

№ 3 (12)
2011 жыл

Ауырып ем іздегенше,
Ауырмайтын жол ізде

Жас-Ай

Республикалық Шығыс-тибет медициналық

ақпараттық журналы

Жүрек – өмірге тірек

4-5-беттер

Дене бекерге бөртпейді

18-19-беттер

Дәрі шөптен шығады

22-25-беттер

Талғат МАМАШЕВ,
Дүниежүзі қазақтары қауымдастығы
Төралқа төрағасының бірінші орынбасары:

ЕЛБАСЫНЫҢ МАҚСАТЫ – БАР ҚАЗАҚТЫҢ БАСЫН ҚОСУ

16-17-беттер



Ұйықтап жатқан адамның әрекетіне селқос қарамаңыз!

Адам ұйықтағанда әртүрлі әрекет жасап, қилы-қилы дыбыс шығарады. Алайда бұл әрекеттердің қалыптан тыс болуы кейбір аурулардың алғашқы белгісі болуы мүмкін.

Тіс қайрау. Кейбіреулер тіс қайрағанда қатты шықырлатады. Бұл дене қуатының әлсірегендігінен, нервтің жақсы болмауынан, қан айналымның іркілісінен пайда болады.

Қорылдау, пысылдау. Қатты қорылдау мен пысылдау ұзақ уақытқа дейін басылмаса, тыныс жолының тосылғандығының белгісі. Бұл жағдай ұзақ уақыт жалғасса, қан аздық пайда болады.

Аунақшу. Дөңбекшіп, аунақшу нервтің орнықсыздығын, қан айналымның іркілісті екендігін білдіреді. Сіңірі оңай тартылады.

Аузын ашу. Кейбіреулер еріксіз аузын ашып ұйықтайды. Бұл есте сақтау қуатының әлсірегендігінің, мұрын қуысы, тыныс жолының тосылғанын білдіреді.

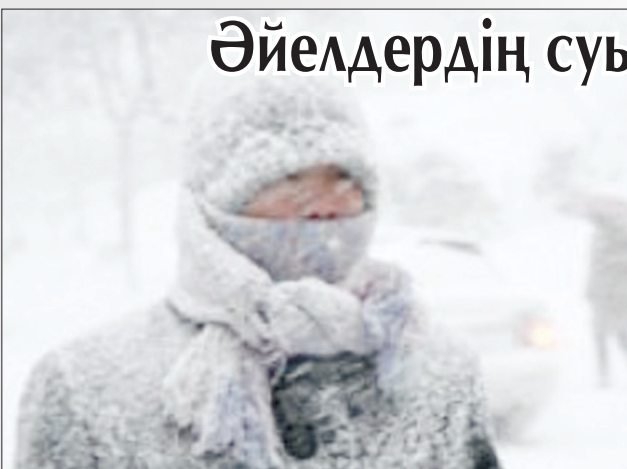
Сандырақтау. Мамандар сандырақтауды



нerv қалыпсыздығы ауруы, ол жүрек ауруына оңай шалдықтырады деп қарайды.

Осындай қалыпсыз жағдайлар байқалғанда, көңіл-күйді жақсы сақтап, тамаша ұйықтау дағдысын қалыптастырып, кішігірім ауруларды дер кезінде емдетіп, ағзада қатерсіз қан айналым қалыптастыруға тырысу керек.

Әйелдердің суыққа төзімсіз болуының себебі



Кейбір әйелдер етженді болғанымен, тоңпақ болады. Бұл – ағзада темір жетіспеушіліктің белгісі. Ас-судағы белок, май, қант сияқты заттар – адам денесінің энергиясы. Ол тотықтанып, энергия өндіріп, адам денесінің қажетін қамдайды. Денедегі қызыл клетка – оттегін жеткізетін дәнекер темірлі белок. Адам денесінде темір жетіспесе, қызыл клетканың болуына ықпал етеді. Туыт жасындағы әйелдер етеккір келген кезде, темірдің патологиялық құрауы еректердікінен көп болады. Оған қоса әйелдердің тамағы еректердікінен аз болатындықтан, тамақтан қабылдаған темір қажетін қанағаттандыра алмай, ағзада темір жетіспеу туылады. Сондықтан әйелдерде қан аздық еректерікінен көп болады.

Тер өңінің қалыпсыздығы неден дерек береді?

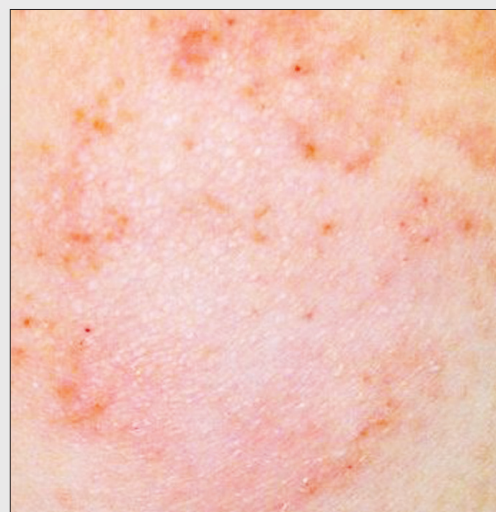
Қалыпты жағдайда адам денесінен шыққан тер түссіз, мөлдір болады. Адам денесінен шыққан терде белгілі түс пайда болу ағзаның ауруға шалдыққанынан дерек береді.

Сары тер. Қатты терлеп тұрғанда, суық суға шомылғанда денеге ызғар өтіп, тердің шығуын бүлдіріп, тердегі несеп заты молайып, тер сарғаяды. Ал тер сарғайып, ерекше күлімсі иіс шығу – бауыр қатаюдың белгісі.

Ақ тер. Бұл жүрек, өкпе қуатының әлсіреуінен болуы мүмкін.

Қызыл тер. Бауыр ыстығы күшті, тұрақты емес адамдардың тері қызарып кетеді. Осы заманғы медицинада ол ішкі секреция бездерінің бұзылуынан деп қаралады. Қызыл тер дененің кейбір бөлімдерінен қан шыққандығының белгісі болып табылады.

Жасыл тер. Бұл бауыр, өт сұйықтығының жайылуынан болады. Клиникада бұл «бауырдың төңкерілуі» делінеді. Өт түтігі жедел іріңді қабынғандардың тері жасыл болады. Тердің өңінде бөгде түс пайда болғанда ықылас қоя қадағалап, әрі аурудың басқа белгілеріне ұштастырып, дер кезінде диагноз қойдырып, емдету қажет.



Бұл санда:

Бұл санда:

Бұл санда:

Талғат МАМАШЕВ:
Елбасының
мақсаты – бар
қазақтың басын
қосу



16-17-беттер

Жасан Зекейұлы:
АҚШ та, Батыс
та шығыс емін
жек көрмейді



20-21-беттер

**Жүрек – өмірге
тірек**



4-бет

**Йод
тапшылығы**



10-11-беттер

**Дене
бекерге
бөртпейді**



18-19-беттер

**Дәрі шөптен
шығады**



22-23-беттер

**Ұшты сулы
сүйел**



26-27-беттер

**Еркек
ұрығының аз
болуы**



28-бет

**Ұршық
буынының
қабынуы**



30-31-беттер

**Тағдырың
туралы
таласпа!**



38-бет

Адам денесіндегі қан айналымды ретке келтіріп, қанды бүкіл денеге таратушы – жүрек. Егер жүрек қағысы бір секунд үзілсе, қан айналымы да тоқтап, адам жан үзеді. Жүректі оң-сол деп екі бөлікке, әр бөлікті жоғары-төмен екі қабатқа айыруға болады. Жоғары қабаты жүрек бөлімшесі, төменгі қабаты жүрек қарыншасы болады. Жүректің оң жақ бөлігі мен сол жақ бөлігі бір-біріне тұтаспайды. Жүрек бүйірі үш қабат мықты еттен құралған.



ЖҮРЕК – ӨМІРГЕ ТІРЕК

Жүректің сол жақ қарыншасы жиырылғанда, қан қысым арқылы бүкіл денеге таралып, денедегі жасушалар мен тіндерді қоректікпен және оттегімен қамтамасыз етеді. Қан жүректің оң жақ бөлімшесі арқылы оң жақ қарыншасына барып құяды, оң жақ қарыншаның жиырылуымен қан өкпеге барады да, жаңа оттегі (ауа) сол жақ жүрек бөлімшесіне өтіп, сол жақ жүрек қарыншаға барады. Жүрек қарыншасы мен бөлімшесі аралығында немесе қантамырларға жалғасқан жерлерінде қақпақша болады. Осы қақпақшалардың ритмді ашылып-жабылуымен қан кері ақпай, бір бағытқа қарай ағады.

Жүрек бір секунд та тоқтамай бүкіл денедегі қан айналысты жүргізіп, неше миллиард клетканы азықтандырса, бір жағынан зиянды, керексіз заттарды кері қайтқан қан ағысы арқылы денемізден шығарып тастайды.

Денсаулығы жақсы ересек адамның жүрегі минутына 75 рет соғады. Әр бір рет соққанда 70 миллилитр қанды денеге таратып, бір күнде 7 миллион миллилитр қанды ығыстырып, денеге таратады екен. 60 жасқа

келгенде бір адамның жүрегі өмірінде 175 мың тонна қанды денеде тоқтаусыз айналыдыратын болса керек. Осы қанды ұзындығы 1000 метр, кеңдігі 70 метр, тереңдігі 2,5 метр келетін тоспаға құйсақ бір көлшік жасауға болар еді.

Жүрегімізде және бір «автоматты меңгеру құрылғысы» бар. Ол үлкен мидың біртұтас жетекшілігінде жүректің соғуына бұйрық жеткізіп отырады. Жүрегіміздің бір реткі соғуына шамамен 0,8 секунд кетеді. Осы өте қысқа ғана уақытта жүректік жиырылу мезгілі оның 0,3-0,4 секундын ұстаса, оның ішінде жүрек бөлімшесінің жиырылуы 0,1 секунд, жүрек қарыншасының жиырылуы 0,3 секунд ұстайды. Қалғаны жүректің босауы мен демалу уақыты болады. Жүректе осындай еңбек пен демалысты бірлестірген қызмет тәртібі болғандықтан, ол адам көз жұмғанша бір сарынмен өзінің қызметін тоқтаусыз атқара береді.

Өкінішке орай қазіргі кезде қалыпты жүрек әрекетінің бұзылуы адамдар арасында жиі кезіге бастады. Жүрек қағысы ритмінің бұзылуы жүрек ауруына шалдыққандарда,

кейде сау адамдар арасында да кезігеді. Жүрек қағысы ритмінің бұзылуы кейбір адамдарда ешқандай қалыпсыз әсер байқалтпайды. Ал кейбір адамдарда қан ағысы динамикасы ауыр дәрежеде тосылып, өлімге душар етуі мүмкін.

Жүрек – адам денесінің тіршілік тірегі. Ол – бір секунд та тоқтамай соғып тұратын маятник. Жүректің өздігінен әрекеттеніп, ритмді түрде соғып тұруы жүректе ерекше жүрек еті талшығынан құралған өткізгіш жүйелер болады. Бұлар тоқтаусыз түрде ритмді екпін туғызып және оны ұластырып, жүрек соғуын пайда қылу арқылы өмір сүруге жеткілікті қан алмастырып беріп отырады. Жүрек жиырылып және кеңіп отырады. Жиырылған кезде үлкен артерияларға қан қысып шығарады әрі көптеген тамырлар арқылы қанды бүкіл денеге жеткізеді. Кеңейген кезде қан вена арқылы қайта жүрекке құйылады. Егер осы қалыптасқан жүйе кедергіге ұшыраса, жүрек тосыннан тоқтайды. Медицинада мұндай жағдай «жүректің тосыннан тоқтауы» делінеді.

Жүрек тосыннан тоқтағанда тұтас денеден суық тер шығып, дене сіреседі. Есінен танады, жүрек әрекеті, тамыр соғуы және қанның қысымы жоғарлайды. Жүрек қызметін электр кардиограммамен тексергенде жүрек дірілі байқалады. Жүректің қалыпты кардиограмма формасындағы ерекшелігі жоғалады немесе бұзылады. Жүрек толқындарының үлкен-кішілігі біркелкі болмайды. Жүрек қозғалысы 200-ден 500 ритм мөлшерінде болады. Жүрек әрекеті тоқтағанда кардиограмма ERG-де тұзу сызық көрінеді. Кейбір ауруларда созылмалы жүрек қарыншаларының әрекетімен бірге жүрек толқын сызығының қалыпсыз күйге түскендігін байқауға болады.

Жүрек тосыннан тоқтағанда қандай белгілер байқалады?

Көп жағдайда науқас жүрек соғуының қалыпсыздығын алдын ала сезе бергенде (бірнеше секундтан 2-3 минут арасында) науқас пен оның отбасындағылар алдын ала тиімді емдеу шараларын қолдануға үлгермейді. Жүрек соғудан тоқтаған қасқағым аралықта науқас ақыл-есінен айырылады, сіңірі тартылады, алқынады немесе тынысы тоқтайды. Екі көзі алайып, тері кілгеі перделері көгеріп, тамыр соғуы тоқтайды.

Академик Жасан Зекейұлы
Мамырбек ТӨКЕШ

ЖҮРЕКТІҢ СОҒУЫ ТОСЫННАН ТОҚТАҒАНДА ҚАЙТУ КЕРЕК?

Науқасты дереу тегіс төсекке жатқызып, жүректің алдыңғы тұсынан 4-5 рет қос қолмен басып, жүрек соғуы мен тамыр соғуын тексеріп көру, егер жалғасты тамыр соқпаса, көкірек тұсынан жүректі уқалау қажет.

Құтқару кезінде науқасты қатты тақтайдың үстіне немесе жерге шалқасынан жатқызу қажет. Құтқарушы адам бетін науқастың басына апарып, бір жағына қарай тұрады да, науқастың төс сүйегінің астынан екі алақанымен басады (бір қол бір қолдың үстінде тұрады). Екі білегін созып, науқастың көкірегін салмағын сала күшей басып, 3 см-дей төмендетеді де, қолын дереу тартып алып, көкірек сүйекті қайта серпілтеді. Осылайша минутына 60 рет басады. Сонымен бірге жасанды жолмен тыныс алдырып, оттегімен тыныстандырады. Көкіректі 3-4 рет басқанда бір рет ауызға ауызды төсеп үрлеу керек. Мұндай жағдайда екі адам болғаны абзал, олардың біреуі көкірек тұсынан уқаласа, енді бірі жасанды жолмен үрлейді. Бұл науқастың тез есін жинауына пайдалы.

Жүректің тосыннан тоқтауын туғызатын себептер:

- 1) Бұрыннан бар әртүрлі жүрек ауруы. Көбінесе, жүрек айдарша ауруы салдарынан жүректің соғу ритмі ауыр түрде бұзылу, жүрек еті буылып қалу ахуалы туылады;
- 2) Мидың ауыр дәрежеде сырттай зақымдалуы, миға қан құйылу және басқа жарақаттанудан көп қан кету сияқты жағдайлар;
- 3) Дәріге улану, көбінде, дигиталис және сүрме (қан сорғыш құрт ауруын емдейтін дәрі) ішкенде кезігеді;
- 4) Операция жасау және наркоз беру барысында жүректің аяқ астынан тоқтауы;
- 5) Басқа себептер, мысалы, тоққа түсу, суға тұншығу.

КҮЛ АУРУУЫ

Күл ауруы (дифтерия) — *Corynebacterium diphtheriae* бактериясын тудыратын ең қауіпті жұқпалы ауру. Инфекция ауа-тамшы жолдары арқылы таралады, яғни түшкіргенде, жөтелгенде, т.б. беріледі. Жұқпа таратушы – науқас адам және бактерия тасушылар.

Күл ауруында бактериялар ауа арқылы таралатын болғандықтан, күз және қыс мезгілінде көтеріледі. Бактерия ағзаға енгеннен кейін ағзада жалпы уыттану процесі жүреді. Салдарынан ауыз қуысы мен мұрын-жұтқыншақ сілемейлі қабықтары қабынады, көз шырышын, жыныс мүшелерін, жара үстін зақымдайды. Сырқаттың халі күрт нашарлайды. Инкубациялық кезеңі 2-10 күн. Күл ауруын бастапқы сатысында емдеу нәтижелі болады. Науқас ауруынан құлан-таза айығып кетуі мүмкін. Ал ауруды дер кезінде емдемей, асқындырып алса, соңы жүрек етінің қабынуына, тыныс жолдары қабынуы, жүйке жүйесі қызметінің бұзылуына (сал түріне) әкеп соқтырады. Тіпті бүйрек пен тұтастай жүрекке айтарлықтай зақым келтіруі мүмкін. Тыныс жолдары параличтен науқас тұншығып, өліп кетуі де мүмкін. Күл ауруының сыртқы белгілері тамақ ауруына (баспа) өте ұқсас келеді, оны тек зертханалық жағдайда ғана анықтауға болады. Сондықтан көпшілік дифтерияны баспа ауруымен шатастырып, ауруды асқындырып алуы мүмкін. Бір айта кетерлігі, бұл аурумен ауырған науқаста тұрақсыз иммунитет қалыптасады, яғни шамамен 10-11 жыл өткеннен кейін адам қайта ауруы мүмкін. Бірақ қайталанған жағдайда ауру жеңіл өтеді.

Аңқа және жалпы күл ауруына тән белгілер:

- Дене қызуының көтерілуі;
- Тері қабаттарының бозғылт тартуы;
- Мойын жұмсақ тінінің ісінуі;
- Тамақтың ауыруы, ісінуі;
- Жұтынудың қиындауы;
- Жұтқыншақ пен көмейдің ісінуі;
- Таңдай бадамшаларының үлкеюі;
- Қан кернеуі (гиперемия);
- Жүрек ырғағының бұзылуы;
- Қабықты өңез әртүрлі түсте болуы мүмкін. Көбіне сұр, ақ түсте бо-

ЕМДЕУ:

Ем ауруханада жүргізіледі;
Оқшаулау;
«Төсек» режимі;
Тағам құрамына мән беру;
Сұйықтық ішкізу;
Оттегі жетіспеушілігін болдырмау;
Микроскопия үшін аңқа мен мұрнынан жағынды (мазок) алу;
Уытқа қарсы сарысу (сыворотка) енгізу;
Антибиотиктер;
Уытсыздандыру терапиясы;
Көмей тарылуы кезінде — трахеостомия.
Ауыр түрінде екі-үш реттік плазмаферез (қандағы уытты жою) жүргізу;
Дифтерияға қарсы сарысумен бірге бір мезетте антибактериялы препараттар қолданылады;
Уытсыздандыру және қан айналысын реттеу мақсатында альбумин, плазма, реополиглюкин, глюкоза-калий қоспасын инсулинмен бірге салу, кортикостероид тағайындалады.

лады. Таңдай бадамшасын жауып, кейде таңдай доғасына, жұмсақ таңдайға, жұтқыншақтың бүйір қабырғасына, көмейге тарайды;

- Тері немесе көздің ісуі;
- Әлсіздік;
- Мойын лимфа түйіндерінің ұлғаюы;

- Тұмауратқан сияқты мұрыннан су ағады;
- Бас ауруы;
- Жүректің айнуы;
- Тері жаралары;
- Кейде мұрын мен ерінде сарғыш қоңыр қатпар немесе қабыршықтардың пайда болуы;
- Ауыздан жағымсыз иістің шығуы, т.б.

АУРУДЫҢ АЛДЫН АЛУ

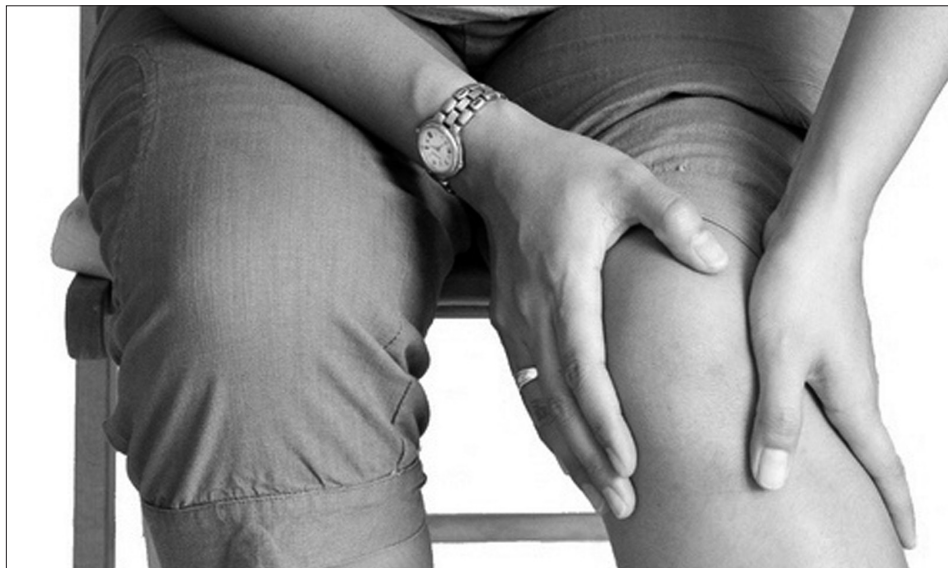
- Иммундау, вакцинация. Дифтерияны тек арнайы егу арқылы және иммунитетті ұстап тұру үшін ересек адамдар қайта егу (АДС-М) арқылы ғана алдын алуға болады.
- ҚР Ұлттық егу күнтізбесіне сәйкес дифтерияға (дифтериямен бірге сіреспе, т.б. жұқпаларға) қарсы вакцина 2 айлық, 3 айлық, 4 айлық балаларға, 6 жасқа, 12 жасқа толғанда салынады. Сонымен қатар, 16 жасқа толғанда дифтерия мен сіреспеге (АДС-М) қарсы егілуі тиіс. Одан соң әрбір он жыл сайын дифтерия мен сіреспеге (АДС-М) қарсы егіліп отыруы қажет;
- Ауру шыққан ошаққа карантин жарияланады, залалсыздандыру жұмыстары жүргізіледі;
- Отбасының басқа мүшелерінен науқас баланы бөлек ұстайды;
- Науқаспен қарым-қатынаста болған адамдардың тізімі жасалады;
- Олардан түрлі анализдер алады;
- Жіті бақылауда ұстайды;
- Балаңыз дифтерия жұқтырғанын сезсеңіз, дереу дәрігер шақыртыңыз;
- Жылы, тұзды сумен тамағын шайғызыңыз;
- Жиі-жиі ыстық судың буына демалдырып отыру керек, т.б.

**Аға дәрігер Серік Зекейұлы
Жанна АБАЙҚЫЗЫ**



ЖІЛІК МАЙЫ (К

Сүйек жілік майы ауруы – ауру тудырғыш бактерия кемік, сүйек тығыз заты және сүйек қабығын инфекцияландыру арқылы пайда болатын қабыну сипатты созылмалы ауру. Жілік майы ауруы үнемі адам денесінің омыртқа сүйек, қант диабетіне шалдыққан адамдардың аяғында, сыртқы жарақат немесе операциядан пайда болған өткір түрлі сүйек зақымдалу орындарында оңай қалыптасады. Балаларда қан айналысы жақсы болмаған жағдайда ұзын сүйекте, мысалы, асық жілік және ортан жілік басында көп кездеседі.



АУРУ СЕБЕБІ ЖӘНЕ АУРУ МЕХАНИЗМІ

Инфекциялануы қан райы сын-ды микробтан және инфекцияланған тканьдардың таралуынан пайда болады. Мәселен, буын алмастыру арқылы қабыну, былғану сипатты сүйек сыну және сүйек операциясы қатарлылар.

Бұл аурудың үнемі кезігетін ауру тудыратын бактериясы – глан болымды бактериясы, глан болымсыз бактериясынан пайда болатын жілік майы қабыну. Әдетте есірткі тұтынушылар, ауыр түрдегі қант диабеті ауруы немесе сыртқы жарақаттану науқастарда көгертікш бактерия және бұтақша бактериясымен инфекцияланып, созылмалы инфекциялануға алып келеді.

Бұл аурудың қатерлі факторлары азықтық жетіспеу, лазер нұрымен емделу, қауіпті өспелер, қант диабеті ауруы, қан сүзу немесе венадан дәрі егу сияқтылар. Ал балаларда әртүрлі шірік қан ауруын тудыратын бактериялар сүйек жілік майы (кемік) ауруына әкеліп соқтырады.

АУРУДЫҢ ТҮРГЕ БӨЛІНУІ

Бұл ауруды ауру туғызу себебіне қарай үш түрге бөлуге болады.

- 1) Қан райы сипатты жілік майы қабыну;
- 2) Сыртқы жарақат сипатты жілік майы қабыну;
- 3) Көршілес тканьдардың инфек-

циялануы сүйекке таралуы арқылы пайда болған жілік майы қабыну.

Ал клиникада 5 үлкен түрге бөлуге болды.

1) Қатаю сипатты жілік майы қабыну. Бұл денедегі бір бөлік сүйек денесінің немесе бүкіл сүйек денесінің көлемді өсуі және қатаюдың инфекциялану өзгерісі болып табылады. Бұл аллергия реакциясының тітіркендіруі себепті сүйек майы қуысының ішінде кең көлемді калцийленіп, сүйек майы қуысының орнын жолғалтып, қан айналысы жүйесін бөгеп, ірің жолын қалыптастырады;

2) Жедел қан райы сипатты жілік майы қабыну. Бұл ауру іріңді бактерия дененің басқа бөлігіндегі ауру ошағы арқылы қан ағысына кіріп, сүйек тканін инфекциялануды тудыратын ауру. Мұның ауру ерекшелігі сүйек тығыз затын бұзып өлеттендіреді. Бұл аурудың 80 пайыздан астамын алтын сары түсті жүзім бактериясы тудырады;

3) Созылмалы іріңді жілік майы қабыну. Бұл жедел қан райы сипатты дауалауы үйлесімсіз немесе емдеу уақытын кешеуілдетуден келіп шығады. Бұл жағдайда өлі сүйек, өлі қуыс, іріңді ағызу жолы пайда болады;

4) Сыртқы жарақат сипатты іріңді жілік майы қабыну. Бұл үнемі ашық сипатты сынықтан пайда болады. Қазір бұл дерт қатынас оқиғалары және ірі құрылыс орындарында ауыр жарақаттану себептерінен көп кезігіледі. Бұл дерттің ерекшелігі – дерт сүйектің

сынығын негіз етіп, екі жақ басына қарай дамып өзгереді. Сонымен қатар, сынған сүйек бөлігінде өлеттенген қуыс қалыптастырады әрі сүйек пен жұмсақ ткань арасында іріңді қалта пайда болады. Сонымен бұл үнемі қайталай жарақаттанып ұзақ уақыт жазылмайтын іріңге айналады. Бұл да созылмалы жілік майы ауруының бастапқы белгісі;

5) Емханада пайда болатын жілік майы қабыну көп жағдайда операция әсерінен болады. Бұл дәрігердің шектен тыс антибиоттік дәрілерге ғана сүйене отырып, микробсыз техниканы негіз етпеуінен, науқастың ауруға қарсылық қуатының төмендеуінен, ауру тудыру бактериясының денеге жиналуынан пайда болады. Сонымен бірге күрделі операциялардың атқарылуында дерт бактериямен жанасу орайына ие болып, оның үстіне антибиоттік дәрілердің үйлесімсіз пайдалануы және дерт кезінде нәтижелі емдеу жүрілмеуінен болатын сүйек ішінің инфекциялануы болып табылады.

ЖІЛІК МАЙЫ АУРУЫНА ДИАГНОЗ ҚОЮ

Жілік майы қабыну ауруында уақыт шектемесі болмайды. Балаларда үнемі жедел сипатты жілік майы болады. Ал ересектерде үнемі сыртқы жарақаттан кейінгі инфекцияланудан болатын жілік майы ауруы кездеседі. Жілік майы ауруының алғашқы кезінде диагноз қою

ЕМІГІ) АУРУУЫ

біршама күрделі болады. Тек денелік белгілері пайда болғаннан бастап соңғы мезгіліне өткенде ғана рентгендік пластинкада тұрақтап, диагноз қоюға болады. Бұл кезде жілік майы ауруының клиникалық бейнелері негізінен толық байқалады.

Егер диагноз қою біршама күрделі болғанда дауалау нәтижесінде қателік болып, маңызды дауалау уақытынан кешігіп қалады. Сондықтан алғашқы мезгілінде диагноз қоюда денелік белгі негіз болады. Өйткені бұл мезгілде рентгендегі белгілері толық жарыққа шықпайды. Сондықтан алғашқы мезгілінде қатты терлеу, дене қызуы көтерілу, ісіну, кейбір ағзалардағы тканьдардың қан айналысы кедергіге ұшырау, қабыну сипатты іріңді ісік пайда болу, жарақат аузында іріңді сары су ағу, жарақат аузы ұзақ уақыт бітпеу сияқты белгілер болады.

Көп жағдайда, клиникада рентген пластинкасымен диагнозды тұрақтандыруды негіз етеді. Бірақ бұл кезде негізінен уақытынан өтіп кететіндіктен, бүкіл денелік белгілер толық айқындалып, негізінен созылмалы жілік майы қабыну дертіне айналып кетеді. Сондықтан бастапқы мезгілдегі белгілеріне негізделіп, ертерек диагноз қойып, ем жүргізген дұрыс. Сонда ғана аурудың соңғы зардабынан құтылуға болады. Бұл дерт негізінен дұрыс диагноз қоймаудан, дауалау уақыты ұзарып кетуден пайда болатындықтан, төмендегі бірнеше жағдайлар негізінен осы дертті тудыруға себеп болады.

1) Жілік майы қабыну дерті көбінде емхананың амбулаториясында және жеке медициналық мекемелерде жілік майы қабыну ауруының алғашқы белгілеріне болған танымы жетерсіз, диагноз қоюда анық өлшем болмағандықтан, алғашқы басты белгісі сүмек болып терлеу, қызуы өрлеу ахуалына баса мән бермегендіктен, дәрігерлер үнемі қате диагноз қою арқылы қате дауалау жүргізіп, емделуді кешеуілдетіп алады.

2) Батысша дауалауда негізінен принципті дауалауды айтып, әдетте анығырақ патологиялық негізі болмаса, толық тұжырым жасай алмайды да, науқасты қорқытып алмайын, әріптестердің алдында қате диагноз қойып алмайын, басқалардың табасына, мазағына қалмайын деп, сәл қарап ауруды асқындырып алады.

3) Қазірге дейінгі медициналық деректерде жілік майы қабыну дертінің 90 пайызы сыртқы жарақат әсерінен болып отыр. Көптеген емханалар науқасты қабылдағаннан кейін науқастың ауру барысы әлдеқашан жілік майы қабыну ауруына шалдыққанын байқайды. Бірақ емхана қызметкерлері бұл жағдайды науқасқа айтпай, дерттің салмақтылығын толық жеткізбей, ауру барысын толық түсіндірмейтін жағдай көптеп кезігеді. Сондықтан жоғарыдағы бірнеше себептер ертерек диагноз қою орайынан айырылып, жілік майы ауруының алғашқы мезгіліндегі маңызды дауалап сауықтыру орайын жоғалтып, науқасқа көптеген

ауыртпашылық әкеледі әрі дауалау қиыншылығы артып, экономикалық шығыны жоғарлайды.

ЖЕДЕЛ СИПАТТЫ ЖІЛІК МАЙЫ (КЕМІК) ҚАБЫНУ ДЕРТІНЕ ДИАГНОЗ ҚОЮ НЕГІЗДЕРІ:

1) Дерттің басталуы шұғыл болады, бүкіл денесі жайсызданады. Дене қызуы күрт өрлеп, сүмек болып терлейді, қызуы қайтпайды. Тамаққа тәбеті азаяды, үлкен дәреті қатаяды, құсады, тіл іші қызарады, ащы май дәмі шығады, қан тамыр соғуы тездейді.

2) Дерттенген қол-аяқтың ауру жайлаған жері қатты ауырады. Тері қызады, дөңгелек формада іседі, әрекеті бөгеледі.

3) Дерттенген орынды басқанда қатты ауырады, маңайындағы бұлшық еттер жиырылады, тыртысады, буын бүгіледі, ашық сипатты сынық болғанда жарақат аузы іріңдейді.

4) Рентген суретінде бастапқы мезгілде сүйекте өзгеріс болмайды. Дерт басталып екі аптадан кейін жеңіл дәрежедегі сүйек қабығы белгілері жарыққа шығады. Ауру басталған үш аптадан кейін сүйек қабығы қалыңдайды. Сонымен бірге сүйек бұзылады, өлеттенген сүйек пен жаңа сүйек пайда болады.

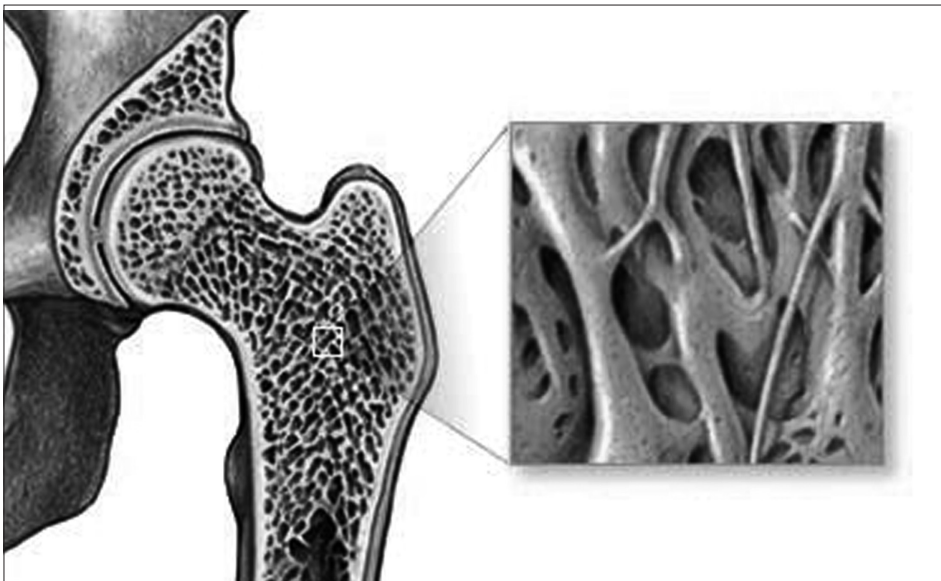
НАҚТЫ ДИАГНОЗ ҚОЮ НЕГІЗДЕРІ

1) Желде сипатты жілік майы қабыну ауру тарихы немесе ашық сипатты сүйек сыну арқылы инфекцияланған тарихы болады;

2) Үнемі бір немесе бірнеше бітпейтін тесік түтікшелері болады. Қайта-қайта іріңді сары су немесе өлеттенген сүйек шығады. Іріңді сары су ақпай қалған кездерде қатты ауру, ісіну, тері қызу сияқты белгілер болады;

3) Дене тұрқы арықтау болады, өң реті ақшыл тартады. Рухы жайсыз, шаршағандай бейне байқалады. Тамаққа тәбеті тартпайды, қатты терлейді. Тіл ұштары бозарып, ақшыл тартады. Ерні реңсізденеді, қан тамыр соғуы әлсірейді.

4) Рентген суретіндегі үнемі өлеттенген сүйек, тесік және жаңа пайда болған сүйек қабы көп көрінеді.



Шынында да, қазіргі таңда Елбасымыз тапсырмасында айтқандай, аурудың алдын алуға арналған бөлімдер көптеп ашылып жатыр. Соның бірі – Алматы қаласындағы №8 қалалық емханада 2008 жылдан бері алдын алу (профилактика) бөлімі жұмыс жасап келеді. Қазір емханада 76 893 адам тіркеуде тұр. Бұл бөлімде терапевт, гинеколог, мамолог, көз дәрігері, хирург, лаборанттар халыққа үздіксіз қызмет көрсетіп жатыр. 18 жастан 70 жас аралығындағы ер және әйел науқастар скрининг тәсілі бойынша тексеріле алады. Алдын алу бөлімі тексерілген адамдардың арасынан науқасты анықтап, дер кезінде бақылауға алып, емдеу жұмыстарын жүргізеді. Соның негізінде, медицинаның заманауи үлгілері іске асып, емханамызға жаңа аппараттар алынды. Осының арқасында қан қысымын анықтау, жүрек ауруларының алдын алу, ЭКТ жасау, холестерин, қант құрамын анықтау, әйелдердің сүт бездерін қарау, онкологиялық аурулардың алдын алу шарала-



Отбасының саулығы – ЕЛДІҢ САУЛЫҒЫ

Қазақстан Республикасының президенті Н.Ә.Назарбаев биылғы жолдауында: «Біз аурудың алдын алуға шындап кірісіп, бастапқы медициналық-санитарлық жәрдемнің сапасын арттыруымыз керек. Сондықтан, Қазақстанда халықтың мақсатты топтарының денсаулық жағдайын бақылаудың ұлттық бағдарламалары кешенін енгізу қажет», – баса айтқан болатын.

ры жүргізеді. Қазіргі уақытта профилактикалық жұмыстар сауатты жүргізіліп, халықтың денсаулығын бақылаудың жолы тиімді бола бастады. Әсіресе, балалар мен жасөспірімдер, бала туу жағдайындағы әйелдер мен қарияларға медициналық көмек бұрынғыға қарағанда қолжетімді бола түсті.

Еліміздің орнықты әлеуметтік-демографиялық дамуын қамтамасыз ету үшін Қазақстан азаматтарының денсаулығын жақсарту мақсатында қабылданған Қазақстан Республикасының денсаулық сақтау саласын дамытудың 2011-2015 жылдарға арналған «Салауатты Қазақстан» мемлекеттік бағдарламасы аясында да қыруар іс атқарылып жатыр. Бірыңғай ұлттық денсаулық сақтау жүйесін дамыту және жетілдіру жолында ана мен нәресте өлім-жітімінің төмендеуіне, туберкулезбен сырқаттанушылықтың азаюына, АИТВ инфекциясының таралуын тоқтатуға, қатерлі ісікпен сырқаттанушылықтың алдын алуға күш салынып келеді.

Елбасы Нұрсұлтан Назарбаев: «Салауатты өмір салты мен адамның өз денсаулығы үшін ынтымақты жауапкершілігі қағидаты – міне, осылар денсаулық сақтау саласындағы және халықтың күнделікті тұрмысындағы мемлекеттік саясаттың ең басты мәселесі болуы тиіс», – деді. Бүгінгі таңда байланысты

медициналық қызметтердің сапасы артып, медициналық ұйымдар материалдық-техникалық жағынан жарақталып, медициналық көмекті ұйымдастыру мен көрсету үдерістерін басқарудың қазіргі заманғы технологияларын енгізді.

Бабаларымыз денсаулықты зор байлыққа бекер теңемесе керек. «Дені саудың – жаны сау» дейді қазақ. Халық сау болса, елдің экономикасы да қарқынды дами алады. Денсаулығы мықты жандар ғана еңбек пен білімге араласып, болашақ ұрпақтың салауатты әрі сауатты болуына оң әсерін тигізе алмақ. Денсаулығын үнемі қадағалап, оны нығайтып, аурулардың алдын алып, салауатты өмір салтын ұстанған жандар ғана қоғамда оқ бойы озық көрініп, ұзақ өмір сүруге мүмкіншілігі мол. Елбасымыз қадап айтқан «70 жастан асу» көрсеткіші сонда ғана іске аспақ.

Әрбір адамның және оның отбасының саулығы – елдің саулығы. Сондықтан, әр адам өз денсаулығын қадағалап қана қоймай ұрпағының да келешегіне көз салғаны дұрыс. Балаларын салауатты өмір салтына қалыптастырып, спортқа баулып, жаман әдеттерден қорғап, тура жолға салу – әр ата-ананың міндеті. «Баланы жас-тан» дейді бабаларымыз. Демек, балаларды кішкентай күнінен бастап тәрбиелемесе, кейін кеш болуы ғажап емес.

Қазіргі таңдағы көбейіп жатқан небір аурулардың басты себебі тазалықты сақтамағандықтан болып отыр. Тазалық сақтамаудың арты жұқпалы ауруларға апарып соқтырып, арты ауыр дертке ұласып жатқанын көзіміз көріп жүр. Сондықтан, әр адам гигиена сақтап, тазалыққа мән беріп жүргені абзал. Балаларды да жастайынан осыған, яғни тазалық сақтауға баулу керек. Сонда ғана біз аурулардың алдын ала аламыз.

Балалар – елдің болашағы. Олар – біздің ұлы байлығымыз. Сол үшін де балаларға келешекке жетелейтін тура жол көрсетіп, дені сау ұрпақ өрбіту қажет. Бұл жерде ата-ананың да рөлі үлкен. Егер ата-ана да денсаулығына мән беріп, салауатты өмір салтын ұстанса, сөз жоқ, ондай ата-анадан дені сау бала өмірге келеді. Ал дені сау бала жарқын болашақты қалыптастырып, еліміздің гүлденуіне септігін тигізеді анық.

Бүгінде Елбасымыз Нұрсұлтан Назарбаевтың тапсырмасымен елімізде 100 мектеп пен 100 аурухана салу жұмысы қарқынды жүріп жатыр. Бұл жайында Елбасымыз өзінің жолдауында: «2015 жылға қарай 350 дәрігерлік амбулаториялар, фельдшерлік-акушерлік пункттер мен емханалар салынатын болды», – деді. Демек, алдағы уақытта емханалардың саны артып, ел денсаулығына жақсартуға көп көңіл бөлініп жатыр деген сөз. Мемлекет тарапынан жасалынып жатқан мұндай оң бағыттағы жұмыстардың бәрі де – қазаққа, оның отбасына, соның ішінде ана мен балаға жасалған үлкен қамқорлық деп білгеніміз жөн.

Елбасы тарапынан мүмкіндіктер жасалынып жатыр. Ендігі міндет елдің әрбір азаматы еліміздің дамуына өз үлесін қосып, денсаулығы мықты, ойы терең болуына ұмтылуы қажет. Денсаулыққа жауапсыз қарауға болмайды. Дер кезінде дәрігерге қарала білу де ел болашағына қосқан үлесім деп білген дұрыс. Ал дәрігерлердің еліміздің әр азаматының денсаулығын қадағалауы – азаматтық міндеті.

Айгүл ХАСАНОВА

Ерлер ауруын тексеруге арналған жаңа тест

Қуық асты түбіндегі қосалқы жыныс безінің қабынуы қатерлі ісігін анықтайтын жаңа тест әзірленді. Ұлыбританиядағы Суррея Университетінің мамандары ойлап тапқан әдістеме жуырда клиникалық тәжірибеде қолданысқа енбек. Аталған мемлекетте жыл сайын 36 мың ер азамат қуық асты безінің қабынуы қатерлі ісігіне тексеруден өтеді екен. Бүгінде бұл ауруды анықтау үшін простатты-спецификалық антиген (ПСА-



тест) қолданылады. ПСА-тест көмегімен қосалқы жыныс безі қанынан бөлінетін антиген саны анықталады. Ғалымдар жаңа тест көмегімен 288 емделушіні тексеруден өткізді. Нәтижесінде жаңа әдістеме ПСА-тестіге қарағанда біршама дәл және қауіпсіз болып шықты.

Америкалық ғалымдардың көмегімен көз аурулары қысқармақ



АҚШ-тың Калифорния университетінің қызметкерлері зертхана жағдайында адамның діңгек жасушаларынан көзге арналған үш өлшемді тор қабық жасап шығарды.

Мамандардың айтуынша, бұл тор қабық трансплантациялауға толығымен дайын және пигментті көз қабатының қабынуы (ретинит) және сары дақтың азғындауы сынды түрлі көз ауруларына қарсы күресуге ықпал етеді. Ғалымдар тор қабықтың өте ерте даму кезеңдерін қайта жасап шығару үшін әртүрлі микроскопиялық градиенттер қолданған. Ал АҚШ-тағы Корнелл университетінің мамандары адам мүшелері мен ұлпаларын жасап шығаратын озық технологиялы биопринтер ойлап тапты. Биопринтер таныстырылымында ғалымдар көпшіліктің көзінше құлақ жасап шығарды.

Адамзатты С гепатиті вирусынан қорғай алатын вакцина



Копенгаген университетінің ғалымдары алғаш рет С гепатитіне қарсы жаңа вакцина жасап шығарды.

Жаңа вакцина иммунды жүйе жұмысын белсенділеді әрі тездетеді. Сондай-ақ иммунды жасушаларға вирустың аса тұрақты, ішкі консервативті молекулаларын ұсыну арқылы әрекет етеді, олар үстіңгі қабаттағы вирусты молекулаларға қарағанда баяу жылдамдықпен мутацияланады. Нәтижесінде күшті иммунды жауап ретінде індет вирусы жұққан жасушаларды жоюды жүзеге асыратын айрықша жасушалардың белсенділік танытуы пайда болады. Тышқандарға жүргізілген сынақ нәтижесін берген.

Қанша жыл өмір сүретініңіз қанда жазылған

Келешекте кез келген адам қарапайым қан үлгісін тапсырып, қанша жыл өмір сүретінін біле алады. Мұндай жаңалықты испан ғалымдары ашып отыр. Дәлірек айтсақ, олар адам хромосомасындағы құрылымдарды зерттей келе, әрбір жеке адамның өмір сүру ұзақтығын анықтайтын әдісті ойлап тапты. Хромосоманың «теломер» аталатын бөлшегі әр адамда әртүрлі болады. Ол құрылым қысқа болса, сол адамның өмірі де қысқа болады дейді Испания қатерлі ісікті зерттеу ұлттық орталығының дәрігері М.Бласко. Сынақ жыл соңына дейін тәжірибеге енеді. Сынақ құны 500 евроға бағаланбақ.



Медицинада ашылмаған құбылыс

«Естімеген елде көп» демекші, Англияның Нанитон қаласында Элфи Клэмп есімді екі жасар зағип баланың ағзасында қос ДНК бар екен. Ағзадағы мұндай ауытқушылық адамзат тарихында кездеспеген. Жергілікті дәрігерлер аурушаң, қимыл-қозғалысы шектеулі, асқа тәбеті жоқ, жиі талып қалатын науқас сәбиді бірнеше рет тексеруден өткізген. Нәтижесінде, оның жетінші хромосомасының қосымша тіні бары белгілі болды. ДНК-ның артық тармағы ғылымда әлі ашылмаған құбылыс. Сондықтан да ақ халаттылар баланы қалай емдейтінін білмей әлек.

Бүгінде дүниежүзі дәрігерлерін алаңдатып отырған мәселелердің бірі – йод жетіспеушілігі. Зерттеулерге сүйенсек, жер шарында бір миллиардтан астам адам табиғи йод тапшы аудандарда өмір сүреді. Оның ішінде Қазақстан халқы да бар. Елімізде судың, топырақтың және өндірілетін өнімдердің құрамында йодтың мөлшері тым аз болғандықтан, он бір облыста эндемиялық жемсау ауруы ушығып отыр. Сондықтан ел тұрғындары тағам құрамындағы йодқа ерекше мән бергені жөн.

ЙОД

ТАПШЫЛЫҒЫ

Йод – адам ағзасының өсуі мен дамуына қажетті микроэлементтердің бірі. Дені сау адамға күн сайын шамамен 150 микрограмм йод қажет. Егер ағзада йод тиісті мөлшерден кем болса, адам жүректің жиі соғуы (тахикардия), қолдардың дірілдеуі, диффуздық жемсау, қан аздық, қалқанша бездің ұлғаюы, бұлшық ет әлсіздігі сынды түрлі ауруларға шалдығады. Сондай-ақ ағзаның жұқпалы ауруларға, химиялық және физикалық,

патогендік агенттерге қарсы тұру қабілеті әлсірейді, жүйке талшықтарының қозғыштығы төмендейді, ми геометриясы өзгереді, соның салдарынан есте сақтау қабілеті бұзылады, ақыл-ойы мен бойдың өсуін тежейді. Құрамына йод кіретін гормондардың жетіспеушілігі жыныстық дамуды тежейді. Тіпті, психикалық сырқаттарға соқтыруы мүмкін, яғни тез жылайтын әрі күйгелек болады. Қалқанша безінің қабынуы салда-

рынан ағзада зат алмасу бұзылады. Жүрек ырғағы бұзылады, минуттық соғуы бәсеңдейді, миокард гипоксиясы қалыптасады. Ас қорыту кезінде темірдің сінуі, ағзаларда қорытылуы бұзылады, қан аздық ауруы пайда болады. Асқынған жағдайда ағзадағы тұз бен су айналымы бұзылып, тері асты тіндерінің ісуі де мүмкін. Жалпы қан құрамында йодтың жетіспеушілігін медицинада «гипотиреоз» деп атайды. Гипотиреоз, әсіресе, аяғы ауыр әйелдер үшін аса қауіпті. Өйткені асқынған жағдайда әйел түсік тастауы, мерзімінен бұрын босануы, өлі тууы немесе ақыл-есі кем, саңырау, соқыр, жүрек ақауы бар бала тууы мүмкін. Ал жаңа туған нәрестеде қалқанша безінің дамымай қалуы, туа біткен гипотиреоздық қалыптасуы мүмкін. Мұндай диагноз қойылған бала өмір бойы гормондық ем алуға мәжбүр болады. Демек, ағзада йодтың тапшы болуы балалардың ақыл-есі мен дене бітімі дамуын кешеуілдетеді. Йод жетіспеушілік ауруларының ішінде аса қауіптісі – эндемиялық жемсау (зоб). Бұл қалқанша бездің





бөлігінде орналасқан, салмағы бар-жоғы 25 грамм ғана болады. Қалқанша безі екі түрлі гормон бөліп шығарады. Алғашқысы — трийодтиронин (Т3), екіншісі тироксин (Т4) деп аталады. Ағзаға аса қажетті йод микроэлементі осы гормондарда болады. Жалпы адам қанында 95% тироксин мен мен 5% трийодтиронин гормондары жүреді. Қалқанша безінің басқа бездерден айырмашылығы ол өз гормондарын жинап, қорын түзе алады. Әрі бұл безден бөлінетін гормондар ағзадағы зат алмасу үрдістерге және ағзаның өсуі мен жүрек-тамыр реакцияларына кең әсер етеді. Ағзада қажетті йод мөлшерінің жетіспеуінен адамның қалқанша бездің ұлғаюы, яғни жемсау ауруына шалдығуы сондықтан. Қалқанша без гормоны, сондай-ақ, ұрық, ми дамыуында және нәрестенің ақыл-ой дамуына ықпал етеді, энергетиканың ауысудың қалыптатылығымен қамтамасыз етеді, нәруыз (белок) синтезін ынталандырады, қандағы холестерин деңгейін

төмендетеді, өсу процесін және сүйек қаңқасының жетілуін бақылайды, иммундық жүйеге әсер етеді, т.б.

Белгілері:

- Әлсіздік, бұлшық ет әлсіздігі;
 - Салмақ жоғалту;
 - Ұмытшақтық;
 - Терінің құрғауы;
 - Баланың бойының өспей қалуы;
 - Интеллектуалдық іс-әрекеттің төмендеуі;
 - Тез шаршауы;
 - Көңіл-күйінің болмауы, тез ашулану;
 - Жүйкенің сыр беруі, күйзеліс;
 - Ұйқысы қанбай, есіней беруі;
 - Жүрек ырғағының бұзылуы;
 - Қалқанша бездің ұлғаюы;
- Тарих: Ең алғаш йод зауыты 1915 жылы Ресейде ашылды. Бірінші дүниежүзілік соғысқа дейін мұнда 200 килограмм йод өндірілген.

Бибігүл Нұртазаева
Жанна АБАЙҚЫЗЫ

үлкеюімен анықталады. Мұның салдарынан көптеген аурулар, мәселен, түйінді құрылымдар мен қатерлі ісіктер дамуы мүмкін. «Эндемиялық» термині «белгілі аймаққа тән» деген мағынаны білдіреді. Барлық аймақтарда қалқанша безінің эндемиялық ұлғаюы ұл балаларға қарағанда, қыз балаларда көбірек кездеседі. Эндемиялық жемсаудың пайда болуына тағам өнімдерінде йодтың аз болуы, экологиялық жағдайдың нашарлауы, тамақтанудағы кері өзгерістер себеп болады.

Ағзада йодтың барлық мөлшері шамамен 25 миллиграмм болса, оның көп мөлшері қалқанша безінде қалады екен. Қалқанша безде іші шырышқа толы қуыстар бар, шырышты затта ағзадағы алмасуды реттейтін тироксин гормоны болады, онда йод бар. Демек, йодтың ағзада атқаратын негізгі рөлі – қалқанша без гормонын құрауға қатынасуы. Қалқанша безі ағзадағы кішкентай мүшелердің бірі болғанымен, одан шығатын гормондар ағзадағы барлық зат алмасу процестерін реттеп отырады. Ол мойынның алдыңғы

ДИАГНОСТИКА ЖӘНЕ АУРУДЫҢ АЛДЫН АЛУ

- Егер өзіңізді жайсыз сезінсеңіз немесе ауру белгілері байқалған жағдайда эндокринолог-дәрігерге қаралыңыз;
- Қажетті анализдерді дер кезінде тапсырыңыз;
- УДЗ-ге (УЗИ) тексеріліңіз;
- Сырқат анықталса, биопсия алынады;
- Қажетті ем тағайындалады;
- Эндокринологтар адамдарға йодомарин, йодобаланс, йодид калий сынды дәрілері жас ерекшеліктеріне қарай береді;
 - Жүкті (әсіресе жүктіліктің алғашқы үш айында) немесе емізулі баласы бар әйелдер йод дәрілерін ішуі керек. Жүкті әйелдерге йод дәрілері тегін беріледі;
 - Әр отбасы мүшесі күніне бір рет (таңертең) йодит, йодомарин, т.б. ішкені абзал;
 - Йодтың 90 пайызын адам тағамнан алады, ал қалғандарын ауа мен судан алады. Сондықтан күнделікті тағамның құрамына ерекше мән беру керек;
 - Йодпен байытылған теңіздің ұсақ жәндіктерін, теңіз балықтарын, теңіз балдырларын, теңіз өнімдері, яғни теңіз капуста, әсіресе, консервіленген теңіз капуста, жұмыртқа және сүт өнімдерін көбірек пайдалану. Бірақ, ет пен балықты қайта-қайта мұздатқанда ондағы йод жойылып кетеді;
 - Йод, сондай-ақ, көкөністер мен жеміс-жидектерде, мәселен, шпинат, қызанақ, сәбіз, картоп, орамжапырақ, пияз, бұршақ, сарымсақ, құрма, алма, жүзім, шие, қара ала шабдалы, фейхоа, грек және балқарағай жаңғақтарында, ал жармалар ішінде – қара құмық және тары құрамында мол.

ЖАЗ МЕЗГІЛІНЕ АРНАЛҒАН МАСКАЛАР

Жаз... Жанға жайлы жайдары болғанымен, тері үшін аса қолайлы емес. Жыл мезгілінің осы кезеңінде тері бездері мен май тарамдары бар қуатымен жұмыс істейді, күннің зиянды әсерінен қорғану үшін тері қабаты жиі жаңарып, белсенділігі артады. Дәл осы кезде тері де қамқорлықты қажет етеді. Жаздың аптап ыстығында төмендегі маскаларды жасасаңыз, теріңіз жібектей жұмсақ әрі әдемі болады.



Күлкі және күлкі терапиясы

Барлық адам күле алады. Күлкі арсыз дегенімізбен, күлкінің адам денсаулығына пайдасы өте көп. Үндінің бір оқымыстысы 21 жыл бойы осы күлкі туралы зерттеп, күлкінің пайдасын анықтапты. Күлкі бұлшық еттерді босаңсытады, астың қорытылуын жылдамдатады, жүйке қызметін жақсартады. Адам күніне ең аз дегенде 17 минут күлуі керек. Ол денсаулықты сақтап қана қоймайды, сонымен қатар жасты ұзартады. Кейбір елдерде күлкі ауруды емдеуге қолданылады екен.

ҚҰРҒАҚ ТЕРІГЕ АРНАЛҒАН МАСКА:

- Екі ас қасық балға екі шай қасық сүт қосып, араластырып, бетке және мойынға жағамыз. 10 минуттан соң жылы сумен жуу керек.
- Жаздың ортасына қарай мына масканы жасаған жөн. Өріктің жұмсағын зәйтүн майымен әбден араластырамыз. Бетке жағып, 10 минут ұстап, жуып тастаймыз.

МАЙЛЫ ТЕРІГЕ АРНАЛҒАН МАСКА:

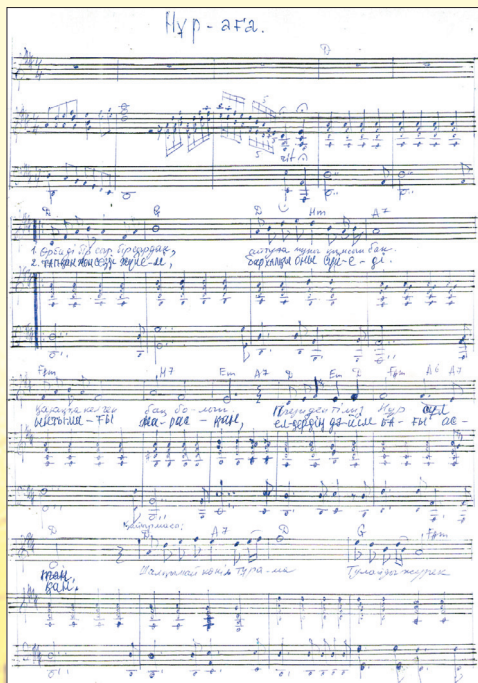
- Алманы үккіштен өткізіп, 1 ас қасық бал қосамыз. Бетке жағып, 10 минуттан соң жылы сумен жуып тастасаңыз, теріңіз құлпырып шыға келеді.
- Жұмыртқаның ақуызына 1 шай қасық лимон шырынын, 5-10 тамшы грек жаңғағының тұнбасын қосып, араластырамыз. Көздің айналасына жақындатпай, бетке жағып, 15 минут ұстаймыз. Жылы сумен жуамыз.
- Қызанақ піскен кезде мына қарапайым масканы жасап көріңіз. Ол үшін бір етті қызанақты езіп, бетке жағамыз. Әдеттегідей 10 минуттан соң жылы сумен жуып тастаймыз.
- Безеуді кетіру үшін сода қосылған сумен бетті бірнеше минут сүру керек.

СЕЗІМТАЛ ТЕРІ ҮШІН:

- Балды қыздырып, біраз салқындаған соң бетке, мойынға жағамыз. 15 минуттан соң алдымен жылы сумен, содан кейін суық сумен жуамыз.
- Өте сезімтал терілерге 2 салат жапырағын зәйтүн майына салып, лимон суын қосамыз. Дайын болған жапырақты бетке жапсырып, минералды суға шыланған қағаз майлықпен жабамыз. 10 минуттан соң майлықты сүтке малып, бетті сүріп, соңынан жылы сумен жуамыз.
- Терінің серпінділігін арттыру үшін 1 ас қасық балға жұмыртқаның саруызын, біраз глицерин және ұн қосып араластырамыз. Бетке, мойынға жағып, 10 минуттан соң жылы сумен жуу керек.
- Бананды езіп, біраз бал қосып, бетке, мойынға, кеудеге жақса, тернінің серпінділігін арттырады.
- Теріні жұмсарту үшін сұлы жармасына су, екі-үш тамшы бал қосып, бетке жағып, бірнеше минуттан соң салқын сумен жуып тастаймыз.

Әзірлеген Құралай ОМАР

Бастай бер бізді Нұр-Аға!



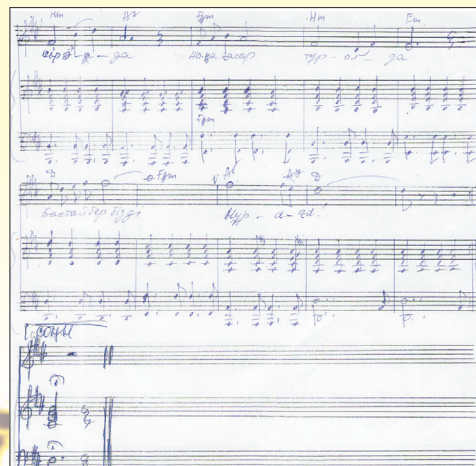
6 шілде Елбасымыз Нұрсұлтан Әбішұлы Назарбаевтың туған күні. Елінің көшін өрге сүйреген асыл азаматтың туған күнін Алаш баласы атаусыз қалдырған емес. Белгілі сазгер Ғалым Сүлейменовұлы да елі қолдаған Елбасымызды әніне қосты. «Жас-Ай» журналы сол әннің тұсауын кесіп отыр...

Әні: Ғалым Сүлейменовтікі
Сөзі: Айтуар Өтегеновтікі

Өрбиді бір сыр бір сырдан,
Айтуға мұны қымсынбан.
Қазаққа келген бақ болып,
Елбасымыз, президентіміз Нұрсұлтан.

Қ-сы:
Шалқымай көңіл тұра ма,
Тулайды жүрек сірә да
Жаңа гасыр тұр алда,
Бастай бер бізді, Нұр-аға!

Тапқан жөн сөзді жүйелі,
Бар халқы оны сүйеді.
Ынтымағы жарасқан,
Елдердің дәйім бағы асқан.



Қыран мінез құстайсың...

Халықаралық инемен емдеу академиясының, Халықаралық шығармашылық академиясының академигі, Вена Халықаралық Университетінің «Құрметті профессоры», ҚР Денсаулық сақтау ісінің үздігі, Халықаралық «Сократ» атындағы орденнің иегері, медицина ғылымдарының докторы, профессор Жасан Зекейұлына арналады!

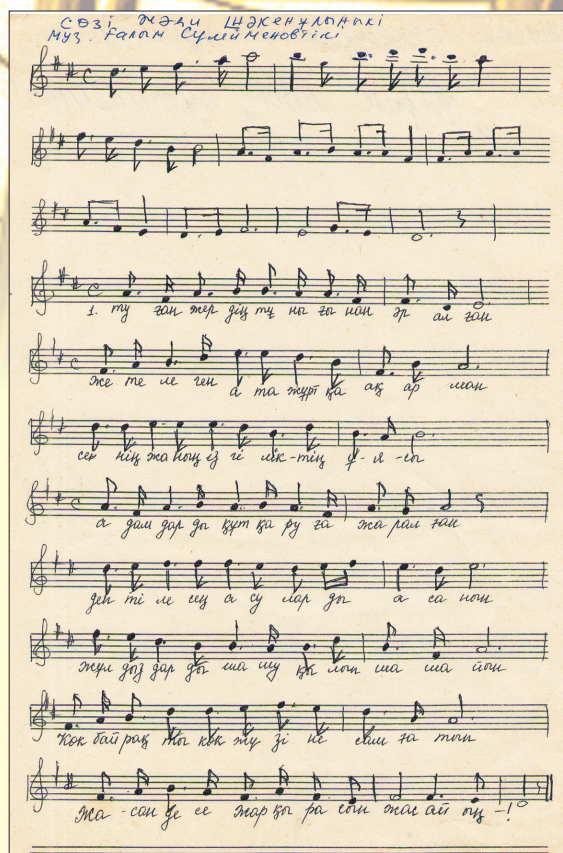
Сөзі: Жәди Шәкенұлынікі
Әні: Ғалым Сүлейменовтікі

Туған жердің тунығынан әр алған,
Жетелеген ата жүртқа ақ арман.
Сенің жаның – ізгіліктің ұясы,
Адамдарды құтқаруға жаралған.

Білімің көп шығыс-батыс үйренген,
Күмбір-күмбір күй қатады тіл-кеуден.
Жарқылдаса алтын- күміс жебедей,
Жасқанады ажал сенің инеңнен.

Сырқат көрсең қыран мінез құстайсың,
Ақ халатты періштеге ұқсайсың.
Тамырыңнан тағдырыңды білем деп,
Аурулардың ақ білегін ұстайсың.

Қайырмасы:
Деп тілесен асуларды асайын,
Жұлдыздарды шашу қылыт шашайын,
Көк байрақты көк жүзіне салғаттым.
«Жас-Ай» десе, жарқырасын «Жас-Айың»!



Тәуелсіздіктің жиырма жылдығына орай орналастырылған игі шаралардың бірі Астанада өткен Дүниежүзі қазақтарының IV құрылтайы болды. Құрылтайда төрткүл дүниедегі қазақ Елорданың төріне жиналды. Атажұртында бас қосқан ағайын арқа-жарқа болып, өрісі кеңейіп, көңілі көтерілді. Тіпті арман мен сағыныштың, қуаныш пен қайғының көз жасы да төгілді. Ол қандай арман? Қандай сағыныш дейсіз ғой... Арманы – атажұрты, сағынышы – аға-бауыр, қуанышы – тәуелсіздік, қайғысы сол тәуелсіздіктен жырақта жүргендігі еді ағайынның. Дегенмен, аз күн болса да құрылтайдың әсері Алты Алашқа төртеу түгел болса төбедегі келетінін ұқтырды.



Құрылтайда айтылған ойлар құнтталса игі...

Үмітімізді үкілеп, бізде жеттік Астанаға. Оралғанымызға он бес жылдың жүзі болса да біз үшін дүниежүзілік қазақ құрылтайының орны қашанда айрықша маңызға ие. Олай болатыны алыста жатқан қалың қазақтың атажұртқа ат басын бұруына ең алдымен 1992 жылы ашылған Дүниежүзі қазақтарының бірінші құрылтайы ерекше ықпал етіп еді. Енді міне, ел аман, жұрт тыныш болып тәуелсіздікпен бірге дүниедегі қазақ баласының IV құрылтайын да қарсы алып отырмыз. Иә, құрылтай бір жыл кешіккеніне қарамастан тыңғылықты ұйымдастырылған. Алқалы жиынның ең басты ерекшелігі сол қатысқандардың басым көп сандысы жастар.

Тәуелсіздіктің жиырма жылы қазақ еліне бір миллионнан артық қазақ сыйлады. Бұл, әрине сырттан келген ағайынның есебі. Ұлт тарихындағы мұндай ірі жетістікті егемендіктің еңсесін түсірмей, «қазақ көшінің» адымын аршындатқан Елбасының ерен еңбегінен бөліп қарауға болмайды. Құрылтайға жиналғандардың Елбасының есімін тәуелсіздікпен қатар атауы да сондықтан. Елі сенген Елбасы бұл жолы да Алты Алашқа бағдар болар сөз айтты.

Шынын айтқанда, құрылбайдан ұққанымыз атажұртынан алыста қалған ағайынның проблемасын Елбасы терең сезініп, тіпті мұңымызды-сырымызды айтамыз деп келген қазақтардың өзінен артық айтып отыр. Бұл нені білдіреді? Елбасы әу бастан бар қазақтың басын атажұртқа жинауды өзінің өмірлік мақсаты тұтқанын аңғартады. Нұрсұлтан Әбішұлының «тойласу үшін емес, ойласу үшін келдік» дегені сол. Тек бізге жетпейтіні Мемлекет басшының сындар-

лы саясатын сынымен жүргізетін басшылардың аздығы шығар... Әйтпесе, шетелден келетін қазақтың пробелмасы әлі күнге өзекті күйінде қалуы Тәуелсіздігіміздің 20 жылдығына сын емес пе?!

Тәуелсіздіктің 20 жылында жеткен жетістіктерді айтқан Елбасының сүбелі сөздері «Атажұртым қалай екен?» деп келген ағайынның көңіліне нұр, жүрегіне үміт сыйлады. Шетелдегі қазақтар үшін ең басты мәселелердің бірі қазақ тілінің жайы десек, Елбасы бұл туралы да өзекті ойлар айтты:

«Ахмет Байтұрсынұлының: «Сөзі жоғалған елдің өзі де жоғалады» деген сөзі бар.

Біздің тәуелсіздікпен бірге сөзіміз тіріліп, өзіміз еңсе тіктедік.

Бабадан жеткен қасиетті қазақ тілінің осы жылдары мемлекеттік мәртебе алып, құлашын кеңге жая түскенін білесіздер. Естеріңізде болса, 1991 жылы қазақ мектептерінде оқитын шәкірттердің жалпы саны 32 пайыз ғана болатын. Сөйтіп, біздің тіліміз кеңес заманында жойылуға тақады. Бүгінде ол көрсеткіш екі есеге артып, мектептерде 1,5 миллионнан астам бала қазақ тілінде білім алады. Аралас мекемелерді қосқанда, барлық балабақшалардың 90 пайызға жуығы қазақ тілінде тәрбие беруде. Қазір мемлекеттік органдарда іс жүргізу негізінен қазақ тіліне көшірілді. Мен «Қазақстан» телеарнасына биыл күзден бастап толық мемлекеттік тілде хабар таратуға тапсырма бердім.

Бүгінгі алқалы жиында қандастарымызға қолдау көрсетіп, қамқорлық жасаудың нақты жолдарын айқындап алуымыз ке-

рек. Сондықтан, алдағы мақсат-міндеттерді бірлесіп белгілеп алғанымыз жөн» – деді Елбасы жиналғандарға салмақты ой тастап.

Әттеген-айы! Өздері тұрып жатқан елдің мысы басты ма, әлде солай тапсырма берілді ме? Сырттан келген ағайын «көш» маңайындағы көп мәселенің шетін шығара алмады. Бірақ Елбасының сөзі соның бәрін сезіп-біліп отырғандығын аңғартты. Нұрсұлтан Әбішұлының сөзі «Елге ел қосылса, құт болатындығын», «шеттегі бауырлардың табанына кірген шөнге, атажұрттағы ағайынның жүрегін сыздататындығын» жеткізді. Осыдан артық не керек?!

Құрылтайда Елбасы «Халықтың көші-қоны туралы» заң жобасының қаралып жатқандығын, қандастарды жұмыспен қамту мәселесінің жақын күндерде шешім табатындығын, жастарды оқытып, олардың мүмкіндіктерін туған Отан үшін пайдалану керектігін, шетелдегі қазақтардың «ұлттық өнерін» сақтауға жәрдем беретінін, т.б. түйінді мәселелердің шешім табатынын баса айтты.

Құрылтай ұйымдастырылып жатқанда біз де өз тарапымыздан Дүниежүзі қазақтары қауымдастығының Төралқа төрағасының бірінші орынбасары Талғат Мамашевқа өз ұсыныстарымызды айтқанбыз. Ұсынысымыз жерде қалмаған екен. Құрылтайда енді келетін қазақтардың ғана емес, елге оралған қандастардың да мәселесі назардан тыс қалмады. Айталық, өзім басшылық ететін «Жас-Ай» Шығыс-тибеттік медицина орталығы тек емдеу ісімен ғана емес, жақынғы 3 жылдан бері «Жас-Ай» шығыс-тибет медициналық

ақпараттық журналын шығарып, халықтың медициналық сауатын арттырып, салауатты өмір салтын ұстануға насихаттап келеді. Журнал тиражы 5000 дананы құрағанымен, оның көп бөлігі орталығымызға өз аяғымен келген науқастардан аспайтын. Тек 2000 данаға жуығы ғана жергілікті пошта бөлімшелері арқылы еліміздің әр түкпіріндегі оқырмандарға жетіп отыр. Бұл қазақтілді медициналық ақпаратқа шөліктеп отырған қалың оқырман үшін, әрине, аздық етеді.

Осы мәселеге орай Қазақстан Республикасы Байланыс және ақпарат министрлігінің арнайы өкілімен кездесіп, пікір алыстық.

Шындығын айтқанда, Шығыс-тибет медицинасының отаны саналатын Қытайдың жан саны бұл күнде әлем бойынша бірінші орында. Шығыс медицинасының адам денсаулығын жақсартуда қандай рөл атқарғанын осыдан-ақ аңғаруға болады. Сондықтан, министрлік тарапына өз ұсыныстарымды жеткіздім. «Аталмыш медицинаны еліміз демографиясын көтеруге пайдалану керектігін, «Ауырып ем іздегенше, ауырмайтын жол ізде» деген қанатты сөзді ұран еткен журналымыздың халықтың ерекше ықыласына бөленіп, үлкен сұранысқа ие болып отырғандығын, тек басылымды жалпы халықтың қажетіне жарату үшін үлкен қолдаудың қажет екендігін қаперлеріне салдым.

Жалпы, қазақ тілді медициналық басылымдар тапшы болып тұрған қазіргі кезеңде қарапайым халықтың сұранысын ескеріп, күш-қуатымыздың жеткенінше журнал шығарып отыруымыз – атжұртқа ту тіккен біздердің ел игілігі үшін істеп жатқан аз да болса еңбегіміз дер едім. Бірақ сол талпынысқа қанат жалғап, қолтықтан демеп жіберерлік қолдау болса, тек біздің журнал үшін ғана емес, Қазақстан халқының денсаулығын арттырудағы игі істердің бірі болар еді. Қазақ «жалғыздың үні шықпас, жаяудың шаңы шықпас» деген аталы сөзді осындайда айтса керек.

Мұны айтып отырғанымыз Дүниежүзі қазақтарының IV құрылтайында Елбасы Нұрсұлтан Назарбаев алыстан келген ағайынның білім-білігін Қазақстан халқының өсіп-өркендеуіне пайдалану туралы жақсы ойлар айтты. Біз де осы мақсат үдесінен шығу үшін аталмыш журналды жарыққа шығарып отырмыз. Дегенмен журналды әлі де болса Алты алаштың игілігіне жарату кезек күттірмейтін іс болып отыр.

Бір қуантарлығы, Құрылтай барысында шеттен келген ағайынға Астананың көрікті жерлері көрсетіліп, маңызды кездесулер ұйымдастырылды. Ең бастысы Елбасы айтқандай «тойласу үшін емес, ойласу үшін жиналған» құрылтайда біз өз ойымызда жүрген күрмеулі мәселелерді ортаға салдық. Айтылар ойлар айтылды. Ендігі дүние, сол мәселелердің назардан тыс қалмауында...

Жасан ЗЕКЕЙҰЛЫ,
«Жас-Ай» Шығыс-тибет медицина орталығының директоры, Халықаралық шығармашылық академиясының академигі, Вена Халықаралық Университетінің «Құрметті профессоры», Халықаралық «Сократ» атындағы орденнің иегері, Республикалық «Жас-Ай» Шығыс-тибет медициналық ақпараттық журналының Бас редакторы



«Елді бастау – маған сын, мені қостау – елге сын»

«Елді бастау – маған сын, мені қостау – елге сын». Бұл – Елбасының сөзі. Осы екі ауыз сөздің ел мен Елбасыға жүктейтін жүгі батпан. Өмірдің өзі сын сағат. Замана көшіндегі сол сын сағаттардан сүрінбей өтудің құпиясы береке мен бірлікте жатыр. Тәуелсіздік алған 20 жылдан бері жас Қазақстанның елдігін тіктеп, еңсесін көтеруі – сол татулықтың жемісі. Осы тұрғыдан қазақ елін нарықтың сан қыспағынан аман алып өтіп, мемлекет тізгінін бақытты болашаққа қарай бағыттаған Елбасы Нұрсұлтан Назарбаевты Алты алаштың алақанына салуы, әрине, заңдылық.

Біз биылғы Елбасы сайлауында қазіргі көшбасшымыз Нұрсұлтан Әбішұлын қолдадық. Бұл – ел таңдауы. Жаңылыспаған екенбіз. Елбасы ел тізгінін қайта қолға алды. Сайлауда өзін қолдаған қара орман халқына ризашылығын білдірді. Сол қатарда бізді де қағыс қалтырмай, ақжарма, ақ пейілімен «Алғыс хат» жариялады:

Қазақстан Республикасы Президентінің алғысы

Құрметті Жасан Зекейұлы!

Қазақстан Республикасы Президентінің сайлауында менің сайлау науқаныма белсене қатысқаныңыз үшін Сізге алғысымды білдіремін.

Қол жеткізген жеңісімді баршамыздың ортақ жетістігіміз және реформаларды, қоғамды модернизациялауды одан әрі жалғастыру әрбір отбасының, әрбір қазақстандықтың игілігі үшін ұстанып отырған бағдарымызды қолдау деп түсінемін.

Сізге және сіздің туған-туыстарыңызға зор денсаулық, құт-береке тілеймін!

Нұрсұлтан НАЗАРБАЕВ
Астана, 2011 жылғы сәуір

Мұндай ізгі тілек «Жас-Ай» журналының басшылығына ғана емес, оның оқырмандарына да қаратылған алғыс деп қабылдаған жөн.

Жоғарыда айттық. Сын сағаттарда халқын адастырмаған азаматын елі қашанда қолдайды. Алты алаштың Көшбасшыға айтары қашанда анық: «Елді бастау – сізге сын, сізді қостау – Елге сын!»

– Талғат Асылұлы, Елбасы Нұрсұлтан Әбішұлы Назарбаевтың бастамасымен әлем қазақтары Арқадағы елордада төртінші рет бас қосты. Бұл реткі бас қосудың басты маңызын атап көрсетсеңіз...

– Елбасы Н.Ә.Назарбаевтың бастамасымен дүниежүзі қазақтарының құрылтайы ең алғаш 1992 жылы рухани астанамыз атанған Түркістан қаласында өтті. Бұл ел тәуелсіздігін енді алған, етек-жеңді әлі қымтап үлгермеген, елдің экономикалық, әлеуметтік жағдайы оңала қоймаған кезең болса да, Президент тағдыр тәлкегіне түсіп, әлемнің әр еліне тарыдай шашыраған ісі қазақ баласының басын тәуелсіз Отанында біріктіріп, әрбір қазақтың мәселесін ортақ шешуді мақсат тұтты. Сонын нәтижесінде Дүниежүзі қазақтарының құрылтайы қазақ даласында осыған дейін үш рет өтті. Қазақ тағдырына қатысты өзекті, толғақты мәселелер шешілді, құрылтай жер жүзіндегі қазақ қауымның атамекенге деген ынта-ықыласын, мақтанышы мен сүйіспеншілігін арттырып, олардың тарихи отанына оралуын барынша жеделдетуге әсер еткен

қоса Астана мен Алматы қалаларынан келген арнайы қонақтар, зиялы қауым өкілдері де бар. Қандастарымыздың тағдырына саятын әрбір мәселеге Елбасының қашанда жіті назар аударып, оң шешім табуына тікелей мұрындық болып отыратыны белгілі. Бұл реткі алқалы жиында да құрылтайдың өзектілігі туралы, шетелден ат арытып келген ағайындардың мәселелерін оң шешілу жайында және көші-қон саласында алдағы атқарылатын жоба-жоспарлар төңірегіндегі бір қыдыру жұмыстарға Елбасы Н.Ә. Назарбаев кеңінен тоқталды. Шетелде жүрген әрбір қазақ баласы ұлттың бір бөлшегі екенін, алыста қалған әрбір ағайынның табанына кірген шөгір оның отандастарының да жанжүрегі сыздатуы тиіс екенін атап айтты. Көші-қон саласында жүзеге асыуға тиісті

денгейдегі университетте шетелден келген ең мықты ұстаздар мен ғалымдар сабақ береді. Қандас жастар үшін мұндай оқу орындарында дәріс тындау таптырмайтын орай. Осыған байланысты Білім және ғылым министрлігі Президенттің тапсырмасына сәйкес қандастарымызға бөлінетін гранттың квотасын нақтылап, алдағы күнде жастармен жүйелі жұмыс жүргізбек.

Сонымен қатар, Н.Ә. Назарбаев шетелдегі қандастардың ұлттық мәдениет пен тарихымыздың кәусәр бұлағынан сусындап, Отанынан жан-жақты хабар алып тұруы үшін Байланыс пен ақпарат министрлігіне «Казпионет» арнасының қазақтар тұратын елдегі таралуын қамтамасыз етуді, ұлттық құндылықтарды әспеттеген хабарларды таратуды арттыруды тапсырды. Әрі төрткүл дүниенің

Талғат МАМАШЕВ,
Дүниежүзі қазақтары қауымдастығы
Төралқа төрағасының бірінші орынбасары

Елбасының мақсаты – бар қазақтың басын қосу

уақиға болғаны даусыз. Кезекті өткен құрылтайдың көздеген мақсаты да осы негізден ауытқыған жоқ.

Бұл ретте, ең алдымен, мына мәселені атап айтқанымыз жөн. Дүниежүзі қазақтарының алғашқы екі жиыны шетелдегі ағайындарды атажұртпен жақын қауыштыру, Қазақстанда жүзеге асып жатқан игі істер мен мақсат-жоспарларды таныстыру бағытында өткен болатын. Ал үшінші Құрылтай шетелдегі ағайындардың атажұртпен байланысын барынша нығайту; оларға мәдени-рухани, оқу-білім саласында қолдау көрсету жұмыстарын жетілдіріп, атажұртқа келуіне жағдай жасау мәселелерін талқылауға арналған іскерлік бағытта өтті. Енді IV Құрылтай өзінің алдындағы Құрылтайлардың осы жақсы бастамаларын одан әрі жалғастырып, өткен бас қосуларда ескерілмей қалған кейбір мәселелерді, әртүрлі себептермен жүзеге аспаған жұмыстарды оң шешуге шешім қабылдады. Яғни, төртінші Құрылтай бұрынғы осындай жиындардан әлдеқайда биік, жаңа деңгейге көтеріліп, шетелдегі қазақ диаспорасымен байланыс жасаудың ең өзекті мәселелерін шешуге ықпал еткен іскерлік бағытта өтті.

– **Өткен үш реткі құрылтайдан бөлек осы жолы қандастарымыздың тағдырына саятын нақты қандай мәселелер оң шешімін тапты?**

– Бұл реткі құрылтайға әлемнің 35 елінен 365 делегат келіп қатысты, оған

мақсат, міндеттер жайында бұйрықтар берді. Елбасының тапсырмасына сәйкес алдағы күнде парламентте талқыланып жатқан жаңа көші-қон туралы заң аясында қандастарымыздың құжат тапсыруда, тіркеуге тұруда, азаматтық алуда кездесетін қиындықтары айтарлықтай жеңілдейтін болады. Көші-қон үшін белгіленген квотаның толмауына байланысты «Нұрлы көш» бағдарламасының екінші кезеңінің жобасы жүзеге асып, осы заң негізінде қандастарымызды өндірістік өңірлер мен ауылшаруашылығына тарту жолдары көзделіп отыр.

Елбасы жаңа дәуірге қадам басқан қазіргі қоғамда Қазақстанға отаншыл, білімді жас мамандардың аса қажет екенін, сондықтан шетелдерде техникалық білім алған қазақ жастарын индустриялық өндіріске жұмысқа тартудың өзектілігін айтып, әлемнің әр қиырындағы қазақ жастарын атамекенінде оқуға және қазақ еліне қызмет етуге шақырды. Қазір шетелден келіп Қазақстанда университет бітірген жастардың алдыңғы легі қоғамдық жұмыстарға белсене араласа бастады. Осы реткі құрылтай қонақтарының да 60 пайызға жуығы жастар. Жастар – елдің ертені. Сондықтан мемлекет жастарға өз Отанында сапалы білім беруді басты назарда ұстап келеді. Бұл үшін республикадағы жоғары оқу орындарында барлық жағдай жақсы жасалған. Елордада шаңырақ көтерген әлемдік

төрт бұрышына тарыдай шашырап, жат ел, жат жерде жүрсе де қазақы қанын жоймаған, ұлттық болмысын ұмытпаған әрбір қара көз қандастарымыздың өзара байланысын нығайту мақсатында арнайы Web Portal ашудың маңыздылығын да ескертті. Бұл қазіргі қоғамда жүзеге асуға тиіс өркениетті жағдай. Отанынан алыс жатқан ағайындарға, ана тілінде жарық көріп жатқан түрлі кітаптар мен мерзімді басылымдарды жеткізіп тұрудың да маңызы ерекше. Өйткені бұл жастардың сол елдің мәдениеті мен тіліне, дініне түбегейлі бейімделіп, қазақ ретінде өзін-өзі жоғалтып алуының алдын алып, өз ұлтының тілінен, ділінен, дәстүрінен тәлім алуына септігін тигізеді.

Қазақтар көп қоныстанған көрші елдерде ұлтымыздың тарихы мен дәстүрінен терең сыр шертетін құнды мұралар мен тарихи материалдар мол екені даусыз. Қазақ үшін қастерлі осындай асыл жәдігерлерді арнаулы экспедициялар ұйымдастырып, жинауды Мәдениет министрлігі өз құзырына алды. Сондай-ақ шетелдерде өтетін кіші құрылтайлардың тұрақты өткізілуі үшін «Самұрық-Қазына» Ұлттық әл-ауқат қоры қолдау көрсететін болды.

Сонымен қатар, парламент мәжілісінің депутаты Уалихан Қалжиан да қабылдануға жақын көші-қон туралы заңда бұдан кейін қандастарымыз азаматтық алып алса да, квотаға ене алатындығын, олар үшін жеңілдіктер



болатындығын әрі ататектерін дұрыстап жазуға құқылы екендігін жеткізді. Бұл да қандастарымыз үшін көңіл қуантарлық жақсы жаңалық болғаны даусыз.

– Дегенмен соңғы жылдары қазақ көші байсал тартып қалғаны белгілі, қара көз қандастарыңыздың ішін қан жылдар көші-қон мәселесі төңірегіндегі дау да ұшығып келеді.

– Бүгінгі таңда бұл салада көптеген күрделі мәселелер қалыптасып отыр. Әсіресе, соңғы уақытта шетелден келетін қандастардың саны күрт азайып кеткені алаңдатады. Көші-қон процесі – бүгінгі таңда еліміз үшін ең басты мәселелердің бірі. Қазір көші-қонның онға жуық түрі бар. Олардың ішінде көңілге күмән келтіретіндері де кездеседі. Мысалы, азаматтық алу мақсатындағы көші-қон деген бізге түсініксіз. Сонда қалай, біз әртүрлі мақсатпен Қазақстан азаматтығын алғысы келетіндердің бәрін құшағымызды ашып, қабылдай беруіміз керек пе?! Ол аз дегендей, миссионерлік көші-қон деген де шыға бастады. Шетелден келген түрлі миссионерлік ұйымдардың дінімізді бұзып, ұлттық бірлігімізге, мемлекеттік тұтастығымызға зиянын тигізе бастағаны барлық жерде жаппай айтылып та, жазылып та жүр.

Міне, осындай қыры-сыры күрделі көші-қон процестерінің ішіндегі бізге ең керегі – тарихи отанына оралу мақсатындағы көш, яғни қандастардың көші. Қазақстан Республикасының экономикасы дамып, бүкіл әлем мойындаған іргелі мемлекет болуына қандастарымыздың көші үлкен үлес қосты. Мысалы, өткен тоқсаншы жылдардағы экономикалық қиындықтар кезінде бірнеше миллион адам Қазақстанды тастап, сырт жерлерге көшіп кеткен еді. Міне, осындай күрделі жағдайда қандас ағайындардың көптеп келуі елімізге үлкен көмек, демеу болды.

Алайда, қазір көші-қон квотасының жыл сайынғы жоспарын орындау қиындай бастады. Шетелден оқуға келетін қазақ жастарының саны да кеміді. Осы қалпымен кете берсе енді бірнеше жылдан кейін шетелдегі қазақтардың Қазақстанға қоныс аударуы барынша азайып, мүлдем тоқтауы әбден мүмкін. Соған орай алдағы күнде көші-қон жайлы жаңа заң қабылданбақ.

Біздің байқауымызша, көштын байсал тартуына себеп көп. Олардың ең бастысы – шетелдерден Қазақстанға келудің барынша қиындауы. Мысалы Қытайдағы қазақтар атажұртқа келу үшін Шыңжанның орталығы Үрімжі қаласындағы Қазақстанның Консулдық бөлімінен виза алуға тиіс. Бұрын виза алу бір жүйеге түскен, едәуір жеңіл еді. Өкінішке қарай, қазір бұл барынша қиындаған. Әсіресе, Үрімжі қаласынан алыста, сырт жерлерде тұратын қазақтардың Қазақстанға келуі шешілмейтін мәселеге айналды. Өйткені, Қазақстан Консуллығынан виза алу айлап кезек күтуді, бір емес, бірнеше рет барып, әуре-сарсаңға түсуді қажет етеді. Және виза алу үшін Консулдыққа әрбір адамның өзі бару керек. Оған ауылдық жерлерде тұратын ағайындардың мүмкіндігі келмейді. Үрімжідегі консулдық өткен жылдары күніне 60-70 адамға виза берсе, қазір бұл көрсеткіш 20 адамға дейін құлдыраған. Оның ішінде қазақтарға виза көбіне ең соңынан тиеді. Оның өзінде көп жағдайда туристік визасы ғана беріледі. Мұндай визамен Қазақстанда қалуға болмайды.

Ал Қарақалпақстандағы қазақтардың да Қазақстанға келуіне осындай жағдайлар кедергі болып отыр. Өзбекстан жағындағы кеден бекеттерінде қит етсе ақша талап ету жиі кездеседі. Бір өкініштісі, Қазақстан мен Өзбекстан арасында көші-қон мәселесін реттеу туралы мәселе әлі шешіле қойған жоқ.

Моңғолиядан келетін ағайындар да осындай ауыр жағдайды бастан өткереді. Бүгінгі таңда Моңғолиядан Қазақстанға тікелей келетін жол жоқ. Шығыс Қазақстан облысынан Моңғолияның Баянөлгей аймағына тікелей баратын жол салынады деген әңгіме көптен айтылып жүр, бірақ ол мәселе шешілетін емес. Осының салдарынан моңғолиялық ағайындар Қазақстанға Ресейдің Барнаул қаласы арқылы бір мың шақырымнан астам жол жүріп, өрен жетеді. Және жол бойы шекарашылар мен кеденшілер тарапынан толып жатқан кедергілерге душар болады.

Қандастар көшінің азаюы Ішкі істер министрлігіне қарасты Көші-қон полициясы басқармасының жұмысына да тікелей байланысты. Бұрынғы кезде бұл мекеме шетелден келген қазақтарға виза созу, тұрақты тіркеу, азаматтыққа құжат өткізу жөнінен біраз жеңілдіктер жасайтын. Қазір мұндай жеңілдіктердің бәрі тоқтатылған. Керісінше, Көші-қон полициясының шетелден келген ағайындарды ұстап алып, дереу Қазақстаннан шығарып жіберуі барын-

ша етек алған. Біздің Қауымдастыққа бұл жөнінен де көптеген арыз-шағымдар түсуде.

Қандастардың атажұртқа келуінің азаюының және бір себебі көші-қон саласындағы жалған мәліметтер мен жемқорлықтан туындап отыр. Яғни, бізде көші-қон квотасының жоспарын жалған, жасанды түрде орындау, сөйтіп мемлекеттің бұл салаға бөлінген қаржысын босқа ысырап ету асқындап барады.

Көштің байсал тартуына кері әсерін тигізетін тағы бір түйін көші-қонды ұйымдастыру жұмыстарының нашарлығы. Мысалы, сырт жерлердегі ағайындардың атажұртқа келуін барынша оңайлату үшін ең алдымен олармен алдын ала байланыс жасап, құжаттарын дайындап, шекарадан өтуінен бастап тұрақты тұратын жеріне дейінгі бүкіл жолын реттеп, үйлестіріп отыру керек. Яғни шетелдік ағайындар өздерінің қай жерге орналасатынын, баспана мәселесінің қалай шешілетінін, жұмысқа қайтіп орналасатынын, егін егіп, мал өсіретін жерді қалай алатынын алдын ала біліп, анықтап, Қазақстанға содан кейін ғана келуге тиіс. Өркениетті мемлекеттердің бәрі өз отандастарын осылай көшіріп әкеледі.

Өкінішке қарай, бізде көші-қонның мұндай дайындық жұмыстары әлі күнге жүйелі жүргізілмей келеді. Біз, көбіне, өз аяғымен келген қандастарды тізімге алып, квотаның кезегіне қоюмен ғана шектелеміз. Және ол үшін қандастардың ең әуелі тұрақты тұратын жерін өздері тауып, тіркеліп келуін талап етеміз. Ал сонда шекарадан жаңа ғана өткен, Қазақстанда ешқандай танысы жоқ шетелдік қазақ тұрақты тіркелетін жерді қайдан, қалай табады?! Осы ретте сонау алпысыншы жылдары Қытайдан өткен жүздеген мың адамды Кеңес үкіметі ешкімді әуре-сарсаңға салмай, тиісті құжаттармен бірден қамтамасыз еткені ерекше еске түседі. Ал қазір арада жарты ғасыр өтіп, өзіміз егемендік алсақ та, алыстан келген ағайындарға тиісті құжатты әуре-сарсаңға салмай бірден беруді шеше алмай отырмыз.

Көші-қонды ұйымдастырудағы осындай кемшіліктердің салдарынан жаңадан келген ағайындар не жұмысқа тұра алмайды, не үй салатын, егін егіп, мал өсіретін жер ала алмайды. Сосын ақырында күн көрулері қиындап, келген жақтарына қайта көшуге мәжбүр болады. Мұндай жағдайдан кейін өзгелердің де Қазақстанға келуге деген ыстық ықыласы су сепкендей басылады. Бұл жағдай біздің бәрімізді де ойландыруға тиіс. Парламентте қаралып талқыланып жатқан «Халықтық көші-қон» туралы жаңа заң көші-қон саласындағы осындай кемшіліктердің оң шешілуіне ықпал ететін кемел заң болады ғой деп сенеміз. Алдағы күнде қазақ көші көлікті болғай!

әңгімелескен
Мамырбек ТӨКЕШ

ДЕНЕ БЕКЕРГЕ БӨРТПЕЙДІ

Өткен ғасырларда балалар арасында қызылша мен қызамық ауруларынан өлім-жітім көп болған. Сондықтан бір кездері оны «балалар обасы» деп атаған. Ауа-тамшылы жолмен жұғатын, ауыз, тыныс жолдарының, көздің шырышты қабаттарының қабынуымен, ірі дақты бөртпелермен және улану белгілерімен сипатталатын ауру бүгінгі күні де қауіпті саналады. Сондықтан журналымыздың осы санында балалар арасында жиі кездесетін жұқпалы ауруларға тоқталуды жөн көрдік.



Жалпы қызылша мен қызамық – бір-біріне өте ұқсас, вирусты жұқпалы аурулар. Екеуіне де тән белгі – денеге бөртпенің шығуы. Қызылша мен қызамық вирустары жүкті әйелдер үшін де өте қауіпті. Себебі жүктіліктің ерте кезеңінде ұрықтың дамуын тоқтатады немесе құрсақтағы нәрестеге инфекция жұғып, әйелдің түсік тастауы, бала өлі тууы мүмкін, сондай-ақ, көптеген кемістікпен (соқыр, саңырау, жүрек ақауы, орталықжүйкежүйесініңзақымдалуы, ақыл-ой, бой, дене кемістігі) дүниеге келуі мүмкін. Мұндай балалар айналасындағыларға бір жыл бойы вирус таратуы мүмкін. Әйел аяғы ауыр кезінде қызылша ауруын жұқтырып алғанын сезбеуі де ықтимал. Себебі инфекция ешқандай белгісіз өтеді не-

месе белгісіз жедел респираторлық инфекцияға ұқсас келеді. Қызылша және қызамықпен әсіресе, тұмаудан кейін ауыру аса қауіпті.

Қызылша(корь) ауруының вирусы адам ағзасына жоғары тыныс жолдары арқылы еніп, тыныс жолдарының кілегейлі қабатында көбейеді. Одан кейін қан арқылы бүкіл ағзаға тарап, бауырды, тамақ безін, өкпені және сүйек кемігін, яғни жілік майын зақымдайды. Дерт дендеген жағдайда ортаңғы құлақтың, өкпенің, кеңірдектің, көмекейдің бронхтың, ми қабықтарының қабынуына, бас миының ісінуіне және қандағы тромбоциттер санының азаюына, ауыз уылуына, кератит ауруларына әкеп соқтырады. Аурудың алдын алып немесе дұрыс ем көрсетілмеген жағдайда арты қайғылы оқиғаға душар ету мүмкін. Аурудың инкубациялық кезеңі 9-12 күн, кейде 3 аптаға созылады, науқас адамда өмірлік иммунитет қалыптасады, яғни қызылшамен бір ауырған бала екінші рет ауырмайды. Жалпы ауру қоздырғышы түкірік, қақырық, шаң-тозаң арқылы таралады. Қызылшамен ауырған науқаспен қарым-қатынаста болған сезімтал,

әлжуаз, иммунитеті төмен, ағзасы ауру жұқтыруға бейім адамдардың көбісі ауырады. Қызылшаға 6 айдан 5 жас аралығындағы балалар өте жиі шалдығады.

АУРУДЫҢ БАСТАПҚЫ БЕЛГІЛЕРІ:

- Сырқаттың дене қызуы көтеріледі;
- Ауыз іші қабынып, ісінеді;
- Тамаққа тәбеті төмендейді;
- Әлсіздік пайда болады;
- Жөтеледі;
- Түшкіреді;
- Мұрыннан су ағады;
- Дем алуы қиындап, қырылдайды;
- Көздің шырышты қабығы ісінеді;
- Көзі қызарады, жасаурайды,
- Іші ауырып, кейде іші өтеді;
- Жарыққа сезімталдығы артады;
- 2 немесе 3 күннен кейін ауыздың шырышты қабығында тұздың жартысындай кішкентай ақ дақтар көріне бастайды;
- Денесіне бөртпе шығады. Бөртпелер бірінші күні бетінде, құлағында, мойнында, екінші күні денесінде, үшінші күні аяғында пайда болады. Бөртпелердің шығу кезеңі 3-4 күнге созылады. Осы кез-

ЕСКЕРТУ

Ауру белгілері

байқала салысымен дәрігер шақыртыңыз. Кез келген дәріні дәрігердің тағайындауынан кейін ғана пайдаланыңыз. Өз бетіңізше емдеймін деп ауруды асқындырып алмаңыз.

ҚЫЗЫЛША МЕН ҚЫЗАМЫҚ АУРУЛАРЫНЫҢ АЛДЫН АЛУ

Бұл аурулардан сақтанудың және алдын алудың ең басты әрі сенімді жолы – вакцинация;

Ұлттық егу күнтізбесіне сәйкес, вакцина 1 жастағы, 6 жастағы және 15 жастағы балаларға егіледі;

Сонымен қатар, бала туу жасындағы әйелдерге де егу жұмыстары жүргізіледі;

Қызылша және қызамықпен ауырған баланы басқа балалардан бөлек ұстаған жөн;

Науқас және ауырған үйдің балалары балабақшаға, мектепке, саябақтарға, басқа да қоғамдық орындарға 2 аптаға дейін баруына болмайды;

Науқас баланың бөлмесін, ыдыс-аяғын, төсек-орнын, ойыншықтарын, т.б. залалсыздандыру қажет.

Дереккөз: Жыл сайын әлемде қызылша ауруынан 900 мыңға жуық балалар көз жұмады екен. Қызылшаға қарсы вакцина егу әлем мемлекеттерінде 1969 жылдан, Қазақстанда – 2005 жылдан бастап жүргізіледі.

де дене қызуы қатты көтеріледі. Қызылшамен ауырған науқас қызыл бөртпенің пайда болған күніне дейін төрт күн және пайда болғаннан кейін төрт күн жұқпалы болып келеді;

- Бүкіл денесіне тұтасқан қызыл бөртпе шығады;

- Кейде тері астына қанның құйылуы (қара қызылша) салдарынан шашыраңқы қара дақтар, яғни көгеру байқалады. Бұл дерттің асқынғанын білдіреді.

- Қызылша ауруымен ауырған сырқаттың 30-50 пайызына дейін нақты клиникалық белгілері болмайды.

ЕМДЕУ:

- Науқас бала көп қимылдамай жатқаны дұрыс;

- Дәрумендерге бай, құнарлы тамақ жеп, сұйықтықты көп ішу керек;

- Емшектегі бала емуге қиналса, емшек сүтін сауып, қасықпен немесе бөтелкемен ішкізуге болады;

- Көзге зияны болмас үшін А дәруменін көбірек беруге болады;

- Дене қызуы көтеріліп, мазасызданса, ыстықты әрі ауырсынуды басытын (мәселен, парацетомол) дәрі беріңіз;

- Баланың іші өтсе, регидрационды суды мол беріңіз;

- Құлағы ауырса, антибиотик беруге болады. Антибиотиктерді тек оның асқынуларын емдеуге пайдаланады.

Қызамық (краснуха) – тез таралатын қауіпті жұқпалы ауру. Ауру қоздырғышы – А тобындағы гемолитикалық стрептококк. Вирус ауа-тамшылы жолмен беріледі және науқаспен қарым-қатынаста болған кезде, яғни жөтелгенде, сөйлегенде жұғады. Сондай-ақ ауру қоздырғышы түкірік, қақырық, шаң-тозаң арқылы таралады. Тіпті науқас баланың ойнаған ойыншығы, ішкен ыдыс-аяғы, қолы-басын сүрткен орамалы арқылы да жұғады. Қызамықпен ауырған бала екінші рет ауырмайды. Аурудың инкубациялық кезеңі 11-24 күн. Ауруды дер кезінде емдемей, асқынған жағдайда науқастың тамақ және жақ асты безі шошиды, құлақ іші іріңдейді, тіпті ірің миға шабуы да мүмкін. Сонымен қатар, асқынудың арты мастоидит, мұрын қуысының қабынуы, лимфаденит, жүрек ревматизмі сынды ауруларға ұласуы мүмкін. Қызамықпен көбіне 6 айлықтан 12 жас аралығындағы балалар жиі ауырады. Ауру айналасындағылар үшін денесіне бөртпелер пайда болғанға дейін 7 күн, пайда болғаннан кейін 7 күн ішінде жұқпа көзі болып табылады.

Ауру белгілері:

- Дене қызуы 38-39 градусқа, ауыр түрінде 40 градусқа көтеріледі;

- Басы, тамағы ауырады;

- Асқа тәбеті болмайды;

- Құсады;

- Құрғақ жөтел пайда болады;

- Тамағы жыбырлайды, ашиды, құрғайды;

- Аурудың екінші күні денеге,

бетке, әсіресе қолтық, шапқа көп қызғылт бөртпе шығады. Әдетте бөртпе 2-4 күн, сирек жағдайда 5-7 күнге дейін тұрады;

- Қызамықта бөртпелер қызылшадағыдай анық қызыл емес және бірікпеген болады;

- Сырқат баланың екі беті, көмекейі қызарады;

- Бадамша безі ісінеді;

- Қан қысымы көтеріледі немесе төмендейді;

- Тамыр соғуы нашарлайды;

- Қанның ақ түйіршіктері көбейеді;

- Несебінде белок пайда болады;

- Сандырақтайды;

- Іші өтеді;

- Желкедегі лимфа түйіндері іседі.

Бұл белгілер 4-5 күннен кейін басылады. Науқас баланың денесіндегі бөртпелер азайып, қабыршақтанып, терісі түседі. Баланың көңіл-күйі көтеріледі, тамақ іше бастайды.

Емдеу:

- Қызылша сияқты қызамықтың да арнайы емі, нақты беретін дәрі-дәрмегі жоқ;

- Асқынулар болған жағдайда антибиотиктер беріледі;

- Бөртпе шыға бастағанда төсекте жатқан жөн;

- Тамақтануға мән беру керек;

- Сұйықтық көп ішкені абзал;

- Асқынулар байқалған жағдайда ауруханаға жатқызу керек.



Бибісара ҚАЛИЕВА
Жанна АБАЙҚЫЗЫ

«Жүре берсең, көре бересің» дейді қазақ. «Global Personal Assistant» компаниясының ұйымдастыруымен, АҚШ-тың Денсаулық сақтау министрлігінің мұрындық болуымен жақында Америка Құрама Штаттарында болып қайыттық. Мұхиттың арғы жағындағы сапарымыз «Заманауи медициналық клиника: Басқару және жабықтау» тақырыбы аясында өтті. Біздегі мақсат – өзіміздегі бар тәжірибені өзгелермен салыстырып, өсу жолын қарастыру. «Жас-Айдың» жарқын беталысы осыны көздейді.



АҚШ ТА, БАТҒЫС ТА ШЫҒЫС ЕМІН ЖЕК КӨРМЕЙДІ...

Медицина саласы ғана емес, әртүрлі ғылым өз шеңберінің ішінде қалып жатса, оның алар асуы биік болмасы анық. Бұл – өмір заңдылығы. «Жас-Ай» орталығымыздың күн санап қанатын кеңге жайып келе жатуының сыры да біздің тынымтаппай ізденіс жасауымызда жатса керек. Өз басым орталығымыздың басты емдеу ерекшелігі Шығыс-тибет медицинасының бір орында тұрып қалмауын, емдеу әдістерінің күн санап жаңарып отыруын әрқашан назарымда ұстаймын. Сол мақсат төңірегінде кезекті сапар Америка жұртына бағытталды.

14 мамыр «Бісіміллә» деп Нью-Йоркке табан тіреп, «Waldorf Astoria» қонақ үйіне орналастық. Бір күн тынығып алдық та, ертесі күні ұйымдастырушылардың бастауымен әлемдік қала Нью-Йоркті араладық. Бүгінгі ғасырдың заманауи өркениеті мен мәдениетінің озық үлгісіне айналған алып қала Нью-Йоркке, төрткүл дүниенің төрт бұрышынан ағылып жатқан туристердің санында есеп жоқ. Қала тұрғындардың 20-30 пайызын шетелдерден келген саяхатшылар құрайды. Сол себепті де қала экономикасының басым бөлігі туристер есебінен толығады екен. Қаладағы әрбірі сексен қабаттан жоғары тұратын бес жұлдызды қонақ жайлардың барлығы да, ел көріп, жер аралаған меймандарға сықа толы. Нью-Йоркте жүріп, Арқа

төсіндегі әсем қала Астанамыз қашан осы дәрежеге жетер екен деген арман келеді басыңа. Бір таңғаларлығы, соншама дамыған мегаполис қала бізді тазалығымен, реттілігімен тәнті етті. Қайсыбірін айтайық, көкпен таласқан зәулім ғимараттар көріктілігімен көз тартады. Роккфеллер орталығында орналасқан «TOP OF THE ROCK» алаңы да өзінің дара келбетімен баурайды... Мәдениеттілік, тәртіптілік, тазалық, реттілік... Қарап тұрып, әлемді ауызына қаратқан алпауыт АҚШ-тың бас қаласы осынша қасиеттерді қалай сақтап тұр деген ойға келесіз...

Келесі күнгі бағытымыз «Рузвельт» медицина орталығы болды. Онда медициналық орталық директорының орынбасары Джеф Якомовитспен және бөлім меңгерушілерімен арнайы кездесу өткіздік. Стационар бөлімі, жедел жәрдем бөлімі, емхана, кардиология, урология бөлімдерін аралап, қолданыстағы заманауи техникалармен таныстық. Түстен кейін бізді АҚШ Денсаулық сақтау департаментінің директоры және денсаулық сақтау министрінің орынбасары қабылдады. Америкадағы денсаулық сақтау саласының даму жағдайы сөз болған жиында көптеген маңызды мәселелер ортаға салынды. Мені қызықтырғаны

Америка медицинасының заманауи техникалармен сәт сайын жабдықталып отыратындығы, денсаулық сақтау саласындағы әкімшілік басқарудың жүйелі жүзеге асатыны, дәрігерлердің біліктілігін анықтаудың озық тәсілдердің қалыптасқандығы және дәрігерлердің қоғамдық ортадағы орнының біз көріп жүрген біраз елдерге қарағанда әлдеқайда жоғары екендігі болды.

Біздің байқағанымыз, Америкадағы ең дамыған саланың бірі – медицина саласы. Оған мемлекет тарапынан бөлінетін қаржы да қомақты. Тіпті сол елдің ең мықты кәсіпкерлері мен басқа да қалталы азаматтары өз табыстарының белгілі мөлшерін ел медицинасының өркен жаюына әрі жеке басының денсаулығын сақтандыруға құйып отырады екен. Сондай қайырылымдық қаржысына салынған медициналық орталықтың біреуіне келіп, ондағы медициналық аппараттардың соншалықты озық екендігіне таңғалдық. Сөйтсек, дүниежүзіндегі медицина саласынан жылт еткен озық техниканы өздеріне күнбе-күн жеткізіп, науқастардың қажетіне жаратып отыруды әдетке айналдырыпты. Жүректің клапандарын ауыстыру, жүректің түймеше бауына аппарат қою, бүйректі ауыстыру, бауырды ауыстыру, кейбір жазылмас рақтың өмірін ұзарту сияқты емдеу шаралары мықтап

қолға алынған. Бұған әрине, Америка халқының өз денсаулығына соншалықты жауапкершілікпен қарайтындығы, он екі мүшесінің сау болуына соншалықты мән беретіндігі игі әсерін тигізіп отыр. Денсаулықты қорғауды өмірлік қағидасына айналдырған олар тапқан табысының тиісті бөлігін денсаулық саласына аударып отырды бұлжымас тәртіпке айналдырған. Соған сай мемлекет те медицина қызметкерлерінің алаңсыз жұмыс жасауына қажетті жағдайлардың бәрін жасап отырған көрінеді. «Ленокс Хил» госпиталі, 64-ші көшеде орналасқан аурухана, «Маунт Синай» ауруханасына жасаған сапарларымыз бізге осыларды аңғартты.

АҚШ медицинаның тағы бір жақсы қыры – науқастардың еркін емдеуін қамтамасыз етуде. Яғни науқастардың

рымызда аталмыш университеттің доктор, профессорларымен кезігіп, ой бөлісіп, пікір алысып қайттық. Білім алуға барлық жағдайды жасаған оқу орынының дүниежүзіндегі ең мықты ғалымдарды даярлап жатқандығы даусыз екендігіне көз жеткіздік. Мұнда ғылымға қаншалықты көңіл бөлінгенін көріп, таңғалмасқа шараңыз жоқ...

Бостон қаласындағы тағы бір әйгілі орын – іргетасы 1811 жылы қаланған Массачусетск жалпы госпиталі. Онда 22 мың адам жұмыс жасайды. Арнаулы зерттеумен шұғылданатын орталық жазылмайтын ауруларға мүмкіндіктің бәрін салып, ем іздеумен айналысады. Адам ағзасындағы қартайған клеткаларды ауыстыруды да осы орталық қолға алып отыр.

Дүниежүзіндегі қай ел болсын, оның

қақпасқа амалыңыз жоқ.

Адам денсаулығының тағы бір кепілі – дұрыс тамақтану, қауіпсіз тағам. Бұл жағынан да Америкалықтардан аларымыз көп. Олар негізінен салқын тамақты көп тұтынады. Сусындарына мұз салып ішуді де әдетке айналдырған. Тамақты көп қуырмай, витаминді тірі қабылдауды да әркез назарларынан тыс қалдырмайды. Тек калориясы жоғары тамақты көп тұтынып, семіздікке душар болып жатқандар санының артуына байланысты, Америка жұрты қазір семіздікпен күресуді мықтап қолға алған.

Сапарымыз сәтті болды. Ұйымдастырушылардың бірі – Американың Денсаулық министрілігі де, бізге ризашылығын білдіріп, арнаулы сертификаттар табыс етті. Шетелден келген меймандарды аттандырып, шығарып салу үшін әрі Нью-Йорк қаласының кешкі көрінісін тамашалату мақсатында арнаулы яхтаға кешкі қонақасы ұйымдастырылыпты. Қаланың алып ғимпраттарында самаладай жамыраған шырақтар мен Нью-Йорк кешінің әсем жұлдыздары тұтасып, бейне жұлдыздар әлемінде жүргендей тамаша әсерге қалдық. «Статуя Свободы» ескерткіші ынтымағы қою, іргесі берік, намысы өр АҚШ халқының асқақ рухын әспеттегендей аспанға маңғаздана бой созып тұр. Осыншама ғаламат әсер мен тамаша көріністер АҚШ-қа екінші қайта табан тіреуге еріксіз асықтырады. Барлығына қимай қарайсыз. «Жүргенге жөргем ілінеді» дейді қазақ. Біздің ең басты жөргем – озық медициналық іс-тәжірибе болды. Ендігі мақсат – сол тәжірибені қазақ елінің денсаулық сақтау саласына пайдалану.

Айтпақшы, алпауыт елдің денсаулықты қорғауды қолға алған қай мекемесі болсын Шығыс-тибет медицинасы дегенде өздерінің таңданысы мен қызығушылықтарын жасырмайды. Тек техникаға ғана сүйеніп қалған дамыған жұрттың жұмыс тәжірибесі Шығыс медицинасын жек көрмейді. Қайта соны дамытуға еркін ойлау мен дәрігерлердің табиғи дарыны кемдік қылатыны өкінішті. Себебі, М.Шаханов сөзімен айтсақ, «Компьютер басты жарты адамдар» онда да жеткілікті...

Жасан ЗЕКЕЙҰЛЫ

Алматы – Нью – Йорк – Бостон – Алматы



ем қабылдау барысында өздерін жақсы сезіну үшін тиісті жағдайлар жасалған. Айталық, кейбір ауруларға иті мен мысығын емханаға алып кіруге рұқсат берілсе, кейбіреуіне тиісінше спортпен айналысуға мүмкіндік туғызған. Ал мұсылмандарға арнайы намазхана дайындалса, жастар мен жасөспірімдер, сәбилер үшін арнаулы ойын алаңдары, спорттық залдар және интернет бөлмелері әзірленген. Әйтеуір емделушіге энергия беретін, көңіл-күйін тұрақты ұстауына тиімді болатын, бастысы емнің нәтижелі қабылдануына себеп болатын шарт-жағдайлар тиісінше әзірленген.

Келесі сапарымыз Бостон қаласына бағытталды. Әлемге әйгілі Гарвард университетінің сонда орналасқанынан бұрыннан хабарымыз бар. Бұл сапа-

ем басты байлығы адам екендігі даусыз. Сондықтан адам денсаулығы да әрқандай мемлекеттің ең басты байлығына балануы тиіс. Ұрпақ денінің сау болуы ұлттың жарқын болашағының кепілі екендігін ескерсек, бұл жағынан мұхиттың ар жағындағы Америка жұрты көш бастап тұр. Адам денсаулығының ең басты кепілі экология десек, ғылым-техникасы қанша дамығанымен, АҚШ елі табиғатын таза сақтапты. Жер қойнауындағы табиғи байлықтары да жаппай игерілуден аман екен. Барлығы да келер ұрпақ үшін атқарылып отырған игі шара екені көрініп тұр. Алматыда бір күн киюге жарамайтын ақ көйлегіңізді онда бірнеше күн киюге мүмкіндігіңіз бар. Көлігіңізді де күн аралатып жуа бермейсіз... Жалпы, тазалығына таңдай

АЛТЫНТАМЫР

Бұл – көп жылдық шөп тектес өсімдік. Биктігі 30-60 см. Тамыры жуандау, етті, ақшыл, сары түсті, жұмыр, кейбіреулері қада тәрізді болады. Ұсақ тамырлары тарамдалып өседі, астында жуантық тарам тамырлары да болады. Сабаққа жалғасқан тамыры мойны қысқа, тік өседі. Жапырақтары қандауыр тәрізді, жиектері ара тісті келеді, жапырақ бетінде аздаған түктері бар, астыңғы беті түссіз болады. Бес салалы жапырақтың ең астыңғысы кішкене болады. Жаз күндері гүл ашады, гүлі шатыр тектес болып, сабағы 30 см-ге дейін жетеді. Жемісі дөңгелек, піскен кезде жеміс қабығы қызыл түсті болады. Алтынтамыр жабайы және екпе болып екіге бөлінеді. Тау беткейлерінде, қалың орман араларында өседі.



Жинау және өңдеу

Әдетте 5 жылдан кейін күз айларында тұқымы қызыл түске енгенде қазып алынады. Ол кезде алтынтамырды шөп арасынан оңай табуға болады. Қазғанда жерді аумақтырақ етіп ойып, ұсақ тамырларына дейін алу қажет.

Ем болатын аурулары

Қуатты арттырады, жүйкені орнықтырады, демікпені басады, тәбетті ашып, есте ұстау қабілетін арттырады, белсіздікті жазады, бүкіл дене клеткаларының қызметін қалпына келтіреді.

1. Денеден көп қан кеткенде, жедел және созылмалы науқастардың салдарынан әлсірегенде 25-50 г. алтынтамырды суға қайнатып, күніне екі рет ішеді;

2. Дәрменсізденгенде, көп терлегенде, ауа жетіспей терлегенде, деміккенде, шаршап деміккенде 3 г. алтынтамыр мен 9 г. қасқыржемді суға қайнатып күніне екі рет ішеді.

3. Денені қуаттандырып, жүйкені тыныштандыру үшін 50-100 г. толымды алтынтамырды 60% таза ақ араққа шылап, 15 күн жылы орынға қойып, ашығанан кейін күніне екі рет тамақ алдында 50 миллилитрден ішеді.

4. Үлкен, кіші буын және жамбас ауруларына белгілі мөлшердегі алтынтамырға 0.1 г. құдыр кіндігін салып талқандап, қайнаған сумен күніне бір рет ішеді.

5. Тері ауруларына алтынтамырдың жемісін немесе жас жапырағын жаншып, сығынды суын денедегі бөрткенге, бетке шыққан безеуге жағады немесе жапсырады.

Алтынтамыр – орталық нерв қоздырушы күшті дәрі. Ешқандай кері әсері болмайды. Жыныстық қуатты арттырады. Тітіркендіру арқылы өт сұйықтығының бөлініп шығуын тездетіп, өт сұйықтығындағы билирубинды молайтады. Көздің нұрға сезімталдығын, қараңғыда көру қуатын арттырады.

Пайдалану мөлшері: 1.5-3 г. ең көп дегенде 50 г.

САРЫ ҚАРАҒАН

Күзде жапырақ төгетін бұта тектес өсімдік. Биктігі 1-2 м. Тамыры жуан, тік сабақтары топтасып өседі, жас бұтақтары тікенді келеді. Жапырақтары шоқтасып орналасқан, қандауыр формалы. Көбелек формалы гүлі сары түсті немесе қанық сары түсті болады. Шоғырланған жапырақтары ортасынан өсіп шығады. Гүл сабағы жіңішке, ұзын болады. Бадана жемісі жалпақтау келеді. Көбінесе тау беткейлерінде, жолдың жағалауларында өседі.

Жинау және өңдеу

Сары қарағанның гүлі және тамыры дәріге пайдаланылады. Тамырын көктемде немесе күзде қазып алып, топырағын тазалап жас күйінде немесе кептіріп жасайды. Жаздың басында гүлін теріп алып, көлеңке жерде кептіреді. Тамыры дәмді, ұсыз болады.

Ем болатын аурулары

1. Жел-құз қоздырған буын қабынуға 30



Дәрі шөптері

РАУШАН ГҮЛІ

Раушан гүлі – күзде жапырақ төгетін, бұта тектес өсімдік. Биктігі 2 м. Сабағы тік, көп бұтақты, бұтағында үш бұрыш жалпақ тікендері болады. Жапырағы кезектесіп орналасқан. Бір бұтақта 5-7 жапырақша өседі. Жапырағы ұзын, дөңгелек әрі сопақ формалы, жиегінде ара түстері болады. Гүл жалғыз немесе шоғырланып өседі, гүл тұғыры чайник формалы немесе дөңгелектеу келеді. Гүлі қызғылт немесе ақ түсті болады. Көп жерлерде қолдан егіледі.

Жинау және өңдеу

Раушан гүлінің гүл шанағы дәрі болады, жазда гүл шанағы ашылғанда жинап алып, көлеңкеде кептіреді. Тәттілеу, кермек дәмді, ұсыз келеді.

Ем болатын аурулары

1. Жүйкенің әлсіреуінен болған асқазан ауруына, асқазанның қабынуына 6 г. раушан гүлі мен 9 г. тырна гүлді суға қайнатып ішеді;

2. Етеккірдің қалыпты келуіне рақшан гүлі мен айгүлден 9 грамнан, әсем саядан 15 г. суға қайнатып ішеді;

3. Іш қатқанда 60 г. жас раушан гүлін қайнатып ішсе, ішті босатады, дәретті

айдайды;

4. Ауыз қуысы ауруларына кептірілген гүлін шайнауға болады;

5. Іріңді қотыр, жараларға кептірілген раушан гүлін талқандап сепсе, жараны қатырады, шыққан сары суды құрғатады, етті жетілдіреді.

Раушан гүлі қазіргі медицинада қуырушы дәрі ретінде етеккірдің әдеттен тыс көп келуіне, ішек қабынуға, дизентарияға, дәрілердің дәмін реттеуге, сонымен қатар, өнеркәсіпте хош иісті май, спирт шикізаты ретінде пайдаланылады.

Пайдалану мөлшері: 3-6 г.





г. сары қараған тамырын, 30 г. тұт бұтағын, 10 тал шыланды суға қайнатып ішеді.

2. Қан тасығанда 24 г. сары қараған тамырын суға қайнатып, аз мөлшерде ақ шекер қосып үшке бөліп ішеді.

3. Кір келгенде, бой бұзылғанда 24 г. сары қараған тамыры мен 15 г. жаужұмырды суға қайнатып ішеді.

4. Суық жөтелге, әлсіздікке, бала ас сіңіре алмағанда 9 г. сары қараған гүлін жұмыртқаға қосып, пісіріп жегізеді.

5. Ауыз ойылғанда 12 г. сары қараған тамырын суға қайнатып, қайнатпасымен ауызды, тамақты шайқайды.

6. Әлсіздіктен шаршағанда, ісінгенде, омыраудан сүт шықпағанда 60 г. сары қарағанның тамырын суға қайнатып ішеді.

Пайдалану мөлшері: тамырынан 15-30 г. гүлінен 3-15 г.

ШЫҒАДЫ...



САРБҰҒА

Сарбұға – биіктігі 1 метрдей көп жылдық шөп тектес өсімдік. Сабағы аласа, жуандау, жұмыр келеді. Сабақ бұтақтары бітік, топтасып өседі. Ұршық тамырлары жуандау, сабағы таяу бітік жалғасып өседі.

Жинау және өңдеу

Жазға салым тамыры мен сабағын жуып, тазалап алады да, суға қайнатып, жапырақтап турап кептіреді. Кермек дәмді болады.

Ем болатын аурулары

Кеуде толып, іш кебуге, иықтың салдануына, етеккірдің келмеуіне, ұрылып-соғылудан болған жарақатқа пайдаланылады.

1. Етеккірдің дұрыс келмеуіне сарбұға, ақ шұғынық, тырнагүл, мұдан қабығы, аю балдырғаннан 9 грамнан, ақсары, иісті тамырдан 6 грамнан суға қайнатып ішеді.

2. Іштегі бала қозғалып, қан келіп, іш ауырғанда 30 г. сарбұғаны, 30 г. піскен оймақгүлді, 30 г. ерменді, 60 г. бұғы мүйіз желімен қосып талқандап, сүзгілеп 12 грамнан қайнаған суға қосып ішеді.

3. Тіс қақсап ауырғанда сарбұға, тайтұяқ, балдырғаннан тең мөлшерде алып талқандап, ұнтағымен ауырған тісті 2-3 рет ысады, артынан ауызды тұзды сумен шайқайды.

4. Иықтың салданып ауруына сарбұға, қызыл мия, марал балдырғаннан 30 грамнан, байжудан 60 г. қосып араластырып, 30 грамнан күніне екі рет қайнатып ішеді.

Пайдалану мөлшері: 3-6 г. құрамында (тамыр және сабағында) сарбұға, нәр, ұшпа май, май бар.

САСЫР

Сасыр – көп жылдық шөп тектес өсімдік. Биіктігі 50-200 см. Ерекше сасық иісті болады. Негізгі тамыры жуан, ұршық формалы тамырының жоғары жағында айналған қыртысы сызықты, сабағының түп жағында талшық тәріздес қыруар қалдықтары болады. Жапырақтары кезектесіп орналасады, екі-үш қайталанған қауырсынды күрделі жапырақтары бар. Сары түсті гүлі сабақ басында өседі. Қос тұқымды жемісі жалпақ әрі сопақтау болады. Шөл далада, бөктерлі тауларда өседі.

Жинау және өңдеу

Сабағынан шығатын сүт тәріздес сұйықтық дәріге пайдаланылады. Гүл ашудан бұрын сабағын түп жағынан кессе, ақ түсті сұйықтық бөліп шығарады. Мұны сақтап қойса, бірнеше күннен кейін өздігінен қатады. Одан соң сабағының бір жерін кесіп, одан шыққан сүтті қатырып алады. Оның сүті таусылғанша осылай жасай беру керек. Қатып қалған түйірлерін көлеңкеде кептіріп, азырақ өрік, шабдалы дәнін қосып талқандап сақтайды. Тамырларының сыртын қырып, сүтті шығарып, қатқаннан кейін жасаса да немесе тамырларының қабығын қырқып тастап талқандап жасаса да болады. Дәмі ащы, ұсыз келеді.

Ем болатын аурулары

1. Жүйке әлсіздігінен ұйқы қашқанда 0,3 г. сасыр шайырын ұйықтар алдында қайнаған сумен ішеді;

2. Кеңірдекшенің созылмалы қабынуына, демікпеге, жылқы майынан 100 г., сасыр шайырынан 10 г. қосып жылытып, араластырып, күніне екі рет 10 грамнан ішеді;

3. Іш кеуіп, ас сіңбегенде 2,5 г. сасыр шайырын қайнаған сумен күніне екі рет ішеді;

4. Шикан, сыздауық жараларының аузы шықпағанда, сасыр шайырынан аз мөлшерде алып, жараға таңса аузы шығады, ауырғаны басылады;

5. Ми жүйкелеріне суық тиюден дене мүшелерінің селкілдеуіне, басы айналып жығылу, мүшелердің сезімсізденуі, сіресіп қалу секілді науқастарға белгілі мөлшерде сасыр шайырын ішкізсе, ем болады;

6. Сасыр шайырын араластырып, көзге таңса, көздің қуатын арттырады, ақ түсуді жояды;

7. Сасыр шайырынан аз мөлшерде алып, тістің құрт жеген қуысына қойса, ауырғаны басылады немесе ауырған тістің сыртына қойса да болады;

8. Сасыр шайырын күйдіріп жатырды ыстаса немесе езілгін сасыр шайырына дәкені шылап, жатырдың мойнына қойса, іштегі өлген баланы түсіреді;

9. Асқазан кепкенде және іштегі желді айдау үшін 0,5 г. сасыр шайырын күніне екі рет ішеді;

Пайдалану мөлшері: 0,5-2 г. сасырдың құрамында ұшпа май, ағаш желімі, сасыр қышқылы бар.



Жүйелі қызыл жегі



Жүйелі қызыл жегінің тарихына тоқталғанда оны үш кезеңге бөліп қарастыруға болады: классикалық, неоклассикалық және қазіргі заманғы. Ауруды алғаш рет XII ғасырда Рогериус жазды, яғни ол тұңғыш рет беттегі қызыл бөртпелерге «қызыл жегі» деген терминді қолданды. Келесі кезең Капоши есімімен тікелей байланысты. Ол 1872 жылы қызыл жегінің жүйелі болатынын (яғни бірнеше дене мүшелерін зақымдайтынын) атап көрсетті. 1948 жылы жегі жасушалары (LE – жасушалар) ашылды. XX ғасырдың екінші жартысы мен XXI ғасырдың басында бұл аурудың даму механизмдері мен кең ауқымды әрі тиімді емдеу жолдары жан-жақты қарастырылды.

Жүйелі қызыл жегі (системная красная волчанка) – дәнекер тіндер мен буындардың созылмалы аутоиммунды ауруы. Ағзаның иммундық жүйесінің реттеу үдерістерінің тектік жетілмеуінен туындаған дерттері, бұлшық ет, буын, жүрек-қан тамырлар жүйесін, бүйрек, өкпе, жүйке жүйелерін және өзге де мүшелерді зақымдауымен қауіпті. Жүйелі қызыл жегі ауруына 14-40 жас аралығындағы қыздар мен әйелдер көп шалдығады. Жалпы бұл дерттің неден пайда болатыны белгісіз. Ғалымдар оны көбіне тұқым қуалаушылық, генетикалық,

иммундық, гормондық және сыртқы факторлармен байланыстырады. Кей жағдайларда созылмалы вирустық инфекциялардың (РНК – құрамды және баяу ретровирустар) әсерінен болуы мүмкін, яғни өзгерген иммунитет фонында әсер ететін вирустық инфекция. Патогенезі бойынша аутоиммундық ауруға жатады. Көп жағдайда иммундық жүйе қызметінің бұзылуынан болады. Яғни иммундық жүйенің бұзылуы қалыпты қызмет етіп отырған тін мен мүшелерге шабуыл жасайтын антиденелерді өндіреді. Нәтижесінде түрлі қабынулар болып, ағза мүшелерді

зақымдайды. Жүйелі қызыл жегі әсіресе аутоиммундық аурулармен ауыратындардың жақындары үшін қауіпті. Бұл аурудың белгілі бір алдын алу тәсілдері жоқ. Аурудың дамуына әсер ететін факторлар: жасанды түсіктер, вакцинадан кейінгі реакциялар, күн көзінде ұзақ болуы, жүктілік, етеккір қызметінің басталуы, дәрі-дәрмектерге аллергия, т.б. Аурудың түрлері мен айырмашылықтарына тоқталсақ.

- Дискондты қызыл жегі (терілік) – бөртпе түрінде шығатын (кейіннен тыртық ізі қалатын) созылмалы тері ауруы. Бөртпе бірнеше күннен бірнеше жылға созылуы мүмкін, сондай-ақ кейіннен қайталануы да мүмкін.

- Дәрілік жегінің белгілері қызыл жегіге өте ұқсас, бірақ бүйрек пен бас мида көп зақымдамайды. Бұл түрі дәрі-дәрмектерді ішумен тікелей байланысты. Көбіне гидралазин, изониазид, метилдофа, миноциклин, т.б. препараттар.

- Неонатальды жегі жаңа туған нәрестелерде дамиды. Дәлірек айтсақ, егер сәбиге науқас анасынан антиденелер түссе, осы дертке шалдығуы мүмкін. Көбіне тері бөртпесі түрінде шығады да, 6 айда өз бетінше қайта бастайды. Негізгі асқынулар – жүрек ырғағының бұзылуы. Сондықтан жүйелі қызыл жегімен ауыратын әйел балалы болуды алдын ала жоспарлап, жүкті кезінде өзін-өзі дұрыс күтсе, өмірге дені сау ұрпақ алып келеді. Жалпы неонатальды жегі сирек кездеседі.

ДИАГНОСТИКА

Дәрігерлердің жан-жақты сұрауы мен қан зерттеуі үлкен рөл атқарады. Арнайы диагностика сынамасы жоқ. Бетке, мұрын үстіне көбелек тәріздес қызыл бөртпенің шығуынан білінеді. Қан талдаулары арқылы қабынулар мен

ЕМДЕУ:

- Глюкокортико-стероидтар (преднизолон және т.б.)
- Цитостатикалық иммуно-депрессанттар (азатиоприн, циклофосфан немесе т.б.)
- Тежегіш немесе ауруды тоқтататын препараттар ФНО- (Инфликсимаб, Адалimumаб, Этанерцепт)
- Экстракорпоральды уытсыздандыру (плазмаферез, яғни қандағы уытты жою, гемосорбция, криоплазма-сорбция)
- Глюкокортикостероидтер немесе цитостатиктердің жоғары мөлшерімен пульс-терапия
- Нестероидты қабынуға қарсы препараттар
- Симптомдық емдеу (калий препараттары, транквилизаторлар, несеп айдағыш, гипотензивті дәрілер, анаболиктік стероидтар)

белгілі бір антиденелерді анықтауға болады. Ерекше өзгерістер: эритроциттердің шөгу жылдамдығы, С-реактивті белогы, антинуклеарлы фактора. Қан жасушаларының (қанның қызыл түйіршіктері және гемоглобина – қан аздық, лейкоциттер – лейкопения, яғни қанның ақ түйіршіктерінің азаюы, тромбоциттер – тромбоцитопения, яғни қанда тромбоциттердің азаюы) санының азаюы жиі білінеді. Бүйректің зақымдалуы адам денсаулығы мен өмірі үшін өте қауіпті. Сондықтан бүйрек қызметін міндетті түрде тексеру қажет, яғни несеп талдаулары жасалады, қан сарысуларында креатинин деңгейі анықталады. Сондай-ақ антиденелерді тексеру, ДНК-ға, анти- Ro (анти-ро) және анти- La (анти-ля) антидене, Sm-тегі жатқан антидене. Дене мүшелерін зақымдағанын нақты анықтау үшін бүйрек, теріден биопсия алынуы мүмкін. Бұдан өзге

де ағза мүшелері мен тіндерді қаншалықты зақымдағанын білу мақсатында түрлі анализдер алынып, тексерулер жасалады.

Жүйелі қызыл жегіні емдеу хал-ахуал мен көңіл-күйді жақсартуға ықпал етіп, ішкі ағза мүшелерін зақымдаудың алдын алады, зақым келген жағдайда оның дамуын кешеуілдетеді немесе түбегейлі тоқтатады. Ең бастысы тікелей күн сәулесінен қорғану қажет. Сондықтан күннен жақсы қорғайтын кремдер жағу қажет әрі күн көзінде ұзақ уақыт жүрмеуге тырысу керек. Дерт дендей бастаса, денеге түсетін ауыртпалықтан қашыңыз, ал аурудың беті қайта бастаса, дене белсенділігі қалыпты көрініс болып қалады. Инфекция жұқтырудан, екпеден абай болу керек. Сонымен қатар, жақпайтын түрлі биологиялық белсенді қоспаларды ішпеңіз.

Қызыл жегіге шалдыққан науқастарға климаттық ем, сумен емдеу және ультра-күлгін сәулесін қолдануға болмайды. Өйткені олар ауруды одан әрі асқындырып жіберуі мүмкін. Қабынуға қарсы, глюкокортикоидты және цитостатикалық препараттарды тек дәрігерлер тағайындайды. Көп жағдайда бұл дәрілер ауру белгілері мен салдарын жоюға септік етеді. Десек те глюкокортикоидтердің жанама әсерлері өте қатты. Сондықтан оның мөлшерін, қанша уақыт ішетінін дәрігерлер әр науқасқа жеке-жеке жазып береді. Сонымен қатар, глюкокортикоидтардың мөлшерін азайту немесе тіпті арылу үшін әдетте иммуносупрессивті препараттар (гидроксихлорохиннен бастап циклофосфамиде дейін) тағайындалады. Емхана жағдайында денсаулықты демеп, ағзаға күш-қуат беретін, иммунитетті көтеретін дәрумендер беріледі. Әр науқасқа ем әртүрлі жүргізіледі. Білікті дәрігерге қаралу әрі емді ерте бастау жүйелі қызыл жегінің жеуінен сақтайды.

НЕГІЗГІ БЕЛГІЛЕРІ:

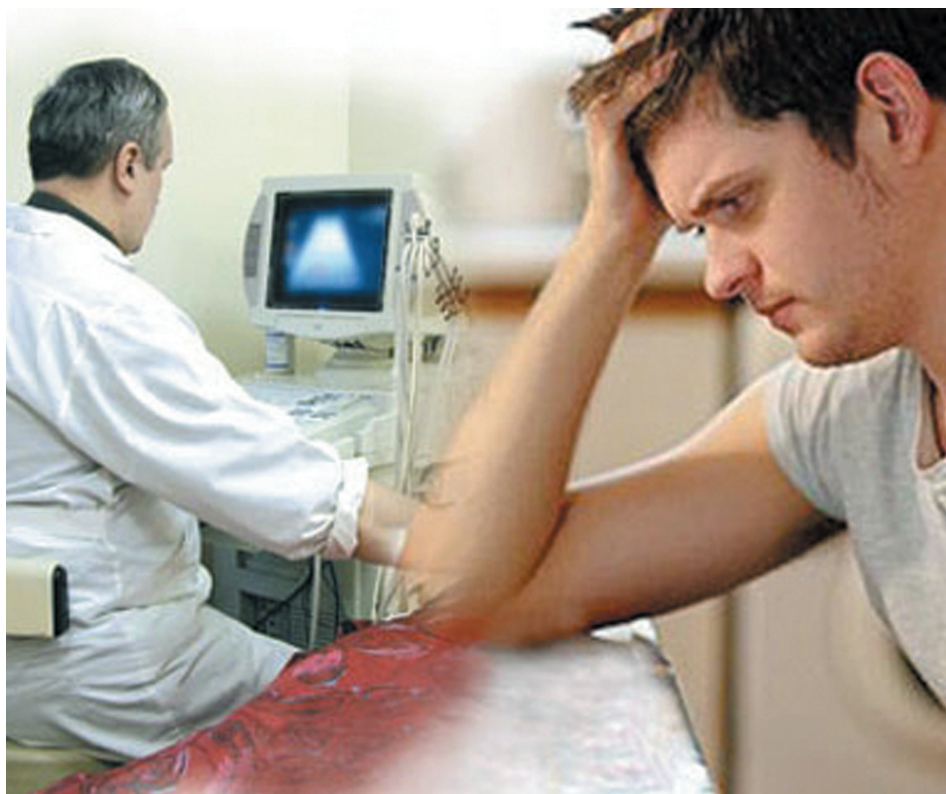
Жүйелі қызыл жегінің ауру белгілері әртүрлі болып келеді. Сондай-ақ ол барлық ағзаны және жеке дара мүшелерді де зақымдауы мүмкін. Демек әр науқаста ауру әртүрлі жүреді. Бастысы – диагнозды дұрыс қойып, ауруды ажырата білу, соған сәйкес ем қабылдау қажет.

- Дене қызуының көтерілуі, жалпы дімкәстікті сезіну, асқа тәбеттің болмауы, қызыл, салмақ жоғалту;
- Тері өзгерісі;
- Буындардың қабынуы, ауыруы, ісінуі, қызаруы;
- Бауыр мен көкбауырдың үлкеюі;
- Бұлшық еттердің ауыруы, сырқырауы, әлсіреуі, қабынуы;
- Мұрын үсті мен бетте көбелек тәріздес бөртпелер пайда болады;
- Күн көзіне шыққанда көрінетін немесе көбейе түсетін бөртпелер;
- Бетте, мойында, кеудеде және қол және аяқ буындарының маңайына қызғылт дақтардың шығуы. Бұл дақтар айтарлықтай анық, ашық көрініп, бір-бірімен қосылып тұруы мүмкін;
- Терінің құрғауы байқалады;
- Серозды қабықтардың иммундық қабынуы (плевра, ішперде перикардасы);
- Әдетте перикардит дамиды, оған мерикардит, кейде эндокардит, плеврит, серозды перитонит қосылады;
- Өкпенің зақымдануы жегі пневмонитіне алып келеді (жөтел, демікпе, өкпедегі ылғал сырыл);
- Ойық жаралы стоматит;
- Жүйке жүйесінің ауыр зақымдануы – энцефалит, полиневрит, құрысулар, сандырақтау;
- Шаштың түсуі, тырнақтың сынғыш келуі;
- Ақыл-естен айрылу көріністері;
- Демігу, ентигу, бұлшық еттердің ауыруы, әлсіздік, көз бен еріннің құрғауы;
- Күлген немесе түшкірген кезде кеуде тұсының ауыруы, т.б.

Тұрангүл Махатқызы
Сәуле ЕСІМОВА
Жанна Абайқызы

ЖИІ КЕЗДЕСЕТІН ЖЫНЫСТ

Ұшты сулы сүйел көп ұшырайтын жыныс жолы арқылы жұғатын ауырулардың бірі. Осы заман медицина ғылымы бұл ауруды емшек үрпі өспе вирусы (папиллома) тудыратынын анықтады. Жыныстық байланыстан тікелей жұғады, киім-кешек арқылы жанамалайда жұғады. Ұшты сулы сүйел вирусы жылы, дымқыл ортада өсіп-өнеді. Әсіресе, жыныс жүйесі немесе анус төңірегі оның өсіп-өрбуі үшін үйлесімді орын. Ерлердің күйегінің ұзын болуы, тазалықтың болмауы және әйелдер ақкірі көп болуы осы ауруды оңай тудырады. Жасырын мезгілі бірнеше айға созылады. Өсіп шыққаны емшек үрпі тәрізді, тауық айдаршасы секілді ет өңдес, қаракүрең түсті болады. Оңай қайталайды, жұғымталдығы өте күшті, оңай жарылады, қанайды, сасық иісті болады. Аз санды ұшты сулы сүйел ыраққа өзгереді. Жоғардағыға негізделгенде, сүйелдің түсінің өзгеруі жақсы жәйт емес.



Ұшты сулы сүйел

ҰШТЫ СУЛЫ СҮЙЕЛ ҚАНДАЙ ОРЫНҒА ШЫҒАДЫ?

- Ұшты сулы сүйел ерлерде шыбық үзбесі, айдарша өзек, күпек ішкі жағы, шыбық денешігі, ен қалтасы, несеп жолы қатарлы орындарға шығады. Өйткені бұл орындардың қан тамыры мол, терісі нәзік, кілегей қабық көлемі кең, жыныстық тұрмыс өткізгенде, қышығанда қасудан, іш киім қажаудан оңай зақымдалады. Емшек үрпі өспе вирусы зақымдалған орыннан ішкі беттік теріге өтіп, өсіп-өрбуі ауруды тудырады.

- Ұшты сулы сүйел әйелдерде қынаптың сыртқы және ішкі ернеуіне, қайық тәрізді қуысқа, қынапқа, жатыр мойнына, шат аралық төңірегіне орналасады.

- Ерлерде яки әйелдерде болсын анус төңірегінде көбірек шығады, өйткені анус үлкен дәрет, қағаз және анус зинақорлығы себепті оңай зақымдалады да, ауруға себеп болады. Жыныс мүшесі, зәр шығару жолы сыр-

тына анус төңірегіне шыққан ұшты сулы сүйелдің көбі біршама үлкен болады, кейбір ерекше үлкен сүйелді осы орындардан кездестіруге болады. Анус төңірегіне шыққан ұшты сулы сүйел тік ішекке дейін жалғасады.

- Тағы кейбір орындарға мысалы, құлаққа, ауыз қусына, омырауға, қолтыққа да ішінара шығады.

ҚАЙ ТҮРДЕГІ АУРУҒА ҰШТЫ СУЛЫ СҮЙЕЛ ДЕП ҚАТЕ ДИАГНОЗ ҚОЙЫЛАДЫ?

- Жалған сулы сүйелді бүрлі қынап ішкі ернеуі немесе әйелдер емшек үрпі өспесі депте атайды. Неке-ленген әйелдерде көп кездеседі, тек қынап ішкі ернеуінде болып, балық уылдырығына ұқсайды, қалыпты тері және кілегей қабығы түстес болады. Беткі жағы жылтыр майда болып, түлемейді. Теріден азырақ көтеріліп тұрады, көбінде ешқандай белгі байқалмайды, оқта-текте қышиды, жыныстық ауруға жатпайды.

ТЫҚ АУРУЛАР



• Шыбық інжу маржан тәрізді бөрткені. Физиологиялық жетілу жағындағы қалыпсыздықтан тері зақымдалып, тері өңдес немесе ақ түсті, күлгін қызыл түсті иненің жасуындай жартылай мөлдір, өзара тұтаспайтын бөрткен күпек немесе айдарша өзекке бір қатар немесе бірнеше қатар болып шығады. Бұл өрендер, жастар, орта жастағыларда көп кездеседі. Жыныстық ауруға жатпайды, денсаулыққа ықпалы жоқ, ұшты сулы сүйелге ұқсамайды.

ҰШТЫ СУЛЫ СҮЙЕЛ АУРУЫНАН ТҮБЕГЕЙЛІ АЙЫҒУ НЕ ҰШПН ҚИЫН?

• Кейбір адамдардың тұқым қуалау геніне байланысты бұл ауру тұқым қуады.

• Қазіргі ұшты сулы сүйелді емдеу тек көзбен көруге болатын, жаңа пайда болған сүйелді алып тастауға болады. Бірақ осы ауруды қаздыратын адамзат емшек үрпі өспе вирусын үзілді кесілді жоятын ешқандай нәтижелі дәрі немесе шара жоқ. Бұл осы аурудың қайталануының басты себебі болуы мүмкін.

• Кейбір науқастардың иммунитет қуаты кемшіл, клеткалық иммунитет қызметі төмен болғандықтан, организмнің вирусқа қарсылық қуаты әлсіз болады.

• Жасырын клиникалық инфекциялану болып, кезінде емделе алу қиын, бұл осы аурудың қайта-қайта қозғалуына себебі.

• Бұл ауруға қантты несеп ауруы, рак ауруы, зең бактериялы немесе тамшы құрт сипатты қынап қабынуы қатарлы ауырулар қосылады.

• Шекті орынның дымқылдығы және жүктілік мезгілде емдеп түбін үзуге тиімсіз. Бұдан басқа ерлі зайыптылар арасында жұғу, неке сыртындағы қайталай жұғымданудың мүмкіндігін де жоққа шығаруға болмайды.

ҰШТЫ СУЛЫ СҮЙЕЛДІ ЕМДЕУДІҢ ДӘРІДЕН БАСҚА ҚАНДАЙ ЕМДЕУ ШАРАЛАРЫ БАР?

• Лазер нұрымен емдеу. Қазір бұл кең қолданылатын емдеу әдісі

болып отыр, зақымдау көлемі кішкене, ауру азабы жеңіл, шекті орынға нақоз беріп қана емдейді.

• Сұйық азот арқылы қатыру. Сүйелді төмен температурада қатырып, жояды.

• Токпен күйдіру. Ток арқылы ауруы бар тканьді күйдіреді. Операциядан кейін қабынуға қарсы май дәрілерді күйдірген орынға жағып, қабынудың алдын алу керек.

• Микротолқын арқылы қатыру. Бұл бір түрлі жаңа емдеу әдісі, нәтижесі бәрінен жоғары, әсіресе, әйел науқастарға үйлесімді келеді, операциядан кейін тыртық қалмайды.

• Өте үлкен ұшты сулы сүйелді сыртқы бөлімде операция жасау арқылы емдейді.

ЖҮКТІ ӘЙЕЛ ҰШТЫ СУЛЫ СҮЙЕЛ АУРУЫНА КІРІПТАР БОЛСА, БАЛАНЫ ТҮСІРТУ ҚАЖЕТ ПЕ?

• Жүктіліктің алғашқы 2-3 айда сүйел саны аз, кішкене болса лазер нұрымен емдеу қажет. Мұның іштегі баланың өсіп жетілуіне ықпалы болмайды.

• Егер сүйел біршама үлкен болып, операциялау көлемі де зор болса, онда іштегі баланы түсіруді ойластыруға да болады.

• Және бір амал. Сүйел болса да қазірше онымен жұмысы болмай, босану уақыты жеткенде құрсақты жарып баланы алу, операция орны жазылғаннан кейін ұшты сүйелді емдеу. Осылай істегенде ана мен баланың жұғымдалуынан, түсік тастаудан, ай-күніне жетпей босанудан сақтануға болады әрі лазер нұры немесе дәрілердің іштегі балаға ықпал жасауының да алдын алуға болады.

Нақтылап айтқанда, қандай шарамен емдеу сүйелдің үлкен-кішілігі, аз-көптігі, шыққан орнына қарай белгіленеді. Жүкті әйел шипагердің кеңесін көбірек алуы, сөйтіп ана мен баланың қауіпсіздігіне кепілдік етілу керек.

Қанатты сөздер

*“Саулығымды сақтаймын”
десең – аз же,
Бірақ уақтылы же.*

Сау адам біреудің жарасы ауырып отырғанын білмейді.

Барлық аурудың дәрісін тауып бере бермейді.

Дені сау адамға оның сау жүргені жетеді.

*Жесін аздап денсаулығын көздеген –
Ойда тұрсын “мезгіл” деген, “
кез” деген.
(С. Сарайи.)*

Аурудың өсиеті – ізгі.

Емдеуі келген ер өлмес.

*Ауру адамның айтқан өсиеті жақсылық жайында болады.
(М. Қашқари.)*

Барлық ауру бір жолмен келеді – қомағайлық арқылы.

Ауру – өлімнің тұрткісі.

Аурудың жаманы да тамақтан өтеді, амалы да тамақтан өтеді.

Ауруын емдетпеген – тез өледі.

Дәлдеп келген аурудың дәрісі жоқ.

*Кісі ауырса – емші емдейді,
Емші ауырса – кім емдейді?*

Ауру – өлімнің алғашқы елшісі.

*Тірі адамды ауру бір күн деңдейді,
Емші көрсе, дәрі беріп емдейді.*

*Ауру – өлім хабаршысы, белесі.
“Өлім” деген – тіршіліктің елесі.*

Ауырғанның бәрі өле берсе – аспан асты бос қалар.

*Тірі адам ауырмай тұрмайды.
(Ж. Баласағұни.)*

Дайындаған Мақсұтхан Жақып

Еркектерде болатын түрлі типтегі бедеулікте сперманың аз болуы ең көрнекті салыстырманы көрсетеді. Сперманың аз болу ауруы дегеніміз сперма сұйықтығындағы сперма санының аздығын, тығыздығының аздығын көрсетеді. Қалыпты жағдайда, адамдардың 1 миллилитр сперма сұйықтығында 20–50 миллион сперма болады, бір жолда 2–6 миллилитр сперма шығарғанда, жалпы шығарған сперма саны 102–105 миллион данадан асады. Еркектердің сперма тығыздығы әр миллиметрден 20 миллион болса, қалыпты болады, одан төмен болса, сперма аздығы ауруы есептеледі де, ұрпақ көру қабілеті төмен болады. Сперма тығыздығын жеңіл, орташа, ауыр деп үш дәрежеге бөлуге болады. Әдетте әр миллилитр сперма сұйықтығында 10–20 миллион дана сперма болса, бұл жеңіл дәрежеге, 5–10 миллион дана сперма болса, орташа дәрежеде, 5 миллион данадан төмен болса, ауыр дәрежеге жатады. Еркектер сперма тығыздығының құбылмалығына объективті жақтан дұрыс мәміле жасауы керек, егер әр миллилитр сперма сұйықтығында 30–50 миллион сперма болса, бұндағы айырмашылықты үлкен деуге болмайды. Еркектер алғаш рет спермасын тексергенде қалыпсыздық байқалса, үмітсізденбеу қажет, 1–2 апта өткізіп барып қайталай 2–3 рет тексергені жөн.

Еркек ұрығының аз болуы

СПЕРМА АЗДЫҚ АУРУЫН ЕМДЕУ

Сперма аз болу ауруының себептері өте күрделі болады, еннің қабынуы, қуық түбі безінің қабынуы, ен қосалқысының қабынуы, ен түспеу, ми қосалқысының өспесі, шәуһат бауы венасының иірленіп барбиюы, нашар тұрмыстық әдет, ішкі секрецияның бұзылуы сияқтылардың бәрінен де сперма аздық ауруы пайда болады. Сондықтан емдеу алдында ауру диагнозын дұрыс қою керек.

Бір жақ ені түспегендердің 30%, екі жақ ені түспегендердің 50–100%, сперма аз болу ауруы барлардың 9% ұрпақты бола алмайды екен. Ен түспеудің өзінде сперма иір түтікшесінің кері шегініп, сперма жасауға ықпал етуінен сырт, тағы бір жағындағы түсуі толық болған еннің де ұқсамаған дәрежеде зақымдалған болуы мүмкін, бұған түспеген ен шығарған спермаға қарсы антидененің қалыпты енге ықпал жасауы себеп болуы ғажап емес, бұл ауру егер бастапқы мезгілде өнімді емделсе, жазылуы мүмкін.

Дәрі-дәрмек арқылы еркектердің сперма арттыру тәжірибесінде



аурулардың ауру жағдайына негізделі отырып, көбінде гормондық дәрілер пайданылады.

Арақ, темекіге құмар болу, киімді тар кию, бу моншаға шомылу сияқты нашар тұрмыстық әдеттер де еркектердің сперма аздық ауруын алып келеді. Электр магнитінің радиациясына көп ұшырайтын және жоғары температуралы орта-

да көп жұмыс істейтіндердің енінің сперма шығару қабілеті ерекше төмендейді. Жоғардағы жағында болған сперма аздық ауру пайда болғанда дәрі қолданбай, тұрмыстық әдетті өзгертсе, сперма жасау қабілеті қалпына келеді.

Бір тексеру нәтижесінде балалы бола алмайтын еркектердің көбінде бала кезінде шықшыт безі қабынуы ауруы әсер еткені байқалды. Жұқпалы шықшыт безін қабындыратын вирус тек шықшыт безін ғана зақымдап қалмай, адам денесіндегі өрбу мүшесі, нерв тканьдары және ұйқы безі сияқты органдарды да зақымдайды. Ол енге тарағанда еннің қабынуын тудырады, бұның көрінісі ен іседі және құсу, қызу, қалтырау, жүрек айну сияқты белгілер пайда болады. Егер жоғардағыдай ауру белгілері пайда болса, онда мәселе тым үлкен емес, ең ауыры – шықшыт безін қабындыратын жұқпалы вирус ен тканін құрыстырады, әсіресе, сперма жасайтын арнаулы сперма бір түтікшенің құрамын бүлдіреді, егер екі жақ енді де вирус бүлдіретін болса, өмірлік бала көре алмауға апарып соғады, онымен бірге емдеу де қиын болады.

ИММУНИТЕТТІК СИПАТТЫ БЕДЕУЛІК

Еркектердің спермасы әдетте өз денесіндегі қан айналысына өтпейді, өзі жөнінен алғанда ол бір антиген, әйел жөнінен алғанда да бір антиген, антиген дегеніміз организмнің иммунитеттік жүйесінде антидене тудыратын зат болып табылады, әдетте, балаларға салынатын вакцина бір түрлі антигенді денеге құю барысы, яғни уытсыз немесе уытты әлсіретілген ауру қоздырғыш арқылы адам денесінде қарсылық тудырып, бактерияларды жою деген сөз. Еркектердің сперма сірнесінде спермаға қарсы антидене болса, сперманы жуу әдісімен антиген затын жоғалтуға болады, одан соң жасанды жолмен ұрықтандыруға болады, егер қанда антидене болса, әдетте преднизалон сияқты бүйрек үсті безі қыртысты гормонымен емдеуге тура келеді, антидененің даму дәрежесі төмендегеннен кейін жүкті болады.

АҒЗАНЫ КҮРІШПЕН ТАЗАЛАУ



Ағзаны тазалау – денсаулық сақтаудың ең жақсы тәсілі. Тазаланудың қолжетімді әдісінің бірі – күрішпен тазалану. Оны жылына 1-2 рет екі аптадан бір айға дейінгі мерзімде жасау керек. Нәтижесі бірнеше күннің ішінде көрінеді. Тұла-бойыңыз жеңілдеп, көңіл-күйіңіз көтеріледі. Зат алмасуды, бауыр мен бүйректің қызметін жақсартады, буындарды, тамырларды, теріні тазартады. Артық салмақтан да біртіндеп құтыласыз.

КҮРІШПЕН ТАЗАЛАНУДЫҢ ҚҰПИЯСЫ

Ағзаны тазалау күріштің сіңіріп алу қасиетіне бағытталған. Крахмал мен балауыздан арылған жібітілген күріш ағзадағы керексіз заттарды өз бойына сіңіреді. Тазалануға өңделмеген күрішті пайдаланған абзал. Тұзсыз диета күріштің әсерін арттырады. Ағзаны тазалау барысында спирттік ішімдік пен темекіден бас тартқан жөн. Майлы, сүрленген, ащы тағамдарды да шектеу керек.

КҮРІШТІ ДАЙЫНДАУ ТӘСІЛІ

Күріштің тазалау күші арту үшін крахмал мен балауыздан артылту қажет. Ол үшін 5 стаканды

номерлеңіз. Себебі күріштің дайындалуына 5 күн кетеді. Тек алтыншы күні ғана ағзаны тазалауды бастай аласыз.

Бірінші күн.

№1 стаканға 2-3 ас қасық күріш салып, үстіне суық су құямыз.

Екінші күн.

№1 стакандағы күрішті дұрыстап жуып, суық су құйып, бетін жауып қоямыз. №2 стаканға 2-3 ас қасық күріш салып, үстіне суық су құямыз.

Үшінші күн.

№1 және №2 стакандағы күрішті жуып, үстіне таза су құямыз. №3 стаканға күріш салып, су құямыз.

Төртінші күн.

№1-3 стакандағы күрішті жуып, суын ауыстырамыз. №4 стаканға күріш салып, су құямыз.

Бесінші күн.

№1-4 стакандардағы тәртіпті қайталаймыз. Сол сияқты №5 стаканды дайындаймыз.

Алтыншы күн.

№1 стакандағы күрішті тұз, қант, май – ештеңе қоспай әзірлейміз. Ал босаған стаканға 2-3 ас қасық күріш салып, бұқтырып қоямыз. Егер гастрит, асқазанның ойық жарасы сияқты аурулармен ауырмайтын болсаңыз, күрішті пісірмей жеу керек. Күрішке қайнаған су құйып, 15-20 минут бұқтырамыз. Бұл жағдайда күріштің тазалаушы қасиеті жоғары болады. Піспеген күріш ағзаны тұздар, холестерин мен қоқыстардан ғана тазалап қоймайды, сонымен қатар іштегі паразиттерді кетіреді.

Күрішпен тазалану кезінде қалай тамақтану керек?

Таңғы ас ішпестен жарты сағат бұрын қайнаған су немесе шөп шай ішу қажет. Сусынға лимон шырынын қосуға болады.

Тазалану барысында таңғы асыңыз тек күріш болады. Жақсы нәтижеге қол жеткізу үшін асықпай шайнап жеу керек. Таңертеңгі аста да, содан кейінгі 4 сағат аралығында да ештеңе жеменіз, су да ішпеңіз. Күріш ағзаңызда қызмет етсін.

4 сағаттан кейін не қаласаңыз, соны жеуге болады. Бірақ жасанды қосындылары бар және қанты көп тағамнан тартынған жөн. Күріш ағзадағы керексіз қалдықтармен қоса денеге қажетті калий тұздарын да шығарып тастайды. Сол үшін құрамында калийі жоғары дәрумендер мен минералдарды тұтынған дұрыс. Бұлар: жас картоп (буға не суға піскен), кептірілген өрік, мейіз, інжір, банан. Калийге бай кепкен жемістерден денсаулыққа өте пайдалы жеміс тортын дайындауға болады. Кепкен жемістің әрқайсысынан бірдей мөлшерде (апельсин мен лимонның қабығын қосуға да болады) алып, еттартқыштан өткізіп, балмен араластырамыз. Тоңазытқышта сақтап, тәттіге тәбет тартқан кезде жеу керек.

Дайындаған Құралай ОМАР

Коксит – (coxilis; латынша. соха ұршық буыны + -itis) ұршық буынының қабынуы. Ауру бірнеше түрге бөлінеді: спецификалық емес (іріңді), спецификалық (туберкулезді, соз, мерез аурулары), инфекциялық аурулардың асқынуынан пайда болған инфекциялық-аллергиялық (дизентерия, бруцеллез, баспа, тұмау, сүзек, қызылша, т.б.), іріңдеткіш инфекциялар (стафилококктар, стрептококктар, диплококктар және т.б.), асептикалық, мәселен ревматоидты артрит, Бехтерев ауруы және т.б. Осылардың ішінде туберкулезді және өткір іріңді түрі жиі, ал өзге түрлері сирек кездеседі.

Бұлауруға бойында дәрумендер қоры аз, иммунитеті төмен балалар мен жасөспірімдер, сондай-ақ жаңа туған нәрестелер де шалдығады. Жаңа туған сәбилерге диагноз қою қиын. Өйткені, олар аяғын басып тұра да, жүре де алмайды, яғни аяқ кемістігі бірден байқалмайды. Десек те буын ауруы болғандықтан, үнемі белін бұте береді. Баланы ақсап, бел ауруына әкеліп соғатын дертке дер кезінде дұрыс диагноз қойып емдемесе, мүгедек болып қалу қаупі бар.

Іріңді (suppurativa) – іріңді инфекция қоздырғыштарын шақыратын, ауырлығымен, сан жіліктері басының бұзылуымен, сан бұлшық еттерінің арасы іріңді ісінуімен сипатталатын жіті ұршық буынының қабынуы. Қабынудың бұл түрінде буындардың індет жұқтыруы қабыну процестері (сенписис, баспа, отит, өкпе қабынуы, сүйек кемігінің қабынуы) кезінде қанмен таралған жолдар немесе қарым-қатынас арқылы болуы мүмкін. Ауру өткір басталып, қарқынды өтеді, ағзада жалпы уыттану процесі жүреді, науқастың дене қызуы бірден көтеріледі, қанда өзгерістер болады.

Соз (gonorrhoeica) – соз (гонорея) ауруының асқынуынан дамиды, қатты ауырып-сыздауымен және буындарда көп сарысу жиналуымен сипатталатын өткір ұршық буынының қабынуы.



екіншілік немесе үшіншілік мерез ауруынан кейін пайда болады. Ауру белгілері: аздап ауырсыну байқалады, буын қызметтері бұзылады.

Сүзекті (typhosa) – іш сүзегінің асқынуынан дамиды, ауыр ағымымен, сан сүйектері басының және мойнының өткір бұзылуымен сипатталатын өткір ұршық буындарының қабынуы.

Туберкулезді (tuberculosa) – туберкулездің микобактерияларын шақыратын, сан жіліктері басының немесе мойнының бұзылуымен сипатталатын созылмалы ұршық буындарының қабынуы.

Туберкулезді ұршық буындарының қабынуы әдетте 5-10 жас аралығындағы балаларда жиі кездеседі, яғни түрлі инфекциялар салдарынан ағзасы әлсіреген, сондай-ақ туберку-

ҰРШЫҚ БУЫНЫНЫҢ ҚАБЫНУЫ

Паратифозды (paratyphosa) – қылаудың (паратиф) асқынуынан өрбитін, сан сүйектерінің мойын жағы мен басының бұзылуымен сипатталатын өткір ұршық буындарының қабынуы.

Инфекциядан кейінгі (postinfectiosa) – ауыспалы инфекциялық аурулардың асқынуынан дамиды, мәселен балаларда жиі кездесетін қызамық (скарлатина) ауруының асқынуынан пайда болатын ұршық буындарының қабынуы.

Мерез ауруынан кейінгі (syphilitica) – созылмалы ұршық буындарының қабынуы, яғни

лез қоздырғышына түрткі болған жағдайлардан дамиды. Дерттің дендеуіне жарақаттар да ықпал етеді. Ауру жайлап басталады. Бастапқыда жалпы туберкулез уыттануының белгілері көрініс береді, яғни, баланың түрі бозарады, ашуланшақ, күйгелек бола бастайды, асқа тәбеті жоғалып, салмағы азаяды, азып-тозады. Дене қызуы көтеріледі, аяғы тез шаршап-шалдығады. Ақсақтық, тізе ауруы пайда болады, ауру бірте-бірте жамбас, ұршық буындарына ойысып, ауру үдей түседі. Түнде бала кенеттен айқайлап оянады, бірақ тез тынышталып,

қайта ұйықтайды. Бала үнемі бір қырымен ауырмайтын жағына қарап жатады. Бірте-бірте ақсап жүру жиілей түседі. Бұдан кейін бала ұршық буындары ауыратынына шағымданады. Процестің өршуі қимыл-қозғалысты шектейді, бұлшық еттер семіп, жансыздануға әкеліп соқтырады. Ауырған жақ бөлігіндегі жамбас алға қарай қисаяды. Омыртқалардың қисаюы (сколиоз) пайда болады, ол күшейіп, бел бөлігіне қарай жетеді. Буын қалтасы іріңге толады. Ірің бұлшық ет аралық саңылаулардан түсіп, жамбасқа жиналады.

Жамбас ұршығы туберкулезі кезінде аурудың алғашқы ұялары жамбас сүйегінде, ортан жіліктің ұршығында орнайды. Мұндай кезде адам шаршағыш келеді, жүрісі өзгереді. Жас балаларда әлсін-әлсін ақсау пайда болады. Аяқты қозғағанда қатты ауыратын болғандықтан, науқас балдақпен жүреді. Осының салдарынан бұлшық еттерінің көлемі кішірейіп, сырқаттың саны жіңішкеріп кетеді. Туберкулез микробы ұршық мойынын кеміріп жұқартқандықтан, сәл күш түссе бітті, сынып кетуі мүмкін. Науқастың аяғы 4-8 см. қысқаруы мүмкін. Микроб әсерінен шіріген сүйек іріңге айналады да, көбейе келе жамбастан тесіп шығады. Дер кезінде емделген жамбас ұршығы туберкулезі сүйек қызметінің бұзылуына жеткізбей жазылады. Аурудың көпшілігінде туберкулез ұршық ұясын зақымдайды, ал

Туберкулезді емес ұршық буындарының қабынуы инфекциялардың буындардан айналасындағы тіндерге ауысуынан, іріңді аурулардан, ашық буын жарақатынан, сондай-ақ жалпы инфекциялық аурулардан пайда болады. Дерт өткір басталып, қызу өтеді, дене қызуы көтеріледі, бірден ауырады. Емі: тыныштық керек (гипс таңу, тарту), антибиотиктер. Қажет болған жағдайда операция жасалады.

кейін жазылғанда дәнекер шандырлар арқылы шоғырланып бітумен аяқталады. Осы себепті бұл шоғырланып біту аяқ қозғалысын азайтады, ал кейде тіптен қозғалмай қалуы да мүмкін.

Емі: Жалпы нығайтатын және туберкулезге қарсы ем жүргізіледі. Ортопедиялық шаралар (гипс таңу, тарту, т.б) процестің бәсеңдеуіне көмектеседі, сондай-ақ бұл шаралар қол-аяқ пішінінің өзгеруін болдырмайды. Консервативтік ем сәтсіз болса, буынды бекіту, кей жағдайда буынды қайта жасау, сүйекті кесіп ашу сынды хирургиялық операциялар жасалады. Туберкулезге байланысты әртүрлі болып қисайған, қозғалмай қалған аяқтардың қызметін хирургиялық емдеу арқылы орнына келтіріп, адамды таяқсыз тік жүргізуге бо-

лады. Жекелеп айтсақ, туберкулезге қарсы химиотерапия барысында толық тыныштық пен ұршық буынына күш түспес үшін ұзақ мерзімге гипс таңып тастайды. Гипс таңғышын 2-3 ай сайын ауыстырып тұрады, бір мерзімде рентгенге түсіріп, көрсеткіштерін бақылап отырады. Туберкулез процесі шектелсе немесе жойылса, гипс таңғышын алып тастайды, науқасқа балдақтың көмегімен жайлап жүруге рұқсат етіледі. Ауруынан толық айыққаннан кейін өз аяғымен еркін жүруіне болады. Ұзақ уақыт гипске таңылып тасталған науқасқа ерекше күтім қажет. Гипс қозғалып кетсе немесе дұрыс таңылмаса, денсаулыққа кері әсер етуі мүмкін немесе сол аймақтағы жұмсақ тіндер, жасушалар өле бастауы мүмкін. Сондықтан асқынуды болдырмас үшін мамандар науқасты қадағалап отыруы керек. Теріні камфора спиртімен сүртіп, дәретке отыруға жағдай туғызу керек. Туберкулезге қарсы химиотерапия аурудың бастапқы сатысында нәтиже береді. Ал ауру асқынып, сүйек-буындарының өзгеруіне алып келсе, оның тиімділігі төмендейді. Кешенді емдеу барысында тиімді режим мен ағзаны жалпы нығайту терапиясы үлкен рөл атқарады. Дұрыс тамақтану, таза ауада тынығу, емдік дене шынықтыру ағзаның қорғаныс күшін арттырып, туберкулез процесін бәсеңдетеді. Жаттығулар гипс таңғыштарының астындағы бұлшық еттерді шырықтырып, бұлшық еттердің семуін болдырмайды.

Қандағы қабыну процестері қан айналысы арқылы ұршық және басқа да буындарға таралып, нәтижесінде ұршық буынының қабынуына әкеліп соқтыруы мүмкін. Сонымен қатар қатты тұмауратудың да соңы белге сарысу жиналып, ұршық буыны мен ағзаның осы тұсындағы сүйектерде қабыну процесі жүруі мүмкін. Сондықтан, кез келген адам, әрбір ата-ана өзі мен баласының денсаулығын жіті қадағалап отыруы шарт.

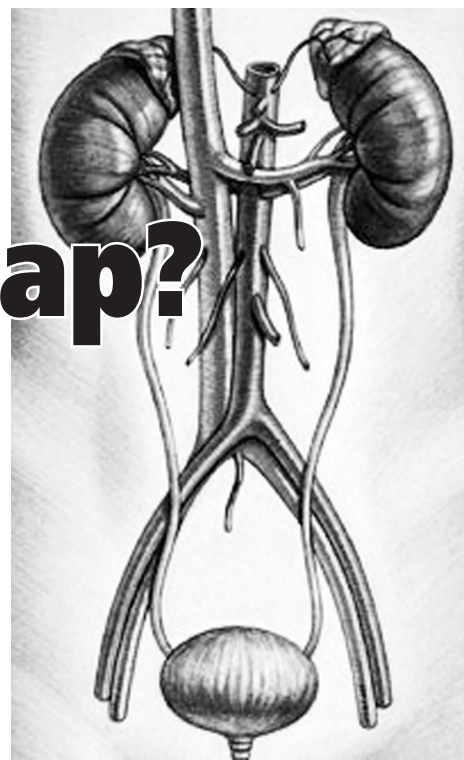
**Жайнар Татымханқызы
Жанна АБАЙҚЫЗЫ**

ДИАГНОЗ ҚОЮ ЖӘНЕ ЕМДЕУ:

Ем бастамас бұрын ең алдымен диагнозды дәл қою маңызды. Ол үшін ультра-дыбыстық зерттеулер (УЗИ) мен магниттік-резонанстық томографияға (МРТ) түсіреді. Сондай-ақ инемен сары су алады. Сары су көп жиналса, операция жасауға тура келеді. Жалпы емдеу шаралары тек ауруханаларда жүргізіледі. Науқасты таңып тастайды, яғни иммобилизация және антибактериалды терапия, антибиотиктер, сульфаниламидті препараттар тағайындайды. Ем неғұрлым ерте жүргізілсе, буындардың қозғалысын сақтап қалу соғұрлым мүмкін болмақ. Сәбилерде ұршық буыны инфекциясы алғашқы 3 күнде аса қауіпті. Диагноз дұрыс қойылмай, емдеу процесі кешіктірілсе, инфекция жайылып, артқы буынның таюына ұласуы мүмкін. Сондықтан буынның таюы мен буындағы ұйытқы шеміршекке зақым келтірмеудің алдын алу керек. Сонымен қатар, сүйектің зақымдалуына жол бермеу керек. Науқасқа ауруханадан шығарғаннан кейін емханаға немесе арнайы емдеу орталықтарына барып емдік жаттығулар, массаж, физиотерапия алуға кеңес беріледі.

Несептің құрамы қарапайым сияқты болғанымен, шын мәнінде өте күрделі. Оның құрамында 95% су, 5% кристалл заттар бар. Бір күнде 1500–2000 мл несеп шығарған адамның несепіндегі қатты зат 50–70г-нан асады. Су жетіспейтін шұғыл жағдайда тұрғанда адамның өз несепін ішуі өзін құтқарудың бір әдісі болып табылады. Міне, бұл бір жағынан су құрамын толықтаса және бір жағынан дәрумен, минералды заттарды толықтырады.

Несепте нелер бар?



Несептің құрамы:

• Органикалық құрамы – азот, уреа, несеп қышқылы, креатинин, ацетон қышқылы, сүт қышқылы, томпақша без заты, нуклеин сияқты заттарды өз ішіне алады.

• Минералды құрамы – натрий, хлор, кальций, калий, күкіріт, фосфор, магний, темір, мыс, мырыш, т.б.

• Қанттар – жүзім қанты, сүт қанты, галактоза, жүзім қанты.

• Амино қышқылдар – аспартин қышқылы, аланин, аргинин, глицин, глутамин.

• Ферменттер – крахмал ферменті, галактоза ферменті, жүзім алдегид қышқылды эстераза.

• Бигмент құрамы – несеп бигменті, уроблин сияқтыларды қамтиды.

• Дәрумендер – В1, В2, В12, В6 дәрумендері, жапырақ қышқылы, С дәрумені, темекі қышқылы, пантотен қышқылы.

• Гормон – ерлерде қосымша бүйрек қыртысы, сахарин гормоны, аталық гормон, қосымша бүйрек үсті гормоны, норадреналин сияқты гормон бар.

• Басқа гормондар – серотонин, гистамин, простогландин, падутин.

НЕСЕПКЕ ҚАРАП ДЕНСАУЛЫҚТЫ БІЛУГЕ БОЛАДЫ

Несеп негізінен организмнің зат алмасудан кейінгі туындысы. Адам организмнің зат алмастыруы қалыпсыз болса немесе белгілі ауруға шалдықса, несептің түсі ерекше өзгереді, егер несепіңізде төмендегідей түсі өзгерген жағдай көрінсе, назар аударыңыз.

1. Түссіз несеп

Суды көп ішіп, несеп сұйылғаннан кейін, онда қантсыз диабеттің, диабеттің немесе созылмалы клетка аралық бүйрек қабынудың бар-жоғына көңіл бөлу керек. Себебі, ауырған күйінде бүйректің жиырылу қызметі төмендейді, несеп көбейеді, несептегі билирубин сұйылғаннан кейін несептің сарғыш түсі жойылады.

2. Ақ түсті несеп

Несептің ақ түсті болуы несепте көп мөлшерде ірің клеткасының, бактерияның, минералды тұздардың болуынан болады.

Ақшыл түсті бұл несептегі көп мөлшердегі ақшыл түсті шырынның микро түйіршектерінен болады. Бүйрек маңындағы лимфо түтікшелерінің өткізгіштігі кедергіге ұшырап, қысымы өрлеп, білеуленіп жыртылғаннан кейін, кейбір ақшыл түсті шырынның микро түйіршіктері несепке өтіп ықпал етеді.

Ақ бұлт түсті бұл несептегі көп мөлшердегі ірің клеткалардан немесе бактериядан пайда болады. Егер несепті енді ғана шығарғанда бұлт сияқтанып, осы несепті бір мезгіл қойғаннан кейін тұнба түссе, оны бактериялы несеп дейді, егер несепті бір мезгіл қойғаннан кейін ақ түсті бұлт болса, оны іріңді несеп дейді. Бұнда үнемі кезітетін бүйрек түбегі, бүйрек қабынуы, несеп жол қабынуы, қуық қабынуы, бүйрек туберкулезы, бүйректің іріңді ісігі сияқты ауруларды көп мөлшердегі іріңді клетка, бактерия және заттардың несеп жол арқылы несеппен бірге бөлініп шығуынан пайда болады.

Ақ түсті кристалл бұл шығарған несептен кейбір кристалл заттардың байқалғандығын білдіреді, ол қарамаққа несепті бозғылыт көрсетеді, әсіресе балалардікі осылай болады. Егер дәретке отырғанда несеп жиілемесе, несеп жолы шаншымаса, онда алаңдаудың қажеті жоқ, бұл қалыпты құбылыс. Егер қалыпсыздық байқалса, суды көбірек ішіп, көбірек дәретке отыруға көңіл бөлген жөн. Өйткені, бұндай кристалл денелер несеп жүйесіне тас байлануды тудыруы мүмкін. Суды көп ішкенде кристалл заттың сыртқа шығуы жеделдеп, тас байланудың алдын алуға болады.

3. Сары түсті несеп

Несептің сары түсінен бөлек, несепте көпіршік пайда болып, көпіршіктің түсі сары болса, мұндай несептің пайда болуы, негізінен жедел сарғаю сипатты бауыр ауруы, өт жолының бітелуі, бауырдың қатаюы, бауыр рагы ауыруы байқалады. Бауыр қабыну рак салдарынан зияндалған бауыр клеткасының билирубин бөліп шығару қабілеті төмендеп, несептегі билирубин көбейіп, несеп сары түске айналады.

4. Қанды несеп

Бұл көбінесе несепте белгілі мөлшерде қызыл клетканың себебінен болатын

үнемі айтылып жүретін қанды несеп. Қанды несеп шыққан кезде, қашанда несеп жүйесі және оның маңындағы органдар немесе бүкіл денелік аурудан хабар береді. Негізінен бүйрек шумағы, бүйрек қабынуы, бүйрек тасы, несеп жолы түтікшесінің тасы немесе несеп жүйесінің жұғымдануы, туберкулез сияқтылардан байқалады. Орта жастардағы еркектердің несепі шықпай, қанды несеп сияқты құбылыс байқалса, оны несеп жолына тас байланған немесе қуық рагына күмәндануға болады. Егде жастағы адамдарда ауырпайтын қанды несеп құбылысы байқалса, ол несеп жүйесі рагының алдыңғы белгісі, дер кезінде диагнозды дұрыс қою керек.

4. Қоңырқай несеп

Несептің түсі қызыл түске қарағанда қою болады, бірақ оның ішінде қызыл клетка болмайды немесе аз мөлшерде ғана қызыл қан түйіршіктері және көп мөлшерде гемоглобин болып, ол көп шамадағы қызыл клетканың бұзылуынан пайда болады. Гемоглобиннің құрамында көп мөлшерде темір элементі болатындықтан, ол қоңыр түсті келеді, бұл үнемі безгек ауыруы, қан типіне сәйкес келмейтін қанды құю, қан еру сипатынан, қан аздық ауруы, құрсақ қуысы қанау сияқтылардан көрінеді.

5. Басқа құбылыстар

Жоғардағы айтылған несеп түсі қалыпсыздығынан бөлек, кей кезде жасыл түсті, көк түсті несепте байқалады. Бұның себебі, белгілі дәрілерді ішуде пайда болады, дәріні ішуді тоқтатқанда қалпына келеді.

СПИД -ТІҢ ЖҰҒУ ЖОЛДАРЫ

• Жыныстық қатынас арқылы жұғу. Бұл СПИД-тің жұғуында ең басты жұғу жолы болып табылады.

• Қан арқылы жұғу. СПИД ауруы вирусы бар адамдардың қаны немесе қан жасалмаларын құюдан жұғады. Ди-

зентекциялау қатаң болмаған инемен немесе бір инемен бірнеше адам улы шегімдік уколын құятындар, СПИД вирусын жұқтырғаннан кейін органдардың жұғымдалуын тудырады.

• Анадан балаға жұғу. СПИД ауруымен ауырған немесе тасымалдаушы жүкті әйел СПИД-ті іштегі балаға жұқтырады. Босану күрделі барыс, туыт алдында,

босану барысында босанғаннан кейін азды-көпті жаралану болады, сол арқылы жұғады.

• Басқа жолдар арқылы жұғады. Жасанды ұрықтану, СПИД ауруымен ауыратын науқастармен жанасатын кәсіптік адамдар, тері зақымдалу, бет-әлпет түзеу, шаш алғызу, денеге өрнек салдыру қатарлыларды жасағанда саймандар арқыла жұғады.

1986 жылы бүкіл дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы СПИД ауруына төмендегідей түсініктеме берген. Бұл ауру адамдардың HIV вирусымен жұғымдалуынан организмде туылатын иммунитет функциясы кемдік ауруы, әсіресе, клетканың иммунитет қызметі бүліну, Т4 лимфа клеткасы азаюды негізгі белгісі еткен жалғасты инфекциялану болып табылады, яғни, паразит құрт, зең бактериясы, вирус, бактерия қатарлы ауру қоздырғыштар иммунитет кемдік орайын пайдаланып, капос еті өспесі қатарлы клиникалық белгілерді тудыратын адамзаттың жыныстық қимылымен тығыз қатысты болатын жұқпалы ауру.

СПИД

Сақтықта қорлық жоқ



НАУҚАС СПИД-ке ШАЛДЫҚҚАНЫН ҚАЛАЙ БІЛЕДІ?

Алғашқы мезгілде үнемі себебі анық болмаған қызу болады, бас айналып бас ауру болады, көп терлейді, шаршап тұрады, тамағы ауырып, жайсызданады, буындары қақсайды. Теріге бөрткен шығады, көбінесе қызыл дақ, ұсақ бөрткен, сулы бөрткен, іріңді бөрткен сияқты көп түрлі белгілер болады.

СПИД ауруының алғашқы белгілері:

- Төмен қызу мен жоғары қызу алма-кезек болады.
- Себебі айқын болмаған бүкіл дене бездері ісінеді. Әрі 3 айдан артық жалғасады.
- Жалғасты арықтау пайда болады.
- Созылмалы іш өтеді.
- Ақ клетка төмендейді, лимфа клеткасы, қан пластинкасы азаяды.
- Ауыз қуысында ақ дақ пайда болады.
- Лабораториялық тексеруде қан сарысу құрамында HIV антидене пайда болады.

СПИД АУРУЫНЫҢ НАҚТЫ БЕЛГІЛЕРІ

• Дене қуаты ауыр дәрежеде әлсірейді, қатты арықтайды, тежеуге мүмкін болмаған вирус, бактерия, грибоктардың инфекцияландыруы туылады. Бұл өзгерістер өте тез және өте күрделі.

• Капос саркомасы және өспелер туылады.

• Нерв жүйесінің қызметтері бұзылып, үнемі қызу, бас ауру, тепе-теңдік бұзылу, жүру қиындау, көру қуаты төмендеу, тыртысу, есте сақтау қабілеті төмендеу, қол-аяқ салдану, соңында ми солып, меңіреулік пайда болады.

СПИД АУРУЫ КҮНДЕЛІКТІ ЖАНАСУДА ЖҰҒА МА?

Сілекей, көз жасы, омырау сүті, несептен СПИД вирусы шығады, вирус ұыты қамтылған қан, шәуһат, қынап бөлінді заттары СПИД вирусын жұқтырады. Бірақ, қазірге дейін жөтелу, түшкіру, қол алысу, сәлемдесіп сүйісу, көлшікте малтау, бірге тамақтану, ортақ ыдыстар, науқаспен бір үйде тұрғанда жұғады дейтін дәлелдер жоқ.



Ескермес ЖАҚСЫМБЕТҰЛЫ

(Жалғасы. Басы өткен санда)

Бұл өзі ен жайлауда болған еді,
Ат теуіп, әйел дымсыз қалған еді.
Инемен қара жіпті қолға ап Жасан,
– Е, аруақ, желеп-жебеп, қолда! – деді.

Төкпеші Алла зілді қаһарыңды,
Жүректі жылататын аса мұңды.
Қытайлық Жаң деген азаматқа,
Он жеті сағат ота жасалынды.

Ажалдың айтып келмес дерт дегені,
Емшіге жеткені бар, жетпегені.
Қолына ота пышақ ұстай жүріп,
Болады алтын ине зерттегені.

Кешікпей алтын ине қолға алады,
Жасанның қайта үміті жалғанады.
Айықпас ауру жайлап алған денең,
Инемен арпалысып қозғалады.

Біліп ап, ғұламаның тыңдап бәрін,
Сезінді бір әлемнің тіл қатқанын.
Біртіндеп Жасан ашты сырқат емдеп,
Құпия Шығыс-Тибет жұмбақтарын.

АТА ЖҰРТТА

Құлатып Ленин тіккен «ұлы» туды,
Бостандық қалған еді ұмытулы.
Ғасырлар бодандықтың бұғауында,
Қазақтың армандаған күні туды.

Бұл бүгін мал мен жанның құтайғаны,
Хабардар болсын елдің тыс аймағы.
«Қазақстан егемендік алды» деген,
Қазаққа хабар жетті Қытайдағы.

Оқиға болған еді бірінші рет,
Тұрғандай бүгін дүние күлімсіреп.
Жүрегі жарылардай қазақтардың,
Қуанып, ат шаптырып, сүйіншілеп.

Қырандай түлеп ұшқан қиядағы,
Қуанта бер, кеудеге сыяды әлі.
Отанға деген ыстық махаббаттан,
Ұлы арман жүрегіне ұялады.

Таусылмас білім-бұлақ сірә, мына,
Ісімен ұстаздарға ұнады да.
Қытайда ине сырын білгіш дейтін,
Алынды «жүз емшінің» құрамына.

Алтын ине

(поэма)

– Өтетін кедейлікпен өмір осы,
Бай боламыз, табылып көңіл қошы.
Жетеді тәжірибеміз, біліміміз.
Жүр, Жасан Америкаға, – дейді досы.

– Жок, – деді бірден Жасан ойланбастан,
Істерін таразылап қойған бастан.
Сарғайтып сағынышын жасыл мекен,
Кеудеде асыл арман болған жастан.

– Ғасырлар көндік тағдыр азабына,
Бөтен жұрттың айналып мазағына.
Тәуелсіз мемлекет тәй-тәй басқан,
Мен керекпін дәл қазір қазағыма.

– Бұл елде жаныма азық – алғаным көк
Жолымда әзір қапы қалғаным жоқ.
Қанаты қатаймаған жас қоғамның,
Қалансам кірпіші боп арманым жоқ.

– Тыңда дос, – деді Жасан, – қара маған,
Мұнымыз екеуміздің жарамаған.
Күтіп жүр біздің шипа алақанды,
Қаракөз қарындасың, қара балаң.

– Бүгінде бақ сынасып таласар кім,
Жат елде мың мәртебе аласардым.
Алғысын алғаныңа не жетеді,
Әзіз ана, қарындас пен қара шалдың.

Бойдағы тылсымдықтың бәрі күшті,
Бір тәтті сезім кешті сағынышты.
Өн бойын баурап алған бір құштарлық,
Ата жұртқа Жасанды алып ұшты.

Қырау шалып мойылдай қара шашы,
Басталғандай өмірдің жаңашасы.
Дер кезінде Жасан да келді елге,
Кәріні төккен ажалға арашасы.

Қол жетпес арман деген биік еді,
Көңілге көп ойларды түйіп еді.
Егемендік енді алған еркін елде,
Іске асыру ойларын қиын еді.

Зырылдап күн артынан жарысты күн,
Бөленіп армандарға алыс бұрын.
Ата жұртта үстемдік жасап тұрған,
Оқуы керек болды орыс тілін.

Жеткіліксіз білімді сезді бүгін,
Күн санап жетістікпен озды ғылым.
Басынан бастап Жасан жалықтастан,
Үздіксіз жетілдірді өз білімін.

Арман, арман шарықтап көңілде асқақ,
Жаңалық тапса осы өңірде ашпақ.
Тыныстап тәуелсіз ел ауасымен,
Қайтадан студенттік өмір бастап.

Жүректе құштарлықтың оты басым,
Қытайлар өзгелерден жасыратын.
Қайта оқып он екі том «Он Цзин» мен
«Қола адам нүктесінің» атласын.

Ғылымға дүниеде тең кеп пе еді,
Біліммен қиындықты жеңбек те еді.
18 томдық «Хаңды Нцз узин» мен
Атақты Ибн-Сина еңбектері.

Кеткен жоқ бекер зая еткен еңбек,
Инемен сабақтастық дөп кеп дендеп.
Даңқты Өтейбойдақ Тілеуқабыл,
«Шипагерлік баянда» шөппен емдеп.

Жатақхана алыста – Қалқаманда,
Студенттің жайы анық барша жанға.
Жатқа айтып «Мен қазақпын» поэмасын,
Демейтін өзін өзі шаршағанда.

Жатақхана тар бөлме, жылы ұясы,
Бауырыңдағы қызы мен ұлы ұясы.
Алдыннан күліп сонда қарсы алатын
Шаршап келген Жасанды Гүлиясы.

Қалайда жету керек арманына,
Сол жолға күш-жігерін арнады да.
Бөгенбай, Қарасай мен Райымбек,
Бабалардың сыйынып аруағына!

Алласын аузынан тастамайды,
Сыйынбай жұмысын да бастамайды.
Есіл-дерті оқу мен білім алу,
Ұмытып маңайдағы басқа жайды.

Шет елден келген аңсап жас қазақты,
Ағайын аялапты, жақсамапты.
Бауырына жақсы жандар тарта білді,
Аман аға, Есентай, Аппаз атты.

Аударды парақтарын зырлатып күн,
Көзінен ұшқын атып бір бақыттың.
Көп кешікпей қорғады кандидаттық,
Шәкірті академик Нұрмақовтың.

Бұл екі мың екінші жыл болатын,
Жасанның әр ісінен үлгі алатын.
Доктор-ғалым атанды көп ұзамай,
Мадақтап ерен ісін жырлады ақын.

Емші қолы инеден жаңылмады,
Қанша уақ талай биік алынғалы.
Инемен емдеу академиясы
Жасанды мүше етіп қабылдады.

Жеткізген жетістікке сенім еді,
Кеудеден тәтті қиял өріледі.
IV халықаралық конгресте,
«Үздік емші» атағы беріледі.

Нұр беріп солғын тартқан гүл көрікті,
Жазылып сырқат жүзге күлкі еніпті.
«Жасан інім қырықта» деп Тұманбай,
Селдетіп ағыл-тегіл жыр төгіпті.

Жырға қосып Марфуға, Гүлнәр ақын,
Еңбегі жанған сайын нұрланатын.
Әлем солай таңдана тани берді,
Қазақтың ине ұстаған бір баласын.

Киелі кәсіп иесі

Күні, түн еңбектеніп алмай тыным,
Біледі жұрт жігіттің талмайтынын.
Сан сырына үңіліп сырқаттардың,
Бос уақыты Жасанның болмайтуғын.

Жұмсады күш-жігерін сарқа бүгін,
Елі үшін ауырлатып арқа жүгін.
Кешікпей Жасан ашты «Жас-Ай» атты,
Шығыс-Тибет медицина орталығын.

Ойласын емнен басқа өзге нені,
Қырық мың науқас жазған аз дегені.
Қаншама адамдарды тегін емдеп,
Бұдан да кеңейтуді көздеп еді.

Қиындықтар кездесті, жеңілмепті,
Ерінбепті, сол оны сенімді етті.
Еліне қызмет ету – басты парыз,
Мақсатқа жету үшін терін текті.

Қыдырға іздеген жан кез болады,
Қолдан-қолға тимейтін жазбалары.
Алғашқы «Алтын ине» орталығы,
Ғаламтормен шет елге тез тарады.

Кеудені тәтті қиял алған бөлеп,
Сөйледі тек шындықты, жалғанға жоқ.
Ағылды шипа іздеп Алматыға,
Жасанға жете алмаған арманда боп.

Құллі әлем кеудесіне сыяды бар,
Арманмен асқақтаған қиялы бар.
Қаламгер, ғалым, қоғам қайраткері –
Жасанның емін алды зиялылар.

Ағылды шипа іздеп қара халық,
Еңбегі әр жүректе қалады анық.
«Ажалға арашашы емші» деген,
Атағы елге кетті дараланып.

Сырқаттан қалған кезде әлің құрып,
Тамыр ұстап, тіл көріп, бәрін біліп.
Жеті жүз нүкте сырын тап басады,
Он екі мүшең тұрған бағындырып.

Халқы үшін күш-жігерін арнады бар,
Жететін алда талай арманы бар.
Түрлі ауру, түрлі емнің сырын жазар,
«Жас-Ай» атты қазақша журналы бар.

Ер Жасан өз бақытын тапқан адам,
Кісінің ала жібін аттамаған.
Табиғат талмайтуғын талап беріп,
Алла – жар, қыдыр дарып, бақ қараған.

Құтайтып әр ісіне өріс берер,
Өріс берсе, молайып жеңіс келер.
Ғайып-ерен, қырық шілтен желеп-жебеп,
Пәледен қорғап жүрсін періштелер.

Тағдырдың кез боларсың қандайына,
Тигесін ащы дәмі таңдайыңа.
Қасқиып қара дертке қарсы шығар,
Жасанды берген қазақ маңдайына.

(Жалғасы бар)

Мен «Жас-Ай» Шығыс-Тибет медицина орталығына көзімнің ағы мен қарасы – екі бірдей құлыншағымды «балалардың сал ауруы» (ДЦП) деген диагнозбен алып келдім. Екеуінің де көзі жақсы көрмейтін әрі қыли болатын. Үлкен қызым 2010 жылдың қараша айына дейін жүре де, сөйлей де, тіпті басын дұрыс ұстай да алмайтын. Қызымның оң жағы толық салданып қалған еді. Қол-аяғын қанша тырмысса да, еркін қимылдата алмады. Бір беті үнемі ісіп тұратын. Жергілікті және шалғайдағы емханаларды түгел араладық. Мамандар қызымның бір көзі көрмейтінін растап берді. «Жас-Ай» медицина орталығына қараша айының басында келіп, бірінші курс ем қабылдадық. Шипалы ем алтын ине алудан, шөптермен қыздырудан басталды. Нүктелі уқалау, тоқ массаж және аяқ массажы жасалды. Шөп дәрілерін үнемі ішіп тұрдық. Банкі қойды.

Алғашқы курстан кейін-ақ қызымның аяғы қимылға келіп, бір көзі көре бастады. Бұрын барған жерлеріме қайта барып тексеріліп едім, дәрігерлер қызымның шырағы жана бастағанын айтты. Тілі ләм-мим деп сөйлеуге келді, сөздерді жайлап айтып, бірте-бірте өздігінен жүре бастады. Қолы да еркін қимылдай бастады. Ұйқысы тынышталды. Ал екінші курс емнен кейін қызым жүріп кетті. Қазір шөлдеп тұрғанын жеткізеді, қандай тамақ ішкісі келетінін айтады.

Балалардың сал ауруынан теперіш көріп отырған ұлым да осы орталыққа келгенде еңбектемек түгіл, отыра да алмайтын. Басында сары су болды. Басы жиі ауыратын. Бірінші курстан соң ұлым еңбектей бастады, кереуетке өзі шығып-түсетін болды. Айналасына зер салып, ойыншықтарға қызығушылығы артып, ойнай бастады. Екінші курстық емді 2011 жылдың наурыз айының соңында келіп қабылдадық. Осы емнен кейін ұлым жүріп кетті. Сөйлей бастады. «Мама», «папа», «ата» деп айтып, бәрімізді шексіз қуанышқа бөледі.

Қызым да, ұлым да бұрын №2 балалар емханасында есепте тұрды, ауруханаға жылына екі рет жататынбыз. Ақ халаттылар «бұл дерт емделмейді, мүмкін болған күннің өзінде 5-6 жасында бір-ақ жүреді.

Онда да бір жағына қарай қисайып жүретін болады, тілі шықпайды, жасы келгенде мүгедек балалардың арнаулы мектебіне оқуға бересіңдер» деді. Кейіннен «Ақсай» Республикалық клиникалық балалар ауруханасына, кейіннен Астанадағы ауруханаға барып жаттық. Ол жерде де осы диагноз бойынша ем қабылдағанбыз, бірақ нәтиже болмады. Біз Алматы қаласында «Жас-Ай» деген киелі емдеу мекемесі бар екенін осы «Ақсай» ауруханасында жатқанда бір әжейден естідік. Ол кісінің айтуынша, жиенінің екі аяғы салданып жүре алмай қалыпты. Жасанның емінен кейін жүріп кеткендігін айтты. Мен ол баланы өз көзіммен көрдім де, қазір мектепке барып жүр екен. Содан кейін бірден осы орталыққа көңіліміз ауды. «Жас-Ай» медицина орталығына келіп емделгеннен кейін көзіміз ашылды, бетімізге шырай кіріп, тұнжыраған қабағымыз ашыла бастады. «Жас-Айда» алған алғашқы емнен кейін квота бойынша Астанада оңалту орталығына қайта барып жаттық. Сонда дәрігерлер баламыздың денсаулығының жақсарып келе жатқанын, толық жазылып кетуге әлі де үміт көп екенін айтты. Мұның барлығы, құрметті Жасан Зекейұлы және сіз тәрбиелеп отырған шәкірттердің арқасында деп білемін. Кешенді емнің нәтижесі деген осы. Киелі кәсіп иесінің бізге істеген жақсылығын еш ұмытпаймыз.

Жасан Зекейұлы, қазақтың сіздей ұлы болғанына мың тәубе. «Бала – бауыр етіміз» емес пе? Осылардың өмірге деген құштарлығын оятып, денсаулығын дұрыстап бергендеріңіз үшін мың алғыс.

Қасенова Динара Ғабитқызы



Мен бірнеше рет инсульт алдым. Денсаулығым нашар, бөгде иістерді, у-шуды ұнатпаймын. Бір күн олай, бір күн былай құбылып тұрамын. Оң жағымнан салданып, жастай мешел болып қалғанымға қатты қиналамын. Енді өмір бойы туыстарыма масыл болып өтемін бе деп қорқамын. Есте сақтау қабілетім мүлде «нөл». Ауруханаларға жатып емделдім, жиі-жиі массаж алып тұрамын. Бәрібір бәз баяғы. Оң жақ аяқ-қолыма жан кірер емес. Қазақтың қаракөз қызы екен деп аяушылық танытып, көрсетер көмектеріңіз бар ма?
Аяулым Асқар
Алматы қаласы, Алатау ауданы

Жауабы: Біз қазақтың қаракөз қыздары ғана емес, отбасылық тұрмысы нашар көптеген мүгедектерге тегін ем көрсетіп жатырмыз. Сіз тұрған тұрғылықты орныңыз бойынша әлеуметтік мекемелерден жағдайыңызды растайтын куәлік қағаздар және емханалар берген дәрігерлік тексеру анықтамаларын біздің журналда жазылған мекен-жайларға факспен немесе электронды поштамен жіберуіңізге болады. Бізге өтініш жазыңыз. Біз ұжым дәрігерлері болып, Сіздің жағдайыңызбен жіті танысамыз, өтінішіңізді қараймыз. «Үмітсіз – шайтан» деген, бір-екі курс ем алып көріңіз. Бір-екі курстық емнен кейін буындарыңыз, жан каналдарыңыз, жүйке жүйелеріңізде тірілу байқалса, жансызданған аяқ-қолдарыңыз қимылдайтын халге жетсе, емді одан әрі жалғастыруға болады. Қазіргі жағдайыңыз тым ауыр екен. Созылмалы характерге ұласқан ауруды емдеу өте қиын. «Жас-Ай» Шығыс-тибет медицина орталығын инсульттан кейінгі салдануды емдейді. Ауруынан құлан таза айығып, қызметіне оралған бауырларымыз көп.



Жазылмайтын емшісіне



Сәлеметсізбе, Жасан аға! Менің қызым бастауыш сыныпта оқиды. Өте әлсіз. Тістері ерте түсіп еді, шығуы кешеуілдеп жатыр. Жасы өтіп бара жатқан соң, қатарластарынан қалмасын деп мектепке бердім. Аузында жөнді тіс болмағаннан кейін сақауланып сөйлейді. Ауыз қуысын, тіс түптерін УДЗ-ге (УЗИ) түсіріп едім, әзір көрінбейді дейді. Дәрігерлер сүйегінен кальций шайылып кеткен дейді. Мұндай сұмдықты естіген емеспін. Біз тұрмысымыз жақсы отбасымыз. Қызымның аузынан ағарған үзілген емес. Ол неден болуы мүмкін? Кальцийдің орнын қайтып толтыруға болады?

Әсемгүл Әбекенова
Арыс қаласы

Жауабы: Тістердің шығуының кешеуілдеуі адам ағзасындағы фосфор мен калийдің, кальцийдің дұрыс жетілмеуінен, яғни фосфор мен калийді қамтып отыратын сүйектің жіліншік ішкі майларының жұмысының нашарлығынан болады. Оның үстіне асқазан және он екі бармақ ішектерінің кальцийлік құрамы бар заттарды денеге сіңіру процесінің бұзылуына байланысты. Қысқаша айтсақ, кальцийдің сүйекке сіңу, айналу процесінің бұзылуы деген сөз. Сондықтан бұл баланы нақтылы тексеріп, зерттеп көру керек. Диагноз қою үшін біздің орталыққа алдын ала жазылу арқылы келіп, себебін анықтатып, себебіне қарай, кальцийдің жұмыс істеу процесінің төмендігіне байланысты болса, оны ашатын арнайы каналдар бар, сол арқылы ине қойдырып, жан арналарын жандандырып, қосымша шөптер және түрлі биологиялық заттарды қосып емдеуге болады. Ине терапиясы арқылы фосфор мен кальцийді денеге сіңіру процесін жақсартуға болады. Мұндай аурулар біздің емдеу тәжірибемізде кездесті. Сүйектері бекіп, қуаттары артып, өсуі, дамуы жетіліп қайтқан балалар, жасөспірімдер көп.

ЫН АУРУ ЖОҚ, Е КЕЗ БОЛСА...

Менің әкем 40-та. Он жыл бұрын көру қабілеті жайлап төмендей бастады. Қазір мүлдем көрмейді. Бірінші топтағы мүгедек. Он жылдан бері көз ауруханаларының барлығына көрсеттік. Мүйізі қарағайдай білікті дәрігерлердің барлығы оның неден болғанын білмейді, яғни себебі белгісіз. Айтуларынша, көз жанарына баратын тамыр солып қалған, нервтері өлген. Ине терапиясы арқылы мұны емдеуге болады ма? Көру қабілетін қайта қалпына келтіру мүмкін бе?

Бейбіт Байжұман
Бейнеу

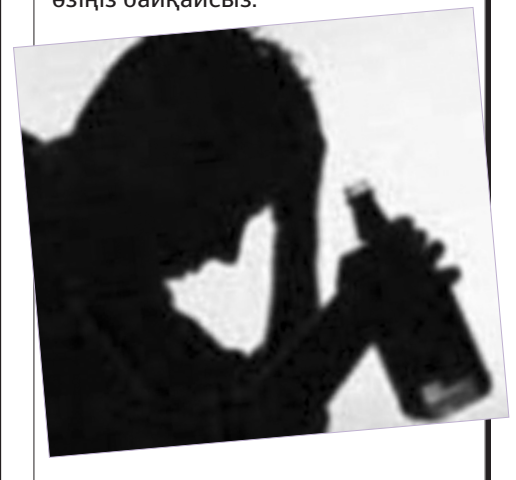


Жауабы: Көз ауруханаларының берген диагнозын, жасалған операциялар қағазын, барлық тексеру құжаттарын бізге салып жіберсін. Көз жанарына баратын тамырлардың солып қалуы жалпы сипаттама. Көз жанарына баратын тамырлардың солып қалуы қан тамырлардың тосылуынан ба, көзге қатты зақым келтіретін бөгде заттардан ба, химиялық-лазерлік, сәулелік әсерлерден бе, нақты неден, соны білу, анықтау, зерттеу маңызды. Біздің емдеу тәжірибемізде қандай себептерден болсын, көз көру жүйесінің әлсіреп, нервтердің солып, қан тамырлардың жүрмей қалу ауруларын нәтижелі емдеп, жанарларына жан бітіп, сауығып кеткен адамдар бар. Сондықтан біз Сіз жіберген диагностикалық қағаздарды мұқият қарап, қандай ем алу керек екендігін айтамыз.

Мен үйдің еркесі болып өстім. Өте күйгелек адаммын. «Сабыр» деген санамда жоқ. Біреуге ашулансам немесе өмірде сәл қиындық көрсем бітті, шешімін арақтан іздеймін. Сөйтіп жүріп араққа тәуелді болып қалғандаймын. Шөп шегетінім де бар. Әйел, бала-шағамнан айрылдым. Отбасыма қайта оралғым келеді. Бірақ келіншегім «ұрттайтын, шегетін болсаң, босағадан бас сұқтырмаймын» дейді. Наркодиспансерлерге барып, ем қабылдағандай боламын, бірақ санамнан сол жаман әдет кетер емес. Сіздер емдейді деп естідім. Барсам бола ма?

Сарбаз
Алакөл

Жауабы: Кез келген зиянды затқа құмартудың себебі болады. Біріншіден, рухани көңіл-күйдің дұрыс болмауы, екіншіден, құмарлық затты артық мөлшерден қабылдап, соған тәуелді болып қалу, қанға сіңіп қалу. Ең алдымен жүйке жүйесін емдеу керек. Әрбір адам алдына мақсат қою білуі тиіс. Егер «жеңемін» деп тырмасса, адам алмайтын қамал жоқ. Шығыс-тибет медицинасының емдейбін бірден-бір жолы – нервтерді қалпына келтіру. Мидан нервтік жүйе арқылы құмартып отырған сигналдарды алып тастау керек. Сондай-ақ қан тазалап, қандағы тұрып қалған уыттарды, қалдықтарды тазалап, денедегі арам, жаман қандарды алып тастап, құлақ, қол, табан, аяқтардағы нүктелерге ине қою арқылы зиянды, кесепатты заттарға жиіркендіруге, екінші соған жоламайтындай етуге (мәселен, арақ көрсе, жүрегі айнып, құсатындай жағдай) болады. Бір-екі курс ем алып көріңіз. Нәтижесін өзіңіз байқайсыз.



Армысыз, Жасан аға! Мен 20 жасымда тұрмысқа шығып, бала көтердім. Жүктіліктің 2-3 айында ішімнің қуық жағы ауырды. Дәрігерлерге көрініп едім, ешқандай қауіп байқалмайды деді. Сөйтсем соқырішек болыппын.

Соқырішек жарылып, түсік тастадым. Қазір 15 жыл өтті. Содан бері бала көтере алмай жүрмін. Етеккірім де дұрыс келмейді. Күйеуіміз екеуіміз бір-бірімізді қатты жақсы көреміз, бірақ ортада бала болмаған соң, ұрысып-керісіп қала береміз. Маған сәби сүю бақыты енді бұйырар ма екен?

Айнұр Ықылас
Астана қаласы

Жауабы: Сіздің жағдайыңыз сияқты аурулар бізде болды. Бір ғана мысал, бір жақтық аналық безі бүтіндей алынып тасталып, екінші жақтық аналық безінің үштен бірі қалған (100 пайыздан бір пайыз ғана үмітті) жағдайларда да ине тарәпиясы емін алып, бала сүю бақытына кенелген, бір ұл, бір қыздың анасы атанған Ботагөз деген жас келіншек болды. Операция кезінде тиген зардаптар, жатырға зиян келу, жабысқақ жағдайымен трубалардың бітелуі, осыларды толық тексеріп, диагноз бойынша үш курс ем алу керек. Менің ғылыми диссертация тақырыбымның өзі «Операциядан кейінгі болған асқынулар» деп аталады. Сондықтан Сіздің жағдайыңызды да тексеріп көру керек. Операциядан кейінгі асқынуларды жойып, гормондарды қалпына келтіріп, емдеп, бала көтеруге көмектесу жағдайын жан-жақты қарастыру керек.

ЕР АДАМДАР АЛТЫНҒА ӘУЕС БОЛМАҒАНЫ ЖӨН

Бірқатар хадистерде ер кісілерге алтын жүзіктің харамдығы ашық айтылған. Мәселен, мына хадисте ол анық білдірілген: «Алтын мен жібек үмбетімнің әйелдеріне – халал, еркектеріне – харам» (Тирмизи хасан сахих, Нәсәи).

Бір жолы Аллаһ елшісі (саллаллаһу аләһи уә сәлләм) бір адамның қолынан алтын жүзік көргенде, сол мезет жүзікті оның саусағынан шешіп лақтырып жібереді де: «Сендердің қайсы бірің қолына шоқты ұстай алады?» – деп алтынның ерлерге шоқтай зияны барын ескертеді. Кейін жүзіктің иесіне лақтырған алтынды жерден алып, оны сатып пайдасын көруді айтады. Сол кезде ол адам: «Алла аты-

мен ант етейін, Пайғамбарым (саллаллаһу аләһи уә сәлләм) жүзікті алып лақтырғаннан кейін мен оны қайта алмаймын» деп жауап қатады (Муслим, либәс 52).

Шариғат мәзһабтары мұндай хадистерге сүйене отырып, алтын жүзік сәндік бұйым ретінде қолданылатындықтан, ер кісілерге оны бірауыздан харам деген.

Кейбір ислам ғалымдары бұның төмендегідей бірнеше хикметтеріне тоқталған:

1. Ғасырлар бойы алтын ақша ретінде экономикада үлкен рөл ойнаған. Бұларды ерлердің әшекей ретінде пайдалануы экономикаға кері әсерін тигізеді.

2. Сол секілді әшекей бұйым

етіп, қоғамнан тыс қалтарыста қалдырып қоюы елдің қазына қаржысына үлкен залалын тигізеді.

3. Ер кісінің табиғаты алтын, жібекпен сәнденуге лайық емес.

4. Үсті-басын түгелдей алтынмен аптап, күміспен қаптап ел алдында жүру қоғамдағы әділдікке кері әсерін тигізіп, елді «бай», «кедей» деп екіге бөлуі мүмкін.

Бүгінгі таңда медицина ғалымдары да алтынның ер адамдардың гормондарына айтарлықтай кері әсерін тигізетінін, сондай-ақ ұрықты әлсірететінін ескертуде.

**Алтынбек Ұтысхан
ҚМДБ Уағыз-насихат
бөлімінің бас маманы**

Тағдырың туралы таласпа!

Бірде Пайғамбарымыз (с.а.у.) тағдырға байланысты сөз таластырып отырған сахабаларын көріп: «Сендерге осыларды істеу әмір етілді ме? Жоқ, әлде Мен сендерге осы үшін жіберілдім бе? Сендерден бұрынғылар (адамдар) осы тақырыпта тартысқандықтан құрып кеткен», – деп тағдыр турасында тартысудың дұрыс емес екенін білдірген.

Пайғамбарымыздың тағдырға байланысты қажетсіз сөз таластыруды тыюының хикметін былай деп түсінуге болады.

1. Адамның өз қалауымен болатын және қалауының тысында болатын тағдыры бар. Қалауынан тыс болатын тағдырдың себептері мен хикметтері бізге беймәлім. «Ақылжаратылған, жаратушыны толық түсіне алмайды» демекші, ақылымыз қалауымыздан тыс болатын тағдырдың себептері мен хикметтерін және сырын толық шеше алмайды. Адамның туылған жылы, әке-шешесінің кім болуы, ұлтты, жынысы және қалауынан тыс болатын

аурулар мен пәлекеттердің хикметтері мен сырларын, себептерін түсіну үшін өзімізді қинау, бір-бірімізбен сөз таластыру – түбі жоқ тұңғыыққа ба-тумен бірдей. Пайғамбарымыздың тыйған тартыс мәселесі тағдырдың осы екінші түріне байланысты болуы мүмкін.

2. Адам баласы жалпы тағдырды толық әрі дәл түсіне алмайды. Өйткені тағдыр тақырыбы – өте қиын әрі күрделі мәселе. Сондықтан әрбір мұсылман тағдырға байланысты мәселелерді дін мамандарынан сұрап, осы тақырыпқа байланысты жазылған кітаптарды оқып түсіне алғанынша түсініп, ал түсінбей ақыл жеткізе алмаған мәселелерін Аллаһтың шексіз ілімі мен әділдігіне тапсырып, адамдармен бос дау-дамайға кірмегені жөн.

Аллаһу а'лам – Аллаһ ең дұрысын біледі.

Қайрат ЖОЛДЫБАЙ

ВОСТОЧНО-ТИБЕТСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР «ЖАС-АЙ»

Генеральный директор – ЖАСАН ЗЕКЕЙУЛЫ
Доктор медицинских наук, профессор,
Академик Международной Академии иглотерапии,
Академик Международной Академии Творчества
Диагностика и профессиональное лечение следую-
щих заболеваний:

- **Болезни нервной системы:**
сотрясение головного мозга, невралгия, неврит, невроз, мигрень, внутричерепное давление, инсульт, защемление нервов, радикулит, грыжа и протрузия межпозвоночных дисков, остеохондроз, афазия, заикания.
- **Болезни сердечно-сосудистой системы:**
порок сердца миокардит, инфаркт миокарда, гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, вегето-сосудистая дистония, кардиосклероз, нарушение ритма сердца, тромбоз, варикозное расширение вен, постинфарктный кардиосклероз.
- **Болезни желудочно-кишечного тракта:**
гастрит, гастралгия, гастроптоз, язва желудка и двенадцатиперстной кишки, холецистит, колит, геморрой, панкреатит, дискинезия желчевыводящих путей, запоры, гастродуоденит.
- **Болезни мочеполовой системы:**
энурез, опущение почек, пиелонефрит, цистит, простатит, импотенция, обрезание (новые методы), паховая грыжа.
- **Заболевания женской половой сферы:**
олигоменорея, дисменорея, киста яичников, миома матки, спайки, мастопатия, бесплодие, клинический синдром, аднексит.
- **Болезни суставов:**
артрит, полиартрит, артроз, деформирующий остеоартрит.
- **Болезни дыхательной системы:**
бронхиальная астма, бронхит, аллергический ринит, гайморит, пневмония, аллергический бронхит.
- **Кожные заболевания:**
витилиго, псориаз, угревая сыпь, дерматиты, нейродермиты, грибок, экзема, облысение.
- **Эндокринные заболевания:**
сахарный диабет, болезни щитовидной железы (зоб), ожирение.
Глазные болезни: глаукома, катаракта, блефарит, миопия
- **А также:**
от табакокурения, алкоголизм, снижение слуха.
- **Лечение проводится комплексным методом тибетской медицины:**
пульсодиагностика, контактный точечный массаж, иглотерапия, цигун новыми китайскими аппаратами «хассы», «зывишин» и «каудиян» аппарат ТМ400 для лечения грыжи и протрузии межпозвоночных дисков.

Время приема:

с 9.00 до 14.00 и с 15.00 до 18.30,
в субботу – до 14.00 часов.
Выходной день: воскресенье.

1. Проспект аль-Фараби уг.
ул.Розыбакиева, Витебская, №42
Тел./факс: 8 (727) 390-19-19, 293-37-09
2. Адрес: г.Алматы, 5 мкр, дом 23а, оф. 1, пр.Абая
ул. ул. Отеген батыра
Тел./факс: 226-07-26, факс 226-06-99.



Республикалық Шығыс-Тибет медициналық ақпараттық журналы

АҚЫЛДАСТАР АЛҚАСЫ:

Мұрат ЖҰРЫНҰЛЫ, ҚР ҰҒА президенті,
ҚР Премьер-министрінің кеңесшісі
Айқан АҚАНОВ, С. Асфендияров атындағы Қазақ ұлттық
медицина университетінің ректоры, профессор
Сұлтан ЖАНБОЛАТ, жазушы, ҚХР Халық
құрылтайының өкілі, профессор
Аман НҰРМАҚОВ, медицина ғылымдарының докторы,
профессор
Төлебай РАҚЫПБЕКОВ, медицина ғылымдарының док-
торы, профессор, Семей мемлекеттік медицина
университетінің ректоры
Зиядан ҚОЖАЛЫМОВ, ҚР Емшілер
Қауымдастығының бас төрағасы
Қайрат ҚҰЛ-МҰХАММЕД, ақын,
халықаралық жыр мүшәйраларының жүлдегері

Редакция ұжымы:

Директор - Бас редактор
Жасан ЗЕКЕЙУЛЫ,
ҚР Денсаулық сақтау ісінің үздігі, профессор, академик

Бас редактордың орынбасары

Біләл ҚУАНЫШ,
Гүлия ӘЛИХАНҚЫЗЫ,
педагогика ғылымдарының кандидаты, доцент

Жауапты редактор

Мамырбек ТӨКЕШ

Тілшілер

Жанна АБАЙҚЫЗЫ
Ирина СОВЕТЖАНҚЫЗЫ
Айжан БАҚЫТБЕКҚЫЗЫ
Құралай ОМАР

Беттеуші

Нұржан МӘДЕЛХАН

Корректор

Құралай БОЛАТХАНҚЫЗЫ

Таралымы – 5000 дана

Журнал Қазақстан Республикасының Мәдениет және ақпарат министрлігінде
12.12.2008 жылы тіркеліп, № 9751 - Ж куәлігі берілді.
Редакция келісімінсіз журналда жарияланған материалдарды көшіріп басуға
болмайды. Автордың пікірі редакция көзқарасын
білдірмейді.

Журнал «Dostar Media Group» баспаханасында басылды.
Алматы қаласы, Яссауи көшесі №1 б

(Журналда пайдаланылған суреттер галамтордан алынды)

Редакцияның мекенжайы:
Алматы қ., 5-ықшамаудан, 23 А үйі, 1-кеңсе
Телефон: 8(727) 2 27 38 90
e-mail: zhasai_67@mail.ru
<http://www.jasai.kz>

Құрметті оқырман!

«Жас-Ай» Шығыс-тибет медициналық ақпараттық журналына жазылу жүріп жатыр.

Жазылу бағасы:

Индекс	Мерзімі	Алматы	Аймақ/Қала	Аудан/ауыл
74192	6 ай 12 ай	657,09 1314,18	681,78 1363,56	691,23 1382,46

«Қазпошта» АҚ-ның барлық бөлімшесінде жазылуға болады.

