



Баасы  
келишимдик  
баада

ЖАЛАЛ-АБАД  
АКК

Май

2020-жыл  
№5 (208)

# Биздин сунуш - сизге киреше! Белес



Жалал-Абад Айылдык Консультациялык кызматтын гезити



Аксы районуна караштуу Туок-Жар айылынын тургуну Урусалиева Сабира айымдын ийгиликтери.

## Кыялдарым ишке ашты

"Бизге кыш эрте түшүп, жаз кеч келет. Ошол себептен күнөскана куруп алсам болот экен деп кыялданып жүрчүмүн. Сынакка катышып, чакан долбоор жазып күнөскана куруп, жашылча өстүрүп кубанып жаткан учурум. Көп түйшүктөр болду, мээнетти көп жасадык. Эми гана көчөттөрдү стканчалардан жерге тургузганда кар жаап салды. Кошумча дуга жасап, пленка жаап, эптеп сактап кала алдым. Мөндүрлүү жамгыр көп жаап, көбүнүн эгиндери болбой калды. Ошондой учурларда күнөскана жакшы болот экен, жабык турган үчүн менин эгиндерим сакталып калды. Түшүм ала баштадым. Эртең менен туруп эле ушул жакка кирем, булардын өсүп жатканын көрүп көңүлүм көтөрүлөт. Эң негизгиси базардан сатып албай коопсуз өстүрүп, өзүм үй-бүлөм үчүн тамак-ашка пайдаланып жатам. Артканын

сатып жатабыз. Долбоордун максатына ылайык топ түзүп, туура тамактануу боюнча өзүм окуп үйрөнгөндөрүмдү аларга окуттым. Аябай кызыгып, биз да күнөскана курсак дегендердин саны көбөйдү.

Андан сырткары бал челек кармайбыз. Ден соолук үчүн балдын пайдасы бар экендигин белгилеп кетем. Ошондуктан азыктүлүктөрдү өз чарбада өндүрүүгө аракеттенип жатамын.

Дегеле өз жашылча бакчада өз колуң менен жашылчаларды өстүрүп, тамак-ашка пайдаланганга не жетсин!" - деп кубанычын бөлүштү.

Тоолуу Агро-Экосистемаларда азыктанууну жакшыртуу долбоорунун алкагында ЖА АКК менен биргеликте жүзөгө ашырылууда.

ЖА АКК



## Өзгөчө ой жүгүрткөн айым

Бодо малдын туягы көбөйүп, жайыттар деградацияга учурап жаткан кырдаалдан улам малдын башын азайтып, сүттүү эчкилерди багууга өтө баштаган адамдар да жок эмес. Жайында бодо малды короодо кармап отура албагандыктан, бардыгын жайлоого айдаганга туура келет. Ошол себептен үй-бүлөлөрдүн сүт менен камсыз болушу 3 ай бою токтоп калат. Мындай жагдайдын алдын алуу максатында сүттүү эчкилерди багуу, аларды саап ичип жыл бою сүт менен камсыз болууну жолго коюу жумуштары аткарылып жатат. Ала-Бука районуна караштуу Өрүктү айыл өкмөтүнүн Өрүктү-Сай ай-

Учурда эчки алгандардын баарына текени кезек менен берип жатам. Мурдагы долбоордо эчки алган үй-бүлөлөрдү көрүп, эчки сүтүнүн пайдалуулугуна көзү жетип, ушул долбоор боюнча түзгөн тобумдан

3 үй-бүлө өздөрүнүн эсебинен эчки сатып алышты. Сүт ичкиңер келет экен, текесин кошо албайсыңарбы, текени арендага берем деп тамашалап коем кээде. Өзүм көп жылдан бери 15 өз ара жардамдашуу топторун башын бириктирип, лидер болуп иштеп жүргөндүгүм үчүн, текени арендасы жок эле аз камсыз болгон үй-бүлөлөргө жардам болсун деп берип жатам. Учурда топтун 20 мүчөсү өз эсебинен сүт эчки сатып алабыз деп жатышат.

Түзгөн тобума «Туура тамактануу», «Аз кандуулуктун алдын алуу», «Туура тамактанууда айыл чарбасынын ролу», «Тамак-аш коопсуздугу» деген темаларда сабак өтүп жатам. Топтун мүчөлөрүнүн түшүнүктөрү артып, өз жашылча бакчаларында жашылчаларды, көк чөптөрдү, смалакты өстүрүп, тамак-ашка пайда-



Гулмира Бекназарова элдин кызыкчылыгын биринчи орунга койгон айым.

ылынын аз камсыз болгон тургундары долбоор алкагында сүттүү эчкилер менен камсыз болушкан.

Гулмира Бекназарова айым элден өзгөчөлөнүп, теке алууну көздөгөн. Эже мунун себебин мындайча түшүндүрөт: «Элдин баары сүт ичкиси келип эчки сатып алып жатышат. Бирок текесин эске алып койгон адам жок. Бул эчкилер атайын сүт багытында болсо, жергиликтүү теке менен аргындашса, эчкинин сүтү азаят. Эмне үчүн теке алам деген адам жок деп ойлонуп жүргөм. Бир күнү сынак жарыяланып калганын окуп калдым. Ал сынакта тамактанууну жакшыртууга багытталган темалардын үстүндө чакан долбоор жазуу керек экен. Мен эмне үчүн теке алуу керек экендигин чечмелеп жазып, сынакка катышып, утуп алдым. Натыйжада элдер эчки алса, мен теке алдым.

ланып жатышат. Биздин айыл эчки алып гана тим болбостон, кондитердик азыктарды даярдоо, жашылчаларды кышка карата коопсуз консервалоо, сүттү кайра иштетүү, жашылчаларды органикалык жол менен өстүрүү, балык чарбасын жүргүзүү тармагында жумуштарды да алып барып жатышат. Жегенден ашканын сатып, үй-бүлөлүк бюджетке пайда түшүрүп жаткандары да бар.

Мүмкүнчүлүктөн пайдаланып, жалпы кыргыз элимди ден соолукка карата тамактангыла деп чакырып кетемин!

Долбоор «Тоолуу Агро- Экосистемаларда азыктанууну жакшыртуу» долбоорунун «Потенциалды Өнүктүрүү Программасы» алкагында, ЖА АКК тарабынан жүзөгө ашырылууда.

Насипа МАМАСАЛИЕВА

2-бет

Балдын пайдасы...



3-бет

Кубанычтар чексиз...



4-бет

Тоок багуу ...



5-бет

Балык өстүрүү ...



6-бет

Эчки багуу ...







**Б**алды байыркы замандан бери дарылык касиети бар азык катары пайдаланып келишет. Биздин заманда балга дагы тереңирээк карашып, бир гана элдик медицина эмес, илимий медицина да бул ажайып нектардан жардам издеп келет.



# Балдын пайдасы



**Ден соолук бурчу**

## Тарыхтан бир аз

Бал Байыркы Египетте кеңири колдонулган. Мунун далили катары изилдөөчүлөр адамдын сөөгү жаткан жээк бир гробдордон миңдеген жылдар бою баалуулугун жана даамын жогото элек балды табышкан. Мындан тышкары, Александр Македонскийдин сөөгү Вавилондон Александрияга чейин балга чыланып келгени тарыхчылар тастыкташат. Балдын антибактериалдык касиетинин негизинде сөөк бузулбай келген. Балдын курамында 300гө жакын пайдалуу заттар камтылган. Анда адамдын организмине зарыл болгон дээрлик бардык химиялык элементтер бар. Бал организмге тез жана 100 пайыз сиңет. Ошондуктан ал тамак сиңирүүнү, тамакка болгон табитти жакшыртат. Пайдалуулугу жагынан балга бир дагы жашылча тең келе албайт. Ал эми калориялуулугу жагынан ал нан, эт, боор, балыктардын катарында жүрөт. Балды пайдалануудан кандын түзүлүшү жакшырат, иммунитет көтөрүлөт, мындан тышкары ал күчтүү энергиянын булагы болуп эсептелинет. Бал организмди мезгилинен эрте картаюудан сактайт. Балды ар кандай түрдө колдонууга болот. Бирок ошолордун ичинен эң натыйжалуу деп муздак сууга аралашкан бал эсептелинет. Мындай суусундук аз кандуулуктун алдын алат. Баш ооруну, баш айланууну, чарчоону жоготот.

## БАЛ МЕНЕН ДАРЫЛОО.

### Суук тийгенде:

1. «Өгөй эне-өз эне» дары өсүмдүгүнүн кургатылган жалбырактарын чай сыяктуу бир стакан кайнак сууга демдөө керек. Маңыз бир аз муздап, температурасы 40 градуска чейин түшкөндө ага 1 чоң кашык балды кошуп, аралашманы күнүнө 2-3 жолу 1 чоң кашыктан ичүү эң жакшы жыйынтык берет.

2. Бир литр сууну кайнатып, ага 2 чоң кашык шалфейдин жалбырагын, 2 тишче майдаланган сарымсак, жарым лимондун ширесин жана 2 чоң кашык балды кошуп аралаштырып, 5 мүнөт тыныктыруу керек. Бул аралашманы ысык бойдон жарым стакандан ар саат сайын ичип туруу да натыйжалуу болот.

### Сасык тумоо тийгенде:

1. Жатаар алдында майдаланган сарымсак менен балдын аралашмасынан 1 чоң кашык жеп койсоңуз, эртең менен сасык тумооңуздун изи да калбайт.

2. Бүтүн бир лимонду кайнак суу менен чайкап, сырты менен кошо эт майдалагычтан өткөрөсүз. Ага 100 грамм каймак май менен 2-3 чоң кашык балды кошосуз да, муздаткычка салып коёсуз. Чай ичкенде кадимки майдын ордуна колдоно берсеңиз болот. Же болбосо эртең менен, кечинде 1 чай кашыктан жеп туруңуз.

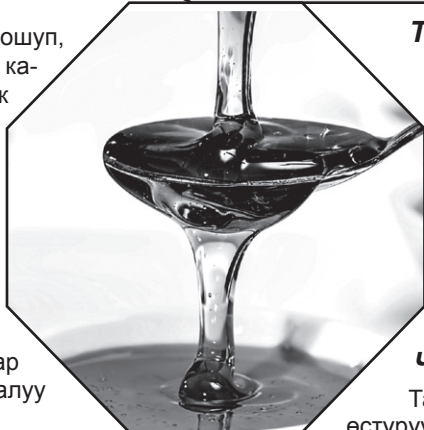
3. Майдаланган 3 чоң кашык пиязга 50 мл жылуу суу жана 1 чай кашык бал кошуп жакшылап аралаштырып, 30 мүнөт тыныктырасыз. Мурун бүтүүдө ушул аралашма менен мурунду чайкаса болот.

### Күйүктө:

Күйгөн жерге балдан сүйкөп, таңып алуу керек. Бир нече күндөн кийин күйүктүн орду билинбей калат.

## БАЛ ТУУРАЛУУ СИЗ БИЛБЕГЕН 4 ФАКТ:

1. Байыркы египеттиктер менен римдиктер балды салык үчүн төлөнгөн алтындын ордуна колдонушкан.
2. Бир чоң кашык балдагы калория ушундай эле өлчөмдөгү кумшекерге караганда 18ге көп.
3. Бир аары өзүнүн өмүрүнүн аягына чейин 0,8 грамм бал жыйнайт.
4. 500 грамм бал топтоо үчүн аарылар бүткүл жер шарын толук айланып чыгышат.



### Тери кабарганда:

Тери кабарып кеткен учурда 1 лимондун ширесине 3 чоң кашык балды кошуп, жай отко ысытуу керек. Аны кабарган жерге бир нече убакытка чейин сүйкөп коюу зарыл.

### Чачты өстүрүүдө:

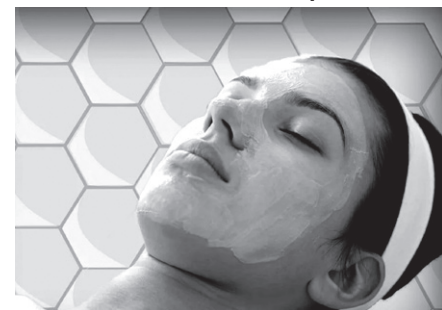
Таз баштарга чач өстүрүүдө да бал жардамга келет. Ал үчүн майдаланган пияз менен андан төрт эсе аз балды аралаштырып, чач чыкпаган жерге сүртүү керек.

## Балды кантип туура сактоо керек?

Балдын сакталуу мөөнөтү чексиз. Болгону аны муздаткычка эмес, кургак шкапка сактоо керек. Кургак жерде, бөлмө температурасында сакталган бал эч качан бузулбайт. Балды таза айнек же алюминий идишке гана сактоо керек. Жез, темир идишке куюлган бал жагымсыз даам жана жытка ээ болгондон сырткары уланууну жаратышы мүмкүн. Эски балдын жугу бар идишке жаңы балды куюуга болбойт. Эски балдын калдыгы жаңы балды бузуп, натыйжада даамы менен жыты өзгөрүлүп кетет. Бал куюлган банканы кескин жыттуу азыктардын катарына коюуга болбойт, бал жытты өзүнө тез сиңирип алат. Балды күн тийбеген караңгы жерге сактоо талапка ылайык, жарык балдын сапатын начарлатып жиберет. Тоңуп калган балды эритүү үчүн аны ысык сууга тосуп же отко коюуга болбойт. Ысытылган бал бат эле сапатын жоготуп, кыжылдап кетет.

## Балдан жасалган маскалар:

Бал косметологияда кургак терилер үчүн кеңири колдонулаары баарыбызга маалым. Бал маскалары кургак бетти жакшы азыктандырат, жумшартат, беттин куудурап курганын азайтат жана кайсы бир деңгээлде майда бырыштарды кетирет. Бирок балды маска катары колдоноордон мурда өзүңүздүн бул азыктан аллергияңыз жок экендигин билип алышыңыз керек.



1. 90 грамм арпа унун, 35 грамм балды, 1 жумуртканын агын жакшылап аралаштыруу керек. Масканы бетиңизге 10-15 мүнөт коюп, анан жылуу суу менен жууп саласыз. Бул маска бырыштардын алдын алат.

2. Эки стакан жылуу сууга 1 чоң кашык балды аралаштырасыз. Жатаарда ушул суу менен бетиңизди жууп, жылуу суу менен чайкап саласыз.

3. 1 даана жумуртканын сарысын, 1 чоң кашык балды аралаштырып, бетиңизге 10-15 мүнөт коёсуз. Андан кийин жылуу суу менен жууп саласыз.

4. 2 чоң кашык спирт, 2 чоң кашык суу жана 100 грамм бир аз жылытылган балды кошуп, жакшылап аралаштырасыз. Масканы 10-12 мүнөт бетиңизде кармап турасыз. Мындай маска беттин терисин тазалап, жумшартат.

Платформа МААН

## ▲ СЫНАП КӨРҮҮЗ!

# Таза балды аныктоонун 10 ыкмасы



3-ЫКМА: Азыраак өлчөмдөгү бал кошулган сууга бир тамчы йод тамызуу керек. Эгер аралашма көгөрүп кетсе, бул крахмал же ун кошулган жасалма бал.

4-ЫКМА: Жарым стакан сууга 2 чоң

кашык балды аралаштыруу керек. Эгер аралашма киргил тартып, бир аздан соң бал стакандын түбүнө тунуп калса, демек, бал таза эмес.

5-ЫКМА: Таза бал тамчы-тамчы болуп бөлүнбөй, бычактан бирдей агым менен түшүп, дөңсөө болуп калыш керек. Акыркы тамчысы идишке түшпөй, пружина сыяктуу бычакка тартылып кетсе, демек, бул чыныгы таза бал.

6-ЫКМА: Балды чоң кашыкка сүзүп алып, баттан айландыруу керек. Таза бал кашыкта айлана берет, а жасалма бал агып түшүп калат.

7-ЫКМА: Таза балды колдун терисине тамчылатып, ылдый каратсаң тамчылап кетпейт.

8-ЫКМА: Таза балды колго сүртсөк жабышпай сиңип кетет.

9-ЫКМА: Эгерде кандай идиште болбосун бал куюлган идишти оодарып көрсөк, анда алгач чоң шарик, андан соң кичине шарик пайда болсо таза бал.

10-ЫКМА: Балдын генетикалык эси болот. Ал үчүн тарелканын түбүнө азыраак балды куюп, ага кадимки муздак сууну куюп, чайкасаң аары уюкчаларынын сүрөтү чыкса, демек таза бал.



МААН платформасы

**К**өпчүлүгүбүз таза балбы, кандай бал биле албайбыз. Түрдүү ыкмаларды угуп келебиз, ошентсе деле аныктоо кыйын. Ошондуктан балдын таза экендигин аныктоонун ыкмаларын сунуштайбыз:

1-ЫКМА: Чыныгы таза балда суу болбойт. Кесим нанга балды сүртүп, 8-10 мүнөт күтө туруу керек. Эгер нан жумшарып кетсе, жасалма бал - ага кошулган кант сиробу нанды жумшартып жиберет. Эгер нан жумшабаса, анда таза бал.

2-ЫКМА: Балды кагаздын бетине сүйкөп, анын үстүнө карандаш менен жазуу керек. Эгер жазуу көк түскө айланып кетсе, анда балда суу бар - бул жасалма бал.





«Жалал-Абад облусунун Ноокен жана Ала-Бука райондорундагы туура тамактанууну жөнгө салуу үчүн жергиликтүү азык-түлүктөрдү өндүрүү системасын колдоо» долбоору



Белекова Көкө.

Ноокен районунун Коминтерн айылында 2018-жылы ЖА АКК тарабынан күнөсканада жашылча өстүрүүгө кызыккан тургундардан топтор түзүлгөн. Топ мүчөлөрүнүн ичинен активдүү, кызыкдар мүчөлөргө долбоор тарабынан чакан 40 м<sup>2</sup> аянтка күнөсканалар курулуп берилген. 2018-жылы Коминтерн айылында «Ак-Эмгек» тобунун мүчөсү Белекова Көкө, 2019-жылы «Киреше» тобунун мүчөсү Доманова Гүлбайра эжелерге курулуп берилген. Күнөскана ээсин таап, фермерлер туура тандалган. Себеби бул эжелер күнөскана курулгандан бери ошол күнөскананын ичинде тынымсыз аракеттенип, иштеп келишүүдө. Былтыр 2019-жылы эжелер бадыраңдын «Фонтино» сортун эгишип, жакшы киреше алышкан. Быйыл да ошол эле «Фонтино» эгишти. Азыркы күндө бадыраңдары гүлдөп, түйүп, түшүм алып башташты. Эжелер күнөскананын артыкчылыктарын, өзгөчөлүктөрүн айтышып, ыраазычылыктарын билдирип келишет.

# Кубанычтары чексиз болсун

**КӨКӨ ЭЖЕ:** «Күнөсканага кызыгып жүрчүбүз. Бирок кантип куруу, анда жашылча өстүрүү боюнча маалыматыбыз жок эле. 15 мүчөдөн турган топ түзүлүп, орто фонд уюштурганбыз. Орто фондубуз 9000 сом болуп калды. Орто фонд акчабызды топ мүчөлөрү үчүн сапаттуу үрөн сатып алууга жумшайбыз. Ай сайын взнос топтоп, толуктап турабыз. ЖА АКК тарабынан көптөгөн тренингдерден өтүп, маалымат, билим алып, тажрыйба алмашып, жашылчаларды өстүрүп жатабыз. Илдет-зыянкечтерге каршы алдын ала күрөшүп, оору түшүрбөй багып жатабыз. Үй-бүлөбүз менен элден 1 ай эрте помидор, бадыраң жейбиз. Күздө да кар жааганча жейбиз. Жегенден артканын сатып, кошумча киреше алабыз. Мен 2018-жылы 7680 сом киреше алгам, былтыркы жылы бадыраңды эки жолу эгип, эки түшүм алдым. Жалпы 20 670 сом киреше алдым»-дейт.

**Эл эмне дейт:** «Күнөсканада, жипке асылып өскөн бадыраңдар таза, сулуу болот экен. Жерде сойлоп өскөнгө караганда, бадыраңды эле эмес Көкөдөн бадыраңдын чекесине эгип койгон укробун да сатып жеп жаттык. Күнөскананы эми түшүнө баштадык, жакшы болот турбайбы. Көкөнүн бадыраңы бизден 1 ай мурда бышат, кымбат кезинде сатып алат. Чакан эле жерден кыйла пайда табат. Көкө өз ишин тапты, кирип-чыгып эрмек болот экен үйдө отурган адамга»-дешти.

**ГУЛБАЙРА ЭЖЕ:** «Мен күнөскана курулгандан бери эле ичинен чыкпайм. Өзүм карайм, эрте жазда бадыраң эгип, күзгө помидор эгем. Былтыр күнөсканадан 11 665 сом таза киреше алдык. Мага күнөсканада иштөө абдан жагат. Кирип-чыгып карап, эрмек болот. Жашылчаларды да жаш баладай кароо керек, күн ысып кетсе пленкаларын ачуу керек, суук болсо жабуу керек дегендей. Кокус эле бир ката кетирсең, жашылчалар өлүп калат. Ошондуктан өтө кылдат мамиле керек экен деп аракет кылып жатабыз. Биздин «Киреше» тобунун ортолук фонду 3450



Доманова Гүлбайра.

сом болуп калды. Орто фонддон топ мүчөлөрүнө жазда жашылчалардын сапаттуу үрөндөрүн сатып алдык.

Быйыл да «Фонтино» эккем, бадыраңдарым бышып, сатып жатам. Күздө экономикалык анализ чыгарам деп калтырбай, киреше-чыгашасын баарын жазып жүрөм».

Визит-консультация учурунда айылды кыдырып жүргөнүмдө «бадыраңдарым бышып калды, сонун тура, эрте түшүм алдык» дешип эжелер кудундап, сүйүнүп мени утурлап чыгышат. Ушундай элди кубанткан долбоорлор боло берсин ылайым деп калам!

Бул иш-чаралар «Жалал-Абад облусунун Ноокен жана Ала-Бука райондорундагы туура тамактанууну жөнгө салуу үчүн жергиликтүү азык-түлүктөрдү өндүрүү системасын колдоо» долбоорунун алкагында «FSDS» Туруктуу өнүгүүнүн сунуштары уюмунун колдоосу менен, Жалал-Абад регионалдык Айылдык консультациялык кызматы тарабынан аткарылууда.

Бурмакан КАЧКЫНОВА,  
ЖА АККнын консультанты

# ПОМИДОРдун дарылык касиеттери

Помидор түрдүү витаминдерге, минералдык элементтерге бай экени белгилүү.



рациондо чектебей кабыл ала берүүгө болот.

Авитаминоздон жабыркаган чачты, терини, тырмактарды калыбына келтирүү үчүн помидор диетасын кармоо керек. Ал үчүн туздалган капустаңын суусун, алма ширесин жана жаңы сыгылган помидор ширесин теңме-тең өлчөмдө аралаштырып, бир аз шекер кошосуз. Анан мындай суусундукту 2 жума бою күнүнө 200 граммдан ичүү керек.

Күйүктү тезирээк калыбына келтирүүдө да помидор натыйжалуу жардам берет. Бул үчүн стаканга жарымына жетпегидей өлчөмдө помидор ширесин куюп, ага бир жумуртканын агын аралаштыруу керек. Массаны күйгөн жерге былчылдата сыйпап туруп үстүн кургаганча таза целлофан, бинт менен таңып коёсуз.

Француздар помидорду «сүйүү алмасы» деп аташат. Себеби ал жыныс бездерин активдүү иштөөгө түртүүчү жана эркектин импотенциясын көтөрүүчү сапатка ээ экен. Мындайды каалаган шартта помидорду сарымсак, болгар калемпири, май, туз, аджико жана жумуртка менен бирге дымдап жесеңиз болот.

Жөтөлүп баштаган учурда аны тык токтотом десеңиз, жакшы бышкан помидорлорду жана ага ылайык өлчөмдөгү сарымсакты, хренди эт туурагычтан өткөрүп, булардын аралашмасынан тамакка чейин бир аш кашыктан ичип турсыз.

Толук жакшы болгончо күнүгө 3 маал кабыл алуу керек.

# КОСМЕТОЛОГИЯДА



ширесине нымдап бетиңизге тегиз тийгизип жатыңыз. Марля кургайын деп калганда алып салсаңыз жана жарым сааттан кийин бетиңизди жуусаңыз болот. Бул ыкма терини майлуулуктан арылтат, жумшартат жана сыйда кылат.

Бир жумуртканын сарысы менен үй шартында сыгылган помидордун бир чай кашык ширесин жакшылап аралаштырасыз. Андан кийин муну бетиңизге текши кылып жаап 10 мүнөттөн соң жууп салсаңыз, териңиз жумшара түшөт. Бул маска териге бырыш түшүп кетүүгө да каршы турат.

Жаздын келиши менен бетке түшкөн сепкилдерди жок кылуу-га помидор натыйжалуу жардам берет. Бул үчүн анын ички маңызын алгач ботко абалындагыдай кылып эзип аласыз, анан эки бетиңизге тегиз сыйпайсыз да 20-25 мүнөттөн кийин салкын суу-га жууп саласыз. Мындан кийин жүзүңүздүн өңү да жагымдуу болуп чыга келет.

Помидорду ашыкча салмактан арылууну жана арыктоону каалагандар ушул максатта колдонсо болот. Сиз алардын катарында болсоңуз, эртең мененкисин бир нече помидор жеп, көк чай ичиңиз, түшкүсүн бир помидор менен бир сындырым кара нан жеңиз, ал эми кечкисин помидор кошулган салаттан каалаганча жеп, кофе ичиңиз. Эртүүлүк менен бул диетаны кармасаңыз, бир жумада 5 кг салмак таштай аласыз.

**ЭСКЕРТҮҮ.**  
Дарыгерлердин кеңеши менен колдонуңуз.

Интернет булагынан алынды

# САЛАМАТТЫКТА



Помидор ашказан жарасын жана он эки эли ичеги ооруларын жаратуучу себептерге каршы туруучу жакшы каражат. Ал үчүн 15 күн бою күнүнө 3 жолу тамактан кийин помидордун жаңы сыгылган ширесин (100 г) туз кошпой ичесиз. Дарылоону 10 күндүк тыныгуудан кийин дагы бир ирет кайталоо зарыл.

Муну өттөгү таштарды эритүү үчүн да колдонсо болот. 200 г жакшы бышкан ашкабактын маңызына бир аз каймакмай кошуп аралаштырып, ал массаны

тамактан жарым стакандан кийин бир стакандан ичүү керек. Анан бир жумалык тыныгуу, кайра бир жумалык дарылануу кылып отуруп бул ыкманы 3 ай дегенде токтотосуз. Бирок, өтүндө ташы бар адамдарга помидордун өзүн жегенге болбойт.

Помидор атеросклерозго жана жүрөктүн ар бир оорусуна каршы турууда же алардын алдын алууда табылгыс каражат болуп саналат. Андыктан, аны салат катары, бүтүндөй эле же үй шартында сыгылган шире катары күнүмдүк



«Смалакты мурда  
Өзбекстандан сатып жечү элек, эми өзүбүз өстүрүп тамак-ашка пайдаланып калдык» дешет «Асылзат» өз ара жардамдашуу тобунун айымдары.



## Көптү билүүгө умтулган айымдар



О. Арзиматова.

Көк-Таш айылы Ала-Бука районунун борборунан 110 км алыстыкта жайгашкан эң алыскы айылдардын бири.

Бул айылдын айымдары өз жашылча бакчасында жашылчаларды, көк чөптөрдү өстүрүп, түркүндөштүрүп тамактанууну жолго коё башташты. Өздөрүнүн айтымында, алгач «Туура тамактануу» деген түшүнүктөрдү жайылтууну көздөгөн Олмахон айымдын айткандарына көңүл коюшкан эмес. Олмахон айым кызыккан айымдардан топ түзүп, окутуп, «Белес» гезитин тарката баштаганда гана аялдар жанданып, жапырт кызыгуулары арта баштаган. Учурда «Асылзат» тобунун 30 мүчөсү бар, анын ичинен төртөө эркек киши. Олмахон Арзиматова өзү 10 жылдан бери «Көк-Таш эко

таза шире» кооперативин жетектеп келет. Олмахон эже айтмакчы бул айымдарды ойготуш үчүн 10 жыл кеткенин айтат. Акыры мынтип, кызыккан аялдардын башы бириктирилди. Алардын ичинен өтө кызыгып, мен сиз менен бирге иштешейин, туура тамактанууну айылыбызга жайылталы деп кызыгуусу артып жүргөн Кундузай айымды биргеликте топтун лидери катары шайлап алышкан.

**Тойчиева Кундузайдын айтымында:**

Олмахон эженин туура тамактануу боюнча алгач өткөргөн окуулары мага жагып калды. Бизге «Тамактануунун пирамидасы», «Түркөндөштүрүп тамактануу», «Жашылчаларды өз жашылча бакчаңда өстүрүп пайдалан» деген темаларда сабак өттү.



К. Тойчиева.

Өзүбүз екпестен, базарда сатылып жатат го, сатып деле жей-биз да дечү элек. Көрсө андай эмес экен, тамак-аш коопсуздугун эске алып, ден соолук үчүн өз колуң менен өстүрүп жегенге не жетсин. Химиялык препараттарды колдонбой «Бордос суюктугун» даярдап, илдеттерге каршы чачуу боюнча үйрөндүк. Жашылчаларды, көк чөптөрдү тамак-ашка көп пайдалансак, балдардын имунитети жакшырып, аз кандуулуктун алдын алууга болооруна ишендик. Смалакты мурда Өзбекстандан сатып жечү элек, эми өзүбүз өстүрүп тамак-ашка пайдаланып калдык. Себеби смалакта темирдин курамы көп болгондуктан аз кандуулуктун алдын аларын эми билип жүрбөйбүзбү.

Биздин топтон 15 аял бөлүнүп чыгып, кондитердик азыктарды даярдоо тобу болуп түзүлгөнү жатат. Алар учурда, кекс, булочка жасап базаргы чыгарып сатып, пайда көрө башташты. Албетте үйдө жаш балдарга базардан, дүкөндөрдөн сатып албастан өз колуң менен даярдап берип калдык.

Топтун айымдары, билим алууга аябай шыктанып калышканын билинип турду. Бизге дагы да окуулар керек, кандай окуулар бар деп сурап жатышты. Бул айылда биринчи жолу өз ара жардамдашуу тобу түзүлдү.

**Айымдарга ийгилик каалайбыз!**

Долбоор «Тоолуу Агро-Экосистемаларда азыктанууну жакшыртуу» долбоорунун «Потенциалды Өнүктүрүү Программасы» алкагында, ЖА АКК тарабынан жүзөгө ашырылууда.

Насипа МАМАСАЛИЕВА



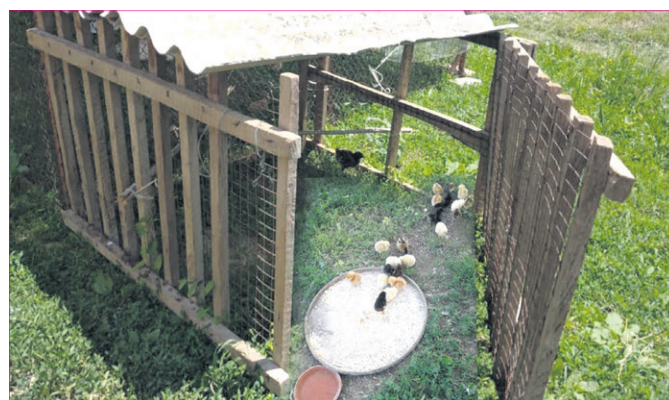
## Тоокторго жакшы шарттар түзүлгөн

Өзүм үйдө бастырып, 40 жөжө ачып чыкты. Мага бир ой келип, көчмө жөжөкана жасаттым. Көчмө болгонун себеби көк чөпкө, күнөстүү жерге жылдырып турууга оңой. Жайкы тоокканада тооктор багылып жатат. Азырынча үй-бүлөм менен та-

мактанып жатам. Сөзсүз эртең менен жумуртка жеп калдык. Туугандарыма 30-35 даанадан жумуртка берип, тамактанууңарды жакшырткыла деп айтып жатам. Цесарка канаттуусун багып жатам, 20 жумуртка бастырдим. Тоокту чоңойтуп, айылга сатып, айылды таза жумуртка менен камсыз кылайын дедим. Өзүмдүн үй-бүлөмдө окорочка сатып албастан, өзүбүз өстүргөн тооктун эти менен камсыз кылып жатам. Азырынча бизнеске айлантайын деген оюм жок. Бирок өзүм жакшылап тоок багууну өздөштүрүп алсам, айылды тоок эти жана жумуртка менен камсыз кылсамбы деген ойлорум бар.

**Кундуз ОСМОНОВА,**  
«Тоолуу Агро-Экосистемаларда азыктанууну жакшыртуу» долбоорунун Айылда Кызмат көрсөтүүчүсү,  
Аксы району,  
Жаңы-Жол айылы

Жайдары тоокторду багып, көбөйтүүнү максат кылгам. Тоок жөнөкөй камкордукту талап кылат экен. Өзүбүз жүгөрү өстүргөндүктөн жем өзүбүздөн чыгат. Кышында 2-3 маал жем берип турдум. Жазында тоокторду эшикке чыгарганыбыз үчүн азыраак жемди чачып калабыз. Азыр тооктор тукум тууп баштады. Тооктор ылаңдап, бир аз жоготуу болду. Сатыкка чыгарып жатам. 100дөй жумуртка чогултуп инкубаторго бердим эле 60 жөжө чыкты.







# Мээнеткеч Зафар Мырза



«Жалал-Абад облусунун Ноокен жана Ала-Бука райондорундагы туура тамактанууну жөнгө салуу үчүн жергиликтүү азык-түлүктөрдү өндүрүү системасын колдоо» долбоору



### Зафар мырзанын айтымында:

Кыргызтаныбызда жылдан жылга балык чарбасын өнүктүрүү жеке тургундардын өздөрүнүн аракеттери менен аз да болсо көбөйө баштады. Аларга удаалаш FSDS «Туруктуу өнүгүүнүн сунуштары» уюму колдоп жаткан долбоор алкагында Ноокен жана Ала-Бука райондорунун бир нече айылдарында балык көлмө жасап, балык өстүрөм деген фермерлер колдоого алынып, алды балыктарын тамак-ашка пайдалана баштады. Алардын бири Ноокен районуна караштуу Шайдан айыл өкмөтүнүн Бирдик айылынын тургуну Мажитов Зафардын ийгилиги менен бөлүшөбүз.

«Балык көлмөнүн туурасы 30 м, узуну 25 м, 1-2,5 м. Балыкты тирүү тутуп, бышырып жей турган шарт жаратсам дейм. Балыктар беде, гумайды көп жешет. Жем жегендери, чөп жегендери да бар. Балыктын 3 түрүн Ак Амур, Толстолобик, Карп багып жатам. 10 жылдан бери балык багып келебиз, акыркы 3 жыл бакпай калганбыз. Себеби көлмөнү кеңейтели деп, кургатып, чоңойтуп эми кайра жандандырдык.

Өткөн жылы долбоор алкагында балыктын чабактарын таштадык. Кыйынчылык деле жок. Болгону эрте жазда суудан кыйналдык. Ошол маалда 30 чакты чабакты

жоготууга учураттым. Өз маалымда жемин берип турсаң жакшы чоңоет экен. Балыктар ооруган деле жок. Чеке-белин тосуп алсам, анан катууга чыгарам деп жатам. Долбоордун максатына ылайык элди тоңдурулбаган, таза өстүрүлгөн балыктар менен камсыз кылабы деп жатам. Үй-бүлөм, ата-энем бир туугандарым күнүмдүк рационунан балыкты пайдаланып, ден соолуктарың чыңашсын деген максаттарым бар.

Топ түзгөм. Аларга туура тамактануу боюнча окууларды өткөрдүм. Кимде ким көлмө даярдап, балык багам десе алара кеңешимди бергенге даярмын.

ЖА АКК

## Айыл чарба өсүмдүктөрүнүн зыянкечтерине каршы биологиялык ыкмаларды колдонуу.

**Феромон** – деген эмне? Феромондор – биологиялык активдүү учуучу заттар, алар курт-кумурскалардан жана башка жаныбарлардан бөлүнүп чыгат. Жыныс феромондору курт-кумурскалардын эркеги менен ургаачыларын байланыштырып туруучу кызматты аткарат. Көбөйүү мезгили келгенде курт-кумурскалар жупташуу үчүн феромон затын бөлүп чыгарат да, бирин-бирин табууга өбөлгө түзүлөт. Ошондуктан зыянкеч курт-кумурскалар менен күрөшүү үчүн феромондук туткучтарын колдонушат. Мында курт-кумурскалардын, албетте зыянкечтердин жыныстык феромондорун жасалма жол менен (синтетикалык) алышат да, феромондук туткучтарды жасашат. Ошол феромондук туткучка зыянкеч азгырылып, учуп келгенде жабышып калыш үчүн клей сүйкөлөт. Ал үчүн зыянкечтердин жалпы массалык түрдө учуу мезгилин так билүү зарыл. Өз убагында жүргүзүлбөй калса, күрөш натыйжа бербей калат. Феромондук туткучтарды зыянкеч көп болгон талаага илип коет. Бул ыкманы көңүл коюп, жалкоолонбой колдонсо, бир топ пайда алабыз: пайдалуу курт-кумурскаларды өлтүрбөй сактап калабыз, химиялык дарыларды колдонбойбуз. Ал үчүн атайын феромондук туткуч саткан жайларга кайрылсаңыздар болот.



АЛТЫН КӨЗ

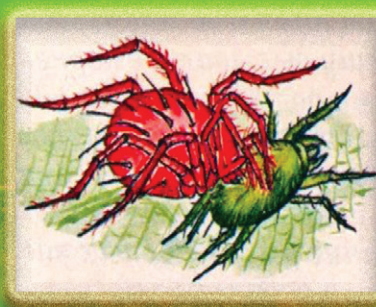


ГАБРОБРАКОН

# Пайдалуу курт-кумурскалар



ТРИХОГРАММА



ФИТОСЕЙУЛЮС



ЭЛ КАЙДА КӨЧӨТ

**ЭНТОМОФАГДАР** – Булар пайдалуу курт-кумурскалар. «Энтомофаг» грек сөзүнөн алынган, «энлома» курт-кумурска, «фагос» жейм дегенди түшүндүрөт. Тактап айтканда, курт-кумурскалар менен тамактануучу жырткыч курт-кумурскалар. Өтө уулуу препараттардын колдонулушу пайдалуу организмдердин жок

болуп кетишине алып келет. Пайдалуу курт-кумурскалардын жок болушу менен табиятта тең салмактуулук бузулуп, зыяндуу курт-кумурскалардын жана кенелердин массалык түрдө көбөйүшүнө шарт түзүлөт. Өсүмдүктөрдү коргоодогу биологиялык ыкма айлана-чөйрөгө терс таасирин тийгизбейт.

**АЛТЫН КӨЗ** – Златоглазка. Жашыл түстөгү, тунук канатчалары бар, көзү алтын түстө жалтырап турган, узун мурутчалары бар пайдалуу курт-кумурска. Булар чөп биттерин (тля) жешет. Алар жай учушкандыктан, туткуч сетка менен тутуп алып, теплицага кое берсе, теплицадагы чөп биттеринен, тактап айтканда, ширеден арылтат.

**ЭЛ КАЙДА КӨЧӨТ – БОЖЬЯ КОРОВКА.** Чөп биттерин жок кылуу үчүн эң кеңири таралган, биз тааныган кадимки эл кайда көчөт. Ал - өтө пайдалуу курт-кумурска. Бакчаңыздагы зыяндуу чөп биттеринен коргоого жардам берет.

**ФИТОСЕЙУЛЮС.** Эрте жазда кара топурактын бетинен ачык кызыл түстөгү кичинекей жөргөмүшчөлөрдү көрүп калабыз.

Бул – Фитосейулус деген жырткыч кене. Аны атайын лабораторияларды көбөйтүп, теплицага кое беришет. Натыйжада теплицадагы желе кенесин (паутиный клещ) жок кылышат. Бул кенелер суткасына 24 желе кенесин жана анын 30 жумурткасын жегенге кудуреттүү.

### ТРИХОГРАММА.

Бул - өтө майда, 1ммден да кичине өлчөмдөгү пайдалуу чымын. Ал зыяндуу көпөлөктөрдүн жана алма куртунун жумурткасына өз жумурткасын таштайт. Зыянкечтин жумурткасын табаары менен кабыгып таштап коет. Ушундай жол менен ал сиздин жашылча бакчаңызды коргоого жардам берет.

### ГАБРОБРАКОН.

Помидорду, жүгөрүнү, картошка, кызылча, дан, күн караманы коргоо үчүн колдонулат. Ал трихограмма менен биргеликте пахта, капустанын зыянкечтеринен коргойт. Ал - уулуу мите. Габробракон өзүнүн уусу менен зыянкеч көпөлөктүн малак куртун шал кылып коет да, ага жумурткасын таштайт, андан курттат чыгат да күбөлөрдү жешет. Анын курту күбөлөр менен тамактанса, чоңдору гүлдүн нектарларын сорушат. Аны биологический лабораторияда көбөйтүү жеңил, керек болгон мезгилде талаага алып барып зыянкечтерге каршы кое берүүгө болот.

### ЭСКЕРТҮҮ:

Жогорудагы энтомофагдарды төмөндөгү биологический лабораториялардан алсаңыздар болот. Химиялык дарыларга караганда 4-5 эсе арзан.

### 1. Жалал-Абад облустук биологический лабораториясы.

Сузак району, Дакан Палван көчөсү, 66.

Сурап билүү үчүн төмөндөгү телефондорго чалсаңыздар болот:  
Моб., 0557 603 335;  
0771 292 494.

### 2. Ош облустук биологический лабораториясы.

Ош шаары, Кара-Суу көчөсү 2, 12. Тел.: (03222) 3-51-94.

ЖА АКК

## Феромондук туткучтар помидор талааларында төмөндөгүчө бөлүштүрүлөт.

УБАКЫТ	ИШ-ЧАРА	ЭСКЕРТҮҮ
Кыштоодон чыккан биринчи муундагы зыянкечтердин учуу мөөнөтүн аныктоо үчүн.	Аныктоо үчүн 1 га аянтта бирден феромон туткуч керектелет.	1 феромондук туткуч 70 сом турат.
Алгачкы 1 көпөлөк табылган учурда.	1 га аянтта күрөшүү үчүн 4 феромон туткучуна чейин көбөйтүү.	Феромондук туткучтар бир суткада бир жолу текшерилип турат. Кечки саат 6 дан эртең мененге чейинки убакытта туткучтар коюлат, себеби алар кечинде учушат.
Орточо 1 туткучта 7-8 ге чейин көпөлөктөр аныкталган учурда.	Коргоо ыкмалары колдонулат.	Тезинен коргоо иш-чаралары өткөрүлө баштайт.



# Эчки тууйт Эгизди, Эки жылда сегизди

**А**зыркы жылдары шаар жеринде элдин саны өскөнүнө байланыштуу тамак-ашка, өзгөчө сүткө болгон элдин талабы өсүүдө. Бул талапты канааттандыруу үчүн шаардын четиндеги чарбаларда, сүт өндүрүүнү көбөйтүү керек. Бирок, бул баалуу азыкты өндүрүү үчүн уй багуудан башка мүмкүнчүлүктөрдү колдонуу зарыл болуп турат. Мындай шартта сүт азыктарын көбөйтүүнүн бирден-бир кошумча булагы жана ыңгайлуу жолу сүт багытындагы эчкилерди өстүрүү болуп саналат. Шаардын четиндеги кичи райондордо, ал эми уй кармаганга мүмкүнчүлүгү болбогон жеке чарбаларда сүттүү эчкилерди багуу жеңил десек болот.



## ЭЧКИНИН СҮТҮ –

- ▲ Аш болумдуу азык, уйдун сүтүнө караганда организмге жеңил сиңет.
- ▲ Эчкинин сүтү уйдукуна караганда майлуу келип айрыкча жаш балдар үчүн диетикалык тамак катары пайдалуу.
- ▲ Эчкинин сүтүнөн айран, май, сыр, курт жана түрдүү тамактардын түрлөрү жасалат.
- ▲ Мисалга, Швейцария өлкөсүндө медицинада колдонуучу баалуу майларды, сырларды даярдайт.

Азыркы учурда айыл жергесинде балдардын тамактануусу бир түрдүү болуп, түркүндөтүп жегенге шарт болбойт. Ошонун кесепетинен жаш балдардын, кош бойлуу аялдардын арасында азыктанууга байланышкан оорулар көбөйүүдө. Мисалы, аз кандуулук, богок, аз салмактуулук авитаминоз ж.б. Эчкинин сүтү витаминдерге жана башка организмге зарыл болгон заттарга бай болгондуктан, балдардын тамактануусунда колдонсо пайдасы чоң.

Кыргыздын сүт багытындагы эчкилеринин тиби жергиликтүү кылчык жүндүү кыргыз эчкилери менен түпкү теги Швейцариялык Заанен текелери менен аргындаштырылып чыгарылган. 2005-жылы айыл чарба министрлиги түзгөн атайын комиссия тарабынан жактырылып, апробация болгон. Авторлору А.Х. Абдурасулов, И.А.Альмеев ж.б. Кыргызпатент тарабынан берилген селекциялык жетишкендик күбөлүгүнө жана патентке ээ.

Бул эчкилердин конституциясы чың, дене түзүлүшү төп келишкен, экстерьеринде кемтиги жок жана желини жакшы өрчүгөн. Түсү негизинен ак, кээде бозомуктары да кездешет.

Текелеринин салмагы 60-80 кг, саан эчкилердики 44-46 кг түзөт. Саан мезгилинде жылына 450-550 литр сүт берет, сүтүнүн майлуулугу 4,0-5,0% болот. Төт берүүчүлүгү 170-180% жана андан жогору.

Эчкилер дүйнөнүн 170 өлкөсүндө өстүрүлөт. Алардын жалпы саны 700 миллиондон ашат. Дүйнө жүзү боюнча эчкилердин 148 породагы бар, анын ичинде 61 порода сүт багытындагы эчкилер болуп саналат. Эчкилердин саны боюнча биринчи 3 орунду Индия, Кытай жана Пакистан, ал эми эчки сүтүн өндүрүү боюнча Индия, Түркия жана Греция ээлейт.

Европада Заанен жана Тоггенбург тукумундагы сүт багытындагы эчкилер кеңири таралган. Алар саан мезгилинде (10-11 ай) орто эсеп менен 800-1200 литр, ал эми эң алдыңкылары 3000 литрге чейин сүт берет.

Заанен эчкилери Кыргызстанга негизи 1990-жылдары келген. Андан тышкары сүттүү эчкини жакшы көргөндөр Орусиядан алып келип өстүргөндөр.

Элибизде "Эсиң чыкса эчки бак, эчки тууйт эгизди, эки жылда сегизди" деген сөз бекеринен айтылбаса керек. Сүттүү эчкилерден орто эсеп менен ар бир жүз тубарынан 180-200дөн ашык улак алынат. Кээ бир маалыматтарга караганда бир эчки бир туутта 5-6 чейин төл берет. Сүт багытындагы эчкилер төлдүү келип, салмагы чоң-чоң болгондуктан эт өндүрүүдө пайдасы чоң. Эчкинин этинин даамы, кубаттуулугу жагынан койдун этинен калышпайт, ал эми аш болумдуулугу боюнча уйдун этинен жогору турат.

Сүттүү эчкилердин териси жука, тегиз, ийилчээк жана бышык болот. Мындай терилерден эң жогорку сапаттагы кийимдерди жана бут кийимдерди жасоого болот. Ошондуктан, сүт багытындагы эчкилердин санын көбөйтсөк элибиздин турмуш-тиричилигинин жакшырышына аз да болсо өбөлгө түзүлмөк.

Эчкилерди тандоодо, эң башкысы анын ден соолугуна, дене түзүлүшүнө, сүттүүлүгүнө, жашына, келип чыгышына көңүл буруу зарыл. Ден соолугу жакшы эчкинин жүнү тегиз, жылтылдак, кыймылы шайдоот болот. Сыртынан караганда дене түзүлүшү чың, бардык мүчөлөрү жакшы өрчүгөн болуш керек.

Жакшы түзүлүштөгү сүттүү эчкилердин көкүрөгү кең, кабыргалары узун-узун, бели узун, буттары түз жана туяктары бекем болот. Сөөктөрү жакшы өрчүгөн, желинде-



**КАРАБЕКОВА Сулуукан.**  
Неберелерин эчкинин сүтү менен баккан айым.  
Ала-Бука району, Өрүктү-Сай айылы.

ри болсо асылып турбастан жакшы туруш керек. Асылып турган желини басканда эки жакка чайпалып кыймылды кыйындатат. Желини катуу, кичинекей болсо, сааганга кыйын болот. Эчкилердин желинине тандоодо гана көңүл бурбастан, дайыма карап туруу керек. Белгилей кетсек, азыр күнүнө 5 литрден кем эмес сүт берген сүт багытындагы эчкилердин 2-3 айлык улагынын баасы 5 миң сомго чыгып кетти. Сүттүү эчкилер болсо 12-15 миң (кээ бирлери 25 миң) сомдун тегерегинде сатылууда. Негизи Чүй облусундагы Панфилов, Кемин райондорунда көбүрөөк багылууда.

## СААН ЭЧКИЛЕРДИ БАГУУ ШАРТТАРЫ

Сүт багытындагы эчкилерди багуу сүттү аз берген уйларга, башка түрдөгү эчкилерге салыштырмалуу бир канча жеңил жана экономикалык жактан алганда үнөмдүү. Селекция иши жакшы жүрбөгөндөн улам, Кыргызстандын көпчүлүк айыл жергесинде уйлардын сүттүүлүгү бир күндө 5-6 литр сүт болот. Эгер анын ордуна сүттүү эчки эчкини бакса экономикалык жактан пайдалуу болмок.

## ЭЧКИЛЕРДИ ОРДУНДА БАГУУ

Эчкилер үчүн короо кургак, таза, жарык, жакшы желдетилген, кышында жылуу, жайында салкын болгону жакшы.

Короонун көлөмү эчкилердин жайгашуусуна ыңгайлуу болушу керек. Мында 1 тубар эчкиге улактары менен 3-4 чарчы метр, улактары жок болсо 2 чарчы метр, ал эми 6 айдан 12 айга чейинки улактарга 1,2 чарчы метр орун талап кылынат.

Улаккана жарык болушу керек, себеби, жарык - оору козгоочу микробдорду өлтүрөт. Улаккананын терезеси түштүк жагынан коюлуп, полдон 1,5-1,7 м бийик болот. Бул бир чети күндүн нуру ар дайым тийип турушун камсыз кылат, экинчиден жылуулук көбүрөөк топтолот. Жаткан жериндеги абанын температурасы кышында чоң эчкилер үчүн 6-7 градус, эгер улактары менен болсо 8-10 градус жылуу болуш керек.

Белгилей кетчү нерсе, текелерди эчкилер менен чогуу кармоого болбойт.

Текенин мүнөздүү жыты эчкилерге уруп калат дагы, бара-бара эчкиден сүтүнө өтөт. Эгер таптакыр өзүнчө кармай турган бөлмө болбосо ортосун тыкыз кылып тосуп, эшигин башка жактан ачат. Аба-ырайы жакшы болгон күндөрү малды колдон келишинче короодо көпкө кармабай сыртка алып чыгып сейилдетип турган жакшы.

Эчки менен чогуу тоокторду да кармоого болбойт, себеби, алар тоюттарды булгап эчкилерге түрдүү мителерди (биттерди) жугузат.

Улакканада кесек тоют, жем, силос жана тамыры тоют өсүмдүктөр үчүн аштоолорду жасайт. Ар бир тоюттандыруунун алдында калып калган тоютту, айрыкча силосту аштоодон тазалайт, себеби калган тоют бат бузулуп чирип, эчкинин ашказанын оорутушу мүмкүн.

Кышта аба-ырайынын жакшы күндөрү эчкилерди короонун алдына сейилдеткени алып чыгып ошол жерде тоют берет. Таза абага чыкканда эчкилердин ден соолугу чыңалып табити жакшырат. Короонун ичинде аба-ырайынын суук күндөрү гана тоют берет.

Эчкилердин санына жараша короонун ичине эни 50-60 см болгон тактайдан, бийиктигин 40-50 см кылып, жатканга ылайык такталарды жасайт. Эгер мындай такта болсо, эчкилер сөзсүз ошол жакта жатат. Себеби, жакшы эс алып уктайт жана жүндөрү булганбайт. Жүнү кыска эчкилерди күнүнө эртең менен сааштын алдында катуу щетка менен тазалайт. Мында териси ар кандай булганычтан тазаланып, теринин дем алуусу күчөп, кан айлануусу жакшырат. Булардын баарысы сүттүүлүгүнө жакшы таасир этет.

Жазында жүнүн алгандан 10-15 күндөн кийин күн ачык учурда жылуу суу менен самындап жууса болот. Жуугандан кийин кургата аарчып, 2-3 саат короодо кармайт.



**ЖА АКК долбоолор алкагында 70 баш сүттүү эчкилер таркатылды. Алынган төлдөрү менен учурда анын саны 117 ге жетти. Бул эчкилерди көргөн айыл тургундары өздері сатып алгандары да бар. Ала-Бука жана Ноокен райондорунда 2 фермер эчки чарбасы боюнча ферма уюштурабыз деп пландап жатышат.**

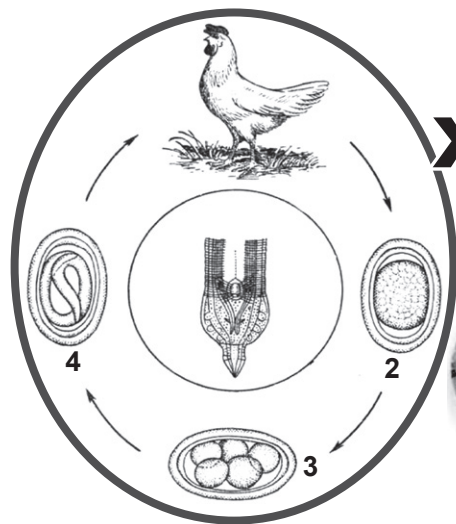
Сүттүү эчкилерди жана породаалуу гиссар кой, козуларды, аргындаштырган саан уйларды, жумуртка жана эт багытындагы тоокторду, айыл чарба шаймандарын, дары-дармектерди, жер семирткичтерди сатып алуу боюнча кызыккан фермерлерге келишимдик негизде көмөктөшөбүз.

### БИЗДИН ДАРЕК:

Жалал-Абад шаары,  
Курманбек көчөсү - 10.  
Тел.: 0559 38-01-02.  
0704 03-01-02 (Вотсап)



# Аскарида жумуру курту



**КОЗГОГУЧУ:**

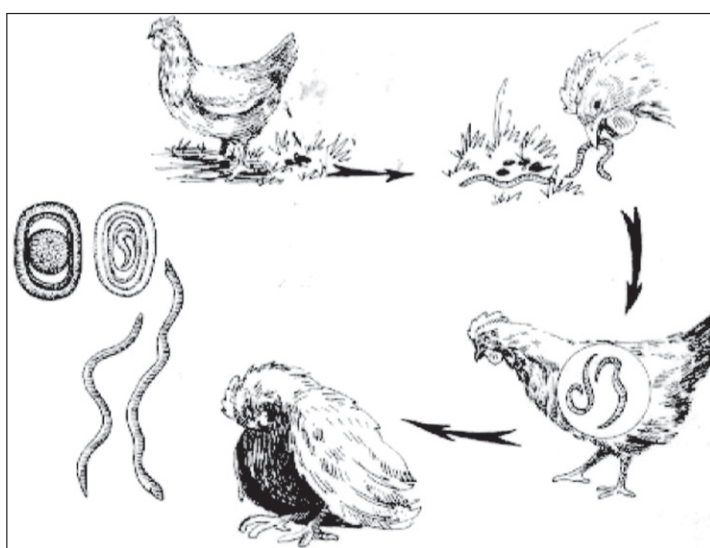
**Ascaridae тукумуна кирген жумуру курт козгойт. Аскаридалар ичке ичегиде мителешет.**

Аскаридалар геогельминттер жумурткасы ылаңдаган куштун фекалийи менен кошо сыртка бөлүнүп чыгат. Алар 7-14 суткада жетилет. Ал эми 29-50 градуста 5 суткада эле жетилет. Тооктор жем, суу менен кошо аскариданын инвазиялык жумурткасын жеп алышып ылаңдашат. Мындан сырткары сактоочу ээси болгон сөөлжандарды да жеп ооруга чалдыгышат. Аскаридалар организмге жуккандан 35-38 сутка өткөндөн кийин жыныстык жактан өөрчүп жетилишет. 1 жылга чейин жашайт.

Аскаридоз менен 5-6 айга чейинки балапандар ылаңдашат. Чоң тооктор ылаңды алып жүрүүчүлөр болуп саналат. Топуракта 6 айга чейин жашайт.

Инвазиянын таралышына тооктордун туура багылышы, тоюттандырылышы чоң таасир этет. Анткени, тооктун рационундагы А, С жана Д витамини кальцийдин жетишсиздиги.

Эгер тооккананын температурасы 10 градустан жогору болсо, анда аскаридозго кышында да чалдыгышы мүмкүн.



**ДИАГНОЗ КОЮУ:**

Аскаридозго мүнөздүү болгон жөжөлөрдүн өспөй калышы, арыкташы жана анемия эсептелет. Ылаңга чалдыккан жөжөлөр араң кыймылдап, канаттары шалбырап түшүп, бир жерге топтошуп алышат.

Ылаңдаган тоокту союп көргөндө ичегиси чоңоюп, канталаганы жана былжыр челинин көөп шишигени байкалат.

Диагноз коюу үчүн тооктун фекалийин Фюллеборндун методу менен текшерип көрүшөт - лабораториялык шартта. Мындан сырткары 10-15 баш шектүү тоокторго диагностикалык гелинсинтездөөнү да жасап көрүүгө болот. Өлгөн тоокторго диагнозду, аларды союп көрүп, ичке ичегисинен аскариданы таап анан коюшат.

**ДАРЫЛОО:**

Пиперазиндин препаратын тоок башына 0,5 гр, Нильвермди 0,04 г фенбендазол менен фебантелди 5 гр өлчөмүндө тоютка кошуп 2 күн эрте менен беришет.

ЖА АКК

## ТООКТОР ЭМНЕ ҮЧҮН ТУУБАЙ КАЛЫШАТ?

**Камалып турган тоокторго убак-убагы менен жүгөрү, арпа жана витаминдүү көк чөп сыяктуу тоют берилбей калганда жумуртка берүүсү азайып кетет.**

Негизинен, тооктор июль жана август айларында туубай калышат. Аталган эки ай ичинде тооктор түлөшөт. Ушул учурда тооктун организмдеги кубат толугу менен жүндөрүн калыптандырууга кетет. Мындай көрүнүш 2 айга чейин созулат. Ал эми жумуртканы жакшы берген тооктордун түлөп түшүшү октябрь, ноябрь айларына туура келип, 2 жумага чейин гана созулат да, кайра тууй башташат. Ошондой эле семирп кеткен тооктор да туубай калышат. Анткени, тооктун организмде калий, фосфор заттары азайып, жумуртканын кабыгын пайда кыла албай калат. Мындай учурда кадимки борду берсеңиз болот.

Атайын жумуртка алуу үчүн чыгарылган жемдер тооктун организм талкалап салат. Себеби анын курамына ар кандай химикаттар кошулат. Тоок фермалар болсо аталган жемди колдонуп, анан тоокту бир жылдан кийин этке өткөрүп салышат. Башка убактарда жумуртка туубай калса, тоют, жылуулук начар деп билсеңиз болот. Эң ыңгайлуу температура катары 15-20 градус жылуулук эсептелет. Ал үчүн тооккана күндүн нуру түз тие тургандай салынышы керек. Тооктор 30 градустан ашкан ысыкта да туубай калышат. Ызычуу болгондо тооктор стресске кабылышат. Бул көрүнүш жем-чөп жетишпей ачка калганда, сырткы чөйрөдөгү ызычуулардын таасири астында пайда болот. Бул дагы өз кезегинде тооктун ден соолугун начарлатып, жумуртка бербей калуусунан да коркунучтуу, анын өлүмү менен аякташы мүмкүн.

ЖА АКК



# Мастит менен ылаңдаган уйдун сүтүн ичүүгө болбойт

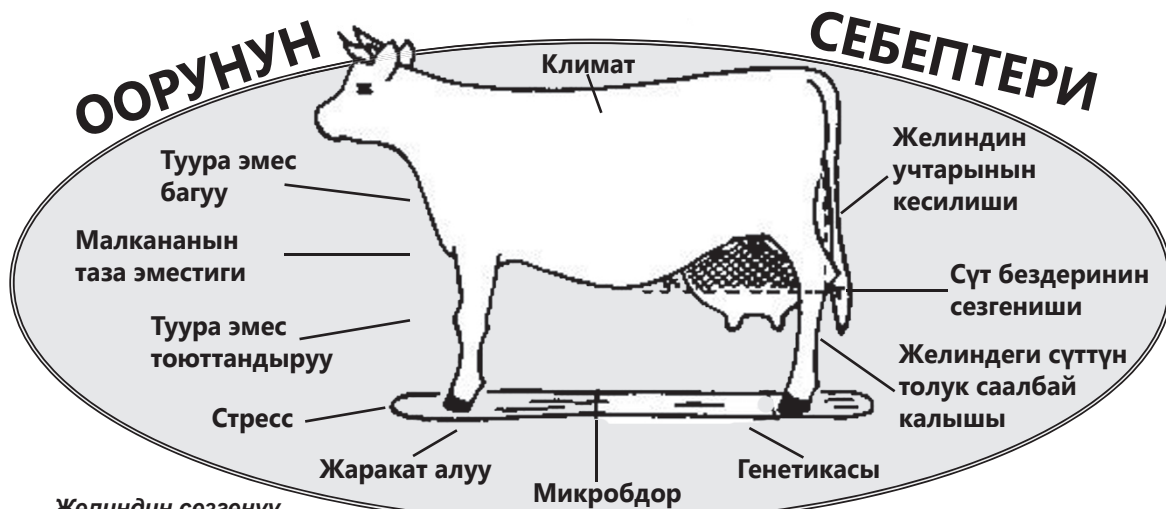
## Мастит (желиндин сезгениши)

Маститтин өтө курч эмес жана өнөкөт өтүүсүндө желиндин үрпү аркылуу комплекстүү препараттарды пайдаланса болот. Алар антибиотик жана сульфаниламиддерди, мастицид, мастинур, мастицид – 2А, Б Е мастициндарды, пенерсин А, мастозерол же 5% прополистин майы буларды 3 күндүн аралыгында күнүнө 2 жолу 5-10 мл өлчөмүндө куят. Антибиотиктерди желиндин мертинген бөлүгүнүн үрпү аркылуу 100-300 мл ЕД, 50 мл 0,5% новокаиинде эритип туруп дарылоо керек. Желиндин маститинин башталышында муздаткы пайдалануу эң жакшы натыйжаларды берет. Ал үчүн желиндин мертинген бөлүгүнө муздак сууну куюш керек.

**Желиндин сезгенишине жараша маститтин бир нече түрү болот:**

- ▶ Геморрагиялык мастит
- ▶ Ириңдүү мастит
- ▶ Интерстициалык мастит
- ▶ Паренхималык мастит
- ▶ Сероздук мастит
- ▶ Фибринозалу мастит

Желин бездердин ткандарына эң көп терс таасир этүүчү сырткы чөйрөнүн факторлоруна төмөндөгүлөр кирет:



**Желиндин сезгениш факторлору**

1. Механикалык факторлорду чакыруучулар болуп желиндин жарылышы, көгөрүп сүрдүрүп алган жер, жаракаттар болуп эсептелинет.
2. Химиялык факторлорго жашыл массаны (өзгөчө буурчак өсүмдүктөрү) көп тоюттандырганда, малдардын организмде фитострогендик көп санда келүүсү, ар кандай козгоочу заттардын таасири таандык.
3. Биологиялык факторлорго маститтин өнүгүшүнө бир катар өзгөчө инфекциялар (Ылаңдар) мисалга алсак: шарп, учук, актиномикоз дарты жана башка кирет.

**Мастит ылаңы өтүүсү боюнча төмөндөгүчө бөлүнөт:**

- ▶ Курч – 10 күнгө чейин.
- ▶ Анча курч эмес – 3 жумага чейин.
- ▶ Өнөкөттүү – 3 жумадан ашык.

Ылаңдын башталышында мастит эч кандай белгилери жок өтөт. Мындай учурда аны жабык өтүүчү мастит дейбиз. Мастит малдарда жылдын кайсы убактысы болбосун пайда боло берет.

Уйлардын маститинин клиникалык белгилерин аныктоо үчүн күнүгө саан мезгилинде жабык, белгисиз өтүүчү маститтин бир айда бир жолу текшерет. Саан бүткөндөн

кийин сүттү көзөмөлдөөчү пластикаларда (МПК-1 же МКП-2) жана төмөндөгү препараттардын жардамы менен аныкталат.

**Мастит менен ооруган уйдун сүтүн ичүүгө болбойт!**

Мастит менен ооруган уйду бөлүп өзүнчө коюп дарылайт. Мастит менен ооруган уйдун желинин шишигин жана сүтүн азайтыш үчүн чыктуу тоют менен жем тоютту саккайгыча чөп менен алмаштырат жана туз менен суунун берилүүсүн азайтуу керек. Желиндин мастит менен ооруган бөлүгүн ар бир 3-4 саатта бат-баттан саап туруу керек. Ооруган желинди дарылоонун ал-

дында желинди самындап жылуу суу менен жууп, кургактап туруш керек болот.

**Дарылоо:**

Маститтин түрүнө жараша ар кандай дарылоочу каражаттары колдонулат. Алардын өлчөмү 1 кг тирүүлөй салмагына 3-5 мин ЕД. Антибиотиктерден тышкары желиндин үрпүнүн ичине төмөндөгү препараттарды куят – 1% стрептоцидин эритиндиси, 1-5% норсульфазолдун эритиндиси, 1-5% фурацилиндин эритиндилерин колдонсо болот. Жогоруда айтылган препараттардын эритиндилерин 38-40 градуска жылытып туруп мастит болгон бөлүгүнө 50-80 мл өлчөмүндө киргизип куят. Желиндин үрпүндөгү бүртүкчөлөрдү эзилтүү максатында үрпү аркылуу 1-2% тамак-аш соданы 50-60 мл өлчөмүндө куят. Теринин алдына же күрөө кан тамыр аркылуу 100 кг тирүүлөй салмагына 5 ЕД (эгерде бооз уй болбосо) окситоцин куят. Ошону менен бирге маститтин гангреноздуу формасында желиндин үрпү аркылуу 0,5-1% перманганат калийдин же 3% перекис водороддун же Люгольдун эритиндиси 50-80 мл өлчөмүндө желиндин жыбыркаган бөлүгүнө куят.

**М. МУРЗАКУЛОВ, ветеринар-консультант**



**К**ыргыз жери түрдүү мөмө-жемиштерди жана жашылчаларды өстүргөн өлкөлөрдүн катарына кирет. Илгертеден чоң энелерибиз тамакка кошулуучу көк чөптөрдү кургатып алып, тамак-ашка колдонуп келишкен. Мөмө-жемиштерди кадимки салттуу ыкма менен эшиктин алдына, асфальтка жайып кургатып келишкен. Кургатуунун мындай жолу гигиеналык талаптарга жооп бербестигин баарыбыз билебиз. Бүгүнкү күндө алыскы айылдарда мөмө-жемиштерди кадимки көнүп калган адат менен, салттуу ыкманы колдонуп кургатып келишет. Ошондуктан кургатуунун өзгөчө ыкмалары менен бөлүшүүнү туура көрдүк.



# Мөмө-жемиштерди кургатуучу күнөстүү шкаф

## Салттуу кургатуу менен күнөстүү шкафтарда кургатууну салыштыруу

Тилекке каршы салттуу ыкма менен кургатылган мөмө-жемиштердин сапаты, товардык көрүнүшү, даамы, өтүмдүүлүгү начар. Көпчүлүк эл сактоону билбегендиктен, мите басып ыргытылып кеткендери да бар. Кээ бир айылдарда кургатылган мөмө-жемиштер мал-жандыктар үчүн тоют катары да колдонулуп келүүдө.

Салттуу кургатуу ыкмасынын кемчиликтери	Күнөстүү шкафта кургатуунун жетишкендиктери
Сапатсыз	Сапаттуу
Таза эмес	Таза жана коопсуз
Кургатуу үчүн чоң аянт керек	Кургатуу үчүн кичинекей аянт жетет
«Товардык көрүнүшү» начар	«Товардык көрүнүшү» жакшы
Жыйноо ыңгайсыз	Ыңгайлуу, бир жерден башка жакка которсо болот.
Жаан-чачын сезондо үстүн жабуу зарыл	Дайыма жабык турат



Кургатылган мөмөлөр (кайналы, өрүк, жүзүм) өзүнө уникалдуу комплекстүү заттарды камтыйт. Алар авитаминоздун, аз кандуулуктун жана депрессиянын алдын алат.

Андыктан дүкөндөрдөн чипсы, кириешки, конфет, шоколад сатып

бербестен кургатылган мөмө-жемиштерди (сухофрукты) бериңиздер.

Мөмө-жемиштерди кургатуу үчүн Жалал-Абад регионалдык Айылдык консультациялык кызматынын тажрыйбасы чоң. Долбоор алкагында Жалал-Абад облусунун көпчүлүк айылдарында күнөстүү шкафтар курулуп, аз камсыз болгон үй-бүлөлөргө жардам катарында берилген. Учурда көпчүлүгү анда мөмө-жемиштерди, жашылчаларды кургатып, кышында витаминдер менен камсыз болушууда.

Дыйкандардын суроо-талабына ылайык күнөстүү шкафтын тигил же бул моделин тандап алса болот. Үй шартында күнөстүү шкафты колдонуу жана пайдалануу өтө актуалдуу десек болот. Бул кургатыкчыларды натыйжалуу пайдалануу менен кышка карата мөмө-жемиштерди, жашылчаларды кургатып алып, үй-бүлөлөр витаминдер менен жыл бою камсыз болушуна шарттар жаралат. Башка өлкөлөрдөн алынып келинген кымбат жана сапатына кепилдик жок кургатылган мөмө-жемиштерди пайдаланбастан, өз колунуз менен кургатып пайдаланыңыз.

## Күнөстүү шкафтын түрлөрү

### 1-модель

Эң кеңири таралган жана көп колдонулган конструкция болуп саналат. Башка моделдерге караганда, буга көбүрөөк сырьё батат. Бул кургатыкчытын 10 текчеси бар. Ар бир текчесине 10 кг мөмө-жемиш батат. Кургатуу мөөнөтү азык-түлүктүн түрүнө жараша жайкысын 2-4, күзгө маал 7-8 күндө кургайт. Эки тарабынан ачылган кош эшиги болот.



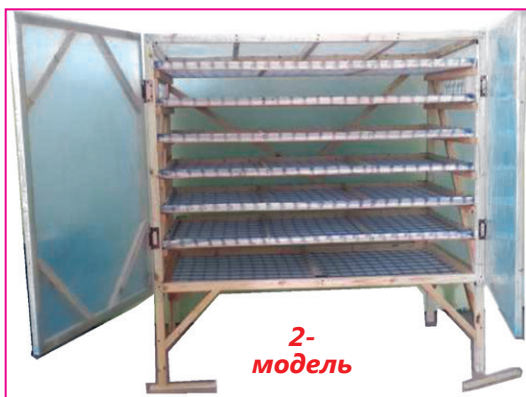
1-модель

### Эскертүү:

Кургатыкчытын текчелерине «москитная сетка» колдонсоңуздар болот. Бирок бул сетка шире болуп, жууп-тазалаш кыйын болот. Ошондуктан 1-2 жыл эле колдонууга туура келет.

### Парник сыяктуу кургатыкчы

Элеттик тургундар үчүн күнөстүү кургатыкчылардын дагы бир модели парник сыяктуу кургатыкчы. Бул моделди Тажикстан өлкөсүнүн АППР НАУ (Агентство Поддержки Процессов развития Нау) өнөктөш уюму сунуштаган. Бул кургатыкчытын артыкчылыгы аны оңой курууга болот, куруу материалдары да оңой табылат. Каалаган жерге жылдырып, каалагандай бийиктикте коюп алып иштетүүгө болот.



2-модель



3-модель

### Кайналыны кургатуу

Кургатуу үчүн толугу менен бышып жетилген кайналыларды колдонушат. Аларды сорттоп, жууп, 10-15 сек., 0,5 % ысык соданын эритмесинде кармап, суу менен жакшылап жушат. Даяр болгон кайналыларды электерге же тактайчаларга бир катар салып, күнөстүү жерге коюп кургатышат. Аларды убак-убагы менен жакшы кургашы үчүн которуп туруу керек.

### Кайналынын пайдалуу касиеттери

Курамында темирдин жана витаминдердин көптүгү авитаминоз жана анемия (айрыкча темирдин жетишсиздиги) менен ооругандар үчүн өтө пайдалуу.

- ▶ Ашказан үчүн күнүнө 5-6 даана жесеңиз оорууну жеңилдетет жана айыктырат.



- ▶ Ден соолукту чыңдаш үчүн жана арыктап сымбаттуу болуш үчүн күн сайын үзбөй жеп туруш керек.
- ▶ Дарылык касиети боюнча медициналык көп препараттарга караганда эффективдүүлүгү жогору.
- ▶ Антибактериалдык касиети аябай жогору – ооз көңдөйүү үчүн.
- ▶ Шишик (онкологиялык) оорууларына каршы азыктануу керек, ич катканда, ичеги орууларга, табитти ачканга жеп туруу өтө маанилүү.
- ▶ Жаңы этти узак сактоо үчүн колдонулат.
- ▶ Сальмонелла, стафилакокк, ичеги таякчасын 90%ке чейин төмөндөтөт.
- ▶ Холестеринди төмөндөтөт жана мээнин иштешин жакшыртат.
- ▶ Көздүн көрүшүн стабилдештирет (провитамин А).
- ▶ Жүрөк, кан-тамыр оорууларына аябай пайдалуу.

### Алманы кургатуу

Алма даамына киргенден баштап кургата боло берет. Алманы тегерек түрүндө, кубик түрүндө кескенден кийин сөзсүз туздуу 4-5% аралашмасына малып кургатылган сапаттуу болот.



### Алмурутту кургатуу

Алмурут декоративдик мөмө-жемиш эсептелет. Кыргызстанда анын 2 түрү өстүрүлөт, жазгы

жана күзгү. Алмуруттун жазгы түрүнүн түшүмү август айынан сентябрь айынын акырына чейин жыйналат. Күзгү түрү октябрь айынан баштап декабрь айына чейин жыйналат. Алмурутту жууп тазалагандан кийин кургатууга даярдалат. Үй шартында камыш үстүндө, кагаз коробка үстүндө, асфалттарда кургатылат. Бул кургатуу санитардык-гигиеналык талаптарга толук жооп бербейт. Мөмө-жемиштерди сапаттуу жана санитардык гигиена талаптарына жооп берүүчү атайын аппараттарда кургатуу зарыл. Алмуруттун курамында 80% суу болот, сууну буулантуу жолу менен бөлүп таштоо керек. Аны күн энергиясынан пайдаланып кургатууда таза жана сапаттуу кургайт.



### Сабизди кургатуу

Сабизди кургатуу үчүн, сабиздин ички сөңгөгү кичирээк жана ачык сары кызыл түстө болушу керек. Сабизди жууп, кабыгын аарчып, баштарын жана учун кесип. Кайнап жаткан сууда 15-20 мүнөт бышырып, муздатышат. Андан кийин ар кандай көлөмдө кесип кургатышат. Сабизди кайнак сууда алдын ала кайнатпай эле кургатылган жолу көбүрөөк колдонулат. Мындай жол менен кургатылган сабиздин сырткы көрүнүшү жакшы болгону менен, көпкө сактаганда, мындай сабиздин каротиндери ажырап, даамы жана түсү өчөт.

### Помидорду кургатуу

Кургатуу үчүн помидордун эттүү сорттору жакшы. Помидорду экиге бөлүп, бөлүкчөлөрдү дагы туурасынан кесип коюшат. Кесилген помидорду күнөстүү жерге коюп кургатышат. Кургатуу 5-6 күнгө созулат.

**Алишер ЮЛДАШЕВ,**  
ЖА АККнын күнөстүү кургатыкчы шкафты куруу жана иштетүү боюнча эксперти