



JAMOAT SALOMATLIGI

Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot institutining ijtimoiy-tibbiy gazetasi

fjsti.uz
@ferghana_medical_institute
@farjsti

20-
aprel
2022-yil
Chorshanba

№4 (8)

HAMKORLIK IZCHIL RIVOJLANMOQDA

Halqaro hamkorlik

Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti Hindiston bilan mustahkam hamkorlik aloqalarini o'rnatdi.



2021-yilning noyabr' oyida hindistonlik bir guruh tibbiyot sohasi vakillari Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot institutida bo'lib, talabalar uchun yaratilgan imkoniyatlar va shart-sharoitlar bilan yaqindan tanishgan edi. Bu o'zaro hamkorlik munosabatlarini o'rnatish maqsadida qo'yilgan dastlabki qadam bo'ldi.

Joriy yilning mart oyida esa Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti rektori Akmal Sidikov boshchiligidagi delegatsiya a'zolari ilmiy tashrif bilan Hindistonda bo'lib qaytdilar.

Safar davomida dastlab, delegatsiya a'zolari Gurugram Davlat universitetida hamkorlik shartnomalarini imzoladi.

Shartnomaga ko'ra, ikkala oliy ta'lim muassasasi o'rtasida, farmasevtika yo'nalishida qo'shma fakultet tashkil etiladi. Bunda talabalar 2 yil Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot institutida, 2 yil Gurugram Davlat universitetida soha bo'yicha tahsil oladi. O'qish yakunida esa talabalarga Gurugram Davlat universiteti diplomi topshiriladi.

Bundan tashqari, institutga investitsiya olib kirish va hindistonlik talabalarni ko'proq jalb qilish maqsadida Dehli shahrida Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot institutining maxsus ofisi tashkil etildi va o'z ish faoliyatini boshladi.



Bilasizmi



Gurugram universiteti 2017-yilda Haryana shtati qonuniga muvofiq tashkil etilgan va 2018-19 — o'quv yilidan boshlab, o'z faoliyatini boshlagan davlat universitetidir. Oliygo'ra Haryanadagi eng nufuzli universitetlardan biri bo'lishni rejalashtirmoqda va hind millatining faxri bo'lib, mamlakatning har bir burchagidan talabalarni o'ziga jalb qilmoqda. Universitet yangi qurilgan Rao Tula Ram fan va tijorat kolleji kampusidan o'z faoliyatini boshladi. Gurugram universiteti (GU) tez orada turli hil ta'lim fakultetlarini qamrab oluvchi keng ko'lamli dasturlar va kurslarni taklif qiluvchi global universitet sifatida o'z nufuzini oshiradi.

Bu yerda, institut haqida, o'qish jarayoni, xorijlik talabalar uchun yaratilgan sharoitlar va ularga beriladigan imtiyoz va imkoniyatlar haqida batafsil ma'lumotga ega bo'lish mumkin. Ma'lumotlar to'g'ridan to'g'ri institut vakili tomonidan taqdim etiladi.

Quvonarlisi, safar davomida institut Hindistonda top beshtalikdan joy olgan Venkateshwar klinikasi bilan shartnoma tuzdi.

Ushbu klinika nafaqat Hindiston balki dunyo miqyosida yuqori reyting darajasiga ega bo'lib, onkologiya sohasiga ixtisoslashtirilgan. Klinikada jigar, buyrak va boshqa ichki organlarni ko'chirib o'tkazish operatsiyalari to'g'ridan-to'g'ri amalga oshiriladi. Malakali kadrlar va barcha turdagi, eng so'ngi rusumdagi tibbiy jihozlar, uskunalar bilan ta'minlangan.

Venkateshwar klinikasi bilan tuzilgan shartnomaning muhim jihati, kelgusida Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot institutida ta'lim olayotgan bakalavriat, magistratura va ordinatura bosqichi talabalari hamda institut professor-o'qituvchilarida, hech qanday to'siqlarsiz, mazkur klinikada bepul tajriba almashish, malaka oshirish va ilmiy-amaliy jarayonlarda bevosita ishtirok etish imkoniyatini beradi.



"BIZ-HAMMAGA O'RNAKMIZ!"

Institut sport klubi tomonidan "Biz-hammaga o'rnakmiz!" shiori ostida marafon tashkil etildi.



Har hafta erta tongda, Farg'ona shahrida joylashgan I.Karimov nomidagi san'at va madaniyat saroyi maydoniga professor-o'qituvchilar, talabalar va institutning barcha ishchi xodimlari yig'ildilar.



Dastlab, ertalabki chiniqtiruvchi mashqlar bajarildi. Shundan so'ng, sog'lom hayotni targ'ib etuvchi ko'ngilli jamoamiz tomonidan maydon bo'ylab «Besh ming qadam» marafoni amalga oshirildi.

Maqsad — aholini sportning ommaviy turlariga jalb qilish, sportning ommaviylikini oshirish, sog'lom turmush tarzini shakllantirish.

TIBBIY KO'RIKLAR

AHOLI MUSTAHKAMLIGI ASOSI

Davlatimiz rahbari aytganidek, "Shifokor bemor kelishini kutishi kerak emas, kasallikning oldini olishi zarur". Institut tomonidan ham bu borada tizimli chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. Xususan, "mahallabay", "xonadonbay" asosida tashkil qilinayotgan tibbiy ko'riklar aholi salomatligini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etmoqda.



Oliyog'ning anatomiya kafedrasida mudiri Sodiqjon Madaminov boshchiligidagi klinik kafedralar professor-o'qituvchilari hamda ordinatolari, Farg'ona tumani Qo'rg'ontepa oilaviy shifokor punktida bo'ldi.

Dastlab mutaxassislar oilaviy shifokor punktiga yig'ilgan qishloq aholisi bilan davra suhbatini o'tkazdi. Unda sog'lom

turmush tarziga amal qilish va uning oddiy va foydali xususiyatlari haqida tushuncha berildi. Shundan so'ng, aholi o'rtasida malakali shifokorlar tomonidan chuqurlashtirilgan tibbiy ko'rik o'tkazildi.

Aniqlangan bemorlarga 8 ta yo'nalish bo'yicha zarur maslahat berilib, ftzioterapiya muolajalari olib borildi. Bu

kabi tibbiy ko'riklar tumandagi barcha mahalla fuqarolari yig'inlarida o'tkazilishi rejalashtirilgan.

SURATLARDA:
Tibbiy ko'rikdan lavhalar aks etgan.

Harbiy gigiyena fanidan amaliy mashg'ulot darslari o'tkazildi

Farg'ona shahrida joylashgan harbiy qismda institut "Kommunal va mehnat gigiyenasi" kafedrasida assistentlari — Z.Madraximova, D.Ismoilov davolash fakulteti 4-bosqich 78-79 — guruh talabalariga harbiy gigiyena fanidan amaliy mashg'ulot darslarini o'tkazdi.

Talabalar uchun harbiy qism bo'ylab, sayohat uyushtirildi. Unda talabalar harbiy qism ochiq maydonida joylashgan texnikalar bilan yaqindan tanishdilar.

Mashg'ulot davomida talabalar harbiy qismda harbiy xizmatchilarga yaratilgan sharoitlar va ularning gigiyenik ta'minoti bo'yicha bilimni mustahkamladilar.

Kelgusida talabalarda ushbu fan bo'yicha amaliy ko'nikmalarni harbiy qism rahbariyati bilan hamkorlik davom etadigan bo'ldi. Ushbu dars mashg'ulotini tashkillashda Davolash ishi dekan o'rinbosarlari B.Qodirov, G.Xamroqulova Davolash fakulteti tyutori N. Ismoiljonov, Harbiy qism tarbiyaviy-mafkuraviy ishlar bo'yicha bo'lim boshlig'i D. Nishonboyevlar yordam berdilar.

«Tabiatni asraymiz!» shiorida marafon tashkil etildi

Mamlakatimiz prezidenti tomonidan ilgari surilgan tashabbus, «Yashil makon» umummilliy loyihasi joylarda jadal sur'atda davom etmoqda. Yutimizda ekologik mo'tadillikni ta'minlash hamda kelajak avlodga sog'lom hayot taqdim etish kabi ezgu niyatlarni maqsad qilgan ushbu loyihada bugun har bir tashkilot va muassasalar, shuningdek, oliy o'quv yurtlari ham faol ishtirok etmoqda.

Shu jumladan, «Yashil makon» umummilliy loyihasi doirasida institut jamoasi ham munosib ravishda ishtirok etib, tegishli chora-tadbirlarni amalga oshirdi. Xususan, institut hududi va uning atrofidagi bo'sh turgan yerlarda ko'kalamzorlashtirish ishlari amalga oshirildi.

Ko'ngilli talabalar hamda mutasaddi vakillar ishtirokida "Tabiatni asraymiz!" shiori ostida marafon tashkil etildi. Qariyb 100 sotix yerga 10 turga mansub bo'lgan manzarali daraxt ko'chatlari o'tqazildi.

Kitob va kitobxonlik inson ma'naviyati ko'zgusi

O'tib borayotgan mazkur hafta yurtimiz bo'ylab "Kitobxonlik haftaligi" etib belgilandi. Institutda ham hafta davomida turli hildagi uchrashuvlar va madaniy-ma'rifiy tadbirlar o'tkazildi.

Kitobxonlik haftaligining dastlabki kuni viloyat ko'zi ojizlar, kutubxonasi xodimlari va Farg'ona shahridagi 15-sonli umumta'lim maktabi o'quvchilari ishtirokida, tadbir o'tkazildi. Dastlab, o'quvchilar yangi keltirilgan badiiy kitoblarni bilan tanishtirildi.

Tadbirda Yoshlar masalalari va ma'naviy-ma'rifiy ishlar bo'yicha prorektor Ulug'bek Soliyev ochdi. Yoshlarga kitob mutoalasining ahamiyati tafakkurning ma'naviy oziqasi ekanligi hususida so'z yuritib, o'quvchini kitob bilan hamdo'st bo'lishlikka chorladi.

M.DEHQONOVA,
institut axborot xizmati rahbari.

“SOG‘LOM HAYOT” SAHIFASI

USHBU SAHIFADA: FARG‘ONA JAMOAT SALOMATLIGI TIBBIYOT INSTITUTINING MALAKALI, PROFESSOR-O‘QITUVCHILARI, SHIFOKORLARINING TIBBIYOT BILAN BOG‘LIQ URF-ODAT VA QADRIYATLAR, XALQ TABOBATI, AHOLI SALOMATLIGINI MUHOFAZA QILISH VA TURLI XASTALIKLARNI OLDINI OLISH MAVZULARIDAGI MAQOLALARI KENG YORITIB BORILADI.

BOLALARDA OVQAT ALLERGIYASI: belgilari va davolash

Ovqat allergiyasi bolalarda uchraydigan jami allergik kasalliklarning 60 foizini tashkil etadi. Kuzatuvlar natijasida 76 foiz bolalarda sigir sutiga yuqori sezuvchanlik, 52 foiz tuxum, 34 foiz baliq, 27 foiz sitrus mevalari, 25 foiz dukkakli mahsulotlar, 15 foiz shokolad, yong‘oq va asalga ekanligi aniqlangan. Ovqat allergiyasi bilan og‘rigan bolalarni 46 foizida amidopirin, aspirin va antibiotiklarga yuqori sezuvchanlik aniqlandi.

Klinik belgilari

Kasallikni teri shakli chaqaloqlik davridan boshlanadi. Terida, bo‘yin, chov, qo‘ltiq osti sohalarida qizarish, bezovtalik boshlanadi. Yuz sohasida mayda nuqtali polimorf qichishqoq toshmalar yuzaga keladi. Uyquni buzilishi, injiqlik boshlanadi.

Kasallik respirator shaklida sabab allergen iste‘mol qilinishi bilan 10-15 daqiqa o‘tgach, quruq yo‘tal, boshlanadi, xansiraydi va nafas qisishi hurujlari

boshlanadi. Vaqtda davolanmasa bronxial astmaning og‘ir shakli kelib chiqishiga sabab bo‘ladi.

Kasallik oshqozon-ichak shaklida til, lab, og‘iz shilliq pardalarida shish, stomatit alomatlari paydo bo‘ladi. Ko‘ngil aynishi, qayd qilish, oshqozon va kindik atrofida og‘riq, ich ketishi, tana haroratining ko‘tarilishi kuzatiladi.

Kasallikni diagnostikasida eliminatsion, provakatsion va teri sinamalari qo‘llaniladi. Provakatsion sinamalar tahmin qilingan oziq-ovqat mahsulotlarini og‘izga, til ostiga va burunga tomizish yo‘li bilan amalga oshirilsa, eliminatsion sinama sabab allergenlarni ovqat rasionidan olib tashlashga, skaridikatsion sinama ovqat allergenlarini teri ichiga yuborishga asoslangan.

Bemor bolalarga ovqatlanish kundaligini yuritish ham diagnostikada muhim ahamiyat kasb etadi. Hafta davomida bemorga har kuni iste‘mol qilingan oziq-ovqat mahsulotlarini nonushtada, tushlik, yarim kunlik,

kechki ovqatda muntazam yozib borish tavsiya etiladi. Ovqatlanish kundaligi yordamida sabab allergenlarni aniqlash mumkin bo‘ladi.

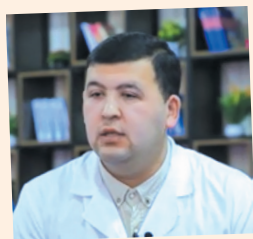
Davolashda – nospesifik va individual eliminatsion parhez tavsiya qilinadi. Nospesifik eliminatsion parhez bemorga tashhis qo‘ygunga qadar tavsiya qilinadi. Bunda allergenlik hususiyatiga ega bo‘lgan barcha oziq-ovqatlar – achchiq, sho‘r, shirin, shokolad, tort, dukkakli don mahsulotlar, asal, sitrus mevalar, tuxum, baliq berilmaydi. Har hil kimyoviy bo‘yoqlar aralashgan ozuqalar – marmelad, djem, rangli ichimliklar, muzqaymoq, anor, qulupnay, smorodina, pomidor, lavlagi va boshqalar man etiladi.

Ovqat allergiyasi bilan xastalangan bolalar zudlik bilan allergolog shifokor maslahatini olib davolanish va dispanser nazoratida bo‘lish lozim. Profilaktik emlashlar shifokor tavsiyasi bilan kerakli laborator tahlillar o‘tkazilgandan so‘ng ruxsat etiladi.

R.SHERMATOV,
pediatriya kafedrası mudiri,
M.AHMEDOVA,
kafedra dotsenti.

YURAK KASALLIKLARINING SABABI NIMA?

Bu haqda institutning «1-son ichki kasalliklar» kafedrası malakali mutaxassisi, kardiolog Sardor Bobojonov batafsil ma‘lumot berdi.



– Keyingi paytlarda aho-li o‘rtasida juda ko‘p uchrayotgan kasallik yurak huruji yoki shunga aloqador bo‘lgan kasalliklar turlari hisoblanar ekan. Bora-bora bu kasallik yoshlar ichida ham ko‘payib

ketmoqda. Buning asosiy sababi noto‘g‘ri turmush tarzi, noto‘g‘ri ovqatlanish, stress, kamharakatlik deb aytish mumkin. Yurakning ishemik kasalligi — yurak-tomir sistemasining keng tarqalgan kasalligi miokard ishemiyasi va koronar qon aylanishining buzilishi bilan kechadi. Yurakning ishemik kasalligiga, asosan, koronar tomir arteriyalari aterosklerozi natijasida yurak muskullarida qon aylanishining yetishmay qolishi va shu tufayli yurakning qonga yolg‘chimasligi sabab bo‘ladi.

Yurakka boruvchi qon oqimi yomonlashganda ko‘krak sohasida og‘riq paydo bo‘ladi. Bu holat arteriya tomiri biror sabab natijasida bekilib qolganda yuzaga keladi. Demak, stenokardiya yurak xastaliklaridan darak beradi.

Infarkt qanday belgilarda bilinadi?

– Asosiy belgi — ko‘krak qafasidagi kuchli og‘riq, bu ba‘zan chap qo‘l, chap yelkada ham kuzatiladi. Og‘riq har xil bo‘ladi: ko‘krak qafasi siqiladi, qiziydi. Og‘riq bilan birga qo‘rquv ham qamrab oladi, inson tinchini yo‘qotadi.

Miokard infarktining asosiy va eng ko‘p tarqalgan sababi — yurak mushagini qon bilan va shunga mos ravishda kislorod bilan ta‘minlaydigan toj (koronar) arteriyalardagi qon oqimining buzilishi hisoblanadi.

Yurak kasalligi ko‘p holatlarda qon bosimining ko‘tarilib ketishi va aksincha, tushib ketishiga bevosita bog‘liq bo‘ladi. Uning oldini olish uchun nafaqat sport bilan shug‘ullanish, balki to‘g‘ri ovqatlanish tizimiga rioya etish ham talab etiladi.

Yurak salomatligiga ijobiy ta‘sir ko‘rsatishda sog‘lom ovqatlanishning eng muhim qismi hisoblanadi.

Jismoniy faollik – sog‘lom turmush tarzi va tananing to‘g‘ri ishlashini ta‘minlashda zarur omil hisoblanadi.

– Zo‘riqishlarsiz va muntazam jismoniy faoliyat tananing to‘g‘ri ishlashini ta‘minlaydi. Jismoniy faollik borasida cheklov yo‘q. Uni turli mashg‘ulotlar orqali amalga oshirish mumkin. Bunda jismoniy mashqlar uchun kuniga 20-30 daqiqadan kam bo‘lmagan vaqt ajratish tavsiya etiladi. Masalan, yurish, ertalabki badan tarbiya, velosipedda sayr va boshqalar. Amalga oshirilayotgan harakatlar davomiy va tizimli bo‘lgandagina yanada samarali ta‘sir ko‘rsatadi.

Bizning tanamiz qanday ishlaydi?



6:00 — tananing to‘liq tetiklanishi uchun kortizol darajasi oshadi.
7:00 — melatonin ishlab chiqarilishi to‘xtaydi.
9:00 — jinsiy gormonlar ishlab chiqarilishi eng faol darajaga chiqadi.
10:00 — aqliy faoliyatning eng yuqori cho‘qqisi.
14:30 — harakatlarni muvofiqlashtirish uchun eng qulay payt.
15:30 — odatlarni shakllantirishning eng yaxshi vaqti.
17:00 — mushaklarning elastikligi va yurak qon-tomir tizimi faol ishlaydigan vaqt.
19:00 — qon bosimi va tana harorati eng yuqoriga darajaga ko‘tariladigan vaqt.
21:00 — tanani uyquga tayyorlash uchun melatonin ishlab chiqarila boshlanadi.
22:00 — ovqat hazm qilish tizimi «tinchlanadi», chunki tana uyquga tayyorlanadi.
2:00 — eng chuqur uyqu vaqti
4:00 — eng past tana harorati qayd etiladigan vaqt.

X.YAKUBJONOV,
shifokor

"DIAGNOSTIC CHAMPIONSHIP"

Jarayon

Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot institutida ilk bor tibbiyotga doir "Diagnostic championship" nomli intellektual o'yin o'tkazildi

Oliygo'ra ilmiy kengashlar zalida Prezidentimizning 2022-yil 20-yanvardagi "Zakovat" intellektual o'yinini aholi o'rtasida ommaviy-ma'rifiy harakatga aylantirish va boshqa intellektual o'yinlarni rivojlantirishga oid chora-tadbirlar to'g'risida»gi qarori ijrosini ta'minlash, hamda tibbiyot talabalarining klinik fikrlashini rivojlantirish, mantiqiy bilimlarini oshirish, intellektual va ijodiy salohiyatini ro'yobga chiqarish maqsadida "DIAGNOSTIC CHAMPIONSHIP" intellektual o'yini o'tkazildi.

Mazkur bellashuv "Anesteziologlar, reanimatologlar va intensivistlar" klubi loyihalaridan biri hisoblanib, barcha ishtirokchilarga yangi bilim va ko'nikmalar manbasi bo'lib xizmat qildi.

Intellektual o'yinni o'tkazishdan maqsad esa qatnashchilarning klinik fikrlashini rivojlantirish, raqobatdosh kadrlarni yetishtirishga hissa qo'shish, klinik, laborator va instrumental tashhislar natijalarini interpretatsiya qilishni o'zlashtirish, to'g'ri va aniq tashxislashni o'rganish, shifokorlik mas'uliyatini talabalikdan his qilishlariga

zamin yaratish, ishtirokchilarni o'z bilim va mahoratlarini baholay olishlariga qulay imkoniyat yaratishdan iborat bo'ldi.

«Diagnostika» chempionatida davolash fakul'teti talabalaridan iborat 2 ta jamoa ishtirok etib, o'z bilimlarini sinovdan o'tkazdilar. Ishtirokchilar tibbiyotga oid bir-biridan murakkab va qiziqarli bo'lgan vaziyatli masalalarga to'g'ri tashxis qo'yishib, tibbiyotning barcha yo'nalishlarida o'zlarining qay darajada bilimiga ega ekanliklarini namoyon etdi.

Talabalar qiyinchilikka uchragan

savollarda ekspertlar guruhi tomonidan kerakli ko'rsatmalarga ega bo'ldi.

Intellektual o'yin o'zaro do'stona va samimiy ruhda o'tdi. Faol ishtirokchilarga faxriy yorliq topshirildi.

Shuningdek, g'olib jamoaga "THE BEST DIAGNOSTICIAN TEAM" («Eng yaxshi tashxischilar jamoasi») nomli esdalik kubogi topshirildi.

Mazkur intellektual o'yin institut o'rtasida keng targ'ib qilinib, davomiy o'tkazilib borishiga kelishib olindi.

I.ABDUJABBOROV



Shohruh AHMADALIYEV

Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti o'qituvchisi. "Diagnostic championship" intellektual o'yini tashabbuskori

Tahsil olayotgan talabalarining bilim-salohiyatini oshirishda intellektual o'yinlarining ahamiyati katta. Zakovat o'yinlarida yoshlarimiz tezkorlik bilan fikrlashga, mushohadali bo'lishga, masalani tahlil qilishga harakat qiladilar. Institutimiz miqyosida o'tkaziladigan diagnostika chempionati esa yoshlarning klinik fikrlash qobiliyatini o'stiradi, to'g'ri va aniq tashhis qo'yish, qiyosiy tashxislash ko'nikmasini oshiradi. Shu bilan birga, jahon tajribasida eng samarali usul hisoblangan bemorlarda kuzatilayotgan turli kasalliklarga jamoa bo'lib, fikr almashgan holda tahlil qilish va kasallik omilini aniqlash ko'nikmasini shakllantiradi.



PANDEMIYAGA HAVO TARKIBINING TA'SIRI

FAKT RAQAMLARDA



Inson organizmi aql bovar qilmas darajada murakkab o'sish, rivojlanish va ko'payish dasturining eng mukammal oliy namunasiga ega. Uning me'yoriy amalga oshishi va aqlan boshqaruv imkoniyatiga egalikni ta'minlovchi «ong» deb atalmish mukofot bilan g'oyat saxiylik ila siylangan.

Shu dasturni (jarayonlarni) me'yoriy ishlashi umrni 150-200 yilgacha uzayishiga olib borishi fanda isbotlangan.

Olimlarning hisob-kitobiga ko'ra, yer sharidagi o'simliklar olamidan yiliga o'rtacha 400 milliard tonnadan ortiq kislorod ajralib, uning 80 foiz dan ortig'i asosan suv o'tlari hisobiga to'g'ri kelar ekan.

O'rtacha vaznli (70kg) odam bir kecha kunduzda 12000 litr atrofida havo yutadi. Undagi kislorod 20,9 foiz bo'lishi me'yor sanaladi. Agar uning foizi 15-14 foizga tushsa, organizmda kislorod tanqisligi ro'y berishi ma'lum. Bordini, 9-6 foizga tushib qolsa insonning hayoti havf ostida qolishi amaliyotda ko'p uchragan.

Kishi tinch, osoyishta uxlaganda bir daqiqada (minutda) 9 litr havo yutadi. Tez yurganda 16 litr, yugurganda esa bu ko'rsatkich 65 litrgacha yetishi mumkin.

Odam ichiga shuncha ko'p miqdordagi havo kimganda undagi zararli molekulalar, moddalar organizmga albatta salbiy ta'sirini

o'tkazmay qolmaydi. Havoda 0,03 foiz karbonat anhidrid bo'lib, uning miqdori 0,07-0,1 foizni tashkil etsa, bunday havo toza hisoblanmaydi.

Masalan, uy havosida 0,1 foiz karbonat anhidrid bo'lsa, bu, 1000 litr bunday havoda bir litr karbonat anhidrid gazi bor degani. Bunday havo nafas olishga yaroqsiz bo'lib, albatta uy shamollatib, tozalanishi uglerod ikki oksidi (is gazi), oltingugurt oksidlari, vodorod sul'fidi eng zararli moddalar hisoblanadi.

Shuningdek, havodagi ammiak, uchuvchan yog' kislotalari, uglevodorodlar (metan, etan, propan) yoqilg'ilar, havo va yo'l transportlaridan chiqadigan gazlar havoni «og'irlashtirib» uni nafas olishga yaroqsiz holga keltiradi.

Masalan, birgina avtomobillarning o'zidan benzin yonishi tufayli har 1000 tasidan atmosferaga bir kunda o'rtacha 3,2 tonna is gazi va (0,08 t.) qo'rg'oshin chiqadi. Toshkent shahrining o'zida millionga yaqin avtomobil bor. Albatta, bunday havodan nafas olish insonlarning asab tizimini zo'riqtirib, ularning aqliy va jismoniy qobiliyatlarini zaiflashtiradi.

I. RAHMATULLAEV,

"Tibbiy va biologik kimyo" kafedrasida dotsenti.

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 | fjsti.uz



GAZETA BEPUL TARQATILADI

Gazeta «PRINTUZ» MCHJ bosmaxonasida ofset usulida chop etildi.
BOSMAXONA MANZILI:
Toshkent shahri, Mirobod tumani, Mirobod ko'chasi, 41/2-uy.
Bosmaxonaga 20.04.2022 yil, soat 16 00 da topshirildi. Topshirish vaqti: 17:00
Buyurtma: Adadi: 1000