

Адамның саулығы - қоғамның байлығы

Денсаулық

Республикалық ақпараттық - танымдық басылым

сыры



№5 (90) 19 мамыр (бейсенбі) 2016 жыл

densaulyk.syry.13@mail.ru

АКАДЕМИККЕ ҚҰРМЕТ КӨРСЕТІЛДІ

ҚР Ұлттық ғылым Академиясының академигі, физика-математика ғылымдарының докторы жерлесіміз Асқар Жұмаділдаев асқаралы 60 жасқа толды. Осынау мерейтойына орай кеше ғалымды облыс әкімі Қырымбек Көшербаев қабылдап, құрмет көрсетті.

—Еліміз үшін аянбай еңбек етіп, өзінің адалдығымен, парасаттылығымен халықтың оң назарында жүрген азаматтарға сыр бойы кенде емес. Біз сол азаматтарға лайықты құрмет көрсетіп, ғибратты ғұмырын жастарға өнеге етуді дәстүрге айналдырдық. Осындай нар тұлғалы азаматтарымыздың бірі де бірегейі Мәскеу мемлекеттік университетінің механика-математика факультетін қызыл дипломмен бітірген, оқып жүріп лениндік стипендиясының иегері болған, бүгінде ҚР Ұлттық ғылым Академиясының академигі, физика-математика ғылымдарының докторы, Қазақстан-Британ техникалық университетінің профессоры, жерлесіміз Асқар Серкұлұлы Жұмаділдаев 60 жасқа толып отыр. Құрметті Асқар Серкұлұлы, бүгінгі айтулы белесеңіз құтты болсын, Сіздің қазақ ғылымына, математика ғылымына қосқаныңыздан қосарыңыз әлі көп деп ойлаймыз, сондықтан жасыңызға жас қосыла берсін, — деп жылы лебізін жеткізіп, ақ тілегін арнаған аймақ басшысы ғалымға облыстың құрмет грамотасын табыстап, иығына шапан жапты, естелік сыйлық пен гүл шоғын ұсынды.

Асқар Жұмаділдаевтің есімі қазақстандық және алыс-жақын шетелдік зиялы қауымға кеңінен танымал. Ғалым 1980 жылдан бері ҚР Ұлттық ғылым Академиясы математика институтында жұмыс істеп келеді. 1995-2003 жылдары Еуропаның әртүрлі ғылыми-зерттеу орталықтары мен университеттерінде еңбек етті. Соның ішінде Париждің жоғары зерттеу институтында, Макс Планк институтында(Бонн, Алмания), халықаралық теориялық физика орталығында (Триест, Италия), сонымен қатар Мюнхен, Билефельд, Киото, Стокгольм университеттерінде дәріс оқыды. 2004-2006 жылы студенттер арасында жүргізілген сауалнама барысында Асқар Серкұлұлы Қазақстан-Британ техникалық университетінің ең үздік профессоры атанды.

Асқар Жұмаділдаев республикалық математикалық олимпиадалардың төрешілер төрағасы, математика бойынша Жәутіков олимпиадасының төрешілер төрағасы және «ИНТЕЛ» корпорациясының ғылыми жобалар конкурсының төрешілер мүшесі. Сондай-ақ, ғалым ҚР Мемлекеттік сыйлығының лауреаты, Сорос қорының екі рет, ИНТАС қорының үш рет, Жапонның ғылым мен технологияны қолдау қорының және Швеция Корольдік Ғылым Академиясының гранттарын алған. 2012 жылы Иран Ислам республикасының әл-Хорезм атындағы 25-халықаралық премиясының лауреаты.

Салтанатты қабылдауда Асқар Серкұлұлымен тығыз шығармашылық байланыста жұмыс жүргізіп келе жатқан әріптесі, физика-математика ғылымдарының кандидаты, «Өрлеу» біліктілігін арттыру Ұлттық орталығы АҚ-ның Қызылорда облысы бойынша филиалы педагогикалық қызметшілердің біліктілігін арттыру институтының директоры Бауыржан Елеусінов сөз алып, ғалымның азаматтық тұлғасы, ғылымдағы үлесі туралы кеңінен әңгімеледі.

Жылы жүздесуде мерейтой иесі де сөз алып, құрметке бөлеп, ілтифат білдіріп жатқан жерлестеріне алғысын айтты.

—Менің алпыс жасымды ескеріп, құрметтеп жатқандарыңызға көп рахмет. Мен қай жерде жүрсем де менің екі Отаным бар деп айтып жүремін. Оның біріншісі, туған жерім, яғни, Сыр елі болса, екіншісі, ғылымды игеруіме, ғалым болуыма себтігін тигізген Мәскеу. Мәскеуде оқымасам, білім алмасам дәл қазір бұлай сіздердің алдарыңызда құрметке бөленіп отырмас едім. Сондықтан қайда жүрсем де Отанымның, туған жерімнің гүлденгенін қалаймын. Соңғы жылдары Қызылордаға жыл сайын келемін. Келген сайын мұндағы жаңалықтарды көріп қуанып қаламын. Қала көркейген, көшелер жасанған. Бұрын Сыр елін жырдың елі, күріш қала дейтін едік мен қазір құрыш қала дегенді қосып айтамын. Өйткені, соңғы кезде қалада құрылыстың қарқынды жүргізіліп жатқаны сырт көзге бірден байқалады. Осыны жасап жатқан азаматтар аман болсын, еліміз аман болсын,— деді Асқар Серкұлұлы.

Салтанатты жиынды қорытқан облыс әкімі соңғы жылдары өңірде атқарылып жатқан ауқымды істерді айтып өтті, әсіресе, құрылыс саласындағы толайым тірліктерге тоқталып, білім саласындағы шаруаларды саралады және мұндай жұмыстар алдағы уақаттарда да өзінің қарқынды жалғасын табатынын жеткізді.

Айнұр БАТТАЛОВА.

МЕЙІРБИКЕЛЕРДІҢ МЕРЕЙІ ТАСЫҒАН КҮН

12 мамыр – халықаралық мейірбикелер күні. Осыған байланысты Достық үйінде облыстық денсаулық сақтау басқармасының ұйымдастыруымен салтанатты шара өтті.

Шарада облыстық денсаулық сақтау басқармасының басшысы Ақмарал Әлназарова орта буын қызметкерлерін құттықтап жылы лебізін жеткізді.

Жалпы, атаулы дата 1971 жылдан бері ресми түрде аталып келеді. Бұл мереке медбике ісінің негізін салушы, қырым соғысы кезінде алғаш болып мейірбикелер қызметін ұйымдастырған ағылшын медбикесі Флорнес Найтингелдің құрметіне аталған. Халықаралық Медбикелер кеңесі осы даңқты әйелді мәңгілік есте қалдыру мақсатында 12 мамырды – Халықаралық мейірбикелер күні деп қабылдады. Қазақстанда бұл күн ел тәуелсіздігін алғаннан кейін ресми түрде аталып өтілуде.

Салтанатты шарада қызметінде озық, белсенді деген 45 медбикеге облыс әкімі орынбасарының және басқарма басшысының «Алғыс хаты» табысталса, Алматыдағы «Денсаулық» сауықтыру орталығына 5 тегін жолдама берілді және «Сыр медицинасы» үздігі медалімен 2 мейірбике марапатталды. Сондай-ақ, жиынға қатысушылардың барлығына гүл шоқтары табысталып, белгілі әнші Құдайберген Бекішовтің концертіне тегін билет үлестірілді.

Қазіргі уақытта, облыстың денсаулық сақтау саласының 80 пайызын құрайтын мейірбикелерге жүктелетін міндет те, қойылатын талап та жоғары болуда. Аймақтың медициналық ұйымдарында 8199 мейірбике тұрғындарға медициналық қызмет көрсетсе, бұл 10 мың тұрғынға шаққанда 107 –ні құрайды. 3563 орта буын қызметкерінің немесе 43,4 пайызының санаттылығы бар.

Мерекелік шара соңы концерттік бағдарламаға ұласты.

БАРЛЫБЕК БАТЫР.

5 жылда ағзаларды транспланттау үшін донорлар мен реципиенттердің сәйкестігі бойынша 536 зерттеу жүргізілді

Вaq.kz - 5 жылда ТҒӨО Тіндік типтеу зертханасында ағзаларды транспланттау үшін донорлар мен реципиенттердің сәйкестігі бойынша 536 зерттеу жүргізілді. Бұл туралы министрліктің баспасөз қызметі ақпарат таратты. Трансфузиология ғылыми-өндірістік орталығында 2011 жылы құрылған Тіндік типтеу зертханасында донор мен реципиенттің үйлесімділігін анықтау бойынша 536 зерттеу жүргізілді. Бұл 383 ағзаны ауыстырып отырғызу бойынша ота мен 153 сүйек кемігін ауыстырып отырғызу оталарын сәтті жасауға мүмкіндік берді. Транспланттауды күтіп жүрген пациенттер базасы мен гемопоэздік дің жасушалары донорларының тізімі жасалды. Аталған зертханада өткізілетін транспланттаулар аясында сезімталдық (үйлесімділік) деңгейін анықтау үшін донорлар мен реципиенттерді типтеу бойынша барлық зерттеу кешені жүзеге асырылады. Бүгінгі таңда гемопоэздік дің жасушалары донорларының тізіміне 3,5 мыңнан астам типтелген донорлар енгізілді. Сонымен қатар, 2015 жылы Алматы қаласындағы Республикалық қан орталығында республиканың оңтүстік аймақтары мен еліміздің ірі қалаларында ағзалардың транспланттауын зертханалық сүйемелдеу мақсатында иммунологиялық типтеу зертханасы құрылды, 2015 жылы алматылық емханаларда барлығы 118 трансплантация, оның ішінде мәйіттік донорлардан 18 ота жасалды.

У частного нотариуса г. Кызылорды Бердалиевой М.К. открыто наследственное дело на имущество Скрипченко Евгений Викторович, умершего 31.12.2015 г.

Разыскивается его наследники.

Обращаться к нотариусу Бердалиевой М.К. по адресу г.Кызылорда мкр.Шугыла дом №25, кв №81,82 . тел:20-15-81.

**ТЕРРОРИЗМ ЖӘНЕ ДІНИ ЭКСТРЕМИЗММЕН
КҮРЕСКЕ АРНАЛДЫ**

Жуырда «Облыстық және аудандық терроризмге қарсы комиссия аппараттарының жұмысын жүргізу, терроризмнің алдын алу және оның салдарын барынша азайту» тақырыбында семинар-сабақ өтті. Семинар республикалық деңгейдегі арнайы мамандардың шақыртылуымен екі күн бойы жүргізілді. Шараға облыстық және аудандық ішкі саясат бөлімдерінің басшылары мен тиісті мамандар қатысты. Жалпы, облыстық деңгейде террорға қарсы жұмыстарды ұйымдастыру және жүргізу мақсатында арнайы қаулы қабылданып, соған сәйкес облыс әкімдігі жанынан терроризмге қарсы комиссия құрылса, ағымдағы жылы террорға қарсы комиссия аппараттарының жұмысын үйлестіру міндеттемесі облыстық жұмылдыру басқармасына жүктелген болатын. Терроризмге қарсы комиссия аппараттарының міндеті комиссия жұмысын ұйымдастырып, өңіріміздегі өзекті мәселелерді комиссия отырыстарында қарап, нақты және тиімді шешімдерін табуына ықпал ету, үйлестіру болып табылады. Шараның алғашқы күні ҚР Ұлттық Қауіпсіздік комитеті академиясының терроризмге қарсы дайындық кафедрасының оқытушысы, ҰҚ майоры Бауыржан Әбибуллаев терроризмге қарсы комиссия аппараттарының жұмысы, жұмысты жүргізу барысында туындайтын мәселелер туралы дәріс оқыды. Дәріс барысында Бауыржан Абдуллаұлы терроризм деген не, оның түрлері, ұлттық қауіпсіздікті қамтамасыз етуде қойылатын негізгі талаптарға кеңінен тоқталып, қатысушылардың сұрақтарына тұщымды жауап берді. Ой-пікірлер ортаға салынды. Ел аумағында күннен күнге саны артып келе жатқан дәстүрлі емес, жат ағымдағы діни көзқарасты ұстанушылармен күрес терроризмге қарсы комиссия жұмысының ажырамас бір бөлігі болып табылатыны белгілі. Семинар-сабақтың екінші күні тақырыбы діни экстремизммен күреске арналды.

Сәләфит, басқа да жат ағымдарды ұстанушылармен жүргізілетін жұмыстардың ерекшелігі жайында ҚР Мәдениет және спорт министрлігі дін істері комитетінің Астана қаласындағы «Ақниет» ақпараттық-насихаттық және оңалту орталығы» ҚҚ директоры Әділ Шауметов дәріс оқыды. Сабақ барысында қатысушылар өздерін ойландырған сұрақтарын қойып, пікірлерімен бөлісті.

Айнұр БАТТАЛОВА.

Араның шаққаны да шипа

Сізді өміріңізде бір рет болсын ара шағып көріп пе еді? Сол сәттегі күйіңізді еске түсіргіңіз келмейтін болар. Айтқымыз келгені, ара шақса қуаныңыз. Себебі оның шаққаны да – шипа. Араны шақтыру арқылы емдеу медицинада апитерапия деп аталады. Ең алғашқы апитерапиялық клиника Мәскеуде Михаил Миронович Френкельдің бастауымен ашылды. Ал біздің елде кейінгі жылдары ғана қолға алына бастады. Мамандардың айтуынша араның уымен емделу арқылы көптеген ауру түрлерінен айығуға болады. Араның бізгеі негізінен жүйке жүйесі, жүрек қан-тамырлары ауруларыкезінде қолданылады. Бірақ бұл емді ауру асқынбай тұрып алу керек. Сонымен қатар, инсульт алған адамдар, препараттар көмектеспеген жандар осы емге жүгінеді. Араның улы болатынын әрқашан есте ұстау керек. Процедура кезінде қолайсыздықтар тумас үшін адамдар медициналық тексеруден өтіп келуі керек. Әсіресе қан көрсеткішіне назар аударылады. Алғашында 5 секундтай ғана шақтырып аллергиясы бар жоғы бақыланады. Ал арамен емдеу курсы оның санына тәуелді. Ең азы 30 арадан бастап, 70, 150 араға дейін шақтырып дертке шипа табуға болады. Тек ескеретін жайт, бір күнде 12 арадан артық шақтыруға болмайды. Мөлшері тым көп болса уланып қалу қаупі бар. Сол себепті де тікелей маманның бақылауымен жүзеге асады. Араның бізгегін алып қарасақ тармақтың басында оның уына толы қалташа бар. Бұл қалташаның іші 30 минутта босайды, яғни ара шаққаннан кейін тінді адам денесінде қалташа бос қалғанша 30 минут ұстауға болады деген сөз. Бұл жәндіктің арқасында емделіп жүрсеңіз мамандар тарапынан ұсынылатын мына кеңестерді естен шығармаңыз:

- уақытымен тамақтану;
- ем-шараға ашқарында келуге болмайды;
- аллергиялық реакциялар тудыратын тағамдардан бас тарту керек;
- цитрусты жемістер, шоколад, қою шай мен кофе, ішімдік ішуге тыйым салынады;
- бал жеуге рұқсат.

Бұл жәндіктің өте еңбеккор екенін білеміз. 100 гр бал жинау үшін бір ара 46 мың км ұша алады. Осындай жедел жұмысқа үйренген олар өз өмірін 5-6 есе ұзартуға қабілетті. Адамның да ұзақ жасауына ықпалы бар бұл жәндік шағып алса шошымаңыз, тек шипалы болсын деңіз.

Медицина жаңалықтары**Елімізде 14 жасқа дейінгі балалардың темекі тартуы жиілеп отыр**

Вaq.kz - Елімізде 14 жасқа дейінгі балалардың темекі тартуы жиілеп отыр. Ресми статистикалық мәліметтерге сәйкес, Қазақстан бойынша темекі тартатын 160-тан астам жасөспірім тіркелген, олардың 17-сі - 14 жасқа дейінгі балалар. Бұл туралы бүгін шылым шегу мәселелеріне арналан дөңгелек үстелде Астана қаласы бойынша медициналық-әлеуметтік сауықтыру орталығы бас дәрігерінің орынбасары Гауһар Бектаева айтты, деп хабарлайды Вaq.kz. "Бүгінде темекі шегу мәселесі аса өзекті. Бірақ қоғам никотин тұтынуды қалыпты жағдай секілді қабылдайды. Жыл сайын шылым шегетін адамдардың саны артып келеді, олар никотинге тәуелді", - дейді Г.Бектаева. Статистикалық мәліметтерге сүйенсек, Астана қаласы бойынша темекі тартатын 70 кәмелеттік жасқа толмаған жас тіркелген. Олардың 11-і - 14 жасқа дейінгі балалар. Жалпы, Қазақстан бойынша 161 жасөспірім никотинге тәуелді, олардың ішінде 14 жасқа дейінгі 17 бала бар. "Бұл тек ресми тіркелгендер ғана. Осы мәселе қазір өткір тұр, десек те, оны шешуге ешкім, тіпті шылым шегетін адамның өзі де асығар емес. Қазіргі уақытта жастар арасында темекі тарту сәнге айналған. Бұл зиянды әдетке әуес қыздардың саны артып келеді. Бүгінгі күні темекіні кез келген дүкеннен сатып алуға болады. Елімізде жасөспірімдерге шылым сатуға тыйым салу бойынша шаралар қабылданып-ақ жатыр. Дегенмен, кәмелеттік жасқа толмағандардың емін-еркін темекі тартып жүргенін көріп жүрміз. Шылыммен қоймай жастар насыбай да тартады", - дейді Астана қаласы бойынша медициналық-әлеуметтік сауықтыру орталығы бас дәрігерінің орынбасары.

Қазақстанда Альцгеймер ауруына нақты диагноз қойылмайды

Вaq.kz - Қазақстандық ғалымдар елімізде Альцгеймер ауруына нақты диагноз қойылмайтындығына алаңдаушылық білдіріп отыр. Әрі олар емі жоқ аурудың пайда болу себептерінің жаңа жолдарын анықтаған. Алдағы уақытта олар бұл мәселенің анық-қанығын білуді жоспарлап отыр. Бұл туралы «Регенеративті медицина және сапалы ұзақ өмір сүру» атты IV Халықаралық ғылыми конференцияда Назарбаев университетінің Биоинженерия және регенерациялық медицина зертханасының ғылыми жетекшісі Шолпан Асқарова мәлім етті, деп хабарлайды Bnews.kz тілшісі.

«Біз невролог дәрігерлермен біріге отырып, Альцгеймер ауруына диагноз қою бойынша пилоттық зерттеу жұмысын бастадық. Бүгінгі күні Қазақстанда ресми түрде бұл ауруға нақты диагноз қойылмайды. Оны басқаша атайды. Біз осы ауру бойынша диагностиканы жетілдіруді және эпидемиологиялық зерттеу жұмысын жүргізуді жоспарлап отырмыз. Біз бұл мәселенің Қазақстан үшін қаншалықты дәрежеде маңызды екенін білгіміз келеді. Себебі, қазіргі таңда әлем үшін бұл проблема өте өзекті. Статистика бойынша, 65 жастағы адамдардың 10%-ы, ал 80 жастағы азаматтардың 40%-ы деменциямен (ақыл-есі кем – ред.) ауырады. Сондықтан бізде бұл проблема жабулы күйінде қалып отыр. Біз бұл мәселені көтергіміз келеді», - дейді ғалым. Сонымен қатар, Шолпан Асқарова Альцгеймер ауруына қатысты тың ақпараттарды жариялағандығын атап өтті. Әрі ол алдағы уақытта ғалымдардың АҚШ мемлекеті ұсынатын грантқа үмітті екендігін айтты. «Біз Қазақстандағы Альцгеймер ауруымен айналысатын жалғыз топпыз. Бұл бағытта медицина үшін айтарлықтай ештеңе ұсына алмаймыз. Алайда, біз осы аурудың даму жолдарын көрсететін жаңа аспектілерін анықтап отырмыз. Біз осы тақырыпта 5-6 беделді журналда өз монографиямызды жарияладық. Алдағы уақытта АҚШ-тың Альцгеймер қауымдастығы ұсынатын грантқа өтінім бердік. Біз осы грантты ұтып аламыз деп үміттеніп отырмыз», - дейді Ш.Асқарова.

Ғалымдар сынықтың жазылуын тездететін дәрі ойлап тапты

Вaq.kz - Назарбаев Университетінің ғалымдары медицина саласында жаңа өнімдер ойлап тапты. Оның бірі – «ақылды» полимер. Ол сынған сүйектің жазылуын жеделтеді. Ал екінші өнім – «ақылды» таңғыш. Бұл өнімді күйік шалғанда және ойық жара пайда болғанда пайдалануға болады. Бұл туралы «Регенеративті медицина және сапалы ұзақ өмір сүру» атты IV Халықаралық ғылыми конференцияда аталған университеттің Биоинженерия және регенерациялық медицина зертханасының ғылыми жетекшісі Шолпан Асқарова мәлім етті, деп хабарлайды Bnews.kz тілшісі.

«Біз адам сүйегі сынған кезде жазылуды тездететін жүйені ойлап таптық. Яғни, біздің ғалымдар Питтсбург Университетімен бірігіп, «ақылды» полимерді құрастырды. Ол адам ағзасындағы дінгек және сүйек жасушаларын біріктіреді. Зертханалық тышқандарға жасаған зерттеу жұмысының қорытындысы бойынша, осы полимерді қолданғаннан кейін сынған сүйектің жазылу жылдамдығы 30%-ға артқан. Қазіргі таңда біз клиникалық зерттеу алды сатысында тұрмыз. Алдағы уақытта біз жасаған «ақылды» полимердің қаншалықты деңгейде қауіпсіз екенін анықтауымыз қажет. Егер зерттеу нәтижесі сәтті шықса, ғалымдар клиникалық зерттеу жұмысын жүргізеді», - дейді ол. Сондай-ақ, Шолпан Асқарова отандық ғалымдар бұл жетістікпен тоқталып қалмай, жаңа медициналық өнімді құрастырып жатқандығын баса айтты. «Әрі біз «ақылды» таңғышты жасап жатырмыз. Бұл таңғыш гельден жасалады. Яғни, бұл зат сұйық күйде болады. Кейін сұйық гель теріге жағылған кезде ол қатып қалады. Бұл әдіс күйік шалған кезде және ойық жараны емдеуге (язва) пайдаланылады. Бұл өнімдер клиникалық зерттеу алды сатысында тұр. Алдағы жылдары бұл өнімдерді Қазақстанда шығаруды жоспарлап отырмыз», - дейді ғалым. Айта кетейік, Назарбаев Университетінде National Laboratory Astana-ның бастауымен «Регенеративті медицина және сапалы ұзақ өмір сүру» атты IV Халықаралық ғылыми конференция өтіп жатыр. Жиын екі күнге созылады.



Шаңнан болатын аллергияның алдын алу

Үйді тазалағанда, шаңсорғыш пайдаланғанда, үй жануарлары жақындағанда олардың шаңы адамды аллергия дертіне шалдыртады. Әрине, шаңнан аллергиясы бар жандар үшін бұл өте таныс жағдай. Тері мен көз қызаруы, дененің қышуы, мұрыннан су ағу сол секілді аллергиядан туындайтын жағдайлар ыңғайсыздық тудырады. Сондықтан аллергияның қай түрі болмасын оның ешкімге ұнамайтыны белгілі. Ал шаңнан болатын аллергияның алдын алуға болады. Ол үшін кейбір жайттарды есте ұстасаңыз болғаны.

Үй жағдайында ескеретін жағдайлар

- Кілемнің орнына қылшық жүннен жасалған кілемшелерді пайдаланыңыз. Алашалар да осындай материалдан болғаны жөн.
- Өнезделген саңырауқұлақтар (плесневой грибок) мен жәндіктерге тығылатын орын қалмасын.
- Жұмсақ ойыншықтарға шаң өте жабысқыш келеді. Егер сізді аллергия жиі мазаласа мұндай ойыншықтарды мүлде үйге қоймаңыз.
- Жиһаздардың көннен (кожа) болғаны жақсы. Олар шаңды аз жинайды.
- Құс жастық, көрпе мен көрпеше, синтетикалық жамылғыларды күн көзіне жиі жайып тұрыңыз.
- Шай ағашының майы үйді залалсыздандыруға таптырмас қорғаныш. Бір шелек суға 50 тамшы май тамызып, еден, жиһаздар, терезе жақтауларын сүртіңіз.

Шаңнан болатын аллергиядан дәрілік шөптер арқылы да арылуға болады.

Ол үшін:

- 5 ас қасық толғақшөп (золототысячник);
- 4 ас қасық шайшөп (камелия);
- 3 ас қасық бақбақ тамыры;
- 2 ас қасық дала қырықбуыны;
- 1 ас қасық жүгері шашағы;
- 1 ас қасық түймедақ;
- 2 ас қасық ұнтақталған итмұрын жемісі керек. Бақбақ тамыры мен итмұрынды еттартқыштан өткізеді де қалған шөптердің жиынтығын қосып барлығын араластырады. Осы қоспаның 1 ас қасығына 1 стакан салқын су құйып түнімен қояды. Таңертең баяу отқа қояды (толық қайнатпайды). Сыртын жақсылап орап, 4 сағаттан соң сүзгіден өткізіп пайдалануға болады. Күніне астан бұрын 1 стаканнан ішіп отырады. Тоңазытқышта тұнбаны сақтауға болады. Алайда алғашқы күндері тері өте қышиды. Ол кезде меновазин сұйықтығын жағуға болады. Ал 1 айдан соң нәтижесі көрінеді. Емді 6 ай жалғастыру керек. Ем уақытында спиртті ішімдіктерді (су, квас, сыра, шарап, арақ), қуырылған тағамдарды мүлдем қолдануға болмайды. Сонымен қатар, аллергия кезінде балық, ірімшік, шұжық, кептірілген тағамдар, көкөністерді жеуді шектеген дұрыс.

Қара зеренің емдік қасиеті

Қара зере (кмин) – адам ағзасын қалыпқа келтіріп, иммунитетті көтеріп, тердің тез шығарып, ыстықты түсіретін емдік қасиеті мол өсімдік. Сонымен қатар, қан қысымын төмендетіп, қатерлі ісік ауруларының алдын алады және емізулі баласы бар аналардың сүтін көбейтіп, гармондар дұрыс бөлінуін реттейтін қасиетке ие. Қара зеренің вирусқа, қабынуға, түрлі бактерияларға қарсы және іштегі құрттарды түсіретін, зәр айдайтын қасиеттері де айтарлықтай. Емдік өсімдіктен жасалған дәрілерді жүкті әйелдерге және ағзадағы мүшені (бүйректі немесе өтті) алып тастаған жағдайда қабылдауға болмайды. Назарларыңызға қара зеренің емдік қасиеттері жөнінде ақпарат ұсынамыз.

Халықтық медицина қара зереден дайындалған қоспалар арқылы түрлі дертен айығуға болатынын айтады. Мәселен:

- Бронхит, демікпе, жөтел ауруларынан айығу үшін қара зире майына (1/5) зәйтүн майын қосып араластырады да, осы қоспамен көкіректі майлайды және күніне бір мезгіл қара зере майымен ауыз қуысын булайды.
- Қан қысымы қатты көтерілгенде 1 шай қасық қара зере дәнін 1 стакан шайға қосып араласырып ішеді. Содан кейін самай мен мойынды зере майымен майлайды.
- Бас ауырғанда ұнтақталған қара зере мен бәден дәнін (анис) және қалампыр (гвоздика) гүлін теңдей мөлшерде араластырып, дайын қоспадан күніге таңертең және кешкісін 1 шай қасығын қайнаған сумен қосып қабылдайды. Тағы бір тәсіл – қара зерені ұнтақтап 1 шай қасығын 3 ас қасық зәйтүн майымен араластырады. Содан соң сүзгіден өткізіп, мұрын қуысына тамызады.
- Сүйек қақсап ауырғанда 1 дана пиязды үккіштен өткізіп қайнатады да, 1 шай қасық қара зере майымен араластырады. Қоспаны күніге 2 мезгіл қабылдайды. Ауырған жерге өсімдік майын жағады.
- Асқазан жарасында 10 тамшы қара зере майын 1 стакан бал мен 1 ас қасық кептіріп ұнтақталған анар қабығымен жақсылап араластырады. Дайын қоспаны күніне аш қарынға 1 шай қасықтан 1 стакан сүтпен қосып ішеді. Емдік курсты 2 ай қабылдайды.
- Ішек құрты ауруынан айығу үшін 1 шай қасық қара зере мен үккіштен өткізілген 3 тал сарымсақ және 1 ащы қызыл бұрыш, ұнтақталған 10 дана асқабақ дәнегімен араластырып, үстінен 1 шай қасық зәйтүн майын құйып араластыруды жалғастырады. Дайын қоспаны ұйықтар алдында жеп жатады да, таңертең асқөк тұнбасы немесе қайнатпасынан 1-2 ұрттам ішеді. Қара зере мен алма сіркесуын араластырып ішке жағады.
- Артрит ауруына күніге таңертең және кешкі астан 25 минут бұрын 1 шай қасық қара зере майын ішеді. Артынша ½ стакан суға 1 ас қасық балды араластырып ішу керек.
- Тері ауруларында күніне 2-3 мезгіл 1 шай қасық қара зере майын қабылдайды. Ал теріге 1,5 шай қасық қара зере майын 1 шай қасық зәйтүн майымен араластырып жағады да 1 сағаттан соң сабындап жуады.
- Құлақ ауруында 1-2 тамшы жылы қара зере майын құлаққа тамызады.
- Жүрек қысылып ауырғанда 1 стакан ыстық сүтке 3 тамшы қара зере майын және 1 шай қасық бал қосып араластырып ішеді.
- Есте сақтау қабілетін жақсарту үшін 1 шай қасық жалбызды 1 стакан суға салып бір қайнатады да сүзгіден өткізіп, 1 шай қасық бал және 7 тамшы қара зере майын тамызып араластырады. Дайын қоспаны күніге 1 мезгіл ішеді.

Сүліктің емдік қасиеті

Сүлікпен емдеу әдісі көптеген жылдар бойына қолданылып келеді. Бұл жәндікті ем ретінде б.з.д. 2 ғасырда пайдалғандығы жайлы жазылған. Мұндай емді гирудотерапия деп атаған. Бұл термин латын тілінің "hirudina" деген сөзінен аударылғанда "сүлік" дегенді білдіреді. Қазіргі таңда сүліктердің 400-ге тарта түрі бар. Алайда олардың ішіндегі медицина сүлігі ғана емге пайдаланылады. Сүлікпен емдеу тәсілі заманауи емдеу тәсілдерінің ішінде бірінші деңгейден орын алады. Оның адам ағзасына әсері барлық деңгейде көрінеді. Мәселен, рухани, жігерлілік, психологиялық, физиологиялық, биохимиялық т.б. Назарларыңызға сүліктің емдік қасиеті жөнінде ақпарат ұсынамыз.

Мамандардың анықтауынша, адамнан қан алу қандағы плазма құрамындағы лимфоциттердің мөлшерін өзгертеді. Ал сүлік сілекейінде 40-қа жуық ферменттер бар. Бұл ферменттер адам ағзасындағы қанның, жасушалардың, лимфалардың микроцеркуляциясын жақсартып, қалпына келтіреді. Нәтижесінде қан қысымы бір қалыпқа түсіп, мүшелердің ісуі басылып, аурулар басылып, ишемия дерті емделеді. Ең бастысы адам ағзасындағы барлық қан айналым жүйесінің жұмысы қалыпқа түседі. Ем қабылдау сүйек, бұлшық еттер және буындарға оң әсерін тигізеді. Сүлікпен емдеудің арқасында қанның ұйығаны тарқап, зарарсыз ісіктер жазылып, иммунитет көтеріліп, зат алмасу процесі жақсарады. Сонымен қатар бұл жәндікпен емдеу адам ағзасындағы энергетиканы қалыпқа түсіріп, көңіл-күйді көтеріп, ашушаңдықты басып, күйзелістен шығарып, ішкі қорқынышты басады. Жұмысқа деген қабілеттілігін ашып, жыныс жолдарының жұмысын жақсартады.

Сүлік сілекейі құрамында адам ағзасына пайдалы көптеген элементтер бар. Яғни сілекейі қанға микроцеркуляцияны арттырып, нәтижесінде ткандарды оттеппен және пайдалы элементтермен толықтырады. Сүлікпен ем қабылдау физиологиялық және психологиялық көзқарас тұрғысынан



қарасаң өте нәтижелі. Себебі олар табиғи, ауыртпайтын тірі ине болып табылады. Олар денеге жабысып шаққаннан кейін бірден ауыртпайтын фермент бөледі де ем барысында оның қадалып, жабысып тұрғандығы білінбейді. Шаққан жеріндегі тамырлар кеңейіп қан ағады. Ем барысында сүліктер бірден қанды ағызып, бірде қан құрамына түрлі ферменттерді бөліп жіберіп отырады. Медициналық сүліктер тек қана емдік ғана емес, сонымен қатар ағзаны жасартатын қасиетке ие. Сол себепті оларды косметологияда өте жиі қолданады.

Сүліктің әйел ағзасына әсері өте тиімді. Ол қанды сору кезінде күшті рефлекторлық ықпал жасап, нәтижесінде кіші жамбастағы (малый таз) қабыну және іркілу процесін тоқтатады. Жатырдың қабынбалы және созылмалы дерттерін емдеп, мастит, миома, мастопатия дерттеріне шипа. Сүлікті арнайы медициналық фабрикаларда өсіріп, таратады.

Ескерту

Медициналық сүліктің нәтижелі болу үшін дененің биологиялық белсенділігі жақсы жерлеріне қою керек.

2. Бір емге пайдаланылған сүліктерді келесі емге қолдануға болмайды. Сондықтан оларды өлтіріп тастайды.

3. Сүлікпен ем қабылдаған соң, 1-2 тәулік суға түсуге болмайды.

4. Төрттен көп сүлік пайдаланып ем қабылдаған жағдайда емделуші 1-2 күн төсек режимін сақтауы керек.



АКАДЕМИК АБЫРОЙЫ

Белгілі әдебиет зерттеушісі, академик Құлбек Сәрсенұлы Ерғөбек Пайғамбар жасы 63-ке толды.



Құрметті Құлбек Сәрсенұлы, Сізді адам өмірінің ең бір кемел белесі – 63 жасқа толған толайым қуанышыңызбен шын жүректен құттықтаймыз!

Әрбір адамның өзіне тән ғұмыр жолы, тіршілік баяны бар, бірақ еткен еңбек, көрген бейнет, татқан зейнет, алған асу, жеткен биік әркімнің өмірінде әр қилы. Оны сырт көз өздерінше бағалап та жатады. Сондағы жалпының іздейтіні біреу: ол – кісілік келбет, азаматтық тұлға. Оған – дәл осындай адами асқақ қасиетке, қанша ғұмыр кешкенімен, жеткен де бар, жетпеген де бар. Өзінің өнегелі өмір

соқпағында сыйластық пен достықтың ұлағатын ұлықтап, үлкенге құрмет, кішіге ізет болар ұлттық дәстүрлерді үкілеп келе жатқан Құлбек ағамыз азаматтық тұлғасын қалыптастырған, кісілік келбетін келістіре білген жайсаң жан.

Оңтүстік Қазақстан облысының тумасы Құлбек Сәрсенұлы 1975-1978 жылдары Қазақстан Ғылым Академиясының М.Әуезов атындағы Әдебиет және өнер институтында, республикалық Халық шығармашылық үйінде сонымен бірге С.Мұқанов мұражай-үйінде аға ғылыми қызметкер болып еңбек еткен. 1978-1990 жылдары «Лениншіл жас» (қазіргі «Жас алаш») газеті әдебиет және өнер бөлімінде тілші, ғылыми бөлімнің меңгерушісі, «Социалистік Қазақстан» (қазіргі «Егемен Қазақстан») газетінде түрлі қызметтер атқарған. 1990-1999 жылдары ҚР Ұлттық Ғылым Академиясының М.Әуезов атындағы Әдебиет және өнер институтында аға ғылыми қызметкер, бас ғылыми қызметкер, әдебиет бөлімінің меңгерушісі болған. Сондай-ақ, «Ақиқат» журналының редакторы, бөлім меңгерушісі, Алматы мемлекеттік консерваториясында аға оқытушы қызметтерін де абыроймен атқарған. Қ.А. Иасауи атындағы халықаралық қазақ-түрік университетінде доцент, профессор, «Қазақ әдебиеті», «Түрік халықтары әдебиеті» кафедраларының меңгерушісі, тарих-филология факультетінің деканы, ғылыми істер жөніндегі проректоры болып қызмет атқарған. 1999 жылдан Түркістан қаласы әкімінің орынбасары, кейінгі жылдары Халықаралық қазақ-түрік университетінің тәрбие жөніндегі вице-президенті лауазымында болды.

Құлбек Ерғөбек қай қызметте болмасын өзінің белсенділігімен, ұқыптылығымен, ұйымдастырушылық қабілетімен көзге түсе білген. Жоғары оқу орны қабырғасында жүріп шәкірт тәрбиелеу ісіне де сүбелі үлес қосқан академикті жас толқын ерекше құрмет тұтады.

Қадірлі Құлбек Сәрсенұлы! Пайғамбар жасы – 63 жасқа толған мерейлі тойыңызда өзіне денсаулық, ұзақ ғұмыр, әулетіңізге баянды бақыт тілейміз!

**Ізгі тілекпен: Академик - Кенже Абдуллаев,
Желкілдек батыр және Перзент парызы КК президенті - Жанарбек Орынбаев,**

**Алатау батыр КК президенті - Әлімхан Абжанов,
кәсіпкер - Қайрат Боранбаев,
кәсіпкер - Құнанбай Шындаулетов .**

Жүзім мен апельсин семіздіктен қорғайды

Асқа жүзім мен апельсинді жеу семіздіктен, диабет пен жүрек-қан тамыр ауруларынан қорғайды, – деп мәлімдеді британиялық ғалымдар.

Жүзімде транс-ресвератрол (Tres), ал апельсиннің құрамында гесперетин (HESP) бар. Бұл қосындылар қандағы глюкоза деңгейінің төмендеуіне ықпал жасап, инсулинге деген сезімталдылықты арттыруға және артерия жағдайын жақсартуға көмектеседі.

Аталған қосындылардың әсері 18 бен 80 жас аралығындағы артық салмақтан зардап шегетін 32 ерікті қатысқан тәжірибе кезінде анықталды. Транс-ресвератрол мен гесперетин ағзада қанттың зиянын жоятын Glo1 деп аталатын ақуыздың көбеюіне ықпалдасады, – деп жазады шетелдік БАҚ.

Реклама

ОО "Кызылординский малотоннажный нефтеперерабатывающий завод"



работающий на протяжении 15 лет, базируется в городе Кызылорда по

адресу: **улица Мустафа Шокая, дом 305.**

Завод является единственным предприятием в Кызылординской области по производству нефтепродуктов, а именно: мазут топочный марки М-100, дизельное топливо марки ДТ-Л-К2, ДТ-Е-К2 и бензин марки АИ-80. Основное направление деятельности переработка нефти и оптовые поставки нефтепродуктов применяемых в различных отраслях промышленности.

Предлагая сотрудничество, мы рассчитываем приобрести в лице корпоративного клиента. Это даст возможность оперативное приобретение качественных нефтепродуктов по выгодной цене.

Несомненное конкурентное преимущество нашей компании - это профессионализм нашего персонала, удобные подъездные авто и железнодорожные пути для реализации нефтепродуктов нашим клиентам, а также возможность оказания услуг переработки и перевалки нефти.

Услуги по переработке нефти осуществляются на собственном заводе, находящейся в Кызылординской области, по улице Мустафа Шокая, дом 305. У нас не простаивает ваш автотранспорт, завод работает круглосуточно.



Меншік иесі:
“Алтын Бесік
Кызылорда”
жауапкерлігі
штектеулі серіктестігі

Бас редактор
Гүлназ Абдраманова
Тілші
Ақтолық Нұрбаева

Газет Қазақстан
Республикасы
Байланыс және
ақпарат Министрлігі
Ақпарат және
мұрағат комитетінде
2013 жылдың
2 сәуірінде тіркеліп,
тіркеу туралы
№ 13490-Г куәлігі
берілген

Редакцияның мекен
жайы: Кызылорда
қаласы, Панфилов
көшесі, № 25 үй

индекс
65119

Телефон-факс:
23-18-00

Жекелеген
авторлардың пікірі
редакцияның көзқарасын
білдірмейді,
қолжазбалар
қайтарылмайды,
“Денсаулық сыры”
газетінде жарияланған
мақала көшіріліп
басылса,
сілтеме жасалуы
міндетті.

Газет редакцияның
компьютер орталығында
теріліп, беттелді.
“ПРИНТ”
баспаханасында
басылды.
Кызылорда қаласы,
Байтұрсынов көшесі, 49
үй
Телефон:
8 7242 27-61-62

E-mail:
densaulyk.syry.13@mail.ru

Таралымы
6000 дана
Таралу аймағы:
Қазақстан Республикасы