

АХОЛИ SALOMATLIGINI MUSTAHKAMLASHDA TIBBIYOT HAMSHIRALARINING ROLI

Xujabayeva Gulira'no Erkabayevna

Urganch Abu Ali Ibn Sino nomidagi Jamoat

Salomatligi texnikumi o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada aholi salomatligini mustahkamlashda tibbiyot hamshiralarning o'rnini atroflicha tahrir qilingan.

Kalit so'zlar: hamshira, aholi, salomatligi.

Sog'lom turmush tarzini targ'ib etish, tibbiyot xodimlarining salomatlikni mustahkamlash borasidagi asosiy vazifalaridan biri hisoblanadi. Hozirgi kunda sog'lom turmush tarzining asosan insonlar tomonidan tushunilishiga alohida e'tibor berilmoqda. Zero har bir shaxsning o'zida sog'lom turmush tarziga intilish bo'lmas ekan, hech qanday shifokor yoki tibbiyot xodimi zo'r berib salomatligimizni kafolatlay olmaydi. Salomatligimiz va xotirjamligimiz o'z qo'limizda. (Shu boisdan ham salomatlikning mustahkamligi harakatning asosiy 5 yo'nalishlaridan biri - shaxsiy ko'nikmalarni rivojlantirishda yordam berish yo'nalishi ekanligi tasodif emas (Ottava Xartiyasi, BJSST, 1986-y). Tibbiyot xodimlari salomatlikning barcha jihatlariga oid to'liq axborotni taqdim etishlari, insonlarga o'z sog'liqlari va umuman jam'iyat salomatligiga nisbatan ijobiy munosabatda bo'lish, malakalarini oshirishda va axloqiy normalarni shakllantirishda yordam beradi. Salomatlikni mustahkamlash aholi sog'lig'ini yaxshilash jarayoni bo'lib, har bir insondan o'z sog'lig'ini nazorat qilishni taqozo etadi. Sog'liqni mustahkamlashning bir nechta usullari bo'lib, ularning barchasi juda muhim hisoblanadi. 1986-yili Ottavada (Kanada) sog'liqni mustahkamlash bo'yicha I xalqaro konferensiya bo'lib o'tdi. Bu anjumanda xartiya qabul qilindi, bunda «2000-yilda - barchaga salomatlik» bo'yicha vazifalarni amalga oshirish uchun lozim bo'lgan ishlar haqida so'z bordi. Bu xartiya butunjahon sog'liqni saqlash tashkilotiga a'zo barcha davlatlar tomonidan imzolandi.

Keyinchalik «Ottava Xartiya» deb nom olgan bu hujjatda salomatlikni mustahkamlash harakatining asosiy yo'nalishlari belgilab berildi:

- salomatlik asosiy maqsad etib olingan siyosatni yaratish;
- ijobiy, qulay muhitni yaratish;
- joylarda mahalliy faoliyatni kuchaytirish;

- shaxsiy ko'nikma va malakalarni rivojlantirish. Sog'lom turmush tarzini davlat siyosati darajasiga ko'targan davlatlar, salomatlikni mustahkamlash bo'yicha boshqa yo'nalishlarni rivojlantirishi uchun poydevor va sharoit yaratadi. Sog'liq uchun zararli bo'lgan mahsulotlarning, misol uchun alkogol va tamaki savdosi bilan

shug‘ullanuvchilarni soliqqa tortish; velosiped va piyodalar yurish uchun yo‘lakchalar qurilishiga investitsiyalar kiritish, maktab o‘quvchilarini qo‘shimcha tushlik bilan ta‘minlash. Mana shunday siyosatga misol bo‘la oladi. Ijobiy qulay muhit davlat, mahalliy va hattoki oila miqiyosida ham yaratilishi kerak. Zarur shart-sharoit yaratilgandagina shaxsning sogiom turmush tarzi osonroq kechadi. Masalan, jamoat joylarda (transport, restoranlar, o‘quv dargohlarida) yoki ish joyida chekishning man etilishi. Ichkilik va chekishni targ‘ib qiluvchi reklamalarni cheklash, ommaviy axborot vositalarida sogiom turmush tarzini targ‘ib etish, sport bilan shug‘ullanish uchun sharoitlar yaratish, ijobiy, qulay muhit yaratishga misol bo‘la oladi. Joylarda mahalliy faoliyatni kuchaytirish, sogiom turmush tarzini targ‘ib etish, salomatlikni mustahkamlashga doir dasturlar va tashabbuslarni qo‘llab-quvvatlash, shuningdek, jamiyatdagi salbiy holatlar bilan kurashish kabi tadbirlar uyushtiriladi. Salomatlikni mustahkamlash harakati sog‘lom ovqatning hammabopligini oshirish va oziq-ovqat mahsulotlari sifatini yaxshilash maqsadida oziq-ovqat kooperativlarini qo‘llab-quvvatlashlari; darslardan tashqari vaqtda sport bilan shug‘ullanish uchun katta yoshli insonlarning maktab sport majmualaridan foydalanishlarini qo‘llab-quvvatlashlari yoki hozirgi paytda xususiy bog‘dorchilik (bog‘-hovlilar) uchun berilgan yerlardan imorat solishda foydalanish rejalariga qarshi chiqishlari mumkin. Shaxsiy ko‘nikma, malakalarni rivojlantirish odamlarda salomatlik va sog‘lom turmush tarziga oid mustahkam va aniq bilimlar; o‘z salomatligi haqida tegishli qarorlar qabul qilish malakalari (salomatlikni mustahkamlash va saqlash)ni shuningdek, hayotning muayyan vaziyatlarida zaruriy malakalarining mavjudligini nazorat qilishni o‘z ichiga oladi. Malakalarni rivojlantirishda mijozlar uchun ta‘lim dasturlarini ya‘ni har doim ham ijobiy boim agan begona ta‘silarga berilmaslikka o‘rgatish; sog‘lom va to‘g‘ri ovqatlanish bo‘yicha informatsiya berish va o‘rgatish; alkagol istemol qiluvchilarning ichgan miqdorlarini nazort qilishga o‘rgatish dasturlarini qamrab oladi. Sog‘liqni saqlashning muvjud xizmatlarini yo‘naltirish turli darajada sogiiqni saqlash tizimining moliyalashtirilganligiga qarab amalga oshiriladi. Ularni shunday rejalashtirish kerakki, milliy siyosatimizning ustuvor vazifalaridan biri hisoblanishi zarur. Agar sogiiqni saqlash sohasida vositalar va muvosabotlar birlamchi halqasi va kasalliklar, jarohatlarning oldini olishga yo‘naltirilsa, kasalliklarni davolash xizmatlari emas, balki salomatlik xizmatlari haqida so‘zlash mumkin bo‘ladi. Bunday yo‘naltirish har bir tibbiyot xodimidan o‘z malakalarini oshirishni talab etadi. Salomatlikni mustahkamlash harakatining yuqorida qayd etilgan barcha yo‘nalishlari juda muhimdir. Har bir tibbiyot xodimi ushbu harakatning bir yoki bir nechta yo‘nalishlarida asosiy rol o‘ynaydi. Sogiiqni saqlash jamoasining asosiy sifatida harakatning boshqy sektorlarida aholi salomatligini kompleks davolash va sogiiqni saqlashning - «Salomatlik hamma uchun» shiorini hayotga tadbiiq etish bo‘yicha vazifalarni bajarishda o‘z kasbdoshlari bilan hammaslak bo‘lishlari zarur.