# МУСТАҚИЛЛИК МУБОРАК, ЭЙ АЗИЗ ЮРТИМ!

Tibbiyotning oliy maqsadi – inson salomatligiga erishishdir

# O'zbekistonda sog'liqni saqlash
# Здравоохранение Узбекистана

Газета 1995 йил октябрь ойидан чиқа бошлаган • www.uzssgzt.uz, uzss@med.uz • 2009 йил, 28 август • № 34 (653)


Ўзбекистон Республикаси Президентининг
ФАРМОНИ

## «Ўзбекистон Қаҳрамони» унвонини бериш тўғрисида

Ватанимиз мустақиллигини мустаҳкамлаш, унинг жаҳон миқёсидаги шон-шуҳратини юксалтириш, ислоҳотларни янада чуқурлаштириш борасида давлат ва халқ олдидаги улкан хизматлари, ишлаб чиқариш соҳасидаги узоқ йиллик қаҳрамонона меҳнати ҳамда ёш авлодни ватанпарварлик ва халқпарварлик руҳида тарбиялашга қўшган катта ҳиссаси учун қуйидагиларга **«Ўзбекистон Қаҳрамони»** унвони берилиб, олий нишон – **«Олтин юлдуз»** медали топширилсин:

**Иброгимов Комил** – «Навоий иссиқлик электр станцияси» очиқ акциядорлик жамиятининг ишлаб чиқариш техника бўлими смена бошлиғи, Навоий вилояти

**Нарзиев Тўра Икромович** – «Аму-Бухороканалкурилиш» акциядорлик жамиятига қарашли 4-кўчма механизациялашган жамланма экскаваторчиси, Бухоро вилояти

**Туйчиев Алим Исмаилович** – «Ўзбекистон металлургия комбинати» акциядорлик ишлаб чиқариш бирлашмасининг электрда пўлат эритиш цехи эритувчиси, Тошкент вилояти

**Ўзбекистон Республикаси Президенти** **И. КАРИМОВ.**

Тошкент шаҳри,
2009 йил 25 август.

Иброгимов Комил

Нарзиев Тўра Икромович

Туйчиев Алим Исмаилович

Ўзбекистон Республикаси Президентининг
ФАРМОНИ

## ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ МУСТАҚИЛЛИГИНИНГ ЎН САККИЗ ЙИЛЛИГИ МУНОСАБАТИ БИЛАН ФАН, ТАЪЛИМ, СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ, МАДАНИЯТ, САНЪАТ, МАЪНАВИЯТ ВА МАЪРИФАТ, ОММАВИЙ АХБОРОТ ВОСИТАЛАРИ ҲАМДА ИЖТИМОИЙ СОҲАЛАР ХОДИМЛАРИДАН БИР ГУРУҲИНИ МУКОФОТЛАШ ТЎҒРИСИДА

*Ватанимиз мустақиллигини мустаҳкамлаш, унинг халқаро миқёсдаги нуфузини ошириш, халқимиз маданияти ва маънавиятини юксалтириш ишига қўшган салмоқли ҳиссаси, бетакрор истеъдоди, серқирра ижоди, илмий фаолияти, ҳалол хизмати билан эл-юрт ўртасида орттирган обрў-эътибори, фан, таълим, адабиёт, маданият, санъат, соғлиқни сақлаш, спорт ва ижтимоий ҳаётнинг бошқа соҳаларидаги кўп йиллик самарали меҳнати ҳамда жамоат ишларидаги фаол иштироки учун қуйидагиларга фахрий унвонлар берилсин:*

**«Ўзбекистон Республикасида хизмат кўрсатган соғлиқни сақлаш ходими»**

**Маркелов Владимир Федорович** – Навоий вилояти, Навоий шаҳар тери касалликлари диспансери бош врачи

**Нажмиддинова Дилбар Қамариддиновна** – Тошкент тиббиёт академияси илмий ишлар бўйича проректори

**Йўлдошев Фурқат Абдисодиқович** – Республика шошилинч тиббий ёрдам илмий маркази анестезиология-реанимация бўлими катта илмий ходими

*Халқимизнинг илм-зиё салоҳияти ва маънавиятини юксалтириш, таълим, маданият, адабиёт, санъат, соғлиқни сақлаш соҳаларини ривожлантиришдаги хизматлари, Ватанимиз мустақиллигини, юртимиздаги тинчлик ва барқарорликни мустаҳкамлаш ишига қўшган муносиб ҳиссаси ҳамда кўп йиллик жамоатчилик фаолияти учун қуйидагилар мукофотлансин:*

**«Меҳнат шуҳрати» ордени билан**

**Зарипова Рўза** – Хоразм вилояти онкология диспансери врач-химиотерапевти

**(Давоми 2-бетда).**

## ВАТАН – СИЙРАТИМДА ҲАЙРАТСАН, НУРСАН

*Ватан – сийратимда ҳайратсан, нурсан,*
*Ватан – ботинимда гўдакдек ҳурсан.*
*Кўнгилдан вулқондек отилган меҳр,*
*Ватан деб инграсам, қалбда гурурсан.*
*Қонимда сингиган сенинг висолинг,*
*Жонимга сингиган соғинч хаёлинг.*

*Мен сенсиз яшашга эмасман қодир,*
*Менга буюк қанот эрур камолинг.*
*Сен менинг файзли ўтган ҳар оним,*
*Эътиқод, имконим, юксаклик, шоним.*
*Истиқбол байроғин баланд кўтаргум,*
*Истиқболи ойдин Ўзбекистоним!*

*Тошкент шаҳрининг 2200 йиллигига*

## ЮРТИМ ЮРАГИСАН АЗИМ ТОШКЕНТИМ

*Хуш келибсиз, меҳмонлар,*
*Тошкентим, маконимга,*
*Осиёда барқарор, тилларда*
*достонимга!*
*Қадимий, ёш, навқирон,*
*гуллаган бўстонимга,*
*Истиқлолнинг нури-ла*
*машҳури жаҳонимга,*
*Адолат, Ҳақ посбони,*
*кўкраги қалқонимга,*
*Меҳрингиздан яйраган*
*жисмим аро жонимга!*

*Кутдик сизни интизор,*
*битиб ялла ва ашъор,*
*Ёздик не хуш неъмат бор,*
*қаранг дастурхонимга!*
*Ой, қуёшли шаҳримиз,*
*очилиб дил баҳримиз,*
*Ўзбекистон тутар гул,*
*сиз дўсту ёронимга!*
*Создир танбур, дуторлар,*
*келинг меҳри офтоблар,*
*Бирга алёр айтамиз ҳур,*
*озод давронимга!*
*Велком, Хуш омадед,*
*қадрдонлар, марҳабо,*
*Ўзбекистон, Бошкентим,*
*жисмим аро жонимга!*

*Хуш келибсиз, меҳмонлар,*
*Тошкентим, маконимга,*
*Олам аҳли тан олган,*
*бағри кенг уммонимга!*
*Осмонўпар қасрлар,*
*кошона, айвонимга,*
*Равон йўллар, кўприклар,*
*обод хиёбонимга,*
*Уни кўрган ақли лол,*
*минг бора ҳайронимга,*
*Йўлбошчиси мард, танти,*
*мусаффо осмонимга!*

**Искандар РАҲМОН.**

## Ўзбекистон Республикаси Президентининг ФАРМОНИ

# ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ МУСТАҚИЛЛИГИНИНГ ЎН САККИЗ ЙИЛЛИГИ МУНОСАБАТИ БИЛАН ФАН, ТАЪЛИМ, СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ, МАДАНИЯТ, САНЪАТ, МАЪНАВИЯТ ВА МАЪРИФАТ, ОММАВИЙ АХБОРОТ ВОСИТАЛАРИ ҲАМДА ИЖТИМОИЙ СОҲАЛАР ХОДИМЛАРИДАН БИР ГУРУҲИНИ МУКОФОТЛАШ ТЎҒРИСИДА

**(Давоми. Боши 1-бетда).**

**Қаимова Мукаррам** – Наманган вилоят болалар сил касалликлари санаторияси ҳамшираси

**Шоназаров Эркинжон** – Сирдарё вилояти кўп тармоқли тиббиёт маркази оториноларингология (ЛОР) бўлими мудири

*Мамлакатимизда ҳар томонлама соғлом ва баркамол авлодни вояга етказиш ишига қўшган катта ҳиссаси ҳамда ёшларни Ватанга муҳаббат, истиқлол ғояларига садоқат, соғлом турмуш тарзи тамойиллари руҳида тарбиялашдаги хизматлари учун қуйидагилар мукофотлансин:*

**II даражали «Соғлом авлод учун» ордени билан**

**Асатова Муяссар** – Тошкент вилояти, Бекобод шаҳар кўп тармоқли марказий поликлиникаси педиатри

**Наврўзова Шакар Истамовна** – Бухоро давлат тиббиёт институти «Болалар касалликлари ва неонатология» кафедраси мудири

**Сапарниязова Рамиза Толибаевна** – Қорақалпоғистон Республикаси, Қораўзак тумани «Қораўзак» қишлоқ врачлик пункти мудираси

**Холмуродов Музаффар** – Самарқанд вилояти, Нарпай туман марказий шифохонаси болалар бўлими мудири

*Мамлакатимизда амалга оширилаётган маънавий-маърифий ва ижтимоий ислоҳотлардаги фаол иштироки, самарали меҳнати, ёш авлодни Ватанга муҳаббат, миллий ва умуминсоний қадриятларга садоқат руҳида тарбиялаш ишига қўшган ҳиссаси учун қуйидагилар мукофотлансин:*

**«Шуҳрат» медали билан**

**Абдураҳмонова Мукаррам Исҳоқовна** – Республика ихтисослаштирилган кўз микрохирургия маркази микрохирургия бўлими катта ҳамшираси

**Раҳимова Диловар Бақоевна** – Бухоро вилояти, Шофиркон туман тиббиёт бирлашмаси қишлоқ врачлик пункти ҳамшираси

**Тўраева Раъно Абдихалиловна** – Қашқадарё вилояти, Ғузор туман тиббиёт бирлашмаси «Савбоғ» қишлоқ врачлик пункти мудираси

**Турсунов Қаҳрамон Ражабович** – Тошкент тиббиёт академияси ижтимоий-гуманитар фанлар кафедраси доценти

**Йўлибоева Холбуви Жўраевна** – Самарқанд вилояти, Қўшработ тумани тиббиёт бирлашмаси кўп тармоқли марказий поликлиникаси жарроҳлик бўлими ҳамшираси

**Юнусова Соҳибахон Расулжоновна** – Жиззах вилояти, Мирзачўл туман тиббиёт бирлашмаси «Ипак йўли» қишлоқ врачлик пункти умумий амалиёт врачи

**Ўзбекистон Республикаси Президенти** **И. КАРИМОВ.**

Тошкент шаҳри,
2009 йил 25 август.

## Ўзбекистон Республикаси Президентининг ФАРМОНИ

# ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ МУСТАҚИЛЛИГИНИНГ ЎН САККИЗ ЙИЛЛИГИ МУНОСАБАТИ БИЛАН ДАВЛАТ ХИЗМАТЧИЛАРИ ҲАМДА ИШЛАБ ЧИҚАРИШ ВА ИЖТИМОИЙ-ИҚТИСОДИЙ СОҲАЛАР ХОДИМЛАРИДАН БИР ГУРУҲИНИ МУКОФОТЛАШ ТЎҒРИСИДА

*Самарали меҳнати ва эришаётган ютуқлари билан мамлакатимизнинг мустақиллигини мустаҳкамлаш ҳамда иқтисодий қудратини оширишга, шахсий ибрати билан халқимизни, айниқса, ёш авлодни миллий ва умуминсоний қадриятлар руҳида тарбиялашга қўшган улкан ҳиссаси, меҳнатсеварлиги, ватанпарварлиги, жамоат ишларидаги фаоллиги билан умумхалқ иззат-ҳурматига сазовор бўлганлиги учун қуйидагилар мукофотлансин:*

**«Эл-юрт ҳурмати» ордени билан**

**Зуфаров Миржамол Мирумарович** – Академик В. Воҳидов номидаги Республика ихтисослаштирилган хирургия маркази директори ўринбосари, Тошкент шаҳри

**Каримов Расул Юлдашевич** – Сирдарё вилояти кўз касалликлари шифохонаси бош шифокори

**Турсунов Сайфиддин Юнусович** – Андижон давлат тиббиёт институти ички касалликлар пропедевтика кафедрасининг терапия курси мудири

**Ўзбекистон Республикаси Президенти** **И. КАРИМОВ.**

Тошкент шаҳри,
2009 йил 26 август.

*Ҳамкорлик*

# ОНАЛАР ВА БОЛАЛАРГА БАЙРАМ ТУҲФАСИ

***Жорий йилнинг 27 август куни Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги ҳамда Япония ҳукумати томонидан «Республика ихтисослаштирилган акушерлик ва гинекология илмий-амалий тиббиёт марказини замонавий тиббиёт асбоб-ускуналари билан таъминлаш» бўйича лойиҳасининг тақдимоти бўлиб ўтди.***

***Тадбирда Соғлиқни сақлаш вазирлиги мутасадди раҳбарлари, Япония ҳукумати вакиллари, юртимиздаги тиббиёт марказлари директорлари ва оммавий ахборот воситалари ходимлари иштирок этишди.***

Тадбирнинг очилиш қисмида сўзга чиққан Соғлиқни сақлаш вазири А. Икрамов ҳамда Япониянинг мамлакатимиздаги Фавқулодда ва Мухтор элчиси Ц. Хираока юртимизда оналик ва болаликни муҳофаза қилиш йўлида амалга оширилаётган ислоҳотлар, мақсадли лойиҳалар ва жорий этилаётган замонавий технологияларнинг бу борадаги аҳамияти хусусида гапирар экан, жумладан, мазкур лойиҳа бўйича Республика ихтисослаштирилган акушерлик ва гинекология илмий-амалий тиббиёт марказининг қайтадан таъмирланиб, тиббий асбоб-ускуналар билан тўлиқ жиҳозланганлигини таъкидлаб ўтишди.

Давлатимиз раҳбарининг «Соғлиқни сақлаш тизимини ислоҳ қилишни янада чуқурлаштириш ва уни ривожлантириш Давлат дастурини амалга оширишнинг асосий йўналишлари тўғрисида»ги Фармонига биноан ташкил этилган мазкур илмий-амалий тиббиёт маркази 10 та бўлимни ўз ичига олган бўлиб, бир кунда 400 нафардан зиёд беморни қабул қилувчи поликлиникадан иборат. Айни кунда муассасада оналик ва болаликни муҳофаза қилиш ишлари такомиллашган бўлиб, ушбу жараёнда барча тиббиёт ходимлари Фармон ва Қарор ижросини таъминлаш йўлида изчиллик билан меҳнат қилмоқдалар. Давлат бюджети ҳисобидан тўлиқ таъмирдан чиқарилган марказ бўлимлари Япония ҳукуматининг беғараз ёрдами туфайли тиббий асбоб-ускуналар билан жиҳозланди. Жумладан, операция блоки, диагностика ва даволаш хоналари замон талабидаги аппаратураларни ўз ичига олади.

Ташриф буюрувчилар лойиҳа доирасида амалга оширилган ишлар билан танишар экан, она ва бола саломатлиги учун яратилган бундай қулайлик ва имкониятлар узоқ йиллар ўз самарасини бериши ва бу Мустақиллик айёми олди байрам туҳфаси эканлигини таъкидлашди.

**Тадбир сўнгида Республика ихтисослаштирилган акушерлик ва гинекология илмий-амалий тиббиёт маркази томонидан амалга оширилаётган ишлар ва истиқболли лойиҳаларга қаратилган фаолиятларнинг тақдимоти бўлиб ўтди.**

**Намоз ТОЛИПОВ.**
**Сурат муаллифи Собир МАЖИДОВ.**

*Эътироф*

# ҚАЛБЛАРДА ЖЎШ УРАР ВАТАН ТУЙҒУСИ

***Фахр ва ифтихор билан айтиш жоизки, мустақиллик шарофати ила республика тиббиёт тизимида ҳам катта ўзгаришлар бўлиб, аҳоли саломатлиги йўлида самарали ишлар амалга ошириб келинмоқда. Бу албатта Юртбошимизнинг инсон саломатлиги ва унинг манфаатларига бўлган эътибор ҳамда ғамхўрлигининг энг муҳим жиҳатларидан биридир.***

Зеро, истиқлолимизнинг яна бир кенг имкониятларидан соҳада фаолият юритаётган тиббиёт ходимлари меҳнатига бўлган эътироф ҳам бундан мустасно эмас. Айниқса, ана шундай бағри кенг юртда яшаб, ўз эркинг ва ўз ҳуқуқингга эга бўлишдан ортиқ бахт бормикин. Бунинг ифодаси сифатида айтиш мумкинки, тизимда фаолият олиб бораётган хамкасбларимиз давлатимизнинг юксак мукофотларига сазовор бўлаётганликлари, шунингдек, хорижий давлатларда бўлиб, илмий салоҳият бобида уларга тенглашаётганлигининг гувоҳи бўлиб турибмиз. Мамлакатимиз истиқлолга эришгандан сўнг барча ҳамкасбларим қатори мен ҳам дунёнинг бир қатор мамлакатлари, жумладан Швейцария, Туркия, Швеция, Австрия, Италия, Испания, Франция, Португалия ва бошқа ўнлаб хорижий давлатларда бўлдим. У ерларда ўтказилган нуфузли анжуманларда иштирок этар эканман, ўзбекистонлик ҳамкасбларимизнинг ҳам жаҳон тиббиётида ўз ўрнига эга эканлигини кўриб, бор вужудим ила қалбим фахрга тўлди. Мазкур давлатларда сафар хизматларида бўлсамда, ҳар сония Ватан туйғуси, мустақил Ўзбекистонимизнинг бир сиқим тупроқ иси, киндик қоним тўкилган Она заминим соғинчи ўзига чорлаб, юртим томон интиламан. Ҳақиқатан ҳам хорижга борган одам ўзи туғилиб ўсган юртини тез соғиниб, Ватан туйғуси нақадар буюк туйғу эканлигини дилдан ҳис этади.

Дарҳақиқат, мустақил давлатимиз ўзининг 18 йиллигини нишонлар экан, тез орада ўтган бу фурсат тарих зарварақларида зарҳал ҳарфлар билан битилиб, ҳар бир соҳада қанчадан-қанча нуфузли ўзгаришлар ўз ифодасини топди. Шунингдек, юртимизнинг ушбу байрами арафасида кўҳна, тарихга бой Тошкент шаҳримизнинг 2200 йиллигининг нишонланиши ҳам ҳар биримизни эзгу туйғулар сари чорлаётганлиги эртанги келажагимизниниг янада порлоқ эканлигини ифода этмоқда. Ана шундай замин фарзандлари эканлигимиздан ҳақли равишда фахрланган ҳолда она юртимиз фаровонлиги, тинчлиги ва гуллаб яшнаши учун астойидил хизмат қилишимиз ҳар биримиз учун ҳам фарз, ҳам қарз.

Мустақиллигимизнинг 18 йиллиги ва Тошкент шаҳримизнинг 2200 йиллиги билан барча юртдошларимни самимий қутлайман. Истиқлол берган имконият ҳар бир хонадонга файзу тароват ҳамда барака олиб келишини тилаб қоламан.

**Озод НАЗАРОВ,**
**тиббиёт фанлари доктори, профессор.**

*Юртимиз шифохоналарида*

# БОЛАЛАР ҚУВОНЧИГА ЭРИШИШ – ОЛИЙ БАХТ

***Ҳар бир оиланинг бахти – фарзандлар қувончи билан янада файзли. Чунки, миллийлигимизга хос бўлган азалий одат борки, бу болаларча ғамхўрлик, меҳрибонлик ва меҳр-муҳаббат риштлари пойдевори қанчалик мустаҳкам эканлигидан далолат беради. Ана шундай фазилатларни ўзида мужассам этган ота-она фарзанди камолини кўришга ошиқиб, унинг бирор бир дардга чалиниб қолмаслиги учун бор имконият ва шароитларни яратишга ҳаракат қилади. Аммо... иссиқ жоннинг иситмаси бор. Агарда боламизнинг бирор жойи оғриб қийналганини кўрсак, аввало тиббиёт ходимлари ёрдамига умидвор бўламиз...***

***Кўплаб оилаларга қувонч ва шодлик аталмиш буюк неъматни қайта бахш этаётган Тошкент шаҳар 4-сон юқумли касалликлар клиник шифохонаси ходимларининг ҳам бу борадаги меҳнатлари эътиборга лойиқ эканлигини таҳририятимизга келаётган миннатдорчилик мактубларидан ҳам кўриш мумкин. Мазкур тиббиёт муассасасидаги фаолиятларни янада кенгроқ ёритиш мақсадида бош шифокор Мактуба Иноятова билан суҳбатда бўлдик.***

**– Мактуба Василовна, сиз раҳбарлик қилаётган шифохонанинг бугунги қиёфаси аввалги ҳолатидан бутунлай фарқ қилади? Бу албатта, тиббиёт ислоҳотларининг янги истиқбол сари ривожланаётганидан далолат, шундай эмасми?**

– Албатта, ҳар бир соҳада бўлгани каби тиббиёт тизими ҳам давр билан ҳамоҳанг равишда ўзгариб бормоқда. Техника тараққиётининг яна бир мўъжизаси шундаки, унда инсон ҳаётини сақлаб қолишдек мураккаб вазиятлар тезкор ва замонавий тиббий асбоб-ускуналар ёрдамида узил-кесил ҳал этилмоқда. Айниқса, дунёга келаётган фарзанд соғлигини назорат қилиш ва даволаш ишлари бугунги тиббиёт ривожининг бош омилига айланиб бормоқда. Шу ўринда шифохона тарихига эътибор қаратмоқчиман. 1937 йиллари болалар боғчаси сифатида фаолият бошлаган мазкур шифохона уруш йилларида ҳарбий госпиталь, 50-йилларга келиб эса болалар сил касалликлар санаторийсига айлантирилди. 60-70-йиллар мобайнида 250 ўринли юқумли касалликлар шифохонаси аҳолига хизмат қила бошлаган. Кейинчалик ўринлар сони қисқариб, даволаш-профилактика ишлари кучайтирилгач, шифохонанинг аввалги ҳолати бугунги ривожланган давр талабига жавоб бермай қолди. Қурилиш структураси нисбатан эскирган бино ўрнига 2009 йил «Меҳр нури» фонди томонидан замонавий типдаги болалар юқумли касалликлар клиник шифохонаси фойдаланишга топширилди. Бинонинг ташқи ва ички қиёфаси аввалги кўринишидан тубдан фарқ қилиб, зарурий асбоб-анжомлар, диагностика жиҳозлари ва керакли шарт-шароитлар билан тўлиқ таъминланган. Эътироф этиш жоизки, фарзандларимиз соғлиги учун «Меҳр нури» фонди томонидан яратилган бундай кенг имкониятлар биргина жамоамиз ходимларини эмас, балки шаҳар аҳлини ҳам ғоят хурсанд этмоқда.

**– Шифохона ичидаги тартиб-интизом ва беморларга кўрсатилаётган муомала маданиятининг иш фаолиятдаги аҳамияти қанчалик муҳим, деб ҳисоблайсиз?**

– Шифохонанинг бош мақсади – ширин муомала, ҳалоллик, покизалик ва касбга фидойилик ҳисобланади. Чунки, фаолият юритаётган ҳар бир ходим юқоридаги фазилатларга эга бўлиши талаб этилади. Шу боис, жамоадаги барча шифокору ҳамшираларга беморлар билан илиқ муносабатда бўлиш жуда муҳим. Аҳамият берган бўлсангиз, муассасада тозаликни сақлашга алоҳида эътибор қаратилган. Шунингдек, тартиб-интизом масаласи ҳам устувор вазифа ҳисобланади. Даволанишга келган беморлар ҳам шифохонадаги барча қонун-қоидалар ва талабларга ижобий муносабатда бўлишиб, яратилган шарт-шароитлардан самарали фойдаланишга ҳаракат қиладилар.

**– Бевосита муассаса фаолиятига келадиган бўлсак, замонавий ташҳис ва даволашнинг бугунги истиқболлари қандай самара бермоқда?**

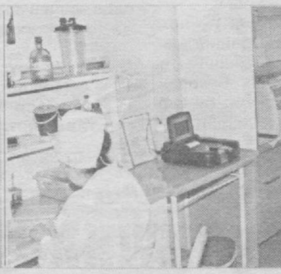
– Ривожланаётган тиббиёт ҳар бир мутахассисдан тезкорлик ва етук тажрибани талаб этади. Касбимизнинг мураккаблиги ҳам шундаки, биз асосан 14 ёшгача бўлган болалар билан ишлаймиз. Улардаги касалликка тўғри ташҳис қўйиш ва даволаш осон кечадиган жараён эмас. Ҳозирги вақтда шифохонада бешта даволаш бўлими мавжуд. Қабул бўлимига ўткир диарея, сальмонеллёз, дизентерия, рота вирус инфекцияси, вирусли гепатитнинг «А» ва «В» турлари, сепсис тарқоқ бўйича беморлар мурожаати қабул қилинади ва тезкор даволаш муолажалари олиб борилади. Мазкур бўлимда муолажа, санитар-тозалаш ва бемор ётадиган хоналар замон талабига мос ҳолда қайта қурилиб, жиҳозланди. «Меҳр нури» фонди томонидан УЗИ аппарати, реанимация учун зарур бўлган барча тиббий асбоб-ускуналар, лаборатория бўлимида гематология анализатори, биохимия, ИФА сингари жиҳозлар, стерилизация, дорихона бўлимлари эса керакли анжомлар билан таъминланди. Муассасада даволаш ишлари бепул амалга оширилади. Дорихона бўлимида барча дори-дармонлар етарли миқдорда бўлиб, боланинг тез фурсатда соғайиб кетишига ёрдам беради. Шароитларнинг яхшилиги бевосита она ва бола руҳиятига ҳам ижобий таъсир кўрсатиши шубҳасиз. Биринчи галда ширин муомала бўлса, иккинчи ўринда яратилган кенг имконият касалликнинг эрта бартараф этилишига замин яратади.

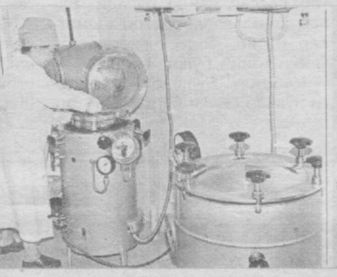
**– Болалар соғлигини сақлаш билан бирга оналар саломатлигини муҳофаза қилиш қонун устуворлиги билан кафолатланган. Шу боис бўлса керак, давлатимиз томонидан мазкур масалага жиддий эътибор қаратилган. Айтингчи, шифохонада меъёрий қонун ҳужжатларининг амалдаги ижроси қандай натижаларни бермоқда?**

– Қонун устувор бўлган юртда ривожланиш бўлади. Давлатимиз раҳбарининг она ва бола саломатлигини муҳофаза қилиш, соғлом авлодни шакллантиришга оид қарори юзасидан шифохонада ишчи режа тузиб олиниб, шу йўсинда зарурий чора-тадбирлар, тарғибот-ташвиқот ишлари олиб борилмоқда. Хусусан, муассасамизга келган фертил ёшидаги аёлларга махсус анкета очилиб, терапевт, кардиолог ва УЗИ текширувлари олиб борилади. Агарда уларда экстрагенитал касалликлар аниқланса, шифокор-гинеколог кўригига тавсия этилади. Ҳар бир бўлимда она ва бола соғлигига қаратилган кўргазмали стендлар ўрин олган бўлиб, бу ҳам ўз навбатида аёлларнинг тиббий саводхонлиги ва маданияти ошишига хизмат қилади. Чунки, касалликни эрта аниқлаш ва олдини олиш, аввало, ўзимизга боғлиқ. Ота-оналар ҳам бу масъулиятни кўпроқ ҳис этиб турсалар, болаларнинг турли юқумли касалликларга чалиниб қолиш эҳтимоли камайган бўлар эди. Вазирлар Маҳкамаси ва Соғлиқни сақлаш вазирлиги томонидан қабул қилинган бошқа меъёрий қонун ҳужжатларида ҳам кўпроқ эътибор она ва бола саломатлигига қаратилган. Ҳар ҳафта ёш оналар билан болаларда кечадиган турли касалликлар бўйича давра суҳбатлари ўтказиб турамиз. Уларга шифокор маслаҳатларини берамиз. Шунингдек, «Соғлом она – соғлом бола» мақсадли дастури асосида ҳам аниқ чора-тадбирлар амалга оширилмоқда.

## *Шаҳар 4-сон юқумли касалликлар клиник шифохонаси...*

- ***150 ўринга мўлжалланган уч қаватли махсуслашган даволаш ва ёрдамчи бинолардан иборат;***
- ***илк ойдан 14 ёшгача бўлган болалар ўткир юқумли ичак ва мавсумий вирусли гепатит касалликлари билан даволанади;***
- ***бир йилда шифохонада 5500 дан 7500 гача бемор даволанади;***
- ***беморларга 23 нафар шифокор ва 100 нафарга яқин ҳамшира малакали тиббий хизмат кўрсатади.***





## *Дил изҳори*

*Уч ойлик ўғлим Бекзод қаттиқ безовталаниб, иситмаси тушавермагач, шошилинч равишда мазкур шифохонага олиб келдик. Боламда ичкетар аломатлари аниқлангач, тезда даво муолажаларини бошлаб юборишди. Чақалоқлар бўлими мудири Дилором Аҳророванинг амалий ёрдамлари туфайли болам ўзини яхши ҳис этмоқда. Бўлимда она ва бола учун барча шарт-шароитлар яратилган. Ўғлимни юқумли касалликлардан даволаб, соғайиб кетишига ўз ҳиссаларини қўшган барча тиббиёт ходимларига ўзим ва оила аъзоларим номидан чексиз миннатдорчилик билдираман.*

**Хуршида ТЎРАЕВА,**
**Тошкент шаҳри.**

***Шифохонада яратилган соғлом муҳит, тоза ва озода хоналар, ҳовли саҳнидаги гўзал фаввoрадан тортиб, дам олиш айвончасигача бўлган ажойиб манзара ҳар бир киши эътиборини тортмай қолмайди. Айниқса, танасидаги дарддан бутунлай фориғ бўлиб, шодон кайфиятда юрган болакайларни кўриб, хаёлингдан: «Эй, соғлом миллат яратувчиси – сенинг эртанг порлоқ, сени Ватан ва нурли истиқбол кутажак», деган фикр кечади.***

***Дарҳақиқат, фарзандларимиз соғлиги йўлида астойдил меҳнат қилаётган ўз касбининг фидойилари бўлган Тошкент шаҳар 4-сон юқумли касалликлар клиник шифохонаси ходимлари ишига улкан муваффақият тилаб қоламиз.***

**Суҳбатдош Намоз ТОЛИПОВ.**

**СУРАТЛАРДА:** *шифохона фаолиятидан лавҳалар.*
**Сурат муаллифи Собир МАЖИДОВ.**

**Газетамизга обуна бўлишни унутмадингизми? Нашр индекси: 128**

## Соғлом она – соғлом бола

# БУ СИЗ УЧУН БАХТЛИ ОНЛАР

**Ҳомиладорлик даврида юзага келадиган баъзи муаммолар**

Агар аёлни турмуш ўртоғи, қариндошлари ва дўстлари қўллаб турсалар, у ўзини яхши ҳис этади: ҳаётида муҳим воқеа содир бўлаётгани ва бу ҳолати уни авайлашга арзигулигини ҳис қилади, ўзи ҳам ёқимтой кўрина бошлайди. Шунга қарамай, ҳомиладорлик даврида юзага келадиган баъзи муаммолар тўғрисида билиб олиш фойдалидир.

**Кўнгил айниши** ҳомиладорликнинг эрта муддатларида (эрта токсикоз) бўлажак она организмининг янгича ҳолатга мослашишидан юзага келади. Бунга қарши курашишга ёрдам берувчи бир неча маслаҳатлар:

** Эрталаб ўрнингиздан турмасдан бирор нарса енг, масалан, печенье, бир бўлак қуруқ нон, озгина майиз ёки туршак. Ўзингизни авайлаб ўрнингиздан туринг.*

** Тез-тез ва кам миқдорда овқатланинг. Овқатланишдан сўнг кескин ҳаракат қилманг.*

** Сизга ёқмайдиган маҳсулотлар ва ҳидлардан йироқ бўлинг, ёғли, оғир таомларни еманг.*

**Преэклампсия** ҳомиладорликнинг иккинчи ярмида учрайдиган асорат бўлиб, у қон босими ошиши, шиш пайдо бўлиши билан кечади ҳамда даволашни талаб қилади.

**Зарда қайнаши,** қизилўнгач ачишиши ҳам ҳомиладор аёлнинг бетоблигига киради. Шу сабабли ёғли ва аччиқ таомларни истеъмол қилманг. Шунингдек, тез-тез ва кам миқдордаги овқатланиш ҳам ёрдам беради. Ухлаш пайтида тана юқори қисми остига баланд ёстиқ қўйиш тавсия этилади.

**Сут безидаги ўзгаришлар.** Дағалланиш, сезувчанлик ошиши, кўкрак учи катталашиши ва ранги ўзгариши кузатилади. Бу аломатлар кўкракнинг туғруққа тайёрланиб боришининг белгиси бўлиб, хавотирланишга ўрин йўқ.

**Бадан териси чўзилиши ва чизиқлар пайдо бўлиши.** Туғруқдан сўнг чизиқлар қолади, бироқ ранги ўзгаради ва камроқ пайқаладиган бўлади.

**Доғлар.** Бадан терисининг баъзи қисмларида (юз, кўкрак, қорин ва бошқа жойлар) қорамтир доғлар пайдо бўлади. Булар ҳомиладорликка хос аломатлар бўлиб, бола туғилганидан кейин ғойиб бўлади.

**Қабзият.** Бу ҳолатни қуйидаги йўллар билан бартараф этиш мумкин:

** Эрталаб наҳорда кўнглингиз кўтаргунча иссиқ сув ичинг.*

** Турли хилдаги, асосан янги узилган ва маҳаллий бўлган сабзавот-мевалар ҳамда йирик тортилган ундан ёпилган нон (зоғора) кабиларни истеъмол қилинг.*

**Қўл ва оёқлар шиши** – ҳомиладорлик даврида тез-тез учрайдиган муаммолардан бўлиб, айниқса, иссиқ пайтларда ёки аёл узоқ вақт тик турганида кузатилади. Имкон қадар қулай кийим ва пойабзал кийиш тавсия этилади, ўтирганда эса оёқларингизни қулай ҳамда юқорироқ тутинг.

**Қон томирларининг варикоз кенгайиши.** Баъзан қон томирлари (оёқ томирлари) кенгайиши мумкин, бу ҳомиладорликда қон айланишининг қийинлашиши билан боғлиқдир. Кўп тик турманг, оёқларингизни чалиштириб эмас, курсичага қўйиб ўтиринг. Пошнасиз пойабзал кийинг, эрталаб жойингиздан турганда махсус, оёқни жипс ушлаб турувчи пайпоқ кийганингиз маъқул.

**Бавосил (геморрой)** – орқа ахлат йўли томирларининг шишиши натижасида қичишиш ва оғриқ пайдо бўлади. Бавосилнинг энг яхши давоси, бу қабзиятнинг олдини олишдир.

**Бел оғриғи.** Боланинг ўсиши ва вазминлашиши туфайли онанинг умуртқа поғонасига юк тушади, бу юк белга оғриқ беради. Аҳволни янада оғирлаштирмаслик учун тик ҳолда узоқ турманг ва оғир юк кўтарманг. Жисмоний машғулотларни бажариш фойдалидир.

**Баъзи бир маслаҳатлар:**

** Паст пошнали пойабзал кийинг.*

** Бирон оғир нарсани кўтармоқчи бўлсангиз эгилманг, тиззаларингизни букиб кўтаринг.*

** Юкни иккала қўлингизда кўтаринг.*

** Уй юмушларини бажаргангингизда (кир ювиш, уйни йиғиштириб-тозалаш, таом тайёрлаш, ҳовли супуриш ва ҳоказо) эгилмасликка ва умуртқа поғонангизни букмасликка ҳаракат қилинг.*

**Оёқлар томири тортишганда** ўша жойни яхшилаб уқаланг – қон югуради. Агар томир тортишиши тез-тез қайтарилса, врачга мурожаат қилиш зарур.

**Ҳансирашда** очиқ ҳавода сайр қилиш яхши ёрдам беради. Агар ҳансираш ухлашга ҳалал берса, унда бош ва елкалар остига ёстиқ қўйиб ётинг.

**Кайфиятдаги ўзгаришлар.** Ҳомиладорлик пайтида тушкунликка тушиш ва тажанглик ҳолатлари ҳам кузатилади. Одатий ишларингиз билан машғул бўлишга ҳаракат қилинг, фикрингиз банд бўлиши учун ҳар куни уйда ёки ундан ташқарида ўзингизни қулай юмуш билан чалғитинг. Агар кайфият ўзгариши кескин бўлса, шифокор билан маслаҳатлашишга турмуш ўртоғингиз билан бирга боринг.

**Уйқусизлик** – уйқунинг камчилигини тушдан кейинги дам олиш билан тўлдиринг.

**Чарчаш ва тез толиқиш** – кўпроқ дам олишга ва тоза ҳавода сайр этишга ҳаракат қилинг.

Юқорида тилга олинган муаммолар ҳомиладорлик давридаги одатий ҳол бўлиб, улар ноқулайлик туғдирса-да, лекин жиддий зарар келтирмайди.

Аммо қуйидаги муаммолар содир бўлиши биланоқ, дарҳол врачга мурожаат қилиш даркор.

**Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги, Бухоро вилояти «Авиценна» болалар шифокорлари уюшмаси билан Буюк Британия «HealthProm» нодавлат ташкилоти мутахассислари ҳамкорлигида тайёрланди.**

*Ота-оналарга маслаҳат*

# ГЎДАКЛАРДА ТАЪМ ВА ҲИД БИЛИШНИНГ РИВОЖЛАНИШИ

Болангиз қорнингизда бўлган вақтда унинг оғзи ҳомила атрофидаги сув билан тўлиб туради. Охирги уч ойнинг бошларида унинг таъм билиш қобилияти ҳомила атрофидаги сув мазасининг ўзгаришини сезиш даражасида ривожланган бўлади. Бу вақтга келиб унинг таъми янада ширинроқ бўлиб, бола кейинчалик озиқланадиган она сутини эслатади. Булардан ташқари, агарда ҳомиладорлик вақтида айрим маҳсулотларни алоҳида хуш кўрган бўлсангиз, уларнинг таъми бола туғилишига қадар унга таниш бўлади, чунки ҳомила олди сувининг таъми нима еганлигингизга қараб ўзгаради. Гўдак бу таъм ҳисларини эслаб қолади ва туғилганидан сўнг она кўкрагини эмаётганда уларни таниш қобилиятига эга бўлади.

Биринчи ойларда таъм ҳисси жуда тез ривожланади – болага барча янги ҳислар қизиқарли бўлиб, шу сабабли у қўли етган барча нарсаларни оғзига солишга ҳаракат қилади – бу қизиқарли предметнинг мазасини билишга интилади. Бу ҳол боланинг очиққанлиги белгиси бўлиши шарт эмас – у синчков, янгиликларга чанқоқ. Болангизга интуитив равишда ширин таъм кўпроқ ёқиши шубҳасиздир. Шўр ёки нордон таъмларни татиб кўриб юзини бужмайтириши мумкин. Лекин унга айримлари унча ёқмаса-да, турли янги таъмлар жуда қизиқарлидир. Бу унинг бош миясида янги алоқалар жамланишига ёрдам беради. Ёдингизда бўлсин, гўдагингиз ҳар сафар янги таъмни татиб кўрар экан, унинг шахси ривожланиб боради!

Бола туғилганида унинг ҳид билиш қобилияти жуда яхши ривожланган бўлади. Бу унинг кўриш қобилияти туғма сустлиги билан изоҳланади – бунинг ўрнига табиат унга таянган ҳолда сезиш, товушларни эшитиш ва ҳид билиш қобилиятини беради. Туғилган заҳоти бола ота-онасининг фақат уларга хос бўлган ҳидини фарқлай олади. У ҳид сезиш қобилиятидан фаол фойдаланиб, катта одамлардан фарқли равишда унга кўпроқ ишонади. Унга яқинлашган вақтингизда, фақат ўзингизга хос, қадрдон ҳидингиз унга янги, нотаниш бўлган вазиятда дадиллик беради. Бу бола учун ҳаётининг биринчи ҳафталарида жуда муҳимдир. Шу сабабли болани кўпроқ қўлингизга олиш, уни қучоқлаш ва бағрингизга босиш фойдалидир. Ахир бола учун ҳар бир янги кун – кўплаб умуман янги ҳислар, жумладан янги ҳидлар олиб келади. Агарда унга таниш ва қадрдон ҳислар бўлса, ушбу улкан, нотаниш дунёда у хотиржам бўлади. Гўдагингиз сизни ҳис қилса, ҳар тарафдан унга ёпирилиб келаётган маълумотлар ичида унинг учун стресс ҳисобланган вазиятларга тайёр бўлади.

Ривожланган ҳид сезиш қобилияти уни кейинчалик кўкракдан ажратишда жуда муҳимдир. Илк даврдан уни ўраб турган кўпгина ҳидларни танийди ва эслай олади. Овқат ҳиди бола учун айниқса қизиқарли ва мароқли ҳисобланади. Болани кўкракдан ажратишдан анча аввал у бошини мазали ҳидлар томонга буриб, овқатланаётган вақтингизда синчковлик билан ҳидлаб, хатти-ҳаракатларингизни кузатишини ота-оналар жуда кўп сезганлар. Бу меъёрдаги ва ажойиб ҳолдир – болани кўкракдан ажратган заҳоти у ҳис қилаётган ҳидларни овқат таъми билан боғлашга интилади. Шу тарзда бош миясининг турли сезги органлари учун жавоб берувчи соҳалар ўртасида янги алоқалар вужудга келади.

Бироқ, олимларнинг фикрига қараганда, вақт ўтиши билан кўриш, эшитиш, ҳис қилиш қобилиятлари ривожланиб борган сайин ҳидлар ва ҳид сезиш қобилиятининг роли пасайиб боради. Бу табиий жараёндир, негаки, кейинчалик ҳаёт давомида ҳид сезиш қобилияти эшитиш, кўриш ва гапириш қобилиятига нисбатан камроқ аҳамиятга эга бўлади. Бироқ, бу гўдак туғилиши билан унинг ҳид сезиш қобилиятини ривожлантириш зарур эмас, деган маънони англатмайди. Янги туғилган чақалоқ миясининг барча қисмлари бир-бири билан боғланган ва мажмуавий тарзда ривожланади. Уйғунлик, мувофиқлик унинг янада тез, динамик ва тўлақонли ривожланишига ёрдам беради.

**МАСЛАҲАТ:**

***1. Янги таъмлар кўпроқ бўлсин. Сиз ҳар қандай катта ёшдаги инсон каби «шўр», «нордон», «нордон-ширин» таъмларни анчадан бери ва жуда яхши биласиз. Гўдак учун эса бу таъмлар мутлақо нотанишдир. Ишонинг, у кўпроқ билишни жуда истайди ва сизга янги қизиқарли ҳамда мароқли ҳислар учун ўз миннатдорчилигини билдиради. Кичкина билимдонга янги таъмнинг ҳиди келаётган бармоғингизни сўриб кўришга беришингиз мумкин.***

***2. Ота бола билан кўпроқ мулоқотда бўлиши зарур. У отанинг ҳидига ҳам ўрганиши керак. Сизнинг ва отасининг ҳидини таққослар экан, ўртангиздаги фарқни кўпроқ билади, атроф-муҳитга ўрганиши осонроқ кечади.***

***3. Гуллар, енгил атир иси, овқат ҳиди, товушлар ва сайр қилиш вақтидаги табиат ҳидлари болангиз учун янгилик бўлиб, буларнинг бари унга жуда қизиқарлидир. Гўдагингизга тўлақонли ва уйғун ривожланиш имконини беринг.***

***4. Унинг эътиборини янги ҳидлар ва таъмларга қаратинг, ушбу улкан дунёда унинг тилмочи бўлинг. Эсда тутинг – товушлар, ҳидлар, таъмлар ҳар қандай катта ёшдаги инсонлардан фарқли равишда гўдак учун катта аҳамиятга эга – бола биздек эмас, у дунёни умуман бошқача идрок этади. У сингари ўйлашга ҳаракат қилиб кўринг, ундан ўрганинг. Меҳрга тўлган ички ҳисларингиз ва билимингиз ёрдамида гўдагингизга ёқадиган, унга фойдали бўлган нарсаларни тезда англаб оласиз!***

**Мақола Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги ва «Соғлом авлод учун» халқаро хайрия жамғармаси мутахассислари томонидан тайёрланди.**

*Мазкур мақола Ўзбекистон Республикаси мустақил босма оммавий ахборот воситалари ва ахборот агентликларини қўллаб-қувватлаш ва ривожлантириш жамоат фондининг «Соғлом оила-жамият мустаҳкамлиги ва мамлакат барқарорлиги омили» лойиҳаси асосида тайёрланди.*

Советы молодым матерям

***Долгожданный малыш... Его появление на свет становится настоящим праздником и самым счастливым днем в жизни его родителей. Отцовство и материнство – очень сложные роли, грамотно справиться с которыми может далеко не каждый. Первые месяцы и годы жизни ребенка являются испытательным периодом, в течение которого проверяются и тренируются терпение, выноска и любовь к своему малышу. Мы пообщались с врачом-неонатологом Первой республиканской клинической детской больницы Нигорой РАХИМОВОЙ, чтобы узнать основные моменты, которые должна знать любая мать.***

# О ЦЕННОСТИ МАТЕРИНСКОГО МОЛОКА

**– Известно, что грудное молоко матери является главной пищей в первые месяцы жизни ребенка. Расскажите, пожалуйста, о тех компонентах, содержащихся в грудном молоке, которые делают его таким незаменимым?**

– Значение грудного молока просто невозможно переоценить. Оно необходимо ребенку для нормального развития. Постановление Президента Республики Узбекистан №ПП-1096 «О дополнительных мерах по охране здоровья матери и ребенка, формирование здорового поколения» является этому главным подтверждением. Можно сказать, что грудное молоко ничем не возможно до конца исследовать, сколько бы ученые не бились над этой проблемой. Природа создает все, что необходимо для ребенка. Когда ребенок рождается, в первую очередь появляется молозиво, которое необходимо ему именно в первые часы и дни. Ведь сразу после рождения малыш еще стерильный, и очень важно, чтобы произошло обсеменение данного ребенка во внешней среде: это и кожные покровы, и слизистая полости рта, и кишечник. Молозиво соответствует всем потребностям ребенка. День ото дня идет изменение грудного молока, и если поначалу идет молозиво, то в последующие дни появляется первичное молоко, которое так же, как молозиво, соответствует потребностям ребенка. По составу молозиво отличается от первичного молока – в нем больше белков, иммуноглобулинов; на следующем этапе развития молока увеличивается количество белка, так как он необходим по причине бурного роста ребенка; дальше появляется зрелое молоко, которое по своему составу еще больше отличается от первичного молока. Меняется даже витаминный и микроэлементный состав. Все это связано с формированием скелетной системы, мускулатуры, в зависимости от этого, подстраиваясь под потребности детского организма, меняется и молоко. Даже для детей, родившихся недоношенными, организм матери вырабатывает нужное количество молока. Грудное молоко не бывает одинаковым. Так же, как извилины на руках, молоко и его состав уникальны и неповторимы. Оно меняется даже в течение суток: утреннее молоко – одно, дневное – уже другое, те же изменения и с вечерним молоком. Имеет значение даже расположение молока в молочной железе. Ближе к соску находится лактозосодержащее молоко, которое утоляет ребенку жажду. Далее расположена белковая часть, а заднее молоко богато жирами и его трудно высасывать. Помимо этого, теплота, близость, эмоциональный и биоритмологический контакт могут быть налажены только при грудном вскармливании.

**– Если по тем или иным причинам, ребенок не имеет доступа к грудному молоку, какой альтернативной пищей его можно кормить? И как это скажется на его последующем развитии?**

– Действительно, бывают случаи, что у матери нет молока или по причине какого-либо заболевания она не может кормить грудью. Иногда даже при наличии молока ребенок плохо прибавляет в весе. В таких случаях мы рекомендуем смеси, которые по составу очень приближены к грудному молоку. Злоупотреблять смесями специалисты не рекомендуют, советуя всегда помнить то, что ничто не сможет заменить ребенку грудное молоко матери, особенно смесь. Даже если грудного молока не хватает, все равно надо кормить малыша грудью, а уже потом докармливать смесью. К нам поступали дети, которым матери сразу после родов давали смеси. Если ребенку дать смесь, то нарушается функция ЖКТ. Ребенок в первые дни жизни не нуждается в большом количестве молока, ему достаточно одной капли молозива. Именно поэтому мы рекомендуем давать сосок каждые 20-30 минут, он высосет одну каплю, и этого ему будет достаточно. Ребенка надо кормить когда он хочет. Ни в коем случае не надо придерживаться интервалов. Один раз он может высосать меньше, а потом потребовать больше. Надо исходить из потребностей ребенка. Уже на 2-3 сутки железа вырабатывает больше молока. Как я уже говорила, в передней части железы жидкое молоко, в котором больше лактозы. Мать, которая кормит торопясь, дает сначала одну грудь, потом сразу же другую, то есть дает ребенку только жидкую часть. Вода быстро усваивается, и очень скоро малыш опять начинает просить. И, кстати, отсюда возникают вздутие живота, брожение, колики.

**– Продолжая вашу мысль, с чем же связаны эти проблемы с пищеварением? Этот вопрос интересует многих женщин, которые жалуются на колики у ребенка. Из-за этого он очень мучается, не может уснуть.**

– Грудное кормление – это тоже талант, который женщина должна выработать, тренировать навыки. Как правильно следует кормить малыша? Во-первых, его надо освободить, ни в коем случае не пеленать. Женщина, в свою очередь, должна освободить грудь. Есть специальная свободная одежда, которая позволяет приложить ребенка так, чтобы он мог руками прикоснуться к груди. Это тоже своего рода интимный контакт между матерью и ее малышом, который не должен быть ничем ограничен. Еще такой интересный момент: при прикосновении ручек ребенка к груди матери, у нее увеличивается прилив молока, его становится больше, и ребенку легче высасывать. Кроме того, надо лечь свободно, не сжимая мышцы плеч и груди, что также снижает прилив молока. Если женщина правильно приложит ребенка к груди, и он правильно захватит сосок, тогда сосать он будет долго, но с переменами. Ни в коем случае нельзя подгонять его или в момент перерыва давать ему другую грудь, думая, что там ничего не осталось. Часто бывает так, что ребенок часто торопится. В таком случае происходит заглатывание воздуха, и это образует колики. Надо вертикально поднять ребенка, чтобы произошла отрыжка, 30 минут поносить, а потом переложить на животик, образуя тепло в зоне живота: так легче отходят газы, происходит отрыжка. Потом ребенок спокойно засыпает. Но если эти варианты не дают облегчения, и ребенок продолжает мучаться, надо обращаться к врачу. Это может быть связано с инфекциями или принятием таблеток. Кроме этого, бывают редкие случаи непереносимости молока.

**– Должна ли кормящая грудью женщина придерживаться каких-либо диет?**

– Желательно. Учитывая экологический фактор, женщина не должна употреблять острые, соленые или портящие запах молока продукты. Сегодня часто встречаются аллергичные дети. Их мамам мы не рекомендуем красные пигментсодержащие и краситель содержащие продукты. Не рекомендуется есть каймак, так как в нем часто бывает сальмонеллез, а также бобовые. Но эти ограничения применимы к женщинам, у детей которых есть аллергия. А так можно есть все в пределах разумного.

**– Расскажите о понятиях прикорма и докорма. Чем они отличаются и когда ребенку рекомендуется вводить прикорм?**

– Когда мы говорим о грудном вскармливании, подразумевается исключительно кормление грудью в течение 6 месяцев. Это значит, что когда малыш здоров, а у матери хорошая лактация, нужно давать только молоко и даже не поить. Если по тем или иным причинам такой возможности нет и молока не хватает, тогда мы рекомендуем докорм. Мы должны прежде дать грудь, а потом при помощи смеси докормить тем количеством, которого не хватает. Прикорм, в свою очередь, желательно вводить после 6 месяцев. Его дают до грудного молока, тем самым мы приучаем ребенка к новым продуктам. Это может быть овощное, овощно-фруктовое виды пюре. Постепенно прикорм нужно увеличивать, начав с 1 чайной ложечки, подводя до того количества, пока одно грудное кормление можно будет заменить прикормом.

**– Расскажите немного о понятии контрольного взвешивания.**

– В последнее время мы не рекомендуем контрольное взвешивание. Если по ребенку видно, что он хорошо прибавляет в весе, мочится более 20 раз и имеет регулярный стул (от 4 до 5 раз в день), значит грудного молока хватает. Если мы видим отклонения от этой нормы, особенно это касается стула, значит мать недостаточно кормит ребенка. В таких случаях необходимо контрольное взвешивание. Как это происходит? Ребенка взвешивают до кормления, после чего мать кормит его, а потом он взвешивается еще раз. Мы смотрим на граммы и определяем, сколько же ребенок высосал, на сколько граммов произошла прибавка. Это все условно, грудное молоко и по количеству, и по качеству меняется, это также зависит от количества съеденного ребенком, что тоже варьирует от времени суток и от его потребностей. Но в норме здоровый ребенок должен прибавлять от 25 до 50 граммов в день.

**– Когда нужно отнимать ребенка от груди?**

– На этот счет существуют разные мнения. Некоторые стремятся отнять от груди как можно раньше, кто-то же кормит до 2-3 лет. Правило только одно: до 6 месяцев надо давать грудное молоко, потому что в первый период мать может передавать всю свою иммунную систему ребенку, у нее существуют готовые антитела, которые перейдут к нему вместе с молоком. После 6 месяцев разрешается, как я уже говорила, вводить прикорм, а в год отрывать от грудной железы.

**– Что бы Вы пожелали читателям нашей газеты?**

– Прежде всего, я хочу от всей души поздравить народ Узбекистана с двойным праздником – Днем независимости и 2200-летним юбилеем Ташкента. Хочу пожелать здоровья всем детям нашей страны, ибо именно они являются строителями нашего будущего, от них зависит наше благополучие в дальнейшем. А также здоровья их родителям, для того, чтобы они смогли вырастить здоровых крепких малышей, взращенных на настоящем грудном молоке родной матери.

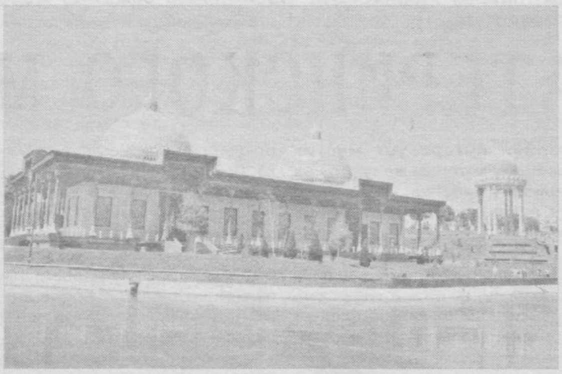
**Ответы, которые мы получили на заданные вопросы, оказались подробно раскрывающими всю суть поставленной проблемы. И каждой молодой маме следует придерживаться необходимых правил, дабы вырастить крепкого и здорового человека.**

**Беседовала Юлдуз НАЛИБАЕВА.**
**Автор фото Сабир МАДЖИДОВ.**

*Материал подготовлен при содействии Общественного фонда поддержки и развития независимых печатных средств массовой информации и информационных агентств Республики Узбекистан.*

*31 август – Қатағон қурбонларини ёд этиш куни*

# АЖДОДЛАРГА ҲУРМАТ ВА ЭҲТИРОМ



***Мустақиллик – олий неъмат, олий саодат йўлида неча жонлар шаҳид кетганлигини, эзгу орзу илинжида озодлик, ҳурлик шамолини асрлар оша кутган қаҳрамон авлодларимизни бугун кўзда ёш, ёрқин хотиралар ила ёд этажакмиз. Дарҳақиқат, Ватан тинчлиги, юрт фаровонлиги учун жон фидо этган, керак бўлса оиласи, ширин ҳаётидан воз кечиб, халқ юрагидан вулқон каби отилиб чиққан, мустақиллик шаъни-қудратини сўнгги нафаси қолгунча курашиб енгган қатағон қурбонлари Беҳбудий, Қодирий, Чўлпонлару Фитратлар ёди ҳамон тарих саҳифаларида ўчмас муҳр бўлиб келмоқда.***

Бугун мустақилликнинг 18 йиллиги. Бу нашида эса ҳаммамизники. Мардларча қурбон бўлган қаҳрамон фарзандларимиз ҳоки пойини муқаддас тутиш учун барпо этилган шаҳидлар хиёбони гўё тарих зарварақларини қайта тиклаб, авлодлар руҳини зиёрат қилишдек бахтга барчамизни муяссар этади.

Давлатимиз раҳбарининг шаҳидлар хотирасини қадрлаш ва эъзозлаш йўлидаги эзгу ишлари авлодларга ибрат бўлиб, барчамизни меҳр-мурувватли ва ўтган аждодларимиз олдида ҳурмат-эҳтиромли бўлишга ундайди. Эркинлик ва озодликни азалий орзу деб билган азиз юртдошларимизнинг табаррук ҳоки пойлари эъзозланган «Шаҳидлар хиёбони» ёдгорлик мажмуи ва «Қатағон қурбонлари хотираси» музейи бугун шаҳримиз аҳолиси ва меҳмонлар билан гавжум. Сўлим хиёбон ва ўтмиш билан бугунимизни боғлаб турувчи кўприк, шарқироқ зилол сувлар бизга тарих ҳақиқатларини бот-бот эслатиб туради. Айниқса, музей экспонатларидан жой олган тарихий далиллар, фотолавҳалар ва қатағон қурбонларига оид ҳужжатлар эътиборингизни ўзига тортиб, ўтган давр воқеаларини кўз олдингизда гавдалантиради. Тарих – бу ҳақиқат, ўтмиш ва эртанги келажак. Шундай экан, босиб ўтилган синовли ва машаққатли йўл, аждодларимизнинг енгилмас жасорати ва букилмас иродаси туфайли бугун ана шундай бахтиёр кунларга эришиб турибмиз. Истиқлол нашидаси ҳар бир фуқаро қалбидан чуқур жой олиб, эртанги кунга бўлган умид ва ишонч туйғуларини қайта уйғотиб юборади.

Зеро, Президентимиз: «Барчамизнинг тақдиримизга дахлдор бўлган тарихий адолатни тиклаш, халқимиз ва миллатимизнинг яқин ўтмишидаги ҳали-ҳануз сир бўлиб келаётган ёпиқ саҳифаларини тўла очиб бериш, шу тарихдан сабоқ чиқариб, бугунги ва келажак ҳаётимизга онгли қарашни шакллантиришда мана шу ёдгорлик ва амалга оширяётган эзгу ишларимизнинг алоҳида ўрин тутиши шубҳасиз», деганларида айни ҳақиқатни баён этган бўлсалар ажаб эмас.

**Намоз ТОЛИПОВ.**

*Семинар*

# ЖУРНАЛИСТЛАР ФАОЛЛИГИНИ ОШИРИБ

***Жорий йилнинг 21 август куни Ўзбекистон мустақил босма оммавий ахборот воситалари ва ахборот агентликларини қўллаб-қувватлаш ва ривожлантириш жамоат фонди ва Ўзбекистон Нодавлат нотижорат ташкилотлари миллий ассоциацияси ҳамкорлигида "Аҳолининг жамиятдаги мавқеини ошириш, оналик ва болалик муҳофазаси, соғлом турмуш тарзини ривожлантириш мавзуларининг оммавий ахборот воситаларида ёритилиши" мавзусида семинар-тренинг бўлиб ўтди. Семинарда Олий Мажлис Қонунчилик палатасининг депутатлари, Нодавлат нотижорат ташкилотлар миллий ассоциацияси, Ўзбекистон Республикаси Хотин-қизлар қўмитаси вакиллари, босма оммавий ахборот воситаларининг бош муҳаррирлари ҳамда ёш журналистлар иштирок этди.***

Семинар-тренинг хотин-қизлар, оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, соғлом турмуш тарзини ривожлантириш йўналишларига ихтисослашган босма оммавий ахборот воситалари ва журналистлар учун бўлиб ўтди. Шунингдек, Нодавлат нотижорат ташкилотлари миллий ассоциацияси раиси ўринбосари Н. Ғаффорова ва "Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана" газетасининг ижрочи муҳаррири

мўлжалланган бўлиб, унда давлатимиз раҳбарининг 2009 йил 13 апрелдаги "Она ва бола саломатлигини муҳофаза қилиш, соғлом авлодни шакллантиришга доир қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида"ги ва "2009-2013 йилларда аҳолининг репродуктив саломатлигини мустаҳкамлаш, соғлом бола туғилиши, жисмоний ва маънавий баркамол авлодни вояга етказиш борасидаги ишларни янада кучайтириш ва самарадорлигини ошириш чора-тадбирлари дастури тўғрисида"ги қарорларидан келиб чиққан вазифаларни оммавий ахборот воситаларида ёритишнинг устувор йўналишлари, бу борада қай жиҳатларга эътибор қаратиш кераклиги

ҳақида гапириб ўтилди. Олий Мажлис Қонунчилик палатасининг депутати А. Бобомуродова жамиятни янгилаш ва мамлакатни модернизациялашда хотин-қизларнинг ўрни, ёш авлоднинг Ватанга муҳаббат, истиқлол ғояларига садоқат руҳида вояга етишида оналарнинг масъулияти, оналик ва болалик муҳофазаси тўғрисида атрофлича тўхталиб, ...

И. Соатовалар Юртбошимизнинг мазкур фармонлари бугунги кунда аҳоли саломатлиги учун нечоғлик муҳим аҳамият касб этаётганлиги ва бу борада оммавий ахборот воситалари ходимларининг фаоллигини ошириш давр талаби эканлиги хусусидаги ўз фикрларини баён этишди.

Тадбир давомида сўзга чиққан ёш журналистлар оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, соғлом авлодни шакллантириш, репродуктив саломатлик ҳамда соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш соҳа мутахассиси олдидаги асосий вазифалардан бири эканлигини таъкидлашиб, бу борада астойдил меҳнат қилишни ўз олдиларига мақсад қилиб олдилар.

Семинар-тренингнинг ўзига хос баҳс ва мунозара асосида ўтганлиги ҳар бир иштирокчи дунёқараши янада шаклланишида муҳим омил бўлиб хизмат қилишига шубҳа йўқ.

**Машраб ХОЛБОЕВ.**

**СУРАТЛАРДА:** *семинар-тренингдан лавҳалар.*

**Суратлар муаллифи Собир МАЖИДОВ.**

*Семинар*

# Встреча специалистов

***25-26 августа в конференц-зале гостиницы Intercontinental состоялась научно-практическая конференция на тему "Новые возможности в лечении гемофилии", в которой принимали участие специалисты Научно-исследовательского института Гематологии и переливания крови (НИИ Г и ПК), а также гости из Российской Федерации. Вступительным словом директора НИИ Г и ПК Хамидом Каримовым конференция была открыта.***

В своей вступительной речи Х. Каримов подчеркнул актуальность данной конференции на сегодняшний день. Согласно словам директора, в настоящее время на территории Республики Узбекистан насчитывается свыше 1 500 больных, зарегистрированных с диагнозом гемофилия. Министерством здравоохранения Республики Узбекистан, Комитетом здравоохранения Парламента, а также непосредственно самим НИИ Г и ПК была проделана большая работа по улучшению диагностических, профилактических и терапевтических методов, относящихся к данной болезни. Была поставлена задача улучшить степень диагностики и лечения, повысить квалификацию специалистов и степень информированности пациентов о заболевании. Также в задачи вошла психологическая помощь больным гемофилией и членам их семей. В целях реализации вышеуказанных задач НИИ Гематологии и переливания крови были организованы научные экспедиции во все области республики. В процессе экспедиций были проведены семинары, тренинги, прочитаны лекции для врачей, ведущих свою деятельность в областях, проводились встречи с семьями больных гемофилией. Как известно, 11 мая 2007 года был открыт первый Республиканский центр гематологии и депрессии кроветворной системы, который на сегодняшний день является единственным в своем роде учреждением в Центральной Азии. В содействии с Министерством здравоохранения большая часть поставленных ранее задач была реализована. В дальнейшие планы входит усовершенствование методов лечения, а также закупка современных препаратов.

Гости, приехавшие на конференцию из Гематологического научного центра Российской академии медицинских наук во главе с Ольгой Плющ, выступили с информативными докладами, приняли участие в дискуссии. Во второй день конференции 26 августа был запланирован выезд делегации в клиники и лабораторную службу Министерства здравоохранения Узбекистана, а также встреча с активом Ассоциации гемофилии Узбекистана.

**Мы желаем специалистам активной и плодотворной работы и достижения высоких результатов в процессе конференции.**

**Юлдуз НАЛИБАЕВА.**

**Автор фото Сабир МАДЖИДОВ.**

*Мутахассис маслаҳати*

# СУРУНКАЛИ ЮРАК ЕТИШМОВЧИЛИГИ

*Ушбу қўлланма беморларга эслатма бўлиб, биринчи навбатда сурункали юрак етишмовчилиги аниқланган бемор ва унинг оила аъзоларига мўлжалланган. Чунки жаҳон тажрибасига кўра беморларнинг оила аъзолари касалликни даволаш ва унинг асоратларини олдини олишда иштирок этиши кўп жиҳатдан даво муолажаларининг муваффақиятли бўлишини таъминлайди.*

**Юрак** – инсон организмидаги муҳим аҳамиятга эга бўлган ички аъзолардан биридир.

**Юрак** – қонни қон томирлар бўйлаб ҳаракатлантириб, организм ҳужайраларини кислород ва керакли озиқ моддалари билан таъминлайди, ҳаёт фаолияти давомида ҳосил бўлган кераксиз моддалар алмашинуви жараёни маҳсулотлари организмдан чиқиб кетишига ёрдам беради.

**Соғлом юрак** минутига 60-90 марта қисқаради.

Бунда кислород билан тўйинган артериал қон ўпка веналари орқали юракнинг чап бўлмачасига, ундан чап қоринчага қуйилади. Сўнгра юрак қисқарган вақтда қон аортага ҳайдалади ва артерия қон томирлари орқали ички аъзоларга, организм тўқималарига етказилади. Тўқималарга кислородни бериб, карбонат ангидридни олган веноз қон вена қон томирлари бўйлаб йиғилиб юракнинг ўнг бўлмачасига, ундан сўнг қоринчага қуйилади. Сўнгра яна юрак қисқарган вақтда ўпка артериялари орқали тағин ўпкага қайтиб келади.

Юрак кўкрак қафасида жойлашган мушакли аъзо бўлиб, тўртта бўлим: ўнг ва чап бўлмача ҳамда қоринчалардан иборат.

### ЮРАК ЕТИШМОВЧИЛИГИ НИМА?

**Юрак етишмовчилиги** – бу юракни насос сифатида организм аъзо ва тўқималарини етарли миқдорда қон билан таъминлай олмай қоладиган ҳолатдир.

**Юрак етишмовчилиги** – турли хил хасталиклар сабабли юзага келиб, ривожланиш тезлигига кўра ўткир ва сурункали юрак етишмовчилиги фарқланади. Биз бу ерда асосан сурункали юрак етишмовчилиги ҳақида сўз юритамиз.

### Юрак етишмовчилигига олиб келувчи асосий сабаблар

** Юрак ишемик касаллиги (стенокардия, миокард инфаркти).*

** Юқори қон босими (гипертония касаллиги).*

** Юрак бўшлиқларининг кенгайиб кетиши (дилатацион кардиомиопатия).*

** Юрак клапанлари нуқсонлари.*

** Алкоголни жуда кўп истеъмол қилиш (алкоголли кардиопатия).*

** Юрак мушагининг инфекциялар таъсирида шикастланиши (миокардитлар).*

Бунинг натижасида юракнинг ўлчамлари катталашади, қисқарувчанлиги пасаяди ва қонни ёмон ҳайдай бошлайди.

Бу эса ўз навбатида юрак етишмовчилигининг клиник белгилари пайдо бўлишига олиб келади.

### Сурункали юрак етишмовчилигининг клиник белгилари

** Ҳолсизлик, тез чарчаш ва фаоллик чегараланиши.*

** Ҳансираш.*

** Юрак уриб кетиши.*

** Ўпкада димланиш.*

** Шишлар.*

### Ҳолсизлик

**Тез чарчаш:**

** юрак етишмовчилигида юракнинг қисқарувчанлик фаолияти пасайиши туфайли мушакларга етарли миқдорда қон ва кислород етказиб берилмайди. Шу сабабли беморлар тунда тиниқиб ухлаган бўлсалар ҳам, ўзларини ҳорғин ҳис қиладилар;*

** илгари бажара олган жисмоний юкламалар энди беморда чарчоқ ҳиссини чақиради ва қўшимча дам олишни талаб қилади.*

**Дастлаб** *ҳансираш фақат оғир жисмоний зўриқишларда пайдо бўлади.* **Кейинроқ** *ҳансираш енгил жисмоний зўриқишларда ҳам пайдо бўлиши мумкин, масалан, юрганда.* **Юрак етишмовчилиги ривожланиб бориши билан** *ҳансираш ювинганда, кийинганда, ҳатто тинч ҳолатда ҳам пайдо бўлиши мумкин.*

### ЮРАК УРИБ КЕТИШИ

** Бунда юрак уриши яққол сезилиб, у гўё «кўкрак қафасидан чиқиб кетаётгандек» туюлади.*

** Томир уриши тезлашади, паст тўлиқликда, баъзан нотекис бўлиши ҳам мумкин. Уни санаш қийинлашади.*

### Шишлар

Юракнинг қисқарувчанлик фаолияти пасайиши ва катта қон айланиш доирасида қон димланиши туфайли пайдо бўлади. Шишлар одатда оёқларда пайдо бўлиб, кун охирига бориб кучаяди. Юрак етишмовчилиги кучайиб бориши билан шишлар бутун тана бўйлаб тарқалиши мумкин.

### СУЮҚЛИК ТЎПЛАНИШИ

** Юрак етишмовчилигида организмда ортиқча миқдорда суюқлик тўпланиши тана вазнининг ортиб бориши билан баҳоланади.*

** Организмда 1 литр суюқлик ушланиб қолиши тана вазнининг 1 килограммга ортишига олиб келади, шунинг учун тана вазнини ҳар куни ўлчаб туриш муҳим аҳамиятга эга.*

### Тана вазнини ўлчаш

Ҳар куни эрталаб нонуштадан аввал айни тарозида тана вазнини ўлчаш керак. Юрак етишмовчилиги бор беморлар ўзларини назорат қилишлари учун кундалик тутишлари ва бу кундаликка тана вазнининг ўзгаришини ёзиб боришлари муҳим. Агар тана вазнингиз бир кунда 1-1,5 килограмм ёки беш кунда 1,5-2 килограммга ортса шифокорга мурожаат қилинг.

Юрак етишмовчилиги ҳозирда кенг тарқалган касаллик бўлиб, уни ўз вақтида аниқлаш ва даво муолажаларини тўғри ташкил қилиш муҳим аҳамиятга эга.

### ЮРАК ЕТИШМОВЧИЛИГИНИ ДАВОЛАШ ҚУЙИДАГИ АСОСИЙ ЙЎНАЛИШЛАРДАН ИБОРАТ

*1. Юрак етишмовчилигини келтириб чиқарган асосий касалликни даволаш (этиологик даво).*

*2. Парҳез.*

*3. Дори воситалари билан даволаш.*

### Асосий касалликни даволаш

Сурункали юрак етишмовчилиги белгилари камайишига ва даво муолажалари самарадорлиги ошишига олиб келади. Миокарддаги яллиғланиш жараёнларини тўхтатиш (ревматизм, норевматик миокардитлар), алкоголли кардиопатияларда спиртли ичимликлар истеъмолини тўхтатиш, камқонликни бартараф қилиш шулар жумласидандир. Баъзи ҳолларда асосий касалликни даволаш жарроҳлик йўли билан амалга оширилади (юрак клапанлари нуқсонларини бартараф қилиш, ЮИКда аортокоронар шунтлаш ва констриктив перикардитда жарроҳлик амалиёти) ва ҳоказо.

### Парҳез

Юрак етишмовчилигида парҳездан асосий мақсад юрак қон-томир тизими фаолиятини енгиллаштириш, ҳазм аъзолари, буйракни авайлаш ва пешоб ажралишини кучайтиришдан иборатдир. Бунда туз ва сув истеъмоли чегараланади, калий, магний ва витаминларга бой бўлган озиқ-овқат маҳсулотларини истеъмол қилиш тавсия қилинади.

### Ош тузини истеъмол қилиш

** Инсон организми жуда ҳам кам миқдордаги натрийга муҳтож бўлади.*

** Натрийнинг асосий манбаи ош тузи ҳисобланади.*

** Жуда ҳам кўп миқдорда ош тузини истеъмол қилиш ҳар қандай одам учун зарарли, аммо юрак етишмовчилигида кўп миқдорда ош тузини қабул қилиш бемор аҳволи ёмонлашувига олиб келади.*

** Агар ош тузини кўп истеъмол қилсангиз, бу сизнинг организмингизда суюқликнинг (сув) ушланиб қолиб, юрак иши қийинлашиши ва шишлар пайдо бўлишига олиб келади. Шунинг учун беморга таркибида натрий миқдори кам бўлган парҳез буюрилади.*

Натрийнинг суткалик меъёри 2000-3000 мг бўлиб, бу 1-1,5 чой қошиқ миқдордаги ош тузига баробардир.

### Ош тузидан қандай ҳимояланиш мумкин

** Кундалигингизга ҳар куни истеъмол қилаётган натрий миқдорини ёзиб боринг.*

** Маҳсулотлардаги натрий миқдорини аниқлаш учун идишлардаги кўрсатмалар ва таркибида қанча миқдорда туз борлиги берилган маҳсулотлар рўйхатидан фойдаланинг.*

** Овқатнинг тузини етарли миқдорда солмасдан тайёрланг.*

** Овқатланадиган столда туз солинган идишни сақламанг.*

** Рационингиздан консерваланган, музлатилган, қуритилган тайёр овқат маҳсулотлари миқдорини камайтиринг.*

**Равшанбек ҚУРБОНОВ,**
**тиббиёт фанлари доктори, профессор, Республика ихтисослаштирилган кардиология маркази директори,**
**Тимур АБДУЛЛАЕВ,**
**тиббиёт фанлари доктори, профессор, Республика ихтисослаштирилган кардиология маркази Миокарднинг нокоронароген касалликлари ва сурункали юрак етишмовчилиги лабораторияси раҳбари,**
**Маъруфжон ҚОДИРОВ,**
**врач-кардиолог.**

(Давоми келгуси сонда).

*Спрашивали – отвечаем*

# СОВЕТЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

***В нижеприведенной статье профессор первой кафедры стоматологии Ташкентского института усовершенствования врачей Уразбай Джуматов дает ответы на все интересующие читателей вопросы, благодаря чему многие из них нашли решение давно беспокоящих их проблем.***

**Некоторое время назад я страдала от болезни десен, при которых они, опухая, разрастались, накрывая верхнюю часть зубов. В чем причина этого явления?**

**М. Селиверстова (г. Ташкент).**

– Случаи роста десен могут объясниться проявлением такого заболевания, как гипертрофический гингивит, которое бывает 2 видов: опухоли и фиброматоз. Причины данных проявлений могут быть общими и местными. К общим относятся имеющиеся у человека заболевания крови, желудочно-кишечного тракта, гепатит, холицестит, которые играют большую роль в росте десен. Местные причины заключаются в нарушении их структуры. Например, в случае, если у человека есть неправильно установленный протез, который задевает десну, тем самым воздействуя на ее состояние. В таких случаях именно то место, получившее механическую травму, начинает расти. В некоторых случаях гипертрофический гингивит возникает у людей с нарушенной психикой, страдающих душевными заболеваниями. Некоторые препараты, которые зачастую бывают им прописаны, также могут оказывать свое воздействие и на десны пациентов. Бывает симптоматический гипертрофический гингивит, который чаще встречается в подростковом возрасте. Случаи данной разновидности заболевания часто встречаются у девочек, и по достижении зрелости при правильном уходе за полостью рта эти симптомы проходят. Также гипертрофический гингивит наблюдается во время беременности и объясняется в данном случае физиологическими изменениями. Он проходит, соответственно, по завершении периода беременности.

**Есть ли способ, которым можно устранить зубную боль в домашних условиях?**

**П. Волошин (г. Карши).**

– В действительности зубы должен лечить исключительно специалист. В домашних условиях человек может устранить только симптом, боль, но никак не заболевание. Человек может принять то или иное лекарственное средство, в других случаях можно раздробить таблетку и приложить ее к больному зубу, иногда можно даже сделать инъекцию. В некоторых случаях можно применить немедикаментозные методы, такие, как полоскание теплой водой, в которой предварительно растворены ложка соли и соды. Но, так или иначе, это принесет только временное облегчение.

**В случае, если постоянный зуб выпадает, вырастает ли на его месте новый?**

**Т. Володин (г. Чирчик).**

– Если выпадает постоянный зуб, то на его месте никогда не вырастет новый. В том случае, если постоянный зуб сломался, делается рентген, в котором исследуется состояние зуба. Если его основа, нерв не повреждены, тогда с помощью коронок и пломбы производится наращивание. Но, повторюсь, только в том случае, если корень зуба не поврежден. В противном же случае зуб и корень удаляются и, при желании, на место зуба ставится протез.

**В процессе лечения была поставлена пломба, но пару недель спустя она упала, а зуб – сломался. В чем причина этому?**

**К. Базарова (г. Ташкент).**

– В выпадении пломбы с последующей поломкой зуба пациент не виноват. Причина этому в некачественной работе специалиста. В процессе обучения стоматологов, при повышении квалификации читаются лекции и семинары, посвященные правильному лечению и установке пломбы. Возможно, причина проблемы связана с технологией охраны зубов. В данном случае специалист должен проинформировать пациента о том, как правильно ухаживать за полостью рта. Другая причина может быть в том, что материал, из которого изготовлена пломба, оказался неготовым или зуб не был как следует просушен, не была дана правильная форма, возможно, пломба изготовлена по неправильной формуле. Как бы то ни было, чаще всего это происходит по вине врачей, так как у каждой пломбы есть свой срок годности (в среднем 6 лет), в течение которого с ней ничего не должно происходить. Со временем она темнеет, стареет.

**Что следует делать во избежание неправильного формирования зубов?**

**Л. Любовина (г. Зарафшан).**

– Как известно, все ресурсы организмы закладываются еще в утробе матери, в том числе и зубы. Таким образом, для правильного формирования зубов необходима пренатальная профилактика, то есть профилактика во время беременности женщины. Для беременных должны организовываться консультации педиатра, гинеколога и стоматолога, чтобы рассказать им о том, как богатое витаминами, макро- и микроэлементами питание влияет на зубы будущего малыша, о размеренном и рациональном приеме пищи, правилах здорового образа жизни. Большое влияние оказывает окружающая среда и экология местности, в которой проживает беременная женщина. И, конечно, не стоит упускать из внимания вопрос наследственности. Таким образом, если каждый из специалистов расскажет о данных правилах с точки зрения своей специальности, у женщины сложится разностороннее представление на эту проблему.

**Связан ли неприятный запах изо рта с заболеваниями зубов?**

**Х. Бабаджанова (г. Муйнак).**

– Конечно, связан напрямую. В частности, при пародонтите между зубами застревают остатки пищи, микробы. Оставаясь там на некоторое время, они начинают окисляться, бродить. В процессе брожения и выделяется неприятный запах. В медицине данная патология называется галитозом. Также такая ситуация может наблюдаться при стоматитах. Но при полном прохождении лечения это проходит.

**Подписывайтесь на газету в 2009 году**

## Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги «Гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорларнинг муомалада бўлиши билан боғлиқ фаолият» бўйича лицензияловчи органи маълум қилади

*Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2003 йил 16 июлдаги «Гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорларнинг муомалада бўлиши билан боғлиқ фаолиятни лицензиялаш тўғрисида»ги 315-сон қарорининг ижросини амалга ошира бориб, «Гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорларнинг муомаласи билан боғлиқ фаолият учун берилган ва ҳозирги вақтда гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорлар билан боғлиқ бўлган фаолиятни лицензияловчи орган қарори асосида бекор қилинган лицензиатлар рўйхати»*

### Гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорлар муомаласи билан боғлиқ фаолият турларига берилган лицензияларни бекор қилиш

1. Тошкент вилояти 121-сонли Янгибозор акциядорлик автокорхонаси.
Лицензияси: ПР № 001846 27.11.03 й.
Фаолият тури: прекурсорларни сақлаш ва ишлаб чиқариш эҳтиёжлари учун фойдаланиш.

2. Тошкент вилояти, Ўртачирчиқ туман "Тойтепа металл қурилмалари" АЖ.
Лицензияси: ПР № 001656 26.02.03 й.
Фаолият тури: прекурсорларни ташиш, сақлаш ва ишлаб чиқариш эҳтиёжлари учун фойдаланиш.

3. Самарқанд вилоят ҳокимияти Соғлиқни сақлаш бошқармасининг таъминот базаси.
Лицензияси: ГППР № 001589 12.09.02 й.
Фаолият тури: гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорларни ташиш, сақлаш ва бериш.

4. Навоий вилояти "Лобатон" КВП.
Лицензияси: ГППР № 001643 22.01.03 й.
Фаолият тури: гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорларни ташиш, сақлаш, тиббиёт эҳтиёжлари учун фойдаланиш ва йўқ қилиш.

5. Тошкент шаҳар "Коагулянт" ОАЖ.
Лицензияси: ПР № 001618 31.10.02 й.
Фаолият тури: прекурсорларни сақлаш ва ишлаб чиқариш эҳтиёжлари учун фойдаланиш.

6. Тошкент шаҳар "Қора Олтин" ЁАЖ.
Лицензияси: ПР № 001851 27.11.03 й.
Фаолият тури: прекурсорларни олиб кириш, сақлаш ва сотиш.

7. Тошкент шаҳар "Соғлом юрак" МЧЖ.
Лицензияси: ПР № 001886 27.02.04 й.
Фаолият тури: прекурсорларни сақлаш, илмий мақсадларда ва ишлаб чиқариш эҳтиёжлари учун фойдаланиш.

8. Тошкент шаҳар МЧЖ шаклидаги «КАМИЛЛА» Ўзбекистон-Америка қўшма корхонаси.
Лицензияси: ППР № 001928 31.05.04 й.
Фаолият тури: психотроп моддалар ва прекурсорларни ташиш, сақлаш, сотиш, олиб кириш, олиб чиқиш ва йўқ қилиш.

9. Тошкент шаҳар МЧЖ шаклидаги «Ўзбек Жевелери» Ўзбекистон-Янги Зеландия қўшма корхонаси.
Лицензияси: ПР № 001764 27.08.03 й.
Фаолият тури: прекурсорларни сақлаш ва ишлаб чиқариш эҳтиёжлари учун фойдаланиш.

10. Тошкент шаҳар "Осиё-Фарм" хусусий фирмаси.
Лицензияси ППР № 002073 18.03.05 й.
Фаолият тури: психотроп моддалар ва прекурсорларни олиб кириш, олиб чиқиш, сақлаш, сотиш.

11. Тошкент шаҳар "REOGENT" МЧЖ.
Лицензияси: ПР № 001887 27.02.04 й.
Фаолият тури: прекурсорларни сақлаш, сотиш ва ишлаб чиқариш эҳтиёжлари учун фойдаланиш.

12. Қорақалпоғистон Республикаси Қорақалпоқ эксперементал ва клиник медицина ИТИ.
Лицензияси ГППР № 001898 27.02.04 й.
Фаолият тури: гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорларни ташиш, сақлаш, тиббиёт эҳтиёжлари учун фойдаланиш ва йўқ қилиш.

13. Самарқанд вилояти Ургут туманлараро ташҳис қўйиш ва даволаш маркази.
Лицензияси: ГППР № 003143 31.01.07 й.
Фаолият тури: гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорларни ташиш, сақлаш, тиббиёт эҳтиёжлари учун фойдаланиш ва йўқ қилиш.

14. Жиззах вилояти, Жиззах шаҳар 1-болалар табобатхонаси.
Лицензияси: ГППР № 002464 19.07.06 й.
Фаолият тури: гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорларни ташиш, сақлаш, тиббиёт эҳтиёжлари учун фойдаланиш ва йўқ қилиш.

15. Навоий вилояти "Нурота туман болалар юқумли касалликлар шифохонаси".
Лицензияси: ГППР № 002844 30.10.06 й.
Фаолият тури: гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорларни ташиш, сақлаш, тиббиёт эҳтиёжлари учун фойдаланиш ва йўқ қилиш.

16. Тошкент шаҳар МЧЖ шаклидаги «САРДОР ИМПЕКС» Ўзбекистон-Туркия қўшма корхонаси.
Лицензияси: ПР № 002000 10.11.04 й.
Фаолият тури: прекурсорларни сақлаш ва ишлаб чиқариш эҳтиёжлари учун фойдаланиш.

17. Сурхондарё вилояти туманлараро юқумли касалликлар шифохонаси.
Лицензияси: ГППР № 002936 01.12.06 й.
Фаолият тури: гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорларни ташиш, сақлаш, тиббиёт эҳтиёжлари учун фойдаланиш ва йўқ қилиш.

18. Қорқалпоғистон Республикаси Республика кўп тармоқли болалар санаторийси.
Лицензияси: ГППР № 002036 14.01.05 й.
Фаолият тури: гиёҳвандлик воситалари, психотроп моддалар ва прекурсорларни ташиш, сақлаш, тиббиёт эҳтиёжлари учун фойдаланиш ва йўқ қилиш.

## ИНТЕРНЕТ СООБЩАЕТ

### *Ученые научились омолаживать сердечный мускул*

Израильским ученым удалось совершить драматический прорыв в деле лечения заболеваний сердца, научившись выращивать в желудке мышей ткани сердечной мышцы, которые позднее используются для «латания» сердца после инфаркта.

Исследование сотрудника университета имени Бен-Гуриона в Беэр-Шеве доктора Таль Двир опубликовано в американском научном журнале Proceedings of the National Academy of Sciences.

Клетки мышцы сердечной ткани брались у новорожденных мышей и пересаживались на генетическую «основу», где к ним добавлялись стимуляторы роста. Как только клетки достигали определенной стадии зрелости, они пересаживались в желудок мыши, где ткань продолжала расти, и развивалась система кровеносных сосудов. Через неделю эта ткань использовалась для латания пострадавших от инфаркта участков сердечной мышцы. На сращивание «заплатки» с сердечной мышцей потребовалось 28 дней, за которое происходит соединение кровеносных сосудов «заплатки» и мышцы.

Преимуществом нового метода является то, что приращенная ткань не оставляет шрама на сердечной мышце, который является обычным следствием инфаркта и причиной возрастания давления на стенку сердца, что, в свою очередь, может привести к следующему инфаркту.

### *Предложен новый метод оценки состояния зубной эмали*

Группа исследователей из Австралии, Китая и Тайвани представила оригинальную методику неразрушающего контроля качества зубной эмали, основанную на использовании лазерного излучения.

При исследовании по новой технологии на поверхность зуба направляется лазерное излучение, которое нагревает ее и заставляет быстро расширяться, что вызывает распространение поверхностной акустической волны (волны Рэлея). Скорость ее распространения напрямую зависит от упругости поверхности образца (необходимо отметить, что амплитуда колебаний примерно соответствует длине волны), которую можно легко связать с уровнем минерализации эмали; этот показатель, в свою очередь, служит для оценки общего состояния зуба. Тестирование своей методики авторы провели в лабораторных условиях, используя в качестве образцов извлеченные зубы. Для регистрации поверхностных акустических волн применялся оптоволоконный интерферометр, в состав которого входили циркулятор, лазер, работавший в непрерывном режиме, и фотоприемник.

Ученые надеются в ближайшем будущем приспособить технологию для практического использования и отмечают, что применение наиболее популярной сейчас методики анализа упругости эмали (так называемого наноидентирования) связано с небольшими повреждениями поверхности зуба. "Мы рассчитываем сконструировать зонд диаметром около сантиметра", – говорит руководитель научной группы Саймон Флеминг из Университета Сиднея (Австралия).

Брайан Калшо из Университета Стратклайда (Великобритания), давно занимающийся проблемами возбуждения ультразвуковых колебаний с помощью лазеров, согласен с тем, что разработать конструкцию зонда будет не очень сложно. Эксперт, однако, отмечает тот факт, что авторы не представили результатов измерения модуля упругости эмали по новой методике, поэтому оценить реальные возможности технологии пока невозможно.

### *Вакцину от рассеянного склероза создадут через 10 лет*

Ученые из Бристольского университета (Великобритания) провели исследование, результаты которого могут помочь в создании новых методов лечения рассеянного склероза.

Эксперименты на мышах, а затем и на тканях человеческого мозга, показали, что белок галанин, присутствующий в нервных клетках мозга, устойчив к рассеянному склерозу. Руководитель исследования профессор Дэвид Рейт называет это открытие "чрезвычайно многообещающим", однако предупреждает, что на разработку вакцины от заболевания может уйти до 10 лет.

Ранее ученым было известно, что галанин играет защитную роль как в центральной, так и в периферической нервной системе. Когда нерв повреждается, уровень галанина резко возрастает – это позволяет ограничить смерть нервных клеток. Теперь же профессору Рейту и его коллегам удалось выяснить, что мыши, в чьем организме повышена концентрация галанина, совершенно не подвержены склерозоподобному заболеванию – экспериментальному аутоиммунному энцефаломиелиту (ЭАЭМ). А все генетически модифицированные грызуны, у которых галанина не было вовсе, заболели тяжелой формой ЭАЭМ.

Рассеянный склероз — хроническое прогрессирующее заболевание нервной системы, которое возникает в молодом и среднем возрасте. При болезни одновременно поражаются несколько различных отделов нервной системы. Морфологической основой недуга является образование так называемых бляшек рассеянного склероза – очагов разрушения миелина (демиелинизация) белого вещества головного и спинного мозга.

*Материалы основаны на данных Интернета.*

### *Обуна – 2009*

***Ҳурматли муштарийлар!***

*«Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана» газетасига 2009 йилнинг иккинчи ярим йиллиги учун обуна мавсуми давом этмоқда.*

**Азиз тиббиёт ходимлари ва муштарийлар! Республика тиббиёт тизимида амалга оширилаётган ижобий ишлар, фаолиятлар ҳамда янгиликлардан хабардор бўлишни истасангиз севимли газетангизга обуна бўлишни унутманг!**

**Нашр индекси: 128.**

Республиканский центр Государственного санитарно-эпидемиологического надзора Министерства здравоохранения Республики Узбекистан скорбит по поводу кончины заведующего областной бактериологической лабораторией ЦГСЭН Хорезмской области **Саидмурадова Давлята Саидмурадовича** и выражает глубокие соболезнования семье и близким покойного.

**Газетанинг навбатдаги сони 11 сентябрь куни чиқади.**

Газета муассиси:
Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги

Бош муҳаррир
Ибодат СОАТОВА

Газета ўзбек ва рус тилларида чоп этилади. Ҳафтанинг жума кунлари чиқади. Мақолалар кўчириб босилганда «O`zbekistonda sog`liqni saqlash – Здравоохранение Узбекистана» газетасидан олинди, деб кўрсатилиши шарт. Фойдаланилмаган қўлёзмалар таҳлил қилинмайди, ёзма жавоб қайтарилмайди. Мақола, эълон ва билдирувлардаги факт ҳамда далилларнинг тўғрилиги учун муаллифлар масъулдир.
Интернет саҳифаларидан фойдаланилган суратларга ⓘ шартли белгиси қўйилади.

Манзилимиз: 100060, Тошкент шаҳри, Истиқбол кўчаси, 30-уй, 2-қават.
Тел/факс: 233-57-73, тел.: 233-13-22. Газета Ўзбекистон Республикаси Матбуот ва ахборот агентлигида 2009 йилнинг 11 март куни рўйхатга олинган, гувоҳнома рақами 0015.

Газета материаллари таҳририят компьютер марказида терилди ва саҳифаланди.
Адади 5108 нусха.
Буюртма Г-750.

Газета «ШАРҚ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилди. Газета ҳажми 4 босма табоқ.
Формати А3. Офсет усулида босилган.
Саҳифаловчи: Бахтиёр ҚЎШОҚОВ.
Босмахонага топшириш вақти – 20.00.

ISSN 2010-6149 «Ўзбекистонда соғлиқни сақлаш – Здравоохранение Узбекистана». Сайтимиз: www.uzssgzt.uz
Топширилди – 21.30. 2 3 4 5