Милләт тәрбиячесе

Нурия ӘЛМИЕВА

«И газиз бала!.. Адәмгә бигрәк кирәк вә бигрәк лязем нәрсә – гыйлемдер. Наданлык дигәнебез белүе лязем булган нәрсәне белмәүдер… Кая барса да, надан кешенең кадере юктыр… Гыйлем өйрәнүгә, укуга, язуга, һөнәр һәм мәгърифәт алуга иҗтиһад кыл, чөнки гыйлем вә мәгърифәт иясе һәр җирдә хөрмәтле булып, халык арасында кадере зур булыр».

Милләтебезнең мәшһүр мәгърифәтчесе Каюм Насыйриның хәзерге әдәби телебезгә күчереп әйтелгән нәсыйхәте бу. Ул яшьләрне гыйлемле булу белән бергә, һөнәр үзләштерергә чакыра, кәсепкә өйрәнү гамәлен үз итәргә өнди. Каюм Насыйри, иң мөһиме, өйрәтеп, сабак биреп кенә калмый, үзе биргән нәсыйхәтләрне тормышта һәрдаим кулланып яши. 77 яшендә вафат булган бу мөхтәрәм шәхес гомере буе милләткә хезмәт итә. Ул беркайчан даулап-шаулап йөрми, дәгъва, шикаять кылуның ни-нәрсә икәнен белми, бәхәс, низаглардан да ерак була. Бар кыенлыкларны сүзсез генә уздырып җибәреп, сабыр гына эшләвен дәвам итә. Байлыкка да, дан-шөһрәткә дә исе китми. Милләтен кайгыртып, үз халкының тәрбия-әхлагы камиллеккә ирешсен дип яши ул. Шуңа күрә дә күренекле әдибебез Каюм Насыйрине зур хәрефләр белән «Милләт тәрбиячесе» дип атап була.

Каюм бабай нәсыйхәтләре

***

Аксакаллардан берсенә бер адәм шикаять кыйлды ки: «Фәлән кеше, минем бозык эшләремне сөйләп, фәлән йирдә мине яманлаган», – диде. Ул аксакал әйтте ки: «Син аның яхшы эшләрен сөйләп, аны оятлы ит», – диде. Бу дәхи сиңа бер тәрбиядер. Әй угыл, һәрбер хикәяттән бер мәгънә фәһем иткәйсән ки, аңсыздан, берәү сине бер йирдә яманлаган булса, аңар каршы син аны макта. Шаять ки ул үзе дә, адәм булса, инсаф итәр вә оялыр…

***

Әй угыл, кешенең эшендә яки сүзендә хата күрсәң: «һай хата кыйлдың, болай кирәк», – дип хатасын төзәтмә, чөнки синнән гыйлем алыр һәм сине дошман тотар. Бу эш үз башыма күп килгәне бар, вә ничә мәртәбә кешенең хатасын үгрәтеп үкенгәнем бар.

***

Гакыл иясе вә фазыйләтле бер егет бар иде. Әмма ничә мәртәбә галимнәр вә акыл ияләре арасында утырыр, бер сүз сөйләмәс иде. Атасы әйтте: «Әй углым, белгәнеңне ник сөйләмәйсән?» – диде. Углы әйтте: «Куркамын ки, әгәр белгәнемне кешегә белдерсәм, галим икән дип, минем белмәгән нәрсәмне сорарлар да оятлы булырмын», – диде. Әй угыл, бу хикәяттән сиңа файда шулдыр ки, бернәрсәне тәмам нигезенә төшенеп белмәсәң, телеңә китермә.

***

Әй угыл, бер йиргә керсәң, әүвәл ничек итеп чыгасыңны уйламак кирәк… Бер ишекне ачсаң, ничек итеп ябармын, дип уйламак кирәк. Ягъни бурычка керсәң, ничек итеп түләрмен дип, әүвәл түләвеңне искә төшер. Вә дәхи бер эшкә керешсәң, ничек итеп тәмам кыйлырмын дип, тәмам кыйласыңны искә төшер.

***

Әй угыл, яхшы сүз белән усалны юлга салырмын димә. Ахмак үз-үзенә кыйлган кадәр зарарны гакыллы адәм дошманына да кыйлмас. Әгәр, әй угыл, сине алдыңда мактасалар вә яхшылыгың өчен сиңа рәхмәт кыйлсалар: «һай рәхмәт! Мине мактайсыз икән ләбаса», – димә, эчеңнән тын. Әгәр дусларым күп булсын дисәң, кеше эшенә катышма вә һичкемгә бәйләнмә – һәммә халык сиңа дус булыр.

***

Әй угыл, белмәгән һәм тәҗрибә кылмаган танышларыңнан саклан. Кеше белән кеше арасында әхлак ягыннан аерма бик күп була. Игелекнең кадерен белмәгәннәргә иткән изгелегең әрәмгә китәчәк. Күркәм холык ияләренә хөрмәт вә изгелек күрсәтсәң, алар сиңа кол булырлар. Әгәр изгелек кадерен белмәгәннәргә хөрмәт вә изгелек күрсәтсәң, шөкер итмәсләр һәм кирелекләрен арттырырлар. Андый адәмгә изгелек итсәң: «Карале, мин мондый изгелекләргә хаклы икәнмен ләбаса. Миңа әле тагын фәлән нәрсә, фәлән нәрсә кирәк иде», – дип, таләп итеп, дәгъваларын арттыра барып, сине үзләренең колына әйләндерерләр. ГМ

йирдә — җирдә
фәһем — аңлау
үгрәтеп — өйрәтеп
фазыйләт — өстенлек
лязем — кирәк
дәхи — янадан

Колагың ишетсен!

Җәй җитте. Йөткерү, салкын тию кебек авырулар кимеде кебек. Тик лор-табиблар кисәтә: салкын яки пычрак суда коенудан балаларда колак авырулары башлана.

Светлана КАЛИНИНА, Республика балалар клиник хастаханәсенең югары категорияле отоларингологы:

«Үзлектән дәвалап булмый»

Колак ялкынсынуы, авыртуы медицина телендә отит дип атала. Гадәттә, бу салкын тиюне вакытында дәваламаудан килеп чыга. Шулай ук яңа туган сабыйларда да отит күзәтелергә мөмкин. Сәбәбе – туганда ана карынындагы суның ишетү юлларына керүе.

Бала сөйләшә белмәсә, авыруның башлангыч чорында ата-ана бу хакта сизмәскә дә мөмкин. Бердәнбер тышкы билгесе – колак кызара. Ата-ана игътибарлы булырга тиеш: сабый өзлексез елый, йокламый икән, димәк, сәбәбе бар.

Отит өч төрле: тышкы, урта һәм эчке була. Шуларга аерым тукталыйк.

Тышкы отит – гадәттә, авыруның бу төре белән яз-җәй айларында чирлиләр, салкын, пычрак суда коенганнан була ул. Мондый вакытта колакның тышкы өлеше кызара, авырту, ис барлыкка килә, су җыела. Тышкы отит белән күбрәк:

- су спорты төрләре белән шөгыльләнүче;
- иммунитетлары түбән;
- колакларында төрле җәрәхәтләр булган балалар авырый.

Урта отит – ягъни колакның урта өлеше ялкынсынуы. Билгеләре – колак авырта, борыннан, колактан ага, температура күтәрелә. Җиде яшькә кадәр булган балаларның 95 процентында әлеге чир билгеләре күренә. Вакытында дәваламасаң, баш мие эшчәнлеге тоткарлана, баланың сөйләм теле начар формалаша.

Эчке отит – икенче төрле аны лабиринтит дип тә атыйлар. Бу хроник, озакка сузылган авырулар аркасында барлыкка килә. Мисал өчен, бала озак йөткереп йөри, борыныннан сыеклык ага. Нәтиҗәдә, эчке отит барлыкка килә. Бу вакытта түбәндәге билгеләр була:

- колаклар кызару яки агару;
- баш әйләнү;
- косасы килү;
- начар ишетү яки бөтенләй ишетмәү;
- колак шаулау;
- тирләү;
- йөрәк борчу.

«Бала тудыру йортында тикшерәләр»

Еш кына хастаханәгә берике яшьлек сабыйлары белән килгән әти-әниләр: «Безнең бала ишетми яки начар ишетә кебек», – диләр. Бу – ата-аналарның игътибарсызлыгы һәм зур хатасы! Ике-өч айлык вакытында баланың ишетәме-юкмы икәнлеген аңлап була. Яхшы ишеткән сабый бер ай, ай ярымлык чагында ишек, урамдагы машина кычкырган тавышка сискәнеп китә. Ике айлык бала анасы тавышын ишетүгә сөенечен белдерә, игътибар итә. Ә өч-дүрт айда тавыш килгән якка башын бора, эзли башлый. Бер яшьлек бала исә шыпырт кына сөйләшкәнне дә бер метр ераклыктан ишетә.

Соңгы ике-өч елда республикада яңа туган сабыйларның барысын да скрининг җайланмасы ярдәмендә тикшерәләр. Әгәр баланың ишетү

сәләте түбән булса, аны сурдолог карый, исәпкә куя. Күп очракта мондый сабыйларга операция ясала. Статистика күрсәткәнчә, мең яңа туган балага 1 ишетмәүче туры килә. Һәрвакыт әйтәбез: колак ишетмәү иртәрәк ачыкланган саен дәвалау мөмкинлеге дә югарырак. Мисал өчен, бер яшьлек бала 10-12 сүз әйтә белсә, шул яшьтәге ишетмәүче сабый бөтенләй дәшми, бары тик авазлар ярдәмендә ымлый, әти-әнисен җитәкләп, кирәк әйберен сорый. Кызганыч, кайбер очракларда ишетмәүче балаларга берничек ярдәм итеп булмый, бердәнбер юл – колак аппараты кию. Колак ишетмәү буенча беренче, икенче группа инвалид балаларга аппарат дүрт елга бушка бирелә. Әлеге сабыйлар башкалар кебек үк мәктәптә укый, югары белем ала. Ләкин кайбер чикләүләр бар: аларга машина йөртү таныклыгы бирелми, аерым һөнәрләрне үзләштерә алмыйлар.

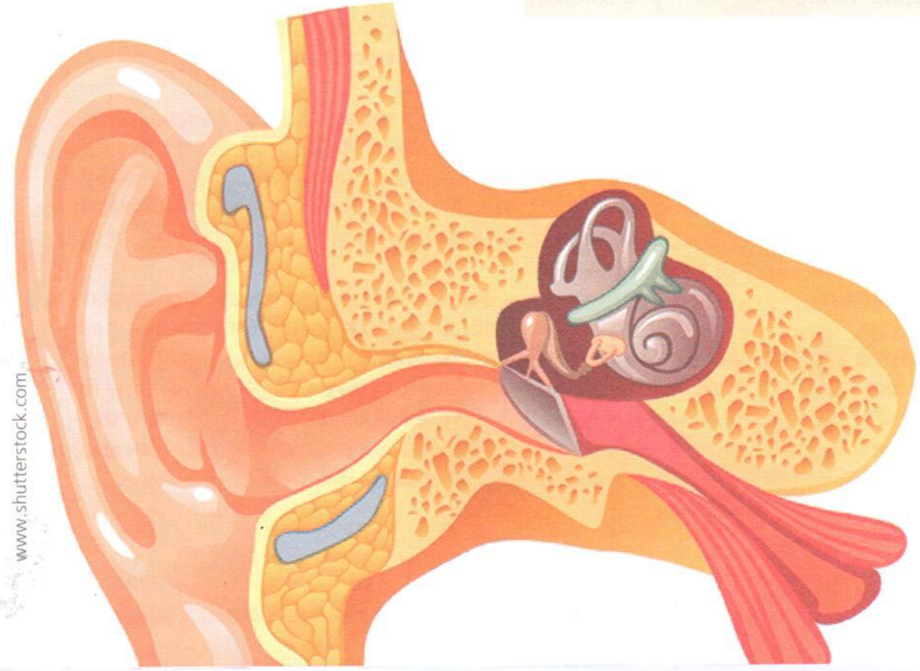
Әлеге чир каян килә соң? Сәбәпләр күп һәм төрле, иң киң таралганнары:
- нәселдәнлек;
- туганда алган җәрәхәт;
- вакытында дәваланмаган колак авырулары;
- колакта булган төрле авыр җәрәхәтләр һ.б.

Отит булмасын дисәгез

- Бүлмәне еш җилләтергә, тузанны юеш чүпрәк белән сөртеп торырга кирәк. Бүлмәдә 18-20 градус җылы булырга тиеш.
- Баланы кечкенәдән борынын сеңгерергә өйрәтегез, башта берсен, аннары икенчесен. Әгәр борындагы сыекчаны бала һаман саен эчкә тартса, ул колак юлларына китәчәк. Нәтиҗәдә, колак көпшәләре томаланачак.
- Баланы эчерткәндә шешәне 45 градус авышлыгында тотыгыз.
- Балагыз йоклаганда гыжлый икән, кичекмәстән лор-табибка барыгыз. Димәк, аденоидлар зурайган, ә ул отитлар китереп чыгара.

АТА-АНА КОЛАГЫНА

Бала колак авыртудан зарлана икән, ата-ана бик игътибарлы булырга тиеш, чөнки бу катлаулы, җитди чир. Өйдәге шартларда аны дәвалап булмый диярлек. Табибка барып җиткәнче авырткан колакны салкыннан, җилдән саклагыз.



ФАКТ

Колакчыннар зарарлымы?

Колакчыннар киеп йөрү яшәү рәвешебезгә керде, бигрәк тә яшьләр арасында. Елдан-ел тавышлары көчлерәк колакчыннар барлыкка килә. Медицина күзлегеннән караганда, бу зарарлы. Колакның эчке өлешендә төкле (йонлы) күзәнәкләр бар, көчле тавыш ишетү органның шул өлешенә начар тәэсир итә. Нәтиҗәдә, кеше начар ишетә башлый.

Колакчыннар аша бик кирәк булганда, кыска вакыт аралыгында гына тыңларга мөмкин. Иң мөһиме – тавышы каты булмасын!

ЧИСТАЛЫК

Ишетү органнарының гигиенасы бик гади: ванна, мунча кергән саен юеш бармак белән колакларны юарга һәм сөлге очы белән сөртергә. Ишетү юлында ябышкак колак сагызы, медицина телендә әйтсәк – күкертле матдә бүленеп чыга. Ул саклагыч функция башкара: тузан, микроблар тоткарланып кала.
Бүген күпләр колакларны чистартканда мамыклы таякчыклар куллана. Бу дөрес түгел, алай гына түгел, хәтта куркыныч. Колаклар бүлеп чыгарган күкертле матдә таякчыклар ярдәмендә «бөке»гә әйләнә. Нәтиҗәдә, колак ишетми башлый. ГМ