



## АХОЛИ ORASIDA SOG'LOM TURMUSH TARZI VA UNING MA'NAVYI ASOSLARINI SHAKLLANTIRISHDA OILA SHIFOKORINING TUTGAN O'RNI

**Abdullaev I.K., Xasanov Sh.M., Qadirberganov X.B., Sapaev A.N.**

Toshkent tibbiyot akademiyasi Urgench filiali

Urgench, Uzbekiston

Bugun aholi orasida sog'lom hayot tarzi va uning ma'naviy asoslarini to'laqonli shakllantirish, aholi salomatligini saqlash va uni mustahkamlash nafaqat tibbiy, balki, butun jamiyatning davlat siyosati darajasiga ko'tarilgan eng muhim masalalardan biri. Aniqrog'i, uzoq yillar davomida mamlakatimizda aholining tibbiy-gigienik savodxonligini oshirishga yo'naltirilgan maxsus tibbiy muassasalarning faoliyatlariga talab darajasida jiddiy e'tibor qaratilmay, faqatgina jamiyatda yuzaga kelgan kasalliklarni davolash ishlariga ko'proq e'tibor qaratilib kelinganligi, aholi orasida ayrim muhim, ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan qator kasalliklarning oshishiga olib keldi. Odamlar orasida kasalliklarni keltirib chiqaruvchi turli xildagi omillarni bartaraf qilish, ularning o'z sog'liqlari uchun o'zlarining mas'ulligini oshirish, tushuntirish ishlarini faqatgina ommaviy axborot tizimlarida, katta auditoriyalarda ma'ruzalar shaklida amalga oshirishlar ham kam samarali ekanligiga ko'p e'tibor qaratilmadi. Buning ustiga jamiyatda aholi orasida sog'lom turmush tarzini targ'ibot qilish faqatgina sog'liqni saqlash tizimining asosiy vazifasi deb qaraldi. Aslida bugun sog'liqni saqlash tizimi va butun jamiyat oldida turgan asosiy va eng muhim vazifalardan biri, bu butun jamoatchilikning o'zining faolligi va ishtirokini ta'minlagan holda, kasalliklarning yuzaga kelishiga sababchi bo'layotgan salbiy omillarni kamaytirish, imkon darajasida ularni butunlay bartaraf qilishdan iborat. Buning eng oson, qulay va samarali usullaridan biri, aholiga birlamchi tibbiy-sanitariya yordamini ko'rsatayotgan davolash-profilaktik muassasalarida faoliyat ko'rsatayotgan oilaviy shifokorlar va hamshiralarning kundalik ish faoliyatiga sog'lom turmush tarzini targ'ibot qilish tadbirlarini, mehnat faoliyatining ajralmas bo'lagi, ish haqi to'lanadigan ish yuklamasi ko'rinishida kiritilishi kerak. Buning uchun birinchi galda ularning QVP va oilaviy poliklinikadagi ish yuklamasini kamaytirish hisobiga, uylarda har bir oila a'zolari bilan individual ishlash imkoniyatini yaratish tizimini tashkil etishdan iborat bo'ladi. Ushbu jarayonni amalga to'laqonli samarali ta'minlash uchun: 1. Ularning bu boradagi malakalarini oshirish; 2. Zarur transport vositalari bilan ta'minlash; 3. Yetarli miqdordagi chop etilgan ko'rgazmali varaqalar bilan ta'minlash; 4. Yaxshi natijaga erishgan xodimlarga ustama haq to'lash; 6. Yil davomida "Eng sog'lom oila" nominatsiyasi bo'yicha tanlovlar o'tkazish kabi tadbirlarni amalga oshirish zarur. Oilaviy shifokor va hamshira har bir oilaga tashrif buyurganida quyidagilarga asosiy e'tiborlarini qaratishlari kerak: Oila a'zolarining ijtimoiy tarkibi, kommunal xizmatlar bilan ta'minlanganlik darajasi, oilada tibbiy-gigienik savodxonlik darajasi, oilada oldindan shakllangan ijtimoiy me'yorlar, to'g'ri ovqatlanish qoidalariga qanchalik rioya qilishlari, oila a'zolarining har xil zararli odatlarga munosabatlari, uy hayvonlarining mavjudligi, ayniqsa uyda it va mushukni saqlashdagi qoidalarga rioya qilishlari, yuvinish xonalari, tashqari va uy ichkarisidagi xojaatxonalarning holati va ularning joylashishi, oshxonadagi sanitariya gigienik holatlarning me'yorda saqlanishi, oshxona idishlarni yuvishda va quritishga bo'lgan e'tibor, kun tartibiga rioya qilish, qo'l, tana, soch, oyoq gigienalariga amal qilish, xonalarning muntazam tarzda tozalanishiga bo'lgan e'tibor, oila a'zolarining tibbiy faolligi, tibbiy ko'riklarning ahamiyatiga va oilada ruhiy salomatlikka munosabati kabi jihatlarga individual tarzda, oila a'zolarining xususiyatlarini inobatga olib o'tkazilgan tadbirlar yuqori samaradorlikka olib keladi.