

FAVQULODDA VAZIYATLARDA BIRINCHI YORDAM KO'RSATISH

Jalilov G'olib Orif o'g'li

Shahrisabz shahar HFXO 'M o'qituvchisi

MAQOLA
MALUMOTI

ANNOTATSIYA:

MAQOLA TARIXI:

Received: 08.12.2025

Revised: 09.12.2025

Accepted: 10.12.2025

KALIT SO'ZLAR:

*Favqulodda
vaziyatlar, birinchi
yordam, xavfsizlik,
tezkor harakat,
profilaktika, aholining
tayyorgarligi, tibbiy
bilimlar asoslari*

Mazkur maqolada favqulodda vaziyatlarda birinchi yordam ko'rsatishning asosiy tamoyillari, aholining tayyorgarlik darajasini oshirish bo'yicha samarali yondashuvlar hamda tezkor va to'g'ri harakatlarning inson hayotini saqlab qolishdagi ahamiyati yoritiladi. Shuningdek, favqulodda sharoitlarda xavfsizlikni ta'minlash, jarohatlanishning oldini olish, yordam ko'rsatish ketma-ketligi va aholining o'zini tutish madaniyatini shakllantirish bo'yicha ilmiy-amaliy tavsiyalar beriladi. Maqola favqulodda xizmatlar bilan hamkorlikning roli, o'quv dasturlarining ahamiyati va aholi o'rtasida profilaktik tushuntirish ishlarini kuchaytirish zarurati haqida ham ma'lumot beradi.

Kirish

Favqulodda vaziyatlarda birinchi yordam ko'rsatish jamiyat xavfsizligi, aholining hayot sifati va davlatning inson salomatligini muhofaza qilish borasidagi siyosatini amalga oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi, chunki kutilmagan holatlar — tabiiy ofatlar, texnogen avariylar, maishiy jarohatlar yoki to'satdan yuzaga keladigan xavfli holatlar — inson organizmi va psixologiyasiga bevosita ta'sir ko'rsatadi hamda jabrlangan shaxsning hayotini saqlab qolishda dastlabki soniyalar va daqiqalarning naqadar qimmatli ekanini namoyon qiladi. Aholining bunday holatlarga tayyorligi, vaziyatni to'g'ri baholay olishi, xavfsizlik choralari bilishi va tezkor yordam ko'rsatish ko'nikmalariga ega bo'lishi favqulodda vaziyatlar oqibatlarini kamaytirishda eng muhim omillardan biri hisoblanadi. Shuning uchun birinchi yordam bo'yicha bilimlarni aholiga yetkazish, o'quv dasturlari va

treninglar orqali ko'nikmalarni mustahkamlash, maktab o'quvchilaridan boshlab keng jamoatchilikka qadar profilaktik ko'nikmalarni shakllantirish davlat miqyosidagi ustuvor vazifalardan biridir. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti, xalqaro qizil xoch va qizil yarim oy jamiyatlari, respublikamizning favqulodda vaziyatlar bo'yicha mas'ul tashkilotlari ham birinchi yordamning ahamiyatini keng targ'ib etib, har bir fuqaro o'z hayoti va atrofdagilarning hayotini muhofaza qilishda faol ishtirok etishi zarurligini ta'kidlaydi. Zamonaviy jamiyatda har bir inson asosiy tibbiy ko'nikmalarni egallashi, xavf tug'ilganda sarosimaga tushmasdan to'g'ri harakat qilishi, favqulodda xizmatlar bilan o'zaro hamkorlikda bo'lishi va jabrlanuvchining umumiy holatini barqarorlashtirishga qaratilgan eng oddiy amallarni bajarishni bilishi kerak. Favqulodda vaziyatlarning oldini olish, xavflarni erta aniqlash, jamoatchilikni xabardor qilish va to'g'ri yo'l-yo'riq ko'rsatish bilan bir qatorda, birinchi yordam ko'rsatishning ilmiy asoslarini o'rganish, qoidalarining to'g'ri qo'llanilishi, aholining psixologik tayyorgarligi ham katta ahamiyatga ega bo'lib, bu yo'nalish jamiyat taraqqiyoti, sog'lom turmush tarzi va xavfsiz muhit yaratish bilan chambarchas bog'liq.

Asosiy qism

Favqulodda vaziyatlarda birinchi yordam ko'rsatishning mazmuni inson hayotiga tahdid soluvchi kutilmagan holatlarni to'g'ri baholash, jabrlangan shaxsni xavfsiz joyga ko'chirish, uning umumiy ahvolini nazorat qilish va zarur bo'lsa, professional tibbiy yordam kelguniga qadar asosiy hayotiy funksiyalarni barqaror ushlab turishga qaratilgan choralarni o'z ichiga oladi, chunki favqulodda holatda asosiy vazifa eng avvalo o'z xavfsizligini ta'minlash, so'ngra vaziyatni aniqlash, atrofdagi xavf-xatarni kamaytirish va jabrlanganlarga minimal, lekin hayot uchun muhim bo'lgan yordamni ko'rsatishdan iborat bo'ladi. Bunda birinchi yordamning asosiy tamoyillari — hushyorlik, tezkorlik, aniqlik va izchillik — alohida ahamiyatga ega bo'lib, ular orqali yordam ko'rsatuvchi shaxsning har bir qarori va harakati favqulodda vaziyatning oqibatlarini sezilarli darajada yengillashtirishi mumkin. Aholi o'rtasida tibbiy bilimlarning yetarli darajada shakllanmaganligi ko'plab ortiqcha xavflarga, noto'g'ri harakatlarga yoki keraksiz kechikishlarga sabab bo'lishi mumkin, shu bois ta'lim muassasalarida, korxonalarda va jamoat joylarida birinchi yordam bo'yicha muntazam o'quv mashg'ulotlari tashkil etilishi, amaliy ko'nikmalar o'rgatilishi va har bir fuqaro oddiy, lekin zaruriy bilimlarga ega bo'lishi muhimdir. Birinchi yordam ko'rsatish jarayonida vaziyatdan kelib chiqib, jabrlanuvchining umumiy holatini aniqlash, nafas olishi va hushini kuzatish, xavfsizlik choralari ko'rish, qiyin sharoitda ko'mak ko'rsatish, ruhiy bosimni

kamaytirish hamda jabrlanuvchini ortiqcha qoʻrquv va sarosimadan himoya qilish ham alohida eʼtibor talab etadi. Shuningdek, favqulodda xizmatlar bilan hamkorlik qilish, chaqiruvni toʻgʻri bera olish, voqeani aniq tushuntirish va tibbiy brigadaga tayanch maʼlumotlarni yetkazish umumiy jarayon samaradorligini oshiradi. Favqulodda vaziyatlarning oldini olish boʻyicha profilaktika ishlari, xavfsizlik qoidalarini aholiga yetkazish, texnik vositalardan oqilona foydalanish, maktab va oliy taʼlim tizimida maxsus oʻquv dasturlarining joriy etilishi, davlat va nodavlat tashkilotlarining hamkorlikda ishlashi jamiyatning tayyorgarlik darajasini oshirishga xizmat qiladi. Jamiyat rivoji, texnika va texnologiyalar kengayishi, transport vositalari koʻpayishi, tabiiy ofatlar chastotasining oʻzgarishi sharoitida birinchi yordam koʻrsatish nafaqat tibbiyot sohasi mutaxassislariga, balki har bir fuqaroga zarur boʻlgan kundalik hayot koʻnikmasiga aylangan, ayniqsa yoshlar uchun bunday bilimlar masʼuliyat, hushyorlik, xavfsizlik va insonparvarlik kabi qadriyatlarning shakllanishida katta rol oʻynaydi. Shuning uchun birinchi yordam boʻyicha nazariy va amaliy bilimlarni keng targʻib qilish, treninglar va koʻrgazmali mashgʻulotlar orqali aholini tayyorlash, favqulodda vaziyatlarda xotirjam, izchil va toʻgʻri qaror qabul qilishga oʻrgatish bugungi kundagi eng dolzarb vazifalardan biridir.

Xulosa

Favqulodda vaziyatlarda birinchi yordam koʻrsatish boʻyicha oʻtkazilgan tahlillar shuni koʻrsatadiki, aholining ushbu yoʻnalishdagi tayyorgarligi jamiyat xavfsizligi, inson hayotini asrash va favqulodda holatlarning oqibatlarini kamaytirishda hal qiluvchi omil sanaladi, chunki har qanday kutilmagan vaziyatda eng muhim boʻlgan jihat — bu aholi tomonidan koʻrsatiladigan dastlabki va eng sodda amallar orqali jabrlanuvchining hayotiy faoliyatini vaqtinchalik boʻlsa-da, barqaror ushlab turish imkoniyatidir. Ushbu jarayonning samarasi birinchi yordam koʻrsatish qoidalarining ommaviy ravishda oʻrgatilishi, amaliy mashgʻulotlarning muntazam tashkil etilishi, yoshlar va katta yoshdagi aholiga teng imkoniyatda bilim berilishi, hamda favqulodda vaziyatlarda oʻzini tutish madaniyatining shakllanishiga bevosita bogʻliqdir. Xalqaro tajriba ham shuni isbotlaydiki, birinchi yordam boʻyicha umumiy savodxonlik darajasi yuqori boʻlgan mamlakatlarda fuqarolarning ogohlantirilganligi, xavfsizlikka jiddiy munosabati, hushyorlik darajasi va oʻzaro hamjihatlikning kuchliligi tufayli favqulodda holatlar oqibatlari ancha yengil kechadi. Shunday ekan, Oʻzbekistonda ham mazkur yoʻnalishda olib borilayotgan ishlarni yanada kuchaytirish, taʼlim tizimiga zamonaviy dasturlar joriy etish, aholining barcha qatlamlari uchun qulay oʻquv resurslarini yaratish, jamoat joylarida axborot tarqatish, media taʼsirini

kuchaytirish va favqulodda xizmatlar bilan hamkorlikni mustahkamlash zarur, chunki bugungi rivojlanayotgan jamiyatda har bir fuqaroning bunday bilimlarga ega bo'lishi o'z hayoti va atrofdagilar hayoti uchun mas'uliyatni sezish, xavfsizlik madaniyatini shakllantirish va favqulodda vaziyatlarga tayyor turish bilan chambarchas bog'liqdir. Shuningdek, birinchi yordam bo'yicha ilmiy izlanishlarni kengaytirish, xalqaro standartlarga mos metodikalarni takomillashtirish, o'quv dasturlarini yangilash va aholining ruhiy barqarorlik darajasini oshirishga qaratilgan tadbirlarni kuchaytirish ham dolzarb vazifa bo'lib qolmoqda. Umuman olganda, favqulodda vaziyatlarda birinchi yordam ko'rsatish faqat tibbiy masala emas, balki jamiyatning ijtimoiy mas'uliyati, insonparvarlik qadriyatlari, hayotga bo'lgan hurmati va milliy xavfsizlikka qo'shgan hissassi sifatida qaralishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekiston Respublikasi Favqulodda vaziyatlar vazirligi. *Favqulodda vaziyatlarda harakat qilish bo'yicha qo'llanma*. — Toshkent: FVV Nashriyoti, 2021.
2. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. *Birlamchi tibbiy yordam ko'rsatish tartibi bo'yicha metodik qo'llanma*. — Toshkent, 2020.
3. "Qizil Yarim Oy Jamiyati" Respublikasi tashkiloti. *Aholi uchun birinchi yordam asoslari*. — Toshkent, 2019.
4. R. Shermatov, M. Hasanov. *Tibbiy bilimlarning asoslari*. — Toshkent: "O'qituvchi", 2018.
5. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO). *First Aid Guidelines*. — Geneva, 2018.
6. UNICEF O'zbekiston bo'limi. *Favqulodda vaziyatlarda xavfsizlik va himoya bo'yicha qo'llanma*. — Toshkent, 2021.
7. A. Qodirov, D. Yo'ldosheva. *Aholining favqulodda vaziyatlarga tayyorgarligi va xavfsizlik madaniyati*. — Toshkent: Akademiya, 2022.
8. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi. *Favqulodda vaziyatlarda harakat qilish bo'yicha nizom va me'yoriy hujjatlar to'plami*. — Toshkent, 2020.
9. Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi. *"Hayot faoliyati xavfsizligi" fani uchun o'quv dasturi va darslik*. — Toshkent, 2022.
10. IFRC – International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies. *First Aid Training Standards*. — Geneva, 2020.