

## ХҮН ТӨРӨЛХТӨН, ДЭЛХИЙ ЕРТӨНЦӨД НҮҮРЛЭСЭН АЮУЛ

II байр  
С.Гантулга, оюутан  
МУИС-ийн Эдийн Засгийн Сургууль,  
Маркетингийн 2-р анги

*Залуу насны алтан хундаган дамьдрал, аз жаргал дүүрэн цэлэлзэх авч  
ёроолыг нь гартаал хоослоогүй, цэнгэлээ хэтрүүлсний гунигт  
автаагүй хүн л хувь заяатай.*

Цасны ширхэг бүр өөр өөр байдаг шиг хүний амьдралыг үзэх үзэл, туулах зам, гарах өндөрлөг нь мөн өөр өөр байдаг. Зарим хүн амьдрал өөд тэмүүлж зүтгэж байхдаа хөл алдан хэдэнтээ унадаг, бүр ёроол хүртэл нь унах нь ч бий. Хүн ингэж хөл алдан хальтрах бүрдээ амьдралын тэр л хэсгээс ухаарал олдог. Гэвч энэ ухаарал хожимдсон бол яанаа...

Би гэрээсээ гараад сургууль орох замдаа олон янзын хүмүүстэй таардаг. Өдөр болгон хүмүүстэй уулзан, тэднийг ажиглан, яриаг сонссоны эцэст маш их зүйлийг мэдэж авдаг билээ. Би гунигтай, гэрэл гэгээтэй, айдас, баяр хосолсон олон зүйлийг сонсож явлаа. Бас зөвхөн өөрийнхөө дургүйцлийг илэрхийлэх эсвэл өөрийн улс төрийн хязгаарлагдмал үзлээ хүмүүст тулгахыг хүссэн нэгэнтэй таарах үе ч байлаа. Энэ явдал тэр өдрүүдийн нэгэнд болсон юм. Автобусанд орон арайхийн суудалд суутал миний хажууд суусан хүн “Энэ өнөөгийн залуус уу...” хэмээн гаслаж эхлэв. Тэрээр 14-н цагийн мэдээнээс нэгэн таагүй мэдээг сонссон ба өнөөгийн залуус, өсвөр үеийнхний талаарх бүдэг бадаг ойлголт, бодлоо зогсоо зайгүй ярьж байлаа. Азаар автобус миний буух буудал дээр ирж зогсов. Би бууж, сонин худалдан авч уншвал нэгэн нийтлэл буйг харав. Нэгэн залуу ДОХ өвчний халдвар авсан тухай мэдээ миний сэтгэлийг сэрд хийлгэв. Тэрээр ижил хүйстэнтэйгээ явалддаг бөгөөд түүний ямар хүмүүстэй явалдсан нь бүрхэг байгаа ажээ. Хэний ч хувьд ийм өвчнөөр өвднө гэдэг ямар аймшигтай болохыг төсөөлөхөд бэрх байлаа.

Өнөөдөр гэрлэлт болон гэр бүлд тогтож ирсэн уламжлалт харилцаа алдагдаж байгаа нь харамсалтай. Энэ их садар самууныг тарьсныхаа үр уршгийг амсах цаг иржээ. Гэрлэлт, гэр бүлийн уламжлалт хүрээнээс гадуурах чөлөөт бэлгийн харьцааг жирийн үзэгдэл мэт хүлээн зөвшөөрөх болж, залуучуудын дунд бэлгийн харилцаанд орох нас залуужиж, гэр бүлийн салалт ихсэж, гэрлэлтээс гадуур төрсөн хүүхдийн тоо эрс өсчээ. Үүнээс сэтгэл зовоосон томоохон асуудал бол өсвөр насныхны жирэмслэлт болон бэлгийн замын халдварт өвчин ба ДОХ-ын вирусаар халдварлаж байгаа явдал юм. Эдгээр нь нэгэнтээ ил болж улам өргөн цар хүрээг хамарч байхад бид үүнийг огт мэдэхгүй юмуу, эсвэл огт тийм зүйл байхгүй мэт сэтгэл амирлангуй явж болохгүй юм. Хэрвээ энэ асуудлыг өнөөдөр л шийдэхгүй бол маргааш гэхэд оройтно.

НҮБ-ын ХДХВ буюу ДОХ-н талаарх хөтөлбөрийн газраас 2003.11.25-нд гаргасан ХДХВ-ээр халдварласан өвчтнүүдийн тухай статистикийн тоо баримтыг сөхвөл, энэ оны эцэс гэхэд дэлхийн хэмжээнд нийт халдвар авсан хүмүүсийн тоо бараг 40.0 саяд хүрэх болно. Зөвхөн энэ жилд шинээр халдвар авагсдын тоо 5.0 сая орчим болох юм байна. Мөн ДОХ-оор нас барагсдын тоо зөвхөн энэ жилд бараг 3.0 саяд хүрэх болно. Дэлхийн хэмжээгээр нийт халдвар авагсдын тоо 65 хувь нь Африк тив дэх Сахарын цөлийн зүүн хэсгийн улс

орнуудад оршин сууж байна. Хятад, Энэтхэг, Индонез болон Зүүн Өмнөд Азийн бусад улс орнуудад ДОХ-ын халдвар авагсдын тоо эрс нэмэгдэж байгаа тоо мэдээ байна.

Аймаар их тоо байгаа биз? Монгол оронд минь хэдийн энэ өвчин ороод ирчихсэн өдгөө 5-дахь халдвар авсан хүн илэрсэн!

### **Ариун ёс журам- Миний бахархал, миний аз жаргал Бэлгийн харьцааг тэвчих шалтгаан**

1. Атомын хүчийг зөв зүйтэй ашиглавал энэ нь маш их хүч энергийг бий болгодог. Харин үүнийг буруу зүйлд ашиглавал амьдралыг хөнөөдөг. Тэгвэл бэлгийн харьцаа яг л үүнтэй ижил юм. Бэлгийн харьцаа нь хоёр хүнийг туйлын нэгдүүлж, үе удмаа үргэлжлүүлэх асар их учир утга үнэ цэнийг агуулж байдаг. Гэвч энэхүү агуу хүчийг гэрлэлтээс гадуур хэрэглэвэл энэ нь таныг болоод таны хамгийн ойрын нэгний амьдралыг хөнөөдөг юм.
2. Судалгаанаас харахад залуучуудад гэрлэлтээсээ өмнө бэлгийн харьцаанд орсноор тэдний сурч мэдэх хүсэл нь буурч нийгэм, олон нийт, найз, аав, ээжтэйгээ харьцах харилцаанаасаа нь хөндийрч таарамж муутай болдог.
3. Эмэгтэйчүүдийн ихэнх нь гэрлэлтээс гадуурх бэлгийн харьцаанаас таашаал авч чаддаггүй. Бэлгийн амьдрал нь аюулгүй байдал, амар тайван байдлыг зайлшгүй шаарддаг. Харин гэрлэлтээс гадуурх бэлгийн амьдрал нь нуугдаж нууцалсан айдас түгшүүр, жирэмслэлтээс зугтах зэрэг маш олон дарамттай тулгардаг.
4. Цэвэр ариун байдал нь бидний амьдралын хамгийн чухал , насан туршийн хань ижил болох хүнд зориулагдах ёстой билээ. Энэ нь таны хань ижилдээ барих үнэт бэлэг болох учиртай. Хэрвээ та үүнийгээ нэг л алдах юм бол энэ дэлхий дээрх юу ч танд үүнийг чинь эргүүлэн өгч чадахгүй юм. Өөрт буй хамгийн их үнэ цэнэтэй зүйлээ бүү алдаарай.
5. Гэрлэлтээс гадуурх бэлгийн харьцаанд орсноор өөрийн эрүүл мэндээ хохироож БЗХӨ тусах , ДОХ-н вирус авах аз туршилтыг өөртөө олгож буй хэрэг юм.
6. Зарим өвчинд тодорхой ялгарах шинж тэмдэг байдаггүй бөгөөд хосууд олон жилийн дараа тухайн өвчний хор уршгийг амсдаг. Эдгээр хор уршгийн нэг нь үргүйдэл юм. Гэрлэхээсээ өмнөх бэлгийн харьцаанаас авсан янз бүрийн өвчний улмаас 80 хувь нь үргүйдэл өвчний зовлонг амсдаг байна.
7. ДОХ болон бусад БЗХӨ-өөс 100 хувь хамгаалах цорын ганц арга нь гэрлэхээсээ өмнө ариун байдлаа хадгалах, гэрлэснээсээ хойш ханьдаа туйлын үнэнч байх явдал юм.
8. Гэрлэлтээс гадуурх бэлгийн харьцаанаас бутач хүүхэд төрдөг. Олонх шинжлэх ухааны судалгаа нь ээжтэйгээ өссөн хүүхэд эцэг эхтэйгээ өссөн хүүхдээс сэтгэл санаа, нийгэмд эзлэх байр суурь, сурч боловсрох гээд олон зүйлээрээ доогуур байдаг байна. Иймээс хүүхдэд аав ээж хоёулаа хэрэгтэй.
9. Хэрвээ бэлгийн харьцаанд орохгүйгээр найзалбал энэ харьцааг зогсооход амархан. Харин бэлгийн харьцаанд орсон тохиолдолд салах хэрэг гарвал ирээдүйн амьдралд тань маш их хор уршгийг тарих болно гэдгийг үргэлж санах хэрэгтэй.

Жинхэнэ хайр бол хүлээдэг. Хэрвээ чамайг хэн нэгэн үнэхээр хайрлавал тэр чамд хамгийн сайн сайхан зүйлийг хүснэ шүү. Чамд зөвхөн хамгийн үнэт зүйлээ өгч, жинхэнэ хайрыг бэлэглэж, чиний мөнхийн үнэнч хань тань болох юм.