Tibbiyotning oliy maqsadi — inson salomatligiga erishishdir

Высшее благо медицины — здоровье

O‘ZBEKISTONDA SOG‘LIQNI SAQLASH
ЗДРАВООХРАНЕНИЕ УЗБЕКИСТАНА

Газета 1995 йил октябрь ойидан чиқа бошлаган E-mail: uzss@inbox.ru 2006 йил 31 октябрь – 6 ноябрь № 44 (508) Сешанба кунлари чиқади

НА «ВАХИДОВСКИХ ЧТЕНИЯХ – 2006»

20 октября текущего года в городе Намангане прошла Республиканская научно-практическая конференция “Вахидовские чтения - 2006” на тему “Избранные вопросы специализированной хирургии”. Данное мероприятие ежегодно проводится в соответствии с постановлением Кабинета Министров Республики Узбекистан “Об увековечивании памяти академика В. Вахидова”, крупного научного деятеля, основателя и первого директора научного центра хирургии.

На конференции, организованной Министерством здравоохранения и Республиканским специализированным центром хирургии им. академика В. Вахидова, участвовали и ведущие специалисты-хирурги из стран СНГ.

Участниками конференции обсуждались избранные вопросы специализированной хирургии, среди которых реконструктивно-восстановительная хирургия заболеваний пищевода, оперированного желудка, портальной гипертензии; восстановительные операции на желчных путях; приоритетные направления в хирургии легких, средостения и кардиохирургии; нерешенные проблемы хирургии “острого живота” и анестезиологическое обеспечение в реконструктивной хирургии.

Из докладов участников создается мнение о том, что на сегодняшний день, как в теоретической, так и в практической медицине, во всех ее сферах, а особенно в хирургии, проявляются прогрессивные изменения, постоянно совершенствуется система оказания специализированной медицинской помощи населению.

“Вахидовские чтения - 2006” к тому же способствуют повышению уровня знаний и мастерства молодых специалистов. А проведение данного научного форума в одном из областных центров Ферганской долины позволило привлечь для участия в нём значительно более широкий круг профессионалов-хирургов, анестезиологов, реаниматологов, а самое важное - молодых специалистов. Ведь на протяжении конференции им представляется возможность подробно ознакомиться и перенять ценный опыт у своих коллег.

В рамках проведения XI Республиканской научно-практической конференции “Вахидовские чтения - 2006” состоялся конкурс на лучшую научную работу. 1 место и приз 100000 сум присужден Д. Б. Шагазатову, хирургу РСЦХ им. академика В. Вахидова, автору научной работы “Гидробаллонная дилатация в лечении постожоговых рубцовых стриктур пищевода и желудка”. (Научный руководитель профессор А. М. Хаджибаев).

Ирода ИЛЬХАМОВА.

ОБУНА – 2007

Қадрли тиббиёт ходимлари ва муштарийлар!

Сизни мамлакат тиббиёти, унинг ривожи, истиқболи билан ҳар ҳафтада қадам-бақадам таништириб келаётган **«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана»** *газетаси мана ўн йилдан ошдики, хонадонингизга зиё тарқатмоқда.*

Саломатлик борасида билимингизни ошириб бориш, соғлиқ посбонлари ҳақидаги қизиқарли мақолалар билан танишиб, мамлакат ва хориж тиббиётидаги янгиликлардан бохабар бўлиб туришни истасангиз — фақат **«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана»** *газетасига обуна бўлинг.*

Соғлиғи қадрига етган ва тиббиёт соҳасида ўз билимини бойитишни истаганлар

«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана»

газетасини танлайди!

Нашр индексимиз: 128.

Бизнинг электрон почта: uzss@inbox.ru

2006 йил — Ҳомийлар ва шифокорлар йили

САХОВАТГА ЙЎҒРИЛГАН МЕҲНАТЛАР

Навоий вилояти

Инсонларнинг бир-бирига нисбатан меҳр-саховатли бўлиши, имконият даражасида қўлидан келган ҳимматли ёрдамини кўрсатиши, тўғрироқ қилиб айтганда, жамият ҳаёти ва эл-юрт фаровонлиги йўлидаги ҳомийлигини савобли ишларга бағишлайдиган олиҳиммат инсонлар бугун орамизда кўп эканлигига хизмат сафарлари чоғида бир неча бор гувоҳ бўлдим.

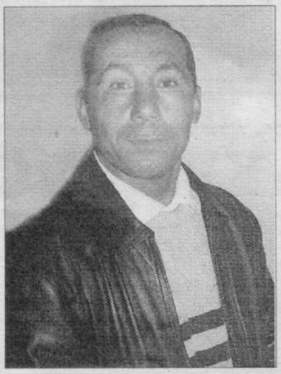
Навоий ва Самарқанд вилоятларида бўлганимда ҳам сахвотпеша инсонлар томонидан аҳоли саломатлиги йўлида қилинган хайрли ишларни кўриб, инсонларнинг бир-бириларига бўлган меҳр-оқибатлари қанчалик муштарак эканлигини қалбдан ҳис этдим.

Давлатимиз раҳбарининг хусусий мулкчиликни шакллантириш ва тадбиркорликни ривожлантириш масалаларига қаратган эътибори туфайли республикамизнинг кўпгина жойларида фермер хўжаликларининг мустақил фаолият юритишларига кенг йўл очилди. Мақсадли равишда йўлга қўйилган бу масалалар айни кунда ўзининг ижобий натижаларини кўрсатмоқда. Уларнинг асосий вазифалари қишлоқ хўжалигини ривожлантириш, аҳоли манфаатлари ва турмуш даражасини яхшилаш баробарида ҳалол меҳнатлар эвазига орттирилган даромадни жамият тараққиёти ва ҳомийлик ҳимматию, меҳр-саховатли ишларга йўналтирилганлигини ҳар жабҳада учратиш мумкин.

Хизмат сафари давомида Навоий вилоятининг Нурота туманида бўлганимизда тоғли ҳудудда истиқомат қилаётган аҳолининг тиббиёт хизматларидан қай даражада фойдаланаётганлиги билан қизиқиб, бир қанча шифо масканларида бўлдик. Жумладан, тумандаги Ғазғон қишлоқ участка шифохонасидаги фаолиятлар билан танишиш жараёнида амалга оширилаётган хайрли ишларни кўриб, инсон саломатлиги бош масала эканлигига яна бир карра ишонч ҳосил қилдик.

Ғазғон қишлоқ участка шифохонасига кириб борар эканмиз, гўёки сиҳатгоҳга ташриф буюргандек бўлдик. Унинг баҳаво табиати, яқиндагина таъмирдан чиққан муассасанинг ташқи кўриниши, бўлимлардаги шароитларнинг етарли даражада яратилганлиги инсон куч-қудратининг ҳар нарсага қодир эканлигини кўрсата олди, десак муболаға қилмаган бўламиз. Бир сўз билан ифодалаш қийин бўлганидек, шифохонанинг ҳар томонлама атроф-муҳитдан ҳимоя воситалари билан ўралганлиги, беморларнинг доимий қатнов асосида тиббий хизматлардан унумли фойдаланаётганликларини тўғри йўлга қўйишда ўша ҳудудда истиқомат қилаётган қалби саховатга тўла инсонлар кўмагида амалга оширилаётганлиги суҳбат жараёнида ўз ифодасини топди.

Қишлоқ участка шифохонасининг фаолият юритишидаги асосий сабаб шундаки, аҳолининг тоғли ҳудудда истиқомат қилиши билан бир қаторда у ердаги айрим шарт-шароитларнинг инсон соғлиги учун зарарли томонлари борлиги назарда тутилиб, муассаса тизим фаолиятида сақлаб қолинган. Муассаса 20 ўринга мўлжалланган бўлиб, туғруқхона, болалар ва ички касалликлар бўлимлари аҳолига тиббий хизмат кўрсатиб келмоқда. Шунингдек, масканда газ, телефон ва тез тиббий ёрдам машинасининг мавжудлиги, бўлимлардаги қулай имкониятларнинг замонавий тиббиёт муассасаларидаги фаолиятлардан кам эмаслиги барчамизни қувонтирди. Бу каби имкониятларнинг мужассамлигини шифокор ва ҳомийлар ҳамкорлигида амалга оширилаётганлигига гувоҳ бўлдик.



Ҳамиджон НАРЗИЕВ, Нурота тумани, Ғазғон қишлоқ ширкат хўжалиги таркибидаги «Дилшод» фермер хўжалиги раиси.

— Инсон учун соғлик ҳар нарсадан қиммат эканлигини дилдан ҳис этиб яшаш ва унинг саломатлиги борасида яхшилик қилиш — инсоний фазилатларнинг энг муҳими деб биламан.

Ғазғон қишлоғимиз тоғли ҳудудда жойлашган бўлиб, унинг таркибий қисмида мармартош конлари мавжуд. Бундай шароитда меҳнат қилиш, яшаш анчагина оғир. Лекин инсон шу қадар бардошлики, ҳар қандай вазиятда фаолият юритишга қодир бўлар экан. Қишлоғимиздан ана шундай қазилма бойликларининг чиқиши ва уни халқ истеъмоли учун тайёрлаш қанчалик машаққатли бўлмасин, аҳоли бундай ишлар олдида доим сабр-бардошлиги билан меҳнат қилиб келмоқда. Бироқ, ҳар қандай машаққатли ишлар ортида инсон соғлигига зарар келтирадиган ҳолатлар бўлади.

Бунинг учун аҳоли соғлигини олдиндан муҳофаза қилиш ва тиббиёт муассасаларидаги шароитларни яхшилашга ёрдам бериш муҳим, деб биламан. Шу боис, фермер хўжалигимиз ҳисобидан ортган даромад эвазига қишлоқ участка шифохонасининг ташқи томонини ўн миллиондан зиёд маблағ ҳисобига таъмирдан чиқариб бердик. Туман марказий шифохонасининг қон қуйиш бўлимига бир миллион, Ғазғон қишлоқ врачлик пунктига эса икки миллион сўмлик (2005-2006 йиллар мобайнида) ҳомийлик ёрдамини кўрсатдик.

Қишлоғимиз аҳолиси бундан жуда миннатдор. Мен бу билан кўп иш қилдим, деб айтмоқчи эмасман. Ҳали режалаштириб қўйган мақсад ва вазифаларим талайгина. Келгусида ҳам қишлоқ участка шифохонасидаги бошқа шароитларни бундан ҳам яхшилашга, шу тариқа аҳолининг даволанишга бўлган имкониятларини кенгайтириш асносида улар саломатлигини янада мустаҳкамлашга бел боғлаб қўйганмиз. Фермер хўжалигида ишлаётганлар асосан ҳудудда истиқомат қилаётган фуқаролардир. Шу сабабли, уларнинг ҳалол меҳнатлари эвазига орттирилган даромад аҳоли соғлиги ва ижтимоий муҳофазасига хизмат қилиши кўзда тутилган.

Юртбошимизнинг савоб ишни ҳар ким ҳар куни қилиши керак, деган пурмаъно фикрлари жамоамиз учун асосий шиорга айланган. Шунинг учун айнан бугун эмас, балки халқимизнинг келажак фаровон ҳаёти учун ҳар дақиқа хизмат қилиш ва ёрдам кўрсатишга тайёрмиз. Бу борада Ғазғон ширкат хўжалиги билан ҳамкорликдаги ишларимиз юқоридагилардан мустасно эмас. Ҳамкорликда амалга оширилган хайрли ишлар ҳеч қачон унут бўлмайди, аксинча бу ишлар меҳнаткаш халқимизнинг ҳурмат-эътиборида экан, эл дуоси ҳар қандай ишнинг ривожига руҳий мадад бўлиши шубҳасиз.

Самарқанд вилояти

Хизмат чоғида инсон манфаатлари учун ҳомийлик ҳимматининг кўрсатилиши асосий аҳамият касб этаётганлигини Самарқанд вилоятининг Жомбой туманида қад кўтарган Х. Низоматов номидаги қишлоқ врачлик пункти мисолида ҳам кўрдик.

Биз вилоятга аслида «Саломатлик-2» лойиҳаси бўйича борган бўлсакда, ҚВПнинг замонавий тарзда қурилганлиги ва у ердаги шарт-шароитларни кўриб, бундай мўъжаз маскан кимлар томонидан барпо этилгани билан қизиқдик.

Жомбой туман марказий шифохонасининг бош шифокори Сайфиддин Очилов суҳбати давомида Ўзбекистон Қаҳрамони, айни кунда Давлат қишлоқ хўжалиги уруғчилик бошқармаси раҳбари Аваз Эргашевнинг саъй-ҳаракатлари туфайли мазкур қишлоқ врачлик пункти қад кўтарганлиги ва жиҳозланганлигини фахр билан гапириб ўтди.

2005 йилнинг 1 сентябрида фаолият бошлаган ушбу маскан 5320 нафар аҳолига ёрдам кўрсатиб келмоқда. Ҳар бир тиббиёт масканига ташриф буюрганингизда, аввало, диққат-эътиборингизни у ердаги дид ва бежиримлик (эстетика), тоза муҳит, саранжом-саришталик ўзига тортаверади. Қишлоқ врачлик пунктидаги шароитлар билан бир қаторда хоналардаги жиҳозлар ҳамда тиббий-техник буюмларнинг дид билан хона муҳитига мослаб жойлаштирилганлиги, шунингдек, маҳсулотларнинг сифати юқори эканлиги бизни бефарқ қолдирмади. ҚВП ходимларининг айтишича, ушбу маҳсулотлар Аваз Эргашевнинг ташаббуси билан Самарқанд шиша заводига буюртма қилинган ва у кишининг ҳомийлигида керакли маблағ тўланиб, масканга олиб келинган. Одатда қишлоқ врачлик пункти «Саломатлик-2» лойиҳаси томонидан жиҳозланиши керак эди, лекин ҳомийлар фурсатни қўлдан бой бермаслик учун, яъни халқнинг саломатлигини ўйлаган ҳолда савобли ишга қўл урдилар. Таъкидлаш жоизки, лойиҳа жиҳозлари келтирилган, тез кунларда улар ҳам аҳоли эҳтиёжи учун амалиётда қўлланилади.

Қилинган бундай беғараз ёрдамни Аваз Эргашевнинг ўзидан эшитмаган бўлсакда, қишлоқ врачлик пунктида фаолият юритаётган ходимлар ҳамда шу ерлик аҳолининг эътирофича буларнинг бари ҳақиқат эканлигига амин бўлдик.

Эшитишимизга қараганда, мўъжаз масканнинг лойиҳасини Аваз Эргашев тақдим этган экан. Шунга кўра, давлат дастурлари ва ислоҳотларида кўрсатилганидек, муассасадаги имкониятлар талаб даражасида яратилиб, ушбу бинонинг қад кўтариши ва жиҳозлари учун 86 миллион сўмдан зиёд маблағ сарф қилинганлиги эътироф этилди.

Шунингдек, ходимларнинг фикрига қараганда, улар илгари фаолият олиб борган шифо масканининг кўриниш ва шарт-шароити янги ҚВП қиёфасидан тубдан фарқ қилади. Айниқса, муассаса имкониятларидан фойдаланаётган аҳоли ҳамда кундузги стационарда даволанаётган беморларнинг мамнунлиги ҳам юқоридаги фикрларимизга ҳамоҳанг бўлди.

Агар ҳомийнинг ўзидан бир оғизгина халқига бўлган мурувватли сўзини эшитсанг, унинг тили ва дилидаги мақсади яққол намоён бўлади. Биз Аваз акани сафаримиз давомида учрата олмаган бўлсакда, у кишининг қилаётган савобли ишларини кўриб, ниҳоятда самимий, камтар ва хушфеъл инсон эканлигига шоҳид бўлдик.

Муассасадаги шарт-шароитлардан завқланиб ишлаётган шифокор ва ҳамширалар меҳнатини кўриб, халқимиз саломатлиги йўлида қилинаётган эзгу ишлар Ҳомийлар ва шифокорлар йилининг бежизга шундай номланмаганлигини кўрсатиб турибди.

Ҳомийлар ва шифокорлар йилида ҳомийлар кўмагида амалга оширилган залворли ишларга назар ташласак, уларни айтиб адо қила олмаймиз. Демак, тараққиётимизнинг яна бир истиқболини ривожлантиришга қаратилган тадбирлар бевосита ҳомийларнинг қўллаб-қувватлаши ва ёрдами туфайли ўзининг салмоқли ўрнига эга бўлмоқда. Биз ҳам шу ўринда ана шундай ҳомийларнинг эзгуликка йўғрилган мурувватлари янада камол топишини тилаб қоламиз.

Ибодат СОАТОВА.
Суратлар муаллифи Асен НУРАТДИНОВ.

Лойиҳа ижроси амалда: Навоий ва Самарқанд вилоятлари

Ўзбекистон Республикаси
Халқаро тараққиёт уюшмаси
ADB Осиё тараққиёт банки
gain Озиқланишни Яхшилаш Глобал Алянси

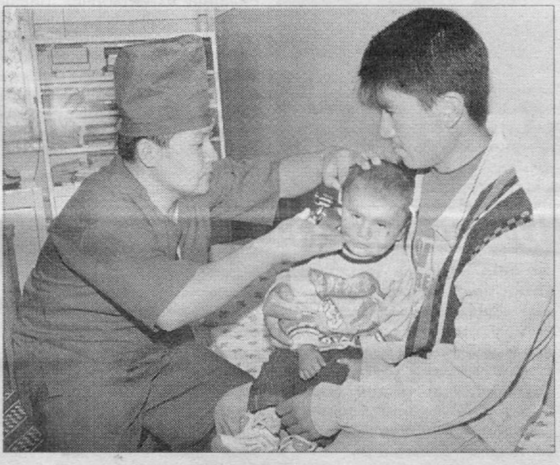
2006 й
№ 8

«Саломатлик — 2»
«Аёллар ва болалар соғлигини мустаҳкамлаш» ва «Унни бойитиш миллий дастури» лойиҳалари

«Health — 2»
«Women and Child Health Development» and «National flour fortification programm» Projects

Проекты «Здоровье — 2»
«Укрепление здоровья женщин и детей» и «Национальная программа по фортификации муки»

Навоий вилояти



Хатирчи тумани

Биз кутилмаганда Хатирчи туман Э. Абдиев номли қишлоқ врачлик пунктига кириб борганимизда, умумий амалиёт шифокори қабулига навбат кутиб турган 8 нафардан ортиқ фуқарога кўзимиз тушди. Суҳбатимиз шифокор билан бошлангунга қадар вақтни бой бермай у ерда ўтирган беморларни саволга тутдик.

— Ўғлим Диёрбек икки ёшда. Уч кундирки, безовталанади. Уйга ҳамшира бориб, шифокорга мурожаат қилишимизни тайинлаган эди. Шу сабабли, умумий амалиёт шифокори Вали Тўрақулов қабулига келган эдик, — дейди Элбек Қурбонов.

Врач Вали Тўрақулов Диёрбекни кўргач, киндик чурраси ва чап ёрғоқ истисқоси таҳсисини қўйиб, тезлик билан туман марказий шифохонасида хирургик амалиёт ўтказишни тавсия қилди. Оила аъзоларининг хаёлига келмаган бундай ташҳис отанинг кўзларига ёш қалқитди... Чунки, улар Диёрбекнинг безовталанганлигини кўриб, грипп бўлса керак, деб ўйлашган экан.

Ўзининг ҳалол меҳнати-ю, бор билими билан халқ ҳурматига сазовор бўлаётган Вали Тўрақулов қабулига биргина ўз ҳудудидан эмас, бошқа жамоа хўжалигидан мурожаат қилиб келган Ш. Ғаниева, Х. Холиқованинг ҳам фикрларини эшитиб, умумий амалиёт шифокорларининг меҳнатлари қанчалик машаққатли эканлигини англадик.

Анора КАЗАКОВА,
муолажа ҳамшираси.

— Менинг назаримда ҳамширалик касбидан масъулиятлилиги-ю, шарафлиси йўқ. Тузалиб кетган бемордан олган дуоларимиз ишларимизда қанот

ХАЛҚ ИШОНЧИНИ ОҚЛАБ

Вали ТЎРАҚУЛОВ,
Хатирчи туманидаги Э. Абдиев қишлоқ врачлик пункти мудири, умумий амалиёт шифокори.

— Фаолиятимизни «Саломатлик-1» лойиҳасидан бошлаган эдик. Айни кунда эса «Саломатлик-2» лойиҳаси доирасида ишни давом эттираяпмиз. Лойиҳани илк бошлаган пайтларимиз бир мунча қийинчиликлар туғилган эди. Ҳар нарсани вақт кўрсатади, деганларидек, бугунги кунда қийинчиликлар ортда қолиб, унинг маҳсулини кўряпмиз. Асосий мақсад, халқ ишончини оқлаш ва унинг саломатлигига бўлган эътиборни оширишдир. Аслини олганда муассасамиз «Саломатлик-1» лойиҳаси доирасида тўлиқ жиҳозланиб, ўзининг юридик мақомига эга.

2000 йилда ташкил қилинган иккинчи типдаги ҚВПмиз 4610 нафар аҳолига хизмат кўрсатиб келмоқда. Гап шундаки, авваламбор, ҳудудда яшаётган ҳар бир фуқаро соғлиги учун биз масъулмиз. Шу боис, муассасамиз таркибидаги фаолиятлар бугунги қиёфага кирган ҳолда кадрларимиз меҳнатига бўлаётган талаб аҳоли томонидан ошиб бормоқда. Айниқса, ҳамшираларни оилаларга чуқур кириб бориши, беморларни кундузги стационарга келиб, даволаниб кетишлари, шунингдек, кичик турдаги операциялар шу ернинг ўзида ўтказилиши ҳам аҳолини ҚВПга бўлган ишончини оқламоқда.

«Саломатлик-2» лойиҳасини янада такомиллаштириш мақсадида дастурий режаларимизга эга бўлган ҳолда, аҳоли ўртасида саломатлик тўғрисидаги тушунтириш ишларини тўғри йўлга қўйганлигимиз сабабли 2005-2006 йилларда юқумли касалликлар деярли қайд қилинмади, шу билан бирга долзарб касалликлар сони камайиб, халқнинг тиббий саводхонлиги ошиб, ўз соғликларига эътиборли бўлишмоқда. Эндиликда шифокор ва ҳамшира ўша оиланинг бир аъзоси сифатида ўзининг керакли маслаҳат ва тавсияларини беришга ҳақли. Чунки, тизимнинг бирламчи бўғинини ислоҳ қилиш ва ривожлантириш ҚВП ходимларининг асосий вазифасига айланганлиги, ҳеч биримизга сир эмас.

Мамнунлигимиз шундаки, аҳоли ўз соғлигини муҳофаза қилиш мақсадида ҚВПмизга янада яқинроқ боғланмоқда. Лекин халқ ишончини оқлаш, унинг соғлиги учун масъул бўлиш осон эмас. Бунинг учун биздан билим, касбий маҳорат ва хушмуомалалик талаб этилади.

Дил изҳори

— Мана олти йилдирки, ҳудудимиздаги Э. Абдиев номли қишлоқ врачлик пунктининг аҳолига кўрсатиб келаётган тиббий хизматидан биргина биз эмас, балки бутун аҳоли миннатдор. Чунки, ҚВПда ишлаётган шифокор ва ҳамшираларнинг билимлари, муомала-маданиятлари, уларнинг уйма-уй юриб, касалликлар тўғрисида маълумот беришлари ва керакли муолажаларни уйда ёки бўлмаса муассасада ўтказишлари ҳам касалликнинг тезда бартараф бўлишида ёрдам бермоқда. 97 ёшли онажонимизнинг қон босимлари вақти-вақти билан кўтарилиб туради. Шундай пайтларда маскан ходимларининг тезда етиб келиб, ёрдам кўрсатишларидан мамнунмиз. Улар бахтимизга доимо омон бўлишсин.

Маҳмуд ЖУМАЕВлар оиласи.

СУРАТДА: *қишлоқ врачлик пункти фельдшери Комил Рафиқов 97 ёшли Сафар момо Жумаева хонадонига ташриф буюриб, онахоннинг соғлиғини назорат қилмоқда.*

бўлса, масъулиятсизлик туфайли хатоликка йўл қўйсак, бир умр виждон азоби қийнайди. Шунинг учун бемор муолажаларини тўғри ва аниқ олиб боришда ҳамшира ўта ҳушёр туриши, асептика ва антисептика қоидаларига риоя қилиши муҳим. ҚВПдаги фаолиятим мисолида айтишим мумкинки, кейинги пайтларда мурожаат қилувчи беморлар ҳамда муолажасини кундузги стационарда олаётганлар кўпаймоқда.

Беморларга кўрсатилаётган муолажаларни ўз вақтида бекаму кўст ўтказиш ва доимий назоратда бўлишни асосий бурчим деб биламан. Муассасамиздаги шароитларга келадиган бўлсак, иш юритишимиз учун барча қулайликлар мавжуд. Айниқса, кейинги пайтларда ширкат хўжалиги тасарруфидаги фермерлар томонидан кўрсатилаётган ҳомийликлар ҳам баъзи шароитларимизни мустаҳкамлашда қўл келмоқда. Олдинги йилларга қараганда аҳолининг бизга бўлган ишончининг ортиши халқимиз орасида тиббий маданиятга бўлган эътиборнинг кучайишидир, деб биламан.

Ўзбекистон Республикаси · Халқаро тараққиёт уюшмаси · Осиё тараққиёт банки · Озиқланишни Яхшилаш Глобал Альянси

2006 й № 8

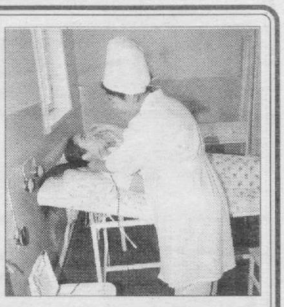
«Саломатлик — 2»
«Аёллар ва болалар соғлиғини мустаҳкамлаш» ва «Унни бойитиш миллий дастури» лойиҳалари

«Health — 2» «Women and Child Health Development» and «National flour fortification programm» Projects

Проекты «Здоровье — 2» «Укрепление здоровья женщин и детей» и «Национальная программа по фортификации муки»

Хатирчи тумани

КАСБИМИЗ БИЛАН ФАХРЛАНАМИЗ



Жамшид ЖАҲОНГИРОВ, тиш шифокори.

— Ҳудудимизда 10 мингдан зиёд аҳоли яшайди. Уларни ҳар қандай касаллик безовта қилади. Касалликлар орасида тиш оғриғи ўзининг нозиклиги билан ажралиб туради. Бир кунда 15 нафарга яқин беморни қабул қиламан. Ушбу муассасада тўрт йилдан бўён фаолият олиб бораётган бўлсам, кўплаб беморлар касалликни кечиктириб келганликларининг гувоҳи бўлдим. Ана шундан кейин биргина ҚВПда эмас, балки, мактабгача тарбия муассасалари ва мактабларда тарғибот ишларини олиб бориш жараёнида уларни тиббий кўрикдан ўтказиш ишларини йўлга қўйдим. Ҳозирги пайтда тиш касалликларининг айримларига барҳам берилиб, фуқаролар ўз вақтида мурожаат қилаётганликлари ишимизни бир мунча енгиллаштирмоқда. Дори-дармон масаласига келсак, мавжуд дориларни аҳоли эҳтиёжи учун қўллаймиз.

Ёш мутахассис сифатида шу нарсага амин бўлдимки, инсоннинг ўз касбига меҳри бўлса, муаммолар олдида чекинмас экан. Гоҳида фаолиятим давомида учраб турадиган камчиликларни бартараф этиш мақсадида ўзимдан куч ва имконият излашга ҳаракат қиламан.

Аввало, Соғлиқни сақлаш вазирлиги, «Саломатлик-2» лойиҳаси ҳамда вилоят соғлиқни сақлаш бошқармаларининг кадрлар масаласига бўлган эътиборини оқлаш учун астойдил меҳнат қилишни асосий бурчим деб биламан.

Маҳфуза САМАТОВА, Хатирчи туманидаги А. Навоий қишлоқ врачлик пунктининг патронаж ҳамшираси.

— ҚВПмиз 2002 йилда очилган бўлиб, 6 нафар шифокор, 26 нафар ҳамшира ва 4 нафар кичик тиббиёт ходими 10 минг 800 аҳолига тиббий хизмат кўрсатиб келмоқда. Мен ҳам ушбу масканда олти йилдан бери халқимиз саломатлиги йўлида фаолият юритмоқдаман. Ушбу касбни танлаб, янглишмаган эканман. Фаолиятим 158 та хонадон билан боғлиқ. Кейинги пайтларда оилаларда олиб бораётган ишларим тажрибамни янада бойишига сабаб бўлмоқда. Чунки, оилада нечта киши бўлса ҳам уларнинг соғлиги учун ўзимни масъул деб ҳисоблайман. Оилаларда ҳар қандай вазиятлар бўлиши мумкин. Яқинда бир хонадонга борсам, оила аъзолари маҳалла мутасаддиларидан хафа бўлиб туришган экан. Сўнгра, оила аъзоси билан биргаликда маҳалла фаолларига мурожаат қилдик ва мен ўша хонадоннинг оилавий шароитларини тушунтириб айтганимдан сўнг, улар моддий ёрдам беришга рози бўлишди.

Яна бир мисол, Адолат Қурбонова оиласига борганимда тўрт ойлик набираси Фарҳоджоннинг чинқираб йиғлашига қараб, уни қандайдир хасталик безовта қилаётганлигини англадим. Кузатув жараёнида Фарҳоджон ниҳоятда қийналиб пешоб ажратишини сезиб қолдим. Дарҳол уларга марказий шифохонанинг хирургия бўлимига мурожаат қилишларини айтдим. Мен тахмин қилган ташхис тўғри чиққанлиги боис, оила аъзолари мендан жуда хурсанд бўлишди. Ана шундай пайтда аҳолига ёрдамим тегаётганлигидан мамнун бўлиб кетаман.

Руқия СУЛТОНОВА, физиотерапия ҳамшираси.

— Физиотерапия хонасида беморлар учун қўллайдиган барча аппаратлар мавжуд. Лекин уларни ўз ўрнида ишлата олиш ҳамширадан катта масъулият талаб қилади. Турли ташхислар билан келган беморларга тиббий хизматни ўта ҳушёрлик билан ўтказиш лозим. Чунки аппаратларнинг ҳар бири ташхис бўйича маълум бир вақтга мўлжалланган. Айни кунларда иқлимнинг ўзгариши айрим касалликлар хуруж қилишига сабаб бўлмоқда. Шу боис, беморларимиз сони бир мунча кўпайган. Ана шу жараёнларда эҳтиёткорлик билан муолажаларни амалга оширишга ҳаракат қиламан. Бундан ташқари, айрим беморларимиз хонадонларида бўлиб, керакли муолажаларни мумкин бўлган аппаратлар ёрдамида ўтказиб тураман. Физиотерапия муолажаларини ўз вақтида олиш ҳар қандай касалликнинг авж олиб кетишидан эрта сақлайди.

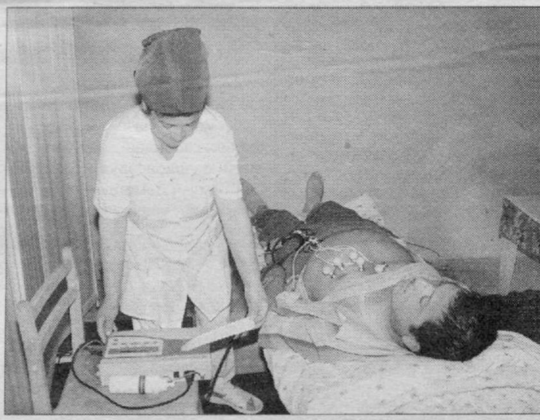
Нурота тумани

Нурота тумани марказидан Ғазғон қишлоғи томон келар эканмиз, ёнимиздан тез тиббий ёрдам машинаси ғизиллаб ўтиб кетди. Ҳамроҳимиз Ҳаким Рўзиевнинг айтишига қараганда, ушбу тез тиббий ёрдам машинаси Ғазғон қишлоқ врачлик пунктига қарашли экан...

Ғазғон қишлоқ врачлик пунктига кириб борганимизда ҚВП мудираси Дилбар Ҳожиева йўлда содир бўлган фалокатдан жароҳат кўрган аҳволи оғир беморни туман марказий шифохонасига тез тиббий ёрдам машинасида олиб кетаётганлигини айтишди. Муассасада қишлоқ врачлик пункти мудираси бўлмасада, бири-биридан чаққон ҳамширалар бизни олиб бораётган фаолиятлари билан бирма-бир таништира бошлашди.

Танишиш жараёнида хоналардаги тиббий асбоб-анжомлар, ходимлар билимини оширишга қаратилган услубий қўлланмалар ҳамда Вазирлар Маҳкамаси, Соғлиқни сақлаш вазирлиги томонидан чиқарилган меъёрий ҳужжатлар борлиги бизни бефарқ қолдирмади. Дилбар Ҳожиеванинг иш столидаги ҳужжатларни кўздан кечирар эканмиз, улар орасида ҳомилайлар учун алоҳида қайдлов дафтари борлигига кўзимиз тушди. 2005-2006 йилларда қишлоқ врачлик пунктига ёрдам қўлини чўзган фуқаролар сонининг кўплиги бизни ҳам қувонтирди.

МАШАҚҚАТЛИ МЕҲНАТ ОРТИДА



Муҳаббат ҚОДИРОВА, Нурота туманидаги Ғазғон қишлоқ врачлик пунктининг ЭКГ ҳамшираси.

— Ҳудудимиз мармартош конлари ёнида жойлашган бўлиб, экология туфайли аҳоли соғлиги учун бир мунча муаммоларни келтириб чиқариши мумкин. Шу боис, барча имкониятларни ишга солган ҳолда жамоамиз аҳли, шунингдек, аҳолининг ўзи ҳам бир жону бир тан бўлиб ишлаймиз.

ҚВПмиз 2001 йилнинг сентябрь ойида қайта таъмирланиб, ишга туширилган. Айни кунда 2170 нафар аҳоли масканимиз ходимлари сифатли тиббий хизмат кўрсатиб келишмоқда. Аҳоли орасида юқори нафас йўллари, қон босимининг кўтарилиши, ўт-тош, буйрак ва камқонлик каби касалликлар мавжуд. Уларни ўз вақтида даволаш ва олдини олишда тез-тез тиббий кўриклар ҳамда аҳоли ичида ташвиқот ва тарғибот ишларини олиб борамиз. Анча йиллардан бўён ЭКГ аппаратида ишлаб келяпман. Гоҳида қон босими кўтарилган беморлар мурожаат қилса, уларга касалликлари тўғрисида керакли маслаҳат ва тавсияларни бериб тураман.

Қишлоқ врачлик пунктимизда барча имкониятлар мавжуд. Шу ўринда айтишим жоизки, вилоят ва туман марказидан олисда бўлсакда, керакли шарт-шароитларни имконият даражасида, шу ернинг ўзида аҳоли билан ҳамжиҳатликда яратиб, ҚВП мудири Дилбар Ҳожиева раҳбарлигида амалга ошириб келмоқдамиз. Мақсадимиз аҳолига сифатли тиббий хизмат кўрсатиш.

Муқаддас БОЗОРОВА, Моҳила ҲАМРОЕВА, Ғазғон қишлоғи фуқаролари (ҳомийлар).

— ҚВПнинг ташкил қилинганлиги ғазғонликлар учун кўпгина қулайликларни яратди. Олдинлари олисдаги туман марказий шифохонасига бориб, касаллигимиз бўйича мурожаат қилар эдик. Эндиликда эса лаборатория, физиотерапия хоналари ва тажрибали мутахассисларнинг иш олиб бориши соғлигимизга бўлган эътиборимизни оширди. Ҳар қандай вазиятда ҳам камчилик ва муаммолар бўлиши мумкин.

Қишлоқ врачлик пункти иш бошлаган айни бир пайтда анчагина муаммолар бўлди. Биз бундан хабар топгач, қўлимиздан келган беғараз ёрдамимизни бера бошладик. Ўзимиз ёки болаларимизни соғлиги ёмонлашиб қолганда, шифокор ва ҳамширалар доимий ёрдамга шошилишади. Уларнинг муомаласи, муолажалари дардларимизга малҳам бўлиб, касалликдан тезда фориғ бўламиз.

ҚВПга керак бўлган ҳар қандай ёрдамдан чўчимаймиз, чунки у ерда қанча шарт-шароитлар етарли бўлса, аҳолига кўрсатилаётган тиббий хизматнинг сифати шунча яхши бўлади.

Биз Ғазғон қишлоғининг аҳолиси билан суҳбатда бўлар эканмиз, улар Ғазғон қишлоқ врачлик пунктида доя бўлиб ишлаётган Латифа Ҳожиевадан бир умр миннатдор эканликларини айтишди. Сабаби, жасоратли инсоннинг ташаббуси билан Ғазғон қишлоғига табиий газ келтирилибди.

Самарқанд вилояти

Самарқанд тумани

Ҳар бир вилоятнинг ўзига хос тарихи, иқлими, урф-одати ва жамиятда тутган ўрни бўлади. Шундай экан, кўҳна Самарқанд вилояти ҳам ўзининг жаҳонга донг таратган тарихий обидалари, замонавий типда қурилган бинолари, буюк алломалари-ю, улуғвор қадамжолари билан шуҳрат қозонган.

Ушбу заминга ташриф буюрганимизда замон талаблари даражасида қад ростлаган қишлоқ врачлик пунктларининг кўркамлиги ҳамда янги технологиялар билан жиҳозланганлиги бу тизимдаги ишлар кундан-кунга ривож топиб бораётганлигидан далолат бериб турарди.

Айни кунда вилоятда 384 та ҚВП бўлиб, 146 таси янги қурилган, таъмирдан чиққанлари эса 238 тани ташкил қилади. Шулардан, 52 таси I типда, 117 таси II типда ва 215 таси эса III-IV типда қурилган ҚВПлардир.

Вақтимиз чекланганлиги боис, фақатгина вилоятдаги 3 та қишлоқ врачлик пунктида бўлиб, у ерда олиб борилаётган фаолиятлар билан танишиб қайтдик.

Ўзбекистон Республикаси
Халқаро тараққиёт уюшмаси
ADB
Осиё тараққиёт банки
gain
Ознуқанинг Яхшилаш Глобал Альянси
2006 й
№ 8
«Саломатлик — 2»
«Аёллар ва болалар соғлигини мустаҳкамлаш»
ва «Унни бойитиш миллий дастури» лойиҳалари
«Health — 2»
«Women and Child Health Development»
and «National flour fortification programm» Projects
Проекты «Здоровье — 2»
«Укрепление здоровья женщин и детей»
и «Национальная программа по фортификации муки»

МЕҲНАТЛАРИМИЗ ОРТИДА ЭЛ ДУОСИ

Нигора АБДУЛЛАЕВА,
Самарқанд туманидаги Мироқанд қишлоқ врачлик пунктининг болалар шифокори.

– Қишлоқ врачлик пунктимиз 2003 йилнинг сентябрь ойида фаолият бошлаган эди. Айни кунда 4 нафар шифокор, 10 нафар ҳамшира, 4 нафар кичик тиббиёт ходими 3869 нафар аҳолига тиббий хизмат кўрсатиб келишмоқда. Кейинги йилларда бирламчи бўғинга қаратилган эътибор туфайли тиббиёт ходимлари меҳнатига бўлган масъулият янада ошди. «Саломатлик-2» лойиҳаси доирасида фаолият олиб борар эканмиз, Жаҳон Банки томонидан берилаётган беғараз ёрдам ишларимизни бир мунча енгиллаштирмоқда. Бирламчи бўғинни шакллантиришдан асосий мақсад, аҳолига яқин бориб, уларнинг соғлиги, турмуш тарзи ва тиббий саводхонлигини оширишга борасида фаолиятни кучайтиришдан иборатдир. ҚВПмизда фаолият юритаётган 10 нафар ҳамшира доимий равишда аҳоли орасида турли хил касалликларнинг олдини олиш ва даволаш бўйича зарурий маслаҳатларни бериб, тарғибот ва ташвиқот ишларини олиб боришмоқда. Хуллас, жамоамизнинг ҳамфикр бўлиб, ҳамкорликда олиб бораётган бундай ишлари аҳолининг тиббиёт тизими ва уларда фаолият юритаётган ходимларга бўлган ишончини орттирмоқда. Бизнинг ниятимиз ва асосий мақсадимиз ҳам халқимиз ишончини қозониб, уларнинг саломатлигини асрашдан иборатдир.

– Қишлоқ врачлик пунктимиз «Саломатлик-2» лойиҳаси доирасида фаолият олиб борар экан, олдимизда қилиниши керак бўлган ишларимиз жуда кўп. Аввало, шарт-шароит ва имкониятларни яратиш, кадрлар билан таъминлаш, молиявий аҳволни яхшилаш ҳамда халқнинг тиббиётга бўлган ишончи ва саводхонлигини оширсаккина келгусида кўзлаган режаларимизни амалга оширишимиз мумкин, – дейди қишлоқ врачлик пункти мудираси, умумий амалиёт шифокори Манзура Икромова.

Жамила МЎМИНОВА,
муолажа ҳамшираси.

– Мана уч йилдирки, қишлоқ врачлик пунктимиз янги мақомни олгандан кейин, аҳолининг ушбу тиббиёт масканига бўлган эътибори оша бошлади. Чунки, улар соғликлари учун қишлоқдан бир неча километр узоқликда бўлган туман марказий шифохонасига мурожаат қилишар эди. Эндиликда эса аҳолининг узоғи яқин бўлиб, анча қулайликларга эга бўлишди.

Мен муолажа ҳамшираси сифатида беморларга ўз вақтида, хушмуомалалик билан тиббий ёрдам кўрсатиш лозим деб ўйлайман.

Баҳодир АШУРОВ,
тиш шифокори.

– Тиббиётдаги ҳар бир йўналишнинг ўзига хос мураккаб томонлари бор. Ишимиз оддий кўринсада, амалга ошириладиган муолажаларимиз асаб тизими билан боғлиқ бўлади. Бунинг учун тиш шифокори ўзининг касбий маҳорати ва билимига эга бўлиши керак. Қишлоқ врачлик пунктларининг иш бошлагани аҳоли соғлиги учун айни муддао бўлди. Бир кунда ўртача 7-8 нафар бемор қабул қиламан. Бундан ташқари, боғча тарбияланувчилари ва мактаб ўқувчиларини ҳам тиббий кўрикдан ўтказиб, даво муолажаларини олиб бораяпман. Асосий мақсадимиз, халқимиз соғлигини мустаҳкамлаш экан, бу борада маҳалла фаоллари ҳамда бир қанча ташкилотлар билан ҳамжиҳатликда фаолият юритсак, ҳар қандай касалликнинг олди олинарди.

Тойлоқ тумани

ЗАВҚЛАНИБ ИШЛАШ ҲИССИ

Зилола МАҲМУДОВА,
Тойлоқ тумани Сочаки Поён қишлоқ врачлик пунктининг мудираси, умумий амалиёт шифокори.

– «Саломатлик-1» лойиҳаси дастури асосида ўқиб, малакамни ошириб қайтгач, янада жўшиб ишлашни мақсад қилиб, айни кунда олган билимларим бўйича фаолият юритиб келмоқдаман. 10 ойлик ўқув курсининг афзаллик томонлари шунда бўлдики, икки ҳафта назарий билим олиб, икки ҳафта давомида муассасамизда амалий жараёнда бўлдик. Назарий ва амалий жараёнлар давомидаги тажрибам асосида «Туғиш ёшидаги аёлларда қон босимининг кўтарилиши» мавзусида лойиҳа олдим. Ўқув курси тугагунга қадар ушбу лойиҳа бўйича аҳоли орасида иш олиб бордим. Ҳимоя жараёнида лойиҳа мавзусидаги изланишларим ўз ифодасини топди.

«Саломатлик-1» лойиҳаси доирасида жиҳозланган қишлоқ врачлик пунктимизда деярли барча шароитлар мавжуд. 2001 йилдан буён фаолият юритиб келаётган ҚВПмизда уч нафар шифокор, 8 нафар ҳамшира ва иккита кичик тиббиёт ходими 4723 нафар аҳолига тиббий хизмат кўрсатиб келмоқда. Аҳоли орасида камқонлик, юрак ишемик ҳамда бўқоқ касалликларининг кўпайганлиги барчамизни ташвишга солиб қўйди. Ушбу касалликларнинг олдини олиш мақсадида жамоамиз билан ҳамкорликда тарғибот ва ташвиқот ишларини кучайтириб, ҳудуддаги болалар боғчаси, мактаб ҳамда маҳалла фаоллари ҳамкорлигида суҳбат ва турли хилдаги тадбирлар ўтказиб келаяпмиз. Юқумли касалликларга келадиган бўлсак, жорий йилнинг тўққиз ойи давомида 5 нафар фуқаро сариқ касаллиги билан хасталанган. Айни кунларда эса, мавсумий касалликлар бўйича аҳоли орасида тушунтириш ишлари олиб борилаяпти. Ҳар йили икки мартадан мактаб, боғча ва айрим ташкилот ходимлари тиббий кўрикдан ўтказилади. Яқинда мактаб ўқувчиларини тиббий кўрикдан ўтказганимизда уларнинг 14 нафарида турли хил кўз касалликлари борлиги аниқланди ва керакли маслаҳатлар берилиб, айримларига даволаниш учун йўлланма ажратилди.

Мутахассис сифатида таъкидламоқчиманки, фаолият борасида доимий изланишда бўлиб, касбий маҳоратни ошириб бориш муҳим. Ҳали ишларимиз кўлами ниҳоятда кенг. Ютуқлар қатори камчиликларимиз ҳам мавжуд. Муаммо ва камчиликларни бартараф этиш ўзимизга боғлиқ экан, бу йўлда фақат сабр-тоқат, ирода ва матонат керак.

СУРАТДА: *тажрибали доя Зулхумор Козимова замонавий аппарат ёрдамида ҳомиланинг ривожланиш жараёнини кузатмоқда.*

(Давоми 6-бетда).

2006 й
№ 8

Ўзбекистон Республикаси · Халқаро тараққиёт уюшмаси · Осиё тараққиёт банки · gain

«Саломатлик – 2»
«Аёллар ва болалар соғлигини мустаҳкамлаш»
ва «Унни бойитиш миллий дастури» лойиҳалари

«Health – 2»
«Women and Child Health Development»
and «National flour fortification programm» Projects

Проекты «Здоровье – 2»
«Укрепление здоровья женщин и детей»
и «Национальная программа по фортификации муки»

Тойлоқ тумани

ЗАВҚЛАНИБ ИШЛАШ ҲИССИ

**Насиба РАҲИМОВА,
лаборант.**

– Беш йилдан буён фаолият кўрсатаётган қишлоқ врачлик пункти ходимлари меҳнатидан аҳоли мамнун бўлмоқда. Чунки, улар бу ердаги шароит ва яратилган барча қулай имкониятлардан унумли фойдаланмоқдалар.

Айниқса, лаборатория текширувига келган беморларимиз навбат кутиб туришмайди. Таҳлилий натижаларни ҳам бир зумда тайёр қилиб берамиз. Ишимиз учун зарур бўлган реактивларга келадиган бўлсак, уларнинг доимий мавжуд бўлиши учун олдиндан туман марказий шифохонасига мурожаат қиламиз.

Айрим ҳолларда ётиб қолган беморларга хонадонларнинг ўзида тиббий ёрдам кўрсатамиз. Бу эса аҳолининг қишлоқ врачлик пунктига бўлган эҳтиёжини кун сайин оширмоқда. Мана шуларни чуқур англаган ҳолда бутун саъй-ҳаракатларимизни даво истаб келган мижозларга малакали тиббий хизмат кўрсатишга йўналтирмоқдамиз.

**Зулхумор КОЗИМОВА,
доя.**

– Давлат сиёсатининг устувор йўналишларидан бири оналик ва болаликни муҳофаза қилишга қаратилган экан, бу борада биз мутахассислар ҳам аҳоли орасида кенг тушунтириш ишларини олиб бориб, соғлом онадан соғлом фарзанд туғилиши учун бутун эътиборни туғиш ёшидаги ҳамда ҳомиладор аёллар соғлигига қаратганмиз.

Айни кунларда туғиш ёшидаги аёлларимизда камқонлик ва хафақон касалликлари учраб тургани бизни ташвишга солмоқда. Шу боис, аҳоли орасида ушбу касалликларнинг олдини олишга қаратилган тадбирларни ўтказиб, мумкин қадар уларнинг сонини камайтиришга ҳаракат қилаяпмиз.

Шунингдек, ҚВПда оналар бурчаги ташкил этилган бўлиб, бўлажак оналар учун алоҳида суҳбатлар уюштириб турамиз. Бундан ташқари, мактаблардаги юқори синф ўқувчилари орасида ҳам тарғибот ишларини олиб бориб, тест-синов саволлари тузган ҳолда уларнинг фикрларини билишга ҳаракат қиламиз.

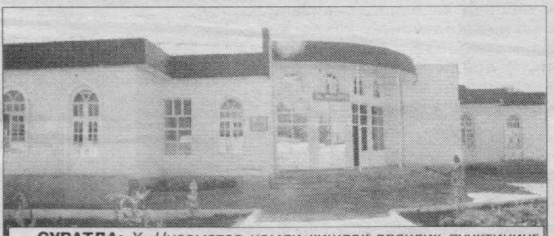
Аёлларимизни янада соғлом бўлишлари учун биз билан бир қаторда оила аъзолари ҳам масъул бўлсалар соғлом онадан соғлом фарзанд дунёга келиши шубҳасиз.

**Санобар САТТОРОВА,
болалар шифокори.**

– Болалар шифокори бўлишнинг ўзи катта бахт. Чунки, болажонлар билан ишлаш инсон қалбига кўтаринки кайфият бағишлайди. Лекин айрим ҳолларда болалардаги касалликлар мутахассисни ташвишга солиб қўяди. Чунки, ота-оналар болаларининг соғлиги учун врачга ўз вақтида мурожаат қилмайдилар. Гоҳида айрим касалликлар асорати билан келган болаларни текширувдан ўтказсам, ачиниб кетаман. Касалдан кўра, унинг асорати ёмон бўлади.

Қишлоқ врачлик пунктининг иш бошлагани аҳолига анча енгиллик туғдирди. Ундан ташқари, боғча ва мактаб ўқувчиларининг тиббий кўрикдан ўтишлари ҳам касалликларнинг олдини олишда муҳим аҳамият касб этмоқда. Мана бугун ҳудудимиздаги 11-мактабда таҳсил олаётган ўқувчиларни тиббий кўрикдан ўтказдим. Улар орасида турли хил касалликларга мойил бўлган болаларга керакли тавсияларни бердим. Истардимки, ҳар бир ота-она фарзандининг соғлиги учун ўз вақтида қайғурса, мақсадга мувофиқ бўларди.

Жомбой тумани

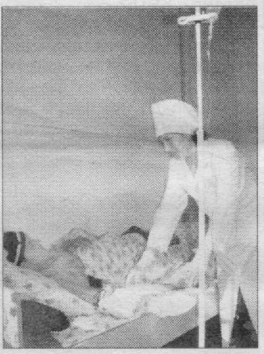


СУРАТДА: *Х. Низоматов номли қишлоқ врачлик пунктининг ташқи кўриниши.*

Дил изҳори

Уч кун давомида бел соҳамдаги оғриқ безовта қила бошлади. Ўтиб кетар дея эътибор бермадим. Кун сайин зўрайган оғриқ ҳолсизлантириб қўйди. Қишлоқ врачлик пунктидан келган ҳамшира аҳволимни кўриб, шифокорга учрашишимни айтди. Ниҳоят, тиббиёт муассасасига келдим. Шифокор Тошмирза Ғайбуллаев текшириб кўргач, буйракларим шамоллаганлигини айтиб, тезда даволанишим кераклигини тавсия қилди. Мазкур ҚВПнинг кундузги стационарида даволана бошладим. Беш кундирки, аҳволим яхши томонга ўзгариб бораяпти. Бу ердаги шароитлар, шифокор ва ҳамшираларнинг малака ҳамда муомаласи дардимга малҳам бўлиб, касалликдан фориғ бўлаяпман. Ана шундай меҳнатсевар тиббиёт ходимлари бахтимизга соғ-омон бўлишсин.

Суюн РАЖАБОВ, 69 ёш.



**Гулшан ТУРСУНҚУЛОВА,
катта ҳамшира.**

– Қишлоқ врачлик пунктимиздаги барча имконият ва шароитлардан завқланиб ишласа арзийди. Муассасамиздаги 14 нафар ҳамширамиз ўз ишларини меъёр даражасида олиб боришга ҳаракат қилишади. Уларнинг ишларини янада енгиллаштириш мақсадида стандартлар тузиб, ҳамширалик жараёни ва ёзувларини ташкил этдик. Айниқса, патронаж ҳамшираларимиз ўзларига бириктилган оилаларда бўлиб, тушунтириш ишларини олиб бориш билан бир қаторда, беморлар парваришига бўлган эътиборни ҳам кучайтирмоқдалар.

Лекин ҳали қилиниши керак бўлган ишларимиз жуда кўп. Бунинг учун касбимиз биздан изланиш ва ҳаракатни талаб этади. Шу боис, халқимиз саломатлиги йўлида хизмат қилиб, касалликларнинг олдини олишда фаол иштирок этиш асосий бурчимиз эканлигини унутмаслигимиз керак.

ҲОМИЙЛАР ҲИММАТИДА ХАЛҚИМИЗ САЛОМАТЛИГИ

**Тошмирза ҒАЙБУЛЛАЕВ,
Жомбой тумани
Х. Низоматов номидаги
қишлоқ врачлик пункти
мудири.**

– Ҳудудимизда 5320 нафар аҳоли истиқомат қилади. Уларга 4 нафар врач, 14 нафар ҳамшира ва 2 нафар кичик тиббиёт ходими тиббий хизмат кўрсатиб келишмоқда. Янги қурилган қишлоқ врачлик пунктимиз 2005 йилнинг 1 сентябрь куни замонавий бинода иш бошлади. Аввало, шуни айтишим керакки, ҳар бир жамоада қачонки, шароит ва имкониятлар мавжуд бўлсагина, ишлар ривожи илгари силжийди. Ҳудудимиз аҳолиси учун ўзининг ҳомийлик ҳимматини кўрсатган Ўзбекистон Қаҳрамони Аваз Эргашевга ўз миннатдорчилигимизни билдирамиз. Камтарин инсоннинг беғараз ёрдами туфайли замонавий тарзда қишлоқ врачлик пункти қад кўтариб, керакли жиҳоз ва тиббий асбоб-ускуналар билан таъминланди.

Айни кунларда қишлоқ врачлик пункти «Саломатлик-2» лойиҳаси доирасида фаолият олиб бормоқда. Лойиҳадан келтирилган жиҳозлар тез кунларда мутахассислар томонидан жойлаштирилиш арафасида турибди. Қолганларининг эса йил охиригача келиши кутилмоқда.

Фаолият олиб бораётган ходимларимиз аҳоли билан ишлашда ўз билим ва маҳоратларига суянган ҳолда касалликлар бўйича тушунтириш ишларини олиб боришмоқда. Лекин ишнинг сифатли бўлиши учун кадрлар масаласига чуқур эътибор бериш муҳим экан. Чунки, ҳар бир шифокор ва ҳамшира ўз бемори олдида керакли ташҳис ва тавсиясини бера олиши ҳамда зарурий билимга эга бўлиши лозим.

Аҳолининг қишлоқ врачлик пунктлари ҳамда тиббиёт ходимларига бўлган ишончи тобора ортиб бормоқда.

Биз хизмат сафари давомида Навоий ва Самарқанд вилоятларининг қишлоқ врачлик пунктларида бўлар эканмиз, мазкур тиббиёт муассасаларида асосий мақсадга йўналтирилган вазифалар бўйича амалга оширилаётган ишларнинг гувоҳи бўлдик. Навоий вилоятининг қишлоқ врачлик пунктларидаги фаолиятлар лойиҳа доирасида ўзига хос тажрибаларни касб этган бўлса, Самарқанд вилоятининг ана шундай масканларидаги тиббиёт ходимлари эса, вақтни қўлдан бой бермай катта қизиқиш ва иштиёқ билан кенг кўламда иш олиб бормоқдалар.

Уларнинг келгусидаги ишларига ривожлар тилаб қоламиз!

Совместное бюро реализации проектов «Здоровье-2», «Укрепления здоровья женщин и детей».
Директор – Расулов Нуғмон Нигматуллаевич.
700007,
г. Ташкент,
ул. Паркентская, 51,
ТашИУВ, Административный корпус, 3-й этаж.
Контактные телефоны: 68-08-19, 67-73-47.
Факс: 68-25-39, E-mail: office @ jpib.uz. com.uz.

Над спецвыпуском работала: И. СОАТОВА.
Фото: А. НУРАТДИНОВА.

ВНЕДРЕНИЕ ФОРМУЛЯРНОЙ СИСТЕМЫ В СТРУКТУРУ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ УЗБЕКИСТАНА

(Продолжение. Начало в предыдущих номерах).

СТАНДАРТИЗИРОВАННЫЙ ФОРМУЛЯР (СПИСОК ОСНОВНЫХ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СРЕДСТВ) ДЛЯ ОБЛАСТНЫХ,ГОРОДСКИХ ДИСПАНСЕРОВ ДЕРМАТОЛОГИИ И ВЕНЕРОЛОГИИ.

38	Цианокобаламин	амп. 100 мкг/мл, 200 мкг/мл,500 мкг/мл
39	Тиамин бромид	амп 2,5%,5% по 1мл
40	Фолиевая кислота	таб. 0.001г,0.005г,0,4мг
41	Аскорбиновая кислота	амп.5%,10% по 1мл;таб.100мг,250мг, 500мг,1000мг ;драже 500мг
		гранулы 2,5г;пор (субст)
42	Никотиновая кислота	таб. 500мг,пор. (субст),амп 1% по 1 мл
43	Токоферол	р-р масл 10%, 50% в капсулах 0,2 г ;капс 100мг,200мг,400мг
		фл. 30% 20мл;пастилки 100мг
44	Эргокальциферол	драже 500 МЕ ;масляный р-р 0,0625% и 0,125%
		спиртовый р-р 0,5% 5мл фл.
	ФЕРМЕНТЫ И АНТИФЕРМЕНТЫЕ СРЕДСТВА	
45	Панкреатин	таб. 0.25г 10000ед ,0.25г 3500ед ,капс.10000ед,25000ед 150мг
	Препараты для парентерального питания, аминокислоты	
	ПЛАЗМОЗАМЕНИТЕЛИ И СОЛЕВЫЕ РАСТВОРЫ, РАСТВОРИТЕЛИ	
46	Декстран 70, 40	р-р д/инф. 6% по 200мл,400мл во фл.
47	Натрия соли	пор. (субст),таб.0,5 ;р-р д/инф. 0,9%по 250мл,400мл,500мл во фл
		амп 0,9% по 5мл,10мл
48	Дисоль	р-р д/инф. по 200мл ,400мл во фл
49	Трисоль	р-р д/инф. по 200мл,400мл во фл
50	Ацесоль	р-р д/инф по.200мл,400мл во фл
51	Вода для инъекций	амп. по 5мл, 10мл
	ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ КИСЛОТНО-ОСНОВНОГО СОСТОЯНИЯ И ИОННОГО РАВНОВЕСИЯ	
52	Калия соли	амп. 4% по 10мл,амп. 7,5% по 20мл,драже ,инфуз.р-р во фл.
		таб. 0,5г ,р-р д/инф 4% во фл. ,таб. 0,1г,пор. (субст)
53	Кальция соли	пор.;амп. 10% по 5мл,10мл; капс. 15мг, таб. 0,5г,0,1г
54	Магния соли	амп. 25% по 5мл, 10мл,20мл, пор. 25г,пор. (субст)
	СРЕДСТВА, СТИМУЛИРУЮЩИЕ ЭРИТРОПОЭЗ	
	Препараты содержащие железо	
55	Соединения Fe (II) и Fe (III)	амп. по 2 мл,таб. 100мг; 300мг ,драже 325мг,фл. 50мл, 100мл
		капс.350мг, 500мг, 1000мг, 165мг
56	Кобавит	таб. 0.005г,0.01г
	СРЕДСТВА, ВЛИЯЮЩИЕ НА ИММУНИТЕТ	
57	Иммуноглобулины	
58	Вакцины	
59	Сыворотки	
60	Анатоксины	
	СРЕДСТВА, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ОТРАВЛЕНИЯХ И ИНТОКСИКАЦИЯХ	
61	Унитиол	амп. 5% по 5мл
62	Уголь активированный	таб. 250мг
	СРЕДСТВА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ АЛКОГОЛИЗМА И НАРКОМАНИИ	
63	Дисульфирам	таб. 250мг,500мг
	СРЕДСТВА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ	
	Антибиотики	
64	Бензатинбензилпенициллин	пор. д/ин. 600000 ЕД ,1500000 ЕД, 2400000 ЕД во фл
65	Ампициллин	пор. д/ин. 0,25г,0,5г ;1,0г во фл ;таб. 250мг,500мг
66	Амоксициллин	капс. 250мг,500мг, пор. д/ин. 0,5г ,1,0г во фл
		сироп 125/5мл по 100мл для приёма внутрь;таб. 500мг
		сусп во фл 250мг/5мл по 60мл для приёма внутрь
67	Амоксициллин + кк	пор д /ин по 0,6г ,1,2г во фл;форте сусп.по 100мл для пр/внутрь
		сусп.во фл.156мг/5мл по 100мл для пр/внутрь; таб. 375мг,625мг
68	Цефотаксим	пор. д/ин. 0,5г ,1,0г во фл
69	Цефоперазон	пор. д/ин. 0,5г,1,0г, 2,0г во фл
70	Цефтриаксон	пор. д/ин. 0,5г , 1г во фл
71	Цефтазидим	пор д/ин 0,5г , 1,0г во фл
72	Тетрациклин	таб. 100мг,200мг,250мг ;мазь глазная 1%,мазь 3%,капс 100мг,50мг
73	Доксициклин	капс.100мг,р-р, таб.100мг, 200 мг ,фл.100 мг 5 мл
		сироп10 мг/мл 60мл для приема внутрь
74	Эритромицин	таб. 100мг ,250мг,500мг, мазь 10000 ЕД/1г, пор д/ин 0,1г во фл
		сусп. 125мг/5мл,250мг/5мл,400мг/5мл для приема внутрь
		пор д /приг сусп 125мг / 5мл,200мг/5мл во фл
75	Азитромицин	таб. 250мг,500мг
		д/ приг сусп 100мг/ 5мл 125мг/5мл,200мг/ 5мл, 250мг/5мл
76	Линкомицин	мазь 2% ,капс. 0,25г, р-р,д/ин. 30%, по 2мл
77	Хлорамфеникол	пор.(субст),таб. 0,25г,0,5г; капс. 250мг,мазь 40г туб,60г,100г в банк.
		Линимент 5%, 10%;свечи ;пор. д/ин 1г,0,5г во фл,аэрозоль
		гл кап 0,25% по 25мл во фл
	АНТИБАКТЕРИАЛЬНЫЕ СИНТЕТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА	
	Сульфаниламидные препараты	
78	Ко-тримоксазол	сусп. 240мг/5мл по 80мл, 100мл; таб. Форте 960мг,таб. 120мг,480мг
		амп.480мг-5мл
79	Сульфацил – натрий	пор., гл. капли 20%по 1,5мл,10мл; 30% по 1,5мл, 5мл;пор. (субст)
	Фторохинолоны	
80	Пефлоксацин	таб. 400мг,амп. 5мл (400мг)
81	Ципрофлоксацин	таб. 250мг,500мг, р-р д/ин 200мг/100мл во фл, амп. 100мг/10мл
		гл. капли фл 0,3% по 5мл
	ПРОТИВОТУБЕРКУЛЁЗНЫЕ СРЕДСТВА	
82	Изониазид	таб. 100мг,300мг,амп. 10% по 5мл,амп. 25% по 2мл
83	Этамбутол	таб. 200мг, 400мг, 600мг, 800мг, 1000мг
84	Рифампицин	капс. 150мг,300мг, амп.1,5мл, 3мл, таб. 150мг,300мг,450мг,600мг
	ПРОТИВОВИРУСНЫЕ СРЕДСТВА	
85	Ацикловир	таб.200мг,400мг,800мг, амп.12,5г по 2мл,мазь гл 3%/4,5г,крем 5%, 2г
		глаз.кап.,сус.0,2г-0,4г-5мл,мазь глаз.30 мг/1 г,р-р д/инф 250мг во фл
86	Интерферон	амп. 1000 МЕ,1 млн. МЕ , 3 млн. МЕ,4,5 млн. МЕ,5 млн. МЕ,
		амп. 9 млн. МЕ, 6 млн.МЕ, 10млн.МЕ,18млн.МЕ, 30млн.МЕ
	ПРОТИВОПАРАЗИТАРНЫЕ И ПРОТИВОПРОТОЗОЙНЫЕ СРЕДСТВА	
	Противомалярийные средства	
87	Хлороквин	таб. 0,25г, амп. 5% по 5мл
	Противопротозойные средства	
88	Метронидазол	таб. 200мг,400мг, 500мг,р-р д/инф 500мг/100мл во фл,гель 1%
		500 мл,20мл, сусп. ,свечи ваг 500мг
	Противогрибковые средства	
89	Клотримазол	мазь 1% ,крем 1%-2%, р-р, вагин. таб.0,1г; 0,2г
90	Флуконазол	р-р д/инф. 200мг/100мл во фл,капс 50мг,100мг,150мг,200мг
		р-р д/ин 2мг/мл по 50мл во фл, капли фл 0,5% по 15мл
91	Тербинафин	таб. 250мг, крем 1% 15 гр.
	Антигельминтные средства	
92	Мебендазол	таб. 0,1г ,сусп. 30мл,1мл-0,02г
93	Альбендазол	таб. 400мг, сусп. 10мл
94	Фенасал	таб. 0,25мг
95	Медамин	таб. 0.1г
	АНТИСЕПТИЧЕСКИЕ И ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИЕ СРЕДСТВА	
96	Йод	пор. р-р. 5% 10мл
97	Малахитовый зелёный	порошок, р-р 1%, 20мл
98	Пергидроль	р-р 33-37%
99	Хлоргексидин	р-р 0,05% по 100мл
100	Кальция гипохлорид	порошок 100г
101	Хлорамин Б	порошок
102	Хлорная известь	порошок 100г
103	Левомеколь	крем в тюбиках 40г
104	Спирт этиловый	96,60%
105	Кислород	баллон
106	Раствор аммиака 25%	
107	Муравьиная кислота	фл. 50 мл.
108	Формалин	кг
	Противочесоточные средства	
109	Бензилбензоат	Эмульсия 20% по 50г, мазь 10%,20% по 25 г 50 г
	Противопедикулезные средства	
110	Перметрин	р-р 0,4% 60мл, 80мл во фл, мазь 4% 45 г,крем 40г,лосьон ,фл. 4%
	ПРОТИВООПУХОЛЕВЫЕ СРЕДСТВА	
	Алкилирующие вещества	
111	Циклофосфамид	таб. 50мг ,пор д/ ин во 200 мг,500 мг во фл
	Антиметаболиты	
112	Метотрексат	таб. 2,5мг,10мг ,амп 10мг/мл,50мг/2л, р-р д/инф 500мг/5мл во фл
		р-р д/инф 1000мг/10мл во фл, р-р д/инф 5000мг/50мл во фл
	ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА	
113	Барий сульфат	пор 100 г

(Продолжение следует).

Новости

СОТРУДНИЧЕСТВО РАДИ РАЗВИТИЯ

Ташкентская медицинская академия в 2003 году выиграла грант Европейского сообщества по программе Темпуса «Совершенствование клинических навыков в медицинских вузах Узбекистана». Активно участвуя в работе данного проекта, ТМА получила грант в размере 80000 евро на оснащение Центра клинических навыков в ТМА.

В настоящее время идет реализация этого проекта, а 27 октября прошла официальная церемония открытия Центра в ТМА, получившего учебных муляжей и медицинских стимуляторов для приобретения клинических навыков в размере 53000 евро.

Одновременно с открытием Центра была проведена научно - практическая конференция с участием членов партнеров Европейского сообщества Испании, Португалии, Великобритании.

Параллельно с проведением данного мероприятия зарубежными представителями были зачитаны лекции по применению нового оборудования.

Ведущие специалисты Республики Узбекистан вместе с членами Европейского партнерства смогли поделиться опытом преподавания клинических навыков в медицинских вузах, научиться методам интерактивного обучения в ведущих европейских медицинских вузах и внедрить новые методы преподавания в учебный процесс.

После проведения данных мероприятий, представители зарубежного сообщества с целью ознакомления с учебным процессом в медицинских вузах республики посетили Ферганский филиал Ташкентской медицинской академии и Андижанский медицинский институт.

Изучение современных методов обучения, использование интерактивных приемов преподавания клинических навыков с использованием медицинских стимуляторов и муляжей позволит значительно улучшить качество подготовки врачей общей практики и повысить уровень обучения на более высокую профессиональную ступень.

Ирода ИЛЬХАМОВА.

ОЛТИН КУЗ ТАРОВАТИ

Олтин кузнинг хазонрез боғларидан юрганмисиз? Она табиат борлиғи узра кузнинг маҳзун, дардли кечинмалари-ю, ҳорғин кайфиятини инсон умрига қиёс қилиш мумкинми? Айниқса, тинимсиз шовуллаб ёғаётган ёмғирдан кейинги она заминнинг мусаффо ҳавосидан тўйиб-тўйиб баҳра олганмисиз? Қуйингки, куз фаслининг таърифига тил ожиз.

В мире интересного

«УМНЫЕ» ПРОДУКТЫ

Ученые провели специальные исследования и установили список продуктов, от которых люди умнеют.

1. Исследователи считают, что умнее всего люди становятся от клюквы. В ней содержится больше всего полезных антиоксидантов.

2. Второе место занимает черника. Эта ягода стимулирует работу мозга и улучшает зрение.

3. Третье место поделили между собой свекла и капуста. Вещества, содержащиеся в них, разрушают ферменты, которые приводят к развитию болезни Альцгеймера (старческое слабоумие).

4. Такие сорта рыбы, как лосось, сардины и сельдь содержат жирные кислоты, которые также расщепляют вредные ферменты.

5. Почетное пятое место в рейтинге «умной» еды занимает шпинат. Он препятствует возникновению нарушений познавательных способностей.

ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ, ПРОДЛЕВАЮЩИЕ МОЛОДОСТЬ

Ученые утверждают: омолаживающие продукты в сочетании со здоровым образом жизни могут позволить нам не только дожить до 120 лет, но и в 50-60 лет быть в восторге от своего отражения в зеркале. Какую пищу включать в свой рацион, чтобы как можно дольше сохранять молодость и здоровье?

«ТЕМНЫЕ» ФРУКТЫ И ПРОДУКТЫ

Мудрая природа расставила свои «метки» для тех, кто заботится о своем здоровье, а значит - живет в гармонии с ней. Необычайно полезными продуктами признаны все те, которые окрашены ею в темные цвета: темные сливы, черный виноград, черная смородина, свекла, вишня, гранаты, баклажаны, ежевика, малина.

МОЛОДИЛЬНЫЕ ЯБЛОЧКИ

Не зря в народе яблоки называли «молодильными» - исключительно полезны для сохранения молодости и красоты эти фрукты: яблоки содержат одни из самых сильнодействующих природных сорбентов - пектин, благодаря которому способствуют очистке организма. В яблоках содержится один из самых мощных антиоксидантов кверцетин - с ним специалисты связывают способность яблок снижать риск сердечно-сосудистых и даже раковых заболеваний. Финские ученые, например, утверждают, что всего одно яблоко в день существенно снижает риск возникновения инсульта.

ОВОЩНОЕ АССОРТИ

Помидоры ускоряют процесс восстановления тканей. Чеснок снижает действие вредных веществ в организме, снижает кровяное давление, поддерживает функцию сердечной мышцы и клеток головного мозга. Зелень практически не содержит калорий и является мощным источником витаминов и минералов - особенно это относится к укропу и петрушке. Огурцы и капуста расщепляют жиры. Овсянка снижает уровень сахара в крови и способствует активному пищеварению. Морская капуста насыщает организм йодом, сохраняя способность организма к обмену веществ. Рыбий жир и растительные масла насыщают нас легкоусваиваемыми полезными жирами, без которых организм быстро изнашивается и дает сбои в работе всех органов.

Бабушкины советы

1. При выпадении волос

Надо укреплять волосы специальным ополаскивателем. 4 ст. ложки хвоща полевого залить литром кипятка, оставить на 30 минут, затем процедить. Или: 5 ст. ложек хвоща полевого залить литром крутого кипятка. Настаивать в течение часа, процедить и влить в полученный настой пол-литра яблочного уксуса.

2. Если волосы жирные

После каждого мытья волос используйте такой бальзам: смешать 1 ст. ложку морковного сока и 4 ст. ложки лимонного сока. Добавить эту смесь в коктейль из трав: 0,5 стакана отвара крапивы двудомной и 0,5 стакана настоя мяты перечной.

3. Маски для укрепления

1) Смешайте по 1 ст. ложке меда, алоэ с 1 ч. ложкой сока чеснока. Такую смесь можно хранить в холодильнике 2-3 дня. Непосредственно перед нанесением на голову добавить желток куриного яйца. Не забудьте надеть сверху полиэтиленовую шапочку. Через 20 минут промыть волосы шампунем и ополоснуть отваром полового хвоща или крапивы. Провести курс 2-3 раза в неделю в течение месяца.

2) В смесь, состоящую из яичного желтка, 1 ст. ложки коньяка, 1 ст. ложки растительного масла, добавить по 1 ч. ложке меда и лимонного сока. Хотя бы раз в неделю наносить такую маску на 20-30 минут.

**Подготовила
Т. ЗАХАРОВА.**

Народная медицина

МИГРЕНЬ

Мигрень – распространенный вид головной боли, ее приступы начинаются внезапно. Охватывают одну половину головы. Боль имеет пульсирующий характер, реже бывает непрерывной. Приступы могут проходить после глубокого ночного сна. Перед приступом нередко возникают ощущения тяжести в голове, общее недомогание. Такая головная боль порой сопровождается тошнотой, рвотой, приступы длятся от нескольких часов до 1-2 дней. Нередко впервые они появляются в период полового созревания, особенно у девушек-подростков. Они могут начинаться в определенные дни менструального цикла, при этом в межприступный период никаких симптомов не наблюдается. Провоцируют приступ переутомление, пребывание в душном помещении, длительные интервалы в приеме пищи, волнения, психо - эмоциональное перенапряжение, сильный шум, раздражающий яркий свет. С возрастом приступы возникают все реже и могут совсем исчезнуть.

Народная медицина накопила проверенные временем свои рецепты при мигрени.

- Хорошо помогают горячие ножные ванны, горячее питье. Эффективен массаж головы. Его делают начиная со лба и ведя руками к затылку.

- На лоб и затылок делают компрессы из листьев лопуха (ворсистой стороной) или капусты белокачанной.

- 1 столовую ложку измельченной травы багульника заваривают стаканом кипяченой воды, кипятят 5 минут, настаивают, процеживают и принимают по 1 столовой ложке 3-4 раза в день.

- При мигрени к больному участку головы прикладывают свежие листья сирени обыкновенной или мяты.

- 1 столовую ложку измельченной травы мелиссы лекарственной настаивают с 2 стаканами кипятка. Принимают по 100 мл 3-4 раза в день.

- 3 столовые ложки измельченных листьев подорожника настаивают в 2 стаканах кипятка (суточная доза).

- 2 столовые ложки травы крапивы глухой (яснотки белой) настаивают с 0,5л кипятка в термосе 3-4 часа, принимают до еды от 2 столовых ложек до половины стакана.

- 2 г измельченных цветков и листьев пижмы обыкновенной залить 1 л горячей воды, кипятить на слабом огне 10 минут, охладить, процедить. Пить по 1 столовой ложке 3-4 раза в день до еды.

- Полезно есть свежие ягоды клубники полевой.

- Пить до четверти стакана свежего сока черной смородины 3 раза в день.

- 1 столовую ложку листьев и цветков первоцвета весеннего залить 1 стаканом кипятка, настаивать, укутав, 1 час. Процедить. Пить по 1-2 столовые ложки 4-6 раз в день.

- 2 столовые ложки измельченных листьев и цветков донника лекарственного залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить, принимать по трети стакана 2-3 раза в день.

- Принимать мумие по 0,2-0,3 г, запивая молоком с медом, 2 раза в сутки – утром натощак и перед сном. Курс лечения – 25 дней. Можно повторить после 10-дненого перерыва.

- Пить на ночь по 0,2 г мумие, сделать перерыв 5 дней и повторить.

- 1 столовую ложку травы мяты залить стаканом кипятка, настаивать, укутав, полчаса, процедить. Принимать по 1 столовой ложке каждые 3 часа.

- 2,5 столовые ложки измельченных корней валерианы залить 1 стаканом кипятка, нагревать на слабом огне 15 минут, охладить, процедить. Пить при мигрени по 1 столовой ложке 3-4 раза в день после еды.

- 1 столовую ложку сухих измельченных корней валерианы залить 1 стаканом холодной кипяченой воды, настаивать в закрытой посуде 12 часов. Процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день до еды.

- Порошок из корней валерианы принимать по 1-2 г (не более 3-4 порошков в день).

- 40 г травы клевера лугового настаивать в стакане кипятка 1 час. Процедить. Принимать по 50 мл 3 раза в день.

- 1 столовую ложку головок клевера заварить стаканом кипятка, настаивать полчаса, пить по половине стакана 3 раза в день.

- 2 столовые ложки плодов шиповника вечером всыпать в термос, залить 2 стаканами кипятка. На следующий день настой выпить в 3 приема за 30 минут до еды.

**Подготовила
Л. ВОЛОШИНА.**

O'zbekistonda sog'liqni saqlash
Здравоохранение Узбекистана

Газета муассиси:
Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги

Бош муҳаррир: Нодир ШАРАПОВ
Ижрочи муҳаррир: Ибодат СОАТОВА

Таҳрир ҳайъати раиси: Феруз НАЗИРОВ
Таҳрир ҳайъати аъзолари:
Бобур Алимов, Гавҳар Исломова, Омонтурди Миртозаев, Озода Муҳитдинова, Миржалол Миралиев (Бош муҳаррир ўринбосари), Бахтиёр Ниёзматов, Абдураҳмон Носиров, Нурмат Отабеков, Холмурод Раббанаев, Рихси Салихўжаева, Намоз Толипов, Маряш Турумбетова, Абдулла Убайдуллаев, Фарҳод Фузайлов.

Манзилимиз: 700060, Тошкент шаҳри, Охунбобоев кўчаси, 30-уй, 2-қават. Тел/факс: 133-57-73, тел.: 133-13-22.
Газета Ўзбекистон Республикаси Матбуот ва ахборот агентлигида 2003 йилнинг 17 ноябрь куни руйхатга олинган, гувоҳнома рақами 211.
Ўзбек ва рус тилларида чоп этилади. Ҳафтанинг сешанба кунлари чиқади. Мақолалар кўчириб босилганда «O'zbekistonda sog'liqni saqlash - Здравоохранение Узбекистана» газетасидан олинди, деб кўрсатилиши шарт. Адади 4440 нусха. Буюртма Г-1251.
Газета «ШАРҚ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилди. Газета ҳажми 2 босма табоқ. Формати А3. Офсет усулида босилган.
Эълон ва билдирувлардаги факт ҳамда далилларнинг тўғрилиги учун реклама ва эълон берувчилар масъулдир.

Саҳифаловчи: Бахтиёр ҚЎШОҚОВ.
Оператор-дизайнер: Намоз ТОЛИПОВ.
Босмахонага топшириш вақти – 20.00.