
TÄZE NEŞIR BARADA BELLIKLER

“Maşgalanyň saglygy” atly kitabyň şu düzedilen neşirine täze ylmy açyşlara esaslandyrylan täze maglumatlar goşuldy. Dünýäniň dürli künjeklerindäki saglygy goraýyş hünärmeleri öz baý tejribelerini sahylyk bilen paýlaşdylar, tekliplerini we maslahatlaryny berdiler.

Täze maglumatyň kitabyň sahypa sanyna üýtgeşmeler girizmedik ýagdaýynda, biz ony kitabyň esasy bölegine goşduk. Şoňa görä-de, kitabyň sahypa jemi doly saklanandyr.

II goşundy kitabyň ahrynda berlip, bütinleý täze bölümdir (sah. 399). Bu bölümde saglygyň ösýän ýa-da örän howply kynçylyklary: AIDS, jyns agzalaryndaky ýaralar, leýşmanioz, abortdan soň gaýra üzülmeler, rişta we başgalar baradaky maglumatlara seredilýär. Şeýle-de bu bölümde gan basyşyny ölçemek, pestesidleri artyk ulanmagyň zyýany, neşekeşlige ýygyn bolmak we wagtyndan öň doglan çagalaryň idegi barada maglumatlar berilýär.

Täze pikirler we maglumatlar kitabyň ähli bablarynda duşýar, sebäbi lukmançylyk bilimi günsäýin üýtgeýändir! Meselem:

- Iýmitlenme boýunça maslahatlar üýtgedildi.** Hünärmenler adatça enelere çagalaryny beloga baý iýmit bilen iýmitlendirmegi maslahat berýärdiler. Emma biziň günlerimizde kem iýmitlenýän çagalaryň ýokumly iýmitlere has köp mätäçdigi ýüze çykdy. Arzan ýokumly iýmitler, aýratyn-da galla önümleri, ýeterlik iýlende, çagalary belok bilen doly üpjün edýär. Häzirki wagtda “iýmitiň 4 toparynyň” deregine ýokumly iýmitiň ýeterlik derejesini üpjün edip biljek başga usullaryň gözlegine köp üns berilýär (11-nji bab).
- Aşgazanyň ýarasyny** bejermek babatdaky maslahatlar hem üýtgedi. Lukmanlar köp ýyllaryň dowamynda süýdi köp mukdarda içmegi maslahat berýärdiler. Emma soňky ylmy barlaglaryň netijesinde süýde derek suwy köpräk içmek maslahat berilýär (sah. 129).
- Içgeçmede içilýän ýörite içgi** (agyздan kabul edilýän regidron bejergisi) babatdaky bilim hem üýtgedi. Ýaňy-yaňylar hem hünärmenler gantly içgileri iň oňat diýip hasaplaýardylar. Ýöne indi gantly içgilere garanda, galla önümlerden taýýarlanylýan içgileriň has peýdalydygyny bilýäris. Bu içgiler organizmiň suwsuzlanmasynyň, arryklamanyň önüni alýar, içgeçmäni azaldýar (sah. 152).
- Bölüm **guralary zyýansyzlandyрма (sterilizasiýa)** babatdaky maglumatlar goşuldy. Bu AIDS ýaly howply keselleriň ýaýramagynyň önüni almakda örän wajypdyr (sah. 74).
- Şeýle-de **Denge gyzdyrmasy** (sah. 187), **orak şekilli öýjüklü ganazlyk keseli** (sah. 321) we **kontraseptiw implantlar** (sah. 293) babatdaky maglumatlaryň üsti dolduryldy. Kitabyň 105-nji sahypasynda ýylan çakmalary barada giňişleýin maglumat bar.
- Şeýle-de siz kitabyň 139-njy sahypasynda siňeklere garşy göreşmek üçin hajathanalary gurmak barada maglumatlary tapyp bilersiňiz.

**Eger siziň şu kitaby kämilleşdirmek boýunça
teklipleriňiz bar bolsa, bize habar ediň.
Siziň pikirleriňiz biziň üçin örän ähmiýetlidir!**

I Goşunda goşmaça dermanlar goşuldy. Bu käbir keselleriň öň ulanylan dermanlara indi garşy durup bilýänligi zerarly edildi. Şonuň üçin-de indi gyzyrma keseli, inçekesel, garyn garahassylgy, weneriki kesellere ýönekeý lukmançylyk bejergisini bermek has kynaldy. Biz köplenç bejerginiň birnäçe usulyny teklipl edýäris. **Ýöne ýokanç keselleriň köpüsi üçin ýaşayan ýeriňizde haýsy dermanlaryň has arzandygy we elýeterlidigi babatdaky maslahatlar gerekdir.**

Dermanlar baradaky maglumatlara gaýtadan seredip, biz esasan hem BSSG-niň Möhüm dermanlaryň sanawyna girýän dermanlary goşduk. Şeýle-de, biz giňden ulanylýan howply dermanlar barada hem gürrüň berip, olary ulanmaktan ägä bolmalydygyny duýdurýarys. (sah. 50-52).

Saglygy goraýşyň hajatlaryny we dünýäniň dürli künjeklerinde olaryň özgermelerini öňden ýüze çykarmaga synanyşyp, biz dermanlaryň diňe kesgitli bir ýer üçin däl-de, has giňişleýin sanawyny berdik. Şu kitaby uýgunlaşdyrmakçy bolýan adamlara I Goşundyny gysgaldyp, ony öz ýurduňyzyň talaplaryna laýyklykda düzmeği maslahat berýäris.

Biz kitabyň şu täze neşirinde bejerginiň adaty usullarynyň ähmiýetini belläp, “öý serişdeleri bilen bejermek” babatdaky goşmaça maglumatlary berdik. Bejerginiň adaty usullarynyň köpüsiniň ýerli ösümlüklere we döp-dessurlara baglydygy üçin, biz giňden ýaýran ösümlükleriň käbirini (meselem, sarymsagy) goşduk. Şu kitaby uýgunlaşdyran adamlar siziň ýaşayan ýeriňizde peýdaly bolan öý serişdelerini goşarlar diýip umyt edýäris.

Kitabyň ähli bablarynda **jemgyýetiň işjeňligine** aýratyn üns berilýär. Meselem, biziň günlerimizde enelere çagalary üçin ene süýdüniň iň ýokumly iýmitdigini düşündirmek ýeterlik dälidir. Jemgyýet iş wagtyny guranda, emdirýän eneleriň çagalaryny iş wagtynda hem emdirip biler ýaly ýagdaý döretmelidir. Pestesidleri gereginden artyk ulanmak (sah. 412), neşekeşlik (sah. 416) we howply çaga düşürmeler (abortlar) (sah. 414) ýaly kynçylyklary adamlaryň bilelikde çözmegi örän wajypdyr. Sebäbi bu jemgyýetiň sagdyn, has dogruçyl we howpsuz bolmagyna ýardam edýär.



**Hemmeleriň sagdyn bolmagy üçin ýeriň, aýlyk haklarynyň,
hyzmatlaryň we esasy hukuklaryň deň derejede
paýlanylmagy wajypdyr. Bu meselede adamlara has köp
ygtyýarlylygy beriň!**