
QO'SHIMCHA MA'LUMOT

1992 yilda "Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasini" qayta ko'rib chiqqanimizda, qo'llanmaga yana bir necha mavzularni qo'shgan edik. Har bir yangi nashrni tayorlaganda, yangi mavzularni ham yangilashda davom etmoqdamiz. Ushbu mavzularning ba'zilari kitobxonlar tomonidan talab etilgan bo'lib, ular ko'pgina muammolarni va kasalliklarni o'z ichiga olgandir. Masalan, OITS (SPID) balosi, abort asoratlari, pestitsidlar (zaharli o'g'itlar) va giyoxvandlik. Undan tashqari, "Qon bosimini qanday o'lchash kerak?" deb nomlangan mavzu ham bu bo'limdan joy oldi, chunki, bu qo'llanma qishloq tibbiyot hodimlari tomonidan ko'p ishlatiladi va ularda qon bosimini o'lchash uchun asboblari ham mavjud.

SPID (OITS) (ORTTIRILGAN IMMUNITET TANQISLIGI SINDROMI)

SPID (OITS) virus orqali odamdan odamga tarqaladigan va nisbatan yaqinda paydo bo'lgan xavfli kasallikdir. Hozirgi vaqtga kelib bu virus dunyoning ko'pgina mamlakatlarida topilgan.

SPID (OITS) odam organizmining kasallikka qarshi kurashish qobiliyatini pasaytiradi. SPIDni bor odamning ich ketar, zotiljam (o'pka shamollashi, pnevmoniya), sil yoki teri rakining jiddiy turi bilan og'rib qolishi juda oson. SPIDni bor odamlar ularning organizmi kurasha olmagan kasallikdan nobud bo'ladilar.

SPID virusi qon, erkak urug'i yoki qin suyuqligi orqali bir odamdan boshqa odamga o'tadi. SPIDning yuqish yo'llari:

SPID bilan kasallangan odam bilan **himoyalangan jinsiy aloqa** orqali.



Begona odamlar bilan jinsiy aloqada bo'ladigan odamlar SPID bo'lishi mumkin.

Sterillanmagan bitta shprits yoki ignadan foydalanish natijasida (yoki har qanday kesuvchi asbob orqali).



Giyohvand yoki bitta ignadan foydalanuvchilarning kasal yuqtirish xavfi kattadir. mumkin.

Kasallangan ona bolasini va emizish paytida infeksiyalaydi. (688-bet)



SPID bilan og'rikan ayollar homilasida har uchtasidan birida SPID virusi bor.

Qon quyish orqali.

Qon quyilishidan oldin, unda OITS yo'qligi tekshirishi kerak.



MUHIM: Sog'lomdek bo'lib ko'ringan odamdan SPID yuqtirib olishingiz mumkin. SPID virusi kirgandan so'ng kasallikning birinchi belgilari namoyon bo'lishiga qadar bir-necha oy yoki yillar o'tishi mumkin, lekin kasallangan odam jinsiy aloqa yoki igna berish orqali boshqalarga ham ushbu kasallikni yuqtirishi mumkin.

SPID kundalik qo'l berib so'rashish, odamlar bilan shunchaki birga bo'lish yoki birga ovqatlanish kabi aloqalar orqali yuqmaydi. Shuningdek, u ovqat, suv, hashorat yoki hojatxona orqali ham yuqmaydi.

Belgilari: Turli odamlarda kasallik belgilari turlicha bo'ladi. Odatda boshqa oddiy kasallik belgilari namoyon bo'ladi, ammo ular og'irroq kechadi va uzoqroq davom etadi.

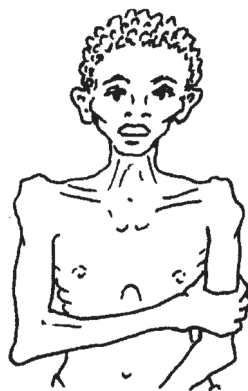
Agar odamda uchtadan ortiq kasallik belgilari topilsa-yu, u kishi tez-tez kasal bo'lib tursa, unda SPID bo'lishi mumkin (lekin maxsus tekshiruvsiz buni aniq ayta olmaysiz).

Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

- Asta sekin **vazn yo'qotish**. Bemor borgan sari ozib boradi
- 1 oydan ortiq davom etayotgan **ich ketishi**.
- 1 oydan ortiq davom etayotgan **isitma**. Ba'zan u dam to'xtab, dam qaytalanib turadi.

Shuningdek, quyidagi belgilardan biri yoki ikkitasi baravar namoyon bo'lishi mumkin:

- bir oydan ko'proq davom etayotgan yo'tal.
- og'izdagi zamburug'li infeksiya (kandidamikoz 404-bet).
- tana biror joyidagi limfa tugunlarinining shishib turishi (186-bet)
- teri toshmalari
- davo qilingani bilan o'saveradigan so'gal va yaralar, ular ayniqsa dumba va jinsiy organlarda bo'ladi.
- doimiy charchoqlik
- SPIDni bor odamlar sil (342-bet) yoki brutsellyoz (354-bet) bilan og'rishga juda moyil bo'ladilar.



SPID bilan kasallangan odamlar odatda juda ozib ketadi.

Davolash:

SPIDga qarshi mahsus davo hali ham topilgani yo'q. Lekin SPID bilan kasallangan odamlar turli kasalliklarga o'zlari qarshi kurasha olmagaliklari sababli, ular o'sha kasalliklarga qarshi davolanishlari kerak:

- ◆ Suvsizlanishga qarshi Suvni Tiklovchi Ichimlikdan bering (283-bet).
- ◆ Zamburug'larga qarshi, Ketokanazol, Flukonazol, Nistatin (672-bet) ishlating.
- ◆ So'gallarga Dixloratsetat kislota yoki Podofillin (724-betlar) davo bo'ladi.
- ◆ Isitmaga qarshi ko'proq suyuqlik, aspirin bering va kasalni sovuqroq suvda yuvintiring (167-169-betlar).
- ◆ Yo'tal zotiljamni antibiotiklar bilan davolang (315-316-betlar). Agar isitma va yo'tal uzoq davom etsa, kasalni silga tekshiring. SPID virusi bor odamlarda silning oldini olish va davolash yuzasidan maslahat oling.

- ◆ Badan qichishiga teriga qarshi antigistamin dorilar (677-bet)dan bering va har qanday infeksiyani davolang (384-bet).
- ◆ Iloji boricha yaxshi ovqatlanib sog'lom bo'lishga harakat qiling. (11-bob).
Bunga ichish, chekish yoki narkotik (giyohvand narsalar) ishlatish orqali emas, balki yetarli darajada dam olish va uxlash orqali erishing.
- ◆ Yangi chiqqan, lekin qimmat dorilar SPIDning organizmdagi tarqalish tezligini pasaytirishi mumkin, ammo ular kasallikni davolamaydi (masalan: Zidovudin, Indinavir (Kriksivan)).

SPIDi bor odamlarning alohidalab, boshqalardan ajralib qo'yishning hojati yo'q. Ularning terisi yoki nafasi infeksiyalanmagan bo'ladi.

Uydagilari, oila a'zolari va do'stlari unga yaqinlashib kelayotgan o'lim odami deb qaramasdan, balki mehribonlik ko'rsatib berishlari kerak, shunda uning qismati yengilashishi mumkin (587-bet).

SPID ning oldini olish:

- ◆ Faqat o'zingizning umr yo'ldoshingiz bilan jinsiy aloqada bo'ling.
- ◆ Ko'p odamlar bilan jinsiy aloqada bo'ladigan fohisha yoki qonunga xilof ravishda o'ziga ukol qilib yuradigan giyohvand odamlarga qo'shilmang.
Prezervativ OITS bilan kasallanish xavfini kamaytiradi, ammo undan to'la saqlamaydi .
- ◆ Jinsiy aloqa orqali yuqadigan kasalliklarni vaqtida davolang. Jihozlar sterilligiga qattiq e'tibor bering. **Tibbiyot xodimlari igna yoki shprintsni xlorli ohakda yoki 20 minut davomida qaynatib sterillamasdan turib, HECH QACHON ishlatmasliklari kerak.**
- ◆ Qonunga xilof bo'lgan dorilarni ukol qilmang.
- ◆ Kesish, quloq teshish, igna terapiyasi (ign bilan dovlash) uchun ishlatiladigan asboblarning sterilliigiga e'tibor bering.

SPID bilan kasallanib harorati ko'tarilib turgan, ichi o'tayotgan yoki og'rig'i bor kimsalarga alohida e'tibor kerak. Siz ularni hech qanday xavfsizramasdan parvarish qilishingiz mumkin.

Lekin kasallikning tarqalishiga qarshi bir qancha choralarni ko'rish kerak:

◆ Bemorning qoni, ochiq yarasi, qon aralash ichi ketayotgan yoki qayt qilayotgan bo'lsa, chiqindilaridan virus tarqalishi mumkin.

Bularga qo'l tekkizmaslik uchun rezinali yoki plastik qo'lqoplar kiyib oling. Qo'llaringizni tez-tez yuvib turing.

◆ Qon tekkan kiyim-kechak va choyshablar ehtiyotkorlik bilan olinishi kerak. Ularni issiq, sovunli suv bilan yuving yoki ustiga biroz xlor ohak sepib qo'ying.



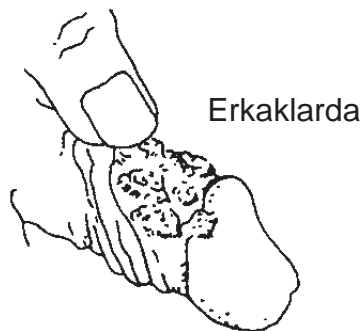
SPIDi bor odamlar bilan hushmu-omala bo'ling

TANOSIL (JINSIY) A'ZOLARIDAGI YARALAR

Jinsiy organdagi yakka, og'riqsiz yara zahm belgisi bo'lishi mumkin (439-bet). Lekin yaralarning ko'p bo'lishi, jinsiy aloqa orqali yuqadigan papillomatoz, jinsiy herpes, shankr kabi boshqa kasalliklarning belgisi bo'lishi ham mumkin.

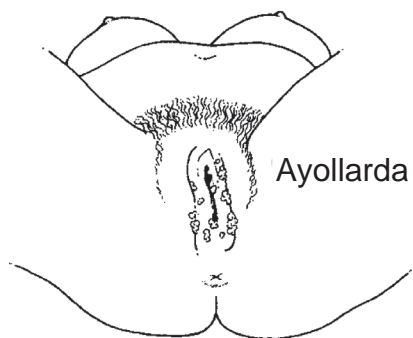
Papillomatoz

Papillomatoz sababchisi jinsiy aloqada yuqadigan virusdir. Kasallik nishonlari tananing boshqa joylarida paydo bo'ladigan so'gallarga o'xshaydi (394- bet). Lekin ular odatda ko'p bo'ladi.



Belgilari:

Kichik, oqish yoki jigar rangli usti qattiq o'simtalar. Erkak kishilarda u, asosan, erlik olatida bo'ladi. Ammo u, shuningdek moyak yoki orqa peshovda bo'lishi ham mumkin. Ayollarda esa ular qinning katta lablari yoki qin ichi yoki orqa peshov atrofida paydo bo'ladi.



Davolash:

Har bir so'gal ustiga ozgina Dixloroatsetat (sirkali) kislota yoki Podofillindan (724-bet) qo'ying. (Agar iloji bo'lsa, sog'lom terini himoyalash maqsadida dori qilishdan avval so'gallar atrofiga vazelin yoki qo'y yog'i surkaganingiz ma'qul.) Podofillin 6 soatdan keyin yuvib tashlanishi kerak. Odatda bir necha davolash usullarini qo'llash kerak bo'ladi. So'gallar sekin asta tortilib yo'qolib ketadi, lekin ko'pincha yana paydo bo'ladi.

Oldini olish:

Agar erkak yoki ayolning papillomatozi bo'lsa, erkak kishi prezervativ ishlatishi kerak (520-bet).

Prezervativ ishlatish papillomatoz, herpes, shankr, OITS va jinsiy aloqa orqali yuqadigan boshqa kasalliklar oldini olishga yordam beradi.

Jinsiy Gerpes

Jinsiy gerpes virus orqali tarqaladigan og'riqli teri infeksiyasidir. Jinsiy gerpes jinsiy yo'l bilan yuqadi. Jinsiy organlarda kichik qavarchiqlar paydo bo'ladi. Jinsiy gepres ba'zan jinsiy organlarni og'izga olishdan so'ng ham og'izda paydo bo'lishi mumkin. Lekin ular odatda og'izda paydo bo'ladigan boshqa turdagi gerpesdan farqlanadi (og'izdagi oq dog'lar, 430-bet). U jinsiy aloqa orqali yuqmaydi.

Belgilari:

- Jinsiy organ (erlik olati va qin), orqa peshov, dumba yoki sonlarda suv tomchisi-ga o'xshaydigan va og'rib turadigan bitta yoki bir talay qavarchiqlar paydo bo'ladi.
- Qavarchiq yorilib, kichik ochiq yaralarga aylanadi.
- Ular qurib qora qo'tir hosil qiladi.



Erkaklarda

Ayollarda

Gerpes yaralar isitma, og'riq, et uvishishi va chovdagi limfa bezlarning shishishi bilan 3 haftadan ortiq davom etishi mumkin. Ayollar siyishga qiynalishi mumkin.

Barcha belgilar yo'qolib ketgandan so'ng ham virus organizmda qoladi. Bir necha hafta yoki yildan so'ng birdan yana paydo bo'lishi mumkin. Ko'pincha ular oldingi joyda paydo bo'lib, dastlabkiga nisbatan og'riqsizroq bo'ladi va tezroq tuzalib ketadi.

Davolash:

Gerpesni davolovchi dori yo'q. Zararlangan joyni toza tuting. Pufakchalar yoki yaralar bor mahalda, hatto prezervativ bilan ham jinsiy aloqada bo'lmang.

Qo'llaringizni tez-tez yuving va yaralarni ushlamaslikka harakat qiling. Yaralarni ushlagandan so'ng bemor ko'zlarini ishqalasa yoki qo'lini og'ziga solsa, kasallik ko'zga yoki og'izga o'tishi mumkin.

EHTIYOT BO'LING: Agar tug'ayotgan ayolning gerpes yaralari bo'lsa, uning bolasi kasallanishi mumkin. Bu juda ham xavflidir. Mabodo sizda jinsiy gerpes bo'lsa, tibbiyot xodimi yoki doyangizga bu haqida ayting.

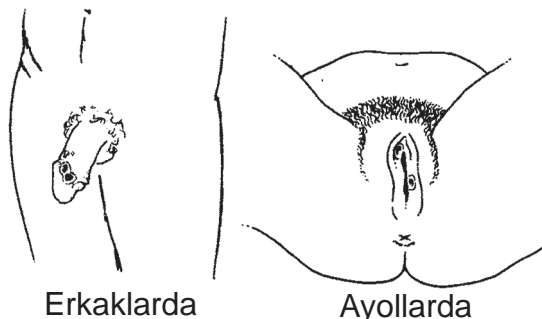
ESLATMA: Atsiklovir kabi ba'zi qimmat dorilar yaralarning paydo bo'lishi bilan ichilsa, og'riqni pasaytirib, ularning tuzalishini tezlashtiradi.

Shankr (yumshoq shankr) Kasalligi

Belgilari:

- jinsiy organ yoki orqa peshovdagi yumshoq, **og'riqli** yaralar

- chovda kattalashgan limfatik bezlar (bubon) kuzatilishi mumkin.



Davolash:

- 3 kun davomida kuniga 2 mahal 500 mg. dan Siprofloksatsin (432-bet) bering yoki o'rniga 7 kun 500 mg. dan Eritromitsin (636-bet) bering. **Homilador va kichgina bolalar Siprofloksatsin qabul qilmasliklari kerak.**
- Shu davrning o'zida zahmga (439-bet) qarshi davolash ham yaxshidir.
- Agar limfa bezlarning shishishi kuzatilsa, ularni yorib, yiringini chiqara oladigan tibbiyot xodimiga murojaat qiling.

XATNA QILISH (JINSIY A'ZODAGI TERINI KESISH)

Ko'p xalqlarda o'gil yosh bolalar jinsiy organining uchidagi teri kestiriladi, shuningdek dunyoning ba'zi joylarida, ba'zi urf-odatlarga ko'ra qizlar ham kestiriladi. **Lekin, qizlarni kestirish qizlar sog'lig'i uchun bu o'ta xavfli va bunday kestirishlar vahshiylik belgisidir.** O'gil bolalarni kestirish, tibbiy tarafdin **majburiy** emas.

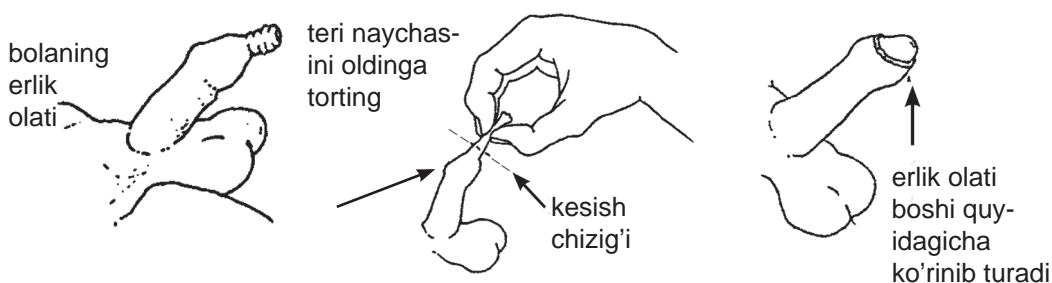
O'gil bolalar olatining „boshini“ to'sib turuvchi teri naychasi bilan birga tug'iladi. Uchidagi teshikdan siydik chiqib turgan bo'lsa hech qanday muammo bo'lmasligi kerak. Bola 4 yashar bo'lgunga qadar olatning teri boshchasi to'la chiqib turadigan bo'lib tortilmaydi. Bu oddiy hol bo'lib kestirish shart emas. Terini kuch ishlatgan holda orqaga tortmang.

Lekin bolaning teri naychasi qizarib, shishib yoki bola og'riqsiz siya

Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

olmaydigan darajada tortilib ketsa, bu oddiy hol emasdir. Uni kestirish uchun tibbiyot xodimi oldiga tez olib boring.

Xalq urf-odatlariga ko'ra sog'lom o'gil bolaning kestirilishi malakali odam orqali amalga oshiriladi. Yangi lezviyani ishlatgan holda, u erlik olatining boshchasi orqasidagi terili naychani kesib tashlaydi. Kesilgandan so'ng biroz qon chiqishi kuzatiladi. Erlik olatini qon to'xtagunga qadar 5 minut davomida toza latta yoki doka bilan ushlab turing.



Agar qon to'xtamasa, qotgan qonni toza suv bilan yuving va teri naychasini barmoqlaringiz bilan qon to'xtamagunga qadar qisib turing. Dorilarning keragi yo'q.

KICHIK, MUDDATIDAN OLDIN VA VAZNI OZ BO'LIB TUG'ILGAN BOLALARGA E'TIBOR

Juda kichik (2,5 kg. dan yengil) tug'ilgan bolalarga maxsus e'tibor kerak. Agar iloji bo'lsa, bolani shifoxonaga olib boring. Shifoxonada bunday bolalar odatda inkubator deb ataladigan iliq, himoyalovchi va harorati nazoratda turadigan moslamada saqlanadi. Lekin, sog'lom bo'lgan bolalarni ona doim **bag'riga bosish yo'li bilan** ham himoya qilishi va isitishi mumkin:

- ◆ Bolani yalang'och qilib, yo'rgagi bilan yoki usiz ikki ko'kragingiz orasiga oling va ust-boshlar tagiga, teringiz ustiga qo'ying. (Keng ko'ylak, sviter kiyish yoki belingizni bog'lab olish yordam beradi.)
- ◆ Bola xohlagancha tez-tez emib tursin, kamida har 2 soatda bir marta.

◆ Belingizni ko'tarib (yarim o'tirgan holda) uxlang.
Bola tepaga qaragan bo'lsin.

◆ Bolaning yuzi va ostini har kuni yuvib turing.

◆ **Bola doim iliq turayotganiga(ekanligiga) e'tibor bering.** Agar havo sovuq bo'lsa, bolaga qo'shimcha ust-bosh kiydirib boshini o'rab qo'ying.

◆ Siz dam olayotgan yoki cho'milayotganingizda otasi yoki boshqa oila a'zosi bolani bag'riga bosib tursin.

◆ Bolani tibbiyot xodimining oldiga tez-tez olib borib turing. U barcha emdorilarini olayotganiga e'tibor bering (273 -bet).

◆ Bolaga temir moddasi bo'lgan mahsulotlardan, vitaminlardan, ayniqsa, D vitaminidan (706-bet) berib turing.

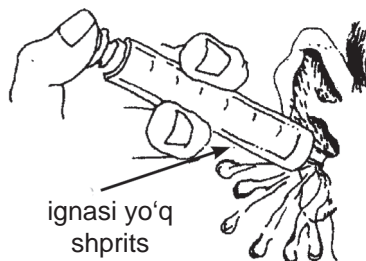


QULOQ KIRI

Quloqda bir oz kir bo'lishi tabiiydir. Lekin ba'zi odamlarning quloq'ida kir ko'p bo'ladi yoki quloq pardasining yonida tuguncha bo'lib qotib qoladi. Bu esa quloq yo'li yopilishi va odamning yaxshi eshitmasligiga olib keladi.

Davolash:

Kirni olib tashlash uchun uni iliq o'simlik yog'ining bir necha suyuq tomchilari bilan yumshatish kerak. Kasal quloq'ini tepaga qaratgan holda 15 min. yotsin. So'ng quloq ichiga iliq (issiq emas) suv quyish bilan uni yuving.



Agar bu yordam bermasa, ignasi yo'q shprits bilan quloq

Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

yo'lga iliq suv quyung. Buni bir necha marta qaytaring yoki kir chiqqunga qadar qiling. Kasalning boshi aylansa suv quyishni to'xtating. Agar kir hali ham chiqmayotgan bo'lsa, tibbiy yordamga murojaat qiling.

JUDA SOVQOTGAN KISHIGA BERILADIGAN TEZ YORDAM

Tana, Issiqligining Yo'qolishi - Gipotermiya

Sovuq iqlimli joylarda yoki havo sovub, qattiq shamol bilan yog'ingarchilik bo'lib turgan mahalda yetarli darajada issiq kiyinmagan odamlarning tana issiqligi yo'qolishi mumkin. **Bu juda xavflidir.** Muzqotib qolgan odam ko'pincha unga nima bo'layotganini sezmaydi. Uni bunga aqli yetmay qoladi, u hatto yordam so'rashni ham bilmay, nobud bo'lishi mumkin.



Belgilari:

- To'xtatib bo'lmaydigan titroq tutishi
- Sekin yoki tushunib bo'lmas darajada gapirish
- Yurayotganida qoqilaverish
- Fikr chalg'ishi
- O'zini juda toliqqan sezish

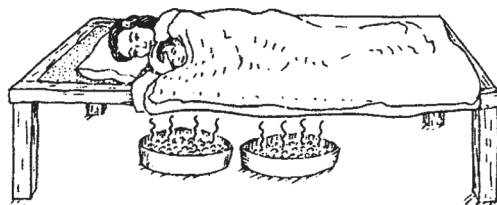
Davolash:

- ◆ Bunday odamni darhol shamol tegmaydigan, quruq va issiq joyga olib boring.
- ◆ Agar ust-boshlari ho'l bo'lsa, ularni yechib quruq kiyimlarni kiygizing. O'zini quruq ko'rpalar bilan o'rab qo'ying.
- ◆ Uning bosh, oyoq va qo'llarini yopganingizga e'tibor bering.
- ◆ Bir nechta toshni qizitib, kuruq lattaga o'rang so'ng ko'krak, bel yoki chov yoniga qo'ying.

OGOHO BO'LING: Kasalni juda tez isitib yubormang, chunki bu yurak muammolariga va o'limga olib kelishi mumkin.

◆ Kasalni isitish uchun barcha zarur narsalarni qiling. Agar u bola bo'lsa, uni bag'ringizga bosib (114 - betga qarang) isiting. Yoki uni quchoqlagan holda uxlang. Agar iloji bo'lsa, yonida boshqa yana kimdir yotsin. Karavotingiz tagiga ko'mir cho'g'i solingan tog'ora yoki kichik kerosin lampalaridan qo'ying. (kuydirib yuboradigan yoki juda qizdiradigan darajasida issiq bo'lmasligi kerak)

◆ Kasalga yegani shakar, qand, asal, pishgan shirin mevalar yoki ularning sharbati kabi shirinliklardan ko'proq bering. Agar sizda bunday narsalar bo'lmasa, unga kraxmalli guruch, non yoki kartoshka kabi mahsulotlardan bering.



◆ Agar kasal nafas olmay qolsa, unda og'izdan og'izga nafas bering va bu muolajani bir soat davomida qiling (174-bet).

◆ Agar kasalning titrog'i to'xtasa-yu, ammo yuqorida aytilgan boshqa belgilar yo'qolmagan va u hushsiz bo'lsa, u juda jiddiy holatdadir. Uni isitishga harakat qiling, ammo u uyg'onmasa, **TEZ** tibbiy yordamga murojaat qiling.

Chaqaloq va Kasal Odamlarda Tana Haroratini Xavfli Darajada Pasayib Ketishi

Ba'zan, ayniqsa sovuq havoda chaqaloq, kasal bola yoki juda qari, kasal, quvvatsiz odam ko'p issiqlik yo'qotishi natijasida tana harorati normaldan pasayib ketishi mumkin. Yuqorida aytilgan belgilar yuz berib, kasal nobud bo'lishi mumkin. Yuqorida aytilgandek qilib, kasalni isitishga harakat qiling.

Badanni Sovuq Urishi

Muzlatadigan havoda issiq kiyinmagan odamlarning qo'llari, oyoqlari, quloqlari va ba'zan betlari muzlay boshlaydi. **Sovuq urishi juda xavflidir.** Agar teri to'la muzlab qolsa (sovuq urgan bo'lsa), to'qimalar o'lib teri keyinchalik qorayib ketadi (399-bet). Shu joyni kesib tashlash kerak bo'ladi (amputatsiya).

Sovuq urishning belgilari:

- Avvalo tanani ochiq qolgan qismi uvishib va qattiq og'riydi.
- So'ng, o'sha qism muzlagan sari sezgilari yo'qoladi.
- Undan keyin esa, terining rangi o'chib va paypaslab ko'rilganda qattiq bo'lib seziladi.

Sovuq urishini davolash:

Agar teri paypaslab ko'rilganda yumshoq bo'lsa, bu oddiy sovuq urishi bo'lishi mumkin. Shu joyni issiq qilib o'rang va kasal yoki boshqa odam tanasining issiq joyga qo'yib isiting. Harakat qiling va sovuqdan iloji boricha tezroq qutilishga harakat qiling.



Ko'l va oyoqlarni bag'ringizga olib isiting.



Bet va quloqlarni o'rab qo'ying.

Og'irroq sovuq urishini davolash:

EHTIYOT BO'LING! Muolaja davomida va undan so'ng ham kasal issiq tutiladigan joyda bo'lishi kerak, uni ana shunday joyga olib kelmasdan ilgari davolashni boshlamang. Oyoq va qo'llarni isitib so'ng yana muzlatgandan ko'ra ularni bir muncha vaqt sovqatgan holda qoldirgan ma'quldir. Issiq va pana joyga yetib olganingizdan so'ng:

- ◆ Katta idishni iliq (**issiq emas**) suv bilan to'ldiring, suvning iliqligi qo'lingizni solganingizda o'zingizni qulay his qiladigan darajada bo'lishi kerak.
- ◆ Kasal odamning muzlagan joyini iliq bo'lgunga qadar shu suvga soling.
- ◆ Agar suv sovub qolsa, iliq suvdan yana qo'shing. Lekin bunda kasalning qo'l yoki oyog'ini suvdan olib turing. Esingizda tuting, bemor suv qanchalik issiqligini sezmaydi, shuning uchun siz uni osonlikcha kuydirib qo'yishingiz mumkin.
- ◆ Muzlagan joy issigan sayin qattiq og'riy boshlaydi. Kasalga Aspirin yoki Ibuprofen (649-651-betlar) bering.
- ◆ Tananing muzlagan qismi iligandan so'ng, kasal issiq o'ralib dam olishi kerak.
- ◆ Muzlagan qismni ehtiyot qiling. Unda juda xavfli jarohat yoki kuyish (198-bet) belgilari bor yo'qligiga qarang. Tibbiy yordamga murojaat qiling. Ba'zan o'lik joylar jarrohlik yo'li bilan olib tashlanishi kerak.

LEYSHMANIOZ

Bu infeksiya, bir odamdan ikkinchi odamga kichik qum pashsha chaqishi orqali yuqadi. Kasallik ba'zan ichki organlarning shikastlanishiga sabab bo'ladi (ichki organlar leyshmaniozi). Buni aniqlash qiyin. Uni davolash ham juda qiyin va qimmatga tushadi. Agar iloji bo'lsa, tibbiy yordamga murojaat qiling. Leyshmanioz kasalligini boshqa turlari odatda terini shikastlaydi (teri leyshmaniozi). Uni davolash osonroq.

Teri leyshmaniozining belgilari:

- ◆ Pashsha chaqqan kundan 2-8 hafta o'tgandan so'ng o'sha joy shishadi.

Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

- ◆ Shishgan joy ochiq (odatda yiringli) yaraga aylanadi “yomon jarohat” deb shuni aytadilar.
- ◆ Yaralar o'z-o'zidan tuzalib ketishi yoki bir necha haftadan 2 yilgacha vaqt davomida tuzalishi mumkin.
- ◆ Yaralar osongina infeksiyalanadi (bakteriya tushadi).

Davolash:

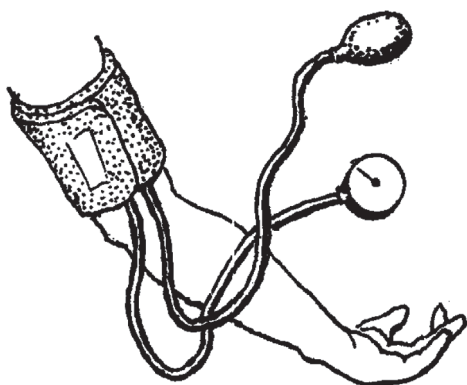
- ◆ Yarani sovutilgan qaynagan suv bilan yuving.
- ◆ Yaraga 10-15 minut issiq kompress (juda issiq emas) qo'ying.
- ◆ Buni 10 kun davomida kuniga 2 mahal qiling. Ushbu „issiqlik bilan davolash” ning o'zi ko'pincha tuzalish uchun yetarli bo'ladi.
- ◆ Agar yaraga infeksiya tushganga o'xshasa (qizarsa va og'risa), antibiotiklar bering.

QON BOSIMINI O`LCHASH

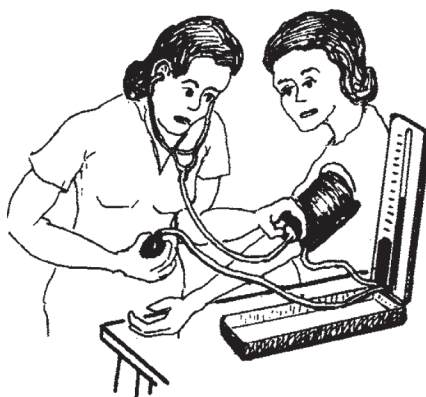
Qon bosimini o`lchash tibbiyot xodimi uchun muhimdir. U quyidagi xollar-da, ayniqsa, foydalidir:

- Homilador ayollar.
- Onalarda tug`ruqdan oldin va keyin.
- Ko`p qon yo`qotayotgani (tashqi yoki ichki qon ketish xollari).
- Shok yoki allergik shok holatidagi odamlar.
- 40 dan oshgan odamlar.
- Semiz odamlar.
- Yurak muammolari, insult, nafas olishga qiynalayotgan, tez-tez boshi og`riydigan, shishgan, qand kasali, siydik yo`llarining surunkali kasalliklari, shishgan yoki og`riqli venalari bor odamlar.
- Yuqori qon bosimi bor odamlar.
- Homiladorlikdan saqlovchi tabletkalarni ichayotgan (yoki ichishni rejalashtirayotgan) ayollar.

Qon bosimini o`lchovchi 2 xil asbob mavjud:



Ko'rsatgichli qon bosimini o'lchaydigan asbob - manometr



Simobli qon bosimini o'lchaydigan asbob - manometr

Qon bosimini o'lchash uchun:

- **Odam o`zini xotirjam tutishi kerak.** Yaqinda qilingan mashqlar, ach-chig`lanish yoki xavotirlanish qon bosimining ortishiga va noto`g`ri ma`lumot olinishiga olib keladi. Odamning xavotirlanmasligi va qo`rqmasligi uchun nima qilmoqchi ekanligingizni unga tushuntiring.
- Odam **qo`lining yuqori qismiga** - yelkaning bilak oralig`iga asbobning yengini o`rnating. Manjetini bog'lang.
- Rezinali balonchaning **buragichini (vintini) berkiting.**
- **Bosimni** simob ustunining 200 millimetridan ortadigan qilib **ko`taring.**
- Fonendoskopni tirsakning **ichki tarafiga qo`ying.**
- Havoni asta-sekin qo`yib yuborib, qon **tomirining urishini e`tibor bilan eshiting.** Asbobning ko`rsatkichi (yoki simob darajasi) asta tusha boshlaganda yuqoridagi va pastdagi o`lchamlarga e`tibor bering. **Ikki narsaga katta ahamiyat berib, yozib qo'yishingiz kerak bo'ladi:**

1. **Tomirining urishi asta eshitila boshlagan payti yuqoridagi o'lcham hisoblanadi.** Bu asbob ichidagi bosim arteriyaning yuqori bosimi darajasiga (sistolik yoki yuqori bosimga) tenglashganda yuz beradi. Har safar yurak qisqarib qonni arteriyalarga kuch bilan haydab chiqariganida ana shunday bosim yuzaga keladi. Normal odamning yuqori bosimi 110 dan 120 mm gacha bo'ladi.

2. Asta tomir urishini eshitgan holda, havoni chiqarishni davom ettiring. **Quyida o'lcham qon tomiri urishi pasayib yoki yo'qolib ketgan joy hisoblanadi.** Bu asbobdagi bosim arteriyaning past bosimiga (diastolik yoki pastki bosimga) teng kelganidan yuz beradi. Ushbu bosim yurak urishlar orasida dam olayotgan paytdagi bosimga to'g'ri keladi. U odatda 60 dan 80 mm.gacha bo'ladi.

Biror odamning qon bosimini o'lchaganda doim ikkala yuqori va past bosimlarni ham yozib qo'ying. Katta odamning normal qon bosimi (QB) bo'lib quyidagicha qilib yozamiz:

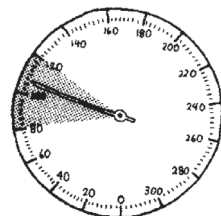
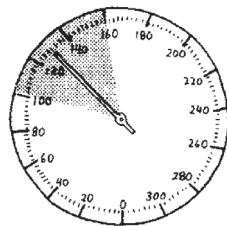
QB $\frac{120}{80}$ yoki **QB 120/80** 120 yuqori (sistolik) bosim va 80 past (diastolik) bosim o'lchamlaridir.

Tibbiyot xodimlari odamlar uchun sistolik va diastolik degan uzun va tushunarsiz so'zlarni „yuqori“ va „pastki“ bosimlar deb tushuntirgani ma'qulroqdir.

Agar qon bosimi 140/85 bo'lsa, xavotirlanishga o'rin yo'qdir. Agar 135/100 bo'lsa, **bu jiddiy yuqori qon bosimdir.** Kasal semiz bo'lsa, ozishi yoki davolanishi kerak. Agar pastki bosim 100 dan oshib ketsa, qon bosimini tushirish kerak (parhez yoki dori).

Kattalar uchun **normal qon bosimi 120/80 atrofidadir,** lekin 85/50 dan 140/90 gacha bo'lgan bosim ham normal deb yuritilishi mumkin.

Agar odamning qon bosimi past yuradigan bo'lsa, buning xavotirlanadigan joyi yo'qdir. Qon bosimi normaldan past ya'ni 85/50 dan 110/70 gacha bo'lsa, bu odam uzoq yashashi va yurak muammosi yoki insult-



dan azob chekishga moyil emasligining belgisidir.

Qon bosimining **birdan pastlab ketishi ham xavfli belgidir**. Ayniqsa, agar u 60/40dan ham pastlab ketsa. Tibbiyot xodimi qon yo`qotayotgan yoki shok(170-bet) xavfi bor odamlardagi qon bosimining birdan pastlab ketishi hollarini kuzatishi kerak.



PESTITSID (KIMYOVIY DORI-O'G'IT)LARDAN ZAHARLANISH

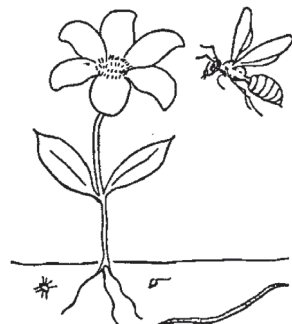
Pestitsidlar ma'lum o'simlik (gerbitsid), zamburug' (fungitsid), hashorotlar (insektitsid) yoki boshqa zararkunanda hayvonlarni (masalan, kalamush) yo'q qilish uchun ishlatiladigan kimyoviy zaharlardir. Oxirgi payda, pestitsidlarning noto'g'ri ishlatilishi rivojlanayotgan davlatlarning katta muammosi bo'lib qolmoqda. Ushbu xavfli kimyoviy dorilar og'ir kasalliklarga olib keladi. Shuningdek, ular „tabiiy marom“ (tabiiy balans)ning buzilishiga va hosildorlikning pasayishiga sabab bo'ladi.



Pestitsidlarning ko'plari juda xavflidir.

Qishloq aholisi ularning zaharli ekanligini va ulardan saqlanish kerakligini bilmay ishlatadilar. Natijada, ular **qattiq kasal, ko'r, bepusht, falajlangan bo'lib qolishlari yoki bolalari nogiron bo'lib tug'ilishi mumkin**. Shuningdek, kimyoviy dorilar bilan noto'g'ri ishlash yoki ular ishlatilgan oziq-ovqatlarni iste'mol qilish, rak kasalligiga olib kelishi mumkin.

Hashorat va begona o'tlarni yo'q qiluvchi kimyoviy dorilar avvaliga hosildorlikni yuqori ko'taradi. Lekin hozirgi kunga kelib pestitsidlar bilan ishlov berilgan joylardan ular ishlatilmagan joylardagiga nisbatan kamroq hosil olinmoqda. Sababi shuki, pestitsidlar parazitlarning ko'payib ketishiga yo'l qo'ymaydigan „foydali“ qush va hashoratlarni ham o'ldiradi. Bundan tashqari, pestitsidlar ishlatilgan joylarda begona o'tlar va zararkunanda hashorotlar ularning ta'siriga chidamli bo'lib qoladi, shunga ko'ra keyingi safar pestitsidning kattaroq miqdori va zaharlirog'i

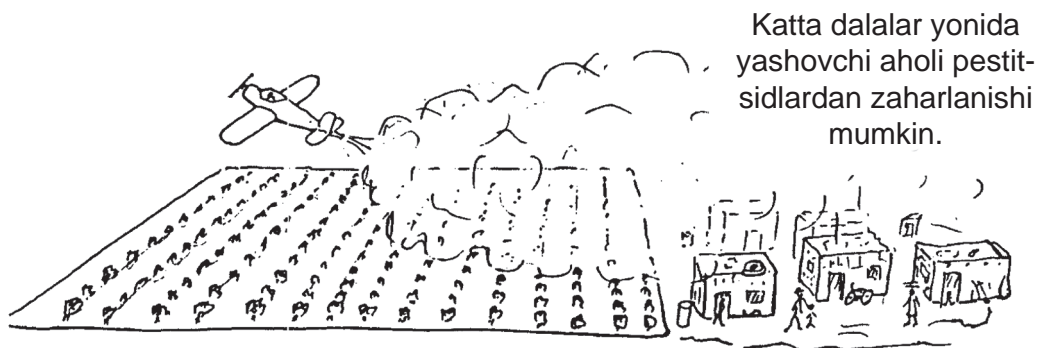


Pestitsidlar ari va chualchang kabi foydali hashoratlarni ham o'ldiradi

Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

kerak bo'ladi. Shunday qilib, dehqon ularni bir safar ishlatganidan so'ng, pestitsidga qaram bo'lib qoladi.

Ba'zi odamlar pestitsidlar ishlatilgan dalalar yonida yashaydilar. Zahar osonlik bilan ularning uy va suvlariga tushishi mumkin. Bu, ayniqsa, bolalar uchun zaharlidir, chunki uning oz miqdori ham ularga katta zarar yetkazishi mumkin.

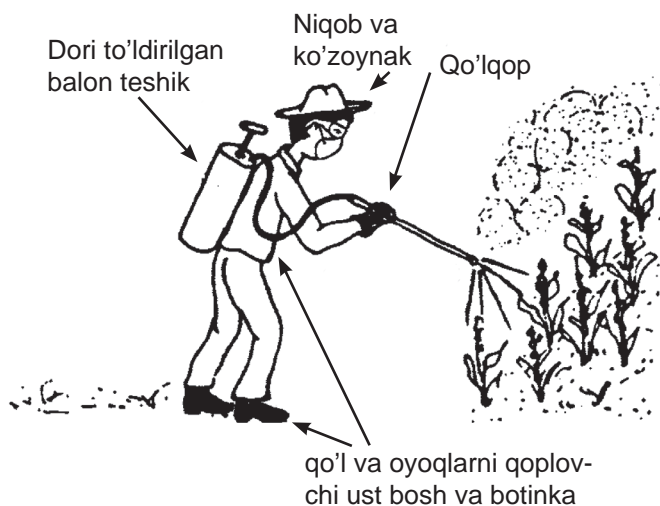


Afsuski, rivojlangan mamlakatlardagi qonunlar pestitsidlar ishlatilishini chegaralab qo'yganidan so'ng, zavodlar ularni qonunlari unchalik qat'iy bo'lmagan rivojlanayotgan mamlakatlarga sota boshladilar.

Eng zaharli pestitsidlar quyidagilardir: aldrin, dieldrin, endrin, xlordan, gertaxlor, DDT, DRT, DVSR, NSN, VXS, etilen dibromid (EDB), parakvat, paration, sariq agent (1-4D, 2-4-5T bilan), kamfexlor (toksafen), pentaxlorofen (PSP) va xlordimeform.

Pestitsid sotilayotgan idishdagi yozuvlarni yaxshilab o'qing. Kichik harfli yozuvlarga e'tibor bering, chunki katta harflar bilan yozilgani pestitsidning sotilish nomi bo'lishi mumkin.

OGOHO BO'LING: Agar siz qanday bo'lmasin biror hil pestitsid ishlatayotgan bo'lsangiz, quyidagi ehtiyot choralarini ko'ring:



- ◆ Purkash asbobini kimyoviy moddaga ehtiyotkorlik bilan to'ldiring.
- ◆ Purkayotganingizda pestitsidni shamol olib ketadigan qilib turing.
- ◆ Butun tanangizni qoplaydigan himoyalovchi kiyim kiying.
- ◆ Ovqatlanishdan avval qo'llaringizni yuving.
- ◆ Sepib bo'lganingizdan so'ng ust-boshingizni almashtiring va cho'miling.
- ◆ Ust-boshingizni yuving.
- ◆ Yuvindini ichiladigan suvga tushirmang.
- ◆ Pestitsidlar maxsus joylarda va bolalardan uzoqda ekanligiga e'tibor bering. Pestitsidlar idishini ovqat va suv uchun ishlatmang.

EHTIYOT BO'LING: Bolalar, homilador va emizikli ayollar pestitsidlardan uzoqda bo'lsin.

Pestitsidlardan zaharlanganlarni davolash:

- ◆ Agar zaharlangan kishi nafas olmayotgan bo'lsa, og'izdan og'izga nafas bering (174-bet).
- ◆ Zaharlangan kishini qayt qildirish uchun 10-bobda aytilgan ko'rsatmalar-ni bajaring va uning ichagidagi zaharni chiqarish uchun ko'mir kukuni (yoki tuxum oqi)dan bering. Lekin ishlatilgan pestitsid turini yoki bemorni ichiga pestitsid bilan birga benzin, kerosin yoki boshqa neft mahsulotlari tushgan-tushmaganligini bilmay turib, kasalni qayt qildirmang.
- ◆ Pestitsid tekkan ust-boshlarni yeching va badanni, pestitsid tushgan joyini yuving.

ABORTNING ASORATLARI

Bola yashab ketadigan darajada rivojlanmay turib, ayol homiladorligining to'xtatilishi - abort(bola oldirish) deyiladi. (Ushbu kitobda biz abort so'zini faqat reja bilan, ya'ni ataylab bola olib tashlanadigan hollarni ifodalash uchungina ishlatamiz. Rejalashtirilmagan abort, ya'ni bolaning o'z-o'zidan tushib ketishi „homila tushishi” deyiladi.)

Abort qilish yoki qilmaslik qaroriga kelish - qiyin masala bo'lishi mumkin. Bunday qiyin paytlarda, do'stona maslahat va tushunish, ko'pchilik ayollar uchun yordamdek bo'lishi mumkin. Agar abort kasalxonada yoki klinikalarda tibbiyot xodimlari tomonidan amalga oshirilsa, ko'pincha ayol uchun xavfsiz bo'ladi. Eng yaxshisi, abortni homilaning kichikligida qilgan yaxshidir.



Lekin abort uyda, xonaki yo'l bilan va tibbiyot xodimi bo'lmagan odamlar tomonidan amalga oshiriladigan bo'lsa, unda ayol uchun o'ta xavfli bo'lishi mumkin. Abortlar qilish qonunga xilof bo'lgan mamlakatlarda yoki abort qildirish mushkul bo'lgan joylarda, bunday xonaki usullar, 12 dan 50 yoshgacha bo'lgan ko'pgina ayol-qizlarning o'limiga sabab bo'lmoqda.

Homiladorlikni to'xtatish maqsadida, cho'p yoki boshqa qattiq narsalarni qinga yoki bachadonga tiqish, bachadonni siqish, zamonaviy yoki shifobaxsh o'simliklardan tayorlangan dorilarni ishlatish **ko'p qon yo'qotish, infeksiyalarga va hatto o'limga ham olib kelishi mumkin.**

Abortdan keyin keladigan xavfli o'zgarishlar:

- isitma;
- qorin sohasidagi og'riq;
- ko'p qon yo'qotish

Agar siz homilador bo'lgan ayolda, bunday belgilarni sezsangiz, bu abort asorati bo'lishi mumkin. Ular bolaning tushib ketganini ham bildirishi mumkin (508-bet). Bachadondan tashqaridagi homiladorlik (507-bet) yoki salpingit kasalligi (451- bet) kabilar ham avvalgi abort natijasi bo'lishi mumkin.



Yuqoridagi (oldingi betga qarang) muammolari bor ba'zi ayollar tibbiy yordam olish uchun keladi, ammo nima bo'lganini aytishga uyaladi yoki qo'rqadi. Boshqalari esa tibbiy yordamga borishga ham uyalib, qo'rqib yurishadi. Ular kasali zo'raygunga qadar bormaydilar. Shu tariqa fursat boy berilishi, natijasi yomon bo'lishi mumkin. **Ko'p qon ketishi (odatdagidan ko'p) yoki abortdan keyingi infeksiya xavflidir. Tez tibbiy yordamga murojaat qiling! Tibbiy yordam kelgunga qadar quyidagilarni bajaring:**

- ◆ Qon ketishni to'xtatishga harakat qiling. Bolaning tushib ketganidan keyingi qon ketish xususida 19-bobda aytilgan yo'l-yo'riqlarga amal qiling. Metilergometrin ukolini oling.
- ◆ Shokka qarshi davo qiling (10-bob).
- ◆ Agar infeksiya belgilari bo'lsa, tug'ruqdan keyingi isitma mahalidagidek antibiotik bering, 19-bob.

Abortdan so'ng kasallanish va o'lish hollarining oldini olish uchun:

- ◆ Har qanday abortdan so'ng antibiotik (ampitsillin, tetratsiklin) bering. Bu infeksiya va xavfli asoratlarga uchrash ehtimolini kamaytiradi.
- ◆ **Homiladorlikning oldini oling.** Homiladorlikdan saqlanish usullarini ayol va erkak bilishi kerak (20-bob).
- ◆ Abortdan so'ng **har qanday** belgi yoki muammolari bor ayol **darhol** tibbiy yordamga murojaat qilishi kerak.
- ◆ Qishlog'ingizni yoki mahallangizni rahmdilroq va xushli joy qilishga jon kuydiring, ayniqsa ayollar va bolalarga nisbatan. Agar, jamiyat har bir odamning muhtojliklariga befarq bo'lmay, aksincha, yordam qo'lini cho'zsa, unda ayollarning abortga bo'lgan ehtyojlari ham kamayadi.
- ◆ Abortlar tibbiyot xodimlari tomonidan, toza va xavfsiz sharoitlarda amalga oshirilishi har bir ayolga imkonli, bepul yoki arzon bo'lishi kerak. Shundaygina, ayollar xavfli xonaki abortlarga muhtoj bo'lmaydilar.
- ◆ Abortdan so'ng **har qanday** belgi yoki muammolari bor ayol, **darhol** tibbiy yordamga murojaat qilishi kerak. Bu qadamni qo'llab quvvatlash maqsadida, tibbiyot xodimlari bunday ayollarga rahmdil bo'lib, ularni hech qachon uyatga solmasliklari kerak.

GIYOHVANDLIK (NARKOMANIYA)

Zararli, odamni o'ziga o'rgatib, qaram qilib qo'yadigan moddalar hozirgi kunning dolzarb muammolaridan biridir.

Lekin, odamni o'ziga o'rgatib oluvchi va zararli moddalardan spirtli ichimliklar va tamaki ko'p mamlakatlarda ruxsat etilgan. Ular insoniyat sog'lig'ini yomonlashtirib har yili millionlab aholining hayotiga zomin bo'layapti. Spirtli ichimliklarni ortiqcha iste'mol qilish dunyoda qanchadan-qancha odamlar, oilalar boshiga katta balo bo'lib, ko'pgina ijtimoiy muammolarni keltirib chiqarmoqda. Sigaret chekish yaqin yillargacha rivojlangan mamlakatlardagi ko'p o'limlarning asosiy sababchisi edi, hozirgi kunga kelib esa bu muammo rivojlanayotgan mamlakatlarda yana ham keskinlashib bormoqda. Rivojlangan mamlakatlardagi odamlarning

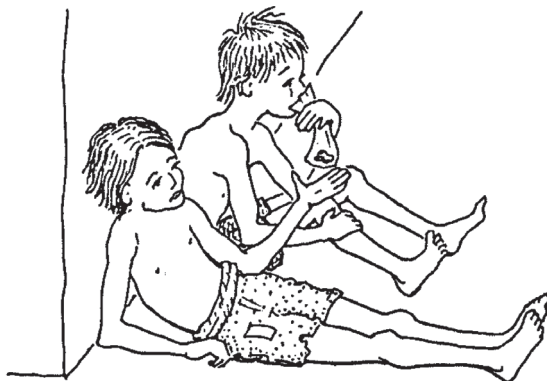
Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

ko'pchiligi chekmay qo'yganligi uchun zararli va odamni o'ziga o'rgatib oluvchi tamaki mahsulotlarini ishlab chiqaruvchi korxonalar o'z kuchlarini boshqa mamlakatlarga qaratganlar.

Tamaki va spirtli ichimliklar bilan bog'liq sog'liq muammolari haqida 276-279 betlardan bilib olishingiz mumkin.

Tamaki va spirtli ichimliklar bilan bir qatorda dunyoning turli burchaklaridagi odamlar noqonuniy giyohvand moddalarni ishlatmoqdalar. Buning turi ko'p, marixuana (nasha, gashish, ganja), opium (geroin, morfiy) va kokain (krek)lar shular jumlasiga kiradi.

Kambag'al odamlarning bolalari orasida tarqalib borayotgan juda zararli odat - kimyoviy dorilardan nafas olish (hidlash), ayniqsa yelim, ba'zan turli bo'yoq erituvchilar, etik moyi, benzin yoki hid chiqaruvchi boshqa moddalarni iskash (hidlash) ham muammo bo'lib qoldi.



Shuningdek, ba'zi odamlar dorilardan kuchli og'riq qoldiruvchi, qo'zg'atuvchi va ishtahani kuchaytiruvchi kuchli dorilardan noto'g'ri foydalanadilar. Bunday "dori"lar ichilishi, ukol qilinishi, chekilishi, chaynalishi yoki hidlanishi mumkin. Turli dorilar odamning jismi va ruhiyatiga turlicha ta'sir qiladi.

Kokain ta'sirida odam qisqa vaqt mobaynida o'zini go'yo kuchga to'lgan, baxtga erishgandek his qilishi mumkin, lekin vaqt o'tgan sari u o'zini charchagan his qilib, injiq bo'lib qoladi va tushkunlikka tushadi. Ba'zi spirtli ichimliklar, opium, morfiy va geroin kabi narkotik moddalar kimsani oldin bo'shashtiradi va tinchlantiradi, lekin keyinchalik u tushkunlikka tushishi, o'zini nazorat qila olmasligi yoki hatto hushini yo'qotishi ham mumkin. Boshqa narkotik moddalar - qora dori, ko'knori, marixuana, LSD kabilar esa odamga ta'sir qilib, hayoliy manzaralar og'ushiga soladi yoki hayolparastlikka olib keladi.

OGOHO BO'LING: Tamaki, spirtli ichimliklar yoki boshqa moddalarning homilador ayol tarafidan ishlatilishi uning tug'ilmagan farzandiga zarar yetkazishi mumkin. Shuningdek, boshqalar ishlatgan ignadan foydalanish xavfli kasalliklarning tarqalishiga olib keladi. **Gepatit (sariq) yoki SPID (OITS)**larga qarang.

Odamlar "dorilar"ni ko'pincha turli tashvishlar, kundalik hayotdagi qiyinchiliklarni unutish uchun ishlatadilar. Ular bir boshlaganlaridan so'ng „o'rganib“ qoladilar. Agar ular giyohvandlikni tashlashga harakat qilib ko'rsalar, ular rahmingizni keltiradigan holatda kasal yoki jahldor bo'lib qoladilar. Ular yana "dori" olish maqsadida ko'pincha jinoyatga qo'l uradilar, och qoladilar yoki oilalarini tashlab ketadilar. Kokain va geroinga o'xshash moddalar juda o'ziga tortuvchidir; odam ularni bir marotaba tatib ko'rgandan so'ng, ularga muhtojligi ortadi. Boshqa moddalar o'ziga keyinchalik o'rgatib oladi. O'rganib qolish juda xavfli bo'lib, sog'liq muammolari va o'limga olib kelishi mumkin. **Lekin mardlik, kuchli iroda va atrofdagilarning madadi bilan o'rganib qolishdan qutulish mumkin.**

Doriga bo'lgan qaramlik, quyidagilarga olib kelishi mumkin:

o'ziga e'tiborsizlik (befarqlik)



va oila muammolari, tajovuzkorlik va jahldorlik

O'rganib qolib, "dorisini" tashlagan odamning ahvoli, oldiniga aksari juda achinarli bo'lib, u g'alati harakatlar qiladi. Bu „chiqish“ yani xumorlik kasali deb ataladi. Odam juda asabiylashgan, tushkunlikka tushgan yoki jahli chiqqan bo'ladi. U dorisiz yashay olmayman deb o'ylashi mumkin. Piyonista, heroin yoki kokain ishlatuvchilarning xumorlik kasali juda qiyin kechishi mumkin. Bunday holatda ular juda jahldor, o'zi va boshqalarni ham, jarohatlaydi. Ular maxsus klinika yordamiga muhtoj bo'lishi mumkin. Marixuanaga, sigaretaga ruji qo'ygan, kimyoviy moddalarni nafasga oluvchi odamlarning shu zararli odatlarni tashlashi uchun tibbiy yordamning keragi yo'q, ammo oila va do'stlarning qo'llab quvvatlashi zarurdir.

Quyida narkotiklarga o'rganib qolish muammosini yechish bo'yicha bir necha maslahatlar berilgan:

◆ Dori ishlatishni tashlamoqchi bo'lganlarga yordam berishga va ularni qo'llab quvvatlashga harakat qiling. Ularning ruhiy holatlari sizning ta'siringizdan emas, doriga o'rganib qolganidan ekanligini esingizda tuting.

◆ Oldin "dori" qabul qilib, so'ng tashlagan odamlar bu odatni yolg'iz o'zi tashlashga urinayotgan odamlarga dalda beruvchi jamoa tuzsa yaxshi bo'lar edi.

"Anonim Piyonistalar tashkiloti" mana shunday tashkilotlardan biridir (277-bet). Ushbu odamlar guruhi dunyoning turli burchaklaridagi piyonistalarga o'rganib qolish muammosini yechishda muvaffaqiyatli yordam berib kelmoqda.

◆ Oila, maktab va tibbiyot xodimlari bolalarga tamaki, spirtli ichimliklar va boshqa narkotiklarning xavflari haqida tushuncha berishi kerak. „O'zini yaxshi his qilish“, „kattalardek sezish“ yoki kattalarga o'xshashning boshqa sog'lomroq yo'llary borligini bolalarga tushuntiring.

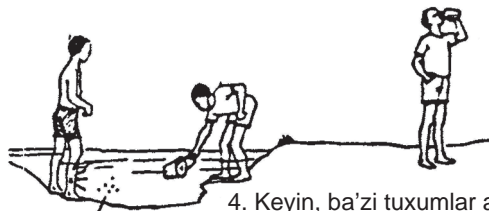
◆ Tamaki va spirtli ichimliklar televidenie, radio va gazetalarda reklama qilinadigan davlatlarda chekuvchi va ichuvchilarning soni ortmoqda.

DRAKUNKULYOZ (RISHTA)

Drakunkulez qurti, uzun va ingichka bo'lib, u odam terisi ostida yashab, to'piqda, oyoqda yoki tananing boshqa joylarida og'riqli yaralarni keltirib chiqaradi. Oq ip shaklidagi ushbu qurt, uzunlikda bir metrgacha yetishi mumkin. U asosan Afrikaning ba'zi joylarida tarqalgan.

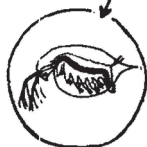
Drakunkulyoz qurti, odamdan odamga quyidagicha o'tadi:

1. Qurti va yarasi bor odam suvga tushadi, shunda qurt boshini yaradan chiqarib, minglab tuxumlarini suvga tarqatadi.



3. Boshqa odam esa, bu suvdan ichadi. Qurtning tuxumlariga ega suv burgalari, odam tanasiga tushadi.

2. Mayda suv burgalariga o'xshash xashoratlilar bu tuxumlarini tanasiga ilib oladi.



4. Keyin, ba'zi tuxumlar asta qurtga aylanib, teri ostida yashaydi, lekin, boshida, odam hech narsani sezmaydi.

Taxminan bir yildan so'ng, yetilgan qurt odam terisini teshib chiqadi va tuxumlarini sochadi. Shu yo'sin, yaralar ham paydo bo'ladi.

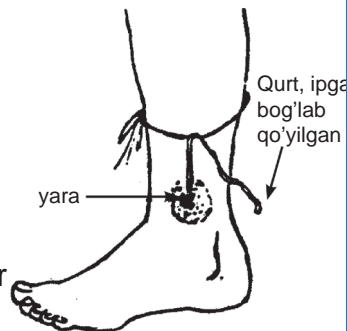


Belgilari:

- To'piqda, oyoqda, moyaklarda yoki tananing boshqa joylarida og'riqli shishlar paydo bo'lishi.
- Bir haftadan so'ng, shishgan joy yorilib ochiq yara xosil bo'ladi. Bu ko'pincha, suvda turganda yoki cho'milayotganda ro'y beradi. Ingichka ip simon qurt yaradan boshini chiqaradi.
- Agar yara ifloslansa yoki yallig'lansa, og'riq va shish kuchayadi va yurish ancha qiyinlashadi. Ba'zan, odam qoqsholga uchraydi (347-bet).

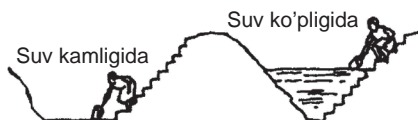
Davolanishi:

- Yarani toza saqlang. Qurtning boshi chiqquncha, yarani sovuq suvda ushlab turing.
- Qurtni ipga mahkamlang yoki ingichka cho'pga o'rang va sekin asta tortib chiqaring, har kuni oz-ozdan tortib, cho'pga o'rang. Bu jarayon bir hafta davom etishi mumkin. Qurt bir metrdan uzun bo'lishi mumkin! Uni uzib yubormang, chunki bu bir necha infeksiyalarga olib kelishi mumkin.
- Qurtni tortib olishni yengillashtirish maqsadida, bemorga metronidazol yoki tiabendazol bering. (Dorilar qurtni o'ldirmaydi).
- Qoqsholga qarshi dori bering.
- Agar yara infeksiyalansa (og'riq kuchaysa, yara qizarsa, shishsa yoki isitma chiqsa), bemorga penitsillin yoki dikloksitsillin yoki shunga o'xshash antibiotik bering (629-bet).



Oldini olish:

- Iloji bo'lsa, toza suv iching. Agar xovuzdagi suv sug'orish uchun mo'ljallangan bo'lsa, u suvni to'g'ridan-to'g'ri ichmang. Suvni, suv burgalaridan filtrlash maqsadida, suvni mato orqali idishga quyung.
- Yoki xovuz ustiga quduq o'rning. Shunda odamlar arqon va chelak yordamida o'zlariga suv oladilar.
- Agar xovuzga toshdan yasalgan zinalar yasalsa, odamlar oyoqlarini ho'l qilmasdan suv olishlariga imkon yaratiladi.



SUV OLAYOTGANDA, DOIM OXIRGI QURUQ ZINANI ISHLATING. OYOQLARNI HECH QACHON SUVGA SOLMANG.



Agar odamlar ichishga mo'ljallangan xovuzlarda cho'milmasalar, qurt infeksiyasi tarqala olmaydi, va vaqti kelib tabiiy yo'l bilan, siz yashaydigan terak-atrofdan qurt yo'q bo'lib ketadi.