UNIVERSAL JOURNAL OF MEDICAL AND NATURAL SCIENCES
ISSN 2992-8826
https://sr-journals.org/index.php/UJMANS

Buxoro vohasi Rekreatsion resurslari tizimida Sitorai Mohi-Xosa sanatoriyasining o'rni va ahamiyati

Isayeva Madina Nu'monovna,
Buxoro davlat universiteti tayanch doktoranti
E-mail: Isayevam833@gmail.com
Ergasheva Mavjuda Komiljonovna ,
Buxoro davlat universiteti dotsenti, g.f.f.d(PhD)
E-mail: ergashova76@mail.ru

Annotatsiya: Maqolada Buxoro vohasining rekreatsion resurslari tizimi tahlil qilinib, Sitorai Moxi-Xosa sanatoriyasining mazkur tizimdagi o'rni, rekreatsion imkoniyatlari, sog'lomlashtirish faoliyati hamda hudud rivojlanishiga ta'siri ilmiy-geografik jihatdan yoritiladi. Tadqiqot natijalari vohaning rekreatsion salohiyatidan samarali foydalanish va sanatoriy-kurort xizmatlarini yanada takomillashtirish bo'yicha ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qiladi.

Abstract: The article analyzes the system of recreational resources of the Bukhara oasis, the place of the Sitorai Moxi-Khosa sanatorium in this system, recreational opportunities, health activities, and the impact on the development of the region are scientifically and geographically highlighted. The results of the research serve to develop scientific and practical recommendations on the effective use of the oasis's recreational potential and further improvement of sanatorium-resort services.

Аннотация: В статье анализируется система рекреационных ресурсов Бухарского оазиса, научно и географически освещено место санатория Ситораи Мокси-Хоса в этой системе, рекреационные возможности, оздоровительная деятельность, влияние на развитие региона. Результаты исследований служат для разработки научно-практических рекомендаций по эффективному использованию рекреационного потенциала оазиса и дальнейшему совершенствованию санаторно-курортного обслуживания.

Kalit so'zlar: "balneologik kurort", turizm, rekreatsiya, "sitorai Mohi-xosa", galioaeroterapiya, "Tuzli g'or", sog'lomlashtirish, sanatoriy-kurort.

Ключевые слова: «бальнеологический курорт», туризм, рекреация, «ситораи Мохи-хоса», галиоаэротерапия, «Соляная пещера», здравоохранение, санаторий-курорт.

Key words: "balneological resort", tourism, recreation, "sitorai Moxi-khosa", galioaerotherapy, "Solyanaya peshchera", zdravoochranenie, sanatorium-resort.

Kirish. Bugungi kunda aholi salomatligini mustahkamlash, dam olish va sog'lomlashtirish xizmatlarini rivojlantirish masalalari davlat siyosatining muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Rekreatsion resurslardan oqilona foydalanish, mavjud sanatoriy-kurort muassasalarining imkoniyatlarini kengaytirish hamda ularning hududiy rivojlanishdagi o'rnini tadqiq etish geografiya va turizm sohalarining dolzarb vazifalaridan sanaladi. Ayniqsa, boy tarixiy-madaniy meros, qulay tabiiy-geografik sharoit va o'ziga xos rekreatsion salohiyatga ega bo'lgan Buxoro vohasida sog'lomlashtirish va dam olish maskanlarining ahamiyati yildan-yilga ortib bormoqda.

O'zekiston Respublikasi Prezidentining "Aholiga davlat xizmatlari ko'rsatishning miliy tizimini tubdan tahlil qilish chora-tadbirlari to'g'risida" 2017-yil 12-dekabrdagi PF-5278-son , "Jamiyatda ijtimoiy-manaviy muhitni sog'lomlashtirish , mahalla institutini yanada qo'llab-quvvatlash hamda oila va xotin-qizlar bilan ishlash tizimini yangi drajaga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 2021-yil 11-maydagi PQ -5113-son qaroriga muvofiq , shuningdek, keksalar va nogironligi bo'lgan shaxslarga sanatoriyalarda davolanish uchun yo'llanmalar berish

bo'yicha davlat xizmatlari ko'rsatish tizimini yanada takomillashtirish maqsadida Vazirlar Mahkamasi tomonidan bir qator qabul qilingan qarorlar mamlakatimizda ushbu sohaga qaratilayotgan e'tiborning dalilidir. Bundan tashqari "O'zbekiston - 2030 " startegiyasida ham sog'liqni saqlash sohasini ravnaq toptirish, eng avvalo aholiga tibbiy va ijtimoiy-tibbiy xizmat ko'rsatish va qulayligini ta'minlash hamda sifatini oshirish singari muhim vazifalar belgilab qo'yilgani ayni yo'nalishdagi ishlarni yangi bosqichga ko'tarish hamda yurtimizdagi barcha tibbiyot muassasalari singari sanator-kurortlar faoliyatini ham yanada takomillashtirsh zarurligini anglatadi. Bugungi kunda respublikamizda rekreatsiya resurslarni geografik jihatdan o'rganish bilan shug'ullanayotgan mutaxassislar tomonidan ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda. Bu sohadagi ilmiy tadqiqotlar G.Zokirov, A.Yusupov, R.Usmonova, M.R.Usmonov, Sh.Xolmurodov, O'.B.Badalov va boshqalar ishlarida kengroq yoritilgan. Bu borada sanatoriya va kurortlarni hududlar bo'yicha o'rganishda rus va dunyo olimlarining xizmati katta bo'lgan. Jumladan, Ye.M.Baybakova, G.A.Nevrayev, A.A.Chubukov , N.K.Kalitin , G.A.Nevrayev, Ye.P.Maslov kabi olimlar ushbu sohada ilmiy izlanishlar olib borishgan.

Vohalanki, sog'lomlashtirish, sog'liqni tiklash bevosita rekreatsiya resurslari bilan bog'liq bo'lib, u kishilarning mehnat ta'tili vaqtlarida o'z salomatligi va ish qobiliyatini tiklashga qaratilgan faoliyat hisoblanib, sanatoriya-sog'lomlashtirish rekreatsiya majmuiga kurort deyiladi. Kurort so'zi nemischa «kur»-davolanish, «ort»-joy, ya'ni davolanish joylaridan foydalanish degan ma'noni anglatadi.[1]

Respublikamizdagi mana shunday ko'zga ko'ringan maskanlardan biri Buxoro vohasining noqulay iqlimiy sharoitida, yer ostidan qaynab chiquvchi tabiiy mineral suvlar evaziga bunyod etilgan "Sitorai Mohi-xosa" sanatoriyasidir. Buxoro vohasi nafaqat tarixiy va madaniy turizm markazi, balki aholi salomatligini tiklash va mustahkamlashga xizmat qiluvchi rekreatsion obyektlarga ham ega hudud hisoblanadi. Ushbu tizimda Sitorai Mohi-Xosa sanatoriyasi alohida o'rin tutib, o'zining qulay geografik joylashuvi, tabiiy-iqlimiy sharoiti, zamonaviy davolash-sog'lomlashtirish xizmatlari hamda tarixiy-madaniy muhit bilan uyg'unlashganligi bilan ajralib turadi. Mazkur sanatoriya vohaning rekreatsion salohiyatini oshirish, ichki va tashqi turizmni rivojlantirish, aholi bandligini ta'minlash hamda hududning ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotiga hissa qo'shishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Mas'uliyati cheklangan jamiyat sifatida ish yurituvchi bu bu sihatgoh Zarafshon vodiysida, dengiz sathidan 500 metr balandlikda, Buxoro shahrining 3 chaqirim shimoliy qismidagi havosi toza va xushmanzara erda joylashgan Umumiy maydoni 10,3 gektarga teng. Hududi mevali va manzarali daraxtlar hamda gulzorlar bilan burkangan. Asosiy inshootlari besh va olti qavatli yotoq binosi, ikki qavatli davolash bo'limi, oshxona, madaniyat saroyi, yozgi avtosaroy, qozonxona, oziq-ovqat mahsulotlari hamda xo'jalik jihozlari saqlanadigan omborxonalardan iborat.

Sanatoriy joylashgan hudud iqlimi keskin kontinental, havosining o'rtacha yillik harorati 14,8°S, qishda 0°S, bahorda +6,2°S dan 26°S gacha, kuzda 12,8°S gacha bo'lib, 8 yog'in-sochin miqdori 110–120 mm.ni tashkil etadi.

Olimlar O'zbekiston quruq iqlim sharoitini o'rganish maqsadida olib borgan ko'p yillik tadqiqotlar jarayonida Buxoro shahrining shimoliy qismidagi Mohi Xosa hududida yoz oylarida quyoshli issiq havo harorati yuqori darajada, ya'ni 40–45°S dan baland bo'lishi, havodagi nisbiy namlik esa 20–25% ni tashkil qilishi kuzatilgan. SHu bois u erda «Sitorai Mohi Xosa» sanatoriysi barpo etilgan. U yilning yoz oylari uchun iqlimiy, sovuq oylari uchun balneologik kurort hisoblanadi. 1962 yildan buyon respublikamiz va MDH mamlakatlari fuqarolariga besh xil yo'nalishdagi kasalliklarni davolash bo'yicha sanator-kurort xizmatlarini ko'rsatib kelmoqda. [6]

Sanatoriyda «A» va «B» yotoq bo'limlari bo'lib, birinchisi 2016 yil may oyida to'liq kapital ta'mirdan chiqarildi. Yoz faslida sanatoriyda buyrakning glomerulonefrit kasalligi bilan og'rigan bemorlar davolanadilar. Ular uchun alohida ajratilgan davolash maydonlari aerosolyariya, gelioterapiya, dam olish bog'i bor. Davolanish jarayonlarida kishi organizmidan terlash orqali yo'qotilgan suv o'rnini to'ldirish maqsadida davolanuvchilarga tarvuz, issiq ko'k choy ichib, gigienik dush qabul qilish tavsiya etiladi. Bemorlar orttirgan kasallik, u qanday kechayotgani, qon bosimining

doimiy nazorati, qondagi biokimyoviy, siydikdagi klinik o‘zgarishlar muntazam ravishda davolovchi shifokorlar tomonidan nazorat qilib boriladi.



1-rasm. Sitorai Mohi-xosa sanatoriyasining kirish qismi.

Yilning sovuq fasllarida sihatgohga ovqat hazm qilish, tayanch-harakat a’zolari kasalliklari, siydik chiqaruv yo‘llarining shamollashi, andrologik hamda markaziy nerv tizimlari kasalliklari bor kishilar qabul qilinadilar. Kasallik tarixi qabulxonada yozib to‘ldiriladi, davolanuvchilar shifokorlar qabuliga taklif qilinadi va ularga kasalliklari bo‘yicha davolash muolajalari buyuriladi. Shuning uchun ham bu yerga “Yozda iqlimiy, qishda balneologik kurort” ta’rifi bejiz berilmagan.

Sanatoriyda davolash-sog‘lomlashtirish ishlarining tashkil qilinishi

Sanatoriyning davolash manbalari qu‘yidagilardan iborat:

– Yoz oylarining quyoshli quruq issiq iqlimi.
– Tibbiy shifobaxsh, termallik harorati 40–42°S bo‘lgan, minerallanishi 2,9– 3,0 g\l ni tashkil etuvchi komponentsiz xlorid-sulfat-natriyli suvi.
– Zamonaviy fizioterapevtik apparatlar yordamida davolash.
– Parhez taomlar.
– Dori-darmonlar va turli-tuman shifobaxsh giyohlar.
– Madaniy-ma’rifiy tadbirlar.

Sanatoriyga kelgan davolanuvchilarga ginekolog, urolog, nevropatolog, UZI, stomatolog shifokorlar xizmat ko‘rsatishadi.

Bu yerda davolashning tabiiy manbalaridan biri ma’danli shifobaxsh komponentsiz, minerallanishi 2,9–3,0 g\l, kimyoviy tarkibi bo‘yicha xlorid-sulfat-natriyli suv hisoblanib, termallik darajasi 40–42°S ni tashkil etadi. N.A.Semashko nomidagi Kurortologiya va fizioterapiya ilmiy-tadqiqot institutining 1984 yil 17 maydagi 11-05\09 raqamli tibbiy xulosasiga ko‘ra, bu komponentsiz suv ekanligi ta’kidlanib, undan oshqozon-ichak kasalliklarini davolashda hamda ichish maqsadida foydalanish tavsiya qilingan. Sanatoriyda esa gidrogeologik muhofaza okrug loyihasi 1975 yilda tuzilib, uy erdagi ikkita 1k–2k quduqlari atroflari 60x60 metr hajmda 1-sanitariya zonasi deb ajratilgan.

Mavjud quduqlarda gidrogeologik kuzatuv ishlari uzluksiz ravishda va belgilangan muddatda olib borilmoqda. Kurortlar boshqarmasiga qarashli gidrogeologik laboratoriya bo‘limiga yilning har choragida tahlil qilib ko‘rish uchun ma’danli suv hamda vannalar qabul qilish bo‘limlaridan suvlar olib kelib topshirilmoqda. Tekshiruv natijalari va xulosalari o‘z vaqtida olinmoqda.

UNIVERSAL JOURNAL OF MEDICAL AND NATURAL SCIENCES
ISSN 2992-8826
https://sr-journals.org/index.php/UJMANS

Bugungi kunda sanatoriyda 11 ta umumiy, 1 ta 4 kamerali, tananing pastki va yuqori qismlari uchun alohida-alohida 1 tadan vannadan, oshqozonni suv bilan yuvish uchun 4 ta moslamadan va davolovchi balchiqdan foydalanilmoqda. Suv ichish galeriyasida dam oluvchilar uchun suv qanday, qancha miqdorda va qay holatda iste'mol qilinishi haqida ko'rsatmalar bor. Ularga ko'ra, ushbu ma'danli suvni 100 gr.dan to 300 grammgacha rejim asosida, och qoringa ovqatlanishdan 30, 45, 60 daqiqa oldin iste'mol qilish lozim.(2-rasm)

Bu ma'danli suv bilan oshqozonni nahorga yuvish, o'n ikki barmoq ichakni zond bilan yuvish, ichaklarni yuvish, ayollar bachadonidagi ginekologik shamollash holatlarida qinni chayish kabi muolajalar olib boriladi.



2-rasm. Sanatoriya ichkarisida joylashgan davolanuvchilar uchun maxsus suv ichish galeriyasi.

Bo'limda fizioterapiyaning nur bilan, yuqori va past kuchlanishli elektr toki bilan ishlovchi apparatlar yordamida, parafin-ozokerit bilan, uqalash (massaj), magnitolazer, androgen bilan davolash ishlari olib boriladi. Shuningdek, galioaeroterapiya, dori-darmon bilan ingalyasiya, kislorodli-morjakli vanna, Sharko dushi, ultratovush, balchiq bilan davolash, mexonoterapiya, umurtqa pog'onasini kompyuter moslamasi yordamida cho'zish, igloterapiya kabi davolash usullari qo'llaniladi.

Sanatoriy oshxonasi 550 o'ringa mo'ljallangan restoran tipidagi 2 ta ovqatlanish zalidan iborat. Davolanuvchilarga taomnoma asosida kasallik turlari bo'yicha 1-, 2-taomlar tarqatiladi. Oshxonada 1-, 5-, 7-, 9-, 10-, 15-raqamli parhez va vitaminli stollar uchun ovqatlar tayyorlanadi. Bulardan tashqari, ushbu maskanda mijozlarning maroqli madaniy-ma'naviy hordiq chiqarishlari ham doimo diqqat markazida bo'ladi. Ayni maqsadda yaratilgan qulayliklar sababli kimlardir oldida favvora ishlab turgan maxsus maydonchada raqga tushib ko'nglini chog'lasa, kimlardir musiqiy dam olish kechalarida, taniqli shoir-yozuvchilar bilan uchrashuvlarda, ma'rifat soatlari, tanlovlar, sport tadbirlarida ishtirok etib zavqlanadilar, yana qay birlari Buxoroi sharifning diqqatga sazovor joylariga sayohatga, muqaddas qadamjolarga ziyoratga borib, ma'naviyatini boyitadilr.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, Buxoro voasi qadimdan tarixiy va madaniy merosi bilan sayyohlarnio'ziga jalb qilib kelgan hudud sanaladi. Hududning tabiiy imkoniyatlaridan samarali foydalanish esa vohada turizm-rekreatsiya salohiyatining yanada yuksalishiga olib keladi. Bu bordagi eng muhim qadam hududda mavjud tabiiy-rekreatsion kurort-sanatoriyalar faoliyatini o'rganish va tahlil qilishdan, ularning faoliyatini yanada rivojlantirish uchun ilmiy va amaliy dastak bo'lishdan iborat. Sitorai Moxi-Xosa sanatoriyasi Buxoro vohasi rekreatsion resurslari tizimida muhim o'rin egallaydi. Sanatoriyaning qulay geografik joylashuvi, quruq va issiq iqlimi, shifobaxsh mineral suvlari hamda zamonaviy davolash-sog'lomlashtirish infratuzilmasi uning rekreatsion salohiyatini belgilovchi asosiy omillar hisoblanadi. Sanatoriya nafaqat aholi salomatligini tiklash va mustahkamlashga xizmat qiladi, balki Buxoro vohasida rekreatsiya va turizmni rivojlantirish, yangi ish o'rinlarini yaratish hamda hududning ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotini jadallashtirishda ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Kuzatuzlar davomida sanatoriyaning davolash faoliyati tabiiy iqlimiy omillar, balneologik resurslar, fizioterapevtik muolajalar, tuz va balchiq bilan davolash, parhez ovqatlanish va madaniy-ma'rifiy xizmatlar uyg'unligida tashkil etilganligining guvohi bo'lindi. Bu esa sog'lomlashtirish samaradorligini oshirish bilan birga, rekreatsion xizmatlar sifatini ham yuksaltirmoqda.

Shuningdek, Sitorai Moxi-Xosa sanatoriyasi Buxoro vohasining tabiiy va rekreatsion resurslaridan samarali foydalanishning amaliy namunasi bo'lib, hududda sog'lomlashtirish turizmini rivojlantirish uchun katta istiqbollarga ega ekanligi asoslandi.

Mavzu yuzasidan quyidagi takliflar berildi:

1. Ma'lumki, Sitorai Mohi-sosa sanatoriyasi atrofida majmua sifatida noyob muzey, Yevropa va sharqona uslubdagi binolar va ziyorat qilish uchun tarixiy joylar mavju. Ushbu va boshqa Buxoroning tarixiy-madaniy turizm obyektlari bilan integratsiyalashgan holda yangi dam olish, sog'lomlashtirish va turistik marshrutlarni yo'lga qo'yish mumkin.
2. Mineral suv resurslaridan oqilona va barqaror foydalanish bo'yicha doimiy monitoring tizimini takomillashtirish, ularning shifobaxsh xususiyatlarini saqlashga xizmat qiladi.
3. Hududda ekologik barqarorlikni ta'minlash, yashil hududlarni kengaytirish va rekreatsion landshaftlarni muhofaza qilish choralarini kuchaytirish zarur.
4. Rekreatsiya geografiyasi va sog'lomlashtirish turizmi yo'nalishlarida ilmiy tadqiqotlarni kengaytirish, sanatoriya faoliyatining hududiy rivojlanishga ta'sirini muntazam baholab borish maqsadga muvofiq.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Abbasov S.B., Yarashev Q.S., Badalov O'.B. O'rta Zarafshon havzasini rekreatsiya-turistik resurslari, ulardan foydalanishning geografik asoslari va istiqbollari. Monografiya. - Samarqand 2023. "SamDCHTI" –B. 27-33.
2. Ergasheva M.K., Isayeva M.N., Temirova M.A. Quyi Zarafshon okrugining rekreatsion resurslari va ulardan foydalanish imkoniyatlari // Экономика и социум №10(125)-2024 ISNN 2225-1545. –B.94-98.
3. Ergasheva M.K., Isayeva M.N., Temirova M.A Changes in temperature indicators in the Bukhara region and their utilization opportunities // "Экономика и социум " №10(137)-2025 ISNN 2225-1545. -B. 149-154.
4. Isayeva M.N. Buxoro vohasining rekeatsiya resurslari va ulardan foydalanishning geografik asoslari. // Rekreatsion resurslarni baholash va turistik mashrutlarni xaritalash:ilmiy-uslubiy yondashuvlar. Respublika ilmiy-amaliy konferensiya –Buxoro, 2025. –B. 60-63.
5. Isayeva M.N., Ergasheva M.K., Sharopova Sh.G'. Buxoro viloyatining tabiiy resurslari, turistik salohiyati va undan oqilona foydalanish // Geografiyaning aktual mashqalalari ham rawajlaniw perspektivalari atamasindagi respublikaliq ilimiy-ameliy konferensiya. – Nukus. 2025. –B. 367-371.
6. Murzayeva M., O'zbekiston kasaba uyushmalari federatsiyasi tasarrufidagi sanatoriylar. Monografiya. –Toshkent 2025. "Uz-Times" –B. 219.
7. Хасанов И.А., Ғуломов П.Н. Ўзбекистон табиий географияси. -Т. 2006. –B 162.