

---

# SUV HAVZALARIDA CHO'MILISH QOIDALARINI BILASIZMI?



## Suv havzalarida cho'milish qoidalarini bilasizmi?

Yozning jazirama kunlari insonlar soya-salqin joylarga talpinadi. Ayniqsa, bunday paytda mazza qilib cho'milish tanaga xuzur bag'ishlaydi. Cho'kish bilan bog'liq hodisalarning yuz bermasligi uchun avvalambor cho'milish qoidalariga qat'iy rioya qilish lozim. Buning uchun birinchi navbatda ob-havo quyoshli va shamol bo'lmagan paytda, havo harorati +170 - +190 dan kam bo'lmagan sharoitda cho'milish tavsiya etiladi. Taqiqlangan cho'milish joylari va suv havzalarida qorin och bo'lganda, charchaganda, chanqaganda, yaqinda bemorlikdan turganda, spirtli ichimlik iste'mol qilinganda, yolg'iz bo'lganda va oftob urish hollarida cho'milish mumkin emas.

Sun'iy suv xavzasida nazoratchilar kelganlarning salomatligi borasidagi ma'lumotnomasiz cho'milishga ruxsat bermasligi lozim. Sun'iy suzish havzalarida cho'milishdan oldin kishi zaruriy ko'rsatmalarga amal qilish va albatta maxsus kiyim (rezina shlyapa, cho'milish kiyimi, rezina oyoq kiyim, ko'zoynak)lardan foydalanishi lozim. Bu suvning gigiyenik holatini yomonlashishidan saqlaydi.

## Suv xavzasiga tushganda quyidagi jihatlarga e'tibor bering:

- Basseynlarning kafeli sirpanchiq bo'lsa, bu suvning eskirganidan dalolat beradi. Bunday havzalarda suv uch kun ichida almashtirilib borilishi lozim.
- Ota-onalar o'z farzandini aslo kattalar uchun mo'ljallangan suv havzalarida cho'miltirmasligi kerak.
- Basseyn suvi +220 - +230 darajadan oshmasligi lozim.
- Sovuq suvda cho'milish tomir tortishishiga olib kelishi mumkin.

Ba'zan yoz faslida manzarali favvoralarda bolalarning cho'milish holati kuzatiladi. Aslida favvoralar cho'milish uchun emas, balki ushbu hududdagi mikroiklimni mo'tadillashtirish va shahar xusniga chiroy qo'shish maqsadida foydalaniladigan inshoot xisoblanadi. Aksariyat favvoralarining suvi aylanma tarzda va kun bo'yi maxsus mexanizmlar yordamida aylanadigan suvlar havo tarkibidagi changlar orqali ifloslanadi. Bundan tashqari, manzarali favvoralarining suv otib beruvchi moslamalar bolalarning cho'milishi va suvga sakrashlari paytida ularga tan jarohati yetkazishi ehtimoldan holi emas. Shuning uchun ota-onalar farzandlarining favvoralarda emas, maxsus tekshiruvdan o'tkazilgan cho'milish hovuzlarida cho'milishlarini ta'minlansa maqsadga muvofiq bo'lardi.

**Farxiddin Saidov - So'x tuman FVB FVDT va FM tashkil etish bo'linmasi boshlig'i, leytenant**

## [Bizni ijtimoiy tarmoqlarda kuzating](#)

[Facebook](#) | [Telegram](#) | [Telegram murojaat](#) | [Youtube](#) | [Instagram](#)

2023-06-08 16:36:11