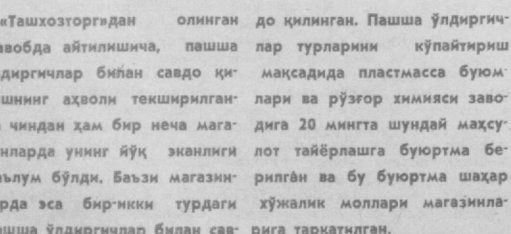


[illegible]

КОНК

«аёло» бегоҳа уддалла
Ҳайъат аъзолари Гулнорани
ассосий иш - операциялари
ниҳоятда моҳирлик билан бо
жаргалигини алоҳида таъки
ладилар. Ушуну ки узилга
кавалалари бир-бирига ула
ушуну ҳаммаси бўлиб ич-у
ниҳоятда вақт сарфлади
Ишлар чиқариш нормаси
қура кса бо операция учу
белг прим секунд вақт ажра
тилган эди.

Початқаларни алдаштириш
да ҳам у ўз маорати на
мойиш этиди. Бо операция
нормадиги 7,5 секунд ўрниги

3—4 секундда бажара олди.
Тежалган вақт унга маҳсулот
сифатига назоратни кучайти-
риш имконини берди. Нати-
жада Гулнора Мирзажонов

«Тошкент
Л О Н»

Санъатнинг сеҳрли олами



Кўнгилларга йўл топиб

Хар қандай санъаткор замон билан ҳамнафас, ҳамқадам бўлсагина унинг асарлари кишилар қалбига йўл топа олади. Одамларни инсонийликка, ватанпарварлик ва камолотга даъват этишда, тарбиялашда санъат асарининг роли санъаткорнинг айнан мана шу позициясига қараб белгиланади.

Рассом Марат Содиқов асарлари билан танишганда суронли йиллар, учқун асримизнинг шабадалари юзингизга урилгандай бўлади. Унинг асарлари сукут сақламайди. Уларда замонларнинг ҳайқирини, даврнинг буюк тугендлари ўз аксини топади. Бироқ барча асарлар, барча кечинмалар ва ўзгаришларнинг марказида инсон туради. Инсон бугунги куннинг одами. Тараққиёт унга, унинг камолотига хизмат қилиши керак. Акс ҳолда... Шунингдек замондошларнинг ақли ва юрак қўри билан бўвд бўлган меҳнат самараси ҳам пирамида натижада инсон камолоти учун муҳим роль ўйнаши керак.

Рассомнинг биргина «Тараққиёт» асарини олиб кўрайлик. Унда дастлаб кўшлар парвозига оқ йўл тилган инсон охири-оқибатда ўзи ҳам парвозга шайланади. Самоларин забт этади. Бу асарнинг голийи якуни айниқса диққатга сазовордир. Қанча юксак парвоз этмасин, қанчалик баланд кўтарилмасин инсонга барибир Заминни, она Ернинг унутма деган огоҳлантириши уқамиз.

Публицистик рух, шу асосда эса замондошларнинг ўй-кечинмаларини бериш, инсоннинг яратувчилик қудратини бор бўй-баста билан кўрсата олиш ҳам рассомдан маҳорат талаб этади. Ва Марат Содиқов бундай маъсулликни иннинг улдасидан муваффақият билан чиқиб келмоқда. Асарларидан айна шундай кўтаринки кайфият, бунёдкор инсон меҳнатининг маъсулини ўзинга хос йўсунда кўрсата олиш унга замонавий мавзуларга кенг ўқиб берди. Натижада она замоннинг гўзаллиги-тароватини асраш, табиятни, атроф-муҳитни муҳофаза қилиш қонини илгари сурувчи асарлар вужудга келди. «Даштда», «Бўлажак шаҳар» сингари ишларида биз мана шу ҳайқирини эшитамиз.

Юксак гражданлик руҳида яратган асарлари учун 1978 йилда Ўзбекистон Ленин комсомол мукофотиغا сазовор бўлган рассом то ҳануз изланишда. У юрт кезади. Одамларни кўради. Янги-янги қаҳрамонларни кашф этади. Рассом кўп йиллардан буён чизиб, кенгайтириб келатган «Хроника» туркумини бундан кейин ҳам давом эттирмоқчи. Замондошларимиз меҳнатининг улдуз саралари яратилажак асарларда янада кенгроқ, ёқинроқ акс топади. Бу асарларнинг қаҳрамонлари ҳам одамлар бўлади. Шу куннинг меҳнаткаш одамлари.

С. САИДОВ.

СУРАТЛАРДА: рассом М. Содиқовнинг «Бирдамлик» ҳамда «Таҳликали аср» асарлари.



Икки минг йиллик водопровод

Ўзбекистон ССР фанлар академиясининг Ўзбекистон халқлари тарихи музейи билан археология институтининг қўшма экспедицияси эски Термизда икки минг йиллик водопроводни қазиб очди.

Амударёнинг ўнг соҳилида, ҳозирги область марказидан ўн километр нарида Шахристон — қадимий шаҳар қолдиқлари сақланган. Бу ерда қадим замонларда бақувват истеҳком деворлари, ибодатхона комплекслари, саройлари бўлган шаҳар мавжуд эди. Бу шаҳар 500 гектар чамаси

ерни эгаллаган. Олимлар ўзларича мулофаа девори деб ўйлаган дўнгликни муфассал ўрганган чиканларда у ихота иншооти эмас, балки... водопровод бўлиб чиқди. Қадимги усталар кўп нарсаларни назарда тутганлар: сув қувурларини ёқиниб бўлгач, устига тўпурқ уйиб дўнглик ҳосил қилганлар. Қазинмалар чоғида сув тиндирилди, ган жойлар ҳам топилиди. Чигирлар Амударё сувини 10—12 метр баландликка кўтариб берган. Сув қувурлари яхши сақланган. Икки километра қўрилган қувур

Яна бир қўғирчоқ театри

Серқуёш республикасида бир неча қўғирчоқ театри ишлаб турибди. Яқин орада бундай «ичкик саҳна» Қора, Ўзбекистон АССРда ҳам очилди.

Ҳозир бу хайрли ишни амалга ошириш тадбирлари қўрилмоқда. Шунинг қувончлики, яқинда мустақил ижод йўлига қадам қўйган ёш санъаткорлар ана шу театрни бунёд этишга киришди.

Бу истеъодлар Островский номидаги Тошкент театр ва рассомлик санъати институти драма театри ва кино актёрлиги факультетини битириб, автотом республикага йўлланма олишган эди. Студентлик йилларида олий ўқув юрти ўқув театрида саҳналаштирилган «Жимитов», «Маскарабоз табассуми» спектакллари бўлажак театрнинг дастлабки постановкалари бўлади.

А. АЛНОВ.

Хўнармадларнинг устaxonалари, будда ибодатхонаси, саройи ва Шахристоннинг шимолӣ қисмида жойлашган қўшаро уйлари сув билан таъминлаб турган. Ҳозирга қадар қадимги водопроводлар бўлганлиги ёма манбалардан маълум эди. Шулардан бири Мароканд (Самарқанд)ни сув билан таъминлаган водопровод тасвири сақланган қолган. Усталар уни сепояларга маҳсусларни ўрнатиб қурганлар.

Л. СТРУНИКОВА,
ЎзТАГ муҳбири.

АРАҚ—УМР ЭГОВИ

Ҳаёт ширинлигини билган ҳар бир ақли зукко инсон саломатлигини мустаҳкамлашда, аъзон-танини турли касалликларга нисбатан қаршилик қўрсата оладиган тарзда чиниктириб боради. Афсуски, баъзи кишилар ичкиликбозликка ружу қўйиб, алкоғолик ҳолатга тушади ва умрларини шу оғу билан қисқартирадилар.

Стил спирт (алкоғоль) заҳарли наркотик моддалар группасига кириб, тирик организмга зарарлидир. Биринчи навбатда нерв системаси (айниқса заиф нерв системасини) зарарлайди. Чунки одам миасидаги ҳужайраларда ёғсимон моддалар — липоидлар кўп бўлиб, улар спиртта осон эрийди. Шунинг учун алкоғоль кўп миқдорда нерв ҳужайраларига кириб, унинг функциясини бузди. Бундан ташқари, одам миасида гаммааминобутирин кислотаси бўлиб, мианинг ичиндаги фаолиятни тартибга солишда маълум роль ўйнайди. Бу кислота шундай моддаки, нерв импульсларининг ҳужайраларидан ҳужайраларга келишини тўхтатади. Алкоғоль истеъмол қилган одамнинг миасида шу кислота қўйишга ҳисобига нерв импульсларининг тўхташи, нерв ҳужайраларини ишининг тормоқлангани ёки тўхташи аниқланган. Бундай ўзгаришлар органлар ва системаларнинг функцияларига таъсир кўрсатади. Алкоғоль ўзгаришлар органлар ва системаларнинг функцияларига таъсир кўрсатади. Алкоғоль ўзгаришлар органлар ва системаларнинг функцияларига таъсир кўрсатади.

Алкоғолни узоқ вақт мобайнида ичиш натижасида турли психик касалликлар: оқ алаҳоза, хроник алкоғоль галлюцинация, алкоғоль асасаси алкоғоль энцефалопатияси, корсаков психози пайдо бўлади.

Алкоғолнинг мунтазам равишда узоқ вақт ичилганда даставвал қонга, асбб системасига, меъда-ичак йўлига, жигар, жинсий сфера ва бошқа органларга ҳалокатли таъсир қилади. Аввал функционал бузилишлар келиб чиқади, яна истеъмол қилиш давом этса органик —асли ҳолига қайтмаслик даражасида ўзгаришлар юз беради. Ичилган алкоғоль меъда-ичак йўлидан қонга сўрилади, сўнгра бир оз вақтдан сўнг психик фаолиятдаги ўзгаришлар содир бўлади.

Маълумки юрак фаолияти ҳам бошқа органлар фаолияти каби марказий асбб системаси томонидан идора этиб турилади. Шу сабабли алкоғолнинг ҳалокатга олиб боруви таъсир юракка икки томонлама: марказий асбб системаси ва қон билан намоён бўлади, алкоғоль қон билан томирларда юради, шунинг ҳисобига юрак юракни ишлайди, қисқариш соини ошади, натижада юрак мускули анча бариқтиришдан ичкади. Юрак олдин эъриб ишлайди, ҳажми катталашади ва мускул тўқимаси ўрнига ёғ тўқимаси пайдо бўлади. Юрак иши жуда ҳам сустаяди. Натижада қон периферияга қийинлик билан боради, орган, тўқималарни қон билан таъминлаш бузилади. Юракнинг касаллигини унинг тез уришидан, тез ўйнашидан, хансирешдан, шиллик пардаларнинг қўқаришидан билиш мумкин.

Алкоғоль фақат юрак-томир системасигагина эмас, овқат ҳазм қилиш йўллари ҳам таъсирини кўрсатади. Алкоғоль меъдага тушганда дастлаб ҳазм безларини қўзғатади, сўнгра бошқа қўзғаткичлардан фарқли ўлароқ ҳатто кичик қонқандрацияда ҳам шундай қаттиқ таъсир қиладики, бу-

- ▲ Ширин ҳаёт қадри
- ▲ Яхши муомаланинг ҳосияти
- ▲ Ичкиликбозлик — ёмон иллат
- ▲ Орасталик ҳаммага ярашади.

нинг натижасида ўткир гастрит —меъда шиллик пардасининг яллиғланиши келиб чиқади. Яъни алкоғоль меъда шиллик пардасини ишлаб чиқарадиган безларни ўлдиреди. Иштакани йўқотгани, беморда жигилдон қайнаши, кўнгил айниши, қайт қилиш содир бўлади ва бемор оғир аҳволда қолади.

Алкоғолдан одамнинг энг керакли бўлган муҳим органи — жигар ҳам катта зарар кўради. Жигар киши организмиде жуда муҳим вазифани бажаради. Ундан 1 суткада 720 литр қон ўтади. Овқат билан тушедиган ва ошқозон шиллик пардаси орқали сўриладиган ҳамма моддалар қон билан бирга жигарга тушади ва у ерда мураккаб химиявий ўзгаришга учрайди. Ичкилик оғусида жигар емирилади, унинг ҳужайра қурилиши бузилади. Жигар катталашади, химиявий реакцияга қатнашиш қобилиятини йўқотеди. Орадан озроқ вақт ўтгач жигар бўжмайиб қолади — жигар циррози содир бўлади, натижада сариклик, асцит (қорин бўшлиғида суюқлик йиғилиши) кузатилади, бемор жуда озиб кетади. Жигар циррози оғир касаллик бўлиб, у кўпинча кўнгилсиз оқибат келтиради.

Умуман айтганда спиртли ичимликлар ичиш, тамаки чекиш, ўз билгича, врач билан маслаҳатлашмасдан турли дори препаратларини, ўхлатидаган дориларни ва наркотикларни истеъмол қилиш, уларга мубтало бўлиб қоллиш саломатликка кушанда бўлиб, одамнинг психик фаолиятини бузади, жисмоний соғлиғига катта зарар етказиши. Шундай ярамас одатларга ва касалликка дучор бўлмаслик саломатлигини сақлаш ва мустаҳкамлаш ҳар бир инсоннинг ўзига боғлиқ. Одам ўз саломатлигини, ўзини тути билмаслиги, натижада ўзининг ёмон одатлари билан соғлиғини пуртдан кетказиши осон, бироқ уни турли даволар ёрдамида тиклаш анча қийин.

Н. ҚОСИМОВ,
медицина фанлари кандидати.



«Шифокор даволашга тайёр».

Р. Шарипов фототюди.

Бу—қизиқ

Асабни асранг...

Онласида осойишталик, илиқлик, меҳр-муҳаббат, тоғувлик шониста бўлган кишилар даври-даврон суриши азалдан маълум. Асабий ҳолатлар тизгинида яшайдиган кишилар турли салбий оқибатлар соясида бўладилар. Мутахассис олимларнинг фикрига қараганда, инсоннинг сочи тўқилиши, бевақт оқариши кўп жиҳатдан асаб системаси билан бевосита боғлиқ. Меъда ости безининг фаолиятидаги ўзгаришлар, организмни етарлича дармондор — витаминлар билан таъминланмаслиги, одам руҳиятидаги салбий таъсиротлар сўзсиз соч табиятига таъсир қилмасдан қўймайди.

Яқинда Гамбургда чоп этилган журналлардан бирида хушрўйлаш амали билан шугулланадиган мутахассислар томонидан қизиқарли маълумотлар ёритилди. Инсонга ўзгача ҳусн

бахш этадиган, шунингдек маълум шароитларда табийий ҳимоя воситасини ўтайдиган одамнинг сочи турлича бўлади. Қизиги шунданки, малла сочли кишиларнинг соч толаси 80 минг, оқ ва қора сочлиларнинг соч толаси 140 минг атрофида бўлар экан. Малла соч толалари икки баробар кўп тўқилиш ҳусусиятига эга. Мабоодо одамнинг сочи кунига 150 атрофида тўқиладиган бўлса, у киши тегишли мутахассис-шифокорга учраши лозим.

А. Ф. Аҳабадзе ва бошқаларнинг келтирган маълумотларига қараганда, сурункали равишда тамаки чекки ҳамда спиртли ичимликлардан истеъмол қилиш тўқималарда модда алмашинуви жараёнида жиддий ўзгаришлар содир бўлиши натижасида соч толаларининг илгичка тортиши ва тўқилиши ортади.

Биргина соч толасида ўн-

ларча минерал элемент ва бошқа моддаларнинг жо бўлиши кишини ҳайратга солиши мумкин. Жумладан, унинг таркибиде мис, олтунгугурт, рух, қўроғиш, темир, кальций каби элементлар жо бўлган. Соч ўзатини ташкил қиладиган оқсилнинг ўзи метионин, треонин, алаинин, серин, твалин, гистидин, глутамин кислотаси, глицин каби моддалардан таянч олади. Шу бонсдан ҳам соч структураси одам организмни тўлақонли овқат, етарлича тегишли элементлар билан таъминлаб туришига боғлиқ. Одам сочининг бевақт тўқилиши жуда кўп сабаблар билан боғлиқ бўлса-да, асабийлик организмдаги салбий оқибатларнинг келиб чиқишига замин яратади.

М. НАБИЕВ,
доришunos.

Билиб қўйган яхши

Эркакларга маслаҳатлар

Одатда эркаклар юзларини унча парвариш қилишмайди. Бироқ, баъзи кишиларнинг териси қуруқ, юпка ёки аксинча қалин ва ёғли бўлади. Шу сабабдан терида ҳар хил

аломатлар пайдо бўлади. Бу эса терини алоҳида парвариш қилиш талаб этади. Масалан, юзни ювгандан кейин баъзи кишилар териси қуришиб қипқиланади, доғ

тушади. Бундай пайтларда териси қуруқ кишилар «Атласний» («Янтарь») кремнини, териси бир оз ёғли кишилар «Идеал» («Московский») кремнини суртишлари лозим.

Соқолин ҳар кун и олиш керак, шунда юз массажа бўлади, натижада юзга аксини тушмайди. Устара ёки ҳавф. сиз бритва ишлатишмоқчи бўлинса, аввал юзга соқол

олиш учун чиқарилган маҳсул «Аромат», «Наро», «Руслан», «Флоренция» кремларидан бирини ёки «Нега» совунини иссиқ сувага қўптириб суртиш керак. Булар терига ҳеч зарар қилмайди.

Териси салга касалланадиган, соқол-мўйлови қалин кишилар соқол олиш олдидан иссиқ сувага ботирилган сочқ билан 2—3 минут компресс қилишлари лозим.

Қадрли оқшомхонлар!

Шу кунларда бутун мамлакатимизда 1987 йил учун газета ва журналларга обуна қизгин кетаётганлигидан хабарингиз бор, албатта. Жумладан, «Тошкент оқшом» газетасига ҳам 1987 йил учун обуна давом этмоқда. Идораларнинг газета ва журналларга обунасини расмийлаштириш август ойида ниҳоясига етади. Агар сиз яқна тартибда «Тошкент оқшом» газетасини 1987 йилнинг 1 январидан олмоқчи бўлсангиз обунани 31 октябргача расмийлаштиришингиз керак. 1 ноябрдан эса обуналар 1987 йилнинг шундан кейинги ойлари учун расмийлаштирилади.

Яна шунинг ҳам эслатиб ўтмоқчимиз: обуна «Союзпечать» корхоналари, алоқа бўлимлари, илп ва ўқиш жойларида жамоатчи матбуот тарқатувчилар томонидан чекланмаган миқдорда, хоҳлаган муддатингизга қабул қилинмоқда. Ўйлаймизки, 1987 йилда ҳам «Оқшом» газетаси сизнинг энг яхши дўстингиз, маслаҳаттўйингиз бўлиб қолади. Бунинг учун бугун биз сизнинг газетига обуна бўлишингизни осонлаштириш мақсадида тўлдиришингиз керак бўлган ўнг қўлдаги бланкани эътиборингизга ҳавола қилимиз. Шу бланкани тўлдириб, ўзингизга яқин бўлган «Союзпечать» бўлимига бориб, «Оқшом» газетасига бир йилгами, ярим йилгами бемалол обунани расмийлаштиришингиз мумкин. «Тошкент оқшом» газетасининг индекси — 64690.

«Тошкент оқшом»га обуна баҳоси: бир йилга 7 сўм 80 тийин, олти ойга — 3 сўм 90 тийин, уч ойга — 1 сўм 95 тийин. Яна бир бор эслатиб ўтамиз: абонемент ва нашр етказиб бериладиган адресни тўлдириш пайтида қуйидагиларни унутманг:



Ф. СП-1

Министерство связи СССР «Союзпечать»		АБОНЕМЕНТ на газету		64690	
		ТОШКЕНТ ОҚШОМИ		(индекс издания)	
		на 1987 год по месяцам:		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	
Куда		(почтовый индекс)		(адрес)	
Кому		(фамилия, инициалы)			

ДОСТАВочная КАРТОЧКА		на газету		64690	
		ТОШКЕНТ ОҚШОМИ		(индекс издания)	
ПВ		место		я-тер	
Стоимость		подписки		руб. — коп.	
		пере-адресовки		руб. — коп.	
		на 1987 год по месяцам:		1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	
Куда		(почтовый индекс)		(адрес)	
Кому		(фамилия, инициалы)			

а) Сиз газета олишни истаган ойлариинг катақларини тўлдириш (тегишли ой остидаги бўш катакка «Х» белгисини қўйинг).

б) Обуна баҳосини кўрсатинг. Унинг баҳосидан сиз хабардорсиз.

