

*Tibbiyotning oliy maqsadi — inson salomatligiga erishishdir*

*Высшее благо медицины — здоровье*

# Ўзбекистонда соғ'лиқни сақлаш Здравоохранение Узбекистана



Газета 1995 йил октябрь ойдан чиқа бошлаган E-mail: uzsss@inbox.ru 2007 йил 6-12 март № 9 (525) Сешанба кунлари чиқади

*Оилани ҳам, жамиятимизни ҳам бирлаштириб, унга файзу баракот киритадиган, хонадонларимизни меҳр-муҳаббат, нафосат, эзгулик нури билан мунаввар қиладиган зотлар ҳам аслида мўътабар оналаримиз, мунис опа-сингилларимиздир.*

Ислон КАРИМОВ.

## Хурматли аёллар ва опа-сингиллар!

Аввало, барчангизни гўзаллик ва нафосат байрами 8 март — Халқаро хотин-қизлар куни билан самимий муборакбод этамиз.

Аёл бўлишдек улуғ зотларни кўкларга кўтариб, улар мадҳига дostonлар битмаган ёзувчи, шеър ёзмаган шоиру, кўй басталамаган бастакор, кўшиқ кўйламаган кўшиқчи бўлмаса керак. Чиндан ҳам аёллар борки, ҳаётимиз гўзал, уйимиз саранжом-саришта, дастурхонимиз файзли ва жамиятимиз фаровонлиги мустаҳкамдир. Биз муҳтарам онахонларимиз, мунис аёлларимиз ва опа-сингилларимиз ҳақида қанчалик фахрлиниб гапирмайлик, уларнинг жамият ва оиладаги ўрни, мавқеи ўзгача эканлигини ҳар бир соҳа вакиллари орасида кўришимиз мумкин. Шу ўринда соғлиқни сақлаш тизимида фаолият юритаётган жонкуяр, фидойи ва олижаноб хотин-қизларимиз меҳнатини ҳам эътироф этиш жоиз.

Бугун ораимизда ўз касбини улуғлаб, халқ саломатлиги йўлида беминнат хизмат қиладиган, нажоткор қалбларга меҳр улашадиган гўзал ва оқила опа-сингилларимизни яна бир бор баҳорий айёмлари билан табриклар, уларнинг машаққатли ишларида улкан ютуқлар тилаймиз.

Муҳтарам аёллар! Барчангизга соғлиқ-саломатлик, тинчлик-омонлик, оилавий хотиржамлик ва чексиз қувонч ҳаммиша ҳамроҳ бўлсин!

Ўзбекистон Республикаси  
Соғлиқни сақлаш вазирлиги.



*Ой сенини ҳуснидан андоза оман,  
Кўёш-ён ёдунини қаршида лол.*

*Юлдузлар бир умр пардозда қолган,  
Эй гўзал малагим, шундайликта қол.*

## Мен офтобга алишмаган аёллар

Томиримни тирнар кўҳна саволлар,  
Юрагимда гуллар ширин хаёллар.  
Эй сиз ўзбекиойим, офтобжамоллар,  
Мен офтобга алишмаган аёллар.

Миллатнинг эртаси, миллатнинг насли,  
Сиз атир нафасли, сиз райҳон сасли.  
Кетмас бўлиб келган баҳорсиз асли,  
Мен офтобга алишмаган аёллар.

Ўзбакий оҳанг бор қулгуларида,  
Дурни талпинтирар ёғдуларида.  
Ором ороларан туйгуларида,  
Мен офтобга алишмаган аёллар.

Сизлар борсиз, сўзимизда садо бор,  
Сизлар борсиз, ишқ аҳлида гадо бор.  
Сизлар борсиз, минг бир дардга даво бор,  
Мен офтобга алишмаган аёллар.

Офтоб ожиз асли онам олдида,  
Бибихоним юрагимнинг ёдида.  
Сиз яшайсиз Моҳларойим додида,  
Мен офтобга алишмаган аёллар.

Гул узатсам тутгунча қўлим гуллайди,  
Мен сизга етгунча йўлим гуллайди.  
Пойингизда ўлсам, ўлим гуллайди,  
Мен офтобга алишмаган аёллар.

Маҳмуд ТОИРОВ.

## ВАТАН ГЎЗАЛЛИГИ ВА ФАРОВОНЛИГИ УЧУН

**Мана, ўлкамизга ўзининг гўзал таровати билан фаслар келинчаги бўлган баҳор ташриф айлади. Қалбларда ўзгача шукҳ, қувонч ва шодлик. Сиз ва биз орзиқиб кутган баҳорнинг дилга бахш этгучи сармаст ҳидлари, гўзалликка бурканган боғу роғлари қалбимизни эзгуликка чорлайди. Бу эзгулик замирида эса Она-Ватанга бўлган чексиз ҳурмат ётади.**

Зеро, бободехқон учун қизгин палла бошланди. Она замин тупроғининг олтинга тенг бўлган саховати ҳар биримизни меҳнат қучоғига чорлайди. Аслини олганда табиат ўзининг ошuftалиги билан инсонга бутун борлиқни ҳада этган десак ҳам бўлади. Мусаффо хаводан тўйиб нафас олиш, она замин неъматларидан баҳраманд бўлиш, булоқлардан отилиб чиқаётган зилол сувлардан қониб-қониб ичишининг ўзи катта бахт бўлса, ундан оқилона фойдаланиш эса ўзимизга боғлиқ. Баҳор фасли кириб келиши билан жойларда ободонлаштириш ишлари бошлаб юборилди. Шу жумладан, республика-

миз тиббиёт муассасаларида ҳам кўкаламзорлаштириш ишларига бўлган эътибор кучайтирилиб, муассаса атрофлари тозаланиб, турли хилдаги мевали кўчат дарахтлари ўтқазилмоқда. Шунингдек, ушбу тадбирларга ҳамоҳанг равишда Президентимизнинг «Наврўз умумхалқ байрамини кенг нишонлаш тўғрисида»ги Қарорининг 5-бандида айтиб ўтилган 10-11 март кунлари умумхалқ хайрия ҳашари ўтказилиши республикамиздаги тиббиёт ходимларининг юртимизни янада ободонлаштириш, мавсумий тадбирларга бўлган фаоллиқни ошириш ва халқимиз фаровонлиги, турмуш даражасини яхшилашда муҳим аҳамиятга молик эканлигини кўрсата олади.

Ҳадемай, ўлкамиз узра Наврўзи оламнинг кириб келиши яшариш, янгилиниш, уйғониш каби ҳис-туйғуларни қалбларга олиб кирар экан, шу билан бирга дошқозонларда қайнаётган сумалақлар, баҳор таомлари, азалий урф-одатларимиз жо бўлган қадриятлар халқимиз тили ва дилида баралла янграйди. Бундай оммавий тадбирнинг йилдан-йилга ўзгача шукҳ билан қутиб оли-наётганлиги халқимизнинг бир-бирига бўлган меҳр-муҳаббати, саховати ва олиҳимматлик фазилятларидан биридир.

Ана шундай фазилятларни ўз қалбларида мужассамлаштирган республикамиз тиббиёт ходимлари ҳам ободонлаштириш, кўкаламзорлаштириш ва Наврўзи олам байрамини кўнгилдагидек ўтказиш учун тай-ёргарлик ишларини бошлаб юбордилар.

Ибодат СОАТОВА.

# ҲАФТА

## ЯНГИЛИКЛАРИ

Халқаро анжуман

### ҲАМКОРЛИКДАГИ ГЛОБАЛ МАСАЛА

**Жорий йилнинг 26-28 февраль кунлари Киргизистон Республикасининг Бишкек шаҳрида «Диарея билан касалланган болаларда рух тузлари препаратларини қўллаш бўйича худудий техник маслаҳат» мавзuida халқаро анжуман бўлиб ўтди. Тадбирда Ўзбекистон, Қозоғистон, Тожикистон, Туркменистон давлатларининг соғлиқни сақлаш тизими мутасадди раҳбарлари, шунингдек, ЖССТ, ЮНИСЕФ, Project HOPE, ЗдравПлюс ва бир канча халқаро ташкилотлардан мутахассислар иштирок этдилар.**



Мазкур анжуманда Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигидан уч нафар мутахассис қатнашди. Тадбирда вазирликнинг дори воситалари ва тиббий буюмлар сиёсати марказининг директори Муҳаббат Ибрагимова ҳам иштирок этиб, анжуман тўғрисидаги фикрларини билдирди:

— Халқаро анжуман баҳс-мунозарарга бой бўлиб, муҳим глобал масалаларга бағишланди. Тадқиқотлардан аниқланишича, ўткир

нятимиз бор. Бунинг учун унинг афзаллик ва фойдали томонларини инобатга олган ҳолда мутахассислар ҳамда халқаро ташкилотлар билан ҳамкорликда иш олиб боришимиз муҳим, деб биланам. Ва глобал масалаларни вазирликнинг режасига киритиб, уни тайёрлашда фармацевтларга керакли тақлифларни берсақкина ижобий натижаларга эришамиз. Бу борада тизимнинг мутасадди раҳбарлари билан ҳамжихатликда иш қўриб, муҳим



диареянинг клиник кечишини осонлаштирувчи восита бу рух туз препаратларининг қўлланилишидир. Таъкидлаш жоизки, 11 ва 12 марта ўтказилган тадқиқотлар давомида препаратнинг қўшилиши касаллик даврининг қисқаришига олиб келиши кузатишган. Мутахассисларнинг фикрига қараганда ушбу тахлилларни умумлаштириганда куйдагича хулосага келинди. Яъни, рух туз препаратининг қўлланиши касаллик даврининг 25 % га қисқаришини таъминлар экан. Тадбирда ҳам айнан рух туз препаратини болалардаги диарея касаллигида қўллаш муҳим аҳамиятга эга эканлиги ва унинг Африка, Ҳиндистон ҳамда Бангладеш давлатларида ўз самарасини берганлиги тўғрисидаги маърузалар тинланди.

Мутахассис сифатида айтмоқчиманки, анжуман давомида тадқиқотда ўз ибботини топган мазкур препаратни мамлакатимиз худудиди ҳам таъбиқ қилиш

бўлган тадбирларни бошлаб юборсак мақсадга мувофиқ бўларди. Мамлакатимиз фармацевтлари ўз билим ва тажрибаларига таянган ҳолда рух туз препаратини ишлаб чиқаришни йўлга қўйсалар, мамлакатимиз иқтисоди ва халқимиз саломатлиги учун асосий муваффақиятлардан бири бўларди. Демак, эндиликда халқаро анжуманда қўрилган масалаларни амалиётда қўллашимиз учун тарғибот ишларини тезкорлик билан олиб бориб, татбиқот жараёнларини кечкиртмаслигимиз лозим, деб ўйлайман.

Анжуман ўз ишига яқун ясар экан, қўрилган ушбу долзарб масаладан хулоса чиқарган ўзбекистонлик мутахассисларимиз ҳам ўз куч ва имкониятларини ишга солиб, фан уфқларининг ривожланишида ўз ҳиссаларини қўшадилар, деб ишонамиз.

**Н. ТОЛИПОВ.**

# ВСЕ — ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЛЮДЕЙ

**1 марта текущего года в НИИ Гематологии и переливания крови (НИИГ и ПК) Министерства здравоохранения прошло мероприятие по презентации Республиканского благотворительного Фонда «Анемии и Лейкемии».**

Со вступительным словом открыл мероприятие директор НИИГ и ПК МЗ РУз профессор Х.Я. Каримов.

На сегодняшний день, к сожалению, из числа самых актуальных проблем является частая встречаемость анемии среди населения, особенно среди детей, подростков и женщин. Основными причинами возникновения анемии являются частые кровопотери, хронические заболевания, факторы питания.

Учитывая это, наше Государство уделяет особое внимание укреплению здоровья людей, лечению и профилактике различных заболеваний, а также пропаганде ведения здорового образа жизни среди населения.

Для реализации этих благородных целей в стране совершенствуются системы экстренной, а также специализирован-

ной медицинской помощи. Продолжается оснащение всех медицинских учреждений современной аппаратурой, ведется активная работа по подготовке высококвалифицированных кадров. А начало реализации Национальной программы по фортификации муки железом и другими микроэлементами является очередным импульсом в оздоровлении населения.

Следует особо подчеркнуть о развитии донорской и трансфузиологической службы республики. Выделяются большие средства на создание Республиканского центра крови, а в пяти вилоятгах - Региональных центров крови.

Очередным проявлением заботы о здоровье населения стало создание в октябре 2006 года в Узбекистане общественного благотворительного Фонда «Анемия и Лейкемия». По словам предсе-

дателя Фонда профессора С.М. Бахрамова, сама цель создания Фонда это - оказание благотворительной помощи людям, страдающим лейкемией и тяжелыми формами анемии, а также улучшение методов диагностики и лечения этих заболеваний, усовершенствование методов диагностики и лечения путем внедрения современных технологий и содействие подготовке высококвалифицированных специалистов. За этот период Фондом была оказана необходимая помощь около ста детям, подросткам и взрослым, нуждающимся в медикаментах и социальной поддержке.

В ходе мероприятия Республиканский общественный благотворительный Фонд «Анемия и Лейкемия» передал около тридцати видов медикаментов на сумму 1 миллион 230 тысяч сумов клинике НИИГ и ПК и гематологическим отделениям областных больниц.

**Ирода ИЛЬХАМОВА.**

# СИҲАТГОҲДА УМУМХАЛҚ ҲАШАРИ



**Наманган вилояти ҳокимлиги соғлиқни сақлаш бошқармасига қарашли Наманган тумани, Бешкапа қишлоғида жойлашган вилоят болалар ревматология сиҳатгоҳида асосан мактаб ўқувчилари ревматизм ҳамда эндокринологик касалликларга даво топишди. Ҳар йили вилоятнинг барча туманларидан йўлланма билан келган бемор болалар бу ерда тажрибали шифокорлардан муолажа олиб яна қадрдон уйлари, мактабларига йўл оладилар. Улар сиҳатгоҳда даволаниш билан бирга, ўқишларини ҳам давом эттирадилар.**

Вилоятда ҳар ойда хайрия ҳашари ўтказиш анъанага айланб қолган. Жорий йилнинг 10 февраль куни маънавий-маърифий ишлар самарадорлигини ошириш мақсадида ўтказилган умумхалқ ҳашарида ҳам сиҳатгоҳ жамоаси фаол иштирок этди. У ерда кенг қўламда ободонлаштириш ишлари бажарилди. Ҳашарда қатнашган 130 дан ортқ педагог ва ушбу соҳа ишчи-ходимлари томонидан 100 тупдан зиёд игна баргли ва манзарали, 250 туп терак қўчатлари экилди. 50 туп ўрик, бодом, ёнғок, олма каби мевали дарахт, гул қўчатлари ўтказилди. Ариқ, зовурлар тозаланиб, тўсиқлар созланб, оқланди.

Бу хайрли ишда сиҳатгоҳ



ҳодимларидан И. Боймирзаев, М. Бозорова, Р. Жўраева, Ҳ. Исомиддинова, М. Жаббаров, Б. Турдиев, Ё. Муродова, Ж. Мирзабоева, Т. Ботинова жонбозлик кўрсатиб меҳнат қилдилар. Ишлаб топилган маблаг

ва маърифат тарғибот маркази вилоят бўлими ҳисоб рақамига ўтказилди.

**Рустамали МАМАДАЛИЕВ,  
Наманган вилояти,  
Ўзсамжон АКБАРОВ  
олган суратлар.**



Признание

# РАБОТА – МОЯ ГОРДОСТЬ И ЛЮБОВЬ

**Женщина... Она источник безграничной любви, она мать, с огромной добротой и ответственностью воспитывающая свое дитя для его всестороннего развития и самореализации в обществе. С приобретением независимости в Республике Узбекистан, женщинам стало уделяться большое внимание. На сегодняшний день представители прекрасного пола ведут свою активную и плодотворную деятельность во всех отраслях. Своим упорным трудом и любовью к Родине они приносят огромную лепту в ее развитие.**

Одной из таких прекрасных, полных жизненной силы и ответственной своей профессии женщин является Нина Семеновна Скородумова, о которой и пойдет речь в нашей статье.

На горизонте появились первые лучи солнца, начался новый день – первые дни весны, на которые возлагаются новые планы, мечты и надежды. Ведь каждый новый день – это своеобразный период жизни, в течение которого нужно успеть реализовать большое количество дел, а самый первый весенний день олицетворяет начало новой жизни и новых свершений. В раздумьях о сегодняшних буднях начинается новый день для Нины Семеновны. Здесь, в Центральной клинической больнице №1 Медико-санитарного объединения, который в народе именуется проще – Первый стационар, она работает уже ровно 50 лет. Каждый день, приходя на работу, которую она с большой любовью называет «своим домом», она осматривает пациентов, ставит диагноз, назначает курс лечения, следит за выполнением назначений.

В нашей беседе Нина Семеновна неоднократно говорила, что профессия медицинского работника с детства была ее самой заветной мечтой. Да и в семье Нины Семеновны было четверо врачей, что еще сильнее привило в ней любовь к данной гуманнейшей профессии. Своерекоменное и полноценное оказание медицинской помощи людям является большим героизмом, и это требует обширных знаний и большого опыта. И эта заветная мечта привела нашу героиню в Ташкентский Государственный медицинский институт. В 1951 году, окончив институт, она была направлена на работу в город Гиждуван Бухарской области. Как вспоминает Нина Семеновна, работа в Гиждуване была очень почетной и интересной. Ведь любимая работа всегда интересна.

В 1957 году Нина Семеновна продолжила свою трудовую деятельность в Первом стационаре, где до сих пор и работает.

В уютном кабинете Нины Семеновны много книг, журналов и газет. По ее словам медицина это столь широкая отрасль, совер-

шенствующаясь день ото дня, что без чтения медицинской литературы, без ее тщательного анализа невозможно достичь больших результатов. Рассказывая о своей работе в этом учреждении, она заметила, что за этот период ей приходилось общаться со многими знаменитыми людьми, академиками, деятелями культуры, писателями. С большим удовольствием и гордостью она рассказала нам о том, что ей довелось беседовать с Гафуром Гулямом, Максудом Шайхзаде, Абдуллою Каххаром, литературное наследие которых считается драгоценными жемчужинами узбекской литературы. Трудясь на должности ординатора, заместителя главного врача, заведующей клинко-диагностическим отделением, за эти годы Нина Семеновна приобрела огромный опыт, который и до сих пор считается ценной школой для молодых специалистов.

**– Нина Семеновна, на протяжении всего периода вашей работы Вы воспитали целое поколение квалифицированных врачей, которые на сегодняшний день трудятся в деле оздоровления населения.**

– Да, действительно, жизнь так быстротечна, что порой даже не замечаешь, как мгновенно она протекает мимо тебя. Вчера только закончивший студент медицинского вуза – сегодня делится знаниями и практическими навыками со своими студентами, далее учениками – продолжателями начатого им дела. И это приятно. Ведь знания в силе, когда ими

пользуются и когда они направлены на развитие человеческого общества.

Тут же, она начала листать фотоальбом, в котором запечатлены фрагменты из деятельности учреждения. Тут, на фотоснимках можно увидеть Нину Семеновну в кругу ее учеников и коллег, с большим интересом обсуждающих их работу и делившихся опытом между собой. Действительно, во время беседы, глядя в глаза нашей героини, можно было увидеть всю любовь и восхищение своей профессией. Стоит особо отметить, что за неутомимую долготелую трудовую деятельность, преданность своей профессии, Нине Семеновне Скородумовой в 2003 году был присвоен орден «Мехнат Шухрати». Кроме того, она Отличник здравоохранения и Заслуженный врач Узбекистана. Это говорит о том, что столь пламенная любовь и ответственность к своей профессии достойна самого глубокого уважения.

**– Нина Семеновна, ваша жизненная энергия и крепкое здоровье вселяет восхищение среди молодежи. Как вам удается этого достигнуть?**

– Только постоянная активность, ведение здорового образа жизни и труд дают такие великолепные результаты (улыбается). Хотелось бы, чтобы нынешняя молодежь знала всю значимость и актуальность этих слов, вникала в их суть. Ведь здоровье

*В конце нашей беседы хотелось бы поздравить Нину Семеновну Скородумову с наступающим Международным женским днем 8 Марта и пожелать ей крепкого здоровья и долгих лет жизни. Пусть на этом добром лице всегда искрится улыбка, а настроение будет таким же светлым и радостным, как и в этот первый день весны.*

**Беседовала:  
Ирода ИЛЬХАМОВА.**



молодого поколения в наших руках. И мы обязаны ежеминутно заботиться и беречь его. Да, даже из этой единственной фразы можно представить, что труд, помощь окружающим, является самым главным направлением в жизни Нины Семеновны.

**– Нина Семеновна, ваши пожелания читателям газеты «Узбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана».**

– Как представитель медицинской сферы, как врач, хочется пожелать всем самого крепкого здоровья. Пусть на нашей земле растет молодое, здоровое поколение, для которых самой главной целью жизни будет приоритеты общества и развитие Родины.

**Мехнатсеварлик, хушмуомалик, меҳрибон ва самийликка хос фазилатлар билан эл назарига тушиш осон эмас. Чунки, бу йўлдаги босиб ўтиладиган машаққатларга ҳамма ҳам бардош беравермади. Бугунги қаҳрамонимиз ҳам ўз касбинини эъзозлаб, халқ ҳурмат-эътиборига эришиб келатган ажойиб инсон, Уйчи тумани марказий шифохонаси, Жийдакапа худудий бўлими акушер-гинеколог, туман кенгаши депутаты Матлубахон Сиддиқовадир.**

Тақдир тақозоси билан 1952 йилда Россиянинг Челябинск шаҳрида доялик сир-аскорларини эгаллаган Галина Ивановна Руш Наманган вилоятининг Уйчи туманидаги Жийдакапа қишлоғида илк иш фаолиятини бошлади. Ва шу даврдан бошлаб, Норин дарёси бўйидаги қишлоқда яшаб, шу ерда акушер-гинеколог сифатида туғруқ бўлими ташкил этади. Ана шундай хайрли иши баробарида шу ерлик олий маълумотли ўқитувчи Муродилла Сиддиқов билан турмуш қуради.

Галина Ивановна оқиллиги туғрайли ўзбек оиласининг ардоғи келини бўлди...

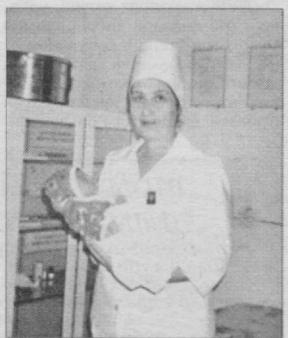
– У ўзининг 40 йиллик меҳнати давомида элимиз саломатлиги йўлида қанчадан-қанча оилаларга оналик бахтини ҳада этиб, уларга фарзанд қувончини улашди. Обруси қанчалик баян эканлигига бундан олти йил муқаддам оламдан ўтганида яна бир бор амин бўлдим. Ушанда на фақат Жийдакапа аҳолиси, балки бошқа қишлоқ аёллари ҳам уни сўниги йўлга қузатгани келиб, видолашиб, дуои-фотиҳа

қилишган эди, — дея эслади умр йўлдоши Муродилла ота Сиддиқов.

Ана шундай беназир онахоннинг тўнғич фарзанди Матлубахон ҳам ўттиз йилдан бери тиббиёт тизимига ўзининг муносиб ҳиссасини қўшиб келмоқда. Изланувчан Матлубахон 1977 йилда Тошкент Давлат Тиббиёт институти (ҳозирги Тошкент Тиббиёт академияси)нинг даволаш факультетини битириб, акушер-гинеколог сифатида дастлаб вилоят ва туман марказларидаги туғруқ бўлимларида ишлаб, бой тажрибага эга бўлди.

Мана, йигирма олти йилдирки, у онаси асос солган туғруқхона бўлимида ҳамқишлоқларига малакали тиббий хизмат кўрсатиб келмоқда. Матлубахон келганида битта туғруқ зали-ю, битта ётоқхонаси бор мўъжазгина бўлимда бугунги кунда ўн еттига кенг ва ёруғ хоналар мавжуд бўлиб, зарурий тиббий асбоб-ускуналар билан жиҳозланган. Уйни кунда ўринлар сони ўнтадан ўн бештага етказилди. Бу эса қишлоқ аёллари учун яратилган имкониятларнинг биридир.

## Эл ардоғида НУРАФШОН ҲАЁТ ЙЎЛИ



Шунингдек, малакали доя Нурхон Убайдуллаева билан ҳамкорликда ишлаётган Мухаббатхон Шамсиддинова ва Роҳатхон Турсунова сингари ҳамширалар меҳнатидан барча оналар миннатдор. Ушбу муассаса ва унда фаолият олиб бораётган инсонлар тўғрисида қилдан сўрасангиз фақатгина иллик фикрларни билдиради.

Бўстон маҳалласида яшовчи Гулчехра Қирғизова Матлубахон опа ҳақида фахрланиб шундай дейди:

– Бир пайтлар Матлубахон

опанинг онаси менга доялик қилган эканлар. Энди эса уларнинг ўзлари менинг 4 нафар фарзандимни соғ-омон дунёга келишида меҳрларини аямдилар. Жуда хушмуомала, меҳрибон, ҳар бир она ва бола соғлиғи учун доимо қайғурадилар.

Яна шундай самимий истакни «Баландарик» қишлоғилик Нодирахон Ҳайдаровадан ҳам эшитдик.

Ўзининг беминнат хизматлари билан эл назарига тушган Матлуба Сиддиқовани ҳамқишлоқлари 21-Жийдакапа сайлов округидан халқ депутатлари Уйчи туман кенгашига депутат этиб сайлашди. Бу ҳам шифокорга бўлган юксак ҳурмат ва эҳтиром намунаси.

Бундай масъулиятни қалбан ҳис этган М. Сиддиқова шифокор сифатида аёллар соғлиғини мустаҳкамлашга янада чуқурроқ эътибор қаратган бўлса, ҳожимият вақиласи сифатида уларни иш билан таъминлаш, яшаш шароитларини яхшилаш каби масалалар ечимида изчиллик билан фаолият олиб бормоқда.

Матлубахон опа турмуш ўртоғи Турсунбой ака Турғунов билан тўрт нафар фарзандни вояга етказди. Оиланинг катта

фарзанди Умиджон вилоят йўл ҳаракати хавфсизлиги бошқармасида фаолият олиб бормоқда. Қаранга, бир пайтлар онасининг касбига ҳавас қилган Матлубахон орузсига етди. Энди эса унинг қизи Шаҳнозахон ҳам онаси изидан бориб, акушер-гинеколог бўлиб етишмоқда. У аввал Андижон Давлат тиббиёт институтида ўқиди. Айни пайтда эса Тошкент Тиббиёт академиясининг магистратурасида таҳсил олмақда. Оиланинг кенжалари бўлган опа-ука Дилдорахон ва Санжарбеклар ўтган йили Наманган педагогика муҳандислик институтига тамомладилар.

Элга қилинган хизмат фақат эътиборга етказди. Бунини сизга таништирган оддий бир қишлоқнинг фидойи, жонқуяр шифокори Матлубахон Сиддиқованинг нурафшон ҳаёт йўли кўрсатиб турибди.

Зеро, оналик касбини уйғулаб келатган Матлубахон она кенгашига бил байрами 8 март — Халқаро хотин-қизлар куни билан қўтлаб, эл дуосини олиб юришлариға тилақдош бўлиб қолади.

**Аскарали МАМАТОВ,  
Наманган вилояти.**

## Дилдан суҳбат

**Дунё гўзаллиги аёллар васфи ва ибосида бўлгани каби, ўзбек аёлларининг ҳам оилада, ҳам фаолиятда ўрни нечоғлик аҳамиятли бўлаётганлигини бир қарашдаёқ англаш мушкул, аммо аёл кўнглини топиш, унга меҳру саховат кўрсатиш миллатимизга хос бўлган олижаноб фазилат эканлигини ҳаммамиз яхши биламиз.**

**Байрам арафаси олдидаан Соғлиқни сақлаш вазирлиги тизимида фаолият юритаётган меҳнатсевар, тиниб-тинчимас, муассасанинг фазига фойда, тароватига ўзгача руҳ бағишлаб, қайноқ ҳаёт кучоғида меҳнат қилаётган мунис аёлларимиз билан суҳбатда бўлар эканмиз, иш жараёнидан бир дақиқа чекиниб, уларнинг дунёқараши, фикр-мулоҳазаси ва орзу-умидлари ҳамда бахтли онлари билан қизиқдик.**

фокорлигим қўл келиб қоларди ёки муружаат қилиб келганларга ёрдам бера олам, бу касбни бекорга танламаганим ва демак кимлар учундир оз бўлсада фойдам тегаётганлигидан мамнўлигимни ҳис этардим.

Кимлар учундир бахт бу – оила, фарзанд, ота-она ва севган касби. Мен ўйлайманки, инсонда ана шу топилмас хазиналарнинг бўлиши яна бир катта бахтдир. Аввало, шифокорликни танлаганимдан, оилам, фарзандларим билан бирга бўлганимдан жуда бахтлиман. Икки фарзандим ва умр йўлдошимнинг менга су-

лиятга қадам қўйганман. Аввало, инсонда касбга нисбатан қизиқиш, интилиш бўлиши керак. Қандай касбда меҳнат қилманг, соҳангизни сева олсангизгина, сизни шунда жамият ардоқлаб, эътибордан асло узоклаштирмайди. Фаровон ҳаёт учун қанчалик керакли эканлигинингиз эса чуқурроқ ҳис этиб боришга ундар экан. Йиллар ўтиб, оддий шифокорликдан мана бугун вазирликнинг масъулиятли соҳаларидан бирида меҳнат қилаяман. Тиббиёт муассасалари фаолиятини назорат қилиш бўйича анчагина ўз ус-

# АЁЛ ЎЗ КАСБИНИ СЕВАДИ,



**Мухаббат ИБРАГИМОВА,**  
дори воситалари ва тиббий  
буюмлар сийсати маркази  
директори.

– Вақтдан жуда унумли фойдаланаман. Ҳаттоки, берилган бир кунлик 24 соат ҳам мен учун камлик қилаётгандек. Эҳтимол, умримиз шундай тез ўтаётгандир, эҳтимол вақт шунчалик қимматлидир. Лекин қандай бўлмасин, инсон ҳаммасига улғуриши, кўзлаган мақсадига эришиши мумкин. Фақат унда тўғри режа, астойдил ҳаракатчилик бўлса бас. Менга буювим доим: «Ҳаракатдан тўхтама, вақтдан, даврдан орқада қолмай, олға интил», дердилар. Оллоҳга шукр, барча ишларимга вақт ажрата оламан. Кўпчилики: «Иш, жамоа, институт, оила, фарзандлар тарбияси, ҳаммасига қандай улғурасиз?», деб савол беради. Улғураман, менимча, бу ерда асосий меҳнат вақтини тўғри тақсимлай олишдадир. Менда бир одат бор. Ҳар кунлик умримни сарҳисоб қиламан. Ўзимга-ўзим савол бераман. «Бугун нима ишлар қила олдим, нимага эришдим, эртага нималар қилмоқчиман?», ўйлашимча, вақтнинг қадрига етаётганлар ҳам шундай ўйлашса керак.

Фармацевтика институтидаги устозим Эркин Рахимовичнинг бир гаплари сира эсимдан чиқмайди: «Ҳамиша эътиборда бўлинг, бу ҳаётда кераксиз инсон бўлиб қолманг, муҳими, жамиятдаги ўрингизни билинг», дердилар. Назаримда ушбу фикрлар ҳар бир инсонда мужжасам экан, у ҳақиқий маънода бахтнинг қалитини топа олади.

Ҳамма қатори касбимни жуда улғурайман. Фахрланаман. Бу соҳа нимаси билан қимматли? Биринчи навбатда ижтимоий томондан олганда, инсонларга соғлиқ-саломатлик келтирса, иқтисодий томондан эса ҳам давлат тараққийоти, ҳам инсонлар даромад

манбаига яхшигина «нон» бўла олади. Касбимни севганим учун тез-тез Фармацевтика институтининг «Фармацевтика ишини ташкил этиш» кафедраси талабаларига дарс бериб тураман. Уларнинг бу соҳага бўлган қизиқиш, интилиш ва меҳрини ошираман. Ўз вақтида бўлаётган оламшумул янгилликлардан боҳабар қиламан. Аввалги йилларга қараганда, ҳозир фармацевтика фаолиятини яхшилаш бўйича кўпгина ишлар амалга оширилмоқда. Агарда шу соҳа мутахассислари бир бўлиб, ҳамжиҳатликда фармацевтикани олиё даражага олиб чиқа олсалар, назаримда бу соҳа ривожини учун ҳам, давлатимиз иқтисодиёти учун ҳам юксалиши бўларди. Касбимга бўлган меҳрим тўғрйли фарзандларим айнан ушбу йўналишни танлаб, фаолият юрityапти.

### Озода ИСЛАМОВА, назорат инспекцияси бошлиғи.

– Умр – оқар дарё дейдилар. Кечагина мактаб, институт ховлисида келажакда ким булар эканмиз, деган хаёллар билан юрган бўлсак, бугун қайсидир маънода бу орзуларимизга эришиб тургандекмиз. Демак, инсон умри ҳам шундай. Кўз очиб юмгунча, қанчадан-қанча довларни ортда қолдирар экан. Вақт омонат. Шундан келиб чиқиб инсон: «Мен бу ҳаётда нима қилдим, нималарга эришдим, кимга фойдам, кимга яхшилигим тегди, қолаверса, жамият учун қандай салмоқли ишлар қила олдим?», деган мазмундаги саволлари билан ўзига юзланади.

Дастлабки, иш фаолиятини маҳалла поликлиникасида педиатр-врач сифатида бошлаган бўлсам, асосий вақтим болалар



янчиқ бўлиб турганидан бахтиёрман. Ягона бахт ўтаётган умр ва ҳаётнинг қадрига етиб юриш ҳамда ўз саломатлигини кўз қорачигидек асрай билишдир.

Касбим – жуда масъулиятли. Болалигимдан шифокорлик касбини орзу қилган эдим. Ушбу

тимда ишлаш, меъриий хужжатларни мукамал ўрганиб боришга ҳаракат қилдим. Бу эса менга катта мактаб бўлди. Демак, инсоннинг касби қайсидир маънода уни ҳам маънан, ҳам руҳан тарбиялашга хизмат қилар экан. Шунинг учун бўлса керак, касбимни ҳаётим деб биламан. Бу билан фахрланаман ва доим бир шюрга амал қилиб яшайман: «Ютуқларда тўхтаб қолмайлик, изланиш, ҳаракат ва бир-биримизга яхшилик қилишдан узоклашмайлик».

Менимча, ҳамма ҳам ўз отанасини севиб, ардоқлайди. Уларни ҳаётнинг гултоғи, дунёси деб билади. Онам асли ўқитувчи. Болажон табиат бўлганликларини, эшик қоқиб келган инсонлардан ҳолиқ ёрдамларини аяманликларини, умуман, ҳаётда мард, яхшилик қилишдан асло чекинмасликларини менга ўрнат тарихида оз бўлсада сингган ва ҳаммиса онамдай бўлишга интилганман.

Энг бахтиёр кунлар ... Қизиқ ... эҳтимол, жуда кўп бўлгандир, эҳтимол, умуман йўқ. Ҳеч ўйлаб кўрмаган эканман. Лекин бир нарсани аниқ биламанки, шу кунга етиб келганимизнинг ўзи мен учун бахтиёрлик. Ҳаётимизнинг тинч-тотувлиги, ўтаётган ҳар бир кунимиз, назаримда, бахтиёр кунлар ҳисобланади.

Хизмат сафари билан кўп юртларда бўлдим. Лекин бирор бир мамлакатда ўзбек аёличалик энг гўзал, сабр-тоқатли, ҳар қандай вазиятда ҳам оиласини бахтли қила оладиган даражадаги куч-қудратга эга инсонларни кўрмадим. Шунинг учун аёлларга тилагим, ҳаммиса ана шундай гўзал фазилатларга муносиб бўлиб юринг. Байрамингиз яна бир бор муборак бўлсин.

### Байрам саволлари

1. Умрни вақт билан ўлчайдилар. Аммо унинг сувдек ўтиб кетиши инсонни бироз шиддатлироқ ва ҳаракатчан бўлишга ундар экан. Айнан ана шу қимматли вақт сиз учун қандай аҳамиятга эга?
2. Сизнингча, инсонни бахтиёр этадиган, уни ҳаёт қувончларини ташвишларига чамбарчас боғлайдиган сирли синоатнинг қалити нимада?
3. Касбини севоқ, жамиятдаги ўринингизни белгиламоқдир, дейишади. Сиз ўз соҳангизни бугун қанчалик қадрлай олаёсиз?
4. Ҳамма ҳам оқ ювиб, оқ тараган, шу ёруғ дунёга оналтирган меҳрибон волидан муҳтарамаси билан фахрланади. Айнан сиз ўзингизда оналгизнинг қайси фазилатлари мужжаслигини кўрасиз?
5. Энг бахтиёр кунлар...
6. Сўнгсўз ўрнида, дилдаги тилақлар.

Энг бахтиёр кун – албатта она бўлганим. Бу мен учун унутилмас лаҳзалар бўлган.

Онам ҳақиқатгўй инсон бўлганлар. Айниқса, болалар тарбиясига нисбатан қаттиққўл, талабчан эканликлари менга шундоққина кўчиб ўтган. Гарчи, оилада ёлғиз қиз бўлсам ҳам, қатъий назорат қилардилар. Ҳозир ўзим ҳам фарзандларим тарбиясида онам берган ўғитлардан фойдаланиб келаман. Яна бир хусусият, онам ички дардларини, тўшқун ҳолатлари-ю, бошқа муаммоларини асло бировга билдирмасдан, бу ноҳуш ҳолатларни ич-ичларидан қурашиб енгардилар. Ҳозир ўзим ҳам шундай. Иш ёки оилада қандай муаммо бўлишидан қатъи назар, уни атрофдагиларга билдирмай, мустақил ҳал қилишга уринаман ва урдасидан чиқаман.

Аёлларга биринчи навбатда оилавий бахт, иккинчиси, соғлиқ, учинчиси эса тинчлик-хотиржамлик тилайман. Ҳамиша ўзларини авайлаб, оилалари бахтига омон бўлишларини Яратгандан сўрайман.

соғлигини назорат қилиш, уларнинг ота-оналари билан доимий мулоқотда ўтарди. Бутун меҳнат фаолиятини маҳалла ҳаёти ва саломатлиги билан чамбарчас боғлиқ эди, десам янглишмаган бўламан. Оилада ҳам баъзан ш-

ниятимга эришганимдан ҳеч афсусланмайман. Ҳаттоки, ўқиган кезларим ҳар курс бир поғона улгайганимда: «Мен бу касбни танлаб адашмадимми, одамлар ишончини оқлай олармиканман», деган ички хавотир билан фао-

### ОНАЛАР АЛЛАСИН АЙТМАЙ ҚЎЙСАЛАР

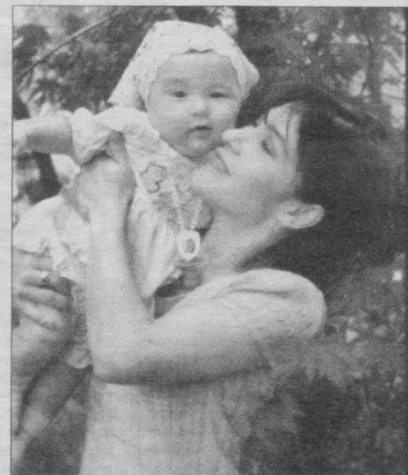
Нурли келажакдан умид узилар,  
Умид-ла қурилган уйлар бузилар,  
Чақмоқ каби кўзлар маъюс сузилар,  
Оналар алласин айтмай қўйсалар.

Тўсиққа рўбару келар оқибат,  
Уфқдан мўралаб кўяр охират,  
Қайгадир чекинар номус, орият,  
Оналар алласин айтмай қўйсалар.

Жон борки миллатин, динин унутар,  
Инсонлик ҳислатин, дидин унутар,  
Барча қадриятин, тилин унутар,  
Оналар алласин айтмай қўйсалар.

Мағрибдан Маширққа йўл олар қуёш,  
Синовларга қайдан топилар бардош?  
Болалар кўзида халқа-халқа ёш,  
Оналар алласин айтмай қўйсалар.

**Нурмат ОТАБЕКОВ,**  
тиббиёт фанлари доктори.





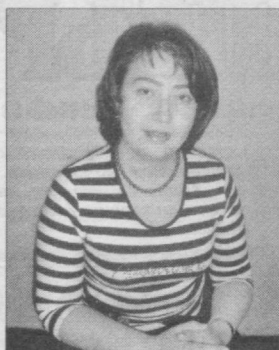


**Рихи САЛИХОВА,**  
Соғлиқни сақлаш  
вазирлигининг «Ҳамширалик  
иши» бўйича бош  
мутахассиси,  
Ўзбекистон ҳамширалари  
ассоциацияси раиси.

зовор бўлиши, деб ҳисоблайман. Касбим билан жуда фахрланман. Айни кунда республикада 300 мингга яқин ҳамшира фаолият юритиб келмоқда. Республикадаги тиббиёт муассасаларида ишнинг 80 фоизини ҳамширалар бажаради, десам янгилашмаган бўламан. Кейинги пайтларда соғлиқни сақлаш тизимида ҳамширалик иши бўйича ўзгаришлар бўлди. Вилоят соғлиқни сақлаш бошқармаларида «Ҳамширалик иши» бўйича бош мутахассислар тайинланди, Ўзбекистон Ҳамширалар Ассоциацияси тузилди. Ҳамшира фаолияти учун махсус наشرлар ташкил қилинди. Хорижий давлатлар билан ҳамкорлик ришталари боғланди. Шунингдек, бир қанча чет давлатларда бўлиб, Ўзбекистондаги ҳамширалик ишининг мавқеи дунё ҳамжамия-

**Васила АЛИМОВА,**  
Даволаш-профилактика  
ёрдамини кўрсатиш Бош  
бошқармаси бошлигининг  
муовини.

– Вақт – бу умр. Оллоҳ томонидан берилган имконият. Инсон ўз мақсадига қачон етади, қачонки, берилган вақтни яхшилик учун, оиласи, севган касби ва қолаверса, Ватан равнақи, осойишталиги йўлида сарф қилсагина. Вақт, умр барчамиз учун бир марта инъом этилади. Ҳаммамиз ҳам бу ҳаётда ўзимиздан яхши нам ва ибратли ишлар қолдиришга астойдил ҳаракат қиламиз. Назаримда вақт мен учун жуда тез ўтмоқда. Имкониятим борича, ҳар бир кунимни фойдали ишларга сарф қилишга,



лаётган ижтимоий ёрдамга муҳтож аҳолига имконият қадар ёрдам кўрсатиб, тиб-

бўлиб юришимни тақозо этади. Ва қайсидир маънода бу жиҳатлар менда шаклланиб бораётганлигини ҳис этаман. Онамнинг меҳрибон, болажон буви эканликлари фарзандларим тилдан тушмайди. У кишининг ортага қарамай, фақат олдинги интилишлари, бирорва яхшилик тиллашлари ҳаммамизнинг ширимизга айланиб қолган. Ота-онанг бор экан, ҳаётда бағринг бутун, умринг фаровон, ҳар бир кунинг бахтиёрликдан иборат бўлади, деб биламан.

Оллоҳга шукрки, ёмон кунлар бўлмаган. Муаммолар бўлган бўлиши мумкин, аммо ҳаётимнинг ташвишли кунла-

## АРДОҚЛАЙДИ ВА ҚАДРЛАЙДИ...

– Вақт мен учун катта аҳамиятга эга. Чунки бунинг орасида фаолият, оила, маданий ҳордик, дўстлар давраси, ўзаро фикрлашиш, шунингдек, мустикал ҳолда орзулар уммонига берилиш ва кўзланган мақсадга эришиш каби муассамликлар уйғун ётади. Инсон ушбу муассамликни берилган вақт мобайнида тўғри ташкил қила олиши керак. Агар фикрни бир жойга жамлаб айтадиган бўлсак, вақт шу қадар ганимат экани, ўтган вақтни орқага қайтариб бўлмайди. Демак, фаолият, оила ва дўстларим давраси ҳамда чет эллик ҳамкасбларим билан ўтказган мулоқотларим ўтаётган вақтим учун мазмун бағишлади, десам янгилашмайман.

Назаримда инсонни бахтли эта оладиган ягона куч – жамият ва оилада ўз ўрнини топа олиши, ҳалол ишлаб, инсонларга яхшилик қилиши ҳамда ҳурматга са-

ятидан ўрин олганлигининг гувоҳи бўлдим.

Марказий Осиё давлатлари Ҳамширалик ишини мувофиқлаштирувчи Кенгаш раиси лавозимида ҳам фаолият юритдим.

Ислохотлар жараёнида олий маълумотли ҳамширалар факультетининг ташкил этилиши ҳам фаолиятимда муҳим босқичга эга бўлди. Буларнинг барчаси фаолият ва ҳаёт йўлими белгилаб берди.

Онамдаги қатъиятлик, жонқурлик, ҳақиқатпарварлик, талабчанлик каби хислатлар менда ҳам муассамликни кўп бора кузатганман.

Ўтаётган ҳар бир куним ва орзумимдаги муваффақиятларим меннинг бахтимдир.

Ҳаммамизнинг бахтимизга онажонларимиз омон бўлишсин. Опа-сингилларимизни эса, гўзаллик тарк этмасин.

оилам, касбим ва саломатлигимга ҳам ўз вақтида эътиборли бўлишга интиламан.

Бахт – бу сўз қудрати ҳар бир инсонда муассам. Аввало, чин дилдан нимаики ниёт қилинса барчасига етишиш мумкин. Бахт – бу соғлиқ, тинчлик-хотиржамлик, оилавий тотувлик ва ота-онанинг тоғдек соябон бўлиб туришида деб биламан.

Қайси бир инсон касбини севмайди, дейсиз. Асаб касалликлари бўйича шифокор бўлиб ишлаганимда, бошига ташвиш тушиб келган инсонларни кўп кўраддим ва уларга қўлимдан келган ёрдамни бериб, мамнуликларини кўрганимда, мен учун бундан ортик бахт бўлмасди. Айни пайтда ташкилотчи раҳбар сифатида бошқармаимизга ке-

бий хизматни яхшилаш йўлида бирозгина бўлсада хисса қўшаётган бўлсам, меҳнатларим зое кетмаган деб ўйлайман. Шифокор бўлганимдан фахрлини кетаман. Инсонларга яхшилик қилсам, уларнинг мушкулни енгиллата олсам, демак, бу ҳам бахт. Хоҳлардимки, барча касбининг қадрига етиб, севиб, меҳнат қилса.

Онам йўлими ёритадиган йўлчи юлдуз. Хазинам, суянган тоғимдир. Онамдаги интилувчанлик, ҳаётда олға қадамлик, бировнинг дилини оғритмай, яхшиликларга эришувчанликлари, энг асосийси, оилани муқаддас дарғоқ деб билишлари меннинг у кишига бўлган ҳурматимни ошириб, доим ана шу эзгу фазилатларга муносиб она

рини эслай олмайман. Нима иш қилсам, ҳамшира яхши ниятдан асло чекинмай, ҳаракат қиламан. Шу бахтли лаҳзаларга етиб келганим, оилам, касбим, гўлдек фарзандларимнинг қайнок меҳридан баҳра олаётган эканман, менга бундан ортик бахтиёр куннинг ўзи бормикан, дунёда?!

Ҳар бир байрам мен учун кўтаринки руҳда ўтади ва уни ўзига хос тарзда таассуротларга бой бўлишини жуда хоҳлайман.

Аввало, дунёдаги барча аёлларга соғлом умр, тинч-тотув ҳаёт ва ширин фарзандлар бахтини тилайман. Аёл кулиб, қувониб юрса, дунё ёшаради, умримиз узаяди, инноклик-тотувлик йўқолмайди.

**Дилфуза МАҲКАМОВА,**  
Ислохотлиш, хусусийлаштириш  
ва пуллик хизмат бошқармаси  
етақчи мутахассиси, тиббий  
фаолиятни лицензиялаш қотибаси.

– Вақт мен учун жуда мазмунли ва қадрлидир. Чунки, умр инсонга ганимат. Шунинг учун мен асосий вақтимни касбимга, оилам, дўстларим ва яқин инсонларим билан ўтказишга бағишлайман. Сабаби, ҳаётга бўлган қизиқишим ва интилишим кучли. Кимдандир яхши фазилатларни ўрганишга, ибрат олишга ҳаракат қиламан. Берилган ҳар сонияни ганимат билиб, ҳаётимни янада завқлироқ, эслашга арзиғулик қиёфада яратишга ва ҳар томонлама комил инсонлар билан вақтни унумли ўтказишга интилиб яшайман. Назаримда, вақт — ҳар бир инсон учун ана шундай қимматли бўлса керак.

Инсонни бахтиёр этадиган ягона нарса бу — илмли бўлиш ва комилликка эришишдир. Иккинчи навбатда эса оила, фарзандлар камоли, ота-она ва ахил жамоанинг ҳурмат-эътиборида бўлишни катта ҳаёт, деб биламан. Ҳаётда бахтни инсон ўз кўллари билан яратади. Мавжуд қийинчиликларнинг ижобий томонини излаб, фақат олға интилиб яшайди. Яна мен бахтни аёллар гўзаллигида кўраман. Аёллик бахтини эса ҳақиқий гўзалликда ҳис этаман. Чунки, борлиқнинг ўзи гўзал. Гўзалликни ҳар ким ҳар хил қиёфада кашф қилади. Ҳаёт эканми, ўткнчи дунё имтиҳонларидан яхши кунларга етиш учун тинимсиз тер тўкиб, ҳаёт билан курашиб,

умр кечирамиз. Менимча, вақтни, умрни, соғлиқни қадрига етиб яшашнинг ўзи ҳам бу олий бахт бўлса керак.

Касбимни севаман. Ўн йиллик иш таърибамдан фақат яхши томонларга ўйиб, тараққий этиш ва юксалиш борлигини кўраман. Ҳаттоки, қайнок иш жараёнида вақтни қандай ўтганлигини билмайман. Асосий ширим инсонларга яхшилик қилиш экан, бу йўлда ҳеч қачон вақтимни иш юзасидан келган инсонлардан аямайман. Аксинча, бировнинг мушкулни енгил қила олсам, бахтиёрлигимни ичimgа сизгидра олмайман.

Онажонимнинг кўп фазилатлари менга мактаб бўлмоқда. Айниқса, волидамнинг биринчи галда оилага, фарзандлар тарбиясига берган асосий эътиборлари ва турмуш ўртоқларига нисбатан вафодор, ҳурматлари оқори эканлигини жуда қадрлайман ва ўзим ҳам оилада ана шундай мерибон она ва суюкли ёр бўлишга интиламан. Ота-онам мен учун катта бир хазина. Уларнинг ҳаёт йўли, меҳнат таъриблари эса асосий таянч, туганмас бахтнинг ўзгнанадир.

Албатта, она бўлган куним мен учун энг бахтиёр кундир.

Баҳорнинг ҳар бир қалба чуқур сингиб кетишини интиқлик билан кутяпман. Чунки, аёл кўнгли худди баҳорнинг илиқ, тароватли нафасига ўхшаб кетади. Демак, кириб келаётган 8-март барча хотин-қизларимизга бахт олиб келсин. Ҳамшира севиб-севилиб юриш бахти уларни тарк этмасин.

**Клара ЯДГАРОВА,**  
Оналик ва болаликни муҳофаза  
қилиш Бош бошқармаси бошлиғи.

– Вақт – бу олий ҳакам дейишди. Кимдир уни қанчалик тез ўтганини қадрласа, яна кимдир бу ҳақда ўйла-маслиғи ҳам мумкин. Аммо ҳамма учун бу имконият фойдали ишларга сарф қилиниши керак, деб биламан. Айнан меннинг фаолиятим ва ҳаётимда вақт муҳим аҳамиятга эга. Касбим ниҳоятда масъулиятли бўлгани боис, вақтим баъзан қандай ўтаётганлигини ҳатто сезмай қоламан. Чунки, ҳар бир дақиқа ҳаётимда ўлчаб берилгандек туюлади. Имкон қадар берилган вақтдан унумли фойдаланишга ҳаракат қиламан. Вақт шу қадар шиддат билан ўтмоқдаки, унинг ортидан қувиб ета олмаётгандекимиз гўё. Лекин ҳар қандай вазиятда ҳам вақтнинг қадрига етиб, ўтган давримиздан эртага афсусланиб юрмаслигимиз керак.

Бахтни ҳамма ҳар хил талқин қиладди. Умуман, инсон бу ёруғ дунёга келдими, демак, у бахтиёрликни ҳис этади. Аммо ҳамма ҳам берилган имконият ва бахт деган сўзнинг қадрига етмавермас экан. Мен кўп ҳолларда ўйлаб қоламан. Соғлигинг, сеvimли касбинг, оиланг ва ота-онанг, қолаверса, атрофингда яқин инсонларинг бор экан, шунинг ўзи ягона бахтиёрлик.

Касбимни жуда яхши кўраман. Чун-

ки, давлатимиз раҳбарининг оналар ва болалар саломатлигига бераётган эътибори, аввало, ҳаммамизни ишимизга нисбатан масъулият билан ёндашишга ундаса, иккинчи навбатда бу гамхўрлик ҳар бир мутахассисда фахр туйғусини уйғотлади. Агарда жамиятда она ва бола соғлом ҳаёт ке-

чирса, демак, меҳнатларим зое кетмаганлигидан, касбимнинг асосий мазмуни самарали ишларга сарф бўлаётганлигидан қувониб кетаман. Менимча, ҳамма ҳам соҳасининг ривож топиб, тараққий этишини хоҳлайди ва кўзланган мақсадларга эришиш учун астойдил меҳнат қилади. Мен ҳам оналар ва болалар соғлигини муҳофаза қилиши ишларида астой-

дил хизмат қилишни ўз бурчим деб биламан.

Онамдаги меҳрибонлик, меҳнатсеварлик, ҳалоллик каби фазилатларнинг ҳаётим ва фаолиятимда ўрни борлигидан фахрланаман.

Бахтиёр кунлар... Жуда кўп бўлган. Кун давомида кайфиятингиз чоғ, ишларингиз маромида, оилангиз тинч, соғлигингиз жойида бўлса, шунинг ўзи бахтиёрликдан бир нишондир.

Байрам яқин. Бу кунда мен барча аёлларга соғлиқ-омонлик, оилавий тотувлик, севган ишлари ва фаолиятларида ҳамшира зафар ёр бўлишини тилаб қоламан.



Сўхбатни Намоз ТОЛИПОВ олиб борди.

# ШЕЪРИЯТ ГУЛШАНИ

## Ижодкор шифокорлар наздида аёл ва баҳор мадҳи

*Шеърият — бу кўнгил мулки. Унинг қалб наволарини чертувчи дил хонишлари кишини тўлқинлантириб юборади. Беихтиёр хаёлларингизни ўғирлаб, сизни ўзига асир айлайди. Айниқса, ижодкор шифокорларимиз қаламида акс этган дил битиклари бунинг ўзгача қиёфасини кашф этади. Қуйида ана шундай ижод намуналаридан баҳраманд бўласиз.*

**Нурмат ОТАБЕКОВ,**  
тиббиёт фанлари доктори, Тошкент вилояти соғлиқни сақлаш бошқармаси бошлиғи.



### ОНАЛАР

Юрган йўлларингиз гул-ла безайлик, Мехрибон, мўътабар, мунис оналар. Майин кўлларингиз, лаб-ла сезайлик, Мехрибон, мўътабар, мунис оналар.

Сизсиз қоронғудир, кўрган ҳаётлар, Кўтариб учгаймиз, бўлса қанотлар. Сиз сабаб ёруғдир асли хоналар, Мехрибон, мўътабар, мунис оналар.

Сиз оламнинг тожу тахти эрусис, Яхшилик номидан ўгит берурсиз. Хушчақчақ, хушдамдир Сизла саналар, Мехрибон, мўътабар, мунис оналар.

Ширин аллангизни тинглаб тин олдик, Баъзан оқшомлари қийноққа солдик. Оқлаймиз, ишонинг, қилмай таъналар, Мехрибон, мўътабар, мунис оналар.

Инсоний ақл ва тил яратгансиз, Бир-бирлаб барчага, дил таратгансиз. Таъзим қилса арзир, ёшу қарилар, Мехрибон, мўътабар, мунис оналар.

Минглаб йиллар яшанг, Сиз хурраму шод, Қайғу, аламлар-чи, доим бўлсин ёд. Хайрихоҳ бўлғаймиз, асил зодалар, Мехрибон, мўътабар, мунис оналар.

### ГЎЗАЛ ФАСЛ

Баҳор нега фақатгина уч ой бўлади, Кўпроқ бўлса арзийди-ку бу гўзал фасл. Бу фаслда борлиқ бирдай гулга тўлади, Ҳам синовдан ўтадиган муҳаббат асл.

Ошиқ қалблар етишади айни кўкламда, Гуллар тақдим этадилар — севги тимсоли.

Сойлар жўшиб ўйнаб-ўйнаб оққани дамда, Тилагандай улар суоқ қалблар висолин...

### БАҲОРИМ!

Баҳор соғиндимку пок тонларингни, Тушларимга кирар долазор-тоғлар. Зор кутдим мусаффо осмонларингни, Оғушига чорлар булбулли боғлар.

Майин нур таратар вазмин кўёшим, Атроф гўзал, ҳур олам гўзал! Халқимга бахш этдим илму бардошим, Тотув юртим гўзал, ҳам хонам гўзал!

Ярим асрдирки, интиқ кутаман, Келинчак баҳорнинг беғам унотларин. Бир лаҳза бўлсада, зум унотаман, Қаҳрадон қиш фасли зимистонларин.

Ҳали кўплаб қайтар баҳорий дамлар, Умидим ҳар баҳор нашидасида. Ҳаёт янгиланар, ўчгай ситамлар, Кўтулғ муборак кун — зар риштасида.

**Ҳабиба БОТИРОВА,**  
Бухоро шаҳри, шифокор.

## БАҲОР ГҮДАСТАСИ

### АТРОФ БЕҒУБОР

«Уйғон-уйғон» — дегандай баҳор, Борлиқни секин-секин туртади. Куртаклар ниш урар, атроф беғубор, Чечаклар жилмайиб, униб чиқади.

Юртим, яна яшнаб кетасан, Кучоғим етса-ю, кучоқлаб олсам. Шунчалар сахийми, сизга табиат. Қудратим етса-ю, кўтариб олсам.

### ЮРАГИМНИ ЯШИРДИМ МАНГУ

О, баҳор кунлари гўзалсиз бунча, Шунчалар сахийми, сизга табиат. Чакангизга тақиб нафис чечаклар, Яшил япроқларга кўмишдир абад.

### ФАРИШТА МИСОЛ

Дунёда энг улғ зот эрур аёл, Буюк алломалар яратиб берган. Унинг меҳри билан доим банд хаёл, Кўнгил чаманидан чечаклар терган.

Аёл бўлмаса гар эшитиларми, Ҳар бир хонадонда гўдак хандаси? Аёл бўлмаса гар ушалармиди, Ҳар бир йигитнинг орзу-ҳаваси?

Аёл бўлмаса гар уйнинг файзи йўқ, Хувиллаб қолади кўнгил уйи ҳам. Аёл бўлмаса гар гўдак боқмас шўх, Мухаббат тақдирин кўзларида нам.

Аёл — бу Онадир, фаришта мисол, Унинг билан ҳар кун дилу, уй обод. Бор бўлсин доимо қошлари ҳилол, Бор бўлсин дунёда аёл деган зот.

**Олим АХМАД-МАҚСАДИЙ,**  
шифокор.



**Гулбахор ГИЁСОВА,**  
Қашқадарё вилояти, Косон туман марказий шифохонасининг бош ҳамшираси.

### АЁЛ ҚАЛБИ

Ҳаётда аёлнинг ўрни бошқача, У бор остонада меҳр кўринар. Субҳидам саҳардан — оқшом чоққача, Рўзгор ташвишида елиб-югурар.

Уни қиёслашар баъзида гулга, Гул надир, гулдан ҳам гўзал сумбати. Мухаббат улашар мудом кўнгилга, Қалбга ором берар дилкаш сўхбати.

У муштипар она — жафокаш инсон, Фарзанд-чун кўксини қилувчи қалқон. У борки, мунаввар бу кўҳна жаҳон, Умидлар туғилиб, улғаяр ҳар он.

Мени кечиришсин эркаклар андақ, Баъзи оилани тебратар аёл. Қайсидир бир шоир айтиб ўтгандек: «Нозик жуссасида минг битта хаёл».

Аёл тимсолида ҳар дам садоқат, Умр йўлдошига содиқ бека, ёр. У борки, ниятга боғланур тоқат, У борки, яшашга илинж, истак бор.

Сиз билан ҳамдамдир, менинг ҳаётим, Сиз билан ҳамдамдир дилдаги қайғу, О, баҳор кунлари, бағрингизга мен, Юрагимни яширдим мангу.

### УМИД

Йигламангиз қалбим торлари, Ҳали яна баҳор келади. Балки баҳор кетган дўстларни, Ҳали билан олиб келади.

Яшнаб очилганда баҳор гуллари, Балки, эски дардлар унут бўлади. Орзулар, умидлар, истаклар бари, Балки баҳор билан қайтиб келади.



**Шербой ШЕРОВ,**  
Қашқадарё вилояти соғлиқни сақлаш бошқармаси бўлим бошлиғи.

### АЁЛЛАРНИ ЭЪЗОЗЛАНГ

Аёлларни эъзозланг, кўтаринг бошга, Пойига гуллар сочинг, мудом тинмайин. Аёлдан эъзозроқ зотлар йўқ бошқа, Хафа қилиб қўйманг билиб, билмайин.

Аёллар бу — Онадир! Ўпинг пойини, Шу зотлар туфайли меҳрлар юққан. Ҳар кун тавоф қилинг, юрган жойини, Чунки, «Пайғамбарларни ҳам оналар тўққан».



**Азиза НЕЪМАТОВА,**  
Соғлиқни сақлаш вазирлигининг Ислоҳ қилиш, хусусийлаштириш ва пуллик хизмат бошқармаси ходими.

### ИШҚ НАФАСИ

Баҳор келиб яна яшнади олам, Коинотни тутди, ишқнинг нафаси. Шундай кунда ёнимда бўл, Бўл менга ҳамдам, Эй, сен юрагимнинг ширин эркаси.

Аёллар бу — севилик ёр, жуфти ҳалолдир, Фақат шулар бизни оқ ювиб, оқ тарагай, Аёллар борки, эркак хотиржам, Фақат аёл эрта-ю кеч, йўлингизга қарагай.

Аёллар бу — қизимиздир, жигаримиз бандимиз, Қиз бор жойда нур киради, ҳар бир уйи хонага. Ҳамма фарзанд бизлар учун, ҳам асалу қандимиз.

Қизлар кўпроқ меҳрибондир, ҳам ота-ю онага.

Ишларимиз бароридан келиб турсин десангиз, Бу иш асло қийин эмас, агар шуни билсангиз, Энг аввало, эрта туриб, ҳечам бўлмай хаёлни, Бисмиллоҳ деб ўлиб қўйинг ўша мунис АЁЛни.

### Эътироф ва тақлиф

## КАТТА ҚИЗИҚИШ ВА СИНЧКОВЛИК БИЛАН

Ушбу газетанинг ҳар бир сонини катта қизиқиш билан ўқиб бораман. Ҳамманинг ўз мақсад-йўналиши бўлганидек, газетада ҳам тиббиётимизнинг истиқболли тараққиёт босқичи, кундалик янгиликларидан тортиб, оммабоп мақоаларигагина эътибор қаратилганини кузатаман. Айниқса, охириги пайтда эришилган тиббиёт муваффақиятлари тўғрисидаги таҳлилий материаллар ҳеч қимми бефарқ қолдирмас керак. Ўзим оммавий ахборот воситаларининг бир ходими сифатида кундалик газета ва ойлик журналларни тез-тез мутолаа қилиб тураман. Билмаган, эшитмаган янгилик ва керакли маълумотларни излаб топсам, иложи борича, уларни кенг ва татбиқот даражасида кенгайтиришга ҳаракат қиламан.

Мамлакатимизда соғлиқни сақлаш тизимини ривожлантириш, устувор вазифаларга эришиш учун ушбу газетанинг ўзига хос ўрни борлигини бир неча йиллардан буён кузатиб келаялман. Айниқса, долзарб касалликлар бўйича берилган оммабоп, халқона материаллар, назаримда, барчамиз учун фойдали, ўқимшли. Кўп ҳолларда адабиёт орқали шoirларнинг шеърини ўқиб баҳра олсам, газетадаги шифокор қаламига оид шеърларни ўқиб, менда бошқача таассурот уйғонади. Шифокорнинг касби оғир, масъулиятли, бир дақиқа дам олишга фурсати етмайди баъзан. Аммо имконияти ва истейъодининг намоёнлиги сифатида ёзган бир-биридан мазмунли шеърлари амалий фаолиятим ва иш тажрибаларимда жуда ҳам қўл келади. Мен хоҳлардимки, газета ижодкорлари янгиликлар сари олға интилиб, ижтимоий касалликлар тўғрисида кўпроқ ва кенгроқ маълумотлар бериб борсалар, ана шундай қалами ўткир, иккинчи истейъод эгалари меҳнатини ардоқлаб, турли мавзуларда қизикarli мақоалалар чоп этсалар, фойдадан холи бўлмас эди.

Фурсатдан фойдаланиб, республикамизнинг барча хотин-қизларига тинчлик-омонлик, соғлиқ-хотиржамлик ва ишларида ривож тилаб қоламан.

**Дилором УМАРОВА,**  
Ўзтелерадио компаниясининг Ахборот дастури журналисти.





Фан уфқлари

# ТОҒ ҚОЯЛАРИНИНГ КҮЗ ЁШИ ВА СОҒЛОМ ҲАЁТ ҚУВОНЧИ

(ёки Мўмиёи асил хосиятлари)



**Мўмиёи асил Яқин ва Ўрта Шарқ мамлакатларининг халқ табиоботида бир неча минг йилдан буён маълум бўлиб, ундан турли касалликларни даволашда, Шарқ халқлари билан бир қаторда Европа давлатларида ҳам кенг миқёсда фойдаланиб келинмоқда.**

Мўмиё дунёнинг турли жойларида, айниқса, Осиё тоғларидаги қоя тошлар орасидан ва унинг ёриқларидан сизилиб чиқадиغان ҳамда оқиб тушадиган табиий дори-дармондир. Халқ табиоботининг вакиллари мўмиёни минг дардга даво деб биладилар. Мўмиё юнча сўз бўлиб, «азойи баданни муҳофаза қилувчи» деган маънони билдиради. Осиёнинг турли худудларида мўмиёни ҳар хил, яъни «тоғ шираси», «тоғ қони», «қоя шираси», «мўмиёи асил», «шалажит», «аракул жибол», «барагшун», «мўмочай», «қиём» ва бошқа номлар билан атаб келганлар.

Ҳиндистон, Хитой, Арабистон, Ўрта Осиё ҳамда Эрон давлатларининг олимлари эразмиздан олдинги ва кейинги тиббиётга оид асарларида мўмиёнинг дори воситаси сифатида ишлатилишига боғлиқ бўлган маълумотлар мавжуд. Хаттоки, Яқин ва Ўрта Шарқ халқлари мўмиёнинг минг бир дардга шифобахшлиги ҳақида кўплаб ривоят ҳамда афсоналар тўқилганлар. Кўпчилик Шарқ халқларининг фикрича, мўмиёнинг икки хили мавжуд бўлиб, биринчиси табиий, иккинчиси эса сунъийдир. Табиий, тоза мўмиёи асил тоғлардан олинган бўлиб, зарарсиз дори воситаси ва сифатли мўмиёи хисобланади, у қўлга олиб эзилганда қўл тафтида қолмаб, мулоимлашади. Сифатсиз мўмиё эса қаттиқлигича қолади. Шунингдек, Шарқ олимларининг фикрича дарахтлардан елим оқиб чиққани каби, ҳақиқий, сифатли, маъданли мўмиёи асил ҳам қоя тошлар ораси ва унинг ёриқларидан чиқиб туради. Узоқ вақтлар давомида шаклланган бундай мўмиёи абло сифатли, ялтироқ, тим қора ва юмшоқ бўлади.

Баъзи халқлар кекса дарахтлардан чиқадиغان елимларни мўмиёи ўрнида ишлатганлар. Шу боис, баъзи одамлар мўмиёи асил ўшаш ва мўмиёсифат нарсаларни мўмиё билан алмаштириб ҳамда чалкаштириб турли хил фикрларга келиш ҳоллари ҳам учраб туради.

Профессор, марҳум олим О. Шокирнинг маълумотига қараганда, мўмиёи асил ҳақида замонавий тиббиёт фани учун зарур бўлган маълумотлар ҳам бор. Хусусан, мўмиёи бутун организмга, айниқса, юракка қувват беради, ички ва ташқи органларга куч бағишлайди, регенерация жараёнини кучайтиради, иммунитет рағбатлантирувчи, антисептик хусусиятга эга, суюқ синганда, жароҳатланганда, чиққан суюқлар жойига солинганда, мушак, бўгин ҳамда бир қатор ошқозон-ичак касалликларида, қон-томир шу билан бирга, қон касалликларида

юқори даражада ижобий таъсир этади.

Арасту мўмиёни тугма карликда, касаллик оқибатида келиб чиққан дудуқланишда, Ҳиндистон олимлари эса, қанд касаллигини даволашда фойдаси борлигини кўрсатиб ўтганлар. Ибн Сино мўмиёни турли хил захарланмишлар, чаён чакқанда, қовуқ яраси, пешоб тутаолмаслик, камқонлик ва турли яллиғланиш касалликларида, шунингдек, доривор ўсимликлар ҳамда асал билан бирга қўшиб ишлатган.

Ар-Розий мўмиёни бош оғриган, юз нерви фалажланган, эпилепсия, бош айланиши ва одам ланж бўлиб, эти увишганда фойда беради, деб хисоблаган. Демак, ўтмишда Шарқ ҳақимлари мўмиёни кенг қўллаб, турли касалликларни муваффақиятли даволашган.

Мўмиёнинг бир неча асрлардан бери халқ табиоботида кенг миқёсда ишлатилиб келинганига қарамай, кейинги йилларда унинг турли дори шакллари Мустақил Ҳамдўстлик Давлатлари (МХД)да ишлаб чиқилмоқда. Масалан, Россияда биологик фаол озуқа, Украинада эса «Мўмиё-Витас» дори шаклида ишлаб чиқарилмоқда.

Мўмиёи Ўзбекистон, Қирғизистон ва Тожикистонда ҳам ҳар томонлама ўрганилиб, унинг янги дори шакллари тайёрланмоқда. Ўзбекистон мустақилликка эришгач, мўмиёи таблетка дори шаклида ишлаб чиқилди ва тиббиёт амалиётига татбиқ этилди. Лекин баъзи қаллоб мўмиёфуруш ва чакана савдогарлар халқни лақиллатиб кетмаслиги ҳамда беморни даволашда хатога йўл қўймаслиги учун мўмиёнинг сифатини текшириб қўриш муҳим хисобланади. Бу борада, Тошкент Фармацевтика институтида бир қатор илмий-амалий ишлар олиб борилмоқда.

Амалга оширилган физикимёвий таҳлил қилиш натижасида табиий мўмиёи асил асосан углерод, водород, кислород, азот бирикмаларидан иборат эканлиги, унинг таркибида кальций, кремний, натрий, калий, темир, магний, алюминий, фосфор, барий, висмут, никель, кобальт, хром, галлий, молибден каби 20 дан ортқ организм учун зарур бўлган макро ва микроэлементлар ҳамда В ва Р гуруҳ витаминлар, стероид, полифенол бирикмаларининг мавжудлиги аниқланди. Мўмиёи таъсирида организмдаги электролитлар миқдори кўпайиб, физиологик жараёнлар кучайди, минераллар деполардан қонга ва қон орқали эса суюқ синган жойга етиб бориб, суюқ қадогининг шаклланиши жаддалашади, шу билан бирга синган суюқларнинг битиш мuddати тезлашади.

Ҳозирги кунда мўмиёи юзаси-

дан олиб борилаётган илмий текшириш ишларининг доира-си кенгайиб бормоқда. Мўмиёнинг жигар фаолияти, организмнинг иммун тизимига ижобий таъсир этиши, хавфли ўсмалар, микробларнинг ўсиши ва ривожланишига қарши таъсири ҳамда оғир асаб касалликларидан неврит ва невралгияларда ёрдам бериши аниқланди. Унинг ноҳўя таъсири шундаки, ушбу хасталикларни даволаш мақсадида қўлланиладиган синтетик дори воситаларидан фарқи кузатилмади. Мўмиёнинг намуналари стандартлаш ва уларнинг табиий фаоллигини сақлаб қолиш учун унга қандай шароит ва ҳароратда ишлов беришга боғлиқ. Бу кўрсаткичларга аҳамият берилмаса, унинг биологик фаоллиги ва даволаш хусусияти сусаяди.

Клиникаларда мўмиёни ўрганиш юзасидан олиб борилаётган чуқур илмий изланишлар унинг тиббиёт амалиётидаги фойдаси янада ортиши ва бемор саломатлиги учун қўлай бўлган дори шакллари ишлаб чиқилишини тақозо қилмоқда.

Юқоридаги фикрларни инобатка олиб, Тошкент Фармацевтика институтида мўмиёни ичиш учун қўлай ташқи ҳаво таъсирига чидамли, ўз хусусиятларини сақлаб қола оладиган «Мўмиёи асил» капсулалари ишлаб чиқилди ва амалиётга жорий этилди. Мўмиёнинг капсулада ишлаб чиқилиши, аёллар ва болаларда қабул қилиш жараёнини энгиллатиб, турли хил ва таъмлаларда ҳоли этади, препаратнинг биосамардорлиги ҳамда унинг шифобахш хусусиятини оширади.

Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги қошидаги Фармакологик қўми-та томонидан янги дори воситаларини клиникага ўрганиш учун ишлаб чиқилган барча талаблар асосида «Мўмиёи асил» капсуласи ўрганиб чиқилди, таблетка дори шаклининг терапевтик таъсирчанлиги, захарсизлиги ҳамда ноҳўя таъсирлардан ҳоли эканлиги аниқланди.

Қўми-та томонидан мўмиёи асил суюқ синишлари, айниқса, секинлашган жипслашишли остеомиелит, сурункали бронхитларнинг зўрайиши, меъда ва ўн икки бармоқ ичакнинг яра касаллигида мажмууви даволаш учун, шунингдек, организмнинг бактериал инфекцияга ҳамда ташқи муҳитнинг бошқа омил-ларига қарши ҳимоясини ошириш мақсадида умумий мустаҳкамловчи ва тонусни оширувчи врач рецептсиз олинадиган дори воситаси сифатида қўллашга тавсия этилди.

**Ҳабибулла АЛИЕВ,**  
Тошкент Фармацевтика институти  
Тиббий фанлар кафедраси мудири,  
тиббиёт фанлари доктори,  
профессор.

Меҳнати таҳсинга лойиқ

**Бутун умрини тиббиётга бахшида этган аёллар тўғрисида сўз кетгудек бўлса, беихтиёр кўз олдимизда оқ халат кийган, қалби пок, нажот фаришталари гавдаланади. Бу албатта, ҳақиқат. Чунки, бир бемор қалбига таскин бермоқ ва унинг кўнглини олмақдан савоблироқ иш бўлмаса керак.**

Ана шундай хайрли ишларга бутун умрини бахшида этиб, ҳалол хизмат қилиб келаётган «Ўзбекистонда хизмат кўрсатган тиббиёт ходими», «Соғлиқни сақлаш аълочиси», тажрибали шифокор Гулузра Қодирова ҳақидаги таъриф-таъсифларни эшитиб, у билан суҳбатлашиш мақсадида вилоят соғлиқни қайта тиклаш шифохонасига бордим. Мени ўрта бўйли, юзларидан нур ёғилиб, турган аёл Г. Қодирова бош

**Қолар бўлса яхши номинг оламда.**

Гулузра опа мазкур шеърни ниҳоятда нафислик билан ўқигач, ҳаёлимдан аланнималар кечди. Чунки, тажрибали шифокорнинг ўз касбидан фахрланиб, меҳр билан ишлаганлиги кўришиб турарди. Лекин ажойиб инсон 70 ёшни қоралаган бўлса-да, уни хали-хануз ёшлик гайрати, шижоати тарқ этмаганини кўриб ҳавасингиз келадими.

## УЙҒУНЛАШГАН ИСТЕЪДОД

шифокор Минавархон Қурбонова билан бирга кутиб олди.

— Ассалому алайкум опа, соғлигингиз яхшими? Ишлар билан чарчамайсизми?..

— Чарчашга вақт йўқ, опанинг ҳамон гайрати қачнаб турган кўзлари қулди. — Ҳа, дам олаётган эдим. Салкам икки йилдан буён ишламаётган, қайта қуриб таъмирдан чиқарилган вилоят соғлиқни қайта тиклаш шифохонасига ишга таклиф қилишди. Ушбу Масқанда узоқ вақт фаолият юритгансиз, ҳеч бўлмаса маслаҳатчи-консультант врач лавозимига ишлайсиз, деб қақириб олишди-да.

Опанинг столи устидаги бир даста китоблар, яъни «Бобурнома»нинг янги наشري, Шайх Муҳаммад Содиқ Муҳаммад Юсуфнинг «Иймон» деб номланган асари ва шеърли китобчаларига кўзим тушди...

Опа ийманибгина:

— Шеърят менинг жону дилим. Зулфия, Ҳамид Олимжон, Турсуной Содиқова сингари шоирларимизнинг шеърларини севиб ўқийман, — дейди. Ва андижонлик Хотамхон Саримсоқовнинг қуйидаги шеърли мисраларини ўқиб берди:

**Умр ўтар экан,  
афсус бир дамда,  
Гоҳида шодлиғу,  
гоҳо алам.  
Фурсатни бой бердим,  
деб ҳеч ўқинма,**

Ҳа, қирқ беш йиллик иш фаолияти давомида қўлаб инсонлар дардига малҳам бўлган жонкуяр касб эгаси беморларга руҳан ва маънан ёрдам берди. Бу борада Гулузра опага умр йўлдоши, олий тоифали шифокор Рустамжон Қодиров маслақдощ бўлди. Ушбу тиббиётчилар ҳам ота-оналари сингари уч ўғил ва бир қизни вояга етказиб, эл қорига ярайдиган инсонлар қилиб тарбиялашди.

Ҳа, унинг тимсолида фақат эзгулик, жўшқинлик хислатлари мужассам. Ана шу фазилатлар опани эл-юрт хурматиға сазовор этиб, яхшилар дилига ошно қилган бўлса ажаб эмас. Зеро, шарафли ишлар билан тезкор замонга сайқал бера олган инсонига хушбаҳтдир.

Гулузра опа ишлаётган шифохонадан қайтар эканман, шоира Хуршидабонунинг қуйидаги мисраларини эсладим:

**Ошно этсин Оллоҳ  
сизни ҳамиша,  
Шодлик-омонликка,  
бахтиёрликка,  
Сиздайин бетакор,  
Сиздай бегубор,  
Аёллар даҳр аро  
яралган якка.**

Жалолиддин ТУРДИЕВ,  
уруш ва меҳнат фаҳрийси,  
«Ўзбекистон журналистлар ижодий уюшмаси аъзоси».

## ТАРИҲДАГИ ЖАСОРАТ

... Олой маликаси деб ном олган, саркарда Қурбонжон додхоҳнинг ўғлини осиб ўлдиршига ҳукм этдилар. Дор қурилди. Чандон одам йилгилан. Ҳаммининг дилини ваҳм келди. Авжи оломон қалқиб турган бир пайтда, майдонга от суриб Қурбонжон момо қириб келади ва шитоб билан дорга яқинлашади. Сиртмоқ остида турган фарзандининг рўпарига келиб: «Ўғлим, шахид кетиш бизга меросдир», дейди ва отини шарт буриб, майдондан чиқиб кетади.

Боласига қурилган дор тағига куч толиб кела олган Аёл у! Фарзандининг жон бериш олдидаги қўзларига тик қараб ризолик айтолган Аёл у! Улим олдида жавдариб турган ўғлонига орқа ўгириб кетолган, дўст душман қошида жилвони қуйиб юбормаслиқни, отдан беҳуш йиқилмаслиқни эплотган Аёл у! У Аёл эмас, у — Ирода, у — Орият, у — Шижоатдир!

**Спорт**



**МАРОҚЛИ УЧРАШУВ**

**Жорий йилнинг 28 февраль куни Миллий матбуот марказида Франция терма жамоасининг тахрибали ва машхур собиқ футболчиси, айни пайтда эса Франция телевидениесининг Англия премьер лигаси ўйинларининг спорт шарҳловчиси Эммануэль Пети билан мамлакатимиздаги оммавий ахборот воситалари ходимлари ўртасида очик мулоқот бўлиб ўтди.**

Тадбирда асосан собиқ футболчи Эммануэль Пети ўзбекистоннинг миллий футбол лига бўлган эътибори ва қизиқиши хусусида сўз юритиб, юртимизда футбол бўйича олиб

борилаётган амалий муваффақиятларни эътироф этди. Ва журналистлар берган саволларга атрофлича жавоб бериб, Ўзбекистон миллий футболни янада ривожлантириш учун керакли бўлган барча тавсия ва таклифларини киритди.

Эммануэль Пети Ўзбекистонга илк бор ташир буюрар экан, халқимизнинг самимийлиги ва меҳмондўстлигидан гоят мамнун бўлиб, келажакда миллий футболимизни янада равақ топишига умид билдириб қолди.

**Асен НУРАТДИНОВ.  
Муаллиф олган сурат.**

**Аёлларга эхтиром**

**Оналарнинг оёғи остидадир, Равзаи жаннату жинон боғи. Равза боғи висолин истар эсанг, Бўл онанинг оёғи туфроғи.**

**Алишер НАВОЙИ.**

**Фойдали зирворлар**

**КУНЖУТ**

Кунжут – кунжутдошлар оиласига мансуб бир йиллик ўсимлик. Кунжутнинг 35 тури қайд қилинган бўлиб, уни маданий равишда ўстириш Осийда кенг тус олган. Кунжут Хиндистон, Хитой, Бирма, Судан, Мексика, Нигерияда кўплаб етиштирилади. Туркменистон, Ўзбекистон, Озарбайжон, Краснодар ўлкасида кунжут етказувчи ҳўжаликлар мавжуд.

Кунжутнинг уруғлари татимли озиқ-овқат маҳсулоти сифатида фойдаланилади. Уруғининг таркибида 47-61 % мой бўлади. Ўсимлик мойи ярим курувчи бўлиб олеин ва линолен кислоталарининг триглицеридларидан ташкил топган. Унинг шифобахш хусусиятлари

қадимдан маълум бўлиб, мойи бир қатор хасталикларни даволашда фойдаланилган. Жумладан, кунжут зикнафас ва астмани даволашда, жароҳат ва яраларнинг эт олишини тезлаштириш учун ҳамда куйган терини асоратланишдан сақлашда ҳам ишлатилган.

Абу Али ибн Сино «Тиб қонунлари» (II жилд, 519-мақола) китобида кунжут ҳақида шундай дейди: «... Урилишдан пайдо бўлган кўкаришни ва қотиб қолган қонни шимилтиради... сочни узайтиради... куйганга ишлатилади, ёғи балғам ва қондан бўлган қичимани кетказди».

Кунжут халқ табобатида қиздирилган ёки қовурилган ҳолда қувватбахш омил сифатида тав-

сия этилганлиги учун азал-азалдан нонлар юзини кунжут уруғлари билан безаш расм бўлган.

Хозирда ҳам кунжут мойи жуда қадрланади. Кунжутнинг пўстидан холи қилинган уруғларидан паста-тахин мойи олиниб, ундан барчага маълум бўлган татимли ва хушхўр тахин ҳўвалари тайёрланади. Кунжут мойи ўзининг сифати ва фойдалилиги жиҳатидан зайтун мойи билан рақобат қила олади.

Кунжут мойи озиқ-овқат саногатида, қандолатчиликда ҳамда консерва ишлаб чиқаришда ишлатилади, шунингдек, ундан сифатли маргарин ишлаб чиқаришда фойдаланилади. Уруғларини турфа нон турларини ёпишда ишлатиш мумкин.

**Нигора УЗОҚОВА  
тайёрлади.**

**Праздничный стол**

**СЫРНЫЙ ТОРТ "ТАУДА"**

**Для приготовления бисквита вам понадобится: 3 яйца, 70 г. муки, 70 г. сахара.**

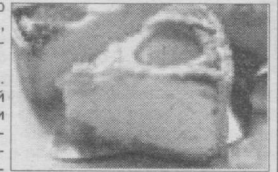
Взбейте яйца и сахар в пышную пену. Постепенно добавьте туда просеянную муку и осторожно перемешайте. Затем выложите тесто на противень, предварительно застеленный пергаментной бумагой, и разровняйте. Запекайте в духовке при температуре 220 градусов в течение 7 минут.

Для приготовления сырного суфле вам понадобится: 4 яйца, 100 г. сахара, 90 г. сливочного масла, 55 г. муки, 75 г. сыра, 200 мл. молока, 1 ст. л. лимонного сока.

Отделите белки от желтков. Подогрейте молоко на водяной бане. Порежьте сыр кубиками и растворите его в молоке. Добавьте туда муку, перемешанную с сахаром, желтками, сливочным маслом. Снимите полученную массу с водяной бани. В белки добавьте лимонный сок, щепотку соли, сахар и взбейте в крутую пену. Смешайте белковую массу с сырной.

Из готового бисквита вырежьте корж. Поместите его на дно жароупорной формы. Положите на него кусочки ананаса. Сверху залейте сырной массой. Запекайте в духовке на водяной бане при температуре 120 градусов до готовности.

Охладите изделие. Украсьте поверхность торта абрикосовым джемом и кусочками ананаса. Приятного аппетита!



**СЛАДКИЙ ПРАЗДНИК**

При приготовлении блюд для детского праздника соблюдайте несколько правил: блюда должны быть легкими, вкусными, и главное - красивыми. Предлагаем Вам несколько рецептов сладких блюд для детского праздника.

Фруктовый салат легко приготовить, используя любые фрукты, изюм, курагу, распаренный чернослив и орехи. Все порезать смешать и заправить сметаной или йогуртом.

Десерт из чернослива. Распарьте чернослив, нарежьте острым ножом и вложите в каждую ягоду ядро грецкого ореха. Уложите готовый чернослив в салатник и полейте сметаной, взбитой с сахаром. Можно такой чернослив подать и без сметаны.



Желе с фруктами в порционных вазочках - креманках. Красиво разложите ягоды и фрукты (мороженные, свежие или из компота) и залейте остывающим желе (приготовьте сами или воспользуйтесь полуфабрикатом). Желе можно дополнить взбитыми сливками. Если вам не хочется возиться, сделайте Десерт из мороженого. Разложите в креманки мороженое и украсьте тертым шоколадом, орешками, печеньем.

Забавные пирожные в виде птички, рыбки, зайчика можно приготовить детям к праздничному столу. Тесто бисквитное, песочное, медовая коржика. Сначала надо сделать и выпечь пласт толщиной 0,5-0,7 см. теста. Если вы используете песочное тесто, то прежде чем вырезать фигурки, сбрызните водой испеченный пласт и на 10 минут поставьте в духовку - тогда он не будет крошиться. Пласт из бисквитного теста или коржики можно разрезать вдоль и промазать вареньем.

Фигурки вырезают на ровной поверхности, горячим ножом. Затем фигурку покрывают заварным кремом, обсыпают крошкой из оставшегося коржа и украшают, используя разноцветные конфеты - драже, мармелад, орешки, кокосовую стружку. Можно использовать рисовальную массу.

Розовая рисовальная масса: 0,25 стакана сахарного песка, столовая ложка воды, чайная ложка малинового сока или варенье. Все варится до тех пор, пока масса не будет тянуться "толстой ниткой". Так же варится и коричневая рисовальная масса, для которой берутся 3 столовые ложки сахарного песка, чайная ложка воды, когда масса будет готова, добавим чайную ложку какао.

Заварной крем: одно яйцо растереть с 3 столовыми ложками сахара, прибавить 1 чайную ложку муки. Развести массу 0,5 стакана холодного молока и поставить на огонь. Варить, помешивая. Как только закипит, сразу снять с огня и прибавить ванилин.

К украшению пирожных привлечите детишек. Детям очень нравится рисовать забавные рожицы. Вы прекрасно проведете время с детьми и приготовите живописные сладости к праздничному столу.



**Газета муассиси:**  
Ўзбекистон  
Республикаси  
Соғлиқни сақлаш  
вазирлиғи

**Бош муҳаррир:**  
Нодир ШАРАПОВ  
**Ижрочи муҳаррир:** Ибодат СОАТОВА

**Таҳрир ҳайъати раиси:**  
Феруз НАЗИРОВ  
Таҳрир ҳайъати аъзолари:  
Бобур Алимов, Гавҳар Исломова, Омонтурди Миртозаев,  
Озода Муҳитдинова, Бахтиёр Ниёзматов, Абдурахмон  
Носиров, Нурмат Отабеков, Холмурод Раббаев, Рихси  
Салихўжаева, Намоз Толипов, Марияш Турумбетова,  
Абдулла Убайдуллаев, Фарход Фузайлов.

Манзилмиз: 700060, Тошкент шаҳри, Охунбобоев кўчаси, 30-уй, 2-қavat.  
Тел/факс: 133-57-73, тел.: 133-13-22.

Газета Ўзбекистон Республикаси Матбуот ва ахборот агентлигида 2006 йилнинг 6 декабрь куни рухиятга олинган, гувоҳнома рақами 0015.

Ўзбек ва рус тилларида чоп этилади. Ҳафтаинча сепанба куллари чиқади. Мақолалар кўчириб босилганда «O'zbekistonda sog'liqni saqlash - Здравоохранение Узбекистана» газетасидан олинди, деб кўрсатилиши шарт.

Адади 8160 нуска. Буюртма Г-250.

Газета «ШАРҚ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилади. 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 ҚУШОҚОВ.

Оператор-дизайнер: Намоз ТОЛИПОВ.

Босмахонага топшириш вақти - 20.00.