5 ZYÝANLY SUWUŇ DÖREDÝÄN SAGLYK KYNÇYLYKLARY

Ýeterlik mukdardaky suw hem zyýansyz suw ýaly örän möhümdir . . . 46
Aýallaryň kynçylyklary . . . 46
Suwy haýsy zatlar howply edýär? . . . 47
Timoti hakynda gürrüň . . . 47
Mikroblaryň we gurçuklaryň keselleri ýaýradyşy . . . 49
Amaly okuw: Içgeçme keselleri nähili ýaýraýar? . . . 50
Içgeçme keselleri . . . 51
Içgeçme kesselleriniň bejerilişi . . . 51
Regidratasiýa içgisiniň taýýarlanylyşy . . . 53
Amaly okuw: Içgeçme keselleriniň ýaýramagynyň öňüni almak . . . 54
Gwineý gurçugy . . . 55
Gan sorujylar (şistozomatoz, bilsgarioz, balykgulak gyzzyrmasy) . . . 56
Mikroblaryň we gurçuklaryň ýaýramagynyň öňüni almak . . . 57
Suwuň zäherlenmegi . . . 59
Söhbetdeşlik üçin surat: Zäherli himikatlar suwa nähili aralaşýarlar? . . . 59
Zäherli taşlandylaryň öňüni almak . . . 60
Söhbetdeşlik: “Howpsuz” suwdaky myşýak . . . 61
Ýeterlik mukdardaky howpsuz suwa hukukly bolmak . . . 62
Söhbetdeşlik: Hyzmatdaşlyk suw üpjünçiligini gowulandyrýar . . . 62
Suwy çüýşelerde saklamak we olary satmak hukugy . . . 63

ZYÝANLY SUWUŇ DÖREDÝÄN SAGLYK KYNÇYLYKLARY

Dünýäde hiç kim suwsuz ýaşap bilmeýär. Sagdyn bolmak üçin her bir adam ýeterlik mukdarda suwa, özi-de zyýansyz suwa mätäçdir. Adamlaryň we haýwanlaryň nejasaty, peşewi suwa düşende, olar arkaly suwa mikroblardyr gurçuklar hem düşýär. Şonda bu suw adamlaryň saglygy üçin zyýanly suwa öwrülýär. Hapa suwdaky mikroblar we gurçuklar suw arkaly adamyň bedenine aralaşyp bilýär. Soňra mikroblara ýa gurçuklara ýolugan adam olary başga adamlara hem ýokuşdyryp bilýär. Şeýle ýagdaý saglyk kynçylyklarynyň döremegine sebäp bolup, hemme adamlara täsirini ýetirip bilýär.

Oba hojalygynda, senagatda we magdan gazylyp alynýan senagatda ulanylýan himikatlar, daşky gurşawa zyňylýan zir-zibiller biziň suwumyzy zaýalaýar. Bu bolsa öz gezeginde deri örgünleriň, howply täze döremeleriň we beýleki saglyk kynçylyklarynyň döremegine sebäp bolýar.

Içmek, nahar taýýarlamak we ýuwunmak üçin ýeterlik mukdarda suwuň bolmazlygy keseliň döremegine eltýär. Hajathanadan soň el ýuwar ýaly suwuň bolmazlygy sebäpli içege ýokançlyklary bir adamdan başga bir adama aňsatlyk bilen geçýär. Şahsy arassaçylyk üçin suwuň ýetmezçiligi gözüň we deriniň ýokanç kesellerini döredip biler. Adamyň bedeninde suwuň ýetmezçiligi ýüze çykanda, ol bedeniň suwsuzlanmasyndan ölüp bilýär.

Gurakçylyk, suwuň bahasynyň ýokarylanmagy ýa-da suwuň ýaramaz saklanylmagy onuň ýetmezçiligini döredip bilýär.

Suwuň hapalanmagy onuň ýetmezçiligini artdyrýar, bu bolsa öz gezeginde howply hapaçylygy döredip bilýär.

Ýeterlik mukdardaky suw hem zyýansyz suw ýaly örän möhümdir

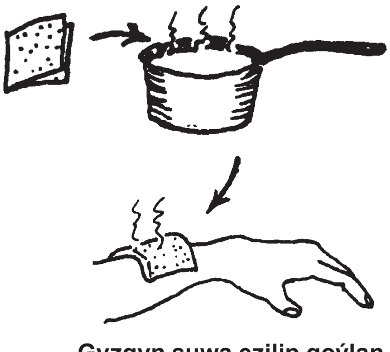
Adamlaryň aglaba böleginiň gündeki talaplaryny kanagatlandyrmak üçin ýeterlik mukdarda suwlary ýok. Ýuwunmaga ýeterlik suwuň bolmadyk ýagdaýlarynda adamlar gijilewük we trahoma ýaly ýokançlyklara ýolugyp bilýärler. Agyz suwunyň we şahsy arassaçylyk üçin suwuň ýeterlik bolmadyk ýagdaýlarynda peşew haltasynda we böwrekde ýokançlyklar döräp biler. Bu ýokançlyklara esasan-da aýallar uçraýarlar. (Bu keseller hakynda giňişleýin bilmek üçin “Maşgala saglygy” we “Aýallar üçin lukmanyň bolmadyk ýerleri” atly umumy saglyk gollanmalaryna seret). Keselhanalarda we saglyk öýlerinde enjamlary ýuwmak we ýuwunmak suw ýeterlik bolmasa, ýokançlyklar bir adamdan beýleki adama geçip bilýär.

Aýallaryň kynçylyklary

Suwuň ýetmezçilik edýän ýerlerinde adamlar, adatça aýallar we çagalar, suw getirmek üçin agyr ýüklenip, uzak aralygy geçmeli bolýarlar. Bu bolsa olaryň boýunlaryna, arkalaryna we aýaklaryna zyýan ýetirýär. Suw daşamak köp wagty we güýji talap edýär. Şonuň üçin-de, olar suwy tygşytlajak bolup, ony gaty az ulanýarlar. Suwuň gözlegi köp wagtlaryny alýandygy üçin, aýallar köplenç beýleki işlerine: maşgalanyň saglygyny saklamak we çagalaryň aladasyny etmek, ekine seretmek ýaly işlerine ýetişmeýärler. Suw köp keselleriň öňüni alýar, olary bejerip hem bilýär. Suw gyzgyny gaýtarmak we deriniň, ýaranyň ýokançlyklaryny ýuwup aýyrmak üçin hem ulanylýar. Suwuň köp mukdarda içilmegi içgeçmäniň, peşew ýokançlygynyň, üsgülewügiň we iç gatamanyň öňüni alýar we olary bejerýär. Hajathanadan soň, nahar iýmezden öň we azyk önümlerine el degirmezden öň elleri sabynlap ýuwmak hem köp keselleriň öňüni alýandyr.

Ýarany sabynly suwa ýuwmaklyk ýokançlyklaryň öňüni alýar.

Ýeňil ýanyklary sowuk suwda saklap bejeriň.



Gyzgyn suwa ezilip goýlan ýapgy iriň boşluklarynda, çykuwda, myşsa we bogun agyrylarynda kömek edýär.

Suwy haýsy zatlar howply edýär?

Suwda mikroblar, gurçuklar we zäherli himikatlar bolsa, ol howpludyr (zäherler barada 16-njy we 20-nji baplara seret). Mikroblar (göze görünmeýän juda maýdaja diri organizmler bolup, köp keselleriň döremegine sebäp bolýar) we gamçyguýruk, sapak şekilli we togalak gurçuklar agyr keselleri döredýärler. Mikroblar we gurçuklar adamlaryň we haýwanlaryň peşewinde we nejasatynda bolup, şu aşakda görkezilen ýagaýlarda düýpli we uzaga çekjek keselleri döredip bilýär:

- Adamlaryň we haýwanlaryň galyndylaryny (peşewini we nejasatyny) ýok etmegiň ygtybarly usullarynyň bolmadyk ýagdaýynda;
- Suw gorlarynyň goralmadyk we arassa saklanylmadyk ýagdaýynda ;
- Ýuwunmak üçin suwuň ýetmezçilik edýän ýagdaýlarynda.

Hapa suw zerarly döreýän mergi keseli ýaly howply keseller tiz ýaýrap, adamlaryň gyrylmagyna sebäp bolýarlar. Mikroblardan we gurçuklardan dörän keseller uzaga çekip, saglygyň beýleki kynçylyklaryny, mysal üçin, bedeniň suwsuzlanmagyny, ýokançlyklary, ganazlygy we iglilik ýaly keselleri döredip bilýär. Miklroblardan we gurçuklardan döreýän keselleriň iň esasy alamatlary içgeçme bolany üçin, muňa käwagt içgeçme keseli hem diýýäler.

Timoti hakynda gürrüň

Ndžoki özüniň bir ýaşlyja ogly Timoti bilen obada ýaşaýardy. Beýleki oba ýaşaýjylary ýaly ol hem birnäçe ýyl mundan ozal ösüş toparynyň gurup beren guýusynyň suwundan peýdalanýardy. Ozal guýynyň suw sorujysy döwülse, ösüş toparynyň işgärleri ony bejererdiler. Ýöne bu topar gidenden soň, obada suw sorujysyny täzeläp ýa-da ony bejerip bilýän adam galmady. Oba ilatynyň täze suw sorujyny ýa-da onuň şaýlaryny satyn almaga ýagdaýlary-da ýokdy.

Şoňa görä-de, suw sorujy döwlenden soň aýallar oba aşyp, suw almaga howdana gitmeli bolýardylar. Bu howdandan mal-gara hem suwa ýakylansoň, ol gurçukdyr mikroblardan ýaňa hapady. Timoti bu howdanyň suwundan içenden soň, agyr suwly içgeçme keseline ýolukdy. Güýçli içgeçme zerarly ol gitdigiçe tapdan düşýärdi. Ndžoki birnäçe sagat ýol ýöräp barmaly uzakdaky saglyk öýüne ogluny alyp gitmäge hiç puly ýokdy. Birnäçe günden soň Timoti öldi.

Içgeçme zerarly döreýän beden suwsuzlanmasy dünýä ýüzünde çagalaryň arasynda iň köp ýaýran keseldir. Içgeçme keseliniň adamlarda döreýşi hakynda indiki sahypada has giňişleýin beýan edilýär.

Timoti näme üçin öldükä?

“Eýsem näme üçin şeýle bolduka?” diýen sapaklar dürli keselleriň we Timotiniň ölüminiň sebäplerine düşünmäge kömek eder.

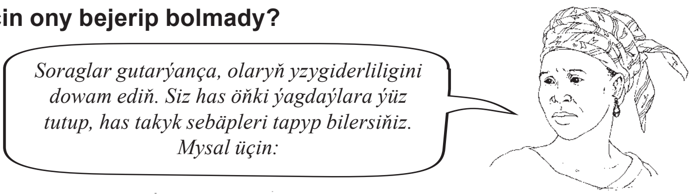
Timotiniň ölümine näme sebäp boldy? Içgeçme we suwsuzlanmak.

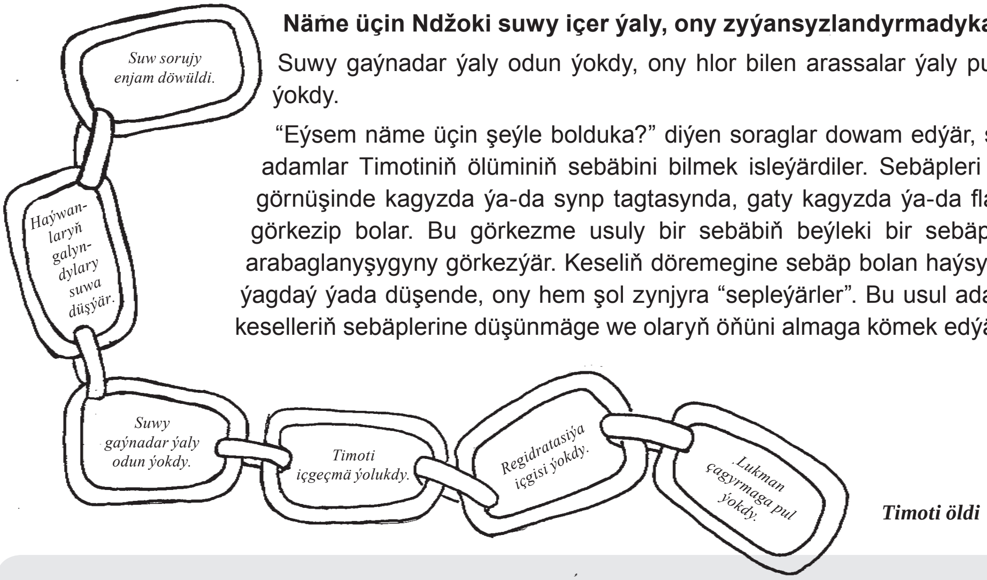
Ol näme üçin içgeçme keseline ýolukdy? Suwda mikroblar bardy.

Suwda näme üçin mikroblar bar? Bu goralmaýan howdandy, şonuň üçin hem ol mikrobdyr gurçuklardan ýaňa hapady.

Ýöne näme üçin Timotä goralmaýan howdandan suw berlipdir? Sebäbi obadaky guýynyň suw sorujysy döwlüpdi.

Ýöne näme üçin ony bejerip bolmady?





Näme üçin Ndžoki suwy içer ýaly, ony zyýansyzlandyrmadyka?

Suwy gaýnadar ýaly odun ýokdy, ony hlor bilen arassalar ýaly pul hem ýokdy.

“Eýsem näme üçin şeýle bolduka?” diýen soraglar dowam edýär, sebäbi adamlar Timotiniň ölüminiň sebäbini bilmek isleýärdiler. Sebäpleri zynjyr görnüşinde kagyzda ýa-da synp tagtasynda, gaty kagyzda ýa-da flanelde görkezip bolar. Bu görkezme usuly bir sebäbiň beýleki bir sebäp bilen arabaglanyşygyny görkezýär. Keseliň döremegine sebäp bolan haýsydyr bir ýagdaý ýada düşende, ony hem şol zynjyra “sepleýärler”. Bu usul adamlara keselleriň sebäplerine düşünmäge we olaryň öňüni almaga kömek edýär.

Mikroblaryň “syýahatynyň” syny

1. Adam içgeçme bilen kesellände nejasat çykarýar.

2. It adam nejasatyny iýýär.

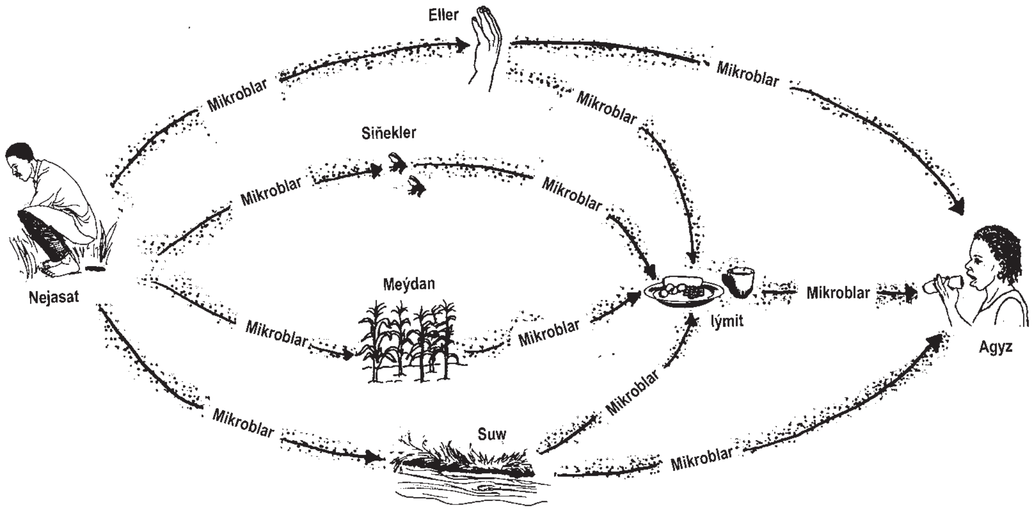
3. Çaga it bilen oýnaýar. Nejasatdaky mikroblar onuň eline geçýär.

4. Çaga aglap başlaýar. Ejesi ony köşeşdirýär. Ol ejesiniň köýnegine ellerini süpürýär.

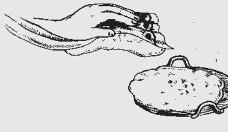
Mikroblaryň we gurçuklaryň keselleri ýaýradyşy

Käbir zatlarda, mysal üçin nejasatda, çüýrän azyk önümlerinde, hapa hajathanalarda we ş.m. mikroblaryň we gurçuklaryň bardygy mese-mälim zatdyr. Ýöne käwagt mikroblar we gurçuklar göräýmäge arassa ýerlerde, mysal üçin arassa suwda ýa-da ellerimizde hem bolup bilýär.

Mikroblar we gurçuklar bir adamdan beýleki bir adama gatnaşyk, howadaky tozanlar arkaly ýa-da adamlar asgyryp-üsgürende geçip bilýär. Şeýle hem olar azyk önümleriniň, agyz suwunyň, siňekleriň, mör-möjekleriň we haýwanlaryň üsti bilen geçip biler. Olar çig ýa-da harsal taýýarlanan tagamlarda-da bolýar. Eger-de siz hapa suwa ýuwunsaňyz, şol suwda bitýän önümleri iýseňiz, gurçuklara ýolukmak töwekgelligi artýar. Mikroblar we gurçuklar aşakdaky görkezilen ýollar boýunça “syýahat” edýär:



Şeýlelik-de, mikroblaryň “syýahaty” barmaklardan, siňeklerden, nejasatdan, meýdandan, azyk önümlerinden we suwdan başlanýar.



5. Eje nahar taýýarlaýar. Onuň köýnegindäki mikroblar eline geçýär. Ol elleri bilen nahar taýýarlaýar.

6. Maşgala bişen nahardan iýýär.

7. Birnäçe wagtdan soň maşgala agzalary içgeçme keseline ýolugýar.

Içgeçme keselleri nähili ýaýraýar?

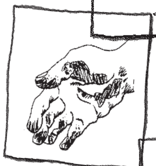
Bu sapak içgeçme keselleriniň sebäbi bolan mikroblaryň bir adamdan beýleki adama geçişini görkezmäge kömek edýär. Adamlar degişli suratlary çekýärler. Soňra olary birleşdirip, olar boýunça gürrüň berýärler.

Wagty: 1 sagada çenli

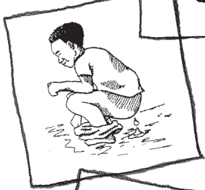
Materiallar: Surat üçin kiçi we uly kagyz tagtalary, reňkli ruçkalar ýa-da markerler, ýelimli zolajyklar, suratlaryň nusgalary.

1 Topar 5-8 adamdan ybarat bolmaly. Toparyň her bir agzasy adamlaryň içgeçme keseline uçraýşyny özüçe şekillendirmeli. Suratda içgeçmäniň ýaýraýşynyň diňe bir tapgyryny suratlandyrmaly. Eger surat çekmek kyn düşýän bolsa, onda ol adam aýtjak zadyny söz bilen beýan edip ýa-da birinden kömek sorap biler. Bu suratlaryň nusgalaryny almaga we toparda ara alyp maslahatlaşmaga höwes döredip biler.

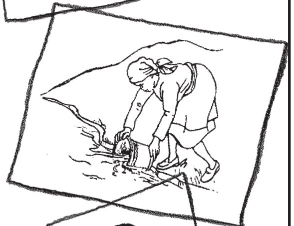
2 Her bir adam toparda öz çeken suratyny görkezýär. Beýlekiler bolsa öz düşünişlerine görä, suratda görýän zatlaryny aýdyp berýärler.



3 Her topar çeken suratlaryny mikroblaryň ýaýraýyş tapgyry boýunça goýýar. Eger topardakylar mikroblaryň ýaýraýşynyň haýsydyr bir tapgyrynyň ýokdugyny görseler, şol tapgyryň hem suratyny çekýärler. Suratlar taýýar bolandan soň, olary uly kagyza ýelmeýärler. Suratlaryň arasynda peýkamjyklar çyzyp, mikroblaryň ýaýraýşyny gürrüň berýän diagrammany ediň.



4 Her topar biri-birine öz diagrammasyny görkezýär. Topar çeken suratlaryny görkezip, içgeçmäniň bir adamdan beýleki adama geçişi hakynda gürrüň berýär.



5 Ähli topar bu işi ara alyp maslahatlaşýar. Toparlaryň gürrüň berýän wakalary meňzeşmi? Bu wakalar biri-birinden tapawutlanýarlarmy? Näme tapawudy bar? Içgeçmäniň ýaýraýyş ýollary hakynda gürrüň beriň. Ykdysady we durmuş şertleriniň haýsylary adamlaryň saglygyna howp salýar? Haýsy hereketler we garaýyşlar adamlaryň saglygyna howp salýar? Keseliň ýaýraýşynyň haýsy ýollary çekilip görkezilmändir?

Içgeçme keselleri

Içgeçme keselleri köplenç şahsy arassaçylyk üçin suwuň ýetmezçiligi, hapa hajathanalar, hapa suw we azyk önümleri zerarly döreýär.

ALAMATLARY

Içgeçmäniň adaty alamatlarynyň biri ýygy-ýygydan suwuk täret etmekdir. Keseliň beýleki alamatlaryna gyzdyrma, baş aýlanma, agyry, üşütme, ysgynsyzlyk, aşgazan we içege sanjysy, gaýtarmak we içiň ýellenmesi ýaly alamatlar degişlidir. Adam içgeçmäniň haýsy görnüşi bilen kesellän bolsa, şoňa görä hem bejergi berilýär. Ýokardaky alamatlar adamyň içgeçme keselleriniň haýsy görnüşi bilen keselländigini bilmäge kömek eder.

- **Mergi:** täret gaýnadylan tüwiň suwuna meňzeş, adamyň içi agyrýar we sanjaýar, ol gaýtarýar.
- **Garahassalyk:** adam gyzdyrýar, onuň içi güýçli agyrýar we sanjaýar, kellesi agyrýar, içi gataýar ýa-da nohutly çorba görnüşinde içi geçýär.
- **Lýambliýa:** adamyň täreti suwuk, ýagly, porsy ysly bolýar, içi agyrýar, az-kem gyzdyrýar, gaýtarýar, içi ýellenýär, käwagtlar gägirende palak ýumurtganyň ysy gelýär.
- **Ganly içgeçme:** adam günüň dowamynda 10-20 gezek ganly täret edýär, gyzdyrýar, içi güýçli agyrýar we sanjaýar.
- **Amýoba ganly içgeçmesi:** adam günüň dowamynda 4-10 gezek ak sülekeýli suwuk täret edýär, gyzdyrýar, onuň içi güýçli agyrýar we sanjaýar, iýip-içen badyna içi geçýär.
- **Togalak gurçuklar:** adamyň garny çişýär, ysgynsyz bolýar, onuň täretinde gülgüne ýa-da ak gurçuklary bolmagy ahmal. Käwagt bu gurçuklar onuň agzyndan ýa burnundan hem çykyp bilýär.
- **Egrije gurçuklar:** adamyň içi geçýär, ysgyny bolmaýar; onda ganazlyk bolup, derisi solgun bolýar. Şeýle gurçuklardan ejir çekýänler palçyk iýegen bolýar.
- **Gamçyguýruk gurçuklar:** adamyň içi geçýär, onuň nejasatynda inçe gülgüne ýa-da çal gurçuklar bolýar.

Içgeçme we gurçuk ýokançlyklary barada has giňişleýin bilmek isleseňiz, “Maşgala saglygy” atly kitabyň 12-nji we 13-nji baplaryna serediň.

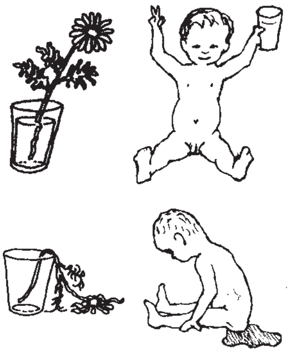
IÇGEÇME KESELLERINIŇ BEJERILIŞI

Içgeçme keseli köpräk suwuklyk we berilýän iýmitiň mukdaryny kem-kemden artdyrmak arkaly bejerilýär. Köphalatlarda derman gerek hem bolmaýar. Derman serişdeleri diňe käbir ýagdaýlarda bellenilýär. (Goşmaça maglumat üçin saglygy goraýyş gullugynyň işgärlerine ýüzleniň ýa-da “Maşgala saglygy” atly kitaby okaň).

- **Amýoba ganly içgeçmesi** dermanlar bilen bejerilýär.
- **Garahassalyk** antibiotikler bilen bejerilýär, sebäbi garahassalyk uzaga çekip, ölüme eltmegi mümkin.
- **Mergini** regidratasiýa içgisi, köp mukdarda suw içmek arkaly bejerilýär. Mergi keseline ýolugan adam ýeňil siňjek naharlary iýmeli, sebäbi ol içgeçme zerarly bedenindäki ýokumly maddalary ýitirýär. Merginiň başga ýerlere ýaýramazlygy üçin degişli derman serişdeleri kabul edilýär.

Eger adamda ganly içgeçme ýüze çyksa, gyzdyrsa ýa-da özüni gaty agyr duýsa, ol tizden-tiz saglyk öýüne ýüz tutmalydyr.

Içgeçme we beden suwsuzlanmasy

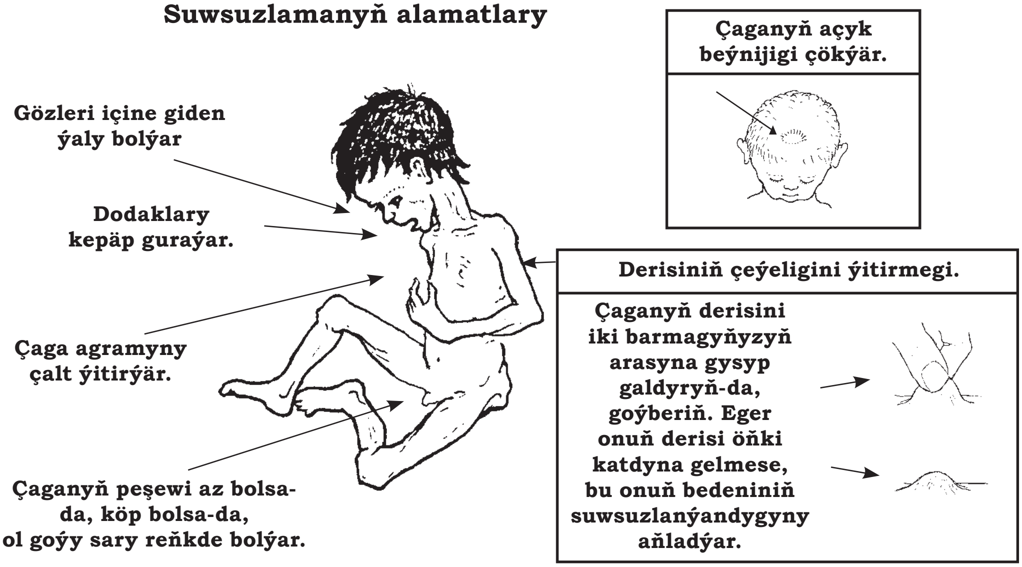


Içgeçme kesellerinden gaty köp adam, aýratyn hem çagalar ölýärler. Içgeçme keseline ýoluganlar, esasan-da, bedenleriniň suwsuzlanmagy zerarly ölýändirler.

Bedeniň suwsuzlanmagyna dürli ýaşdaky adamlar uçrap bilýär, ýöne bu ýagdaý çagalar üçin juda howpludyr. Sebäbi çagalaryň, aýratyn hem bäbekleriň bedeni örän tiz suwsuzlanýandyr.

Suwuk içgeçmä ýolugan islendik çaganyň bedeni suwsuzlanýar. Şeýle ýagdaýda olara hökman köpräk suwuklyk içiriň. Bedeniň suwsuzlanma alamatlary bar bolsa, ony tizden-tiz lukmanyň ýanyna äkidiň.

Suwsuzlamanyň alamatlary



Suwsuzlanmanyň öňüni almak ýa-da bejermek

Eger çagada suwly içgeçme bolup, içi gidip, gaýtaryp başlasa, suwsuzlanmanyň beýleki alamatlaryna garaşman, çalt hereket ediň.

- Çaga suwuklygy köpräk içiriň. Oňa ýarma, süle şülelerini, çorba we arassa gaýnan suw ýa-da regidratasiýa içgisini (indiki sah. ser.) bermek maslahat berilýär.
- Çaga (ýa-da uly adama) işdäsi açylyp başlandan, onuň halaýan iýmitini bermegi dowam ediň. Emýän çagalary naharlamazdan ýa-da suw bermezden öň ýygy-ýygydan emdiriň.
- Regidratasiýa içgisi suwsuzlanmanyň öňüni almaga ýa-da ony bejermägä kömek edýär. Regidratasiýa içgisi içgeçme keselini bejermeýär. Ol adam içgeçmeden gutulýança onuň bedenini gurplandyrýar.

Regidratasiýa içgisiniň taýýarlanylyşy

Regidratasiýa içgisini taýýarlamagyň 2 usuly bardyr. Siz islendik içgä (arassa gaýnag suw iň gowusy) ýarty käse miwe suwuny ýa-da banan üwmejini goşup bilersiňiz. Olaryň düzüminde kaliý we beýleki minerallar bolup, bedeni gurplandyrýarlar. Bu içgini 3 ýaşdan uly çagalara bermek maslahat berilýär.

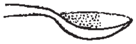
Kiçi çagalara regidratasiýa içgisi bedeniniň agramyna we suwsuzlanma derejesine görä berilýär. Kiçi çagalara berilýän regidratasiýa içgisiniň mukdaryny lukman kesgitleýär.

Adam gaýtarýan hem bolsa, az-azdan bu içgini berip durmaly, sebäbi içginiň hemmesi gaýtmaýar. Taýýarlanylan içgi şol günüň ahyryna çenli gutarmasa, ony ertesi gün içmek bolmaýar. Regidratasiýa içgisi her gün täze taýýarlanylmalydyr.

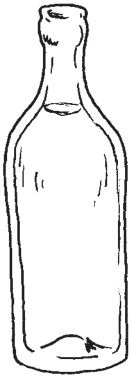
Üwelen dänelerden taýýarlanylan şüle

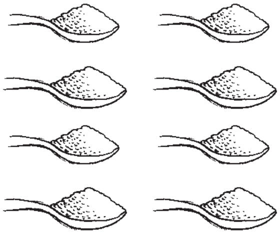
(Siz tüwiniň ýa-da mekgejöweniň külkesinden, bugdaý unundan şüle ýa-da ýer almasyndan duz goşup, üwmeç (pýure) taýýarlap hem bilersiňiz).

1 litr arassa suwa ýarty çaý çemçesi duz we



8 çaý çemçesi däne külkesini garyň.





Soňra ony tä suwuk şülä öwrülýänçä, 5-7 minut gaýnadyň. Bu suwuklygy sowadyp, içgeçmeden ejir çekýän adama içiriň.

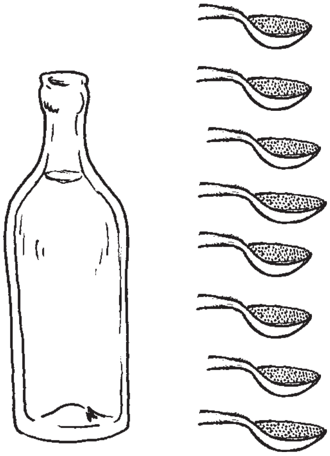
Duýduryş: Bu içginiň zaýa däldigine göz ýetirmek üçin, ony her gezek çaga bermezden öň dadyp görüň. Sebäbi yssy howada bu içgi örän çalt zaýalanýandyr.

Şeker bilen duzdan taýýarlanylan içgi

(Siz ýa goňur şekeri, ýa ak şekeri, ýa-da toşap ulanyp bilersiňiz).

1 litr arassa suwa ýarty çaý çemçesi duz we

8 çaý çemçesi şeker goşuň-da, ony oňat garyň.



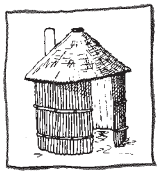
Duýduryş: Şekeri garmazdan öň, içginiň gaty duzly däldigine göz ýetirmek üçin, ony dadyp görüň. Bu içgi gözýaşdan duzly bolmaly däldir.

Eger bedeniň suwsuzlanmasy beterlese ýa-da başga howply alamatlar peýda bolsa, içgeçmeden ejir çekýäne lukmançylyk kömegini beriň.

Içgeçme keselleriniň ýaýramagynyň öňüni almak

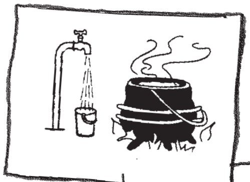
Içgeçme keseliniň ýaýramagynyň öňüni almak üçin, “Içgeçme keselleri nähili ýaýraýar?” atly sapakdan (50-nji sah. ser.) peýdalanyp bilersiňiz.

Wagty: 30 minutdan 1 sagada çenli



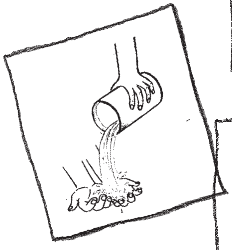
Materiallar: surat çeker ýaly uly kagyz tagtasy, reňkli ruçkalar ýa-da markerler, ýelimli zolajyklar, “Içgeçme keselleri nähili ýaýraýar?” diýen mowzukda çekilen suratlar.

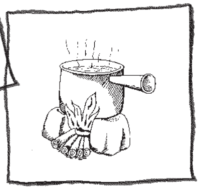
1 Adamlary “Içgeçme keselleri nähili ýaýraýar?” atly sapakdaky ýaly kiçi toparlara bölüň. Her topar ”Içgeçme keselleri nähili ýaýraýar?” diýen mowzukda çekilen suratlary synlaýar-da, bu keseli togtatmak üçin haýsy çäreleriň görülmelidigini aýdýar, mysal üçin, elleri ýuwmak, hajathanalardan peýdalanmak, azygy we agyz suwuny hapalanmakdan goramak we ş.m. Şu agzalan çäreleriň her biri içgeçme keseliniň ýaýramagyna böwet bolýar.



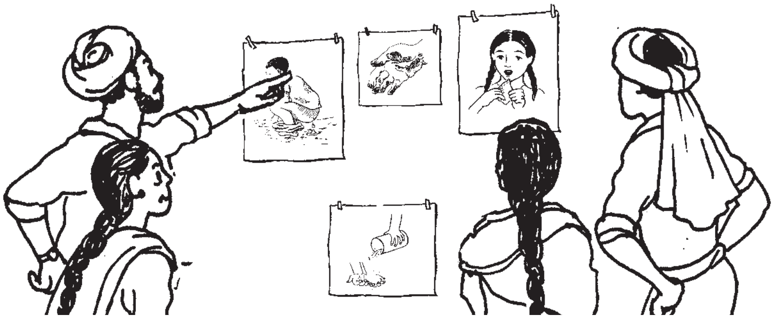
2 Topar mikroblaryň ýaýramagyna böwet bolýan çäreler barada gürrüň edenden soň, içgeçme keselleriniň ýaýramagyny togtatmaklygyň usullaryny şekillendirýän suratlary çeksin.

3 Indiki tapgyrda topar “Içgeçme keselleri nähili ýaýraýar?” diýen mowzukdaky wakany “Içgeçme keselleriniň ýaýramagynyň öňüni nädip almaly?” diýen waka nädip öwürmelidigi barada pikir alyşýarlar. Täze çekilen suratlary öňki mowzukda çekilen suratlaryň ýanynda goýuň. Şonda topar agzalary bir wakanyň beýleki waka geçişini aýdyň görerler.





4 Her topar öz wakasyny gürrüň berýär. Olar içgeçme kesellerini togtatmak üçin haýsy çäreleri ulanýandygyny ýa-da ulanmaýandygyny aýdýarlar. Içgeçme keselleriniň ýaýramagyna böwet bolýan usullarynyň ählisi degerli netijäni berýärmi? Näme üçin? Näme üçin bu usullaryň käbirini ulanmak kyn bolýar? Içgeçme keselleriniň ýaýramagynyň öňüni almak üçin, jemgyýetçilik topary nähili işlemeli?



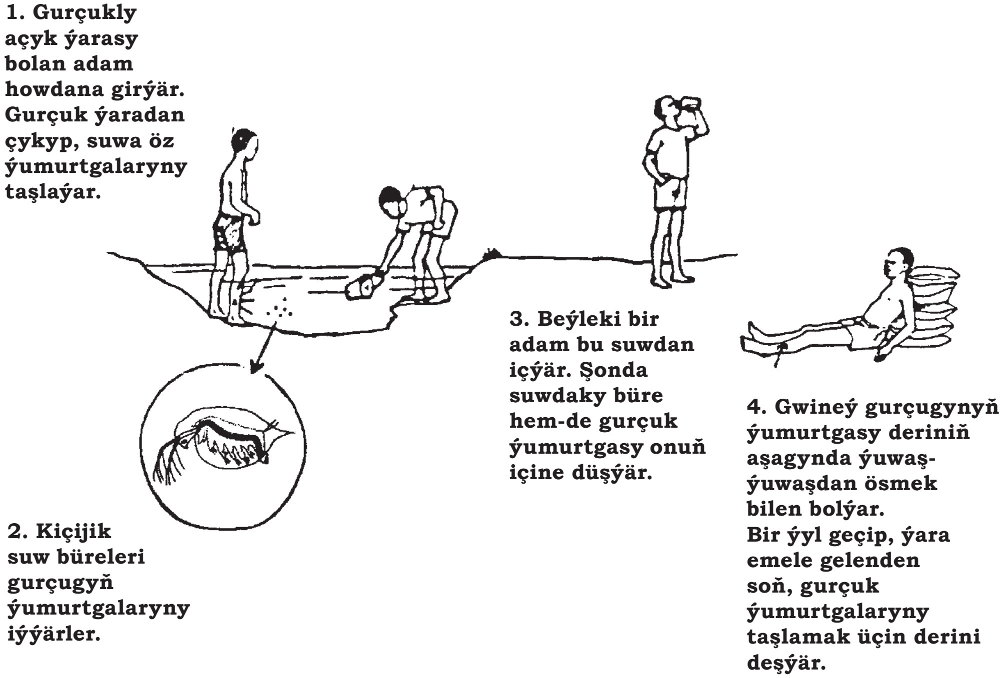
Gwineý gurçugy

Gwineý gurçugy – uzyn, inçe gurçuk bolup, ol deriniň aşagynda mesgen tutýar-da, bedende agyryly ýaralary döredýär. Ak sapak şekilli bu gurçuk 1metre çenli ösüp bilýär. Gwineý gurçugy Afrikada, Hindistanda we Ýakyn Gündogarda duş gelýär.

Alamatlary

Gwineý gurçugynyň alamatlary adatça topukda ýa aýakda bolýar, ýöne bu alamatlar bedeniň başga ýerlerinde hem bolup bilýär. Bu gurçuga ýolugan adamyň bedeninde gabarçak emele gelip, ol birnäçe günden ýa bir hepden ýarylýar-da, şol ýerde açyk ýara emele gelýär. Indiki hepdäniň dowamynda bu gurçuk adamyň bedeninde öz “ýoluny” çekýär. Ak sapak şekilli gwineý gurçugynyň ujy ýaranyň içinden görünýär. Ýara hapalanyp azsa ýa-da gurçugy çykarjak bolanlarynda ol üzülse, ýaranyň ýerindäki agyry we çiş ýaýraýar. Bu bolda adamyň ýöremegini kynlaşdyrýar. Bu gurçuga adatça açyk suw howdanlarynda, derýalarda suwa düşünilende ýolugýarlar.

Gwineý gurçugy bir adamdan beýleki adama şu ýol arkaly geçýär:



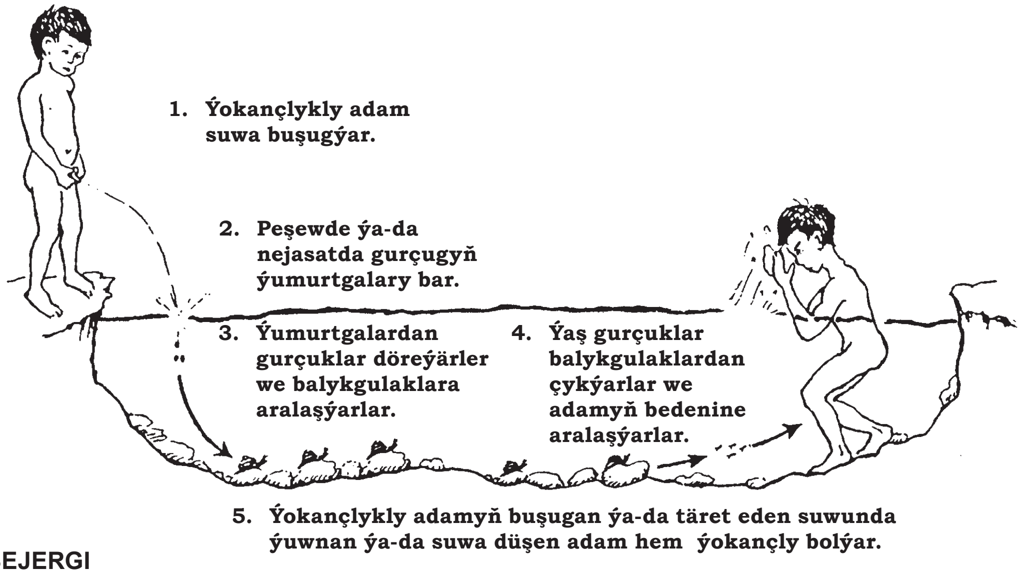
Gwineý gurçugyna ýolukmazlyk üçin, suw çeşmelerini goraň (75-85-nji sah. ser.), içilýän suwy süzgüçlerden süzüň (94-97-nji sah. ser.). Agyz suwy üçin ulanylýan suw howdanlarynda hiç kim suwa düşmese, bu ýokançlyk hiç kime ýokmaz. Eger şeýle edilse, bu ýokançlyk şol sebitlerde bütinleý ýom-ýok bolar.

Gan sorujylar (şistozomatoz, bilsgarioz, balykgulak gyzzyrmasy)

Bu ýokançlyklar hapa suwa düşülende ýa ýuwnulanda döreýär. Bu hapa suwdaky gurçuklar deri arkaly gana aralaşýarlar. Kesel bagra we böwreklere uly zeper ýetirip, adamyň birnäçe aýdan ýa-da birnäçe ýyldan ölmegine sebäp bolýar. Gan sorujylara aýallar has köp ýolugýandyrlar, sebäbi olar çagalary suwa düşürmek, suw çekmek, kir ýuwmak üçin elleri köplenç suwda bolýar.

Käwagt keseliň irki alamatlary bildirmeýär. Bedeniňiň käbir ýerlerinde umumy alamatlaryň, ýagny peşewde we täretde ganyň bolmagy ahmal. Gan sorujylar aýallaryň jyns agzalarynda ýaranyň döremegine sebäp bolýar. Gan sorujylaryň bolan sebitlerindäki adamlar garynlaryndaky sähelçe agyrydan zeýrenenlerinde ýa-da bu keseliň haýsydyr bir alamaty ýüze çykanda, ol degişli barlaglardan geçirilmelidir.

GAN SORUJYLARYŇ ÝAÝRAMAGY TAKMYNAN ŞEÝLE GEÇÝÄR:



BEJERGI

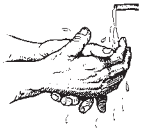
Gan sorujylaryň döredýän keselleri derman serişdeleri arkaly bejerilýändir. Bu dermanlar barada has anyk maglumatlary bilmek üçin saglygy saklaýyş gullugynyň işgärlerine ýüzleniň ýa-da “Maşgala saglygy” atly kitabyň degişli baplaryny okaň. Jyns agzalaryndaky ýaralar we peşewde ganyň görünmegi aýallarda jyns ýollary arkaly geçýän keselleriň (JÝAGK) hem alamatydyr. Şonuň üçin-de, käbir aýallar özlerinde JÝAGK-iň bardygy babatda aýyplanmagyndan gorkup, degişli bejergini aljak-da bolmaýarlar. Ýöne degişli bejergileriň alynmadyk ýagdaýynda başga çynlakaý ýokançlyklaryň we önelgesizligiň döremegi mümkin.

ÖŇÜNI ALMAK

Gan sorujylar bir adamdan beýleki adama göni geçmeýär. Gan sorujylar bir salym suwda kiçijik balykgulaklaryň içinde ýaşaýarlar. Şol balykgulaklary öldürip, gan sorujylaryň döremeginiň öňüni almak üçin, jemgyýetçilik topar degişli maksatnamalary düzüp bilýär. Emma ýatda saklaň: bu maksatnama arassaçylygyň esasy düzgünleriniň berjaý edilen ýagdaýlarynda oňat netijeleri berer. Arassaçylygyň esasy düzgünlerini berjaý etmek üçin, suwa ya-da onuň töwereginde buşukmaň, täret etmäň.

Mikroblaryň we gurçuklaryň ýaýramagynyň öňüni almak

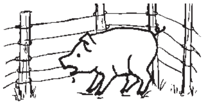
Mikroblar we gurçuklar hemme ýerde bolýandyr. Olar zerarly döreýän keselleriň öňüni almak üçin sadaja usullar bar. Islendik adam bu sadaja usullardan peýdalanyp, mikroblaryň we gurçuklaryň ýaýramagynyň öňüni alyp bilýändir:



- Içmek we ýuwunmak üçin suw çeşmelerini goraň we arassa suwdan peýdalanyň. Eger siz suwuň arassalygy barada şübhelenýän bolsaňyz, ony arassalaň (92-99-njy sah. ser.).

- Hajathanadan soň we nahar taýýarlamazdan öň hökman elleriňizi ýuwuň. Arassa suw we sabyn ulanyň. Eger sabyn ýok bolsa, arassa çäge ýa-da kül ulanyň.
- Dyrnaklaryňyzy ösdürmäň. Bu elleriňiziň arassalygy üçin gowudyr.
- Hajathanalardan peýdalanyň. Bu adamlary mikroblardan we gurçuklardan goraýar. Eger hajathana ýok bolsa, onda hajatlaryňyzy suwdan uzak ýerlerde ediň: adamlaryň we haýwanlaryň barmajak ýerinde täret ediň we ony gömüň.

- Iýmiti taýýarlamakda, saklamakda arassa we zyýansyz usullardan peýdalanyň. Miweleri we gök önümleri ýuwuň ýa-da gaýnadyň. Iýmit galyndylaryny mallara beriň ýa-da dökün hökmünde bir ýere üýşüriň. Zaýalanan önümleri ýok ediň, eti we deňiz önümlerini beýleki azyk önümlerinden aýry saklaň. Etiň, ýumurtganyň we balygyň gowy gaýnadylandygyna ýa-da gowrulandygyna göz ýetiriň. Gap-gaçlary ulananyňyzdan soň gaýnan suwda ýuwujy serişdeler bilen ýuwuň, mümkin bolan ýagdaýynda olary günde guradyň.



- Mallaryňyzy iýmit önümlerinden we suw çeşmesinden uzakda saklaň.
- Gurçuklar aýaklaryňyz arkaly bedeniňize aralaşmaz ýaly, aýakýalaňaç gezmäň.

- Siňekler mikroblary ýaýratmaz ýaly, siňek tutujylar ýasaň we azyk önümleriň üstüni ýapyň. Siňeklerden goralýan hajathanalar hem olaryň köpelmeginiň öňüni alýandyrlar (7-nji baba ser.).

Siňek tutujynyň plastmas çüýşeden ýasalyşy

1. Plastmas çüýşesiniň ýokarky bölegini kesiň.
2. Çüýşäni asar ýaly, oňa sim ýa-da ýüp daňyň.
3. Aldawaç hökmünde çüýşäniň içine süýji zat atyň.
4. Çüýşäniň ýokarky bölegini onuň aşaky böleginiň içine başaşak salyň. Siňekler çüýşäniň içine girip, yzyna çykyp bilmezler.
5. Çüýşe dolandan soň ony dökün üýşmegine ýa-da hajathana döküň. Muny etmezden ozal çüýşedäki siňekleriň barynyň ölendigine göz ýetiriň.

Siňekleri azaltmak üçin, siňek tutujylary hajathanalaryň ýanynda we iýmit taýýarlanylýan ýerlerde asyp goýuň.

Elleri ýuwmaklyk

Mikroblar we gurçuklar zerarly ýüze çykýan saglyk kynçylyklarynyň öňüni almak üçin, hajathanadan, çagany ýuwundyranyňyzdan soň we iýip-içmezden öň, çagany naharlamazdan öň hemişe elleriňizi sabynlap ýuwuň.

Elleriňizi arkaýyn ýuwar ýaly, öýüňiziň golaýynda amatly şertleri serediň.

Elleri ýöne bir suwa ýuwmak ýeterlik däldir, hapany we mikroblary aýyrmak üçin elleriňizi sabyn bilen ýuwmaly. Elleriňizi sabynlap, suw kranynyny ýa-da elýuwary açyň. Eger olar ýok bolsa, legenden ýa-da haýsy hem bolsa bir gapdan peýdalanyň. Soňra elleriňizi arassa suwa oňat durlaň.

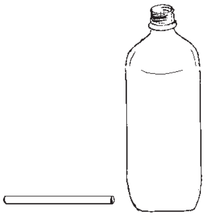
Elleriňizi arassa mata süpüriň ýa-da howada guradyň.

Elýuwar – ýönekeý ýuwujy enjam

Elýuwarda ýuwnulanda, suw az mukdarda sarp edilýär. Mundan başga-da, akyp duran suwuň aşagynda elleri owkalap ýuwmaga mümkinçilik bolýar. Elýuwary elýeter materiallardan ýasamak mümkin we ony islendik ýerde: pejiň, hajathananyň ýanynda ýa-da bazarlarda goýmak bolýar.

Plastmas elýuwarlaryň ýasalyşy

Elýuwaryň bu görnüşini ýasamak üçin size gapagy towlanýan plastmas çüýşe (islendik miweli suwlardan boşan plastmas çüýşe) we sypal taýajyk, ruçkanyň boşan sterženi ýa-da islendik içi oýuk taýajyk gerek bolar.



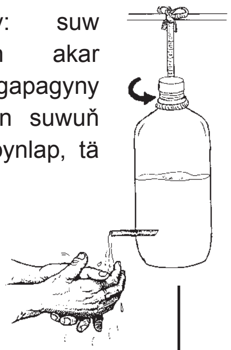
1 Çüýşäni ýuwuň.

2 Gyzdyrylan simiň ujy bilen çüýşäniň aşaky bölegini deşiň.

3 Eger sypal taýajyk bolmasa, ruçkanyň sterženini arassalaň. Onuň ujuny kesip, çüýşäniň deşigine dykyň. Taýajyk deşikde berk durmalydyr.

4 Çüýşäni suwdan dolduryň we gapagyny towlaň. Eger gapagy berk towlanan bolsa, suw çüýşäniň deşiginden akmaly däldir. Gapagy aýranyňdan soň, suw çüýşäniň deşiginden turbajyk arkaly endigan akmalydyr. Muňa göz ýetireniňizden soň, çüýşäniň ýanynda sabyn goyup (sabyny çüýşä daňsaňyz hem bolar), ony adamlaryň elini ýuwar ýaly ýerinde asyp goýuň.

5 Elýuwaryň ulanylyşy: suw elýuwardan endigan akar ýaly, çüýşäniň gapagyny gowşadyň. Akyp duran suwuň aşagynda elleriňizi sabynlap, tä arassalanýança ýuwuň.



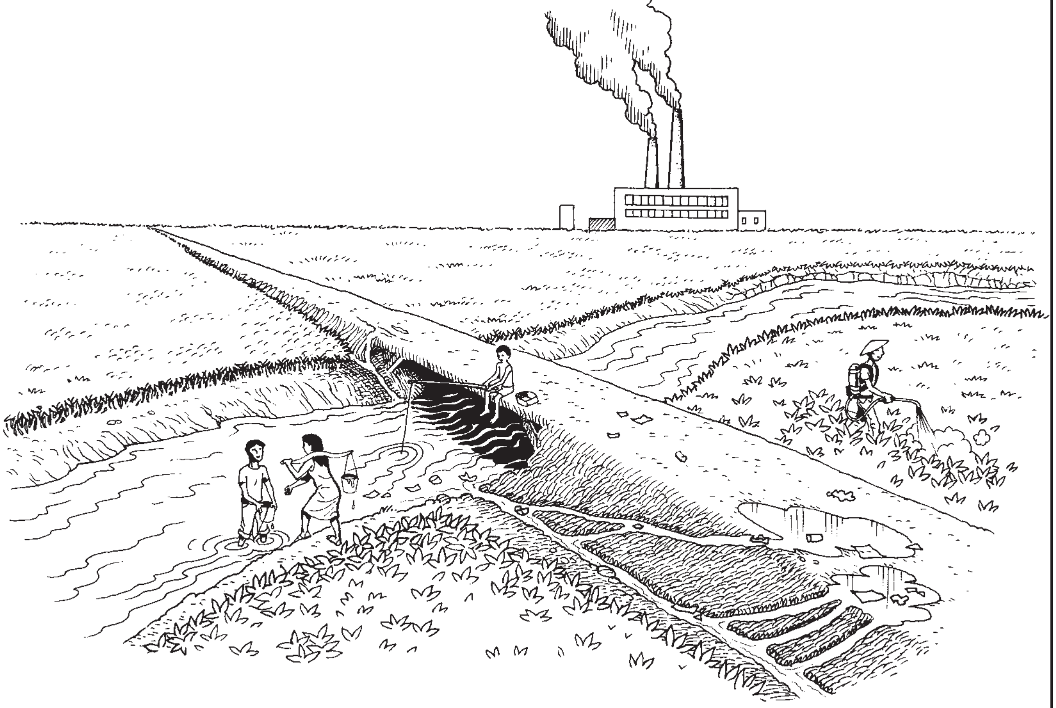
Suwuň zäherlenmegi

Oba hojalygy, dag magdanlaryny gazyp alýan senagat, nebit we himiýa senagatlarynyň pudaklary öz galyndylaryny suw çeşmelerine taşlaýarlar. Bu suwdan içmek, nahar taýýarlamak, oňa ýuwunmak we ekinleri suwarmak örän howpludyr.

Käbir ýerlerde suwuň zäherlenmegi ýerde tebigy myşýagyň (61-nji sah. ser.) we ftoridiň (dişlerde goňur tegmil goýýan we süňkleriňi port edýän tebigy madda) bolmagy bilen baglydyr. Ýerasty suwlar azalanda, onuň düzümindäki tebigy zäherli maddalaryň mukdary artýar.

Zäherli himikatlary senagatyň taşlandylarymy ýa-da ýerden gazylyp alynýan maddalarmy, tapawudy ýok, gözüň bilen görüp bolmaýar, olary ýüze çykarmak hem kyndyr. Tebigy zäheleri we senagat himikatlary diňe suwy barlaghanalarda seljeriş barlaglary arkaly ýüze çykaryp bolýar.

Söhbetdeşlik üçin surat: Zäherli himikatlar suwa nähili aralaşýarlar?



Ara alyp maslahatlaşmak üçin soraglar:

- Zäherli himikatlar suwa nähili aralaşýarlar?
- Suwy zäherlenmekden goramak üçin näme etmeli?
- Zäherlenen suwdan içilse ýa-da şol suw howdanyndan balyk tutulyp iýilse, bu adamlaryň saglygyna nähili täsir eder?

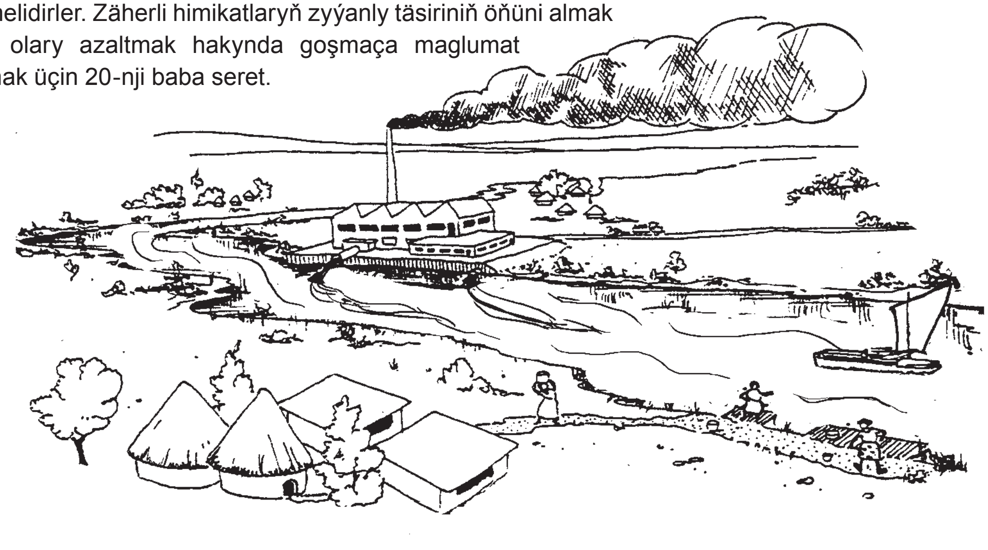
Zäherli taşlandylaryň öňüni almak

Suwda zäherli himikatlaryň ýokdugy babatda ynamly bolmagyň ýeke täk ýoly – suw gözbaşlarynyň hapalanmagynyň öňüni almak. Eger siz öz ulanýan suwuňyz zäherlidir öýtseňiz, onda jemgyýetçilik toparyňyzy gurnap, kartada suw çeşmelerini belläň-de, olaryň haýsylarynyň saglyga howp salýandygyny anyklaň (68-70-nji sah. ser.). Suw gözbaşlarynyň haýsysynyň zäherlenýändigini anyklanyňyzdan soň, bu ýagdaýyň öňüni almak üçin degişli çäreleri görüň. Suwda haýsy himikatlaryň bardygyny bilmek üçin, ony barlaghanalarda barladyň (70-nji sah. ser.).

Ýatda saklaň: mikrobdyr gurçuklardan arassalanan suwda himikatlar ýokdur diýip bolmaýar. Himikatlardan arassalanan suwa mikrobsyz we gurçuksyz arassa suw diýip hem bolmaýar.

- Zäherli himikatlaryň daşky gurşawy zäherlemesiniň öňüni nähili almaly?
- Suw gözbaşlaryny awtoulaglaryň zyýanly galyndylaryndan goramak üçin, awtoulaglaryň geçýän ýollarynyň we köprüleriniň boýunda zeýkeşleri gurmalydyr.
- Awtoulaglaryň geçýän ýollarynyň ugrunda agaç ekmeklik hem suw gözbaşlaryny hapalanmakdan goraýar, sebäbi agaçlar howadaky hapalary özlerine siňdirýärler.
- Senagat öz taşlandylaryny azaltmaly. Fabrikler ol taşlandylary arassalap bilerler, uly we kiçi telekeçilik bolsa önüm öndürmegiň arassa usulyndan peýdalanyp biler (458-nji sah. ser.).
- Dag magdanlaryny gazyp alýan we nebit çykarýan senagatlar suw çeşmelerine howp saljak ýerlerde ýerleşdirilmeli däldir (21 we 22-nji baplara seret).
- Daýhanlar pestisidlerden we himiki dökünlerden peýdalanmaklaryny azaltmalydyrlar ýa-da düýbünden peýdalanmaly däldirler. Mundan başga-da, olar himikatlaryň suw gözbaşlaryna düşmeýändigine göz ýetirmelidirler. Olar zyýanly mör-möjeklere garşy himiki serişdeler arkaly däl-de, tebigy serişdeler arkaly göreşmelidirler (15-nji baba seret).
- Hökümet suwuň zäherlenmeginiň öňüni almak boýunça kanunlary işläp, ony durmuşa ornaşdyryp bilýär. Şeýle hem suwy goramak boýunça Halkara kanunçylygyna degişli Goşundy B seret.

Suwuň zäherlenmeginiň öňüni almak üçin, jemgyýetçilik toparlar, hökümet we senagat hereket etmelidirler. Zäherli himikatlaryň zyýanly täsiriniň öňüni almak we olary azaltmak hakynda goşmaça maglumat almak üçin 20-nji baba seret.



“Howpsuz” suwdaky myşýak

Birnäçe ýüzýyllyklaryň dowamynda Bangladeşiň ilatynyň aglabasy gowy goralýan ýerüsti suw gözbaşlaryndan içýärdiler. Ýöne olar suwa düşmek, gap-gaçlary we egin-eşikleri ýuwmak üçin derýalardan, ýaplardan we beýleki goralmaýan suw gözbaşlaryndan peýdalanýardylar. Bu suw gözbaşlarynda mikroblaryň bolmagy şol sebitlerde içgeçme, mergi, sary getirme we beýleki saglyk kynçylyklaryny döredýän keselleriň ýüze çykmagyna sebäp bolýardy. Şonuň üçin-de, hökümet halkara guramalary bilen hyzmatdaşlyk edip, ýurduň ähli ýerinde gaty çuň bolmadyk turba görnüşli guýulary gurdular. Saglygy saklaýyş toparlary adamlaryň ýerüsti suwlardan däl-de, “howpsuz” guýulardaky ýerasty suwlardan peýdalanmaklaryny goldaýardylar.

Emma 1983-nji ýylda köp adamlaryň zäherlenýändigi barada habarlar gelip başlady. Adamlar deri kesellerine, howply çişleriň döremegine, nerw ulgamynyň bozulmalaryna, ýürek we süýji kesellerine sezewar boldular. Bu keseller zerarly köp adamlar aradan çykdy. Emma bu keselleriň näme sebäpden dörändigini hiç kim bilmeýärdi. 1993-nji ýylda alymlar bu keselleriň ýerasty suwlaryndaky myşýak zerarly döreýändigini anykladylar. Şol sebitlerdäki ýerasty suwlar düzüminde tebigy myşýagyň bolup-bolmazlygyna hiç barlanylmandy. Geçirilen seljeriş işleriniň netijesinde guýularyň köpüsinde myşýagyň köp mukdarynyň bardygy mälim boldy.

Myşýak suwa nähili aralaşdyka? Tebigy myşýagyň ýerasty suwlarynda bolmagy adaty zatdy. Ýöne adamlaryň kesellemegi üçin, tebigy myşýagyň suwdaky mukdary örän köp bolmalydy. Eýsem bu nähili bolduka?

Obalarda “howpsuz” suwlary ýeriň aşagyndan çykaran tehnologiýalar uly meýdanlaryň suwarylmagyna, uly täjirçilik hojalyklarynyň ösmegine ýardam berdi. Suwaryş işleri üçin köp mukdarda ýerasty suwlaryň çekilip alynmagy, ondaky myşýagyň mukdarynyň artmagyna sebäp boldy. Mundan başga-da düzüminde myşýak bolan himiki dökünleriň ulanylyşy hem artypdy, ekin meýdanlarynda pestisidler köp mukdarda pürkülýärdi. Deri zawodynyň taşlandylary hem suw gözbaşlaryny hapalaýardylar. Bularyň netijesinde Bangladeşde zäherlenen adamlaryň sany barha artýardy.

Häzirki wagtda Bangladeşde tebigy myşýak zerarly kesellänleriň sany takmynan 40000 adamdyr. Bu esasan hem aýallar, garyp-pukaralar we ýerli işçilerdir. Myşýak zerarly döreýän saglyk kynçylyklary ýylsaýyn artyp, gelejekde kesellejek adamlaryň sany ýene köpeler. Şonuň üçin-de, suwuň hilini gowulandyrmak üçin, myşýak bilen bagly saglyk meselelerini çözmelidir.

Bu betbagtlyk uzaga çekdi. Bu betbagtlyga diňe garyp-pukaralar sezewar bolansoň, onuň sebäplerini biljek-de bolmadylar. Eger Bangladeşiň paýtagty Dakkadaky suw hapalanan bolsady ýa-da bu betbagtlyk baý döwletleriň birinde ýüze çykan bolsady, onda derrew degişli çäreler geçirilerdi.

Bangladeşdäki bolan waka ýerüsti we ýerasty suwlarynyň zäherlenmesiniň howpludygyny görkezýär. Bu ýagdaý suw gözbaşlarynyň barlanyp durulmagynyň möhümdigini we suwuň howpsuzdygy babatda az-kem şübhe dörän ýagdýynda degerli çäreleri tiz geçirmelidigini görkezýär.

Agyz suwuny myşýakdan arassalamak

Suwy tebigy myşýakdan arassalamak üçin, Bangladaşde ýönekeýje süzgüç (filtr) hökmünde demir çüýler ulanylýardy (97-nji sah. ser.). Bu usul zäherlenmäni azaltsa-da, hapalanan suw meselesini düýpli çözmeýär.

Ýeterlik mukdardaky zyýansyz suwa hukukly bolmak

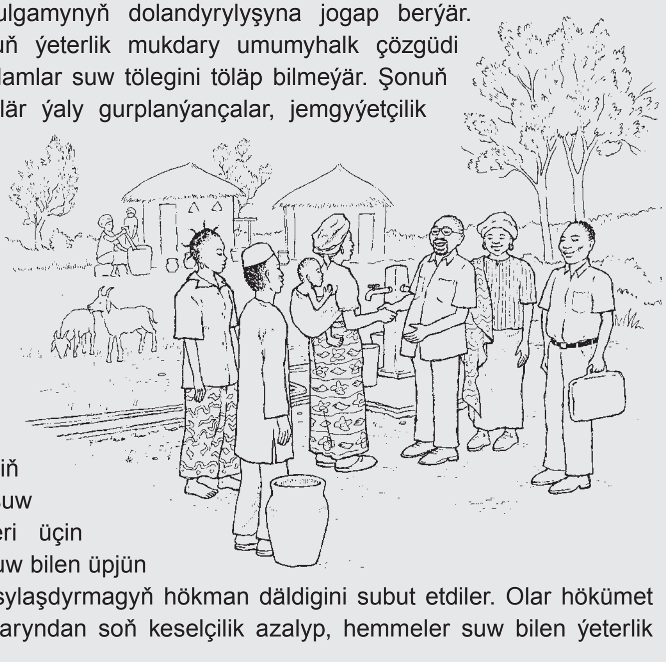
Bütin dünýäniň adamlary saglyk hukuklaryny goramak, şeýle hem zyýansyz suw üpjünçiligine hukuk gazanmak ugrunda iş alyp barýarlar. Hususy kompaniýalar hökümete garanda suw üpjünçiligini has oňat ýola goýmak bilen birlikde hususy girdejini almagy başarýandyklaryny nygtaýarlar. Ýöne hususy kompaniýalar suw hyzmatlaryny (suw hususylaşdyrmasy) öz garamaklaryna alanlaryndan soň, suwuň bahasy gymmatlaýar. Şonuň üçin-de, adamlar suwy öz saglyklaryna gereginden az ulanyp başlaýarlar. Şol sebäpden adamlar mikrobdyr gurçuklar ýa-da himikatlar bilen hapalanan hem bolsa, mugt suwuň gözleginde bolýarlar. Bu ýagdaý bolsa düýpli saglyk kynçylyklarynyň döremegine sebäp bolýar.

Hökümet we jemgyýetçilik guramalary hemme adamlary, aýratyn-da mätäçlik çekýänleri, zyýansyz we ýeterlik suw bilen üpjün etmek üçin suw ulgamlaryny gowulandyrmak we köpeltmek maksady bilen hyzmatdaşlyk etmelidir.

Hyzmatdaşlyk suw üpjünçiligini gowulandyrýar

Demirgazyk Afrikanyň Gana diýen ýerinde jemgyýetçilik toparlary suw üpjünçiligini öz garamaklaryna aldylar. Seýwlugu şäherinde döwlet suw kompaniýasy ilaty turbalar arkaly suw bilen üpjün edýär, jemgyýetçilik toparlary bolsa suwuň hiline baha bermäge, suwy paýlamaga we suw ulgamyny bejermäge jogapkärdirler. Olar muny “hökümet bilen jemgyýetçilik toparlaryň hyzmatdaşlygy” diýip atlandyrýarlar.

Jemgyýetçilik topary suw ulgamynyň dolandyrylyşyna jogap berýär. Şonuň üçin-de, howpsuz suwuň ýeterlik mukdary umumyhalk çözgüdi arkaly kepillendirilendir. Käbir adamlar suw tölegini töläp bilmeýär. Şonuň üçin-de, olaryň suw tölegini tölär ýaly gurplanýançalar, jemgyýetçilik topary olara derek töleýär. Jemgyýetçilik topary muny pulunyň köp bolandygy üçin däl-de, şol pukara adamlaryň jemgyýetiň agzalarydygy üçin töleýär. Gana şäherindäki suw kompaniýasy hem zyýan çekmeýär, sebäbi jemgyýetçilik topary ulanýan suwunyň tölegini hemişe töleýär.



Jemgyýetçilik birleşiginiň esasynda döredilen Seýwlugu suw ulgamy Gananyň ähli şäherleri üçin görelde boldy. Seýwlugyň ilaty suw bilen üpjün etmek üçin suw ulgamyny hususylaşdyrmagyň hökman däldigini subut etdiler. Olar hökümet bilen hyzmatdaşlyk edip başlanlaryndan soň keselçilik azalyp, hemmeler suw bilen ýeterlik mukdarda üpjün edildi.

Suwy çüýşelere guýup satmak hukugy

Adamlar öz suw kranlaryndan akýan suwuň arassalygy babatda şübhelenseler, mümkinçilikleriniň bolan ýagdaýynda çüýşelere guýlan suwlary satyn alýarlar. Eger krandan akýan suwda mikroblar bar bolsa, onda çüýşedäki suwdan peýdalanmak howpsuzdyr, sebäbi ol köp keselleriň öňüni alýar. Ýöne suw çüýşelere guýlup satylýandygy üçin ony howpsuz hasaplap bolmaýar. Çüýşe gaplarda satylýan suwlar köplenç kranlardan guýlup, ýokary bahadan satylýarlar. Adamlaryň we daşky gurşawyň saglygyny goramak üçin, suwuň hilini we jemgyýetçilik suw üpjünçiliginiň ygtybarlylygyny gowulandyrmalydyr.

Siz plastmas çüýşeleri suwdan doldurmak bilen saglyk meselesini çözýändirin öýtseňiz, şuny bilip goýuň: çüýşeleri doldurmagyň, olary müşderilere ulagly eltmegiň bahasy hemmeleri zyýansyz suw bilen üpjün etmekden ýokarydyr.

Kompaniýalar özlerine bähbitli bolany üçin, suwy çüýşelere guýup satýarlar. Olar köplenç öz önümlerini mahabatlandyryp, jemgyýetçilik tarapyndan kran boýunça üpjün edilýän suwy "gaty gowy däl" diýip adamlary ynandyrmak isleýärler.

Coco Cola ýaly suwlary satýan köpmilletli uly korporasiýalar ýakymly suwlary öndürýän ýerli toparlary telekeçilikden gysyp çykaryp, ýerli ykdysadyýete zyýan ýetirýärler. Bu korporasiýalar suwy örän köp sarp edýändikleri zerarly içmek, hojalyk işleri, ekin meýdanlaryny suwarmak we beýleki işler üçin suw ýetmezçiligini döredýärler. Bu bolsa adamlara zyýan edýär (67-nji sah. wakany oka).

Arassa suwy turbalar arkaly üpjün etmek her bir adamyň saglygyny gowulandyrmagyň iň gowy usulydyr. Ýewropada we Demirgazyk Amerikada howpsuz suw ulgamlary saglygy saklaýşyň esasydyr. Baý bolmadyk ýurtlaryň adamlarynyň zyýansyz suwuň ýetmezçiligi sebäpli çüýşelere guýlup, gymmat satylýan suwlary mejbury satyn almagyna hiç esas ýokdur.

Sagdyn ýaşamak üçin ýeterlik arassa suwly bolmaga tutuş adamzadyň hukugy bardyr. Suw ulgamlary jemgyýetçilik guramalary tarapyndan dolandyrylan ýagdaýynda adamlaryň suw hukuklaryny goramaklyk we ýerine ýetirmeklik üstünlikli amala aşýar. Hökümetiň suw ulgamyndaky hyzmatlarynyň oňat ýerine ýetirýändigine göz ýetirmek üçin, jemgyýetçilik birleşigiň agzalary kommunal hyzmatlaryň suw kärhanalaryna berk gözegçilik etmelidir. Bu suw ulagamynyň dolandyrylyşygynda adam saglygynyň iň esasy zat bolup durýandygyna göz ýetirmäge kömek edýär.