

**АҲОЛИНИНГ ТИББИЙ МАДАНИЯТИНИ ЮКСАЛТИРИШ ЙЎЛЛАРИ**

**Худоёрова Ойсоат Келдиёровна**

*Тошкент тиббиёт академияси, педагогика  
фанлари номзоди, доцент*

**Сайитмуратов Нодиржон Боймурот ўғли**

*Тиббий профилактика ва жамоат саломатлиги,  
экологиятроф муҳит муҳофазаси ва  
кимё факультети 402-А гуруҳ талабаси*

**Болтайева Ноила Воҳиджоновна**

*Педиатрия, стоматология, халқ табобати ва  
тиббий педагогика факултети 103-А гуруҳ талабаси*

**Аннотация:** Аҳоли тиббий маданиятини юксалтиришнинг асосий йўналишлари, йўллари, омиллари, воситалари ва умумий қоидалари аниқланган. Мазкур масаланинг моҳиятини аниқлашга доир илмий – амалий тавсиялар берилган.

**Калит сўзлар:** Тиббий маданият, аҳоли саломатлигини асраш, имконият ва салоҳият, илғор тажриба, ҳамкорлик, инновация, технология, фаоллик, фидойилик, инновацион фаолият.

Мамлакатимизда тиббиёт соҳасини тубдан ислоҳ этиш бўйича кенг кўламдаги ислохотлар тизимли равишда амалга оширилмоқда. Бугунги кунда мазкур соҳани жадал ривожлантириш ва инсонлар саломатлигини сақлаш борасида фаол, фойдали ишларни амалга ошириш орқали халқимизнинг тиббий маданиятини юксалтириш энг муҳим долзарб масаладир. Инсоният чинакам оғир ва машаққатли синов даврини бошдан кечирмоқда. Юртимизга ҳам кириб келган коронавирус балосини бартараф этишда энг катта масъулият ва фидокорлик шифокорларимизнинг зиммасига тушди. Ҳар қандай шароитида тиббиёт ходимлари ягона куч сифатида бирлашиб, фаоллик ва фидойилик кўрсатадилар. Маълумки, дунёда миллатлараро тотувлик, миллий, диний ва сиёсий бағрикенглик барқарор бўлсагина беморлар дардига малҳам топилади ва инсонлар соғ бўладилар, касаллик эса ортга чекинади. Шунини алоҳида таъкидлаш жоизки, дунёдаги динларнинг барчаси эзгулик ғояларига асосланган ҳолда яхшилик, тинчлик, дўстлик хусусиятларига таянади. Одамларни ҳалоллик ва поклик, меҳр-шафқат, биродарлик ва бағрикенгликка даъват этади. Халқимиз ҳаётида ва тиббиёт соҳасида мураккаб ўзгаришлар юз бермоқдаки, бу борада замонавий билимли ва малакали кадрларни тайёрлаш мақсадида юртимизда ривожланган давлатлар тиббиёт олий ўқув юр்தларининг филиалларини очиш,

шифокорларимизнинг хорижий давлатларда тажриба ўрганишларини ташкил этиш, чет эллик тиббиёт мутахассисларини ўзимизга жалб этиш юзасидан ҳам қатор амалий саъй-ҳаракатлар амалга оширилмоқда. Буларнинг барчаси ижтимоий, тиббий фойдали фаолият сифатида намоён бўлмоқда. “Буюк аждодимиз Имом Мотуридий ҳазратларининг **“Тириклик ҳикматини соғлиқда, деб билгин”**, деган чуқур маъноли сўзлари нақадар тўғри эканини ҳаётнинг ўзи бугун қайта-қайта исботламоқда. Шу боис мавжуд имконият ва салоҳиятимиз, орттирган тажрибамиз ҳамда хориждаги илғор ютуқлардан фойдаланиб, аҳоли саломатлигини асраш ва мустаҳкамлаш борасидаги туб ислохотларимизни янги босқичга кўтаришимиз зарур. Бунда аҳоли, айниқса, ёшларимиз ўртасида соғлом турмуш тарзини кенг тарғиб этиш – энг устувор йўналишлардан бири бўлиши лозим.” **1. Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг Олий Мажлисга Мурожаатномаси 29.12.2020.**

Мутахассисларнинг изланиш ва тадқиқотлари мамлакатимизда тиббиёт соҳасини ривожланишига ҳамда аҳоли соғлиғини ҳимоя этиш, соғлом турмуш тарзини қарор топтириш, тўғри овқатланишни яхши йўлга қўйиш ва турли касалликларнинг олдини олишга қаратилганлиги билан аҳамиятлидир. Тиббиёт илм-фанига ҳам моддий, ҳам маънавий эътиборни кучайтириш, фундаментал ва илмий-инновацион тадқиқотлар натижаларини ҳаётга жорий этиш орқали жамиятда тиббий маданиятнинг юксалишига эришилади. Натижада бу замонавий миллий тиббиёт равнақининг таъминланишига ижобий таъсир этади.

Бугунги кунда тиббий маданиятни ошириш, тиббиёт ва илм фан соҳаларида долзарб масалаларни таҳлил этиш муҳим ҳисобланади. Охириги йилларда тиббиёт соҳасида зарур ислохотлар амалга оширилди. Хусусан, касалликни профилактика қилиш учун врачлик пунктлари ва оилавий поликлиникалар ходимлари уйма-уй юриб, аҳолини патронаж билан қамраб олиши, ҳудудий шифохоналар билан маълумот алмашинуви ҳамда илғор хорижий стандартлар асосида тиббиёт тизимини ташкил этиш, аҳолининг соғлиқни сақлаш хизматларидан фойдаланишини янада кенгайтиришга жиддий эътибор берилмоқда. Оналик ва болаликни муҳофаза этиш хизматини янада яхшилаш, аёллар тиббий кўригини тизимли ташкиллаштириш, шу билан бирга тез тиббий ёрдам хизмати чақириқларини атоматик қабул қилиш ва ижро этиш бўйича рақамлаштириш ҳамда тиббиёт муассасаларини таъмирлаш, моддий-техник базасини мустаҳкамлаш энг фойдали фаолиятлардандир. Айниқса, тиббиётда илм-фанни ривожлантириш, илмий изланишларнинг устувор йўналишларини аниқлаш ва ўрганишга жиддий эътибор қаратилмоқда.

Президентимиз Шавкат Мирзиёевнинг Олий Мажлисга йўллаган Мурожаатномасида соғлиқни сақлаш тизимини янада ривожлантириш, тиббий хизмат сифатини ошириш масалалари диққат марказида бўлди. Давлатимиз

рахбари таълим ва тарбияни ривожлантириш, соғлом турмуш тарзини қарор топтириш, илм-фан ва инновацияларни тараққий эттиришга бўлган эътиборни янада кучайтириш кераклигини алоҳида таъкидладилар.

“Биз ўз олдимизга мамлакатимизда Учинчи Ренессанс пойдеворини барпо этишдек улуғ мақсадни қўйган эканмиз, бунинг учун янги Хоразмийлар, Берунийлар, Ибн Синолар, Улуғбеклар, Навоий ва Бобурларни тарбиялаб берадиган муҳит ва шароитларни яратишимиз керак. Бунда, аввало, таълим ва тарбияни ривожлантириш, соғлом турмуш тарзини қарор топтириш, илм-фан ва инновацияларни тараққий эттириш миллий ғоямизнинг асосий устунлари бўлиб хизмат қилиши лозим. Ушбу мақсад йўлида ёшларимиз ўз олдига катта марраларни қўйиб, уларга эришишлари учун кенг имкониятлар яратиш ва ҳар томонлама кўмак бериш – барчамиз учун энг устувор вазифа бўлиши зарур. Шундагина фарзандларимиз халқимизнинг асрий орзу-умидларини рўёбга чиқарадиган буюк ва қудратли кучга айланади”.

**2. Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг Олий Мажлисга Мурожаатномаси 29.12.2020.** Маълумки, ўзбек халқининг тиббий ва маънавий маданиятини шаклланишига олиб келган ижтимоий-ахлоқий воситалардан бири қадимдан мавжуд бўлган ҳудуддаги турли хил диний ва маданий ҳаракатлар ўчоғидир. Улар инсонда баркамоллик, ҳақгўйлик, адолатни улуғлаган. Инсоннинг фикр софлиги, сўз собитлигини талаб этган ҳолда унинг маънавий камолоти меъёрларини ишлаб чиққан ислом дини ўзининг катта таъсирини кўрсатди. Ўзбекистонда моддий ва маънавий маданиятнинг ўзига хос ривожланиш хусусияти мавжуд. Унда инсон руҳияти, унинг маънавий оламини билишга, одамларнинг ўзаро муносабатларини англашга эътибор берилган. Шарқ тафаккурида инсоннинг ижтимоий аҳволини нисбатан унинг маънавий камолотига кенгрок эътибор қаратилган. Ғарб фалсафаси эса асосий мақсадини ташқи дунё табиатини билишга, инсонларнинг табиатдаги ўрнини аниқлашга ва уларнинг ижтимоий эҳтиёжларини қондиришга асосий диққатини қаратди. Энг муҳими таълимни восита деб билиб, илм-фаннинг барча қирраларидан кенг фойдаланиб, моддий тўкин-сочин жамият куришга интилди. Ҳар икки жиҳатнинг интеграциялашуви жараёни барча халқлар ўртасидаги қадимий дўстлик ва маданий алоқаларини янги шароитда мустаҳкамланишига хизмат қилади. Тиббий маданият — саломатлик гарови дейилади. Халқимиз саломатлигини асраш, юқумли касалликлар тарқалишининг олдини олиш бўйича амалга оширилаётган кенг кўламли сабъ-ҳаракатлар натижасида юртимизда эпидемиологик вазият барқарорлиги таъминланмоқда. Бугунги кунда шахсий гигиенага амал қилиш, ниқоб тақиш, йўталганда оғиз ва бурун қисmlарини рўмолча билан беркитиш, -овқатланишдан олдин қўлларни совунлаб ювиш, кўпроқ витаминга бой ичимликлар ва таомларни истеъмол

қилиш тавсия этилмоқда. Аҳолининг шахсий гигиена қоидалари ва профилактика борасида хабардорлигини ошириш алоҳида аҳамиятга эга. Оммавий ахборот воситалари ва кўргазмали тарғибот материаллари орқали доимий равишда касалланишнинг салбий оқибатлари, унинг мураккаблашиш ҳоллари ва иммунитет мустаҳкамлигининг афзаллигига оид тушунтириш ишлари олиб борилмоқда. Шунга алоҳида эътибор бериш зарурки, ўз саломатлигига эътиборли, жисмонан фаол, белгиланган муддатларда тиббий кўриқдан ўтиб, унинг хулосаларига тўла амал қилган инсон хасталикка йўлиқмайди. Зотан, ана шундай юксак тиббий маданият ва соғлом турмуш тарзига риоя этиш орқали нафақат ўзимизнинг, балки келажак авлодларимизнинг ҳам саломатлигини ҳимоялашга эришамиз.

Тиббий маданият жамият келажакнинг мустаҳкам пойдеворидир. Шунга кўра, оилаларда соғлом турмуш тарзини шакллантириш, репродуктив саломатликни сақлаш, ўз вақтида тиббий кўриқдан ўтиш учун чуқурлаштирилган тиббий кўриқни ташкил этиш юзасидан, маҳалла аҳолиси ва ёшлар ўртасида тиббий маданиятни ошириш мақсадида йиғилиш ва давра суҳбатларининг ташкил этилишини янада кенгайтириш мақсадга мувофиқдир. “ Ҳозирги вақтда инфекциянинг асосий манбаи бу касал одам, шу жумладан касалликни инкубацион даврида бўлганлардир” **2. Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги Болаларда COVID – 19 коронавирус инфекциясининг диагностикаси, даволаш ва профилактикаси (Вақтинчалик клиник тавсиялар) Тошкент–2021 й.**

Оилада соғлом турмуш тарзини шакллантириш, ёшлар ўртасида тиббий маданиятни оширишда куйидаги жиҳатларга эътибор бериш зарур ҳисобланади.

1. Бу борада аввало, аҳолининг тиббий маданиятга эга бўлиш заруриятини англаши ва унга қатъият, ўзига ишонч ва масъулият билан ёндашиб, тиббий билимларни ўзлаштиришга жиддий эътибор бериш, тиббий фаолиятнинг назарияси ва амалиёти билан чуқурроқ танишиш, эгаллаган билимларини ҳаёт ва амалиёт билан боғлай олиш ҳамда тиббий малака, тажриба, маҳоратга эга бўлиш.

2.Тиббий маданиятга эга бўлиш учун шахсий рефлексив қобилият таъсирини кучайтириш, мустақил ижодий фикрлашга одатланиш.

3.Тиббий маданиятни эгаллашда ички дунёси бой, янгиликни идрок этиш ва янгича ҳаракат қила олиш, ижодий ёндашувчи жамоани ҳаракатга келтирувчи, бошловчи, янгича фикрлар асосида тараққий эттирувчи шахс бўлишга эришиш.

4. Аҳолининг тиббий маданиятини оширишга ва уларнинг миллий таъбибатдан хабардор бўлишига эришиш.

5. Репродуктив саломатлик ва тўғри овқатланиш мезонларига риоя этиш, соғлом турмуш тарзини ўзлаштириш;

6. Ҳаётга физиологик гигиеник жиҳатдан тайёргарликни кучайтириш ва турли касалликлардан сақланишга интилиш.

7. Тиббий жиҳатдан маданиятли бўлишда шахсий ва ижтимоий ҳаётда камтарлик, инсонпарварлик, софдиллик, ростгўйлик, оддийлик, табиийлик ва самимийлик каби ахлоқий меъёрлар, сифат ва фазилатлар шунингдек, ақл, ҳиссиёт ва ироданинг баъзи бир ўзига хос хусусиятларига эга бўлиш.

8. Аҳолининг тиббий маданияти ва юксак дунёқарашини таъминлашга эришиш лозим. Энг асосийси, халқимиз учун фаровон ва муносиб турмуш шароитини яратишда долзарб ишларни амалга ошириш талаб этилади.

**Хулоса шуки**, бу борада барчамиз жипслашиб, тинимсиз ўқиб-ўргансак, ҳар қандай фаолиятимизни инновацион ижтимоий фойдали фаолиятга айлантириб, ўз ишимизни мукамал ва унумли бажариб, замонавийлик ёндашуви асосида энг юксак чуққиларга интилиб, янги марраларни эгаллашимиз натижасида чексиз муваффақиятларга эришамиз. Бунинг учун замонавий билимларни ўзлаштириш, чинакам маърифат ва юксак тиббий маданият эгаси бўлиш барчанинг узлуксиз ҳаётга эҳтиёжга айланиши керак. Тиббиёт соҳасида тараққиётга эришиш, рақамли билимлар ва замонавий ахборот технологияларини эгаллаш билан боғлиқдир. Айниқса, жадал ислоҳотлар, илм маърифат ва инновацион фаолиятнинг самарали амалга оширилиши тиббиёт тараққиётига ижобий таъсир этади. Тиббиёт соҳасида муваффақиятли фаолият кўрсатиш учун ўзаро ёрдам, тинч тотув яшаш ва умумжаҳон фаровонлиги сизари қоидаларга риоя этилиши лозим. Бу ўз ўрнида халқларнинг бахт саодати ва фаровонлигининг гаровидир. Давлат ва қонунлар инсон бахт саодати учун хизмат қилади. Жамиятнинг инсонийлик мезони эса одамларнинг кундалик ва тиббий эҳтиёжлари қанчалик қондирилганлиги билан белгиланади. Бунда энг муҳим омил ижтимоий адолат қоидаларига амал қилишдир. Адолатли жамиятнинг муҳим шартси эса инсонлар ўртасидаги меҳр оқибат ва ахлоқий муносабатлардир. Юксак ахлоқ соҳиби ва тиббий жиҳатдан маданиятли бўлишга фақат маърифат ёрдамида эришиш мумкин. Демак, ахлоқий муносабатларнинг юксалиши жамиятнинг маънавий ахлоқий соғломлиги ва собитлигини таъминлаш омили эканлигини алоҳида таъкидлаш мумкин.

Шуни унутмаслик керак, мамлакатимиз аҳолиси хусусан, ёшлар янгича фикрлаш асосларини яхши эгаллаб олсагина, уларнинг тиббий маданияти юксалади ва бой тарихий, тарбиявий меросини, замонавий, маънавий, инсоний сифатларини онгли равишда ўзлаштирадлар. Бунинг натижасида улар иродавий сифатларга эга бўлиб, баъзи қийинчиликларни осонгина бартараф эта оладилар ва етарли даражада тиббий билим, кўникма, малакага эга бўладилар.

**Адабиётлар рўйхати:**

1. Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг Олий Мажлисга Мурожаатномаси 29.12.2020.
2. Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги Болаларда COVID – 19 коронавирус инфекциясининг диагностикаси, даволаш ва профилактикаси (Вақтинчалик клиник тавсиялар) Тошкент–2021 й.
3. Ш.М.Мирзиёев “Миллий тараққиёт йўлимизни қатъият билан давом эттириб, янги босқичга кўтарамиз”. 1-жилд,-Т.: “Ўзбекистон” -2017. 16 бет.
4. Абу Райҳон Беруний. Танланган асарлар 1. Ўзбекистон “Фан” нашриёти, Тошкент..1968.11 бет.
5. Абу Наср Фаробий. Фозил одамлар шаҳри.Т., Абдулла Қодирий номидаги халқ мероси нашриёти, 1993.
6. Абдурауф Фитрат. Оила ёки бошқариш тартиблари. Тошкент “Маънавият” 1998.
7. Ш.Мирзиёев. Эркин ва фаровон, демократик Ўзбекистон давлатини биргаликда барпо этамиз. Тошкент. “Ўзбекистон”. 2016.
8. Ҳаракатлар стратегияси асосида жадал тараққиёт ва янгиланиш сари. Тошкент-Ғафур Ғулом номидаги нашриёт-матбаа ижодий уйи 2017.
9. Нажмиддин Комилов. Тасаввуф. Биринчи китоб. Т., “Ёзувчи”, 1996.