

БУТЎН ДЎНЕ ПРОЛЕТАРЛАРИ, БИРЛАШИНГИЗ!

ТОШКЕНТ ХАКИКАТИ

ЎЗБЕКИСТОН КОММУНИСТИК ПАРТИЯСИ ТОШКЕНТ ОБЛАСТЬ КОМИТЕТИ ВА
МЕХНАТКАШЛАР ДЕПУТАТЛАРИ ТОШКЕНТ ОБЛАСТЬ СОВЕТНИНГ ОРГАНИ

20-ЙИЛ
ЧИКИШИ
№ 28 (4744).
8
ФЕВРАЛЬ
ПАЙШАНБА
1973 ЙИЛ
Баҳоси 2 тийин.

АНГРЕН- МУСОБАҚА ҒОЛИБИ

Ўзбекистон Компартияси Тошкент об-
ласт комиссияси ва об-
ласт касса соҳаблари Совети
Тошкент об-
ласт шаҳар райони ва
Тошкент шаҳар райони са-
ноат корхоналари, қурилиш
ташкилотлари коллективлари-
нинг 1972 йилининг ўрта-
қавралидаги социалистик му-
носабатлари асосидаги мусо-
бақаси якуни қўйиб чиқ-
ди.

Ўзбекистон Компартияси Тошкент об-
ласт комиссияси ва об-
ласт касса соҳаблари Совети
Тошкент об-
ласт шаҳар райони ва
Тошкент шаҳар райони са-
ноат корхоналари, қурилиш
ташкилотлари коллективлари-
нинг 1972 йилининг ўрта-
қавралидаги социалистик му-
носабатлари асосидаги мусо-
бақаси якуни қўйиб чиқ-
ди.

Планни 100,3 процент, меҳнат
унумдорлиги планни 100,2 про-
цент бажардилар. Товар маҳсу-
лоти таннани камайтириш
эвазига 525 минг сумлик тежа-
м олдилар, асосий фондларни иш-
га тушириш планни 138,5 про-
цент, шу жумладан ишлаб чи-
қариш фондларини фойдала-
нишга топшириш планни
197,5 процент бажардилар.

ИЛҒОР ТЎҚИМАЧИЛАРНИНГ ВАТАНПАРВАРЛИК ТАШАББУСИ КЕНГ ҚАНОТ ЁЙСИН!



Л. КАЗАНЦЕВА

Е. ГУБИНА

А. АБДУРАХМОНОВА

Б. СТАДНИЧЕНКО

А. ТҲТАСИНОВ

А. УМАРОВ

ЎЗБЕКИСТОН КОМПАТИЯСИ МАРКАЗИЙ КОМИТЕТИДА

ТОШКЕНТ ТЎҚИМАЧИЛИК, МАРҒИЛОН ИПАК КОМБИНАТЛАРИ ВА „АТЛАС“ ФИРМАСИ ИШЛАБ ЧИҚАРИШ ИЛҒОРЛАРИНИНГ РЕСПУБЛИКА МЕХНАТКАШЛАРИГА МАКТУБИ ТЎҒРИСИДА

Ўзбекистон Компартияси Марказий Комитети шун-
дай қиладики, Тошкент тўқимачилик комбинатининг тў-
қувчиларида Л. П. Казанцева, Е. А. Губина, В. В. Куй-
бишев, номли Марғилон ипак комбинатининг тўқувчи-
ларида А. Абдурахмонова, Б. М. Стадниченко, А. Тўх-
тасинов, Марғилондаги „Атлас“ фирмасининг тўқувчи-
ларида А. Умаров юксак меҳнати билан олинган, газлама иш-
лаб чиқариш кўпайтириш ва унинг сифатини яхшилаш
резервларини доимо кидириб томодалар. Улар тўқу-
вчи беш йилликнинг дастлабки кунларидан бошлаб тў-
қув станокларини ишлатишнинг кенг замонига ўтдилар,
бу эса меҳнат унумдорлигини анча ошириш ва ҳар кун
пайдан ташқари маҳсулот бериш имконини яратди. Беш
йилликнинг иккинчи йили жойида улар пайдан ташқари

бир миллион метрдан кўпроқ ип газлама ишлаб чиқар-
дилар. Республика халқ ҳўжалигида Казанцева билан Гу-
бинанинг ўн минглаб ишлари меҳнат қилмоқдалар.
Бундай тўқувчиларга эришлалтириш уларнинг юк-
сак оқиллигини, меҳнатга коммунистик муносабатда бу-
лаётганлигини яққол кўрсатади, ишчилар синфининг жу-
да катта ижодий, буюндорлик кучидан далолат беради.
КПСС Марказий Комитетининг декабрь пленумида
ҳамда СССР ташқи айланишнинг 50 йиллигига ба-
ғишланган тантанали мажлисида КПСС Марказий Ко-
митетининг Бosh секретари ўртоқ Л. И. Брежнев нутқ-
ларида Ватанимиз экономикаси ва маданиятини муваффақият-
ли ривожлантириш учун курашда ишчилар синфи, кол-
хозчи деҳқонлар ва меҳнаткаш интизорларнинг куч-гайрат-

лари берилган юксак баҳодан илҳомланган Казанцева,
Губина, Абдурахмонова, Стадниченко, Тўхтасинов ва
Умаров ўртоқлар беш йилликнинг қолган вақтига янги
оширилган мажбуриятлар олдилар ва республиканинг
барча меҳнаткашларига мурожаат қилиб, тўқувчининг беш
йиллик топшириқларини барвақт бажариш учун мусобақа
байроғини янада баландроқ кўтаришга чақирдилар.
Ўзбекистон Компартияси Марказий Комитети Л. П.
Казанцева, Е. А. Губина, А. Абдурахмонова, Б. М. Стад-
ниченко, А. Тўхтасинов ва А. Умаровнинг республика
барча меҳнаткашларига элган мақтубларини маъқуллади.
Ўзбекистон Компартияси Марказий Комитети об-
ласт, шаҳар, район партия комитетлари, Ўзбекистон касса
Союзлари республика совети, Ўзбекистон комсомол
Марказий Комитети, Ўзбекистон ССРнинг министрлик-

лари ва идораларига республика илғор тўқувчиларининг
қимматли ташаббусини кенг ёйиш вазифасини топширди.
Барча бошланғич партия ташкилотлари, коллектив-
ларда мақтубни муҳофизат қилишни ташкил этиш, уни
ҳар бир меҳнаткашга маълум қилиш, тўқувчининг беш
йиллик топшириқларини барвақт бажариш учун, ҳар бир
ишчи, бригада, участка, цех давлат планларини бажариш
учун коммунистик мусобақани янада кенг ёйиш лозим.
Республика газеталарининг редакциялари, Ўзбекистон
ССР Министрлар Советининг теледидео ва радио эшит-
тириш давлат комитетига тўқувчининг беш йиллик топ-
шириқларини бажаришда юксак кўрсаткичларга эришган
ишлаб чиқариш илғорларининг иш тажрибаларини мунта-
зам равишда ёритиб бориш топширилди.

СОЦИАЛИСТИК ВАТАНИМИЗНИНГ ШОН-ШАРАФИ УЧУН!

Азиз ўртоқлар!

Беш йилликнинг учинчи, ҳал қилувчи йили ўтмоқда. У бизга
янгидан улуғвор вазифалар йили
булиб келди, юксаклик йили
коммунистик партияда чакирлига
бўлиб келди, умумхалқ
социалистик мусобақаси ёр-
лиги билан паровон бўлди.
КПСС Марказий Комитетининг
декабрь пленумида ҳамда
СССРнинг 50 йиллигига бағиш-
ланган тантанали мажлисида
Леонид Ильич Брежневнинг
сўзлаган нутқлари ҳар бири-
мизнинг дилимизга маҳкам ю-
бди. Экономикамиз ва мада-
ниятимизни муваффақиятли ри-
вожлантириш учун курашда иш-
чилар синфи, колхозчи деҳ-
қонлар ва меҳнаткаш инти-
зорларнинг куч-гайратлари ўртоқ
Л. И. Брежнев берган юксак
баҳо билан тўқилганлиги ва
намоёнлиги.

БЕШ ЙИЛЛИК ТОПШИРИҚЛАРИНИ БАРВАҚТ БАЖАРИШ УЧУН БУТУНИТТИФОҚ СОЦИАЛИСТИК МУСОБАҚАСИ ТОБОРА АВЖ ОЛАВЕРСИН

муваффақиятли бажарилганли-
ги тўғрисидаги хабарни фахрла-
ниб кутиб олдик.
Совет халқининг сўнги йил-
лардаги ҳаётига, ишларига
фиқридан назар ташлар эканмиз,
халқ ташаббуси булоқлари нақа-
дар битмас тугалмас эканлиги-
га ёрлиқ, коммунистик кела-
жаки яратган халқимиз нақа-
дар зўр куч-гайратга тўлиб
тошганига қайта-қайта қат-
тич ишонч ҳосил қилмоқдамиз.
Юбилей йилининг меҳнат маж-
буриятлари бажарилганлиги
тўғрисида мамлакатнинг ҳамма
чеккаларидан хуш хабарлар ке-
лди турди. Бу эса, Леонид
Ильич Брежневнинг образли
ифодаси билан айтганда, улкан
жаңг майдонларидан галаба тў-
ғрисида берилган оператив ах-
боротларни ёсатади.

Дарҳақиқат, бизнинг ҳаёти-
миз, меҳнатимиз — Ленин ва-
сиятларини амалга ошириш
учун, коммунизмнинг юксак
идеяларини амалга ошириш
учун курашдан иборатдир. Ҳо-
зир совет халқи партия XXIV
съездининг қарорларини зўр
гайрат билан амалга оширилди.
Биз тўқувчининг беш йиллик
мамлакатимиз тарихида улуғ-
вор босқич бўлиб қолади, шу
йиллар ичида коммунистик эко-
номикани янада юксалтириш,
халқ фаровонлигини ошириш
йўлида яна бир улкан қадам
қўйилди, деб ишонамиз.

Ҳозир ҳар биримиз ҳам сарф
қилиб кўпроқ яхши сифатли
маҳсулот беришимиз, деган шир-
оқ остида ишмоқдамиз. Бу ер-
да гап бизнинг ишга муносаба-
тимиз тўғрисида, маҳоратимиз
хақида, бизнинг техника билан,
илғор технология билан ишо-
ланишимиз, коммунистик тузум
бўлишимиз учун энг асосий, энг
муҳим нарсаси — меҳнат уну-
мдорлигини оширишнинг янги ре-
зервларини янада ва топабл-
шимиз ҳақида бораётганлиги
яқин бўлади.

Кўпроқ, яхшироқ, арзонроқ,
маҳсулот бериш замон тақозо-
сидир, ҳаёт талабидир. Бизда
ҳали ордада қолаётган участка-
лар, бригадалар, смелалар,
корхоналар ва хаттон соҳалар
борлиги сир эмас. Бундай ҳо-
лат тоқат қилиб бўлмайди, ишчи
визилони ва шайи бунга йўл
қўломайди. Леонид Ильич
Брежнев КПСС Марказий Ко-
митетининг декабрь Пленуми-
да айтгандек, ҳозир резервлар-
ни янада қўла реализация этиш,
қаттиқ иқтисодий тежаш, ҳўжа-
ларнинг моҳирона юритиш йўли-
дан бориш — энг жанговар вазифа-
лардан биридир.

Азиз дўстлар!
Биз, Тошкент билан Марғи-
лоннинг бир гуруҳа тўқувчи-
лари республиканинг барча меҳ-
наткашларига тўқувчининг беш
йиллик топшириқларини бар-
вақт бажариш учун мусобақа
байроғини янада баланд кўта-
ришга чақирди. Ўзбекистон
Компартияси Марказий Комитети
Л. П. Казанцева, Е. А. Губина, А. Абдурахмонова, Б. М. Стад-
ниченко, А. Тўхтасинов билан
А. Умаров эса 1973 йилининг
январидан бажарди. Л. Казанце-
ва беш йиллик планни 1973
йилининг майида, Е. Губина эса
декабрда бажарди.

Ҳар бир иш ўрнида, участка-
да, бригада, цех, корхона ре-
зервлар борлигида, ҳар бир
меҳнаткаш кечатида қараганда
бутун, буғунги қараганда орта-

„Коммунистик қурилиш“ —
деган эди Леонид Ильич Бреж-
нев, — чинакам меҳнат қас-
риларини, совет ҳаётимиз о-
рбанин муҳасамалантирувчи ки-
шиларни яратмоқда... Улар
минг-минларини, ўн мингларини,
миллаонларини ташкил этади.
Ўш ишлари билан Ватанимиз-
нинг шўхратини оширатган
меҳнат илғорлари бўлмаган
битта ҳам коллектив, битта ҳам
район, округ, об-
ласт, битта ҳам республика йўқ.
Бизнинг Ўзбекистонда ҳам
минг-минглаб меҳнат аҳли Ва-
тан учун, халқ фаровонлиги
учун куч-гайратини аямаяпти.
Биз ҳаммамиз беш йиллик даст-
лабки иккинчи йили топшириқлари

маҳсулот бериш замон тақозо-
сидир, ҳаёт талабидир. Бизда
ҳали ордада қолаётган участка-
лар, бригадалар, смелалар,
корхоналар ва хаттон соҳалар
борлиги сир эмас. Бундай ҳо-
лат тоқат қилиб бўлмайди, ишчи
визилони ва шайи бунга йўл
қўломайди. Леонид Ильич
Брежнев КПСС Марказий Ко-
митетининг декабрь Пленуми-
да айтгандек, ҳозир резервлар-
ни янада қўла реализация этиш,
қаттиқ иқтисодий тежаш, ҳўжа-
ларнинг моҳирона юритиш йўли-
дан бориш — энг жанговар вазифа-
лардан биридир.

Биз, Тошкент билан Марғи-
лоннинг бир гуруҳа тўқувчи-
лари республиканинг барча меҳ-
наткашларига тўқувчининг беш
йиллик топшириқларини бар-
вақт бажариш учун мусобақа
байроғини янада баланд кўта-
ришга чақирди. Ўзбекистон
Компартияси Марказий Комитети
Л. П. Казанцева, Е. А. Губина, А. Абдурахмонова, Б. М. Стад-
ниченко, А. Тўхтасинов билан
А. Умаров эса 1973 йилининг
январидан бажарди. Л. Казанце-
ва беш йиллик планни 1973
йилининг майида, Е. Губина эса
декабрда бажарди.

Ҳар бир иш ўрнида, участка-
да, бригада, цех, корхона ре-
зервлар борлигида, ҳар бир
меҳнаткаш кечатида қараганда
бутун, буғунги қараганда орта-

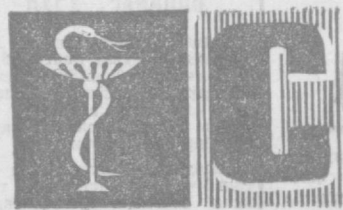
Ишчимизда бизга нималар ёр-
дам бермоқда? Даставвал биз
давлат топшириқларининг тақ-
дир учун, ўз коллективларимиз-
нинг иш учун шахсан го-
ятда маъсулиятни эканли-
гини биламиз. Ҳар биримиз
беш йилликнинг дастлабки кун-
ларидан бошлаб Бутуниттифоқ
социалистик мусобақасига қў-
шилди, ишлатган станоклари-
мизни кўпайтирдик. Бу нарсаси
меҳнат унумдорлигини анча
оширишга, ҳар кун пайдан
ташқари маҳсулот чиқаришга
имкон бериб. Илгарида
дарлар вуқудга келганда,
пу қунадики куч-гайратлари-
миздан беш йиллик фондига
биринчи қўшган ҳиссамиз қў-
лайди. Олтовлон иккинчи йил
байида пландан ташқари
миллион метрдан зиёд газлама
ва шойи тўқиб чиқардик. А.
Абдурахмонова шахсий беш
йиллик планни 1972 йилининг
ноябрда, Б. Стадниченко де-
кабрда, А. Тўхтасинов билан
А. Умаров эса 1973 йилининг
январидан бажарди. Л. Казанце-
ва беш йиллик планни 1973
йилининг майида, Е. Губина эса
декабрда бажарди.

Шу йилнинг бошида ҳар би-
римиз беш йилликнинг қолган
вақти учун янги, оширилган
мажбуриятларини олди. Шу
мажбуриятларнинг маъсали
пландан ташқари ишонч
қилиб кўпроқ юқори сифатли
маҳсулот беришдан иборатдир.
Биз ҳар йили бир нечтадан шог-
ирд олиб, уларни тўқувчи уста
қилиб чиқаришга қарор бердик.
Кечати шогирд уста бўлиб
етишганини, ҳаттон уста-
дан ўзиб кетганлигини кўриш
нақадар қувончли. Биз 1973
йил 22 апрель ағъанавий ком-
мунистик шанбалик кунини
тежаш хом ашё ҳисобидан иш-
лаймиз.

Партия ҳозирги вақтда энг
муҳим — ҳўжалик юритиш
интенсив методларига асосий
аҳамият бермоқда, деми-
да. Ўртоқлар, бу гап ҳар бири-
мизга тааллуқли бўлиб, ҳамма
ерда меҳнат унумдорлигини
ошириш ва фан-техника тара-
қитини жадаллаштириш учун,
ишлаб чиқаришнинг юксак са-
марадорлиги учун курашмоқда
чорлайди.
Партия мана шулар учун ку-
раш умумхалқ иши бўлиб қола-
ди, деб ишонади. Мана шу қат-
тиқ ишонч ҳар биримиз меҳ-
натимиз билан оқлайди. Тў-
қувчининг беш йиллик топшири-
қларини барвақт бажариш учун
умумхалқ коммунистик мусоба-
қаси тобора авж олаверсин!
Ватанимиз янада кўркам,
янада бой бўлиши учун ҳамма
ишчи қиламиз.

Л. КАЗАНЦЕВА, Е. ГУБИНА — Тошкент тўқимачи-
лик комбинатининг тўқувчилари, А. АБДУРАХМО-
НОВА, Б. СТАДНИЧЕНКО, А. ТҲТАСИНОВ — Марғи-
лон ипак комбинатининг тўқувчилари, А. УМАРОВ, —
„Атлас“ фирмасининг тўқувчиси.

зарб
ектия олд
р туриб
тидан ил
баржарил
бир не
й бинола
белгил
бошқарма
арказий Н
стлар С
ИСТМ М
е 1973 й
мусоба
ҳақида
янада з
и кирил
м ширли
лективни
инги тоб
омқда. Б
рус ва
ар, белор
ва чува
вакилла
меҳнат қ
дар си
асанинг,
амкорлик
тапи.
ТОНОВ.



АЛОМАТЛИК САСИДАСИ



ВРАЧ ҚАБУЛИДА

Поликлиника ва амбулаторияларимизда беморлар қабули эрта-лабдан бошланади. Унгача санитарналар ҳамма ёқин топ-тоза қилиб қўйилар. Бу табиий, албатта, Чунки, тоза ва пок жой беморнинг бахри-диплини оқайди, соғайиш жараёни бошланади.

Бунинг устига «Сиз бу хонага бординг ёки «Эртон, сиз эса мана бу хонага кирасиз, ҳўпми» дея ҳамшира ва рўқатчилар беморларга йўл-йўриқ кўрсатиб турадилар. Ахир, айниқадан-ку, яхши гап юракка малҳам деб!

Академик И. П. Павлов сўз сигналларнинг сигнал деб айтган экан. Бу гапда чуқур маъно бор. Айтганга ҳар бир сўз юшми олганга тез таъсир этади. Ваҳоланки, ёшунингнинг кўнгли жуда нозик бўлади. Битта ноҳўя ёки кўпол сўз билан, айниқса беморнинг дилини сиёҳ қилиб қўйсиз, ёхуд унга захмат келтирасиз.

Шундай! Ширинсуҳбатликка, ҳўшумулликка, яхши сўзга не етсин! Яхши муомала — бебаҳо фазилат, яхши сўз — жон озғич, сўйдирган ҳам тил, кўйдирган ҳам тил!

Бу ҳўсуда дошмандларимиз ҳам яхши гапларин айтишган. Ёнз бу доно фикрларга бутун иш жараёнида тўла амал қилишимиз даркор.

Мана шундай пўрқикмат гаплардан айримлари:

Беморга малҳамдек ҳаёт бағишла, Чорасиз қолганга нажот бағишла. Киши яхшилиги ишдан маълум. Яхши йил баҳўр кишидан маълум.

Ёки: Не керагинг бор эса бунёд қил, Яхшиси, инсон дилин обод қил. Фариддин Атторнинг мана бу ҳикматли сўзларига эътибор қилинг-а!

Истасанг дарддан дилинг озодлигини, Ўйла ўзгалар дилин ободлигини. Кўйидаги мисралар ҳам унинг қаламига мансўб:

Доммо бўлгўн десанг, соғу-омон, Яхшилик кўрсин сендан бутун жаҳон.

Кўрсангизми, ўзаро самимийлик, ўзаро ҳўрмат, салом ва алин, ҳол ва аҳвол сўрашишлик сўҳбатини фойзли қилади.

Врач М. Тошмаков, хирург М. Иzzатов, акушер-гинеколог М. Яхёева, терапевт И. Пашки каби мохир шифокорларимиз қабулдан ҳамма ҳўрсанд.

Маълумки, соғайиш учун ишонч, умид ҳўсил эва бўлиш 50 процент даволашни демалади. Абу Али ибн Синодан бошлаб то ҳозирги кўнгача, совет ва жаҳон прогресс-

сив шифокорлари беморин да-волашда доридармондан кўра ширин сўзининг давоий афзали деб биладилар. Бу ҳикматда бир олам маъно бор, албатта. Агар шифокор ўз билимига яна «давоий афзалини» жўфт этса, бундан ўзи ҳам, бемор ҳам мамун бўлади.

Биринчи текширувлар натижаси-да чиқарилган якуни кўпинча ҳам, яхши ҳали яхши пишмаган бўлиш мўмкин. Шунинг учун беморнинг руҳини таҳликага солиб диа-гнозларини шўшиб-пишиб айтиб қўйиш ярамайди. Масалан, район поликлиникасининг врач И. Мўҳа-медова беморларга диагноз қўйишда хатоларга йўл қўйди. Бу эса беморларнинг руҳига ёмон таъсир қилмай қолмади.

Врач оғир беморин ўз аҳволига солиб қўймайди. Уйдаги, касалхонадаги, бориб хабар олади. Унинг омон-эсон соғайиб кетганига меҳ-рибон қалбини сафарбар қилади. Ана шу врач ҳалқ олдига чин ҳўрматга сазовор бўлади.

Шу мулоҳазалардан баъзи шифокорларимиз тегшлии ҳўлса чиқариб оладилар, деб умид қиламиз.

Т. БУЙСБОВ, Урта Чирчиқ районидagi марказий касалхонанинг бош врач.



ТОШКЕНТДАГИ 2-темир йўл клиник касалхонаси шифокорлари хизматидан аҳоли мамнун. Бу ерда даволашнинг турли илгор усулларидан кенг фойдаланилмоқда. Бунда бош врач Моҳир ака Комилловнинг хизмати каттадир. Суратда: бош врач М. Комиллов.

А. Тўраев фотолари.

ШИФОКОР МУЛОҲАЗАЛАРИ

БЕМОРНИНГ СОҒАЙИШИ ЎЗИГА БОҒЛИҚ

Палатадан ҳўмўш, паршон, чиқдим. Доридармон ва парвариларга қараганда бемор аллақачон соғайиб кетган бўлиши керак эди. Миннатдорчилик ўрнига бемор, аксинча табиий ҳодимлардан, хилла рози эмасди. Ҳамширанинг уқоли оғиртар эмиш. Рентгенда оғрини кўрмай, ўпка ва юракни текширишди. Бунинг устига палатадаги касаллар музика тингловлар ёки аския қилиб қирч-қирч қўйишармиш...

Ҳаёл билан келатуриб кўзим коридорда маъсўна тўсгай жуғонга тушди. «Аёлнинг бемори оғирлашиб қолгандир» деб ўйладим.

— Ҳўш, опа, Ҳафа кўрмасиз! — Тўрмуш ўртоғим... Мени дабдўрустан ҳақоратлади.

— Касал кишининг аччиғи бурун учда туради, яна олдида кириб, мулоим, боадаб гапланиб, — дея ноллов ундан узоқлашдим.

Бу жуғоннинг эри такасатлангандан. Саёғ юршини ҳам билардим. Таттин хотинига «тур, йўқол» деганига бало бормиш.

Касал боққан киши, ҳўш у табиий ҳодим бўлиши, ҳўш у сила аъзоларидан бўлиши, барибир «дардингиз олай» деб иш тутади, қалбдан ҳамдир бўлади. Донулар «Касал касал эмас, касал боққан касал» деб бекиз айтмаган-ку!

Жўқил ва нодон, асаби бузилган, тўнг, ваҳар ва кўпол муомалади кишилар ҳамдарида озор берибгина қолмай, ўзларини ҳам хила қийнаб қўядилар. Шунинг учун ҳам бу тоифа беморларнинг соғайиши ҳўзилиб кетади. Чунки, мулоҳаза ўрнига тушмайди. Абу Али ибн Сино айтган мана бу сўзларини эслайлик: «Биз уқ тарамиз. Сиз, касаллик ва мен. Агар сиз мен тарафга ўтиб олсангиз, инкинмиз бир бўлиб, касаллигини енгишимиз осон бўлади. Сиз, аксинча, касал тоифага ён боссангиз, у вақтда мен бир ўзим инкингизин енгишимиз оғир ва қийин бўлади...»

Табиатан бадбахл кишилар шифокорга эмас, балки дардига ён босадиган дардманлар бўлиб, натижада ўзлари ўстирган навадан ўзлари қирчиб ташлайдилар.

Ҳамдаридаги орасида дўсти нодон ҳам бўлади. Дўст нодон беморни врачга эмас, табиб, фолбин, дуохонга ундайди, ярим-сирим қилади, пархезин бузди...

УНИСИ ЭМАС, БУНИСИ...

Баъзи беморлар врач ва ҳамшираларни ақратилмайдиган, талашмайдиган бўлиб қолишган. Табиати оғир бир бемор ҳўзурида мотаниш шифокорини кўриб «Йўқ, мен сизда даволашмайман, мен фалончи доктор кўрсин» деб тўғри олади. Беморнинг хоҳлаган доктори бошқа бўлибди, бошқа ихтисосда ишлар эди. Ҳиссаки, инки дўст-шифокор «ёан ол, сан кўр» дея аччиқлашиб қолишди.

Шу ўрнида бир ривоятни айтиб ўтмоқчи:

миз. Кўр билан ҳўлқоқ бир тан, бир жон бўлиб қўй қўришар экан. Ҳўлқоқ кўрнинг елкасига минни оларкан-да, инковлари бемалол кетавериларкан. Тиринчиликлар ҳам бирга ўтарди. Бир ёмон гашим одам макруҳларнинг бирлигини кўролмади. Бир кўн — ҳўлқоқ, билан ўтирган экан, ҳалиги одамнинг шайтонини нарироқ жўйдан: «Ҳўлқоқ, ҳўш — ҳўлқоқ, бери кет, мана бунинг олиб, кўр билан бирга баҳам кўр» деб қичқирди. Ҳўлқоқ зўр-базўр ҳалиги одамнинг ёнига сурталлиб етиб келибди. Шунда, бу шайтон мана бу сента» деб ҳўлқонинг юзига бир турсани урибди. «Мана бунинг кўра бер» деб ҳўлқонинг бу юзига ҳам бир турсани туширибди. Оқиз ҳўлқоқ кўр ёнига етиб келганда, у «ини берди» деб сўрабди. Ҳўлқоқ «ҳеч нарса бергани йўқ» дебди. Кўр «мана бунинг кўра бер» деганини, ўз нўлогин билан ёшнўдм-у, оғайни меннинг ханкига нега ҳўнбат қилисан, — деб ҳўлқондан ўпкалаибди. Токоти тоқ бўлган ҳўлқоқ «мана олақол» деб кўрнинг юзига бир турсани урибди. Шундай қилиб, инков юз кўрмас бўлиб аянарлиб кетишди.

КИМГА ДОРИ НАФ КЕЛТИРАДИ-Ю...

Маълумки, ҳўшфетл, дили чоғ ёшун-қарилар, аввало касал бўлмайдилар. Мабоодо бетоб бўлиб қолсалар, одамхўнликлари тўғайди тез ва узилмасдан соғайиб кетадилар. Шу тоифа беморлар ётган палатадан табассум, ханжа ўзимлайди. Мана, — маъини ишанасига беморлар оғайдан ёнб олганга хангомалардан ёшнўдм.

Бир бемор инки кўн, инки неча оғирдан ухлаймай, эндигина ухлаган экан. «Ҳай, фалончи, туринг, уйонинг», — дерини биров бошмиди. У ўзинга келиб «Нима», деса, ухлатадиган дори уқол қиламан — дерини ҳалиги ҳамшира. Уқоли ёшнўдм-ю, аланга-жапан бўлиб қолди. Ҳамшира кирт етиб уқол қилибди. Ўша кечаси у анча ўйатига ухлай олмади. Гоҳ маҳин қичқиди, гоҳ боши айланбди, чала ўлиб бўлиб етибди.

Табассум юзиди, ширин сўзиди, ҳўш муомалаи беморлар шифо каён муолажанинг таъинидир. Бу тоифа беморларнинг шифокорлар ҳам ёқтиришадилар.

Беморлар гурунги, култи нўҳот иштаҳани ҳам оқайди. Агар булар тез фурсатда сопла-соғайиб, касалхонадан чиқиб кетмасалар биз кафил!

Очиқ чехра ва самимийлик, кўли ва ёним-ли музика кишининг руҳини тетик етиб, тез соғайишига сабаб бўлади. Модомки, шундай экан, шифокорларда кўн тартибда доридармонлар билан бир наторда аския, музика каён руҳий муолажалар ҳам бўлиши керак. Меҳнатин илмин асосда ташхил етиш учун бизда барча номониятлар мавжуд. Ҳамма гап, тадбиркорона иш тутишди!

Зарифа ЭҒАМБЕРДИЕВА,
медицина фанлари кандидати.

БИЛИБ ҚЎЙГАН ЯХШИ

БОЛАНГИЗ

ИСИТМАЛАГАНДА...

БАЪЗИ оғалар, кўпинча иситмаси чиққан болани кўрпага буркаб, чақалоқни эса одевалга ўрашадилар. Ёшлар ва деразаларини, шамол кирмасин деб, зичлаб бериниб қўйишадилар. Бу эса беморнинг аҳволини оғир-

лаштиради, иситмаси-ни яна кўтаради.

Болани ўраб-чирмаш ўрнига, яхшиишнинг устини епиллатиш, юзи ва кўрагини нам сочиқ билан артиш, манглайига эса воло-провод сувиди ҳўлланган доқа қўйиш маъқул. Бундай қилганда боланинг аҳволи яхши-лашади, иситмаси бирмунча пасаяди.

Иситма

чиқиши, шунингдек касалли-нинг дастлабни соат-лариди содир бўлади-ган кўнгили айнаиш ор-ганизмин сувсатиди. Бемор ташна бўлади. Шунинг учун унга ян-ги давланган ва уй ҳарорати даражасида совутилган ширин чой-дан тез-тез ичириб ту-риш керак. Чунки, чой таъжйида кофеин бўлиб, у юрак фаоли-я-

тини ва нафас олишни

яхшилайди. Бу тадбирлар врач келгўнга қадар кўрсатиладиган ёрдам, хо-лос.

СОВУҚ СУВ ДАВО

АВСТРАЛИЯЛИК профессор Грануиде кўйган жойини даволашда муз қўйиш-ган совуқ сув янж ях-

ши дори эканлигини

исботлади. Баданининг кўйган жойини советилса, шиш бўлиб қўймайди, туқи-малардаги капилярлар томирларнинг (қилто-мирлар) қон ўтказув-чанлиги бузилмайди, оғриқ ҳам камайиш.

Шунинг ҳам айтиш ке-ракки, бу усул енгил-еллик кўйган кишилар тана-сига дарҳол қўй-ланганлига фойдали-дир.

ТИШИНГИЗНИ ЭХТИЁТ ҚИЛИНГ

Тишининг бутун ва соғлом бўлганига нима етсин! Кишининг узоқ умр кўришида унинг хизмати жуда катта. Аммо, тиш оғриб қолса борми, кишининг қаттиқ азоблайди.

Бунга қатор факторлар сабаб бўлади. Кўпинча тиш суяги чирий бошлаганда оғриқ беради. Бундай пайтда, одадга тиш қатламиди кавак ҳўсил бўлади, тўқима бузилади. Олдинга ҳеч нарса бўлмагандек туюлади. Кейинчалик эса наван очилиб, иссиқ-совуққа чалинади. Ширин-шўртўб оғдатлар унинг ичига кириб қолади.

Натижада тиш захарланади ва оғриб, азоб беради. Шунда ҳам дардининг олди олнимаса, тиш ўзати яллиғланади, бўлар-бўлмасга зирқираб оғрийдиган бўлиб қолади.

Айтганимиздек, тиш оғриб бошлаганда нечистиримай врачга кўрсатиш зарур. Касалли-нинг олдини олиш мақсидида таъсирли доридармонлар қилинади, даволаш ишлари олиб борилади. Чунки, ҳозирда тиш-ни даволашнинг илгор методла-ри йўлга қўйилган.

Агар камҳафсалалик кишини-са, касаллик аяқ олади, шу билан бирга бошқа оғирроқ касалликлар келиб чиқади. Тиш илгизини ўраб турган юмшоқ тўқималарнинг яллиғланиши юз беради. Жағ илгич ҳам яллиғланиши мўмкин.

Эътиборсизлик оқибатида ки-ши ҳаёти учун ҳавфли ва азоб-ли бўлган касалликлар аяқ олишига йўл қўйилади. Ҳўсу-сан, бузилган тишлар микроб-лар қонга ўтиб юрак, бўйрак, бўғин ва организмнинг бошқа аъзоларига салбий таъсир кўр-сатади.

Тиш оғриғи ёмон дард. Ти-шинигага эҳтиёт бўлсангиз, унинг оғригиндан ноилмайсиз. Ҳўзингизни тетик ҳис қилиб, соғлом юрасиз.

САҲИФА
№ 4

ЖАННАТ МЕВАСИ

(ҲИКОЯТ)

Шимолий давлатлардан бири. Бир доно меҳмонларга кў-кўз қилиб, бир қизил олма намойиш етибди. Уам уни ҳўдлаб-ҳўдлаб мағдур ўтираверибди. Шу ондаёқ хонани муаттар ҳўд тутиб кетибди.

Меҳмонларнинг оғзи очилиб, «бу нима нарса экан» дея ўй-лаб қолншди. Шу йнглишда бир тошкентлик меҳмон, ҳам бўлган экан. У ҳеч аябланмай бамайлихотир ўтираверибди.

Шунда дошманд: — Сен бу ажойиб меванинг фарқига бормадинг, шекилли? — дебди.

Меҳмон: — Бу оддий олма, олма фақат меннинг ҳўлимда эмас, балки ўртаосиёликларнинг оёқ остиларига тўқилиб, думалаб ёта-ди, — деб эътироз билдирибди.

Шунда дошманд: — Ундай бўлса сизлар жаннатда яшар экансизлар, — деб-ди.

М. МАЛИКОВ,
Врач.

„САЛОМАТЛИК“ ЛУҒАТИ

— **КҲУРОТ.** Бу сўз немисча «кур» — да-волашни «оот» — жой ибораларидан ясал-ган бўлиб, табиий шифобахш омилларга (ик-лим, минерал сувлар, баҳчи ва ҳўказоларга) оға бўлган даволашни жойини билдиради.

— **ИНФАРКТ.** Касаллини билдирувчи бу ибора латинчадаги «инфартус» (тўлган, лик тўлган) сўзидан келиб чиққан.

— **СОВУН** сўзини тилга оларканмиз, кўз олдидида озодалик, тозалик гавдаланади. Бир қарашда оддий ва айни вақтда мураккаб тузилган совунининг қачон ва ким томондан яратилгани тўғрисида ҳали аниқ маълумот йўқ. Аммо, «совун» сўзи аслида арабча «са-фун»дан олнган бўлиб, софлик, поклик деган маънони англатади.

— **ВИТАМИН «С»** — аскорбин кислота деган маънони билдиради. У организмнинг ҳам-ма энг мўҳим жараёналарида қатнашади. Бу витамин болалар организмни учун айнақса кат-та аҳамиятга эга. Кўпгина касалликларда (зо-тилкаж, грипп, сил ва ҳўказо) витамин «С»га эҳтиёж анча ортади.

БУҒИН НЕГА ОҒРИЙДИ?

Бел ёни оёқ оғригидан но-лидиган кишилар кўпинча кадарини ростлаб юролмайдилар. Беморда оҳиста қадамлик, эҳтиёт билан юришлиш ва ҳат-токи қариниш аломатлари пай-до бўлади.

Ҳўш, нима учун бўғинлар оғ-рийдилар? Оғриқ энг камида 15 хил касалликлар туфайли со-дир бўлади: ҳақиқий бод (рев-матизм), бўғин пардасининг яллиғланиши (артритлар), туз

ва оҳак моддаларининг ўрни-лаб қилиши (артрозлар) ва шунингдек, сил, бруселлез, захм, ич бурундек юкумли кас-салликларда ҳам бўғинлар бе-восита дарда чалиниб қолиши мўмкин.

Ҳақиқий бод қадимдан маъ-лум: касалликларда бўғинлар бўртиб, ишнўб оғриб бошлай-ди. Иситма чиқаргани учун инглизлар уни «хароратли рев-матизм» деб аташадилар. Бир йўла

анча бўғинлар дарда чалинга-ни учун немисларда уни «бў-тин ревматизм бўғинлар» касал-лиги деб юртилади. Бодада одадга учта дард — бир-бирига илақилиб юради. Аввало анча-гина (тонзиллит), сўнг бўғин-лар яллиғланиши ва оқибат юракни илтироз чениши, яъни илтирозли бўлиб қолиши.

Шу сабабли француз олими Ласер «Бод бўғинларини ялай-ди, юракни тишлайди» деб бе-

жиз айтмаган. Касаллик асосан ёш организмга ҳўруж қилади. Бинобарин, фарзанд ангина ёки тонзиллитга учраса, демек унга бод ҳамла қилмоқчи деб эълмоқ керак. Бу касаллидаги стрептококк деган микроб бар-ча дардларнинг бошланиши-дир.

Ҳамма вақт бод юракни ил-дан чиқаравермайди. Организм, қолаверса, юрак ўзига хос ҳў-моя воситаларини ишга солиб, ундан сақлана билади. Фран-цуз меҳлик олими Юшар: «Юракка қойил қолиш керак. Унинг биринчи телпиниши ҳа-ётдан, охириги телпиниши ўлиш-дан хабар беради. Чарчаши билмай, организмга ҳаёт ба-

ғишлаб, нечаю-кундуз уриб-телпиниш туради, ўлиш ва ҳаёт муҳофазасини кўтиб, барча ор-ган ва системалар ўтгадан сўнг юрак ҳам юқор тўхтайди. Шунинг билан юрак тари бў-лаётган юракнинг капитанига ўхшаб кетади. Чунки, капитан барча матрос ва пасажирлар-дан сўнг ўзини домига тортув-чи тўфон ихтиёрига топира-ди...» деган эди.

Бўғин пардасининг яллиғ-ланиши каён хасталиклар (арт-ритлар) кўп кишиларнинг ро-ҳатини бузади.

Оҳак ва тузсимон моддалар-нинг бўғин сатҳлариди ўтириб қилиш касаллига бўғин оғриг-га киради. Кўп қиррали ёки

учи найза оҳак моддалар қўш-ни юмшоқ тўқимани энб, оғ-рини пайдо қилади. Бўғин ша-клини ўзгартрувчи бу артроз-лар тузулар модал алмашу-рининг бузилишидан далолат бе-ради. Бу хил бўғин оғриқлари катта ёшдаги арқау-ёшларда учрайди. Бу ҳўл тузи паст оғ-нат исстеъмол қилишни талаб етади.

Бўғин оғриғининг олдини олиш учун ёшдан курашиш керак.

М. ҲАМИДОВ,
Юқори Чирчиқ райониди-ги Паркент лояал касалхо-насининг бош врач.



