



TIBBIYOTNOMA

TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI NASHRI № 08 2021 YIL 29 Sentyabr



1 oktyabr – O'qituvchi va murabbiylar kuni

O'QITUVCHI VA MURABBIYLAR KUNI MUBORAK BO'LSIN!

Akademiyaning qadrlı professor-o'qituvchilari, hurmatli ustozlar! Siz azizlarni yaqinlashib kelayotgan O'qituvchi va murabbiylar kuni bilan samimiy tabriklayman.

Dunyodagi ming-minglab kasblar orasida ikkita kasb – shifokorlik va o'qituvchilik kasbi borki, ular, toki hayot bor ekan, o'zining ma'no-mazmunini va olijanobliligini, ahamiyati va hurmatini hech qachon yo'qotmaydi.

Mamlakatimizda yoshlarning huquq va manfaatlarini ta'minlash, ta'lim olishi, mehnat qilishi, bilim va qobiliyatini ro'yobga chiqarishi uchun zarur sharoitlar yaratilmoqda. Yurtimizda 2021 yilning «Yoshlarni qo'llab-quvvatlash va aholi salomatligini mustahkamlash yili», deb e'lon qilingani buning yana bir amaliy ifodasi bo'ldi.

Shuni alohida ta'kidlash joizki, Toshkent tibbiyot akademiyasi ilmiy, tashkiliy va boshqa jarayonlarda qo'lga kiritilayotgan yutuqlarni ustozlar ishtirokisiz tasavvur qilish qiyin. Ularning sharafli, ammo zahmatli mehnatdagi, ilmiy-ijodiy izlanishdagi hamda o'quv jarayonidagi jon fidoligini yuksak qadrlaymiz.

Izlanuvchan, iqtidorli, har tomonlama yetuk, faxrlanishga arziydigan talabalarimiz safi yil sayin ortib borayotganligi bizni behad shod etadi.

Hech kimga sir emas, bugungi kunda faqat yuksak bilimli, zamonaviy, mustaqil fikrlaydigan, intellektual rivojlangan va amaliy kasb-hunarlarga ega bo'lgan yoshlarga buyuk kelajakni ta'minlashi mumkin. Ana shunday yetuk mutaxassis yoshni Siz tarbiyalab, voyaga yetkazasiz

Qadri baland, muhtaram ustoz-murabbiylar! Sizlarni kasb bayramingiz bilan yana bir bor muborakbod etaman.

Sizlarga sihat-salomatlik, uzoq umr, oilaviy baxt, xonadonlaringizga tinchlik-omonlik, dasturxoningizga fayzu baraka tilayman. Ilmiy va ijodiy faoliyatingizda ulkan yutuqlar va omad yor bo'lsin.

A.SHADMANOV,
Toshkent tibbiyot akademiyasi rektori

BUGUNGI XALQIMIZ – KECHAGI XALQ EMAS

Barchamizga ma'lumki, mamlakatimizda siyosiy jarayon saylov jarayonlariga katta tayyorgarlik ishlari amalga oshirilmoqda. Dunyo ahamiyatiga molik siyosiy jarayonlarda respublikamizda faoliyat yuritayotgan partiyalardan nomzodlarning saylov dasturlari keng jamoatchilikka ma'lum qilinmoqda.

Kuni kecha O'zLiDePning navbatdagi X s'yezdida partiyadan prezidentlikka nomzod sifatida Shavkat Mirziyoyev tasdiqlandi. Nomzod oldingi Prezident saylovida ilgari surilgan dasturdagi vazifalar ijrosiga to'xtalib o'tdi. Shavkat Mirziyoyev o'zining Saylovoldi dasturi doirasida kelgusi besh yilda amalga oshiriladigan ishlar borasida so'z yuritir ekan, jumladan, 7 mingdan ziyod yangi bog'cha qurish orqali maktabgacha ta'limdagi qamrovni 80 foizga yetkazish, maktablarni rivojlantirish davlat dasturini ishlab chiqish, 1,2 mln. o'quvchi o'rni yaratish, qolaversa, oliy ta'lim qamrovini 50 foizga, xususiy oliygo'harlar sonini esa 50 taga yetkazish, 100 ming o'rinni talabalar yotoqxonalarini barpo etish rejalari ma'lum qilindi. Shavkat Mirziyoyev o'zining Saylovoldi dasturida kelgusi 5 yilda sanoat mahsulotlari hajmi 1,4 barobar, mehnat unumdorligi esa kamida ikki marta oshirilishini aytib o'tdi. Xalqaro magistral internet tezligi 5 barobarga, tumanlararo tarmoqlar tezligi 8 barobarga oshirilishi qayd etildi. O'zLiDePning 10-s'yezdida partiya nomzodi, Shavkat Mirziyoyev Prezidentlik davrida amalga oshirilgan islohotlar, erishilgan yutuqlar haqida ma'lumot berdi.

(Davomi 2-betda)

Hikmat



Ustoz – misli yonib turgan sham



Hikmat

(Boshi 1-betda)

Jumladan, 300 ga yaqin qonun, 4 mingdan ziyod Prezident farmoni va qarori qabul qilingani aytiladi. «Har qanday islohot quruq raqamlarda emas, balki, eng avvalo, aholining kundalik hayotida, uning dasturxonini va ro'zg'orida o'z aksini topishi zarur», – dedi Sh.Mirziyoyev.

Dasturda mamlakatimizni dunyoning 50 ta rivojlangan, iqtisodiyoti barqaror o'sayotgan va inson kapitali yuqori bo'lgan, demokratik davlatlari qatoriga O'zbekistonning kirishini ta'minlash g'oyasi ilgari surilgan. «Yangi O'zbekiston: "raqamli" va axborot jamiyatiga ega mamlakat», "Axborot sohasi liberallasuvi – jamiyat taraqqiyoti garovi", "Kuchli va adolatli fuqarolik jamiyatiga ega yangi O'zbekiston" g'oyalari Saylovoldi dasturining asosiy negizi bo'lib xizmat qilmoqda.

Millatning gullab-yashnashiga faqat kuchli va adolatli fuqarolik jamiyati barpo etilgan sharoitdagina erishish mumkin. Bunda barcha qarorlarni qabul qilishda fuqarolar va ularning birlashmalari fikrlari inobatga olinadi. Saylovoldi dasturida O'zbekistonning dunyoda sog'liqni saqlash tizimida yuqori samaradorlikka erishgan eng ilg'or 30 ta mamlakat qatoriga kirishi

ana shu maqsadlarga erishish uchun mamlakat sog'liqni saqlash tizimi, aholiga ko'rsatiladigan tibbiy xizmatlarni dunyodagi ilg'or mezonlar darajasiga olib chiqish, kasallanish ko'rsatkichlarini pasaytirish va aholining uzoq umr ko'rishini ta'minlashga yo'naltirilgan "Aqlli tibbiyot" konsepsiyasini joriy etish maqsadi amalga oshirilishi ta'kidlandi.

Yangi O'zbekiston: inson kamoloti va iqtidori qadrlanayotgan

BUGUNGI XALQIMIZ – KECHAGI XALQ EMAS

mamlakatga aylanishi va bu borada O'zbekistonning ta'lim va intellektual rivojlanish darajasi bo'yicha dunyoda eng yuqori reytingga ega 30 ta davlat qatoridan joy olishini ta'minlash jumladan yuksak inson kapitali, jamiyatni intellektuallashtirish, maktab, o'rta maxsus va oliy ta'lim tizimida raqobat muhitini shakllantirish, ta'lim-tarbiya sohasidagi qonunchilikni takomillashtirish, yoshlar o'rtasida kitobxonlikni keng targ'ib etish kabi masalalarga alohida e'tibor qaratish, ilmiy-tadqiqot va innovasion faoliyatning qo'llab-quvvatlanishi, amaliyotga ilmiy va innovasion yutuqlarning joriy

qilininishini rag'batlantirish, ilmiy-tadqiqot muassasalari faoliyatini takomillashtirish, oliy o'quv yurtlarida akademik fan va ta'lim jarayoni integratsiyasini chuqurlashtirish, yosh olimlarni ilmiy-tadqiqot faoliyatiga jalb qilish uchun qulay shart-sharoitlarni yaratish ko'zda tutilgan.

Yangi O'zbekiston – baxtli insonlar mamlakati. Barkamol, erkin, kuchli va jasur yoshlar – jamiyat tayanchi, kelajagimiz bunyodkorlaridir. Har jihatdan barkamol, mustaqil fikrlaydigan, Vatanga sodiq, qat'iy hayotiy qarashlarga ega yoshlarni tarbiyalash, ularning intellektual, ma'naviy salohiyatini, ijtimoiy faolligini oshirish

muhim vazifalaridan bo'lgan va shunday bo'lib qolmoqda. Bugun fuqarolar, yoshlarning siyosiy, huquqiy madaniyati va ongini oshirish, ularda faol fuqarolik pozitsiyasini, siyosiy jarayonlarga ongli munosabatini o'zgargan. Ishonamizki, bu yilgi saylov jarayonlari yuksak demokratik davlatni barpo etish asnosida adolatli, shaffof ertangi kunning istiqboli uchun xizmat qiladigan munosib yurt egasi saylanadi. Zero, bugungi xalqimiz – kechagi xalq emas.

Nigora HAKIMOVA,
TTA akademik litseyi Yoshlar bilan ishlash hamda ma'naviy-ma'rifiy ishlar bo'yicha direktor o'rinbosari

O'ZBEKISTON OTORINOLARINGOLOGLARINING V SYEZDI

O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi, Toshkent tibbiyot akademiyasi va O'zbekiston vrachlar assosiasiyasi tomonidan "Zamonaviy Otorinologiya: muammo va innovatsiyalar" mavzuda O'zbekiston Otorinologlari V syezdi bo'lib o'tdi.

Asosiy vazifa otorinologiya sohasidagi so'nggi tadqiqot natijalarini taqdim etish, yangi tendentsiyalar va eng istiqbolli tadqiqot yo'nalishlari va ularning natijalarini amalda tatbiq etish.

Turli yo'nalishdagi tibbiy va ilmiy muassasalar orasida o'zaro aloqalar va axborot maydonini kengaytirish Otorinologlarning V kongressida

fikr va tajriba almashinadigan maydonga aylandi.

Bu esa barcha tibbiy tizimlarning birlashishiga turtki bo'lib mutaxassislar o'rtasida o'zaro tajriba almashish va kasbiy takomillashishi hamda zamonaviy tibbiy texnologiyalarning rivojlanishi uchun yangi imkoniyatlar yaratadi.

TTA Matbuot xizmati



Ustozlar – yurtning eng aziz, eng ulug' va mo'tabar kishilaridandir



YANGI O'ZBEKISTON STRATEGIYASI

Kuni kecha Tadbirkorlar va ishbilarmonlar harakati – O'zbekiston Liberal-demokratik partiyasining X s'yezdi bo'lib o'tdi. Unda O'zbekiston Respublikasi Prezidenti, O'zLiDep tomonidan prezidentlikka tavsiya etilgan nomzod Shavkat Mirziyoyev ishtirok etdi.

Unda Prezident Shavkat Mirziyoyevning "Yangi O'zbekiston Strategiyasi" nomli yangi kitobi taqdim etildi. Kitobda Yangi O'zbekiston va Uchinchi Renessansni qurish bo'yicha qilinayotgan ishlar va milliy taraqqiyot istiqbollari haqida fikr yuritiladi. Kitob muqaddima, 7 bo'lim va xotimadan iborat. Bo'limlar quyidagicha nomlangan: "Yangi O'zbekiston strategiyasi", "Xalqparvar davlat", "Milliy iqtisodiyotni rivojlantirish", "Adolatli ijtimoiy siyosat", "Ma'naviy taraqqiyot", "Xavfsizlik va tashqi siyosat", "O'zbekiston va umumbashariy muammolar".

Kitob Yangi O'zbekistonni va Uchinchi Renessans poydevorini barpo etish borasida amalga oshirilayotgan tub o'zgarishlar va islohotlarning maqsadi, mazmun-mohiyati hamda ustuvor yo'nalishlari, milliy taraqqiyot istiqbollari haqida fikr yuritiladi. Kitob: "Yangi O'zbekiston orzusi, bugungi kunlarimizga nisbatan aytganda, hozirga davrning taqozosi, uning asl qiyofasini, harakatlantiruvchi kuchlari va omillarini belgilaydigan g'oyaviy-ma'naviy asos, xalqimizga xos yaratuvchanlik shijoati va keng ko'lamlil islohotlarimizning yaqqol ifodasidir", so'zlari bilan boshlanadi.

Mazkur asar kitobxonlarda Yangi O'zbekistonning zamonaviy demokratik qiyofasi qanday yaratilayotganligi, mamlakatimizni yangi rivojlanish bosqichiga ko'tarish uchun belgilab olingan strategik yo'l haqida yaxlit tasavvur hosil qilish imkonini beradi. Asarda bugungi kelajak avlodga qaratilgan "Ta'lim va tarbiya: yangi imkoniyatlar" bo'limida faqat ma'rifat insonni kamolga, jamiyatni taraqqiyotga yetaklaydi deya ta'kidlanadi. Asrlar davomida nafaqat O'rta Osiyoda balki butun dunyoda ta'lim va tarbiyaga alohida e'tibor qaratilgan. Chunonchi, bugungi kunda ham qator rivojlangan davlatlar yuksak taraqqiyot va turmush farovonligiga avvalo ilm-fan va ta'limga bo'lgan e'tibor orqali erishib kelmoqda. Asarda e'tirof etilishicha donishmand xalqimiz har ikki Renessans davrida jahonning eng ilg'or, taraqqiy etgan xalqlari qatorida bo'lgani barchamizga ulkan g'urur va iftixor bag'ishlaydi. Bugun buyuk ajdodlarimizning bebaho merosiga tayanib, yangi Renessans poydevorini yaratishda barcha imkoniyatlar mavjuddir. Asarda ta'kidlangandek, farzandlar tarbiyasida eng asosiy bo'g'in maktabgacha ta'lim tizimi, umumiy o'rta ta'lim, oliy ta'limga maqsadli yondoshuvdir. Bugun "Yangi O'zbekiston maktab ostonasidan boshlanadi" degan ulug' g'oya mamlakatimiz maktab ta'lim tizimini umummilliy harakatga aylantirmoqda. Umumiy o'rta ta'limda "vazir soati", "tadbirkor va bankir soati" dars amaliyoti joriy etilishi ta'kidlab o'tilgan. Yosh avlod tafakkurini rivojlantirish diniy ulamolalar, ma'rifatparvarlar suhbatlari lozim ekanligi ta'kidlangan. Asarda "Tarbiya" darslarining joriy etilishi – yuksak ma'naviyat va kamolotga yetaklovchi katta kuch ekanligi aniq tasvirlangan. Umumta'lim tizimiga "Ma'naviyatshunoslik" fanining kirib kelishi aniq fuqarolik pozitsiyasiga ega bo'lgan, jamiyat, davlat manfaatlarini himoya qiladigan, xalq hayotidagi o'zgarishlar va islohotlarda faol qatnashadigan zamonaviy va keng tafakkurli yosh avlodni shakllantirishda muhim vazifa bo'lib xizmat qiladi.



"2022-2030 yillarda O'zbekiston Respublikasida uzluksiz ta'lim va tarbiya sohasini gumanitarlashtirish strategiyasi" yaratilishi amalga oshirilishi belgilab o'tilgan. Ta'lim sohasidagi eng asosiy vazifa bugungi kun uchun zarur bo'lgan yangi avlodni, ilm-fan va o'z ixtisosligi asoslarini puxta egallagan, bilimli yoshlarni tarbiyalashdan iborat.

Asar chin ma'noda kelajak egalarning ertangi kuni uchun ulug' qo'llanma, dasturlamal bo'lib xizmat qilishi shubhasizdir. Zero, Yurtboshimiz "Qadri o'g'il-qizlarim, siz istiqloq farzandlari, ozod va erkin, hur fikrli insonlar sifatida hayotga dadil kirib kelayotganingiz biz uchun eng katta baxt, katta davlatdir. Men ishonamanki, sizlar zamonaviy bilim va taraqqiyot cho'qqilarini puxta egallab, biz boshlagan ulug' ishlarni munosib davom ettirasiz. Aminmanki, yuksak salohiyatli xalqimiz o'zining g'ayrat shijoati va fidokorona mehnati bilan yurtimizda Yangi O'zbekistonni – Uchinchi Renessansni bunyod etishga albatta qodir. Bugun biz yagona xalq, yagona millat bo'lib ko'zlagan yuksak maqsadlarimiz sari dadil bormoqdamiz. Vujudimiz, qonimizda ajdodlarimizdan meros buyuk qudrat urayotgan ekan, biz ezgu orzu va maqsadimiz bo'lmish Yangi O'zbekistonni albatta bunyod etamiz. Jonajon Vatanimiz har tomonlama obod va farovon, erkin demokratik mamlakatga aylanadi". Bugun biz ulkan niyatlar bilan poydevorini qo'yayotgan yangi Uyg'onish davri Uchinchi Renessans mamlakatimizda xalqimiz hayotini farovon qilish va kelgusi avlodlarga munosib meros qoldirishga xizmat qiladi.

Ushbu kitob xalqimizning Yangi uyg'onish davri asoslarini yaratish bilan bog'liq ezgu-orzu niyatlarini, amalga oshirish borasidagi eng muhim vazifalarni tahlil etadi. "Yangi O'zbekiston strategiyasi" kitobi ertangi kunimiz va ertamiz egalari bosib o'tayotgan nurafshon yo'lning nurli shamchirogi bo'lib xizmat qiladi.

Anvar SHERMURATOV,
TTA akademik litseyi ijrochi direktori



1 oktyabr – O'qituvchi va murabbiylar kuni

BAXT BELGISI – BILIMDIR

Xalqimizda azal-azaldan katta xonadon, katta sulola degan ta'riflar bor. Nasl-nasiba hunardanmi, ziyodanmi suv ichgan, tarbiyalagan farzandlarining elu-yurtga boshqalardan ko'proq va ho'broq nafi tegadigan oilalar haqida shunday yaxshi so'zlar aytiladi odatda.



Hamidulla Magzumovni Toshkent tibbiyot akademiyasida hamma yaxshi taniydi. Kimdir, «Farzandimga ilm bergan ajoyib ustoz», deya izzatlasa, boshqa birov «Biz u kishi yozgan kitoblarini o'qib odam bo'lganmiz», deya mualliflik ishlariga hurmat bildiradi. Yana kimdir, «Ajoyib farzandlar tarbiya qilgan, har biri insonlarga kerak bo'ladigan sohani egallagan», deya ulug'lasa, yana boshqasi «Juda zo'r tashkilotchi, murabbiy va ustoz. Hammamizni yaxshilik atrofiga birlashtiradi», deya insoniylik fazilatlarini alqaydi. Aslida Hamidulla Magzumov bu chin dildan aytilgan va aytilayotgan e'tiroflarning bariga loyiq inson.

Qariyb ellik yillik ish faoliyati davrida Hamidulla Magzumov malakali shifokor, o'z kasbining ustasi, salomatlik fidoyisi va eng asosiysi suyuqlik ustoz sifatida yurtga tanildi, izzat va obro' topdi.

Shoir shunday yozgan ekan:

*Mehnat-mashaqqatsiz o'tgan damlarni,
Umrin hisobiga qo'sha olmayman.*

Darhaqiqat, mehnatu mashaqqatlar insonni ulg'aytiradi, irodasini sinovdan o'tkazadi, vaqtlar o'tib, qiyinchiliklar ortda qoladi va inson kamolotga erishadi, ma'nau yuksaklik sari ko'tarilaveradi.

H. Magzumov umrining o'tli yillarini eslasa mamnun bo'ladi, chunki u ana shu yillar davomida kasb qiyinchiliklarini o'z ilmi va iqtidori bilan yengib o'tdi, insonlar

salomatligini yaxshilash yo'lida fidoyilar qatorida bo'ldi, o'zidagi bor pedagogik mahoratini ishga solib talabalarga ilm berdi, el-yurtga naf keltirib yashadi.

«Foydasiz, beiz ketgan kunlarimni eslolmayman, bu mening doim harakatda bo'lganim tufaylidir, kishilarga naf keltirib yashayotganimni o'ylab xursand bo'laman», deydi Hamidulla Magzumov.

O'rta maktabni oltin medal bilan yakunlagan Hamidulla Magzumov 1963 yili Toshkent Davlat Tibbiyot institutining davolash fakultetiga o'qishga kirib, uni a'lo baholar bilan 1969 yil bitiradi. Ushbu institutning davolash fakulteti yuqumli kasalliklar kafedrasida klinik ordinatori, aspiranti, assistenti vazifalarida faoliyat olib borgan. 1975 yil Hamidulla Magzumov tibbiyot fanlari nomzodligi dissertasiyasini muvaffaqiyatli himoya qiladi va o'z oldiga qo'ygan orzularidan biriga erishadi. Kafedrada u talabalarga yuqumli kasalliklar bo'yicha o'z bilim va tajribasini sidqidildan o'rgatib, katta o'qituvchi va nihoyat 1990 yildan o'zi ishlab turgan kafedrada dosentlik lavozimida faoliyat yuritish boshlaydi.

Biz yuqorida Hamidulla Magzumovni yuqori tashkilotchilik qobiliyatiga ega inson deya bejiz aytmadik, boisi 1981 yildan 1990 yilgacha sanitariya-gigiyena fakulteti dekanatida katta kurslar bo'yicha dekan muovini, 1990 yildan 2005 yilgacha davolash fakultetida yuqori kurslar bo'yicha dekan muovini, va nihoyat 2005 yildan 2015 yilgacha tibbiy pedagogika fakulteti dekanatida katta kurslar bo'yicha dekan muovini vazifasini qoyilmaqom qilib bajarib keldi. Biz yuqorida katta sulolali xonadon degan fikr bilan hikoyatimizni bejiz boshlamadik. Hamidulla Magzumov xonadoni ana shunday tabarruk, ulug' olimlar, tibbiyot olimlari yetishib chiqqan xonadonlardan biri desak mubolag'a bo'lmaydi. Darhaqiqat, Hamidulla Magzumovni otalari Bashir Hikmatullayevich tibbiyot fanlari doktori, professor maqomiga ega bo'lib, uzoq yillar ToshMI dargohida faoliyat olib borganlar. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vaziri lavozimida ham faoliyat olib borganlar. Onalari Muborakxon Magzumova oila shifokori, rafiqalari Gavhar Magzumova shifokor pediatri, o'g'illari Ilhomjon Magzumov

jarroh, dosent, Bahromjon akusher-ginekolog, dosent, qo'yingchi bu ro'yxatni uzoq davom ettirishimiz mumkin. Bir so'z bilan aytganda shifokorlar sulolasi, shifokorlar oilasi, Magzumovlar xonadoniga hamma havas bilan qaraydi va qarab kelmoqda.

Ayni kunlarda ustoz TTA yuqumli kasallik va bolalar yuqumli kasalliklar kafedrasida dosent lavozimida faoliyat olib bormoqdalar. Hamidulla Magzumov hamon o'qish, izlanish va bilim olishda mashoyixlar baxt belgisi bilimdir degan naqni bekorga aytmaganlar. «Shifokor olim o'z ustida ishlashdan to'xtamasligi lozim. Zero, uning pishiq-puxta fikru mushohadasi sohaga yangicha taklif va mulohazalari avvalo shogirdlariga, qolaversa tibbiyotimiz ravnaqiga katta naf keltiradi. Men shunga amal qilishga odatlanganman», deydi Hamidulla Magzumov.

Hamidulla aka nihoyatda pokiza, kamtarin, xayrli va ezgu ishlarini sadoqat va shijoat bilan amalga oshirayotgan millatparvar insondir. Halol mehnat, pokiza qalb, o'tgan kunlarga shukronalik, insoniy-ma'naviy odob-ahloqni tinmas targ'ibotchisi, o'zi esa barcha insoniy fazilatlar bo'yicha hammaga ibrat bo'luvchi ustozdir. Baxtimizga omon bo'ling, har doim yoru do'stlar e'zovi va el ardog'ida yuring. Biz sizdek ustozning borligidan faxrlanib, Sizga omad va yangidan yangi yutuqlar tilaymiz. Hamidulla Bashirovich Sizning bosib o'tayotgan bu ibratli hayot ko'pchilik yoshlarimizga ibrat bo'ladi.

*Domlada bisot yo'q kitobdan boshqa,
Qalbida lahza cho'g' oftobdan boshqa.
Shogirdlar kamolin ko'rsa bo'lgani,
Qolgan kerakmas savobdan boshqa.*

deya Sizni yana bir bor O'qituvchi va murabbiylar kuni bilan ehtiromlab qolamiz muhtaram ustoz.

**Qutbiddin NIZOMOV,
Respublika Sog'liqni
saqlash a'lochisi,
Turon fanlar Akademiyasi akademigi,
Alijon ZOHIDIY,
Rossiya «Inson salomatligi va
Ekologiya» ilmiy akademiyasi muxbir
a'zosi, Ulug'bek jamg'armasi mukofoti
sovrindori, dosent**



Mehnat va badantarbiya faqat ijtimoiy emas, balki biologik toifadir. U insonning shakllanishida juda katta ahamiyat kasb etgan. Nima uchun mehnat va sport bilan shug'ullanib yurgan odamlar kamroq kasallanadilar?

Hamma gap shundaki, mehnat, jismoniy harakat hech qachon hech kimga ziyon yetkazmagan, undagi kasalliklar esa mehnat va dam olish rejimiga rioya qilinmaganligi oqibatidan.

Kuchli va surunkali charchash bosh va boshqa a'zo hamda tizimlarning og'riqlarini keltirib chiqaradi, bunday og'riqlar tegishli dam olinganidan keyin o'z-o'zidan o'tib ketadi.

Mehnat faoliyatini ikkita asosiy turga bo'lib o'rganish mumkin: jismoniy va aqliy mehnat. Ayrim mutaxassislar uchinchi turni, ya'ni jinsiy mehnatni ham farqlashadilar. Mehnatning har qanday turida asab tizimi ishtirok etadi. Shu bilan birga aqliy mehnatda ham u yoki bu guruhga mansub mushaklar ishtirok etadi. Har qanday mehnat aniq oraliqlar bilan takrorlanishi lozim. Agar dam olish oraliqlari bo'lmasa, mushaklarda yig'ilib qolgan sut va pirovinograd kislotalari asab tolalarini zaharlashi hisobiga og'riqlar kelib chiqadi.

Dam olish va butunlay harakatsizlik – bir narsa emas. Dam olish faol bo'lish ham mumkin, ammo harakatsizlik faol bo'lolmaydi. Insonning aqliy mehnati jarayoni ham davriy qo'zg'alish va tormozlanish bilan kechadi, bu marom miyaning uzoq muddatlik ishlashini ta'minlaydi. Aqliy mehnatni jismoniy, kezi kelganida jinsiy mehnat bilan almashlab turish ish qobiliyatining yuqori bo'lishini ta'minlaydi. Jismoniy mehnat mobaynida a'zo va tizimlarda o'ziga xos o'zgarishlar kelib chiqadi, ishlayotgan a'zolarida qon aylanishi 6-9 martagacha kuchayadi, bu holat chiniqmagan odamlarda yurak maromining tezlashishi natijasida yuz beradi, maksimal arterial bosim oshib, minimal bosim pasayadi, nafas olish maromi 30-40 martagacha kuchayib, organizmning kislorodga bo'lgan ehtiyoji oshadi. Uzoq muddatlik jismoniy zo'riqish qon tomirlarni idora etuvchi asab tolalarini faollashtiradi. Sog'lom odamlarda qon tomirlari miyani me'yordagiday ta'minlash uchun yetarli darajada kengayadi, surunkali kasallarda yoki qo'zg'aluvchan odamlarda u me'yordan ko'proq kengayib, uning devoridagi algoreseptorlarning ta'sirlanishi va

boshda og'riq hislari paydo bo'lishiga olib keladi. Bosh og'rig'ining oldini olish uchun mehnat qilish va dam olish rejimlariga e'tibor berish, xonani tez-tez shamollatish va mehnat turlarini almashlab turish lozim. Faqat shundagina keksalikgacha inson yuqori ish qobiliyatini saqlab qolishi mumkin. L.Tolstoy, I.Pavlov, I.Sechenov, D.Mendeleyev, Fariduddin Attor, shayx Ibrohim Adham va shoir Lutfiylar hatto keksa yoshida ham aqliy va jismoniy mehnat turlarini uyg'unlashtirib, xotira tiniqligini, mehnatga layoqatlikni va jismoniy salomatlikni saqlab qolgan. Fariduddin Attor yoshi 100larga yetganida uzlatga yo'l tutib, bir g'orda istiqomat

va tizimlarni, shu jumladan asab tizimini ham dam oldiradigan fiziologik holatdir.

Sog'lom odamlarni kuzatish shuni ko'rsatadiki, butunlay uyqusizlik holatlarida a'zo va tizimlarda bir qator noxush o'zgarishlar kelib chiqadi. Uyqusizlikning 2-3 kunlarida lanjlik, befarqlik, ruhiy tushkunliklar kuzatiladi. Bunday odamlar yurganda muvozanatini yo'qotadi, nutqi g'alizlashadi, o'qigan va yozganida ko'plab xatolarga yo'l qo'yadi. 3 kunlardan boshlab ruhiyatda og'ir o'zgarishlar yuz beradi, qisqa muddatlik hushdan ketish, xotiraning yomonlashishi, sababsiz tajovuzkorlik, vahima va tahlikalar paydo bo'ladi, yo'q narsalarni ko'rib, eshitadi. Keyinchalik ko'zini yummaygan holda qisqa muddatlik uyqu holatlari kelib chiqadi.

Surunkali tarzda uyquga to'yamaydigan odamlarda darmonsizlik, o'rinsiz asabiylashish, jizzakilik, ozroq jismoniy va aqliy zo'riqish mahallada tez charchash, ish qobiliyatining keskin pasayib ketishi, tajovuzkorlik, ishtahaning pasayib ketishi, bosh aylanishi va bosh og'riqlari qayd etiladi. Migren, yurak-qon tomir va asab distoniyalari, osteoxondrozlar va bosh miyada shikastlanishni o'tkazgan odamlarda uyqusizlik kasalliklarni ko'proq xuruj qildiradi.

Davlatimiz rahbari Sh.Mirziyoyev o'z chiqishlarida milliy genofond va aholi salomatligi to'g'risida to'xtalar ekan, yavov yurishning foydasi haqida qator ilmiy ma'lumotlarni keltirib o'tdi. Shu bilan birga yurtimizda jismoniy tarbiya va sportga e'tiborni kuchaytirish, stadionlar, sport inshootlari sonini ko'paytirish haqida tegishli idoralar va mas'ullarga ko'rsatmalar berdi. Bularning hammasi insonlar o'z salomatligi haqida ko'proq qayg'urishi, dam olish, ishlash, jismoniy tarbiya bilan shug'ullanish va uxlash rejimiga rioya qilishlari lozimligini ta'kidlab o'tadi.

Xulosa shuki inson tabiatning javharidir, u faqat salomat va baxtli bo'lishga haqli. Ammo, biz o'zimizning johilligimiz, tiyiqsizligimiz oqibatida turlituman kasalliklarga duch kelamiz.

**Alijon ZOHIDIY,
Qutbiddin NIZOMOV**

ME'YOR – TABIATNING ITTIFOQDOSHI

“Umrimiz jaholatimiz tufayli qisqaradi”.

G.Spenser, faylasuf

qilgan, “Ilohiynoma”, “Qush tili” kabi asarlarni yaratish bilan birga jismoniy mehnat bilan kun kechirgan. 107 yoshida mo'g'ul askari tomonidan nayza sanchib o'ldirilgan. Shoir Lutfiy esa umrbod yavov yurib ko'p yurtlarni kezzan, o'lmas g'azallar qoldirib, 90 yoshida vafot qilgan.

Kasalliklarga moyil odamlar kun tartibiga qat'iy rioya qilishlari lozim. Olmon faylasufi Immanuel Kantning (1724-1804) bunga yaqqol misol bo'la oladi. U bolaligida o'ta kasalvand, nimjon bo'lgan, tabiblar uni uzoq umr ko'ra olmasa kerak, deb o'ylashgan. Ulg'ayganidan keyin Immanuel o'zining hayotini daqiqalarga taqsimlab, umr so'nggiga qadar unga rioya qilgan. U ertalab soat 5.00 da uyqudan turib, soat 7.00 da sayr qilgani chiqqan, har kuni 2 soat yavov yurgan, kechasi soat 10.00 da uyquga yotgan. Kyonigsberg xalqi unga qarab o'z soatini to'g'rilaganlar. Qat'iy rejimga rioya qilganligi natijasida 81 yil umr ko'rgan. Shuningdek, aqliy va jismoniy mehnatni muqobil uyg'unlashtira olgan Gyote va Tolstoylar ham 82 yil umr ko'rganlar.

Insonda uyqu rejimi buzilganida ham kasalliklar kuzatiladi. Uyqu barcha a'zo



*Ustozlarni ulug'lash, ularga hurmat va ehtirom
ko'rsatish xalqimizning azaliy qadriyatlaridan*



YUKSAK MARRALARNI ZABT ETAYOTGAN TALABAMIZNING YANGI YUTUQLARI!

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoyevning joriy yil 30 iyun kuni Talabalar va yoshlar forumida bergan takliflariga asosan O'zbekiston Respublikasi Prezidenti huzuridagi Davlat xizmatini rivojlantirish agentligi Toshkent viloyati filiali qoshida "Kelajak liderlari" klubi tashkil etildi.

Ushbu klub faol va tashabbuskor yoshlarni davlat fuqarolik xizmatiga qiziqtirish, ularni vatanparvarlik ruhida tarbiyalashga qaratilgan tashkiliy choralarni amalga oshirish, istiqbolli kadrlar seleksiyasi orqali joylarda yuqori malakali davlat fuqarolik xizmatchilari qatlami hamda yangi avlod kadrlar zaxirasini shakllantirish maqsadida tashkil etildi. Ushbu klubga hujjat topshirgan ko'plab 20 yoshdan 35 yoshgacha bo'lgan yoshlar orasidan



40 nafar a'zolik uchun saralab olingan yoshlar orasida Toshkent tibbiyot akademiyasi 1-son davolash fakulteti 5-kurs talabasi Sobirov Akbar Begaliyevich ham borligi akademiyamizning katta yutug'i va faxri bo'lib xizmat qildi.

Nurafshon shahrida Klub ochilish marosimida mutasaddi tashkilot vakillari, Toshkent viloyati hokimi D.Xidoyatov hamda O'zbekiston Respublikasi Prezidenti huzuridagi Davlat xizmatini rivojlantirish

agentligi direktorining birinchi o'rinbosari O.Xasanov ishtirok etib, klub a'zoligiga nomzod sifatida qabul qilingan yoshlarga a'zolik ko'krak nishoni va sertifikatini topshirdi.

Akbar Sobirov yurtimiz ravnaqiga munosib hissa qo'sha oladigan yetuk kadr bo'lib yetishishiga ishonch bildiramiz va ulkan zafarlar tilab qolamiz.

Yoshlar bilan ishlash, ma'naviyat va ma'rifat bo'limi

AQSHLIK INGLIZ TILI O'QITUVCHISI TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASIDA ISH BOSHLADI

Amerika Qo'shma Shtatlari fuqarosi, Fulbrayt dasturi stipendiati, ingliz tili o'qituvchisi Nis Cheys Maykl Toshkent Tibbiyot akademiyasiga tashrif buyurdi.

Toshkent Tibbiyot akademiyasi rektori, professor A.Shadmanov O'zbekistondagi AQSH elchixonasi vakillarini qabul qildi va ular Akademiya o'quv jarayoniga jalb qilingan Nis Chey Mayklni tanishtirishdi. Uchrashuv vaqtida Akademiya rektori A.Shadmanov Nis Cheys Mayklni ish jarayonini boshlaganligi bilan tabrikledi va unga ilmiy va pedagogik faoliyatida muvaffaqiyatlar tiladi.

Nis Cheys Maykl 2021-2022 o'quv yili mobaynida o'zbek va xorijiy tillar kafedrasida ingliz tili fani o'qituvchisi sifatida faoliyat olib boradi. Pedagogik faoliyatdan tashqari, Nis Cheys Maykl tomonidan talabalar uchun chuqurlashtirilgan kasbiy ingliz tilini o'rganish maqsadida kurslar, klublar, to'garaklar tashkil etiladi.



Ustoz bilimli — shogird ilmi





O'ziga xos tarixga ega yurtimizda dunyoga mashhur mutafakkirlar, olimlar, davlat arboblari, mashhur sarkardalarning yetishib chiqishi ham avvalo o'sha jamiyatning yoshlarga bo'lgan munosabatining hosilasi hisoblanadi. Albatta, har bir yosh – yurt, jamiyat, qolaversa millat ertasi demakdir. Millatning yetuklik darajasi har bir davlatda yoshlarga o'z ma'naviyat va ma'rifatini oshirish uchun xilma-xil shakldagi sharoit yaratilganligi bilan belgilanadi. Istiqloq yillarida yoshlarning ilmiy-texnikaviy, ijod erkinligi davlat tomonidan kafolatlanib, ularni rag'batlantirishga muhim e'tibor berilmoqda. Ilm-fan bilan shug'ullanayotgan yoshlarga, oliy o'quv yurtida namunalig o'qiyotgan talabalarga Prezident stipendiyalari berilmoqda, iste'dodli yoshlar "Zulfiya", "Nihol" kabi davlat mukofotlari bilan rag'batlantirilmoqda.

Ana shunday yosh iste'dodli, bilimga intiluvchan, iqtidorli yoshlardan biri – Toshkent tibbiyot akademiyasi tibbiy-pedagogika fakultetining 601-guruh talabasi Yulduz Nishonovadir. Yulduz Toshkent shahrida ziyoli oilada tug'ilib o'sdi, Chilonzor tumanidagi 195-umumiy o'rta maktab va Chilonzor tibbiyot kollejida ta'lim oldi. 2016 yilda esa Toshkent tibbiyot akademiyasining tibbiy-pedagogika fakultetiga o'qishga kirdi. Hozirda ushbu fakultetning 6-kursida tahsil olmoqda. Yulduz yoshligidan orzu qilgan "shifokorlik"dek muqaddas, ammo, shuning bilan birga o'ta mas'uliyatli kasbni puxta egallash uchun o'tiladigan darslarni qunt bilan o'zlashtirish orqali malakali va yetuk mutaxassis bo'lib yetishishga intilishni anglagan holda ta'lim jarayonidagi barcha fanlarni mana 6 yil davomida a'lo o'zlashtirishga harakat qilmoqda, talabalar ilmiy jamiyatida faol ishtirok etmoqda. U 2017-2021 yillar davomida akademiya miqyosida o'tkazilgan TIJning anjumanlarida biofizika, anatomiya, akusherlik fanlaridan

O'zbek xalqi azaldan kelajak avlod taqdiriga befarq bo'lmagan. Xalqimiz tarixiga nazar tashlansa, hamma vaqt yoshlar tarbiyasi, ular kelajagiga alohida e'tibor qaratib kelinganligiga guvoh bo'lish mumkin.

YOSHLAR – MILLAT KELAJAGI..

1-o'rinni, ichki kasalliklar fanidan esa 3-o'rinni egalladi. Yulduz shuningdek, turli xalqaro olimpiadalarda ham muvaffaqiyatli qatnashib kelmoqda. Jumladan, 2019 yilda "Islom tarraqqiyoti bilimdonlari" tanlovida 2-o'rin, 2021 yili Toshkentda o'tkazilgan tibbiyot oliy ta'lim muassasalari talabalari o'rtasidagi xalqaro "Avitsenna izdoshlari" olimpiadasida 2-o'rin bilan rag'batlantirildi va Janubiy Koreya, AQShda o'tkazilgan onlayn rejimdagi konferentsiyalarda ham ishtirok etdi.

Yulduz tibbiyot sohasidagi bilimlarini yanada boyitish va kengaytirish maqsadida 2019-2021 yillar mobaynida Toshkentdagi American Hospital, Shox Med International Hospital va Mechnikov nomidagi Sankt-Peterburg Tibbiyot Universitetida onlayn rejim asosida stajirovkalarni o'tadi.

Ilmiy izlanishlar natijalari esa Toshkent, Samarqand shaharlarida tibbiyotning dolzarb muammolariga bag'ishlangan respublika va Rossiya Federatsiyasi, Janubiy Koreyada o'tkazilgan xalqaro miqyosdagi ilmiy anjumanlar to'plamlarida maqola va tezislari ko'rinishida chop etildi.

Tashabbuskor, izlanuvchan yoshlar – mamlakatimizning kelajagidir. Ular jamiyatning turli sohalarida o'zlarini "kashf" etadilar, o'z g'oyalarni yaratish va hayotga tatbiq etishga intiladilar. Shuni anglagan izlanuvchan talaba hozirda "YulduzShifo", cIT-Park va USAID bilan hamkorlikdagi ijtimoiy va "Terida albedo holatini aniqlash maqsadida apparat loyihasini yaratish" bo'yicha 2 ta grant loyihalari ustida izlanishlar olib bormoqda. Shubhasiz, bu uning zimmasiga katta mas'uliyat yuklaydi. Bu haqda Yulduzning o'zi shunday deydi: "Maqsadim – bu izlanishlar orqali jonajon O'zbekistonimizning ravnaqiga hissa qo'shish, mamlakatimizni dunyoda rivojlangan davlatlar qatoridan joy egallashida o'zimizning amaliy faoliyati bilan ishtirok etish".

U kelgusida ham "Ekologiya va inson salomatligi" dasturi bo'yicha tibbiyot sohasida ilmiy izlanishlar olib borish niyatida. Yulduz o'qishdan bo'sh vaqtini

ham mazmunli o'tkazishga intiladi: badiiy kitob mutolaasi bilan shug'ullanadi, dizayn yaratishga harakat qiladi. Shuning bilan birga turk tilini yaxshi bilgan holda qo'shimcha ravishda ingliz tilini ham mukammal o'rganmoqda.

Darhaqiqat, yoshlar – katta kuch. Bu kuchning unib-o'sishi, ta'lim-tarbiyasi, ma'naviy kamol topishi, jismonan sog'lom bo'lib yetishishi uchun mamlakatimizda juda ko'plab ishlar amalga oshirilgan va kelgusida ham yana oshiriladi. Joriy yilning "Yoshlarni qo'llab-quvvatlash va aholi salomatligini mustahkamlash yili" deb nomlanishi zamirida ham mamlakatimiz kelajagi bo'lgan – yosh avlodning ma'naviy va jismoniy yetuk, sog'lom, ertangi kunimiz uchun munosib mutaxassislar bo'lib yetishishiga qaratilgan. Katta ishonch va mas'uliyat,



iste'dodli va qobiliyatli yoshlarni izlab topish, ularga har tomonlama qulay shart-sharoitlarni yaratish kabi ustuvor vazifalarni hal qilish yotadi.

Biz ham orzulari o'zi singari beg'ubor Yulduz kabi izlanuvchan, iqtidorli talaba-yoshlarimizning safi yanada kengayishini istagan holda Yulduzga orzularining ro'yobga chiqishini tilab qolamiz!

Zotan, yurtimizda yoshlarga qaratilayotgan e'tibor, ularning barcha sohada erishayotgan yutuqlari, qo'lga kiritayotgan muvaffaqiyatlarini ko'rib, yurt istiqbolini tasavvur etish qiyin emas...

Shoira QODIROVA,
tibbiy-pedagogika fakulteti katta o'qituvchisi



TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI QUIYIDAGI LAVOZIMLARGA TANLOV E'LON QILADI (2021 yil sentyabr)

No	Kafedra	Lavozim, shtat birligi
1-son davolash fakulteti		
1.	1-son ichki kasalliklar propedevtikasi	assistent – 0,75
2.	2-son ichki kasalliklar	kafedra mudiri – 0,5; assistent – 1,0
3.	1-son umumiy va bolalar jarrohligi	umumiy jarrohlik: assistent – 0,75
4.	1-son fakultet va gospital jarrohlik	professor – 1,0; assistent – 1,0
5.	Otorinolaringologiya va stomatologiya	kafedra mudiri – 0,75; stomatologiya: katta o'qituvchi – 1,0; assistent – 0,5
6.	Nevrologiya va tibbiy psixologiya	nevrologiya: dotsent – 1,0; assistent – 1,0
7.	Urologiya	assistent – 1,0
2-son davolash fakulteti		
1.	Odam anatomiyasi va klinik anatomiya	odam anatomiyasi: assistent – 1,0 klinik anatomiya: assistent – 1,0
2.	Patologik anatomiya	assistent – 1,0
3.	Xirurgik kasalliklar	katta o'qituvchi – 1,0; assistent – 1,0
4.	Onkologiya	assistent – 1,0
5.	1-con travmatologiya, ortopediya va XDJ	assistent – 1,0
6.	Bolalar kasalliklari propedevtikasi	assistent – 1,0
7.	1-son ichki kasalliklar	assistent – 1,0
8.	2-son bolalar kasalliklari	assistent – 1,0
9.	Klinik farmakologiya	kafedra mudiri -1,0
Tibbiy pedagogika fakulteti		
1.	Normal va patologik fiziologiya	normal fiziologiya: assistent – 1,0 patologik fiziologiya: assistent – 1,0
2.	Pedagogika va psixologiya	katta o'qituvchi – 1,0
3.	2-son ichki kasalliklar propedevtikasi	katta o'qituvchi – 1,0; assistent – 1,0
4.	Reabilitologiya, xalq tabobati va jismoniy tarbiya	reabilitologiya, xalq tabobati: assistent – 1,0 jismoniy tarbiya: assistent – 1,0
5.	2-son fakultet va gospital terapiya	assistent – 1,0
6.	2-son fakultet va gospital jarrohlik	assistent – 1,0
7.	Psixiatriya va narkologiya	assistent – 1,0
8.	3-son ichki kasalliklar	assistent – 1,0
9.	2-con travmatologiya, ortopediya, XDJ va neyrojarrohlik	assistent – 1,0
Tibbiy profilaktika fakulteti		
1.	Gistologiya va tibbiy biologiya	gistologiya: assistent – 1,0 tibbiy biologiya: assistent – 1,0
2.	Mikrobiologiya, virusologiya va immunologiya	katta o'qituvchi – 1,0; assistent – 1,0
3.	Epidemiologiya	assistent – 1,0
4.	Bolalar, o'smirlar va ovqatlanish gigienasi	katta o'qituvchi – 1,0, assistent – 1,0
5.	2-son umumiy xirurgiya	assistent – 1,0
6.	Dermatovenerologiya	assistent – 1,0
7.	Gematologiya, transfuziologiya va klinik laboratoriya	Gematologiya, transfuziologiya: assistent – 1,0 klinik laboratoriya: assistent – 1,0
Menejment, tibbiy biologiya, tibbiy biomuhandislik va OMX fakulteti		
1.	Ijtimoiy fanlar	katta o'qituvchi – 1,0; o'qituvchi – 1,0
2.	O'zbek va xorijiy tillar	Chet tili: o'qituvchi – 1,0
3.	Jamoat salomatligi va menejment	assistent – 1,0
4.	Tibbiy va biologik kimyo	Tibbiy kimyo: katta o'qituvchi – 1,0 Biologik kimyo: assistent – 1,0
5.	Biotibbiyot muhandisligi, informatika va biofizika	assistent – 1,0
6.	Farmakologiya	assistent – 1,0
7.	Tibbiy radiologiya	assistent – 1,0
8.	Allergologiya, hamshiralik ishi	assistent – 1,0

**Hujjatlar tanlov e'lon qilingan kundan boshlab bir oy davomida Toshkent tibbiyot akademiyasining devonxona va arxiv bo'limida qabul qilinadi.
Manzil: Olmazor tumani, Farobiy ko'chasi, 2-uy.**

MUASSIS: TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI	MUHARRIR TURDIQUL BOBOMURATOV	TAHRIR HAYATI: Q.Nizomov (Bosh muharrir o'rinbosari), O.Hazratov, A.Zohidiy, N.Hakimova, L.Abduqodirova, M.Hasanova	Gazeta Pentium-IV kompyuterida sahifalandi va Toshkent Tibbiyot akademiya RISOGRAFida 400 nusxada chop etildi. Manzilimiz: Toshkent shahri, Farobiy ko'chasi, 2-uy Nashr uchun ma'sul Q.Nizomov
Gazeta Toshkent Matbuot va axborot boshqarmasida 2007-yil 15-yanvarda 02-0049 raqam bilan ro'yxatga olingan		Mualliflar fikri tahririyat nuqati nazaridan farqlanishi mumkin. Maqolalardagi ma'lumotlar uchun mualliflar javobgardir Bepul tarqatiladi	