



# JAMOAT SALOMATLIGI

Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot institutining ijtimoiy-tibbiy gazetasi

fjsti.uz  
@ferghana\_medical\_institute  
@farjsti

20-  
dekabr  
2024-yil  
juma

№8-9(37)



## REKTOR TALABALAR BILAN UCHRASHDI



Institut rektori, professor Akmal Sidikov oliygoh talabalarini bilan navbatdagi ochiq va samimiy uchrashuvini o'tkazdi. Tadbirida 3- 4-bosqich talabalarini, fakultet dekanlari, kafedra mudirlari hamda mas'ul xodimlar ishtirok etdi.

Uchrashuvdan maqsad talabalarning ta'lim jarayonidagi ehtiyojlarini va fikr-mulohazalarini tinglash, ularning dars mashg'ulotlariga bo'lgan munosabati va faoliyatini muhokama qilish edi. Professor Akmal Sidikov oliygohda

amalgam oshirilayotgan islohotlar, yangi o'quv dasturlari va ilmiy izlanishlarga oid loyihalar haqida ma'lumot berdi. Shuningdek, ta'lim sifatini oshirish, talabalarning tashabbuslarini qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy masalalarni hal etishga alohida e'tibor qaratilayotganini ta'kidladi.

Tadbir davomida talabalar o'zlarini qiziqtirgan savollar bilan murojaat qilib, o'quv jarayonida duch kelayotgan muammolar, amaliyot imkoniyatlari va shaxsiy

tashabbuslarini bayon qilishdi. Rektor har bir masalani diqqat bilan tinglab, tegishli chora-tadbirlar rejasini ishlab chiqishga va'da berdi. Shu bilan birga, talabalarni o'z bilimlarini oshirish, kasbiy malakalarni mustahkamlash hamda oliygohning ijtimoiy hayotida faol qatnashishga chaqirdi.

Tadbirida rektor tomonidan talabalarning o'z kelajagini rejalashtirishda muhim qadamlar tashlash, ilmiy izlanishlar va xalqaro loyihalarda qatnashish imkoniyatlari

haqida ham batafsil ma'lumot berildi. Fakultet dekanlari va kafedra mudirlari esa talabalarning tashabbuslarini qo'llab-quvvatlashga tayyor ekanliklarini bildirishdi.

Mazkur uchrashuv talabalar va rahbariyat o'rtasida ochiq muloqotni rivojlantirish, o'zaro ishonch va hamkorlikni mustahkamlashda muhim qadam bo'ldi. Uchrashuv iliq va do'stona muhitda yakunlandi, talabalarda yangi g'oya va tashabbuslarni amalga oshirishga ilhom uyg'otdi.

**E'tirof**

## Bizda shunday talabalar bor!

2024/2025-o'quv yili uchun oliy ta'lim muassasalari bakalavriat bosqichining 83 nafar talabasi O'zbekiston Respublikasi Prezidenti stipendiyasi tanlovi g'olibi bo'ldi. Stipendiyalar bizning talabalarimizdan 3 nafariga nasib etdi.

Davolash ishi fakulteti 6-bosqich talabalarini – Bahodirjon Axmatov va Gulira'no Shohobiddinova Ibn Sino nomidagi davlat stipendiyasini, Umrbek Axmadjonov esa Islom Karimov nomidagi davlat stipendiyasini qo'lga kiritdi.

Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti ilimga chanqoq talabalarimiz hamda ularning barcha ustozlarini, ota-onasini samimiy tabriklaydi!



Umrbek AXMADJONOV



Bahodirjon AXMATOV



Gulira'no SHOHOBIDDINOVA

## Institutimizda nima gaplar?



## TA'LIM VA MEDIA SOHASIDA YANGI BOSQICH:

### Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti va TATU Farg'ona filiali o'rtasida hamkorlik memorandumi imzolandi.

Zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining rivojlanishi va ularning turli sohalarga joriy etilishi ta'lim muassasalarini jamoatchilik bilan aloqalarni kuchaytirishga undamoqda. Shu ma'noda, Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti hamda Muhammad Al-Xorazmiy nomidagi Toshkent axborot texnologiyalari universiteti Farg'ona filiali Axborot xizmatlari o'rtasida imzolangan "Media, ommaviy kommunikatsiyalar hamda jamoatchilik bilan aloqalarni rivojlantirish" bo'yicha hamkorlik memorandumi alohida ahamiyatga ega.

Mazkur memorandumning maqsadi ikki nufuzli oliy ta'lim muassasasi o'rtasida axborot almashinuvi va ommaviy kommunikatsiyalarni rivojlantirishda yangi yondashuvlarni joriy etish, shuningdek, media sohasi bo'yicha tajriba almashish imkoniyatlarini

kengaytirishdan iboratdir.

Hamkorlik doirasida amalga oshiriladigan ishlar nafaqat ikki oliygohning Axborot xizmatlari faoliyatini takomillashtirishga, balki O'zbekistonda ta'lim va media sohasidagi integratsiyani mustahkamlashga xizmat qiladi. Shuningdek, bu tashabbus media bilan ishlashning zamonaviy yondashuvlarini joriy etish va jamoatchilik bilan ishonchli aloqalar o'rnatishda yangi yo'nalishlarni ochib beradi.

Ikki muassasa o'rtasidagi memorandum asosida 2025-yilda Farg'onada media va kommunikatsiya sohasidagi ijtimoiy muammolarni hal qilishga qaratilgan innovatsion forum o'tkazish, qo'shma ilmiy-amaliy loyihalarni moliyalashtirish va talabalar uchun grant dasturlarini ishga tushirish rejalashtirilmoqda.



Suratlarda: Uchrashuvdan lavhalar aks etgan.

#### Hamkorlik doirasida quyidagi masalalarga e'tibor qaratilishi rejalashtirilgan:

1. O'quv va seminarlar tashkil etish: Media va kommunikatsiyalar sohasida zamonaviy ko'nikmalarga ega bo'lish uchun o'qituvchilar, talabalar va mutaxassislar uchun seminar va treninglar o'tkaziladi.
2. Mahorat darslari: Media va PR sohasida faoliyat yuritayotgan tajribali mutaxassislarni jalb etgan holda talabalarga amaliyotga yo'naltirilgan mahorat darslari tashkil etiladi.
3. Innovatsion texnologiyalarni joriy etish: Axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalangan holda jamoatchilik bilan aloqalar va axborot tarqatish jarayonlarining sifatini oshirish ko'zda tutilmoqda.
4. Qo'shma media loyihalar: Farg'ona viloyatida dolzarb mavzularga oid axborot loyihalarini ishlab chiqish va amalga oshirish, bu orqali mahalliy va xalqaro jamoatchilikka O'zbekistonning ta'lim salohiyatini namoyish etish.

Bu kabi tashabbuslar yoshlarni ijodkorlikka chorlab, ularni kelajakda media sohasida yuqori malakali mutaxassis sifatida shakllanishlariga ko'maklashadi. Shu bilan birga, bu sa'y-harakatlar O'zbekistonning ta'lim va axborot-kommunikatsiya sohasidagi salohiyatini jahon miqyosida yanada yuksaltirishga xizmat qiladi.

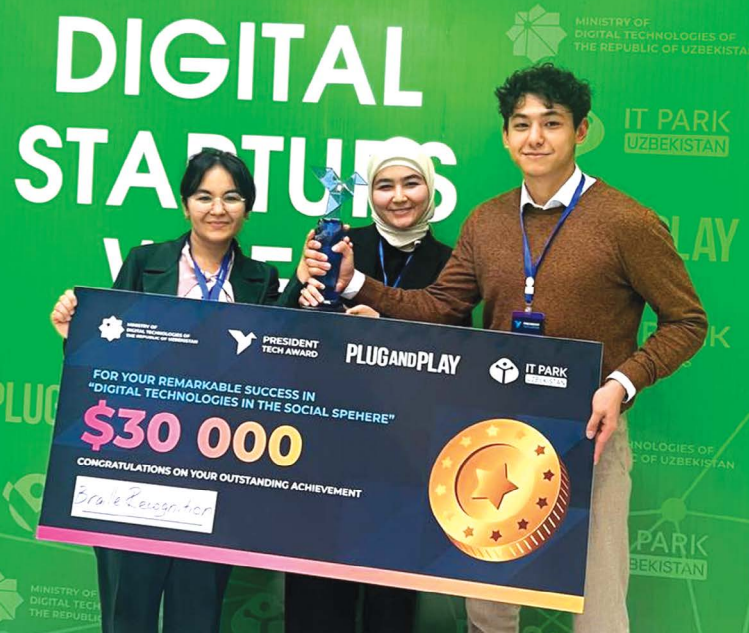
Memorandumning imzolanishi O'zbekiston ta'lim tizimida yangi bosqich boshlanganini ko'rsatmoqda. Bu kelajakdagi hamkorlik aloqalari uchun poydevor bo'lib, ikki oliygohning global raqobatbardoshlik darajasini oshirishga yordam beradi.

**Sh. NORMAHAMADOV,**  
jurnalist.

## Maxsus sahifa

## OMADLI HAFTALIK

TATU Farg'ona filiali «Braille Recognition» jamoasi 30 000 AQSh dollari miqdoridagi pul mukofotiga ega bo'lishdi.



Mamlakatning eng istiqbolli innovatorlarini birlashtirgan Raqamli startaplar haftaligining eng muhim tadbiri bo'lgan "President Tech Award" grand-finalini o'tkazish marosimi bo'lib o'tdi. Tadbir Raqamli texnologiyalar vazirligi, IT Park Uzbekistan va "Plug and Play" tomonidan tashkil etildi.

Ushbu tanlovda TATU Farg'ona filiali «Braille Recognition» jamoasi

«Ijtimoiy soha texnologiyalari yo'nalishi» bo'yicha Kompyuter injiniringi va sun'iy intellekt fakulteti Axborot texnologiyalari kafedrasida asistenti Zulayho Qadamova, IT park rezidenti Muhammadqodir Abduvoitov, Bibihadicha Abduvoitova hamda talabamiz Mujibali Temiraliyevlar Prezident Tech Award tanlovida 30000 AQSh dollari pul mukofotini qo'lga kiritdi.

## IIB HUDUDIDA KIBERXAVFSIZLIK LABORATORIYASI TASHKIL ETILDI



Prezident tomoni-dan joriy yilning 20-iyun kuni muhandislik sohasida kadrlar tayyorlash va oliy ta'lim muassasalarini faoliyatini yanada takomillashtirish masalalari yuzasidan videoselektor yig'ilishida

berilgan vazifalarni bajarish maqsadida Muhammad al-Xorazmiy nomidagi TATU Farg'ona filiali Farg'ona viloyati Ichki ishlar boshqarmasi bilan hamkorlikda kiber xavfsizlik laboratoriyasini tashkil etish bo'yicha memorandum imzolangan edi. Unga asosan Farg'ona viloyati IIB hududida katta kiber xavfsizlik laboratoriyasi ochilishi tadbiri bo'lib o'tdi.

Mazkur laboratoriya to'liq zamonaviy texnologiya va kompyuterlar hamda laboratoriya hududida talabalar uchun yotoqxona tashkil qilindi.



**Mazkur sahifa TATU va FJSTI ning Axborot xizmatlari hamkorligida tayyorlandi**

USHBU SAHIFADA: INSTITUTNING MALAKALI PROFESSOR-O'QITUVCHILARI, TALABALARI, SHIFOKORLARINING TIBBIYOT BILAN BOG'LIQ URF-ODAT VA QADRIYATLAR, XALQ TABOBATI, AHOLI SALOMATLIGINI MUHOFAZA QILISH VA TURLI XASTALIKLARNI OLDINI OLISH MAVZULARIDAGI MAQOLALARI YORITIB BORILADI.

# "SOG'LOM HAYOT" SAHIFASI



## SHAMOLLASHNI DAVOLASH BO'YICHA BESHTA TAVSIYA



Gulnoraxon XODJAEVA, terapiya yo'nalishidagi fanlar kafedrasida katta o'qituvchisi.

Sovuq ob-havo sharoitida yuqori nafas yo'llari infeksiyalarining oldini olish muhim ahamiyatga ega. Epidemiologik tadqiqotlar va immunologik kuzatuvlar asosida quyidagi ilmiy asoslangan tavsiyalar ishlab chiqilgan:



### 1. Immun tizimini mustahkamlash:

C vitamini: Antioksidant xususiyatlari tufayli immun javobni kuchaytiradi. Limon, apelsin va sabzavotlar iste'moli tavsiya etiladi.

D vitamini: Quyosh nuri yetarli bo'lmagan mavsumda vitamin D qo'shimchalarini qabul qilish nafas yo'llari infeksiyalariga qarshi chidamlilikni oshiradi.

### 2. Termoregulyatsiyani saqlash:

Tana haroratining tushishi patogen mikroorganizmlarga qarshi kurashish qobiliyatini susaytiradi. Shuning uchun tashqi haroratga mos ravishda issiq kiyinish zarur.

Termik stressning oldini olish uchun nam kiyimlarni zudlik bilan almashtirish va tanani quruq saqlash lozim.

### 3. Gigiena qoidalariga amal qilish:

Qo'l gigienasi: Qo'llarni muntazam ravishda yuvish orqali infeksiyon agentlarning yuqishini 40–50 foizgacha kamaytirish mumkin (WHO tavsiyasi).

Yuz va ko'zga qo'l tekkizmaslik orqali viruslarning yuqish ehtimolini minimallashtirish mumkin.

### 4. Havoning gigienasi:

Xonalarni shamollatish va havoni namlantirish muhim, chunki quruq havo shilliq qavatlarini quritib, himoya funksiyasini pasaytiradi. Optimal namlik darajasi – 40–60 foiz.

Toza havoda yurish organizmning adaptatsion qobiliyatini oshiradi.

### 5. Sog'lom hayot tarzi va profilaktik choralar:

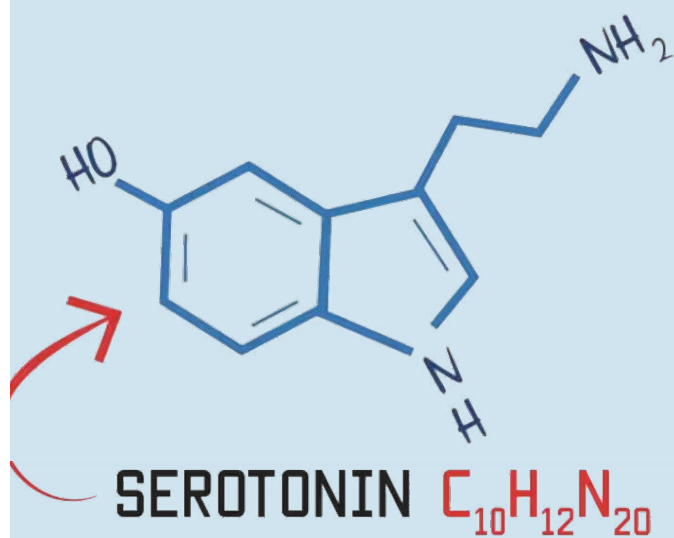
Jismoniy faollik (o'rtacha yuklama) immunomodulyatsion ta'sir ko'rsatadi.

Yetarli uyqu (7–8 soat) va stressni kamaytirish immun tizimining barqaror ishlashini ta'minlaydi.

Gripp va boshqa respirator infeksiyalarga qarshi vaksinalar tavsiya etiladi, ayniqsa, xavf ostidagi guruhlar uchun.

Antiviral vositalar shifokor ko'rsatmasi bo'yicha qo'llanishi mumkin.

Ushbu tavsiyalarni amalda qo'llash sovuq mavsumda respirator infeksiyalarning oldini olishda samaradorligini oshiradi va sog'lom turmush tarzini ta'minlashga xizmat qiladi.



## Bulutli kunlarning ko'p bo'lishi serotonin gormon yetishmovchiligini keltirib chiqarish mumkin

**Kunlarning qisqarishi, sutka davomida Quyosh kam nur sochadigan ayni damda bulutli, yomg'irli ob-havo kishilar kayfiyatiga turli ta'sir eta boshlaydi.**

Serotonin yetishmovchiligi ko'pchilik aholining kundalik hayotiga ta'sir ko'rsatishi sabab, serotonin yetishmasligi haqida to'liqroq ma'lumot berish maqsadga muvofiq.

Serotonin yetishmasligi — tanada muhim neyrohrujayralarni balansda

ushlaydigan serotonin darajasining pasayishi yoki yetishmasligidan kelib chiqadigan holatdir. Serotonin miya faoliyatida muhim rol o'ynaydi hamda kayfiyat, uyqu, ishtaha, hissiyotlar kabi jarayonlarni boshqarishga yordam beradi. Serotonin yetishmasligi odatda quyidagi simptomlar bilan namoyon bo'ladi: depressiya, tashvish, uyqusizlik, ishtaha o'zgarishi, tez charchash, umumiy lanjlik, kognitiv funksiya buzilishi (e'tibor qaratish qobiliyati pasayishi).

**Tavsiyalar.** Serotonin gormoni yetishmasligi oldini olish uchun ovqatlanish rasi-oniga tuxum, yong'oq, go'sht mahsulotlari va losos' balig'i qo'shish kerak. Muntazam jismoniy mashqlar ham sero-toninni oshiradi. Eng asosiy tavsiya—oftob bulutlar orasidan «mo'ralagan» vaqtlarda imkon qadar uning taftidan bahra olishga intilish kerak. Shuningdek, shifokor maslahati bilan serotoninni ko'paytiruvchi vitaminlar ichish ham maqsadga muvofiqdir.

## Tashabbus

**Farg'ona shahar 42-umumta'lim maktabida pediatriya fakulteti stomatologiya yo'nalishining 2-bosqich 6523-6423 guruhлари va kafedra assistenti Z.Madraximovalar tomonidan "Sog'lom tishlar — sog'lom hayot garovi!" mavzusida tadbir tashkillandi.**

# SOG'LOM TISHLAR — SOG'LOM HAYOT GAROVI!

Bolalar salomatligi holati nafaqat bugungi kunda, balki jamiyat va davlatning kelajakdagi farovonligining muhim ko'rsatkichidir. Shu bois, bolaning sog'lig'ida yuzaga keladigan har qanday og'ishlarning to'g'ri yo'lga qo'yilishi, profilaktik tekshiruvlarini va tadbirlarni ahamiyati katta.

1-sinf o'quvchilari o'rtasida o'tkazilgan tadbirida sog'lom ovqatlanish, shaxsiy gigiena qoidalarini, tishlarni parvarish qilish hamda o'z vaqtida tibbiy ko'rikdan o'tishlari kerakligi haqida ma'lumot berildilar.

Bolalar orasida gingivit (milk yallig'lanishi, og'iz bo'shlig'ida qizarish, milklarda shish paydo bo'lishi, og'izdan yoqimsiz hid kelishi, milkning qonashi), stomatit (og'iz bo'shlig'i yallig'lanishi), parodontit, parodontoz (tishlarni qimirlashi, milk yallig'lanishining kuchayishi) kabi tish kasalliklari ko'p uchraydi. Ushbu kasalliklar nafaqat bolalarda, balki kattalarda ham kuzatiladi. Xastalikning oldini olish uchun, avvalo kalsiyga boy vitaminli mahsulotlar, jumladan, baliq, pishloq, sut mahsulotlari,

olma, sabzi, shivit kabi meva va sabzavotlar, ko'katlarni iste'mol qilish zarur. Ko'p shirinlik iste'mol qilish ham xastalikka zamin yaratadi.

Tadbir davomida tishning anatomik tuzilishini talabalar chizib ko'rsatdilar. Shuningdek, tishlarni qanday qilib kariesga uchrashi to'g'risida animatsion film namoyish qilindi. Shundan so'ng talabalar to'g'ri tish yuvish texnikasini ko'rsatib berishdi va o'quvchilar ham bajarishdi.

—Tadbirdan ko'zlangan asosiy maqsad, bolalar o'rtasida tibbiy va gigienik ongni

rivojlantirish, sog'lom turmush tarzini tarbiya qilish, sog'lom ovqatlanish haqida bilimlarni targ'ib qilishdir,— deydi tadbir tashkilotchisi Z.Madraximova. —Biz umid qilamizki talabalar tomonidan tashkillangan tadbir bolajonlar uchun juda foydali bo'ldi.

Yakunda talabalar o'quvchi yoshlarni tibbiy ko'rikdan o'tkazishdi. Barcha o'quvchilarga sog'lom ulashildi va tadbirida faol ishtirok etganlar sertifikat bilan taqdirlandi.

**I.ABDIJABBOROV.**



Suratlar muallifi: A.ADHAMOV.

## Karies kasalligini davolash va oldini olishda ozuqalarning o'rni

Sog'lom tishlar, avvalo, organizm salomatligidan darak beruvchi belgi hisoblanadi. Tishlar chaynov jarayonining boshlang'ich bo'g'ini hisoblanib, so'lak fermentlari yordamida ovqat luqmasini hazm jarayoni uchun tayyorlab berishi bilan ham ahamiyatlidir. Sog'lom, tishlar insonga husn va chiroyli tabassum hadya etadi.

Tishlarni sog'lom va uzoq vaqt saqlanishi, avvalo, og'iz bo'shlig'i gigienasi qoidalariga to'liq va doimiy ravishda e'tibor berishga bog'liq. Shuningdek, yilda 2 marotaba stomatolog shifokor nazorat ko'rigidan o'tish tavsiya etiladi.

Karies kasalligini davolash va oldini olishda parhez va to'g'ri ovqatlanish muhim o'rin tutadi. Bir kunlik ovqatlanish tarkibida oqsil, yog' va uglevodlar me'yorida

bo'lishi kerak. Ovqatlanish ozuqalari tarkibida kalsiy (sut, pishloq, tvorog, tuxum, yong'oqlar, go'sht, sabzavotlar), ftor (choy, salatlar, mineral suvlar), fosfor (baliq, go'sht, loviya, lavlagi, olcha, o'rik, gilos, shaftoli) bo'lishi maqsadga muvofiq.

Og'ir somatik kasalligi va ba'zi dori vositalarga allergiyasi bor bemorlarda parhez terapiya kariesni profilaktika va davolash vositasi bo'lib hisoblanadi. Bemorlar yaxshi yodda tutishlari lozimki, tishlarda ozuqalar qoldig'i qolmasligi uchun tish tozalash cho'tkasi qattiq bo'lishi va meva-sabzavotlarni doimiy iste'mol qilish tavsiya etiladi.

**Saodat YUSUPALIXODJAEVA,**  
tibbiyot fanlari doktori.



# KORRUPSIYASIZ MAKON

**"Korrupsiya – bu jamiyatni turli yo'llar bilan iskanjaga oladigan dahshatli illatdir".**  
**"Sovun kirni, jahl – aqlni, korrupsiya millatni yo'qotadi".**

Jamiyatda shunday illatlar borki, u ma'lum bir sohaga emas, balki butun jamiyat taraqqiyotiga to'g'anoq bo'ladi. Davlatni ich-ichidan yemiradigan ana shunday illat – korrupsiya va poraxo'rlikdir. Aynan shu illat sabab ko'plab davlatlarning inqirozga yuz tutgani ham tarixdan ma'lum. Korrupsiya bir necha ming yillik tarixga ega. Yozma manbalarda korrupsiya haqida eramizdan avvalgi Shumer podsholigi davrida eslatib o'tiladi. Korrupsiya bizning kunlarga yetib kelganligi shundan dalolat beradiki, boshqa illatlar kabi, uni ham tag-tugi bilan yo'qotib bo'lmaydi. Hatto rivojlangan g'arb davlatlari ham korrupsiyadan butkul xalos bo'lolmagan. Biroq jamiyat rivojiga xavf soluvchi korrupsiyaning oldini olish, unga qarshi kurashish Yer yuzidagi barcha davlatlarda hamisha va hamma zamonda davom etib kelmoqda.



Korrupsiya yuqorida qayd etilgandek, qadimdan mavjud bo'lib, ayirboshlashning noqonuniy ya'ni boshqa bir insonlarga yoki atrof-muhitga, hayvonot va o'simlik olamiga zarar yetkazadigan amal hisoblanadi. Korrupsiya – jahondagi har qanday davlatda fuqarolarning tinchligi va xotirjamligi, demokratiya va huquq ustuvorligi asoslariga putur yetkazuvchi, inson huquqlari buzilishiga olib keluvchi, iqtisodiy bozor munosabatlariga to'sqinlik qiluvchi o'ta xavfli illatlardan biridir.

Pora olish shu kunga qadar asosan yuqori tashkilotlar mansabdorlari o'rtasida avj olgan bo'lsa, bu illat bugungi kunga kelib quyi tashkilotlar mansabdorlari orasida ham uchramoqda. Bu esa bevosita oddiy xalqning davlat va mansabdorlarga bo'lgan ishonchini yo'qolishiga olib keladi.



"KORRUPSIYA" SO'ZI – LOTINCHA "CORRUMPTO" SO'ZIDAN OLINGAN BO'LIB, "SOTISH", "SOTILISH" DEGAN MA'NOLARNI ANGALATADI. KORRUPSIYA ASOSAN IKKI TARAFLAMA AMALGA OSHIRILADI, YA'NI IKKALA TOMON HAM QANDAYDIR MODDIY BOYLIKKA EGA BO'LISHI UCHUN DAVLAT QONUNLARIGA ZID RAVISHDA ISH BAJARISHDIR.

**Korrupsiya** – shaxsning o'z mansab yoki xizmat mavqeidan shaxsiy manfaatlarini yoxud o'zga shaxslarning manfaatlarini ko'zlab moddiy yoki nomoddiy naf olish maqsadida qonunga xilof ravishda foydalanishi, xuddi shuningdek, bunday nafni qonunga xilof ravishda taqdim etishi demakdir.



Korrupsiyaning eng asosiy muammosi shundaki ko'pchilik uchun mo'ljallangan moddiy boylik bir nechta inson qo'lida bo'lib qoladi. Mamlakatimizda mazkur muammoga qarshi mustaqillikdan buyon kurashib kelinmoqda. Bu borada "Korrupsiyaga qarshi kurashish to'g'risida"gi qonunning ahamiyati katta. Mazkur qonun 6 bob va 34 moddadan iborat. Qonunda korrupsiyaga qarshi kurashish bo'yicha keng qamrovli chora-tadbirlar va me'yorlar belgilangan.

Muqaddas kitobimiz Qur'oni karimda ham poraxo'rlik bevosita taqiqlanadi: "Bir-birlaringizning mollaringizni botil yo'l bilan yemang. Bilib turib, odamlarning mollardan bir qismini yeyishingiz uchun uni hokimlarga gunohkorona tashlamang" (Baqara surasi, 188).

Avvalo shuni ta'kidlash lozimki, dunyoning barcha mamlakatlarida u yoki bu tarzda korrupsiya namoyon bo'lmoqda. Xalqaro valyuta jamg'armasining taqsimlovchi direktori Kristin Lagardning ma'lum qilishicha, har yilgi poralar qiymati 2 trln dollargacha. Ya'ni bu miqdor dunyo yalpi ichki mahsulotining 2 foizini tashkil qiladi. Korrupsiyalashgan sohalar qatorida birinchi navbatda davlat xaridlari, qurilish, jumladan, yo'l qurilishi, sog'liqni saqlash va ta'lim sohalariga tilga olinmoqda.

Demokratik qadriyatlar qaror topib borayotgan bir

vaqtda davlat xizmatchilari tomonidan poraxo'rlik, mansab mavqeini suiste'mol qilish bilan bog'liq jinoyatlarni sodir etilishi, ta'lim muassasalari rahbarlari, professor-o'qituvchilari va hodimlarining obro'sizlanishiga, davlatning siyosiy, iqtisodiy, huquqiy tizimiga putur yetishiga, natijada ta'lim muassasalariga nisbatan norozilikka sabab bo'ladi. Korrupsiyaning ma'lum bir mamlakatda rivojlanishi esa o'sha davlatning tanazzuliga olib keladi.

Korrupsiya qanchalik jirkanch, mamalakat taraqqiyotiga to'g'anoq bo'luvchi eng kuchli illat ekanligi hammamizga ma'lum.

Biz o'z oldimizga qo'ygan asosiy maqsadimiz korrupsiyasiz jamiyat qurish va ushbu yo'lda barcha professor-o'qituvchilar, hodimlar va talabalar birlashishimiz zarur.

**B.KAZAKOV,**  
**institutning korrupsiyaga qarshi kurash**  
**"Komlaens nazorat" tizimini boshqarish**  
**bo'limi boshlig'i.**

**S.ISAQOV,**  
**institutning korrupsiyaga qarshi kurash**  
**"Komlaens nazorat"**  
**tizimini boshqarish bo'limi bosh**  
**mutaxassisi.**

## Qiziq statistika

### SOVG'A BERISH MINNATDORLIK BELGISIMI?

"O'zbekistonda korrupsiyaga qarshi milliy ekotizimni mustahkamlash" qo'shma loyihasi tomonidan o'tkazilgan tadqiqotda jamoatchilik va hukumatning korrupsiyaga munosabati baholandi.

Koreya Respublikasi Korrupsiyaga qarshi kurashish va fuqarolik huquqlari bo'yicha komissiyasi (ACRC), BMT Taraqqiyot dasturining Seulidagi siyosiy markazi va Yevropa ittifoqi bilan hamkorlikda o'tkazilgan ushbu tadqiqot 500 dan ortiq so'rov ishtirokchilarining ma'lumotlariga va 20 dan ortiq anonim davlat vazirlik va idoralari xodimlarining fikr-mulohazalariga asoslangan.

Tadqiqotda O'zbekistonning 14 ta hududida maqsadli guruhlar, ekspert intervyulari va telefon orqali so'rovlar yordamida jamoatchilik fikri haqidagi asosiy ma'lumotlar to'plandi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, jamoatchilik ko'pincha korrupsiyani poraxo'rlik va qarindosh-urug'chilik deb tushunadi. 50 foizdan ortiq respondentga ko'ra, korrupsiya — bu mansabni suiiste'mol qilish va qarindosh-urug'chilik, 40 foizdan kamrog'i uchun esa qimmatbaho sovg'alar berishdir.

Aksariyat kishilar sovg'a berishni korrupsiya emas, balki minnatdorlik deb biladi.

Pora olish (88,4 foiz) va pora berish (68,4 foiz) ko'pchilik tomonidan qoralanadi, ammo yaxshi xizmat uchun kichik sovg'alar odatiydek qabul qilinadi.

Respondentlar korrupsiya keng tarqalgan sohalar sifatida sog'liqni saqlash, ta'lim (ayniqsa, oliy ta'lim) va mahalliy hokimiyatni e'tirof etdi.

Qishloq aholisi shahar aholisiga qaraganda avtomobil yo'llarini eng korrupsiyalashgan soha sifatida ko'rsatgan — mos ravishda 22,2 foiz va 12,8 foiz.

Respondentlarning 74,0 foizi korrupsiya holatlari haqida xabar berishga, jumladan, 82,2 foizi elektron platforma yoki mobil ilova orqali xabar berishga tayyor. 12 foiz respondent korrupsiya haqida xabar berishni salbiy holat deb hisoblaydi. Xabar bermaslikning asosiy sabablari sifatida bu befoyda, hech kim bunga e'tibor bermasligi (24,8 foiz) kimga murojaat qilishni bilmaslik (20,4 foiz), korrupsiyadan o'zlari manfaatdorligi (19,8 foiz) ko'rsatilgan.

«Daryo» nashri.

**10. Chilonjiy**dagı vitamin C miqdori imomonga nisbatan 10-15 barobar ko'p, shuning uchun yurak qon-tomir tizimi va immunitetni mustahkamlash uchun tavsiya qilinadi.

**Xabaringiz bormi?**

## POLIKLINIKALARDA YANGI LAVOZIM: TIBBIY MENEJERLARNING VAZIFASI NIMA?

Birlamchi tibbiyot muassasalarida kun avvalida odam odatdagidan gavjum bo'ladi. Bunday paytda aholi oqimi shifoxona uchun katta yuklamaga sabab bo'lishi bor gap.

**Xo'sh, ushbu vaziyatda muassasa rahbari qanday yo'l tutishi zarur?**

Toshkent shahridagi birlamchi tibbiy sanitariya yordami muassasalarida tibbiy menejer lavozimini joriy qilish orqali ana shu muammoni hal qilish ko'zda tutilgan.

Ahamiyatlisi, tibbiy menejerlar hamshiralar orasidan tayinlanadi. Ular murojaat qilib kelayotgan aholini o'zi uchun zarur mutaxassis yoki tekshiruv tomonga boshqarish uchun mas'ul xodimlar hisoblanadi.

### TIBBIY SUG'URTA TIZIMI BERGAN IMKONIYAT

Davlat tibbiy sug'urtasi tizimiga o'tish borasidagi ishlar Prezidentimizning tegishli qarorlari asosida Sirdaryo viloyatidan keyin Toshkent shahrida ham joriy qilina boshlagani munosabati bilan poytaxtimizda tibbiyotning birlamchi tizimida qator o'zgarishlar yuz berdi.

Ana shunday yangiliklardan biri shuki, birlamchi tizim rahbari har yilning 3-choragidan boshlab biznes-reja

tuzadi. Unda keyingi yil xarajatlari, shtat me'yorlari va zarur dori-darmon ehtiyojlari aks etadi. Ushbu reja tuman tibbiyot birlashmasi va Davlat tibbiy sug'urtasi jamg'armasi tomonidan kelishib tasdiqlanadi.

Buning natijasida tuman tibbiyot birlashmasi rahbariga joriy yildagi ehtiyoj va hududdagi holatdan kelib-chiqib, yangi shtat birliklari tashkil etish vakolati berilgan. Tibbiy menejerlar ana shu imkoniyatning hosilasidir.

### TIBBIY MENEJER AHOLINI BOSHQARADI

Tibbiy menejerlar muloqot qobiliyati yuqori bo'lgan hamshiralar orasidan tanlab olinadi.

Ular muassasaga kirib kelgan fuqarolarning murojaat turidan kelib chiqib, elektron navbat olishlariga, shifokor qabuliga yo'l olgan keksa va yordamga muhtoj kishilarning esa tibbiy qabul xonasini topib olishiga ko'maklashadi. Natijada bemorning tibbiyot muassasasidagi har bir harakati maqsadli bo'ladi, ortiqcha vaqt va asab yo'qotmaydi. Lo'nda qilib aytganda, tibbiy menejer bemorning marshrutini belgilab beradi.

### QOZON SHAHRI TAJRIBASI — TOSHKENTDA

Ushbu lavozim o'z-o'zidan paydo bo'lmadi, albatta. Toshkent shahar sog'liqni saqlash bosh boshqarmasi delegatsiyasi Rossiya Federatsiyasining Tatariston Respublikasiga xizmat safari chog'ida respublika markazidagi tibbiyot muassasalarida yaratilgan sharoitlar, davolash-profilaktika borasidagi tajribalar bilan birga, tibbiy menejerlar faoliyati bilan ham tanishgan edi.

***Shu birgina lavozimning tibbiyot muassasasi faoliyatini tartibga solishda muhim o'ringa egaligi, aholi qatnovlarini bir izga solishi, shifokorlarga katta yengillik berishi Qozon shahri tajribasida isbotlangan edi.***

Toshkent shahridagi birlamchi davolash-profilaktika muassasalarida boshlangan tibbiy menejerlar tajribasi ham aholi tig'iz joylashgan, qatnov ko'p bo'lgan ko'p tarmoqli markaziy hamda oilaviy poliklinikalarda yaxshi samara berib kelmoqda.

**S.TURSUNOV.**

## "Elektron poliklinika" va "Elektron shifoxona" axborot tizimlari ishga tushiriladi

**Qarorga muvofiq, davlat tibbiy sug'urtasi mexanizmlarini joriy etish doirasida:**

-2024 yil yakunigacha "Elektron poliklinika" va "Elektron shifoxona" axborot tizimlari amaliyotga joriy etiladi;  
-davlat tibbiy sug'urtasining axborot tizimi ishlab chiqiladi hamda amaliyotga joriy qilinadi;  
-tibbiyot muassasasi rahbariga mua-ssasaning quvvati doirasida

bo'linmalar ixtisoslashuvini, ular-dagi davo o'rinlari sonini o'zgartirish hamda ajratilgan mablag'lar doi-rasida xodimlar sonini ish hajmiga muvofiq belgilash vakolati beriladi;

-tibbiyot muassasalari uchun tas-diqlangan shtat me'yorlari tavsivaviy tusga ega hisoblanadi hamda 2025 yil 1 iyuldan tibbiyot va farmasevtika xodimlari mehnatiga haq to'lashning alohida tartibi hamda shartlari

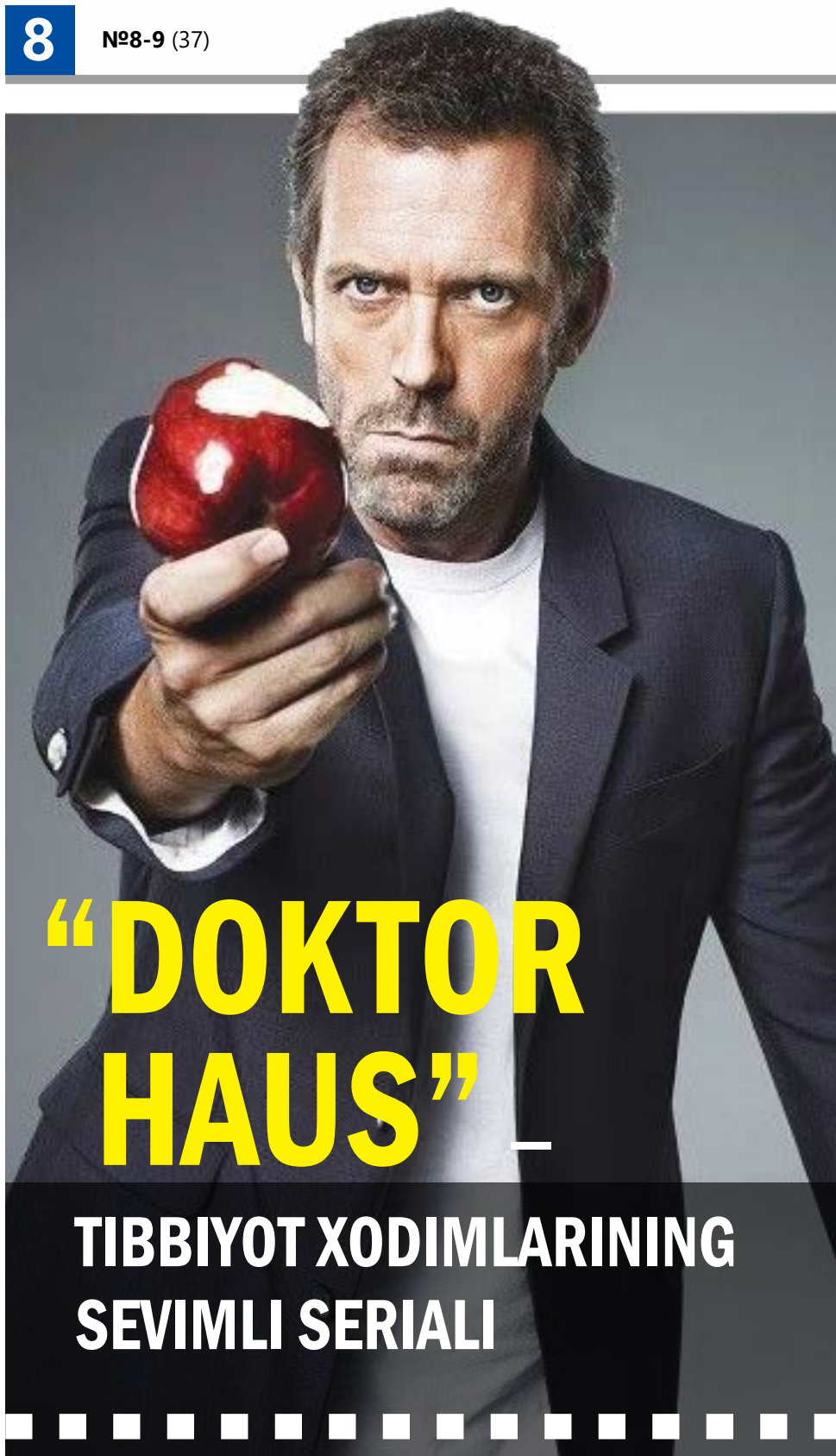
tatbiq etiladi;

-ko'rsatilayotgan tibbiy yordamning tasdiqlangan standart ham-da protokollarga muvofiqligi va sifati nazorat qilinadi.

2025 yil 1 aprelgacha Dav-lat byudjeti mablag'lari hisobi-dan imtiyozli toifaga kiruvchi shaxslar davolanadigan kasal-liklar ro'yxati hamda bazaviy narxlari kasalliklarni davolash yo'nalishlari asosida barcha tibbiyot maskanlari uchun qayta tasdiqlanadi.



*Хужжатга мувофиқ, 2024 йил 1 октябрдан Тошкент шаҳри, Сирдарё вилояти ҳамда 2025 йил 1 январдан Қорақалпоғистон Республикаси-да давлат тиббий суғуртаси механизmlарини амалиётга татбиқ этиш белгиланган.*



**“Doktor Haus” seriali o'zbek tiliga dublyaj qilingandan so'ng, nafaqat tibbiyot sohasi vakillari, balki ko'plab ziyolilar, hatto oddiy aholi vakillarida ham katta qiziqish uyg'otgani ma'lum.**

**2004 yili yaratilgan, amerikalik kinoijodkorlar tomonidan sakkiz yil davomida suratga olingan, sakkiz mavsumdan iborat tibbiy drama — “Doktor Haus” seriali voqealari Priston universitetida joylashgan Frist klinik markazida bo'lib o'tadi.**

#### SHIFOKORNING FARZANDI GAVDALANTIRGAN OBRAZ

Qo'pol, o'zidan boshqa hech kimni tan olmaydigan, bemorlardan ko'ra ularning kasalligi bilan yaxshiroq chiqishadigan daho! Bu obrazni jonlantirgan Xyu Lori Britaniya dramaturgiyasiga qo'shgan hissasi uchun Britaniya imperiyasi ofiseri ordeniga sazovor bo'lgan. U ijtimoiy antropologiya yo'nalishida tahsil olgan. Shuningdek, professional sport bilan ham shug'ullanadi.

Xyu Loringning otasi — shifokor. Aktyor o'z otasini parodiya qilgani uchungina katta miqdorda gonorar olishidan uyalganini yashirmagan. Kasting paytida ham Lori ikkinchi darajali rol' o'ynayman, deb o'ylagan. Dastlab u doktor Haus kabi bema'ni va xudbin odam qanday qilib bosh qahramon bo'lishi mumkinligini tushunmagan.

#### DOKTOR HAUS — SHERLOK XOLMS

Serial muallifi Devid Shor Gregor Haus obrazi Artur Konan Doyl asarining qahramoni Sherlok Xolmsga taqlidan yaratilganini ta'kidlaydi.

Shifokor Gregor Haus va detektiv Sherlok Xolms o'rtasidagi o'xshashliklarni butun serial davomida ko'rish mumkin. Bu teleserial syujetining turli elementlarida kuzatiladi. Hausning kasallik jumbog'i yechimiga psixologik yondashuvi, qiziqarsiz, deb bilgan ishlarga qo'l urmasligini, muammolarga esa sovuqqonlik, shu bilan birga hazilomuz yondashuvida shu taqlidning izlarini ko'ramiz. Ikki qahramon ham o'z ishida “pixini yorgan”lardan. Gapga usta, yuksak intellekt sohiblari.

Hausning uy manzili 221-B xonadon, Konan Doyl asarida Xolmsning manzili ham shunday bo'lgan. Yana Haus bilan Xolmsning o'xshashlik taraflariga musiqani ham kiritish mumkin: Xolms skripka, Haus pianino va gitara chaladi.

Hausning doktor Jeyms Uilson bilan do'stligi Xolmsning birodari doktor Jon Vatsonga ishora qiladi. Uilson rolini ijro etuvchi Robert Shon Leonard avvaliga uning qahramoni va Haus teleserialda Sherlok Xolms va Doktor Vatson rollarini o'ynashi kerak ekanini aytgan ekan, ammo Vatsonning “maslahatchilik” pozitsiyasi Hausning jamoasiga “yuklanadi”.

#### “JARROHLIK AMALIYOTLARI BO'YICHA QO'LLANMA”

Teleserialda turli xil personajlar Sherlok Xolms haqidagi asar qahramonlarining ismi bilan ataladi. Ikkinchi mavsumdagi seriyalardan birida Haus “Moriarti” ismli aqlini yo'qotgan bosqinchi tomonidan jarohatlanadi. Shuningdek, birinchi qismdagi asosiy bemorning ismi — Rebeka Adler, bu nom Sherlok Xolmsning ilk hikoyasidagi Iren Adlerning nomidan olingan.

To'rtinchi mavsumning bir qismida Haus sovg'a sifatida “Jarrohlik amaliyotlari bo'yicha qo'llanma” kitobini oladi. Bu kitob Sherlok Xolmsning prototipi bo'lgan Jozef Bell tomonidan yozilgan.



#### “HAMMA YOLG'ON GAPIRADI”

Hausning afsonaviy “Hamma yolg'on gapiradi” jumlasini boshqa serialdan olingan. Bu gap ilk bor “Klinika” fil'mida doktor Bob Kelso nomidan aytiladi. Serialda MRT apparati ko'pincha “yolg'on detektor” sifatida ishlatiladi. Ushbu uskuna haqiqatan ham yolg'onchini fosh qilishga yordam beradi — real vaqtda tomografiya miya faoliyatidagi o'zgarishlarni qayd etadi.

“Doktor Haus” teleseriali shu paytgacha qadar yetmishga yaqin mamlakatda namoyish qilingan. 2008 yil dunyo bo'yicha eng ko'p ko'rilgan televizion fil'm sifatida tan olingan. Shu ko'rsatkich bo'yicha “Ginnes rekordlari” kitobiga ham kiritilgan. Besh marta “Emmi”, ikki marta “Oltin globus” hamda “Pibodi” mukofotlari bilan taqdirlangan.

**S.TURSUNOV.**

## SERIAL YORDAM BERDI

**Germaniyalik shifokorlar  
“Doktor Xaus” seriali  
orqali bemorga to'g'ri  
tashhis qo'yishdi.**



Darakchi nashrining yozishicha, klinika xodimlari bir necha oydan beri 55 yoshli bemorga tashhis qo'ya olmay, davolanish muolajalarini boshlay olishmayotgan edi. Bemor yil davomida bir necha bor yurak huruji, qayt qilish, istma chiqishi, quloq eshitish, ko'z nurining yo'qolishi bilan

shifoxonaga tushgan. Ammo shifokorlar bu belgilarga qarab aniq tashhis quyishga qiynalishgan.

Yurak huruji bilan kuzatilgan bu belgilar Yurgen Sheferga “Doktor Xaus” serialining bir qismini esga soladi. Shifokor bemor metal (Kobal't) bilan zaharlanganini aniqlaydi.

Serialdagi bemor bir necha yil avval son bo'g'imini metalli protez bilan almashtirgan bo'ladi.

Yurgen Shefer o'z bemorini kasallik tarixini o'rganadi. Hayotdagi bemor ham 2 yil avval son bo'g'imlariga protez o'rnatgani ma'lum bo'ladi.

#### JAMOAT SALOMATLIGI

MUASSIS:  
Farg'ona jamoat  
salomatligi tibbiyot  
instituti

O'zbekiston Respublikasi  
Prezidenti Administratsiyasi  
huzuridagi Axborot va ommaviy  
kommunikatsiyalar agentligi  
Farg'ona viloyati hududiy  
boshqarmasi tomonidan  
6-sentabr 2021-yil №12-132 raqam  
bilan ro'yxatga olingan.

BOSH MUHARRIR:  
**Akmal SIDIKOV**  
NASHR UCHUN MAS'UL  
**I.ABDUJABBOROV**

Qog'oz bichimi: A-3  
Oyda bir marta o'zbek tilida  
chop etiladi

TAHRIRIYAT MANZILI:  
150105, Farg'ona shahar,  
Yangi Turon ko'chasi, 2-uy  
Tel.: (73) 243-06-62  
(94) 444-91-76

[fmioz@mail.ru](mailto:fmioz@mail.ru)

[fjsti.uz](http://fjsti.uz)



GAZETA BEPUL  
TARQATILADI

Gazeta «ZAKOVAT NASHRIYOT UYI» MCHJ  
bosmaxonasida ofset usulida chop etildi.

**BOSMAXONA MANZILI:**  
Kosonsoy shahri, Chorbog' ko'chasi, 17-uy.  
Bosmaxonaga 19.12.2024 yil, soat 16 00 da  
topshirildi. Topshirish vaqti: 17:00

Buyurtma:

Adadi: 500