



«Улукман-Дарыгер» коомдук уюму алсыз топтогу жаштарга шилекей аркылуу тест өткөрөт.

ОО «Улукман Дарыгер» проводит тест по слюне для уязвимых групп.  
Дареги: Каракол шаары, Москва көчөсү № 162  
Ишеним телефондору: 5-34-17

Ответственный  
редактор бюллетеня:  
Асанбекова Д.К.

Отпечатано в типографии  
ОсОО ПИ «фирмы Дархан»  
офсетным способом.  
Тираж: 150  
Заказ № 465

Наш адрес:  
город Каракол, улица Московская 162  
Телефон: (03922) 5-34-17



soros.kg

# Улукман Дарыгер

№001 (064)  
Декабрь,  
2020г.

При поддержке Фонда Сорос-Кыргызстан

Ежемесячный медицинский бюллетень ОО «Улукман Дарыгер»

С НОВЫМ ГОДОМ!

ИСТОРИЯ

## «СЛЕЗЫ РАДОСТИ»

Таня (имя изменено) живет с престарелой свекровью и тремя маленькими детьми на квартире в г.Каракол. Из всех сил старается заработать на питание и проживание. К сожалению, никто ей в этом не помогает.

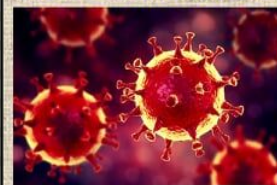
Когда по проекту ПРООН наша организация выделила ей продуктовую помощь, поскольку она является клиентом нашей организации, она плакала от счастья и говорила: «Низкий вам поклон, огромное спасибо! Дай вам бог здоровья и просветления! Вы дали мне возможность дотянуть до маминой пенсии и кормить детей!»



ИТОГИ  
КОНКУРСА!

2 стр.

КОРОНАВИРУС



3 стр.

СПИД –  
коркунучтуу  
дарт

8,9 стр.





## ИТОГИ КОНКУРСА!

1 декабря - во Всемирный день борьбы со СПИДом - проведен совместный круглый стол с Мэрией г. Каракол, Представительством Аппарата Омбудсмена по Иссык-Кульской области, Национальным обществом Красного полумесяца и Областным Центром по профилактике и борьбе со СПИДом!

На этом мероприятии мы презентовали наш кон-

курс рисунков и наградили победителей ценными призами!

Благодарим Мэрию г. Каракол и лично вице-мэра Орозову Гульназ Женишовну за финансовую поддержку на приобретение призов для участников и победителей конкурса!

Самые активные участники также были поощрены небольшими подарками со сладостями в офисе организации!



Во время месячника против СПИДа было проведено 3 мини-семинара с представителями УГ (ЛЖВ, СР, ЛУИН)



## КУЛИНАРИЯ

## Печеные яблоки

**Печеные яблоки – любимый мой рецепт с детства. Ими меня потчевала бабушка.** Она, правда, пекла яблоки в печи, но я неплохо справлюсь с помощью духовки.

## ПОНАДОБИТСЯ:

На 2 яблока: 30 г грецких или лесных орехов, 30 г цукатов, 2 ст. л. меда, 1 ч. л. молотой корицы.

## ДИЕТОЛОГ

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

У яблок вырезаю сердцевину, стараясь не прорезать стенки. Жесткие части и семени удаляю, мякоть тру на терке. Измельчаю ножом орехи (если цукаты крупные – их тоже). Смешиваю мякоть яблок, орехи, цукаты, мед и корицу. Наполняю яблоки начинкой. Выпекаю 30 мин. в духовке, разогретой до 180°.



## Слоеное печенье с кунжутом

Печенюшки из слоеного теста делаются на раз-два!

## ПОНАДОБИТСЯ:

250 г слоеного теста, 1/4 стакана сахара, 2 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. молотой корицы, 1 ст. л. какао-порошка, 2 ст. л. кунжута.

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Раскатайте тесто в пласт. Потолще или потоньше – на ваш вкус (если потоньше, края засахарятся, если

потолще – печенье будет более слоистым). Слегка смажьте поверхность теста растительным маслом, присыпьте какао-порошком и корицей. Равномерным слоем насыпьте сахар. Сверните пласт теста в рулет и нарежьте его на ломтики толщиной 0,5 см. Выложите их на противень, застеленный пергаментом, посыпьте кунжутом. Поставьте в духовку, разогретую до 200°, и выпекайте до хорошего зарумянивания.

## Банановый кекс с орехами и изюмом

Без сладкой выпечки и особенно шоколада мне приходится тяжело, но даже в пост я могу себе в ней не отказывать, когда готовлю этот кекс.

## ПОНАДОБИТСЯ:

2 банана, 1 стакан муки, 1 плитка горького шоколада, по 1/2 стакана сахара и воды, по 100 г грецких орехов и изюма, 1 ч. л. разрыхлителя теста, 8 ст. л. растительного масла, 1/4 ч. л. соли.

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Мякоть бананов измельчите в блендере. Смешайте с мукой, разрыхлителем, солью, сахаром и водой с растительным маслом. Добавьте измельченные орехи и шоколад, размоченный изюм.

Вылейте тесто в форму, смазанную растительным маслом. Выпекайте при 180° 45-50 мин.



## Апельсиновый мармелад

Для приготовления постного мармелада используйте агар-агар – желирующее вещество растительного происхождения.

## ПОНАДОБИТСЯ:

200 мл свежевыжатого апельсинового сока, 1 ч. л. агар-агара, 1/2 стакана сахара.

## СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Отделяем 50 мл апельсинового сока. В 150 мл сока размешиваем агар-агар и оставляем на полчаса. Оставшийся сок выливаем в кастрюльку, добавляем сахар, перемешиваем, ставим на огонь и доводим до кипения. Понемногу вливаем сок с уже набухшим агар-агаром, снова доводим до закипания и варим, помешивая, 5-7 мин. Затем снимаем с огня и оставляем массу на 10 мин. Еще горячую смесь разливаем по формочкам или креманкам.

Когда смесь остынет до комнатной температуры, убираем мармелад в холодильник до застывания.







## ДОМАШНИЙ ДОКТОР

## ПРОСТАТИТУ - «НЕТ»!

**Простатит** — это воспаление предстательной железы, которую из-за особой важности в поддержании здоровья и качества жизни мужчин называют их вторым сердцем.

## Какие причины

Причины возникновения простатита можно разделить на две группы: инфекционные и неинфекционные. Само по себе попадание инфекции в простату не вызывает заболевания. Для развития недуга нужны еще предрасполагающие факторы.

## Когда виновата инфекция

Часто заболевание простатитом связано с проникновением инфекции, передаваемых половым путем (ИППП): хламидиоза, трихомониаза, сифилиса, гонореи и других, чему способствует анатомическое расположение предстательной железы. Из мочевого пузыря, мочеиспускательного канала, прямой кишки, по кровеносным и лимфатическим сосудам малого таза инфекции, в основном ИППП, попадают в предстательную железу (простату).

## Простатит и диагностика

Диагностика простатита обязательно включает в себя УЗИ, ректальный осмотр, соскоб из уретры на ЗППП (заболевания, передающиеся половым путем), при необходимости бактериальный посев из уретры.

## Стратегия лечения

Лечение простатита преследует следующие цели:

- Снять болевой синдром и другие симптомы.
- Снять или в значительной степени снизить воспалительный процесс.

- Восстановить функцию предстательной железы.

Лечение простатита должно быть комплексным и грамотно подобранным, включать такие мероприятия, как антибактериальная терапия, массаж предстательной железы, физиотерапия, иммунокорригирующая терапия, коррекция образа жизни.

Только комплекс всех мероприятий может привести к желаемому эффекту, ведь лечение простатита настолько трудное, что нельзя пренебречь ни одним из указанных методов.

Если больной четко соблюдает рекомендации врача, то неприятные симптомы исчезнут на всю жизнь.

## Если не лечиться

Очевидно, что не вылеченный вовремя острый простатит может перейти в хроническую форму. Как острый, так и хронический простатит может вызывать такие осложнения, как абсцесс предстательной железы, цистит, пиелонефрит, везикулит и даже аденома простаты. В конечном итоге «благодаря» простатиту могут возникнуть импотенция и бесплодие, лечение которых будет крайне сложным и долгим, если вообще будет возможно.



## Факторы риска

Провоцируют развитие болезни следующие факторы:

- Нарушение или полное отсутствие регулярных половых контактов.
- Инфекции, передающиеся половым путем (не обязательно венерические).
- Снижение иммунитета.
- Снижение уровня мужских половых гормонов.
- Малоподвижный образ жизни.
- Злоупотребление алкоголем.
- Переохлаждение.
- Стрессы.
- Сексуальное возбуждение, не приводящее к полноценному половому акту. А также прерванные и затяннутые половые акты.
- Патология сосудов и крови.
- Различные гормональные нарушения.

## Признаки простатита

Увеличение простаты является довольно частым явлением у мужчин старше 35 лет. У мужчин же старше 50 лет наблюдается более или менее выраженное изъязвление прилегающей к уретре части железы. Недуг проявляется рядом признаков.

**Специфические признаки:** частое и болезненное мочеиспускание, боль внизу живота. Рези и боли в мочеиспускательном канале, боли в промежности, болезненный оргазм, снижение качества оргазма, преждевременная эякуляция, отсутствие эякуляции, боли в яичках, боли по ходу семявыносящих протоков, снижение либидо, снижение или запоздалое развитие потенции, снижение или отсутствие утренних эрекций, появление чрезвычайной слабости после эякуляции, длительное восстановление.

**Неспецифические признаки:** боль в спине, позвоночнике. Слабость, снижение работоспособности, концентрации внимания, инициативности. Раздражительность, шум в ушах, звон в голове, нарушение сна, разбитость по утрам после сна, раздражительность, неадекватная агрессивность. При простатитах, вызванных инфекциями, передающимися половым путем, возможно воспаление суставов, глаз, клапанов сердца.

(Из журнала «Здоровье»)



## КОРОНАВИРУС

(лат. *Coronaviridae*) — семейство вирусов, включающее на май 2020 года 43 вида РНК-содержащих вирусов, объединённых в два подсемейства, которые поражают млекопитающих (включая человека), птиц и земноводных. Название связано со строением вируса, шиповидные отростки которого напоминают солнечную корону. Известно 7 коронавирусов, поражающих человека:



## Эпидемиология

Коронавирусы вызывают заболевания млекопитающих (людей, летучих мышей, кошек, собак, свиней, крупного рогатого скота) и птиц. Источниками коронавирусных инфекций могут быть больной человек, животные. Возможные механизмы передачи: воздушно-капельный, воздушно-пылевой, фекально-оральный, контактный. Заболеваемость растёт зимой и ранней весной. В структуре ОРВИ госпитализированных больных коронавирусная инфекция составляет в среднем 12 %.

О широкой распространённости коронавируса свидетельствуют специфические антитела, выявленные у 80 % людей.

Коронавирус человека впервые был выделен в 1965 году от больных ОРВИ Д. Тиррелом из носоглотки при остром рините, позже в 1975 году Э. Каул и С. Кларк выделили коронавирус из испражнений при детском энтероколите. В последующее время коронавирусы почти не привлекали внимание исследователей, пока в Китае в 2002-2003 годах не была зафиксирована вспышка атипичной пневмонии, или тяжёлого острого респираторного синдрома (ТОРС, SARS). Заболевание было вызвано вирусом SARS-CoV. В результате

болезнь распространилась на другие страны, всего заболело 8273 человека, 775 умерло (летальность 9,6 %).

Вирус MERS-CoV является возбудителем ближневосточного респираторного синдрома (MERS), первые случаи которого были зарегистрированы в 2012 году. В 2015 году в Южной Корее произошла вспышка ближневосточного респираторного синдрома, в ходе которой заболело 183 человека, умерло 33.

В декабре 2019 года в Китае началась вспышка пневмонии, вызванная свежесобраным вирусом SARS-CoV-2. Вскоре она распространилась на другие страны.

Строение и жизненный цикл. Геном представлен одноцепочечной (+)РНК. Нуклеокапсид окружён белковой мембраной и липосодержащей внешней оболочкой, от которой отходят булавовидные шиповидные отростки, напоминающие корону, за что семейство и получило своё название. Культивируют на культуре тканей эмбриона человека.

2019-nCoV использует S-белок на короне для прикрепления к своему рецептору — ангиотензинпревращающему ферменту 2 (ACE2), а также к сериновой протеазе TMPRSS2, как и вирус SARS-CoV (атипичной пневмонии). Клетка окутывается вирусом своей мембраной, и образовавшийся мембранный пузырёк оказывается в цитоплазме клетки. Два упомянутых белка-рецептора клетки трансформируют S-белок вируса таким образом, что мембраны вируса и клетки сливаются.

После проникновения в клетку вирус с помощью внутриклеточных мембран создаёт мембранные пузырьки, к которым прикрепляются специальные белковые комплексы. В этих комплексах синтезируется копия геномной РНК вируса и короткие мРНК для синтеза белков вируса.

РНК вируса имеет 5'-метилированное начало и 3'-полиаденилированное окончание.

Это позволяет вирусу инициировать на своих РНК сборку своих белков рибосомами клетки, которая не в состоянии определить, это РНК вируса или РНК для белков самой клетки.

Коронавирусы имеют РНК около 26-30 тысяч пар оснований, это означает, что коронавирусы обладают крупнейшей несегментированной РНК среди всех известных вирусов, то есть являются сложнейшими по структуре среди известных вирусов. Геном вируса состоит из более чем 20 000 нуклеотидов и кодирует два репликативных полипротеина pp1a и pp1ab, из которых в следующий проход репликации / трансляции формируется копия РНК вируса, а также 8 отдельных мРНК-шаблонов для белков вирусов, которые бесконечно их генерируют. Генерация белков М, S, НЕ и Е, попадающих в мембранную липидную оболочку вируса, происходит на соответствующих мРНК в эндоплазматическом ретикулуме клетки; белок же N, который будет окружать геномную РНК вируса, синтезируется на мРНК, плавающих в цитоплазме клетки.

Момент прикрепления коронавируса к рецептору клетки: сцепка S-белка «короны» вируса и рецептора

Жизненный цикл коронавируса. Процесс окончания сборки коронавируса в цитоплазме инфицированной клетки. Вокруг РНК вируса идёт построение капсиды

После получения геномной РНК вируса и необходимых его белков эта РНК, окутанная белком N, приближается к сидящим на эндоплазматическом ретикулуме белкам и взаимодействует с ними. В результате мембрана эндоплазматического ретикулума с находящимся в ней вирусными белками охватывает эту РНК, формируя вирион. Вирионы затем высвобождаются из инфицированной клетки через экзоцитоз. После выхода вирионов из клетки она погибает.

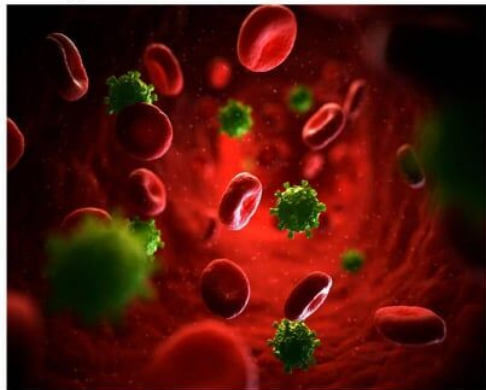
(Прод. в след. ном.)





## СПИД - коркунучтуу дарт

1988-жылдан тартып 1-декабрь бүткүл дүйнөлүк СПИДге каршы күн катары белгиленип келет. Мурда көбүнчө Европа мамлекеттери өзгөчө маани берип белгилеп келсе, азыр күнөстүү Азия мамлекеттери да кошулуп, бул датанын маанилүүлүгүн арттырууга чоң салым кошту. Ал тургай өзүбүздүн эле чокусунан ак кар, көк муз кетпеген Ала-Тоолуу өлкөбүздө бул өнөкөт, өлөрмөн оору кеңири кулачын жайганы көнүмүш иш болуп калгандай көрүнөт. Саламаттыкты сактоо министрлиги СПИД оорусуна каршы олуттуу деле күрөшкөнү көзгө "жарк" деп көрүнө калган жери жок. Жада калса бул оору боюнча кеңири маалымат таратуу жагынан да аксап турат.

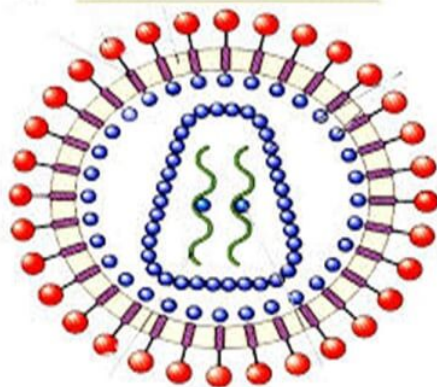


## ВИЧ деген эмне?

ВИЧ-адамдын иммун жетишсиздик вирусу (Вирус Иммунодефицита Человека), ал СПИД оорусуна алып келет. ВИЧти СПИД оорусу деп түшүнүү туура эмес. ВИЧ - адамдын организмде пайда болгондон тартып, СПИДге өрчүп кетүү убагы алты айдан тартып, он беш жылга чейин созулушу мүмкүн. Ага чейин ал организмде билинбей жүрө берет. Ал эми СПИД - иммунитет жетишсиздик оорусунун синдрому болуп эсептелинет. Ал адам баласына гана таандык, коркунучтуу жана жаралган жугуштуу оорулардын бири. Акыркы жылдары бир канча мамлекеттерде СПИДге каршы вакциналарды, химиялык препараттарды, дарыларды табуу иштери тынымсыз жүрүүдө. Бир кыйла дары-дармектер практика жүзүндө, дартты жугузуп алгандарды, ооруларды дарылоодо колдонулууда. Бирок, азырынча СПИДди толугу менен алдын-алуучу вакцина жана вирусун биротоло жок кылуучу активдүү, эффективдүү дары-дармектер дагы эле табыла элек. Демек, СПИД адамдын өмүрүнө душман бойдон калууда.

## СПИДге каршы вакцина табыла элек.

Бул коркунучтуу илдеттин пайда болгону тууралуу ар кандай сөздөр айтылып келет. Бирок, 1926-жылы биринчи жолу адамга маймылдан жуккан деген аныктама эң көп тараган. Бүгүнкү күнү дүйнө жүзү боюнча СПИД оорусуна чалдыккандардын саны 60 млн адамдан ашкан. Ал эми көз жумган адамдардын саны 25 млн адамга жеткен. СПИД оорусу менен эң көп ооруган өлкө катары биринчи кезекте Америка Кошмо Штаттары эсептелет. Бул өлкөдө эркектерге караганда аялдардын саны күч. Мисалы Нью-Йорк шаарында бир жылдын ичинде 20 миң наристе ВИЧ оорусу менен төрөлүшөт. Африка өлкөлөрү да АКШдан ашып кетпесе да, кем калышпайт. СПИД оорусуна каршы дары ушул кезге чейин жок деп так кесе айтылып келет. СПИДге чалдыккан адамдын айыгып кеткен учуру да дүйнөдө каттала элек. Бүгүнкү күндө дүйнө окумуштуулары СПИДге каршы 40 вакцинаны сыноодон өткөзүү менен алек. Бирок, ал вакциналардын бири да жакшы жыйынтык берген жок.



## Кандай себептерден улам ВИЧ-инфекциясы жугузуп алуу коркунучу бар?

Бизде көбүнчө ВИЧ-инфекциясы негизинен бангизат, оорулуу энеден наристеге берилүү жолдору аркылуу таралууда. Бул оору азыркы мезгилдеги өтө опурталдуу коркунучтуу дарт бойдон калууда. Ага чалдыккандардын саны да биздин өлкөдө көбөйүп баратканы өкүнүчтүү. Аталган дарттын жайылып жатышына учурдагы миграция жана сойкулуктун күч алышы себепчи болууда деп ойлойм. Биздин маалыматыбыз боюнча болжол менен Кыргызстанда ийне сайынуучу бангизат колдонуучуларга - 66, 7 пайыз, жыныстык жол менен - 25, энеден балага - 2.1, ооруканада - 6.1, белгисиз жолдор менен - 0.08 пайыз

(Уландысы 5-бетте.)



чымындар таратат.

Дем алуу жолдорунун Жугуштуу ооруларында (грипп, көк жөтөл, паротит, кызылча жана башка) козгогуч дем алуу органдарынын былжыр челинде жайгашып, ал жерде көбөйүп, аны сезгендирип ооруну чакырат. Оорунун козгогучу оорулуу же бактерия алып жүрүүчү сүйлөгөндө, чүчкүргөндө, жөтөлгөндө шилекейдин, какырыктын чачырандылары менен сыртка бөлүнүп абаны булгайт. Кан инфекциясында (баш келте, кайталанма келте, безгек, чума жана башка), тиешелүү ташыгычтар (чиркей, бит, кене жана башка) чакканда козгогуч канга, лимфага өтүп ооруну козгойт. Адамдын кан айлануу системасы туюк болгондуктан организмдеги козгогуч кан соргуч ташыгычтар аркылуу гана таралат. Ошондуктан бул группадагы ооруларды трансмиссивдүү инфекциялар деп атайт.

Тери Жугуштуу ооруларында козгогуч оорулуу менен тыгыз байланышта болгондо теридеги жаралардан, көздүн, ооздун, жыныс органдарынын былжыр чели менен жугат (мисалы, күйдүргү, кутурма, шарп, трахома, таз, чакалай жана башка). Негизинен жугуштуу ооруларды атайын жугуштуу оорулардын ооруканасында дарылайт. Айрым учурда врачтын сунушу боюнча үйдө дарыланат. Кээде оорунун себептери ошондой өз убагында ачылбай (табылбай) өтүшүп кетсе, ооруканага кеч жеткирилсе, диагнозу туура эмес же кечигип коюлса, оорулуу тамактануу режимин бузса, туура дарыланбаса жана башка түрдүү кабылдоолорго дуушар кылуусу мүмкүн. Оорулууну үйдө кароо үчүн атайын эпидемиол. шарт түзүү керек. Оорулууну жакшылап туура багуу, жеткиликтүү тамактануу, врачтын сунушун так аткаруу оорунун тез сакайышына жардам берет.

## Дарылабаса, эмне болот? Кыргызстанда көп кездешүүчү жыныстык оорулар.

Биз доктор менен маектешип жатып, алгач андан "сүйүү ооруларын" көзгө илбей койсо эмне болорун сурадык. Кыргызстанда "уят болот" деп сөз кылууга тыюу салынган нерселер өтө эле көп, мисалы, жыныстык ооруларын кеп кылган уят. Мындан улам аялдар "ооруп жатканын" эч качан күйөөсүнө айтпайт, дарыгерге да чуркап бара койбойт. Зика вирусу эми жыныстык катнаш аркылуу да жугуп баштады Гинекологго барышы керек болгон айылдык келинди элестетиниз. Ооруканадан аны бир таанышы көрүп калсачы? Ал тиги аял эмне кылып жүргөнүн өзү эле жоромолдоп да, барып эле өз башынан көчүрүп жазылган "баалуу маалыматты" төкпөй-чачпай айылга бүт жайып жибербейби. Антип "аты чыккан" аял менен күйөөсү ажырашып

тынышы да мүмкүн. Ошон үчүн байкуш аял жакшы болуп кетермин деген үмүт менен өзү дарылана баштайт. Ооруканага дарты такыр өтүшүп кеткенде же өнөкөт болуп калганда гана барат. Мен көп жыл бою хирургияда иштеп, андай келиндердин далайын көргөм. Бир жолу бир төрөй албай жаткан аялды алып келишти. Эмне болгонун териштирип отуруп, жатындын шишиги — миома бар экенин аныктадык. Эч кандай боюнда жок эле ошол шишикти бала деп алышкан экен! Жок дегенде бирөө УЗИ жасатып койсочу... Албетте, эми ал балалуу болбойт. Жаштарды оору-дарттан сактанууга ким үйрөтүп жатат дейсиз? Жыныстык ооруларга жеңил-желпи жүргөндөр эле чалдыкпайт да. Бирөө менен бир эле жолу коргонуусуз жыныстык байланыш эле жетет — үй-бүлөнө дарт келди дей бер. Анан калса азыр презервативдердин жаны түрү пайда болду. Жаркыраган этикеткаларында "өтө сезгич" же "өтө жука" деп жазып коюшат. Бирок ошол жука материянын вирустарды өткөрө турган тешиктелери болот. Жыныстык оорулар жөнүндө көп имиштерди уккам. Мисалы, бир хлорексидин деген антисептик жөнүндө муундан муунга карай жөө жомок айтылып келет. Биздин эркектер коргоосуз байланыштан кийин тубиктин учун заара чыгаруучу түтүкчөсүнө такап, катуу кысып, бир-эки мүнөт чыдап туруп анан дааратканага барып койсо болду деп ойлошот. Андай айболиттерден физика мыйзамы кайда калат деп сурагым келет. Хлорексидинди басып чакканда инфекция жогору карай кетет да! Андан да бардык вирус жоголбойт — ал бир кудайдын айтканынан болот. Күндүн ысышы менен ичеги-карын оорусу көбөйүп, жаш балдар жабыркоодо. Дагы бир маанилүү нерсе — антибиотиктер. Дарыгер кагазга жөндөн жөн эле "жети күн ич" деп жазып бербейт да. Ооба, дарттын белгилери үч күндөн кийин өтүп кетиши мүмкүн, бирок инфекция организмде калды да. Бул эмнеге алып келет? Аялдар, мисалы, төрөбөй калат: жатындын түтүкчөлөрү жабышып, урукту өткөрбөйт. Ал эми уруктар катнаша турган болсо, клетка фаллопийи түтүгүндө өрчүп отуруп, түтүк жарылып кетиши мүмкүн.

Мындай окуя шашылыш операция кылууга шарты жок тоолуу аймакта болгонун элестетиниз. Аял жети саатта эле кан кетип өлүп калбайбы. Кыскасы, бул оюнчук эмес. Өз саламаттыгына кайдыгер карагандын артында кандай коркунучтар бар экенин азыр айтып берем. Трихомониаз. Бул дарт Кыргызстанда аябай кеңири тараган. Аны менен аял да, эркек да ооруйт. Болгондо да эркектер көбүрөөк жабыркайт. Алгачкы белгилери — жагымсыз жытты бар суюктук бөлүнүп чыга баштайт.

(Уландысы кийинки санда.)





## ЖУГУШТУУ ООРУЛАР

1. Оору козгогуч микроорганизмдер (вирус, бактерия, мите козу карындар) пайда кылып, соо кишиге оорулуудан жана бактерия алып жүрүүчүлөрдөн жугуучу оорулар; 2. Жугуштуу оорулардын пайда болуу себептерин, өнүгүү механизмин, белгилерин изилдөөчү жана аларды диагноздоо, дарылоо, алдын алуу ыкмаларын иштеп жүрүүчү медициналык дисциплина.

Ал бактериология, вирусология, иммунология, эпидемиология жана башка менен тыгыз байланыштуу. Жугуштуу оорулар ошондой пайда болуу үчүн оору козгогуч (микроорганизмдер), кабыл алгыч (адам, жаныбар) жана оорулуудан соо адамга инфекцияны таратуучу фактор болушу керек. Түрдүү микроорганизмдердин оору пайда кылуу жөндөмдүүлүгү анын вируленттүүлүгүнө, чыгарган уусунун (токсин) күчүнө, организмге кирген өлчөмүнө жараша болот.

Кишинин Жугуштуу ооруларга туруктуулугу жашына, чымырлыгына, тамактануусуна, жашоо шартына жана башка байланыштуу. Жугуштуу оорунун жугушуна, өтүшүнө микроорганизмдин туруктуулугу, кан жоготуу, түрдүү түйшүк, кош бойлуулук жана башка фактор зор мааниге ээ. Чарчоо, витамин, белок жетишсиздиги, туура эмес тамактануу, түрдүү операция, тамак-аштан, дары-дармектен, химиялык заттардан уулануу жана башка организмдин инфекцияга туруктуулугун төмөндөтүп, ооруга шарт түзөт. Мисалы, Жугуштуу оорулар ошондой жаш балдарда (иммунитетсиз кезде) жана улгайган адамдарда кезигет. Оору козгогуч айлана-чөйрөдө түрдүү жолдор менен тарайт. Мисалы, ичеги-карын жугуштуу оорулары (ич келте, дизентерия жана башка) суу, тамак-аш, идиш-аяк жана башка буюмдар;

⇒ аба аркылуу таралуучу жана ошондой (грипп, кызылча, дифтерия жана башка) адам жөтөлгөндө, чүчкүргөндө;

⇒ тери жугуштуу оорулары (мите козу карын) оорулуу менен тыгыз байланышта болгондо;

⇒ баш келте, кайталанма келте, кене жана чиркей энцефалити кан соргуч курт-кумурскалар (бит, чиркей, машаа) аркылуу таралат.

Кээде организмге 2—3 түрдүү козгогуч жугушу мүмкүн. Мындай убакта аралашкан инфекция пайда болот же мурунку оорунун үстүнө экинчиси, үчүнчүсү кошулат. Мисалы, кызылчанын үстүнө грипп жукса же түрдүү кокктор кошулса (стафилококк, пневмококк) биринчи оорунун

кабылдоосуна алып келет. Айрым учурда туура эмес дарылоодо, антибиотиктин куюу интервалын чаташтырганда организмдеги козгогуч акырындык менен дарыга көнүп, туруктуу боло баштайт. Мындай козгогуч оорунун агымын узартат. Жугуштуу оорулар ошондой жуккандан тартып инфекциялык процесс аяктаганга чейин инкубациялык (жашыруун), белги берүүчү мезгил, белги күчөгөн, кайтуу жана айыгуу мезгилдеринен өтөт. Жугуштуу оорулар көбүнчө капчысынан катуу башталат.

Адам чыйрыгып, калтырайт, денеси ысып, баш катуу ооруйт. Алсызданып, дене бою салмактанат, көңүлү айнып, кусат. Оорунун башталышында аны аныктоо кыйын. Кээде оорулуунун денеси анча ысыбайт. Оору кийинки, башкача айтканда күчөгөн мезгилине өткөндө ошол дартка мүнөздүү белгилердин баары ачык көрүнүп, оорунун анык диагнозу аныкталат. Ал эми оорунун аяктоо мезгилине өткөндө белгилери акырындап жоголуп, оорулуунун абалы жакшырат. Андан кийин оорунун айыгуу мезгили башталат. Айыга баштаганда дарттын негизги белгилери жоголот: температура акырындап 1—3 күндүн ичинде же кескин түрдө 1—2 саатта төмөндөйт, кадимки абалга келет. Жалпы абалы оңолуп, көңүлү ачыла баштайт.

Айыгуу мезгили түрдүү жугуштуу ооруларда түрдүүчө (оорунун түрүнө, агымына, организмдин өзгөчөлүгүнө жана дарылоонун натыйжа-луулугуна жараша) өтөт. Айрым дартта (келте, сарык) бул мезгил бир нече жумага, ал эми кээ биринде 2—3 күн эле созулат. Айыгуу мезгилинде оорулуу адам алсыз болгону менен тамакка табити ачылып өзүн жакшы сезет. Бирок клиникалык жактан айыккандай көрүнгөнү менен организмдеги өзгөрүштөр ордуна келиш үчүн дагы бир толго созулат. Кээ бир учурда ошондой кабылдап кетиши мүмкүн. Адам ооруп айыккандан кийин туруктуу иммунитет (ооруну кабыл албоочулук) пайда болот. Жана ошондой инфекциянын таралуу жолуна, козгогучтун организмде жайгашкан ордуна жараша ичеги-карын, дем алуу жолунун, кан жана тери аркылуу таралуучу оорулар болуп бөлүнөт. Ичегикарын Жугуштуу ооруларында (дизентерия, ич келте, холера, ботулизм жана башка) оору козгогуч оорулуу жана бактерия алып жүрүүчүдөн алардын заны, кусундусу, заарасы менен сыртка чыгып, булганган тамак-аш, суу аркылуу соо адамдын ичеги карынына түшөт. Анда көбөйүп, уу бөлүп чыгарып, тийиштүү ооруга чалдыктырат. Жайында ооруну көбүнчө

(Уландысы 9-бетте.)



болгону аныкталган. Буга чалдыккандардын көпчүлүк бөлүгү же болбосо 73 пайызга жакынын 20-39 жаштагы адамдар түзөт.



## СПИДдин алгачкы белгилери кандай?

Ар бир адам кандайдыр бир белгилерден улам ВИЧ-ке чалдыкканын аныктай албайт. Бирок, ошентсе дагы медицинада СПИДдин ар кандай белгилери аныкталган.

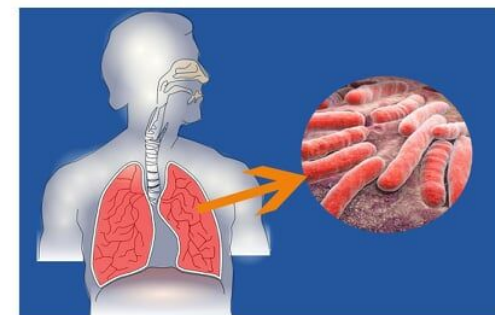
Алар салмактын дароо азайып кетиши, кургак жөтөлдүн пайда болушу, температуранын жогорулашы, белгисиз бир себептерден улам уйку суроо, ич өтүү, мурунда жана ооздо кызыл, күрөң тактардын пайда болуусу, депрессия, стресс сыяктуу оорулар болушу мүмкүн. Бирок, мындай белгилерди байкаган соң дароо ВИЧ-инфекциясы бар экен деген түшүнүк болбош керек. ВИЧти мындай белгилерден тышкары анализ аркылуу лабораториялык тесстирлөөдөн соң гана аныктоого болот.



## Алдын алуу жолдору.

СПИДди алдын алуу боюнча иш-чараларды уюштуруу келген өкмөттүк эмес, коомдук уюмдардын саны бүгүнкү күндө Кыргызстанда 100гө жакын. Бул коомдук уюмдар ВИЧ СПИДке каршы ар кандай багытта иш алып барышат. Алар көбүнчөсү шаарда жана областтардын белгилүү бир аймактарында гана болгондуктан, алыскы мектептердеги окуучулар, жаш улан-кыздар мындай маалыматтан кур жалак калууда. Ошондуктан, ВИЧ СПИД дарты менен күрөшүүнү бир гана медициналык кызматкерлер эле эмес, жалпы коомчулук, жергиликтүү жетекчилер, жаштар бардыгыбыз колго алышыбыз керек. "Жабыла көтөргөн жүк жеңил" демекчи, баарыбыз чогуу аракет кылсак, ошондо белгилүү бир натыйжа чыгарына ишеним артсак болот.

## ТУБЕРКУЛЕЗ



жөтөлгөндө жана чүчкүргөндө жугат. Көпчүлүк учурларда, микробактерияларды жугузуп алгандан кийин, оору тышкы белгилери (симптомдору) жок, жабык түрдө уланат (жүрөт). Бирок, болжолдуу түрдө алганда, жабык түрдөгү инфекциянын ондон бир учурунда оору акыр-аягында ачык формага өтөт.

Туберкулез социалдык мааниге ээ кооптуу оору. 20-кылымга чейин туберкулез иш жүзүндө такыр айыкпай турган оору болуп эсептелчү. Азыркы учурда, бул ооруну баштапкы стадияларында аныктоого жана дарылоого мүмкүнчүлүк берүүчү комплекстик программа иштелип чыккан.

Туберкулез боюнча медицинанын тармагы фтизиатрия деп аталат.

Туберкулез - бул кыргызча айтканда, кургак учук оорусу.

**Туберкулёз** (лат. алганда *tuberculum* — дөмпөк) — *Mycobacterium tuberculosis complex* (*M. tuberculosis* жана башка жакын тутумдагы түрлөрдүн) тобундагы ар кандай түрдөгү микробактериялар же башкача айтканда Кох таякчалары тарабынан козголуучу, адамдардын жана жаныбарлардын дүйнө жүзүндө кеңири таралган инфекциялык оорусу. Туберкулёз демейде өпкөнү жабыркатат, сейрек учурда башка органдарды жана системаларды да жабыркатат. *Mycobacterium tuberculosis* абатмачы түрүндө ооругуу адам сүлөөшкөндө,

Туберкулёз - дүйнө жүзүндө өлүмдөрдүн негизги 10 себепкерлеринин бири. Азыркы убакта планетанын жашоочуларынын болжолдуу үчтөн бир бөлүгү туберкулёздун

(Уландысы кийинки санда.)





## ЮРИДИЧЕСКАЯ РУБРИКА

### ВЫ СПРОСИЛИ - МЫ ОТВЕТИЛИ

#### РАЗВОД БЕЗ УЧАСТИЯ МУЖА

*Здравствуйте! 2 года назад вышла замуж, потом муж начал меня избивать, хочу разве- стись, муж не дает подлинник свидетель- ства о браке, не могу подать на развод, что делать и как долго это займет времени? У нас совместный ребенок которому 5 месяцев.*

Вы можете через суд обязать чтобы ваш муж предоставил оригинал свидетельства о браке, либо если у вас есть копия свидетельства, то можете в органах ЗАГСа получить дубликат, а затем подавать на развод и на алименты.

#### КАК РАЗВЕСТИСЬ БЕЗ УЧАСТИЯ МУЖА?

Если нет общего имущества и детей?

При взаимном согласии на расторжение брака супругов, не имеющих общих несовершеннолетних детей и при отсутствии имущества и иных претензий друг к другу, расторжение брака производится в органах записи актов гражданского состояния.

Но если один из супругов, несмотря на отсутствие у него возражений, уклоняется от расторжения брака в органе записи актов гражданского состояния (отказывается подать за- явление, не желает явить- ся для государственной регистрации расторжения брака и другое), то расторжение брака производится в судебном порядке.

#### МОЖНО ПОДАТЬ НА РАЗВОД ПО НОТАРИАЛЬНОЙ ДОВЕРЕННОСТИ НА РАСТОРЖЕНИЮ БРАКА БЕЗ УЧАСТИЯ МУЖА?

*У меня к Вам такой вопрос, хочу развестись с мужем, так как он не уделяет должного вни- мания на своих детей и семью, практически всегда сидел на моей шее.*

*В 2014 году он дважды написал мне доверен- ность на расторжению брака без его участия и нотариально заверял, теперь с этими доку- ментами могу ли я подать в суд на расторжение бра- ка?*

*У нас 4 совместных детей, старшая на 1 курсе на контрактной основе, потом в лицее на кон- трактном основе, следующая тоже в лицее на*

*бюджетной основе и самой младшей 2 года.*

Подавайте в суд на расторжение брака и взыска- ние алиментов на содержание детей.

По поводу имеющихся у Вас доверенностей — Вы уверены, что эти документы - именно доверен- ности, вряд ли бы нотариус удостоверил доверен- ность от супруга на супругу, чтобы она от его име- ни развелась сама с собой... скорее всего это у

Вас заявления/или ходатайство о согласии на рас- торжение брака и рассмотрении судебного дела без его присутствия, если в данных документах отсут- ствует срок, то они действуют до отмены. В этих документах нотариус должен был засвидетельство- вать его подпись.



#### СМОГУ ЛИ Я ПОДАТЬ НА РАЗВОД БЕЗ МУЖА? ЕЩЕ НЕ РОЖДЕН- НЫЙ РЕБЕНОК КЕМ ОСТАНЕТ- СЯ ПОСЛЕ РАЗВОДА?

*Мы с мужем поженились восемь месяцев назад, и сейчас хотим развестись, Я уже жи- ву со свои- ми родителями, Я беременна и ма- лышу семь месяцев, Он говорит что после рождения ребенка заберет его у меня а я не хочу отдавать ему ребенка, он говорит что у меня ребенка отберет.*

*Я могу сама подавать на развод заявление? Ребенок со мной же останется? И я хочу чтобы у ребенка была моя фамилия, я осталась на своей девичий фамилии, Если мы до рождения ребенка Разведёмся по закону?*

Во первых, Вы можете подать на развод хоть сей- час. Только я не понял Ваши слова, которые гласят: «я беременна, ребенку семь месяцев». Если ребенок еще не родился, то Вы, по всей вероятности, не смо- жете закончить судебные дела до рождения ребенка. После рождения ребенка, вместе с заявлением о раз- воде, можете просить суд определить его место жи- тельства вместе с Вами. Грудничкам, суд оставляет вместе с матерью. Если только Вы не ведете амо- ральный образ жизни. Что касается того, чтобы дать ребенку только свою фамилию, Вам будет необходи- мо в ЗАГСе доказать, что зачали и родили ребенка не от мужа. Только при этом Вы сможете не давать ребенку фамилию мужа.



## ЮРИДИЧЕСКАЯ РУБРИКА

### ВЫ СПРОСИЛИ - МЫ ОТВЕТИЛИ

#### С КЕМ ДОЛЖЕН ЖИТЬ РЕБЕНОК ПОСЛЕ РАЗВОДА?

*Не могли бы мне по пунктам написать с чего начать. Дело в том, что отец (в том числе и быв- шая свекровь) ребенка не держит его насильно. Но это из-за того, что я пока не говорила ему, что хочу забрать сына к себе. Я более чем уверена, стоит ему услышать о том, что я забираю сына, он агрессивно начнет противиться. Поэтому я для начала хочу вооружиться знаниями о своих правах по этому поводу. Я, как мать ребенка, раз- ве не имею АБСОЛЮТНОГО права, чтобы сын до совершеннолетия проживал со мною?*

Согласно требованиям ст. 66 Семейного ко- декса Кыргызской Республики родители имеют равные права и несут равные обязанности в отно- шении своих детей (родительские права). Таким образом, абсолютного права на то, чтобы ребенок оставался до совершеннолетия с Вами, Вы не имеете, так как как отец, он имеет те же права на ребенка.

Вопрос о том, с кем будет проживать ребенок при разводе, может быть решен только судом. При этом учитывается наличие постоянной рабо- ты, места жительства, возможность создать все условия для нормального воспитания ребенка. Родитель, которо- му отказано в том, чтобы ребе- нок проживал вместе с ним, обязан содержать ре- бенка — добровольное содержание или алимен- ты. При этом, родитель, оставшийся без ребенка имеет гарантированные зако- ном права для свида- ния с ребенком, а родитель, с которым проживает ребенок обязан предоставлять ребенка для обще- ния с другим родителем. В слу- чае, если кто-то препятствует общению ребенка с родителем, ко- торый проживает отдельно, вторая сторона имеет полное право в судебном порядке обязать другую сторону предоставлять свидания и не препятство- вать общению. Аналогичные права Семейный ко- декс предоставляет и бабушке или дедушке этого ребенка.

Для вынесения гарантированного решения суда о том, чтобы ребенок остался с Вами, Вам нужно до- казать и представить суду, что Вы имеете хорошие жилищные условия, получаете достойную заработ- ную плату и т.д.

Необходимо также отметить, что ребенок дол- жен проживать с одним из родителей. В случае, если

ребенок будет проживать с бабушкой или дедушкой и не остается на попечении у родителя, с кем он остался после развода, то другая сторо- на может претендовать на то, чтобы ребенка за- брать для дальнейшего совместного проживания с ним.

#### С КАКОГО ВОЗРАСТА РЕБЕНОК САМ РЕШАЕТ С КЕМ ИЗ РОДИТЕЛЕЙ ЕМУ ЖИТЬ?

*Мать не однократно избивает ребенка (лопатой по спине, железной цепью по всему те- лу, за волосы тоскает, душит, все время грозить- ся убить ребенка) и такое состояние тогда, когда она в агрессии. Нам надо отсудить у нее ребенка!*

*Что для этого надо сделать? Последние побои мы сняли на суд мед экспертизу. Ре- бенку сейчас полных 11 лет. С какого возрас- та можно ребен- ку права выбора с кем жить из родителей? Так как отец с матерью разведены, у отца другая се- мья и живет он в России, но исправно платит за этого ребенка элементы.*

*Отец не прочь забрать ребенка себе, а так- же хотят забрать ребенка дедушка с бабушкой со стороны отца. Имеют ли права забрать у мате- ри этого ребенка к себе бабушка с дедушкой ср стороны отца? Т.к они живут в Бишкеке.*

Вам нужно будет обратиться в суд с иском о лишении родительских прав и опре- делением места жительства ребенка. В данном деле бу- дут участвовать прокуратура и органы соц. защиты (туда же входят органы по защите детей).

Согласно статье 74 Семейного кодекса Кыр- гызской Республики, родители могут быть лишены роди- тельских прав за жестокое обращение с детьми, в том числе осуществляют физическое или психиче- ское насилие над ними, покушаются на их половую неприкосновенность.

Для подачи искового заявление вам нужно бу- дет акт обследования жилищно — бытовых усло- вий если вы хотите определить место житель- ства ре- бенка с Вами.

Данный акт делается органами по защите де- тей относящийся району в котором Вы хотите опреде- лить место жительства ребенка.

Т.К.ИРЫСБЕКОВ.

юрист проекта ОО «Улукман Дарыгер».