

7. Hərbi Andın mətni
8. “İbtidai hərbi hazırlıq” II cildə Bakı
9. Hərbi bilik jurnalı Bakı 1982

РОЛЬ АЗЕРБАЙДЖАНСКИХ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ В ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

Сариев Вудади

Резюме

Одним из основных направлений деятельности руководства страны по повышению обороноспособности является военно-патриотическое воспитание молодежи. Высшим проявлением патриотизма является целеустремленная активность народных масс в общественном строю, самоотверженный труд на защиту Родины. Главным условием выполнения задач, стоящих перед страной, является воспитание в массах воинского патриотизма и их готовности к защите Родины.

ROLE OF AZERBAIJANI ARMED FORCES IN MILITARY-PATRIOTE EDUCATION

Sariev Vidadi

Summary

One of the main activities of the country's leadership to improve the defense capability is the military-patriotic education of youth. The highest manifestation of patriotism is the purposeful activity of the masses in the social system, selfless work to defend the Motherland. The main condition for the fulfillment of the tasks facing the country is the education among the masses of military patriotism and their readiness to defend the motherland.

Rəyçi: Kərimova Rəna

Fiziki tərbiyə çağırışa qədərki hazırlıq və mülki müdafiə kafedrasının 07 iyun 2022-ci il tarixli iclasın 09 sayılı protokolu

Daxil olma tarixi 22 iyun 2022-ci il

UOT:60.

ZƏRƏRLİ VƏRDİŞLƏR VƏ ONLARDAN TÖRƏNƏN FƏSADLAR

Kərimova Rəna Cəmil qızı, Əkbərova İradə Binnət qızı

Gəncə Dövlət Universiteti

Rena.kerimova.1964@gmail.com

Xülasə: İnsanların bir çox zərərli vərdişləri olduğu hamımıza məlumdur. Spirtli içkilər, narkotik maddələr, siqaret və s. bun a misal ola bilər. Çox vaxt normal zənn etdiyimiz və fərqudə olmadığımız vərdişlər həyatımızda əsaslı dəyişikliklər yarada bilər. İlk günlər həzz verən bir müddətdən sonra insanı incitməyə başlayır. Psixoloqlar hesab edir ki, insan heç vaxt vərdişlə doğulmur. Yaşadığımız müddətdə yaranır və həyatımızı əhatə edir.

Açar sözlər: zərərli vərdişlər, fəsadlar, psixoloji proses, zərərli maddə,

Ключевые слова: вредные привычки, осложнения, психологический процесс, вредное вещество.

Key words: harmful habits, complications, psychological process, harmful substance.

Yaşadığımız dövrdə insanların bir çox zərərli vərdişləri olduğu hamımıza məlumdur. Bəs istəmədən qazandığımız zərərli vərdişlərdən xilas ola bilərikmi? Türk psixoloqu Sərhət Yabancıya görə, vərdişdən qurtulmağın ilk yolu onun zərərli olduğunu qəbul etməkdir. Çox vaxt hansısa vərdişə meyilli insanlar onu problem kimi qəbul etmir və inkar edirlər. Ən böyük bəla o zaman olur ki, bu şəxslər “Mən bu vərdişdən əyləncə kimi istifadə edirəm” kimi düşüncələrlə özlərini aldadırlar. Sizə elə gəlir ki, istədiyiniz vaxt illərdir etdiyiniz vərdişə ata bilərsiniz. Lakin nəzərə almaq lazımdır ki, o vərdiş illərdir sizinlədir və onu rahatlıqla tərk edə bilmərsiniz. Bu səbəbdən həmin zərərli problem olduğunu qəbul edib, həll yollarını tapmağa çalışmaq lazımdır.

Müasir gənclər arasında siqaret çəkmə, spirtli içkilərə meylik, narkomaniya ən zərərli vərdişlərdən sayılır. Siqaretin sağlamlığa vurduğu ziyanla gəldikdə isə, aparılan araşdırmalardan məlum olub ki, siqaret tüstüsündə 4000-dən çox zərərli maddə vardır və bu maddələrin bir qismi xərçəng xəstəliyinin əmələ gəlməsinə səbəb olur. Siqaret tüstüsündə 300 milyonla 3,5 milyard arasındakı zərərli dənəciklər mövcuddur.

Siqaretin digər fəsadlarına tez qocalma, diş çürüməsi, ürək xəstəlikləri, qırtlaq xərçəngi, vaxtından əvvəl doğum, şəkər xəstəliyi, qanqrena, qida borusu xərçəngi və s. göstərmək olar.

Siqaret beyni qidalandıran damarlarda elastikliyin azalmasına səbəb olur. Sual edə bilərsiniz ki, axı siqaret çəkənlər söyləyir ki, siqaret çəkəndə baş ağrıları keçir. Siqaretin tərkibindəki nikotin maddəsi əvvəl beyin damarlarının genişlənməsinə səbəb olur ki, buda cəmi 15 saniyə çəkir. Sonradan isə spazm baş verir. Nikotin sinir sisteminə təsir edir, ürək-damar sisteminin işi pozur. Onun təsiri nəticəsində qan təzyiqi və nəbz sürətinin artımı ortaya çıxır. Siqaret çəkmə iflic olma, ürək xəstəliklərinin, xüsusilə də ürək əzələsinin infarktının əmələ gəlməsinə zəmin yaradır.

Siqaret aludəçiliyi olan insanlarda onu tərgitmək çox çətin, bəzəndə mümkünsüz olur. Nəinki siqareti, ümumiyyətlə insana zərərli olan hər şeydən qurtulmaq üçün insanda güclü iradə olmalıdır. Amma təbii ki, hər kəs bu qədər güclü ola bilmir. Yenə də hər bir zərərli vərdişdən qurtulmaq üçün müxtəlif vasitələr vardır. Yetər ki, istəyəsən, yetər ki, çalışasan. Amma qurtulmaq istəməsən, istəklərinə yenilsən kiçik səhvlər böyük faciələrə səbəb ola bilər.

Spirtli içkilərin zərərinə gəldikdə isə bildiyimiz kimi spirtli içkiləri uzun müddət qəbul etdikdə alkoqolizm xəstəliyi yaranır. Tərkibində alkoqol olan vasitələr neyrodəpressant xarakterli olduğu üçün mərkəzi sinir sisteminə oksigen daxil olmasını ləngidir. Bu isə öz növbəsində beynin fəaliyyətini tormozlayır, hərəkəti və nitq koordinasiyası pozulur. Beyin məntiqi fəaliyyətdən qalır, diqqət dağılır, insan etdiyi hərəkətlərə cavabdeh ola bilmir. Alkoqolizm ürək-damar, mədə-bağırsaq xəstəliklərinə, xüsusən də qara ciyər sirrozu xəstəliyinə səbəb olur. Alkoqol cinsi hüceyrələrə toksiki təsir edərək, daxili sekresiya vəzilərinin funksiyasını pozur. Böyrəküstü vəzin funksiyasının pozulması orqanizmdə maddələr mübadiləsinin zəifləməsinə, orqanizmin vaxtından əvvəl qocalmasına səbəb olur.

Spirit ağ ciyəyə də mənfi təsir edərək onun oksigenlə daimi təminatını pozur. Spiritin ağ ciyər üzərində mənfi təsiri isə öz gedişində qara ciyərin yağlanması, qara ciyərdə iltihabın baş vermə riskinin artması və sonda sirrozun inkişafına zəmin yaradır. Spiritli içkilərə vermiş edən insanlarda ürək döyüntüləri yüksək templidir. Bu isə yüksək qan təzyiqinin əmələ gəlməsinə səbəb olur.

Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatının Xərçəngin Tədqiqatı üzrə Agentliyi qeyd etmişdir ki, spiritli içkilərdən istifadənin ağz boşluğu, udlaq, qırtlaq, qida borusu, qaraciyər, yoğun bağırsaq, düz bağırsaq və süd vəzi xərçəngi ilə bağlılığına dair kifayət qədər sübutlar vardır.

Tədqiqatlar göstərir ki, bir sıra xərçəng xəstəliklərinin baş verməsi spiritli içkilərin istifadəsi zamanı əmələ gələn asetaldehid adlı metabolitlə bağlıdır. Maraqlıdır ki, müntəzəm olaraq təmiz spirit ekvivalentində 50 qram alkoqollu içkilərdən istifadə kolorektal xərçəngin yaranmasının riskini 10-20% artırmış olur. Udlaq, qırtlaq və qida borusu xərçənginə isə gəldikdə isə xərçəngin əmələ gəlməsinin riski 100-200% artmış olur.

Xronik, çox miqdarda alkoqoldan istifadə ürək-damar xəstəlikləri riskinin artmasına, o cümlədən, ürəyin işemik xəstəliyi, dilatasion kardiomiopatiya, ürək aritmiyaları və hemorragik insult-beyinə qansızma hallarının baş verməsi ilə əlaqədardır.

Ürək aritmiyalarının bəzi növlərinin (məs, qulaqcıqların səyirici aritmiyası) 30-60%-i məhz spiritli içkilərin qəbulu ilə bağlı olduğu məlumdur. Tədqiqatlar göstərir ki, hər gün spiritli içkilərin qəbulu ürək aritmiyalarının yaranmasına səbəb olur. Bu isə ürək xəstəliklərinin inkişaf riskini artırmış olur.

Spiritli içkilər beyin hüceyrələrinə və neyronlara təsir edərək, onları fəaliyyətdən salır. Çox hallarda beyindəki nazik damarların partlamasına, qanın laxtalanmasına səbəb olur, qanın normal dövrünün qarşısını aldığına görə insultla nəticələnir. Bu isə iflicə səbəb olur.

Əsas etibarilə spirit orqanizmdə məsrəf olunmadığından, mədəyə daxil olan kimi birbaşa qana keçir və qandakı ağ qan cisimciklərini sıradan çıxarır. Azacıq təzyiq belə şəxs infarkt keçirməsinə səbəb olur.

Spiritli içkilər psixi xəstəliklərin əmələ gəlməsinin əsas amillərindəndir.

Spiritli içkilər insanın spermatozoidlərində və onları istehsal edən hüceyrələrdə də öz xoşagəlməz təsirini qoyur. Almaniya həkimləri sübut etmişlər ki, spiritli içkilərin acınacaqlı təsirləri, hətta onlardan istifadə etməyən sonrakı üç nəsildə belə davam edir. Spiritli içkilərə qurşanan şəxslərin nəsli tamamilə kəsildə bilər. Amerikalı alim doktor Nalin deyir ki, bir sağlam kiçidən orta hesabla on bir sağlam övlad əmələ gələ bilər. Halbuki, spiritli içkilərə qurşanan şəxsdən 1-3 nəfərdə belə sağlam övlad əmələ gəlmir.

Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatının məlumatına görə alkoqoldan sui istifadə dünyada ölüm səbəbləri arasında 3-cü yeri tutur (birinci yerdə ürək-damar xəstəlikləri, ikinci yerdə isə onkoloji xəstəliklərdir).

Respublikamızda gənc nəslin bu məhsullardan sərbəst istifadəsinin qarşısını almaq məqsədilə “İctimai xətlər məcəlləsinin” 189 maddəsinə görə “Yetkinlik yaşına çatmayanlara” siqaret və spiritli içkilər satan şəxslərə 60-100 manat civarında cərimə tətbiq olunur.

İnsan ölümü müxtəlif səbəblərdən gerçəkləşə bilər. Müharibələr, yoluxucu xəstəliklər, avtomobil qəzaları, qətl hadisələri, intihar halları, təbii fəlakətlər, bəzi ölkələrdə

hökm sürən aclıq və s. bu amillərin sırasındadır. Son vaxtlar sadalananların sırasına “Ağ ölüm” adlandırdığımız narkomaniya da əlavə olunub. Narkomaniya insanları tədricən məhv edir, ölümə sürükləyir.

Narkotik asılılığın elmi anlayışı ilk dəfə XVIII əsrin əvvəllərində verilib. XX yüzilliyin sonunda isə narkomaniya müxtəlif xalqların genofonduna sarsıdıcı zərblər vuran, qarşısı alınmaz bir təhlükəyə, ümumbəşəri bəlaya çevrilib. Digər tərəfdən, narkotik maddələrin qanunsuz dövriyyəsi gəlir əldə etmək üçün başlıca vasitə olub.

Narkotik maddələr mərkəzi sinir sisteminə spesifik təsir göstərir və tez bir zamanda asılılıq yaradır. Narkotik “narke” sözündən götürülüb, yunan dilindən tərcümədə mənası “yuxu, bihuşluq”, “mania” - cəzb etmək, ağılsızlıq deməkdir.

Narkotik qəbulunda ən böyük zərəri beyin və mərkəzi sinir sistemi görür. İnsan get-gedə normal davranışdan uzaqlaşır. Hafizənin itməsi, nitq pozğunluğu, yuxusuzluq, zəkanın azalması, səs və işıq hallüsinasiyaları rast gəlinir.

Qusma, davamlı qarın ağrısı, gecə korluğu, çox işıqdan narahat olma, zamanla görmə sinirinin zərər çəkməsi nəticəsində qalıcı korluq, nəfəs darlığı, öskürmə, tənəffüs yolunun iflici və s. kimi hallarla biruzə verir və sonradan heç bir işə yaramayan bir insana çevrilir.

Narkomanlıq-xroniki intoksikasiya doğuran, narkotik və psixotrop maddələrdən sui istifadəsi nəticəsində yaranan, psixi və fiziki asılılıqla müşayiət olunan xəstəlikdir.

Narkotik maddələrə alışmış orqanizmin Abstinent sindromu zamanı yaranan ağrı o dərəcədə güclüdür ki, bu zaman narkotik əldə etmək xatirinə insan yalana, oğurluğa, hətta adam öldürməyə əl ata bilər.

Narkomaniyanın yayılması millətin sağlam həyat tərzini üçün təhlükə törədir. Narkotik maddələrin qəbul edilməsi ilə insan fiziki və psixoloji cəhətdən məhv olur. Narkomaniya yaddaş və təfəkkürü pozur, həyatı proseslərə qarşı leqeydlilik yaradır. Narkomaniya orqanizmin zəifləməsinə, bədənin arıqlamasına və fiziki gücün düşməsinə gətirib çıxarır.

Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatının hesablamalarına görə dünyada 16 milyona yaxın insan inyeksion narkotiklərdən (iynə formasında) istifadə edir və onların arasında 3 milyona yaxın QİÇS xəstəsi vardır. Və bu hələ inyeksion, yəni iynədən istifadə edənlərin göstəricisidir.

Araşdırmalardan bəlli olur ki, narkotik maddələrdən istifadə edən insanlarda ilk əvvəl xoş hisslər yaranır və istifadəçilər bu aldadıcı təsirin, yəni, sevinc və enerjinin həmin maddələrdə olmasına inanmağa başlayır. Bu qənaət tamamilə yanlıştır. Əgər hər şey narkomanların düşündüyü kimi olsaydı, cəmiyyətin ən fərəhli, ən gümrəh öz karyerasında və şəxsi həyatında uğur qazanan insanları onlar olardılar.

Narkotik aludəçiləriylə söhbətlər göstərir ki, ailədə və işdə yaranan problemlər, psixoloji zəiflik, düzgün seçilməyən mühit və digər müxtəlif səbəblər onları bu yola sürükləyib. Narkotikdən sırf əyləncə məqsədilə istifadə edənlərin olması da danılmaz faktdır.

Narkomaniya insanın tədricən ölümünə səbəb olur. İnsan şüurlu olaraq özü özünü ölümə məhkum edir. Belə ki, bu maddələrdən mütəmadi istifadə edənlərin orqanizmləri zəifləməyə, bədəni gücdən düşməyə, həmçinin daxili orqanları-qara ciyəri, böyrəkləri öz funksiyasını itirməyə başlayır. Yuxarıda qeyd etdiyimiz kimi, narkotik maddələr şəkərli diabet, hepatit kimi xəstəliklərin də yaranmasına səbəb olur. Və nəhayət, QİÇS kimi təhlükəli bir bəla qaçılmazdır.

Bütün bunlarla yanaşı, narkotikin təsirindən həmin insanların yaxınları, ətrafındakı insanlarla problemlər yaranır, onlar psixoloji sarsıntılar keçirərək ətrafında olan insanlara zərər verməyə başlayırlar.

Azərbaycanda rəsmi statistikaya görə son 5 ildə narkomanların sayı 10 dəfəyədək artıb. Son məlumatlara əsasən ölkədə rəsmi narkomanların sayı 30 min nəfərə yaxındır.

Ən acınacaqlı vəziyyət ondan ibarətdir ki, son illərdə 12-15 yaşlı uşaqlar arasında narkomaniya geniş vüsət alıb və son zamanlar gələcəyi anası olacaq qızlar arasında narkomaniyaya qurşanma halları artıb. Təəssüf ki, dünyada olan narkomanların 40-45%-i qadın və uşaqlardır.

Qeyd etmək lazımdır ki, qadın narkomanlar daha ciddi problemlərlə qarşılaşır, onların cəmiyyətdə normal insan kimi qəbul olunması kişi narkomanlardan daha çətindir. Qadın narkomanlar seksual manyakların, digər cinəyətkarların əlində bir vasitəyə çevrilirlər və onların bu yoldan xilas olması demək olar ki, mümkün olmur. Qadın orqanizmində narkotik vasitələrin təsirindən iradə və şüurun zəifləməsi daha tez baş verir, onlarda rəzil, alçaq instinktlər yaranır. Narkotik vasitə əldə etmək məqsədi olan belə qadınlar təcavüzkarların qurbanına çevrilir.

Ümumiyyətlə, narkomaniya və alkoqolizm yoluxucu xəstəliklərə yol açan, insanın insanlıqdan çıxıb lazımsız bir məxluqa çevirilməsi yolunda əsas amildir.

Son dövrlərdə ən qorxulu vəziyyət sintetik narkotiklərin daha geniş istifadəsidir. Belə ki, onlardan hətta bir dəfə istifadə etmək belə, narkotikdən asılılığa səbəb olur. Azərbaycanda daha geniş istifadə olunan narkotiklər tiryək, heroin, çətənə, həşiş, ekstazi, kokain və LSD-dir. Sintetik narkotiklərin çoxu toz şəklindədir. Sintetik narkotiklər-şüşə, kokos, sintetik marixuana 3-4 dəfə istifadədən sonra psixi və fiziki asılılıq, 3-4 ay sonra ağır psixoz yaradır. Bonzay, spays kimi yeni sintetik narkotik maddələr istifadə edildikdən 10-15 dəqiqə sonra öz təsirini göstərməklə yanaşı, 10-12 saat müddətində öz təsirini saxlamaq qabiliyyətinə malikdir. Yəni bu narkotik maddələr istifadəçini dərhal öz təsiri altına salaraq, uzun müddət bu təsir altında saxlayır. Təsiri keçdikdən sonra istifadəçidə kəskin baş ağrıları, halsızlıq və sair əlamətlər hiss olunur. Həmin şəxs əvvəlki vəziyyətini bərpa etmək üçün yenidən həmin narkotik maddəni istifadə etmək məcburiyyətində qalır.

Digər narkotik maddələrlə müqayisədə yeni icad olunan narkotik vasitələr istifadəçidə çox tez bir müddətdə alışqanlıq yaradır və tez bir müddətdə asılılığın yaranmasına səbəb olur. Bu narkotiklərdən istifadə edənlər narkotikin təsiri altında anlaşıq vəziyyətdə olurlar. Ən pisi isə bu narkotiklərdən istifadə edənlərin müalicəsinin, sağlamlasının mümkünəz olmasıdır. Tutaq ki, heroin, marixuana kimi digər narkotik maddə istifadəçiləri bir ilədək bu narkotik maddələri istifadə etdikdə müalicə nəticəsində normal həyata qayıda bilirlərsə, yeni növ narkotik maddələri 2-3 ay istifadə edənləri sağaltmaq mümkün deyil. Çünki, bu maddələr birbaşa beyin hüceyrələrini məhv edir. Sintetik tərkibli narkotiklər istifadə edənlərin orqanizmində maddələr mübadiləsi pozulur, beyin hüceyrələri zədələnilir. Kimyəvi toksinlər qısa müddətdə qara ciyəre sorularaq qana keçir. Bir neçə dəqiqəyə bütün orqanizmə təsiri yayılır. Təsiri saatlarla davam edir. Spirtli içkilərlə narkotikin qəbulu isə daha böyük təhlükəyə, ölümə belə səbəb olur. Spays qəbul edən şəxslərdə bədəninin hərəkəti artır, ürək döyüntüləri artır, mədə qanaxmaları başlayır, infarkt baş verir. Sintetik narkotik maddələr insanın beynində psixoloji gərginliyi pik həddinə çatdırır.

Sintetik narkotik maddələr bir neçə adda satışa çıxarılır və hətta internet üzərindən satışı həyata keçirildiyindən müştərilərinin sayıda gün günden artır. Azərbaycanda da narkotik

vasitələrin müxtəlif növündən istifadə edənlərin olduğunu nəzərə alsaq, bu təhlükə ölkəmiz üçünə gözləniləndir.

Narkomanlıq insan cəmiyyətinin mənəvi və əxlaqi Məhz buna görə ümummmilli liderimiz Heydər Əliyev bu növ cinayəti cəmiyyətin “sosial bəlası” adlandırmışdır.

Ümummmilli liderimiz Heydər Əliyevin “Narkomanlığa və narkotik vasitələrin qanunsuz dövriyyəsinə qarşı tədbirlər haqqında” 1996-cı il 26 avqust tarixli Fərmanı və digər qanunlar, fərmanlar, normativ-hüquqi aktlar narkotiklərlə mübarizənin əsas strateji xəttini müəyyənləşdirmişdir.

Bu gün ölkəmizdə narkotiklərin qanunsuz dövriyyəsi və onlara qarşı mübarizə üzrə normativ-hüquqi bazanın təkmilləşdirilməsi, bu sahədə hüquq-mühafizə orqanlarının fəaliyyətinin gücləndirilməsi dövlət başçısının, hüquq mühafizə orqanlarının daim diqqət mərkəzindədir. Bu gün narkomanlığa qarşı mübarizədə səmərəliliyə nail olmaq üçün aidiyyəti dövlət orqanları arasında qarşılıqlı əlaqələrin təşkil edilməsi və nəzarət mexanizminin həyata keçirilməsi məqsədilə yaradılmış Dövlət Komissiyası və ölkə Prezidentinin 2007-ci il 28 iyun tarixli Fərmanı ilə təsdiq edilmiş, 2007-2012-ci illəri əhatə edən “Narkotik vasitələrin, psixotrop maddələrin və onların prekursorlarının dövriyyəsinə qarşı, narkomanlığın yayılması ilə mübarizə üzrə Proqram”, həmçinin Azərbaycan Respublikasının Prezidentinin 24 iyun 2013-cü il tarixli 2966 nömrəli Sərəncamı ilə təsdiq edilmiş “Narkotik vasitələrin, psixotrop maddələrin və onların prekursorlarının qanunsuz narkomanlığa qarşı mübarizəyə dair 2013-2018-ci illər üçün Dövlət Proqramı” xüsusi təkan vermişdir.

Gənclər arasında sağlam həyat tərzinin təbliğ olunması, narkomanlığın fəsadları haqqında gənclərdə düzgün təsəvvürün formalaşması, eyni zamanda ictimaiyyətin diqqətinin narkomanlıqla bağlı problemlin həllinə cəlb olunması üçün Gəncə Dövlət universiteti hər zaman tələbələr arasında təlim metodiki toplantılar, tərbiyəvi konfranslar keçirir. Təqdim etdiyim mövzu da, pandemiyaadan əvvəl 13 dekabr tarixdə keçirilmiş konfransdan olan çıxışım əsasında hazırlanmışdır.

Psixoloqlara görə zərərli vərdişlərə başlamaq nə qədər asandırsa, ondan qurtulmaq bir o qədər çətindir. Bu, tamamilə psixoloji prosesdir. Zərərli vərdişdən xilas üçün öncə bu vərdişin necə, nə zaman, hansı vəziyyətdə yarandığını insan özü və ya mütəxəssisin köməyi ilə analiz etməlidir.

Zərərli vərdişlərdən xilas olmağın ən gözəl yolu idmandır. İdman xüsusilə gənclərdə məsuliyyət hissini artırır, hisslərini idarə etmə qabiliyyətini gücləndirir. Gənclərin çevikliyini təmin edir. İdman etmək diqqət dağınıqlığını aradan qaldırır. İdmanla məşğul olan uşaqlar enerjilərin idmana sərf etdikləri və yorulduqları üçün başqa alışqanlıqlara vaxtı qalmır.

Universitetimizdə futbol, voleybol, boks, güləş, kəndir dartma, şahmat, dama, estafet qaçıqları, ərazidə səmti müəyyən etmə, intellektual yarışlar hər zaman keçirilir. Buda tələbələrin asudə vaxtını daha səmərəli keçirməsinə təkan verir.

Biz bu sahədə də, 44 günlük Vətən müharibəsində olduğu kimi Ali Baş Komandanımız İlham Əliyev cənablarının ətrafında “Dəmir yumruq” kimi birləşməli, gənclərimizin bu bataqlığa yuvarlanmasına imkan verməməliyik.

Ədəbiyyat

1. Daxili xəstəliklər. A.Axundbəyli, Bakı,1998
2. Daxili xəstəliklər, A.Axundbəyli, 1999
3. Ümumi histologiya, M. Abdullayev, Bakı, 1995
4. İnsanın normal anatomiyası, bakı, 2013
5. Tibbi biliklərin əsasları, S.Əliyev, Bakı,2004
6. Epidemiologiya , S. Ağayev, Bakı, 2011

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ И ПОСЛЕДСТВИЯ ИЗ НИХ

Каримова Рена Джамиль кызы, Акбарова Ирада Биннет кызы

Резюме

Все мы знаем, что у людей много вредных привычек. Алкогольные напитки, наркотики, сигареты и т.д. может быть примером этого. Привычки, которые мы не осознаем и часто считаем нормальными, могут привести к фундаментальным изменениям в нашей жизни. Первые дни доставляют удовольствие, через некоторое время начинает вредить человеку. Психологи считают, что человек никогда не рождается с привычкой. Оно возникает, пока мы живем, и окружает нашу жизнь.

BAD HABITS AND CONSEQUENCES ARISING FROM THEM

Karimova Rena Jamil kыzy, Akbarova Irada Binnet kыzy

Summary

We all know that people have many bad habits. Alcoholic beverages, drugs, cigarettes, etc. this can be an example. Habits that we often think are normal and are not aware of can create fundamental changes in our lives. The first days are a pleasure, after a while it begins to harm a person. Psychologists believe that a person is never born with a habit. It arises while we live and surrounds our life.

Rəyçi: Ağayeva Elmira

Fiziki tərbiyə çağırışa qədərki hazırlıq və mülki müdafiə kafedrasının 07 iyun 2022-ci il tarixli iclasın 09 sayılı protokolu

Daxil olma tarixi 22 iyun 2022-ci il

MÜASİR DÖVRDƏ ƏDƏBİ DİLİMİZDƏKİ BƏZİ YENİLİKLƏR

Quliyeva Esmira Allahverdi qızı

Azərbaycan Tibb Universiteti, Azərbaycan dili kafedrası

Filologiya üzrə fəlsəfə doktoru, dosent

Açar sözlər: sürətli, inkişaf, yeni məna, dəstəkləmək, açıqlamaq, yeniləmək, sərgiləmək, əxlaqi-mənəvi dəyərlər

Ключевые слова: быстрое, развитие, новый смысл, поддержка, раскрытие, обновление, экспонат, этико-нравственные ценности

Keywords: fast, development, new meaning, support, reveal, renew, exhibit, moral values