



Milli azadlıqdan
şirin nemət yoxdur!



YENİ AZƏRBAYCAN

Azərbaycanın dövlət müstəqilliyi Azərbaycan xalqının milli sərvətidir

Qəzet 1993-cü ilin aprel ayından nəşr olunur. Yeni Azərbaycan Partiyasının orqanı.

19 sentyabr
2025-ci il,
cümə
№ 168 (6995)
Qiyməti:
60 qəpik

19 sentyabr 2023: iki il əvvəl, bu gün...

Tarixi Zəfərdən sabitliyə: antiterror tədbirlərinin strateji nəticələri



Bax sah. 3

Azərbaycan regionda sülh gündəliyinin irəli aparılması üçün səylərini davam etdirəcək

Bax sah. 2

**Qlobal Cənub:
İnteqrasiya güclənir**



Bax sah. 4

**Tarixi
ırsimizə
davamlı
dövlət
qayğısı**



Bax sah. 5

3,2 milyard dollardan çox...

Bax sah. 5

**Gürcüstanda
yeni inqilab
anonsu**

Bax sah. 6

**ABŞ Ukraynaya
hərbi yardım
paketi ayırdı**

Bax sah. 7

**Ai
yeni plan
hazırlayırlı...**

Bax sah. 7



Təhlükəsizlik zəmanəti, yoxsa...

Bax sah. 6



**Amerikanın yumşaq
uçot siyasəti**

Bax sah. 7

Gürcüstanda yeni inqilab anonsu

Son iki ildə dəst və qonşu Gürcüstanın siyasi həyatında bir sira ziddiyətli proseslər izlenir. Müşahidə edilən odur ki, hansısa qüv-

vələr rəsmi Tbilisiyə müəyyən diktələri qəbul etdirməyə, həkimiyəti tezyiq altında saxlamaya davamlı soy göstəirlər. Bundan ö-

rü müxtəlif çirkin ssenarilər işə salınır, manipulyasiyalara ol atılır. Parlamentdə müzakirələrə çıxarılan "Xarici Təsirin şəffaflığı" və

gürçü xalqının ailə dəyərlərinin, milli ləyqətinin qorunmasına he-sablanan qanunların qəbulu, parlament və prezident seçkiləri ciddi

ajiotajla müşayiət olundu. Son gün-lər eyni qüvvələrin Gürcüstanda yeni inqilab ssenarisi hazırladıqları-nın anonsu edilir.

Xaricdən maliyyələşən bəzi QHT-lərin anti-dövlət fəaliyyəti

Yeni inqilab ssenarisi hazırlıqların anonsunun rəsmi şəxslərin dilindən eşidiləsi veziyətin ciddiliyindən xəbor verir. Gürcüstanın Baş naziri İraklı Kobaxidze bəzi qeyri-hökumət təşkilatlarının (QHT) xarici maliyyə hesabına anti-dövlət fəaliyyətlərdə iştirak etdiyi və inqilabi proseslər aparmağa cəhd göstəriyini bildirib. Yerli mətbuatın yazdırığına görə, Baş nazir bunu Acaristanda jurnalistlərin suallarını cavablandırarkən deyib.

Baş nazirin sözlərinə görə, həmin məsələlər hüquq-mühafizə orqanlarının araşdırma predmetidir: "Qıqaurların toxibatında dindiriləsinin təfərruatlarını bilmirəm, bə minim işim deyil. Amma hamının yaxşı bəllərisin ki, QHT-lər bila-vasitə anti-dövlət aksiyalarında iştirak ediblər, xaricdən maliyyə vəsaiti hesabına inqilabi proseslər aparmağa cəhd ediblər. Qalanı həquq-mühafizə orqanları müzakirə edəcək".

Kobaxidze, hemçinin 2022-ci ildə Avropa İttifaqının Gürcüstana namızəd statusu verməməsinə etiraz aksiyalarını

xatırladı. "Xatırlayıram ki, 2022-ci ilin iyundan Avropa İttifaqı haqsız olaraq biza namızəd statusu vermediğinde, Eka Qiqauri və "Transparency International" nümayəndələri sehnəyə çıxaraq hökumətin istəfəsini və öz iştirak ilə yeni hökumətin yaradılmasını tələb etdirdilər. Bu, QHT-lərin işi deyildi, dövlət əleyhinə hadisə idi".

Baş nazir bu günlərdə "İmedi" telekanalında müsahibəsində isə daha ciddi məsələlərə toxunub. O bildirib ki, Tbilisiyə paytaxt meri Kaxa Kaladzein seçki qərargahı qarşısında keçirilən etiraz aksiyaları xarici koşfiyyat xidmətləri tərəfindən maliyyələşdirilir. "Qorargaha gedən adamlar, bəziləri bir-başa, bəziləri yox, bəzilərinin bundan xəbəri belə yoxdur, xüsusi xidmət orqanları tərəfindən idarə olunur. Büttün bunnar birbaşa xarici koşfiyyat xidmətləri tərəfindən maliyyələşdirilir". - deyə Kobaxidze bildirib.



Qrantlarla ələ alınan QHT-lər

Ötən il qonşu Gürcüstanda milli məraqların qorunmasını hədfənəyən qanunlar qəbulu, hemçinin parlament və prezident seçkiləri zamanı baş verənlər ölkədə xarici dairələrə bağlı olan geniş agentura şəbəkəsinin formalşdırılmış və bunun dövlətçilik üçün ciddi təhdidlər yaratıldığı bütün ciddiliyi ilə ortaya qoydu. Qorbdə "yumşaq güç" - qrantlar müqabilində ələ alınan qeyri-hökumət təşkilatları üzərindən formalşdırılan "beşinci kolon" vasitəsilə milli dövlətlərə təsir göstərmək, oyuncaq rejimlər qurmaq uzun tarixə malik bir ənənədir.

Vəziyyətin ciddiliyini bütün miqyası ilə göz önünde canlandırmışdan ötürü qonşu ölkənin vətəndaş comiyəti sektoru nezər salıq. Mənzərə həqiqətən heyrot doğurur. 2024-cü ilin məlumatına əsasən, burada aktiv fəaliyyət göstərən 25 min qeyri-hökumət təşkilatı var. Gürcüstanın 3,7 milyon əhalisi olduğunu nəzərə alsaq, bu, dünyada adəməsinə dül-

şon an yüksək göstərici-lərə büründür, yenidən hər 148 Gürcüstan vətəndaşına, demək olar ki, bir QHT düşür. Narahatlıq yaranan on mühüm məqam ondan ibarət ki, ölkədə qeydiyyata alınan QHT-lərin toxmineñ 90 faizi xaricdən maliyyələşir.

Donor təşkilatlarının siyahısında yenidən döyünnən ayri-ayrı ölkələrində röngli inqilablar və milli hökumətlərə qarşı digər pozululuq əməlləri tərtəməs təşkilatlar - Avropa İttifaqı, ABŞ-in keçmiş administrasiyası, Soros Fondu kimi müxtəlif qurumlar yer alırlar. İndiyədək 100-dən çox ölkədə şəbəkə qurmaq nail olan, D.Trampin bir qədər bundan əvvəl ifşa etdiyi və artıq ləğv olunan ABŞ Beynəlxalq İnkısap Agentliyinin (USAID) da burada "aktivliyin" xüsusi qeyd edə bilər. Verilən məlumatınə görə, Gürcüstanın qeyri-hökumət təşkilatları 2024-cü

ildə ölkədə parlament seçkiləri ərefəsində ABŞ Beynəlxalq İnkısap Agentliyindən 41 milyon dollardan çox vəsatit alıblar.

Adları çəkilən donorlar digər ölkələr kimi, Gürcüstani xüsusi möqsədlər nəminə, necə deyərlər, özünüküldəşdirmə-yə çalışıblar və müəyyən mənada buna nail olublar. Qisa müstəqillik tarixində qonşu ölkə bir neçə röngli inqilab dalğasından keçib və onların neticələri milli dövlətçilik üzün kifayət qədər ağır olub. Belə ki, ölkə ərazi itkilərinə moruz qalıb. İndi hakim komanda dövlət quruluşunda buraxılmış sohvları nəzərə almaqla ölkənin real müstəqilliyinə və tam suverenliyinə nail olmaq istəyir və bù istiqamətde qotiyətli addımlar atır.

yeganə yolu seçkilərdir. Bu qrupular - yəni, partiyalar və xaricdən maliyyələşən QHT-lər boyan ediblər ki, onlar demokratik çərçivədən çıxırlar və mandati, həkimiyət riçəqlərini zorakı yolla elde etməyi çələblərlər. Bu, məzə həkimiyətin devriləsi ilə bağlı bayanatdır və başqa cür yozula bilməz" - deyə Papuaşvili vurğulayır.

Parlamentin sədri, həmçinin deyib:

Hakimiyət mövqeyində israrlıdır

Ayri-ayri Avropa təsisatları ilə Gürcüstan arasında çatışlar dorinləşməkdə davam edir. Son bir ilde Avropa Şurası Parlament Assambleyası rəsmi Tbilisinin siyasi kursunu hedəfə alan bir neçə qərozli qətnamə qəbul edib. Eyni zamanda, bir

vaxtlar Gürcüstana yanaşmadan xüsusi həssaslıq sərgiləyən, bu ölkəni öz sırələrinə qatmaq vədliyə veren Avropa İttifaqı (AI) indi təmamı oks mövqədən çıxış edir. Qurum in-diyədək Gürcüstan -AI yaxınlığında oldub olunma ra-zılışmalarдан geri çökülər, etibar mad bağları bir-birinin ardına qırılır.

Artıq Gürcüstana qurulan ssenarilərə xarici dövlətlərinin ölkədəki səfirliklərinin iştiraki ilə bağlı dəlil-sübutlar da artır. Baş nazir İraklı Kobaxidze Avropa dövlətlərinin bezi səfirliklərinin ölkədə radikal proseslərin təşviqində iştirak etdiyi bildirib. Baş nazir bu barədə Britaniya səfirliyində müxalif siyasetçilər Qiqa Bokeriya və Gia Baramidzein iştirakı ilə keçirilən görüşü bağlı jurnalistlərin sualtı cavablandırıckən deyib. "Təəssüf ki, Avropanın bir neçə səfirləri Gürcüstəndə radikalizm qızışdırılmasında birbaşa iştirak edir. Onlar radikalalla tez-tez görüşürler və bu, acınacaqlı haldır. Konkret səfirlər radikalizmi təşviq etdikdə, bu, Gürcüstan comiyətinin də diqqətindən yox, və ciddi şəkildə monfi qarşılıq", - deyə Kobaxidze vurğulayır.

Onun sözlərinə görə, belə hallar Avropa İttifaqının və ümumiyyətində Avropa dövlətlərinin imicinə mənfi təsir göstərir. Fikirlərinə davam edən Baş nazir deyib: "Bu, Gürcüstəndə Avropa İttifaqının və Avropa bürokratiyasının imicinə ciddi xələf götürür. Xüsusən də seçkilərdə iştirak etməyən partiyalarla gərüşlərin keçirilməsi dəha da anlaşılmazdır".

İraklı Kobaxidze əlavə edib ki, avropanı diplomatların böyük bir hissəsi özlərini gürcü comiyətinə nifrat səfiri kimi təqdim edirlər. "Səfirlərin vicdanla hərəkət etməsi vacibdir" deyən Baş nazir onlara çağırış edib.

Eyni zamanda, müşahidə edilən odu ki, həkimiyət başlığı siyasi kursu dəyişmək niyyətində deyil. İraklı Kobaxidze müxalif lideri Levan Xabeşviliyə qarşı irolı sürülən ittihamlarla bağlı jurnalistlərin suallarını cavablandırıckən bildirib ki, Gürcüstəndə "dövlət qərvişilinə" səhül yolu ilə və ya qeyri-səhül yolu ilə baş verən qeyri-səhül yolu ilə deyil. Həzirdə iki istiqamət üzrə cinayət işi açılıb - həm qeyri-səhül yolu ilə və ya qeyri-səhül yolu ilə deyil. Qalanı, təbii ki, məhəkəmənin işidir", - deyə Kobaxidze qeyd edib.

Baş nazir Xabeşvili ilə bağlı bəzi detalları da açıqlayıb: "Mən çox yaxşı bilirəm ki, Xabeşviliyə "Anita" loqobını kim verib və kim ona əvvəl 3 min, sonra isə 5 min lari ödəyib".

Kobaxidze olavaş edib ki, gelecdə də siyasi motivli cinayətlərə qarşı qanun dəha səri töbük olunacaq: "Korrupsiya, narkotik, təşkilatlanmış cinayətkarlıq qarşı necə sərf addımlar atmışsa, siyasi motivli cinayətlərə de eyni olacaq. Bu, narkomannı, təşkilatçıları, kontraktörleri, səfirləri və səfirlərini qorumaq istəyir. Qalanı, təbii ki, məhəkəmənin işidir".

Mübariz FEYZLİ

məsi vəsitsidir. Enerji təhlükəsizliyi, tədarük zəncirlərinin pozulması və inflasiyanın yüksəlməsi qlobal gündəmən on ağırlı elementlərindən biri olsa da, Ukrayna məhərəbinin öna əekiləsi ilə bu böhranlar müəyyən qədər kölgədə saxlanılır. Beləliklə, qlobal təhlükəsizliklə bağlı real qərvişər getdiyək arı, lakin böyük güclərin davranışı tərəyectoriyası bu çağrıları cavab verən vəzənə, dəha çox özlərinin siyasi və iqtisadi maraqlarını qorumağa yönəlir. Bu isə hem Avrasiya məkanında, hem də dünya miqyasında sabitliyin dəha dəzələnməsinə yol açır.

Avropa, əslində, nə etmək istəyir?

İnkar etmək olmaz ki, Avropa İttifaqı məhərəbinin nəticələrindən on çox təsirli kontingentdir. Enerji asılılığı, iqtisadi çətinliklər və sosial nəzarlıqlar Avropanı çıxılmaz vəzivəyə salır. Buna baxmayaraq, Al münaqişənin real həllinə yönələn ciddi təsəbbüsəri daraldır - bir çox siyasetçilərin düşüncəsinə görə, Al-nin davranı trayektoriyası bu qarşılamanın uzamasına imkan verən elementlər üzərində qurulub.

Başqa sözlə, Avropa məhərəbi Ukraynanın taleyiindən çox öz təhlükəsizliyinin təminatı vəsitsi kimi görür.

Ukraynanın müdafiəsi adı altında həyata keçirilən yardım paketləri, hərbi təchizat və siyasi dəstək əsliyində Avropa sərhədlərinin qorunmasına xidmət edir. Al

Qeyd edildiyi kimi, Avropa İttifaqı məhərəbə fonunda iqtisadi geriləməsini gizlətməyə çalışsa da, reallıq tam fərqlidir - Avropanın qlobal rəqəbat qabiliyyəti zəifləyib. On çox itirən isə aparıcı Avropa ölkələridir - Fransada son günlərdə gündəmədə olan siyasi-iqtisadi böhran da buna töşdiqləyir. Ölknənin borc yü-

lərindən əsas hədəf Rusiyanın təsir dəyişməsi, eyni zamanda daxildəki sosial-iqtisadi problemlərin bu yolla ikinci plana keçirilməsidir.

İnflyasiya, enerji böhranı, işsizlik və miqrasiya kimi ciddi problemlər Ukrayna məhərəbinin gündəmədə saxlanılması ilə müəyyən qədər kölgədə qalır.

Bundan başqa, Avropa İttifaqının davranış strategiyası həm də qlobal güclərə rəqəbat prizmasında izah olunur. ABŞ-in liderliyilə qurulan yenidən təhlükəsizlik arxitekturasında Al özüñü əsas oyunçu kimi saxlamaq çalışır. Lakin bu yanaşma qitənən sabitliyin yox, eksinə, gərginliyin dəha də dərinleşməsinə səbəb olur. Al-nin maraqları ilə real təhlükəsizlik ehtiyacları arasında yaranan bu ziddiyət Avropa məkanında sabitlik üçün yeni risklər formalaşdırır.

Real nümunə - Fransa...

kü artır, inflyasiya dərinləşir, sosial ədalətsizlik böyükür. Bu isə get-gedə ümumən kontingento yeni iqtisadi böhranların və sosial nəzarlıqların zəminini formalasdırır.

SISMAYILZADƏ



ilə bağlı mövqeyinin bircincə olmadığı gəstirir. Bir çox analitiklər isə hesab edir ki, Metsolanın iddiası sadəcə AP-nin bozı deputatlarının arzusu kimi xarakterizə oluna bilər.

Ukrayna ilə bağlı ziddiyətli mövqelər

Təsadüfi deyil ki, məhərəbin bitiriləsi istiqamətində ABŞ-in ortaya qoyduğu səylər digər qlobal oyunçular tərəfindən analoji əsaslarla davam etdirilir - məsələn, Al məhərəbinin bitirilməsindən çox "tehlükəsizlik argumentini" irolı sürürlər. Yeri golmışken, Avropa Parlamentiñin sədri Roberta Metsola Ukraynanın Avropa İttifaqına daxil olmasına təhlükəsizliyin təminatı adlandırıb və bildirib ki, Avropa Parlamenti bu yolda ölkəni tam dəstekləyir. "Avropa İttifaqına daxil olmaq özüñüñzlüyindən təhlükəsizliyin təminatı və bizi yollarla təqribən təqribən", - deyə və söyləyib. İ. ərəfiyə doğru getmək üçün imkan tapılacağı və Avropa Parlamentinin Kiyevi destəkleyəcəyinə eminliyin ifadə edib. Metsola, həmçinin xatırladıb ki, Ukrayna artıq "Ukraine Facility" fondundan 22,7 milyard avro alıb və institutları gücləndirəcək və onları daha davamlı edəcək islahatlar üçün əlavə maliyyə dəstəyi gözlənilir.

Amma diqqət yetirsek, Ukraynanın Al-ya daxil olması heç de qurum daxilində birmənli münasibətlə xarakterizə olunmur. Sentyabrın 9-da Ukrayna üçün effektiv təhlükəsizlik təminatının müzakirəsi həsr olunan toplantıda Al-nin Xarici Əlaqələr üzrə Ali Nümayəndəsi Kaya Kallas və Al-nin Genişlənmə üzrə komissarı Marta Kos arasında baş tutan müzakirədə bu məsələyə xüsusi yer ayrı-

lib. Sosial Demokrat Partiyası adından dənisan Hollandalı deputat Tijs Royten deyib ki, Rusiyai sülh mecbur etmədikcə təhlükəsizlik təminatlarından dənüşmən mənası yoxdur. O, çıxış yolunu dəndurulmuş Rusiya aktivlərinin müs

"Yeni Azərbaycan" qəzetinə abunə olmaq istəyənlər
aşağıdakı yayım şirkətləri ilə əlaqə saxlaya bilərlər:

"Azəroğlu" MMC PDM-0125984955,
0552004544
"Azərmətbuatuyayımları" ASC - 0124411991,
0124404694
"Səma" MMC - 0125940252, 0503336969
"PressInform" MMC - 0703400100,
0504560835

"Oaya" MMC - 0125667780, 0502352343
"Bakmətbuat" MMC - 0124314313
"Ziya LTD" MMC - 0124977696,
0503067744

6 aylıq abunə - 79,20 AZN
12 aylıq abunə - 158,40 AZN



Həsrətin sonu: Badaraya ilk addımlar!



14 ailə köçürülüb

İllərlə xəritədə baxıb həsrəti duyduğumuz, dilimizə dua, könlü müzə nisgil etdiyimiz Badara kəndi artıq bizə gözləmir, bizə qarşılaşır. Bu torpağın bağlarında yatanlar da, buradan köç edənlər də öz doğma xoşalarını unutmayırlar da. Böyük Qayıdışının gününü gözlöyirdi. Və nəhayət həmin gün 2025-ci il sentyabrın 12-də reallaşdırıldı. İlk mərhələdə kəndə 55 nəfərdən ibarət 14 ailə köçürülüb. Ailelər tam təmir olunmuş və müasir tələblərə cavab verən fərdi yaşayış evlerinin açıları töqdim edilib. Prezident İlham Əliyev sentyabrın 15-də Xocalı rayonunun Badara kəndində olub. Dövlət başçısı kəndə köçməsi sakınlərlə görüşüb, onlarla səhərət edib.

Məlumdur ki, İkinci Qarabağ müharibəsində tarixi Zəfərimizdən sonra əsas hədəf 30 il işğal altında qalan, ermanlı torafından tama-mıla dağıdılb yerlə-yeksan edilən ərazilərimizin yenidən qurulması və bərpasıdır. Azad edilmiş ərazilərimizdə geniş miqyas alan bərpası

quruculuq işləri keçmiş məcburi köçkünlərin öz yurd-yuvalarına qayıtmasına hədəflənib. Böyük Qayıdış Proqramının birinci mərhəlesi üçün əsas hədəf 140 min keçmiş məcburi köçküñün qayıdışının təmin edilməsidir. Qısa zamanda görürlən genişmiyyətli bərpa-quruculuq işlərinin fonunda soydaşlarımızın qayıdış ünvanlarının sayında artdıqdan sonra hər birimizi qürurlandırırdı. Prezident İlham Əliyev mütəmadi olaraq Qarabağ və Şərqi Zəngəzurda səfərləri çərçivəsində bu torpaqlara qayıdan sakınlərlə gönüllərini qırıvericisi meqamlardandır. Artıq Qarabağımız və Şərqi Zəngəzurumuz dirçələr, bət torpaqlarda yeni həyat başlayır. Tarixi Zəfərimizdən dördən sonra başlanan bərpa-quruculuq işləri, icra edilən "Ağlılı şəhər" və "Ağlılı kənd" layihəsi çərçivəsində ilk olaraq sakınlərinə qoşulan Zəngilanın Ağlı kəndindən başlayan köç prosesi həzirdə davamlılığı ilə diqqətdədir. Prezident hər bəi müsahibəsində, çıxışında, beynoxnalı şəhəriyyətli tədbirlərdə daim diqqəti Böyük Qayıdış Proqramına əsasən görülen işlərə və soydaşlarımızın mərhələməhələ bət torpaqlara köçməsinə

ximəndən qoruyucu tədbirlərin vaxtında görülməsi xüsusi əhəmiyyət kəsb edir.

Xüsusilə, sümük ağrıları, burun axması və boğaz ağrısı bət dövrə ən çox rast gəlinən şikayətər sırasındadır. Mütoxessisler qeyd edir ki, bunun əsas sebəbi bədəndəki qan dövranının zəifləməsidir. Belə ki, hava temperaturunun

D vitamini mənbələri qış aylarında daha çox istifadə olunmalıdır. Qidalanma ilə yaşı maye balansı da nezərə alınmalıdır. Soyuq havada insanlarda susuzluq hissi azaldıq üçün kifayət qədər su içmirlər, halbuki orqanızın nizamlı işləməsi üçün günənlük maye qobulu vacibdir.

Necə qorunaq?

Mövzu barədə "Yeni Azərbaycan" da-nışın həkim-terapeut Günel Əliyeva bildirib ki, belə havalarda on mühüm amillərdən biri immun sisteminin güclü saxlanmasıdır: "Balanslı və vitaminlərinə zəngin qidalanma burada əsas rol oynayır. C vitaminı ilə zəngin sitrus meyvələri, güvərti və tərəvəzər, sink tərkibli qidalalar, baliq və yumurtu kimidən qoruyucu tədbirlərin vaxtında görülməsi xüsusi əhəmiyyət kəsb edir.

Yuxu rejimi müdafiə mexanizmlərinin bərpasında vacibdir

Həkim qeyd edib ki, fiziki aktivlik soyuq aylarda azalsı da, təmamilə passiv həyat tərzi orqanızın müqavimətini zəiflədir: "Gün ərzində on aži qısa gözətlər, evdə edilən sədə idman hərəkətləri qan dövrəni gücləndirir və immun sistemini aktiv saxlayır. Bununla yanaşı, yetərli yuxu rejimi de müdafiə mexanizmlərinin bərpasında əvəzsizdir. Gündəlik 7-8 saatlıq yuxu orqanızın infeksiyalara qarşı müqavimətini artırır".

Orqanızmı xəstəliklərdən necə qoruyaq?

Psixoloji durum da sağlamlıqla əlaqəlidir

G.Əliyevanın sözlərinə görə, gigitən qaydalarına əməl etmek soyuq havalarda mövsümi xəstəliklərdən qorunmaq əsas əsullarındandır: "Ölə-

nəticədə sərtlik və ağrı yaranır. Soyuq hava həm də əzələ toxumalarını görgün-

laşdırır. Bu da sümüklərin hərəkətini çətinləşdirir və narahatlıq doğurur.

dır. Xüsusilə uşaqlar və yaşı insanlar üçün bu tədbirlər dəyişdir. Soyuq havada geyim seçimi də sağlamlıqla birbaşa təsir göstərir. Orqanızın temperaturu aşağı düşdükdə immunitənin fealiyyətində zəifləmə baş verir. Bu səbəbdən düzgün geyim seçmək soyuqdan qoruma və xəstəlik riskini minimuma endirir. Psixoloji vəziyyətin də sağlamlıqla six bağlı olduğunu unudulmamalıdır. Soyuq havalarda gün işığının azalması nəticəsində insanların əhvalında enişər müshahidə olunur ki, bət immunitətə təsir edir. Stressin azaldılması, sosial aktivliyin qorunması və hobbilərə vaxt ayırmış psixoloji balansı saxlamağa kömək edir.

Soyuq havalarda sağlam qalmaq üçün bu sadə, lakin effektiv vərdişlərin gündəlik həyatə daxil edilməsi vacibdir. Qidalanma, yuxu, fiziki aktivlik, gigitən və psixoloji balansın birlikdə qorunması hem də sağlıqlı möhkəmləndirir, həm də ümumi səhiyyə sistemini düşən yükü azaldır".

Yeganə BAYRAMOVA



Güclü immunitet bəzən xroniki iltihab hesabına formalasa bilər. ABŞ-in Kanzas Universitetinin Onkologiya Mərkəzinin alimləri bəzən qənaətə göləblər.

AZƏRTAC xəber verir ki, arasdırmanın noticələri "Life" elmi platformasında dərc olunub.

Alimlər immun sisteminin infeksiyalara mübarəzəsino kömək edən hüceyrə ölüm

prosesi olan piropotu öyrənilər. Proses zamanı immun hüceyrələri özlərini möhvədir, bununla da iltihabi reaksiyanı gücləndirək virus və ya bakteriyalarlardan da-ha tez qurtulmağa çalışır. Proses hüceyrə ölümü ilə bağlı xüsusi zülləllər işə salır. Patogenlərə təməsə olduqda bu zülləllər kristalabənzər strukturlar formaladıraq hüceyrələrin parçalanmasına və iltihabi siqnalların buraxılmasına səbəb olur.

Yeni tədqiqatlar sübut edib ki, bəzəi immun hüceyrələrdə bu zülləllərin konsentrasiyası

o qədər yüksəkdir ki, təsadüfi piropotz prosesləri həyat boyu mütəmadi bac verir.

Alimlərin fikrincə, bu prosesləri dərk etmək, hüceyrələrin özəşmə möhvənin qarşısını alan və iltihabi azaldan preparatların yaradılmasına kömək edə bilər. Lakin bət yanaşma ehtiyat tələb edir, cünki sözügedən zülləllərin aktivliyinə qədər bir çox xəstəlik riskini artırır.

Tədqiqatlar sübut edib ki, bəzəi immun hüceyrələrdə bu zülləllərin konsentrasiyası

Qəzet 1993-cü ilin aprel ayından nəşr olunur.
Məsul növbətçi:

Yeganə Bayramova

**Təsisçi:
Yeni Azərbaycan Partiyası
Baş redaktor:
Alqış HƏSNOĞLU**

www.yenizerbaycan.com
mail@yenizerbaycan.com
Ünvan: Bakı - AZ-1000, Üzeyir Hacıbəyli - 66
Telefonlar:
598-37-76, 498-82-21
498-81-24, 498-19-84

İndeks: 67100
Lisenziya: N-B-317
Tiraj: 5040
Sifaris: 1910
"Kapital Bank" ASC-nin Norimanov rayon filialı
h/b - 33080019443900419109
kod - 200093
VÖEN - 1500486601

Qəzet "Yeni Azərbaycan"ın bilgisayar mərkəzində yığılb, səhifələnib və "Azərbaycan" nəşriyyatında ofset üsü ilə çap edilir.