



ყვარლის

გამოდის 1932 წლიდან

ფასი 40 თეთრი



ღირსების ორდენი პრეზიდენტისგან

ერთი თვის წინ იური ბალაშვილის ოჯახმა სასიხარულო ცნობა მიიღო. საქართველოს პრეზიდენტმა საქართველოს სახელმწიფოს აღმშენებლობაში, კანონიერებასა და მართლმართვის განმტკიცებაში შეტანილი განსაკუთრებული წვლილისათვის ღირსების ორდენით დააჯილდოვა ჩვენი თანამემამულე, ყვარლის პირველი საჯარო სკოლის და

თბილისის ივანე ჯავახიშვილის სახელმწიფო უნივერსიტეტის იურიდიული ფაკულტეტის კურსდამთავრებული, პროკურორი რეზი ბალაშვილი. ჩვენც ვუერთდებით მათ სიხარულს და მოსახლეობის სახელით ვულოცავთ მას ამ ჯილდოს, ვუსურვებთ წარმატებებს საზოგადოებრივ და პირად ცხოვრებაში.

გაზეთ „ყვარლის“ რედაქცია



ჯიჯლაყა (ამარანტი) – უნიკალური, მარცვლოვანი, საბოსტნე და დეკორატიული მცენარე

ჯიჯლაყა (ამარანტი, *Amaranthus*)-21-ე საუკუნის იდეალურ მცენარედ დასახელებული, არატრადიციული ნედლეული – მარცვლოვანი კულტურაა, რომელსაც შეუძლია გამოკვების მთელი მსოფლიო. ამარანტი ცილების შემცველობა რძეზე მეტია, ახანგრძლივებს ახალგაზრდობას და აჯანსაღებს ორგანიზმს!

ამარანტი (ჯიჯლაყა) – მათასი წლის მანძილზე, სამხრეთ ამერიკისა და მექსიკის ტერიტორიაზე ითვლებოდა ძირითად მარცვლოვან კულტურად („ინკების პური“, „ატკეტების ხორბალი“).

ინკები და ატკეტები უწოდებდნენ „კვიჩა“-ს (КВИЧА). მას აძლევდნენ საკვებად ახალდაბადებულ ბავშვებს, მარცვლები მეომრებს მიჰყვინდებდა ხანგრძლივი მოგზაურობისას – როგორც ჯანმრთელობისა და ძალების აღსადგენი საშუალება, თვლიდნენ წმინდა მცენარედ,

სცემდნენ თავიანთს და იყენებდნენ მსხვერპლთშენიერების რიტუალებში, რის გამოც, ესპანელმა კონკისტადორებმა გაანადგურეს და მკაცრად აკრძალეს.

16-ე საუკუნის ბოლოს, ამარანტის თესლი, ლამაზი, დერკორატიული მცენარის სახით, შემოტანილი იქნა ევროპაში. არავინ იცოდა ამარანტის – როგორც საკვები და სამკურნალო მცენარის ნამდვილი ფასეულობა.

გამოყენება მედიცინაში მედიცინაში გამოიყენება შარდსაქესო ანთებითი პროცესების, იმუნური სისტემის მოწესრიგების, ანემიის, ავტოიმუნური დაიბეტის, ნევროზის, კანის დაავადებების (ეგზემა, ფსორიაზი), დამწვრობის, სტომატიტის, პარადონტიტის,

გაგრძელება მე-2 გვ. -ზე

სეტყვის შედეგად მიყენებული ზარალი ბენეფიციარებს აუნაზღაურებთ

ყვარლის მუნიციპალიტეტში სეტყვის შედეგად მიყენებული ზარალი აგროდაზღვევის პროექტში ჩართულ ბენეფიციარებს აუნაზღაურებთ. ზარალის დათვლა აქტიურად მიმდინარეობს.

ყვარლის მუნიციპალიტეტის მერმა როსტომ სესიაშვილმა, სოფლის მეურნეობის პროექტების მართვის სააგენტოსა და სადაზღვეო კომპანიის წარმომადგენლებთან ერთად სოფ.ჭიკანში სულიკო გეზელიშვილის ვენახი დავათვალიერეს, რომელსაც სადაზღვეო კომპანია მიყენებულ ზარალს 12 000 ლარით აუნაზღაურებს.

აგროდაზღვევის სახელმწიფო პროექტი 2014 წელს დაიწყო და უკვე 5 წელია მიმდინარეობს. პროექტის მიზანი აგროსექტორში სადაზღვეო ბაზრის განვითარება, სასოფლო-სამეურნეო საქმიანობის ხელშეწყობა, სასოფლო-სამეურნეო საქმიანობით დაკავებული პირებისთვის შემოსავლის შენარჩუნება და რისკების (სეტყვა, წყალდიდობა, ქარიშხალი, სამშობლოში ყინვა) შემცირებაა. აგროდაზღვევის პროექტში სახელმწიფოს მხრიდან თანამონაწილეობა ყველა კულტურაზე 70%, ხოლო ვაზზე 50%-ია.



ითანამშრომლეთ „მეღვინე ქალთა და ყურძნის მესაკუთრეთა ასოციაციასთან“, რომელიც ევროკავშირში ღვინის ექსპორტის განხორციელებაში დაგეხმარებათ

„მეღვინე ქალთა და ყურძნის მესაკუთრეთა ასოციაცია“ (ს/კ 428518393), დაფუძნდა 2011 წელს, რომელიც მეღვინეობის, ღვინის ტურიზმისა და უსაფრთხო კვების მიმართულებით მუშაობს. ასოციაცია დაფუძნებულია მეღვინე-ტექნოლოგის მარია ნატროშვილის მიერ, რომელსაც აქვს მეღვინეობის სფეროში (პრაქტიკული და სამეცნიერო) 27 წლიანი გამოცდილება. არის 8 სამეცნიერო ნაშრომის ავტორი.

ასოციაციამ უკვე განახორციელა პროექტები:

„ღვინის ტურიზმის ტრენინგები ყვარლის რაიონში“, რომელიც ტურიზმის ეროვნულ სააგენტოს დიდი პროექტის „ღვინის გზის“ ნაწილი იყო.

მინეველი იყო როგორც ექსპერტი, საქართველოს სტრატეგიული კვლევების და განვითარების ცენტრის მიერ „სასურსათო პროდუქტს მომხმარებელი აკონტროლებს“ ფარგლებში, წევნების ნატურალობის დადგენის მომსახურების განხორციელება <http://consumer.ge/?rec=2494>

ასოციაცია იბრძოდა პროექტის „პიბრიდული ჯიშების ვენახების ამოძირკვის“ წინააღმდეგ. რითაც ცდილობდა ამ ჯიშის ვენახების ეფექტური გამოყენების იდეის დაწერვას. კონკრეტულად, პიბრიდული ჯიშებისგან ყურძნის წვენის წარმოების პროგრამის ამოქმედებას. ყურძნის წვენი მნიშვნელოვანია იმითაც, რომ მას არ სჭირდება შაქრის დამატება და მის შაქრიანობას განზღვრავს მონობეჰარი გლუკოზა, რომელიც ენერგოჯაბიზორადაც კი განიხილება.

2018 წელს ახორციელდა პროექტის „მეღვინეობის სექტორში, კახეთის მოსახლეობაში DCFTA-ის შესახებ ცნობიერების ამაღლება“.



ასოციაცია ამჟამადც ახორციელებს პროექტს „მცირე მარნების მეღვინეობის განვითარებისა და ღვინის ტურიზმში ჩართვის ხელშეწყობა“. პროექტის მიზანია კომუნიკაციის კამპანიის ჩატარება კახეთის რეგიონის მუნიციპალიტეტებში მეღვინეობა-მეღვინეობის სექტორში დასაქმებულ წვრილ და საშუალო მენარმებთან, კერძოდ ევროპის კავშირსა და საქართველოს შორის ღვინის ამაღლება და ევროკავშირში ღვინის ექსპორტის და სხვა პროდუქციის შეტანის შესაძლებლობის პოპულარიზაციის მიზნით.

პროექტი განხორციელდა ევროპის კავშირის მიერ დაფინანსებული „სურსათისა და სოფლის მეურნეობის დარგში მცირე და საშუალო საწარმოების მხარ-

დაჭერი ინიციატივის“ (FASSI) ფარგლებში და „სამოქალაქო განვითარების სააგენტო“-ს (ხელმძღვანელი – სალომე ზურაბიშვილი) მხარდაჭერით.

პროექტი მხარდაჭერილი იყო „საქართველოს ფერმერთა ასოციაცია“, „სიდა ცვლილებებისათვის“, „ISET“, „ექსპორტის განვითარების ასოციაციის“ და „ათინათი“ მიერ.

მოსახლეობამდე ინფორმაციის მიტანა მოხდა საინფორმაციო შეხვედრებით.

პროექტის განხორციელების შედეგად ამაღლდა ადგილობრივ მცხოვრებთა ინფორმირებულობა ევროკავშირთან ღრმა და ყოვლისმომცველი თავისუფალი სავაჭრო სივრცის შესახებ შეთანხმების (DCFTA) რეგულაციების, ევროკავშირის ბაზარზე წვდომის და საქმიანი ურთიერთობების გაუმჯობესების შესახებ, ღვინისა და აგროტურიზმში მათი ჩაბმულობის შესაძლებლობებზე, საიდანაც შესაძლებელია სოლიდური შემოსავლების მიღება.

იმატა მეღვინეობის პროფესიონალური უნარ-ჩვევების შექმნის მსურველთა რიცხვსაც, რაც სამომავლო პოტენციურ ექსპორტიორად ჩამოყალიბებას ნიშნავს.

DCFTA-სთან მიმართებაში მეღვინეობის სექტორში დღეს თითქმის არავინ მუშაობს, ვინც საქმის კურსში ჩააყენებს მოსახლეობას ევროპაში ღვინის შესაძლო გატანის საკითხებზე.

ზემოთ აღნიშნული პროექტი სრულდება, თუმცა „მეღვინე ქალთა და ყურძნის მესაკუთრეთა ასოციაცია“ განაგრძობს აქტიურ საქმიანობას.

გაგრძელება მე-2 გვ. -ზე



მიღოცვა

ლალი ქაფიანიქის!

ჩვენთვის უძვირფასესო და საამყო დედა. იენისი ხომ შენი დაბადების თვეა. ეს თვე ჩვენთვისაც სხვანაირად სასიხარულოა ხოლმე ყოველ წელს. მთელი გულით გილოცავთ ამ დღეს, გისურვებთ ჯანმრთელობას და ყოველივე კარგს. ვაჟას თქმისა არ იყოს „ლამაზად შეილის გამზრდელი დედა მიცვინა ღმერთადო“, – ამიტომაც ხარ ყოველთვის ლამაზი და დასაფასებელი ჩვენთვის; მადლობა იმ დედობრივი ზრუნვისთვის რასაც იჩენ ჩვენს მიმართ. ღმერთმა არ მოგაკლოს ჯანმრთელობა და სიხარული. უფალი ყოფილიყოს შენი მფარველი და სიკეთის მეგზური.

დედა ნათელა, შვილები თეა, გიორგი.

მედიკო გულგულაშვილს!

ჩვენთვის უსაცვარლესო და ტკბილი დედა და ბებია, გილოცავთ საოუბილო თარიღს – 80 წლის იუბილეს. გისურვებთ ყოველივე კარგს, ჯანმრთელობას და დედხანს სიცოცხლეს. სიხარული და სილაღე ყოფილიყოს შენი ცხოვრების თანამგზავრი. ისარე და იბედნიერე შენს მონაგართან ერთად. უფალი ყოფილიყოს ყოველთვის შენი მფარველი.

შვილი მარინე, შვილიშვილი მიშკო, შვილიშვილები დავითი და ლუკა

ითანაგზრომლეთ „მედიკო ქალთა და ყურძნის მესაკუთრეთა ასოციაციასთან“, რომელიც ევროკავშირში ღვინის ექსპორტის განვითარების დახმარებით

დასაწყისი 1-ელ გვ. -ზე

ამჟამად განხორციელების სტადიაზეა აქვს 2 პროექტი:

„ჩვენ ვძლიერდებით ურთიერთკავშირით“ – ეს პროექტი მხარდაჭერილია „საქართველოს სტრატეგიული კვლევებისა და განვითარების ცენტრი“-ს (სელმპლენი) – ეკა ურუშაძე) მიერ „კონრად ადენაუერის ფონდი“-ს მიერ დაფინანსებული „სამოქალაქო საზოგადოების განვითარების ინიციატივის“ ფარგლებში. ეს პროექტიც ასოციაციის პროფილიდან გამომდინარე მუშაობს მედიკოების მიმართულებით, თუმცა ამჯერად არეალი გაფართოებულია და მოიცავს კახეთის რეგიონის 5 მუნიციპალიტეტს: ყვარელი, ლაგოდეხი, გურჯაანი, დედოფლისწყარო, საგარეჯო. პროექტის მიზანია ასოციაციის მუშაობის შესახებ ინფორმაციის გავრცელება ყველა დაინტერესებულ პირათათვის, ვისაც სურს ოჯახურ პირობებში მალაზიარის-ხოვანი ღვინის წარმოება და საკუთარი საოჯახო ღვინის მარკის შექმნა. ასოციაცია გაეინვესტირებს კონსულტაციებს, დაგეგმვრებით ღვინის მარკის შექმნასა და ღვინის ბოთლებში ჩამოსხმას, დაგეგმვრებით პროდუქციის რეალიზაციის საქმეში.

ასოციაცია ახორციელებს პროექტს „ღვინის სკოლა ქვეყნის ღვინის საამქროში“. პროექტი მხარდაჭერილია ევროკავშირის მიერ, რომელსაც ახორციელებს სსიპ „საქართველოს ბავშვთა და ახალგაზრდობის განვითარების ფონდი“ საერთაშორისო არასამთავრობო ორგანიზაციასთან – „Save the Children“-თან ერთად. პროექტი ითვალისწინებს მოკლევადიან გადამამზადებელ პროგრამას: ღვინის წარმოება ოჯახის პირობებში საერთაშორისო სტანდარტების დონეზე, მოსახლეობისთვის დახმარებას საავტორო, ექსპლუატორი ღვინოების წარმოებაში.

დაგეგმილია 5-დღიანი ტრენინგები, 22-26 ივლისის პერიოდში. სწავლება უფასოა. ტრენინგის წარმატებული მონაწილეები დასაქმდებიან ღვინის ქარხანაში. გააჩნიათ 5-7 სამუშაო ადგილი 30 წლამდე ბენეფიციარებისთვის, თუმცა შესაძლებელია აღნიშნულ ასაკის ზემოთაც მოსახლეობის მიღება.

ტრენინგზე დასწრება უფასოა. ტრენინგის ხარჯებს ფარავენ დონორი ორგანიზაციები.

ტრენინგის შედეგად ახალსოფლის ღვინის ქარხანაში-მფლობელი თენგიზ ლომიძე, სადაც ამჟამად ფუნქციონირებს ასოციაცია. განსაკუთრებით აღსანიშნავია ბატონი თენგიზის თანადგომა ასოციაციის საქმიანობაში, რომელიც მუდმივად მზად არის ყველანაირი დახმარება გაუწიოს ასოციაციას, აკეთებს შესაძლებლობის მაქსიმუმს.

დამატებითი ინფორმაციისთვის 5 99 21 57 75

ელ.ფოსტა: natroshevili.maia@yahoo.com
facebook: მედიკო ქალთა და ყურძნის მესაკუთრეთა ასოციაცია
ვებ.გვერდი მომზადების პროცესშია, უახლოეს პერიოდში ამოქმედდება. ასოციაციის ბაზაზე იქმნება „ღვინის კლუბი“.

კლუბის წევრობისთვის სანევრო გადასახადი ნებაყოფლობითია, კლუბის წევრებისთვის კონსულტაციები და პირველადი დახმარება უფასოა.

პროექტის მიმდინარეობის პერიოდში მოქმედებს ცხელი ხაზი ტელეფონით 599 21 57 75 და ვებ-საიტზე <https://www.facebook.com/meRvineqalTa-da-yurZnis-mesakuTreTa-asociacia-372470266189950/?ref=aymt-homepage-panel>

მასალა მოამზადდა ალექსანდრა გივილოვიძმა

„პირველი სამი წუთის“ ეფექტი, რომელიც ყველა გმოგალებს უნდა იცოდეს

აღმოჩნდა, რომ არსებობს „პირველი სამი წუთის“ ეფექტი და მან ბევრი ოჯახის ცხოვრება შეცვალა უკეთესობისკენ... „პირველი სამი წუთის“ ეფექტი ნიშნავს, რომ შეხვედეთ შვილს ისეთი სიხარულით, თითქოს, მრავალი წელი არ გინახავთ ერთმანეთი. და არა აქვს მნიშვნელობა მალაზიიდან დაბრუნდით, სამსახურიდან თუ მივიღებთ.

როგორც ნესი, ბავშვს შეხვედრის პირველივე წუთს სურს, გაგიხიზროთ სიხარული. ამიტომ, არ დაკარგოთ ეს ძვირფასი წუთები.

მშობლებს, ვინც „პირველი სამი წუთის“ ნესი იცავს, ადვილად ამოიცნობთ. ისინი ბავშვთან შეხვედრისას თვალეზში უყურებენ ერთმანეთს, ეხუტებიან, ლაპარაკობენ. ბავშვთან შეხვედრისას არასდროს საუბრობენ მობოლურზე და ცალკეად არ მიაძახებენ: „წამოდი“.

სამსახურიდან დაბრუნებულმა პირველ რიგში ბავშვს მიაქცევთ ყურადღებას. მხოლოდ 3 წუთი გაქვთ, რომ მოგიყვებთ დღის განმავლობაში მომხდარი ამბები. თუ ასე არ მოიქცევით, ის მთელი საღამო დაგყვება თუკან და თქვენგან ურთიერთობას, ყურადღებას, სიყვარულს მოითხოვს.

მნიშვნელოვანი დრო კი არა, ემოციური სიხარულია.

ზოგჯერ ბავშვთან გულახდილი სამ-წუთიანი საუბარი უფრო მნიშვნელოვანია, ვიდრე ერთად გატარებული მთელი დღე, როცა ფიქრებით და საქმეებით სულ სხვაგან ხართ. ის, რომ მუდამ სადაც გვაგვიანდება და საქმეები გვაქვს, ჩვენს შვილებს არ აბედნიერებს. იმ შემთხვევაშიც კი, თუ ყველაფერს მათ საკეთილდღეოდ ვაკეთებთ.

„ერთად გატარებული დრო“ – თქვენთვის და თქვენი შვილისთვის სრულიად განსხვავდება შინაარსობრივად.

უფროსებისთვის მნიშვნელოვანია, რომ ბავშვები ახლოს ჰყავდეთ, როცა მალაზიაში ან სტუმრად მიდიან. ბავშვისთვის კი მნიშვნელოვანია, მშობლებს თვალეზში უყუროს. ბავშვი ვერ გენდობათ, თუ იგრძნობ, რომ თქვენთვის სხვა რამე უფრო მნიშვნელოვანია, ვიდრე თვითონ.

მართალია, ყველა მშობელს არა აქვს იმის ფუნქცია, რომ მთელი დღე შვილს ეთამაშოს, მაგრამ „პირველი სამი წუთის“ ნესის დაცვა აუცილებელია. ნუ შესთავაზებთ მას ვარიანტს „როცა თავისუფალი დრო შეგნება“. თავისუფალი დრო შეიძლება კარგა ხანს არ გამოგიჩნდეთ, ბავშვები კი მალე იზრდებიან და ამიტომ, ნუ დაკარგავთ დროს.

mshoblebi.ge

ჯიჯლაყა (ამარანტი) – უნიკალური, მარცვლოვანი, საზოსტნა და დეკორატიული მცენარე

დასაწყისი 1-ელ გვ. -ზე

წყლულოვანი დაავადებების, ძალის აღმდგენი, ნივთიერებათა ცვლის მოსახერხებელი, ათეროსკლეროზის, სიმსუქნის საინააღმდეგო საშუალებაა.

არის მიკროელემენტების და ვიტამინების წყარო. სიმსივნური წარმონაქმნების, რადიაციული თერაპიის დროს, მისი ზეთის გამოყენება აჩქარებს პაციენტის ორგანიზმის აღდგენის პროცესს.

ამარანტის ზეთმა რევოლუცია მოახდინა კოსმეტოლოგიაში – განუმეორებელია ნაოჭების საინააღმდეგო.

ამარანტი მარცვლოვანი კულტურა

დღევანდელ დღეს, ჯიჯლაყისებრთა ოჯახის წარმომადგენელი – მარცვლოვანი კულტურა *Amaranthus cruentus*, კულტივირებულია და მოჰყავთ დედამიწის ორივე ნახევარსფეროს ტროპიკებსა და სუბტროპიკებში, მათ შორის საქართველოშიც.

ამარანტის ფოთლებს, თესლს და თესლიდან მიღებული ფქვილს ფართოდ გამოიყენებენ აქვს კულინარიაში და ხასიათდება თხილის არომატით.

საქართველოში ველურად გავრცელებულია ამარანტის ერთ ერთი ჯიმი – მწვანე ჯიჯლაყა (დედალი მხალი, შავ-მხალა, წონწარა..). ერთნაირი სახეობაა მცენარე.

აქვს მთლიანი, მორიგებით განლაგებული ფოთლები; იკეთებს უფერულ, მტკვინად შეკრებილ ყვავილებს; ფოთლებისგან და ყლორტებიდან აკეთებენ მხალს.



საზოსტნა ამარანტი

საკვებად გამოიყენება ბოსტნეული ამარანტის ყოველი ნაწილი. იდეალურია ცხოველებისთვისაც.

საზოსტნე ამარანტი ღია გრუნტში ითესება აპრილ – მაისში, როდესაც ნიადაგი გათბება +6-მდე. ხოლო დანი-თილებას მიმართავენ მაისს, როდესაც უნდა მოასწროს თესლის მომწიფება, ანდა ადრეული დეკორატიული ყვავილებისთვის (ციკლიმეტურ პირობებში).

საზოსტნე ამარანტი უპრობლემოდ მცენარეა, ეგუება ყველა სახის ნიადაგს. უყვარს სინათლე, სითბო და მორწყვა. სასალათო ფოთლებისათვის სჭირდება აღმოცენებიდან 60-70 დღე, სათესლედ კი 100-120.

შესანიშნავი სასუქი და სიდერატია.

ამიტომ გამოყენებისას უნდა მოეჭრას ღერო, ხოლო ფესვები დარჩეს მიწაში.

დეკორატიული ამარანტი

როგორც დეკორატიული მცენარე, ამარანტი ითესება მაისში, როდესაც 4-5 სმ-ზე მინის სიღრმე გათბება 10-13 გრადუსამდე. თესლი უნდა შეეუროთ ქვიშას, რათა დათესვისას თანაბრად გადაწილიდეს. ვთესავთ წინასწარ მორწყულ მიწაზე 1-1,5 სანტიმეტრ სიღრმეზე. 8-10 დღის შემდეგ აღმოცენდება და იზრდება ძალიან სწრაფად. იენისის ბოლოსთვის დაიწყებს პირველ ყვავილობას.

დატებით ამარანტის სილამაზით და გამოიყენეთ მისი სასარგებლო თვისებები! წყარო: თქვენი ბალი agrokavkaz.ge

რატომ ითიშება დენი?

თითქოს წარსულს ჩაბარდა ის შეზღუდული ღამეები, რომელსაც ადგილი ჰქონდა წლების წინ, ღამის შუაღამეებში გვიხდებოდა ადამიანებს ცხოვრება. დრო შეიცვალა, შეიცვალენ ხელისუფლების წარმომადგენლებიც და თითქოს ყველაფერი დალაგდა. აღარ გავგებინდა სანატრებლად ღამის ნათება. მაგრამ... ამ ბოლო დროს კვლავ გაისმის ხალხის უკმაყოფილება იმის თაობაზე, რომ სწორად ქრება დენი და ამ დროს არ არის ინფორმირებული მოსახლეობა; მოგხსენებათ დენის ფასმა მოიმატა, ამიტომ ხალხს მასიურად უნდა მიეწოდებოდეს უწყვეტი ელექტროენერჯია (გარდა გამონაკლისისა, ავარია, სტიქიური მოვლენები და ა. შ.). ცამომწინდელივე მთელი ღამით რომ გაითიშება დენი, ეს უკვე ამ ორგანიზაციის მესვეურთა უყურადღებობაზე და უკონტროლობაზე მიანიშნებს. თუ დროულად არ გადაიხდა აბონენტმა დენის გადასახადი, ხდება დაჯარიმება, ან გათიშვა, მაგრამ როცა საათობით ითიშება დენი, ვინ უნდა აგოს პასუხი, რა თქმა უნდა თქვენ – ელქსელეების ხელმძღვანელობამ. ადრე ქვესადგურში გამ-კაცრებული იყო მორიგეობა და ყოველი



გათიშვისას მორიგისგან ვიგებდით ინფორმაციას ამის თაობაზე, ახლა მობილურების ცვენა კია, მაგრამ საქალაქო ტელეფონი მაინც მუშაობდეს, რომ ადამიანმა დარეკოს და დენის გათიშვის მიზეზი დაადგინოს. დენის გათიშვას მასიურად ადგილი აქვს ჯავახიშვილის და გურამიშვილის ქუჩების გადაკვეთაზე, სადაც დგას და სულს ღაფავს მოძველებული ბოძი და მთელი დატვირთვა დენისა, ამ ბოძზე მოდის.

ვიდრე გვიან არ არის და რამე უბედურებას არ გადავყვებით, იქნებ მიგვეხდეს ამ საქმისთვის. როგორც წყალი და ჰაერი, ასევე საჭიროა დენიც ყველა მოსახლისთვის.

იმედია გულთან მიიტანენ ჩვენს გულსტკივლებს ამ საქმის მესვეურები და გააუჯობებენ დენის მიწოდებაში არსებულ ხარვეზებს.

ჯავახიშვილის და გურამიშვილის ქუჩების მცხოვრებლები

ნახარბი 100%-მდე დაავადებას კურნავს

ჩვენში ბევრმა არ იცის ნარგიზელას (გულყვითელა, ხავერდა) სამკურნალო თვისებების შესახებ. არადა, ამ მცენარეს დიდი მკურნალო ძალა აქვს. მაგალითად, ხალხურ მედიცინაში ამ ყვავილის ნაყენი გამოიყენება როგორც შარდმდენი, იფლმდენი და პარაზიტების საინააღმდეგო საშუალება. ხოლო მისგან დაყენი-დელო ჩაის დარიფსა და კუჭის კლიკების დროს სეამდენი.

ნარგიზელას დამატება შეიძლება კომპლექსურად და კისელში, რომელსაც იგი არამხოლოდ შესანიშნავი არომატს აძლევს, არამედ სამკურნალო თვისებებსაც. ასეთი პროდუქტი აძლიერებს ორგანიზმის დამცავ სისტემას გაციების, გრიპის, სხვადასხვა მიკრობის წინააღმდეგ, ადამიანს იცავს ვირუსებისა და ბაქტერიებისგან, აძლიერებს იმუნიტეტს.

ნარგიზელაში მკურნალობის რეცეპტები

სურდოსა და ჰაიპერტონის დროს გაკეთეთ ასეთი ინჰალაცია: ჩაის ნახევარლიტრიან ჩაიდან გამოავლეთ მდულარე წყალი, ჩაყარეთ 5 ნარგიზელას ყვავილი და დაასხით მდულარე წყალი ისე, რომ ჩაი-დენის ცხვირის ქვედა ნაწილს მისწვდეს. შეახვიეთ ჭურჭელი პირსახოცში და 5 წუთში ჩაისუნთქეთ ორთქლი პირით, ამოსუნთქეთ პირით. როცა ცხვირი თავისუფლად იწყებს სუნთქვას, დაიწყეთ ცხვირით ჩაისუნთქვა და პირით ამოსუნთქვა.

ნარგიზელას ზეთი კურნავს ჭრილობებსა და დამწვრობებს. მის მოსამ-

ზადებლად დააქუცმაცეთ ყვავილები და დაასხით მცენარეული ზეთი 1:1 პროპორციით, გააჩერეთ ღამით, დილით კი 30 წუთით გაათბეთ ორთქლის ბაზანაზე, 60-70 გრადუსზე. ეს ზეთი სასუნთქი სისტემის ანთების(ბრონქიტის) სამკურნალოდაც გამოიყენება.

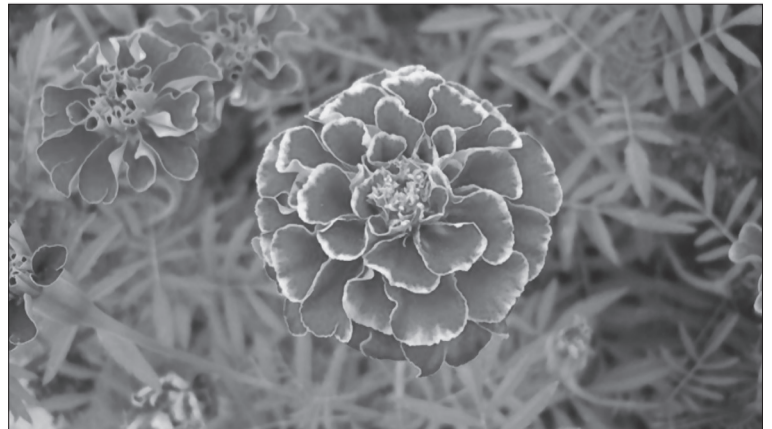
კუჭქვეშა ჯირკვლის დაავადებების მკურნალობისა და პროფილაქტიკისთვის დააქუცმაცეთ ნარგიზელას 1 ყვავილი, მოხარშეთ 1 ჭიქა მდულარე წყალში, დააყენეთ გაორიღებამდე და მიიღეთ 1/4 ჭიქა დღეში ოთხჯერ.

ღვიძლის გასაჯანსაღებლად ასეთი რეცეპტი დაგჭირდებათ: ნარგიზელას 5 ყვავილს დაასხით 1 ლ მდულარე წყალი,

აღლეთ 3 წუთით ნელ ცეცხლზე და გადაწურეთ. მიიღეთ 250 მლ ჭამამდე, დილით და საღამოს. მკურნალობის კურსი 1 თვე უნდა გაგრძელდეს, შემდეგ 1 კვირა შეისვენოთ და ისევ გაიმეოროთ.

მალალი წნევა დარეგულირდება, თუ შემდეგ საშუალებას მიიღებთ: დააქუცმაცეთ და შურიეთ კალენდულას, ნარგიზელა, ცხარე პიტნის ყვავილები თანაბარი რაოდენობით, დაასხით 1 ს.კ. ნარეგს 1 ჭიქა მდულარე წყალი და გააჩერეთ 10-15 წუთით. ამის შემდეგ, გადარეეთ სითხე და დაუმატეთ 1 ჩ.კ. თავლი. დალიეთ ჭამამდე 30 წუთით ადრე. მიიღეთ ყოველდღიურად.

გისურვებთ ჯანმრთელობას!



ღმერთო, გაუკვალე გზა ჩემს ნიჭიერ შთამომავლობას

თავმდაბალო, კეთილსინდისიერი, – ეს სიტყვები სწორედ მის პიროვნებას მიესადაგება, პიროვნებას, რომელმაც ცხოვრების არც თუ ისე მარტივი გზა განვილო. მისთვის ასეთი ცხოვრების გზა იყო ყოველთვის წინაშეაღებული და ასე ცხოვრობის დღემდე. ადამიანის ღირსებაც და სახელიც ხომ სწორედ პატიოსნებაშია. წლების მანძილზე თავისი განათლება, ძალა და ენერჯია მოახმარა სამსახურებრივ თუ საზოგადოებრივ საქმიანობას.

სახარების ერთ ნაწილში ვითხულობთ: „ყველაზე დიდი ცოდვა არის ამპარტყენება, სიამაყე, ნუ იამაყებთ ნურც თქვენი ნიჭით, ნურც სიღამაზით, ნურც გონიერებით და ცოდნით, ნურც ეთნიკური ძალით. გახსოვდეთ, ეს ყველაფერი ღვთისგან გაქვთ ბოძებული, რათა იგი სიკეთისთვის გამოიყენოთ და უფალსვე ხელსწილდეთ მისი ნართმევა. გახსოვდეთ, რომელ დღესაც ვერ შეძლებთ სიკეთის ქმნას, ის დღე დაკარგულია“. უნდა ითქვას, რომ ამ ქალბატონმა თავისი ცხოვრების თითოეული დღე თუ წელი ყველანაირი სიკეთის ქმნას დაუთმო და ასე, დღემდე აგრძელებს ცხოვრებას. ჩვენი გაზუთის სტუმრის ქალბატონი ვენერა ქარენავილი, ქალბატონი, რომელსაც წლებმა ვერაფერი დააკლო და ჩვეული ენერჯით განაგრძობს ცხოვრებას.

– ქალბატონი ვენერა, როგორ დაინიყ და როგორ განვითარდა შემდგომში თქვენი ცხოვრების საჯალი გზა, რამდენად მარტივი თუ რთული იყო თქვენთვის ამ გზის გავლა?

– ყველამ კარგად ვიცით, რომ ცხოვრების გზა იავრდებით არ არის მოფენილი. შეიძლება ვთქვათ, რომ მტნალებად მეც ასეთი ცხოვრების გზა გამოვიარე. დიდი სამაშულო ომის დაწყებისამაშამაში ომში წაიყვანეს და იქიდან აღარ დაბრუნებულა. მთელი ოჯახის სიმძიმე დედაჩემს ელო ლლინაშვილ-ქარენავილის დაწავა. ეს ის პერიოდია იყო როდესაც ჩემი ოჯახის შემოსავლის წყაროს მხოლოდ ვენახიდან მიღებული შემოსავალი შეადგენდა. სიკე-

თით სასე ადამიანებს რა გამოიღვეს და ჩვენს ოჯახს გვერდით დაუდგა იმ დროისთვის ღურჯის სახელობის კოლმეურნეობის მთავარი ბუღალტერი, ქალბატონი ლიდა ჩიტრეკაშვილი, რომელმაც გაითავისა დედას მდგომარეობა და თავისთან მიიღო კოლმეურნეობის მოლარე-მოანგარიშის თანამდებობაზე. ამის შემდგომ ჩვენი ოჯახიც ცოტა მოღლიერდა და მოღლიერდა.

– როგორ მოსწონებოდა იყო სკოლაში ვენერა ქარენავილი?

– სხვათაშორის, ქებად ნუ ჩამითვლით და სკოლაში ერთ-ერთ ნარმატებულ მოსწავლედ ვითვლებოდი. სკოლა რომ დავამთავრე, უფრო მათემატიკა მინტერესებდა და ჩავაბარე თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტში, ჩავირიცხე ეკონომიურ ფაკულტეტზე. დამთავრების შემდეგ დაებრუნედი ჩემს მშობლიურ ყვარელში, სადაც სხვადასხვა თანამდებობებზე მომიწია მუშაობა. მე და ჩემი ძმა სულიკო უმაღლეს სასწავლებელშიც წარჩინებით ვსწავლობდით და იქიდან მიღებული სტიპენდია ერთგვარად გვეხმარებოდა თბილისში ცხოვრების ნორმალური პირობების წარმართვად.

– თქვენი პირველი სამსახური.

– იმ დროისთვის ყვარლის საფინანსო განყოფილების გამგედ მუშაობდა დიდად განსწავლული, ეროღიერებული, პატიოსანი, თავისი საქმის კარგად მცოდნე და შრომისმოყვარე, ბატონი გიორგი კანანაძე. სწორედ მან შემოთავაზა ამ განყოფილებაში დაბალ თანამდებობაზე და საკმაოდ მცირე სახელფასო განაკვეთზე მუშაობა. მას უნდა ვუმაღლოდ, რომ აქედან, ამ სფეროში დაიწყო ჩემი სამსახურებრივი საქმიანობა. არ შეიძლება არ აღვნიშნო, რომ ბატონი გიორგი დიდად აფასებდა უმაღლესდამთავრებულ, განათლებულ და საქმისადმი ერთგულ თანამშრომლებს. იგი ზრუნავდა მათი შემდგომი წინსვლისათვის. რამდენიმე თვეში მუშაობა მომიწია ბიუჯეტის ინსპექტორის, ხოლო შემდგომ მთავარი ბუღალტრის თანამდ-

ბობზე. მისი გარდაცვალების შემდგომ მაშინდელი რაიკომის მდივანმა და საქართველოს ფინანსთა მინისტრმა შემოთავაზეს საფინანსო განყოფილების გამგის ადგილის დაკავება; ჩემთვის უხერხულესი შეგრძნებას წარმოადგენდა ამ თანამდებობის დაკავება, მაგრამ ისევე მათი, მისი მუულის ქალბატონ ბაბულია კანანაძის ბიძგი და თხოვნით დავრჩი ამ თანამდებობაზე და დიდხანს მომიწია მუშაობა.

– რა გაკეთდა თქვენი მუშაობის პერიოდში, 29 წელი იმუშაო ამ თანამდებობაზე ცოტა როდია, არ იყო თქვენს მუშაობაში რაიმე სახის დარღვევები, რომ ამდენი ხანი შემოიჩინა?

– ჩემი ამდენი ხნის მუშაობის მანძილზე ყვარლის საფინანსო განყოფილება რესპუბლიკის საფინანსო განყოფილებებს შორის გამოირჩეოდა როგორც ნარმატებული განყოფილება, ხშირად იყო გამარჯვებული. რა თქმა უნდა, ამ განყოფილების ხელმძღვანელი და ყველა თანამშრომელიც იყო ნარმატებული. 48 წელი ვიმუშავე ამ განყოფილებაში სხვადასხვა თანამდებობებზე, 29 წელი კი – ამ განყოფილების ხელმძღვანელად. ნარმატებული მუშაობისთვის მომანიჭეს ნარჩინებული ფინანსისტის წოდება. ვარ დამსახურებული ეკონომისტი და დაჯილდოებული ვარ ღირსების ორდენით.

– თუ ხდებოდა ხოლმე დროულად, ან თუ იყო დავიანებების შემთხვევები თქვენი საბიუჯეტო ორგანიზაციიდან ხელფასების გაცემის დროს. ან თუ გქონდათ ხოლმე საშუალება დახმარებოდათ უმწიფო, მრავალშვილიან ან სოციალურად დაუცველ ადამიანებს და ოჯახებს.

– ჩემი ერთადერთი მიზანი იყო ყოველთვის მეზრუნა და სათანადო ღონისძიებები გამეტარებინა რაიონის ბიუჯეტში შემოსავლების სრული მობილიზაციისთვის. საკითხის განხილვა და დაგეგმვა ხდებოდა ზემდგომ ორგანოებში, რათა საკვანძოდ ინსპექციას მიეღწია შემოსავლების გვეგების შესრულებისთვის,

იმისთვის, რომ უზრუნველყოფილიყო საბიუჯეტო დანესებულებათა სრული დაფინანსება ხელფასებისა და სხვა აუცილებელი ხარჯების გასანეკად – თანხების გაცემა. თამამად ვიტყვი, რომ ჩემი მუშაობის პერიოდში ადგილი არ ჰქონია თანხების უკანონოდ და არამიზნობრივად ხარჯვას. ყოველთვის ვფიქრობდი ხელფასების დროულ გაცემასა და საბიუჯეტო დანესებულებათა დაფინანსებისათვის. თუმცა, გვერდით შემთხვევები, როდესაც შემოსავლების სიმცირის გამო ვიანდებოდა საბიუჯეტო დანესებულებათა შემდგომი ხელფასების გაცემა. მოუხედავად შემოსავლების სიმცირისა, ყოველთვის გულთან მიმქონდა მრავალშვილიანი და ნაკლები შემოსავლების მქონე ოჯახთა გაჭირვებული მდგომარეობა და ზემდგომი ორგანოების დადგენილების საფუძველზე ვახდენდი მათთვის დახმარების გაცემას.

– ამდენი წლები დაკავებული იყავით თქვენი სამსახურებრივი საქმიანობით და თქვენი საკუთარი ოჯახი ვერ შექმნილი. არ ნანობ?

– ალბათ ყველაფერი ბედის ამბავია, მაგრამ ჩვენზეც ბევრი დამოკიდებული. რა თქმა უნდა ვნანობ, მაგრამ ეს უკვე წარსულია. მოუხედავად ამისა, მაინც ბედნიერი ვარ, რომ მყავს საკუთარი მისსეილი ზაზა და გელა ქარენავილები. მათ ნარმატებით დადამთავრეს ყვარლის პირველი საშუალო სკოლა. ზაზა პროფესიით ექიმი, გელა კი – ზოოტექნიკოსი. გელა ბავშვობაში გატაცებული იყო სპორტით, განსაკუთრებით კარატით, მიღებული აქვს შავი ქაშარი. ამჟამად თავისი ბიზნესითა დაკავებული. ამჟამად ვარ ჩემი მისსეილების და მათი შვილების წარმატებებით. ზაზას ელენემ სკოლა მედალზე დაამთავრა, ივანე ჯავახიშვილის სახელობის სახელმწიფო უნივერსიტეტის დამთავრებისთანავე ორი წელი ისწავლა და დაამთავრა ინგლისურენოვანი მაგისტრატურა – ეკონომიკის საერთაშორისო სკოლა აისტი, ნესტანი კი ილიას სახელობის



უნივერსიტეტის დამთავრებისთანავე გააგზავნეს ესპანეთში. ჩამოსვლისთანავე სწავლა გააგრძელა მაგისტრატურაში ბიზნესის მიმართულებით. გელას მანუჩარი ილიას უნივერსიტეტის დამთავრების შემდეგ მუშაობს თბილისის ერთ-ერთ ნარმატებულ კომპანიაში, ხოლო ქალიშვილი თამარი ილიას სახელობის უნივერსიტეტში სწავლასთან ერთად იტალიაში ერთი სემესტრი დამატებით კარგად დაეუფლა თავის სპეციალბას. ორივე ახალგაზრდა ბიზნესკულტურა და მათარებულია, ამიტომ მეამაყებთან ისინი, – ჩემი აღზრდოლები.

– უკვე ასაკს მიღწეული, ქალბატონ ვენერას სურვილები მომავალში.

– ყოველთვის როცა ვიფიქრებ და ვიძინებ ამას ვფიქრობ და ვლოცულობ: ღმერთო, გაუმარჯვე ვენერას სათაყვანებელი ძმის სულიკოს, მისსეილების ზაზა და გელა ქარენავილების დიდი ოჯახი და წყალობა არ მოაკლო მათ საქმიანობას. შენ გაუკვლე გზა ჩემს ნიჭიერ მავლობას, – ზაზას, გელას, ელენეს, მანუჩარს, ნესტანს, თამარის და მეთაველას და მათის ნარმატებული მომავლის კენ. ამინ!

ესაუბრა
დალი ტატულიშვილი

სასწავლომედი მცენარე, რომელსაც „სიცოცხლის ფისს“ უწოდებენ – როგორ გავაზაროთ სახლში

ამ მცენარის შესახებ ალბათ გსმენიათ, თუმცა ის, თუ კონკრეტულად რისთვის არის სასარგებლო და რომ მისი მონი მოყვანა-გახარება შეიძლება, ნაკლებად არის ცნობილი ფართო მასებისთვის.

ჟენშენი (ლათ. *Panax ginseng*, სიცოცხლის ფესვი, სიტყვასიტყვით – ადამიანი-ფესვი) მრავალწლოვანი ბალახოვანი სამკურნალო მცენარეა არალისებრთა ოჯახისა. ფესვი მთავარღვინაა, ხორცოვანი, მოთეთრო-ნაცრისფერი ან მოყვითალო, მცირედ დატოტვილია და ადამიანის სხეულს ჰგავს.

ველური ჟენშენი იშვიათი რელიქტური მცენარეა. გავრცელებულია აღმოსავლეთ აზიის უკაფავ ფართოფოთლოვან-წიწვოვან ტყეებში. ხარობს ფხვიერ, კარგად დანრტილ, ნემომპალით მდიდარ ნიადაგზე. ყვავილობს ივლისში, ნაყოფი მწიფს აგვისტო-სექტემბერში. ველური ჟენშენი ძალიან ნელა იზრდება, ზღვრული ასაკი 100 წელს და ზოგჯერ მეტსაც აღწევს.

კულტურული შედარებით სწრაფად იზრდება და უფრო ძლიერ ფესვებს ივითარებს.

ჟენშენს ადრე გაზაფხულზე თესვენ საწერგებში, ხოლო შემოდგომაზე, როდესაც მცენარე ვეგეტაციას ამთავრებს, გადააქვთ ღია გრუნტიში (მუდმივად ადგილზე) და რგავენ კვლავში. მცენარის კვების რე არ უნდა იყოს 20x25 სმ-ზე ნაკლები. პლანტაციის მოვლა გულისხმობს სისტემატურ მარგვლას, გაფხვიერებას, მიწის შემოყრას, ბროლისა მავნებლებსა და დაავადებებთან, მორწყვას ცხელ და მშრალ ამინდში და სხვა. 5-8 წლიანი მცენარის ფესვებს პრაქტიკული დანიშნულებით-სათვის იყენებენ ვეგეტაციის ბოლოს, ხოლო თესლს – 3-4 წლის შემდეგ.

როგორ გავაზაროთ

ჟენშენის გაზარებისა და მოყვანის პირველი მცდელობები შორეულ ადამოსავლეთში ფიქსირდება, დღესდღეობით კი იგი თითქმის ყველგან მოპყავთ. ჟენშენის მოყვანისა და გაზარების საილმლო მისთვის სასურველი მიკროკლიმატისა და განათებით გამოიხატება.

ასევე ძალიან მნიშვნელოვანია ტენიანობა. ტენიანობის მკვეთრი ცვალებ-



ლობა ამ მცენარეზე დამლუპველად მოქმედებს, მისი ოპტიმალური მაჩვენებელი 70-80% უნდა იყოს.

2 წლიი ფხვიერი მინა, 1 წლიი ფოთლების ნემომპალა, 1/2 ხის ღერწამი და 1/2 წლიი უხეში ქვიშა. ამ ნაზავს, თითო სათლს უმატებენ 2 სუფრის კოვზ ხის ნაცარს. ფოთლის ნემომპალის მოსაზადებლად შემოდგომით აგროებენ ფოთლებს, უხვად ასხავენ წყალს და პერიოდულად კარგად ურევენ, რათა ლპობის პროცესი დაჩქარონ. ზაფხულობით ამ ნემომპალს ამდიდრებენ მიკროელემენ-

ტებით და სასუქით ოთახის მცენარეებისთვის.

ხის ღერწამში გადარეულ ფოთლის ნემომპალს ჟენშენის ნიადაგის ზედა ფენად იყენებენ.

ჟენშენის დასათესად უნდა მოვამზადოთ ზოლი არა უმეტეს 1,2მ-ისა, რომელიც მომზადებული უნდა იყოს ადმოსავლეთიდან დასავლეთის კენ. სიღრმე უნდა იყოს დაახლოებით 20 სმ. სასურველია



კვიშაში ათავსებენ, (ერთი წლიი თესლი და სამი წლიი კვიშა), ათავსებენ ხის ყუთში, ახურებენ ხის თავსახურს და რგავენ მინაში 30-40 სმ სიღრმეში. თვეში ერთხელ ამ მასას ასეველებენ. ასეთ მდგომარეობაში თესლი 1 წელი უნდა იყოს. თესლი ნიადაგში აგვისტოში თავსდება და შემოდგომით, როგორც წესი, ის იღვევა ნაყოფს.

დათესვამდე თესლს რეცხავენ მარგანცის ხსნარში და ანიავებენ ჩრდილში რამდენიმე საათის განმავლობაში. მარგანცის ხსნარი უნდა იყოს 0,5 პროცენტიაში.

სიცივეების დაწყებამდე ზოლებს, სადაც დათესილია ჟენშენი, ფარავენ ფოთლებით. დაახლოებით 10 სმ ფენით. გაზაფხულზე, როდესაც იწყება თბობის პროცესი, ამ ფოთლებს ამოიღებენ. ასევე ნათესი უნდა მოიჩრდილოს. ნათესი პერიოდულად უნდა გაფხვიერდეს და უნდა დატენიანდეს.

ნათესის გადარგვა კი ხდება ოქტომბერში, მცენარის მიწის ზედა ნაწილის გახმობისას. ამოთხრილი ფესვებს რეგრიობით ალაგებენ ემალის ჭურჭელში. ჭურჭლის ძირზე დაფენილი უნდა იყოს სველი ნაჭერი ან ხავსი. თავზეც სველ ტილოს აფარებენ. გადარგვასაც იმავე დღეს ახორციელებენ. ჯერ ფესვებს 3-5 წუთის განმავლობაში აჩერებენ მარგანცის ხსნარში. შემდეგ კარგად რეცხავენ და 10-15 წუთის განმავლობაში ამოიბენ.

სამკურნალო საშუალება

ფესვი იწონის 400 გრამს. მისგან დამზადებულ პრეპარატებს (სპორტიანი ნაყენი, ფხვნილი, ტაბლეტი) იყენებენ მედიცინაში. მისი გამოყენება სიცოცხლის

მხატვარი ნიკალა

– უნდა დავხატო ყველაფერი – ფიქრობს, ხატავს კიდევ თავისი დიდი ეკონომიური გაჭირვებით, არ და ვერც იცებენ და არ აინტერესებთ ხატავს თუ არა, თუ სარგებელს ნახავენ, ახატინებენ ჭიქა არაყზე. მათთვის ნიკალა უთქმელი, მშრომელი კაცია, რომელიც ხატვაზე უარს არ ამბობს არასოდეს, თუნდაც იყოს მშვიდი და ამასაც ვერ იცებენ ვერაინ, არავინ, არასოდეს, როგორც იმას არ და ვერ იცებენ ნიკალას უყვარს თუ არ უყვარს ლამაზი ქალი მარგარიტა: – მარგარიტა დავხატე – მისთვის მთავარია დახატოს, ხატვა ყველაზე ძალიან უყვარს, უყვარს ქალი, იგი თავდაუზოგავად შრომობს. ამასაც კი ხმამაღლა არ და ვერ ამბობს: – მინდა ვხატო – და მიყვარს ქალი – მხოლოდ ამბობენ: – ნიკალამ დავგვიხატა, ნიკალა დავგვიხატავს, ნიკალას დავგვიხატინებთ.

ხატავს ნიკალა, შრომობს უთქმელად. ხმამაღლა მაინც არ და ვერ ამბობს: – მიყვარს ქალი – და მინდა ვხატო.

მერი პატარაიშვილი
20 მაისი, 2019 წელი.



ღურუჯის სეოზა

იოსა (სოსო) ჟამთაშვილი

როს აიჭრება ჯანლი შავ კლდეზე, არჩვი ბლავილით იკლებს ბუნებას, შველი, ირევი, დამფროხობი დარბის, ჯიხვი კი იწყებს კლდიდან ყურებას.

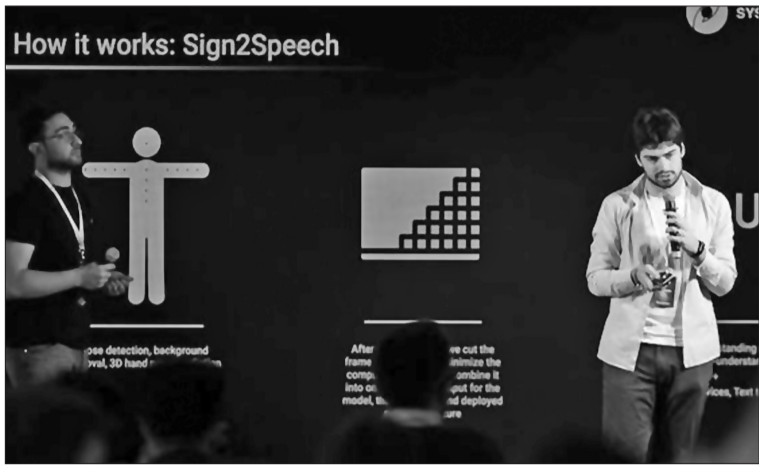
ჩვენი ბუნება, ჩვენი ნალკოტი, კავკასიონის მთებზე აწყვია, თეთრი ტყეები, თეთრი ავშარი, ღურუჯის ხევი მიჩქარია.

აღრიადდება ღამით ღურუჯი, ვით ღომი ბლავის გულდაწყვეტილი, ვერ დანგრია აბაშის ციხე, ვერ გაარღვია მძიმე კედელი.

იმედს არ იტებს, წინ მიჩქარის, შუთის ქვას არტყამს დაყას ოხერი, მითის გამთხრას ლამობს, ღრიალბებს მაგრამ ძალა აქვს გამოილული.

აბაშის ციხე ნაგები კლდითა, ანაშენები უხსოვარ დროის, ვერა გატყნა ლეკმა ძალით და ვერა დაადავა კახეთს უღელი.

ღურუჯი მდის, ხეობას იკლებს, ჯიხვის წყალი მოაქვს რიახით, სულ დაანგრია სალი კლდე ძალით, მაგრამ შავი კლდე კვლავ დგას ტიალი.



„ვჭრით პრობლემას, რომელიც 466 მილიონ ადამიანს აქვს“ – ქართული | კომპანია მსოფლიოს 5 საუკეთესო გუნდს შორის

რა არის საჭირო იმისათვის, რომ საქართველო მსოფლიო რუკაზე ჩანდეს, როგორც ტექნოლოგიების შემქმნელი ქვეყანა და არამხოლოდ მათი მომხმარებელი? ქართული კონტენტის მსოფლიოს მასშტაბით, ტექნოლოგიური სიახლის შექმნას სულ უფრო მეტი კომპანია ცდილობს. თუმცა, ცოტა მათგანი ახერხებს მსოფლიოს ხმა მიანდინოს ქართული ტექნოლოგიური ეკოსისტემის შესაძლო პოტენციალის შესახებ. დღეს მოგიყვებით კომპანია SYSTEM CORP-ზე, ახუ, ხელოვნური ინტელექტისა და პროგრამული უზრუნველყოფის მიმართულებით მომუშავე ორგანიზაციაზე, რომლის თანამშრომელთა საშუალო ასაკი 20 წელია. მათ მოახერხეს და გაიფიქრეს იკრონოფტ-ის მიერ ორგანიზებულ პროგრამა I უარდიან-ის ფინალში. ისინი მსოფლიოს მასშტაბით შერჩეულ 5 გუნდს შორის მოხვდნენ.

პროექტი, რომლითაც SYSTEM CORP-ის გუნდმა იკრონოფტ-ის ექსპერტების ყურადღება მიიქცია, ხელოვნური ინტელექტის განათლების მიმარ-

თულებით გამოყენებას ეხება. კერძოდ, სმენადარღვეულებსთვის საუნივერსიტეტო განათლების მიღების შესაძლებლობის მიცემას.

ვჭრით პრობლემას, რომელიც 466 მილიონ ადამიანს აქვს ამჟამად და ეს რიცხვი 900 მილიონამდე გაიზარდება 2050 წლისათვის – ვსაუბრობ სმენადარღვეულებს პირებზე. მათი 98% ვერ იღებს განათლებას ფესტურ ენაში. ვიბრძვით, რომ მილიონობით ადამიანის სრული ინტეგრაცია შევძლოთ ყოველდღიურ ცხოვრებაში, კარიერული, სოციალური თუ სხვა იდეით“, – გვიყვება SYSTEM CORP-ის დამფუძნებელი – ლუკა ჩხეტიანი.

„მაიკროსოფტის“ კონკურსის ფარგლებში, მონაწილე გუნდებს სასწავლო პროცესში არსებული ესა თუ ის პრობლემა ხელოვნური ინტელექტის დახმარებით უნდა გადაეჭრა. SYSTEM CORP-მა 3 ეტაპი გაიარა: „მოგვინია 3 ურთულესი ეტაპის გადალახვა, რომელიც მოიცავდა როგორც ტექნოლოგიურ შემონეშვას/ვალიდაციას, ასევე

გამართული ბიზნეს მოდელის ქონას. ის ფაქტი რომ მაიკროსოფტის წარმომადგენლებმა პროდუქტის დემოს ჩვენებთან ერთად, კოდის და მოდელის გადაგზავნა მოითხოვეს ანალიტიკისათვის, კიდევ უფრო მარწმუნებს იმაში, რომ შეგვიძლია ჩენი ხელებით და გონებით ავაშენოთ ისეთი არქიტექტურები, რომლებიც მსოფლიო ბაზარზე იქნებიან კონკურენტუნარიანები“.

პროექტის, სახელად ცო უნიკალურობა იმაშია, რომ ის რეალურ დროში გარდაქმნის საუბარს ტექსტად და პირიქით, ტექსტს საუბრად. შესაბამისად, ტექნოლოგია მნიშვნელოვანია არამხოლოდ სმენადარღვეულებს პირებისთვის, არამედ, უსინათლოებისთვისაც. აქამდე, ამ მიმართულებით არსებული ტექნოლოგიები მხოლოდ ფესტური



ენის აუდიო ფორმაში კონვერტაციას, ან ასოების მიხედვით თარგმნას ითვალისწინებდა. თუმცა, მნიშვნელოვანია, რომ ფესტურ ენაში სიტყვებს არა ასოები, არამედ მოძრაობების ერთობლიობა კონტექსტუალურად გამოხატავს. შესაბამისად, შთოქრობ-ის გუნდმა, მათი თქმით, ერთადერთი გამოსავალი იპოვა – ცო გარდაქმნის საუბარს ტექსტად და პირიქით არა სიმბოლოების, არამედ კონტექსტის გათვალისწინებით. ამასთან, ხასიათდება მაღალი აკურატულოზით.

SYSTEM CORP-ის ამბავი 3 წლის წინ, სან დიეგოს უნივერსიტეტში (საქართველო) დაიწყო. დასაწყისისთვის, კომპანია სისტემური უზრუნველყოფის მიმართულებით მუშაობდა, შემდეგ კი, ამ გზით მიღებული რესურსის გამოყენება ხელოვნური ინტელექტით დაკავშირებულ კვლევებში დაიწყო. ამჟამად, კომპანიაში 25 ადამიანი დასაქმებული. SYSTEM CORP-ის რეკრუტინგული სტრატეგია კი საკმაოდ საინტერესოა: „ვეძებთ ძალიან სასიამოვნო და განსხვავებული ინტელექტის მქონე სტუდენტებს, ათას ადამიანში რომ გამოარჩევ რატომღაც, ისეთებს. აგვიყავს სამსახურში და ვასწავლით ტექნოლოგიებს“.

ლუკა ჩხეტიანი გვიყვება კომპანიის ერთ-ერთი პირველი პროექტის შესახებ, რომელიც ხელოვნური ინტელექტის მიმართულებით შექმნეს. ეს იყო ალგორითმი, რომელსაც ადამიანის კარდიოგრაფიაზე დაყრდნობით სხვადასხვა დაავადების წინასწარმეტყველება, 97%-იანი აკურატულოზით შეეძლო. „მსგავსი რამ, მსოფლიოს მასშტაბით, მხოლოდ 6 კომპანიას ჰქონდა გაკეთებული. სი-ში გაგვავაზნეთ ეს პროექტი და სამედიცინო სფეროში მიგვიწვიეს. იქიდან როგორც კი ჩამოვედით, ნავედით „მაიკროსოფტში“ და მიაგინე ჩუპ-ში ჩავერთეთ. სადაც, რეგიონალურ ქვეყნებში, მესამე ადგილზე გავედით. ს-ს ერთ-ერთმა წარმომად-

გენელმა კი დიალოგისას გვითხრა, რომ მათი გუნდისათვის ერთ-ერთი დიდი პრობლემის გადაჭრის გზა – კარდიოგრაფის ექსტრაქცია მსგავსი ფერის უკანა ფონისაგან, იდეალურად იყო ჩვენ მიერ შემუშავებული, მათ გუნდს კი საკმაოდ დიდი რესურსი დაეხარჯა რათა კარგ აკურატულოზამდე მისულიყვნენ“.

„ერთ-ერთი გავლენიან ტექნოლოგიურ გამოცემაში I, გამოაქვეყნეს ჩვენი კვლევა, რომელზე დაყრდნობითაც შევექმნით რობოტი. მას შეეძლო აღმოეჩინა ნაგავი ნებისმიერი ტიპის ზედაპირზე, უმცირეს გამოთვლით სიმპლავრზე, სხვადასხვა დაბრკოლების მიუხედავად, მისულიყო დანიშნულების ადგილამდე, გზა დაემახსოვრებინა, შეეგროვებინა ნივთები და ნასულიყო უკან. გარდა ამისა, ლოკალურ ბაზარზე პირველები ვიყავით, ვინც ქართულ ენაზე ოპტიმიზირებული პლატფორმა წინფლასპობტ-აი შევექმნით, ახუ ვებ-გვერდი, სადაც შეგიძლია შეხვიდე, ბოტი გააკეთო და მიუერთო ფეისბუქს“, – ლუკა ჩხეტიანი.

ტექნიკურად, ძალიან დიდი გამოცდილება მივიღეთ. უნდა შეგვექმნა ძალიან დაბალი მოთხოვნები და მაღალი აკურატულოზის მქონე პროდუქტი. გარდა ამისა, კარგად შევიცანით უმცირესობების პრობლემები და პრობლემების წინააღმდეგ. მივხვდით, რომ ტექნოლოგიებს კომფორტისთვის არ უნდა ვიყენებდეთ, არამედ უნდა ვიყენებდეთ რეალური პრობლემების წინააღმდეგ. მივხვდით, რომ ტექნოლოგიურ სფეროში უნდა ვორიენტირდეთ სოციალური პრობლემების გადაჭრაზე და არა კომფორტის შექმნაზე.

გასულ კვირას გამართულ I უარდიან-ის ფინალში SYSTEM CORP-მა ვერ გამოარჯვა. თუმცა, როგორც ლუკა ჩხეტიანი გვიყვება, დიდი იყო ინვესტორების დაინტერესება, მათ შორის კი სკაიპის გუნდის წარმომადგენელი, რომელთანაც, ცო-ს სკაიპში ინტეგრაციასთან დაკავშირებით, მოლაპარაკებები უკვე მიმდინარეობს.

სატია თორაშუა marketer.ge



მხიარული ისტორიები, ახუ ახსურდის თეატრი ბრძელდება

ქართული ბეჭდვით და ზეპირი მედიასაშუალებების მეშვეობით ხშირად ვეცნობით ინფორმაციებს იმის თაობაზე, რომ საქართველოს მუნიციპალიტეტებში დასაქმებული ჩინოვნიკებსა და დეპუტატებს წიგნიერების და აზროვნების სეროზული პრობლემები აქვთ, რაც თავს იჩენს ხოლმე მათ მიერ მიღებულ კურიოზულ და აბსურდულ გადაწყვეტილებებში.

რა თქმა უნდა, რომ შეეკითხო, ზოგიერთი მუნიციპალიტეტის ხელმძღვანელს და იქ მომუშავე ჩინოვნიკებს საკუთარი თავი გენისებად წარმოუდგენიათ, მაგრამ მომენტებში ისეთი სისულელეების ტრადიციებს ახდენენ, რომ სრულიად საპირისპირო შედეგს იწვევს და თავს სასაცილო მდგომარეობაში იგდებენ. როგორც ასეთ შემთხვევაში იტყვიან ხოლმე „ფიცი მწამს, ბოლო მაკვირებსა!“

დიდი ხანი არ არის, რაც გავრცელდა ინფორმაცია, რომ თურმე ხაშურის საკრებულოში შინაურ ცხოველებს სექსი აუკრძალა (?) ბოლოს დაზუსტდა, რომ საკრებულოს მართლაც დაუდგინა „შინაური ცხოველების – ძაღვებისა და კატების მოვლაპატრონობისა და პოპულაციის მართვის წესი“. მიღებული დადგენილებით, ამ მართლაც მასხარებმა, აკრძალეს ძაღვებისა და კატების სექსუალური ურთიერთობები ორი წლის ასაკამდე და ექსი წლის შემთხვევაში, რაც თურმე იმით არის დასაბუთებული, რომ 2-დან 6 წლამდე ასაკი საუკეთესო პერიოდია, რათა ცხოველებმა ჯიშისა და ჯანმრთელი შთამომავლობა მოეცვენ.

საიდან მოუვიდათ აზრად და კონკრეტულად ვის ეკუთვნის ეს „ბრძოლი“ იდეა, ძნელი სათქმელია. სწორედ ამაზეა ნათქვამი, უსაქმო კაცი ერთ ადგილას მახათს ირბობდა! როგორც ჩანს ხაშურში ადგილობრივი მოსახლეობის ყველა პრობლემები, მათ შორის ესოდენ საგანგაშო დე-

მოგრაფიული საკითხებიც, უკვე მოაგვარეს და საკრებულოს, ალბათ (მათი ქჭუთი) შინაური ცხოველების პოპულაციის საქმე დარჩა მოსანერგებელი, რასაც საგანგებო სხდომა მოუძღვნეს.

საკითხავია, რომელი ცხოველთა უფლებების დამცველი კომპეტენტური ორგანიზაცია და ვეტერინარიის დარგის მეცნიერები ესენი არიან, რომ შინაური ცხოველების პოპულაციის შესახებ გადაწყვეტილებებს იღებენ და მეორეც, რატომ იჭრებან ისეთ სფეროში, სადაც არაფერი გაეგებათ და არაფერი ეკითხებათ?

ამ მეტეორიზმთან შედარებით კი უფრო შორს ქ. ფოთის საკრებულო ნასულა თურმე. არც მეტი, არც ნაკლები (არ გაგვიცინოთ მკითხველო) – საკრებულოს დადგენილებით ფოთში ადამიანებისა და ცხოველების სექსი აკრძალეს!

მართლაც სასაცილოა არა? როგორც ეტყობა, ფოთში ადამიანებსა და ცხოველებს შორის სექსი იმ დონეზე ყოფილა განვითარებული, რომ მისი აკრძალვისათვის საკრებულოს მიერ სპეციალური დადგენილების მიღება გახდა აუცილებელი. თანაც, ეს ხომ შინაურ ცხოველებზე ზრუნვის თვალსაჩინო გამოხატულება გახლავთ, რათა მათი უფლებები მაქსიმალურად იყოს დაცული და არ შეილახოს. ჰოდა, ფოთელებსაც უკვე თამამად შეუძლიათ იამაყონ დემოკრატიის მაღალი სტანდარტებით, რაც ამ კონკრეტულ შემთხვევაში შინაური ცხოველების უფლებების დაცვაში გამოიხატება (?)

ფოთში, როგორც ჩანს, შინაურ ცხოველებთან მიმართებაში რაღაც სინდრომი სჭირთ. გაიხსენოთ თუნდაც რამოდენიმე წლის წინანდელი კურიოზული ისტორია, როცა ქალაქის მაშინდელმა ხელმძღვანელობამ ღორებს გამოუცხადა შეურთგებელი ბრძოლა მრავლისმეტყველი და მცირარალა ლოზუნგით: „ფოთი – ღორების გა-

რეში!“ ბოლოს, როგორც მოსალოდნელი იყო, ეს კურიოზი იმით დასრულდა, რომ ღორელები „ფოთი – ღორის გარეშე“ საზოგადოებამ და ხალხმა ქალაქის მაშინდელი მერის პერსონასთან გააიგივეს, თანამდებობიდან გააპაანლურეს და ფოთი მის გარეშე დატოვეს! ახუ, უნდადავოდ ატყვიან აუთოტაყი და უნიჭობა საბოლოოდ ლოიკური შედეგით დასრულდა.

ამ ყველაფერთან შედარებით ჩვენი მეზობელი ახმეტის მუნიციპალიტეტის საკრებულოში აქცენტი ცოტათი შეეშალათ – შინაური ცხოველების პრობლემა აქ რატომღაც მიიწვიეს და სულაც მეტროპოლიტენის სადგურების სახელწოდების განსაზღვრის წესი დაადგინეს (?) მეტი რა, რომ ახმეტაში მეტროპოლიტენი არ არსებობს და კიდევ ძალიან დიდხანს არ იარსებებს (საერთოდ იარსებებს თუ არა, ესეც საკითხავია ალბათ). მთავარი ის არის, რომ დადგენილება მიიღეს და შთამომავლობას მზა საბუთი დაუტოვეს, რომელიც აუცილებლად გამოადგებათ ოცდამეათე ან ორმოცდამეათე საუკუნეში, როცა ახმეტაში მეტროპოლიტენის მშენებლობას დაიწყებენ...

უფრო საინტერესო და საგადასაზრებელი ამ შემთხვევაში ის გახლავთ, რომ დეპუტატებიდან და იქ დამსწრე სხვა პერსონებიდან არც ერთს არ მოსულია აზრად, რომ ასეთ სისულელეებზე მსჯელობა დროის ფუჭი ხარჯვაა და უმჯობესია ხალხისთვის საჭიროოტო პრობლემებზე იფიქრონ, რომლებიც ნამვილად არავის აკლია ამ გაჭირვებულ ცხოვრებაში. მაგრამ ამაზე რაში იფიქრო, სათანადო კომპეტენცია, ცოდნა და ცოტა ქუაყა არის საჭირო. არაკომპეტენტურმა უსაქმურმა კი, როგორც ზემოთ უკვე აღვნიშნეთ, მახათი უნდა გაიჭყოს ერთ ადგილას!

გასაკვირია, როცა მუნიციპალიტეტის მერიები და საკრებულოები ასეთი

მასშტაბური გაქნების დეპუტატებითა და ჩინოვნიკებით არის სავსე, რატომ დაავინდობთ და აქამდე არავის მოუვიდა აზრად, რომ ეფიქრათ ისეთი ეგზოტიკური და ტრადიციული ცხოველის ბედ-იღბალზე, როგორც ჩვენში ესოდენ პოპულარული ვირია. მით უფრო, რომ ამ შინაური ცხოველის უფლებები ბოლო დროს ამკარად ირღვევა, რადგან ეს ჩვენი უწყინარი სახედარი საბავშვო ბაღების ვირის ხორცი მთავარაგების ობიექტად არის ქცეული და თუ ასე გაგრძელდა, უახლოეს მომავალში შესაძლოა ვირის იმეითი ეგემპლარები მხოლოდ ზოოპარკში ვიხილოთ. ისე კი, საკითხავია, ვისაც ვირის ხორცი საბავშვო ბაღების მომარაგება ბიზნესად უქცევია, თავში ტვინის ნაცვლად ჩალა უყრიათ, თუ უბრალოდ ვირის ქუაყა აქვთ და მათი აზროვნება ჯიშის გასქელების იქით ვერ მიდის? თუმცა, ვირის ოდენი ქუაყა მინც რომ ეყაროთ თავში, ესეც დიდი შეღავათი იქნებოდა მათთვის. სწორედ, მათ მესადაგებათ ზედმინებით ერთი ბრძნული გამოჩაქვამი: „სჯობს ვირი გერქვას და ადამიანურად ცხოვრობდე, ვიდრე ადამიანი გერქვას და ვირულად ცხოვრობდე!“

ასეა თუ ისე, ხუმრობა იქით იყოს და ეს საკითხი ამკარად გასულია „მომსახურების ზონიდან“. ამიტომ იმედი უნდა ვიქონიოთ, რომ კახეთის რომელიმე მუნიციპალიტეტში მინც (სხვაგან თუ არა), დროულად გამოჩნდებიან „ჭკვიანი“ ჩინოვნიკები და დეპუტატები, რომლებიც შეურთდებიან ზემოთ ნახსენები საკრებულოების პაიოსს და ახლა უკვე ვირების თემაზე შემოგვთავაზებენ საინტერესო სურპრიზებს. ხოლო ეს თემა რომ საინტერესოა და რაღაც სიახლეც საჭიროა, ამაში, ალბათ, ყველა დამეთანხმება, თორემ ძველი ანეგდოტები მიხოსა და ვირების თაობაზე უკვე ყველას მოსწყინდა.

ეს წერილი წიგნიერებისა და აზროვნების დევეციტზე საუბრით დაიწყო და ეს რომ უფრო ფაქტია, ამაზე ისიც მეტყველებს, რომ სულ ახლახან გავრცელებული ინფორმაციის შესაბამისად, ბათუმის საკრებულოს წევრებს შორის სეროზული დაპირისპირება და მუშტი-კრივი იმის გამო გაიმართა, რომ ვერ გაარკვიეს ცნობილი ქართველი პოეტი ტურენტი გრანელის ცნობილი ლექსის სტრიქონები კოლაუ ნარინაძეს მიაწერა რატომღაც.

არ იციან და რა ქნან, რაც მოადგებათ ენაზე, იმის წამომოშვენი ხოლმე დაუფიქრებლად. ორი წიგნი არ ნაუკითხავს ბევრს და მაღალ თანამდებობებზე სხედან, ან დეპუტატის მანტიამი არიან გახვეული და იქიდან გემოიდვრავენ. არც იციან და არც ეკითხებიან იმათ, ვინც იცის – ეს გახლავთ სწორედ ჩვენი დღევანდელი საზოგადოების უბედურება.

აქ მოყვანილი ფაქტები საქართველოს მუნიციპალიტეტების მერიებისა და საკრებულოების მოვანეობის მხოლოდ ერთი უკუბოდეგია, რომლებმაც ამა თუ იმ ფორმით დღის სინათლე იხილეს. დარწმუნებული ბრძანდებოდეთ, ასეთი „სახალისო მარგალიტები“ უამრავი იქნება კიდევ, რომლებიც საამკარაოზე გამოტანის ელიან. იმედი ვიქონიოთ, რომ ამასაც მოვესწრებით და კიდევ არაერთხელ ვიხალისებთ და გაიცინებთ. თუმცა, საკითხავია ის არის, ეს ყველაფერი სასაცილო თუ სატირალი?

ყველაზე საინტერესო მინც ის არის – უნდა გვიკვირდეს თუ არა ყველაფერი ეს, ჩემო მკითხველო? ახუ, გასაკვირი ნამდვილად არაფერია, რადგან, რაც არ უნდა ითქვას, მინც უსაქმო კაცისა და სადგისის თემასთან მივდევართ.

ალიანა ლაფაჩიშვილი

როგორ უნდა მოიქცეთ, თუ გველს გადაეყარათ ან დაგკბინათ

ზაფხულის სეზონის მოახლოებასთან ერთად მოსახლეობა ხშირად მიმართავს ცხოველთა მონიტორინგის სააგენტოს ქვეწარმავლების გამოჩენის გამო. მოქალაქეების უმეტესობას გველების მიმართ განსაკუთრებული შიში აქვს და მუდმივად აქტუალურია კითხვები თუ როგორ უნდა მოვიქცეთ გველთან შეხვედრისას, რა უნდა გავაკეთოთ ნაკბენის დროს და ა.შ. ამ და სხვა მნიშვნელოვან კითხვებზე გვაპასუხოვს გამოცდილი პერვეტოლოგი შიშა ზანდუშკელი.

– სანამ მთავარ კითხვებზე პასუხებს გავცემთ, გვითხარი როდინად დაუკავშირდები ბედი პერვეტოლოგიას?

– ბავშვობიდან მოყოლებული სულ დავედიოდი ლისის ტბაზე. პირველად სწორედ იქ დავიჭირე გველი, ცხრა წლის ვიყავი მაშინ. მოგესხენებათ, ლისის ტბაზე ბევრი წყლის ანაკარა ბინადრობს და ეს ტბა ბუნებრივი არეალია ქვეწარმავლებისთვის. სასწაული განცდა დამეფულა, პირველად გველი რომ დავიჭირე. მას მერე, სადაც მივდიოდი, ყველგან თვალებს ვაცეცებდი, რომ მეპოვა. 13 წლის ვიყავი შხამიანი გველი, რომ დავიჭირე, ალგეთის ხეობაში. ამ დროისთვის უკვე ვარჩევიდი შხამიანი რომელი იყო და რომელი – არა. ვკითხულობდი ინფორმაციას და ვსწავლობდი მათ შესახებ ყველაფერს. შხამიანი გველის დაჭერის შემდეგ მივხვდი, რომ ეს თემა ძალიან ახლოს იყო ჩემთან და მაინტერესებდა. სკოლის პერიოდში სახლშიც კი მომიყავდა გველი.

– მშობლები რას ამბობდნენ, როცა გველი სახლში მიყავდა?

– რა თქმა უნდა, არ საამოვნებდათ, თუმცა კატეგორიულ უარზე არ იყვნენ, რადგან იცოდნენ, რომ გველების მიმართ განსაკუთრებული ინტერესი მქონდა. 16 წლის

ვიყავი როცა გიურზა დავიჭირე დავით გარეჯში. ისე დავეხლოვნი, რომ ვხვდებოდი, სად შეიძლება ყოფილიყო ქვეწარმავალი. მიუხედავად ჩემი დიდი სურვილისა პერვეტოლოგიის მიმართულებით მესწავლა, მშობლების თხოვნით, უნივერსიტეტში ეკონომიურზე ჩავაბარე. სტუდენტობის დროს ვიყავი ეკოლოგიური კლუბის წევრი და იქიდან უფრო აქტიურად ჩავეხიე პერვეტოლოგიურ საქმიანობაში და მცენიურული ინტერესი თანდათან გადაიზარდა პრაქტიკულ საქმიანობაში. 12 წელია უკვე ამ საქმიანობას ოფიციალური სახე აქვს ჩემთვის. ფაქტობრივად, ჩემი და კიდევ ორ ადამიანის შექმნილია თბილისში ცხოველთა მონიტორინგის სააგენტოში აღნიშნული მიმართულება.

– მერიის ცხოველთა მონიტორინგის სამსახურის თანამშრომელი ხართ და ბევრ გამოძახებაზე გინვეთ მისვლა, დაჭერის შემდეგ ქვეწარმავლები სად მიგყავთ?

– ბუნებაში ვუშვებთ. რა თქმა უნდა, ქალაქთან ახლოს – არა. ისე კი ახლა, ამ სეზონზე ქვეწარმავლები თბილისთან ახლოს ბინადრობენ. თბილისში ძალიან ბევრი სახეობის ქვეწარმავალია და მათი გამოჩენის ალბათობა დიდია.

– შხამიანი და არაშხამიანი გველებზე რას გვეტყვი?

– საქართველოში არის 26 სახეობის ქვეწარმავალი, აქედან 11 სახეობაა შხამიანი, ამ თერთმეტიდან არის ორი უკანაშხამიანი, რაც იმას ნიშნავს რომ უკან აქვს შხამი და კბენის დროს შხამი ადამიანის სხეულში ვერ აღწევს, თან ძალიან სუსტი შხამი აქვს. დარჩენილი ცხრა შხამიანი სახეობიდან, არიან გველგესლების წარმომადგენლები, გიურზაც გველგესლია. იგი გველგესლებიდან ყვე-

ლაზე საშიშია. საქართველოში სამხრეთ – აღმოსავლეთ საქართველოში ბინადრობს, მისი დაკბენის შემთხვევაში, ძალიან რთული სიტუაციები იჩენს თავს და თუ დროულად არ მივხვდებით ნაკბენს, შეიძლება ადამიანი დაიღუპოს. საერთოდ, დედაქალაქში გიურზის გამოჩენის ერთი, ორი შემთხვევა გვაქვს ხოლმე წლის განმავლობაში. წელს ჯერჯერობით არ დაფიქსირებულა. ძირითადად ქვეწარმავლები ტექნიკური გზით ხვდებიან ქალაქში, მანქანების გადაადგილებით, სამშენებლო მასალების გადატანით და ა.შ.

– ვიზუალურად როგორ შეიძლება გავარჩიოთ, გველი შხამიანია თუ – არა.

– მარტო მათი ქცევით ვერ მივხვდებით. ბევრი არაშხამიანი გველი ბაძავს შხამიან გველს. ძირითადად უნდა განვსახვავოთ შემდეგი კრიტერიუმებით. შხამი-

დაჭერას, მის მოკვლას, ჯობით, ქვით შეშინებას, რადგან შეიძლება თავის დაცვა გადაწყვიტოს და დაგვეცხას თავს. მაგ. ნითელმუცელა მცურავი არ გააპატიებს შეწუხებას და დაგესხმევა თავს, მიუხედავად იმისა, რომ შხამიანი არ არის, აგრესიული გველია. გიურზაც დაიძაბება და მზად ყოფნაში იქნება და თუ შეეხებოდა, გვიკბენს. მთლიანობაში, თუ ჩვენ არ შევანუხეთ და ფეხს არ დავდგამთ, არაფერს დაგვიშავებენ.

– შხამიანის ნაკბენის შემთხვევაში, როგორ უნდა მოვიქცეთ, თუ ისეთ ადგილას ვართ, სადაც ადვილად ვერ მოგვადგებს სასწრაფო?

– პირველ რიგში, თუ ურბანულ გარემოში ვართ ან სადაც სოფელთან სიახლოვეს, სადაც ვთქვით, არ გაუჭირდება 112 – ს ამოსვლა, მაშინ ვრეკავთ. ამის



ანი გველები არიან მსხვილები, აქვთ სქელი ტანი, ვიწრო კისერი, დიდი სამკუთხა თავი, ვერტიკალური თვალები და პატარა კუდი. რაც შეეხება არაშხამიანებს, შეიძლება ითქვას უფრო მოქნილებიც არიან, ზოგიერთი მათგანი ხეებზეც დაცოცავს, სახურავზეც ადის, ისინი თხლები და ვიწროები არიან. შეიძლება მუქ ფერებთან ერთად შეგვხვდეს, ყვითელი შავში შერეული, მონითალო და მთლიანად წითელიც.

– რა უნდა გავაკეთოთ, როცა გველს წავანყებდით?

– პირველ რიგში უნდა ვიცოდეთ, რომ არც ერთი გველი არ გვესმის თავს, ყველა გარბის ჩვენგან და თავს იცავს, დაწყებული გიურზათი დამთავრებული დასავლური მახრჩობელით. რომ დაგვინახავენ, ისინი აუცილებლად გარბიან ჩვენგან, ან გაუნრჩელად არიან და არ უნდა მივეკაროთ. რა უნდა გქნათ, თუ ჩვენი დანახვის შემთხვევაში არ გაიქცა? ამ დროს უკან უნდა დავიხიოთ, ან გვერდიდან მოვუაროთ, არ უნდა ვეცადოთ მის

მერე ვწვებით, ვართ განუნძრევლად, რომ სისხლმა სწრაფად არ იმოძრაოს, ვიღებთ რაც შეიძლება ბევრს სითხეს, ოღონდ არაალოკოპოლურს, რა თქმა უნდა, თუ გვაქვს თან. კოკაკოლაც შეგვიძლია დაველით, ყველანაირი სითხის დალევა შეგვიძლია, გარდა ალოკოპოლურისა. თუ ალერგიული ფონი მოგვცა და შეგვისვიდა ნაკბენი, ანტიბიოტიკული საშუალება უნდა დაველით, მაგ. დექსამეტაზონი, თუ არ გვაქვს, უნდა გვახსოვდეს, რომ უნდა ვატაროთ ყველამ ანტიბიოტიკული საშუალებები. ბუნებაში მარტო გველის ნაკბენი არ არის საშიში.

– რომელ სართულამდე შეუძლია გველს აძრომა, შესაძლებელია კორპუსის ბინებში ფანჯრიდან აძვრეს?

– გველს ყველგან შეუძლია ასვლა, სადაც საყრდენს ნახავს და ინტერესი ექნება. რა თქმა უნდა, კორპუსის ბინებზე გარედან გაუჭირდება აცოცება. შესაძლოა კიბეებიდან ავიდეს, თუმცა ეგეც იშვიათად ხდება.

– რა არ უნდა გავაკეთოთ გველის ნაკბენის დროს?

– არცერთ შემთხვევაში ლახტს არ ვიღებთ, არ ვისერავთ, არ ვინვათ, არ უნდა ამოვწოვოთ ნაკბენი. სპირტით ნაკბენის დამუშავებას არ გირჩევთ. ცივი წყლით უნდა მოიბანოთ და დანარჩენი მივანდოთ ექიმებს.

– როგორ უნდა გავიგოთ, რამ გვიკბინა?

– შხამიანი გველის ნაკბენს აქვს ორი ნაკბლარი და სისხლის ნეფთები. ნაკბენი ადვილი იწყებს ჩალურჯება – ჩაშავებას, ახასიათებს ლოკალური ტკივილი. ძალიან დიდი მნიშვნელობა აქვს ადგილს, სადა ხარ, თუ კახეთში ხარ, მაგ. ივრის ქალებში ან ვაშლიანის ნაკრძალში, ცხადია, გიურზას ნაკბენი იქნება. ასევე უნდა დაგვიკვირდეთ, რამხელა კბილებს შორის მანძილი. რაც უფრო განიერია კბილებს შორის მანძილი ე.ი. უფრო დიდ გველს აქვს ნაკბენი. შხამის დონას თვითონ გველი განსაზღვრავს, კბენის დროს.

– თუ დადმდგარა გველის ნაკბენისგან, ჩვენს ქვეყანაში ფატალური შედეგი? გველის ნაკბენი უფრო საშიშია თუ ხელიკის?



– ყოფილა სამწუხაროდ ასეთი ფაქტებიც, თუმცა ბოლო სამი-ოთხი წელია გველის ნაკბენისგან საქართველოში არავინ გარდაცვლილა. ხელიკის ნაკბენი საერთოდ არ არის საშიში.

– მითია თუ რეალობა, გველი შხამს წყალში ჩასვლის დრო ქვაზე რომ ტოვებს?

– რა თქმა უნდა, არ არის მართალი. პროტეზია, ამოიღოს დადოს შხამი?! ასევე მითია ის, რომ წყალში გველი შხამიანი არ არის. წყლიდან როცა ამოდის შხამს თუ ვერ იპოვის, თავს იკლავს, ესეც არის მითი. თან წყალშიც შეუძლია კბენა, უბრალოდ არ უნდა შეანუხეთ და ისე არ გიკბენს.

– რომ მოდის სახლში და აღარ მიდის, ასეთ დროს რა უნდა ექნათ?

– არ შეუქნათ შესაბამისი პირობები და წავა.

– ამბობენ, რომ გველს მუსიკა უყვარს და სახლში შემოპარულის გამოყვანა მუსიკით არის შესაძლებელი?

– ალბათ ბახზე გიჟდება (ვზუმრობ, ცხადია). ...მითია. სმენა არ აქვს საერთოდ.

– როგორ ადგილას შეიძლება გადაწყვიტოთ გველს?

– რეალურად ბუნებაში გადაადგილებისას, ნებისმიერ ადგილას შეიძლება წავანყდეთ, მაგრამ ყველაზე ნაკლები შანსია პროცენტულად ქვეწარმავალი ენახოთ ზაფხულში დღის განმავლობაში, პაპანაკებში მინდორში გველს ვერ ნახავ, ის დამალულია სოროში, ან რალაც აპარალშია ჩამძვრალი, ან დაბურული ბუჩქების ძირას იმალება. ძალიან მალაღი ტეპტერატურის დროს სარდაფებში

ეფექტს არ იძლევა. მათი წვის შედეგად გამოყოფილი კვამლი ადის ჰაერში, ასე რომ არანაირი ეფექტი არ აქვს.

– ბავშვების შიშები გველების მიმართ...

– რეალურად, ზოგიერთ ბავშვში ინსტიტუტურად დევს ეს შიში. გენეტიკურად გადადის მშობლისგან ეს შიში ბავშვში. მშობლები უფრო უღვივებენ შვილებს ქვეწარმავლების შიშს. ბოლო დროს, აქცენტებს ლისის ტბაზე აკეთებენ, ხალხი, ლისი ტბა არის ბუნებრივი არეალი გველებისთვის, მთელი ცხოვრება დავივარ ტბაზე, ყოველთვის ვნახავთ მათ და ასეთი რეაქცია არ უნდა გვექონდეს. გველი საშიში ხდება მაშინ, როცა მას ვუპირებთ დაჭერას, მოკვლას.

რუსკა კილასონია

P. S. ამასწინათ, შილდელმა გია კოლაშვილმა ფეისბუქზე დადო ფოტო, სადაც ორ მეტრამდე სიგრძის გიურზა უჭირავს ხელში. ამ სურათით დაინტერესდნენ პერვეტოლოგები და ყვარლის მუნიციპალიტეტს ენვიგენ გიურზების ადგილსამყოფელის აღმოსაჩნდა. მათ მოიარეს ნეკრესის სამხრეთ-აღმოსავლეთის ფერდობები, მაგრამ გიურზები ვერსად ნახეს. იძულებულნი გახდნენ კიკოლაშვილის დაკავშირდნენ და გაერკვიათ გველების ადგილსამყოფელი. მან კი, კუს წყაროს სათავეებთან არსებულ მიტოვებულ ფერმაზე მისაწავლათ. პერვეტოლოგები ნანახით გაოცებულნი დარჩნენ, რადგან უამრავი გიურზა დახვდათ ფერმაში დაბინავებული. მათ მხოლოდ 12 გიურზას დაჭერა მოასწრეს. თან უთქვიათ: ყოჩაღ თქვენ გაბე-



ჩადის და შესაძლოა სულაც სახლში შემოვიდეს. ამიტომ ეზო უნდა გვექონდეს მოვლილი, ბალახი უნდა იყოს გაკრეჭილი, არ უნდა იყოს სამშენებლო მასალები მიყრილი-მოყრილი, არ უნდა გვექონდეს ანტისანიტარია. რაც შეეხება არსებებს, რომლებიც გველს ეზრებენ. ზღარბი პატარა გველებს ჭამს, იხვიც ერევა პატარა გველებს, ქათამიც ჭამს, ციცარია ძალიან მაგარი გველთან საბრძოლველად. დიდი გველი რომ შემოვა, ეგრევე კვიცლს იწყებს. ისე კი გველი ძალიან ლამაზია და სულ მიკვირს, რატომ ვერ იტანენ. კავკასიური გველგესლა არის საქართველოს და კავკასიის ენდემური სახეობა, მხოლოდ აქ ბინადრობს, ულამაზესია და არ უნდა მოვკლათ, პირიქით, უნდა გავუფრთხილებოთ.

– არის რამე ხსნარი ან ფხვნილი, რომელიც გველისგან დაგვიცავს?

– არის დამაფრთხილებელი ხსნარი და ფხვნილები, რალაც პერიდის განმავლობაში, რომ გვიცავს, მაგრამ ისიც სათუთაა, 100% შედეგს არცერთი არ იძლევა. გოგირდის და საბურავის წყაც არანაირ

დუღებას, რომ ასეთ ადგილებში ცხოვრობოთ.

კუის წყაროს სათავეს ჩრდილო-აღმოსავლეთ ფერდობს გადმოვამ მდებარეობს „ილიას“ ტბაც და წყურვილის დასაოკებლად ხშირად მობრძანდებიან ქვეწარმავლები, მათ შორის გიურზები.

სწორედ ამიტომ მამუკა ნათელაძე და მისი თანამშრომლები მონიტორინგს უწევენ ტბის გარშემო არსებულ გაზას და ტბის პირებს, რათა ქვეწარმავლებმა ზიანი არ მიაყენონ იქ მოსეირნე და მობანავე ადამიანებს, ადგილმდებარეობაც ქვეწარმავლების საწინააღმდეგო პრეპარატით დაამუშავეს.

ამ წერილის მიზანი ის არის, რომ ყვარლის მუნიციპალიტეტის მოსახლეობამ სიფრთხილე გამოიჩინოს და მოერიდოს არსებულ საშიშროებას.

დაკბენის შემთხვევაში პიროვნებამ სასწრაფოდ უნდა მიაკითხოს ყვარლის საავადმყოფოს, სადაც ანტიბიოტიკებს შრატით უმკურნალებენ და შემთხვევა ლეტალური შედეგით არ დამთავრდება.

ალექსანდრა გიმილოვიჩი



თუ მწერებმა კბენით დაგაჯილდოეს

მწერების ნაკბენები შეიძლება ორ დიდ ჯგუფად დაიყოს: სიფრიფანაფრთიანთა (კოლოები, ფუტკრები, კრაზანები, ონავარები, ბუზანკალები და სხვა) და ობობასებრთა (ტარანტულები, მორი-ელები, ტკიპები) ნაკბენები. მწერის ნაკბენზე ადამიანის ორგანიზმი სამი სახის რეაქციით პასუხობს.

ადგილობრივი რეაქცია – შენით-ლება, შეშუპება, ტკივილი, ქავილი ან ძლიერი წვის შეგრძნება კბენის უბანში, ლიმფური კვანძების ლოკალურად გა-დიდება.

ზოგადტოქსიკური რეაქცია – ცი-ებ-ცხელება, სხეულის ტემპერატურის მომატება, გულისრევა, ღებინება, თავი-სა და სახსრების ტკივილი (ჩვეულებრივ, მრავლობითი ნაკბენების შემთხვევაში აღმოცენდება).

ალერგიული რეაქცია – ჭინჭრის ცი-ება, კვინკეს შეშუპება, ანაფილაქსიური შოკი; ალერგიული რეაქცია შეიძლე-ბა აღმოცენდეს ერთეულ ნაკბენზეც, თუ ადამიანს ალერგიული ნივთიერება აღნიშნული რეაქციისადმი.

სიფრიფანაფრთიანთა ნაკბენები

კოლოებს, ქინქვებსა და ბუზანკა-ლებს შხამიანი ჯირკვლები არ გააჩნიათ. კბენისას მათ ჭრილობაში შეჰყავთ სპე-ციალური ნივთიერება, რომელიც აფერ-ცებს სისხლის შედედებას. შესაბამისად, მათ ნაკბენზე, როგორც წესი, მხოლოდ ადგილობრივი რეაქცია აღმოცენდება. ადამიანს შეუძლია გაუძლოს ამ მწერთა მრავლობით ნაკბენს (100 და მეტი), ორ-განიზმის ზოგადი მდგომარეობის გაუ-არესების გარეშე. ადგილობრივი რეაქცი-ის შესუსტებისა და ლოკალურ გამოვლი-ნებათა შემცირების მიზნით, შეგიძლიათ შემდეგ საშუალებებს მიმართოთ – თითი მონაცვლეობით წყალში და მშრალ სო-დაში უნდა ჩაყოთ და ამ თითით ნაკბენი უბანი დაისრისოთ. ნაკბენი უბანი სო-დის კონცენტრირებული ხსნარითაც შეგიძლიათ დაიხილოთ. სოდა რამდე-სადმე ამცირებს შეშუპებასა და ქავილს. ტკივილისა და ქავილის საწინააღმდეგო ეფექტური მოქმედებით გამოირჩევა მე-ნოვანინიც, თუმცა მისი გამოყენება არ არის სასურველი მათთვის, ვისაც ნოვო-კაინის მიმართ მომატებული მგრძობე-ლობა აღნიშნება. ანთებასა და ქავილს აცხრობს ორთოფენისა და ბუტადიონის მალამოებიც. დღეისათვის უშუალოდ ნაკბენისათვის განკუთვნილი უამრავი გელი არსებობს. დაინფიცირების თავი-ად ასაცილებლად ნაკბენი უბნები შე-გიძლიათ უზრალად ბრილიანტის მწვა-ნით დაიმუშაოთ. ხალხური საშუალებე-ბიდან რეკომენდებულია ახალგაზრდული კარტო-ფილის, ხახვის ან ნივრის ფაფა, ოხრახუშის ფოთლების წენი. შხამი-ანი ნაკბენებით ადამიანს აჯილდო-ებენ ფუტკრები (ცხოვრებაში ერთხელ კბე-ნენ, რის შემდეგაც ილეუებინან), კრაზანე-ბი და ონავარები. ამ მწერთა ნაკბენებზე აღმოცენებული ადგილობრივი რეაქცია, როგორც წესი, მეტისმეტდაა ხოლმე გამო-ხატული. მისთვის დამახასიათე-ბელია მნიშვნელოვანი შეშუპება, რომე-ლიც, მიუხედავად იმისა, რომ ადგილობ-რივ რეაქციას წარმოადგენს, შესაძლოა სამიში აღმოჩნდეს ადამიანისთვის. მით უფრო, თუ ლოკალიზებულია სახეზე, განსაკუთრებით – ტუჩების არეში ან პი-რის ღრუს შიგნითა ზედაპირზე.

აღნიშნული მწერების ნაკბენზე ალერგიული რეაქციებიც საკმაოდ ხში-რად ვითარდება, მაგალითად, ჭინჭრის ციება. ამ დროს აღინიშნება ერთმანეთში გარდამავალი ბუშტუკოვანი გამონაყარი კანის ტენიანობის ფონზე. გამონაყარი ძლიერად გამოხატული ქავილით ხასი-ათდება და შესაძლოა ლოკალიზებული იყოს სხეულის ნებისმიერ უბანზე. კვინ-კეს შეშუპება („გვიანტური ჭინჭრის ციე-ბა“) – კანის ან ლორწოვანი გარსის სწრა-ვად მზარდი, მკვეთრად შემოსაზღვრე-ული შეშუპებაა. შეიძლება აღმოცენდეს

არა მხოლოდ უშუალოდ ნაკბენ არეში, არამედ სხეულის სხვა უბნებზეც. კვინ-კეს შეშუპების „საყვარელი უბანია“ სახე, პირის ღრუს ლორწოვანი გარსი, რბილი სასა, კიდურები, სასქესო ორგანოები. განსაკუთრებით სამიშია ხორხის ალერ-გიული შეშუპება. შედარებით იშვიათი, მაგრამ მეტად სამიში რეაქცია – ანა-ფილაქსიური შოკი – ადამიანს რამდე-ნიმე წუთის განმავლობაში უვითარდება ქოშინი, ძლიერი ურყო-ლა, სიკვდილის მიში, უჩქარდება გულისცემა, მკვეთრად ეცემა არტერიული წნევა, ვითარდება კომა (უფრო მდგომარეობა). ადგილობ-რივ რეაქციას რაც შეეხება, ამ დროს იკვეთება ბუშტუკი, სწრაფად მზარდი შეშუპებითა და გამოხატული სისხლჩაქ-ცვით.

როგორ აღმოვჩინოთ დახმარება დაზარალებულს

ყურადღებით დაათვალიერეთ ნაკ-ბენი უბანი. აუცილებლად ამოიღეთ ჩარჩენილი ნესტარი. ეს ფრთხილად გაა-კეთეთ, ზედმეტი ზეწოლის გარეშე, ისე, რომ არ მოხდეს მისი ნაწილის ჩარჩენა ან შხამის დამატებით გავრცელება ჭრილო-ბაში. ნაკბენ უბანზე ცივი დაადეთ. შე-შუპებისა და ადგილობრივი ანთების შე-სამცირებლად შეგიძლიათ გამოიყენოთ ჰიდროკორტიზონის ან პრედნიზოლო-ნის მალამო. ალერგიული რეაქციისადმი მიდრეკილ პირებს სასურველია უშუა-ლ მაღლებინოთ ანტიჰისტამინური პრეპა-რატი. ალერგიული რეაქციის მიმედ მიმდინარეობისას (გავრცობილი ჭინჭ-რის ციება ზოგადი მდგომარეობის მნიშ-ვნელოვანი დარღვევით, გულისრევითა და ღებინებით, ტკივილებით მუცლის არეში, სწრაფად გავრცელებული კვინ-კეს შეშუპებით) აუცილებელია ანტი-ჰისტამინური პრეპარატის (სუპრასტინი, ტავეგლი) ინტრავენოზულურად (კუნთში) შეყვანა. ხორხის ალერგიული

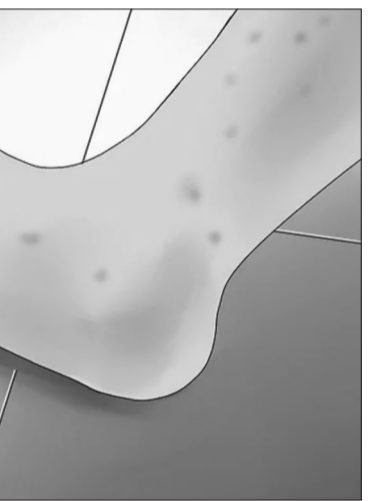


შეშუპების დროს კი, როდესაც ვლინდება სუნთქვის დარღვევა – ინტრავენურად შეჰყავთ პრედნიზოლონი (ნელ-ნელა 2-3 წუთის განმავლობაში); თუ ვერ ხერხდე-ბა ვენაში შეყვანა, მაშინ კუნთში ხდება მედიკამენტის ინექცია. ანაფილაქსიური შოკის დროს დაზარალებული ზურგზე უნდა დაწვინოთ ისე, რომ ქვედა კიდუ-რები ნამოწეული ჰქონდეს. თუ ღებინება აღინიშნება ან გონება დაკარგული აქვს, მას გვერდზე აწვინენ. აუცილებელია და-ზარალებულის გათბობა და სასუნთქი გზების გამავლობის უზრუნველყოფა, მწერის ნაკბენის ზემოთ ზონარის გა-დაჭერა, ხოლო ნაკბენ უბანზე ყინულის დადება. პირველი დახმარების პარალე-ლურად უნდა დაგვიწყდებოდეს სასწრაფო სამედიცინო დახმარების გამოძახებაც.

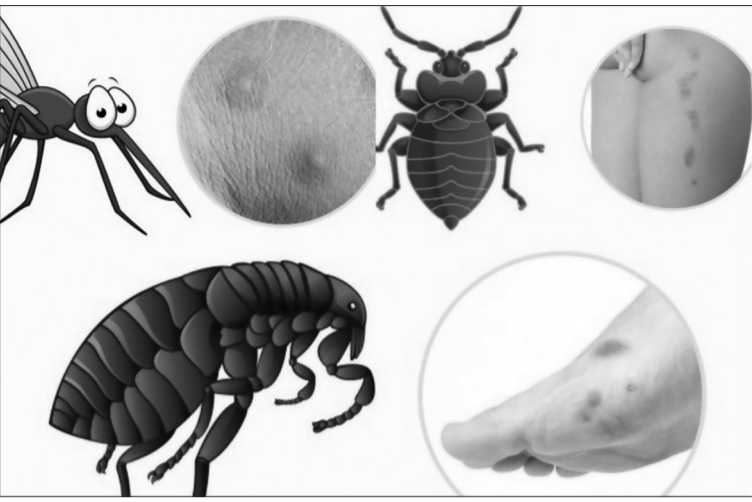
ობობასებრთა ნაკბენები

ობობასებრთა ნაკბენები შედარე-ბით იშვიათად გვხვდება, თუმცა ისინი უფრო მკვეთრად გამოხატული ადგი-ლობრივი და ზოგადი რეაქციით ხასიათ-

დება. ტარანტულის ნაკბენი იშვიათად იწვევს გამოხატულ ინტოქსიკაციას (ტა-რანტული შხამიანი ობობაა. ის უდაბნოს ტიპის ადგილების მოყვარულია, გავრ-ცელებულია შუა აზიაში, უკრაინის სტე-პებსა და შავი ზღვის რეგიონებში, აღმო-სავლეთით მონღოლეთის საზღვრამდე). მისი ნაკბენისას ჭარბობს ადგილობრივი (ლოკალური) ცვლილებები ტკივილის, ჰიპერემიის (სინთლის), შეშუპებისა და სისხლჩაქცევის სახით. შესაძლებელია განვითარდეს ზოგადი რეაქციაც აპათი-ისა და ძილიანობის გამოხატულებით. დახმარება: ყინული ნაკბენ უბანზე და ანტიჰისტამინური საშუალებები; ჰოსპი-ტალიზაცია, როგორც წესი, საჭირო არ ხდება. მორიელის (ლრიანკალის) ნაკბენი გაცილებით სამიშია. ნაკბენ უბანზე ალ-მოცენდება ძლიერ მწველი (მოუთმენე-ლი) ტკივილი, შეშუპება და ქსოვილთა დაჭიმულობა. დაზარალებული იპყრობს ციებ-ცხელებად, ტკივილი მთელი სხეუ-ლის არეში, ოფლიანობა, ცრემლდენა. ვითარდება ძლიერი ტკივილი მუცლის არეში, რასაც თან სდევს კრუნჩხვები. დამახასიათებელია სუნთქვის დარღვე-ვა. პირველი დახმარება: აუცილებელია კიდურის უმოძრაობის უზრუნველყოფა, ნაკბენი უბნის ზემოთ ზონარის გადაჭე-რა, დაზარალებულს ბევრი სითხე უნდა მიაღებინოთ, დააღვინოთ ტკივილგა-მაყუჩებელი და დაუყოვნებლივ უზრუნ-ველყოთ მისი ჰოსპიტალიზაცია. ტკიპის ნაკბენი ადგილობრივ ანთებასა და ქა-ვილს იწვევს. ტკიპას დაზარალებულის კანიდან პინცეტის ან ძაფის მარყუჟით იღებენ. მარყუჟი მწერის ხორთუშს უნ-და შემოაღოთ კანთან მაქსიმალურად ახლოს. გარდა ამისა, შეეცადეთ, მოქა-ნით არა პირდაპირ თქვენკენ, არამედ ფრთხილად ქანქარასებრი მოძრაობე-ბით ერთი გვერდიდან მეორისაკენ. ნუ შეეცდებით ტკიპა ხელით მოაპოროთ კანს, ალბათობა იმისა, რომ მწერს მოს-



წყდეს თავი და მისი ნაწილი (ანუ ხორ-თუში) ჩარჩეს დაზარალებულის კანში – ასეთ დროს ძალიან დიდია. პროცე-დურა შედარებით გამარტივდება, თუ ამოღებამდე მწერს მცენარულ ზეთს დაანავთებთ და რამდენიმე წუთს მოიც-დათ. ტკიპის მოცილების შემდეგ ჭრი-ლობა იოდის ხსნარით ან ბრილიანტის წყვანით უნდა დამუშავდეს. ტკიპების ნაკბენთა სამშორება ის არის, რომ აღ-ნიშნული მწერები ტკიპისმიერი ენცეფა-ლიტისა და ბორელიოზის გადამტანები არიან. დასახელებული ინფექციები დი-დი სიხშირით რეგისტრირდება შორე-ულ აღმოსავლეთში, ციმბირში, ურალის ტერიტორიაზე, ბელორუსსა და რუსეთში. დაავადება ხასიათდება მკაცრი სე-ზონურობით, დაკავშირებულია მწერთა აქტივობასთან, რომელიც აღინიშნება გაზაფხული-ზაფხულის პერიოდში (ვე-როპის შუა და აღმოსავლეთ რეგიონები) და ზაფხული-შემოდგომის პერიოდში (ბალტიის-პირეთის რეგიონი, ბელარუსი, უკრაინა). ტკიპისმიერი ენცეფალი-ტით ადამიანი შეიძლება დასნე-ბოვნდეს ტკიპის კბენის შემთხვევაში და ენდემურ ზონებში ცხოველთა დაინფიცირებული რძით (ძირითადად თხის, შედარებით იშ-ვიათად – ძროხის). დაავადების პირველი სიმპტომები შესაძლოა დასნე-ბოვნები-დან 4-45 დღეში გამოვლინდეს. დაავა-დება, როგორც წესი, მწვავედ იწყება, მაღალი ცხელებით, თავის მტანჯველი და მზარდი ტკივილით. დაავადება შემდ-გომშიც მიმდინარეობს ნერვული სისტემის ამა თუ იმ ხარისხის დაზარე-ბით. ბორელიოზით ადამიანის დაავადე-ბა მხოლოდ ტკიპის ნაკბენმა შეიძლება გამოიწვიოს. ეს დაავადებაც მწვავედ, ცხელებითა და თავის ტკივილით იწყე-ბა. დამახასიათებელი სიმპტომია ნაკბენ უბანში გაბნეული ერთელების აღმო-ჩენა (ერთიდან სისხლძარღვთა გაფარ-თობით წარმოქმნილი ნითელი ფერის თიქვა). ერთიგვარი რამდენიმე დღეში ქრება. საყურადღებოა, რომ სინთლე



ცენტრიდან იწყება, რის გამოც ლაქები როგორც ფორმას იცნენ. ბორელი-ოზის დროს პათოლოგიურ პროცესში ერთგვარ ნერვული სისტემა, გული და სახსრები. ორივე ინფექცია (ბორელიო-ზი და ენცეფალიტი) დაზარალებულის ჰოსპიტალიზაციას საჭიროებს. დაავა-დებულები არ არიან სამიში გარშემო მყოფთათვის. პროფილაქტიკა გულისხ-მობს ტკიპის კბენისგან თავდაცვას. ამი-სათვის ენდემური რეგიონების ტყეებსა თუ კორდებზე ტანისამოსით მაქსიმა-ლურად შემოსილება უნდა იაროთ (უმ-ჯობესია გრძელმკლავიანი დახურული ტანსაცმელი და დახურული ფეხსაცმე-ლი). ენდემური თვალსაზრისით სამი ადგილებში ყველა ადამიანს, ვისაც კი უკბინა ტკიპამ, ტკიპისმიერი ენცეფალი-ტის პროფილაქტიკის მიზნით უტარებენ ტკიპის საწინააღმდეგო სპეციფიკური იმუნოგლობულინის ინექციას ინტრა-მუსკულარულად (კუნთში). იმუნოგლო-ბულინის შეყვანა ეფექტურია კბენიდან პირველი დღე-ღამის განმავლობაში, ამიტომაც სამედიცინო დაწესებულებას დაუყოვნებლივ უნდა მიმართოთ. შექ-ლებსდავად კანიდან მოცილებული ტკიპა უნდა გადაიტანოს ვირუსოლო-გიურ ლაბორატორიაში მისი დაინფიცირ-ებულობის განსაზღვრისთვის.

რა უნდა გაითვალისწინოთ

- კოლოს ნაკბენი, შეიძლება ითქვას, ყველაზე უსაფრთხოა. თუმცა ადამიანე-ბი (უმეტესად კი ბავშვები) ინტენსიური ქავილით ჭრილობის დაინფიცირებას იწვევენ. შეტორი ინფექციის წყალობით კი კოლოს პატარა ნაკბენის ადგილზე ჩირქოვანი ანთება ვითარდება. გარდა ამისა, კოლოს პატარა და ერთი მეხედე-ვით, უმნიშვნელო ნაკბენები შესაძლოა ალერგიული დერმატიტის (კანის ან-თება) მაპროვოცირებელი აღმოჩნდეს. ყოველივე ეს თავიდან რომ აიცილოთ, ხელებსა და ფრჩხილების სისუფთავეს განსაკუთრებული ყურადღება უნდა და-უთმოთ, მით უფრო, თუ კოლომ გიკბი-ნათ და ქავილს ვერ იოკებთ.
- გასოფდეთ, ფუტკრის ნაკბენის შემთხვევაში, ყურადღება უნდა გაამახ-ვილოთ ნესტარის გამარტივებას. ეს პროცესი ფრთხილად უნდა ჩაატაროთ ორი თითის მსუბუქად მიჭერით. ნესტ-რის ფრჩხილებით ან პინცეტით ამოგლე-ჯა არასასურველია. ამ დროს შესაძლე-ბელია ის მიიჭვლიტოს, მისი ნაწილები კი კანში ჩარჩეს. ფუტკრის შხამის განვიტ-რალეებისთვის ნაკბენზე სუფრის ძმრის ხსნარში დასველებული დოლბანდის ნა-ჭერი შეგიძლიათ დაიფინოთ.
- თუ ბუნებაში გასეირნება გადაწყ-ვიტეთ, გირჩევთ, ღია ფერის გრძელტო-ტებიანი შარვალსა და გრძელმკლავიან ტანისამოსს გამოიყენოთ. დღისით არ არის სასურველი წყალსატევის ნაპირას სეირნობა, ხოლო სიციხეში უმჯობესია ჩრდილში მოისვენოთ და თავიარა მზის ქვეშ არ ინავარდოთ, რადგან მკვეთრი განათების პრობლემა ბუზანკალები (იგივე მანუხელები) განსაკუთრებულად აქტიურებიან. გასოფდეთ, ამ მწერებს ძალიან უყვართ მკვეთრი, ჭრელაჭრულა ფერები. უზანკალებს ასევე იზიდავთ ტენიანი ადგილები, თუმცა მხოლოდ მზიან ამინდში ფრენენ. მათი ნაკბენი არანაკლებ მტკივნეულია ფუტკრისა და კრაზანს ნაკბენზე. ხშირად მიმდინარე-ობს ანთებით და უხშირესად ჩირქდება კიდევ. და თუ მინიმ გიკბინათ მანუხე-ლამ, ნაკბენი წყლით და საპნით (უმ-ჯობესია სარეცხის საპონი) ჩამოიბანეთ. ქავილს დაგამუბთ სპირტით ან საჭმლის სოიდის ხსნარით გაფენილი დოლბან-დის საფენები. ეს უკანასკნელი ყოველ 10-15 წუთში უნდა იცვალოს.

მუნი და მისი გამომწვევი ტკიპა

არანაკლებ სამიშია მუნი დაავადე-ბაც. მისი გამომწვევი ტკიპა მუთარაღე-ბელი თვალთ პრაქტიკულად შეუმჩნე-ველია (მდედრი ტკიპას სიგრძე 200-400 მკაია). ის ერთ თვემდე ცოცხლობს. ადა-მიანის კანის, კონკრეტულად ეპიდერმი-სის რქოვანი შრის ქვეშ ბილიკებს იკვა-ლავს და დღე-ღამეში 2-3 კვერცხს დებს.

ძირითადი სიმპტომები

- ქავილი, რომელიც ძლიერდება სა-ღამოს და ღამის პერიოდში;
- პოლიმორფიზმი, ანუ სხვადასხვა სახის გამოვლინება (ბუშტუკები, პაპუ-ლები, ანუ მშრალი მუწულები, შემორავი-ული, ანუ სისხლის შემცველი ფუფხვები და ფარული, ეროზიები – იგივე კანის ზე-დაპირული დაწყლულება, ვეზიკულები – სითხით სავსე ბუშტუკები და ექსკორი-აცია – კანის ნაჭდევები).

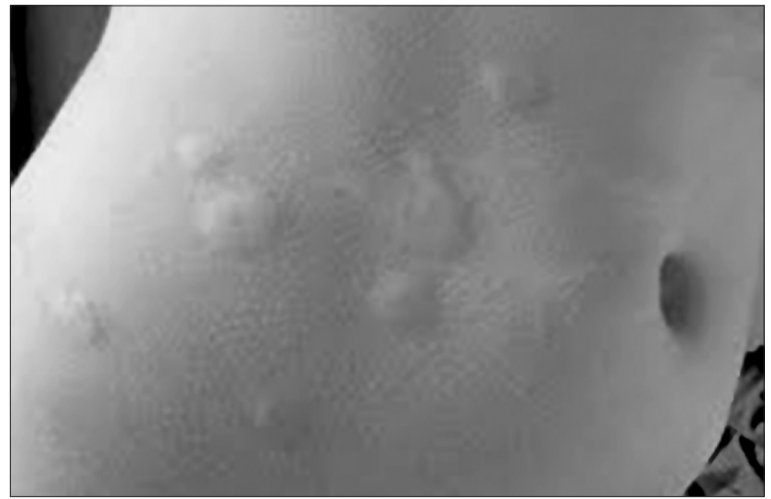
მუნი ყველაზე ხშირი გართულებაა პიოდერმიტი – კანის ჩირქოვანი ანთება და დერმატიტი. მკურნალობა გამოწვე-ვის განადგურებისკენ არის მიმართული, ამისათვის გამოიყენება გოგირდის მა-ღამო, ბენზილბენზოატი და სხვა. აუცი-ლებელია დაავადებულის ტანსაცმლის, თეთრეულის, პირადი მოხმარების სხვა ნივთებისა და ინფექციის კერის დეზინ-ფექცია.

ტილპის ნაკბენი (ზოგადად დალიქულოზი ანუ დალიქოზი)

ტილი წვრილი პარაზიტული სისხ-ლისმწველი მწერი. ადამიანის კანზე მისი სამი სახეობა პარაზიტობს – თავის ბოქვენის და ტანსაცმლის. ტილები ჩვე-

ულერზე თავის ან სხეულის თიან უბ-ნებში სახლდება. კანზე საკვების (სის-ხლის) მოსაოვებლად გადადიან, კბენენ ადამიანს და სისხლს სწოვენ, გარდა ამი-სა, კბენის დროს გამოყოფენ ნერწყვს, რომელიც აღიზიანებს კანს და დაუოკე-ბელ ქავილს იწვევს. ტილების ნაკბენი ხელსაყრელ პირობებში ქმნის მეორეული ჩირქოვანი ინფექციისა და ზოგჯერ ეგ-ზემის განვითარებისათვის. ერთი ტილი ერთი მილბაზე 0, 003 მლ სისხლს სვამს. ამ ერთიდან 5 მმ-მდე ზომის პარა-იტებს ერთი განმავლობაში შეუძლიათ ცხოვრება და ამ პერიოდის განმავლო-ბაში ყოველდღიურად დებენ კვერცხებს. ერთი ტილი 100-დან 300-მდე კვერცხს დებს. ტილებს შეუძლიათ ორი დღე-ღა-მის განმავლობაში იცხოვრონ წყლის ქვეშ, ხოლო 4 დღე-ღამის განმავლობაში – 30 სმ სისქის ქვიშის ქვეშ. გარდა ამი-სა, უნარი შესწევთ გაუძლონ – 5წ-მდე ყინვას ერთი დღე-ღამის განმავლობაში, 10-დღიან შიმშილსა და რადიაციის მა-ღალ დოზებს. ეს ფაქტორებიდან უნარი არსებობს 1,3 კგ-მდე ზნერალს უძლე-ბენ. როგორც უკვე აღინიშნა, ტილები ნაკბენი განსაკუთრებით სამიშია მეო-რეული ინფექციის გავრცელების თვალ-საზრისით. ძლიერი ქავილის შეგრძნებას ადამიანები, უფრო ხშირად ბავშვები, ვერ იოკებენ, ინტენსიური ქავილი კი კანის დაავადებების (დერმატიტის, ეგზე-მის და სხვა) განვითარების საფუძველი ხდება. ისიც უნდა აღინიშნოს, რომ ეს პა-რაზიტები სხვა ინფექციური დაავადებე-ბის (პარტახტანი ტიფი, შებრუნებითი ტიფი და სხვა) გამომწვევთა გადამტანე-ბად გვევლინებიან.

იმისათვის, რომ თავიდან ავიცი-ლოთ დატლიანება, დიდი ყურადღება უნდა დაუთმოთ პირად ჰიგიენას და ზოგადად სისუფთავეს (რეგულარულად დაბანას, დაფარცხნას, რეცხვასა და და-უთობას). სისუფთავე ჯანმრთელო-ბის საფუძველი და დატლიანებასთან ბრძოლის აუცილებელი პირობაა. და მა-ინც, თუ ეს პარაზიტები „გეტყუმრენ“, დროულად მიიღეთ სათანადო ზომები. დღეს ამისთვის საგანგებოდ წარმოებუ-ლი უამრავი საშუალება არსებობს (ბენ-ზოატის სუსპენზია, სხვადასხვა ხსნარი). ნუ შემოიფარგლებით მხოლოდ ერთი პროცედურით, არ დაგვიწყდეთ, რომ ტილები დიდი რაოდენობით კვერცხს დებენ, მათ უმრავლესობას სათანადო ქიმიური ნივთიერებაც კი ვერაფერს აკ-ლებს. პერმეტული ქიტიწერი გარსის ქვეშ დატლი კვერცხების მესამედი გა-დარჩება ხოლმე და დასაბამს აძლევს ნილებს, რომლებიც მალევე იზრდებიან.





ცისანა შაოშვილის სსოვნისადმი

„სიკვდილი ისე მალე მომივა, გზა გამოვლილი შირად დამრჩება, სად გადამივლის შენი ბორბალი, როდეს მომწვდება შენი მარჯვენა. დამინანდლეთ მცირე ხორბალი მართალი სულის გადასარჩენად“.

ეს სიტყვები ჩვენს თანამემამულეს, ან განსვენებულ ეთერ ავაზაშვილს ეკუთვნის. ასე გვგონია, როცა ქალბატონი ეთერი ამ სიტყვებს წერდა, ალბათ ცისანა შაოშვილის მსგავს ადამიანებს გულისხმობდა.

დახა, ჩვენმა ცისანამ მართალი სული იცხოვრა ამქვეყნიდან და წინ წარმძღვარა „ხორცთ ნაქნარი“.

იგი დედა ტერეზასავე იყო. საოცარია, როგორ ახერხებდა, რომ თავისი სიტბო ყველასათვის გაეხანოებინა. ამ ცოტახნის წინ, მისი ოჯახის ახლობელმა ექიმმა – თამარ ხარბელიამ ჩვენთან ასეთი რამ თქვა: „ცისანასთან საუბრისას ზოგჯერ მეგონა, ის იყო ჩემი ექიმი“. მართლაც იგი საფუძვლიანად ფლობდა სახალხო მედიცინას და რჩევებსაც უშურველად გასცემდა ხოლმე.

ცისანას ბავშვობამ სოფელ ენისელში გაიარა. სიცოცხლით სავსე, ენერგიული გოგონა ყველას უყვარდა. სკოლის დამთავრების შემდეგ სწავლა გააგრძელა გოგებაშვილის პედაგოგიურ სასწავლებელში და დამთავრების შემდეგ მუშაობა დაიწყო ყვარლის №2 საბავშვო ბაღში მუსიკის მასწავლებლად. შემდეგ მალევე გახდა შაოიანთ რძალი. მუშაობის სანათესაოს იმედი და გვერდში მდგომი იყო, ამიტომ მისი ნასვლა ამქვეყნიდან ოჯახთან ერთად განიცადა სანათესაო და სამეგობრომ. სამეზობლოსა და სამეგობროში გამოჩენილი, ყველას მოსიყვარულე და მზრუნველი იყო. იგი არავის აგრძობინებდა როგორც ფიზიკურ, ისე მუშაობის გარდაცვალებით გამოწვეულ სულიერ ტკივილს. ცისანამ ორი საამაყო შვილი დააფრთხილა. იგი ხან ოთარაანთ ქვირის ნაგავდა, ზოგჯერ კი თავსაფრიან დედაცაქცა. „გადაიფრენდა, ვასცურავდა და შვილებს სამართალს გაუჩენდა“. უფალმა ბედნიერი სიბერე არგვნა



რა ინვესტის ჭამის შეხვედრა გულის აჩქარებას

ზოგჯერ ადამიანს ჭამიდან 20-30 წუთის შემდეგ გული უჩქარდება. ეს შეიძლება აიხსნას კუჭის ზედმეტად გადატვირთვით. თუმცა, გულის აჩქარება შესაძლოა იშემიის გამოვლინებაც იყოს. გულის აჩქარებისას გაიკონტროლეთ არტერიული წნევა. ასევე, უნდა გაიზომოს გლუკოზის სისხლში.

ზოგადად კი, მიზეზის დასადგენად თანმიმდევრული გამოკვლევების ჩატარება აუცილებელია. პირველადი გამოკვლევების მიზნით უნდა გამოითვალოს კარდიოლოგს. თუმცა, შესაძლოა თქვენი ჩვილე-

ბის მიზეზი საყლაპავის დაავადებით იყოს გამოწვეული. საყლაპავი მილის სხვადასხვა პათოლოგია ხშირად იწვევს ასეთ სიმპტომებს, მით უმეტეს, როცა ჩვილები საკვების მიღებასთან არის დაკავშირებული. გამოსარიცხია დიაფრაგმის საყლაპავის ხერხელის თიაქარი, ასევე უნდა გამოირიცხოს სანაღველ გზების დისკინეზია.

ამიტომ კარდიოლოგის გარდა შესაძლოა საჭიროდ ჩაითვალოს გასტროენტეროლოგის კონსულტაცია.

mkumali.ge

მ ა ხ ს ს ე ნ ე ბ ა

ლენა ლოლიაშვილი

„მე ისე მალე წავალ აქედან, ვერ გაიგებენ მწვანე სერები, თეთრი ღრუბლები ქარებს გაფანტავს და ბურუსებში გაგახსენდებით“.

მართლაც, ამქვეყნიდან მიდიან ჩვენთვის საყვარელი ადამიანები და გვიტოვებენ ტკბილ-მწარე მოგონებებს, რასაც ხშირად ვიგონებთ ხოლმე.

სწორედ სულ ახლახანს ასე წავიდა ლენა ლოლიაშვილი იოსებაშვილისა.

იგი ხუთ ათწლეულზე მეტი ემსახურებოდა მომავალი თაობის რთულსა და საპატიო საქმეს.

მე მაქვს უფლება ვისაუბრო მასზე. მახსოვს 23 წლის ახალგაზრდამ შევალე ყვარლის I საშუალო სკოლის კარები, ველავდი, იქ ჩემი მუშაობის მასწავლებლები მოღვაწეობდნენ. მალევე ლიმილით მომიხლოვდა სიმბათიური ქალბატონი, მომხივია ხელი და შემდეგი სიტყვებით წარმადგინა სკოლის პედაგოგიური კოლექტივის წინაშე: „ეს ჩვენი პედაგოგიური კოლექტივის ახალგაზრდა პედაგოგია, თანაც ჩვენი რძალი“.

ეს ქალბატონი ლენა ლოლიაშვილი იყო. მას შემდეგ მეც სხვებივით ლენა მასწავლებლობით მოვიხსენიებდი ხოლმე. იგი ჩემს უსაყვარლეს დასთან მეგობრობდა. ასაკის სხვაობის მიუხედავად ჩვენც მეგობრები გავხდით.

ძნელია ცხოვრების ლაბირინთებში გზის გაკვლევა. სიხარულთან ერთად ადამიანს საკმაოდ ბევრი ტკივილი და გულისტკივილი შეხვედრება, ჩემი მრჩეველი, დამრიგებელი და გვერდში მდგომი ყოველთვის იყო ლენა მასწავლებელი, რისთვისაც გაზეთის საშუალებით დაგვიანებულ დახლოებას ვუხდით მას.

ქალბატონი ლენა ყველასათვის მისაბაძი იყო როგორც მასწავლებელი,

როგორც მუშაობის და როგორც დედა. მან ორი საუკეთესო შვილი გაზარდა – ვანო და ქეთი. ამჟამად ორივე დაოჯახებულია. ვანო მშობლიურ ქალაქში მოღვაწეობს, ქეთი კი – თბილისში და საუკეთესო ექიმის სახელიც დაიმკვიდრა.

ლენა მასწავლებელი ყოველთვის ამაყობდა არა მარტო შვილებითა და შვილიშვილებით, არამედ – სიძითა და რძლით, ძმისა და დის ოჯახებით. მისი და რძლის – თამარიკოს ურთიერთობა სხვათათვის მისაბაძი იყო. იგი უშურველად გასცემდა სიკეთეს და უკუგებაც საკმაოდ ჰქონდა. მიუხედავად იმისა, რომ ნაადრევად დაკარგა ღირსეული მეუღლე, აწუხუნებული არავის უნახავს, თავის ტკივილს სხვას არ აგრძობინებდა. ყვარლის I საშუალო სკოლის საამაყო და საიმედო საყრდენი იყო ლენა მასწავლებელი. მახსოვს, სამინისტროს ბრიგადის წევრები ჩამოვიდნენ და ჩვენს რაიონში დაიწყეს ქიმიის სწავლების შემოწმება. შემაჯამებელ თათბირზე მათ აღნიშნეს, რომ ქალბატონი ლენას მსგავს პედაგოგს ინატირებდა თბილისის ნებისმიერი მონინავე სკოლა. ვფიქრობ, მასწავლებლისათვის ამაზე დიდი ჯილდო იშვიათია, მაგრამ არსებობს კიდევ უფრო ღირსეული რამ, რასაც კოლეგებისა და მასწავლებლების სიყვარული ჰქვია. ქალბატონი ლენა ამითაც ბედნიერი იყო. ამბობენ: სიკვდილი ხშირად ადამიანის ხასიათის გამომხატველიაო. თუ ეს მართალია, იგი სავსებით აღსრულდა, ამ ქალბატონის მიმართ. მშვიდად, ახლობლების სიყვარულში მიიძინა და აღარ გაიღვიძა.

მიხარია, რომ გარდაცვალებამდე ერთი წლით ადრე ვახვებ და მიულოცვით დახადების დღე. ლენა მასწავლებელი ბედნიერი იყო. ყველაფერი ახსოვდა. ჩვეულებრივად იგონებდა ბევრ რამეს, ჩვენც



კმაყოფილები ვიყავით. განსაკუთრებით მიხარია ის, რომ საოცარ ყურადღებას და სიტბოს გამოხატა რძალი თამარიკო, რომელსაც ლენას მეგობრების სახელით მადლობას ვუხდით და ვისურვებდი, რომ მისმა მშვენიერმა რძლებმა მაგალითი აღიარებინათ.

ლენა მასწავლებელი წავიდა იმ რწმენით, რომ სჯეროდა თავისი ოჯახის ტრადიციების გაგრძელებისა. სწორედ ესაა ბედნიერება.

ოჯახის წევრები კი ამაყობენ და ყოველთვის იამაყებენ იმით, რომ ლენა მასწავლებელი

„ერთო კლასში, როგორც მარცვალი და ანათება სულში შეგირდთა“.

მსუბუქი იყოს მშობლიური მიწა ამ ღვანლმოსილი და ვალმობილი ქალბატონისათვის, რომელსაც ლენა მასწავლებელი ჰქვია.

ზინა ზიჟიკოშვილი

ნანა გობინაშვილის ბახსენება

ჩვენთვის საყვარელი, დიდი ტკივილი და მოუჩვენელი იარა, 22 ივნისს 52 წელი შეგისრულდებოდა. თურმე რა მოკლე წუთისოფელი გქონია, ნადრევიად დადაკლდი შენს ოჯახს, ახლობლებს, შენს ერთადერთ შვილს. ჩვენო ნანა, რომ გეცოცხლა როგორ გაიხარებდი – შენი ერთადერთი შვილი უნივერსიტეტის სრულდებდა გახდა. ჩვენ ყოველთვის ვამაყობდით შენით, შენი ქალურობით, ადამიანობით. უკურნებელი სენი შეგეყარა, უსაშველო – თორემ შენ რა მოგერეოდა, სიცოცხლით გაუმაძლარი იყავი. სხვანაირი სიხალისე შეგქონდა სკოლაში, შენი კეთილშობილებით ამაყობდნენ შენი კო-

ლეგები და მოსწავლეები. დღესაც სევდიანად გისხენებენ ისინი, – შენი აღზრდილები. გული ატკინე შენს ერთადერთ ძმას – თემოს, იქიდან, შორეულ ქალაქში გადახვენილი, ებრძოდა შენს უკურნებელ სენს შენთან ერთად, მაგრამ, თურმე ამაო ყოფილა ყველაფერი. დრო სწრაფად გარბის, მაგრამ ჩვენს გულში სამარადისოდ იქნები. შენს ერთადერთ შვილს უდევლობას არასდროს ვაგრძობინებთ. ის კი იამაყებს იმით, რომ კარგი დედა ჰყავდა. უფალმა ნათელი მოჰფინოს შენს სამუდამო სასუფეველს.



თამარიკო და ზინა გობინაშვილი

მცენარეები, რომლებიც სურნალობით კურნავენ

ალბათ შეგიძნელია, რომ სხვადასხვა სახის არომატი, რაღაც მაგიური ძალის გავლენით, უჩვეულოდ მოქმედებს გუნება-განწყობაზე და ძალიან სწრაფად ცვლის ჩვენში ემოციურ ფონს. აქ განხილული არის 10 არომატი, რომელიც მომენტალურად და მხოლოდ სასიკეთოდ მოქმედებს ჩვენს ორგანიზმზე.

- 1. ჟანსონი ღვარამისა აპრობს**
ჟანსონის არომატი, ჯერ ერთი, უფრო ყურადღებამს გვხვს, და მეორე – აკვირებული აზრებისგან გვათავისუფლებს.
- 2. ლავანდა უკილოვის ნაგალია**
ლავანდის ზეთის არომატი გონებას და სხეულს ამშვიდებს და საუკეთესო საშუალებაა მოდუნებისთვის და რაც უფრო მნიშვნელოვანია, ის უძილობისგან თავის დაღწევის საუკეთესო საშუალებაა.
- 3. ღარიბინი ტინის მუშაობას აუზჯოგანებს**
ეს ყავისფერი სუნელი, უდიდესი ძალის მქონე, ნამდვილი ნამალი არის. Wheeling Jesuit University (აშშ) მკვლევარებმა დაადგინეს, რომ ღარიბინის სუნი მოტორიკას, მხედველობას, მესხიერებას და ყურადღებას აუმჯობესებს.
- 4. ნინეზანი მცენარეები სურნალობით კურნავენ**
იაპონელმა მკვლევარებმა (ცდამი მონაწილე, მოხალისეთა ორი ჯგუფი, სასეინოდ სხვადასხვა ადგილზე გაგზავნეს: ერთი – ფოთლოვან ტყეში, ხოლო მეორე – ნინეზანში. პირველი ჯგუფში ვინც იყო – გაღიზიანებული და უკმაყოფილოები დაბრუნდნენ, ხოლო, ვინც ნინეზანში გაიხიარა – დასვენებული და ხალისიანი.

5. ახლად მოთიბული ბალახის არომატი დაღლილობას ხსნის
ახლად მოთიბულ მინდორში გასვლის შემთხვევაში, ადამიანი კარგ განწყობაზე დგება და რაც უფრო მნიშვნელოვანია, სურნელი, რომელიც იქ ტრიალებს, ამცირებს, გადალილობით გამოწვეულ, აზროვნების უნარის დაქვეითებას.

6. ციტრუსი სიმხევიის საუკეთესო საშუალებაა
ამ არომატს ორმახათის არომატსაც ეძახიან: ციტრუსებს შეუძლია ორგანიზმში საჭირო რაოდენობის ენერჯის გამოთქმა და ხალისიანი დღის უზრუნველყოფა.

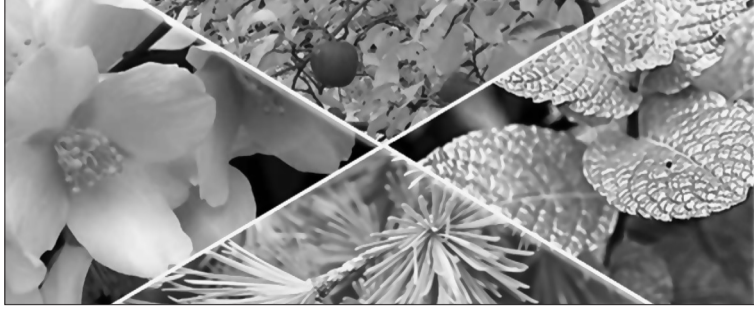
7. ვანილი ადამიანს კეთილს ხდის
ვანილი ცხოვრებას ატკობს და ადამიანში დადებით გრძობებს აღვიძებს. ის დაბალანსების კარგი საშუალებაა მოდუნებასა და მობილიზაციას შორის.

8. პიტნა ყურადღების კონცენტრირებას ამაღლებს
პიტნის სუნი სასუნთ გზებს ასუფთავებს.

ვებს, რაც თავის მხრივ, ტვინის აფხიზლებს და მის მუშაობას ასტიმულირებს.

9. ვაშლის სუნი თავის ტკივილს ააცირებს
ადამიანებმა, ვისაც თავის შაკიკის ხშირი შეტევები აქვთ, მორიგი თავის ტკივილის დროს, სურნელოვანი ვაშლი უნდა დაიდონ თავთან ახლოს. ტკივილს შემცირების გარდა, ვაშლის არომატი შფოთს ამცირებს და მოდუნებას იწვევს.

10. ზეთის ნაგალია
გერმანიის კვების ქიმიის ინსტიტუტის მკვლევარებმა აღმოაჩინეს, რომ ადამიანები იმ კერძით უფრო მალე ნაყრდებან, რომელიც ზეთის ნაგალია არის შეხვეული. გარდა ამისა, დაამტკიცეს, რომ ადამიანი მსუბუქად „ნაყრდება“ მხოლოდ მისი სუნის შერწყმის შემდეგ.
დასკვნა კი ასეთია: თუ ხშირად მივირთმევთ, ზეთის ნაგალია შეხვეული, დაბალკალორიული სალათებს ან ზეთის ნაგალია სურნელს შევიგრძობთ – დროთა განმავლობაში, ჭარბი წონისგან გავთავისუფლებთ.





საქართველოს განათლების, მეცნიერების, კულტურისა და სპორტის სამინისტროს სისპ „ბავშვთა და ახალგაზრდობის ეროვნული ცენტრი“ სახელმწიფო ახალგაზრდული პოლიტიკის ძირითად მიმართულებათა შესაბამისად მიზნად ისახავს საქართველოს ახალგაზრდობის პროფესიული და ინტელექტუალური განვითარების ხელშეწყობის, მათ შორის განსაკუთრებული ნიჭით დაჯილდოებული ბავშვებისა და ახალგაზრდების გამოვლენასა და მათი შემოქმედების პოპულარიზაციას.

პროგრამა „ახალგაზრდული ფესტივალის“ ფარგლებში 2019 წელს ცენტრი ახორციელებს სხვადასხვა კომპონენტებისგან შემდგარ პროექტებს, რომლებიც მოიცავს სამოქალაქო განათლების, ინკლუზიის, ჯანსაღი ცხოვრების წესის

პროექტი – „სპორტი ბარიერების გარეშე“

დაწერვის, სპორტულ და კულტურულ აქტივობებს.

ხორციელდება პროექტი – სპორტი ბარიერების გარეშე“, რომელიც მრავალკომპონენტია და მის ერთ-ერთ ყველაზე მნიშვნელოვან ნაწილს სპორტული ფესტივალი წარმოადგენს, რომელიც უზრუნველყოფს ახალგაზრდების მასობრივ ჩართვას სპორტულ ღონისძიებებში. ძირითადი აქტივობები გაიმართა 2003–2007 წლებში დაბადებულ მოზარდებს შორის სპორტის ექვს სახეობაში: ფეხბურთი (2003-2005), კალათბურთი (2003-2005), ფრენბურთი (2003-2005), მაგდის ჩოგბურთი (2005-2007), სპრინტი (2005-2007) და ქადაკი (2005-2007).

ტურნირი ჩატარდება სამ ეტაპად: მუნიციპალური, რეგიონული და ფინალური საქართველოს მასშტაბით.

ყვარლის №1 საჯარო სკოლის მოსწავლეებმა (მასწავლებელი გენადი სანადირაძე) მუნიციპალურ ტურნირში ყველას აჯობეს და პირველი ადგილები გაინაღდეს კალათბურთში, ქადაკაში და მაგდის ჩოგბურთში.

მუნიციპალური სკოლებს შორის გამარჯვებულმა მონაწილეობა მიიღეს კახეთის რეგიონალურ სპორტულ ასპარეზობაში, რომელიც 27-28 მაისს „ილიას“ ტბაზე და ყვარლის სპორტის სასახლეში მიმდინარეობდა.

რეგიონალურ ტურნირში მონაწილეობა მიიღეს თელავის, ყვარლის, გურჯაანის, საგარეჯოს, ლავანთის, სიღნაღის, დედოფლისწყაროსა და ახმეტის მუნიციპალიტეტების გამარჯვებულმა გუნდებმა.

რეგიონალურ ტურნირზე ფრენბურთში ჩემპიონები გახდნენ საბუღალთა ცხატეხი, ხოლო გოგონებს შორის მე-2 ადგილი დაიკავეს ახალსოფლის მე-2 საჯარო სკოლის ფრენბურთელებმა.

ილია ჭაჭავაძის ყვარლის №1 საჯარო სკოლის მეშვიდე კლასის მოსწავლეებმა აჩი ავაზაშვილმა და თამარ სურამლოშვილმა რეგიონალურ ტურნირზე მეორე ადგილები დაიკავეს ქადაკაში და 60 მეტრზე სპრინტში.

ალანოშვილი, რომ აჩის ქადაკაში სპეციალური მოზარდების არ გაუვლია და ლევანი პაპის ნასწავლი ქადაკით მოიპოვა გამარჯვება. იმედია აჩი უფრო და-

ინტერესდება ქადაკის თამაშით და თავისი გამორჩეული ნიჭის წყალობით დიდი მასშტაბის ასპარეზობებში მომავალში გამარჯვებით გაგვახარებს.

რეგიონალური მასშტაბის სპორტული ადამი გამარჯვებული გუნდები და მოსწავლეები სპეციალური სპორტული ბანკის საგზურებით დაჯილდოვდნენ.

ფინალური ეტაპი გაიმართა მანავის „სპორტულ-შემეცნებითი საზოგადოებრივი“ მიმდინარე წლის ივლის-აგვისტოში, სადაც მონაწილეობა მიიღებენ საქართველოს მასშტაბით რეგიონალურ ეტაპზე I-II ადგილზე გასული გუნდები.

ალექსანდრა გიგილიძე



ფუტკრის დინდგელი და სამკურნალოდ მისი გამოყენება

რა არის დინდგელი (პროპოლისი) დინდგელი ახე პროპოლისი. ბერძნულად „პროპოლისი“ ნიშნავს გალსკვას, ამოვსებას. ფუტკრები მცენარეებიდან აგროვებენ ნებოვან ნივთიერებას, მას ემატება ცვილი, ყვავილის მტვერი, ფუტკრების მიერ გამოყოფილი ნივთიერებები და სპეციალური გადამამუშავების მერე, ეს ყველაფერი გადაიქცევა ბიოლოგიურად აქტიურ კომპლექსად.

დინდგელს ფუტკრის ნებოსაც უწოდებენ, რადგან დინდგელი ფუტკრები ავსებენ სკის ნაპარალებს, ამარგებენ ფიჭებს, ლესავენ სკაში მოხვედრილ უცხო სხეულებს. მაგრამ დინდგელი არა მხოლოდ საშენი მასალაა, არამედ, სკაში მჭიდროდ ცხოვრებისას, როგორც ინფექციებისაგან დამცავი საშუალება.

დინდგელის თხელი ფენით ილესება სკაში საფრენი, ჩარჩოები, ფიჭის უჯრედები და ასე იქმნება ბაქტერიციდური ატმოსფერო, რაზეც იხარაება დაახლოებით 20-30-გრ დინდგელი.

სკაში მოხვედრილ უცხო არსებს ფუტკრები კლავენ შხაბით, მაგრამ თუ ვერ ერევიან, მაგ. თავისი მოხვედრისას, ამოლესავენ მას დინდგელით და ასე იგი რამდენიმე წელი არ გაიზრდება.

მეფუტკრეები აგროვებენ დინდგელს ფუტკრის ოჯახების დათვალეობისას და ლალის დასრულებისას.

დინდგელის ფიზიკური თვისებები

დინდგელი რბილი, პლასტიკური, ნებოვანი ნივთიერებაა, რომელიც სიცხეზე მაგრდება და მსხვრევადი ხდება. 64-69 °C-მდე გაცხელებისას თხევადი ხდება. მას აქვს მძაფრი, თავისებური, სასიამოვნო სუნი და მომხარბო-მწველი გემო.

დინდგელი შესაძლოა იყოს მომწვანო-მოყვითალო, მაგრამ უფრო ხშირად – ყავისფერი, მოშავოა.

წყალში ცუდად იხსნება; ტემპერატურის და ხანგრძლივობის მიხედვით შესაძლოა წყალში დაიხსნას დინდგელის მხოლოდ 6-11%.

უკეთ იხსნება სპირტში – სხვადასხვა ტემპერატურაზე იხსნება 40-75%. იხსნება, აგრეთვე სკიპიდარში, ეთერში, ვა-ნელინში. დინდგელი განსხვავდება არა მხოლოდ მასში შემავალი ცვილის ოდენობით, არამედ კონსისტენციით, პლასტიკურობით და შემადგენლობით.

დინდგელის ქიმიური შემადგენლობა

დინდგელში მრავალი სხვადასხვა ნივთიერებაა, რომლებიც პირობითად დაყოფილია 4 ჯგუფად: ნებოვანი ნივთიერებები (50-55%), ბალზამები(6-7%), ეთერზეთები (8-10%) და ცვილი (30%) და 5-10% სხვა ნივთიერებები.

დინდგელის შემადგენლობაშია კალიუმი, ნატრიუმი, ფოსფორი, მაგნიუმი, გოგირდი, ქლორი, რკინა, ალუმინი, ვანადიუმი, ცინკი, მანგანუმი, სპილენძი,

სელენი, ცირკონიუმი, ფტორი, კობალტი, სტრონციუმი და სხვ.

დინდგელის ქიმიური შემადგენლობა განსხვავდება ადგილმდებარეობის, წელიწადის დროის, მცენერების სახეობების მიხედვით.

დინდგელის სამკურნალო თვისებები

ჯერ კიდევ ავიცნამ (იბნ სინა) თავის „კანონში მედიცინის შესახებ“ აღწერა „შავი ცვილის“ სამკურნალო თვისებები. მცენარეებს, რომლებიდანაც ფუტკრები აგროვებენ დინდგელის დასამზადებლად საჭირო ნებოვან ნივთიერებას, გააჩნიათ ანთების საწინააღმდეგო, ბაქტერიციდული და ანტივირუსული თვისებები, რასაც იხარჩუნებს დინდგელი.

დინდგელი – უნივერსალური ბაქტერიციდული და ბაქტერიოსტატიკური ნივთიერებაა. დინდგელის ანტიბიოტოპული ძალა განპირობებულია მცენარეთა სამკურნალო თვისებებით. აქტივობის დონით, იგი ხშირად უფრო ძლიერი მოქმედებისაა, ვიდრე ანტიბიოტიკები და მოქმედებს ანტიბიოტიკებისადმი მდგრად მიკრო ორგანიზმებზეც.

იგი ანადგურებს ტუბერკულოზის, სალმონელოზის, ტიფის გამომწვევებს, ტრიქიმონადებს, სოკოებს; აფერებს ანთებით პროცესის განვითარებას, ამცირებს ქავილს. ბაქტერიებს, ვირუსებს და სოკოებს არ აქვთ დინდგელისადმი ადაპტირების უნარი.

მნიშვნელოვანია, აგრეთვე, რომ ანტიბიოტიკების გამოყენებისას ნადგურდება ყველა ბაქტერია, მათ შორის ორგანიზმისათვის საჭირო ბაქტერიები, რაც იწვევს მრავალ გვერდით, არასასურველ მოვლენას, მაგ. დისბაქტერიოზს. დინდგელით მკურნალობისას ასეთი რამ გამოირიცხვება.

დინდგელზე მეტი სამკურნალო ეფექტი გააჩნია დინდგელით სპირტიან ნაყენს (უმჯობესია 70%-იანი), ხოლო უფრო მეტად გამოხატული ანტიბიოტიკური ეფექტი ვლინდება წყალზე დამზადებულ გამონაწილს, რომელიც გაცხელებისას არ კარგავს თვისებებს.

ანთებითი პროცესის მკურნალობისას უმჯობესია დინდგელის წყლის ან ეთერის ექსტრაქტის გამოყენება. თუ დინდგელი გამოიყენება როგორც ანტი-ოქსიდანტი, მაშინ უმჯობესია ნატურალური დინდგელის ან სპირტიანი ექსტრაქტის გამოყენება.

სტაფილოკოკური ინფექციის შემთხვევაში ეფექტურია დინდგელის ნებისმიერი ექსტრაქტი, ხოლო სოკოვანი დაავადების მკურნალობისას, უმჯობესია წყალზე დამზადებული ექსტრაქტი.

იმის გარდა, რომ დინდგელი, უშუალო მოქმედებით ხოცავს პათოგენურ მიკროორგანიზმებს, იგი აძლიერებს ადამიანის იმუნურ სისტემას და ამ გზითაც ზემოქმედებს არასასურველ ფლორაზე. დინდგელი – ქსოვილის რეგენერაცია-

ული (აღდგენის) ფუნქციის ძლიერი სტიმულატორია.

ალანოშვილი, რომ დინდგელში შემავალი მიკროელემენტები, ადამიანისთვის სასიკეთო პროპორციებითაა წარმოდგენილი.

მინერალური ნივთიერებები აქტიურებენ ორგანიზმის ბიოლოგიურ ცენტრებს და უზრუნველყოფენ მათ ნორმალურ ფუნქციონირებას, მონაწილეობენ ორგანიზმის ფიზიოლოგიურ პროცესებში, არეგულირებენ ორგანიზმის ნივთიერებათა ცვლას.

მაგ. ცინკი, მანგანუმი და სპილენძი ასტიმულირებენ ზრდისა და გამრავლების პროცესებს, ხოლო კობალტთან ერთად ხელს უწყობენ სისხლის პროდუქციის განვითარებას და დადებითად მოქმედებს სასქესო ფუნქციაზე. ცინკის ზემოქმედებით, ხდება ინსულინის მოქმედების გაზარდებისა და მხედველობის გაუმჯობესება.

დინდგელი აფერებს უჯრედშიდა ცხიმების დაფანგვას, ანელებს დაბერების პროცესს, აფერებს ონკოლოგიური დაავადებების განვითარებას.

დინდგელს გააჩნია ანტიტოქსიკური, გამწმენდი და მომატებული მგრძობელობის დამარეგულირებელი თვისებები. იგი ხელს უწყობს ორგანიზმიდან ქოლესტერინის, ტრიგლიცერიდების, შლაკების განდევნას. დინდგელის მიღებისას ქვეითდება სისხლის შედეგება, იხსნება სისხლძარღვების საზღვრები და განსაკუთრებული დონორებისა, მცირდება არტერიული წნევა.

დინდგელი აუმჯობესებს საჭმლის მომწელებელ და ენდოკრინული სისტემების ფუნქციონირებას, ხელს უწყობს ნაღველის გადასვლას. მცირე კონცენტრაციით, დინდგელის ექსტრაქტი აძლიერებს კუჭის მოტორულ და სეკრეტორული ფუნქციებს, ხოლო დიდი კონცენტრაციით – აქვეითებს მათ.

დინდგელით მკურნალობენ ლორწოვანი გარსისა და კანის დაავადებებს. მისი ზემოქმედებით ხდება კუჭისა და 12-გოჯა ნაწლავის წყლის მუცხობა. გამოიყენება თვალის დაავადებებისას და ანდროლოგიაში.

დინდგელს გააჩნია ძლიერი ანესთეზიური ეფექტი, რომელიც კოკაინზე 3,5 – ჯერ, ხოლო ნოვოკაინზე 5-ჯერ ძლიერია. კოკაინთან დამატებული დინდგელი, 14-ჯერ აძლიერებს მის მოქმედებას. აღსანიშნავია, რომ რაც უფრო ძლიერი უნდა აქვს დინდგელს, მით მეტია მისი გასაუწყებელი მოქმედება.

დინდგელში მცირე რაოდენობით წარმოდგენილია ვიტამინები: (რეტინოლი), B1 (ტიამინი), B2 (რიბოფლავინი), B3 (პანტოტენის მჟავა), B6 (პირიდოქსინი), E (ტოკოფეროლი), PP (ნიკოტინმჟავა) და სხვ. მაგრამ მათი ოდენობა იმდენად მცირეა, რომ მკურნალობისას მათი ეფექტი უმნიშვნელოა.

დინდგელი ფართოდ გამოიყენება

როგორც ოფიციალურ, ასევე ტრადიციულ მედიცინაში. მნიშვნელოვანია, რომ არ ვლინდება დინდგელის უარყოფითი მოქმედება ლვილზე, თირკმელზეზე, ელენთაზე.

დინდგელით სწორად ჩატარებულმა მკურნალობამ არ შეიძლება გამოიწვიოს გვერდითი მოვლენები, გარდა ზოგიერთ შემთხვევაში გამოხატული ალერგიული რეაქციებისა, რაც გვხვდება დაახლოებით 0,3%-ში დერმატიტების სახით.

გასათვალისწინებელია, რომ დინდგელის დიდი დოზით ხანგრძლივმა მკურნალობამ შესაძლოა გამოიწვიოს იმუნიტეტის დაქვეითება და სისხლში ლეიკოციტების მომატება.

სამკურნალოდ გამოიყენება სუფთა, დანამატების გარეშე დინდგელი, მხოლოდ ჯანმრთელი ფუტკრის ოჯახებიდან შეგროვებული. რაც უფრო ძლიერია ფუტკრის ოჯახი, მით მეტ დინდგელს აგროვებს იგი.

ბნელ, გრილ ადგილას, შუშის ჭურჭელში შენახული დინდგელი 10 წლის განმავლობაში არ კარგავს სასარგებლო თვისებებს.

დინდგელის გამოყენება კოჟრის (ბაზილის) მოსაცილავად

მოვამზადებთ სოდიან ცხელ აბაზანას და 30 წუთის განმავლობაში მოვათავსებთ შიგ კალხურ, შემდეგ შევიმშრალელებთ და კოჟრზე დავიწებებთ მუზუნდოს მარცვლის ოდენა გაბრტყელებულ დინდგელს, დავამაგრებთ დოლბანდით ან ლეიკოსასტით, 3 დღის შემდეგ მოვაცილებთ დინდგელს და კოჟრს მოვიჭრით.

გრილის ან ანთის დროს

მუზუნდოს მარცვლის ოდენა დინდგელს წუნინან და ლეჭვენ, ძილის წინ კი საღებ ქბილზე მიანებებენ და ღამის განმავლობაში ითვებენ პირის ღრუში. კბილის ტკივილის დროს მტკივნავ კბილს ღრძილის არეში ანებებენ დინდგელს და ტკივილი თანდათანობით ქრება.

კანის სოკოვანი დაავადების დროს

დინდგელი წარმატებით გამოიყენება განსაკუთრებით ბავშვებში (თუ არ არიან ალერგიული). დინდგელის ფირფიტას ნახვევის ქვეშ ავებენ 5 დღით, დინდგელის მასზე კი კომპრესის ქაღალდის ქვეშ 1 დღით.

ალერგიის შემთხვევაში გამოიყენება უნდა შევნიშოთ და დაზიანებული ადგილები მოვიბანოთ მანით.

დინდგელის მალამოს მომზადება და გამოყენება დამწვრობის დროს

1. ვიღებთ 100 გ ვაზელინს, ვათავსებთ ემულორულ ჭურჭელში, მივიყვანთ ადულებამდე და გადმოვდგამთ, გავაგროლებთ 50-60გრადუსამდე და დაუმატებთ 5 გ დაფუქვილ დინდგელს.

ნარევის გავაცხლებთ 70-80გრადუსამდე კარგად დახურულ ჭურჭელში.

მიღებულ შენაერთს გავფილტრავთ ცხელ მდგომარეობაში. დოლბანდის ქვეშ, დავაფასოვებთ ფლაკონებში და შევიწინავთ გრილ, ბნელ ადგილზე.

ამავე მეთოდით 5 % დინდგელის მალამო შეიძლება მოვათავსოთ სხვა ცხიმებზეც, ლანოლინზე, სალაზე და სხვა. 10 %-იანი მასზე უკეთეს შედეგს იძლევა.

2. ზეთზე დინდგელის მალამოს შემდეგნაირად ამზადებენ: ზეთს მიიყვანენ ადულებამდე, შიგ ჩაყრიან რამდენი %-იანიც უნდათ იმდენ დინდგელს, კარგად მოურევინ, კიდევ მიიყვანენ ადულებამდე, მოტვიტევენ ნაწილს მოაცილებენ, მიღებულ მასას გავფილტრავენ დოლბანდის ქვეშ მინის ჭურჭელში და გავრელებისას დაუმატებენ სხვა სამკურნალო საშუალებას – ანესთეზის და სხვა. შენახვის დროს მალამო ფენებზე ლავდება, ამიტომ საჭიროა მოურიდო.

მალამო გამოიყენება მეორე და მესამე ხარისხის დამწვრობის და სხვა ჭრილობების დროსაც.

მეორე ხარისხის დამწვრობის დროს 1-1,5 კვირაში დინდგელიანი მალამონასაშუა საფეხის დადებით მიმდინარეობს დამწვარ ზედაპირზე ეპითელიზაცია. მესამე ხარისხის დამწვრობის დროს საჭიროა მეორეჯერ გავასუფთავოთ, ნეკროზირებული ქსოვილი მოვაცილოთ და მეორეჯერ დავაფინოთ მალამოწინაშული საფენი. ჭრილობის შეხორცება 2,5-3 კვირაში ხდება.

დინდგელის საკვეთი ერობოსტურ მასის მომზადება ტუბერკულოზის, თორმეტგოჯა ნაწლავის წყლულის სამკურნალოდ, დინდგელის ერობოსტურ მასა მზადდება თევზის კონზე, კარაქზე, ღორის ქონზე (და სხვა), რომელიც მოთავსდება მომიწინაწერულ ჭურჭელში და ხელ ცეცხლზე მიიყვანება დუღილამდე, გადმოიდგმება ცეცხლიდან და ჩაემატება დაქუცმაცებული დინდგელი.

მაგ: დინდგელიანი კარაქის მოსამზადებლად საჭიროა 1 კგ კარაქი გავაცხლოთ 80გრადუსამდე, შემდეგ უნდა ჩავაყაროთ 100 გ დაქუცმაცებული დინდგელი, განწყვეტოთ უროთი ფაფისე-ბური მასის მიღებამდე 30 წუთის განმავლობაში, შემდეგ გავაცხლოთ კვლავ 80 გრადუს ტემპერატურაზე, ცხელ მდგომარეობაში გავფილტროთ დოლბანდის 1 ფენაში, ჩავასხათ ქილაში, მივიღებთ რუხი ფერის მწარე გემოს ერობოსტურ მასას.

მალამო ინახება ხანგრძლივი დროის განმავლობაში ბნელ, გრილ და მშრალ ადგილზე.

მიღება ქამამდე 1 საათით ადრე თითო ჩაის კოვზი დღეში 3-ჯერ 3-4 კვირის განმავლობაში. ამავე დროს საჭიროა დიეტის დაცვა (საკვებად ეძლევათ ფაფები, ფხალი, თევზი და ა.შ.).

მაშამდე იან გიგიაშია ნაყარი: bee.ge

<p>გაზეთი ხელმძღვანელობს თავისუფალი პრესის პრინციპით. დამფუძნებელია ყვარლის მუნიციპალიტეტის საკრებულო, ხოლო გამომცემელი შპს „მედია ცენტრი“. გაზეთში გამოქვეყნებული წერილების ავტორთა თვალსაზრისი შესაძლოა არ ემთხვეოდეს რედაქციისას. ავტორები თავად ავებენ პასუხს მასალაში მოტანილი ფაქტების, არგუმენტებისა თუ ციტატების სიზუსტეზე. შემოსული წერილები ავტორებს არ უბრუნდებათ.</p>	<p>დირექტორი ალექსანდრა გიგილიძე მოადგილე სუზანა ღონიაშვილი</p>	<p>პასუხისმგებელი მდივანი ია გიგიაშვილი კორესპონდენტი დალი ტატულიძე</p>	<p>რედაქციის მისამართი: ქ. ყვარალი, კულდორის №2 საკონტაქტო ტელეფონი: 22-01-86</p>
--	---	---	---