ბ ო რ ჯ ო მ ი

რაიონის საზოგადოებრივ-პოლიტიკური გაზეთი * გამოდის 1931 წლის 20 ივლისიდან

31 ოქტომბერი
ხუთშაბათი
2024 წელი
№44 (9358)
ფასი 40 თეთრი

„ქართული ოცნების“ ბრწყინვალე გამარჯვება

ცესკო-ს ბოლო მონაცემებით, ამომრჩეველთა საერთო აქტივობა 58,94% იყო. არჩევნებში მონაწილეობა სულ 2 060 412-მა ადამიანმა მიიღო.

„ქართულმა ოცნებამ“ ყველაზე კარგი შედეგი სამცხე-ჯავახეთსა და საჩხერეში აჩვენა.

წინასწარი მონაცემებით, საპარლამენტო არჩევნებში მმართველი პარტია „ქართული ოცნება“ ლიდერობს. ოპოზიციიდან ხმების ყველაზე მეტი რაოდენობა მოიპოვა „კოალიციამ ცვლილებისთვის“.

პარტიების მონაცემები ასეთია:
„ქართული ოცნება“ - 54,234%;
„კოალიცია ცვლილებისთვის“ - 10,822%;
„ერთიანობა - ნაციონალური მოძრაობა“ - 10,105%;
„ძლიერი საქართველო“ - 8,758%;
„გახარია საქართველოსთვის“ - 7,753%;

ბორჯომის №36 საარჩევნო ოლქში შემავალ 24 საარჩევნო უბანზე მიღებული ხმების წინასწარი შედეგები ცესკომ საკუთარ გვერდზე გამოაქვეყნა. ბორჯომის საარჩევნო უბნებზე წინასწარი შედეგებით ხმები ასე გადანაწილდა.

9811 ხმა „ქართულ ოცნებას“ - 61,36%, 1246 ხმა „ძლიერ საქართველოს“ - 7,79%, 1227 ხმა „ერთიანობა ნაციონალურ მოძრაობას“ - 7,67%, 1196 ხმა „კოალიცია ცვლილებისთვის“ - 7,48%, 1001 ხმა მიიღო გახარია საქართველოსთვის - 6,26%.

ბორჯომის №36 ოლქის საარჩევნო უბნებზე ხმები ასე გადანაწილდა:

№1 უბანი (ჩარხისწყალი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 90 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 85 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 77 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 70 ხმა;
ქართული ოცნება - 587 ხმა;

№2 უბანი (ვაშლოვანა)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 41 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 61 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 55 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 35 ხმა;
ქართული ოცნება - 316 ხმა;

№3 უბანი (№3 საჯარო სკოლა)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 122 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 77 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 99 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 87 ხმა;
ქართული ოცნება - 726 ხმა;

№4 უბანი (№4 კულტურის სახლი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 81 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 59 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 67 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 90 ხმა;
ქართული ოცნება - 565 ხმა;

№5 უბანი (№1 საჯარო სკოლა)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 86 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 58 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 96 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 82 ხმა;
41 ქართული ოცნება - 624 ხმა;

№6 უბანი (№4 საჯარო სკოლა)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 117 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 81 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 107 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 63 ხმა;
ქართული ოცნება - 522 ხმა;

№7 უბანი (№3 საბავშვო ბაღი, ლიკანი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 71 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 59 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 41 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 25 ხმა;
ქართული ოცნება - 336 ხმა;

№8 უბანი (ლიკანი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 31 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 30 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 49 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 40 ხმა;
ქართული ოცნება - 217 ხმა;

№9 უბანი (ახალდაბა)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 49 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 53 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 72 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 45 ხმა; N
ქართული ოცნება - 687 ხმა;

№10 უბანი (ბაკურიანი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 29 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 34 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 48 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 28 ხმა;
ქართული ოცნება - 419 ხმა;

№11 უბანი (ბაკურიანი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 49 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 60 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 47 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 43 ხმა; N
ქართული ოცნება - 444 ხმა;

№12 უბანი (ანდეზიტი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 10 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 22 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 10 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 14 ხმა;
ქართული ოცნება - 147 ხმა;

№13 უბანი (დაბა წაღვერი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 82 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 76 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 68 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 63 ხმა;
ქართული ოცნება - 687 ხმა

№14 უბანი (სოფელი ბალანთა)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 10 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 23 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 5 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 10 ხმა;
ქართული ოცნება - 146 ხმა;

№15 უბანი (სოფელი დვირი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 37 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 52 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 46 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 37 ხმა;
ქართული ოცნება - 615 ხმა.

№16 უბანი (სოფელი ჭობისხევი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 26 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 22 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 37 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 24 ხმა;
ქართული ოცნება - 234 ხმა.

№17 უბანი (სოფელი ტაბაწყური)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 1 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 10 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 10 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 0 ხმა;
ქართული ოცნება - 193 ხმა.

№18 უბანი (სოფელი ტაძრისი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 91 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 96 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 97 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 83 ხმა;
ქართული ოცნება - 627 ხმა

№19 უბანი (სოფელი ტბა)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 42 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 53 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 51 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 41 ხმა;
ქართული ოცნება - 451 ხმა

№20 უბანი (სოფელი ყვიბისი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 62 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 111 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 68 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 54 ხმა;
ქართული ოცნება - 506 ხმა

№21 უბანი (სოფელი კორტანეთი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 29 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 47 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 57 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 27 ხმა;
ქართული ოცნება - 228 ხმა

№22 უბანი (სოფელი რველი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 26 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 30 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 27 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 32 ხმა;
ქართული ოცნება - 268 ხმა

№23 უბანი (სოფელი ციხისჯვარი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 6 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 19 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 11 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 6 ხმა;
ქართული ოცნება - 210 ხმა

№ 24 უბანი (სოფელი მოლითი)
კოალიცია ცვლილებებისთვის - 7 ხმა;
ერთიანობა ნაციონალური მოძრაობა - 9 ხმა;
ლელო - ძლიერი საქართველო - 1 ხმა;
გახარია საქართველოსთვის - 0 ხმა;
ქართული ოცნება - 56 ხმა.

მოამზადა **იზა იანვარაშვილმა**

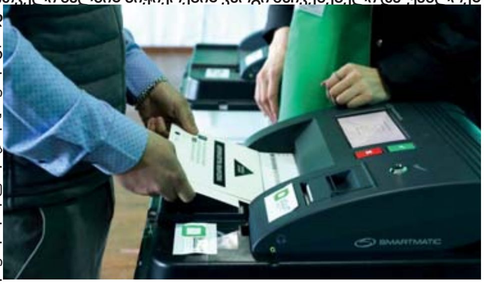
„არჩევანები – 2024“ წარმატებით ჩატარდა

„ქართული ოცნების“ მიერ მიღებული ხმები 17 პროცენტით აღემატება ოთხი მთავარი ოპოზიციური პარტიის მიერ მიღებულ საერთო ხმების რაოდენობას. ოთხივე კოალიციამ ჯამში 37,5 პროცენტი დაადროვა, მაშინ, როცა „ქართულმა ოცნებამ“ წინასწარი მონაცემებით 1,120,000 ხმა მიითვალა.

აღსანიშნავია ისიც, რომ სახელისუფლებო პარტიის დამაჯერებელი გამარჯვების შედეგი გამოიხატა ამომრჩეველთა აქტივობაში. როგორც ცნობილი პოლიტიკოსები და დამკვირვებლები აცხადებენ, ,,ქართულ ოცნებასთან“ პაექრობაში ოთხი ოპოზიციური ცენტრი ანუ ,,ომის გლობალური პარტია“ დამარცხდა.

,,ქართული ოცნების“ საპატიო თავმჯდომარემ **ბიძინა ივანიშვილმა** მხარდამჭერებს არჩევნებში დამაჯერებელი გამარჯვება მიულოცა და მადლობა გადაუხადა.

- იშვიათია მსოფლიოში შემთხვევა, როცა ერთიდაიგივე პარტია ოთხჯერ აღწევს წარმატებას. ეს არის ქართველი ხალხის ნიჭიერების კარგი მაჩვენებელი და უახლოეს ოთხ წელიწადში დიდ წარმატებას მიაღწევს.



ბორჯომის №36 საარჩევნო ოლქში არჩევნები ყოველგვარი ექსცესების გარეშე, მშვიდ გარემოში წარიმართა. მთელი დღის მანძილზე დილის 8 საათიდან 20 საათამდე არჩევნებს საზღვარგარეთელ დამკვირვებლებთან ერთად ადგილობრივი პოლიტიკური პარტიების წარმომადგენლებიც ესწრებოდნენ. აღსანიშნავია, რომ მთლიანად ოლქში საარჩევნო უბნებში არც ერთი საჩივარი არ დაწერილა, მხოლოდ 4 ბიულეტენი გაბათილდა არასწორად შევსების გამო. ამომრჩეველს შესაძლებლობა ჰქონდა ყოველგვარი ძალადობის გარეშე მიეღო თავისუფალი არჩევანის უფლება.

სულ №36 საარჩევნო ოლქში გახსნილი იყო 24 საარჩევნო უბანი, აქედან 16 საარჩევნო უბანში არჩევნები ელექტრონული ტექნოლოგიების გამოყენებით წარიმართა, ხოლო 8 უბანში (ტაძრისი, ტაბაწყური, მოლითი, ბალანთა, ბაკურიანის ორი საარჩევნო უბანი, ციხისჯვარი, ანდეზიტი), დასახლებაში კენჭისყრა ტრადიციული წესით გაიმართა.

ბორჯომის №36 საარჩევნო ოლქში სულ დაფიქსირებული იყო 26643 ამომრჩეველი. საკუთარი პოზიცია დააფიქსირა 16206 ამომრჩეველმა.

„ქართულს ოცნებას“ ხმა მისცა 9811 ამომრჩეველმა (61,36), ერთიანობა-ნაციონალური მოძრაობას მხარი დაუჭირა 1227 (7,67) ამომრჩეველმა, კოალიცია ცვლილებებისათვის - გვარამია, მელია, გირჩი, - 1196 ამომრჩეველმა (7,48) ხმა, ,,რეალურმა ალტერნატივამ“ - 12446 (7,79), ,,გახარია საქართველოსათვის“ - 1001 (6,26) ხმა მიიღო. დანარჩენი პოლიტიკური პარტიებისა და გაერთიანებების მონაცემები უმნიშვნელოა.

,,ქართულ ოცნებას“ ბორჯომელ ამომრჩეველთა უმრავლესობამ დაუჭირა მხარი, რადგან კარგად ხედავენ, თუ როგორი მასშტაბური ცვლილებებია ჩვენს ხეობაში. მომავალში კი სასიკეთო ფერისცვალება კიდევ უფრო მნიშვნელოვნად გაიზრდება.

ბაკურიანის №10 და №11 საარჩევნო უბნებმა 26 ოქტომბერს დილიდან კომისიების სრული შემადგენლობით დაიწყეს მუშაობა. არჩევნების მიმდინარეობას ესწრებოდნენ უცხოელი და ადგილობრივი დამკვირვებლები. მოსახლეობის აქტივობა უამინდობის მიუხედავად ორივე უბანზე მაღალი იყო. პროვოკაციებს ადგილი არ ჰქონია, ორივე უბნის კომისიამ თავმჯდომარეების **მედეია მეტრეველისა და ნინო მანჯავიძის** ხელმძღვანელობით მაღალი პროფესიონალიზმით და ცივი გონებით მშვიდობიანად დაასრულა კენჭისყრის პროცესი.

№3 საარჩევნო უბნის თავმჯდომარემ ქალბატონმა **თამარ ლომსაძემ** გვითხრა, - საარჩევნო უბანში არჩევნებმა მშვიდ, საქმიან ვითარებაში, ყოველგვარი ექსეცების გარეშე ჩაიარა. მთელი დღე გვყავდა ეუთოს და ოდირის დამკვირვებლები,

რომლებიც საფუძვლიანად აკვირდებოდნენ არჩევნების მიმდინარეობას. მათთან ერთად იმყოფებოდნენ პოლიტიკული პარტიებისა და არასამთავრებო ორგანიზაციების წარმომადგენლები.

საარჩევნო უბანში სიით ირიცხებოდა 1900 ამომრჩეველი, საღამოს 20 საათისათვის თავისი მოქალაქეობრივი ვალი მოიხადა 1243 ამომრჩეველმა.

ბიულეტენების დათვლის პროცესი ორგანიზებულად განხორციელდა. ბათილად იქნა ცნობილი 16 ბიულეტენი, ძირითადად ბიულეტენების არასწორად შევსებისათვის.

საარჩევნო უბანზე ,,ქართულმა ოცნებამ“ 726 ხმა მიიღო, სხვა დანარჩენი თითოეული პოლიტიკური პარტიების მონაცემები 100 არ აღემატებოდა.

ეფექტურად იყო გამოყენებული გადასატანი ყუთი. დამკვირვებლები გაოცებას და აღფრთჵვანებას გამოხატავდნენ არჩევნების ორგანიზებულად ჩატარებისათვის.

ლიკანის №7 საარჩევნო უბნის კომისიის თავმჯდომარის მოადგილე **კახა ზედგენიძემ** გვითხრა, - უბანში გვყავდა 1025 ამომრჩეველი, ხმის მისაცემად გამოცხადდა 598.

,,ქართულმა ოცნებამ“ 336 ხმა მიიღი, დანარჩენების სათქმელადაც არ ღირს.

სამწუხაროდ, გაუგებარია ოპოზიციური პარტიების მიერ გამოთქმული პრეტენზიები არჩევების გაყალბებასთან დაკავშირებით.

მოამზადა **ვალერიან ლომიძემ**

როდის ეღირსება ერს გამთლიანება?!

ისტორიის კიდევ ერთი წარმატებული ფურცელი ჩაიწერა 2024 წლის 26 ოქტომბერს დამოუკიდებელი საქართველოს ისტორიაში. მთელი დღის მანძილზე მსოფლიოს ყურადღების ეპიცენტრში იყო უამრავ ქირვარამგამოვლილი ერთი მუჭა საქართველო. დღის ბოლოს კი ტრადიციული ლანძღვა-გინების, მმართველი პარტიის გამარჯვებით ვერ ატანილი ბრბოს სატელევიზიო მასკარადის მომსწრენი გავხდით. 30 წელს კარგა ხანია გადავაბიჯე და ყოველთვის ვხედავ, რომ ზოგად სახელმწიფოებრივ საკითხებთან დაკავშირებით ქართველი ხალხი ვერ თანხმდება!.. ან როგორ შეთანხმდება? როცა ერთმანეთის ლანძღვა, შური და ბოღმა ურჩევნიათ ღირებულის კეთებას? მეც ვიყავი არჩევნებზე და პირადი პოზიციაც დავაფიქსირე. ჰოდა, იცით, რას ვიტყვი ახლა? იმ ბიულეტენზე საკუთარ ხალხზე, პარტიაზე, ქვეყნის სულიერ მამისა და ქვეყანაზე უარყოფილი პარტიები რომ იყო, გარდა ერთისა, ნუთუ მე შევამჩნიე და იმ ხალხმა, რომლებმაც არჩევანი არასწორად შემოხაზეს. ნუთუ ისე დაბრმავდნენ, რომ უჭირთ რეალობის სწორად აღქმა? მე აგვისტოს ომიც მახსოვს, სატელევიზიო კადრებიდან და ვაშლოვანის მისადგომებთანაც რომ რუსის ჯარი იყო მომდგარი ისიც, და სულ არ მინდა, რომ ჩვენმა შვილებმა ისევ განიცადონ რაც - ჩვენ. გაყალბდაო, ხმამაღლა გაიძახიან და ნუთუ არ რცხვენიათ, მართლაც ყალბად მოაზროვნეებს და მოლაპარაკეებს? საკუთარი ნათქვამისაც რომ არ სჯერათ უმეტესწილად, ხალხს რა დაპირებებს აძლევდნენ, ან დღეს რა დაპირებებს პირდებიან?

ყველა კარგად ხედავს, რომ პრობლემები ყოველთვის იყო, არის და იქნება უფრო მეტად და ბევრად მწვავე და რთული, ვიდრე ერთი შეხედვით ჩანს! და ეს პრობლემები ხშირად სწორედ ჩვენს ქვეყანაში ხდება და სწორედ ამ დროს გვმართებს დაფიქრება!

მნიშვნელობა არ აქვს, დღეს, ვინ მოიგო არჩევნები, გუშინ ვინ იგებდა და ხვალ ვინ მოიგებს!.. აი იმაზე დავფიქრდეთ, რომ მანამდე არაფერი გვეშველება, ვიდრე საკუთარ სამშობლოს არ დავაფასებთ და არ მოვუფრთხილდებით, როგორც ყველაზე დიდ და მნიშვნელოვან საგანძურს! დამოკიდებულებებს არ შევცვლით, როგორც საკუთარ თავთან მიმართებაში ისე, სიტუაციების მიმართ. ეს ქვეყანა ჩვენი ასაშენებელია! სხვა არავინ მოვა ჩვენ ნაცვლად, სხვა არც შეწუხდება! სხვა არ დაგვიდგამს ბროლის კოშკებს! ამიტომაც აცადეთ, დღეს, იმ ხალხს, რომლებისთვისაც ,,მამული, ენა და სარწმუნოება“ აღმატებულია და თუ არ შეასრულეს ის რასაც გვპირდებიან, ამაზეც არ იდარდოთ, მათი შეცვლაც ისევ არჩევნების გზითაა შესაძლებელი.

მე, პირადად, დიდი იმედებითა და საოცარი პოზიტივით ველი საქართველოს მომავალი წარმატებისა და გამთლიანების წლებს.

და, სიმშვიდეს დაესადგურებინოს ღვთისმშობლის წილხვედრ ჩემს ქვეყანაში! ბოლოს კი შ. ლომსაძის სტროფებით მინდა დავასრულო ჩემი სათქმელი:

სამშობლო გვეძახის!..

დღეს, აქ რომ სანთლებს არავინ ანთებს,
იცოდე მეტი სიფხიზლე გვმართებს.
ჟამი რომ არ თვლემს,
წამი რომ არ თვლემს,
ქარი რომ წეწავს წიგნებს და დავთრებს,
უფრორე მეტი სიფხიზლე გვმართებს.
ზოგჯერ რომ ძველთა არწივთა მართვეს,
დრო მიმქროლავი სადავეს ართმევს
და ხმა ქართული არ ესმის ქართველს,
ჩვენ დაფიქრება ამაზე გვმართებს!

ნატო მელიქიძე

პოლიტიკური არჩევანი

საარჩევნო ბიულეტენთან

რაც არ უნდა აპოლიტიკურად მიიჩნევდე მოქალაქე თავს როდესაც შენს სამშობლოში არჩევნებია მოქალაქეობრივი პასუხისმგებლობით, მიდიხარ საარჩევნო უბანზე და ბიულეტენზე აფიქსირებ შენს პოლიტიკურ არჩევანს. ასე მოიქცა 26 ოქტომბერს საქართველოს მოსახლეობის უმრავლესობა. ყოველთვის კეთილგანწყობას იწვევენ ნაცნობები და უცნობები, რომლებსაც აქვთ პოზიცია, თუმცა არ ცდილობენ, თავზე ჯიუტად მოგახვიონ თავიანთი მოსაზრება ანდა არჩევანი პირდაპირ თუ ირიბად დაგიწუნონ კიდეც, ესეც არ იკმარონ და შეურაცხყოფილად გაგრძნობინონ თავი - თურმე რა ხდება?! რა გვეზეიმება?! რა განწყობა გვაქვს?!

უბრალოდ, გაზიარებულ ციტატაზეც კი, პოლიტიკურ ელფერს ეძებენ თანამემამულეები, კითხვას ბადებს, როგორ მშვიდად ხვდები სამშობლოში მშვიდობიან ცხოვრებას?! დრო ყველა სათქმელს იტყვის და მანიპულატორულ მოწოდებებს, სიტყვებს, ადამიანთა არჩევანის გამო, ყველაზე თავმდაბლურ საქციელად მივიჩნევ.

დილით, ცინიკურად, დილა მშვიდობისა - მისალმებაც მრავლად შემხვდა სოციალურ ქსელებში, სადაც ეკრანს მიღმა მოქალაქეები სათქმელს არა კორექტულად, არამედ თავდასხმით, დამძაცირებელი სიტყვებით გამოხატავდნენ და „ქართული ოცნების“ მხარდამჭერებს მიზანმიმართულად აკრიტიკებდნენ. შესამკობელ სიტყვებს არ იშურებდნენ და პოლიტიკურ ვაკჰანალიას ქმნიდნენ. ზოგი ინტელექტუალურად, ზოგი გინებითა და წყევლით რომ არ კმაყოფილდებოდნენ, წინ გაშარჟებულ, ამაზრზენ ფოტოსურათებსაც ურთავდნენ.

გამარჯვებასა და დამარცხებაზე არ მაქვს სათქმელი, მგონია, ამ დამოკიდებულებით ადამიანობას კარგავენ. ერთმანეთის არჩევანს რომ პატივი ვცეთ და ასე არ უძახოთ საქართველოში მცხოვრებ „ქართული ოცნების“ მხარდაჭერებს, არა?! ძველი ქართული ფილმიდან ამონარიდი კადრებით - „მშიერმუცელა მონებო“!...

სამშობლოს გვართმევენ ფრაზებით, პატრიოტული შეძახილებით, ნუთუ ეს არის პატრიოტიზმი, რამდენი ადამიანიცაა იმდენი პატრიოტული სულისკვეთებაა, მაგრამ ეს არ უნდა ნიშნავდეს, რომ შენ სამშობლო გიყვარს და მე თუ „ქართული ოცნება“ ავირჩიე - ვუღალატე საქართველოს, არ მიყვარს სამშობლო და ა.შ.

ნუ ავწონით სხვის გრძნობებს სამშობლოს სიყვარულის სახელით, ვერც სამშობლოს ერთგულებას იყიდით უცხო მიწაზე. ამდენი აგრესია არ არის საჭირო, აგრესია გიბრუნებთ აგრესიას, ან იქნებ სწორედ ამის მოლოდინი გაქვთ და მიზანს ამ გზით ცდილობთ, მიაღწიოთ.

სტატიის ბოლოს, თქვენც გაგიზიარებთ სოკრატეს შეგონებას, რომ **„ძლიერი გონება განიხილავს იდეებს, საშუალო გონება მოვლენებს, სუსტი გონება კი ადამიანებს“.**

გონება იმიტომ გვაქვს, რომ სანამ რაიმეს ვიტყვით და დავწერთ, კარგად დავფიქრდეთ, რა თქმა უნდა, თუ ნათქვამიც და კომენტარიც გამიზნულ საქმეს არ ემსახურება.

და ასე, ქართულად, დილა მშვიდობისა საქართველო!

ინა იანვარაშვილი

იუბილარი

ბორჯომის ღირსეული წარმომადგენელი

ბორჯომის კოლორიტულ პიროვნებას თამაზ ლაფაჩს 2 ნოემბერს დაბადებიდან 70 წელი უსრულდება. ბატონმა თამაზმა მთელი თავისი შეგნებული ცხოვრება კეთილსინდისიერ, პატიოსან შრომაში გაატარა, სადაც იმუშავა და ილვაწა, ყველგან სიკეთე თესა. მოგეხსენებათ, ადამიანებთან ურთიერთობა ერთობ ძნელია, მაგრამ ბატონ თამაზს არ გაჭირვებია სიძნელეებთან ჭიდილი, პრობლემებიდან გამოსავალს ყოველთვის ნახულობდა და გამარჯვებული გამოდიოდა.

კარგად მახსოვს მის მიერ მეტად რთული, მაგრამ წარმატებით განვლილი გზა. საქართველოს პოლიტექნიკური ინსტიტუტის სამშენებლო ფაკულტეტის დამთავრების შემდეგ ჯერ კომკავშირის რაიკომში, შემდეგ პარტიის რაიკომში დააწინაურეს. მუშის ოჯახში აღზრდილს არ გაჭირვებია ადამიანებთან საერთო ენის გამონახვა, მამამისი, ბატონი გივი №1 ჩამომსხმელი ქარხნის მტვირთავთა ბრიგადას ხელმძღვანელობდა და დამსახურებული ავტორიტეტით სარგებლობდა შრომით კოლექტივში. არც თამაზს გაჭირვებია ადამიანებთან ურთიერთობა, მალე ყვიბისის სასოფლო საბჭოს თავმჯდომარედ აირჩიეს და მრავალი კეთილი საქმეც აკეთა სასოფლო საბჭოში შემავალ სოფლების მშრომელებისათვის. მას შემდეგ ათეულობით წლები გავიდა, მაგრამ ყვიბისელები დღესაც მადლიერებით იხსენებენ. გზების, ხიდ-ბოგირების, ბუნებრივი გაზის, სასმელი წყლის თუ სხვა მრავალი სიკეთე სოფლის მოსახლეობისათვის, ყოველდღიური საჭიროებისათვის ზრუნვას რამდენიმე წელი შეალია. მერე ახალგაზრდა სპეციალისტი №2 ჩამომსხმელ ქარხანაში მიიწვიეს სამუშაოდ და თავი იქაც გამოიჩინა, რიგითი ინჟინრობიდან საწარმოს ერთ-ერთ წამყვან ხელმძღვანელამდე აღზევდა და დამსახურებული ავტორიტეტიც მოიპოვა. კეთილსინდისიერ და შემოქმედებით შრომაში გაილია მრავალი წელი. ამ სახელოვან კოლექტივში მკაფიოდ გამოიკვეთა თამაზ ლაფაჩის შრომისმოყვარეობა, ადამიანებთან დამსახურებული და ყურადღებიანი დამოკიდებულება. თუ საწარმო მაღალ სამეურნეო შედეგებს აღწევდა, სხვებთან ერთად თამაზის ღირსეული წვლილიც იყო შეტანილი. აფასებდნენ მის სიტყვას და პატივს სცემდნენ. ბევრს ახსოვს უშველებელ ბილბორდზე გამოკრული მისი პორტრეტი, რომელიც წლების მანძილზე ამშვენებდა ქალაქის შესასვლელს.

შრომაში გაილია მრავალი წელი, ქაღარაც მოერია და კომპანიის ხელმძღვანელებმა დამსახურებულ პენსიაზე გააცილეს. რამდენიმე თვეში ახლა უფრო სერიოზულ და საპასუხისმგებლო სამსახური შესთავაზეს, ბორჯომში მშენებარე ობიექტების ზედამხედველობა დაავალეს. დასაწყისში, ლიკანში მშენებარე პროფტექნიკური სასწავლებლის შენობის ზედამხედველი გახდა, ახალ სამსახურს მაღალი პასუხისმგებლობით შეუდგა.

სამუშაოთა მწარმოებელთან ერთად ილვწოდა ობიექტის დროულად და ხარისხიანად აშენებისათვის. ზემდგომებმა მისი შრომა ღირსეულად შეაფასეს და ახალი ობიექტები ჩააბარეს საზრუნავად. შარშან მშობლიური რკინიგზის სკოლაში სერიოზული სარეკონსტრუქციო სამუშაოები დაიწყო და იმ ობიექტის ზედამხედველობა შესთავაზეს, პარალელურად რუსთაველის ქუჩაზე ხუთი შვიდსართულიანი სახლის, ქალაქის ცენტრში ,,ციცინათელას“ შენობის, ერეკლეს ქუჩაზე მრავალსართულიანი სახლის საყრდენი კედლების, დვირის სკოლისა და სხვა ობიექტების სარეაბილიტაციო სამუშაოების კონტროლიც მას დაუქვემდებარეს და ახლა დილიდან საღამომდე დაკავებულია, ყოველდღიურად ხან ერთ, ხან მეორე ობიექტზეა.

მაღალი პასუხისმგებლობით ასრულებს დაკისრებულ მოვალეობას. დამსახურებულ მშენებელს ნამდვილად ახარებს მშობლიურ ქალაქში ახალი მშენებლობა-რეაბილიტაცია და ძალიან უნდა დაკისრებული მოვალეობა კეთილსინდისიერად შეასრულოს და მშობლიურ ქალაქს ლამაზი ობიექტები შემატოს.

- სულ მალე შვიდსართულიან საცხოვრებელ შენობებს ხარაჩოებს ჩამოხსნიან და ნახავთ, რა ლამაზი ობიექტები შეემატება ჩვენს ქალაქს, - სიამაყით მითხრა ბატონმა თამაზმა.

საამაყო კი ნამდვილად ბევრი აქვს. ჭაღარაშერეული მშენებელი ხარობს ბედნიერი ოჯახით, მეუღლით, შვილებით, შვილიშვილებით. სულ ახლახანს რეაბილიტირებული რკინიგზის №6 სკოლის დირექტორად მისი ქალიშვილი ლელა ლაფაჩი დაინიშნა, რომელიც ამავე სკოლაში სასწავლო ნაწილის გამგედ მუშაობდა. მეორე ქალიშვილი, ლიკა, ბორჯომის მერიაშია დასაქმებული, ხოლო ვაჟიშვილი თავისი ოჯახით ამერიკაში შრომობს, შვილიშვილს მუსიკალურ სკოლაში დაყვება. საზოგადოებრივი აზრის დარბაზის გამგეობის წევრია და მის სიტყვას ყოველთვის წონადი ფასი აქვს.

ბატონ თამაზთან საუბარი ყოველთვის შინაარსიანი, არგუმენტირებული, რკინის ლოგიკას დამორჩილებულია, ამიტომ ღირს მისი საუბრების თუ კამათის მოსმენა, თანამოსაუბრეები ბევრს სწავლობენ მისგან. ყოველივეს თუ იმასაც დავუმატებთ, რომ შესანიშნავი ენაწყლიანი თამადობაც კარგად ეხერხება და ყოველ სადღეგრძელოში მკაფიოდ იკვეთება მისი წიგნიერება და განსწავლულობა.

ამაყად, მხრებგაშლილი დადის მშობლიური ქალაქის ქუჩებში, ახოვანი, გოლიათური აღნაგობის, გულკეთილობის და კეთილშობილური უბადლო ნიჭით დაჯილდოებული პიროვნება - ბატონი თამაზ ლაფაჩი, რომელსაც ნამდვილად ეამაყება განვლილი წლები, რომელიც აღსავსე იყო სირთულეებით, პრობლემებით, ამასთან იყო შრომაში მოპოვებული ღირსეული წარმატებებიც, ხარობს ოჯახის წევრების, მეგობრების და მეზობლების ყოველდღიური ცხოვრებით. ნამდვილად ეამაყება სამშობლოს წარმატებული წინსვლა და მშობლიური ბორჯომის აღმშენებლობის პროცესის დაჩქარებული პროექტების ხორცშესხმისათვის ზრუნვა.

სიჭარმაგის წლების დაწყების საიუბილეო თარიღს ვულოცავთ ბატონ თამაზს, სიბერე ცოტას მოიცდის, საზედამხედველო საქმეები ჯერ კიდევ ბევრია, ვუსურვებთ კვლავაც ახალგაზრდული ენერგიით გააგრძელოს მუშაობა მშობლიური ქალაქის საკეთილდღეოდ.

ღმერთმა გვიმრავლოს ბატონი თამაზის მსგავსი პიროვნებები.

ვალერიან ლომიძე.

დახმარება გაეწიათ

ბორჯომის მუნიციპალიტეტის ინიციატივით, სოციალურად დაუცველ 528 ოჯახს, რომელთა სარეიტინგო ქულა არ აღემატება 70 000-ს, საშეშე მერქნის შესაძენად, 200 ლარის ოდენობით, უნაღდო ანგარიშსწორებით დახმარება გაეწია.

აღსანიშნავია, რომ ბორჯომის მუნიციპალიტეტში 25-მდე სოციალური პროგრამა ხორციელდება, რომელთა მთავარი მიზანი ადგილობრივი მოსახლეობის მატერიალური და სოციალური მდგომარეობის ხელშეწყობა და გაუმჯობესებაა.

თქვენი ჯანმრთელობისათვის

რა საიდუმლოს ინახავს წყალი

წყალს ჩვენს ყოველდღიურ ცხოვრებაში შეუცვლელი ადგილი უკავია, მაგრამ როგორ დავლიოთ ეს ჯადოსნური სითხე ისე, რომ ჯანმრთელობა გავიუმჯობესოთ? - ამის შესახებ ბევრი ტყუილ-მართალი ვრცელდება. ამ საკითხზე სასაუბროდ მივმართეთ თბილისის სამედიცინო უნივერსიტეტის ასოცირებულ პროფესორს, ნუტრიციოლოგ ბელა ყურაშვილს:

- ადამიანის მასის 70 პროცენტი წყალია და პირველი ცოცხალი ორგანიზმიც წყალში გაჩნდა. როგორ მოქმედებს წყალი ჩვენს ორგანიზმზე? - მას ორგანიზმიდან გამოაქვს ნივთიერებათა ცვლის შედეგად წარმოქმნილი ნარჩენი პროდუქტები, აწესრიგებს სხეულის ტემპერატურას, საკვებ ნივთიერებებს და ჟანგბადს აწვდის ორგანიზმს, წყალი საჭიროა ამოსუნთქვისთვის, რადგან ატენიანებს სუნთქვისთვის საჭირო ჟანგბადს... წყალს სამკურნალო თვისებებიც აქვს, რასაც უხსოვარი დროიდან იყენებენ ბალნეოთერაპიაში.

როგორ აისახება ჯანმრთელობაზე წყლის ნაკლებობა?

- ადამიანს, რომელიც წყლის ნაკლებობას განიცდის, გამომშრალი ტუჩები და კანი აქვს. ორგანიზმში წყლის რაოდენობის 1,5 %-ით შემცირება ძლიერ წყურვილს იწვევს, ასევე, ძილიანობას და ზოგჯერ კანის გაწითლებასაც. 11-12%-ით წყლის დანაკლისი იწვევს კუნთების სპაზმს, ბოდვას, სმენისა და მხედველობის დაქვეითებას, თუ დანაკლისი 25%-ს გასცდა, ადამიანი იღუპება.

დღის განმავლობაში რა რაოდენობით წყალი უნდა მივიღოთ?

- სასმელ წყალზე ორგანიზმის მოთხოვნილება განისაზღვრება გარემო პირობებით და იმ დატვირთვით, რომელიც ადამიანს აქვს. ნორმალურ პირობებში სითხის ბალანსის შენარჩუნებისთვის აუცილებელია 2-3 ლიტრი, თუმცა ზოგიერთ შემთხვევაში, სითხის მოხმარება 5-10 ლიტრამდეც იზრდება (როდესაც ძალიან მაღალი ტემპერატურაა და ადამიანი ფიზიკურად მუშაობს, შეიძლება 5 და მეტი ლიტრი წყალიც კი დალიოს). ჩვეულებრივ ადამიანი 1-1,5 ლიტრამდე წყალს სვამს, ამას ემატება ჩაი, ყავა და სხვადასხვა სასმელი, თუმცა სასმელი წყლის ნორმა საშუალოდ, 1,5-2 ლიტრამდე მერყეობს. ზაფხულში უმჯობესია 200-300 მლ წყალი 1-2 საათის ინტერვალით მივიღოთ. წყალი კარგი გამხსნელია და ხელს უწყობს მეტაბოლიზმს, ამიტომ სასურველია თუ ჭამამდე 20-30 წუთით ადრე დავლევთ, მაგრამ ძალით წყლის დალევა სასურველი არ არის, ამიტომ, ვფიქრობ, როცა მოგწყურდებათ, მაშინ უნდა დალიოთ.

ჩემი ნაცნობი გოგონა გასახდომად ბევრ წყალს სვამდა, ჯანმრთელობის პრობლემები დაეწყო და ექიმმა უთხრა, რომ მისი თირკმელები ამდენ წყალს ვერ ამუშავებდა...

- არის ხალხი, რომელიც გასახდომად დიდი რაოდენობით მწვანე ჩაის სვამს, მაგრამ ეს არ შეიძლება! მწვანე ჩაის ორგანიზმიდან ყველაფერი გამოაქვს და რეცხავს, ამიტომ მისი ყოველდღე დალევა არ შეიძლება. ადამიანმა წყალიც ნორმალური ოდენობით უნდა დალიოს და ჩაიც თუ ყავაც, ზომიერება აუცილებელია.

რატომ ამბობენ, რომ ყოველდღიურად 2-3 ლიტრი სითხე აუცილებელია?

- ამაში მარტო წყალი კი არა, სხვა სასმელებიც შედის. წყალი მაშინ უნდა დალიოთ, როცა მოგწყურდებათ, მაგრამ დღის განმავლობაში მინიმალური დოზა 1,5 ლიტრია. დანარჩენს მიიღებთ ჩაის, ყავის და სხვა სასმელების სახით. აუცილებლად უნდა ითქვას, რომ დიდი რაოდენობით წყალი წნევას მაღლა სწევს, ამიტომ წნევიანებისთვის არ შეიძლება. მისი მიღება ღამითაც არ არის რეკომენდებული, რადგან ბევრმა წყალმა შეიძლება შეშუპება გამოიწვიოს, ამიტომ, ვისაც შეშუპებისკენ აქვს მიდრეკილება, მისთვის ბევრი წყლის დალევა სასურველი არ არის. რაც შეეხება ჯანმრთელ ადამიანს, მან ყველაფერი უნდა მიიღოს იმ რაოდენობით, რაც მის ფიზიოლოგიურ თავისებურებებს შეესაბამება.

სპეციალისტები ხშირად გვირჩევენ, რომ გაღვიძებისთანავე 2 ჭიქა წყალი დავლიოთ.

- ეს იმიტომ, რომ წყალი ორგანიზმს აცოცხლებს და გაუწყლოებისგან იცავს. ამ ღვთაებრივ სითხეს ბევრი ისეთი თვისება აქვს, რაც ჩვენ ჯერ კიდევ არ ვიცით. ტიბეტელი ბერები საკვებს მცირე რაოდენობით იღებენ, სამაგიეროდ წყალს სვამენ, მათი ჯანმრთელობის და დღეგრძელობის საიდუმლოც ეს არის. ასე რომ, წყალი დიდ საიდუმლოს ატარებს. დადგება დრო, როცა ის ქვეყანა იქნება ყველაზე მდიდარი, რომელსაც სუფთა სასმელი წყალი აქვს. საქართველო ღმერთმა ამ მხრივაც დააჯილდოვა: ჩვენ მტკნარი წყლის დიდი მარაგი გვაქვს და ეს სიმდიდრე გონივრულად უნდა გამოვიყენოთ.

ხათუნა ჩიგოგიძე

იაპონელების ოქროს წესი

მსოფლიოში აღიარებულია, რომ იაპონელები ყველაზე დიდხანს ცოცხლობენ და ამის მიზეზი წყალია: ხანდაზმული იაპონელები, გაღვიძებისთანავე აუცილებლად სვამენ რამდენიმე ჭიქა წყალს, რითაც მრავალი დაავადებისგან იცავენ თავს.

როგორია წყლით მკურნალობის იაპონური მეთოდი: დილით, კბილების გახეხვამდე, 4 ჭიქა წყალს სვამენ. კბილების გახეხვის შემდეგ, 45 წუთის განმავლობაში, არაფერს ჭამენ, არც სითხეს იღებენ და მხოლოდ 45 წუთის შემდეგ საუზმობენ. მათ კიდევ ერთი ოქროს წესი აქვთ - წყალი აუცილებლად უზმოზე უნდა დავლიოთ, რომ ორგანიზმიდან წიდები და მავნე ნივთიერებები გამოდევნოს.

ჰიპოტონია?

არტერიული წნევის დაქვეითების ანუ ჰიპოტონიის გამომწვევ მიზეზებზე, დიაგნოსტიკის მეთოდებსა და მკურნალობის საშუალებებზე გვესაუბრება „დავით აბულაძის ქართულ-იტალიური კლინიკის“ ოჯახის ექიმი ხათუნა თაბაგარი:

ქალბატონო ხათუნა, რას არის ჰიპოტონია?

- ჰიპოტონია, ანუ, როგორც კიდევ მას უწოდებენ - არტერიული ჰიპოტენზია, ადამიანის ორგანიზმის მდგომარეობაა, რომლის დროსაც ნორმალურ მაჩვენებელთან შედარებით დაქვეითებულია არტერიული წნევა.

ჰიპოტონიის დროს არტერიული წნევა ქვეითდება 90/60 მმ. ვწყ. სვ-მდე და უფრო ქვევით.

ჰიპოტონიის მკურნალობა აუცილებელია მაშინ, როდესაც ადამიანის ორგანიზმის ზოგად მდგომარეობაზე ის უკვე არასასურველ გავლენას ახდენს.

ხომ შესაძლებელია ფიზიოლოგიურადაც განვითარდეს არტერიული ჰიპოტონია?

- არსებობს არტერიული წნევის ფიზიოლოგიური დაქვეითების რამდენიმე სახე:

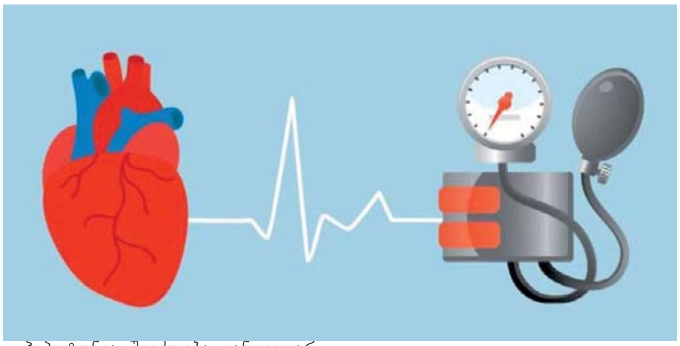
ჰიპოტენზია, როგორც ნორმის ინდივიდუალური ვარიანტი, რომელსაც არ ახლავს უსიამოვნო შეგრძნებები; კომპენსატორული ჰიპოტენზია, რომელიც უვითარდებათ მაღალმთიან რაიონებში მცხოვრებ ადამიანებს; ორთოსტატიკური ჰიპოტენზია, რომელიც ვითარდება სხეულის ჰორიზონტალური მდგომარეობიდან ვერტიკალურ მდგომარეობაში მკვეთრი გადასვლის დროს; პოსტპრანდიალური ჰიპოტენზია, როდესაც არტერიული წნევა ქვეითდება ჭამის შემდეგ.

რამ შეიძლება გამოიწვიოს ჰიპოტონიის განვითარება?

- აღნიშნული მდგომარეობის მიზეზების გამო გამოყოფენ შემდეგი ფორმის ჰიპოტონიას:

პირველადი - ეს თავის ტვინის სისხლძარღვოვანი ცენტრების დაავადების ნევროზის მაგვარი ფორმაა, რომლის ძირითადი მიზეზი შეიძლება იყოს ძლიერი სტრესი, ხანგრძლივი ემოციური გადაძაბვა. მეორეული - ის ხშირად ფარისებრი ჯირკვლის, ჰეპატიტის, ანემიის, სიმსივნური დაავადების, კუჭის წყლულოვანი დაავადების, ტუბერკულოზის, რევმატიზმის, ღვიძლის ციროზის, ტვინის ტრავმის, ზოგიერთი სამკურნალო საშუალების მიღების თანმდევი პათოლოგიაა.

ხშირად ჰიპოტონია ვეგეტოსისხლძარღვოვანი დისტონიის ნიშანიცაა. მან შეიძლება გამოიწვიოს გულ-სისხლძარღვთა, ნერვული და ენდოკრინული სისტემის რეგულაციის დარღვევა და შესაბამისად, გულისცემის სიხშირის გაზრდა, თერმორეგულაციის დარღვევა, სისხლძარღვთა ტონუსის დაქვეითება და ა.შ. ვეგეტოსისხლძარღვოვანი დისტონია ვითარდება ჰორმონული დარღვევების, ძლიერი სტრესისა და ფსიქოლოგიური ტრავმების დროს, მავნე პროფესიული ფაქტორების ზემოქმედებისას, ალკოჰოლის ჭარბად მიღებისას.



ჰიპოტონია შეიძლება განუვითარდეთ ჯანმრთელ ადამიანებს, მაგალითად, სპორტსმენებს, რეგულარული ფიზიკური დატვირთვისას. ამ დროს დაქვეითებული წნევა ორგანიზმის ერთგვარი დამცავი რეაქცია შეიძლება იყოს.

წნევის დაქვეითება შეიძლება განაპირობოს კლიმატური პირობების ცვლილებამ, მომატებულმა ტენიანობამ, ელექტრომაგნიტური ველის მოქმედებამ, რადიაციამ და ა.შ.

როგორ ვლინდება ჰიპოტონია?

- ჰიპოტონიის ძირითადი სიმპტომია არტერიული წნევის ციფრების დაქვეითება 90/60 მმ. ვწყ.სვ-მდე და უფრო ქვევით. არტერიულ ჰიპოტენზიაზე მეტყველებს შემდეგი სიმპტომებიც:

ზოგადი სისუსტე, მოთენთილობა, ძილიანობა;

მომატებული ოფლიანობა;

სითბოს ცვლის პროცესების დარღვევა (ცივი კიდურები);

პულსის გახშირება;

ძილის დარღვევა;

ემოციური არასტაბილურობა (გაღიზიანების და აპათიის პერიოდები);

თავბრუსხვევა და თავის ტკივილი;

გულის არეში ტკივილი;

ქოშინი.

ზოგჯერ ჰიპოტონია შეიძლება გამოვლინდეს გულის წასვლით, განსაკუთრებით - დახურულ სივრცეში, სადაც ნაკლებადაა სუფთა ჰაერი. საზოგადოდ, დაბალი წნევის მქონე ადამიანები ნეგატიურად რეაგირებენ ჰაერის ტემპერატურის, ტენიანობის მკვეთრ ცვლილებებზე, ასევე სხვადასხვა ემოციურ გამღიზიანებელზე.

აღნიშნული სიმპტომების ერთეული შემთხვევები არ შეიძლება მეტყველებდეს ჰიპოტონიაზე, მაგრამ თუ რამდენიმე სიმპტომი ერთადაა, მუდმივად საჭიროა ექიმის კონსულტაცია.

რა გართულებები შეიძლება აღინიშნოს ჰიპოტონიის დროს?

- ჰიპოტონიის იშვიათი შემთხვევები, რომლებიც ვლინდება სისუსტით, მოთენთილობით, გულისრევითა და არ ახლავს ორგანიზმისთვის ფატალური შედეგი, მხოლოდ დისკომფორტის შემქმნელია და აქვეითებს შრომის უნარს, თუმცა მუდმივად და სისტემატურად არტერიული წნევის დაქვეითება უარყოფითად აისახება გულის მუშაობაზე, ამიტომაც საჭირო ხდება ჰიპოტონიის მკურნალობა.

ჰიპოტონიისას იზრდება გულ-სისხლძარღვთა სისტემის ფუნქციების სერიოზული პრობლემების რისკი. ხშირი პულსი ნიშნავს, რომ გული ინტენსიურად მუშაობს. ეს ერთგვარი კომპენსატორული მექანიზმია, რათა ქსოვილები ჟანგბადით მომარაგდეს, რომელიც არასაკმარისია სისხლძარღვებში სისხლის ნელა გადაადგილებისა და მათი ტონუსის შემცირების შედეგად. ხშირი პულსი გულისთვის დატვირთვაა.

მნიშვნელოვანია, რომ წნევის მკვეთრი და უეცარი დაქვეითება, მდგომარეობის გაუარესება შეიძლება მეტყველებდეს ინტენსიურ შინაგან სისხლდენაზე, გულის შეტევასა და სხვა შინაგან პრობლემებზე, რომლებიც ადამიანის სიცოცხლისათვის საფრთხეს წარმოადგენს. ასეთ შემთხვევაში დაუყოვნებლივ უნდა მივმართოთ ექიმს.

რადგან ჰიპოტონიის დროს ქსოვილებში ჟანგბადის უკმარისობა ახსენეთ, ამ თვალსაზრისით, ალბათ, განსაკუთრებით საყურადღებოა ორსულობის პერიოდი?

- თუ მომავალ დედას სისტემატურად აღენიშნება წნევის დაქვეითება, ამან შეიძლება გამოიწვიოს ნაყოფის ჟანგბადით შიმშილი, პლაცენტის ჟანგბადით ცუდი მომარაგების გამო. ეს კი, თავის მხრივ, ნაყოფის განვითარებისთვის საფრთხის შემცველია. დადგენილია, რომ ჰიპოტენზიის მქონე ორსულებს უფრო ხშირად აღენიშნებათ ტოქსიკოზი და გესტოზი. ორსულობისას წნევის ცვალებადობა ძნელი დასადგენია. დაღლილობა, გულისრევა და ჰიპოტენზიის სხვა ნიშნები ხშირად ჰორმონული ბალანსის დარღვევით პროვოცირებული, ორსულობისთვის დამახასიათებელი სიმპტომებია.

როგორია ჰიპოტონიის დიაგნოსტიკა?

- ჰიპოტონიის დიაგნოსტიკისთვის საჭიროა ლაბორატორიული და ინსტრუმენტული კვლევები. სისხლის, შარდის ანალიზი, ბიოქიმიური ანალიზი, სისხლში გლუკოზის შემცველობა, ცილოვანი სპექტრი, იონური შემადგენლობა. უნდა განისაზღვროს სისხლსა და შარდში კატექოლამინების დონეც, ენდოკრინული პროფილი. საჭიროებისამებრ კეთდება გულის ექოსკოპია, დოპლერომეტრია, ელექტროკარდიოგრაფია, დატვირთვის ტესტები. ზოგჯერ მკურნალობის დაწყებამდე სრულდება თავის კომპიუტერული ტომოგრაფია ან მაგნიტურ-რეზონანსული ტომოგრაფია, თირკმელების, თირკმელზედა ჯირკვლების, ფარისებრი ჯირკვლის ექოსკოპია.

როგორ ვუმკურნალოთ არტერიულ ჰიპოტონიას?

- თუ ჰიპოტონია სხვა დაავადების ნიშანია, ძირითად დაავადებას მკურნალობენ.

პირველადი ჰიპოტონიისას, რომელიც არ უკავშირდება სხვა დაავადებებს, ორგანოებსა და სისტემებში ჟანგბადის ნაკლებობასთან დაკავშირებული მეორეული ცვლილებების განვითარების პრევენციისთვის ტარდება კომპლექსური არამედიკამენტური და მედიკამენტური ღონისძიებები.

ჰიპოტონიისას აუცილებელია ძილის მოწესრიგება, შრომისა და დასვენების გონივრული თანაფარდობის დაცვა, სრულფასოვანი კვება, დოზირებული ფიზიკური დატვირთვა, სეირნობა დღეში არანაკლებ 2 საათისა, ოთახების რეგულარული განიავება, ჰაერის დატენიანება, მავნე ჩვევებზე უარის თქმა. არ შეიძლება სხეულის მდგომარეობის მკვეთრი ცვლილება, კარგია ორგანიზმის გაკაჟება და სხვა.

სისხლძარღვების ტონუსის, გულის რიტმის ნორმალიზაციისა და გარემოს მავნე ფაქტორების ნეიტრალიზაციისთვის შეიძლება დაინიშნოს ადაპტოგენები, ფსიქომოტორული სტიმულატორები, ანალეპტიკური პრეპარატები, ადრენომიმეტიკები, ქოლინოლიტიკები, ნოოტროპები, ვიტამინებისა და მინერალების კომპლექსი და სხვა.

შესაძლებელია ზოგადი მატონიზებელი საშუალებების - ყავის, ჩაის მიღებაც.

ჰიპოტონიის მკურნალობაში რთავენ ფიზიოთერაპიულ მეთოდებსაც.

შესაძლებელია თუ არა ჰიპოტონიის პროფილაქტიკა და როგორ?

- ჰიპოტონია რომ არ განვითარდეს, რეკომენდებულია ცხოვრების შემდეგი წესების დაცვა:

სრულფასოვანი კვება;

დღის რეჟიმის მკაცრი დაცვა: დღე-ღამეში 8 საათი ძილი;

ფიზიკური აქტივობა, რომ სისხლძარღვები მუდმივად ტონუსში იყოს (სირბილი, სიარული, ცურვა);

მავნე ჩვევების აღკვეთა და სხეულის მასის კონტროლი;

წნევის მუდმივი კონტროლი და ექიმთან სისტემატური ვიზიტი.

ლალი ჩხიკვაძე

ვულოცავთ!

მორიგი წარმატება

ბორჯომის მუნიციპალიტეტის მერია ბორჯომის თოჯინების სახელმწიფო თეატრს ულოცავს მორიგ წარმატებას.

თეატრმა ყაზახეთის ქალაქ ალმათის II საერთაშორისო თოჯინების თეატრალურ ფესტივალზე გაიმარჯვა ნომინაციაში საუკეთესო რეჟისურა. პრიზთან ერთად რეჟისორს ფულადი ჯილდოც გადაეცა.

თეატრი დაჯილდოვდა დიმიტრი ხვთისიაშვილის სპექტაკლისათვის - „”გუდული ბაბუ და პატარა უჩა“.

სურათზე: ბორჯომის თოჯიების სახელმწიფო თეატრის მსახიობები.

პროექტი–მოსაზრება ბორჯომის ახალ განაშენიანებასთან დაკავშირებით

როგორც ცნობილია, დღევანდელი ქალაქ ბორჯომის განაშენიანება ჯერ კიდევ მეფის რუსეთის საქართველოში მმართველობისას დაიწყო...

განაშენიანება ძირითადად მიმდინარეობდა მტკვრის ორივე სანაპიროზე, თანაც სპონტანურად... ბოლოს ქალაქს შემოემატა მაღალი კორპუსები, რადგან ტერიტორია მშენებლობებისთვის არასაკმარისი აღმოჩნდა.

მოვისმინე გენგეგმის ავტორთა საჯარო გამოსვლა, რასაც 100%-ით ვემხრობი, მაგრამ პლატოზე ახალ განაშენიანებას არ ვეთანხმები, რადგან ეს არის რეკრეაციული ზონა, ცენტრალური პარკიდან ასასვლელი ბილიკებით, გოგირდის წყლის აუზთან მისვლით, ანუ პლატო და პარკი ერთიან დასასვენებელ ზონად მოიაზრება.

არც ახალ უბანში განაშენიანებას ვემხრობი, რადგან მტკვრის ადიდების შემთხვევაში ტერიტორიები დაიტბორება.

გთავაზობთ ახალ პროექტს, რომელსაც პირობითად ვუწოდებთ „მეორე“ ან „ზედა ბორჯომს“. ეს მართლაც საუკუნის პროექტი იქნება, დიდი პოტენციალით, როგორც დაბაძველის ისე ბაკურიანის მიმართულებით პერსპექტიული განვითარებით.

მისი პრიორიტეტებია:

მომგებიანი მდებარეობა, ზღვის დონიდან 850 მეტრი, ვიდრე დღეს გაშენებული ე.წ. ქვედა ბორჯომი, რომელიც ფაქტიურად ქვაბულია.

ეს პუნქტია სოფელი გომნა (სადაც მოხდება „ზედა ბორჯომის“ დაგეგმარება). იგი მდებარეობს ზღვის დონიდან 1550 მეტრზე. მას მზე ჩასვლამდე უყურებს და მშრალ კლიმატს ქმნის. ასევე ესაზღვრება დაბაძველის (კახისის) ტბა, რაც მეტად მიმზიდველს ხდის ტურისტებისთვის. აქ, რასაკვირველია უნდა ჩავრთოთ კომპეტენტური გეოლოგები დასკვნებისათვის.

მომავლის პერსპექტივები:

ბაკურიანში სხვადასხვა სპორტული ფედერაციებისათვის მიწის გამოყოფა სპორტული და სააგარაკო ნაკვეთების გამოყოფა; ბავშვთა შემეცნებითი და გასართობი ზონის - „დისნეი ლენდის“ სტილში ქართული ზღაპრების პერსონაჟებით; და რაც მთავარია, აქ, მშვენივრად ჩაჯდება ჩვენი „კუკუშკით“ გასეირნება ახალი მიმართულებით. (სხვათაშორის, ეს აზრი, „კუკუშკის“ გაგრძელებისა, მე წარვუდგინე 2014 წელს, ინფრასტრუქტურის სამინისტროსა და რკინიგზის დეპარტამენტს, რაც მათ მიერ მოწონებულ იქნა). კახისის ტბიდან რკინიგზა გაგრძელდება საკირე-ტაძრისის მიმართულებით, სოფელ თისელში და ჩამოვა ტურისტებისთვის საინტერესო ობიექტზე ისტორიულ აწყურში, შემდეგ კი შეუერთდება ბორჯომ-ახალციხის რკინიგზას.

„კუკუშკის“ წრიული მარშრუტით მუშაობა გზად არსებულ სოფლების მოსახლეობასა და ბორჯომ-ბაკურიანის მოაგარაკეებისათვის დიდ სარგებელს ნახავს სოფლის მეურნეობის პროდუქტების მიწოდებაში.

მისასვლელი გზები:

არსებული სამანქანო გზა, რაზეც ძველად დადიოდნენ ორხიდიანი მანქანებით „დიდი მინდორიდან“ ხე-ტყის გამოსაზიდად.

ასევე შეიძლება აიგოს კონსტრუქციული ხიდი ბორჯომულაზე (ადგილი შესარჩევია);

და ბოლოს, შეიძლება დაპროექტდეს საჰაერო-საბაგირო გზაც...

მხატვარ-დიზაინერი, ბორჯომის საზოგადოებრივი აზრის დარბაზის წევრი, ბორჯომის საპატიო მოქალაქე თანგული ორთოიძე

დიზაინი, რომელიც გაგაოცებთ

ეს დიზაინი არის სლოვენიის დაწყებითი სკოლის 13 წლის მოსწავლის ანჯა როზენის მიერ შედგენილი, რომელიც 2023 წელს საერთაშორისო კონკურსის ჴლაკატ Mირუ-ს გამარჯვებული იყო. ანჯა მსოფლიოში 600 000 ბავშვმა აირჩია.

“ჩემი ესკიზი წარმოადგენს დედამიწას, რომელიც გვაკავშირებს და გვაერთიანებს. “ადამიანები ერთად არიან ნაქსოვი, სხვები ვარდებიან ჩვენს პლანეტიდან და ერთმანეთს ვცილდებით, მაგრამ სამწუხაროდ, ამის შესახებ ძალიან ცოტა რამ ვიცით.”

ჩვენ ერთმანეთში ვართ ჩაქსოვილი. ჩემს გვერდით სხვები ქსოვენ ჩემს ისტორიას, - წერს ანჯა როქერი.

შენდება სპორტული ინფრასტრუქტურა

ბორჯომში, ე.წ ,,პლატოზე“” ფეხბურთის მოედნის, ჩოგბურთის კორტების და მოსასვენებელი სივრცის მოწყობა აქტიურ რეჟიმში მიმდინარეობს.

პროექტის მიხედვით, ჩოგბურთისა და ფეხბურთის სტადიონის გარდა, ასევე, მოეწყობა ფანჩატური, ტრიბუნები, საფეხმავლო ბილიკები, მცირე საყრდენი კედელი, მოაჯირი საპარკინგე სივრცე.

დამონტაჟდება ტენისის მაგიდა და საბალე სკამები.

სამუშაოები ადგილობრივი ბიუჯეტიდან ფინანსდება.

მიმდინარე წელს, ბორჯომის მუნიციპალიტეტში, 13 მინი სპორტული სტადიონის რეაბილიტაციაა დაგეგმილი.

სოფლის სასიკეთო ფერისცვალება

ბორჯომის მუნიციპალიტეტის საკურორტო სოფელ ტბაზე სკვერის, სპორტული მოედნისა და კორტების მოწყობა აქტიურ ფაზაშია.

სამუშაოების შედეგად, 10000 კვადრატულ მეტრამდე ფართობზე რეკრეაციული სივრცე მოეწყობა. განთავსდება ბავშვთა გასართობი და მოსასვენებელი სივრცეები, ფიტნეს ზონა, კორტების მოედანი, დამონტაჟდება გარე განათებისა და სარწყავი სისტემა, ჩატარდება გამწვანების სამუშაოები, დაირგვება სხვადასხვა სახეობის ხე-მცენარეები და დაითესება ბალახი. ასევე, განთავსდება სკვერისთვის საჭირო ინფრასტრუქტურა.

სკვერის რეაბილიტაციისთვის თანხები ცენტრალური და ადგილობრივი ბიუჯეტიდან გამოიყო.

მიწის სისტემური რეგისტრაციის რეფორმა გრძელდება

საქართველოს პრემიერ-მინისტრის, ირაკლი კობახიძის გადაწყვეტილებით:

მოქალაქეებს, რომლებმაც ვერ მოახერხეს რეფორმაში ჩართვა, საჯარო რეესტრის ეროვნული სააგენტო შესაძლებლობას აძლევს 2025 წლის ბოლომდე, სრულიად უფასოდ აზომონ და დაირეგისტრირონ მიწის ნაკვეთი.

ნელი ხიდაშელის–კაზაზიანის მოსაგონარი

ერთი წელი შესრულდა მას შემდეგ, რაც ქალბატონი ნელი ხიდაშელი-კაზაზიანი გარდაიცვალა. კეთილშობილმა ქალბატონმა, სამი შვილის დედამ, ხუთი შვილიშვილის ბებიამ და მოსიყვარულე მეუღლის თანამეცხედრემ ოჯახის წევრებს, ნათესავებსა და ახლობლებს დიდი სევდა და მწუხარება დაუტოვა.

იგი ხაშურის რაიონის სოფელ დუმაცხკიდან ეწვია ბორჯომს და მუშაობა დაიწყო სამშენებლო ორგანიზაციაში აღმრიცხველად, სწორედ აქ გაიცნო მომავალი მეუღლე არტუშ კაზაზიანი. მოსიყვარულე წყვილმა მეტად თბილი, ერთგული და ლამაზი ოჯახი შექმნა.

სადაც კი ნელიმ იმუშავა, ყველგან დამსახურებული ავტორიტეტი მოიხვეჭა. დღესაც თბილად და სიყვარულით იხსენებენ ახალშენში მცხოვრებლები, იქვე არსებული ხილბოსტნეული მაღაზიის გამყიდველს, რომელიც კლიენტების მიმართ გამოირჩეოდა თავაზიანობით და კეთილსინდისიერებით.

მძიმე სენით შეპყრობილი ნელი ვერ გამოსტაცეს ულმობელ სიკვდილს, რამაც მწუხარებით აავსო მისი ოჯახის წევრები, ნათესავები, მეზობლები.

მეუღლე, შვილები და შვილიშვილები არ ივიწყებელ ღირსეულ ქალბატონს და ყოველთვის პატივს მიაგებენ მის ხსოვნას.

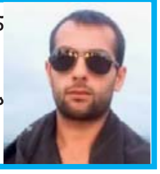
სანთელი და ნათელი არ მოკლებოდეს მის სპეტაკ სულს, ამინ!

იხსენებს ოჯახი, მეუღლე, შვილები: ედიკა, აიდა, თამუნა, შვილიშვილები: არტურა, გიორგი, საბა, ალიკა, რობიზონი.

მაყვალა მახათაძე–მჭედლიშვილის გახსენება

ორმოცი დღე გავიდა შენი გარდაცვალებიდან, ჩვენო საყვარელო მეუღლევ, დედავ და ბებიავ. ასე გვგონია, ყოველდღე ჩვენთან ხარ. ჩვენთვის ეს პერიოდი ცრემლიანი და სევდით სავსე დღეები იყო. გვგონია, აგერ შემოაღებ კარებს და შენებურად გაგვიღიმებ, შენ ხომ სტუმრების საოცარი გამასპინძლების უნარი გქონდა. ვიცით, რომ სასუფევლიდანაც გადააფარებ მზრუნველ კალთას შენ საყვარელ მეუღლეს, ერთადერთ ვაჟს და სამ ვაჟკაც შვილიშვილს. ჩვენ კი, ისღა დაგვრჩენია, ვილოცოთ შენი სულისათვის, დაგინთოთ წმინდა სანთლები და მოგიგონობთ მარადჟამს.

იხსენებს ოჯახი.



დვირის საჯარო სკოლის თანამშრომლები უსამძიმრებენ მარინა ბიბილურს შვილის

კახა კურტანიძის

ტრაგიკულად გარდაცვალების გამო და თანაგრძნობას უცხადებენ განსვენებულის ოჯახს.

გაზეთი რეგისტრირებულია ბორჯომის სასამართლოს მიერ 1997 წელს,
რეგისტრაციის №24.04.59
რედაქციამ შეიძლება გამოაქვეყნოს ისეთი წერილები, რომელთა ავტორების თვალსაზრისს თვითონ არ იზიარებდეს.
მისამართი: ბორჯომი, ფალიაშვილის №2. ტელ: 22-29-65.
იბეჭდება: თბილისი, ე. ბაღდავაძის №20.
WWW. colorgroup.ge
borjomipress9@gmail.com
რედაქტორი: ვალერიან ლომიძე
კორექტორი: ნანა კევლიშვილი