

МЕҲР ВА ҚАДР БОР ЕРДА ҲАММА НАРСА БОР

Тирик, мағрур, ҳақ сўз қуролимиз бўлсин!



Ватан ягонадир,
Ватан биттадир

2023 йил—Инсонга эътибор ва сифатли таълим йили

Ассалому алайкум, азиз мушистарий!

ISTIQBOL YO'LII

Кўштепа туманинг ижтимоий-сиёсий, маънавий-маърифий газетаси

1943 йил 6 марта бошлаган

www.istiqbolyuli.uz

istiqbol.43@utmail.uz

2023 йил 6 феврал № 5 (8447)

Муҳим ахборотлар

Туркияниң жануби-шарқи қисмидаги вилоятларда

юз берган кучли зилзила оқибатида кўплаб одам қурбон бўлгани ва жиддий жароҳат олгани, катта талафотлар кўрцлани муносабати билан

Узбекистон Президенти

Шавкат Мирзиёев Туркия Президенти

Режеҳ Тайип

Эрдогана ҳамдардлик шўллади.

2022–2026 йилларга мўлжалланган Янги Узбекистоннинг тараққиёт стратегиясини "Инсонга эътибор ва сифатли таълим иши"да амалга оширишга оид давлат дастури тўғрисидаги Узбекистон Республикаси Президенти Фармони лойиҳаси кенг жамоатчилик мухокамаси учун эълон қилинди.

"Тараққиёт стратегияси" маркази барча фуқаролардан 2023 йилги давлат дастури лойиҳасининг мухокамасида фаол иштирок этиб, мамлакатимиз тараққиётига хизмат қиласадиган тақлифларни Марказнинг махсус

2023.strategy.uz ҳамда davlatdasturi.uz порталлари ёки ижтимоий мармоқлардаги @dscuzbekistan ва @YangiTaraqqiyotStrategiyasi телеграмм каналлари орқали билдиришларни сўраб қолади.

Мухокамалар 2023 йилнинг 6 февралидан 17 февралигачи давом этади.

Президент Шавкат

Мирзиёев шу

йилнинг 2 феврал куни туманинг ташриф буюриб, "Global textile infinity" кластерининг тўқимачилик корхонаси билан танишди ҳамда водий вилоятларида пахта-тўқимачилик саноатини ривожлантириш чора-тадбирлари юзасидан йиғилиш ўтказди.

Президент 2022 йил май ойида вилоятга ташрифи чоғида "Global textile infinity" кластерининг ишлаб чиқариш лойиҳаси билан танишган эди. Ушандаги кўрсатмалар асосида лойиҳа жадаллаштирилиб, декабрда ишга туширилди. Бу галги ташрифда ҳам мазкур тўқимачилик корхонаси кўздан кечирилди.

Бу ерда пахта етиштириш ва уни қайта ишлашнинг тўлиқ жараёни йўлга кў-

йилган. 132 миллион евро эвазига катта фабрика ташкил этилган, у йилига 18 миллион метр аралаш мато ҳамда 10 миллион дона тайёр маҳсулот ишлаб чиқариш кувватига эга. Европа давлатлари ва Хитойга 85 миллион европлик маҳсулот экспорт қилиш режалаштирилган.

Ушбу кластер мажмуасида водий вилоятларида пахта-тўқимачилик саноа-

тини ривожлантириш масалалари бўйича йиғилиш ўтказилди.

Пахта ҳосилдорлигини ошириш, ип-калаван чукур қайта ишлаб, тайёр маҳсулотларни кўпайтириш бўйича кўрсатмалар берилди. Водий вилоятларида тўқимачилик маҳсулотлари экспортини жорий йилда 2,5 миллиард долларга етказиш имконияти борлиги таъкидланди. УзА.



Ифтихор

ИНҚИЛОБИЙ ЯНГИЛАНИШ ШАРОФАТИ



Ёшим саксонни қоралаб боряпти. Бошқарув, қишлоқ ҳўжалиги, маҳалла тизимларида меҳнат қилдим. Туманинг яқин ўтмишига назар ташлаб, юракларим оғриб кетади. Айниқса, асосий тармоқ

хисобланган қишлоқ ҳўжалигига йил—үн иккى ой машаққатли меҳнат қилган дехқоннинг кўксига офтоб тегиши жуда қийин кечарди. Агарр туманинг аҳволи ҳам шунга яраша эди-да.

лашётган", юракдан чиқариб меҳнат қилаётган фермерлар қатор-қатор техникалар сотиб олишяпти, бугун улар алмисоқдан қолган "олов"ларда эмас, замонавий автомашиналарда юришибди, эҳтиёжкандарни кўллаб-куватлашяпти, қишлоқлар ободончилигига хисса кўшишади.

Айни шу кластер туфайли Қўштепада ҳам саноат ишлаб чиқариши йилма-йил ривожланиб боряпти. Чекка ҳудуд ҳисобланган Солижонбодда қишин-ёзин 400 одамни иш билан банд қиласадиган пахта тозалаш заводи ишга тушди, ҳудуднинг қиёфаси мутлақо замонавий тус олди. Мана энди Президентимиз 2 феврал куни ташриф буорган "Global textile infinity" корхонаси бунёд этилиб, шу кунларда 1,5 минг иш ўрни яратилганига қойил қолмай бўладими?! Пахта

хом ашёсидан тола, мато ва ниҳоят, тайёр маҳсулот ишлаб чиқарадиган корхонада яқин келажақда 3000 иш ўрни яратилади! Яқин ўтмишда буни орзу ҳам қила олмаганимиз.

— Қўштепаликлар ҳам яхши яшашга ҳақли,—дейдилар давлатимиз раҳбари ташриф ҷоғларида. Афтидан у киши бизнинг яқин ўтмишдаги турмушимизни яхши билганлар. Бугун тадбиркорлик ҳаракати, саноат ишлаб чиқариши тараққий этиб бораётгани учун туманинг маркази ҳам тобора кўркамлашиб бораётганини ҳаммамиз кўриб-билиб турибимиз. Биринчиридан гўзал бинолар, "Обод қишлоқ" дастури доирасида замонавий киёфа кашф этा�ётган мактаб, мактабгача таълим, тиббиёт муассасалари, текис асфалт йўллар, одамларнинг уй-жой шароитларини яхшилаб бо-

райтгани, сервис хизматлари маданияти кунба-кун ривожланаётгани ҳаммани ҳам мамнун этаётганига иймоним комил.

Шу туманинг бир фуқароси сифатида Президентимиз сұхбатларини тинглаб, олдимизга кўяётган вазифаларни идрок этиб, ёш, ҳаракатчан ҳокимимиз бошчилигига ҳалқимиз баланд кайфият ва улуғ ният билан аник мақсад сари олға қараб интилаверса, яқин келажақда Қўштепамиз нафақат вилоятда, балки бутун мамлакатда иқтисодий бақувват, ижтимоий тараққий этган ҳудудларга айланнишига ишонч ҳосил қилдим.

Исройилжон ИСМОИЛОВ, вилоят ҳокимининг қишлоқ ҳўжалик масалалари бўйича жамоатчи маслаҳатчиси, меҳнат фахрийи.

УШБУ

(2)

* Алишер Навоий таваллудининг 582 йиллигига
* Халқчиллик ва касбий ривожланиши ўйлидамиз

СОНДА:

(3)

* Кўштепанинг Мұхаббати
* Эълонлар
* Юрак-қон томир касалликлари

(4)

* Сабоқ бекати
* Навоий ҳикматларидан
* Ақл-ақлдан қувват олар
* Билиб қўйган маъқул



Али舍ер Навоий таваллудининг 582 йиллигига

"НАФЬИНГ АГАР ХАЛҚКА БЕШАК ДУРУР"...

Миллий адабиётимиз шарафини бекиёс даражада юқсалтирган мутафаккир шоир, буюк сўз санъаткори Алишер Навоийнинг асрлар оша ўз аҳамиятини йўқотмай келаётган асарлари ҳар бир даврага хос теран мазмун ва маънога эгалиги билан башариятни ҳайратга солиб келмоқда. Унинг бирон-бир мисраси йўқки, адабиятга дахлдор бўлмаса. Қўйида ғазал мулкининг султони қолдирган улкан маънавий меъросга ана шу нуқтаи назарда тўхталиб ўтамиз.

Ҳазрат Навоийнинг тил билиш заруриятига қаратилган ушбу байтига эътибор беринг:

*Ибрию юношию
сурёни ҳам,
Ҳинду агар сўрса,
билиб они ҳам.*

Улуғ шоир бу билан баркамол авлод кўп тилни билиши даркорлигини ўқтиради. Бугунги кунда Ўзбекистонда тил ўрганиш соҳасида бемисл имкониятлар яратилётгани, ёшларимизнинг бу борадаги интилишлари тил масаласининг ҳамон долзарблигидан дарак беради.

Миллатлараро тутувлик давримизнинг энг муҳим масалаларидан бири бўлиб келмоқда. Навоий турли миллат ва диний эътиқодга мансуб элларнинг бирдамлигини мадҳ этиб шундай ёзади:

*Кўнгилни олса малоҳат
била тафовут йўқ,
Хитойи ўлсини армани
ва ё ҳинд.*

Шунингдек, буюк бобокалонимиз ижодида шукр қилиб яшаш ғоясига кенг ўрин берилган. Қитъаларининг бирида икки кишининг ҳолати:

ни: "Бирор келяпти-оёғига кийгани калиши йўқ, иккинчи келяпти-оёғининг ўзи йўқ," деб тасвирлаш орқали моҳирона ишора или шукрга ундаиди. "Ҳайрат ул аброр" асарида бу ғоя, айниқса, чукурлаштириб берилган:

*Бири анинг неъматига
шукр эрур,
Кимсаки шукр айласа,
кўпрак берур*

Шоирнинг ўлмас асарларида ҳалол меҳнат комил инсонга хос фазилатлар қаторида мадҳ этилади. Кишининг ўзи ишлаб топган бир дирҳами бирорвнинг "ганж"идан яхшироқ эканини қўидагича ифодалайди:

*Бир дирам олмоқ
чекибон дастранж,
Яхшироқ андинки
бирор берса ганж.*

Навоий асарларида, хусусан "Хамса" асарида инсониятнинг етакчи омили бирорларга яхшилик қилиш эканлиги кўп бор қайд этилади. Кимки, ўзгаларга яхшилик қилиш, ёрдам беришни одат қилган бўлса, бундан ўзига кўпроқ наф келиши қўидагича англатилади:

**Нафъинг агар халққа
бешак дурур,
Билки нафъ ўзининг
кўпрак дурур.**

Даҳо шоир ўзининг барча улуғвор байтларига хос ўз сўзига аввало ўзи амал қилиб ҳаёт кечирганлиги бизга тарихдан яхши маълум. Навоий умр бўйи етим-есир, бева-бечора, муҳтож ва ногиронларга меҳр-муруваттав кўрсатиб келган, ҳалқнинг эҳтиёжини кўзлаб ўз хисобидан мактаб-у мадраса, шифононалар, ўйл ва кўпприклиар барпо қилган, боғ-роғлар яратган. Илм-фан ва маданият аҳлиниң ҳақиқий ҳомийси бўлган беназир зот бор мол-мulkини эл-юрт равнақи ўйлида сарфлаб шундан таскин топган. Чинакам элпарвар аждодимиз Мир Алишер Навоийнинг ўлмас асарлари бебаҳо адабий месор, ёзгу ишлари эса биз, авлодларга катта ибрат мактаби бўлиб қолади.

**Муҳаббатхон МУРОДОВА,
6-умумтаълим
мактабининг
она тили ва адабиёт**



Жараён

АМАЛИЙ ВА ФОЙДАЛИ ТАКЛИФЛАР

Ўзбекистон Миллий кутубхонаси директори Умид Тешабоева ҳамда ахборот-кутубхона ресурсларини шакллантириш бўйича директор ўринbosari Собиржон Жамғўлатовлар туманимизда бўлиб, ахборот-кутубхона марказимиз иш фаoliyati билан атрофлича танишдилар. Маърифат ўчогимизга ажратилган бино, унинг жиҳозланиши, моддий-техника базаси, китобхонларга хизмат кўрсатиш даражаси ўрганилиб, мутахассисларимизга китобхонлар сафини кенгайтириш, янги китоблар тақдимотларини ташкил этиш, устоз ва ёш ижодкорлар билан учрашувлар ўютириш, китобларни сақлаш, уларнинг "умрини узайтириш" юзасидан услубий-амалий кўмак ва маслаҳатлар бердилар.

Шунингдек, ахборот-кутубхона марказида тумандан чиқсан таниқли шоир ва ёзувчилар, бошқа ижодкорлар, улар яратган асарлар, муқаддас қадамжолар ҳақидаги маълумотларни китобхонларга кўринарли жойларга илиб қўйиш, кўп нусхали китобларни маҳаллалардаги кутубхоналарга тақдим этиш юзасидан билдирилган таклифлар биз учун ҳам фойдали бўлди.

Жараёнда туман ҳокимининг ўринbosari Акмалжон Юсупов иштирок этди.

**Ғолибжон МҮМИНОВ,
туман ахборот-кутубхона маракази директори.**



Янги кодекс кучга кирди

ХАЛҚЧИЛЛИК ВА КАСБИЙ РИВОЖЛАНИШ ЙУЛИДАМИЗ

Юрт тинчлиги, осойишталиги энг долзарб масала бўлиб турган буғунги кунда бизнинг тизимда амалга оширилаётган ислоҳотлар мазмун-моҳияти нафақат чора-тадбирлар узвийлиги, балки соҳада фаолият юритаётган ходимларнинг профессионаллик салоҳиятини оширишга қаратилгани билан аҳамиятли бўлмоқда. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2023 йил

20 январдаги "Ички ишлар органларини халқчил профессионал тузилмага айлантириш ва аҳоли билан янада яқин ҳамкорликда ишлашга йўналтириш бўйича қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида"ги қарори билан тасдиқланган Ички ишлар органлари ходимларининг касбий маданият ва хизмат интизоми кодекси фикримизга далиллар.

Ички ишлар органларини аҳолишининг ишончли ҳимоячиси сифатида ҳалқчил тузилмага айлантириш, уларнинг фуқаролар, давлат ташкилотлари ҳамда кенг жамоатчилик билан яқин ҳамкорлиқда ишлашини таъминлаш мақсадида қабул қилинган ушбу кодекснинг асосий йўналишлари соҳа вакилларини юксак маънавий-ахлоқий фазилатларга эга этиб тарбиялаш, хизмат вазифаларига ҳалол, юксак масъулият билан ёндашиб, жамиятда умумэтироф этилган одоб-ахлоқ нормаларига сўзсиз амал қилиш түйгисини шакллантириш, хуқуқ-тартибот тизими обрўсига салбий таъсир кўрсатувчи низоли вазиятларни юзага келтирмаслик каби ғоят муҳим мақсадларни ўз ичига олади. Мазкур қарорга кўра, Кодексда белgilangan қоида ва талабларни ҳар бир ходим билиши, сўзсиз амал қилиши мажбурий ҳисобланиб, бу, ходимнинг хизмат фаолияти санарадорлигини баҳолашнинг асосий мезони этиб белgilangan. Қайд этилишича, амал қилмаслик ёки уларни кўпол равишда бузиш ходимни ички

ишлар органларидан хизматдан бўшатишгача бўлган интизомий жазо чорасини қўллаш учун асос бўлади.

Тузилмасизда Манавий-маърифий ишлар ва кадрлар билан таъминлаш департаменти ташкил этилганлиги ҳам муҳим янгилик бўлди, бу билан хизматга қабул қилиш бўйича номзодларни танлашнинг адолатли, холис ва шаффоғ тизимини яратиш ва бу борада бюрократик тўсиқларни бартараф этиш, маънавий-маърифий ишларни "таълим муассасасидан—хизматнинг охирига қадар" тамойили асосида узлуксиз ташкил этиш каби фаолиятимиз самарадорлигини оширишга қаратилган қатор таъсирчан ғоялар татбиқ этилмоқда. Шунингдек, ички ишлар органларida истиқболли ёш раҳбар кадрлар заҳирасини шакллантиришнинг янги тизимини жорий этиш, инсон омилини истисно этиш ҳамда коррупция ҳолатларининг барвақт олдини олиш, шахсий таркиб ва уларнинг оила аъзоларини ижтимоий ҳимоя қилиш тизимини замон талабларига мос равишда тўлиқ

рақамлаштиришга эътибор қаратилиши кўзда тутилаётir.

Ушбу ҳужжатда орган ходимларининг ҳаёти ва фаолиятида муҳим ўрин тутувчи янгиликлардан яна бири —кадрлар масаласидаги тақомиллашув, яъни ходимларнинг ўкув-малакавий салоҳиятини оширишга қаратилган чора-тадбирлар белгиланган. Масалан, ҳудудий ички ишлар органлари эҳтиёжини инобатга олиб эндилиқда Ички ишлар вазирлигининг академик лицейлари битирувчилари учун Ички ишлар вазирлиги Академиясида бакалавриатнинг "Хуқуқбузарликлар профилактикаси фаолияти" ва "Тезкор-қидириув фаолияти" таълим йўналишларига, тўлов-контракт асосида ўқитишни назарда тутган холда, 200 нафаргача қўшимча ҳар йиллик қабул квотаси киритилади. Шунингдек, ички ишлар органларига хизматга биринчи марта қабул қилинган ходимлар Ички ишлар вазирлиги Малака ошириш институтида уч ойлик бошланғич касбий тайёргарлик курсларини муваффақиятли тамомлаганидан сўнг тегишли лавозимга

тайнланади. Ички ишлар вазирлиги академик лицейларининг фан номзоди ёки фалсафа доктори (PhD), фан доктори ёхуд фан доктори (DSc) илмий даражалари, профессор ёки доцент илмий унвонларига эга бўлган кафедра бошлиқлари меҳнатга ҳақ тўлаш шартларига кўра, олий таълим муассасининг кафедра бошлиғи (мудири)га тенгглаштирилади.

Жамоатчилик назорати тизимини яратиш мақсадида Ички ишлар вазирлиги ва унинг ҳудудий бўлинмаларида жамоатчилик асосида доимий фаолият юритувчи маслаҳат-кенгаш органи ҳисобланган, соҳа олимлари, фахрийлари ва журналистлардан иборат жамоатчилик кенгашлари тузилиши ҳамда уларнинг асосий вазифалари аниқ белгиланди.

Юқоридаги янгиликларни фаолиятимизга татбиқ этиб, ҳалқимизни рози қилиш бош мақсадимиздир.

**Элёр ОХУНОВ,
туман ички ишлар бўлими бошлиғининг маънавий-маърифий ишлар бўйича ўринbosari, майор.**

Тўйхат ўрнида: инсон қадри учун

ҚЎШТЕПАНИНГ МУҲАББАТИ

Кадди-басти ўзига ярашган, корачадан келган, истаси исик бу аёлни туманда танимайдиганлар кам то-пилса керак. Боиси, ижтимоий фаол аёл сифатида туман "қозони"да "қайнаётган"ига қирк йилга яқинлашиб

Йигирма... ўттиз... қирк йиллар, уларни санаб ўтиш осон. Аммо агар ўз вазифаси масъулиятини зиммасига борича юклаган одамнинг давлат, жамият ва инсонлар манфати йўлида босган қадамлари саломгини чамалаб кўрсангиз, бу йиллар қаърида қанча-канча меҳнат, машақатлар, ҳаяжонлар, эмирилган асаблар, айни пайтда баъзан бўлса-да, хузурбахш онлар яширинганини хис қиласиз.

Қўштепанинг Муҳаббати қаерда фаолият юритмасин, бу ҳолатларнинг барчасига пешвуз чиқа билди. Боиси, бу фазилатлар унга болалигидан оила муҳитида сингдирildi. Момоерни об-ҳаёт илиа ўйғотиш илмини пухта ўзлаштирган, нафақат Эшонгузарда, балки туманда уста мироб сифатида танилган, "Республикада хизмат кўрсатсан ирригатор" унвонига муносиб кўрилган Аҳмаджон ака, жамоа ҳўжалигининг даласи-ю пилласи юмушларини "поҳ" демай адо этган Ҳафизаҳон ая, уларни Аллоҳ раҳмат қилисинг, етти фарзанднинг ҳаммасини ҳам эл юмушига камарбаста бўла оладиган қилиб тарбиялай билдилар. "Болам, каттадир, кичикдир, сенга ишондими, уни оқлассанг, асло кам бўлмайсан" дегувчи эди Аҳмаджон ота. Ва бу ўғитни фарзандлар бош узра тутдилар, инчунун Муҳаббатхон ҳам.

Ҳали мактабда ишлаб юрган давриданоқ масъулият ва ташабbus билан меҳнат қилишига ўрганди. Шунинг

учун бўлса керакки, касбига садоқатли муаллима сифатида тилга олинадиган бўлди. Шунинг учундирки ўша пайтлар "Шуҳрат" медали билан тақдирланган Муҳаббатхон Мўйдинова деярли ўн тўрт йил давомида туман хотин-қизлар кўмитаси раи-

колди. Олий таълим олиб, дастлаб мактабда тарих ва жамиятшунослик фани ўқитувчиси, директор ўринbosari, директор, ундан кейин бошқарув тизимида фаолият олиб бораётганига ҳам йигирма йилдан ошиби.

бечан аёлнинг тажрибаси, салоҳиятига яна эҳтиёж сезилди, у яна бошқарув тизимида қайтарилди. Бугун Муҳаббатхон Мўйдинова ҳокимнинг маслаҳатчи-си сифатида нафақат давлат тили масалалари ва маънавий-маърифий ишлар,

олиият кўрсатадиган Фарҳоджон Исоилов, вилоятнинг кўзга кўринган етакчи аёллари Соҳибжамол Тонготарова, Сайёрахон Алимова, Жамилахон Аҳмедова, курсдош, синфдош дўсту дугоналари, яқинлари, шогирлари сўзладилар. Яна улар Муҳаббатхоннинг яхши рафиқа, она, бека, буви эканликларини ҳам алоҳида тилга олдилар.

Дарҳақиқат, аёл оиласида баҳтли бўлсагина қадди тик, кўнгли хотиржам, ишида унум бўлади. Бу бекам баҳтни асрар-авайлаб, камолга етказиша ҳамрасб умр йўлдоши Эркинжоннинг алоҳида хиссаси борки, бугун улар бош бўлган оила униб-ўсди, туб кўйиб, палак ёзди. Уғиллари Умиджон, Бобуржонлар ўқиб, олий маълумот олиб, эл корига ярамоқдалар. Улар ортидан хонадонга келин бўлиб келган Ҳилолаҳон ҳам муаллима, Гўзалой эса ҳамшира, турмушларидан мамнун. Келин олиб, уй юмушларидан енгиллаган Муҳаббатхон уч набиранинг бувижониси. Дуога қўл очганида юрту элга омонлик тилаш баробарида, зурриётларига ёруғ келажак, бекам баҳт сўрайди.

...Шукрона даврадан қайтар экан, Қўштепанинг Муҳаббатхоннинг кўнгли ажаб таскинни хис қилади. Бу, қилаётган оздири-кўпдир меҳнатининг муносиб эътирофидан, шу юрт, танти, меҳнаткаш қўштепаликлар корига яраш йўлида қўйилган ҳар бир қадами зое кетмаётгани ҳаловатидан бўлса, неажаб.

Хадиҷаҳон КАРИМОВА



си—ҳоким ўринbosari лавозимида ишлаб, аёллар, кези келганда, у ёки бу соҳанинг масъул раҳбарлари билан мулоқот қилиш илмини пухта ўзлаштириди. Аёлларни тинглашни, ўз сўзини ўқтира олиши яхши билган етакчи бошқарувнинг бу тизимида томонда тобланди: вазиятни баҳолашни, ҳар қандай чигалликни ечишни, сўзамолликни ўрганди. Табиики, кўлами кенг, чеки-чегарасиз фаолияти давомида барчага баравар ёқишининг иложи йўқ. Ўрни келганда, дилхизаликларга ҳам дуч келди. Ўзи ва бошқаларга тала-

балки туманнинг нуфузини белгиловчи, одамлар кўнглини олувчи ҳар қандай ташкилий-тарбиявий, оммавий ҳаракатларнинг қайноқ нуқталарида учратасиз. Қўштепанинг энг фаол аёли Давлатхон Юсу пова ва бошқа сафдошлари ёрдамида ўюштирган ҳар қандай тадбирдан омманинг ҳам, раҳбарларнинг ҳам кўнгли тўлади.

Бу ҳақда яқиндагина Муҳаббатхон Мўйдинованинг олтмиш ёши шукронасига бағишлиган катта даврада туман ҳокими Илёсбек Новиков, ҳозирда вилоят прокурорининг ўринbosari лавозимида фа-

Ҳозирги кунда дунё бўйича ўлим ҳолатларининг энг кўп ҳиссаси юрак-қон томир касалликларига тўғри келаётгани унга қарши кураш чораларини кучайтириш кераклигидан даражада беради. Маълумотларга кўра, ҳар иили шу хасталик оқибатида нобуд бўлаётган одамлар сони ҳар қандай бошқа касалликлар кўрсаткичидан ортиқ бўлмоқда. Шунингдек, бундай ташвишланарли ҳолатларнинг 75 фоиздан ортиғи даромад даражаси ўрта ва паст мамлакатларга тўғри келаётгани қайд этилмоқда.

Хўш, жаҳон миёсида инсон саломатлигига таҳдид солаётган мазкур касалликнинг олдини олиш учун нималарга эътибор бериш керак?

Юрак касалликлари ва инсультнинг асосий хавфли омиллари—нотўғри овқатланиш, жисмоний ҳаракатсизлик, тамаки ва алкогол истеъмол қилиш каби ҳолатлар билан изоҳланади. Унутмаслик керакки, ортиқа ёғли ва керагидан ортиқ овқатланиш ва ҳаракатсизлик бу хасталикка йўл очиб, уни рағбатлантиради. Ҳар нарсага асабийлашаверишнинг инсонга таъсири қон босимининг ошиши, қондаги глюкоза миқдорининг, липидлар даражасининг ортишига олиб келмоқда. Бу ҳам охир-оқибат юрак-қон томир хасталикларини кетириб чиқаради.

Ушбу «оралиқ хавфли омилларни» баҳолаш бирламчи тиббий-санитария ёрдами муассасаларида амалга оширилиши мумкин ва улар миокард инфаркти, инсульт, юрак етишмовилиги ва бошқа асоратлар ривожланиш хавфининг юкоридаражаси мавжудлигини кўрсатиши мумкин. Тамаки истеъмол

килиши тўхтатиш, рационда тузни камайтириш, мева ва сабзавотларни кўпайтириш, мунтазам жисмоний фаоллик ва алкоголи ичимликлар истеъмолига чек кўйиш орқали касалликнинг олдини олиши исботланган.

Аксарият ҳолатларда қон-томирларнинг касалланиши алоҳида белгилариз кечади. Инфаркт ва инсульт касаллик тўғрисида биринчи огоҳлантириш бўлиши мумкин. Инфарктнинг

ликлар; бир ёки иккала кўз билан кўриб идрок қилишнинг қийинлашиши; қадам ташлашнинг қийинлашиши, бош айланиши, мувозанат ёки координацияни йўқотиш; бирор-бир сабабсиз бошда кучли оғриқ ҳамда ҳушидан кетиш ёки эс-хушини йўқотишдан иборатдир. Ушбу ўзгаришларни сезган одам дарҳол тиббий ёрдамга мурожаат қилиши лозим.

Юрак-қон томир касалликлари юки-

Қарор ва ижро: Мутахассис огоҳлантиради

ЮРАК-ҚОН ТОМИР КАСАЛЛИКЛАРИ

симптомларига қўйидагилар киради:

- кўкрак қафасининг ўртасида оғриқ ёки нохушлик хис қилиш;

- кўплар, чап елка, тирсаклар, жағлар ва орқа елкада оғриқ ёки нохушлик сезилиши. Бундан ташқари, одам нафас олишида қийналиши ёки ҳаво етишмаслиги, кўнгил айниши ва кушиши, бош айланишини хис қилиши, совуқ тер чиқиши ва ранги оқариши ва ҳатто ҳушидан кетиши мумкин.

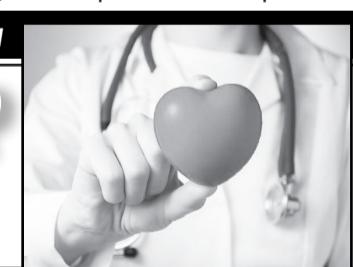
Инсультнинг энг кўп таржалган белгиларидан бири юзда, кўпинча бирор-бир томонида, қўллар ва оёқларда заифлик сезишидир. Бошқа симптомлари тўсатдан юзнинг, айниқса, бирор-бир томонининг, қўллар ва оёқларнинг увушиб қолиши; онгнинг чалкашиши; нутқнинг қийинлашиши ёки нутқни тушунишда қийинчи-

ни камайтириш учун амалга оширилиши зарур бўлган чора-тадбирларни эслатиб ўтамиш:

- тамаки чекишига қарши ҳар томонлами курашиш;

- таркибида ёғ, қанд ва туз миқдори кўп бўлган махсулотлар истеъмол қилинишини камайтириш;
- жисмоний фаоллик даражасини ортириш мақсадида пийёда сайдир килиш ва велосипедда юриш;
- алкогол истеъмолидан воз кечиш;
- тўғри овқатланиши таъминлаш;
- асабни асраш ва стрессга тушмаслик;
- тиббий кўриқдан ўтиб туриш.

Мамлакатимизда, хусусан туманимизда мазкур хасталикка қарши курашиш борасида Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2022 йил 26



январдаги "Юрак-қон томир касалликларининг олдини олиш ва даволаш сифатини ошириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги қарори асосида қатор ишлар амалга ошириб келингани. Унда бирламчи тиббиёт муассасалари томонидан ахолининг даврий профилактик тиббий кўрикларини ўтказиш тартибини ишлаб чиқиш ва амалиётта жорий этиш, қўшимча текширувлардан ўтказиш, назорат қилиш, соғломлаштириш ва реабилитация қилишда индивидуал ёндашувларни жорий қилиш каби муҳим вазифалар белгиланган бўлиб, барча йўналишларда тизимли чора-тадбирлар йўлга қўйилган.

Шуни ҳам айтиш керакки, сурункали касалликлар ёки уларнинг асосий сабабларининг ривожланишига таъсир кўрсатувчи қатор омиллар мавжуд. Глобаллашув, шаҳарлар ролининг ревожаштирилмаган ортиши, аҳолининг қариши шулар жумласига киради. Бирор-бир шуну унутмаслик керакки, соғлом турмуш тарзи барча хасталикларнинг олдини олишида бекиёс омилдир. Шунинг учун ҳам ҳар бир оиласда энг аввало соғлом овқатланишга, саломатликнинг кушандаси бўлган спиртли ичимлик ва тамаки чекишдек одатта барҳам бермоқ жуда зарурдир. Яшамоқ—бу ҳаракат қимлоқ деганларидек, жисмоний фаолликка эътибор берган одам бу хавфли хасталиқдан иироқ бўлади.

Алиjon СИДДИКОВ, туман тиббиёт бирлашмаси бўлим мудири. Баҳодиржон РАСУЛОВ, кардиолог.

ЭЪЛОНЛАР

TUMANDAGI BARCHA FERMER XO'JALIKLARI, MIKROFIRMA, KICHIK KORXONA RAHBAR VA HISOBCHILARI DIQQATIGA!

2022 yil uchun davlat statistika hisoboti taqdim etilishi kerak bo'lgan 1-fx shakli (yillik) fermer xo'jaliklari tomonidan, 1-kb shakli (yillik) mikrofirmalar va kichik korxonalar tomonidan hisobotlarini 2023 yilning 27 fevral sanasidan kechiktirmay estat 4.0 elektron raqamli imzodan foydalangan holda taqdim etishlari kerakligini ma'lum qilamiz.

TUMAN STATISTIKA BO'LIMI.

"ИСТИҚБОЛ ЙУЛИ" ГАЗЕТАСИ ТАҲРИРИЯТИ БИЛАН АЛОҚАДОР ТАШКИЛОТ, МУАССАСА ВА МУШТАРИЙЛАР ДИҚКАТИГА!

Таҳририят давлат унитар корхонаси шаклига ўтганлиги муносабати билан унинг ҳисоб рақами ўзгарганлигини маълум қиласиз: Марказий банк Тошкент ХККМ Ҳисоб рақами: 23402000300100001010. МФО: 00014, ИНН: 201122919 ШХР 47001086030206701204018001, ИНН: 200178144. МУҲАРРИЙАТ

Расулуллоҳ
(с.а.в.)
ҳадисларидан



Аллоҳнинг зикри қалблар шифосидир.

Анас (розияллоҳу анху) дан Дайламий ривояти.

Дин енгилдир. Бирор киши дин билан беллашса, яъни чукур кетиб, тоқатидан юкорисини талаб этса, албатта, енгилади.

Абу Хурайра (розияллоҳу анху) ривояти.

Ким Аллоҳни Раббим деб, Исломни диним деб, Мұхаммадни (алайхиссалом) Расулим деб рози бўлса, имон таъминоти тобиди.

Аббос ибн Абдулмуталиб (розияллоҳу анху)дан Термизий ривояти.

Рамазонда Аллоҳни зикр қилиувчи кечирилгандир. У ойда Аллоҳдан сўровчи ноумид бўлмайди.

Умар (розияллоҳу анху) дан Байҳақий ривояти.

Бир гуноҳ борки, мағфират қилинади. Яна бири борки, кечирилмайди. Яна бошқа бири борки, жазога тортилади. Мағфират қилинадигани—ўзинг билан Раббинг ўртасидаги амалинг. Кечирилмайдигани—Аллоҳга ширк келтиришинг. Жазога тортиладигани—биродарингта зулм қилганингdir. Табароний ривояти.

“2002 ҳадис”дан.

(Ҳадиси шарифларда обод-ахлоқ зикри).

“Мунир” нашриёти. Тошкент—2022 йил.

Saboq bekati



Оз-оздан ўрганиб
доно бўлур,
Қатра-қатра ийғилиб
дарё бўлур.
Алишер НАВОЙИ.

Навоий ҳикматларидан

КЎНГУЛ ДУРЖИ ИЧРА ГУҲАР СЎЗДУРУР...

Ватан маркини бир нафас айлама,
Яна ранжи гурбак ҳавас айлама.

Даврон элининг жисмида ҳам
жон бўлғил,
Ҳам жонларига мояи
дармон бўлғил.

Неким ўз қошингда эрур нораво,
Улусқа они кўрма асло раво.

Нафъинг агар халқа бешак дурур,
Балки бу нафъ ўзингга кўпрак эрур.

Ҳар ғанийки, тириклигига эҳсонидин
кўнгулларни шод қилмағай, ўлганидин сўнг ани кимса дуо билан
ёд қилмағай.

Кимгаки иш бўлди қаноат фани,
билки, ани қилди қаноат ғаний.

Ишда ошиққан кўп тойилур,
Кўп тойилғон кўп ўиқилур.

Ҳар кимсаки айламас
ошуқмоқни хаёл
Япроқни ифак қилур,
чечак баргини бол.



Боқмаса дәхқон чаманин туну кун,
Нақл тарин онгла қуруғон ўтун.

Ҳақ ўйлида ким сенга бир ҳарф
ўқутмииш ранж ила,
Айламак бўлмас адo онинг
ҳақин юз ганж ила.

Сўздурки, нишон берур
ўлукка жондин,
Сўздурки, берур жонға

хабар жонондин,
Инсонни сўз айлади
жудо ҳайвондин,
Билким, гуҳари шарифроқ
йўқ ондин.

Кўнгул дуржи ичра гуҳар сўздурур,
Бошар гулшанида самар сўздурур.

Оқил чин сўздин ўзгани демас,
Аммо барча чинни ҳам
демак—оқил иши эмас.

Кўнгул маҳзанинг қулфи тил ва
ул маҳзанинг калидин сўз бил.

Сўзни кўнгулда пишормагунча
тилга келтурма,
Ҳар неким кўнгулда
бор—тилга сурма.

Оғизга келганни демак
нодоннинг иши,
Олиға келганни емак
ҳайвоннинг иши.

“Тафаккур гулшани”дан.
Ғафур Ғулом номидаги Адабиёт ва
санъат нашриёти.
Тошкент—1989 йил.



Киш суврати

Ақл-ақлдан қувват олар

ОДОБИНГ-ОБРЎЙИНГ

“Одоб—олтиндан қиммат”, “Осмон—офтоби билан, одам—одоби билан”, “Яхши фазилатинг—зебу зийнатинг”, “Одоб—кишининг зеб-зийнати”, “Одбли киши—зийнатли, зийнатли киши—иззатли”, “Ақл—ёшдан, одоб—бошдан”, “Бола азиз, одоби ундан азиз”, “Одбли бола оламга манзур”, “Одбли—элда азиз”, “Одоб бозорда сотилмас” (“Тап-тайёр одобни бозордан пулга сотиб олиб бўлмайди. Одобга ёшлиқданоқ ўрганиб, кўни-

киб, уни улғайган сари камол топтириб бориш керак”, дейилмоқчи). Айш, Навоий, неча дилкашдурур, Лек адаб бирла ҳаёх хушдурур; Ҳаёву адаб бирла тузгил маош, Яна айла таъзиму ҳурматни фош! Не эл ёри бўлсанг, алар ранги бўл, Нечук борсанг, тутқил ул сори ўй!

(Навоий).
“Ҳикматнома”дан.
Тошкент—1990 йил.

Фарона нефтни қайта ишлаш заводи масъулияти чекланган жамияти бино-иншоотларини ёнгин хавфидан сақлаш нечоғли муҳимлигини ҳаммамиз ҳам яхши биламиз. Бу

иштирокида навбатдаги тарғиботни корхонанинг Зҳамда 11-цеҳ ишчи-хизматчилари иштирокида ўтказдик.

“Фавқулодда вазиятлар ва ёнгинлар профилактикаси куни” доирасида ўштирилган тадбирда соидир бўлиши мумкин катта ва ўзига хос ёнгинлар, табиий ва техноген тусдаги фавқулодда вазиятлар юзага келган вақтларда корхонамизнинг ташкил этиш бўлими катта инспектори, капитан.

чилари қандай тартибда ҳаракат қилишлари кераклиги амалий тарзда кўрсатилди.

Бундай фавқулодда вазиятлардан Яратганинг ўзи асрасин. Аввало энг катта бойлик ҳисобланган инсонлар хотиржамлиги ва саломатлигига, қолаверса, моддий бойликларга хавф туғдирувчи ўт балосидан асраш учун биз, соҳа мутахассислари барча имкониятлардан фойдаланиб, корхонамиз тараққиёти учун хисса қўшамиз. Ишонамизки, биз олиб бораётган тадбирлар ишчи-хизматчиларимизнинг бу борада эҳтиёткорлигини оширишга хизмат килади.

Тўлқинжон ОТАЖОНОВ,
ФНҚИЗ МЧЖ биноларида
ёнгин хавфсизлигини таъминлашни ташкил этиш бўлими
катта инспектори, капитан.

борада ишчи-хизматчилар орасида хавфсизлик қоидаларини кенг тарғиб қилишнинг аҳамияти катадир. Яқинда биноларда ёнгин хавфсизлигини таъминлашни ташкил этиш бўйими шахсий таркиби

каси куни” доирасида ўштирилган тадбирда соидир бўлиши мумкин катта ва ўзига хос ёнгинлар, табиий ва техноген тусдаги фавқулодда вазиятлар юзага келган вақтларда корхонамизнинг ташкил этиш бўлими катта инспектори, капитан.



Билиб қўйган маъкул

САБЗИ

(Давоми. Боши ўтган сонда).

Сабзи болаларнинг шамоллаш, грипп ва бошқа юқумли касалликларга қарши курашиб қобилиятини оширади. Шу сабабли улар сувчечак, қизамиқ каби юқумли касалликларга чалинганида сабзи ширасини кўп ичишлари лозим.

Сабзи қувватиз болалар парваришида ҳам катта ёрдам беради. Шу боис ҳомиладор аёллар кунора бир пиёла сабзи шарбати ичиши ёки ҳар куни 1-2 та сабзи ейши мақсадга мувофиқ.

Эмизикли аёллар учун ҳам сабзи жуда фойдали. Сабзи она сутини кўпайтиради, сутни дармондориларга, темир ва калцийга тўйинтиради. Таркибида кўп йод борлиги учун сабзи букоқ касалигига шифодир. Наҳорда ичилган сабзи шарбати гижжани туширади.

“Хидоят” журналидан.

Азиз муштарий! Ҳафтагомамизда улуг ажоддларимиз ҳаёти ва ҳикматлари чоп этилаётганлиги учун уни ножоиз ерларга ташламанг!

ISTIQBOL YOLI

МУАССИС:
ҚўШТЕПА ТУМАНИ
ҲОКИМИЯТИ ВА ТАҲРИРИЯТ
ИЖОДИЙ ЖАМОАСИ

Бош мӯҳаррир:
Умидохон ХУДОЙБЕРГАНОВА

Ўзбекистон Матбуот ва аҳборот агентлиги
Фарона вилояти бошқармаси томонидан
2007 йил 9 январда 12-012 рақами
билин рўйхатга олинган. Бичими A-3

МАНЗИЛИМИЗ:
15111,
Марғилон шаҳар,
Бобур номли маҳалла,
Соҳибкор кўчаси, 4-йи.
Телефон ва факс:
мӯҳаррир (55) 801-17-54

ГАЗЕТА ТАҲРИРИЯТНИНГ
Pentium - IV
КОМПЮТЕРИДА
ТЕРИЛДИ ВА
САҲИФАЛАНДИ.
Дизайнер:
Отабек Ёрматов

«Полиграф-Пресс» МЧЖ
босмахонасида 3003
нусхада чоп этилди.
Бахоси келининглан нархда.
Манзил: Марғилон шаҳар,
Туркистон кўчаси,
236 «Б» уй.

Нашр кўрсаткичи:
64875

Буюртма № 83
Топшириши вақти 18.00
Топширилди 18.00

Ушбу сонга масъул:
Хадиҷаҳон КАРИМОВА

ISSN 2010-9253
9 772 0 10 9 25 3 0 7