



# МҰРАТ- ҚАЗАЛЫ

№80  
(2355)  
Сенбі  
18 қазан  
2025 жыл  
Газет  
2003 жылдың  
5 қаңтарынан  
шығады



Аймақтық  
ақпараттық-  
танымдық  
басылым

ҚЫЗЫЛОРДА ОБЛЫСЫНА ТАРАЙТЫН ГАЗЕТ

## БІЛІМ МЕН ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ САЛАСЫНДА АТҚАРЫЛҒАН ЖҰМЫСТАР ТАЛҚЫЛАНДЫ

Аудан әкімдігінің мәжіліс залында білім және денсаулық сақтау саласында атқарылып жатқан жұмыстар мен алдағы міндеттерге байланысты арнайы мәжіліс өтті.

Мәжілісте аудан әкімі Алмасбек Есмаханов ұлттың зияткерлік әлеуетін арттырып, халықтың өмір сүру сапасын жақсартуға бағытталған, елдің әлеуметтік-экономикалық дамуының негізгі тетіктерінің бірі саналатын қос сала маңыздылығына тоқталып өтті.

Жиында аудандық білім бөлімінің басшысы Әділхан Жөлекешов, аудандық көп бейінді орталық аурухананың бас дәрігері Қадырбек Алипов пен «Қазалы теміржол ауруханасы» ЖШС-нің директоры Ернар Ршымбетов салада атқарылған жұмыстар мен алдағы міндеттер жайында хабарлама жасады.

Баяндамашылардан кейін аудан басшысы білім саласы бойынша жұмыстар жоспарға сәйкес жүргізіліп жатқанын, аудандағы білім сапасы мен саладағы жетістіктердің көңіл қуантатындығын жеткізді. Алайда, бұл салада күрделі мәселелердің жоқ емес екендігінде тілек тиек етті. Мәселен, білім бөлімінің бас-



шысына бүгінде бірқатар ауылдардың мектеп директорлары қатынап жұмыс істеп жүргендігін сынға алып, 3 күн мерзім ішінде директорлардың тұрғылықты жерге көшіп баруын қатаң ескертті. Сонымен қатар, аудандағы бірнеше балабақшада меңгеруші жоқ екендігін айтып, бұл мәселені де шұғыл шешуді тапсырды. Бұдан бөлек, қазіргі таңда жасөспірімдердің, оның ішінде оқушылар арасындағы құқықбұзушылық оқиғалары

жиі орын алуы, білім беру ұйымдарының қысқы жылу беру маусымына дайындығы, көгілдір отын жеткізілген ауылдардағы мектеп, балабақшалардың бу қазандықтарының әлі күнге дейін табиғи газға қосылмауы, мектептер мен мектепке дейінгі мекемелердің тазалығы мен санитарлық-гигиеналық жағдайы және басқа да өзекті мәселелерге байланысты аудандық білім бөлімі мен тиісті сала басшыларына нақты тапсырмалар жүктелді.

Мәжілісте Алмасбек Әбілқасымұлы аудандағы техникалық және кәсіптік білім беру бағытындағы 3 колледждің де жұмысына тоқталып өтіп, ондағы білім сапасына қатысты тапсырмалар берді.

Мәжілісте бұдан әрі аудандағы денсаулық сақтау саласындағы атқарылып жатқан жұмыстар қаралды. Бұл бойынша аудандық аурухана мен Қазалы теміржол ауруханасының басшыларына денсаулық сақтау саласындағы барлық көрсеткіштердің 100 пайыз орындалуын қамтамасыз ету, тұрғындарға сапалы медициналық қызмет көрсету, кент, қала және ауылдық округ әкімдері мен мекеме, кәсіпорындары басшыларымен бірлесіп, міндетті әлеуметтік медициналық сақтандыруға байланысты жұмыстарды жандандыру, медициналық мекемелердің тазалық жұмыстарына байланысты тапсырмалар берілді.

Жиынды қортындылаған аудан әкімі мәжілісте екі салаға байланысты берілген әрбір тапсырманың жүйелі орындалуын салаға жауапты орынбасары Дәурен Тлеумбетовке қатаң бақылауға алуды тапсырды.

## АУДАННЫҢ ӘЛЕУМЕТТІК-ЭКОНОМИКАЛЫҚ ДАМУЫ МЕН БЮДЖЕТТІҢ АТҚАРЫЛУ МӘСЕЛЕСІ ҚАРАЛДЫ

Аудан әкімі Алмасбек Есмахановтың төрағалығымен өткен мәжілісте 2025 жылғы қаңтар-қыркүйек айларындағы ауданның әлеуметтік-экономикалық дамуы және бюджеттің атқарылу қортындылары туралы мәселе қаралды.

2025 жылдың қаңтар-қыркүйек айларында аудан бойынша барлық мақроэкономикалық көрсеткіштерде өсім қалыптасқан. Өнеркәсіп өнімінің көлемі – 119,4 пайызға, Өңдеуші өнеркәсіп көлемі – 120,0, Ауыл шаруашылығының жалпы өнімі – 104,7, Бөлшек сауда айналымы – 100,5, Инвестициялар тарту – 119,1, Құрылыс жұмыстары көлемі – 123,8, Пайдалануға берілген тұрғын үйлер көлемі – 104,4 пайызды

құрап отыр.

Аудан әкімі экономиканың өсім қарқынын және өз кірістеріміздің ұлғаюын, бюджеттің 100 пайызға игерілуін жыл соңына дейін сақтап қалу керектігін айты. Бұған байланысты жылдың соңында берілген тапсырмалар өз деңгейінде орындалмаған жағдайда жауаптыларға қатысты қатаң шешімдер қабылданатындығын ескертті.

Мәжілісте Алмасбек Әбілқасымұлы ауданның әлеуметтік-экономикалық дамуын жеделдетудің маңызды факторы - бюджеттің игерілуі екенін жеткізіп, бұл мәселеге де барлық кент, қала және ауылдық округ әкімдері, тиісті сала басшыларымен бірлесе жұмыс атқаруды тапсырды.



Жиында азаматтарды мерзімді әскери қызметке шақыру жұмыстары, коммуналдық салалардың үздіксіз жұмыс істеуі, қоғамдық-саяси ахуал және басқа да

өзекті мәселелерге қатысты жауаптыларға нақты тапсырмалар жүктелді.

**Қазалы ауданы  
әкімінің  
баспасөз қызметі**



## АУДАН ӘКІМІ ЕҢБЕК АРДАГЕРЛЕРІН МЕРЕЙТОЙЛАРЫМЕН ҚҰТТЫҚТАДЫ

Аудан әкімі Алмасбек Есмаханов адал еңбектің үлгісін көрсетіп, халықтың ықыласына бөленген ардақты ардагерлерді мерейтойларымен құттықтады.

Аудан әкімдігінің мәжіліс залында өткен басқосу ауыл шауашылығы саласының дамуына зор үлес қосқан еңбек және тыл ардагері Сайын Дәуіт ақсақалдың 90 жасқа, қаржы саласының ардагері Кемалбай Көпжасаровтың 75 жасқа және спорт саласының ардагері, КСРО спорт шебері, Қазақстан Республикасы білім беру ісінің үздігі Қуанған Бәкеннің 70 жасқа толған мерейтойларының құрметіне арналды.

Мерейтойлық жиында аудан басшысы Қазалы жұртшылығы атынан ардагерлерге құттықтау лебізін жеткізді.

-Мемлекет басшысы Қасым-Жомарт Кемелұлы: «Ел мүддесі – бәрінен биік. Әділетті Қазақстанда еңбек адамына ерекше құрмет көрсетілуге тиіс. Еңбек адамдары – еліміз бен мемлекетіміздің тірегі» деген болатын. Туған жер алдындағы азаматтық парызын адал атқарған ел ағаларының ерен еңбегі, мемлекетімізге қалтқысыз еткен адал қызметтері – біздерге қашанда үлгі-өнеге. Қасиетті Қазалы өңірінде түрлі салада аянбай тер төгіп, ауданның әлеуметтік-экономикалық дамуына сүбелі үлес қосқан азаматтар аз емес. Бүгінгі жиынымыз – қажырлы еңбегімен халықтың ыстық ықыласына бөленген, өнегелі істердің ұйытқысы болған ардақты ағаларымыздың құрметіне арналуда. Сіздердің парасатпайымдарыңыз, тәжірибелеріңіз, ақыл-кеңестеріңіз қазіргі жастар үшін құнды! Құрметті ел ағалары, мерейтойларыңыз құтты болсын!», – деді Алмасбек Әбілқасымұлы.

Дәуіт Сайын Нұрмағанбетұлы еңбек жолын «Қызыл Ту» колхозы, қазіргі Жалаңтөс батыр ау-



лында қарапайым жұмысшы болып бастаған. 1952 жылы Қазалы қаласындағы ауылшаруашылық техникумына оқуға түсіп, 1957 жылы «Зоотехник» мамандығы бойынша бітірген. Техникумды тәмамдаған соң 1957-1960 жылдары Ленинград қаласында Отан алдындағы әскери борышын өтейді. 1960 жылы әскерден келгеннен кейін қой шаруашылығында кіші зоотехник, 1961-1965 жылдары колхозда ірі қара ферма меңгерушісі, 1965-1970 жылдары колхозда партия ұйымының хатшысы, басқарма төрағасы орынбасары, 1970-1974 жылдары ірі қара ферма меңгерушісі болып абыройлы еңбек етті. Ал, 1974 жылдан зейнет демалысына шыққанша 20 жыл совхоздың ірі-қара фермасында бас Зоотехник (цех бастығы) болып қызмет атқарды. Зейнет демалысына шыққаннан соң да қоғамдық жұмыстарға белсенді араласып, елдік іске белсене қатысты. Жалаңтөс батыр ауылдық ардагерлер кеңесінің төрағасы болып қоғамдық негізде жұмыс атқарды.

Кемалбай Көпжасаровтың еңбек жолы 1967 жылы Жаңақазалы поселкесіндегі Қазалы вагон жөндеу депосында комсомол жастар бригадасында басталған. 1968-

1970 жылдары Кеңес Армиясы қатарында әскери борышын өтеген. 1971-1976 жылдары тепловоз жөндеу депосында слесарь болып еңбекеткен. 1978 жылдан 2005 жылға дейін аудандық қаржы бөлімінде инспектор, ревизор, аудандық салық инспекциясында бөлім бастығы, аудиттік тексеру бөлімінде бас маман болып салық жүйесіндегі жаңа реформаларды жүзеге асыруда аянбай еңбек етті. 2006-2013 жылдары «Халық банкі» жинақтаушы зейнетақы қорының Қазалы бөлімшесінің басшысы болып абыройлы еңбек етті. Бүгінде аудандағы көптеген игілікті істерге ұйытқы болып, елді татулық пен бірлікке үндеп келеді.

Қуанған Суханұлының 1977 жылы Әйтеке би кентіндегі Қаныш Сәтбаев атындағы №216 мектепте дене тәрбиесі пәнінің мұғалімінен басталған еңбек жолы Қазалы ауданының білім бөлімінде жалғасты. 1989-1990 жылдары Қазалы қаласындағы №11 балалар мен жасөспірімдер спорт мектебінің директоры, 1998-2002 жылдары Қазалы ауданының №7 балалар мен жасөспірімдер спорт мектебінің директоры, 2002-2004 жылдары Қазалы ауданының спорт және туризм комитетінің төрағасы, 2004-2005

жылдары Қазалы ауданының балалар мен жасөспірімдер арнайы грек-рим күресі спорт мектебінің директоры, 2005-2006 жылдары Қазалы қаласының балалар мен жасөспірімдер спорт мектебінің директоры, 2006-2020 жылдары №17 Қазалы ауданының олимпиадалық резервтің мамандандырылған балалар-жасөспірімдер мектебінің директоры қызметтерін абыроймен атқарды. Еңбек ете жүріп, Қызылорда облысының грек-рим, еркін және әйелдер күрес федерациясының вице-президенті қызметін қоғамдық негізде атқарды.

Басқосуда еңбек және тыл ардагері Сайын Дәуіт ақсақалға облыстың ең жоғарғы наградасы - Қызылорда облысының Құрмет грамотасы, ал Кемалбай Молдабекұлы мен Қуанған Суханұлына Қазалы ауданының дамуына қосқан үлестері үшін ауданның ең жоғары наградасы – Қазалы ауданының Құрмет грамотасы табысталып, халқымыздың игі дәстүріне сай шапан жабылды.

Мерекелік жиында аудандық мәслихаттың төрағасы Ғазиз Әліш, аудандық ардагерлер кеңесінің төрағасы, Қазалы ауданының құрметті азаматы, «Құрмет» орденінің иегері Оразғали Бекбанов, Қазалы ауданының құрметті азаматы, Қазақстан халқы Ассамблеясы жанындағы аудандық ақсақалдар кеңесінің төрағасы, «Құрмет» орденінің иегері Қасқырбай Әлімбай, қаржы саласының ардагері, Қазалы ауданының құрметті азаматы Жаппарберген Жалғасбаев, спорт саласының ардагері Шаймерден Айбосынов мерейтой иелерінің еңбек жолына тоқталып, құттықтау лебіздерін жеткізді.

Жиын соңында мерейтой иелері көрсетілген құрметке ризашылығын білдіріп, ел мен жердің амандығын тіледі.

## АУДАН ӘКІМІ ҚАЗАЛЫ ҚАЛАСЫНДАҒЫ МЕКТЕПТЕРДІ АРАЛАДЫ



Аудан әкімі Алмасбек Есмаханов және Қ.Нұрмаханов атындағы №95 орта мектептерге барып, білім ошақтарының жұмысымен танысты. Сондай-ақ мектептердің

бу қазандықтарының жұмысын тексеріп, жылу беру маусымы еш кедергісіз өту керектігін ескертті.

Аудан басшысы аралау барасында алдымен мектеп асханалары мен спорт залдарының жағдайын бақылады. Осы ретте, мектеп директорларына балаларға әзірленген тамақтың күнделікті ас мәзіріне, асхананың жалпы санитарлық жағдайына көңіл бөліп, баланың дұрыс тамақтануына аса мән беруді тапсырды.

Сонымен қатар, сыныптардың керекті

құрылғылармен жабдықталуы, білім сапасын жетілдіре түсу, мектептердің ауласының көркейту, көгалдандыру мен тазалық жұмыстарына қатысты мектеп директорларына бірқатар ескертпелер жасап, кемшіліктерді түзеуге жұмыс істеу керектігін айтты.

Алмасбек Әбілқасымұлы білім ошақтарын аралау барысында Қазалы қаласындағы М.Горький атындағы №16 мектептің жанында орналасқан №1-ші Қазалы қалалық

кітапханасының жұмысымен танысты. Қазіргі таңда мұнда 42142 кітап қоры болса, ал, Алтын қорында 78 дана кітап бар. Алтын қордағы ең көне кітап – 1861 жылы славян тілінде жарық көрген «Үстел сөздігі» кітабы. Айта кетейік, бүгінгі қалалық кітапхана орналасқан ғимарат 1912 жылы салынған. Бұл шығыстың жарық жұлдызы Ғани Мұратбаев білім алған №16 мектептің ескі ғимараты.

**Қазалы ауданы әкімінің баспасөз қызметі**



## «ҚАРАШЕҢГЕЛ» ОКРУГІ: ХАЛЫҚ ЕҢБЕГІМЕН ӨРКЕНДЕГЕН АУЫЛ

Қазақтың кең байтақ даласында әрбір ауылдың өзіндік тарихы мен тағылымы бар. Солардың бірі – «Қарашеңгел» ауылдық округі. Тарихы өткен ғасырдың 30-жылдарынан бастау алатын бұл ауыл талай өзгерістерді басынан өткергенімен, уақытпен бірге жаңарып, замана көшінен қалыспай келеді.

Жалаңтөс батыр есімі берілген ауыл – бүгінде аймақтың әлеуметтік, экономикалық тұрғыдан дамып келе жатқан елді мекендерінің бірі. Мұнда жаңа мектеп, заманауи балабақша, ауылдық клуб, дәрігерлік амбулатория сияқты нысандар бой көтеріп, халықтың игілігіне қызмет етуде. Көгілдір отын, таза ауыз су, сапалы жол – ауыл тұрғындарының тұрмысын жеңілдеткен басты жетістіктер.

«Қарашеңгел» – тек өткенімен ғана емес, бүгінгі жетістігі мен ертеңгі жоспары арқылы да ерекшеленеді. Осы орайда біз ауылдық округтің әкімі Шохан Жанахметұлы Қожантаевпен сұхбаттасып, ауылдың тарихына, бүгінгі тыныс-тіршілігіне және болашақтағы даму бағытына тоқталған едік.

**– Шохан Жанахметұлы, «Қарашеңгелдің» тарихы тым тереңде жатыр. Ауылдың өткені мен бүгінін саралап айтып берсеңіз?**

– Иә, ауылымыздың тарихы бай әрі тағылымға толы. 1934–1949 жылдары округіміз №3 ауыл Советі болып аталып, оған Басықара, Ленин, Қызылту колхоздары қараған. Кейін 1949–1957 жылдары «Қарашеңгел» ауылдық Советі деп өзгертілді. 1957–1977 жылдары «Қарашеңгел» ауылдық кеңесі атанып, құрамында үш ауыл – Басықара, «Құмжиек», «Қызылту» болды. 1977 жылы «Қызылту» совхозы орталығында кеңсе салынып, 5 елді мекеннен тұратын жаңа ауылдық кеңес болып ашылды. Ал 1991 жылдан бастап «Қарашеңгел ауылдық округі» атауын алды.

1993 жылы совхозға «Жалаңтөс батыр» аты берілді. 1997 жылы округ таратылып, «Құмжиек» ауылдық округіне біріктірілді. Кейін 2000 жылы «Қарашеңгел» ауылдық округі қайта құрылып, өз алдына дербес жұмысын бастады. Қарасаңыз, осынау кезеңдердің әрбірінде аулымыздың тіршілігі тоқтап қалмай, халықтың бірлігі мен еңбегі арқасында ілгері дамып отырған.

**– Қазіргі уақытта округтің жалпы әлеуметтік жағдайына**

**тоқталсақ. Елді мекендерде халыққа қандай жағдай жасалған?**

– Бүгінде округ аумағында 6 елді мекен бар. Олар – орталығы Жалаңтөс батыр ауылы, Көбек, «Ойынды», «Алтай», «Шитүбек» және «Үйрек» елді мекендері. Жалпы халық саны – 1561, 347 отбасы бар. Орталық ауылда жаңа үлгідегі мектеп, заманауи балабақша, дәрігерлік амбулатория, ауылдық клуб, мешіт, кітапхана жұмыс істейді. Халық сапалы ауыз су, аяқ су, көгілдір отынмен қамтылған. Интернет пен телефон байланысы бар. 2022 жылы Жалаңтөс батыр ауылы мен «Үйрек» елді мекеніне табиғи газ тартылып, бұл да халықтың тұрмысын жеңілдетті.

**– Экономикалық даму мен кәсіпкерлікте қандай жетістіктерге жеттіңіздер?**

– «Қарашеңгел» округінде кәсіпкерлік қарқынды дамып келеді. Қазір 85 шағын және орта кәсіпкерлік субъектісі тіркелген. Оның ішінде 2025 жылы жаңадан 16 кәсіпкер тіркелді. «Бастау Бизнес» жобасымен 12 азамат оқып, сертификат алды. 7 ауыл тұрғыны мемлекеттік қайтарымсыз грант алып, өз кәсібін ашты. Сондай-ақ, «Ауыл аманаты» жобасы арқылы «Өрлеу-Нұр» ауылшаруашылық кооперативі 22 миллион теңге несие алды. Бұл жобалар ауыл тұрғындарына кәсіп бастауға мүмкіндік беріп отыр.

**– Ауыл шаруашылығын айтпай кету мүмкін емес. Бұл саладағы жұмыстар қалай жүріп жатыр?**

– Әрине, ауылдың негізгі тіршілігі – ауыл шаруашылығы. Біздің «Жалаңтөс батыр» ЖШС жыл сайын күріш, жоңышқа, мақсары сияқты дақылдарды егеді.



базаға енгізілді.

**– Инфрақұрылым және жол мәселесіне тоқталсақ. Соңғы жылдары қандай жобалар жүзеге асырылды?**

– Бұл бағытта да атқарылған іс аз емес. «Ауыл – ел бесігі» жобасы аясында 2025 жылы Жалаңтөс батыр ауылындағы Жалаңтөс батыр және Ә.Тілеубаев көшелеріне күрделі жөндеу жұмыстары басталды. Жөнделетін көшелердің ұзындығы – 2,2 шақырым. Сондай-ақ, «Шитүбек» елді мекенін ауыз су жүйесіне қосу үшін 208 млн.

теңгеге жоба жүзеге асырылып, ауыл тұрғындары таза ауыз сумен қамтылды. Бұл – халық үшін үлкен қуаныш.

**– Білім мен мәдениет саласында да айтулы істер бар екені белгілі. Осыған да тоқталсаңыз?**

– Білім беру саласында 2010 жылы Қ.Пірімов атындағы №103 орта мектебі пайдалануға берілді. Бұл – 250 орындық жаңа үлгідегі мектеп. 2016 жылы 90 орындық «Сәуле» бөбекжай-балабақшасы ашылды. 2014 жылы дәрігерлік амбулатория, 2017 жылы 150 орындық ауылдық клуб салынды. Бүгінде ауыл жастары спорт секцияларына қатысып, өнер мен білімге жақын бола түсуде. Жақында ауыл тұрғындарының демеушілігімен көне амбулатория ғимараты жөнделіп, ондағы бөлмелерде азық-түлік дүкені, оқу орталықтары, пошта бөлімшесі, бокс пен грек-рим күресі секциялары ашылды. Бұл ауыл өміріне ерекше серпін берді.

**– Алдағы жоспарларыңыз қандай?**

– Алдағы уақытта да халықтың әлеуметтік жағдайын жақсарту – басты мақсатымыз. Жолдарды жөндеу, ауылды көгалдандыру, тұрғын үй құрылыстарын көбейту, кәсіпкерлікке қолдау көрсету бағытында жұмыстар жалғасады. Сонымен қатар, жастардың білім алуына, спортпен шұғылдануына, бос уақытын тиімді өткізуіне жағдай жасауға күш саламыз. «Қарашеңгел» ауылдық округін көркейту – бәріміздің ортақ міндетіміз.

**– Әңгімеңізге рақмет!**

**Ұлпан ЖӘДІГЕРҚЫЗЫ,  
«Тұран-Қазалы»**



Биыл 450 гектарға күріш, 150 гектарға жаңа жоңышқа, 400 гектарға көне жоңышқа, 50 гектарға мақсары егілді. Сондай-ақ, 800 гектардан табиғи шөп орылып, халық мал азығымен қамтамасыз етілуде.

Мал шаруашылығы да өркендеп келеді. Бүгінде округ бойынша 1109 бас ірі қара, 2507 қой-ешкі, 1472 жылқы, 101 түйе, 200 құс бар. Барлық мал түгелдей бірдейлендіріліп,



● Маманның кеңесі

**ТЕМІР ТАПШЫЛЫҚ АНЕМИЯСЫНЫҢ АЛДЫН АЛУ**

Темір тапшылық анемиясы (бұдан әрі - ТТА) Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының (ДДҰ) өзекті мәселелерінің бірі ретінде қабылданған. ДДҰ сарапшыларының мәліметтері бойынша Жер шарының 3,6 млрд тұрғынында жасырын темір тапшылығы және 1,8 млрд тұрғынында ТТА анықталады екен.

Темір тапшылықты анемия – қан сарысуында, сүйек кемігінде, адам ағзасында темірдің төмендеуі, осының нәтижесінде гемоглобин, әрі қарай эритроциттер түзілуінің бұзылыстары салдарынан тіндердегі трофикалық бұзылыстармен мінезделетін ауру.

Клиникалық көрінісі:

- Әлсіздік, бас айналуы, көз алдында шыбын-шіркейлерді көруі;

- Талмалар болуы мүмкін, еңтікпе, шаштары сынғыш, түседі және тырнақтың сынғыштығы (кейде қасық тәрізді ішке ойылуы), тері құрғақтығы;

- Тәбеттің бұрмалануы, кейде науқастар шікі ет, қамыр, мұзды жегісі келуі мүмкін.

Профилактикалық шаралар:

- Темір тапшылығын шақырған себептерді жою;

- Қ ұ р а м ы н д а темірі көп диета (ет, бауыр және басқалар.), темірмен байытылған өнімдерді пайдалану (фортификацияланған азық-түлік өнімдері)

- Темір препараттарын ұзақ қабылдау (4-6 ай).

- Темірдің парентералды препараттары (көрсетімдер бойынша).

- Ауыр анемия кезінде эритроцитарлық масса құю.

- Қ а у і п - қ а т е р тобындағыларға темір п р е п а р а т т а р ы н профилактикалық қабылдау.

Емдік тамақтану көптеген ішкі ағзалар дерттерінің емі сияқты темір тапшылық анемиясының (ТТА) терапиясын да дұрыс тамақтанумен бастаған жөн! ТТА-сы бар науқас тағамында темірге, сондай-ақ ағзадағы биохимиялық және физиологиялық үрдістерді

күшейтетін минералды заттар мен микроэлементтерге бай жануарлар мен өсімдік тағамдары болуы қажет. Науқастың тағамында 130 г протеин, 90 г май, 350 г көмірсулар, 40 мг темір, 5 мг мыс, 7 мг марганец, 30 мг мырыш, 5 мкг кобальт, 2 г метионин, 4г холин, В тобы мен С витаминдері болған абзал.

Науқастарға темірге бай келесі азық-түліктер ұсынылады: сиыр (тана) еті, балық, бауыр, бүйрек, өкпе, жұмыртқа. Жеміс-жидектерден – түйнекті алқа, егістік қарақұмық, кәдімгі қызылша, егістік сұлы, грек жаңғағы, қатпарлы жуа мен егістік сарымсақ, егістік аскөк, егістік салат, бақша саумалдығы сияқты өсімдік тағамдары.

Темір тапшылықты күй (ТТК) кезінде қолданылатын жеміс-жидектерінің емдік бағалылығы, олардың құрамындағы көп мөлшердегі аскорбин мен янтарь қышқылдары, В тобының витаминдері, каротиндер, минералды тұздар мен басқа да физиологиялық белсенді органикалық заттардың болуына байланысты. Бұлар ферменттер құрылысына қатысады және темір мен аминқышқылдарының өзара қатынасында шешуші рөл атқарады.

Ем дәмді тағайындау барысында өсімдік өнімдерінің химиялық құрамы мен биологиялық бағалығын ескере отырып, қатаң бақылау мен таңдау жүргізу қажет, себебі дәрі-дәрмектер мен өсімдік тамақтық өнімдер арасында әртүрліөзара әсерлерболуы мүмкін: не бір-бірінің әсерін толықтыру мен күшейту, не әлсірету немесе әсерін жою. Мысалы, жеміс-жидектердегі аскорбин қышқылы ішектен темірдің сіңірілуіне жақсы әсер етсе, күріш қайнатпасы, ұсақ ұнтақталған қара нан, қою шай мен кофенің тұтастырғыш заттары, оксалаттарға бай жемістер және тағы басқалар темірдің сіңірілуін тежейтін тағамды өнімдер мен тамақтарды қолданудан алшақ болу керек.

1996ж. наурыз айында Орталық Азия мен Қазақстан Республикаларында тамақтанудың ұлттық саясаты туралы конференцияда халық арасында анемия туралы сауаттылықты жоғарылату, азық-түліктерді темірмен байыту, темір дәрі-дәрмектермен қамтамасыз етуден тұратын ОА мен ҚР-на арналған алдын алу мен күрес бағдарламасы қабылданған болатын. Соңғы жылдары жасырын темір тапшылығының таралуын және оның темір тапшылық анемиясына өтуінің алдын алу үшін құрамында дәрілік өсімдіктері бар және темірмен байытылған тағамдық қосымшалар кең қолданылып жүр. Мысалы, темір лактатымен және аскорбин қышқылымен байытылған итшомыр сусыны; темір мен аскорбин қышқылымен байытылған итмұрын сусыны; итшомыр, алма, қара қарақат пен шетен сығындылары негізіне темір мен витаминдермен байытылған алкогольсіз сусындар белгілі және шетелдердің түрлі-түрлі фирмалары ұсынатын қосымшалар тағы бар.

Тағаммен темірдің жеткіліксіз түсуі «нутрициондық тапшылыққа» себеп болады. Ол қатаң вегетариандық өмір салтын ұстанатындарда, өмір сүрудің әлеуметтік-экономикалық деңгейі өте төмен адамдарда (құнарсыз тамақтану) басымырақ байқалады. Тамақпен темірдің аз түсуі, ас қорыту жолдарында оның дұрыс сіңірілмеуі, ағзада темірдің толық жиналмауы, осы биометалдың сұранысы немесе экскрециясының артуы - тағамдық темір тапшылығының осындай үрдістерінің қорытынды көрсеткіші болуы мүмкін. Сондықтан темір тапшылық анемиясының алғашқы белгілері байқалғаннан бастап, дәрігерге жүгіну қажет.

**Жансая ЕРБОЛАТҚЫЗЫ,**  
**Қазалы аудандық санитариялық-эпидемиологиялық бақылау басқармасының бас маманы**

**МЕНИНГОКОККТЫ ИНФЕКЦИЯ ЖАЙЛЫ**

Менингококкты инфекция - жедел респираторлы бактериалды қоздырғышыауа-тамшымеханизмімен берілетін, мұрын-жұтқыншақ кілегей қабатының зақымдалуымен, жұмсақ ми қабығының қабынуымен, септицемиямен, аурудың симптомсыз түрінен бастап, іріңді менингококкты сепсиске дейінгі клиникалық түрлерімен сипатталатын жұқпалы ауру.

Себептері мен белгілері.

Инфекцияны адам ғана жұқтыра алады. Ауру науқастан немесе бактерия тасымалдаушыдан сау адамға ауа-тамшы жолымен түшкіргенде, жөтелгенде, сөйлегенде беріледі. Аурудың таралуына жақын қарым-қатынаста болу, адамдардың тығыз орналасуы, жоғары ылғалдылық және санитарлық –гигиеналық талаптардың сақталмауы әсер етеді. Ауру көбіне қыс, көктем маусымдарында тіркеледі.

Менингококк инфекциясының жасырын кезеңі 2-10 күнге, көбіне 5-7 күнге созылады.

Аурудың жұғу жолы қоздырғыштың түріне байланысты. Менингит тудыратын бактериялардың көпшілігі менингококк, пневмококк адамның мұрын - жұтқыншақтың шырышты қабығында болып, ауа тамшылы жолмен таралады

Белгілері келесі көріністермен жүреді:

- Қатты бас ауыру;
- Дыбыстарға төзбеушілік фотофобия;
- Жүрек айну және құсу, іш өту;
- Өте қатты әлсіздік байқалады;
- Шатасу, ұйқышылдық немесе қатты қозу, мазасыздық;
- Дененің сезімталдығы артуы.

Емдеу дер кезінде басталған жағдайда аурудан толығымен айығып кетуге болады.

Алдын алу.

Менингитті алдын-алу уақытында вакцинациядан тұрады. Вакцинациялау менингитке әкелетін бірқатар аурулардың алдын алады. Жеке бас гигиена шараларын сақтау, салауатты өмір салтын ұстану қажет, себебі бұл иммунитеттің табиғи қорғанысын арттырады.

- Ғимараттарды жиі желдетіп, күн сайын ылғалды тазалау;

- Созылмалы инфекция ошақтары ЛОР ағзаларын тазалау;

- Қайнатылған немесе бөтелкедегі суды ішу;

- Ашығу, ұйқы қанбау, күйзелу және т.б. аулақ болу.

**С.ШҮКІРАЛИЕВА,**  
**Қазалы аудандық санитариялық-эпидемиологиялық бақылау басқармасының бас маманы**

Меншік иесі: «ТҰРАН-ҚАЗАЛЫ»  
жауапкершілігі шектеулі серіктестігі.

**ДИРЕКТОР**  
**Нұрбол ӘЛМӘМБЕТОВ**

**БАС РЕДАКТОР**  
**Раушанбек СЕЙТЕНОВ**

Газет Қазақстан Республикасының Ақпарат Министрлігінде 2004 жылғы 15 наурызда тіркеліп, №4801-г куәлігі берілген

Газет аптасына екі рет: сәрсенбі және сенбі күндері шығады.  
Газет «Тұран-Қазалы» жауапкершілігі шектеулі серіктестігінің баспаханасында компьютермен теріліп, беттеліп, офсеттік тәсілмен басылды.

Редакция мен баспаханың мекен-жайы: 120400, Қызылорда облысы, Қазалы ауданы, Әйтеке би кенті, Қ.Пірімов көшесі, №14 үй.

Телефондар: директор - 2-17-49, бас редактор - 2-47-77, бухгалтер -2-60-94, факс 8 (724-38)2-17-49.

Тарату аумағы: Қызылорда облысы.

Газет табыс етілмесе, 2-13-91 телефонына хабарласуға болады.

Жариялымдар газеттің түпкілікті көзқарасын білдірмейді. Жарнама мазмұнына жарнама беруші жауапты.

Е-MAIL: tooturankazaly@mail.ru

Таралымы 11277 дана.