



Təbib

Təsisçi: Azərbaycan Tibb Universiteti <http://www.amu.edu.az>

Qəzet 1933-cü ildən çıxır

| №-08 (1725) | 30 aprel 2021-ci il |

Prezident İlham Əliyev və Birinci xanım Mehriban Əliyeva Cəbrayıl və Zəngilan rayonlarında olublar

Aprilin 26-da Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyev, Birinci xanım Mehriban Əliyeva, qızları Leyla Əliyeva Cəbrayıl və Zəngilan rayonlarında olublar.

AZƏRTAC xəbər verir ki, dövlətimizin başçısı, Birinci xanım və qızları Cəbrayıl rayonunun girişində "Cəbrayıl xoş gəlmisiniz!" sözləri yazılmış lövhənin qarşısına gəldilər.

Prezident İlham Əliyev: Cəbrayıl rayonuna gəlmişik. Vaxtilə Cəbrayıl rayonunun girişində ucaldılmış lövhəni biz indi yenidən qurduq və eyni formada, eyni dizaynla. Biz "Cəbrayıl xoş gəlmisiniz!" lövhəsini bərpa etdik. Sovet vaxtında bu abidə, - əgər belə demək mümkündürsə, - qoyulmuşdur, ucaldılmışdır və işğal dövründə tamamilə sökülmüş, paslanmışdır. Bunun paslanmış görüntüləri artıq mətbuatda da var. Ona görə tarixi ədaləti bərpa

edərək, Cəbrayıl rayonunun girişində yerləşən bu "Xoş gəlmisiniz!" lövhəsini, abidəni biz yenidən bərpa etdik. Azad edilmiş bütün torpaqları bərpa edəcəyik, bütün şəhərləri, kəndləri bərpa edəcəyik.

* * *

Prezident İlham Əliyev, Birinci xanım Mehriban Əliyeva və qızları Leyla Əliyeva Cəbrayıl rayonunda Dövlət Sərhəd Xidmətinin hərbi hissəsinin açılışında iştirak etdilər.



28 aprel akademik Zərifə Əliyevanın doğum günüdür

BU SAYIMIZDA

Akademik Zərifə Əliyeva Azərbaycan oftalmologiya elmini dünyada tanıdıb

Zərifə xanım Əliyeva bənzərsiz, Zişıqlı bir ömür yaşayıb.

Bu işıqdan hamıya pay çatırdı: ailəsinə, əhatəsində olan hər kəsə, gözünün nurunu itirmiş insanlara... Sırası həkimlikdən akademikliyə qədər yüksəlmiş Zərifə xanım oftalmologiya elminin inkişafına dəyərli töhfələr verib. Onun daha bir xidməti yüksəkixtisaslı kadrlar yetişdirməsidir. Akademik Zərifə xanım Əliyeva zəngin irs qoyub, öz tədqiqatları, fundamental əsərləri ilə Azərbaycan tibb elmini əhəmiyyətli dərəcədə irəli aparıb.



Zərifə xanım 1923-cü il aprelin 28-də Naxçıvan Muxtar Respublikasının Şərur rayonunun Şahtaxtı kəndində, dövrünün görkəmli dövlət xadimi, mahir səhiyyə təşkilatçısı Əziz Əliyevin ailəsində dünyaya göz açıb.

1947-ci ildə N.Nərimanov adına Azərbaycan Dövlət Tibb İnstitutunu bitirib. Azərbaycan Elmi-Tədqiqat Oftalmologiya İnstitutunda elmi işçi, 1969-cu ildən isə Ə.Əliyev adına Azərbaycan Dövlət Həkimləri Təkmilləşdirmə İnstitutunda göz xəstəlikləri kafedrasının dosenti, professoru, görmə orqanlarının peşə patologiyası laboratoriyasının müdiri, Oftalmologiya kafedrasının müdiri (1982-1985) vəzifələrində çalışıb.

Z.Əliyevanın Azərbaycanda oftalmologiya elminin inkişafında müstəsna xidmətləri var. O, vaxtilə Azərbaycanda geniş yayılmış traxomanın, xüsusilə kimya və elektron sənayelərində peşə fəaliyyəti ilə bağlı göz xəstəliklərinin öyrənilməsi, profilaktikası və müalicəsinə əvəzolunmaz töhfələr verib. Z.Əliyeva

oftalmologiyanın müasir problemlərinə dair bir çox sanballı tədqiqatların, o cümlədən, "Terapevtik oftalmologiya", "İridodiaqnostikanın əsasları" kimi nadir elmi əsərlərin müəlliflərindən biri, 12 monoqrafiya, dərslik və dərs vəsaitinin, 150-yə yaxın elmi işin, bir ixtira və 12 sərəmələşdirici təklifin müəllifidir.

Akademik Zərifə Əliyeva Ümumittifaq Oftalmoloqlar Cəmiyyəti Rəyasət Heyətinin, Sovet Sülhü Müdafiə Komitəsinin, Azərbaycan Oftalmologiya Cəmiyyəti İdarə Heyətinin, "Vestnik oftalmologii" (Moskva) jurnalının redaksiya heyətinin üzvü idi.

Yüksək elmi nailiyyətlərinə görə 1981-ci ildə SSRİ Tibb Elmlər Akademiyasının M.İ.Averbax adına mükafatına layiq görülüb.

Zərifə Əliyeva Azərbaycan xalqının Ulu Öndəri Heydər Əliyevin həyat yoldaşı idi.

O, 1985-ci il aprelin 15-də Moskva şəhərində vəfat edib.

Dünya alimləri ATU-nun təşəbbüsü ilə əzcaçılığın müasir problemlərini müzakirə ediblər

ATU-da yeni şöbə yaradıldı

ATU-nun kafedra müdiri beynəlxalq elmi konfransda məruzə ilə çıxış edib

Tələbələr ödənişsiz əməliyyat olundular

Universitetimizin aktiv tələbələri

"Kliniki psixologiya" ixtisası üzrə magistrantlarla görüş keçirilib

Dünya alimləri ATU-nun təşəbbüsü ilə əczaçılığın müasir problemlərini müzakirə ediblər

XX əsri Azərbaycanda əczaçılığın inkişafında intibah dövrü hesab etmək olar

Çünki bu yüzillikdə ölkəmizin əczaçılıq sahəsində əhəmiyyətinə görə bənzəri olmayan hadisə baş verib - Azərbaycanda əczaçılıq sahəsində ali təhsilin bünövrəsi qoyulub. Bu barədə Azərbaycan Tibb Universitetinin rektoru, professor Gəray Gəraybəyli "Əczaçılığın müasir problemləri" mövzusunda V Beynəlxalq Elmi Konqresin açılış mərasimindəki çıxışında bildirib.

profilaktika müəssisələrində işləyirlər. Bu fakültə respublikamızla yanaşı, digər ölkələr üçün də ali təhsilli əczaçılar və elmi pedaqoji kadrlar hazırlayıb. ATU-nun Əczaçılıq fakültəsi ölkəmizdə bu sahədə yeganə elmi-tədqiqat mərkəzinə çevrilib. Elmi-tədqiqat işlərinin yerinə yetirilməsi üçün Əczaçılıq kimyası kafedrasının nəzdində müasir əczaçılıq laboratoriyası qurulub. Ölkəmizdə

"Əgər 100 il əvvəl Azərbaycanda cəmi 50 aptek var idisə, indi onların sayı 2900-ə çatıb. Topdansatış müəssisələrinin sayı 100-dən çoxdur. Yeni əczaçılıq müəssisələri də yaradılır. Əgər 1998-ci ildə Azərbaycanda yalnız bir dərman istehsalı şirkəti var idisə, indi onların sayı dəfələrlə çoxdur. Hətta xarici ölkələrdən Azərbaycana dərman istehsalı sahəsində investisiya qoymaq istəyən şirkətlərin də marağı artır".

kafedrasının müdiri, prof. Evelyne Ollivier, Kiprin Yaxın Şərq Universiteti, Səhiyyə Elmləri İnstitutunun müdiri, prof. Dr. K. Hüsnü Can Başer, Tbilisi Dövlət Tibb Universiteti, Əczaçılıq fakültəsinin dekanı Ana Chincharadze, ABŞ-ın Cənubi Florida Universiteti, Əczaçılıq fakültəsi, dekan müavini, prof. Dr. Yashmant Pathak, Təbriz Tibb Elmləri Universiteti, Kliniki farmakologiya kafedrasının müdiri Dr. Haleh Rezaee və



Rektor xatırladı ki, məhz 1938-ci ildə ölkəmizdə Azərbaycan Dövlət Əczaçılıq İnstitutu təşkil olunub. "Beləliklə, artıq Azərbaycanda ali əczaçılıq təhsilinin yaradılmasının 80 ili tamam olur. İftixarla qeyd etməliyəm ki, keçmiş SSRİ-nin türkdilli respublikaları, həm də qonşu Türkiyə və İranla müqayisədə ali əczaçılıq təhsili üzrə ilk qurum məhz Azərbaycanda yaranıb və sonradan müharibənin başlaması ilə əlaqədar olaraq Azərbaycan Dövlət Tibb Universiteti əczaçılıq fakültəsinə çevrilib".

Rektor, professor G. Gəraybəyli qeyd edib ki, respublikamızda əczaçılıqla məşğul olan mütəxəssislərin demək olar, hamısı ATU-nun Əczaçılıq fakültəsinin yetirmələridir: "İndiyədək bu fakültənin 6 mindən artıq məzunu olub və onlar əsasən müalicə-

əczaçılıq sənayesinin yaradılması və inkişafında da fakültənin və onun hazırladığı kadrların böyük rolu olub".

Rektor, professor Gəray Gəraybəyli Azərbaycan Tibb Universitetinin yaradılmasının 90, Ali əczaçılıq təhsilinin 80 illik yubileyinə həsr olunmuş elmi konqresin işinə uğurlar arzulayıb.

Səhiyyə nazirinin müavini Elsevər Ağayev çıxışında son əsr ərzində Azərbaycanda əczaçılığın inkişafından danışıb və qeyd edib ki, bu inkişafda, əczaçı kadrların hazırlanmasında yubileyi qeyd olunan fakültənin böyük rolu olub.

"Əgər 100 il əvvəl Azərbaycanda cəmi 50 aptek var idisə, indi onların sayı 2900-ə çatıb. Topdansatış müəssisələrinin sayı 100-dən çoxdur. Yeni əczaçılıq müəssisələri də yaradılır. Əgər 1998-ci ildə Azərbaycanda yalnız bir dərman istehsalı şirkəti var idisə, indi onların sayı dəfələrlə çoxdur. Hətta xarici ölkələrdən Azərbaycana dərman

istehsalı sahəsində investisiya qoymaq istəyən şirkətlərin də marağı artır".

Səhiyyə nazirinin müavini E. Ağayev qeyd edib ki, bu gün Səhiyyə Nazirliyi istehsalçıdan istehlakçıya kimi dərman vasitələrinin keyfiyyətinə və effektivliyinə nəzarəti həyata keçirir. Bu istiqamətdə işlər daim təkmilləşdirilir. E. Ağayev bildirib ki, ATU-da son illər aparılan islahatlar əczaçılıq təhsilinin gələcək inkişafına müsbət təsir göstərəcək.

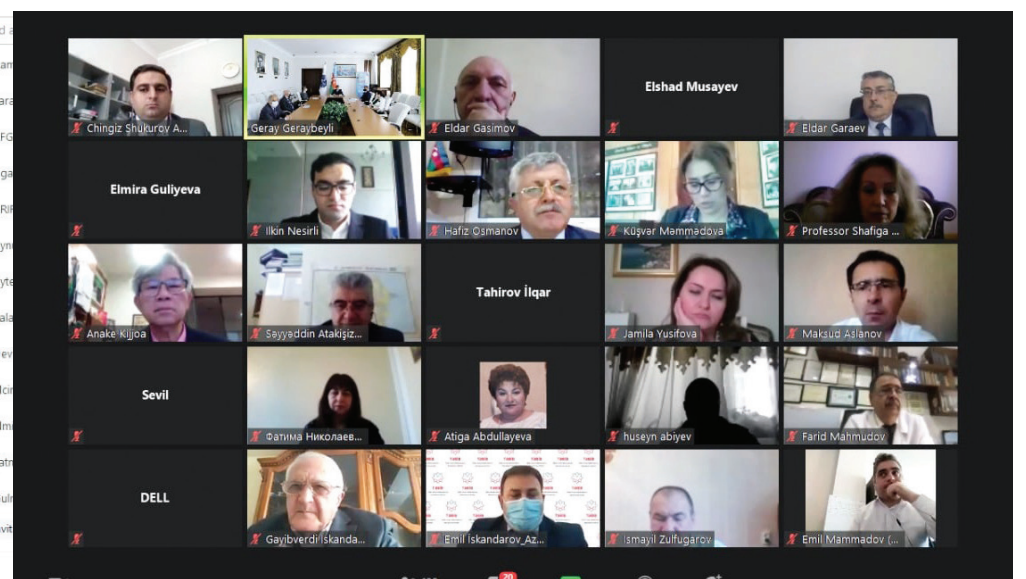
Sonra ATU-nun Əczaçılıq kimyası kafedrasının müdiri, Azərbaycan Əczaçılıq Assosiasiyasının sədri Tahir Süleymanov ölkəmizdə bu sahənin tarixi haqqında danışıb. Qeyd edib ki, zəngin təbii şəfəverici faktorlara və Şərq təbabəti təcrübəsinə əsaslanan Azərbaycan əczaçılığı dərindən köklərə malikdir: "Hələ Qafqaz Albaniyası dövründə hazırlanmış məlhəmlərin və cövhərlərin Roma imperiyasına xaric edilməsinə dair sazış də bağlanmış-

dı". T. Süleymanov 1850-ci ildə ölkəmizdə ilk dəfə olaraq Bankə qəsəbəsində aptek yaradıldığını xatırladıb, əczaçılığın keçdiyi inkişaf mərhələlərindən də söz açıb.

Açılış nitqlərindən sonra "Əczaçılığın müasir problemləri" mövzusunda V Beynəlxalq Elmi Konqres işinə başlayıb. Toplantıda əczaçılıq elminin bütün sahələri, eləcə də yeni dərman vasitələrinin yaradılması istiqamətində aparılan elmi-tədqiqat işləri, həmçinin də praktik əczaçılığın maraqlı sahələrində olan problemlə məsələlər müzakirəyə çıxarılıb. Türkiyənin Lokman Həkim Universitetinin rektoru, prof. Dr. Bülent Gümüşel, AMEA-nın birinci vitse-prezidenti, Kataliz və Qeyri-üzvi Kimya İnstitutunun direktoru, akademik Dilqəm Tağıyev, Özbəkistanın S. Yunusov adına Təbii Maddələrin Kimyası İnstitutunun direktoru, professor Dr. Şamansur Saqduleyev, Fransanın Marsel Universitetinin Əczaçılıq fakültəsi, Farmakoqnoziya və Etnofarmakologiya

digər iştirakçılar müxtəlif mövzularda məruzələr səsləndiriblər.

Konqresdə dərman vasitələrinin standartlaşdırılması və keyfiyyətinə nəzarət; Yeni dərman maddələrinin sintezi; Əczaçılıq sənayesi məhsulları və istehsalın sertifikatlaşdırılması kimi mövzular müzakirə olunub. Bununla yanaşı, müasir dərman formalarının hazırlanma texnologiyası; biotexnoloji və immunobioloji istehsalın müasir texnologiyaları; əczaçılıq biotexnologiyası; təbii mənbələrdən bioloji fəal maddələrin alınması və tədqiqi; əczaçılıq toksikologiyası, zəhərli təsirə malik birləşmələrin kimyəvi-toksikoloji tədqiqi kimi maraqlı məsələlər barəsində məruzələr səsləndirilib. Tədbirdə əczaçılıq sahəsində dövlət siyasətini həyata keçirən qurumlar, özəl sektorun nümayəndələri, tədqiqatçılar, tədrislə məşğul olan professor-müəllim heyəti və tələbələr iştirak ediblər.



ATU-da yeni şöbə yaradıldı

Azərbaycan Tibb Universitetinin rektoru, professor Gəray Gəraybəylinin əmri ilə bu ilin aprelində universitetin nəzdində Tibb təhsili və innovasiya şöbəsi yaradılıb. Şöbənin müdiri ATU-nun yetirməsi Aynur Orucova təyin olunub.



Qeyd edək ki, şöbənin əsas məqsədi ATU-da keyfiyyətin idarə edilməsi sisteminin yaradılmasından, Təhsilin Keyfiyyətinin Təminatı haqqında Bəyannamənin müddəalarının icrasından, eləcə də yeni metodların tədrisdə istifadəsini təmin etməkdən ibarətdir. Tədris prosesinin və təhsil proqramlarının keyfiyyətinin təminatı şöbənin işlərinin prioritet istiqamətlərindəndir. Yeni yaradılmasına bax-

mayaraq, artıq Tibb təhsili və innovasiya şöbəsi tam gücylə fəaliyyət göstərir. Şöbənin üzərinə düşən vəzifələrin ən başlıcası dərslərin yeni hazırlanma metodikaları, müəllim və tələbə yerdəyşməsində dəyişikliklər, interaktiv proqramlar, tələbələrdə analitik düşüncə və peşəkarlığın inkişaf etdirilməsi, mühazirələr, təcrübə və simulyasiya dərslərinin keyfiyyətinin yüksəldilməsinə nail olmaq və digər məsələlərdir.

Tələbələrə bacarıq təlimləri keçirilir

Aprelin ilk günündən etibarən Azərbaycan Tibb Universitetinin İctimai Səhiyyə fakültəsində bacarıq treninqlərinə start verilib.

Bu treninqlər Obyektiv Strukturlaşdırılmış Praktiki İmtahan (OSPI) prosesinə tələbələrə hazırlamaq məqsədi daşıyır. 75 tələbəni əhatə edən 8 qrup üzrə təlimlər müxtəlif kafedralarda təşkil olunur.

OSPI üsulu ilə aparılan təlimlər 5 fənn üzrə 4 kafedrada – Epidemiologiya, Qidalanma və kommunal gigiyena, Uşaq və yeniyetmələrin sağlamlığı və əmək sağlamlığı, Ümumi gigiyena və ekologiya kafedralarında keçirilir. Hər kafedrada təlimlər 2 gün ərzində davam edir.

Təlim zamanı mövcud pandemik durumla əlaqədar sanitar-epidemioloji qaydalara tam riayət olunur.

Təlimlər ayın sonunadək davam edəcək.



ATU-nun kafedra müdiri beynəlxalq elmi konfransda məruzə ilə çıxış edib

Aprelin 10-11-də Türkiyənin paytaxtında VI Beynəlxalq Tibb və Səhiyyə Elmləri Araşdırmaları Konqresi keçirilib. Ankara Bilim Universiteti və Sağlq Diplomasiyası Dərnəyinin təşkilatçılığı ilə baş tutan tədbirin əsas məqsədi müxtəlif ölkə alimləri tərəfindən tibb və səhiyyə sahələrində əldə olunmuş son elmi-praktiki yeniliklərlə tanışlıq olub.

Konqresdə Türkiyənin aparıcı universitetlərinin (Atatürk Universiteti, İstanbul Universiteti – Cərrahpaşa, Yozgat Bozok Universiteti, Sakarya Universiteti, Hatay Mustafa Kamal Universiteti, Yüksek İxtisas Universiteti, Kocaeli Universiteti) əməkdaşları ilə yanaşı, Danimarka, Serbiya və s. ölkələrdən olan tədqiqatçılar məruzələrlə çıxış ediblər. Ümumilikdə 32 bölmə üzrə 320 oral və 26 poster məruzə edilib. Xüsusi nəşrdə 575 tədqiqat işinin xülasələri dərc olunub.

ATU-nun kafedra müdiri, professor Eldar Qasimov beynəlxalq elmi konfransda "β - talassemialı xəstələrdə ferritin və onun denaturasiya olunmuş formalarının elektron mikroskopik quruluş xüsusiyyətləri və fiziki parametrləri" mövzusunda məruzə ilə çıxış edib. Məruzəçi β - talassemialı xəstələrin diş ətindən götürülmüş biopsiyalarda təbii ferritin nanohissəciklərinin ancaq elektron mikroskopun 100 mindən çox böyü-

Azərbaycan Tibb Universiteti

β -TALASSEMİYALİ XƏSTƏLƏRDƏ FERRİTİNİN VƏ ONUN DENATURASIYA OLUNMUŞ FORMALARININ ELEKTRON MİKROSKOPİK QURULUŞ XÜSUSİYYƏTLƏRİ VƏ FİZİKİ PARAMETRLƏRİ

Qasimov E.K. Sadlinski R.V. İsrəfiyova S.A.

Sitologiya, Embriologiya və Histologiya kafedrası

düclərində aşkar edildiyini müvafiq slaydlarla nümayiş etdirib. Qeyd olunub ki, ilk dəfə olaraq "İntensivlik profili" kompüter proqramından istifadə edərək (ITEM - Olympus, Yaponiya, Almaniya) TİF variantında çəkilmiş elektronogrammalarda ferritin nanohissəciklərinin özlərinin və onların denaturasiyası zamanı formalaşan hemosiderin toplantılarının fiziki

parametrləri müəyyən edilib. β -talassemialı xəstələrdə inkişaf edən xroniki sklerotik gingivitisli xəstələrin kəskinləşmə fazasında diş ətinin təşkilində iştirak edən strukturlarda ferritin nanohissəcikləri ilə yanaşı hemosiderinin miqdarlarının kəskin surətdə artması müqayisəli olaraq göstərilib.

Məruzəçi E.Qasimov orqanizmin

dəmir elementləri ilə yüklənmə dərəcəsinə müəyyən etmək üçün xəstələrin həyatı üçün təhlükə yaradan ürək və qaraciyərdən deyil, biopsiya materialının diş ətindən götürülməsi daha məqsədəuyğun olduğunu da bildirib.

Qeyd edək ki, bu məruzə R.V. Şadlinski və S.A. İsrəfiyovanın həmmüəlliflikləri ilə təqdim olunub. ATU əməkdaşının çıxışı maraqla qarşılanıb.



6. Uluslararası Tıp ve Sağlık Bilimleri Araştırmaları Kongresi

6th International Medicine and Health Sciences Researches Congress

(UTSAK)

KONGRE PROGRAMI
CONFERENCE PROGRAMME

10-11 Nisan 2021
ANKARA
ONLINE

Tələbələr ödənişsiz əməliyyat olundular

Hər il olduğu kimi bu il də aprelin 28-də Azərbaycan Tibb Universitetində məşhur oftalmoloq, akademik Zərifə Əliyevanın ad gününə həsr olunmuş humanitar xeyriyyə aksiyasına start verilib

ATU-nun rektoru, professor Gəray Gəraybəylinin tövsiyəsi və oftalmoloq həkim Qurban İsmayılovun təşəbbüsü ilə universitetdə təhsil alan 8 tələbə ödənişsiz göz əməliyyatı olub.

ATU-nun Tədris Cərrahiyyə Klinikasının oftalmologiya şöbəsinin müdiri Qurban İsmayılov qeyd edib ki, bu gün artıq



tam fəsadsız başa çatıb".

8 tələbə üzərində Excimer lazer göz əməliyyatı icra olunub: "Onlar aztəminatlı ailənin övladlarıdır. Bu tələbələrin laborator müayinələrindən tutmuş bütün əməliyyat xərclərinə kimi lazım olan bütün məsrəflər universitet rəhbərliyinin təşəbbüsü ilə ödənilib. Əməliyyat zamanı gənclərin gözündə yüksək dərəcəli miyoplar aradan qaldırılıb və əməliyyat

Aksiya 3 gün ərzində davam edəcək və bu müddətdə ümumilikdə 34 tələbənin əməliyyat olunacağı planlaşdırılır. Qeyd edək ki, ATU rəhbərliyinin təşəbbüsü ilə hər il mayın 10-da – ümummilli lider Heydər Əliyevin anadan olmasının ildönümlərində də tələbələr üçün belə aksiyalar təşkil olunur.

Tələbə Elmi Cəmiyyəti növbəti vebinar keçirib

I Müalicə-proflaktika fakültəsinin dəstəyi ilə Fakültə Tələbə Elmi Cəmiyyətinin (TEC- in) həyata keçirdiyi "Radioloji Görüntülər Necə Oxunmalı?" adı altında növbəti vebinar baş tutmuşdur.



Vebinara ATU-nun bütün kurs və fakültələr üzrə 100-ə yaxın tələbələri qoşulmuşlar.

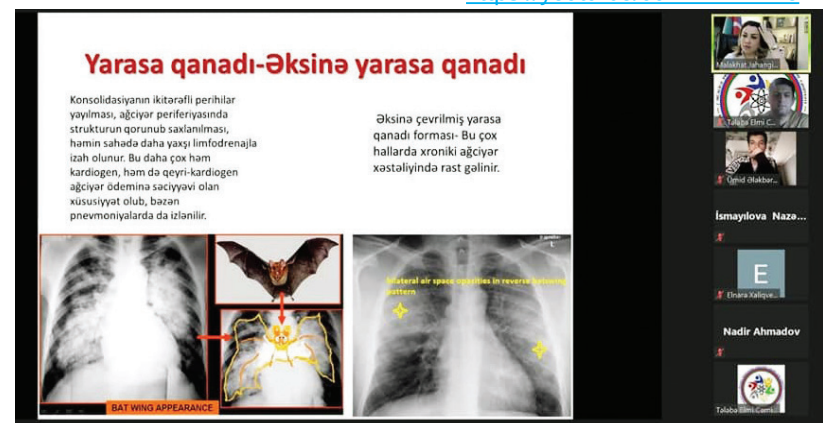
Vebinar zamanı ATU-nun Şüa diaqnostikası və terapiyası kafedrasının müdiri, t.e.d., professor Mələhət Sultanova ilk öncə tibb sahəsində Radiologiya elminin nə qədər vacib olması və inkişafı barəsində söhbət açmışdır. Daha sonra radioloji görüntülərin alınması, rentgen və kompüter tomoqrafiya görüntülərində istifadə olunan terminlər, döş qəfəsinin normal radioloji anatomiyası, müxtəlif patologiyalar haqqında tədbir iştirakçılarının ətraflı məlumat verilmişdir. Vebinarda həmçinin

Covid-19 pnevmoniyasının, radioloji görüntüləri və müxtəlif xəstə nümunələri üzərində müzakirələr aparılmışdır.

Sonda professor Mələhət Sultanova vebinarın işində fəal iştirak edən, eləcə də suallara ilk və düzgün cavab verən I MPF-nin III kurs, 118A8b qrup tələbəsi Gülsüm İmanova, I MPF-nin III kurs 118A7a tələbəsi Şəbnəm Abdullazadə və II MPF-nin III kurs, 218A6a qrup tələbəsi Ləman Qasimovaya Radiologiyaya dair xüsusi hədiyyə verəcəyini bildirdi.

Vebinarın təkrarına aşağıdakı link vasitəsi ilə baxa bilərsiniz:

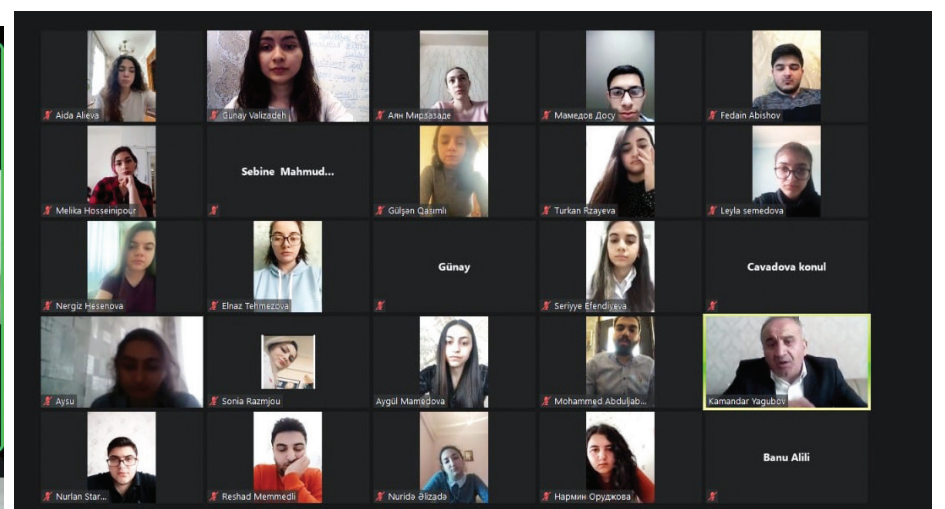
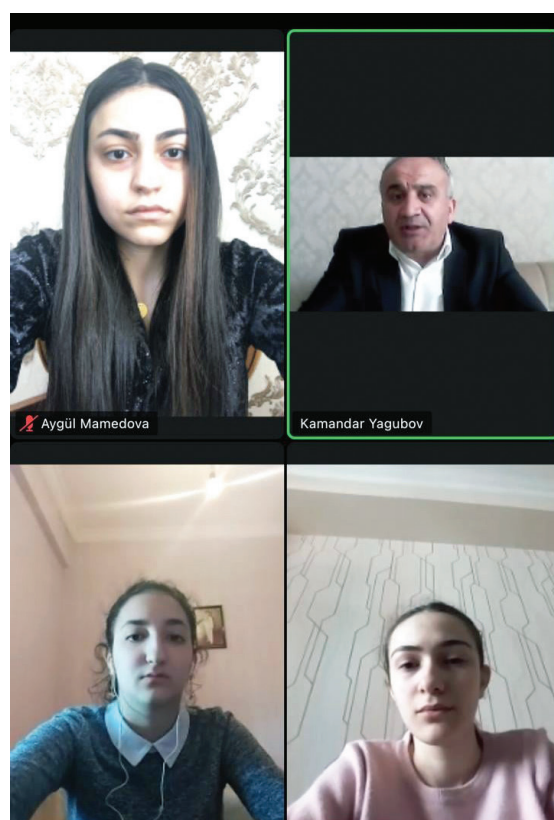
<https://youtu.be/9JxDxMkP41o>



Əczaçılıq fakültəsinin dekani tələbələrin suallarını cavablandırdı

Bu günlərdə Azərbaycan Tibb Universitetinin Əczaçılıq fakültəsinin rəhbərliyi ilə tələbələrin onlayn formatda növbəti görüşü keçirilib

Görüşdə fakültə dekanı, dosent Kamandar Yaqubov tələbələrin onlayn dərslərə qoşulması, diskussiyalarda zəif iştirakı ilə bağlı müəllimlərin iradlarını səsləndirib. Qeyd olunub ki, bu il martın sonundan etibarən I-III kurslarda aralıq qiymətləndirmənin başlanmasına baxmayaraq, bəzi tələbələr texniki problem yaşayırlar. K.Yaqubov qeyd edib ki, belə tələbələrin müraciətləri araşdırıldıqdan sonra onlara təkrar şans verilib. Fakültə dekanı tələbələrə sərbəst işləri vaxtında təqdim etməyi tövsiyə edib.



Daha sonra tələbələr tədris prosesinin gedişi ilə bağlı bəzi məsələlər haqqında sualları səsləndiriblər. Bu zaman internetlə əlaqədar texniki məsələlər, müəllimlərin videoçarx şəklində təqdimatı, yerli və əcnəbi tələbələr üçün dərs vəsaiti, imtahanların təşkili ilə

bağlı suallar cavablandırılıb.

Növbəti görüşdə buraxılış kursunun imtahan sualları ilə bağlı məsələnin müzakirəsinə ehtiyac olduğu bildirilib.

Səhiyyə Nazirliyinin mütəxəssisi İbrahim Əhmədov Ramazan ayında immun sisteminin zəifləməməsi üçün qidalanma tövsiyələri verib.

[ATU-nun mətbuat xidməti](#)

UNİVERSİTETİMİZİN AKTİV TƏLƏBƏLƏRİ

ATU-nun Tələbə Həmkarlar İttifaqı Komitəsi (THİK) hər il ənənəvi olaraq aktiv tələbələrin qiymətləndirilməsini həyata keçirir.

Qeyd edim ki, universitetimizdə hazırda müxtəlif könüllü təşkilat və ya qurumlar fəaliyyət göstərir. Universitetdə təhsil aldığım müddətdə mümkün ol-

Öz növbəmdə tələbə yoldaşlarıma da məsləhət görərdim ki, asudə vaxtlarını səmərəli keçirmələri üçün THİK-ə üzv olsunlar.

göstərməsi biz tələbənin ruhuna bir dinclik gətirir. Bu tipli klub və dərnəklərdə iştirak etməklə sanki istirahət edir, stressdən azad oluruq. Mənim rəhbərlik etdiyim "Teatr" klubu yaradıcı bir şəxs kimi formalaşmışımıza şərait yaradır. Şüarımızı da belə seçmişik: "İnsanı insana insanla başa salan ən insani yoldur - Teatr". Çalışdığımız da odur ki, bu insani yolda nələrisə öyrənək və nələrisə öyrədə bilək.



Nərgiz Namazlı
("İlin ən aktiv klub sədri" nominasiyasının qalibi, "Jest dili" klubunun sədri):



Mədinə Muxtarova
("İlin ən aktiv fakültə üzrə sədr müavini", Əzərcəlik fakültəsi üzrə sədr müavini):

Pandemiyanın qoyduğu qadağalara baxmayaraq, bu il də ənənə davam etdirildi. 2020/2021 tədris ilində THİK universitetin sosial-ictimai həyatında aktiv iştirak edən tələbələri müəyyən edərək mükafatlandırılıb, onların yeni ideyalarını, təklif və iradlarını dinləyib.

Qeyd edək ki, aktiv tələbələr universitetin sosial-ictimai həyatında yaxından iştirak etməklə yanaşı, fakültə elmi şuralarında da tələbələrin fikir və ideyalarını dekanlıq nümayəndələrinə çatdırır və problemlərin həllinə kömək etməyə çalışırlar.

"İlin ən aktiv tələbələri" seçilən gənclərin THİK-də fəaliyyətlərini necə qurduqları ilə maraqlandıq. Onların fikirləri ilə sizləri də tanış edirik.



Cavid Mustafazadə
("İlin ən aktiv tələbəsi" nominasiyasının qalibi, ATU-nun Tələbə Həmkarlar İttifaqı Komitəsinin sədr müavini):

"ATU THİK-ni bir ailə kimi təsəvvür edir, hər bir üzvünün gördüyü işləri təqdiralayıq hesab edirəm"

- ATU THİK tələbələrin asudə vaxtlarının səmərəli keçirilməsini yüksək səviyyədə təşkil edən uyğun bir təşkilatdır. Hesab edirəm ki, bu, müxtəlif tədbir, yarış, toplantı, konqres və festivalların birgə təşkili, tələbələrin sosial, ictimai problemlərinin həlli üçün əhəmiyyətli bir qurumdur. Mən təşkilatımızı bir ailə kimi təsəvvür edir, üzvlərimizin hər birinin verdiyi ideyaları, gördüyü işləri təqdiralayıq hesab edirəm.

duğu qədər bunların hər birinə qoşulmuş, faydalanmışam. Lakin tam səmimiyyətimlə bildirmək istərdim ki, həmkarlar ittifaqları bu işdə mənim üçün ən əhəmiyyətliyərlərindən biridir. Tələbə yoldaşlarıma da məsləhət görərdim ki, təhsil həyatı ilə yanaşı, boş vaxtlarında səmərəli dəyərləndirmələri üçün bu təşkilata üzv olsunlar və təşkilatımızın dəyərlərindən lazımı şəkildə faydalan-sınlar.



Vahid Rzayev
("İlin ən aktiv fakültə sədri", Hərbi tibb fakültəsi üzrə sədr):

"Təşkilatda aktiv tələbələrin ədalətli şəkildə qiymətləndirilməsi mənə olduqca xoş təsir bağışlayır"

- ATU-nun THİK tələbələrin asudə vaxtlarının səmərəli təşkili üçün hər cür şərait yaradan, tələbələrin təhsil, məişət, istirahət, müləcə, əmək, idman və s. hüquqlarını müdafiə edən bir təşkilatdır.

Doğrudur, COVID-19-la əlaqədar olaraq THİK də digər qurum və təşkilatlar kimi öz tədbirlərini onlayn şəkildə həyata keçirir.

Mən universitetdə təhsil aldığım müddətdə həm universitet daxili, həm də universitetdən kənar könüllü proqramlarına qoşulmuş və təşkilatlara üzv olmuşam. Burada aktiv tələbələrin ədalətli şəkildə qiymətləndirilməsi, təşkilatda ədalət prinsipinin qorunması mənə olduqca xoş təsir edir. Elə bu səbəbdən THİK ailəsi mənim üçün özəl və dəyərlidir.

"ATU THİK-in xatirəmdə iz qoyduğu dəyərli və önəmli yerini heç zaman unutmayacağam"

- Bu təşkilat həqiqətən tələbələr üçün istər vaxtını xoş keçirmək, istərsə də özünü inkişaf etdirmək baxımından çox dəyərlidir. Bu təşkilatla ilk tanışlığım I kursda olubdur. Təşkilatın mənə verdiyi faydaları saymaqla bitməz. Sosial fobiya olan biri kimi təşkilat mənə həm də fobiya qalib gəlməyə kömək etdi. Müxtəlif yarışlar, festivallar, müsabiqələr təşkil edərək mənə xeyli təcrübə qazandırdı. Xəyalını qurduğum, amma çevrəmdəki bəzi insanların güldüyü bir arzumu THİK vasitəsilə gerçəkləşdirə bildim. Yəni bu təşkilatın dəstəyi ilə "Jest dili" klubunu yaratdım və kluba sədr seçildim. Təlimlər keçirdik və klubumuzu böyütdük. Artıq 1 il sonra universitet həyatım sonlansa da, bu 6 il ərzində ATU THİK-in xatirəmdə iz qoyduğu dəyərli və önəmli yerini heç vaxt unutmayacağam.



Dilbər Rahim
("İlin ən aktiv dərnək sədri" nominasiyasının qalibi, "Teatr" klubunun sədri):

"Teatr" klubu biz tələbələrin bir yaradıcı şəxs kimi formalaşmağımıza şərait yaradır"

- Digər universitetlərin tələbələrindən fərqli olaraq, danılmaz faktıdır ki, ATU-da təhsil alan tələbələrin yükü daha ağırdır. THİK-in nəzdində Teatr, Debat, ŞHK kimi sosial və əyləncəli klubların fəaliyyət

- Universitetin ictimai və sosial həyatında iştirak etməkdən zövq alıram. Çalışmışam ki, tələbə yoldaşlarıma da aktiv olsun, öz enerjilərini lazımı istiqamətlərə sərf etsinlər. Asudə vaxtlarımızın xoş keçməsi üçün mən də əlimdən gələni etmişəm. Amma THİK tərəfindən "İlin ən aktiv fakültə üzrə sədr müavini" nominasiyasına layiq görülməyim mənə də xoş ovqat yaratdı. Elvin Kərimlinin bir sədr kimi təşkilatda yaratdığı mühit hər birimizin ürəyincədir.



Elbrus Məmmədov
("İlin ən aktiv layihə iştirakçısı" nominasiyasının qalibi, Stomatologiya fakültəsi üzrə sədr):

"ATU THİK istedadlı tələbələrin təşkilatıdır"

- Deyərdim ki, bu təşkilat həm də istedadlı tələbələrin üzə çıxmasında, tanınmasında ideal qurumlardan biridir. Burada hər şeydən öncə savadlı, bacarıqlı, qabiliyyətli tələbələr tolaşır. Kimin yaxşı ideyası və təklifi varsa THİK rəhbərliyi tərəfindən xoş qarşılınır və ideyaların gerçəkləşdirilməsi üçün imkan yaradılır. Mən təşkilatın rəhbərliyi və üzvlərindən daim doğmalığ və isti münasibət görmüşəm. "İlin ən aktiv layihə iştirakçısı" kimi dəyərləndirilməyim isə mənim üçün bir sürpriz oldu. Bu həm də mənə gələcək layihələr barədə düşünməyə bir stimuldur.

Hazırladı: Qabil ABDULLAYEV

İbrahim Əhmədov: "Sağlam və balanslaşdırılmış qidalanmaya riayət etməliyik"

Qidalanma və kommunal gigiyena kafedrasının müdiri, dosent İbrahim Əhmədov Ramazan ayının gəlişi ilə əlaqədar oruc tutanlara qidalanma ilə bağlı dəyərli tövsiyələrini verib: "Oruc tutanlar üçün immunitetin qorunub saxlanması olduqca vacibdir. COVID-19 pandemiyasının dünyada tüğyan etdiyi bir ərafədə onlar bəzən bir həkim kimi mənə müraciət edirlər. Immunitetin aşağı düşməsi və yaxud insanların virusdan qoruya bilən hansı qidalara üstünlük verməyin vacib olduğunu soruşurlar. Bəlidir ki, müəyyən qrup vitaminlərin, xüsusilə C, D, E, A vitaminlərinin COVID-19 zamanı orqanizmə qoruyucu təsiri çox yüksəkdir. Amma COVID-19 pandemiyasından insanları qoruyacaq xüsusi bir qida yoxdur. Ümumiyyətlə, hansısa qidanın hər hansı bir xəstəliyin qoruyucusu olmasını demək doğru olmaz. Amma hər hansı bir xəstəliyə qalib gəlməyimiz üçün yüksək immun sistemə sahib olmalıyıq. Bunun üçün sağlam və balanslaşdırılmış qidalanmaya mütləq riayət etməliyik".

Dosent İ.Əhmədov heyvan mənşəli, süd və ağartı məhsullarının, balıq, yumurta, ət məhsullarının, o cümlədən mineral maddələrin və antioksidantın qəbulunun orqanizmin immun sisteminin yüksəlməsində olduqca faydalı olduğunu bildirib. Mövsümlərə uyğun olaraq meyvə və tərəvəzlərin qəbulunun vacibliyini vurğulayıb.

Xroniki və şəkərli diabet xəstələri qidalanmaya və gün ərzində maye tələbatının vaxtında ödənilməsinə fikir verməlidir. Bilirik ki, COVID-

"Xroniki və şəkərli diabet xəstələri qidalanmaya və gün ərzində maye tələbatının vaxtında ödənilməsinə fikir verməlidir. Bilirik ki, COVID-19-a yoluxanlarda qanda laxtalanma prosesi artır və bunun nəticəsi təhlükəli ola bilər. Ürək-damar sistemi çatışmazlığı olan, mədə-bağırsaq problemləri yaşayan insanların zamanında qida və maye qəbulu sağlamlıq baxımından çox önəmlidir".

19-a yoluxanlarda qanda laxtalanma prosesi artır və bunun nəticəsi təhlükəli ola bilər. Ürək-damar sistemi çatışmazlığı olan, mədə-bağırsaq problemləri yaşayan insanların zamanında qida və maye qəbulu sağlamlıq baxımından çox önəmlidir. Belə ki, maddələr mübadiləsi zamanı əmələ gələn ara maddələr çox güclü zəhərləyici xüsusiyyətlərə malik olan birləşmələr əmələ gətirdiyindən, insan orqanizminin həyati funksiyalarını poza bilər. Bu səbəbdən su həm də daxili təmizliyi təmin edən çox vacib amildir. Yaxşı olar ki, insanlar canlı suyun qəbuluna üstünlük versinlər. Orta hesabla sutka ərzində fasilələrlə 2-3 litr maye qəbul edilməlidir. Ramazan ayı boyunca gün ərzində mayeyə olan tələbatın çətinlik yaratmaması üçün insanın imsak zamanı 3-4 stəkan maye qəbul etməsi kifayətdir. Əsasən də Ramazanın ilk günlərində buna diqqət etməək lazımdır. Gündəlik qəbul etdiyimiz maye miqdarının 40-50%-ni imsak zamanı qəbul etsək iftar zamanına kimi bədənimizə

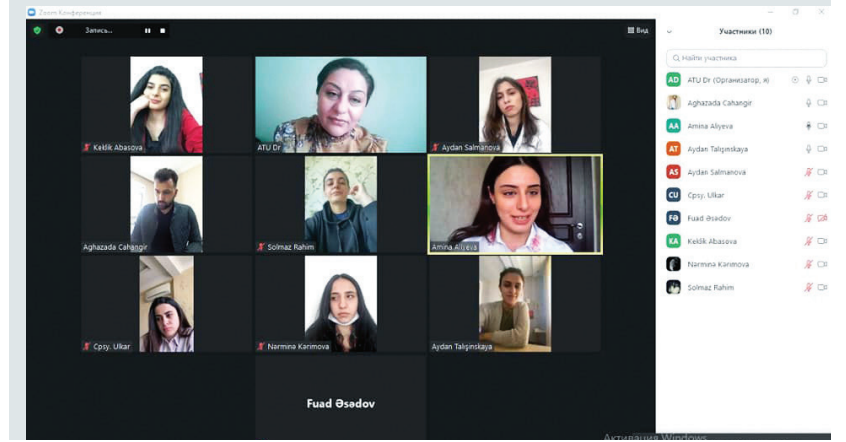


yardımcı olmuş olar".

Dosent İ.Əhmədov hər gün səhər yeməyinin vacibliyinə və bunun insan orqanizminə faydasına da toxunub. Nəinki Ramazan ayının imsakında, eləcə də adi günlərdə insana enerji verəcək qidalar qəbul etməyi və ilk növbədə duzlu, turş qidalara, konservləşdirilmiş məhsullara, duzlu pendirlərə və şirniyyatları rasiondan çıxarmağı məsləhət görüb: "Menyuda yumurta, şit pendir, göyerti, pomidor, xiyarın olması məqsəduyğundur. Sadaladıqlarımızın imsak və iftar zamanı qəbulu orqanizmdə də narahatlıq yaratmaz. Amma onu da unutmək olmaz ki, iftar zamanı şirniyyat məhsulları, xəmir xörəkləri, yüksək kalorili qidalar oruc tutanlarda kilo artımından asılı olaraq insanlarda qan təzyiqi də yarana bilər. Kolbasa, bastırma və buna bənzər məhsulların doymuş yağ tərkibi yüksək olduğu üçün yeyilməsi riskli olan qida qruplarından hesab olunur. Ona görə də orqanizmdə narahatlıq yaradacaq qidaları qəbul etməməyə çalışın".

"Kliniki psixologiya" ixtisası üzrə magistrantlarla görüş keçirilib

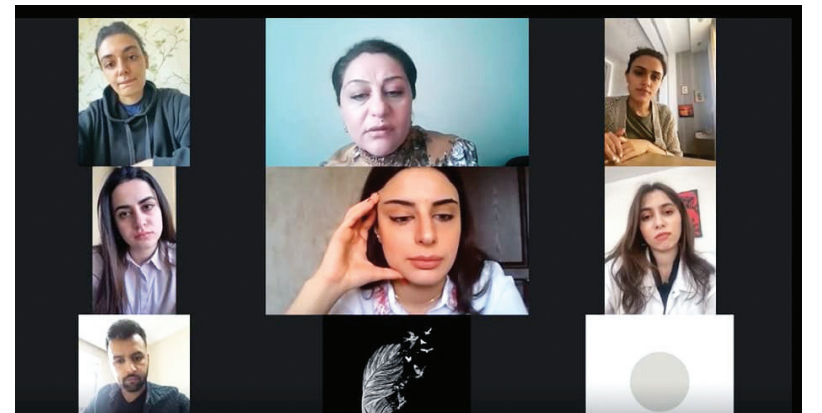
Azərbaycan Tibb Universitetinin İctimai Səhiyyə fakültəsi nəzdindəki "Kliniki psixologiya" ixtisası üzrə təhsil alan I kurs magistrantları ilə "Rezidentura və magistratura" şöbəsinin müdir müavini Əfsanə Məmmədova arasında görüş keçirilib.



Onlayn rejimdə baş tutan görüş zamanı Ə.Məmmədova magistrantların təhsili, tədrisdəki problemləri ilə maraqlanıb.

Tədrisin keyfiyyətindən razı olduqlarını qeyd edən magistrantlar tədris proqramı-

masını xahiş olunub. Qeyd edilib ki, gələcəkdə xarici universitetlərdə doktorantura pilləsində təhsillərini davam etdirmək istəyən magistrantların diplomuna əlavədə bu fənnin də adının olması vacibdir.



nın beynəlxalq standartlara uyğunlaşması üçün bəzi təkliflər irəli sürüblər. Belə ki, proqrama neyropsixologiya fənninin də əlavə olun-

Görüşdə cari semestr imtahanlarının formatı və qiymətləndirilmə metodları barədə də müzakirələr aparılıb.

ATU tələbələrini Çin Tibb Universitetinin onlayn dərslərinə qoşulub

Azərbaycan Tibb Universitetinin Müalicə-profilaktika, Hərbi tibb və İctimai Səhiyyə fakültələrinin 89 tələbəsi 2020-2021-ci tədris ilinin yaz semestrində Çin Tibb Universitetinin təşkil etdiyi onlayn dərslərə qoşulublar.

Tələbələr ingilis dilində tədris olunan üç fənn - "Cərrahiyyə", "Diaqnostika" və "Ənənəvi Çin tibbi-akupunkturasi" üzrə dərslərdə iştirak ediblər. Kursun sonunda müvafiq imtahandan keçdikdən sonra ATU tələbələrini rəsmi sertifikatlarla təltif olunublar.

Qeyd edək ki, bu dərslərin təşkili ATU-nun üzvü olduğu "Bir kəmərlər - bir yol" Beynəlxalq Tibb Təhsili Alyansı (BRIMEA) çərçivəsində əməkdaşlıq sayəsində baş tutub.

İnsan sağlamlığının qorunması üçün ən effektiv tədbir profilaktikadır

Mövsümi dəyişikliklərin insan orqanizminə təsiri, koronavirusla yanaşı digər yoluxucu xəstəliklər və koronavirusa qarşı peyvəndlə bağlı suallarımızı ATU-nun Yoluxucu xəstəliklər kafedrasının dosenti Ələsgər Vəliyev cavablandırır.

- Mövsümi dəyişikliklərin insan orqanizminə təsirini necə xarakterizə etmək olar?

- İnsan ömrü boyu təbiətlə sıx təmasda yaşayır, onun nemətlərindən yararlanır, yaşam şəraitini və sağlamlığını onun hesabına təmin edir. Canlılara xas bioloji ritm insanda daha mükəmməldir. Havanın temperaturu, nəmliyi, atmosfer təzyiqi insanın əhvalına, əmək qabiliyyətinə güclü təsir göstərir. Biz bu faktorlardan düzgün faydalanaraq qıdamızda, geyimimizdə, iş və istirahət rejimlərimizdə uyğun dəyişikliklər etməklə gündəlik fəaliyyətimizdə, təhsilimizdə, həm də infeksiyon xəstəliklərlə mübarizədə böyük uğurlar qazana bilərik.

- Yazın gəlişi ilə hansı xəstəliklər daha da intensivləşir və ilk profilaktik tədbir kimi nələ vacibdir?

- Yaz fəslə insan orqanizmi üçün ən həssas dövrüdür. Qışda günəşin zəif təsiri, qidalarda vitaminlərin çatışmazlığı, nəmişlik, soyuq və s. orqanizmin müqavimət qüvvələrini bir qədər tükəndirir, onun xarici mühitin yeni təsirlərinə uyğunlaşmasını çətinləşdirir. İlk növbədə yaz fəslə üçün ənənəvi olan allergik xəstəliklər, allergik rinit, ot qızdırması, övrə, bronxial astmaya daha çox rast gəlinir. Bu zaman burun seliyinin, göz yaşının artması, bəzən qızdırma və dəri səpkiləri bəzi infeksiyon xəstəliklərinə görə şübhə yarada bilər. Bununla yanaşı, yazda yuxarı tənəffüs yollarının müxtəlif mikroblar tərəfindən törədilən kəskin iltihabi xəstəlikləri – rinit, faringit, angina, xroniki iltihab ocaqlarının aktivləşməsi, habelə virus və bakterial mənşəli xəstəliklər – qrip və ona oxşar xəstəliklər, meningokokk infeksiyası və s. ilə xəstələnmə də çoxalır.

Təəssüf ki, hələ bu infeksiyalara qarşı xüsusi mübarizə vasitəsi – effektiv peyvənd olmadığı üçün biz "suda boğulanın xilasını onun öz əlindədir" prinsipinə uyğun davranmalı oluruq. Yəni bədəni möhkəmləndirmək - keyfiyyətli qidalanmaq, açıq havada olmaq, idman, bədənin təmizliyi, belə xəstəliklərdən uzaq durmaq,

Koronavirus infeksiyasına qarşı peyvənd müasir təbabətin ən böyük uğurudur və hər bir şəxs bu təbirdən yararlanmalıdır.

başqalarını yoluxdurmaq üçün xəstələndikdə təcrid olunmaq və s. kimi ümumi tədbirlərə əməl etmək məcburiyyətində qalırıq.

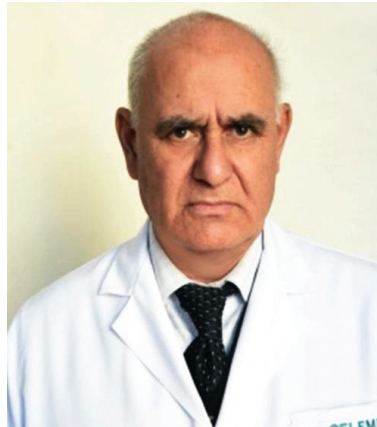
- İndi koronavirusla yanaşı hansı yoluxucu xəstəliklərin yoxluğa ehtimalı daha çoxdur?

- Koronavirus infeksiyası əsasən respirator xəstəliklərə aid edilsə də, virus xarici mühitdə, xüsusilə soyuq şəraitdə nisbətən çox "yaşadığı" üçün təmas və məişət əşyaları ilə yoluxması da ehtimal edilir. Məlum olduğu kimi bu yolla bir çox kəskin bağırsaq infeksiyaları da yayılır.

- Hazırkı epidemioloji duruma nəzər salanda belə təsəvvür yaranır ki, COVID – 19 sanki digər virusları "öldürüb". Siz necə düşünürsünüz?

- Doğrudan da koronavirus pandemiyası başlayandan bəri digər kəskin infeksiyon xəstəlikləri, xüsusilə aydın klinik mənzərəyə malik olan respirator virus infeksiyalarına çox az rast gəlinir. Bu açıq-aşkar fakt olsa da, elmi cəhətdən çətin izah olunan bir həldir. Qədimdən belə bir deyim olub ki, "Taun pandemiyası zamanı hamı taunla xəstələnir". Keçən əsrin 70-ci illərində respublikamızın bir rayonunda vəba yayılmışdı. Bu zaman yay-payız mövsümü üçün ənənəvi olan digər kəskin bağırsaq infeksiyaları ilə xəstələnmə yox dərəcəsində idi. Baxmayaraq ki, vəba kimi şigeloz, qarın yatalağı, amöbiyoz da su ilə asan yayılır. Mikroblar arasındakı bu rəqabətlər, avtoritarizm və ya liderlik xüsusiyyəti elmi axtarışlar üçün də bir mövzu ola bilər.

- Klassik yoluxucu xəstəliklərə qarşı oturuşmuş peyvəndlər var və effekti mübahisə doğurmur. Amma koronavirusa qarşı peyvəndlə bağlı fikirlər birmənalı deyil. Tərəddüd edənlərə bir mütəxəssis kimi nə məsləhət görürdünüz?



- Koronavirus infeksiyasından qorunmaq üçün təklif olunan tədbirlər çox effektiv ola bilər. Lakin əvvəllər bu xəstəliyin əhali tərəfindən qeyri-ciddi qəbul olunmasının şahidiyik. Xəstəliyin getdikcə geniş yayılması, yüksək ölüm təhlükəsinin hər bir şəxsə daha çox yaxınlaşması vəziyyətin heç də sadə olmadığını göstərir. Bununla belə, yenə də fərdi mühafizə tədbirləri bəzi insanlar üçün "fərdi" olaraq qaldı, daha doğrusu, qulaq ardına vuruldu. Yaxşı ki, tibbin böyük ciddi-cəhdləri nəticəsində xəstəliyin yayılmasına qarşı etibarlı nəzarət üsulu, yəni peyvəndlənmə işi özünü yetirdi. Ancaq bilməliyik ki, heç bir peyvənd yoluxmanın qarşısını tamamilə ala bilməz.

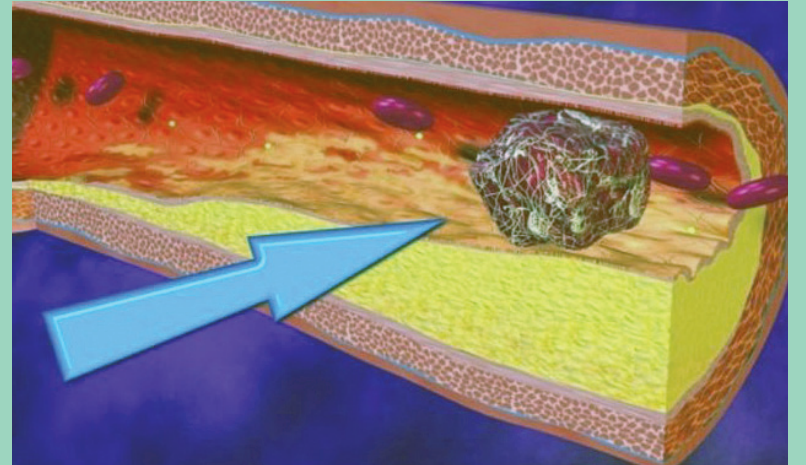
Koronavirus infeksiyasına qarşı peyvənd müasir təbabətin ən böyük uğurudur və hər bir şəxs bu təbirdən yararlanmalıdır. Artıq danılmaz faktdır ki, koronavirus infeksiyasına qarşı peyvənd xəstələnmə ehtimalını yüksək dərəcədə aşağı salır, xəstələnlər isə onu xeyli yüngül keçirir. Peyvəndlə birlikdə fərdi qorunma tədbirləri koronavirus infeksiyası ilə xəstələnmə ehtimalını demək olar ki, heçə endirir. Ona görə də peyvəndlənməni mübahisə mövzusunda çevirməyin heç bir elmi əsası yoxdur.

İnsan sağlamlığının qorunması üçün ən ucuz başa gələn, ən effektiv tədbir profilaktikadır. Məhz planlı profilaktikanın əvəz olunmaz xidmətidir ki, respublikamızda difteriya, vəram, poliomyelit, göy öskürək, tetanus kimi qorxulu xəstəliklərlə mübarizədə böyük uğurlar qazanılmışdır. Heç şübhəsiz ki, belə uğurlu nəticəni biz alternativsiz mübarizə vasitəsi olan peyvəndlənmə ilə koronavirus infeksiyasında da əldə edəcəyik.

Arif MƏMMƏDLİ

TROMB YARANMASI RİSKİNİ NECƏ AZALTMAQ OLAR?

Tromblar trombositlərin sürətlənmiş şəkildə sıradan çıxmış damarlara bərpa etməsi nəticəsində yaranır.



Qanıtirmənin qarşısını almaq üçün onu bağlamağa çalışarkən onlar digər trombositləri cəlb etməyə başlayırlar ki, nəticədə həmin yerdə qan laxtası (tromb) yaranır.

Həmçinin, buna qan dövriyyəsinin pozulması, travma, fiziki fəaliyyətsiz həyat tərz, ürək xəstəlikləri, artıq çəki, siqaret çəkmək səbəb ola bilər.

Trombların yaranmasının qarşısını almaq üçün mütəxəssislər 3 asan metod tövsiyə edir:

1. Mütəmadi fiziki fəallıq

Koronavirus epidemiyası səbəbindən insanların bir çoxu evdən işləməyə, evdən çıxmağa və daha az gəzməyə məcbur olub. Lakin yetərsiz fiziki fəallıq tromb yaranmasına səbəb olur.

Mütəxəssislər gimnastika və isinmə hərəkətləri etməyi məsləhət görür. İmkanınız varsa qaçış aparatı da ala bilərsiniz.

Mütəmadi idmanla məşğul olmaq sağlamlığa müsbət təsir göstərir.

2. Siqaret çəkməkdən imtina

Siqaret damarlara çox mənfi təsir edir. Nəticədə, trombositlər onları bərpa etmək üçün fəal şəkildə bir-birinə yapışmağa və tromb yaratmağa başlayır.

Bundan əlavə, qanın laxtalanma səviyyəsi də artır.

3. Arıqlamaq

Mütəxəssislərin fikrincə bədəndə aşırı dərəcədə piyin olması damarlarda qan dövriyyəsinə mənfi təsir edir, qanın keyfiyyətinə ziyan vurur və iltihablaşdırıcı proseslərə yol açır. Buna görə də, insan çəkisinə diqqət yetirməli və kökəlməyə yol verməməlidir.

Bu məsləhətlərə xüsusən tromboza meyilli və qanın laxtalanmasından əziyyət çəkən insanlar qulaq asmalıdır.

Qara çay orqanizmi tonusda saxlamağa kömək edir

Çay kamelia sinensis bitkisinin qurudulmuş yarpaqlarına isti su tökmək, çay yarpaqlarını dəmləmək və suya təam və ətir verməklə hazırlanan içkidir. Çayın tərkibində faydalı minerallar və C vitamini var. Ürək-damar xəstəliklərinə yaxşı təsir edir, həzm prosesini asanlaşdırır, dişləri çürüməyə qoymur. Amma bəzən yayda çay içməkdənsə su içməyə üstünlük verənlər də olur.

Mütəxəssislər bildirirlər ki, çay içməyin mövsümü yoxdur, əksinə sərinlik gətirən vasitədir. Bir fincan isti çaydan sonra dərinin temperaturu 1-2 dərəcə endiyinə görə orqanizmdə sərinlik yaranır.

Həkimlərin dediyinə görə, hazırda pandemiya dövründə tez-tez çay içmək



daha yaxşı olar. Çay içmək tənəffüs yollarında hüceyrə mübadiləsinin intensiv getməsinə kömək edir, xəstəliklə mübarizəni asanlaşdırır, soyuqdəymə hallarında tərlədicə və stimullaşdırıcı vasitə hesab olunur.

Çayın dadına və ətrinə onun sortundan və keyfiyyətindən başqa suyun da yaxşı olması təsir edir. Dəmlənmiş çay çox qalanda ətrini və rəngini dəyişir, vitaminlər aktivliyini itirir. Təbii və təzə dəmlənmiş çay həm sağlamlığa, həm də əhvali-ruhiyyəyə müsbət təsir göstərir.

Oruc süfrələrinin bəzəyi, cənnət meyvəsi

Ramazan ayında imsak və iftar süfrələrini xurmasız təsəvvür etmək qeyri-mümkündür

Tərkibində karbohidrat olduğuna görə xurmanı imsakda yemək məsləhətdir, çünki uzun müddət toxluq hissi yaradır.



Cənnət meyvəsi hesab olunan xurma həzm sistemini yaxşılaşdırır, beynin fəaliyyətinə müsbət təsir göstərir, yaddaş möhkəmləndirir, yorğunluğu aradan qaldırır.

Bu barədə həkim-terapevt Taleh Abbasov deyib: "Xurmanın orqanizmdə xolesterolini aşağı salmaq qabiliyyəti var. Qan dövranını yaxşılaşdırır, ürəyi qoruyur, və beyin-qan dövranı üçün çox faydalıdır. Sümük-oynaq sistemini möhkəmləndirir. Hamilələr üçün də onunla qidalanmaq faydalıdır".

Xurma dərinə gözəlləşdirir, yaşlanmanın qarşısını alır və saçların qidalanmasına kömək edir. Gündə dörd xurma yemək immuniteti gücləndirir.

"Bakı Ürək Günləri" VII Beynəlxalq Konqresi onlayn formatda keçiriləcək

Azərbaycan Ürək və Damar Cərrahiyyəsi Cəmiyyəti (AÜDCC) mayın 22-23-də Ümummilli Lider Heydər Əliyevin anadan olmasının 98-ci ildönümünə həsr olunmuş "Bakı Ürək Günləri" VII Beynəlxalq Konqresini təşkil edəcək.

AÜDCC-dən yaydığı məlumatla görə, bütün dünyada mövcud olan COVID-19 pandemiyası səbəbindən konqres onlayn formatda keçiriləcək.

Konqresin keçirilməsində əsas məqsəd Azərbaycanda kardiologiyanın və ürək-damar cərrahiyyəsinin inkişafına töhfə vermək, əcnəbi mütəxəssislərlə birgə fikir mübadiləsi aparmaq və tibb elminin bu sahədəki son yeniliklərini müzakirə etməkdir. 20-yə yaxın ölkədən kardioloq və kardiocərrahın mühazirəçi kimi iştirak edəcəyi "Bakı Ürək Günləri" VII Beynəlxalq Konqresində ürək-damar xəstəlikləri və onların müalicəsindəki ən aktual məsələlər, o cümlədən COVID-19 pandemiyasının ürək xəstəliklərinə təsiri və dünyanın aparıcı ölkələrində müalicəsinin təşkil müzakirə ediləcək.

Kardiologiya və ürək-damar cərrahiyyəsi mütəxəssislərinin, həmçinin bu sahə ilə bağlı olan digər mütəxəssislərin konqresə izləyici kimi qatılmalarının tam sərbəst olduğunu deyən Azərbaycan Ürək və Damar Cərrahiyyəsi Cəmiyyətinin sədri, professor Kamran Musayev Dünya Uşaq Kardiologiyası və Ürək Cərrahiyyəsi Cəmiyyəti ilə əməkdaşlıq çərçivəsində anadangəlmə ürək qüsurlarının konqresdə ayrıca bir sessiyada müzakirə ediləcəyini bildirib.

O bildirib ki, əvvəlki konqreslərdən fərqli olaraq budəfəki

konqres onlayn formatda təşkil olunacaq.

"Bütün dünyada yayılan COVID-19 pandemiyası səbəbindən ənənəvi qaydada baş tutan tədbirlər, konfranslar artıq rəqəmsal müstəviyə keçib, onlayn formata üstünlük verilir. Biz də pandemiya ilə əlaqədar ölkəmizdə tətbiq olunan karantin rejiminin tələblərinə uyğun olaraq konqresi onlayn formatda keçirməyə qərar verdik. Əvvəlki konqreslərdə həm yerli, həm də əcnəbi mütəxəssislərin mühazirələrinə yer ayırırdıq. Bu dəfə isə çıxışçıların yalnız əcnəbi mütəxəssislərdən seçilməsi qərarına gəldik. Bunun da əsas səbəbi yerli mütəxəssislərimizin pandemiya dövründə xaricdə təşkil olunan konfranslara qatılmaq imkanlarının məhdudluğu ilə əlaqədardır".

Professor Kamran Musayev onu da bildirib ki, Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyinin Elmi-Tibbi Şurasının iclasında "Bakı Ürək Günləri" VII Beynəlxalq Konqresi Davamlı Tibbi Təhsil verən tədbir kimi tanınmış və konqresə 16 kredit balı verilib. Bu o deməkdir ki, konqresdə izləyici kimi qatılan mütəxəssislər illik tələb olunan 48 kredit balının 16-nı toplaya bilərlər.

Konqresdə iştirak etmək istəyən mütəxəssislər qeydiyyat üçün Azərbaycan Ürək və Damar Cərrahiyyəsi Cəmiyyətinin saytına (www.audcc.org.az) və konqresin Təşkilat Komitəsinə müraciət edə bilərlər.

Xatırladaq ki, AÜDCC 2009-cu ildən etibarən hər iki ildən bir "Bakı Ürək Günləri" Beynəlxalq Konqresini təşkil edir.



1 gün ac qalmağın sağlamlıq üçün 10 FAYDASI

Müxtəlif ölkələrdə aparılmış araşdırmalar göstərir ki, qısamüddətli aclıq insan orqanizmi üçün olduqca faydalıdır

Hələ qədimdə dahi təbiblər Hippokrat, Avicenna, Paracelsus qısamüddətli aclığın köməyi ilə müxtəlif xəstəlikləri müalicə edirdi.

Alimlərin fikrinə görə, müasir insanlar lazım olandan daha çox kalori qəbul edir və bu da müxtəlif xəstəliklərin inkişafına, həyatın qısalmasına səbəb olur.

Bir eksperiment zamanı alimlər siçanların qidalanmasını 20% azaldıqdan sonra aşkar ediblər ki, az yeyən siçanlar daha fəal və sağlam idi, daha çox yaşayırdı. Bu insanlara da aiddir - qidalanmanın azalması insan sağlamlığına yalnız müsbət təsir edəcək.

Amerika alimləri tərəfindən aparılmış son araşdırma qısamüddətli aclığın beyinin fəaliyyətinə müsbət təsirini aşkar edib. Belə ki, 1 gün ərzində ac qaldıqda beyinin koqnitiv (təfəkkür, yaddaş və s.) funksiyaları xeyli yaxşılaşır. Maraqlıdır ki, bir çox dahi yazıçılar, musiqiçilər, rəssamlar bilmədən bu üsuldən istifadə edirdi - öz əsərlərini yarıtdıqdan əvvəl ac qalırdı.

Beləliklə, insan ac qalanda orqanizmdə hansı müsbət dəyişikliklər baş verir?

1. Dediğimiz kimi, beyin daha yaxşı işləməyə başlayır, insanın yaradıcılıq potensialı artır.
2. İmmun sisteminin fəaliyyəti yaxşılaşır. Məhz bu



səbəbdən soyuqdəymə xəstəlikləri zamanı həkimlər daha az yeməyi və çox maye qəbul etməyi tövsiyə edirlər.

3. Metabolik proseslər sürətlənir, çəki azalır.
4. Orqanizm təmizlənir və cavanlaşır.
5. Dərinin vəziyyəti yaxşılaşır.
6. Xərçəngin riski azalır.
7. Ürək və damarların daha sağlam olur.
8. Astmadan əziyyət çəkənlərin vəziyyəti yüngülləşir.
9. Arterial təzyiq tənzimlənir.
10. Orqanizmdə iltihabları azalır.

Lakin onu da nəzərə almaq lazımdır ki, bu nəticələri müntəzəm olaraq həftədə 1 dəfə ac qaldıqda əldə etmək mümkündür. Aclıq günü yalnız su içmək olar.

Diqqət! Bəzi xəstəliklər zamanı aclıq əks-göstəridir.

DNT-nin kəşfi irsiliyin öyrənilməsində ən müasir üsuldur



Dünyanın müxtəlif ölkələrində bir sıra təşkilatlar hər il aprelin 25-də Beynəlxalq DNT Gününü qeyd edirlər, bəzən gün dəyişsə də, apreldə onun qeyd olunması ənənə şəklini alıb.

Həmin tarixin seçilməsi alimlər Ceyms Uotson və Frensis Krikin, Moris Uilkins və Rozalind Franklinlə birgə DNT molekullarının strukturunu öyrənilməsi sahəsində apardıqları tədqiqatların nəticələrinin 1953-cü il aprelin 25-də "Nature" jurnalında dərc olunması ilə əlaqədardır. Məqalənin dərc olunmasından düz 50 il sonra, yəni 2003-cü il aprelin 25-də insan genlərinin deşifrə edilməsi layihəsinin sona yaxınlaşdığı elan edilib. Belə ki, genomun bəzi hissələrinin əlavə analizləri başa çatmasada, layihə üzərində əsas işin yekunlaşdırılması bildirilib.

İnsan genlərinin strukturunun müəyyən edilməsi səhiyyənin inkişafı istiqamətində atılan çox mühüm addımdır.

DNT - dezoksiribonuklein turşusudur. Həmin turşu canlı orqanizmin formalaşması və həyatı prosesləri davam etdirə bilməsi üçün irsi informasiyaların saxlanıldığı və nəsilər arasında ötürülən biopolimerdir. DNT-nin tərkibində genetik informasiya saxlanılır və onun testi qohumluq əlaqələrinin təyin edilməsi üçün ən geniş yayılmış üsuldur. Əbəs yerə deyil ki, DNT-nin açılması elmdə inqilab hesab edilir. Onun aşkar edilməsi nəticəsində irsiliyin kodu açılıb, genetik risk müəyyən edilib, orqanizmin proqramlaşdırılmış xüsusiyyətlərinin formalaşması başlanılıb. İrsiliyin yaxşılaşdırılmasının həyata keçirilməsi və genetik mühəndislik texnologiyalarının yaradılması da onunla əlaqədardır.

Etibarsız sayılır

II müalicə-profilaktika fakültəsinin II kurs, 11913B qrup tələbəsi Alsayed Alasaas Mohamadın adına verilmiş tələbə bileti itdiyi üçün etibarsız sayılır.

II müalicə-profilaktika fakültəsinin V kurs, 372A qrup tələbəsi Rəhimli Hənan Vidadi oğlunun adına verilmiş tələbə bileti və müvəffəqiyyət kitabçası itdiyi üçün etibarsız sayılır.

Hərbi tibb fakültəsinin III kurs, 618A1-A qrup tələbəsi Xudadadov Fərid Mayıs oğlunun adına verilmiş tələbə bileti və təqaüd kartı itdiyi üçün etibarsız sayılır.

Stomatologiya fakültəsinin V kurs, 780A qrup tələbəsi Hümətli Turan Nizami oğlunun adına verilmiş müvəffəqiyyət kitabçası itdiyi üçün etibarsız sayılır.

Səlimov Ruslan Akif oğluna 2008-ci ildə Azərbaycan Tibb Universiteti tərəfindən funksional diaqnostika ixtisası üzrə verilmiş internatura vəsiqəsi itdiyi üçün etibarsız sayılır.

İctimai səhiyyə fakültəsinin VI kurs, 627B qrup tələbəsi Vəlizadə Abyət İlham qızının adına verilmiş müvəffəqiyyət kitabçası itdiyi üçün etibarsız sayılır.

Allah rəhmət eləsin!

ATU-nun Mətbuat xidməti, Tədris Cərrahiyyə Klinikasının əməkdaşları, "Təbib" qəzetinin redaksiya heyəti Tədris Cərrahiyyə Klinikasının marketing şöbəsinin müdiri Mehriban Əliyevaya anası

Natiqə xanımın vəfatından kədərli vəziyyətini bildirir və dərin hüznə başsağlığı verir.

"Təbib" idman klubunun əməkdaşları Stomatologiya fakültəsinin dekani, dosent Səid Əhmədova atası

İlham Əhmədovun vəfatından kədərli vəziyyətini bildirir və dərin hüznə başsağlığı verir.

II Uşaq xəstəlikləri kafedrasının əməkdaşları kafedranın dosenti Məleykə Kərimovaya anası

Elmira xanımın vəfatından kədərli vəziyyətini bildirir və dərin hüznə başsağlığı verir.

Qulaq, burun və boğaz xəstəlikləri kafedrasının əməkdaşları və "Təbib" qəzetinin kollektivi Qulaq, burun və boğaz xəstəlikləri kafedrasının assistenti Şirazi İbrahimova atası

Rüstəm İbrahimovun vəfatından kədərli vəziyyətini bildirir və dərin hüznə başsağlığı verir.

I Müalicə-profilaktika fakültəsinin I Uşaq xəstəlikləri kafedrasının əməkdaşları iş yoldaşları Fəxriyyə Əmrahovaya atası

Bəhrəm müəlliminin vəfatından kədərli vəziyyətini bildirir və dərin hüznə başsağlığı verir.

İctimai sağlamlıq və səhiyyənin təşkilatı kafedrasının kollektivi kafedranın əməkdaşları Gülnarə xanıma atası

Qabil Əliyevin vəfatından kədərli vəziyyətini bildirir və dərin hüznə başsağlığı verir.

Baş redaktor

ELDAR İSMAYIL

Müəlliflərlə redaksiyanın mövqeyi üst-üstə düşməyə bilər.

Əlyazmalar geri qaytarılmır.

Qəzet "Təbib" qəzetinin kompüter mərkəzində yığılır, səhifələnir, "Bəxtiyar-4" İKF-də çap olunur və universitet daxilində yayılır.

ÜNVANIMIZ: Mərdanov qardaşları - 98^c 2-ci mərtəbə, Tel.: 595-24-97 tabibqazeti@gmail.com

Lisensiya H - 022633 İndeks -0269 Sayı 2250