



Təbib

Təsisçi: Azərbaycan
Tibb Universiteti

Qəzet 1933 - cü ildən çıxır.

№ 01 (1576) 15 yanvar 2014 - cü il

Qiyməti 20 qəpik

Bakı Sağlamlıq Mərkəzi istifadəyə verilmişdir

Prezident İlham Əliyev açılışda iştirak etmişdir



Yanvarın 7-də paytaxtda Azərbaycanın ən böyük tibb müəssisəsi olan Bakı Sağlamlıq Mərkəzi istifadəyə verilmişdir.

Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyev və xanımı Mehriban Əliyeva açılışda iştirak etmişlər.

Dövlətimizin başçısı Mərkəzin rəmzi açılışını bildiren lenti kəsd.

Azərbaycan Prezidenti və xanımı Bakı Sağlamlıq Mərkəzində yaradılmış şəraitlə tanış

oldular.

Bakı Sağlamlıq Mərkəzi Prezident İlham Əliyevin 2010-cu il 6 avqust tarixli Sərəncamı əsasında inşa olunmuşdur. Dövlətimizin başçısı 2011-ci ilin iyulunda mərkəzin təməlqoyma mərasimində iştirak etmişdir.

Səhiyyə naziri Oqtay Şirəliyev yeni tibb ocağı barədə Prezident İlham Əliyevə və xanımı Mehriban Əliyevaya məlumat verdi.

Prezident İlham Əliyev Bakı Sağlamlıq Mərkəzi ilə tanışlıqdan sonra həkim kollektivi ilə görüşdü.

Baş redaktordan

• **Əziz dostlar, "Təbib" qəzetinin hörmətli oxucuları, qədəm qoyduğunuz bu yeni il sizə ailə səadəti, könül xoşluğu gətirsin. Üzünüzdən təbəssüm, süfrənizdən bərəkət əksilməsin. 2014-cü il xalqımız, ölkəmiz üçün sülh, əmin-amanlıq, bolluq ili olsun... Düşmən işğalında olan torpaqlarımızın azad edilməsi sədası ilə sevinək-gülək, bayram şadyanalıqları eləyək.**

Çox güman ki, bu il inkişaf etməkdə, çiçəklənməkdə olan Azərbaycanımızın iqtisadi, mədəni, sosial həyatında çox böyük irəliləyiş olacaq.

Artıq yeni il tarixin səhifələrinə çevirilməkdədir. Saatlar, günlər bir-birini əvəz eləyər- eləyər irəliləyir. At ili kimi qəbul etdiyimiz yeni ildən 15 gün keçir. At muraddır demişlər. İnşallah hər birinizin arzu və istəyi, muradı bu il hasil olacaq...

"Təbib" qəzetinin redaksiyası bu yeni ildə sizin mənəvi həyatınıza yeni sürprizlər

hazırlamışdır. Möhtərəm oxucularla biz ayda iki dəfə görüşməklə qəzetimizi 8 səhifə buraxacağıq. Bu tədris ilindən etibarən "Təbib" həm də rəngli çap olunmağa başlayıb. Əvvəllər biz oxucularla istədiyimiz kimi təmas qura bilmir, onların arzu və istəklərini normal ödəyə bilmirdik.

"Təbib" öz ənənəvi mövzularına sadıq qalaraq yenə də Universitet həyatını geniş işıqlandıracaq. Universitetdə baş verən yenilikləri, tədrisin və təhsilin inkişafındakı nailiyyətləri, xarici universitetlərlə qurulan əlaqəni, Tələbə Elmi Cəmiyyətinin müsabiqəsini, tələbələr gənclərin həyatı ilə bağlı yazılara geniş yer ayıracaq, tikinti-abadlıq işlərini diqqət mərkəzində saxlayacağıdır.

Yeni formatda, yeni üslubda çıxan "Təbib" in səhifələrində həkim məsləhətinə, xalq təbabətinə, müsahibələrə, istedadlı tələbələr gənclərin yaradıcılığına geniş yer verilecəkdir. Dünya tibb elmində baş verən yeniliklər və mahaqlı hadisələr ətrafı işıqlandırılacaq.

Əziz dost, yəqin ki, sən qəzetimizin daha oxunaqlı, daha məzmunlu olmasını istəyirsən. O zaman sən "Təbib" in fəaliyyətindən kənarda qalmamalısan. Qəzetin işıq üzü görməsində redaksiya əməkdaşlarına yaxından yardımçı olmalısan. Bacarıq və qabiliyyəti, istedad və səriştəsi olan, qəzetimizin fəaliyyəti ilə maraqlanan hər bir oxucuya redaksiyanın qapıları açıqdır. Buyurun, əlaqə saxlayın...

XALQIN QAN YADDAŞI- 20 YANVAR

◆ 20 yanvar faciəsi düşünülmüş və xüsusi hazırlıq prosesindən keçmiş, bir plan idi. Belə ki, 1988-ci ildən başlanan xalq hərəkatını dağıtmaq və demokratik hərəkatı boğmaq üçün müvafiq vaxt yetişirdi. Keçmiş SSRİ-nin müttəfiq respublikalarına dərs məhz Azərbaycanda verilməli idi. Yanvarın 13-də təhrikçilərin təşəbbüsü ilə Bakıda başlanan erməni talanları 20 yanvar faciəsinin reallaşması üçün mərkəzin və maymaq respublika rəhbərliyinin əlində bir bəhanə oldu. Azərbaycan KP MK-nın yanvarın 13, 15, 17 və 18-də keçirilən büro iclaslarında respublikadakı vəziyyət müzakirə edilmiş, respublikaya güc tətbiq olunmasının vacibliyi bildirilmişdir. Ə.Vəzirov Moskva-yə göndərdiyi teleqramda tələb edirdi ki, "Anti- sovet, antipartiya şüarları ilə mitinq edən ekstremistlərin liderləri dərhal məsuliyyətə cəlb edilməlidir. Bunun üçün hüquqi əsaslar vardır. Müxalifətin əlində çoxlu silahın olması Azərbaycanda sosialist quruluşunun məhvinə gətirib çıxaracaq və buna görə də dərhal güc tətbiq olunmalıdır."

(davamı səh. 3-də)



ATU-da disseksiya kursu öz işinə başlamışdır

◆ Azərbaycan Tibb Universitetinin insan anatomiyası kafedrasında yanvarın 10-dan 12-nə kimi "Endoskopik sinus və kəllə əsası cərrahiyyəsi" mövzusunda sayca 2-ci disseksiya kursu öz işinə başlamışdır.

İki gün davam edən tədbiri giriş sözü ilə açan universitetin rektoru, millət vəkili, akademik Əhliman Əmiraslanov bildirdi ki, hər il neçə- neçə beynəlxalq konfransların və eləcə də bu cür layihələrin həyata keçirilməsində daim qardaş Türkiyə Cümhuriyyətinin universitetləri ilə birgə əməkdaşlıq etmişik. Türkiyəli alimlərin də qatıldığı disseksiya kursunun əhəmiyyətini qeyd edən rektor dedi ki, biz hər təşəbbüslə bağlı Türkiyə tərəfinin köməyini hiss etmişik və belə kursların keçirilməsi də gənc həkim-mütəxəssislərimiz və rezidentlərimiz üçün faydalı olacaq. Ə. Əmiraslanov bu tədbirə təşkilati dəstək verən hər kəsə öz dərin təşəkkürünü bildirdi və bütün iştirakçılara uğurlar dilədi.



Daha sonra toplantının işini davam etdirən universitetin elmi işlər üzrə prorektoru, ə.e.x, professor İbrahim İsayev disseksiya kursunun proqramına əsasən nəzəri hissədə çıxış etmək üçün sözü mürəzzəcilərə verdi.

Otorinolarinqologiya kafedrasının müdiri, professor Əzizağa Talşinski "Otorinolarinqologiyada disseksiyanın əhəmiyyəti", anatomiya kafedrasının müdiri, ə.e.x, professor Vaqif Şadlinski və həmin kafedranın professoru Ağasəmid İsayev "Burun və burunətrafı ciblərin kliniki anatomiyası", uzman doktor Yusif Hacıyev "Sellar bölgəyə yanaşma" Türkiyəli alimlər - professor Ömər Taşkın Yü-



cel "Endoskopik sinus cərrahiyyəsinin ağırlaşmaları" və professor Mustafa Berker isə " Genişlənmiş endoskopik kəllə əsası yanaşmaları" mövzusunda mürəzzələr etdilər. Mürəzzəçilər burun içi diaqnostik endoskopiya, orta konxa rezeksiyası, nazoseptal flep hazırlanması, etmoidektomiya, arteria sfenopalatinanın bağlanması, sinus frontalis açılması, endozal hipofiz cərrahiyyəsinə yanaşma haqqında ətraflı məlumat verdilər.

Mürəzzələrdən sonra praktiki hissədə tədbir iştirakçılarında kəsilməmiş baş üzərində burunətrafı ciblərin və burun boşluqlarının endoskopik müayinəsi və cərrahi əməliyyatları nümayiş edilib. Məşğələdə ümumilikdə 12 nəfər tibb işçisi iştirak edib ki, onlardan da 6 nəfəri az təcrübəli, 6 nəfəri isə peşəkar tibb işçisi olub.

Məşğələnin sonunda tədbirdə iştirak edən bütün həkimlərə sertifikat təqdim olunub.

Tədbirdə disseksiya kursuna təşkilati dəstək göstərən bir sıra tibb müəssisələrinin sərgisi də açılmışdır.

MƏNSUR

Akademik Zərifə Əliyevanın elmi, pedaqoji və ictimai fəaliyyətini əks etdirən biobibliografik göstərici nəşr olunmuşdur

Ölkəmizin ən nüfuzlu elm məbədi olan Azərbaycan Milli Elmlər Akademiyasının (AMEA) Mərkəzi Elmi Kitabxanası "Azərbaycanın elm və mədəniyyət xadimləri" seriyasından görkəmli oftalmoloq alim, akademik Zərifə Əziz qızı Əliyevanın elmi, pedaqoji və ictimai fəaliyyətini əks etdirən biobibliografik göstəricini nəşr etmişdir.

Kitabxanadan AzərTAc-a bildirmişlər ki, nəşrin tərtibçi müəllifi filologiya üzrə elmlər doktoru Aybəniz Əliyeva-Kəngərliyədir.

Azərbaycan Milli Elmlər Akademiyası rəyasət heyətinin qərarına əsasən hazırlanan, AMEA Mərkəzi Elmi Kitabxanasının direktor müavini Firəngiz Hüseynova və akademiyanın Mərkəzi Elmi Kitabxanasının bölmə müdiri İsmət Səferovun redaktorluğu ilə işıq üzü görən biobibliografiyaya alimin kitab və monoqrafiyaları, dərslər vəsaitləri, dövrü mətbuatda və ayrı-ayrı məcmuələrdə dərc olunmuş elmi məqalələri və başqaları daxil edilmişdir. Göstəricidə materiallar bir neçə bölmədə təqdim edilmişdir: "Həyatı, elmi-pedaqoji və ictimai fəaliyyətinin əsas



tarixləri"; "Görkəmli dövlət, elm və mədəniyyət xadimləri Zərifə Əliyeva haqqında"; "Əsərlərinin bibliografiyası"; "Dissertasiyalara elmi rəhbərlik"; "Həyatı, elmi-pedaqoji və ictimai fəaliyyəti haqqında ədəbiyyat"; "Vebliografiya".

Biobibliografiyada AMEA-nın prezidenti, akademik Akif Əlizadənin "Böyük insan, unudulmaz alim" başlıqlı məqaləsində, akademik Əhliman Əmiraslanovun "Zərifə Əliyevanın elmi-pedaqoji və ictimai fəaliyyəti haqqında qısa öçerk"ində alimin elmi-peda-

qoji və ictimai fəaliyyəti, onun Azərbaycanda tibb elminin inkişafında böyük töhfələri üç dildə - Azərbaycan, rus və ingilis dillərində geniş işıqlandırılıb.

Biobibliografiyadan istifadəni asanlaşdırmaq məqsədilə alimin əsərlərinin, həyat və fəaliyyəti haqqında və onun barəsində yazan müəlliflərin adları əlifba göstəricisi ilə verilmişdir. Biobibliografik-göstərici akademik Zərifə Əliyeva haqqında hərtərəfli məlumat almaq istəyən oxucular üçün əvəzədməz bir vəsaitdir.

Dünyanın bir sıra ölkələrində 20 Yanvar faciəsinin 24-cü ildönümü ilə bağlı tədbirlər keçiriləcəkdir

○ Hər il olduğu kimi, bu il də 20 Yanvar faciəsinin növbəti ildönümü ilə əlaqədar dünyanın bir sıra ölkələrində Azərbaycan diaspor təşkilatları tərəfindən müxtəlif tədbirlər keçiriləcəkdir.

Diasporla İş üzrə Dövlət Komitəsindən AzərTAc-a bildirilmişdir ki, Amerika Birləşmiş Ştatları, Kanada, Latın Amerikası ölkələri, Avstraliya və Yeni Zelandiya da daxil olmaqla dünyanın bir çox ölkələrində 20 Yanvar faciəsinin qurbanları yad ediləcəkdir.

Yanvarın 19-dan başlayaraq Vaşinqton, Hyuston, Nyu-York, San-Fransisko və azərbaycanlıların kompakt yaşadıqları digər şəhərlərdə anım mərasimlərinin, "dəyirmi masalar"ın keçirilməsi, faciəni əks etdirən videoçarxların və sənədlə filmlərin nümayişi nəzərdə tutulur.

Almaniyada da 20 Yanvar faciəsi ilə bağlı müxtəlif formatlı tədbirlər təşkil olunacaqdır. Maqdeburq, Berlin və digər şəhərlərdə silsilə mərasimlər keçiriləcəkdir.

Yanvarın 18-23-də Niderlandın Haaqa, Amsterdam və Rotterdam şəhərlərində digər ölkələrin diaspor təşkilatlarının nümayəndələrinin iştirakı ilə 20 Yanvar faciəsi qurbanlarının xatirəsinə həsr olunan anım tədbirlərinin keçirilməsi, həmçinin Niderlandın, Belçikanın və Lüksemburqun siyasi partiyalarına faciə ilə bağlı bəyannamələrin göndərilməsi planlaşdırılır.

Yanvarın 19-da Türkiyənin Kocaeli şəhərində "41" televiziya kanalında Türkiyə-Azərbaycan Dənəkləri Federasiyasının sədri Bilal Dünderin iştirakı ilə brifinq keçiriləcəkdir. Brifinqdə ölkəsinin azadlığı və ərazi bütövlüyü uğrunda mübarizəyə qalxmış dinc əhaliyə qarşı Sovet rejiminin törətdiyi kütləvi terror haqqında ictimaiyyətə ətraflı məlumat veriləcəkdir.

Yanvarın 20-də isə tarixçi-yazıçı Abdulla Köktürün iştirakı ilə konfrans, Mədəniyyət Evinde fəaliyyət göstərən Azərbaycan Muzeyində fotosərgi, Adana şəhərində isə "Azərbaycan tarixinin qanlı səhifəsi" mövzusunda elmi-praktik konfrans keçiriləcəkdir.

Yanvarın 19-da Birləşmiş Ərəb Əmirliklərində qanlı faciədən bəhs edən sənədlə filmlərin nümayiş etdirilməsi, yerli qəzetlərdə isə bu barədə ətraflı məlumatların dərc olunması nəzərdə tutulmuşdur.

Həmçinin yanvarın 19-20-də Gürcüstanın Qardabani, Marneuli, Tbilisi, Rustavi şəhərlərində də faciə ilə bağlı anım mərasimləri, konfrans, "dəyirmi masa", şəhidlərin xatirəsinə həsr olunmuş fotosərgi təşkil olu-

nacaqdır.

Moskva, Sankt-Peterburq, Yekaterinburq, Kiyev, Xarkov və Dnepropetrovsk, Minsk, Kişinyov şəhərlərində də anım mərasimləri keçiriləcəkdir.

Silsilə tədbirlərin davamı olaraq yanvarın 20-də Misirin Qahirə şəhərində 20 Yanvar faciəsi qurbanlarının xatirəsinə həsr olunan anım mərasimi keçiriləcək və "Şəhidlərimiz" mövzusunda fotosərgi nümayiş olunacaqdır.

Eyni zamanda, Qırğızistanın Bişkek şəhərində "20 Yanvar faciəsinin Azərbaycan xalqının milli azad-



lıq hərəkatında yeri və rolu" mövzusunda konfrans keçiriləcək, fotosərgi və sənədlə filmlərin nümayişi təşkil olunacaq, "20 Yanvar qəhrəmanlığı tariximizin səhifəsi" mövzusunda "dəyirmi masa" keçiriləcəkdir.

Qazaxistanın Astana şəhərində "Azərbaycan xalqının azadlığı uğrunda qəhrəmanlığı mübarizəsi" mövzusunda elmi-praktik konfrans, Almatı şəhərində isə "20 Yanvar faciəsi Azərbaycan xalqına və insanlığa qarşı törədilmiş dəhşətli cinayət" mövzusunda konfrans və fotosərgi təşkil ediləcəkdir.

Digər ölkələrdə də 20 Yanvar faciəsinin 24-cü ildönümü ilə bağlı tədbirlərin keçirilməsi planlaşdırılır.

(əvvəli səh. 1-də)

Həmin günlərdə respublika rəhbərliyindən Moskvaya göndərilmiş digər teleqramda işə deyilirdi: "Respublikanın SSRİ güc nazirlikləri hərbi kontingentini qeyri-qanuni silahlı birləşmələri tərksilah etmək üçün əməliyyat keçirəcəkləri müddətdə yerləşdirmək və ərzaqla təmin etmək imkanı vardır". Azərbaycan Ali Soveti Rəyasət Heyətinin müraciətinə əsasən SSRİ Ali Soveti Rəyasət Heyəti yanvarın 15-də DQMV və bəzi başqa rayonlarda fəvqəladə vəziyyət elan olunması haqqında fərman verdi. Bu fərmanla Azərbaycan SSR Ali Sovetinə təklif edildi ki, Bakı və Gəncə şəhərlərində, eləcə də başqa yaşayış məntəqələrində qadağan saatı tətbiq edilməsi də daxil olmaqla hər cür lazımı tədbirlər görsün.

İmperiya Azərbaycandakı hakimiyyət böhranından, bəzi respublikalarda olduğu kimi, Bakıda da Sovet hakimiyyətinin devriləcəyindən,

Xalqımızın başına gətirilən 20 yanvar faciəsindən artıq 24 il keçir

projektorların köməyi ilə axtarılıb tapılır, gülləbaran edildilər.

O, müdhiş gecədə gözü qanla dolmuş hərbiçilər təsadüfən yola çıxan-

Heydər Əliyev çıxışında və verdiyi müsahibələrdə 20 Yanvar faciəsinə siyasi qiymət verdi. H.Əliyev xalqın qırılmasını hüquqa, demokrati-



XALQIN QAN YADDAŞI- 20 YANVAR

beləliklə, Azərbaycanı itirəcəyindən qorxub Bakı ətrafına əlavə qoşun hissələri, ağır texnika gətirməyə başladı. AKP MK binası qarşısında yanvarın 17-də izdihamlı mitinq başlandı və ümumi tətillər elan olundu. Mitinqçilər tələb etdilər ki, Moskva Ermənistanın Azərbaycana ərazi iddialarına qəti son qoysun. İmperiyanın Bakıya və ətrafına yığıldığı qoşunlar Dağlıq Qarabağa və daim erməni basqınlarına məruz qalan bölgələrə göndərsin.

SSRİ Ali Soveti Rəyasət Heyəti yanvarın 20-də "Bakı şəhərində fəvqəladə vəziyyət tətbiq olunması haqqında" fərman verdi. Xalqı qəfildən yaxalamaq, ona divan tutmaq, qırğın törətmək üçün qoşunlardan istifadə ediləcəyi, aman verilməyəcəyi, habelə ən başlıcası fəvqəladə vəziyyətin elan olunacağı vaxt gizli saxlandı. Bu vaxtın elan olunması mərkəzin qanlı planlarını poza bilirdi. AXC-nin "radikal" qanadı insanları şəhərin müxtəlif yerlərində barikadalar qurmağa təhrik etdi və onlara "silah, kömək gələcək" vədlərini verdilər. Moskvanın Azərbaycan xalqına qarşı qanlı planları haqqında xalqa məlumat verilməsin deyər yanvarın 19-da saat 19.27-də Azərbaycan Televiziyasının enerji bloku partladı. Xalqın xarici aləmlə əlaqəsi kəsildi. Fəvqəladə vəziyyətin yanvarın 20-də, saat 00.00-dan başlanmasına göstəriş verilməsinə baxmayaraq, qoşun hissələri yanvarın 19-da saat 21-dən ilk olaraq Türkan-Qala tərəfdən şəhərə yeridildi. Bu qanlı əməliyyata SSRİ müdafiə naziri D.Yazov şəxsən rəhbərlik edirdi. Ağır hərbi texnika çox asanlıqla barikadaları dağıtdı, Bakı qarnizonu qoşunları, gətirilən hərbi hissələr, hərbi gəmilərdən desant, xüsusi cəza dəstləri hücumu keçdi. Şəhərin əksər küçələrində əsgərlər gözyaşardıcı qazdan istifadə edir, əliyalın adamlara avtomat silahlardan güclü atəş açırdılar və qaçıb sığınacaqlarda gizlənenlər tanklar üzərindəki

ları, yaşayış evlərini, təcili yardım maşınlarını, şəhər nəqliyyatını atəşə tutur, yaralıları öldürür, meyitləri yandırır, təhqir edir, adamları tankların tırtılları altına salıb əzabla öldürür, eybəcər hala salırdılar. Bütün bunlar az imiş kimi əsgərlər tibb müəssisələrini mühasirəyə alaraq yararlı mülki şəxslərin buraya gətirilməsinə mane olurdular.

Bakıya və başqa yaşayış məntəqələrinə sovet ordusunun hücumu vaxtı 131 nəfər, o cümlədən 117 azərbaycanlı, 6 rus, 3 yəhudi, 3 tatar öldürülmüş, 744 nəfər yaralanmış, 400 nəfər həbs edilmiş, 4 nəfər itkin düşmüşdür. Hücum zamanı evlərə, ictimai və şəxsi nəqliyyat vasitələrinə, şəhər təsərrüfatına və vətəndaşlara böyük maddi ziyan dəymişdi.

Fəvqəladə vəziyyət şəraitində partizan müharibəsi aparmaq kimi avantürist çağırışları xalq rədd etdi. Qarşıya mövcud realiaqlar şəraitində həll edilməsi mümkün olan məsələlər qoymağa, mübarizəni dinc siyasi vasitələrlə davam etdirməyə başladı. Şair Bəxtiyar Bahabzadə, yazıçılar Anar və Elçin Ali Sovet sədrindən fəvqəladə sessiya çağırılmasını, hadisəyə qiymət verilməsini tələb etdilər. Deputatların 1/3-nin təşəbbüsü ilə fəvqəladə sessiya keçirildi, baş vermiş faciəyə siyasi qiymət verməyə səy göstərildi. Onu törədən ölkə və respublika rəhbərlərinə qəti etiraz bildirildi. Sessiya Bakı şəhərində fəvqəladə vəziyyət tətbiq edilməsi haqqında fərmanın fəaliyyətini dayandırmaq, ordu hissələrini şəhərdən çıxarmaq barədə qərarlar qəbul etdisə də, Moskva onlara əhəmiyyət vermədi.

Xalq demək olar ki, başsız qalmışdı. Belə bir ağır gündə yanvarın 21-də Böyük azərbaycanlı Heydər Əliyev Azərbaycanın Moskvadakı daimi nümayəndəliyinə gələrək, burada təşkil olunmuş, 6 minədək adamın iştirak etdiyi izdihamlı yığıncaqda çıxış etdi, heç yerdən kömək almayan doğma xalqı ilə birgə olduğunu bildirdi. Ulu öndər

yaya, humanizmə zidd, mərkəzin və respublika rəhbərlərinin günahı üzündən yol verilmiş kobud siyasi səhv kimi ifşa etdi. O, çıxışında qeyd etdi ki, "Dağlıq Qarabaq hadisələrinin ilkin mərhələsində ölkənin ali partiya siyasi rəhbərliyi tədbirlər görülsə idi, gərginlik indiki hala çatmaz, tərəflər itkilərə məruz qalmaz, başlıcası isə 1990-cı il yanvarın 19-dan 20-nə keçən gecə çoxlu insan qırğını ilə nəticələnən hərbi müdaxilə üçün zəmin yaranmazdı".

Ulu öndərin Moskvadakı tarixi çıxışının mətni, bütün manelərə baxmayaraq, respublikada və dünyada geniş yayıldı.

Bakıda fəvqəladə vəziyyət olmasına baxmayaraq, yanvarın 22-də Azərbaycan azadlıq uğrunda öz canlarını qurban vermiş şəhidləri ilə vidalaşdı.

İmperiya tərəfindən törədilmiş bu faciə xalqımızın iradəsini qıra bilmədi, əksinə onun azadlıq uğrunda mübarizəsini daha da kəskinləşdirdi və ölkənin dövlət müstəqilliyinin bərpası yolunda ən böyük addım oldu.

Aida TƏHMƏZOVA,
tarix üzrə fəlsəfə doktoru

Eldar İSMAYIL

BAKİ AL-QAN İÇİNDƏ

20 yanvar şəhidlərinə.

Bakı tufan içində,
Bakı al-qan içində.
Yanır divar, yanır daş,
Tüstü, duman içində.
Küçələri çığnayıb
Tanklar şığıyıb keçir.
Döngələrdə, səkidə
Avtomatlar qan içir.
Günahsız insan qanı
Axır asfalt üstündə.
Cəlladsifət əsgərlər
Qoca-cavan qəsdində.
Güllə ilə vurulan
Tankla tapdanır bir də.
Bu günahsız qadınlar
Güllələnir evində.
Qonşuya gedən yerdə.
Meyitlər döşənibdir
Küçə boyu yan-yana.
Axıb çay tək qarışır
Torpaq üstə qan-qana.
Qalxıb göyə yüksəlir
Fəryad səsi, ah səsi.
Dolu kimi tökülür
Qarbaçovun gülləsi!
Divarlar deşik-deşik,
Səkilər qazım-qazım.
Dərd üstündə əsirəm,
Bu dərdi necə yazım?
Ağlayır ata-ana,
Ağlayır oğul-uşaq.
Yaralılar, meyitlər
Üst-üstə, qalaq-qalaq,
Allah, bu nə zülmüdü,
Zülm özünü öldürdü!
Belə zülm görməmiş
Tarix özünü heç zaman.
Vəhşi faşist ordusu
Vermir millətə aman.
Yaralını götürən
Həkimlər güllələnir.
Pəncərədən boylanan
Sakinlər güllələnir.
Şümşad boylu körpələr
Qızıl qana boyanırlar!
Üz tutaraq göylərə
Yana-yana deyirəm:
Allah əli olmayan
Bu taxt-taca min lənət!
Milləti məlul qoyan
Bu hərəcə min lənət!

Necə dözdün bu dərdlərə

Nələr gördün canım Bakım,
Nələr çəkdin bəyaz qarım?
O günahsız insanların
Al qanına sən boyandın.

Necə dözdün bu dərdlərə,
Tank altında sızıldayan
Şəhidlərin o zülmünə?
Necə dözdün anaların
Naləsinə, canım Bakım?

Şəhidləri torpağına dəfn edəndə,
cəsədləri dolu idi
düşmənin atəş açdığı
zəhərli güllələrlə.

Onların ağ kəfənləri
bulanmışdı al qan ilə.
Dağ dözməzdi,
Necə dözdün bu dərdlərə?

Darıxma sən, canım Bakım,
Alacağın qisasını
nahaq yerə axıdılan
hər damla şəhid qanının!

Jalə ƏLİYEVƏ,
Elmi-Tədqiqat Mamalıq-
Ginekologiya İnstitutunun
əməkdaşı

• 2013-cü ilin sonunda ATU-nun Tədris Cərrahiyyə Klinikasında təhsildə yeni istiqamət olan rezidenturanın uğurları və problemləri ilə bağlı toplantı keçirilib. Artıq 3 ilin arxada qaldığını, bu il birinci buraxılışın olduğunu deyən universitetin rektoru, millət vəkili, akademik Əhliman Əmiraslanov bu sahədə narahatlıq doğuran bir çox məsələlərin mövcudluğunu, ona görə də açıq söhbətə ehtiyac yarandığını vurğulayıb:

“İstəməzdim ki, burada təkcə biz danışaq, yalnız rezidentura şöbəsinin müdürünü dinləyək. Qoy müəllimlərimiz, professorlarımız, rezidentlərin rəhbərləri çıxış etsinlər, təkliflərini versinlər. İndiyə qədər diplomdan sonrakı hazırlıq bizi qane etmirdi. Hər birimiz deyirdik ki, 1 il ərzində mütəxəssis yetişdirmək mümkün deyil. Rezidenturaya ümidlərimiz çox böyükdür. Qarşımıza müəyyən çətinliklərin çıxmasına, hətta tələbələrin ilk vaxtlar buna qarşı etiraz mitinqi keçirməsinə baxmayaraq praktiki mütəxəssis hazırlamaq üçün bu yolu seçdik. Təəssüf ki, rezidentlərin bilik səviyyəsi imtahan götürən mütəxəssisləri də, elə mənim özümü də razı salmır. Görünür, ilk növbədə rezidentlərin hazırlığına münasibətimizi dəyişməli, nəzarəti gücləndirməliyik”.

Rezidentura şöbəsinin müdiri, dosent Rizvan Məmmədov 2011-ci ildən rezidenturaya qəbul aparıldığını bildirərək qeyd edib ki, hal hazırda ATU üzrə rezidenturanın I kursunda 143 nəfər, II kursunda 132 nəfər, III kursunda isə 118 nəfər olmaqla 35 ixtisas üzrə 393 nəfər təhsil alır.

2013-2014-cü tədris ilində müxtəlif səbəblərdən 16 nəfər rezidenturadan xaric edilmiş, 15 nəfər sosial (analiq) məzuniyyətinə çıxmış, 4 nəfər akademik məzuniyyət götürmüşdür. Cari tədris ilində potasiya keçmək üçün 1 nəfər Almaniyaya, 9 nəfər Türkiyəyə göndərilmişdir. Ümumiyyətlə, indiyədək 38 nəfər rezidentimiz müxtəlif ixtisaslar üzrə xarici ölkələrdə rotasiya keçmişlər.

Rezidentura şöbəsinin əvvəlki illərdə ən böyük probleminin fərdi iş planı və gündəliklərlə bağlı olduğunu deyən R.Məmmədov diqqətə çatdırıb ki, artıq cərrahi yönümlü və stomatoloji ixtisaslar üzrə fərdi iş planları gündəliklərlə birlikdə 60-70 səhifə həcmində çap edilərək rezidentlərə paylanır. Terapiya yönümlü fərdi iş planları və gündəliklər isə yaxın günlərdə rezidentlərə veriləcəkdir. O, bəzi problemlərin hələ də qaldığına diqqət yönəldərək bildirib ki, rezidentlər bəzən klinikalarda xəstələrin azlığından, potasiya keçdikdən sonra onlara sonuncu gün xasiyyətnamə verilməməsindən



“Rezidentlərin hazırlığına münasibətimizi

Ötən ilin sonunda ATU-nun Tədris Cərrahiyyə Klinikasında təhsildə yeni istiqamət

və ya gecikdirilməsindən şikayətlənirlər. Bazalarda təmir işləri ilə əlaqədar yaranan problemlərə də toxunan şöbə müdiri artıq Tədris Cərrahiyyə Klinikasının fəaliyyətə başlaması ilə bu problemin də aradan qaldırıldığını deyib.

ATU-nun Tədris Terapevtik Klinikasının direktoru, professor Surxay Musayev rəhbərlik etdiyi klinikada 138 nəfər rezident üçün vahid bir mexanizmin işlənilməsi haqqında bildirdi: “Belə demək mümkündürsə, rezidenturanın texniki, kliniki məsələlərini “rezidentura özünü idarəetmə sistemi” ilə qururuq. Hacəttəpə Universitetindən gələn mütəxəssislər də bunu bəyənirlər. Bu sistemi ixtisaslar, şöbələr üzrə də tətbiq etmişik və özünü doğruldur. Yeni bizdə

3 kurs rezident var, Türkiyədə buna “daha irəlidi olan rezident” deyirlər. III kursdan eyni ixtisas üzrə rəhbərlik bir nəfərə tapşırırlar, köməkçi II kursdan, icraçı isə I kursdan təyin olunur. İstər növbələrə qalan zaman, istərsə də gündəlik iş zamanı ümumi rəhbərliyi rezidentlərin rəhbərləri, qalan məsələləri isə rezidentlər özləri həll edirlər. Əgər birinci il valideynlər övladlarının növbəyə qalmasını istəmədilər, artıq belə söhbətlər yoxdur”.

III kurs rezidentlərinə xəstə qəbul etməyə icazə verdiklərini söyləyən klinikanın direktoru qeyd edib ki, bizim klinika elektron klinika tipində fəaliyyət göstərir. Sırr deyil ki, yaşlı nəsil, orta nəslin də bir qismi bu sistemdən yeterincə istifadə edə bilmirlər. Rezidentlər bu baxımdan nəinki

klinikaya, professor-müəllim heyətinə də yaxından köməklik edirlər. Rezidentlərimizin nəzəri biliklərinin daha da gücləndirilməsi məqsədilə həftənin III günü rezidentlərin rəhbərlərinin, həmin şöbənin, kafedranın professor-müəllim heyətinin də qatıldığı seminarlarda hər dəfə 2 rezidentin məruzəsi dinlənir və məruzələr klinikanın saytında oturdulur. Mayda ATU-nun Tədris Terapevtik Klinikasında Azərbaycan Tibb Universiteti rezidentlərinin I elmi-təcrübi konfransının keçirildiyini söyləyən S.Musayev II konfransa hazırlaşdıqlarını da diqqətə çatdırıb.

Psixiatriya kafedrasının müdiri, professor Gəray Gəraybəyli dünyanın heç bir ölkəsində 2 illik rezidenturanın olmadığını deyərək bildirib ki, hələ də cəmiyyətdə rezidentura təhsili almadan da psixiater

ixtisasına yiyələnməyin mümkünlüyü haqqında təsəvvürlər mövcuddur. Kafedramızda bu ixtisası seçən 4 nəfərdən biri rezidenturayı keçib. Digər 3 nəfərdən biri rayonda, ikisi isə Bakıda tibbi sağlamlıq mərkəzində çox uğurla işləyirlər. Halbuki rezidenturayı bitirən hələ də işlə təmin olunmayıb, təyinatla hara düşəcəyi də belli deyil. Rezidenturanın birinici ili qurtarandan sonra proqramın 2 dəfə dəyişildiyini söyləyən kafedra müdiri bu sistemin indi-inde reysə düşdüyünü vurğulayıb.

Stomatoloji Klinikanın direktoru, tibb elmləri doktoru, dosent Alqış

Səfərov klinikada 107 rezident üçün hər cür şəraitin yaradıldığını, onların təcrübəli, peşəkar müəllimlərin, həkim-stomatoloqların rəhbərliyi altında xəstə qəbul etdiklərini deyib.

Universitetin tədris hissə müdiri, Onkoloji Klinikanın baş həkimi, dosent Nəsimi Qasimov universitetimizin bu istiqamətdə apardığı işi böyük nailiyyət kimi qiymətləndirib: “Bu qiymətləndirmə ilə bərabər biz üzərimizə çox böyük bir məsuliyyət də götürmüşük. Məsuliyyət ondan ibarətdir ki, artıq rezidentlər gərək sərbəst həkim kimi fəaliyyət göstərə bilsin. Bunun üçün rezident rəhbərindən, kafedrada çalışan yüksək ixtisaslı mütəxəssisdən böyük iş tələb olunur. Bizim qəbul etdiyimiz rezidentura ilə Türkiyədəki uzmanlıq və xaricdəki rezidentura arasında müəyyən fərqləri nəzərdən qaçırmamalıyıq. Çünki ölkəmizdə həkim-mütəxəssis hazırlığının həm praktiki, həm də akademik yolu var. Təşkilati və metodiki baxımdan rezidentura-



ya və rezidentlərimizə kömək etməliyik. Düşünürəm ki, rezidenturanın ştatına yenidən baxılmalı, ən azı dekan müavini yeri ayrılmalı, ayrı-ayrı ixtisaslar üzrə pedaqoji şuralar yaradılmalıdır. Əsas faktorlardan biri də klinikalarımızda, kafedralarımızda rezidentə ehtiyac duyulmasıdır. Kafedralarda ən qabiliyyətli rezidentlərimizin imkanlarından istifadə edərək onlara xarici dil öyrətməyin üzərində dayanmalı, eyni zamanda yeni metodikaların öyrənilərək tətbiqində rezidentə inanmalıyıq. Klinikamızda onkoloji ixtisas üzrə 8 nəfər rezidentura keçir. Kliniki laboratoriyamız, cərrahi müdaxilə, şüa diaqnostikası otağımız imkan verir ki, reanimatologiyadan,

yib. Kafedranın tədris işlərində, xüsusilə də test suallarının, tədris-metodik vəsaitlərin, video-filmlərin hazırlanmasında rezidentlərimizin rəhbərləri ilə birlikdə çox aktiv çalışdıqlarını vurğulayan N.Bayramov artıq ATU-nun Tədris Cərrahiyyə Klinikasında praktiki fəaliyyət üçün də geniş imkanların olacağını söyləyib.

Universitetin tədris-metodik innovasiya şöbəsinin müdiri, mikrobiologiya kafedrasının professoru Akif Qurbanov rezidenturada yüksək bal toplamış məzunların məhz Azərbaycan Tibb Universitetini seçdiklərini, bu sistemin universitetimizdə uğur qazandığını söyləyib. Ancaq uğurlarla yanaşı bəzi problemlərin də qaldığını bildirib: "İlk növbədə

və Avropa ölkələrində 4 ildir. Bu müddət Azərbaycanda 2 il nəzərdə tutulub və çox azdır.

ATU-nun Tədris Cərrahiyyə Klinikasının direktoru, dosent Hacıqulu Bağirov rezidentura üçün sənədlərin hazırlanmasında iştirak etdiyini, ümumilikdə hər bir başlanğıcın çətin olduğunu vurğulayıb: "Müəyyən reysə düşəndən sonra adama elə gəlir ki, çox sadə bir iş imiş. Dəfələrlə xarici ölkələrə getdik, proqramlar gətirdik və bu sistemin təşkilinə nail olduq. Düşünürəm ki, fərdi iş planı olmadan rezident hərəkət eləyə bilməz. Rezidentin rəhbəri də onun fərdi iş planına uyğun olaraq hərəkət etməlidir. Yeni rezidentin harada, neçə ay müddətində rotasiyada olması,

mütəxəssis arasında ciddi fərq yoxdur. Amma gigiyena üzrə ən böyük problem praktiki fəaliyyət üçün bazanın olmamasıdır. Biz proqramı hazırlayanda

orada hazırlıq keçməkdən imtina edirlər. Söhbət insanların rezidentlərə münasibətindən gedir. Hamı istəyir ki, gələcəkdə rezidentlərin səviyyəsi



dəyişməli, nəzarəti gücləndirməliyik"

olan rezidenturanın uğurları və problemləri ilə bağlı toplantı keçirilib

laboratoriya işindən, şüa diaqnostikasından da rezidentlər hazırlayaq. Əsas məqsədimiz səmərəli işləyən rezidentlərin fəaliyyətindən yararlanaraq gələcəkdə kənarından dəvət etdiyimiz həkimlərdən imtina etməkdir".

N.Qasimov elmi karyera məsələsinə də toxunaraq elmlər namizədi, elmlər doktoru olmasından öncə həkim kimi yetişməyin, rezidentlərə akademik yazı, akademik davranış, akademik nitq dərsləri keçməyin vacibliyindən danışdı.

I cərrahi xəstəliklər kafedrasının müdiri, professor Nuru Bayramov rezidentlərimizin nəzəri təhsili ilə əlaqədar keçirilən seminarların əhəmiyyətindən söz açaraq bildirdi ki, kafedramızda hər həftənin 1 günü saat 10-da rezidentlər çıxış edirlər. O, təxminən 2 aya yaxındır ki, Hollandiyadan gələn profes-

rezidentlərin rəhbərlərindən şikayətlər ola bilər. Bu da onlara kifayət qədər diqqət ayrılmasına ilə bağlıdır. Təklif edirəm ki, rezidentlərin rəy sorğusu keçirilsin və gələcəkdə öz işinə məsuliyyətlə yanaşmayan rezident rəhbərləri kənarlaşdırılsın. İkincisi, rezident rotasiyaya göndərilərkən nəyi öyrənməyi, nələrə fikir verməyi dəqiqləşdirməlidir".

Rezidentura proqramı üzərində xüsusi işlədiklərini deyən A.Qurbanov bildirdi ki, biz bu proqramı sonradan Hacətəpə Universitetinə rəyə göndərdik. Ancaq proqram ortaya çıxanda məlum oldu ki, onu bizim hazırladığımız barədə heç bir məlumat yoxdur. Rezidentura dissertasiyası Türkiyədə önəm verilən bir məsələdir, buna uzmanlıq testi deyirlər. Bizdə isə bu məsələ hələ epizodik xarakter daşıyır. Rezidentləri elmi fəaliyyətə ha-

nə vaxt geri qayıtması dəqiq bilinməlidir. Rezidentlərin seminarlarının təşkilinə də ciddi fikir verilməlidir. Təklif edirəm ki, kafedrada cərrahi bölüme aid

ildə 300-ə qədər obyektin müayinəsinə nəzərdə tutmuşduq. Təəssüf ki, həttə ayda bir dəfə rezidentlərin gigiyena-epidemioloji mərkəzlərin həkimləri



olan rezidentə yiyə dura biləcək bir məsul şəxs təyin olunsun. Onların birbaşa seminarlarının keçirilməsinə, növbələrdə qalmasına yardımçı olsun. Yekun qiymətləndirməni cərrahi bölümdə mən aparırdım, ancaq nəticədən razı qalmadım. Əsas güc kafedraların, klinikaların üzərinə düşməli, rezidentlərə nəzarəti artırmaqla yanaşı, onlara rəhbərlərini seçmək azadlığı verilməlidir".

Ümumi gigiyena və ekoloji kafedrasının müdiri, professor Mirzə Kazimov kafedrada rezidentlərin 2 il müddətində 6 ixtisas üzrə hazırladıklarını diqqətə çatdıraraq qeyd edib ki, proqram təminatı, birinci ilin sonundakı attestasiya, yekun attestasiyası, imtahan testi ilə bağlı heç bir problem olmamışdır. Prinsipcə gigiyena ixtisası üzrə rezidenturanı qurtaran mütəxəssislə universiteti bitirən

ilə birgə müayinə aparması problemə çevrilib.

Lor kafedrasının assistenti Ayaz Qasimov rezidentlərə məşğul olan müəllimlərin əməkhaqqının çox aşağı olmasından gileyənib. Elektron kitabxanadan rezidentlərin səmərəli istifadə etmədiyini söyləyərək rotasiyaların uzunmüddətli olmasını məqsəduyğun sayıb.

Əhliman Əmiraslanov çıxışlarda səslənən fikirləri ümumiləşdirərək toplantını yekunlaşdırıb: "Əməkhaqqının az olması fikri ilə mən də razıyam. Unutmayaq ki, bu təkə bizim iradəmizdən asılı olan məsələ deyil. Müstəsna hal kimi rezidentin rəhbərinə əlavə saatların ayrılması haqqında düşünürük. Çalışacağıq ki, bunları yoluna qoyaq. Mənə belə gəlir ki, hər şeyi əməkhaqqının üstünə atmaq da yanlış yanaşmadır. Elə kafedralarvarki, rezidentlər

yüksəlsin. Mən həmişə rezidentlərin rotasiyasına şərait yaratmışam, ancaq bunun da qanunla tənzimlənən yolları var. İndi bizim xeyli rezidentimiz xaricdədir. Onların maaşı saxlanılır. Universitetlərlə, daha çox Türkiyə universitetləri ilə müqavilələr bağlamışıq.

İstər keçid attestasiyası, istərsə də yekun attestasiyası barədə deyilən fikirlər tamamilə doğrudur. Keçid attestasiyası formal xarakter daşıyır. Rezidentlər də görürlər ki, formal aparılır, ona görə də ciddi yanaşmırlar. Tədris hissəsi, rezidentura şöbəsi bu işə nəzarəti artırmalıdır. Yekun attestasiyası bu il testlə oldu, lakin rezidentlər yenə də yüksək bilik nümayiş etdirə bilmədilər".

Keçən il elmi konfransların çox yaxşı keçdiyini xatırladan rektor bu il konfransları müxtəlif ixtisas qruplarını birləşdirərək bir neçə ixtisas üzrə keçirməyi tövsiyə edib. Elmi işlərlə əlaqədar müxtəlif fikirlərə də münasibət bildirərək vurğulayıb ki, elmi iş o demək deyil ki, rezident mütləq dissertasiya yazmalıdır. 50-60 səhifəlik elmi-tədqiqat işi yazmasını heç kim rezidentə qadağan etmir. Ancaq o, rezidenturanı qurtarmadan dissertasiya müdafiə edə bilməz.

Ə.Əmiraslanov bu maraqlı müzakirələrin təsirsiz ötüşməyəcəyini vurğulayaraq rezidentura ilə bağlı bütün məsələlərin bundan sonra da universitet rəhbərliyinin diqqət mərkəzində olacağını toplantı iştirakçılarının nəzərinə çatdırıb.

Arif MƏMMƏDLİ
Fotolar Cənnətali Çingizindir



sorun ayda 2 dəfə cərrahi protokolların müzakirəsi mövzusunda apardığı seminarlardan rezidentlərin faydalandığını de-

zirləməyə də olduqca zəruridir. Mikrobiologiya ixtisası üzrə rezidentura müddəti Türkiyədə

Müsahibə



- **Adi xəstəlik kimi qəbul etdiyimiz qripin təhlükəlilik dərəcəsi barədə nə deyirsiniz?**

- Doğurdan da çox vaxt əhali arasında qripə adi xəstəlik kimi baxırlar. Amma elə deyil. Məlumdur ki, qrip virusu tərəfindən törədilən nəfəs yollarının kəskin infeksiya xəstəliyidir.

rejimində olmalıdır. Xəstəlik zamanı hərarətin yüksəlməsi 2-6 gün davam edir və bu müddətdə xəstə yataq rejimində olmasa, ağırlaşmaların baş vermə ehtimalı dəfələrlə yüksəlir. Xəstələrin xəstəxana şəraitində müalicə olunmasına elə də ciddi ehtiyac yoxdur, müalicə ev

C.İSAYEV: "Qrip bir neçə saat ərzində xəstəni yatağa sala bilər"

Həkim xəstəliyin sağalması üçün spesifik müalicə preparatlarının olmadığını da bildirdi



Havalər soyuyandan bəri burun-axma, öskürək, qızdırma və baş ağrısı ilə müşayiət olunan xəstələrin sayı xeyli artıb. Bəzən yatağa düşən xəstələrin antibiotiklər qəbul etmələrinə baxmayaraq günlərlə hərarətləri aşağı düşür. Bu da istəməz xəstələrin ciddi narahatlığına səbəb olur. Əhali arasında bəzən söz-söhbət gəzir ki, hazırda insanların yoluxduğu qrip "donuz qripi"ndən güclüdür. Bu səbəbdən qəbul edilən dərman preparatları və antibakterial maddələr müsbət təsir göstərmək gücündə deyil. Bu həqiqətdənmi bələdir? Bu və digər suallara cavab almaq məqsədilə Azərbaycan Tibb Universitetinin yoluxucu xəstəliklər kafedrasının dosenti Cəlal İsayevə müraciət etdik. Cəlal müəllim qış fəslində daha geniş yayılan xəstəliklərlə bağlı "Təbib" qəzetinə maraqlı açıqlamalar verdi:

Qış fəslində adətən daha çox rast gəldiyimiz xəstəlik yuxarı tənəffüs yollarının virus infeksiyalarıdır. Yəni bunun da əsas səbəbi virusların soyuğa davamlı olması ilə əlaqədardır. Elə bu davamlılıq xəstəliyin yayılmasını şərtləndirən əsas faktorlardan biridir. Doğrudur, orqanizmin soyuqla bağlı immunitetinin zəifləməsi də xəstələnmə ilə nəticələnə bilər. Amma əsas şərt həmin virusların soyuğa davamlılığıdır. Məsələn, ən çox trans olunan bir xəstəlik - qrip haqqında söhbət açmaq. Məlumdur ki, qrip virusları soyuğa daha davamlıdır. Otaq temperaturunda adətən onlar haradasa 3-4 saat davam gətirə bilirlərsə, şaxtılı havada illərlə qala bilirlər. Ona görə də ilin soyuq fəsilələrində bu tipli xəstəliklərin artımı müşahidə olunur.

Onu da qeyd edək ki, qripin, ümumiyyətlə, reseptor virus infeksiyalarının yayılmasında müəyyən bir qanunauyğunluq da mövcuddur. Əvvəllər hər 3-5 ildən bir bu virusların epidemiya şəklində yayılması müşahidə olunurdu və bu epidemiyalarda adətən 5-10 milyon insan yoluxurdu. İndi bu qanunauyğunluqda müəyyən dəyişmələr hiss olunmağa başlayıb. Yəni epidemiyaların yayılma müddəti qısalıb və artıq hər il kütləvi şəkildə yoluxma halları müşahidə olunur. Buna səbəb kimi insanların əlaqələrinin genişlənməsi, onlar arasındakı məsafənin yaxınlaşması, ictimai nəqliyyat vasitələrindən istifadə, ticari, mədəni əlaqələri və.s misal çəkmək olar. Yuxarıda sadaladığım halların mövcudluğu xəstəliyin qarşısının alınması üçün lazımı tədbirlərin görülməsinə imkan vermir. Bu da sonda xəstəliyin epidemiya şəklində yayılmasına səbəb olur. Son 10 ildə qripin demək olar ki, hər il epidemiyası baş verir.

Əsas simptomları titrəmə, qızdırma, boğazda göynəmə, sümük, əzələ ağrıları, kəskin baş ağrısı, öskürmə, zəiflik və ümumən narahatlıqdır. Əslində bu, çox təhlükəli xəstəlikdir. Tarixdən məlumdur ki, 1918-ci ildə yayılan və İspan qripi adı ilə tanınan H1N1 virusu 1 il ərzində davam edən pandemiya səbəb olub və 20 milyondan 50 milyona qədər insanın ölümü ilə nəticələnib.

Bu da qripin nə dərəcədə təhlükəli olduğunu düşünməyə əsas verir. Daha çox 1-5 yaşlı uşaqlar, xroniki xəstələr, yaşlı adamlar, xüsusən də ağ ciyər, ürək-damar sistemində problemləri olanların həyatı üçün təhlükə yaradır.

Hazırda geniş yayılan bu qrip ilk olaraq 2013-cü ilin sentyabrında ABŞ-da başladı, oradan Avropaya, Avropadan Türkiyəyə keçdi və bizə də gəlib çatdı. Xəstəliyin genişlənməməsi üçün tədbirlər görülsə də faydası olmadı, yayıldı. H3N2 ağır formada keçən bir qrip virusudur. Bu, reformasiya olunub insanlar arasında sürətlə yayıla bilər. Bəzən onun əlamətləri insanları çaş-baş salır ki, bu qripə oxşamır. Xəstəlik başlayır, ancaq xəstədə kataral əlamətlər meydana çıxır, xəstəlik toksiki formada keçir ki, bu da çox təhlükəlidir.

Əsasən mərkəzi sinir sisteminə, ürək-damar sistemində toksiki təsir göstərir.

Məlumdur ki, qrip sürətlə inkişaf edən bir xəstəlikdir. Bir neçə saat ərzində xəstəni yatağa sala bilər. İlk dövr- bir-iki gün ərzində kataral əlamətlər olmur, toksiki əlamətlər, quru öskürək olur, sonrakı dövrlər kataral əlamətlər qoşulur, öskürək yumşalır.

Qrip olan şəxs mütləq yataq

şəraitində də aparıla bilər. Xəstəliyin sağalması üçün yüksək effektiv təsirə malik spesifik müalicə preparatları da yoxdur və son zamanlar aparılan tədqiqatlar göstərir ki, H3N2 virusunun mövcud antivirus preparatlara qarşı rezistentliyi-davamlılığı var.

- **Bəs qripə yoluxanlar üçün hansı preparatlardan istifadə etməyi məsləhət görürsünüz?**

- Virusə yoluxanlar üçün **Ozeltamivir** (*həmçinin Tamiflu da adlanır*) və **Zanamivir** (*Relenza*) dərmanları virusun bədəndə yayılmasının qarşısını aldığı üçün müəyyən müsbət təsir göstərir.

Əsas şərtlərdən biri orqanizmin müqavimətinin yüksəldilməsidir. Yoxsa hansısa xüsusi bir preparat yoxdur ki, onu qəbul etməklə dərhal sağalasan.

Xəstədə yüksək hərarətin 6 gündən artıq davam etməsi xəstəliyin ağırlaşmasından xəbər verir. Bu zaman yalnız həkimin məsləhəti ilə antibakterial maddələrdən istifadə olunur.

Qripdən əsas qorunmanın yolu profilaktik olaraq peyvəndlərin aparılmasıdır. Yoluxma ehtimalı olan qrip virus ştamplarının peyvəndi aparılmalıdır. Digər ştamplar peyvəndinin aparılması istənilən effekt vermir.

Göstərmək lazımdır ki, qrip epidemiyası zamanı karantin tədbirlərinin aparılması da önəmli rol oynayır. İnsanların sıx olduğu məkanlarda yoluxma ehtimalı dəfələrlə artır.

Ona görə də xəstə insanların ictimai yerlərdə görünməsi məqsədə uyğun deyil. Əgər ictimai yerdə olmağa məcburdursa, onda həmin xəstə qoruyucu tənziyədən istifadə etməlidir.

Qabil ABDİLLAYEV

Kitab rəfi

"PARODONT

XƏSTƏLİKLƏRİ"



Son illər ölkəmizdə stomatologiya elmi sahəsində bir çox elmi-nəzəri araşdırmalar aparılmış, yeni müalicə metodları və üsullarının öyrənilməsi ilə bağlı xeyli dərş vəsaitləri yazılmışdır. Belə dərş vəsaitlərindən biri də Azərbaycan Tibb Universiteti Rezidentura şöbəsinin müdiri, tibb elmləri üzrə fəlsəfə doktoru Rizvan Möhsün oğlu Məmmədov və tibb elmləri üzrə fəlsəfə doktoru Bəhlul Mehbalı oğlu Həmzəyevin gərgin axtarışlarının bəhrəsi olan və "Şərq-Qərb" Nəşriyyat Evi mətbəəsində nəfis tərtibatla işıq üzünə gələn "Parodont xəstəlikləri" adlı dərş vəsaitidir.

ATU-nun stomatologiya fakültəsinin (VII-VIII semestrlər üçün) kredit sistemi ilə təhsil alan IV kurs tələbələri üçün nəzərdə tutulmuş bu kitabda "parodontun quruluşu, onun-anatomik-fizioloji xüsusiyyətləri, parodont xəstəliklərinin etiologiyası və patogenezi, onların müasir diaqnostikası və metodları" haqqında ətraflı məlumat verilmiş, bu xəstəlikləri törədən səbəblər, onların müalicə və profilaktikası dərindən araşdırılmışdır. İlk dəfə Azərbaycan dilində latın qrafikası ilə çap edilən bu kitab 4 fəsildən ibarətdir.

Müəlliflər "Parodontun anatomiya və fiziologiyası" fəslində parodontun inkişafı, onun quruluşu, qan təchizatı, ilmfə sistemi barədə oxucularda müfəssəl məlumat yaratmaqla yanaşı, parodontun funksiyalarının onun anatomo-fizioloji xüsusiyyətləri ilə bağlı elmi təhlilini vermişlər.

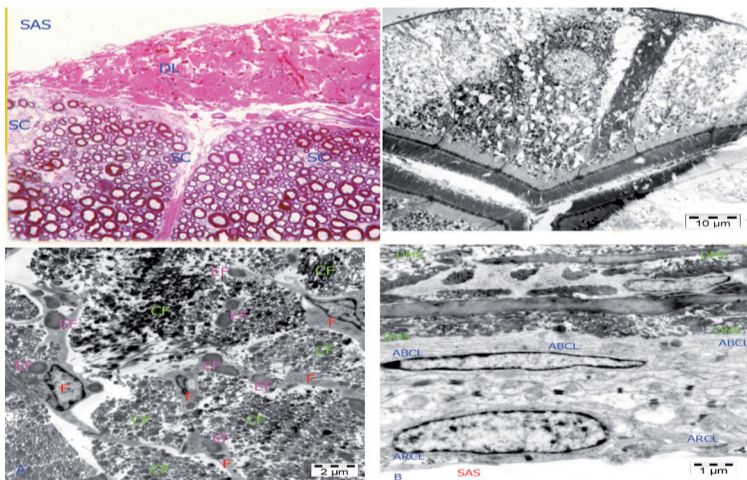
"Xəstəliklərin müayinəsi" adlı ikinci fəsildə parodont xəstəliklərinin metodları, parodontoloji statusun göstəriciləri, üçüncü fəsildə isə "Parodont xəstəliklərinin klinika və diaqnostikası" ilə əlaqədar məlumatların elmi şərhli oxucuların diqqətinə çatdırılmışdır.

Parodontoz-bütün parodont toxumalarını zəhərləyən, generalizə olunmuş distrofik prosesdir. Əsas simptomları alveol sümüyünün horizontal destruksiyası, travmatik okklüziya, dişlərin boynunun açılması, pazabənzer qüsurların yaranması, dişlərin cüzi laxlaması prosesidir ki, onun müalicəsi insan sağlamlığı üçün mühüm şərtlərdəndir. "Parodont xəstəliklərinin müalicə və profilaktikası" fəslində bu haqda geniş məlumat verən müəlliflər bir sıra yerli qıcıqlandırıcı təsirə malik faktorların aradan qaldırılması üçün profilaktik tədbirlərin həyata keçirilməsinin vacibliyini vurğulayan müəlliflər tibb sahəsində çalışanların, tələbələrin və qeyri-ixtisaslı oxucuların maraq dairəsini nəzərə alaraq bütün fəsillərində sadə, aydın və oxunaqlı dildə yazılmasına nail olmuşlar.

Bütün bunları nəzərə alaraq deyə bilərik ki, zəngin elmi-nəzəri məlumatlarla zəngin olan "Parodont xəstəlikləri" kitabı həm tibb işçilərinin, həm də geniş oxucu auditoriyasının böyük marağına səbəb olacaqdır.

Mütəllim HƏSƏNOV

Keçən əsrin 50-ci illərindən başlayaraq elektron mikroskopunun morfolojiyada tətbiqi sahəsində əldə olunmuş məlumatlar bioloji elmləri tam yeni səviyyəyə qaldırmışdır. Belə ki, qısa zaman ərzində istər bitki, istərsə də heyvan hüceyrələrinin əsas kompartimentləri olan hüceyrə zarının, sitoplazmanın (onun tərkib hissələri olan orqanellərin, sitoskelet elementlərinin) və nüvənin submikroskopik səviyyədə tədqiqi həyata keçirilməyə başlanılır. Əldə olunmuş məlumatlar ilk vaxtlar dünyanın ən məşhur elmi dərgilərində məqalələr şəklində, sonralar isə elmi işçilərin və tələbələrin stolüstü kitabları olan monoqrafiyalar və dərsliklər şəklində dərc olunurlar. Son 10 il ərzində dərc olunan dərslik və monoqrafiyaların hamısında müxtəlif tip elektron mikroskopları ilə çəkilmiş şəkillər üstünlük təşkil edirlər. Hal-hazırda istifadə olunan mikroskopik texnikalar içərisində elektron mikroskopunun imkanlarını ABŞ-in Kaliforniya Universitetinin əməkdaşları G.A. Perkins və b. (2009) belə səciyyələndirirlər: "Müasir flüoresent konfokal mikroskopların köməkliyi ilə nişanlanmış zülalları hüceyrə daxilində hərəkətini belə izləmək mümkün olsa da, böyütmə imkanı məhdudd olduğundan orqanellərin ultrastrukturunu tədqiq etmək imkanı vermir. Sonuncu imkan ancaq üçölçülü elektron mikroskopunun (elektron tomoqrafiyası) vasitəsilə tam dəqiqliklə həyata keçirilə bilər".



Şəkil 3.

Bioloji elmlər sahəsində müasir istiqamətlərdən biri müxtəlif şəraitlərdə (yaşla əlaqədar, eksperimental və patoloji vəziyyətlərdə) hüceyrələrin ölüm formalarının müəyyən edilməsidir. Bu sahədə çox həssas flüoresent, immunhistokimyəvi və s. metodlar kəşf olunmasına baxmayaraq, hüceyrələrin ölüm formalarının aşkar edilməsinin "qızıl standartları" hələ də elektron mikroskopik tədqiqatların nəticələrinə əsasən müəyyən edilir (S.C.Taatjes et al., 2008; A.Tinari et al., 2008).

Müasir elektron mikroskopunun əldə olunmasının aktuallığının birinci göstəricisi respublikada işlək vəziyyətdə olan bu tip aparatın olmamasıdır. Qeyd etmək lazımdır ki, keçən əsrin 70-80-cı illərində AMEA-nın bir çox institutları və Azərbaycan Tibb Universiteti üçün

keçmiş SSR-də, Çexoslovakiyada və Yaponiyada istehsal olunmuş 10-dan çox TEM əldə edilmişdir. Hal-hazırda onlardan biri də işlək vəziyyətdə deyildir. Bununla bərabər o dövrlərdə əldə edilmiş TEM seriyaları müasir tələblərə cavab vermədiyindən və artıq istehsal olunmadığından respublikada onların təmirini təşkil etmək də mümkün deyil.

Respublikada elektron mikros-

demik Əhliman Əmiraslanovun göstəruşi ilə Azərbaycan Tibb Universitetinin "histologiya, embriologiya və sitologiya, "patanatomya" kafedralarının, AMEA-nın Genetik Ehtiyatlar, Botanika, Zoologiya, Mikrobiologiya, Fiziologiya institutları əməkdaşlarından ibarət işçi qrup "Respublikada biologiya və tibb sahəsində ultrastruktur tədqiqatların müasir səviyyədə təşkili üçün Transmissiya Elektron Mikroskopunun,

işlərinin əsas istiqamətləri ilə yaxından tanış olan gənc mütəxəssislərin hazırlanmasına xidmət edəcəkdir. Bir milyona qədər böyütmə imkanına malik TEM tətbiqi respublikanın yerli, introduksiya edilmiş və süni əldə olunmuş flora və faunasının bütün nümayəndələrinin struktur xüsusiyyətlərini, onların pasportlaşdırılmasını 0,38 nm dəqiqliklə tədqiq etmək imkanına malikdir.

Layihənin qarşıya qoyulan

kopik olaraq dəqiqləşdirilməsi;

Respublika alimləri və digər müəlliflər tərəfindən əldə olunmuş nanohissəciklərin canlı orqanizmlərdə əmələ gətirdikləri komplekslərin müxtəlif orqan və sistemlərin morfo-funksional vəziyyətinə təsirinin müəyyən edilməsi;

Respublikada sintez olunmuş heyvani və bitki mənşəli bioloji aktiv maddələrin ayrı-ayrı orqanlara və sistemlərə təsir mexanizmlərinin

ULTRASTRUKTUR TƏDQIQATLARIN PERSPEKTIV İNKİŞAF İSTIQAMƏTLƏRİ



Şəkil 1.

kopu vasitəsilə yerinə yetirilmiş işlərin səthi analizi göstərir ki, Sovetlər birliyi dövründə çox sayda elmi-tədqiqat idarələrinin TEM əldə etməsi heç də özünü doğrultmamışdır. Bu mənada respublikada müasir tələblərə cavab verən elektron mikroskopik mərkəzlərin yaradılması daha məqsəduyğun olar. Məsələn üçün qeyd etmək olar ki, böyük elmi potensiala malik, 295 institut və klinikaları özündə birləşdirən, 7 fakültəsi olan Surix Universitetində ancaq bir "Mikroskopiya və təsvirin analizi mərkəzi" fəaliyyət göstərir. Özü də həmin mərkəz TEM-lə yanaşı, bütün müasir mikroskop növləri, köməkçi

müvafiq cihaz, avadanlıq və materialların alınması" pilot layihəsini tərtib edib EIF-ə təqdim etdi. Göstərilən pilot layihəsi EIF səhmdarlar şurasının qərarı ilə qalib elan edildikdən sonra çox gərgin fəaliyyət, ələlxüsus EIF əməkdaşlarının operativ işləri



Şəkil 2.

nəticəsində 2012-ci ilin dekabr ayında Yaponiyanın JEOL firmasının istehsalı olan JEM-1400 transmissiya elektron mikroskopu (şəkil 1), Almaniyanın LEICA firmasının istehsalı olan Ultracut EM UC7 markalı ultramikrotomu, Leica EM KMR3 markalı (şəkil 2) şüşə bıçaq düzəldəni və lazımı reaktivlər əldə olunmuşdur. Pilot layihəsinin icrası bizim universitetə həvalə olunduğundan yuxarıda sadalanan aparatura və ləvazimatlar ATU-nun 4-cü korpusunun (fizika-kimya) birinci mərtəbəsində ayrılmış xüsusi otaqlarda yerləşdirilmişdir. Qeyd etmək lazımdır ki, 2013-cü ilin fevral ayında elektron mikroskopu və əlavə avadanlıqların hamısı işlək vəziyyətdədir. Nümunə üçün yuxarıda qeyd olunan aparaturlar vasitəsi ilə onurğa beyninin ağ maddəsinin işıq mikroskopunda, baş-beyin qişasının, dişli bağın və Ganguleterakis dispar parazitinin orta bağırsağının isə elektron mikroskopunda çəkilmiş şəkilləri nümayiş etdirilir (şəkil 3).

Tərtib olunan layihənin məqsədi göstərilən sahələrdə elmi-tədqiqat işləri aparən əməkdaşların birgə istifadəsi üçün Transmission Elektron Mikroskopu (TEM), köməkçi avadanlıq və materialların alınmasıdır. Layihədə nəzərdə tutulmuş TEM-in alınması, dar ixtisas çərçivəsində deyil, respublikada biologiya və tibb sahələrində aparılan elmi-tədqiqat

məsələləri:

Viruslardan başlamış istər prokarot (bakteriyalar, aktinomisetlər, göy-yaşıl yosunlar), istərsə də eukariotların (göbələklər, bitki və heyvani hüceyrələr) quruluş xüsusiyyətlərinin ultrastruktur səviyyədə tədqiqi;

Virus və bakteriyaya ştammlarının, müxtəlif ibtidai bitki və heyvan növlərinin oxşar və fərqli morfoloji xüsusiyyətlərinin 0,2 nm dəqiqliyi ilə aşkarlanması;

Ontogenezin müxtəlif mərhələlərində bitki və heyvani hüceyrələrin genom daşıyıcı strukturlarında baş verən ultrastruktur dəyişikliklərin hüceyrə və toxumalarda baş verən degenerativ proseslərin inkişafında mümkün rolunun araşdırılması;

Prokariotların eukariotlarla simbiozu nəticəsində formalaşmış orqanellərin (xloroplastlar, mitoxondrilər) hüceyrələrin həyat

dəqiqləşdirilməsi və müalicəvi dozaların ultrastruktur əsaslandırılması.

Layihənin həyata keçirilməsi nəticəsində gözlənilir:

- Respublika fauna və florasında yeni tapılan və nəqli kəşf edilmiş orqan və nəsli kəşf edilmiş orqanların morfoloji xüsusiyyətlərinin ultrastruktur səviyyədə dəqiqləşdirilməsi;

- müasir seleksiya və gen mühəndisliyi elmi sahələrində son zamanlar kəşf olunmuş metodların köməkliyi ilə əldə olunmuş yeni növlərin morfo-funksional xüsusiyyətlərinin aşkar edilməsi;

- bitkilərin məhsuldarlığının molekulyar-genetik əsasları və onların stresə qarşı davamlılığının hüceyrə və molekulyar mexanizmləri haqqında yeni məlumatların alınması;

- kənd təsərrüfatı bitkiləri və heyvanlarının, onların yabanı formalarının pasportlaşdırılmasında istifadə oluna biləcək ultrastruktur meyarların işlənilib hazırlanması;

- analizator funksiyaların, şərti reflektor fəaliyyətinin və yaddaşın təmin olunmasında aşkar edilmiş neyrofizioloji və neyrokimyəvi məlumatlarla beyin qabığının təşkilində iştirak edən elementlərin ultrastruktur parametrləri arasındakı qarşılıqlı əlaqələrin müəyyən edilməsi;

- bitki mənşəli qalıqların "tullantısız" hala salınmasının elmi əsaslarının işlənilib hazırlanması;

- ev və su quşlarının, ev donuzlarının və bəzi gəmirici heyvanların parazit-sahib əlaqələrində, nişan orqanlarda baş verən dəyişikliklər haqqında yeni ultrastruktur məlumatların alınması;

- bəd xassəli şiş transformasiyası və eksperimental şərəiddə yaradılmış müxtəlif xəstəliklərin modellərində patofizioloji göstəricilərlə ultrastruktur dəyişikliklərlər arasındakı əlaqələr haqqında yeni məlumatların toplanması;

- eksperimental ödem zamanı mərkəzi və periferik sinir sistemlərinin bioloji sədd olan (beyin qabığı, sinir dəstələri) və olmayan (spinal düyünlər) hissələrində qişa-damar-qliyasinir elementlərində baş verən dəyişikliklərin bioloji mayelərin cərəyanına təsir mexanizmlərinin dəqiqləşdirilməsi;

- hüceyrələrin ölüm formalarının ultrastruktur oxşar və fərqli xüsusiyyətlərini əks etdirən cədvəl və fotomontajların tərtibi.

Biologiya və tibb sahələrində aparılan elmi-tədqiqat işlərinin yerinə yetirilməsində göstərilən fundamental və praktiki xarakter daşıyan nəticələrin əldə olunması ancaq TEM-in müasir imkanlarından maksimum istifadə nəticəsində mümkün ola bilər.

Eldar QASIMOV,
Histologiya, embriologiya və sitologiya kafedrasının müdiri, pilot layihəsinin rəhbəri, professor

Xalq təbabəti TÜRKAÇARƏLƏRƏ AİD TÜTYƏLƏR

- Ağız nahiyəsində qaynaşma, bəz, yara, səpinti əmələ gəldikdə qoz ləpəsi yemək məsləhətdir.
- İflic vurmuş adamı qoz yağı ilə yağlayıb, həvəngdəstədə ezilmiş ləpə ilə bir ay təpitmə etmək xəstənin sağalmasına yaxşı təsir göstərir.
- Qulağı ağrıyan adamın qulağına ilk uşağı olan gəlinin südündən sağıb töksən, ağrısı kəser.
- Pürrengi çayı südlə qarışdırıb, qurtum-qurtum içmək əsəbləri sakitləşdirir, yorğunluğu alar.
- Zökəm olan adama zoğallı çay və ya turş nar şirəsi içmək məsləhətdir.



- İştahası olmayan adamlara səhər-səhər acqarına turş nar şirəsi içmək məsləhətdir. Bu, iştahanın açılmasına çox yaxşı təsir göstərir.
- Göyöskürəyə, mədə-bağırsağ xəstəliyinə tutulanlara acqarına tut bəhməzi (doşabı) içmək məsləhətdir.
- Böyrək və öd kisəsi ağrılarından əziyyət çəkənlərə acqarına təbii yarpız yemək və ya yeməkdən qabaq yarpız yarpağının şirəsini içmək məsləhətdir. Bu, xəstənin halını yaxşılaşdırır, müalicəsinə kömək edir.
- Sarılıq xəstəliyinə tutulanlara çoxlu acı qıjı yemək məsləhətdir.
- Bənövşəni iyləyən zökəm xəstəliyinə tutulmaz. Bənövşəni təbii halda yedikdə qulaq ağrımaz, əsəblər sakit olar.
- Qırıxbuğumu dəmləyib içmək böyrək ağrısına yaxşı təsir edir.
- Gəndələş çiçəyi ilə başı yuduqda saç tökülmez, həm də ağarmaz.

Tərtib edəni: **Nibar Həkimova,**
biologiya üzrə fəlsəfə doktoru

Uşaqlarda diş sağlamlığı



◆ Ağız boşluğunda olan xəstəliklər diş sağlamlığını pozur, həzm prosesini zəiflədir. Bu baxımdan diş və diş eti xəstəlikləri günümüzün aktual mövzularından biridir..

Bildiyimiz kimi, şirin qidalardan istifadə və karbohidratın artıq dərəcədə qəbulu dişlərdə kariyəyə səbəb olur. Həmçinin insan orqanizmində flüor adlı mikro elementin normal miqdarda olmaması diş xəstəliklərini yaradır. Çünki, flüor suyun tərkibində olduqda diş səthini bərkidir və dişləri parıltılı saxlayır. Dişlər həmçinin danışmağa və xarici görkəmə də təsir edir. Dişləri köhnəlmiş olan insanlarda səs zəif çıxır. Dişlərin inkişaf müddəti içərisində süd dişləri normal dişlərə nisbətə daha çox üzvi maddə ilə zəngindir. Bu səbəbdəndə daha asan və sürətli çürüyərək yerlərini qalıcı dişlərə buraxır. Süd diş çürükləri, ağrı, pis qoxu, dişləmə çətinliyi, qidalanma pozuqluğu kimi problemlərə yol açır. Bu dövrdə müalicə edilməyən diş pozuqluqları, irəlində diş ayrılığı, çənə inkişafında pozuqluqlar və bir sıra sağlamlıq problemləri yaradır. Ona görə diş təmizliyinə ciddi yanaşmaq, diş eti xəstəliklərini vaxtında müalicə etməyə ehtiyacdır.

Etibarsız sayılır

Hərbi tibb fakültəsinin III kurs, 1130^b qrup tələbəsi Seyidov Yusif Abdulla oğlunun adına verilmiş tələbə bileti və qiymət kitabçası itdiyi üçün etibarsız sayılır.

Rəsmlər uşaqların ifadə qabiliyyətlərini göstərir



◆ Mütəxəssislər bildirirlər ki, uşaqlar öz qabiliyyətlərini rəsm və xətlərlə ifadə edirlər. Türkiyəli ekspert və psixoloq Dr. Zəfərin sözlərindən aydın olur ki, uşaqların iç dünyasını anlamaq üçün rəsmlərə diqqət yetirmək kifayətdir.

Uşaq qabiliyyətində olan problemləri xəttlər də asanlıqla göstərir.

Balaca uşaqlarda danışmaq qabiliyyəti formalaşmadığı üçün oxuma-yazma öyrənməyə qədər duyğu və hisslərini sözlü ifadə edə bilmirlər.

Lakin çəkdiqləri rəsmlər müəyyən problemləri və düşüncə tərzini anlamağa imkan verir. İstifadə etdiyi kağızın böyüklüyü, fiqurların kağıza yerləşdirilməsi, rəng seçimi, onun psixi vəziyyətini müəyyənləşdirir.

Çəkilən rəsmlər qısqanclıq, kədər, sevinc, xoşbəxtlik və digər hisslər arasında olan qarşıdurmanı göstərir. Ev, insan, ağac rəsmləri də psixoloqlara köməkçi olur. Uşaqların istifadə etdiyi rənglər onların vəziyyətini, dünyagörüşünü və qabiliyyətini ifadə edir. Məsələn: rəsmlərdə sarı rəng əsasən xoşbəxtliyi, qəhvəyi rəng kədərli baxışları göstərir. Özünə güvəni olanlar, sözbəxanlar, tez adaptasiya olanlar və özünü xoşbəxt hiss edənlər yaşıl rəngdən istifadə edir. Duyğularını idarə etməyi bacaranlar əsasən mavi rəngi seçir. Ailəsi tərəfindən sevilən uşaqlar sarı rəngə, ana və atanın dəstəyinə ehtiyac hiss edənlər isə bənövşəyi rəngə üstünlük verir.

Tez yatıb tez qalxmaq piylənməyə təsir edir

◆ Avstraliyalı elm adamları yeniyetmələrdə piylənmə xəstəliyinin qarşısını alan cəhətlərdən danışır. Erkən yatmaq və qalxmaq kimi vərdişlər bir sıra xəstəliklərə təsir edirmiş.



«Amerikan Sleep» jurnalında bildirilir ki, Cənubi Avstraliya Universitetindən Carol Maher 9-16 yaş arasında 2200 uşağı tədqiqatla cəlb edib. Nəticədə gec yatıb gec qalxanların piylənmə ehtimalının digərlərinə nisbətən 1,5 qat çox olduğu üzə çıxıb. Daha çox televiziya, kompüter qarşısında vaxt keçirənlərdə bu hal müşahidə olunub.

Bəzi alimlər belə fikirləşirlər ki, yuxu beynin yorulması nəticəsində yaranır. Gün ərzində düşündüyümüz bir çox fikirlər beyni oyaq saxlayır. Nəticədə insan gec yatır və gec qalxır. Həmin insanlarda piylənmə və kökəlmə xəstəlikləri olur. Bunun üçün yuxuya getməzdən əvvəl günün stress və çətinliklərindən uzaqlaşmaq lazımdır.

Aparılan işlər zehni cəhətdən rahatlanmış beynin keyfiyyətli yuxu keçirdiyini göstərib. Bu baxımdan elm adamları, çox yuxu yatmağın və yuxusuz olmanın sağlamlıq problemlərinə yol açdığını bildirir. Stresli adamlar və gecə saatlarına qədər film izləyənlər yatmadan bir saat əvvəl elektron cihazlardan uzaqlaşmalı, duş almalı, beyni sakitləşdirməli və kitab oxumalıdır. Bütün bunlar düzgün həyat təzi və sağlamlıq üçün faydalıdır.

Analara məsləhət

Körpənizi ana südündən məhrum etməyin...

◆ Heç bir qida ana südü qədər dəyərli ola bilməz. Körpələrinizi ana südü ilə qidalandırın. Uşaqların immun sisteminin formalaşması üçün xüsusi vacib olan molozivodur ki, bu da doğuşdan sonrakı ilk 3-4 –cü gün ərzində yaranır.

Çox adam sual verir ki, uşağı nə vaxta kimi əmizdirmək lazımdır. Optimal variant – 8-12 aya qədər əmizdirmək. Minimal əmizdirmə isə 3 aydan az olmamalıdır, hansı ki, bu müddət ərzində körpənin birincili immuniteti yaranır.



Uşağı döşlə əmizdirməyə aid bir sıra məsləhətlər:

Əvvəla şəxsi gigiyenaya fikir verin. Əmizdirmədən əvvəl əllərinizi və döşünüzü yuyun, lakin əmizdirmədən sonra yumağa tələsməyin, açıq havada qurumasını gözləyin. Gündə 1-2 dəfə döşləri sabunla yuyun.

Əmizdirərkən özünüz üçün rahat bir yer seçin, qolunuzun altına yastıq qoya bilərsiniz. Çalışın uşaq döş giləsi dairəsini tamlığı ilə götürsün, uşağı özünüzə sıxmayın, uşaq rahat nəfə almalıdır.

Uşağı 30-40 dəqiqədən çox döşdə saxlamayın. Orta müddət 15-20 dəq. təşkil edir. Yeni doğulmuş uşaq hər 3 saatdan bir döş verilməlidir.

Süd artırmaq üçün nələr yemək lazımdır?

-Dəmlənmiş şüyüt toxumu, zirə toxumu süd ilə (1 çay qaş. Toxum 1 stəkana)

-Şüyüt toxumu, razyana, cəfəri, tmin (1 çay qaş. Toxum 1 stəkan suda dəmləmə)

-Düyülü, paxlalı qidalar

-Seks -vaxtılı-vaxtında normal intim yaxınlıq laktasiyanı yüksəldir.

Unutmayın ki, sud yaranma qadının psixo-emosional halından çox asılıdır. Buna görə də istənilən yaranan konflikt, stress situasiyalarda yalnız körpənizi düşünün ki, südsüz qala bilər. Yorğunluq, əsəb, qorxu laktasiyanı dayandırır. Buna görə də hər əmizdirmədən sonra 10-15 dəq istirahət üçün özünüzə vaxt ayırın...

Analara süd artırmaq üçün məsləhətlər...

- hamiləlikdə olduğu kimi, doğuşdan sonra da mütləq sakit həyat təzi olmalıdır, nahardan sonra istirahət etməlisiniz.

-Sutkada 7-8 saat yuxu yatmalısınız.

-Yaxşı və müntəzəm qidalanmalısınız, vaxtılı-vaxtında, xüsusən də rasiona yumurta, balıq, fındıq, şit yağ, tərkibində kalsium və fosfor bol olan süd məhsulları-kəsmik, kefir, yoğurt, sərt pendir, meyvə və tərəvəzlərdən ibarət salatlar və s. əlavə etməlisiniz.

-Allergiya, köp, ishal yarada bilən qidalardan-sitruslar, konservativlər, bal, piy, noxud və s. uzaq olun.

-Gün ərzində 2 litr maye qəbul edin (sup, kəmpot, təbii şirə və s.).

-Gecələr normal yata bilməmisinizsə, gündüz uşaqla bərabər siz də yatın.

-Uşağı birdən döşdən ayırmaq olmaz, hətta qəfildən qapı döyülsə və ya telefon zəng etsə belə.

-Əmizdirmədən sonra döşdə qalan süd sağıb çıxarın.

Süd verən analar nələrdən uzaq olmalıdırlar...

-Südə pis qoxu verə bilən qidalar (soğan, sarımsaq, kələm).

-Bir sıra sakitləşdirici preparatlar, yuxugetiricilər, antidepressantlar, trankvilizatorlar, ağrıkəsicilər, hormonal preparatlar, antibiotiklər, qurdqovucular və s.

-Kofe, alkaqol, tütün

-İşlədici preparatlar

-Allergen konservantlar və s.

-Bütün turşməzə qidalar (nənə, qatırquyuğu və s.) laktasiyanı azaldır.

Ana südü uşaq üçün ən vacib və xeyirli qidadır. Ana südüdə böyüyən orqanizm üçün lazım olan bütün vitamin və minerallar vardır. Çalışın bütün hallarda uşağınızı döşdən ayırmağın. Heç bir amil - iş, səyahət uşağınızı süddən ayırmağa səbəb olmamalıdır. Yalnız ağır xəstəliklər zamanı uşağa süd vermək əks-göstərişdir.

Nüşabə SƏFƏROVA,
həkim-pediatr

Baş redaktor
ELDAR İSMAYIL

Müəlliflərlə redaksiyanın
mövqeyi üst-üstə düşməyə bilər.
Əlyazmalar geri qaytarılmır.

Qəzet "Təbib" qəzetinin
kompüter mərkəzində yığılır, səhi-
fələni, "Bəxtiyar-4" İKŞ-də çap
olunur.

ÜNVANIMIZ:
Mərdanov qardaşları - 100
2-ci mərtəbə,
tel.: 595-24-97
tabibqazeti@gmail.com

Lisensiya N - 022633
İndeks -0269
Sayı 3500
Sifariş: 122