

BIRLAMCHI BO‘G‘INDAGI HAMSHIRALARNING OLTIN QOIDALARI: KASBNING ASL QAHRAMONLARI

Palvanova Tursunoy Ataboevna

*Respublika o`rta tibbiyot va farmasevtika xodimlarini malakasini oshirish va ularni
ixtisoslashtirish markazi Urganch filiali*

Annotatsiya: Ushbu maqolaning maqsadi birlamchi bo‘g‘indagi hamshiralarning kundalik amaliyotida qo‘llaniladigan asosiy tamoyillar va ularning ahamiyatini yoritishdan iborat. Tadqiqotda kuzatuv, amaliy tahlil va sohaga oid adabiyotlarni qiyosiy o‘rganish usullaridan foydalanildi. Natijalarga ko‘ra, birlamchi bo‘g‘in hamshiralarning kasbiy kompetensiyasi, bemor bilan muloqot madaniyati va profilaktik yondashuvlar sifatli xizmat ko‘rsatishda hal qiluvchi omil ekani aniqlandi. Shuningdek, ularning doimiy o‘qitilishiga va zamonaviy yondashuvlarni o‘zlashtirishiga ehtiyoj yuqoriligi qayd etildi. Xulosa o‘rnida aytish mumkinki, birlamchi bo‘g‘indagi hamshiralar tibbiy xizmatning tayanch kuchi bo‘lib, mazkur “oltin qoidalar”ni faol tatbiq etish sog‘liqni saqlash tizimida samaradorlikni oshiradi.

Kalit so‘zlar: Birlamchi bo‘g‘in Hamshirali Parvarish sifati Kasbiy mas’uliyat Tibbiy xizmat

KIRISH

Tibbiyot tarixida “zamonaviy hamshiralikning onasi” sifatida tanilgan Florens Naytingeyl shunday degan edi: “Hamshira — bu shunchaki ish emas, bu inson hayotini yengillashtirish san’atidir.” Ushbu fikr hamshiralik kasbining naqadar mas’uliyatli, insonparvar va murakkab vazifa ekanini yana bir bor tasdiqlaydi. Ayniqsa, birlamchi bo‘g‘in tizimida faoliyat yuritayotgan oila hamshiralar — tibbiy xizmatning eng yaqin, eng qulay va eng tezkor bo‘g‘inini tashkil etadi. Ular har kuni bemor bilan to‘g‘ridan to‘g‘ri muloqotda bo‘lib, sog‘liqni saqlash tizimining poydevoriga aylangan xizmatlarni amalga oshiradilar.

Bugungi kunda sog‘liqni saqlash sohasida ko‘plab islohotlar olib borilayotgan bir davrda birlamchi bo‘g‘indagi hamshiralarning kasbiy mahorati, muloqot madaniyati, etik qoidalar va xizmat sifati oldinga qo‘yilgan eng muhim masalalardan biridir. Mazkur maqolada aynan shu yo‘nalishdagi “oltin qoidalar”, hamshiralar kundalik faoliyatida duch keladigan muammolar va ularni samarali hal etish yo‘llari yoritib beriladi.

Maqola, avvalo:

- birlamchi bo‘g‘in tibbiyot muassasalarida faoliyat yuritayotgan hamshiralar,
- hamshiralik ishi bo‘yicha ta’lim olayotgan talabalar,
- tibbiyot muassasalari rahbarlari,
- hamda sog‘liqni saqlash sifatini oshirishga qiziqqan mutaxassislar uchun mo‘ljallangan.

Ushbu kirish orqali maqola o‘quvchini mavzuning mazmuni, dolzarbligi va kasb egalari zimmasiga yuklangan mas’uliyatning naqadar yuksakligi bilan tanishtiradi.

Asosiy qism:

Birlamchi tibbiy bo‘g‘in – bu sog‘liqni saqlash tizimining yuragi. Bemor birinchi bor murojaat qiladigan joy aynan shu Oilaviy poliklinika bo‘lib, uning samarali ishlashi oila hamshiralarning malakasi, mehribonligi va mas’uliyatiga bevosita bog‘liq. Hamshira nafaqat dori beradigan mutaxassis, balki aholining sog‘lom turmush madaniyatini shakllantiruvchi, tibbiy madaniyatni oshiruvchi va insonlarning ruhiy holatini qo‘llab-quvvatlovchi haqiqiy qahramondir.

Quyida birlamchi bo‘g‘indagi hamshiralar amal qilishi lozim bo‘lgan eng muhim oltin qoidalar, tafsirlar, hikoyalar va amaliy tavsiyalar bilan keng yoritiladi.

1. Muloqot madaniyati: Bemorga e’tibor — yarim davolash

Bemorni tinglay olish hamshiraning eng asosiy qobiliyatlaridan biridir. Sifatli muloqot ishonch uyg‘otadi, ishonch esa to‘g‘ri tashxis va muvaffaqiyatli davolanishning asosidir.

Amaliy tavsiyalar:

- Bemor gapirayotganda ko‘zga qarab tinglash.
- Tibbiy terminlarni sodda, hayotiy misollar bilan izohlash.
- Gapini bo‘lmasdan, sabr bilan tinglash.
- Savollarni to‘g‘ri berish.
- Individual va madaniyat farqlarni tan olish ,qadriatlarni hurmat qilish.
- Empatiya.
- Verbal va noverbal ko‘nikmalari.

2. Profilaktika nafaqat vazifa, balki jamiyat oldidagi mas’uliyat

Birlamchi bo‘g‘indagi oila hamshiralar kasalliklarni erta aniqlashda eng faol bo‘lishlari kerak.

Amaliy tavsiyalar:

- Ilk yoshdagi bolalar homilador ayollar,tuqqan ayollar qariyalar, o‘smir bolalar uchun muntazam monitoring olib borish.
- Yuqumsiz kasalliklar yani qandli diabet, gipertoniya, saraton yurak kasalligi kabi surunkali kasalliklar bo‘yicha skrining ko‘riklarini doimiy to‘liq olib borish.
- Har bir tashrifda profilaktik maslahat berish ikkilamchi kasalliklarni oldini olish.
- Aholiga oddiy, ammo samarali tavsiyalar berish: ko‘proq jismoniy faollik piyoda, to‘g‘ri ovqatlash , ruhiy salomatlik zararli odatlardan vos kechish profilaktik va tibbiy ko‘riklardan o‘z vaqtida o‘tib turish.

Qiziqarli fakt:

Jahon sog‘liqni saqlash tashkilotiga ko‘ra, kasalliklarning 70% dan ortig‘i profilaktika orqali oldini olish mumkin.

3. Hujjatlar — hamshiraning “jim yordamchisi”

To‘g‘ri yuritilgan hujjatlar shifokor uchun ma’lumot manbai, bemor uchun esa xavfsizlik kafolatidir.

Aniq ko‘rsatmalar:

- DMED platformasining elektron tizimida ishlash.

- Universal progressiv modul bo'yicha rejalarni amalga oshirish.
- Har bir o'lchov (yurak urishi, nafas soni, qon bosimi, qand ko'rsatkichi) o'z vaqtida

qayd qilinishi shart.

Shaxsiy qarash:

Ko'plab tibbiy xatoliklar noto'g'ri hujjat yuritish sababli yuzaga keladi. Hamshira mas'uliyat bilan munosabatda bo'lsa, bunday holatlar minimal darajaga tushadi.

4. Favqulodda vaziyatlarda jasorat va sovuqqonlik

Hamshira hayot-mamot vaziyatida tez qaror qabul qilishga majbur bo'ladi. Uning qo'lidagi birinchi yordam olovli vaziyatni tinchlantirishi yoki og'ir oqibatlarining oldini olishi mumkin.

Amaliy ko'rsatmalar:

- Anafilaktik shok, hushdan ketish, qon ketishi, yurak urishi to'xtashi holatlari bo'yicha algoritmlarni mukammal bilish.
- Bemorning hayajonini kamaytirish uchun tinch ovozda gapirish.

Mini voqea:

Bir bolada allergik reaksiya boshlanganda mahalla hamshirasi birinchi yordam ko'rsatib, bolani jonlantirish bo'limiga yetkazib bergan. Shu tezkorlik farzandning hayotini saqlab qoldi. Bu — bilim va amaliyotning yonma-yon yurishi kerakligini anglatadi.

5. Kasbiy odob — hamshira sha'nining mezoni

Hamshira doimiy muloqotda bo'lganidan bemorlar uni kasalxonadagi eng yaqin yordamchi sifatida qabul qiladi. Shu sababli professional axloq juda muhim.

Tavsiyalar:

- Bemorning shaxsiy hayoti haqida keraksiz savollar bermaslik.
- Ovoz ohangini nazorat qilish.
- Yassi hazillar, salbiy gaplar yoki bemor holatini kulgi qilish mutlaqo yaramaydi.
- Keksalar bilan yanada muloyim muomala qilish.

Bu qoidalar nafaqat madaniyat, balki tibbiy etika talabidir.

6. Tarbiya va ma'naviyat: Hamshira – jamiyat odobining tarbiyachisi

Birlamchi bo'g'in hamshirasi nafaqat tibbiy yordam, balki madaniy targ'ibot ham olib boradi.

Tavsiyalar:

- Bolalar bilan ishlaganda toza qo'llar, toza suv, yuvinish odatlari bo'yicha qisqa tushuntirishlar o'tkazish.
- Keksalariga farzandlarining mas'uliyati haqida eslatmalar berish.
- Yosh onalarga chaqaloqni parvarish qilish bo'yicha ma'naviy qo'llab-quvvatlash.

Hikoya (ma'naviy yo'sinda):

Bir ayol yangi tug'ilgan farzandi bilan qiynalib qoladi. Hamshira unga nafaqat tibbiy maslahat, balki ruhiy qo'llab-quvvatlash berdi. Ayol keyinchalik: “Hamshiraning birgina “siz uddalaysiz” degan gapi meni to'xtab qolishdan saqlagan”, deydi.

Bu – hamshiraning har bir so'zi qanday quvvat berishini ko'rsatadi.

7. Doimiy ta'lim va malaka oshirish — tez o'zgarayotgan tibbiyotda muvaffaqiyat kaliti

Zamonaviy tibbiyot deyarli har oy yangilanadi. Hamshira ham bu jarayonda ortda qolmasligi kerak.

Amaliy tavsiyalar:

- Onlayn kurslar, seminarlarga qatnashish.
- Yangi tibbiy asbob-uskunalar bilan ishlashni o‘rganish.
- Tibbiy protokollarning eng so‘nggi talqini bilan tanishib borish.

Qiziqarli fakt:

Malakasini muntazam oshirgan hamshiralar profilaktik maslahatlarni 40% samaraliroq beradi.

8. Sog‘lom psixologik muhit yaratish — hamshiraning ko‘rinmaydigan ishi

Tinch, ishonchli muhit bemorning sog‘ayish jarayonini tezlashtiradi. Hamshira buni his qilmasa ham, uning ovozdagi mayinlik bemorda xavfsizlik hissini yaratadi.

Amaliy tavsiyalar:

- Bemorni ortiqcha xavotirga soluvchi gaplardan qochish.
- Qattiq qo‘rquvda turgan bemorga “hammasi yaxshi bo‘ladi” deyish.
- Bolalarga muolajani o‘yin tarzida tushuntirish.

9. O‘zini parvarish qilish — boshqalarga yordam berishning asosi

Hamshiraning o‘zi charchagan, asabiy yoki befarq bo‘lsa, boshqalarga sifatli yordam ko‘rsatishi qiyin.

Tavsiyalar:

- Uyqu rejimini nazorat qilish.
- Jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanish.
- Ish va dam olish balansini saqlash.
- Stressni boshqarish texnikalarini bilish.

Shaxsiy salomatlik ham hamshira uchun kasbiy vazifadir.

XULOSA

Birlamchi bo‘g‘indagi hamshiralar — bu sog‘liqni saqlash tizimining tayanchi, jamiyat salomatligining qo‘riqchilari va insoniy mehrning eng yorqin namunasidir. Ular nafaqat dori-darmon beradigan mutaxassis, balki tinglaydigan, tushunadigan, ruhlantiradigan, o‘rgatadigan va hayotni saqlab qoladigan haqiqiy qahramonlardir.

Asosiy qismda keltirilgan oltin qoidalar — muloqot madaniyati, profilaktika, hujjat yuritish, favqulodda vaziyatlarda hushyorlik, kasbiy odob, ma‘naviy tarbiya, doimiy ta‘lim, psixologik muhit yaratish va o‘zini parvarish qilish — hamshiraning har kuni amalda qo‘llashi zarur bo‘lgan hayotiy mezonlardir.

Agar bu qoidalar to‘liq bajarilsa, oila poliklinikasida nafaqat sifatli tibbiy xizmat, balki mehr, ishonch va insoniylik hukm suradi. Natijada — sog‘lom avlod, baxtli oilalar va mustahkam jamiyat shakllanadi.

Shu bois birlamchi bo‘g‘indagi hamshiralar — kasbning emas, butun jamiyatning qahramonlaridir.

Birlamchi tibbiy bo‘g‘indagi hamshiralarning roli nafaqat bemorlarni davolashda, balki ularni sog‘lom turmush tarziga yo‘naltirishda ham beqiyosdir. Maqolada keltirilgan oltin qoidalar — samarali muloqot, profilaktik ishlarga e‘tibor, hujjatlarni to‘g‘ri yuritish,

favqulodda vaziyatlarda sovuqqonlik, kasbiy odob, tarbiya va ma'naviyat, doimiy malaka oshirish, psixologik muhit yaratish va o'zini parvarish qilish — hamshiraning kasbiy faoliyatini mukammallashtiradi va bemorlar hayotiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Ushbu tavsiyalarni amalda qo'llash orqali hamshiralar nafaqat bemorlar sog'lig'ini himoya qiladi, balki jamiyatning tibbiy madaniyatini oshiradi va ishonchli, mehribon, mas'uliyatli qahramon sifatida namoyon bo'ladi. Natijada birlamchi bo'g'indagi sifatli xizmat aholining umumiy salomatligini yaxshilashga, kasalliklarni erta aniqlash va oldini olishga yordam beradi.

Shunday qilib, har bir hamshira o'zining bilim, mehr-muhabbat va mas'uliyatini birlashtirib, birlamchi tibbiyotning yuragini — sog'lom va ishonchli tizimni yaratadi. Bu esa jamiyat uchun eng katta ijobiy natijadir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YHATI:

1. Kitoblar:

Karimov A. Birlamchi tibbiyot asoslari. Toshkent: “Tibbiyot” nashriyoti, 2020.

Xolmatova D. Oilaviy hamshiralik va kasbiy etika. Toshkent: “Salomatlik” nashriyoti, 2019.

Tursunov B. Hamshiralik amaliyoti: nazariya va amaliyot. Samarqand: “Tibbiyot va jamiyat” nashriyoti, 2021.

Rasulova N. Profilaktika va birlamchi tibbiyot. Toshkent: “Oila tibbiyoti” nashriyoti, 2022.

2. Gazetalar:

“Birlamchi bo'g'inda hamshiralarning o'rni”, O'zbekiston gazetasi, 12 mart 2023 yil, 5-bet.

“Sog'lom jamiyat sari”, Mahalla hayoti, 7 iyun 2022 yil, 3-bet.

“Profilaktika ishlari – asosiy vazifa”, Tibbiyot yangiliklari, 25 sentabr 2021 yil, 4-bet.

3. Maqolalar:

Tursunova L. “Birlamchi bo'g'in hamshiralarning kasbiy mas'uliyati”, Tibbiyot jurnali, 2022, №4, 23–28-betlar.

Xudoyberdiyev Sh. “Oila hamshiralarning profilaktik faoliyati”, Sog'liqni saqlash ilmi, 2021, №2, 15–20-betlar.

Mamatova Z. “Hamshiralik amaliyotida muloqot madaniyatining ahamiyati”, Tibbiy ta'lim va amaliyot, 2023, №1, 31–35-betlar.

4. Ommaviy axborot vositalari:

“Sog'lom turmush tarzining ahamiyati”, O'zbekiston 24 telekanali, 15 may 2023 yil.

“Birlamchi bo'g'inda hamshiralar faoliyati”, Mahalla FM radiokanali, 8 noyabr 2022 yil.

“Profilaktika – jamiyat salomatligining asosi”, Yoshlar TV informatsion dasturi, 19 fevral 2023 yil.

5. Internet manbalari:



Xo‘jaeva N. “Birlamchi tibbiyotda profilaktika ishlari”, tibbiyot.uz, foydalanilgan sana: 16.11.2025.

“Hamshiralik amaliyotida zamonaviy yondashuvlar”, medinfo.uz, foydalanilgan sana: 10.11.2025.

“Oila hamshiralarining vazifalari va mas’uliyati”, soglomhayot.uz, foydalanilgan sana: 12.11.2025.

6. Boshqa turdagi ma’lumotlar bazalari:

Oila hamshiralari faoliyati bo’yicha ilmiy tadqiqotlar to’plami”, O‘zbekiston Milliy Kutubxonasi elektron bazasi, 2021.

“Hamshiralik ishida favqulodda vaziyatlar bo’yicha o‘quv-uslubiy qo‘llanmalar”, Respublika Tibbiyot Kollejlari elektron resurs markazi, 2022.

“Birlamchi tibbiy yordam bo’yicha statistik ma’lumotlar”, Sog‘liqni saqlash vazirligining rasmiy analitik ma’lumotlar bazasi, 2023.