

Azərbaycanda Uzunömürlülər

İrsiyyət Ətraf Mühitin Təsirinin Nəticəsi Kimi

Çingiz Qasimov, Ulduz Həşimova, Arif Abbasov və Əttiqə İsmayılova

Mənbə: Azerbaijan International jurnalı - Aİ 2.3 (Payız 1994)

© Azerbaijan International

Bütün dünya üzrə uzunömürlülərin bir çoxu Qafqazda yaşayır. Sovet hakimiyyəti nümayəndələrinin məlumatına görə onlardan ən məşhuru Azərbaycanda yaşamış və 1973-cü il, 2 sentyabrda inanılmaz yaşda - 168 yaşında vəfat etmiş Şirəli Müslümovdur¹.



Sağ: 160 yaşlı Müslüm uzunömürlülüğünün səbəbini zəhmətdə görür.

Sol: Şirəli Müslümov 3-cü həyat yoldaşı ilə birlikdə

Qeyd: Şəkillər 1963-cü ildən sonra çəkilmişdir.



Onun güya 1805-ci il, mayın 2-də anadan olduğu bildirilirdi. Ancaq bu günlərdə Azərbaycan Elmlər Akademiyasındakı gerontoloqlar və psixoloqlar isə bunun heç cür həqiqət ola bilmədiyini və 168 yaşın sadəcə mübaliğə olduğunu söyləyirlər. Lakin onların bu şəxsdən heç vaxt müsahibə götürmək şansı olmadığına görə onun həqiqi yaşının neçə olduğunu bilmirlər. Hətta heç pasport, doğum şəhadətnamələri və hərbi qeydlər olmadan belə alimlər müəyyən hadisələr, məsələn 1921-ci ildə Azərbaycanın Şamaxı rayonunda baş vermiş zəlzələ² kimi tanınmış hadisələr və genoloji təhlillər əsasında yaşı təxmin edə bilirlər. Şirəli baba 5-ci vərəsələrini görəncə qədər yaşamışdı.³

Uzunömürlülük Kütləvi Fenomen Kimi

Ümumdünya gerontologiya təcrübəsində yaşı 90 olan və aktiv həyat sürən hər bir kəs uzunömürlü adlandırılır. Bu fenomen bütün dünyada individual səviyyədə tədqiq oluna bilər. Bununla yanaşı dünyada uzunömürlülüğün kütləvi yayıldığı yer çox azdır. Qafqaz belə yerlərdən biridir. Əsrin əvvəllərindən bu ərazidə uzunömürlülüğün olması Rusiyada elm xadimlərinin diqqətini cəlb etmişdir⁴. Bu regionda yaşayan azərbaycanlılar, abxazlar, balkarlar, inquşetlər və çeçenlər uzunömürlülər kimi tanınmışlar. 1970-ci ildə aparılmış

siyahıya almanın nəticələrinə görə Rusiyanın ucqar yerlərində yaşayan əhalisinin uzunömürlülük göstəricisi Sovet İttifaqının digər yerlərindəki göstəricidən aşağıdır. Həmçinin ermənilərdə də istər Ermənistanda, istərsə də uzunömürlülər məskəni kimi tanınmış Azərbaycanın Dağlıq Qarabağında yaşamalarına baxmayaraq bu göstərici aşağıdır⁵. 1980-ci illərin əvvəllərində Qarabağın ətlərində yaşayan azərbaycanlılarda uzunömürlülük göstəricisi hər 1000 adama 80 nəfər düşürdü⁶.

Azərbaycanın Lerik, Lənkəran, Masallı, Zaqatala, Qusar, Qazax, Tovuz, İsmayilli, Cəlilabad, Şamaxı, Laçın, Kəlbəcər və Ağdam kimi bir sıra rayonlarında uzunömürlülük üstünlük təşkil edir. (Sonuncu üç rayon hal-hazırda ermənilərin işğalı altındadır - bütün azərbaycanlılar oranı tərk edərək pərən-pərən olduqlarından tədqiqatçılar onlarla bütün əlaqəni itirmişlər və hətta onların hələ də yaşayıb yaşamadıqlarından xəbərsizdirlər. Şübhəsiz ki, müharibə gərginlik, normal həyat şəraitinin pozulması, sanitariyanın və ərzağın çatışmaması kimi faciəvi nəticələrə səbəb olmuşdur).

Amerika-SSRİ Birgə Tədqiqatı

Azərbaycanda uzunömürlülük Elmlər Akademiyasının Fiziologiya və Uzunömürlülük laboratoriyasında və Fiziologiya İnstitutunda (Etnoqrafiya bölməsi) tədqiq edilmişdir. 1977-cil ildə xüsusi tibbi və ictimai-mədəni faktorlara xüsusi diqqət yerirməklə qarşılıqlı mədəni və çox tərəfli tədqiqat təklifi irəli sürən Vera Rubinin (Nyu York şəhərində insanın öyrənilməsi tədqiqat institutu) rəhbərliyi altında keçirilən Amerikan-Sovet proqramı ilkin tədqiqata böyük təkan verdi. Amerikalılar ilkin olaraq abxazları tədqiq etməyə başladılar və sonradan aşkar etdilər ki, uzunömürlülüğün daha yüksək göstəricisi məhz Azərbaycandadır. Hal-hazırda ümumi bir fikir vardır ki, Qafqazda ən yüksək uzunömürlülük göstəricisi azərbaycanlılar arasındadır. Azərbaycanda uzunömürlülüğün öyrənilməsi proqramı Rubin vəfat etdikdən sonra, 1980-ci illərdə ləğv olundu.

Yəqin ki, Azərbaycan alimləri də razı olurlar ki, o dövrdə xarici mütəxəssislərlə hər hansı elmi mübadilə etmək çox çətin idi. Azərbaycan Elmlər Akademiyasının Etnoqrafiya bölməsinin direktoru Arif Abbasovun fikrinə əsasən “Amerika alimlərinə xüsusilə bura daxil olmağa heç icazə verilmirdi.” “Onların burda 2-3 gündən artıq qalmalarına icazə verilmədiyinə görə biz yalnız qısa seminarlar keçirə bildik. DTK bizə amerikalıları uzunömürlülərin yanına müsahibə üçün aparmağa çox çətinliklə icazə verərdi”.

Sovet İttifaqı dağıldıqdan sonra Azərbaycanın beynəlxalq qarşılıqlı elmi münasibətlərə can atmasına baxmayaraq, yaranmış iqtisadi böhran onun imkanlarına əngəl törətdi. Misal üçün, hər hansı bir sahədə sorğu keçirmək üçün heç bir maliyyə vəsaiti yoxdur və son dörd ildə heç bir elmi iş çap olunmamışdır. Alimlərin elmi işləri konfranslarda qəbul olunsaydı belə çox nadir hallarda onlar iştirak etmək üçün xaricə gedə bilirdilər. Ən yaxşı hallarda onların işlərindən çıxarılmış xülasələr beynəlxalq konfransların protokollarında çap olunurdu.

İrsiyyət Vacib Faktordur

Azərbaycanlılar öz uzunömürlülüklərinin səbəbini irsiyyətin, ətraf mühitin və psixoloji, sosial və mədəni aspektlərin birləşməsində görürlər. Onlar uzunömürlülüğün əsasən irsən keçdiyinə əmindirlər. Onların tədqiq etdikləri şəxslərin çoxu valideynlərinin də belə uzun ömür sürdüyünü təsdiq etmişlər. Ən çox uzun ömr sürənlərin əksəriyyəti öz qan qohumu - əmi və ya dayı uşaqları ilə evlənənlərdir.

Ətraf mühit də böyük rol oynayır: bu zaman insanlar tərəfindən ətraf mühitə uyğunlaşma bacarığı ilə yaxşı torpaqda və yaxşı iqlimdə yetişdirilmiş ərzaq seçimi nəzərdə tutulur. Çox yayılmış qohumluq nəsil əlaqələri də daxil olmaqla ənənəvi sosial təşkilat da bura öz töhfəsini verir, belə ki, bu yaşlanma dövrünün daha az gərginlikdə keçməsinə kömək edir. Yaşlı adamlara Azərbaycanda çox yüksək hörmət edilir və ailələrdə, ictimaiyyətdə və daha böyük cəmiyyətlərdə onlara yüksək yerlər verilir. Yaşlıları heç vaxt özlərini lazımsız və gərəksiz hiss etməyə qoymurlar.

Yalnız Dağlarda Deyil

Uzun ömürlü insanların çoxunun dağ rayonlarında yaşadığını deyən fikirlərin əksinə olaraq tədqiqat zamanı onlara daha çox yüksəkliyi 500-800 metr olan dağətəyi rayonlarda rast gəlinmişdir⁷. Əhalinin uzunömürlülüğü müxtəlif iqlimə malik rayonlarda ola bilər. İnsanların müəyyən ərazilərdə yaşadığı müddətdən asılı olaraq onların konkret həyat şəraitinə uyğunlaşması faktoru da müəyyən olunmuşdur. Məsələn, 100-150 il bundan qabaq Azərbaycanda məskunlaşmış qeyri yerli rus əhalisi yaşlılığın norma olduğu bir yerdə azərbaycanlılarla yanaşı yaşamalarına baxmayaraq, uzunömürlülük indikatoru aşağı səviyyədə idi.

Bolluca Qatıq

Gündəlik pəhrizə qatıq və sarmsaq daxil idi. Ət ancaq qışda, yaşıl tərəvəz isə əsasən yay aylarında qəbul edilirdi. Görünür, turşuya qoyulmuş ərzaq, şirniyyat və şirin çaydan çox nadir hallarda istifadə olunurdu. Tərkibində 30-dan çox vitamin, mineral, amin asid turşuları olan və qanda xolesterolu azaltmaq məqsədilə istifadə olunan bəhməz (ağ tutdan hazırlanmış konsentrat) geniş yayılmışdı. Bəhməz ürək xəstəliklərinin qarşısını almağa kömək edir. Ot təbabətinin də əhəmiyyətli rol oynadığını hesab edirdilər.

Bakıda insanlar kənd həyatını ideallaşdırır və hesab edirlər ki, gərginliyin olmaması vacibdir. Amma uzunömürlülərin bir çoxu heç də optimal şəraitdə yaşamamışlar. Ümumi olaraq onların çoxu optimist insanlardır və bir çoxları hələ ahıl yaşlarında yenə də evlidir və ya həyat yoldaşları vəfat etdikdən sonra yenə də evlənməyə cəhd etmişlər.

Uzunömürlülük səhiyyə üçün vacib bir sahədir və bütün bəşəriyyət üçün bir mənfəətdir. Azərbaycanın da bu sahəyə verəcəyi mühüm bir töhfəsi vardır. Hal-hazırda inkişaf etmiş ölkələrdə orta yaş səviyyəsi 75 ildir. Tibbin və səhiyyənin inkişaf etməsinə baxmayaraq, uzunömürlülük göstəricisi aşağı düşür və kardiovaskular (ürək) və onkoloji xəstəliklərə qarşı gözlənilən mübarizə vasitəsi isə hələ də yoxdur.

Azərbaycan alimləri uzunömürlülük sahəsində gələcəkdə də tədqiqatlarını davam etdirməyə və beynəlxalq qruplarla birgə tədqiqat aparmağa ümid edirlər. Belə ki, bioloqların, antropoloqların, psixoloqların, demoqrafçılardan, etnoqrafların və folklorçuların da bu sahəyə verə biləcəkləri töhfələr vardır.

Bu məqalənin hazırlanmasında iştirak etmiş şəxslərin hamısı Elmlər Akademiyasının işçiləridirlər. Çingiz Qasimov Fiziologiya institutunun Fiziologiya və Uzunömürlülük Laboratoriyasının direktorudur. Ulduz Həşimova Fiziologiya institutunda çalışır. Arif Abbasov və Ətтиq İsmaylova Arxeologiya və Etnologiya institutunun direktorlarıdır.

Tərcümə yardımını Aliyə Abbasova, Jalə Qəribova və Pərvanə Orujova tərəfindən edilmişdir.

Qeydlər

¹Hətta 1986-cı il Ginnəsin Dünya Rekordlarında (32-ci buraxılış) Muslümovun adı çəkilir. Lakin orada eyni zamanda qeyd olunur ki, “Heç bir qərb jurnalistinə və ya aliminə bu şəxsdən müsahibə götürülməsinə icazə verilməyib.” Ginnəsin hazırkı 1994-cü il buraxılışında artıq Muslümovun adı belə çəkilmir və 119 yaşlı bir fransız dünyada ən uzunömürlü bir şəxs kimi göstərilir.

²V.İ Kozlov və O.D Komorova. 1982. SSRİ-də uzunömürlülüğün coğrafiyası (Etnik aspektlər). Vera Rubin. Amerika SSRİ ilk birgə tədqiqatının protokolları. Abxaziya və Kentukkidə qarşılıqlı cəhdlərin ilk iki ili. Birinci hissə, səh. 57. Nyu-York: İREX (Beynəlxalq Tədqiqat və Mübadilə Heyəti, 655, 3-cü Prospekt, Nyu-York, NY 10017).

³Kozlov, səh.57. Qərb tədqiqatçıları bu regionu tədqiq edərkən aşkar etmişlər ki, burada qadınlardan daha çox kişilər arasında yaşlarını şisirtmək kimi böyük bir meyl vardır və bəzi hallarda onlar 15-20 ilədək artırırlar.

⁴Meçnikovun yaşlanma psixologiyası barədə tədqiqat işi, Pavlovun rəhbərliyi ilə aparılan “Məktəblər” (1913-1958) və tanınmış abxaz təhsil xadimi və folklorçu S.P. Basaria (1928-1930) Qafqaz uzunömürlüləri problemi ilə məşğul olmuşlar.

⁵ Kozlov, səh. 56

⁶ İbid

⁷Kozlov, səh. 58

Nekroloq

Şirəli Müslümov, 168 yaş

Sovet hakimiyyəti nümayəndələri kommunist sisteminin kapitalizm üzərində hakimliyini iddia etmək üçün çox zaman uzunömürlülük fenomenindən istifadə edirdilər. Aşağıda Sovet İttifaqı dövründə guya ən yaşlı adam hesab edilən və 168 yaşına qədər ömür sürən Şirəli

Müslümov haqqında Sovet Kəndi qəzetinin 1973-cü il, 4 sentyabr, 103-cü (4504) nömrəsindən götürülən nekroloq verilmişdir.

“Planetimizin uzunömürlüsü və Lerik rayonunun sakini, kolxoz veteranı Barzavu kəndində sentyabrın 2-də 168 yaşında vəfat etmişdir.”

Şirəli Müslümov 1805-ci ildə kasıb çoban ailəsində anadan olmuşdur. Uşaqlığından o, 100 il ərzində varlı adamların qoyunlarını otarmışdır. Şirəli baba həyatında hər cür haqsızlıqla üzləşmişdir. O, çox əzab-əziyyət çəkmişdir. Varlılar tərəfindən istismar edilmiş, amma bütün həyatı boyu “insanın insanı istismar etməsi” əleyhinə çıxmışdır. Ömür boyu yaxşı həyat arzulanmışdır və ancaq Azərbaycanda Sovet hakimiyyətinin qələbəsindən sonra arzularını həyata keçirməyə nail olmuş və yaxşı yaşamağa başlamışdır.

O, kəndlərində kolxoz sisteminə qoşulan ilk adamlardan idi. Gənclərə öz sənətinin sirlərini öyrətməyə çalışırdı. Bütün həyatı boyu o, kolxozu gücləndirmək və insanların rifah rifahını yaxşılaşdırmaq üçün əlindən gələni etmişdir. Partiya və hökumət onun əməyini qiymətləndirmişdir. 1966-cı ildə Şirəli Müslümov Qırmızı Əmək Bayrağı Medalı ilə, 1970-ci ildə isə Lenin Medalı ilə təltif edilmişdir. O, Biləbənd Sovetinin üzvü idi. Həmişə öz təcrübəsini gənclərlə paylaşır. Onun 330 vərəsəsi 5-ci nəslə aiddir.

Planetimizin uzunömürlüsü və Kolxozun ağsaqqalı insanlar tərəfindən böyük hörmət qazanmışdır. O, onu tanyanların xatirəsində hələ çox yaşayacaqdır.

İmza - Azərbaycan SSRİ Kənd Təsərrüfatı nazirliyi, Azərbaycan SSRİ Sovxoz nazirliyi və Azərbaycan Əmək Birliyi. Nekroloq Kommunist qəzetinin redaktoru tərəfindən yazılmışdır, 4 sentyabr, 1973-cü il. No 105 (4504)”

Nekroloq Azərbaycan dilindən Azər Məmmədov tərəfindən tərcümə edilmişdir.

Axundov kitabxanasının direktoru Leyla xanım Qafurovaya və onun heyətinə həmin nekroloqu və uzunömürlülərlə əlaqədar digər qəzet materiallarını qəzet arxivlərindən tapıb üzə çıxardıqlarına görə xüsusi minnətdarlığımızı bildiririk.

Şirəli baba hələ də Bakıda xatırlanmaqdadır. Onun haqda nekroloqan tamamilə fərqli şəkildə lətifələr dolaşır. Məsələn deyirlər ki, o altı dəfə evlənmişdir və ikinci arvadı 70 yaşında hamilə olub. Onun 150 illik yubileyində bir rus polkovniki öz yaraşlıq həyat yoldaşı ilə yığıncaqda iştirak edirmiş. Qonaqlar ona hədiyyələrini verməyə başlayarkən o, onlara belə demişdir: “Mən heç nə istəmirəm. Mənə yalnız o yaraşlıq qadını verin.” Həyatının sonuna yaxın o rəsmi bir qonaq kimi Moskvaya getməyə dəvət alır. Sonralar o, şikayətlənirmiş ki, təyyarə ilə uçuş və metro onu o qədər qorxuzurmuş ki, bu onun ömründən bir neçə il geri atıb.

Tərcümə: Ülviyyə Məmmədova

Yoxladı: Gülnar Aydınmırova

Redaktə etdi və veb üçün hazırladı: Aynurə Hüseynova