

ТИВВИҲОТ ВА НАҲОТ

2000-yil 28-yanvardan chiqa boshlagan.

№ 13 (492) 2023-yil 10-iyul.

● Ijtimoiy-ma'rifiy gazeta ● Bahosi kelishilgan narxda.

Мамлакатимизда барча фуқаролар қатори биз ҳарбийларга ва оила аъзоларимизга ҳар томонлама эътибор қаратилмоқда. Хусусан, саломатлигимизни муҳофаза

Саломатлик

тириган мазкур тиббий кўрик жараёнида саломатлигимизга оид зарурий маслаҳатлар олдик. Шифокорлар томонидан

ҲАРБИЙЛАР ВА УЛАРНИНГ ОИЛА АЪЗОЛАРИ

тиббий кўриқдан ўтказилди

қилиш мақсадида Термиз туманидаги 92/21-сонли ҳарбий қисмда доимий равишда тиббий кўриқдан ўтказиш ишлари қизғин ташкил этиб борилмоқда. Бу эса бизнинг ва оила аъзоларимизнинг ҳам жисмонан, ҳам маънан соғлом бўлишимизда муҳим омил бўлмоқда.

Шу ўринда айтиш жоизки, туман тиббиёт бирлашмасига қарашли кўчма тиббий-ижтимоий ёрдам бригадаси томонидан ўтказилган чуқурлаш-

баъзи фуқароларга стационар, баъзиларга амбулатор шароитида даволанишга йўлланмалар берилди. Бундан ташқари, шифокорлар оилада турли касалликларнинг олдини олиш бўйича тавсиялар беришиб, “Қизлар гигиенаси”, “Она ва бола соғлиги” мавзуларида маърузалар қилишди.

Нодир ОТАХОНОВ,
92/21-сонли ҳарбий
қисм катта лейтенанти.

ФИКР

Кўпинча сотқинликка қўл урилмайди.
У ожизлик туфайли содир этилади.
Франсуа Де ЛАРОШФУКО.

Ўзбекистон Республикаси Президенти сайловини ўтказувчи 9-Сурхондарё округ сайлов комиссияси томонидан навбатдаги матбуот анжумани ўтказилди.

Унда округ сайлов комиссияси раиси А.Хўжакулов шу йилнинг 9 июль куни бўлиб ўтадиган сайловга тайёргарлик ва муддатидан олдин овоз бериш яқунлари ҳақида маълумот берди.

Қайд этилдики, округ сай-

қисмларда, 19 таси тиббиёт муассасалари биноларида жойлашган. Сайлов участкаларига 9645 нафар комиссия аъзоси жалб этилган.

Марказий сайлов комиссиясининг жорий йил 20 июндаги қарорига мувофиқ

“Сайлов—2023”

Қонунда белгиланган кунлари муддатидан олдин овоз бериш ҳуқуқига эга бўлди. Натижада рўйхатга олинган сайловчиларнинг 43 минг 506 нафари муддатидан олдин овоз берди.

Муҳими, Сурхондарёда

ПРЕЗИДЕНТ САЙЛОВИ

юқори савияда ўтади

лов комиссияси ҳудудидаги 861 та сайлов участкасида фуқаролар ўз хоҳиш-иродасини мустақил ифода этиши учун барча шароит яратилиб, замонавий усулда жиҳозланган. Хусусан, участка сайлов комиссияларининг 685 таси мактабларда, 65 таси коллеж, лицей, техникум ва олийгоҳларда, 13 таси маҳалла гузари ва биноларида, 17 таси ҳарбий



сайлов кунини ўз яшаш жойида бўлмайдиган фуқаролар

9 июль куни муддатидан илгари бўлиб ўтадиган Президент сайловини очик, ошкора ва юқори савияда ўтказишга алоҳида эътибор қартилмоқда. Сайловни бевосита сайлов участкаларида кузатиб бориш учун ўзини ўзи бошқариш органлари ва сиёсий партияларнинг вакилларига тегишли мандатлар топширилди. Барча участкаларга сайлов бюллетенлари етказиб берилди.

Файрат ХУДОЙБЕРДИЕВ,
“Тиббиёт ва ҳаёт”
муҳбири.

Замондош

Мижозлар тўда-тўда бўлиб келаверишади. Улардан баъзилари ҳассага, айримлари эса, қўлтиқтаёққа суянганча зўрға қадам босади. Ҳатто ногиронлар аравачасида ҳаракатланадиганлари ҳам бор. Уларга қараб беихтиёр хаёлингиздан “Ё, тавба! Бу дунёда соғ одам бормикан ўзи? Аллоҳим, ҳар бир бандгони ўзинг асра, беморларнинг дардига шифо бер!” деган фикрлар ўтади.

Барча бирдек врач қабулига ошиқади. Навбатчи ҳамширанинг пештахтаси устидаги мижозлар рўйхати эса



ДОВРУҒ

(Шифокор Бахтиёр АХМЕДОВ суратига чизгилар)

Одатда клиникада ишни фаррошлар бошлаб беришади. (Шуларнинг ҳам бориға шукр! Оталарига минг раҳмат!). Кун ёришгандан ҳовлиға сув сеиб, супириб-сидириб қўйишади. Қадам босган кишининг кўнгли ёришади. Чунки эрталабдан бу масканга дардига шифо излаб одамлар кела бошлайди. Кимдир пиёда, кимдир уловда. Кимдир яқиндан, кимдир узокдан дегандай.

Бир пасда тўхташ жойида автомашиналар тўлиб, кўчада ҳам турнақатор тизилишади. Кўшни Тожикистон давлат рақамли машиналар ҳам кўзга ташланади.

чўзилиб кетаверади: ... 30, 40, 50.

Рўйхатга кўз югуртирган одам “Шунча киши кўринишга келганми? Наҳотки?!” деб юборганини ўзи ҳам сезмай қолади.

Соат саккиз бўлар-бўлмас Бахтиёр Ахмедов клиникага етиб келади.



Ислоҳот

ТАЪЛИМ ДАРАХТГА ЎХШАЙДИ

Мамлакат тарақиётининг устувор йўналишлари қаторида таълимни сифат жиҳатидан янги босқичга кўтариш масалалари муҳим аҳамият касб этади. Бу йўналишда аҳолига айнан ҳаёт учун керак бўладиган соғлиқни сақлаш тизимидаги кўникмаларни ўргатиш, яқин келажакда ҳал қилувчи аҳамиятга эга бўлиши кутилаётган тиббиёт соҳасининг аниқ таркибий тузилмаларини белгилаб, шу борада билимларга эришиш, тўртинчи sanoat инқилобида зарурий илмий пойдеворга эга бўлиш каби лар юксак мақсадларимиздан саналади.



ҳим роль уйнайди. Ривожланган мамлакатлар тарихига назар солсак, улар бошдан инқироз ва турғунлик даврини ўтказаркан, аввало, таълимни модернизация ҳамда диверсификация қилиш, унга катта сармоялар ажратиш орқали ютуқларга эришганини кўрамиз.

(Давоми 3-бетда).

Қонунчиликдаги янгиликлар

“ЁШ ЧЕГАРАЧИЛАР” КЛУБИ

Хукумат қарори билан “Ёш чегарачилар” тўғрисида Низом тасдиқланди.

* Низомга кўра, чегаралардаги шаҳар ва туманлардаги мактабларда “Ёш чегарачилар” клублари ташкил этилади.

* Клуб мактаб директори томонидан тасдиқланган рамзий байроғи, вимпели ва шорига эга бўлади.

* Клуб аъзолигига мактабларнинг 9-, 10- ва 11-синф ўқувчилари, ўз хоҳишига кўра, чекланмаган миқдорда қабул қилинади.

* Клубга қабул қилиш учун аъзолик бадали ёки бошқа тўловлар амалга оширилишига йўл қўйилмайди.

* Қарор билан шунингдек, “Ёш чегарачилар” ҳарбий-ватанпарварлик мусобақасини ўтказиш тартиби белгиланди.



Унга кўра, “Ёш чегарачилар” клубларининг чақириққа-ча тайёргарлик ёшидаги (10–11-синф) аъзолари ўртасида 3 босқичли мусобақалар ўтказилади.

Мусобақанинг ҳар бир босқичида 1-, 2- ва 3-ўринни эгаллаган жамоалар диплом, кубок ва совғалар билан мукофотланади.

Тақиқ

Ёнғин хавфи мавсумида, яъни ўрмонда қор қатлами кетган пайтдан бошлаб барқарор ёмғирли куз об-ҳавоси келгунгача ёки қор қатлами пайдо бўлган давргача қуйидаги ўрмон жойларида гулхан ёқиш тақиқланади:

ГУЛХАН ЁҚИШ МУМКИН ЭМАС

* игнабаргли дарахт кўчалари ўтказилган жойларда;

* эски қуюқларда;

* ўрмоннинг зиён етказилган участкаларида;

* ўрмоннинг кесилган дарахт қолдиқлари ва тайёрланган ёғоч-тахта қолдирилган дарахт кесилаётган участкаларида;

* ўтлар қуриган жойларда;

* дарахтлар шох-бутоқла-

ри остида.

* Шунингдек қолган жойларда атрофи камида 4 метр кенликда маъданлаштирилган майдончаларда гулхан ёқишга рухсат этилади. Зарурат тугаши билан гулхан пухталик билан ўчирилган бўлиши керак.

* Ўрмонларда ёнғин хавфсизлиги талабларини бузиш жавобгарликка сабаб бўлади.

Ижтимоий акция

ДАСТЛАБКИ СИНОВ БЕЛГИЛАНМАЙДИ

Меҳнат шартномасида шартлашув мавжуд бўлмаган тақдирда, ходим дастлабки синовсиз ишга қабул қилинган деб ҳисобланади.

Қуйидагилар ишга қабул қилинганда дастлабки синов белгиланмайди:

* ҳомиладор, 3 ёшга тўлмаган боласи бор аёллар ёки 3 ёшга тўлмаган болани ёлғиз тарбиялаётган ота (васий);

* захирадаги иш ўринларига жойлаштириш учун юборилган шахслар;

* давлат грантлари асосида ўқиган ва ОТМни тамомлагандан 3 ойда йўлланма бўйича ишга кираётган битирувчилар;

* ўқишни тамомлагандан 1 йилда биринчи бор ишга кираётганда олинган мутахассислиги бўйича мустақил равишда ишга жойлашаётган мактаб, коллеж, техникум ва ОТМ битирувчилари;



* 6 ойгача меҳнат шартномаси тузилаётган ходимлар;

* 18 ёшга тўлмаган шахслар;

* ишга қайтадан қабул қилинган тақдирда иш берувчи илгари қайси ходимлар билан меҳнат шартномасини алоҳида асослар бўйича бекор қилган бўлса, ўша шахслар;

* ишлаб чиқаришда ўқитиш шартномаси бўйича ушбу иш берувчида ўқишни ўтаган ўқувчилар;

* жамоа келишувларида, шунингдек жамоа шартномасида ва иш берувчининг ички ҳужжатларида назарда тутилган бошқа ходимлар.

Жамолиддин ПАРДАЕВ,
Қизирик тумани адлия бўлими ДХМ бўлим бошлиғи.

Президентимизнинг 2023 йил 3 июлдаги тегишли қарорига кўра, олий таълим дастурлари халқаро рейтингда юқори 200 талик рўйхатга кирган хорижий олий таълим ташкилотлари дастури асосида қайта ишлаб чиқилади.

ЁЗМА ИМТИҲОН БЎЛМАЙДИ

* Таълим ташкилотларини аттестациядан ва давлат аккредитациясидан ўтказиш тартиби бекор қилиниб, комплекс ва махсус давлат аккредитациясидан ўтказиш тизими жорий этилади.

* Шунингдек, таълим дастурларини халқаро аккредитациядан ўтказиш амалиёти жорий этилади. Бунда Вазирлик томонидан тан олинган халқаро рейтинг ташкилотларининг биринчи 1 000 таликка кирган олий таълим ташкилотлари навбатдаги комплекс давлат аккредитациясидан озод қилинади.

* 2023/2024 ўқув йилидан: - академик лицейларга ўқувчиларни қабул қилишда

ёзма имтиҳон асосида дастлабки саралаш босқичи бекор қилинади;

- коллеж ва техникумларнинг таълим дастурларига давлат гранти асосида қабул кўрсаткичлари 2 бараварга оширилади;

- абитуриентларга “давлат гранти” ёки “таълим йўналиши” устуворликларидан бирини танлаш ва танлаган устуворлиги бўйича бакалавриат таълим йўналишлари кетма-кетлигида танловда иштирок этиш



тижасида тўплаган балидан келиб чиқиб, олий таълим муассасаси, таълим йўналиши ва шаклини танлаш имконияти яратилади;

- умумтаълим фанларидан халқаро имтиҳон натижалари бўйича сертификатлар давлат ОТМга қабул қилишда инobat-га олинади.

Қарзни ўз вақтида тўламаганлик учун жарима миқдори ижро ҳужжатидаги суммадан ошиши мумкин эмас.

ЖАРИМА МИҚДОРИ



Маъмурий жавобгарлик тўғрисидаги кодексга киритилган ўзгартириш ва қўшимчаларга кўра:

* БХМнинг 10 бараварига тенг ёки ундан ошмайдиган миқдордаги суммани ундириш тўғрисидаги ижро ҳужжатини ихтиёрий равишда ижро этиш учун белгиланган муддатда қарздор томонидан ижро этмаслик;

- фуқароларга БХМнинг 5 бараваригача;

Ислохотлар — амалда

- мансабдор шахсларга эса 10 бараваригача миқдорда жарима солишга сабаб бўлади.

* Илгари жариманинг энг кам миқдори қатъий белгиланган бўлиб, фуқароларга БХМнинг 1 бараваридан, мансабдор шахсларга эса 5 бараваридан бошлаб жарима қўлланилган.

* Шунингдек, маъмурий жарима суммаси ижро ҳужжатида ундирилиши белгиланган суммадан ошиши мумкин эмаслиги белгиланди.

* Қонунга кўра, МИБ номидан маъмурий ҳуқуқбузарликлар тўғрисидаги ишларни кўриб чиқишга ҳамда маъмурий жазо чораларини қўллашга эндиликда қуйидагилар ҳақли:

- Ўзбекистон Республикасининг Бош давлат ижроچиси;

- Қорақалпоғистон Республикаси, вилоятлар ва Тошкент шаҳрининг бош давлат ижрочилари, уларнинг ўринбосарлари;

- Мажбурий ижро бюросининг туман (шаҳар) бўлимлари бошлиқлари.

Илгари маъмурий жазо чораларини қўллаш давлат ижрочиларига тегишли бўлган.

ЭНЕРГИЯНИ БЕҲУДА САРФЛАМАНГ!

Электр ва иссиқлик энергиясини беҳуда сарфлаш жаримага сабаб бўлади.

Яъни электр двигателларидан, электр печлари ва бошқа электр ҳамда иссиқлик ускуналаридан мунтазам равишда, ишлаб чиқариш зару-



рати бўлмаган ҳолда тўлиқ фойдаланмаслик ёки уларни бекорга ишлатиб қўйиш, ёритиш учун электр энергиясидан хўжасизларча фойдаланиш:

* мансабдор шахсларга БХМнинг 5 бараваридан 15 бараваригача миқдорда жарима солишга сабаб бўлади.

Қонунчиликда ёшларга кўлаб имтиёзлар берилган.

* Меҳнат кодексига ёшлар учун алоҳида кафолатлар белгиланган, жумладан, 16 дан 18

Биласизми?

вари миқдорида ёрдам кўрсатилади.

* Ногиронлиги бўлган

ЁШЛАРГА БЕРИЛГАН ИМТИЁЗЛАР

ёшгача бўлганлар учун иш вақти ҳафтасига 36 соатдан, 15 дан 16 ёшгача бўлганлар учун эса ҳафтасига 24 соатдан ошмаслиги лозим.

* Муддатли ҳарбий хизматни ўтаган ва контракт бўйича ўқиётган ижтимоий фаол талабаларга контракт суммасининг 35 фоизи тўлаб берилади.

* Контракт асосида ўқиётган талабаларга таълим кредити берилади.

* “Ёшлар дафтари”га киритилганларнинг ногирон оила аъзоларига дори-дармон, ногиронлик аравачалари, эшитиш аппаратлари ва ортопедик маҳсулотлар харид қилиш учун БХМнинг 5 бара-



ёшларга ўқиш, яшаш ва транспорт харажатларини қоплаш учун БХМнинг 50 бараваригача (16,5 млн. сўм) миқдорда субсидия ажратилади.

* Давлат олий таълим муассасаларига киришда энг юқори балл тўплаган 200 нафар ёшлар учун Президент гранти жорий қилинган.

* Маҳалладаги ёшлар етакчилари тавсияси асосида ёшларга 13 турдаги ёрдам берилади.

Саҳифа материалларини F.ТОШПЎЛАТОВ тайёрлади.

(Давоми.
Бошланиши 1-бетда).

У очик чехрали, оғир-босиқ одам. Беморлар уни кўриб тинчланади.

Шифокор бирров клиникада ётиб даволанаётганлардан ҳол-аҳвол сўраб чиқади. Сўнг кўрикка келган мижозларни қабул қила бошлайди.

—Тожикистондан келувчилар ҳам кўп экан-а? — гапга солдик кўшни давлатдан келганлардан бирини.

—Ҳа.

—Ўзларингда ҳам дўхтир етарли бўлса керак.

—Албатта.

—Анча йўл босиб келиб-сизлар-да...

—Тўғри, лекин жони оғриган одам шифо топишни ўйлайди. Йўл кўзига кўринармиди.

—Бу клиникани қандай топдиларингиз?

—Бир ҳамқишлоғимиз тўсатдан оёқдан қолди. На тура оларди, на юра оларди. Овқатни ҳам ётиб ерди. Орқа умуртқа чурраси ушлаб қолган экан. Ўзимизда анча даволанди, фойдаси бўлмади. Кейин оғайнилари сўраб-суриштириб, шу дўхтирга олиб келишган. Ўн кун даволаниб, уйга ўз оёғи билан юриб борди. Шундан кейин ҳамқишлоқлардан кимнинг маззаси қочса, шу ёққа югурадиган бўлди.

—Мен олтинсойлик Соатова Зархол момоман. Менга Бахтиёржоннинг кўрсатган меҳри, қилган хизматларини адоғи йўқ. Буни қандай юзага чиқараман, деб армон қилиб юрардим. Бахтиёржонни газетага ёзсангиз, ҳоврим анча босиларди.

—1995 йилда бир фалокат бўлиб, фарзандим оғир дардга чалинди, — дея ҳикоясини давом эттирди ҳамсуҳбатимиз. —У пайтларда Бахтиёржон “Шошилинч ёрдам”да ишлар эди. Ўшандан бери қизимни даволайди. Унга қўшилиб, мен ҳам даволанаман. “Жайронхона”да ишлаган даврида ҳам, бу шифохонага ҳам тез-тез келиб турамиз. Она-бола бўлиб кетганмиз. Фарзандларимдан кам кўрмайман. Бундайларни энаси бир-икки туғади. Бахтиёржонга фақат Аллоҳдан қайтсин, болаларидан қайтсин.

—Автохалокатда вафот этган қариндошимизнинг жасадини кўргандан кейин уйкум йўқолди, — деди бир йигит. —Кўзимни юмдим дегунча кўз ўнгимга келаверарди. Кунду-

зи маст одамга ўхшаб, чайқалиб юрардим. Ҳайдовчиман. Автобус сал қимирласа, ҳаёлимда худди ағдарилиб кетадигандек туюлаверарди. Бир-икки марта қон босимим ҳам ошиб кетди.

Терапевтга бордим.

Бизнинг касаллигимиз йўқ, деди. Кардиологга бордим, юрагингиз яхши, балки кўз давлиянги бордир, дейишди. Кўз шифокорига

қошида ташкил этилган неврология ва физиотерапия клиникаси бош врачидир.

Бахтиёр Аҳмедов олий тоифали невропотолог (асаб тизими касалликлари мутахассиси), нейрофизиолог (физиотерапия муолажалари бўйича мутахассис), вертебролог (умуртқа поғонаси чуррасини жарроҳликсиз

ДОВРУҒ

бордим. Бир соат текшириб, кўзингиз яхши деди. Неврологга боришни тавсия қилишди. Бордим. Кўп дори-укол ёзиб берди. Ҳаммасини олдим. Лекин кутилгандек фойда бермади. Охири таърифини эшитиб, Бахтиёр акага келдим. “Касаллигингиз бедаво эмас. Яхши бўлиб кетасиз. Фақат асталик билан ўтади”, деб учта таблетка ёзиб берди. Уч кундан кейин автобусда Хоразмга бориб келдим. Буюрган таблеткаларини ярим ой ичдим. Худога шукр, ҳеч нарса кўрмагандек бўлиб кетдим. Яна кўрикка келгандим.

Мен ўзим тўрт-беш кишини жўнатдим. Шу дўхтир буюрган дори-дармонларни олиб яхши бўлиб кетишди.

xxx

Қабулхона клиника янги биносининг биринчи қаватида. Қирган жойдаги катта зал деворига сурати билан Бахтиёр Аҳмедовнинг меҳнат фаолияти ва у ташкил этган шифохона ҳақида маълумот илинган:

“Бахтиёр Убайдуллаевич Аҳмедов, Самарқанд давлат тиббиёт институтини тамомлаган. Мутахассислиги: даволаш иши.

Меҳнат фаолиятини 1987 йилда вилоят 1-сон шифохонасида неврология бўлими шифокори вазифасида бошлаган. Термиз шаҳар марказий шифохонаси физотерапия бўлими, вилоят давлат шошилинч тез тиббий ёрдам маркази врач, Термиз шаҳар марказий шифохонаси кардио-неврология бўлими бошлиғи, вилоят “Жайронхона” физиотерапия шифохонаси бош врач лавозимларида фаолият кўрсатган. 2016 йилда “Жайрон медсервис” хусусий корхонасига асос солган. Айни пайтда мазкур корхона



усулда даволаш бўйича мутахассис), эпилептолог (тутқаноқ касалликлари бўйича мутахассис). Хусусан, неврология соҳасининг долзарб муаммоларидан бўлган инсультга ва инсульт касалликлари, умуртқа поғонаси чурраси ҳамда тутқаноқ хуружларини даволаш бўйича катта тажрибага эга. Бир неча бор Тошкент, Москва, Санкт-Петербург шаҳарларида малака оширган.

Ҳозирги пайтда у раҳбарлик қилаётган клиникада невроз, бош айланиши, уйқусизлик, хотира пасайиши, хушдан кетиш ҳолатлари, тутқаноқ хуружлари, гипертония, бош мия ички гипертензияси, инсультга касалликлар, инсультдан сўнгги фалажлик касалликлари, бел ва бўйин осхонтрози, бел ва бўйин қисми умуртқа чурраси касалликлари самарали даволаниб келинмоқда.

xxx

Б.Аҳмедов амалиётдан бир кун ҳам, бир соат ҳам йироқлашган эмас. Клиникада ҳар куни мижозларни кўридан ўтказиш, касалликларни аниқлаш ва тавсиялар бериш жараёнларига шахсан ўзи



нан шундай касалликка чалинган экан. Шу клиникада даволаниб, тузалиб кетибди. 4-5 кун бўлди. Мана, ҳозир анча яхшиман, — у ўша қўлини елкаси билан олдинга-орқага айлантириб кўрсатди.

—Мен Шерободдан, — дейди бошқа бир бемор. —Фермерман. Трактор ҳам ҳайдай-вераман. Анча йил олдин белим оғриб, шу ерда даволаниб, отдай бўлиб кетган эдим. Ҳозиргача ҳеч нарса безота қилмас эди. Бир темирни кўтариб, яна белим ушлаб қолди. Аҳмедов — бизнинг оилавий шифокоримиз. Орада бу ерда отам ва онам ҳам даволаниб кетди. Энди момом ҳам “Жой банд қил. Мен ҳам бориб даволанаман. Бошим, кўл-оёғим оғрияпти” — дейди.

—Қишдаги қаттиқ совуқ кунлари юзим, оғзим қийшайиб қолди. Овқат ейишга ҳам қийналар эдим. Асаб толаларини шамоллатиб қўйган эканман. Мана, ўзингиз кўринг, — у ўша пайтда телефонига туширилган суратларни кўрсатди. —Ўн икки кун даволандим. Оллоҳга шукр, ҳаммаси жойига тушди. Шифокорларга минг раҳмат, миннатдорман.

xxx

Бахтиёр Аҳмедовнинг клиникасида беморларга чиндан ҳам юқори малакали тиббий ёрдам кўрсатилаётганлигига ишоч ҳосил қилдик. Бу муассасанинг аҳоли саломатлигини асрашда алоҳида ўрни борлигини эътироф этиш лозим.

Бахтиёр Аҳмедовнинг номи оғиздан-оғизга ўтиб, эл орасида кенг тарқалган. Шифокор ўзининг салоҳияти ва фидойилиги билан ҳақли равишда доврўғ қозонди. Инсон учун бундан ортиқ бахт борми?

Курбон ЖўРАНАЗАРОВ,
Ўзбекистон Журналистлар уюшмаси аъзоси.

ТАЪЛИМ ДАРАХТГА ЎХШАЙДИ

(Давоми.
Бошланиши 1-бетда).

Мисол тариқасида Япония, Сингапур, Жанубий Корея ва бошқа ривожланган мамлакатларни олайлик. Улар фақат таълимни бошқариш, уни ривожлантириш ва сармоялар билан қўллаб-қувватлаш, ўқитувчиларнинг қадрини ошириш, мақомини вазири даражасига кўтариш ва уларникидай ойлик-маошни белгилаш, бу орқали

интеллектуал салоҳиятга эга кадрлар етиштириш билангина ривожланган давлатга айлана олди.

Таълим дарахтга ухшайди. У тўғри парваришланмаса, ўз вақтида эътибор берилмаса, етарли ривожланмайди. Парвариш тўғри қўлланилса, ўз вақтида мўл ҳосил беради. Таълимга ҳам сармоя киритмай туриб, эътибор бермай туриб, малакали кадрлар етиштириб бўлмайди. Бинобарин, Сингапур табиий ресурслари жуда

кам ўлка бўлиб, унинг аҳолиси камбағал эди. Бироқ мамлакат, аввало, мактабгача таълим, ўрта таълим ва ундан кейинги босқичли таълим жараёнларини илмий асосларда қамраб олиш, ишчи-кадрларни қайта тайёрлаш орқали инсон ресурсларини ривожлантиришга катта эътибор қаратди ва натижада улкан ютуқларга эришди. Бу борада Президентимиз раҳнамолигида мамлакатимизда соғлиқни сақлаш ҳамда таълим тизимида алоҳида

эътибор қаратилганлиги аста-секин ўз мевасини бермоқда. Ҳозирги кунда нафақат олий таълим, балки мактабгача таълим, мактаб ва ўрта махсус билим юртларида, хусусан, ўрта тиббиёт ходимлар малакасини ошириш ва ихтисослаштириш тизимида ҳам бир қанча ишлар амалга оширилиб келинмоқда. Бу эса яқин келажакда соғлиқни сақлаш ва таълим тизимида тубдан бурилишлар бўлишига пухта замин яратади.

Зокир САФАРОВ,
ўрта тиббиёт ва фармацевт ходимлар малакасини ошириш ва ихтисослаштириш республика маркази Термиз филиали директори.

Театр санъати ўзгача илоҳий оламдир. Вужуд эмас — руҳият, шакл эмас — моҳият оламидир! Бугунги — вужуд одамни ютиб юборган, шакл қолиб, моҳият йўқолиб бораётган бир даврда ҳақиқатни англаш ҳамма учун эмас. Саҳна дард-изтироблардан юксалган ёки ҳануз ғафлат уйқусида бўлганлар, яъни ботинсифат ва зоҳирпарастлар ўртасидаги кураш майдонидир. Театр санъати қурбонликлар эвазига шаклландиган ва соҳибини қурбонликлари эвазига улуглайдиган санъатдир.

Оддий мисол. Сурхондарё вилоят мусикали драма театрида бундан узоқ йиллар бурун, яъни, собиқ то-талитар тузуми даврида, **Абдурахмон Раҳматов** номли Халқ артисти ҳам фаолият олиб борган. Биз у киши билан юзма-юз бўлмаганмиз, спектакллардаги роллари ижросини жонли саҳнада кўрмаганмиз, аммо соҳа дарғалари, театримиз улугларининг эътирофича, у киши беназир актёр бўлган. Тўғри, театримизда бундай забардаст актёрлар кўп бўлган, аммо Абдурахмон Раҳматовдек фидойи бўла олиш хусусан ёшлар учун афсона.

Кунлардан бир куни у кишининг ҳали йигирма ёшга ҳам тўлмаган нуридийдаси — ўғли оламдан ўтади. Майитни ювишга тайёрлашаётган вақтда театр раҳбарияти келиб, Абдурахмон акага маракаларини ўтказиб олишни, бугунги намойиш этилиши керак бўлган спектакль эса таъзия сабаб қолдирилишини маълум қилишади. Бу спектаклда Абдурахмон аканинг ҳам роли бор эди.

Биласизми, театрлар у вақтлар бугунгидек бекадр, томошабинлардан холи, хувиллаган маскан эмасди. Томошабинлар бугунгидек ташкиллаштирилмасди, томошабиннинг ўзи театр томон дарё каби оқиб келаверарди. Спектаклларга чипта топилмай қолган, кенг залга одам сиғмай, тикилинча эшик-дараза ойналар синиб кетган вақтлар ҳам бўлган.

Ўшанда, Абдурахмон Раҳматов раҳбариятдан спектакль намойишини қолдирмасликни, томошабинларни унинг дарди учун ортига қайтариб юбормасликни сўраб, белгиланган вақтда бориб, ўз ролини ижро этишини билдиради.

Энди, азизлар, ота-она учун гул ёшдаги фарзанддан жудо бўлиш, жигарни тириклай суғуриб олиш билан баробар. Бу гапларимни бошқалар дардини ўз қардидек қабул қилиб, оғриқни ҳис қила олган одамгина тушунади. Абдурахмон ака фарзандини қора тупроққа топширгач, қабристондан тўғри театрга бориб, спектаклдаги ролини қойилмақом қилиб ижро этади.

Ич-ичдан қон йиғлаб туриб, саҳнада табассум қилиш, ҳатто ўзликни ҳам йиғиштириб олишнинг илоҳи бўлмайдиган жуда оғир дамда саҳнада бошқа биров (образ)нинг дарди билан яшаш, ҳар ким учун эмас. Спектакль ниҳоясида томошабинларнинг гулдурас олқишлари остида табассум қилганича саҳнага чиқиб келиб, улар ҳузурида таъзим қилган Абдурахмон аканинг кўнглидан ўша дамда нималой ўтган экан? У кишининг бу фидойилигини тушунмай, “шуҳратпараст”ликда айблаганлар ҳам бўлиши табиий.

Аммо бир ҳақиқат аниқ, шубҳасиз, Абдурахмон ака каби фидойилар сабаб театр ўша даврларда халқнинг улкан муҳаббатига сазовор бўлди!

Тўғри, театр санъати тарихида бу каби, ақлга сиғмас фидойилик, қурбонликлар кўп бўлган, аммо... эшитган бошқа, бошга тушгани бошқа!

Ўзбекистонда хизмат кўрсатган артист Йўлдош Мирқурбоновнинг айтишича, Ўзбекистон халқ артисти

САҲНА— МАТОНАТ МАЙДОНИ



Хадича Бобохонова билан ҳам шу ҳол содир бўлган: опа оламдан ўтган гўдагининг юзига оқ мато тортиб, саҳнага чиққан...

Кейинда ҳам театрга худди шундай, ўз ишига муҳаббатли, садоқатли, фидойи инсонлар: Раҳим Маматалиев, Йўлдош Мирқурбонов, Неъмат Пардаев, Қаноат Миродилов, Шайдулла Худойбердиев, Ҳамид Орипов, Чоршанби Чориев, Зулфия Боқиева, Шарофат Турсунова, Марям Маҳмудова, Бозор Рамазонов, Марат Шарипов, Қудрат Бурхонов, Хайрулло Насриддинов, Расул Раҳматов, Доно Юнусалиева ҳамда Насиба Қорақуловалар келишди.

Айнан уларнинг фидойиликлари, матонати эвазига Сурхондарё вилоят мусикали драма театри мамлакат миқёсида ўз нуфузига, халқаро театрлар фестивалларида эса алоҳида эътирофга сазовор бўлди.

Ўша даврларда ҳам худди ҳозиргидек арзимаган маош олишарди. Тўқидан очлиги, ҳатто нонга пул топа олмай қолган вақтлари кўп бўлганлар ҳам, давлат томонидан уй берилиб, янги йўга кўчигач, пуллари, жиҳозлари йўқлигидан гиламсиз ерга газета тўшаб ухлаганлар ҳам ўшалар эди.

Узоқ йиллар давомида, ёзнинг диққинафас, қишнинг эса изғирин кунларида бетон ердан таралаётган тоқат қилиб бўлмас зах совуқ, оёқни тиззага қадар қарахтлантирадиган залда ишлаган, саҳна ортида болалари бетобланиб, иситмалаб ётган кезлари саҳнага жилмайиб чиқиб, рол ижро этганлар ҳам ўшалар эди...

Уларда муаммо, дард-изтироб йўқ эдими? Бор эди, бошқаларникидан кам бўлмаган, ҳатто кўпроқ ҳам эди. Аммо ҳар сафар барини унутиб, саҳнага жилмайиб чиқишарди...

Кимлардир, “Ишляптимиз, маош олаяптимиз, шунга мажбур!”— дейи-

ши шубҳасиз, аммо мен бу фикрга қўшилмаган бўлардим. Чунки, “бу”нинг бошқа номи ҳам бор — масъулият, фидойилик ва матонат!

Ҳа, улар ўзлари билмаган тарзда театр санъатининг фидойилик ва матонат тимсолларига айланишди!

Театр: кеча, бугун, эртага...

ларнинг қаноати остига эса бўй етган фарзандларига киришди: ўзларини ўзлари эплаб кетишди... Ҳа, азизлар, улар ҳашам нелигини билмай ўтишди ва ўтишмоқда...



Шу вақтга қадар бирор маротаба театр актёрининг маоши ҳисобидан ресторанда овқатланганини кўрмадим. Эркалар саҳнада, қирол, шоҳ, ҳукмдор, вазир, афсонавий саркарда ролларини ижро этишиб, оғир ишдан толиқишгач, андак “чигилёзди” қилиш учун шаҳардаги энг арзон емакхонани танлашиб, бир бурчакки-нада фақирона дастурхон устида улфатчилик қилишиб, қандай йиғилишган бўлишса, худди шундай, киши билмас-танимас даражада секингина тарқалишадиганлар ҳам ўшалардир.

Ош бўлсин-у, театрга “зўр актёр бўламан!”, деб ишга келиб, йўқчилиги, меҳнат-машаққати ва оғир талабларига чидай олмай, бошқа соҳанинг бошини тутиб кетганлар ҳам талай. Аммо, мен юқорида номларини санаб ўтган инсонлар бундан холи. Улар орзуларидаги ролни ижро этиш ва

томошабин олқиши учун яшашди... Шу сабаб табиати ва қисматларига фақирлик ҳамроҳ бўлди.

Бугунги кунда ҳам театр ходимларининг топиш-тутишлари, яшаш тарзлари яхшиланган, деб баралла айта олмайман. Бориға кўникишиб, қаноатланишиб яшаб, ижод қилиб келишмоқда. Тўғри, аввалгиларга нисбатан солиштирилса, анча яхши, аммо бу нисбий қарашлардир. Нисбий қарашлар эса — азалдан ожизлик аломати бўлиб келган. Агар театр ходимларининг маоши яхшиланиб, ижод қила олишлари учун шарт-шароитлар муккамал тарзда яратиб берилса, аминман, театр халқ ҳузуридаги ўзининг азалий мақомини тиклай олади: томошабин ташкиллаштирилмайди, аксинча, ўзи излаб келади. Мен шунга ишонаман. Чунки, Сурхон воҳаси — иқтидорлар маконидир!

Сафлари йил сайин сийраклашиб бораётган театр фахри бўлмиш Йўлдош Мирқурбонов, Ҳамид Орипов, Чоршанби Чориев, Зулфия Боқиева, Шарофат Турсунова, Марат Шарипов, Қудрат Бурхонов ҳамда Расул Раҳматовлар ҳануз халқ хизматида, театр санъати ривожини йўлида камарбастадирлар.

Мен бу ерда фақат актёрларни эслаб ўтдим, аммо бошқа бўлимларда ишлаб, ижод, меҳнат-машаққатни улардан кам тотмаган, эътироф этар даражада фидойилик ҳамда матонат кўрсатган бошқа инсонлар ҳам бор. Улар ҳақида эса, алоҳида тўхталиб ўтаман.

Сурхондарё театрининг бугунги кундаги ютуқлари ҳамда театр санъати тараққиёти йўлида тотган машаққатлари, беназир хизматлари учун келажак авлод улардан шубҳасиз миннатдор бўлажак!

Эркин НОРСАФАР,
Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси аъзоси, драматург.

БАҒИШЛОВ

(Қизириқлик ижодкорлар
Дилбар АЗИЗОВА ва Саида
НОРМАТОВАга)

Насрда ҳам назмда,
Ижод қилар берилиб.
Китоблар чиқарилмаса,
Кетамиз у кишилардан бурилиб.

Китоб мангу қолади,
Номимиз унутилмас.
Моддий бойлик сингиллар,
Ҳеч қачон тинчлик бермас.

Китоб — ақл чироғи,
Деб айтишган донолар.
Китоб ўқиб беришиб,
Боласин ухлатган оналар.

Аттанг "Қояларда
қолиб кетган қўшиқлар"* ,
Қани энди ўша тенгсиз,
Тоҳир-Зухра ошиқлар?

Юрагининг соғинч ўти,
Ўртаб юрар дўстларим.
Ўтиб кетган олтинга—
Тенг беқиёс ёшлиқлар.

Саиданинг юрагини армонлари,
Тилиб-тилиб юраркан,
Шу боисдан баъзан илҳоми ҳам,
Тошиб-тошиб келаркан.

Саидани йиғлатаркан,
Бек шоирнинг соғинчи,
Саида "Менга атаб,
Шеър битибсиз.
Раҳмат сизга, бобо шоир" десангчи!..

* ("Қояларда қолиб кетган қўшиқлар" номли
Саида Норматованинг китоби).

Бағри кенг, меҳри дарё чин инсон Гуласал УМБАРОВАга

Қалби дарё чин инсонсиз қалбдан сезганман,
Сизга атаб сингилжон аввал ҳам тўртлик ёзганман.
Ҳаёт отлик кемада кундуздек толмай сузиб келаяпсиз,
Меҳрингиздан куч олиб тоғу тошлар кезганман.

ТЎРТЛИКЛАР

Тупроққа қоришиб кетамиз бир кун,
Оллоҳнинг олдида етамиз бир кун,
Дўсту ғаним аралаш-куралаш экан,
Ё яхши-ё ёмон деб ўтамиз бир кун.

x x x

Фалакни кезаман ҳаёл отида,
Оллоҳни кўраман осмон қатида,
Эй раббим, менга ҳам бир назар сол десам,
У дейди: аввал шеъринг билан менга татида.

x x x

Яшашдан мақсадим еб-ичиш эмас,
Ундай касларни ҳақиқий инсон демас,
Жонзоду паррандага еб-ичиш мос,
Мендан кимлар наф кўрса бас.

ҲАЁТ ЎЗИ ШУНАҚА

Кулган ҳам кўп, куйган ҳам кўп: ҳаёт ўзи шунақа,
Кетган ҳам кўп, келган ҳам кўп: ҳаёт ўзи шунақа,
Яшаш азобларини оқилу доно киши кўтарар —
Яшаб юришни севган ҳам кўп, севмаган ҳам кўп: ҳаёт ўзи шунақа.
Олган ҳам кўп олдириган ҳам кўп, ҳаёт ўзи шунақа,
Тўғрилар ҳам кўп, фирибгарлар ҳам кўп: ҳаёт ўзи шунақа,
Юлган ҳам кўп, юлдирган ҳам кўп: ҳаёт ўзи шунақа,
Сўлган ҳам кўп, сўлмаганам кўп: ҳаёт ўзи шунақа.
Хайр-эхсон қилган ҳам кўп, бир эҳсон қилмаганам кўп: ҳаёт ўзи шунақа.
Бўхтон, миш-миш қилганлару қилмаганлар ҳам кўп: ҳаёт ўзи шунақа.
Мен баланд деганлар ҳам кўп, мен паст деганлар ҳам кўп: ҳаёт ўзи шунақа.
Тилини тийганлар ҳам кўп, тиймаганлар ҳам кўп: ҳаёт ўзи шунақа.
Порахўр ҳам, юлғуч ҳам кўп: ҳаёт ўзи шунақа.
Ўғри ҳам, тўғри ҳам кўп: ҳаёт ўзи шунақа.
Раҳмоний ҳам, шайтоний ҳам кўп: ҳаёт ўзи шунақа.
Сохта дўст ҳам, чин дўст ҳам кўп: ҳаёт ўзи шунақа...

Карим МАЛЛАЕВ,
Қизириқ тумани.

Нуронийлар ижодидан



Кексаларнинг айтишича,
илгари ҳар дарднинг ўз ши-
фокори бўлмаган. Қишлоқдан
онда-сонда табиблар чиққан.
Дардига даво топганлар улар-
ни ҳурмат билан "Кўзи қарок-
ли табиб", деганлар.

Дил сўзлари

Мен рози бўлдим. Хуллас, П.Ма-
медовнинг йўлланмаси билан туман
тиббиёт бирлашмасининг терапия
бўлимига келдим. Бўлим мудири
Бердимурод Шукуров ўн кун даво-
ланишимни айтди.

Мен даволанишим асносида бу
ердаги шароит вилоят, қолаверса,

РАҲМАТ СИЗГА, ШИФОКОРЛАР!

Соғлиқнинг қадрини инсон бетоб
бўлганда билади. Яқинда тобим
қочиб, туман марказий поликлиника-
сига даволаниш учун бордим. Поли-
клиника бошлиғи, травматолог-врач
Жўра Юсупов мени илиқ кутиб олди.
Сўхбатлашиш жараёнида шикояла-
римни тинглаб бўлгач, аниқ ташхис
қўйиш учун рентгенга тушиш учун
йўлланма ёзиб берди. Рентген нати-
жасини кўриб, оёқ суягим бутунли-
гини, ҳеч қандай хавф йўқлигини айт-
ди. Шундан сўнг врач менга ўткир
нигоҳ билан тикилиб, "Яна нимадан
шикоятингиз бор, айтаверинг",
деди. Мен эса юрагим санчаётганли-
гини билдирдим.

—Юзингиздан сезилиб турибди,
бу иссиқ жазирамада юраги оғриган,
қон босими юқори беморлар жуда
эҳтиёт бўлишлари керак. Маслаҳа-
тим, кардиолог кўригидан ҳам ўтинг!
Шу тариқа кардиолог-врач Панжи
Маметов қабулида ҳам бўлдим. У ҳам-
шира қизга юрагимни кардиограм-
ма қилишини айтди. Эгри-бугри чи-
зиқли тасма шаклидаги махсус
қоғозни врачга кўрсатдим. У бир
қоғозга, бир менга қаради-да:

—Ака, даволанинг, бўлмаса
ёзнинг бу жазирама кунларида роса
қийналиб қоласиз,—деди.

Тошкент шаҳридаги шифохоналар-
дан қолишмаслигига амин бўлдим.
Врач назорати, ички тартиб, ҳамши-
раларнинг беморларга ўз вақтидаги
муолажаси, хонадаги гуллар, тозалик
киши кайфиятини янада кўтаради.

Дардимга кўзи қарокли шифокор-
лардан даво топдим, тонг чоғида эса
ушбу шеъримни битдим:

Сизлар экансиз меҳри дарёлар,
Ҳатто бош эгар тенгсиз дунёлар.
Сизни қутлагай руҳи шод бўлиб,
Ибн Синодек буюк даҳолар.

Эл ардоғида Жўра Юсупов,
Ундан қолишмайди Панжи Мамедов,
Қасамёдига доимо содиқ,
Қўли енгил Бердимурод Шукуров.

Сўзи ширин ҳамшира қизлар,
Касбда одобли, қоши кундузлар,
Олишиб кўпларнинг дуоларини,
Меҳнатда толмас кеча-кундузлар.

Раҳмат айтаман, шу шеърим билан,
Тонг чоғи битдим қалб кўрим билан,
Соғлиқ посбонлари, бахт тилайман,
Таъзим Сизларга, дил сўзим билан.

Ўрол АБРАЕВ,
Ўзбекистон Журналистлар
уюшмаси аъзоси, шоир.

Касаба уюшмалари ҳаётидан

НУРОНИЙЛАРГА ЭЪЗОЗ ВА ЭҲТИРОМ

Инсон ҳар доим эзгуликлар оғуши-
да яшайди. Яхши кунларни, фарзанд-
лари камолини кўрсам, дея ният қила-
ди. Эл-юртга наф келтиришни, бог-
роғлар барпо этишни, ўзидан яхши
ном қолдиришни истайди. Бу эзгу ни-
ятларнинг ижобати эса, шухбасиз, Ва-
танинг тинч-осойишталиги билан чам-
барчас боғлиқдир.

Шукри, Янги Ўзбекистонимиз
тинч, мамлакатимиз обод. Ана шундай
озод юртнинг обод манзилларида эса
сизу биз она-юртимизнинг зўр кувонч
ва катта шодиёнаси — Мустақиллиги-
мизнинг шонли 32 йиллик тўйини хур-
сандчиликлар билан қарши олаяпмиз.

Мустақиллик — азал-азалдан аж-
додларимиз томонидан соғинч билан
кутилган байрам. Ушбу айём баҳона-
сида кеча Термиз шаҳридаги "Сурхон"
тантаналар саройида Ўзбекистон каса-
ба уюшмалари Федерациясининг Сур-
хондарё вилояти кенгаши ҳамда вило-
ят "Нуроний" жамғармаси ҳамкорлиги-
да "Нуронийларга эъзоз ва эҳтиром"
номли маънавий-маърифий тадбир
бўлиб ўтди.

Тадбирда бугун инсон қадри улуғ-
ланаётган юртимизда ўтган даврда
Сурхон воҳасининг ҳар томонлама ри-
вожланишида ўзининг муносиб ҳисса-
сини қўшган фидойи инсонлар, меҳнат
ва касаба уюшма фахрийлари, кекса-

лик гаштини сураётган нуроний отахон
ва онахонлар иштирок этдилар.

Тантанали тадбирни ЎзКУФ вилоят
кенгаши раиси Абдукарим Аҳмедов ки-
риш сўзи билан очиб, нуронийларимиз-
нинг Янги Ўзбекистонни барпо этиш
йўлидаги фидокорона меҳнатларини
эътироф этиш, ёш авлодга ўрнатилган
кўрсатиш лозимлигини таъкидлади.

Сўнгра тадбирнинг бадий қисми-
да шўх қуй ва наволар янграб, таникли
хушовоз санъаткорлар иштирокида
катта концерт дастури бўлиб ўтди. Тан-
тана давомиди сўзга чиққанлар сўнгги
йилларда мамлакатимизда амалга
оширилаётган ислохотлар, ёшлари-
мизни ватанпарвалик руҳида тарбия-
лаш, уларни ҳар томонлама етук, жис-
монан соғлом вояга етказиш юзасидан
кенг кўламли ишларни алоҳида эъти-
роф этиш билан бир қаторда нуроний-
ларга кўрсатилаётган ғамхўрликлардан
бениҳоя хурсанд эканликларини мам-
нуният билан таъкидлашди.

Мазкур тадбирда "Нуроний" жам-
гармаси республика бошқаруви раи-
си, Ўзбекистон Қаҳрамони, сенатор
Содиқжон Турдиев сўзга чиқиб, ўз меҳ-
нати билан давлатимиз эътирофига
эришган сурхондарёлик фахрий инсон-
ларга эҳтиромини билдирди.

Рустам ДАВЛАТОВ,
журналист.

ЎЗИНГИЗНИ ЖАЗИРАМАДАН АСРАНГ!

Бинобарин, иссиқ об-ҳаво туфайли тана ҳарорати кўтарилади, натижада баъзи инсонларда бош айланиши кузатилади. Шунинг учун ҳам жазирама кунлари соя-салқин бўлмаган жойларда юрмаслик керак. Агар кўчада юриш зарурати туғилса, иложи борица табиий матолардан тикилган либос кийиш, қуёш нурларидан сақловчи кўзойнақдан фойдаланиш тавсия этилади. Бош кийимсиз ёки соябон тутмасдан қуёш нури тик тушадиған кўчада юришдан сақланиш даркор.

Кўпроқ суюқлик: сув, чой, яхна ичимликлар ичиш тавсия этилади. Алкоголли ичимликлар, шунингдек, таркибида кўп миқдорда шакар, кофеини бор ичимликлар, энергетикларни ичиш тавсия қилинмайди. Та-надаги суюқлик миқдорини меъёрида сақлаш учун суткасига 2,5-3 литр сув ичиш керак бўлади. Иссиқ кўк чой (шакарсиз) чанқоқни бошқа ичимликларга қараганда яхшироқ босади.

Кун давомида имкон қадар иссиқ ёки салқин ванна қабул қилиш тавсия этилади.

Кўпчиликка ажабланарли туюлар, лекин айтиш керакки, ёзнинг иссиқ кунларида қора (аччиқ) шоколадни истеъмол қилиш инсон саломатлиги учун жуда ҳам фойдали. Айниқса, терингизни қуёш нурларидан ҳимоя қилишда унинг аҳамияти катта бўлиб қолмай, сизни турли нохушликлардан ҳимоя қилади.

Ёғли ва гўштга бой овқатларни

Барчада ёзнинг жазирамасидан қандай сақланиш мумкин, деган савол пайдо бўлади. Бу ерда гап фақат қуёш нурининг теримизни қорайтириб қўйишдан асраш эмас, балки жазираманинг соғлиғимизга салбий таъсирининг олдини олиш ҳақидадир. Чунки чараклаган қуёш остида узоқ вақт бош кийимсиз ёки соябонсиз юрилса, саломатликда салбий ҳолатлар юз бериши мумкин. Бундан ташқари, юрак-қон томир, қон босими билан боғлиқ ҳамда жазирамага таъсирчан касалликлари борлар ҳушини йўқотиши ҳам ҳеч гап эмас.

бундай шароитда камроқ истеъмол қилиш керак бўлади. Шунингдек, жазирамада кичик миқдорларда, тез-тез овқатланиш маслаҳат берилади. Тўйиб овқатланиш, иссиқ ҳароратда организм учун оғирлик қилиши мумкин.

Иссиқ об-ҳаво шароитида иложи борица чекмаслик тавсия қилинади. Шунингдек, ёз фаслида алкоголли ичимликлар истеъмоли ҳам ёмон



Тиббиёт ва
тавсия



оқибатларга сабаб бўлиши мумкин.

Умуман, жазирама иссиқ шароитида бошни салқин сақлаш лозим, яъни ёпиқ жойларда бўлиш, қуёш нурлари остида кўп қолиб кетишдан қочиш керак. Шу билан бирга, кондиционердан фойдаланишда ҳам эҳтиёткор бўлиш, ҳароратни бирданга энг пастки кўрсаткичга тушириб юбориш тавсия этилмайди.

Организмнинг қизиқ кетиши одатда, қаттиқ бош оғриғи, ҳолсизлик, нафас олишнинг қийинлашиши, қайд қилиш ҳолатлари, иситма, ҳушдан кетиш ҳолатларига сабаб бўлади.

Агар сиз ёки сизнинг ёнингиздаги инсон ўзини ёмон ҳис қилишни бошласа, танани совутишга ҳаракат қилиш керак. Бош ва бўйинга совуқ салфеткаларни қўйиш, уларни тез-тез алмаштириш, оёқ-қўлларга совуқ компрессларни қўллаш самарали бўлади. Шунингдек, озроқ миқдорда суюқлик қабул қилиш (унга озгина туз қўйиш мумкин) тавсия этилади.

Вазира ХЎЖАМҚУЛОВА,
ҳамшира.

Ислоҳотлар — амалда

АҲОЛИНИ РЎЙХАТГА ОЛИШ

унинг моҳияти нимада?

Тасаввур қилинг, қўлингизда Ўзбекистон харитаси. Шубҳасиз, унга қараб ҳудудларга доир бирламчи маълумотларни айтиш мумкин.

Масалан, Сурхондарёда қанча аҳоли яшайди, воҳада бандлик масаласи қай аҳволда? Ёки бу ҳудудда нечта таълим муассасаси бор, аҳоли зичлиги қандай ва шунга ўхшаш бошқа муҳим маълумотлар. Бироқ бундай йозаки ва тахминий кўрсаткичлар билан бугунги жадал ривожланиш ва ислоҳотлар даврида узоқни кўзлаб ниманидир режа қилиш қийин, албатта.

Аксинча, қўлимизда ҳар бир ҳудудга доир аниқ фактлар бўлса, режаларимиз ҳам, амалларимиз ҳам манзилли ва пухта бўлади.

Айнан шунинг учун бизга бутун республикани қамраб оладиган ишончли маълумотлар керак ва улар тадрижий равишда янгиланиб борилиши шарт. Бундай аниқ ва яхлит маълумотлар эса аҳолини рўйхатга олиш асосида олинади. Шунга қараб ўтмиш ва бугун ҳақида фикр-мулоҳаза юритиш ҳамда келажакни фаразлаш мумкин. Шунингдек, бу аҳолининг ёши, жинси, миллий таркиби, маълумот даражаси, оилавий ҳолати, бандлиги ва бошқа тавсифлари ҳақида маълумот олишнинг ягона манбаи ҳамдир.

Сироҷиддин ОСТОНОВ,
вилоят статистика бошқармаси бўлим бошлиғи.

СУД-ТИББҲИЙ ЭКСПЕРТИЗА ТЕКШИРУВЛАРИ

жиноятларни аниқлашда муҳим аҳамиятга эга

Жиноят кодексининг махсус қисмида жиноятларнинг қатъий рўйхати берилган бўлиб, уларга одам ўлдириш, баданга шикаст етказиш, номусга тегиш, ўғрилик, талончилик, босқинчилик ва бошқа жиноятлар кiritилиши айтиш мумкин.

Республика суд тиббӣй экспертиза илмий-амалий маркази Сурхондарё филиалининг суд-биологик бўлимига ҳам бу каби жиноятлар билан боғлиқ суд-биологик экспертизалар суд-тергов идоралари томонидан тайинланмоқда.

Юқорида қайд этилган жиноятлар бўйича филиалининг суд-биологик бўлимида қайси экспертиза турлари тайинланиши аниқланади. Филиалининг суд-биологик бўлимига суд, тергов ва суриштирувчи томонидан тақдим этилган иши материалларининг маълумотлари ўрганилиб, баъзи жиноят турларининг, жумладан, номусга тегиш, номусга тажовуз, тан жароҳатлари, қотиллик ва ўғрилик жиноятлари содир этилганлик ҳолатларини таҳлил қилиш

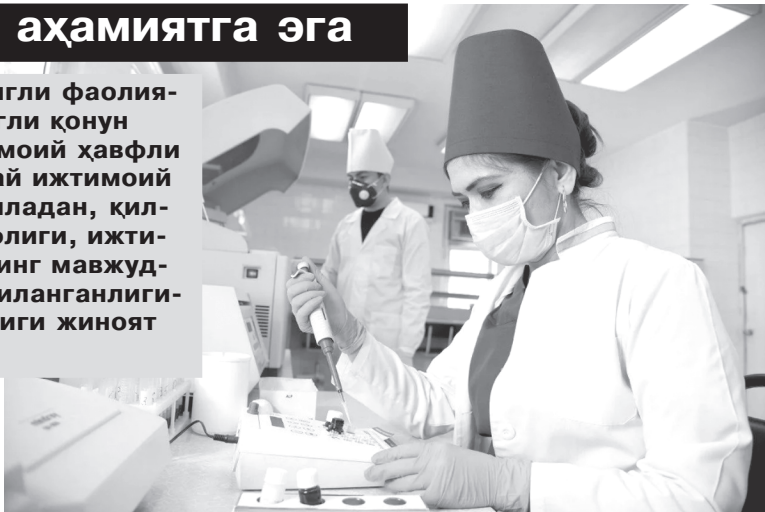
Жиноят — инсоннинг онгли фаолияти, алоҳида кишининг онгли қонун билан тақикланган ижтимоий ҳавфли қилмишидир. Ҳар қандай ижтимоий ҳавфли қилмишда, жумладан, қилмишнинг ҳуқуққа хилофлиги, ижтимоий ҳавфлилиги, айбнинг мавжудлиги, қонунда жазо белгиланганлигининг бир вақтда мавжудлиги жиноят деб топишга асос бўлади.

мақсад қилинди.

Текширув материалларини мазкур бўлимда 2019-2021 йилларда ўтказилган суд-биологик экспертиза хулосалари, экспертиза тайинлаш ҳақидаги қарор ва иш материалларининг маълумотлари ташкил этди.

Олинган натижалар махсус дастур асосида компьютерга киритилди, маълумотлар базаси яратилди ва уларга статистик ишлов берилди.

Ушбу жиноят турлари йиллар кесимида ва умумлаштирилган ҳолатда таҳлил қилинди. Мазкур таҳлил қисқартирилган ҳолатда, жумладан, битта жиноят иши бўйича зарурий 3 та экспертиза тайинланган бўлса, битта жиноят тури деб ҳисоблан-



ган ҳолатда ўтказилди.

Таҳлилларга кўра, 2019-2021 йилларда жами 203 та номусга тегиш, 13 та номусга тажовуз, 123 та қотиллик, 194 та тан жароҳати ва 8 та ўғрилик жиноятлари содир этилган. Натижада 2019 йилда 100 та, 2020 йилда 200 та, 2021 йилда эса 156 та суд-биологик экспертиза тайинланган.

Маълумки, жиноятларнинг содир этилиши шароитлари ва бошқа ҳолатларини аниқлаш учун экспертиза хулосалари жуда муҳим аҳамият касб этади. Шу босидан қонунчилигимизда

экспертиза соҳасини тартибга солувчи бир қатор ҳужжатлар қабул қилиниб, экспертиза тайинлаш, уни ўтказиш тартиби аниқ белгиланган.

Экспертиза тайинлаш ва уни ўтказиш тартиби, авваламбор Ўзбекистон Республикаси Жиноят процессуал кодекси, “Суд экспертизаси тўғрисида”ги қонуни ва бошқа қонунчилик ҳужжатлари билан тартибга солинади.

Жиноят содир этилган ва унга гумон қилинаётган жойларга ашёвий далилларни ўта синчковлик билан кўздан кечириш, уни мавжуд стан-

Таҳлил ва
тадқиқот

дартлар асосида сифатли бажарилишини таъминлаш суриштирув-тергов ходимларининг, шунингдек воқеа жойида мутахасис сифатида иштирок этаётган экспертларининг устувор вазифаларидан биридир.

Биологик хусусиятли ашёвий далиллар текшируви суд-тиббӣй экспертиза илмий-амалий маркази ва лабораторияларига белгиланган қоидаларга асосан олиб бориш ва текшириш лозим.

Мавжуд бўлган доғларни ювиш ва бошқа ҳар хил йўл билан йўқ қилишга уринишда доғлар ашёвий далилларда умуман кўринмаслиги ёки уларнинг ранги ўзгариши мумкин. Бундай ҳолатларда, лаборатория шароитида махсус ишончли усуллар билан ашёвий далиллар текширилгандагина уларда доғлар аниқланиши мумкин. Бу каби аниқ текширишлар суд-тиббӣй экспертизаларнинг аҳамиятини янада оширади.

Каромат ХОЛМАТОВА,
Умида МАХМУДХОНОВА,
РСТЭИАМ Сурхондарё
филиали давлат
экспертлари.

БАЧАДОН КИЧИК БЎЛСА...

—**Шифокорлар менга бачадон кичиклиги (детская матка) деган ташхис қўйишяпти. Кичик бачадон билан ҳам фарзандли бўла оламанми?**

Д.АЛЛАЕВА,
Олтинсой тумани.

—“Детская матка” халқ тилидаги атама бўлиб, у бачадон ўлчамларининг шу ёшга нисбатан кичиклигини билдиради. Тиббиётда бу “бачадон гипоплазияси” дейилади ва 3 та даражаси фарқланади. Келиб чиқиш сабаблари ҳамда оғирлик даражасига қараб баъзан биринчи, камдан-кам ҳолларда иккинчи даражаси ҳам даволаниб, фарзанд режалаштирилади. Афсуски, учинчи даражаси деярли имконсиз. Бу ҳолат асосан қиз боланинг она қорнида ривожланиши ёки балогатга етиш давридаги гормонал бузилишлар туфайли юзага келади УТТ ўтказган шифокор агар бачадон ҳажмини тўғри ўлчаган бўлса, албатта, бачадон кичиклиги ташхисини қўйиши мумкин. Бу ташхисни исботлаш учун баъзан гормонларни текшириб кўришни ҳам тавсия этамиз. Агар уларда ҳам ўзгариш аниқланса, шунга қараб даволаш керакми-йўқми, ҳал қилинади. Беморга айнан қандай гормонларни текшириш кераклигини тайинлаш учун мутахассис унинг анамнезини ўрганади ва ташқи кўриниши баҳоланади, шикоятлари ўрганилади. Ҳар бир ҳолатда хастанинг аҳолидан келиб чиқиб, ўзига хос гормонлар текширилади.



Хулоса шуки, бемор ҳолатида даволанишга тавсия бериладими, бу умид бор дегани! Фақат муолажа ва текширувларни тўғри ўтказиш, мутахассис билан доимий алоқада бўлиб туриш лозим.

Панжи ҚУРБОНОВ,
вилоят перинатал маркази директори.

ҚАБЗИЯТНИНГ ДАВОСИ

—**Қабзиятдан қийналганим туфайли рентген қилдирсам, йўғон ичакларимда яллиғланиш бор экан. Шифокор буюрган ҳаб дориларни ичдим, аммо таъсирини сезмаяпман. Қабзиятдан халос бўлиш учун нима қилай?**

Д.АЛИМОВА,
Термиз шаҳри.

—Ташвишланманг, тузалиб кетасиз. Муолажалар қонга секин сўрилади, шунинг учун бирданига таъсир қилмайди. Балки сизда бу муаммога

ирсий мойиллик бордир. Қабзиятга қарши дори ичиб, ичингизни бўшатиб юраверсангиз, тана шунга ўрганиб қолади. Шифокор буюрган дори-дармонлар қабули тугагач қуйидагиларга ҳам амал қилсангиз мақсадга мувофиқ бўлади.

Наҳорда оч қоринга 2 стакан илиқ сув ичинг. Унга 1 чой қошиқ табиий асал аралаштирсангиз яна ҳам яхши. Чунки сахарда ичилган сув меъда-ичак тизими фаолиятини яхшилайди. Яна духовкада димлаб пиширилган олма ҳам ични яхши суради. Кун давомида 3 дона шундай олма истеъмол қилиш кифоя.

Ухлашдан олдин янги ивтилган 1 стакан қатиққа 1 ош қошиқ ўсимлик ёғи солиб ичиш керак. У ичакларни ҳаракатга келтиради. Қайнатилган сабзи ва лавлаги, олхўри, сули бўтқаларини тановул қилиш, шунингдек, сабзи ва қовоқ шарбати ичиш ҳам қабзиятдан халос этади. Бугдой кепагини қатиққа ивтиб ёки бўтқаларга аралаштириб истеъмол қилсангиз, ичакларни токсин (заҳар)лардан ва хилтлардан тозалайди.

Яна кун давомида маккажўхори попугини дамлаб, ярим стакандан 3 маҳал, оч қоринга ичиб юриш керак. Маслаҳатим, ширинликлар, шўр, аччиқ, куюқ таомлар истеъмол қилманг. Ноннинг ҳам жавдар унидан тайёрлангани маъқулроқ.

Рустам ОДИНАЕВ,
Термиз шаҳар тиббиёт бирлашмаси бошлиғи.

КЎЗОЙНАК ТАҚИШ ШАРТМИ?

—**Қизим 9 ёшда. Кўзидан шикоят қилгач, текширтирсак, бошланғич даражадаги миопия аниқланди. Шифокор унга кўзойнак тақишни буюрди. Наҳотки, кўзойнак тақиш шарт бўлса?**

Ю.ШЕРАЛИЕВА,
Жарқўрғон тумани.

—Шифокор тавсияларига амал қилинг. Кўзойнак бола учун ҳеч қандай хавф туғдирмайди. Аксинча, касаллик тез ривожланиб кетишининг олдини олади. Агар бола кўзойнак тақмай юраверса, мунтазам кўзини қисиб юриши, бирор ни-

**“ТАШАББУСЛИ БЮДЖЕТ”**

лойиҳаси жамоатчилик эътиборида

Мониторинг

“Ташаббусли бюджет” дейишимиз билан қандайдир лойиҳа бўйича овоз бериш жараёнлари ёдга тушади. Жараён қизгин тус олиб, ўз ташкилоти, таълим муассасасига етарли шароит яратишга бел боғлаганларнинг жонбозлик кўрсатишганини яхши биламиз.

Бироқ шу ўринда айтиш жоизки, белгиланган муддатга қадар керакли овоз тўплай олган лойиҳалар голиб деб топилиб, маблағ ажратилгани, бу иш битди дегани эмас. Аксинча, ҳаммаси энди бошланганини англатади.

Маҳалла биносини қуриш, кутубхонанинг техник базасини яхшилаш, мактаб ёки боғчага қўшимча бино қуриш учун “Ташаббусли бюджет” лойиҳасида иштирок этиб, голиб бўлган ташкилот ва муассасалар ажра-

тилган маблағни қандай йўналтираётир? Амалий ишлар самарали ташкил этилганми, хуллас маблағ тўғри ва самарали ишлатилиши белгиланганми?

Масаланинг бу томони ҳам бор. Ана шундай саволларга жавоб топиш мақсадида “Юксалиш” умуммиллий ҳаракати вилоят ҳудудий бўлинмаси томонидан вилоятнинг Термиз шаҳри ва Термиз туманида “Ташаббусли бюджет”нинг 2022 йил якунлари бўйича белгиланган лойиҳаларни амалга оширилганлик ҳолати юзасидан самарали жамоатчилик мониторинги тадбирлари ўтказилди.

Мониторинг давомида лойиҳалар учун маблағларнинг тўлиқ ажратилганлиги, бажарилган ишларнинг, ха-



рид қилинган товарларнинг сифати, кўтарилган муаммо қанчалик ҳал этилганлигига алоҳида эътибор қаратилди. Қолаверса, “Ташаббусли бюджет” лойиҳаси юзасидан аҳоли ҳамда тегишли ташкилотлар вакилларида фикр ва таклифлар олинди.

Жамшид АЛИЕВ,
“Юксалиш” умуммиллий ҳаракати вилоят ҳудудий бўлинмаси бош мутахассиси.

Сўраган эдингиз...

мани кўришга қийналганида унга тикилиб қараши ва кўзини пирпиратишга ўрганиб қолади. Бу ҳолатлар миопиянинг янада тез ривожланишига сабаб бўлади. Кўзойнак таққач эса, табиийки, у бу одатларини ташлайди.

Шифокор болага кўзойнаксиз ўқиш ва ёзишга рухсат бериб, уни фақат узоққа қарагандагина таққиш кераклигини айтса, бу тавсияга қатъий амал қилиш зарур. Бола нафақат доска ёки бошқа нарсаларга қараганда, ҳатто телевизор кўраётганда ҳам кўзойнак тақиши шарт.

Нарзикул МАҲМУДОВ,
вилоят офтальмология шифохонаси бош врач.

КАРДИОНЕВРОЗ АСОРАТИ

—**Менга невроз ташхиси қўйилди. 3 йилдан бери қон босимим 120 га кўтарилади, нафасим сиқади. Ваҳима тутади. Бунга қарши даволанганман, аммо фойдаси йўқ. Хомиладорман, касаллигим болага салбий таъсир қилмайдими?**

В.АЛЛАЕВА,
Денов тумани.

—Сиздаги безовталиқ кардионевроз туфайли юзага келяпти.



Кардионевроз аслида касаллик эмас. Сизнинг руҳиятингизда бир қанча ўзгаришлар кечмоқда, ҳолос. Кардионеврозга асаб тизимининг ўта

таъсирчанлиги, кўп ҳаяжонланиш сабаб бўлади. Сиздаги ҳолатга ҳеч нарсадан хавотирланмай, кўркмай, ўзингизни бўш қўйиб, ҳаётдан завқ олиб, хурсанд бўлиб яшашига барҳам бериши мумкин. Акс ҳолда кардионевроз белгилари давом этаверади. Биринчи ўринда, ўз-ўзингизни тинчлантиришга ҳаракат қилинг, ҳеч нарсадан ёки ҳеч кимдан кўркманг. Вақтни бой бермай, албатта, малакали психотерапевтга кўринишингиз шарт. Ундан керакли маслаҳатлар олинг. Иродангизни мустаҳкам қилиб, бунга қарши, аввало, ўзингиз курашинг. Агарда аҳвол ҳозиргидек кетаверса, бу, албатта, ҳомилага салбий таъсир этиши мумкин. Сизни кўрқитмоқчи эмасман-у, аммо кардионевроз ҳолатидан чиқиб кетиш учун тезроқ ҳаракат қилмасангиз, ўзингиз учун ҳам, туғилажак фарзандингиз саломатлиги учун ҳам акс таъсир этиши эҳтимолдан ҳоли эмас.

Маъруфжон САИДОВ,
вилоят руҳий-асаб касалликлари шифохонаси бош врач.

Бекалар учун**МОЛ ҒЎШТИ ВА ЗАЙТУНЛИ САЛАТ**

Керакли маҳсулотлар: 100 г қайнатилган мол ғўшти, 100 г уруғсиз зайтун, 2 та қайнатилган тухум, 1 та қайнатилган сабзи, 100 г эритилган пишлоқ, салат барги, кўк пиёз, майонез.

Тайёрланиши: Қайнатилган мол ғўштини кичикроқ қилиб тўғранг. Тухумни тозалаб, тўртбурчак шаклда тўғранг. Сабзини арчиб, йирик тишли қирғичдан чиқаринг. Кўк пиёзни ювиб, қурилинг ва тўғранг. Салат барглари устига зайтунли ғўшт, тухум, сабзи, кўк пиёз солиб, майонез қўшинг.

ЖЎХОРИЛИ САЛАТ

Керакли маҳсулотлар: 3 та картошка, 3 та қизил сабзи, 4 та тухум, 3 та бодринг, 1 банка консерваланган жўхори, 300 г маринадланган кўзиқорин, 150 г қаттиқ пишлоқ, 2 та олма, 400 г майонез, туз.

Тайёрланиши: Картошка, қизил сабзи ва тухумни қайнатиб пишинг. Ҳаммасини тозаланг. Олмани ҳам арчинг. Картошка, қизил сабзи, тухум, бодринг, кўзиқорин, пишлоқ ва олмани ҳам тўртбурчак шаклда тўғранг. Ҳамма маҳсулотларни идишга солинг, майонез ва туз қўшиб, аралаштиринг. Салатни тўғралган кўкат билан безатинг.

Пазанда: ГУЛБАҲОР.



2023 йил 27 июнда вафот этган марҳум Маматмуратов Саитмурат Ишпулатовичдан қолган мол-мулклардан ўз улушларини олиш учун меросхўрлардан Жарқўрғон тумани, Ўзбекистон кўчаси, 1-уйда хусусий амалиёт билан шуғулланувчи нотариус Элмуродов Баҳром Гаппарович нотариал идорасига келишлари сўралади.

Ернинг ядроси ер сайёрасининг бутун юзини деярли 45 сантиметрга қоплайдиган олтиндан иборат.

Ернинг ички ядроси тахминан 1220 км радиусга эга. Бу ойнинг радиусининг 70 фоизига тенг. Бундан ташқари, геофизик ва геохимёвий тажрибаларга асосланиб, сайёрамизнинг ички ядроси қуёш билан бир хил ҳароратда деган тахмин мавжуд.

Космик саёхатлар бошланишидан олдин ер кўпинча яшил дунё сифатида тасвирланган. Биринчи бўлиб фантаст ёзувчи Франк Пол "Ажойиб ҳикоялар" журналининг 1940 йил июль ойидаги сониде булутли кўк сайёрани аниқ тасвирлаб берган.

Илмий далиллар шуни кўрсатадики, ер тахминан 4,54 млрд. йил бурун Қуёш туманлигида ҳосил бўлган. Сайёрадаги ҳаёт тахминан 4,25 млрд. йил аввал, яъни ер пайдо бўлганидан кўп ўтмай пайдо бўлган.

Ердаги ҳаёт фаолияти азон қатламини ва ернинг магнит майдонини сақлаб қолади, бу эса ҳаёт учун зарарли қуёш нуруни кучсизлантиради.

Сайёраимиз юзасининг тахминан 70,8 фоизини океанлар ташкил қилади. Қуёш тизимидаги Ердан бошқа сайёралар-

ЕР САЙЁРАСИ

ҳақида қизиқарли далиллар



да сув мавжуд эмас.

Ердаги тоза сувнинг 68 фоизи музликлар, қор қоплами ва абадий музликлардан иборат.

Ерни илк марта космосдан 1959 йил "Эксплорер-6" аппарати суратга олган. Ернинг бутун қиёфаси эса 1967 йил 8 августда Лунар Орбитар В орбитал станцияси томонидан суратга олинган.

Ернинг тарихидаги энг катта қирғин Перм даври охирида (251 млн. йил олдин) содир бўлган, ўшанда сайёрадаги тирик мавжудотларнинг

тахминан 90 фоизи қирилиб кетган.

Ернинг энг юксак нуқтаси Эверест тоғи (денгиз сатҳидан 8848 метр баланд). Энг чуқур жойи эса Мариана чуқурлиги 10 994 метрга тенг.

Энг хавфли цунами 2004 йил 26 декабрда Жануби-шарқий Осиёда содир бўлган. У Ҳинд океанида 9,3 балли денгиз ости зилзиласи бошланишига сабаб бўлган эди. Ўшанда 235 мингдан ортиқ киши ҳалок бўлган.

Ердаги энг токсик ўсимлик бу — ев. У кичкина игнабарг-

Тилсим

ли дарахтнинг бир тури ҳисобланади. Бу дарахтнинг мевасидан ташқари, бутун танаси заҳарли, ҳатто уруғи ҳам.

Агар дунё океани суви ер юзига тенг тақсимланса, 2,7 км.дан ошадиган қатлам пайдо бўлади. Ер юзидаги сувнинг атига 2,5 фоизи тоза сув, қолгани шўр.

Агар буғланиш таъсири бўлмаса, Ер юзидаги ҳарорат 18 °С дан 23 °С гача бўлади. Чунки у аслида 14,8 °С ни ташкил қилади. Ушбу иссиқлик изоляцияси таъсирисиз, эҳтимол, сайёраимизда ҳаёт мавжуд бўлмас эди.

Атмосфера ва космос ўртасидаги чегара тахминан 100 км баландликдаги Карман чизиги бўйлаб ўтади. Ундан баландликда ҳаво парвозлари мутлақо имконсиздир.

Атмосферада тахминан 115 км.гача баландликда кислород мавжуд бўлса ҳам 9 км баландликда одам нафас ололмай қолади.

Ер ғарбдан шарққа қараб айланади. Ҳаракат тўлқинининг тезлашиши туфайли кейинги кунларнинг ҳар бири олдинги кунлардан ўртача 29 наносекундга кўп бўлади.

МУСЛИМА тўплади.

BOSH MUHARRIR:

G'ayrat XUDOYBERDIYEV

BOSH HAMKOR:
Surxondaryo viloyati
sog'liqni saqlash
boshqarmasi

HOMIYLARIMIZ:
O'zbekiston kasaba
uyushmalari
Federatsiyasining
Surxondaryo viloyati
kengashi;
Viloyat sanitariya-
epidemiologik
soyishtalik va jamoat
salomatligi xizmati
boshqarmasi.

TAHRIR HAY'ATI:

**Komil Abdivohidov,
Abdukurim Ahmedov,
Abdusamad Mustanov,
Abdurashid G'aniyev,
Botir Mamasoatov,
Mustafo Sattorov,
Ravshan Qo'yliyev,
Rustam Odinayev,
Chori Qoraqulov,
Po'lat Soliyev.**

MUASSIS:

"Tibbiyot va hayot press
ijodiy uyi" mas'uliyati
cheklangan jamiyati.

Nashr indeksi - 477.

**Gazeta 2013 yil 15
martda 11-058 son bilan
O'zbekiston Matbuot va
axborot agentligi
Surxondaryo viloyati
hududiy boshqarmasida
qayta ro'yxatga olingan.**

ISSN 2010-9199.

Tahririyat manzili:

190100, Termiz shahri,
Barkamol avlod
ko'chasi, 30-uy.
Telefon: (97) 552-86-93.

**Hajmi: 2 bosma taboq.
Qog'oz bichimi A-3.
Adadi-3900.
Buyurtma № —**

**"Tibbiyot va hayot"
gazetasi o'z kompyuter
markazida terildi va
sahifalandi.**

**Gazeta
"Photo Express"
ishlab chiqarish
korxonasida ofset
usulida chop etildi.
Bosmaxona manzili:
Qarshi shahri, Mustaqillik
shoh ko'chasi, 22-uy.**

**Tahririyatga kelgan
xatlar qaytarilmaydi va
mualliflar fikri tahririyat
nuqtayi nazaridan farq
qilishi mumkin.**

Ⓣ - tijorat material.

**Ko'chirib bosilganda
"Tibbiyot va hayot"dan
olinganligi ko'rsatilishi
shart.**

**Navbatchi muharrir:
Ch. JUMAQULOV**

**Sahifalovchi:
Tohir RAHMONQULOV**

**Bosishga topshirish — 14⁰⁰.
Topshirildi — 14⁰⁰.**

ЭЗОП МАСАЛЛАРИ

ШЕР БИЛАН АЙИҚ

Шер билан Айиқ бир ёш буғуни тутиб олишди ва уни талашиб жанг бошлашди. Улар то силлалари қуриб, кўзлари тингунча жонжаҳдлари билан олишиб, ахийри ҳолдан тойиб йиқилиб қолишди. Шу маҳал бу ердан ўтиб кетаётган тулки буғу жасадининг икки ёнида чўзилиб ётган Шер билан Айиқни кўрди ва уларнинг беҳоллигидан фойдаланиб буғуни судраб олиб қочиб кетди. Шунда қимирлашга ҳам мадорлари қолмаган Шер билан Айиқ: "Шўримиз қурисин! Бундан чиқди, ҳали биз тулки учун тер тўкиб ҳаракат қилган эканмиз-да?" дейишди.

Ахир, югурганники эмас, буюрганники, деб бекорга айтишмаган-да!

ШЕР БИЛАН ҚУЁН

Бир куни Шер ухлаб ётган Қуёни топиб олди ва уни емоқчи бўлиб, энди оғзига олиб борган эди, шу пайт қутилмаганда унинг ёнгинасидан бир буғу югуриб ўтди. Шер Қуённи ташлаб, буғу орқасидан кува кетди, лекин минг қувлагани билан унга ета олмади ва топган Қуёнимдан қўямасин, деб орқасига қайтиб келди. Лекин Қуён уйғониб, аллақачон жуфтаси билан қолган эди. Шунда Шер Қуёндан ҳам айрилганини кўриб, деди: "Минг лаънат!

Узоқдаги ўлжани деб, қўлимдагисини қўйвориб ўтирибман мен, аҳмоқ!"

Баъзи одамлар ҳам шундай: доимо келиб турган мўътадил даромадга қониқмай, каттароқ ўлжага кўз тикадилар ва бор бойликларидан ҳам мосуво бўладилар. Ваҳоланки элда, узоқнинг хазинасидан яқиннинг насибаси яхши, деган доно гап бор.

ШЕР, ЭШАК ВА ТУЛКИ

Шер, Эшак ва Тулки ҳамжиҳат бўлиб яшашга қарор қилишди ва биргаликда ов қилгани равона бўлишди. Уларнинг овлари бароридан келиб, бирталай ўлжа тўплашди. Шер ўлжани тақсимлашни Эшакка буюрди. Эшак ўлжани тенг учга бўлди ва Шерга, танла, деб айтди. Фазаби қайнаган Шер Эшакни ғажиб еб қўйди ва энди ўлжани бўлишни Тулкига буюрди. Тулки жамики ўлжани бир тўп қилиб ўйди, ўзига эса, қиттаккина нарса қолдириб Шерга, танла, деб айтди. Шунда Шер Тулкидан: "Ўлжани бундай яхши тақсимлашни кимдан ўргандинг?" деб сўради. "Марҳум Эшакдан", деб жавоб қилди Тулки.

Бинобарин, яқин кишиларининг бошига тушган бахтсизлик одамлар учун сабоқ бўлар экан.

Хазина

ДОНОЛАР БИСОТИДАН

Фалсафа оломонга кўз-кўз қилиш учун айёрларча ўйлаб топилган эрмак эмас, амалда намоён бўлади.

Маънавий қулликдан шармандалироқ мутелик йўқ.

Кулфат ташқаридан келмайди, у бизнинг ўзимизда, ич-ичимизда.

Кичик қайғу кишини сўзлатади. Каттасига эса сўз йўқ.

Ҳар қандай пастқам ердан ҳам осмонга кўтарилиш мумкин.

Фалокат юз берган чоғда қалтис қарорлар қабул қилишга тўғри келади.

СЕНЕКА.

Ҳаддан ортиқ шодлик ҳам инсонни эзиб юборади.

Ҳеч нарса билмагандан кўра керагидан ортиқ билган афзалроқ.

Ўргатиш асосида ўрганама.

Хафагарликдан қутилишнинг энг яхши йўли кечиришдир.

Буюк тақдир буюк қулликдир.

Баъзи ёзилмаган қонунлар ёзилганларидан кучлироқдир.

Ҳар қандай лаззат хавф-хатарни кучайтиради.