой организм, поэтому нужно время и на его восстановление.

Из книги
«ЭНЦИКЛОПЕДИЯ
ЗДОРОВЬЯ».



Gazeta muassisi:

O'zbekiston
Respublikasi
Sog'liqni saqlash
vazirligi

Bosh muharrir:
Po'lat MIRPO'LATOV.
Ibrochi muharrir:
Ibodot SOATOVA.

Tahrir hay'ati raisi: F. NAZIROV.

Tahrir hay'ati a'zolari: B. ARIPOV (Bosh muharrir o'rinbosari), B. ALIMOV, G. ISLOMOVA, O. MIRTAZAYEV, O. MUHITDINOVA, M. MIRALIEV (Bosh muharrir o'rinbosari), B. NIYAZMATOV, F. OQILOV, N. OTABEKOV, X. RABBANAYEV, R. SOLIXO'JAYEVA, N. TOLIPOV, M. TURUMBETOVA, A. UBAYDULLAYEV, F. FUZAYLOV, N. SHARPOV.

Manzillimiz: 700060, Toshkent, Oxunboboev ko'chasi, 30-uy, 2-qavat. Tel/faks: 133-57-73; tel. 133-13-22. Gazeta O'zbekiston Respublikasi Matbuot va axborot agentligida 2003-yilning 17-noyabr kuni ro'yxatga olingan, guvohnoma raqami 211. Adadi 9,250 nusxa. O'zbek va rus tillarida chop etiladi. Haftaning seshanba kunlari chiqadi. Maqolalar ko'chirib bosilganda «O'zbekistonda sog'liqni saqlash»dan olindi deb ko'rsatilishi shart. Buyurtma f-953.

Gazeta «SHARQ» nashriyot-matbaa aksiyadorlik kompaniyasi boshmaxonasida chop etiladi. Korxona manzili: Toshkent shahri, Buyuk Turon ko'chasi, 41. Hajmi 2 bosma tabaq. Format A3. Ofset usulida bosilgan. Gazeta IBM kompyuterida terildi va sahifalandi. E'lon va bildiruvlardagi fakt hamda dalillarning to'g'riligi ushbu reklamaga va e'lon beruvchilar mas'uldir.

Sahifafovchi: Baxtiyor QO'SHOQOV.
Boshmaxonaga topshirish vaqt 19.00.