



# Ошпа Ва

Оила соғлом ва бахтли бўлса, бутун жамият барқарор ва фаровон бўлади.

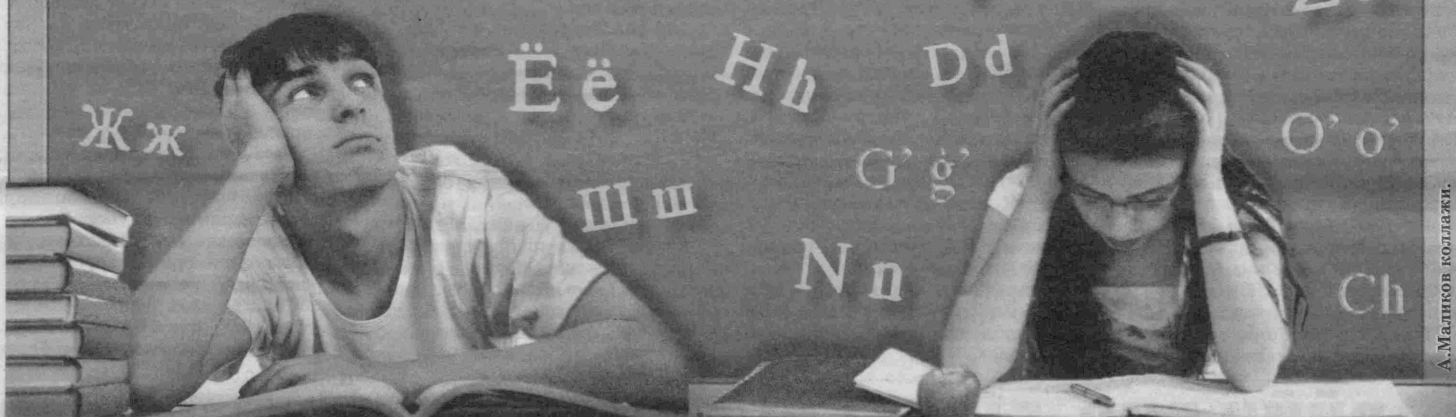
Ислом КАРИМОВ

33 (1340)-сон 23 август 2017 йил

Газета 1991 йил 1 сентябрдан чиқа бошлаган

# Жамият

Хатто қилишга энди  
ҳаққимиз йўқ!



## ёхуд қайси алифбони танлаймиз?

Ўздан ортиб, ўзгаларга нафи теккан одам чинакам бахтли одам. Энди ўзгалардан ҳам ортиб, бутун бошли халққа нафинг тегса борми, берди Худо дейверинг. Лекин истакнинг ўзи билан ўздан ортиш қийин. Ўздан ортиб ўзгаларнинг, айниқса, халқнинг қошига келиш учун одамга билим, жасорат ва омад ҳам керак бўлади. Бу йўлда гоҳи гоҳида фурсатнинг ўзи инсонга имкон бериб туради. Ҳамма гап — имкондан қандай фойдаланишда. Худди шундай имконлардан бири, мана ҳозир, ҳар биримизнинг қаршимизда — лотин ёки кириллдан бирини танлашда турибди! Бу имкон масъулиятли ишнинг бошида турганлар учун ёки бу даражада шу танловнинг тўғри ёки нотўғри эканига бориб тақалади. Яна шуки, бундай имкон ҳар доим ҳам берилмавермайди. У ўта ноёб тарихий ҳодиса. Шунинг учун ҳам хато қилишга ҳаққимиз йўқ.

### ЎТМИШГА НАЗАР

Украина. Армия. Бир гуржи йигити ҳазиллашгиси келибми, стол устида каминанинг унутилган хатини олиб, тушунмаса ҳам овоз чиқариб ўқий кетди. Сўнг менга юзланиб: “Ўзбекларнинг ўз алифбоси йўқми? Нега русникида ёзасизлар? Уялмайсизларми?... Мана, менинг хатимга қара! — у кўйнидан конверт чиқарди. — Биз минг йиллардан бери ўз алифбомизда ёзамиз. Шунинг учун ҳам ота-бобом қолдирган меросни мен ўқийман, меникини эса ҳали болаларим ўқийди”, деди фахр билан. Ер ёрилмади, ерга кирмадим. Бу ҳақда кейин — узун йиллар мобайнида кўп ўйлаб юрдим. Уйларим бора-бора ўта

оғриқли саволларга айланди: “Нега бир неча миллионли (лекин жуда машхур халқ!) гуржиларнинг минг йиллардан бери ўзгармай келаётган ўз ёзуви бор-у, кўпмиллионли ўзбеки йўқ? Бори ҳам тинимсиз ўзгартирилди, ҳамон ўзгартирилмоқда? Ахир, ёзув ўзгартириш миллатни таҳрир қилиш, таҳрир қилиш дегани-ку! Узоққа бормай, мана менинг ўзим ҳам ана шу ўзгартиришнинг захмини чекмадимми?.. Биласиз, ёзувчиман. Бир қарасам, энди нашрдан чиқиб уйга олиб келган китобимни ҳали ёш бўлган ўғлим ва қизим кўлига олишибди-ю, лекин тузуқроқ ўқий олишмаяпти. Яъни, ота билан бола ёзувда бир-бирини ту-

шунмаяпти. Бу нима дегани? Аждод ва авлод ўртасига чоҳ тушди, дегани! “Ваҳима қилманг, болаларингиз кириллни, сиз эса лотин алифбосини бир пасда ўрганиб оласиз”, дея маслаҳат бермоқчи бўлсангиз, айтиай: мен ва болам ўртасидаги “тушунмовчилик” бу айсбергнинг кўриниб турган учи, холос. Айсбергнинг учидан баҳс этишдан мурод сув остида ётган асл айсбергга ишорадир. Асл айсбергнинг номи эса халқ ва у яратган минг йиллик мерос! Демак, ёзувнинг ҳар алмашиши мавжуд авлоднинг ўзи мансуб бўлган халқ ва унинг меросидан яна бир қарра узоқ тушиши деганидир. “Ҳаммасини янги ёзувга ўгириб олиш мумкин-ку”, дея эътирозда давом этмоқчи бўлсангиз, бу ишнинг шу чоққача мумкин бўлмагани сизга энг яхши жавобдир.

Армияда юз берган ўша мулоқот чоғида мен 18 ёшли бўз йигит эдим, гуржистонлик йигит гапнинг маъноси тағига бирданига етмаган бўлишим мумкин. Лекин аминманки, ўша пайтдаги ўзбек зиёлиларининг аксари ҳам бу ҳақда ёлчитиб фикр юритишмаган. Юритишганда эди, 1993 йили алифбони танлаш ва тузатиш имконидан бу тахлит хом фойдаланишмас эди. Ҳолбуки, алифбо миллат тақдирига дахл қиладиган масалалардан бири. Унга панжа ортидан қараб бўлмайди.

Сўзларим кимларгадир қаттиқ тегаётган бўлса, узр сўрайман. Лекин биз ўша хом фойдаланиш туфайли яна бир бор алифбода (кичик бўлса-да) ўзгартириш қилишга мажбур бўлиб турибмиз. Бу ишнинг олам-олам муаммоларини, сарф-харажатларини, ҳар бир инсон бошига тушадиган руҳий, ақлий, керак бўлса, моддий захматларини ўйлаганимда, узр сўраган тилларимни тишлаб ташлагим келади...

### ЎТМИШГА САВОЛ БИЛАН НАЗАР

Юнон келди, китобларни, билимдонларни йўқ қилди, ўзиникини ўтказмоқчи бўлди. Утказди ҳам. Кетидан араб келди, тилимиз арабча сўзларга тўлди, арабча ёзувни қабул қилдик (динни шундай ҳам қабул қилиш мумкин эди-ку!). Нега?.. Жавоб тарих ва кўпчилигимизнинг юрагимиздан бадарга қилинган жасорат қаърига кўмилган. Руслар келди. Тилимиз русча сўзларга тўлди, ёзувимиз кириллча бўлди. Нега?.. Жавоб яна тарихда ва бизни тарқ этган жасорат бағрида ухляяпти. Уларгача хоразм, сўғд, уйгур, ўрхун-енисей каби туркона ёзувлар бўлганлигидан тарих далолат беради. Аммо ҳеч бирини сақлаб қололмаганимиз. Яна “нега?” деган савол қаршимизга чиқади. Тарих Шумерлардан бошланади, дейишади.

(Давоми 5-бетда)

# “ЯНГИ ЗАМОН”ДА ЯНГИ ЗАМОН НАФАСИ СЕЗИЛМАЯПТИ

## УЙМА-УЙ ЮРИВ...

– Бизни қийнаётган муаммо бу – газ ва сув масаласи, – дейди Данғара тумани “Янги замон” маҳалласида яшовчи Ёқутхон Эгамбердиева. – Кўчамизга уланган газдан доимий равишда фойдалана олмасдик. Лекин шунга қарамай, тўловни одам бошига қараб ҳисоблаб, тўлаб келдик. Бу ҳолат оғирлик қилгани учун газни умуман уздириб ташлаб, 2013 йилдан бери газсиз ўтирибмиз. Ён кўчаларда газ бор, лекин бизда йўқ. Ушбу ташкилот раҳбарияти, туман ҳамда вилоят ҳокимиятига мурожаат қилдик – самараси бўлмади. Сув муаммоси бўйича ҳам Фарғона вилоят ҳокимиятига мурожаат этилган эди. Маҳаллага киритилган ичимлик суви тармоғига одамлар турли томондан қувур тортиб келиб, ўзбошимчилик билан улашиб олган. Оқибатда айримларга сув боради, баъзиларга йўқ. Ташқаридан қараганда саккиз оёқни эслатувчи бу қувурлар жуда ҳунук кўринади. Неча бор шунини бир чиройли ҳолатга келтириб беришлар деб туман “Сувоқава” ташкилотига мурожаат қилдик. Ҳеч ким эътибор бермади. Маҳалламизга яқинроқ жойда дорихона йўқ. Болаларимиз мактабга бориш учун иккитадан транспортга чиқишади. Бизнинг томонга ҳам автобус ажратишларини, болаларимиз учун спорт майдони қуриб беришларини сўраймиз.

“Янги замон” маҳалла фуқаролар йиғини раиси Бурхонжон Эргашева юзландик.

– Шу каби муаммоларни бартараф этиш учун кўп ҳаракат қилдик, – дейди у. – Бироқ натижа йўқ. Шунингдек, маҳалладаги айрим кўчаларга асфальт ҳам ётқизишимиз керак. Бир неча бор туман ҳокимиятига хат билан мурожаат қилганми. Маҳаллада 1100 оила мавжуд. 3501 аҳоли 790 хонадонда истиқомат қилади.

Маҳалла посбони Зайниддин Ёқубов ҳамда маҳалла фаоли Ди-



норахон Раҳматов билан уйма-уй юриб, “Янги замон” маҳалласи аҳлининг турмуши билан танишдик. Йўл-йўлакай худуддаги 6-мактабгача таълим муассасасига кирдик. Боғча мудираси Жумагул Абдурахимова жуда талабчан раҳбарлардан экан.

– Боғчада 120 нафар бола тарбияланади. 14 нафар педагог, 5 гуруҳ мавжуд. Қуриб турганингиздек, боғчамиз яқинда таъмирдан чиққан. Лекин мусиқа хонаси жуда эски. Шунини бузиб, бошқадан қуриш учун хомий керак. Бундан ташқари, ҳозир сиз кириб келган йўлак ўнқир-чўнқир бўлиб ётибди. Уни асфальтлаш ҳам маблагга келиб тақалмоқда, – дейди мудира куюнчақлик билан.

Боғча ҳолати бир қарашда озода, саранжом. Лекин юқорида кўрсатилган муаммолар ушбу покизаликка доғ бўлиб турибди...

“Янги замон” маҳалласи, 468-уйда яшовчи Қобилжон Сотволдиевнинг иккала буйраги ҳам ишламайди. 24 ёшида шу хасталикка чалинган. Ҳозирда 30 ёшда. Уйланган. Бир ўғли бор. 1-гуруҳ ногирони, нафақа олади. Ишга лаёқатсиз.

420-уйда истиқомат қилувчи 93 ёшли Хайринисо ая Ботиралиева турмуш ўртоғи Аъзамжон Мингбоев билан 5 ўғил, 3 қизни тарбиялаб элга қўшган. Умр йўлдоши Аъзамжон ота Мингбоев 2014 йил 100 ёшда вафот этган.

– Энг катта фарзандимиз Азизжон 65 ёшда, – дейди ая. – Кенжа ўғлим Ақромжон билан яшаймиз. Болалар ҳолимдан хабар олиб туришибди. Барака топишсин. Эл-юртимиз тинч. Ҳаётимиз яхши. Болаларим, невараларимга шу кунлар, шундай неъматларнинг қадрига етинглар, деб насиҳат қиламан. Ишқилиб, барининг

боши омон бўлсин.

“Янги замон” маҳалласи, 150-уй оstonасини ҳатладик. Хонадон соҳибаси Мавлуда Солиеванин турмуши бўлмаган. Отасидан қолган ҳовлида 33 ёшли ўғли Аҳрор Қўчқоров билан яшайди. Аҳрор 5 ёшлигида аввал ўнғ, кейин чап қулоғидан яра чиққан. Ярани олдириб ташлаб, даволанган. Лекин шундан кейин қулоғи эшитмайдиган, ўзи гапиролмайдиган бўлиб қолган. Унинг хасталиги туфайли мактабга ҳам қабул қилишмаган. Бирон жойда ишлолмайди ҳам. Она 120 минг сўм нафақа олади. Ўғлига нафақа олиш масаласида Данғара тумани, “Янги замон” фуқаролар йиғини худуддаги қишлоқ врачлик пунктида шифокор бўлиб ишлайдиган Шерматов ҳузурига боришган. Лекин шифокор: “Унинг кўл-оёғи бут. Кўзи кўради. Ишга лаёқатли”, – деб қайтариб юборган. Данғара туман кўптармоқли поликлиникасига эшитиш мосламаси сўраб мурожаат қилса, бундай мослама унга тушмабди. Муаммолар гирдобиди қолган Мавлуда Солиева кимга додини айтишни билмайди.

“Янги замон” маҳалласи, 561-уйда истиқомат қилувчи Муроджон Раҳмонов 25 йилдан бери паспорт ололмайди. Чунки унинг ота-онаси Тожикистонда турмуш қуриб, кейинчалик Ўзбекистонга кўчиб келишган. Муроджон ўша ерда туғилган. Шу боис Ўзбекистон фуқароси эмас. Ўзбекистон фуқаролигини олиш учун туман ички ишлар бўлимига барча сўралган ҳужжатларни топширган. Ҳозирча, ҳужяли жавоб йўқ...

Одамлар билан дилдан суҳбатлашиб, мулоқот қилиб шунга амин бўлдики, муаммолари бўлишига қарамай, халқ борига шукр қилиб яшамокда. Маҳалла аҳли жуда аҳил, оқибатли. Эртанги ёруғ кунларга ишонади.

Латофат САЪДУЛЛАЕВА,  
“Оила ва жамият” мухбири

## РЎЙИ БИР, БЎЙИ БЎПАК

### ОГОҲЛИК

Пул – кундалик ҳаётимизда энг зарур муомала воситаси. Ҳар ким уни ўзича қадрлайди. Кимдир банкда сақлайди, бошқа биров уйи ёки ишхонасидаги сейфда... Сандиқда ёки ёстигининг остида асрашни маъқул кўрадиганлар ҳам бор. Айримлар янги ва йирик пулларни эҳтиётлаб олиб кўяди-да, эскирган, майдароқ пулларни кундалик эҳтиёжига атаб, чўнтагига солиб юради. Хуллас, йирикми, майдами, эскими, янгими пулнинг бўлгани яхши.

Мабодо бўлмай қолса-чи? Айрим азаматлар бунинг ҳам чорасини топишибди. Хўш, у қандай чора экан, дейсизми?



Куни кеча дорихонага кириб, сотувчининг мириқиб кулаётгани устидан чиқдим. Қўлига 5000 ҳамда 200 сўмлик пулни ушлаб олган. “Ҳозиргина чиқиб кетган миждим, боплаб чув туширибди, – деди у. – Ўн минг сўмга дори олиб, қўлимга пулни тутқазди. Дорини берибман-у, пулларни санамай, стол устига қўйибман. Миждо кетганидан сўнг қарасам, беш минг сўмлик пулнинг ичига икки юз сўмликни ўраб қўйибди. Яхшилаб эътибор берсам, янги 200 сўмлик 5000 сўмликдан кўлам фарқ қилмас экан.

Қўйиқ бозориди ҳам худди шунга ўхшаш воқеанинг гувоҳи бўлдим. Сотувчи билан уч килограмм шафтолини ўн минг сўмга келишиб, унга иккита беш минг сўмликни тутқаздим. Сотувчи амаки пулларни қўлига олиб, у ёқ-буёғини яхшилаб текширгач, чўнтагига солиб қўйди. “Тунов кунини бир шоввоз иккита беш мингталик ўрнига икки юз сўмлик ташлаб кетибди, – деди синқовлигидан хижолат тортиб. – Кеч тушиб қолгани учун эътибор бермабман. Уйга бориб, савдодан тушган пулларни сана-сам, ўн минг сўм кам чиқди. Роса ўйландим, икки уч марта ҳисоб-китоб қилдим. Уйлай-уйлай, алданганимни англадим. Илгари пулнинг ранги, қанчалигига эътибор бермасдим. Шундан буён 200 сўмликдан чўчиб қолдим.

Нигора Алишер  
қизи

## ПРЕЗИДЕНТ СОВҒАСИ ТОПШИРИЛДИ

Ватанимиз мустақиллигининг 26 йиллиги арафасида Сирдарё вилояти Гулистон тумани маркази Деҳқонобод шаҳарчасидаги “Намуна” маҳалласида ҳар бирининг лойиҳа қиймати 1 миллиард 304 миллион 715 минг сўмликдан зиёд бўлган 32 хонадонга мўлжалланган 2 та 2 қаватли уй эҳтиёжманд оилаларга топширилди.

Шу кунгача тумандаги “Ибрат” маҳалла фуқаролар йиғинида истиқомат қилган 2-гуруҳ ногирони Жамолдин Холжигитов, “Ибрат” маҳалласининг яна бир фуқароси Ирода Нишонбоева, Гулистон тумани “Боёвут” сув истеъмолчилар уюшмаси худудда истиқомат қилиб келган 2-гуруҳ ногирони Ботир Умаров оиласига ҳам Президентимиз совғаси – янги уйнинг қалитлари топширилди.

Вилоятда ана шундай уйларнинг яна 6 таси жорий йилнинг ўзида фойдаланишга топширилиши режалаштирилган. Шунингдек, шаҳар ва туманлардаги бўш турган бинолар қайта таъмирдан чиқарилиб, 2017-2018 йилларда эҳтиёжманд, уй-жойга муҳтож оилаларга берилиши ҳам назарда тутилган.

Куннинг иккинчи ярмида Гулистон шаҳридаги “Наврўз” тўйхонасида ногирон, меҳнатга лаёқатлилик даражаси текланган яна 31 нафар фуқароларга мамлакатимиз Президенти томонидан янги замонавий арзонлаштирилган уйларнинг бошланғич бадали тўлангани тўғрисидаги сертификатлар топширилди. Шунингдек, 34 нафар фуқарога ногиронлар аравачаси, эшитиш мосламаси, қўлтиқтаёқ, ҳассалар берилди.

Тадбирда Сирдарё вилояти ҳокими Ғофиржон Мирзаев сўзга чиқди.

Зебо ҲАЙДАРОВА

# ТҮЙНИ ТҮХТАТИНГ!

демайман, фақат аввал хасталиқдан халос бўлинг...



Оиланинг асосий мезони наслни давом эттириш, солиҳ, тарбияли фарзандларни воёга етказиш билан белгиланади. Оила аъзоларининг сиҳат-саломатлиги кўп жиҳатдан бу ердаги соғлом турмуш тарзига боғлиқ.

Оила қурмоққа шайланаётган ёшларни илк даврда улар дуч келадиган турмуш тўсиқларини енгиб ўтишга тайёрлаш ва турмуш қургандан кейин пайдо бўладиган катта-кичик муаммоларни бартараф этиш юзасидан Андижон вилоятида ҳам ибратли ишлар олиб борилмоқда. Жумладан, Вазирлар Маҳкамасининг 2003 йил 25 августдаги қарорига асосан, “Никоҳланувчи шахсларни тиббий кўриқдан ўтказиш тўғрисида”ги Низом соғлом оилани шакллантириш, ирсиятга боғлиқ туғма касалликлар ва ногирон болалар

туғилишининг олдини олиш борасида бир қатор муаммоларни ҳал этишда мустаҳкам омил бўлмоқда.

Никоҳ тузишнинг муҳим шартларидан бири никоҳланувчиларнинг ўзаро розилигидир. Тиббий кўрик эса ёшларнинг соғломлигини текширувчи воситадир. Унинг афзаллигини тушуниб етганларнинг оиласи барқарор ва мустаҳкам.

– Турмуш қурганимизга тўрт йил бўлди, – дейди шифокор кўригига келган ёшгина келинчак. – Фарзанд кўрмадик. Қайнонамнинг пичинг ва кесатиқларидан юрагим зада бўлиб, бир неча бор доволандим. Шифокорлар турмуш ўртоғим ҳам ўзини текширтириш, керак бўлса, даволаниши лозимлигини уқтиришди. Қайнонамга бу ҳақда айтгани тортиндим. Охири, онасига билдирмай куёвим ҳам шифокор текширувидан ўтди. Кейин билсак, турмуш ўртоғим ёшлиғида “тепки” касаллиги

билан оғриган ва унинг оғир асорати сабаб... фарзандли бўлишимизда муаммолар бор экан...

– Турмуш қурмасдан олдин тиббий кўриқдан ўтмаганмисизлар?

– Қайнонам “шарт эмас”, деб танишлари орқали қозғоларни тўлдириб келганди...

Жувоннинг чорасизлиги, изтироблари, афсус-надомати шундоққина юз-кўзларидан билиниб турарди...

– Тўйдан олдин тиббий кўриқдан ўтганимизда шифокор биз билан алоҳида суҳбатлашди, – дейди Дилдора исмли жувон. – Куёв болага юзланиб: “Тўйни тўхтатинглар, демайман, аммо сиздаги хасталикни даволаш лозим. Даволанишингиз учун эса вақт керак. Шундан сўнггина оилангиз мустаҳкам бўлади. Ҳозирча тўйни ўтказишга шошманглар”, деб маслаҳат берди. Ота-онамизга ҳам бу ҳолатни ётиғи билан тушунтирди. Тўйимиз бир йилдан кейин бўлиб ўтди. Мана, ҳозир фарзанд кутаямиз.

– Тиббий кўриқнинг афзаллигини бугун катталар-у ёшлар тушуниб етишган, – дейди акушер-гинеколог Одинахон Тожибоева. – Ҳатто, қон таҳлилларини текширтириб, сўнг оналикка тайёрланаётганлар ҳам кўпчиликини ташкил этади. Чунки, соғлом онадан соғлом фарзанд дунёга келади. Шу боис, ҳомиладор аёлларнинг дастлабки ойларида то туғруққача бўлган даври мобайнида шифокор кўригига бўлиши – бу она ва бола учун муҳим.

– Икки фарзандимни соғ-саломат дунёга келтирганман, – дейди яқинда она бўлган аёл. – Учинчи фарзандимга ҳомиладор бўлгач, шифокор кўригига шошилмадим. Уй ишлари, болалар тарбияси ҳам мени унчалик қийнамади. Лекин шифокорлар ҳомиладорлигимни билиб, рўйхатга туришимни қаттиқ тайинлашди. Истамайгина бордим. Амбулаторияда ишлайдиган акушер-гинекологимиз мени роса койди.

Вақтида кўриниб туришимни айтди. Бироқ қабулига боролмадим. Яна чақиртиришди. Бу орада ўзимда сезаётган ноҳуш ҳолатлардан сергаклангандим. Шифокор боламнинг юраги суст ураётганини айтиб, туғруққа тайёрлаш бўлимида даволанишим учун қўлимга қоғоз ёзиб берди. Ҳартугул, бир ҳафта дўхтирлар назоратида бўлиб, кўзим ёриди. Бироқ... чақалогим икки соат яшади-ю, кўм-кўк бўлиб кетди. Шифокорлар боламини сақлаб қолишолмади. Кейин билсам, қонимга инфекция тушиб қолган экан. Агар ҳомиладор бўлмасдан туриб, тиббий кўриқдан ўтиб, қонимни таҳлил қилдирганимда эди...

Аёл ўзини тўхтатолмади. У бепарволик оқибаттида, тўққиз ой жисму жониди кўтарган гўдагини бағрига босолмади. Кейинги пушаймон эса...

– Уқишни тугатган йилим ота-онам қишлоғимиздаги бадавлат бир оиланинг фарзандига унаштиришди, – дейди Ёрқиной исмли ўқитувчи аёл. – Йигит билан бир-икки бор учрашдим, холос. Икки ҳафтадан кейин тўй белгиланди. Тиббий кўриқдан ва қонуний никоҳ, деган гап бўлмади. Тўй шаърий никоҳ асосида ўтди. Бироқ бахтли кулларимиз узоққа чўзилмади. Турмуш ўртоғим ўта рашқчи бўлиб, бўлар-бўлмасга жанжал кўтарарди. Ҳомиладорлигимга қарамай ҳатто калтакларди ҳам. У билан рўзгор қилиб кетишга ақлим етмади. Уйдан кетдим. Турмуш ўртоғим фарзандимни тан олмади. Менга унинг ҳеч нарсаи керак эмас. Боламини ўзим катта қилиб оламан...

Тўғри, Ёрқиной ўқимишли, тушунган, ориятли аёл. Лекин боласининг исми, шарифи, ҳуқуқи-чи? Фарзанд дунёга келганидан кейин унинг олдида ота-онанинг бурчлари бир хил эмасми? Агар Ёрқинойнинг никоҳ расмий бўлганида, у суд орқали боласининг ҳақини талаб қилиб олиши мумкин эди. Бир сўз билан айтганда, расмий никоҳ бўлмаганлиги учун ўғил отасига ноқонуний фарзанд ҳисобланади.

Ҳа, ҳаётда бундай мисоллар жуда кўп.

Оила эса муқаддас, фарзанд азиз. Икки ёшнинг қонуний никоҳдан ўтиши қанчалик зарур бўлса, тиббий кўрик ҳам соғлом насл қолдириш учун жуда муҳимдир.

Зумрадхон АБДУЛЛАЕВА

## СОҒЛОМ ФАРЗАНД КЎРАЙ ДЕСАНГИЗ...

Бир куни хотин-қизлар кўмитаси раиси мени ўз хонасига чақириб: “Бир отахон келганлар, ёрдамингиз керак”, деди. Бордим. Хонада 70 ёшдан ошган отахон ўтирибдилар. Саломлашгач, дардларини тўкиб солдилар. Айтишларича, яқинда ўғил уйлантириб, келин туширибдилар. Тўйдан кейин келиннинг касал-мандлиги, аникроғи, ўпка сили билан рўйхатда туриши аниқланибди.

Отахон: “Менга касал келин керак эмас, кудаларим қизининг касаллигини айтмади, олиб кетсин ва менга тўй учун қилган харажатларимни қайтарсин,” деб талаб қияптилар. Ёшлар қонуний никоҳдан ўтган-ўтмагани билан қизиқдим. “Келиннинг касаллигига қонуний никоҳнинг нима алоқаси бор?” дедилар отахон норози бўлиб. Отахонга тўйдан олдинги тиббий кўриқнинг аҳамиятини батафсил тушунтирдим ва бу муаммонинг асосий сабаби – келин-куёвнинг қонуний никоҳдан ва тиббий кўриқдан ўз вақтида ўтмаганлигида эканини айтдим. Агар улар тўйдан олдин белгиланган тартибда тиббий кўриқдан

ўтганларида, келиннинг касаллиги маълум бўлар, тўй тўхтатилар, хонадонга касал келин келмас, отахоннинг тўйга сарфлаган пули ҳам чўнтағида турарди.

Ҳаммамизга маълумки, ўпка сили ҳам наслга таъсир қилувчи ирсий касаллик ҳисобланади ва “Никоҳланувчи шахсларни тиббий кўриқдан ўтказиш” тўғрисидаги Низомда санаб ўтилган касалликлар сирасига қиради. Бундай пайтда келин тўйгача махсус даволаш курсидан ўтиб, даволаниб, ундан кейин турмуш қуриши мумкин.

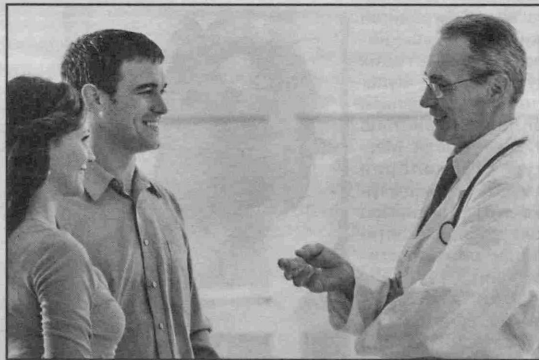
Фарзанд берса, вақти-соати билан, узоқ умри билан, тўрт мучаси соғ, хайрли фарзанд берсин, деймиз. Бунинг учун эса биринчи навбатда ота-онанинг ўзи соғлом бўлиши керак, боланинг соғлом униб, ўсиши учун соғлом оила, соғлом муҳит, соғлом турмуш тарзи керак.

Жойларда, яъни ўқув юртларида, қишлоқ ва маҳалла фуқаролар йиғинларида, ёшлар ва кенг омма орасида ўтказилаётган тиббий, ҳуқуқий тарғибот тадбирларимизда ёшларни оилага, эр-хотин бўлишгагина эмас, балки ота-она бўлишга ҳам тайёр-

лашимиз керак. Уларнинг ҳуқуқий онгини, тиббий, маънавий билимларини ошириб борсак, оилаларда соғлом муҳит барқарорлигига эришамиз.

Бу ўринда “Никоҳланувчи шахсларни тиббий кўриқдан ўтказиш тўғрисида”ги 2003 йил 25 августдаги Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг қарори билан тасдиқланган Низомнинг аҳамияти катта бўлмоқда. Никоҳланувчилар тиббий кўриқдан ўтиш натижасида бир-бирларининг соғлиқларидан хабардор бўлиб, бир-бирларини яқиндан билишади. Фақат бунинг бир шarti, асосий шarti тиббий кўрик тўйдан олдин, турмуш қуришдан олдин бўлишига эришишимиз керак. Никоҳланувчилар турмуш қуриб бўлгач, тиббий кўриқдан ўтганлари бефойда. Юқорида айтганимиздек, соғлом ота-онадан соғлом фарзанд дунёга келади.

Қоровулбозор туман ФХДё бўлими томонидан 2016 йил давомида жами 147 ва жорий йилнинг ўтган 6 ойи давомида 67 никоҳ қайд қилинган бўлиб, никоҳланувчилар ҳаммаси тиббий



кўриқдан ўтдилар, аммо барчаси ҳам тўйдан олдин ўтди, дея олмаймиз. Бу аҳолимизнинг эътиборсизлигини, оқибатини тушуниб етмаслигини, хуллас тиббий, ҳуқуқий онгимиз етарли даражада эмаслигидан бўлса керак.

Фарзандларнинг яхши яшаши, камол топиши учун оила бирдан-бир макон ва табиий муҳит бўлиб ҳисобланади. Ота-оналар фарзандларини Ватанга содиқ, меҳнатсевар, ишбилармон ва жамият қурилишининг фаол иштирокчилари қилиб тарбиялашга маънан масъулдирлар. Ҳаммамизга яхши, камил фарзандлар билан яхши ном қолдириш бахти насиб қилган бўлсин.

Дилдор ЗИЯДУЛЛАЕВА,  
Қоровулбозор туман ФХДё бўлими мудираси

ТАЪЛИМ

Одатда, шу соҳа бўйича мақола тайёрлашга тўғри келса, у кўпроқ танкидий руҳда бўлар, шунинг учунми, айниқса, туманлардаги ушбу муассасаларга истар-истамас борардим. Бу гал умуман бошқача манзара. Эски услубда бўёқ қилинган деворлару, аллақачон муомаладан чиқарилиши керак бўлган ўйинчоқлар, кўлбола жиҳозланган майдончалар – жуда кўп қузатганим мана шу каби ҳолат аста-секин йўқолиб бораётганига ишонч ҳосил қилдим.

боришга кўпроқ вақт ажратиш учун имкон яратди.

Болалар майдончасига баъзи жиҳозларни олдик. Ҳозир боғчага қатнаётган болалар сони кундан-кунга кўпаймоқда. Афсуски, уларнинг барчасини қабул қилишга имконимиз йўқ. 2014 йилдан бери “Таълимдаги глобал Ҳамкорлик” лойиҳаси доирасида қисқа муддатли гуруҳ ташкил қилинган ота-оналарнинг фарзандлари ўз вақтида таълим олишлари билан боғлиқ мақсадларига ҳамоҳид бўлди. Мазкур гуруҳларда шу пайтга қадар 100 нафардан зиёд бола илк

учун тайёр қўлланмага эга бўлди, ушбу имконият ўз навбатида уларни китобга қизиқтиришга туртки бўлади, деганидир.

– Эътибор беринг, бир пайтлар боғчадан келган боласини оналар асосан “бугун нима овқат единг?”, деган савол билан кутиб оларди, – дейди педагогика фанлари доктори М.Маҳмудова. – Тўғри, бугун мактабгача таълим муассасаларининг ҳаммасини ҳам озиқ-овқат билан таъминлашни мактагулик аҳволда, деб айтолмаймиз. Аммо аксариятида таълим-тарбия ишлари тубдан ўзгарди.

**Президентимизнинг қарори асосида болаларни китобхонликка эрта ёшдан қизиқтириш мақсадида вилоятдаги боғчаларда 413 кичик кутубхоналар ташкил этилиб, улар 2525 дона эртақ китоблари, мингга яқин ўқув қўлланмалар, икки мингга яқин бадиий адабиётлар билан таъминланган.**

# БОЛАЛАРГА САРФЛАНАЁТГАН МАБЛАҒ

## – КЕЛАЖАК УЧУН САРМОЯ

Ургут туманининг чекка – Раҳматобод маҳалласи ҳудудида жойлашган 12-мактабгача таълим муассасасида яратилган шарт-шароитлар билан таълим экансиз, бу манзарани минглаб оналар орзу қилган бўлса ажабмас, деган ҳаёлга борасиз. Утган йили капитал реконструкция қилинган 12-МТМда барча хоналар болаларбоп тарзда таъмирланган. Дам олиш, ювениш ва машғулотлар хоналари замонавий анжомлар билан жиҳозланган. Айниқса, чекка ҳудуддаги қишлоқ боғчасининг иккинчи қаватидаги ювениш хоналарида жўмракдан иссиқ сув оқиб турганини кўриш икки қарра қувончли.

Юртимизда мактабгача таълим муассасалари биноларини капитал реконструкция қилиш, уларни зарур жиҳозлар билан таъминлаш ишлари сал кечроқ, яъни 2014 йил «Соғлом бола йили» Давлат дастури доирасида амалга оширилган бошланган эди.

Президентимизнинг «2017-2021 йилларда мактабгача таълим тизimini янада такомиллаштириш чоратадбирлари тўғрисида»ги қарорига асосан шу беш йил ичида вилоятда 281 МТМнинг моддий-техника базасини мустаҳкамлаш, жумладан, 7 та 740 ўринли янги МТМ бинолари қуриш, 251 МТМни реконструкция қилиш, 23 тасини капитал таъмирлаш ва уларни замонавий талабларга жавоб берадиган жиҳозлар, ускуналар, ўқув-методик қўлланмалар, мультимедиа ресурслари билан таъминлаш кўзда тутилган. Мазкур тадбирларни амалга ошириш учун жами 311,4 миллиард сўм маблағ ажратилиши режалаштирилган.

Вилоятда 551 МТМ фаолият кўрсатади. Кейинги беш йил ичида уларнинг катта қисмида тубдан реконструкция ишлари амалга оширилиши кутилаётгани ростида ҳам мазкур соҳадаги йирик силжишлардан, дейиш мумкин.

– 2016 йили капитал реконструкция ишларига давлат бюджетидан 530 миллион сўм маблағ сарфланди, – дейди 12-МТМ мудираси Фотима Суёнбоева. – Барча хоналар қайта таъмирланди. Биз ҳам қараб турганимиз йўқ. Қишлоқ аҳли, ҳомийлар ҳисобидан муассасани сув билан таъминлаш учун артезиан кудуги қаздирдик. Бир пайтлар қишнинг совуқ кунларида болалар қай, боғча ходимлари ҳам жуда қийналарди. Яхши шароит болалар билан таълим-тарбия машғулотларини сифатли олиб



сабоқларини олди. Шу йил эса боғчага қатнамайдиган болалар учун ҳам бепул китоб ва қўлланмалар тарқатилаётгани болаларнинг китоб ўқиши, ота-оналарнинг фарзандлари билан уйда шуғулланишлари учун яхши имконият бўлди. “Камалакнинг етти жилоси” номли мазкур жамланмада эртақ китоблар, ота-оналарнинг турли ёшдаги болалар билан шуғулланишлари учун зарур тавсиялар ўрин олган қўлланмалар мавжуд.

Шу ўринда таъкидлаш ўринлики, биргина Ургут туманига шундай китоблар жамланмадан 12 мингга тарқатилди. Бу – шунча оила фарзандлари билан уйда шуғулланишлари

Бир пайтлар болаларга муносабат бир ёклама бўлган. Оддийроқ тушунтирадиган бўлсам, болалар фақат ижрочи, тарбиячи эса ўргатувчи, буйруқ берувчи ролида бўлган. Бугунги таълим дастурларида бундай принцип тубдан ўзгарди. Энди тарбиячи ва болалар машғулотлар давомида бирга-бирга иш юритади. Эҳтимол, таълимнинг бундай услубини барчамиз бирдай илғай олмасмиз, аммо у ўз натижасини бераётир. “Ҳозирги болалар бошқача, улар ҳамма нарсани тушунади”, “Шу муштдеккина боланинг ўз фикри бор эмиш”, деб гапирётган ота-оналарнинг кўпаяётгани жамиятдаги ўзгаришлар қатори таълим-тарбиядаги ислохотлар натижасидир.

Мутахассиснинг сўзларига изоҳ шартмас. Лекин бугун шу қаторда ота-оналарнинг ҳам боланинг таълим-тарбиясига эътибори ўзгарганини пайқаш мумкин. Мисол учун, Иштихон туманидаги 14-мактабгача таълим муассасасидаги шарт-шароит юқоридаги боғчадан кескин фарқ қилади. Айниқса, қиш ойларида

ушбу боғчадагилар хонани иситиш учун минг бир тадбир ўйлаб топишга мажбурлар. Шундай бўлса-да, фарзандлари шу боғчага қатнайдиган Шейхларкент маҳалласи аҳли билан суҳбатлашганимизда, улар болаларини мажбурийдан эмас, балки астойдил шу боғчага боришини исташлари маълум бўлди.

– Фарзандим боғчага қатнай бошлаганидан унда ўзгариш сездим, – дейди шу маҳаллада истиқомат қилувчи Сурайё Дониёрова. – Шеърларни бурро-бурро айтадиган, санок сонларнинг фарқига борадиган, фикрини тўғри ифодалайдиган бўлди. Уйда ҳам у билан шуғулланганман, аммо мутахассис ўтадиган машғулотларнинг таъсири барибир бошқача экан. Шунинг учун пулидан биров қийналмас-да, болам боғчага қатнашини истаймиз.

Биргина 2017 йил вилоят бўйича жами 32 МТМ биносига қурилиш-таъмирлаш ишлари олиб борилиши белгиланган. Ҳозирги пайтда ушбу объектларнинг барчасида қурилиш-монтаж ишлари бошлаб юборилган. Эҳтимол, ушбу боғчада ҳам яқин йилларда таъмирлаш ишлари олиб борилар.

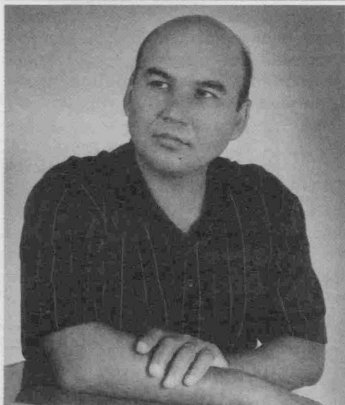
Бугун вилоятдаги 285 мингдан зиёд бола 71 мингга яқини мактабгача таълим муассасаларига қамраб олинган. 2017-2021 йилларда қисқа муддатли гуруҳлар тармоғини кенгайтириш орқали болаларни МТМларга қамров фозини ошириш мақсадида ҳар йили 84 МТМда 4200 нафардан болани қисқа муддатли гуруҳларга жалб этиш режалаштирилган. Айни пайтда 156 қисқа муддатли гуруҳлар фаолият кўрсатиб, улар зарур мебель жиҳозлари, ўқув-методик материаллар ва ресурслар билан таъминланган.

Президентимизнинг қарори асосида болаларни китобхонликка эрта ёшдан қизиқтириш мақсадида вилоятдаги боғчаларда 413 кичик кутубхоналар ташкил этилиб, улар 2525 дона эртақ китоблари, мингга яқин ўқув қўлланмалар, икки мингга яқин бадиий адабиётлар билан таъминланган.

Олимларнинг фикрига кўра, инсон шахс сифатида бола ёшидаёқ шаклланиб, шу ёшдаги таълим-тарбия унинг келажагига таъсир кўрсатади. Иқтисодчи, Нобель мукофоти соvrндори Ж.Хейкман олти ёшгача бўлган болаларнинг таълими учун сарфланаётган маблағ иқтисод учун жуда катта наф келтиришни ҳисоблаб чиққан. “Бола ривожини учун сарфланаётган ҳар бир доллар келгусида ўн баравардан кўпроқ фойда келтиради. Ушбу соҳага йўналтирилган инвестиция яхши таълим олаётган одамларнинг келажаги учунгина эмас, балки мамлакатнинг иқтисодий ривожини учун ҳам умумли таъсир кўрсатади”, олимнинг хулосаси шундай.

Бу хулосанинг изоҳи битта: бугун ушбу соҳага қаратилаётган эътибор келажакда албатта, ўз мевасини беради.

Гулруҳ МҲМИНОВА,  
“Оила ва жамият” мухбири



(Давоми. Боши 1-бетда)

Кейинги 20-30 йил мобайнида Шумерлар ҳақида кўлдан кўп янги кашфиётлар амалга оширилди. Италия ва Америка олимларининг гувоҳлик беришича, Шумерлар қадим туркийларнинг аждоди бўлиб, миҳатларга битилган илк ёзув ҳам айнан шуларга тегишли экан. Лекин бугун бизнинг ўз ёзувимиз йўқ, тушунарсизми, қарийб 400 миллионли туркийларнинг ўз алифбоси йўқ! Агар Шумерларнинг келиб чиқиши ҳақидаги илмий гипотезалар тўғри бўлса, дунёга илк цивилизацияни, шу билан бирга, илк ёзувни берган туркий қавмларнинг бугун ўз алифбоси йўқ! Нега?.. Лекин ҳозирда алифбо масаласи нафақат ўзбекларга, балки юртимизда истиқомат қилиб, ўзбек тилида таълим олаётган, сўзлашаётган ўнлаб бошқа халқ вакилларига ҳам тегишли бўлиб, бир сўз билан айтганда, умумхалқ масаласидир. Бу эса алифбо масаласининг гоят жиддий бўлиб, унда хатога йўл қўйиш мумкин эмаслигини кўрсатади.

### БОБУРНИНГ МАЪНАВИЙ ЖАСОРАТИ

Бобур ҳазратларининг "Хатти Бобурий"ни яратишига нима сабаб бўлдикин, деб кўп ўйлайман. Ахир, муборак ислом дини руҳида тарбия топган шохнинг шу дин нозил бўлган ёзув истеъмолда экан, бошқа алифбо ҳақида ўйлаши, нафақат ўйлаши, балки уни ихтиро этиши қазил гап эмас. Шуларни ўйлаганда қўйидагича мулоҳазаларга толаман: комусий билли эгаси бўлган Бобурни туркий тил табиати билан амалда қўлланилаётган араб ёзуви ўртасида номуаносиблик борлигини сезган бўлиши керак. Бу – бирламчи сабаб. Иккинчи – Бобурда миллий ғурур, туркона ғурур жуда керакли меъёрада бўлган. Қолмишига, у император эди. Шунинг учун ҳам Бобур янги алифбо яратишга жазм қилган. Мен бу билан "Агар "Хатти Бобурий" йўқолмаганда, биз ҳозир ўша алифбони ишлатардик ва ҳаммаси зўр бўларди", деган фикрдан мутлақо йироқман. Биз унинг қандай "хат" эканлигини ҳам билмаймиз. Бу ердаги асосий гап – араб ёзувининг туркий тилни бор хусусиятларини ўзида тўла акс эттира олмаганига эътибор қаратилганидир. (Муҳтарам кўвчи, бу ўринда дин ва ёзув тушунчаларини аралаштириб юбормайлик!). Ҳозирда мавжуд лотин ёзувига ҳам худди шундай эътибор қаратишимиз керак, деб ўйлайман. Чунки амалдаги лотин алифбосидаги нотугаллик кирилл алифбосига қайтайлик, деган мулоҳазаларнинг тўғилишига сабаб бўлмақда. Лекин ҳозирги глобализм даврида кириллга қайтиш уммонга энди озги теккан балиқнинг орта – ҳовузга қайтиб кетиши билан баробардир.

### ҲАДЕБ АЛИФБОНИ

#### АЛМАШТИРИШ ОҚИБАТЛАРИ

Бунинг зарарини сўз билан айтиб адо қилиб бўлмайди. Сўз билан шунчасини айтиш мумкиндир, эҳтимол: ҳар бир алифбо алмашиши ота баллан

# Хатто қилишга энди ҳаққимиз йўқ!

## ёхуд қайси алифбони танлаймиз?

фарзанд ўртасига урилган биттадан хитой деворидек гап. Улар бир-бирларини маънан кўрмай қоладилар. Авлоднинг ботиний нигоҳи ажоднинг маънавий бўйи бастидан узилади. Тамом! Натижада босқинчи ёки ташқи рақиб кучлар янги авлодни хоҳлаган қўйига солиб ўйнатади. Ахир, асрлар мобайнида шундай бўлмадими? Бўлди. Барига тарих гувоҳ! Таассуфки, колониаторларнинг мафқураси билан унинг алифбосида ёзилган ярим чин, ярим ёлгон битикларни ҳалигача тарих деб келаётганлар ораимизда қанча...

### КЕЛАЖАК УЧУН ОВОЗ БЕРАЙЛИК

Мен ҳозиргача ҳар хил жанрларда ўнлаб китоблар эълон қилдим. Уларнинг ҳаммаси кириллда. Кириллда лотинчага нисбатан бир неча ба-

фуз қилишимиз керак?

Ч ва Ш да белги ҳарфнинг паст қисмига эмас, балки теласига қўйилган (шунингдек, НГ,нг учун Н,н нинг теласига белги қўйилган) тақлифларни ҳам учратдим алифбо тўғрисидаги жўяли чиқишларда. Қабул қилиш мумкин. Айни пайтда, қардош Туркия турклари муваффақият билан истифода этаётган Ğ (Ғ), Ҷ, (Ч), Ҷ (Ш) лардан намуна олишнинг сира айб жойи йўқ. Ахир, қолган ҳарфларни Европа халқлари таркибига сингир кетган, бугунги кунда тили ўлик ҳисобланган лотин ёзувидан олишдан тортинмайпмиз-ку, нега энди тили дини бир халқ алифбосида ўз ўрнини топган ҳарфлардан истиҳола қиламиз? Ахир, бу ҳарфлар бизга керак. Қолаверса, булар ҳам лотин алифбоси негизида ўйлаб топилган. Кириллдаги Ў, Қ, Ғ, Ҷ каби ҳарфлар



равар тез ёзиб, тез ўқийман. Аммо лотин алифбосига овоз бераман! Чунки ҳозирги шароитда халқимиз учун, ўзбекистонликлар учун лотин алифбоси энг мақбул йўл, деб биламан. (Албатта, "қани энди минг йиллардан бери ўзгармай келаётган ўз ёзувимиз бўлса!" деган армон юрагимни ҳеч қачон тарк этмасе керак!) Биз шундай тарихий паллада яшайпмизки, ҳар бир ватандош ўз шахсий ва авлоди манфаатини бир четга йиғиштириб қўйиб, бутун бошли халқнинг "Мен" бўлиб оёққа туришини кўзлаб иш тутуши зарур. Шундай қилинганда, бугунги кунда лотин алифбосидан кўра фойдалироқ бошқа алифбо йўқлиги маълум бўлади. Аммо ҳозирда истеъмолда бўлган чала лотин алифбосига эмас, балки тақомил топганига овоз бераман. Уни зудлик билан қиёмига етказиш ва истеъмолга киритиш зарур. Бу борада айрим мулоҳазаларимни айтиб ўтай: Ў, Ғ ҳарфлари тутук белгисиз, Ч, Ш, НГ каби товушлар битта ҳарф билан берилишига эришиш керак. Руслардан қабул қилинган Ю билан Я дан воз келинса қандай бўларкин? "Юмалоқ"ни "Yumaloq" тарзида ёзилгандан кейин русча Юрий исмини Yurгу, Ю. Боровни Y. Vorev тарзида ёзса бўлади. Чунки русча Ю (Я ҳам) икки ҳарф бирикмидан ташкил топган. Назаримда, "мумкин эмас", деган тушунча нотўғри тушунча. Ахир, нега биз ўзга тилдан қилинган сўз ёки атамини ўша халқ тили ва алифбосига қўра ёзиб, талаф-

ҳам ҳарфнинг тепаси, ўртаси ва пастига белгилар қўйиш йўли билан ясалганлиги шу тарзда иш тутуш мумкинлигини кўрсатади. Айриш (Ъ) белгиси борасида ҳам ўзгартириш киритиш лозим. Чунки у ҳозирги шаклида (') сўзни қоқ иккига бўлиб ташляпти. Эҳтимол, бирон ҳарф билан бериш, ҳатто ундан бутунлай воз кечиш ҳам мумкиндир. Нима бўпти "неъмат" сўзини араблардек айриш белгисига урғу бериб, сўзни иккига бўлиб (ne'mat) айтмасак? Оғзаки тилда сўз "нема" бўлиб талаффуз қилинади-ку! Нега биз ҳамиша ўз артикуляцион базамизга хиёнат қиламиз? Нега ўзга тилдан олинган сўзни ўша халқ вакилидек талаффуз қилишимиз керак, деб ўйлаймиз? Нега бошқа ҳамма халқлар чет тиллардан ўзлашган сўзларни ўзига, тил хусусиятларига мослаштириб олади (масалан, менинг исми ҳам, отамнинг исми ҳам, насабим ҳам русча талаффузга кўра ёзилганига нима дейсиз? – Хамдамов Улугбек Абдувахобович), фақат биз ўзимизни ўзлашма сўзларга мослайми? Нега бунча тақлидчимиз? Қани ўзлигимиз? Қани ўзагимиз?..

Албатта, қилни қирқ ёрувчи тилшуносларимиз янада жўялироқ тақлифларни беришади, беришяпти ҳам. Ушбу мулоҳазалар эса каммининг бир филолог, ёзувчи сифатида ақлим етганлари, ҳолос. Нарӣ бурса, тақлиф деб қабул қилин. Лекин барча тақлифлар умумхалқ муҳокамасидан ўтиши шарт, деб ҳисоблаган. Алифбо мукаммал

бўлмагунча муҳокамага қайта ва қайта қўйлавериши тарафдориман. Майли, бу ишга ярим йил, бир йил сарфлансин. Лекин, алалоқибат, мукаммал алифбога эришайлик ва у халқимиз билан бирга доимий қолсин! Мукаммал алифбога эришганимиздан кейин уни зудлик билан қабул қилайлик! Қабул қилинган кундан эътиборан эса битта ёзувга, яъни лотинга ўтайлик! Матбуот ва давлат идоралари ўз ишларини ягона ёзувда, лотинда юритса, бир неча ойда ҳаммаси изига тушиб кетади, деб ишонаман. Хўш, алифбодаги мукаммаллик нима дегани? Менимча, алифбонинг туркий тилимиз табиатини энг максимал даражада ўзида акс эттириши ва замонавий техника воситалари (жумладан, компьютер, телефон, планшет каби техник воситалар клавиатура майдони)да қўлай ишлатилиши, деганидир. Яна бошқа қирралари бор бўлса, мутахассислар ҳисобга олишади, тушунтиришди, деб ўйлайман. Чунки улар тил билмидони. Сизу биздан яхшироғини, тўғрироғини билишади. Аммо тилга масъулият, тилга ҳақдорлик бобида барчамиз баробармиз. Бас, шундай экан, жим турмайлик! Мулоҳазаларимизни умумхалқ муҳокамасига қўяйлик. Ҳақорат тилида эмас, инсоний одоб ва илмий этика доирасида баҳслашайлик. Аммо, пировард натижада тўғри алифбони, бизга керакли алифбони танлаб, тузатиб олайлик. Ва бошқа ҳеч қачон алифбо масаласига қайтмайлик! Гап шу ерга келганда, ҳатто Конституцияга алифбо борасида бир модда киритилиб, унда алифбонинг ўзгартирилмаслиги белгилаб қўйилса, дегим келади. (Балки бу ошириб юборилаётган тadbирдир. Озги куйган қатикни ҳам пуфлаб ичаркан...) Чунки алифбони янгилаш, уни ўзгартириш миллат бўйи бабини қоқ иккига бўлиб ташлаш билан баробардир. Шу маънода биз сўнги юз йил мобайнида тўрт марта бўлинган миллатимиз, унутмайлик!

"Нега энди лотинни химоя қилиб, муносабатингизни кириллда ёздингиз?" демоқчи бўлган маслакдошларимга айтгай: аввало, бу юқориде айтган барча мулоҳазаларимни тасдиқлайди – мен ва мендан катта, мендан бироз кичик авлодларнинг ҳаммасининг саводи кириллда чиққан. Биз бу алифбода сувдаги балиқдек сезамиз ўзимизни. Қолаверса, кириллни ёқлаётганлар ҳам, асосан катта авлод вакиллари, аввало шулар ўқисин, дедим. Аммо, биродарлар, бизнинг авлод қариб борапти, дунё деган сахнадан ўтиб борапти, дедим, ўзимиз билан бирга кириллни – муаммони ҳам олиб кетаяпти. Ёш авлоднинг такрор кириллда ўқитмасак, тахминан 30, 40 йилдан кейин икки ёзувлик деган зиддият(бало)нинг ўзи қолмайди. Муаммо ҳал бўлади. Бас, шундай экан, менинг алифбоним, сенинг алифбонинг демасдан, ҳаётга, ҳаёт олдимизга қўяётган муаммоларга фалсафийроқ қарашни ҳам ўрганайлик. Ўтишни бағримизга босиб, келажақ сари борайлик! Лекин асло ва асло аксини қилмайлик! Қийналса, катта авлодлар қийналсин. Заҳматларни мард бўлиб бўйнимизга олайлик-да, чидайлик. Энг муҳими, биздан кейин келаётган авлодларга ягона алифбо – лотин билан осон ва фойдали бўлсин! Зеро, лотин алифбоси бугунги мураккаб замонда юртдошларимизни нафақат туркий дунё билан уйғунлик-бақли, умуман, жаҳоннинг илгор ҳамжамияти билан ҳамкорликка, замонавийлик билан эса ҳамнафасликка ҳазмат қилади. Хато қилишга эса энди ҳаққимиз йўқ!

Улугбек ҲАМДАМ,  
ёзувчи

ЯНА ЎША ГАП

# “ВАЛЬС ТУШИШНИ БИЛМАЙДИГАН ҚИЗГА УЙЛАНМАЙМАН!”



Бу воқеага унча кўп бўлмади. Маҳалламизнинг энг олди қизларидан бўлган Гулнигорни шахарга узатилаётганини эшитганлар: “Жуда яхши қиз, илоҳим, бахтини берсин!” – дея дуо қилишди.

Тўйга бир ҳафта қолганда эса маҳаллада шивир-шивир бошланди:

– Куёв томон тўйни қайтарибди. Келин ойдеккина бўлса, олий маълумотли, гап-сўзи жойида, тарбияли.

– Куёв болани ҳам роса макташганди. Қатор-қатор фирмалари бор, бизнесмен, дейишганди. Тўй нега қолдирилибди?

– Ким билади дейсиз?

Орадан вақт ўтиб ҳаммаса ойдinлашди: ён кўшимиз Шарофат аянинг айтишича, куёв бола ўта “културний” экан. Келин аллақандай “лавстор”да қатнашишни истамагани ва “акаларим, дадамнинг ёнида сиз билан вальс тушмайман”, – дегани учун тўйни тўхтатибди. “Менга бунақа оми қиз керакмас!” – деганмиш.

Бу гапларни эшитиб, ҳайратдан ёқа ушладим. Тавба, баъзи йигитларимизга нима бўляпти? Қани улардаги орият, ғурур? Наҳотки, турмуш ўртоғини тўйдаги меҳмонларга кўз-кўз қилиш, куёв жўралардан келиннинг нозик қомати ва чиройли рақси ҳақидаги

“илиқ” гапларни эшитиш улар учун обрў бўлса? Ахир онаси, синглиси ва ёрини ёт кўзлардан қизганган, бегона эркакларнинг назаридан асрашни ўзининг энг катта бурчи дея билган эр йигитлар биздан эмасмидилар? Қачондан буён келиннинг ўзгалардан тортиниши, акаси, отаси ва ёт эркаклар олдида вальс тушишдан уялиши омилик саналадиган бўлди? Демак, бугун тўйда куёв билан тоғма-тоғ, боғма-боғ сайр қилганини видеога муҳрлаб, тўйхонада намойиш қилаётган, очиқ-сочиқ либос кийгани етмагандек, ҳаёсизларча “хиром” айлаётган баъзи келинларимиз бошқаларга намуна экан-да?

Авваллари айрим келинларнинг елкаси очиқ тўй либосларига кўниқолмай, “дод” дердик. Кайвони бувижонларнинг бу борадаги насиҳатларини эшитавериб қизларимизнинг “қулоғи битди” шекилли, бугунги кунда келинларимиз эғнида энги бутун кўйлакни деярли кўрмаймиз.

Замона зайли дедик, баъзи ёшларимиз қандай танишганларию-топишганларини бир кино янглиғ тасвирга олиб, камда 300-400 кишилик рестороанларда бамайлихотир намойиш қилишга ўтишди. Ачинарлиси, намойиш вақтида тўйга келган меҳмонлар-у мезбонларнинг аксарияти бу ҳолатни қарсақ чалиб

кутиб олаётгани.

Вақт ўтиб, “ўта замонавий” қизларимиз никоҳ тўйида дугоналарига гул отиш одатини ўзлаштиришди. Бу маросим шунчалар урфга кирдики, улоқтирилган гулни илиб олиш – бўй етган айрим қизлар учун бамисоли бахт қушидай орзуга айланиб қолди. Ҳатто ўша савилни деб бир-бири билан ёқалашиб, тўйхонани бошига кўтарган қизларни ҳам кўрдик, кўряпмиз.

Яширмайлик, бугунги кунда ҳар 10 тўйдан 7 ёки 8 тасида албатта, келин-куёвнинг рақс маҳоратига гувоҳ бўляпмиз. Агар бу ҳолат фақат марказда, пойтахт худудида кузатиляпти, десақ, янглишган бўлади. Минг афсуски, бу ахлоқона одат кишлoқларимизга ҳам етиб борган аллақачонлар. Ҳозир баъзи кишлoқ қизлари ҳам тўй куни эртақлардагидек “шаҳзодаси” билан вальс тушишга ҳавасманд.

Қаёққа қараб кетяпмиз, одамлар? Нега бизга ярашмайдиган, шаънимизга доғ, уят саналган бемаза қилиқларни кадриятга айлантариб, бамайлихотир ўтирибмиз? Бизнинг ҳозирги аҳволимиз шонир ёзганидек, ўзи ўтирган шохни ўз кўли билан арралаётган кишини эсга солади. Биз асли кимларнинг авлоди эдик? Боболаримиз палаги тоза зотлар, улар учун орият, ғурур – ҳаёт-мамонт

масаласи эмасмиди? Момоларимиз уятни бошига тож билган, бўй қизлари улғаяркан ҳаё-ю адабни дугона тутишни қулоғига қуйиб улғайтирар эдиларку. Қани ўша хазинага тенг тарбиямиз?

Қизиқ, баъзи ёшларимизда ота-она, бобо-бувилар, қайнона-қайнота кўз ўнгида ҳам оёғи қалтирамай европача рақс тушишга ундаган журъат қаердан пайдо бўлақолди? Ёки биз шунчалар замонавийлашиб кетдигу, аждодларимиз этиқоидидаги фазилатлар “эскилик

сарқити”га айландими? Наҳот энди уят, номус, ориятни омилик санаб кўчага улоқтирсак?

Аслида, қизларнинг тарбияси, ҳаёси ва одоби, андишаси билан белгиланади. Муқаддас динимизда ҳам, номаҳрам эркаклар назаридан нари бўлиш мусулма аёлнинг зийнати саналади. Аммо бугун вальсга тушиб ўзини, куёвини томоша марказига айланишни истамаган Гулнигор каби қизларни омиликда айблаб, бўлажақ турмуш ўртоғини одамлар орасида беадабликка ундаётган баъзи ўғлонларимизнинг қалб кўзларини шира босгани ҳам айни ҳақиқат. Ақл-хуши жойида, маънавияти бутун йигитлар эса бегоналар кўз ўнгида бети безрайиб, бемалол ўйнаб берадиган қизларни умр йўлдошликка ҳаргиз танламайдилар. Чунки, бугун тўйда куёв билан қочқоқлашиб вальс тушишга қайнона-қайнотаси, отаси-ю ака-укасида уялмаган келинни эртага бетга қочиб, гап қайтарди, овозининг бори-ча бақириб жанжал кўтарди, десалар ажабланмаймиз. Қай йигит “атиргул”ни танлайди, қайсиси “тулбеор”ни ўзига позим кўриши, албатта, йигитларимизнинг ўзига ҳавола. Ҳар ҳолда атиргул ифори гулбеор хидидан фарқли бўлса керак.

Ҳа айтганча, Гулнигорга тақдир қўшилмаган “современний” куёв яқинда уйланибди. Келин ўзи орзу қилганидек, тўйда вальс тушишни қойиллатибди. Айтишларича, ҳали чилласи чиқмай туриб, якка-ю ёлғиз ўғил бўлган куёвини ота-онасидан алоҳида яшашга ҳам кўндирган эмиш.

Садоқат ДАДАЕВА, журналист

## “ЮЗ ОЧАР”ГА ҲОЖАТ ҚОЛМАЯПТИ

Кейинги пайтда энг кўп такрорланаётган ибора бу шубҳасиз “Замон ўзгариб кетди”, деган жумла бўлса керак. Ҳаётимиздаги кўп ўзгаришларни, ўзимизни таажжубга солган ҳолатларни замоннинг ўзгариши билан изоҳлашга ўрганиб қолдик.

“Аввалги замонлар бошқа эди, ҳозир замон ўзгарди!” Илмсизлиги, маънавиятсизлиги, ҳою ҳавасга ўчлигини замонга тўнкаб, ўзини замонавий санайдиган кишилар кўпайиб бормоқда. Гуё унақаларни ҳар турли беҳаёликларни ҳамманнинг кўз олдида ҳеч уялмай қилишга замон мажбурляпти. Турган битгани чиқим, ҳам моддий, ҳам маънавий зарар бўлган, на миллий кадриятларимизга, на ўзбекона тамойилларга тўғри келмайдиган урф-одатларнинг “кашфиётчи”лари билиб-билмай нималарни тарғиб қилаётганлари хусусида жиддийроқ мулоҳаза қилсалар бўлар эди. Ахир, катталарнинг ҳар бир амали ёшларга сабоқ бўлади. Тўйхонага кириверишда шамлар ёқиш, шампан виноси қуйилган шиша идишлардан пирамида ясаш ва ҳоказолар учун келин-куёвлар пулни

қаердан олади? Албатта, ота-онасидан. Ота-она ўғил-қизига: “Унақа бемаъни қилиқларнинг йиғиштирларинг”, деса бўлади-ку. Ёшларни ўз ихтиёрига қуйиб берсангиз, нималарни хоҳламайди.

– Бугун одамлардан ҳаё кўтарилган, – дейди фахрий ўқитувчи Гулсара опа. – Одоб-ахлоқ, миллий кадриятларимизнинг кадр-қиймати қолмаган. Халқда “чиллалик” деган ибора бор. Бир пайтлари момоларимиз чилла даврига жуда қаттиқ эътибор беришган. Чилла пайтида келин-куёвлар ёт назарлардан, бегоналардан имкони борича узоқ бўлиши уқтирилган. Бугунга келиб, бу одатларимизнинг охори тўкилди. Аллақандай фарбча урфлар таъсирида

улғаяётган ёшларнинг бемаъни орзу-ҳаваслари ёвазига миллий кадриятларимизга дарз кетаётгани дилга оғриқ солади.

Юртимизнинг айрим худудларида никоҳ тўйининг эртаси куни “Юз очар” маросими ўтказилади. Куёв томон кўрмана билан келинчакка пешвоз чиқади. Янги келин ҳам тавозе ва ибo билан салом қилиб,

янги қариндошларига илтифот кўрсатади. Бу маросимда катнашимизга тўғри келган пайтлар уйланиб қоламан: кунни кеча, тўйда юзи тугул, елкалари-ю, кўкрагини ҳаммага кўз-кўз қилган келинчақнинг юзини қайтадан очиб кулгили эмасми?..

Бир пайтлари никоҳ тўйларида келинчақлар оқ ҳарир ёпинчқ тагида бошини эгиб

ўтиришарди, юзи кўринмасди. Тўй ўтгач, “Юз очар” қилиб, куёв тарафдагилар билан чиройли танишув маросими ўтказиларди. Бугунги кунда алоҳида маросим қилиб келинчақнинг юзини очишга ҳожат ҳам қолмааяпти.

Ёш қизларга инсоний фазилатлар, ҳаё, ибo, шарму шаънини ўргатиши керак бўлган оналарнинг ўзлари мантисиз “орзу-ҳавас”лар оввораси бўлиб юришибди. Бундай оналарнинг қизларидан яна нималарни кутиш мумкин?..

Кишининг энг ожиз томони – унинг иродасизлиги бўлса керак. Халқ орасида тўй қилиш баҳонасида тобора авж олаётган иллатларни кўпчилигимиз қоралаймизу, аммо ўзимиз ҳам бошқалар қатори шу одатларни давом эттирамиз. “Ҳамма шундай қиялпти”, “Болам ўқиб қолмасин”, деган иддаолардан қочибни ўрганган кунимиз ярми йўқ кўйлак кийиш, дўсту бегона олдида сузилиб суратга тушиш, ҳали ўзи салом бериб улгурмаган қайнонасига торт едириш, отаси-ю қайнотасидан ҳаё қилмай, куёви билан қўлтиқлашиб рақсга тушишга ўхшаган қилиқлардан ёшларимизни ҳам халос қилармидик?..

Умида АЗИЗ



**Бугун дунё миқёсида кўпчилик хотин-қизлар ортиқча вазндан азият чекмоқда. Хўш, бундай муамманинг келиб чиқишига сабаб нимада? Чиройли қадди-қомат эгаси бўлиш учун аёллар нималарга эътибор бериши керак?**

### “ОЙИСИ, КЕНГРОҚ КИЙИМ КИЙИНГ...”

– Ҳар бир аёл табиатан чиройли қадди-қоматга эга бўлади. Аммо уни асраб қолиш ҳар кимнинг ҳам қўлидан келмас экан, – дейди Наргиза исмли аёл. – Кундан-кунга тўлишиб кетялман. Айниқса, қорнимни катталашиб бораётгани кайфиятимни туширяпти. Танадаги ортиқча ёғлардан қутулиш учун спорт билан ҳам шуғулландим. Аммо баъзида вақт, баъзан эса маблаг тополмай қоларкансиз. Турмуш ўртоғим: “Ойиси, кенгроқ кийим кийинг, бу кўйлақлар сизга ярашмай қолибди”, деса ўзимни жуда ноқулай ҳис этаман. Умр йўлдошимиздан бундай сўзларни эшитиш оғир экан.

### ЖАРРОҲЛИК ОПЕРАЦИЯСИ ТЎҒРИ БАЖАРИЛМАСА

Сулаймон ЖУРАЕВ, гастроэнтеролог:

– Аёлларнинг вазни ортиши жараёнида қорин соҳасининг ёғ босиши ҳолати кўпроқ кузатилади. Бу қорин олди деворида тўш суягидан то чаноқ суягигача борадиган иккита катта мускулнинг тонуси (таранглик) пасайишига боғлиқ. Шунингдек, ичакларнинг ортиқча ёғ йиғиши, қабзият ҳам қорин катталашувига олиб келади. Бу муаммони бартараф этиш учун гимнастика, жисмоний ҳаракат

# АЁЛЛАРНИНГ МУАММОСИ НИМАДА?

билан шуғулланиш, қабзиятнинг олдини олиш зарур. Кўпчилик аёллар танадаги ортиқча ёғлардан қутулиш учун пластик операцияга мурожаат қилишади. Жарроҳлик операцияси тўғри бажарилса-ку, зарари йўқ. Борди-ю, ёғ миқдори меъёрдан кўпроқ олиб ташланса, аёл саломатлигига зарар келтириши мумкин.

### ГОРМОНЛАР СЕМИЗЛИККА ОЛИБ КЕЛМАЙДИ

Нилуфар РАҲМОНОВА, акушер гинеколог:

– Кўпчилик аёллар турли гормонлар қабул қилганидан кейин семирганини айтишади. Гормон иштаҳани очиши мумкин, семизликка олиб келмайди. Гормон ичган пайтда иштаҳани бошқариш керак. Ҳомиладорликдан сўнг ҳам онанинг қорин қисмида ортиқча ёғлар йиғилиб қолиши табиий. Туғуруқдан сўнг қоринни мато билан сиқиб боғлаш ёки турли бандажлардан фойдаланиш унчалик яхши натижа бермайди. Олти ойдан сўнггина аёл бадан тарбия билан шуғулланиб, қориндаги ортиқча ёғ миқдорини йўқотишга ҳаракат қилиши керак. Унгача аёл организмда табиий равишда бачадон қисқариши жараёни содир бўлади.

Ортиқча вазн йиғиш натижасида юрак-қон томирлари, қандли диабет касаллигини ортириб олиш мумкин.

### ҲАММАСИ ИРОДАМИЗГА БОГЛИҚ

Феруза ЯРМУҲАМЕДОВА, аёллар фитнес мураббийи:

– Асли касбим мусиқа ўқитувчиси.

Турмушга чиққанымдан сўнг семириб кетдим. Бўйим 155 сантиметр. Вазним 70 килограммга етгач, хавотирга тушиб қолдим. Икки йил спорт залига қатнаб, фитнес билан шуғулланиб, 20 килограммга оздим. Шундан кейин спорт менинг кундалик яшаш тарзимга айланди. Қайта тайёрлов курсида ўқиб, касбимни ўзгартирдим, ҳозир фитнес залида мураббийлик қилияман. Спорт залига келган аёлларнинг аксарияти ортиқча вазндан шикоят қилади. Бу муаммо бугунги кунда нафақат аёллар балки

Турмушга чиққанымдан сўнг семириб кетдим. Бўйим 155 сантиметр. Вазним 70 килограммга етгач, хавотирга тушиб қолдим. Икки йил спорт залига қатнаб, фитнес билан шуғулланиб, 20 килограммга оздим. Шундан кейин спорт менинг кундалик яшаш тарзимга айланди. Қайта тайёрлов курсида ўқиб, касбимни ўзгартирдим, ҳозир фитнес залида мураббийлик қилияман. Спорт залига келган аёлларнинг аксарияти ортиқча вазндан шикоят қилади. Бу муаммо бугунги кунда нафақат аёллар балки



Айрим аёллар эртаю кеч тиним билмайман, шунда ҳам семириб кетялман, дейишади. Қадди-қоматни чиройли ушлаб туриш учун кундалик ҳаётимиздаги ҳаракат камлик қилади. Шунингдек, ортиқча вазндан халос бўлишда тўғри овқатланиш жуда муҳим. Ҳомиладорликдан сақланиш учун қабул қилинаётган гормонларни организмдан чиқариб юборишда ҳам спорт билан шуғулланиш керак. Бунинг учун эрталаб туриб 20 дақиқа олдинга, яна 20 дақиқа орқага тез-тез одимлаб юрилади. Кунига арқонда 300 марта сакраш ҳам фойда беради. Фақат бу машқни бажаришдан аввал шифокор билан маслаҳатлашиб олиш зарур. Ётган ҳолатда оёқларни бирлаштириб, 45 градусга кўтариб, бошни қўллар билан ушлаб оёқларга қараб тортилиш машқи ҳам жуда фойдали. Машқларни ҳар куни секин-аста кўпайтириб бориш керак.

Аёл киши соғлом, чиройли бўлса ёшаради. Ҳаёти ҳам яхши томонга ўзгаради. Аёлларимиз ортиқча вазндан халос бўлиш учун спорт залларига боришлари шарт эмас. Ҳамма нарс янгина иродасига боғлиқ. Ўзи учун эрталаб ва кечкурун ярим соат вақт ажратса, кифоя. Соат олтидан кейин фақат мевалар ҳамда сут-қатиқ маҳсулотлари истеъмол қилинса, янаям яхши. Овқатлангандан сўнг 1-2 соатдан кейин ухлаш керак. Соат 18 дан кейин организм чарчаб, уйқуга тайёрларлик кўради. Одам уйқуда кўпроқ озади. Чунки ухлаётган вақтда мия дам олиб, фақат ошқозон ишлайди. Ортиқча овқат қолмаса ошқозон ўз вазифасини бажариш учун захирадаги ёғларни эритишга мажбур бўлади.

Бугун хотин-қизларнинг ҳам маънави, ҳам жисмонан соғлом бўлишлари учун юртимизда барча имкониятлар етарли. Дангасалик, эринчоклик, лоқайдлик кайфиятидан воз кечас бад, ҳаммаси яхши тарафга ўзгаради.

### МАСЛАҲАТ

**Савол:** Ёшим 35 да. Уч нафар фарзандим бор. Кейинги пайтларда тез-тез қорнимда газ йиғиладиган бўлиб қолди. Қорним тўқ бўлса ҳам, оч бўлса ҳам дам бўлиб, баъзида жуда қийналиб кетаман. Турли хил овқат ҳазм қилувчи дориларни ичиб кўрдим. Вақтинчалик фойда беради, дори ичишни тўхтатганимдан сўнг яна газ йиғилиши давом этаверади. Қоринда дам йиғилишининг сабаби нимада?

– Қоринда дам йиғилиши, энг аввало ошқозон ҳазм қилиш тизими яхши ишламаслигидан келиб чиқади. Спиртли ичимликлар ичиш, ёғли, қовурилган таомларни кўп истеъмол қилиш натижасида ошқозон ости бези яхши ишламайди. Ундан ташқари қандли диабет касаллигига чалинган ёки ўт қопида тоши бор беморларда ҳам қоринда газ йиғилиш ҳолати кузатилади. Ошқозон ости бези ферментлар, ўт йўлларидаги ўт пигментлари ва ўт кислотасининг етарли даражада организмга тушмаслиги натижасида қоринда дам йиғилади. Ичак деворларида сурункали энтероколит касаллигиде ҳам овқат ҳазми яхши бўлмаслиги натижасида ҳаво, дам пайдо бўлади.

Қорин дам бўлишининг олдини олиш учун овқатланиш тартибига риоя қилиш керак. Ухлашдан олдин кучли овқатларни емаслик, пала-партиш овқатланмаслик зарур. Ичақда доимий газ йиғилиши натижасида витамин ҳамда минерал, ундан ташқари оқсил

## Қоринда йиғилса дам...

етишмаслиги ҳам пайдо бўлади. Натижада вазн камаёди, ҳолсизлик, қувватсизлик кузатилади. Организмда овқат яхши ҳазм бўлиши, ичак микроф-

қунига беш-олти марта катнаганидан ҳолсизликдан қолади. Бу касалликни тўзатса бўладими?

– Албатта, ўғлингизни бу касалликдан халос этиш мумкин. Бунинг учун доимий равишда шахсий гигиена қоидаларига амал қилишга тўғри келади. Ўткир юқумли касалликлар мавсумий бўлиб, асосан ёз фаслида авж олади. Яъни, кўча-кўйда касалланган беморлар билан қўл бериб сўрашиш, сув ҳавзаларида чўмилиб, кир сувни ютиш натижасида организмга касаллик кўзгатувчи бактериялар кириб, ичақда касаллик кўзгатувчи натижасида болада ич кетиш ҳолати кузатилади. Чўмилиш ҳавзалари



лорасини яхшилаш учун шифокор билан маслаҳатлашиб, дори-дармонлар ичиб юриш тавсия этилади.

### ИЧ КЕТИШНИНГ ДАВОСИ

**Савол:** Ёз ойларида уч яшар ўғлимда ич кетиш ҳолати бошланди. Шифокор билан маслаҳатлашиб, керакли дори-дармонларни ичирмаман. Дори беришни тўхтатишим билан яна касаллик авж олади. Дастлаб икки-уч кун ичи келиши қийинлашади, сўнг тўхтатиб бўлмайди. Баъзида

тез-тез хлорли модда билан зараризанлантириб турилиши зарур. Кун қизиган пайти одамда сув ичишга эҳтиёж кучаяди. Кўп суяқлик ичилганидан кейин, ичак деворидаги микроблар тирилиб, фаоллашади. Натижада инфекция ичак деворларини зарарлантиради. Организмга микроб ўрнашиш олгандан кейин ич кетиш, қусиш кузатилади, лоҳаслик, қоринда кучли оғриқ пайдо бўлади. Ич кетиш касаллиги уч хил бўлиб, ошқозон шаклида бемор қусади. Ошқозон-ичак шаклида ҳам қусиб, ҳам ичи кетади.

Ичак циклининг бузилишида беморда тўхтовсиз, шариллаб ич кетиш ҳолати кузатилади.

Ич кетишнинг олдини олиш учун меваларни ювиб ейиш, қўлни ҳар доим совунлаб ювиб юриш, чўмилиш ҳавзаларида иложи борича сув ютмаслик, бир марталик қўл сочиқлардан фойдаланиш тавсия этилади. Ичи кетаётган ва қусаётган беморга уй шароитида биринчи ёрдам кўрсатилади. Регидрон суяқлигини бир қадокчасини бир литр сувга солиб, беморга тез-тез ичириш зарур. Гуруч қайнатиб, озгина туз солиб, сувини ичириш ҳам яхши фойда беради. Халқ табибатида анор пўстлоғи ёки янтоқни қайнатиб, сувини ичириш тавсия этилади. Буларнинг барчаси шифокор этиб келгунича биринчи ёрдам мақсадида қилинади. Ич кетишнинг кучли формасини уй шароитида шифокор кўригисиз даволаб, тўхтатиб бўлмайди. Агар касалликнинг олди олинмаса салмонеллез, дизентерия кўзгатувчилари асоратли оқибатларга олиб келади. Яъни, ичақда яра пайдо бўлиши, ичак деворларининг емирилиши, қон кетиш, ҳатто ичак тешилишигача олиб бориши мумкин.

**Саволларга тиббиёт фанлари номзоди УМИД МУРОДОВ ҳам бери.**

Саҳифани Нигора РАҲМОНОВА тайёрлади.

## БИЗДА ВА УЛАРДА

Халқимизнинг меҳмондўстлиги, болажонлиги, ота-боболаримиздан мерос бўлиб келаётган оилавий анъаналаримиз ҳақида бугун дунёнинг кўплаб мамлакатларида яхши билишади. Ортимизга келаётган сайёҳларни ҳам энг аввало турмуш тарзимиз, қадрият ва анъаналаримиз қизиқтириши табиий.

“Ўзбекистон – серкўёш мамлакат. Бу ерда дунёдаги энг ширин ва лаззатли қовунлар ҳидидан баҳраманд бўласиз! Қадимий шаҳарлар, бетакрор анъаналарга бой бу мамлакат – меҳнатқаш, оchiқкўнгил, меҳмондўст, оилапарвар, саҳий одамлар юрти”, деб ёзган эди мамлакатимизга келган сайёҳлардан бири.

Дунёнинг бошқа халқларида оилага ва меҳмонларга муносабат қандай? Қуйида шу саволга жавоб топишга ҳаракат қилдик.

ОТА-ОНАГА ҲУРМАТ  
ИФОДАСИ

**1 Туркия:** Бу мамлакат халқи худди биз ўзбеклар сингари гоётда меҳмондўст. Уйига келган одамни, “Хуш келдингиз” дея илик қутиб олишади. Бундай пайтда меҳмон: “Хуш бўлдик” дея самимий жавоб қайтариши лозим. Бу мамлакат хонадонларида меҳмон бўлган европаликлар: “Барча Осие мамлакатлари оилаларига хос бўлган одат Туркияда ҳам мавжуд, уйга кирарётган одам, оёқ кийимларини эшик олдида ечиб қолдиради. Уйнинг ичида махсус шиппакларда юриш мумкин”, деб ёзишади.

Турк оилаларига ташриф буюрган меҳмон албатта, туркча қаҳва билан сийланади. Тушки ёки кечки овқатдан сўнг уй бекасини, яъни таом тайёрлаган инсонни: “Қўлингиз дард кўрмасин” деб мақташ одат тусига айланган. Турк халқи меҳмонни жуда эъзозлайди. Шунинг учун халқ орасида: “Эшик ортидаги бегона ҳам Худонинг юборган меҳмони”, каби иборалар кўп тарқалган. Турклар оилани ва қариндошларни ҳамма нарсадан устун қўйишади. Хонадон катталари – ота-она ва ақанинг мавқеи жуда баланд. Уларга ҳурматларини кўрсатиш учун қўлларини ўпишади.

ВАҚТНИ ҚАДРЛАБ,  
ҲАШАМАТНИ  
СУЙМАЙДИГАН ХАЛҚ

**2 Германия:** Бу мамлакатда кимдир сизни овқатланишга ёки қаҳва ичишга таклиф қилса, асло рад этмаганингиз макул. Улар буни қўполлик сифатида қабул қиладилар. Йигилишларга,

## ДУНЁ ХАЛҚЛАРИ ОИЛАЛАРИДА

меҳмоннавозлик ва қариндошлик ришталари қандай?



учрашувларга кечки-киби бориш немисларнинг одоб-ахлоқ меъёрларини бузиш билан тенг. Чунки улар соатдек аниқ ҳаракатланишади. Вақтни жуда ҳам қадрлашади. Шу боис ишхоналарда ишчиларнинг кечки-киш ҳолатлари деярли кузатилмайди. Меҳмонга бораётганда кичикроқ совға танлаш керак. Улар ҳашамат, қиммат ва катта совғаларни унчалик хуш кўришмайди.

У ердан қаҳва ичмай кетишингиз қийин. Бу мамлакатда жуда кўп қаҳва ичишади, ҳаттоки, кунига 6 чашкадан ичиш ҳолатлари ҳам кўп кузатилади. Қаҳва ичиб узок ва мароқли суҳбат қуришни ёқтиришади.

ДАМ ОЛИШ КУНИ  
ОТАСИ ҚАРАСИН

**3 Ирландия:** Бу мамлакатда ҳам оилани муқаддас деб билишади. Фарзандларни эса катта эҳтиром билан эъзозлашади. Кўчада бегона кичкинтойларни кўриб қолишса, уларга меҳрли нигоҳ ташлаб, худди катта одамлардек самимий суҳбат қуришади. Уй бекалари фарзандлари билан кўпроқ вақт

ўтказишлари лозим. Шанба ва яшанба кунлари бу вазифа оталарга юклатилади. Ҳафта охирида кинога, паркка ва кичик саёҳатларга чиқишлари мумкин. Бу халқда ака-ука, опа-сингиллар орасидаги муносабатлар жуда мустаҳкам. Бир-бирларидан узокда яшашни хуш кўришмайди. Худди бизнинг ўзбеклар сингари ака-укаларнинг уйлари ёнма-ён, қўшни бўлиб яшаш ҳолатлари кўп учрайди. Уларнинг фарзандлари эса қалин дўстлардек бирга воёга етишади.

БИР БОЛАГА  
БИР ҚИШЛОҚ  
МАСЪУЛ

## 4 Жанубий

**Африка:** Африка халқида қариндошларга бўлган муносабат жуда мустаҳкам бўлиб, халқ тилида “холавачча”, “амакивачча”, “тоғавачча” каби сўзлар мавжуд бўлса ҳам умуман ишлатилмас экан. Буларнинг ўрнига “ака-ука”, “опа-сингил” сўзларидан фойдаланишади. Африкаликлар оилага буюк неъмат си-

фатида қарашади. Буви ва бувалар фарзандлари, неваралари билан бирга яшаб, болаларга гамхўрлик қилишади, тарбиялашади. Уйкуга ётишдан олдин кичкинтойларга бир-биридан қизиқ эртак ва ҳикоялар айтиб беришади.

Бу мамлакатда фарзанд тарбиясига алоҳида эътибор берилади. Халқ тилининг ўзига хос жиҳатларидан бири шундаки, уларнинг луғатида “бегона” сўзи мавжуд эмас. Халқимиз: “Бир болага етти қўшни ота-она” ёки “Боланинг бегонаси бўлмайди”, деган ақидага амал қилганидек, африкаликлар: “Бир болага бутун қишлоқ тарбиячи” дейишади. Боланинг ўсиб, воёга етиши, касб-хунар эгаллашида нафақат ота-ониси, балки қишлоқ аҳли ўзини масъул деб билади.

## ОВҚАТНИ ЧАПИЛЛАТИБ ЕНГ

**5 Хитой:** Бу мамлакатда меҳмонга борсангиз, албатта, миллий таомлари билан сийлайдилар. Овқатланиш пайтида таомни чапиллатиб, овоз чиқариб ейишингиз керак. Бу ошпазга ҳурматингизни, яъни таом сизга манзур бўлаётганининг белгиси ҳисобланар экан.

Хитой оиласида тўнғич фарзанднинг роли ниҳоятда катта. Улар ука-сингиллари томонидан етарлича ҳурмат қилинади. Буви ва бувалари билан бирга яшайдиган оилалар жуда кўп. Отаналари ишда бўлганида, болаларнинг тарбияси уларнинг зиммасида. Улар вафот этганида эса суратлари олдига шамлар ёқиб, турли таомлар, тириклик чоғида яхши кўрган буюмлари қўйилиб, ҳурмат ва эҳтиром кўрсатилади.

Робия НУРАЛИЕВА  
тайёрлади.

## ДУНЁДАГИ ЭНГ КЕКСА ОИЛАНИНГ УЗОҚ УМР КЎРИШ СИРИ

Шимолӣ ирландиялик 13 нафар ака-ука ва опа-сингиллар ўз соғлиги ва узок умр кўриш сирлари билан ўртоқлашди. Уларнинг умумий ёши 1073 йилга тенг, деб ёзмоқда Daily Mail газетаси.

Донелли оиласи Гиннеснинг рекордлар китобига жорий йилда киритилди. Ака-укаларнинг энг каттаси 93 ёшда бўлса, энг кичиги – 72 га кирди.

Уларнинг сўзларига кўра, оталаридан уйқудан олдин “иссиқ ниманидир” истеъмол қилиш одати ўтган.

“Кечки соат 22:00лар атрофида сули ёрмаси тановул қиламиз, эрталабчи



соат 7 даги нонуштада ҳам сули, сут ва бироз олма шинниси тамадди қиламиз”, – дейди ака-укаларнинг кичиги ЖО.

Нашрнинг таъкидлашича, сули бўтқаси қон босими, холестерин даражасини пасайтиради, юракни ҳимоя қилади ҳамда қандли диабетнинг олдини олади.

Донелли оиласи аъзоларининг сўзларига кўра, улар бутун ҳаёти давомида фақатгина табиий маҳсулотлар – ўз боғларида етиштирилган мева ва сабзавотлар, уй тухумларини истеъмол қилганлар. Оилада нонни ҳам ўзлари ёпишган, спиртли ичимликни эса четлаб ўтишган.

## Оила ва жамият

Иجتимой-  
сиёсий,  
маънавий-  
маърифий  
газета

Обуна индекси – 176

## МУАССИСЛАР:

Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси,  
“Болалар ва оилаларни қўллаб-қувватлаш” ассоциацияси  
(Болалар жамғармаси) ва  
“Соғлом авлод учун” халқаро  
хайрия фонди

Бош муҳаррир: Воҳид Луқмонов

## МАНЗИЛИМИЗ:

Тошкент – 100000.  
Амир Темуру кўчаси  
1-тор кўча, 2-уй.

Қабулхона: (факс) 233-28-20,  
Котибият: 233-04-35, 234-76-08

E-mail: oilavajamiat@mail.ru

Web-site: oila-va-jamiat.uz

Газета 2007 йил 11 январда Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 0169 рақами билан рўйхатга олинган. Буюртма Г – 826. Формати А-3, ҳажми 2 табоқ. Адади – 5021. Ваҳоси келишилган нарҳда.

Босишга топшириш вақти – 15:00 Топширилди – 15:00

Навбатчи: У. Адилова  
Мусаҳҳиж: С. Сайдалимов  
Саҳифаловчи: А. Маликов

ISSN 2010-7609



Газета таҳририят компьютер марказида 9 772 010 760 007  
терилди ва саҳифаланди. 1 2 3 4 5