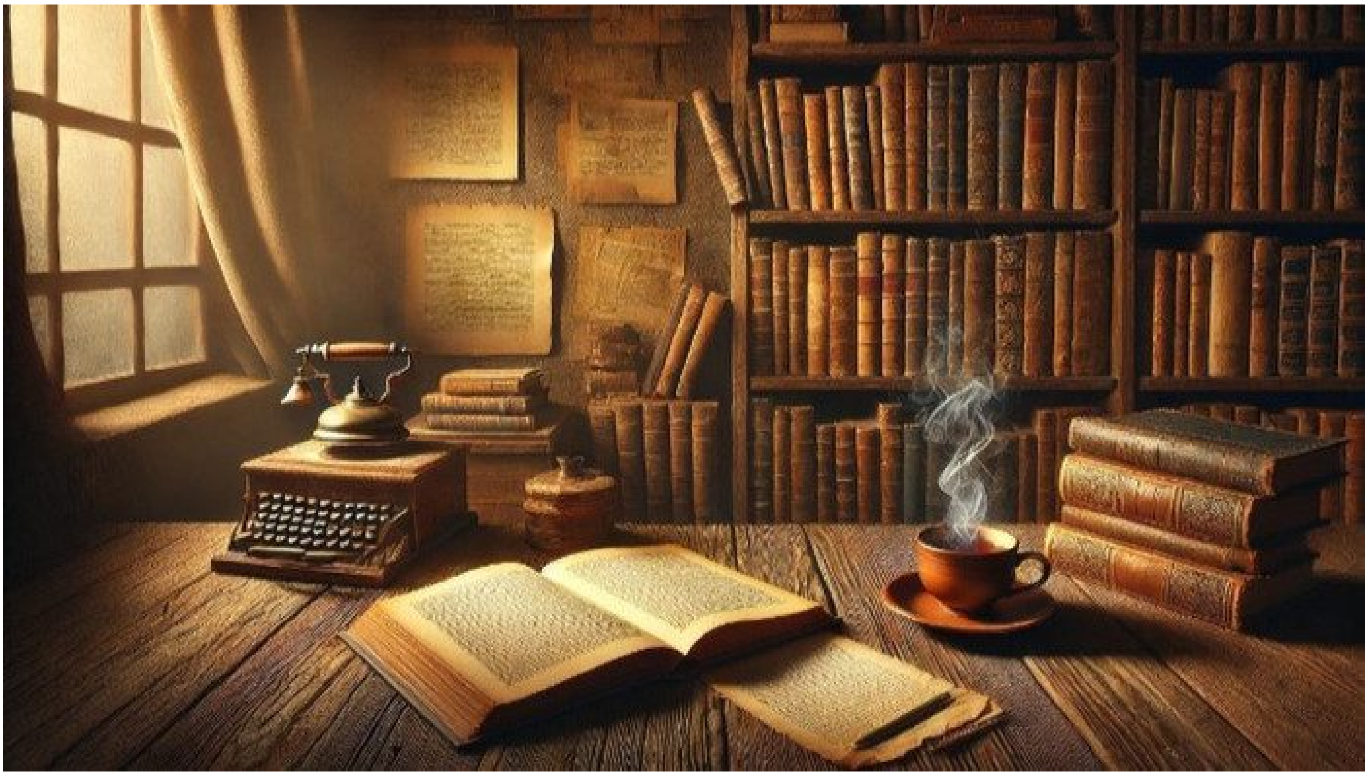
Ýatda galan maglumatlar

Category: Edebi makalalar,Kitapcy,Medisina,Türkmen dili
написано kitapcy | 26 января, 2025
Ýatda galan maglumatlar ÝATDA GALAN MAGLUMATLAR



Ibn Sina: “Men on sekiz ýaşyma çenli öwrenip-okap, öz menlik derejäme ýetdim. Ibn Sina boldum. On sekiz ýaşdan soňra, bilýänlerimi durmuşda amal edip başladym” diýipdir.
Mäne baba Ibn Sinany öýünde kabul edip, onuň bilen üç gün söhbetdeş bolupdyr. Bu beýik pir Ibn Sinanyň medisina ylmynda uly üstünlik gazanjakdygyny aýdyp, oňa bu ylym boýunça köp maslahatlar beripdir. Ibn Sinanyň “Medisina kanony” atly köptomluk kitaby tä 1550-nji ýyllara çenli Ýewropada hem medisina boýunça esasy kitaplaryň biri hasaplanyp, bu kitap ýokary okuw jaýlarynda hem okadylypdyr. Ibn Sinanyň bu meşhur kitaby türkmen diline hem terjime edildi.

Türkmenlerde Mäne baba diýip tanalýan Abu Sahyt Mähneýi “Men hiç haçan iýip-içmegi öňümde mesele edip goýmadym. Kalbyň dok bolsa ajygylmaýar” diýýär eken. Takmyn, on bäş ýaşlarynda ene-atasynyň Abu Sahyt Mähneýä dini däp-dessury berjaý etmegine

päsgelçilik döredendikleri üçin, öýünden çykyp gaýdyp, üç-dört ýyl meýdanda ýaşapdyr. Şonda ol çopan-çoluklaň ýanyna barsa-da, olardan iýip içmändir. Şol döwürde Mäne babanyň ýandagyň bişen dänesini hem beýleki meýdan otlaryny iýip oňandygy çaklanýar. Onuň ejesi “Oglum, bir çopan goşuna barybam iýip-içmänsiň. Dört ýyla golaý meýdanda näme iýip-içdiň?!” diýip soranda, ol: “Eje, meýdanda adam dok bolar ýaly iýmit kän” diýip jogap beripdir.

Adamzadyň hemme gatlagynyň günde üç gezek iýip-içmek endigini̇ň taryhy 200 ýyla ýetenok. Günbatar ýurtlarda bolsa günde 4-5 gezek iýip-içmek endige öwrüldi.

Bir aýda ortaça her adam (Bu göşrkezijiler çagalaryň hem ulularẏň sarp edýän azyk önüminiň aralygy alnan.) 15 kg çörek, 3-4 kg et, 1,5 kg ýag, 1.5 kg gant-şeker (çaý bilen içilýän süýji önümlerini hasaplamanyňda) 1kg balyk, 3 kg kartoşka, 3 litr süýt ýaly esasy iýmit önümleri sarp edýär eken. Ösen ýurtlarda adamlar bu görkezijiden has köp azyk önümlerini sarp edýär ekenler. Her bir bir halkyň mentalitetine görä, käbir azyk önümleriniň sarp edilişi üýtgeýär eken. Meselem, Hytaý ýaly Aziýa ýurtlarynda tüwi dünýäň ortaça görkezijisinden köp sar edilýär eken.1991-nji ýyldaky maglumatlara görä, dünýäde jan başyna ýylda azyklyk hökmünde 110 kg bugdaý sarp edilipdir. Şol ýylda Türkmenistanda 164 kg bugdaý iýmit hökmünde sarp edilipdir. Diýmek, türkmenler dünýäň ortaça görkezjisinden çöregi bir ýarym esse köp iýýär ekenler. Türkmenleriň süýji, sogan-kädi ýaly azyk önümlerinem ortaça görkezjiden has köp sarp edýändigi çaklanýar.

Dünýäniň ösen ýurtlarynda adamzadyň semizligi ynsanyň saglygy boýunça iň agyr problemalaryň biridir. Bu ýirtlarda on sekiz ýaşan oglan-gyzlaryň 70 % çenli ýetginjekleriň öz boýuna görä agramlarynyň agyrdygy bellenýär. Olaryň deň ýarysy aşa semizlik ýagdaýynda hasaplanýar. Günbatar ýurtlarynda semizligiň baş sebäbi adamlaryň köp iýip-içnegi hasaplanýar. Adamzadyň edil häzirki döwürde 200 ýyl ozalky döwürden gündelik sarp edýän azyk önümleriniň möçberiniň esse ýarym,

mundan 1000 ýyl ozalky dňwürden bolsa iki essedenem kän köpelendigi hasaba alnypdyr.

Adamzadyň saglygy üçin, şugundyr, sarymsak-sogan, käşir ýaly gök-önümleriň peýdasynyň örän köpdügi aýdylýar. Düzüminde demir köp bolan almany köp iýmelidigi bellenýär. Muhammet pygamber musulmanlaryň saçagynda zeýtun hem hurmanyň bolmagyny arzuwlapdyr.

Türkmenistana banan 1995-nji ýyldan soňra köpçülikleýin getirilip başlandy. Ondan öň bu önümi telewizorda görýärdik.

Adamyň agramy boýuna görä bolmaly diýlende, 35-40 ýaşyndaky adam bir metrden ýokardaky boý ölçeginiň agramynda bolmaly. Mysal, adamyň boýy 1metr 80 sm bolsa, ol 80 kg bolsa kadaly agram hasaplanypdyr. Eger agzalan ýaşda adamyň boýy 1 metr 60 sm bolsa, onuň agramynyň kadaly bolmagy üçin 60 kg bolmaly. Ýaş ýigitleriň-gyzlaryň agramy öz boýundan has ýeňil bolmaly. 40 ýaşdan geçen, aýratynam, 60-70 ýaşdan geçen adamlaryň agramy öz boýundan 10% agyr bolsa-da kadaly hasaplanýar.

Meksikaly Huan Pedro Franko 2016-njy ýylyň noýabrynda 595 kg bolupdyr. Ol wraçlara ýüz tutup, çäksiz erjellik görkezip, 330 kg horlanmagy başarypdyr. Şu ýylyň martynda şu ýylyň aýagyna çenli 40 ýaşly bu ýigdiň özünden artykmaç derilerini aýyrmak üçin nobatdaky operasiýa taýýarlanýandygy habar berildi. Huan Pedro Frankonyň operasiýasy şowly geçse, onuň 80 kg horlanyp, agramynyň 200 kg-dan aşak düşjekdigi aýdylýar. Onuň saglygyna howp salýan süýji keseliniň bardygy bellenýar.

XX asyryň başyndan aýagyna çenli, ýagny ýüz ýylda adamzadyň boýy ortaça 9 sm ösüpdir. Dünýäde adamzadyň häzir ortaça boýy erkekler üçin 1 metr 80 sm, zenanlarda 1 metr 70 sm hasaplanýar. Adamzadyň şeýle uzyn bolan döwri hiç haçan hasaba alynmandyr.

Döwletmyrat ÝAZKULYÝEW. Edebi makalalar