

GIGIYENIK KASALLIKLARNI RIVOJLANISHINI BUGUNGI KUNDAGI DOLZARBLIGI

Qilichev Jasurbek Fayzullayevich
Turayev Adxam Abdulfayiz o'g'li
To'raqulova Marjona Zulfiqor qizi
Abdullayev Javohir Hamidullo o'g'li

Toshkent tibbiyot akademiyasi Termiz filiali Davolash fakulteti talabalari

Annotatsiya: *Hozirgi zamon kasalliklarini avj olishida tashqi muhit ahamiyati katta bo'lib, bularga qarshi qurol gigiyena hisoblanadi. Har bir inson gigiyenaga qattiq amal qilishlari zarur gigiyenaga qat'iy amal qilgan inson muhitdagi turli xil tarqalayotga virus va bakteriyalardan o'zini himoyalagan bo'ladi, agar amal qilmasa aksincha.*

Kalit so'zlar: *Gigiyena, Immunitet, Grip, Virus*

Аннотация: *Внешняя среда играет большую роль в вспышках современных болезней, и оружием против них является гигиена. Каждый человек должен строго соблюдать гигиену человек, который строго соблюдает гигиену, будет защищен от различных вирусов и бактерий, которые распространяются в окружающей среде, и наоборот, если он этого не делает.*

Ключевые слова: *Гигиена, Иммуитет, Грипп, Вирус*

Annotation: *In the outbreak of modern diseases, the external environment is of great importance, and the weapon against these is hygiene. It is necessary that each person strictly adhere to hygiene a person who strictly adheres to hygiene will have protected himself from viruses and bacteria to various outbreaks in the environment, if not to the contrary.*

Keywords: *Hygiene, Immunity, Grip, Virus*

KIRISH:

Gigiena fani atrof muhit omillari va ishlab chiqarish faoliyatining inson salomatligiga, ishlash qobiliyatiga, hayotini uzaytirishga ta'sirini o'rganadi. Gigienaning asosiy vazifalaridan biri inson hayoti va mehnat faoliyatini sog'lomlashtirishga yo'naltirilgan profilaktik chora-tadbirlarini ishlab chiqishdan iborat. Qadimda greklar salomatlik farishtasini ikki qo'lida suv to'ldirilgan idishlarni ushlab turgan yosh ayol ko'rinishida tassavvur qilganlar. Ular uni salomatlik xudosining qizi deb hisoblaganlar. Eskulapa unga «Gigieya» deb nom berdilar. Shu erdan gigiena so'zi kelib chiqqan, ya'ni salomatlik haqida qayg'urish demakdir. Gigienani «Sanitariya» dan farqlay ola bilish kerak. Sanitariya-bu gigienaning talablarini hayotga tadbir qilishdagi amaliy chora-tadbirlar yig'indisidir. Gigiena tibbiyot profilaktikasining ilmiy asosi bo'lib hizmat qiladi. Odam organizmi va atrof muhit o'rtasida o'zaro bog'liqlik borligi, bu omillarning odam organizmiga doimo ta'sir etishi natijasida ko'pgina kasalliklarning kelib chiqishiga sabab bo'lishini, tibbiyotda profilaktika

yo`nalishining rivojlanishining zarurligini fiziologlar - I.M.Sechenov va I.P.Pavlovlar isbotlab berdilar. I.P.Pavlov «Barcha kasalliklarning sababini bilgandagina haqiqiy tibbiyot kelajak tibbiyotiga aylanishi mumkin, gigiena keng ma'noli, keng mazmunli, kerakli va olijanobli fan sifatida qo`llaniladi» deb aytadi.

Dolzarlighi: Bugungi kunda avj olib ketayotgan gigiyenik kasalliklar bemorlarda juda og'ir kechmoqda odam organizmi bunday kasalliklarni qanday tuztish kerak, Ularni tuzalish davri qancha vaqt davom etadi va qancha mablag' talab etadi. Shu o'rinda savol tug'uladi gigiyena nima? U qanday kasallik diareami yoki yurakning ishdan chiqishimi?

Gigiyena bu dam organizmiga atrofmuhitdagi omillarning ta'sirini o'rganib, olingan natijalar asosida aholi uchun eng muvofiq yashash, mehnat qilish sharoitlarini, ovqatlanish tartiblarini, suv ta'minoti, turarjoylar bilan ta'minlash masalalarini ishlab chiqadi.

Maqsadi: Gigiyenik kasalliklarni oldini olish va chora tadbirlar ishlab chiqish.

Yopiq xonalar va atmosfera havosida doimiy ravishda u yoki bu turdagi mikroorganizmlar uchrab turadi. Ko'pincha ularni tarqatuvchi manba bo'lib bemor odamlar yoki kasallangan hayvonlar bo'lib chiqadi. Bundan tashqari havo muhiti tarkibida saprofit mikroblarning bo'lishi ham mumkin, ular odatda normal sharoitda shamol esishi oqibatida tuproq tarkibidaga saprofitlarning havoga ko'tarilishidan yuzaga kelishi mumkin. Havo tarkibida bo'ladigan mikroorganizmlar ichida ko'pincha patogen mikroorganizmlarning ham uchrashi tabiiy bir hol bo'lib, shunga bog'liq holda havo muhiti ayrim turdagi yuqumli kasalliklarni chaqiruvchi mikroblarni uzatuvchi muhit bo'lib qoladi. Havo muhiti orqali virusli infeksiyalar, shu jumladan - gripp, angina, bo'g'ma, chechak, ko'kyo'tal, yuqumli parotit, o'lat, sil kasalligi, kuydirgi va b. Infeksiyalarning uzatilishi havo-tomchi va chang orqali bo'lishi mumkin, chunki kasallik tarqatuvchi mikroorganizmlar juda mayda suv tomchilari va aerozollar (so'lak tomchilari, yo'talish, aksa urishda uchib chiqadigan shilimshiq tarkibida), yoki bo'lmasa chang zarrachalari yuzasida bo'lib, havo muhitida muallaq holda uzoq muddatlarda bo'lishi mumkin. Havo muhiti mikroblar uchun juda qulay muhit deb hisoblanmaydi, shunga qaramasdan zarrachalar tarkibidagi namlik ularning uzoq muddatlarda yashashi va o'z virulentligini bir necha soatdan bir necha kungacha saqlanib qolishiga imkoniyat yaratadi. Ayrim turdagi mikroorganizmlar - sil kasalligini va kuydirgi kasalligini chaqiruvchi mikroblar o'z virulentligini bir necha oylargacha saqlashi mumkin. Havodagi mikroorganizmlarning miqdori ayniqsa davolash muassasalari havosining tozaligini belgilovchi asosiy ko'rsatkich bo'lib xizmat qiladi. Operatsiya xonalari, bog'lash xonalari, tug'ish zallari va bo'limlari havosida mikroorganizmlarning bo'lishi (ayniqsa yiring chaqiruvchi mikroblar) kasalxona ichi infeksiyalarini kelib chiqishidagi eng muhim omillardan deb baholanadi.

Bunday mikroorganizmlar ko'pincha operatsiyadan keyin kelib chiqadigan yiringli asoratlari, tug'ishdan keyingi septik asoratlarni kelib chiqishida ahamiyatga ega hisoblanadi. Kasalxonalar, poliklinikalar havosi tarkibida mikroblarning bo'lishi, ayniqsa patogen mikroblarning bo'lishi yuqorida aytilganidek, kasalxona ichi infeksiyalarini yoki ambulatoriyaga doir infeksiyalarni kelib chiqishiga sharoit yaratadi, chunki bunday sharoitda davolanadigan bemorlarning organizmlari, aniqrog'i bemorlar organizmining reaktivligi nisbatan pasaygan bo'lganligi uchun kasallikning kelib chiqishi osonroq bo'ladi.

Yilning sovuq faslida turar-joy binolari havosini toza deb aytish mumkin, qachon-ki 1m³ havo tarkibida bo'ladigan mikroorganizmlarning soni 1500, yozning issiq faslida esa 2500 gacha bo'lsa toza havo deb baholash mumkin. Shunday qilib, havo muhitining eng muvofiq parametrlarini yaratish ya'ni hamma ko'rsatkichlarning parametrlari bo'yicha tashkil qilishni (fizikaviy, kimyoviy, biologik), hisobga olish odam organizmining funksional holatini ta'minlash va salomatlikni saqlashdagi muhim shart hisoblanadi.

Dorixonada sog'liqni saqlash tizimidagi muassasalardan biridir, uning asosiy vazifasi, aholini va davolash-profilaktik muassasalarini dori preparatlari, sanitariya va boshqa tibbiyot mahsulotlari bilan o'z vaqtida ta'minlashdan iboratdir. Dori preparatlarini tayyorlash va saqlashda gigienik rejimga qat'iy rioya qilish lozim, shuning uchun provizor dorixonada muassasalarida va farmatsevtika korxonalarida atrof muhit parametrlarini gigienik normalarini yaxshi bilishi kerak. U gigienik normativlarni va sanitariya qoidalarni dorixonada buzilishi natijasida kelib chiqadigan kasalliklar haqida to'liq ma'lumotga ega bo'lishlari kerak. Provizor sanitar xizmat namoyondalarilari bilan birga dorixonada muassasalarida gigienik rejimga rioya qilish va mehnatni muhofaza qilish chora-tadbirlarini ishlab chiqarishi, dorixonada qurilishi loyihalariga baho berishda, joriy sanitar nazoratini olib borishi kerak. Zaharli kimyoviy moddalarning atrof muhitda barqarorligi va doimiy ko'chib yurishi kishilar sog'lig'i uchun birmuncha xavf tug'dirdi. Barqaror kimyoviy moddalar havodagi kislorod, yorug'lik ta'siriga chidamliligi va tuproq, suv va boshqalardagi mikroorganizmlarni parchalay olmasligi bilan xavflidir. Masalan, hozirda Toshkent shahrida xalq xizmatidagi avtotransport vositalari miqdori juda ortib ketgan. Bundan 10-15 yil avval katta ko'chalarning bir nuqtasidan 1 soatda 600 – 700 avtotransport o'tgan bo'lsa, hozirga kelib bu 2 – 3 barobar ortgan. Daryo va dengizlarda yuk va odam tashuvchi transportlari soni bogan sari ko'payib bormoqda. Temir yo'ldagi transport vositalari, parovozlar, teplovozlari, tez uchar samolyotlar, xullas qaerga qaramang, ulkan mexanizm va dvigatellar harakatda. Ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, er qurrasida yiliga 20 milliard tonnadan ziyod ko'mir yoqiladi. 2,5 milliard tonna neft yonilg'i sifatida foydalaniladi. Ulardan havoga 200 million tonna is gaz, millionlab tonna benzin bug'i va boshqa zararli gazlar ajralib chiqadi. Hisoblarga qaraganda bitta transatlantik havo laynerining parvozi kislorodning 50 tonnasini yo'q qiladi. Yiliga atmosfera havosiga 220 million tonna zararli omillar singib ketadi. Ilmiy

tekshirishlar shuni ko'rsatadiki, atmosferani ifloslaydigan zaharli moddalarning 40% ni transportdan, 20% har xil yonilg'ildan, 15% ishlab chiqarish jarayonidan, 25% boshqa manbalardan chiqadi.

Har qanday gigienik tekshiruvlar sanitar holatning bayonidan boshlanadi. Gigiena fan deb qaralgan davrdan bu usul birdan bir yo'l edi va hozirda ham o'z ahamiyatini yo'qotmagan. U ko'rilayotgan ob'ektning holatini xarakterlashga imkon yaratadi, hajmini belgilaydi va sanitar muammolarni ob'ektiv baholashda yordam beradi. Lekin atrof muhit omillarini sifat va sonini baholashda sanitar holatining bayoni etarli emas. Shuning uchun fizikaviy, kimyoviy, bakteriologik, toksikologik, klinik, statistik va boshqa usullardan foydalaniladi.

Yopiq xonalar va atmosfera havosida doimiy ravishda u yoki bu turdagi mikroorganizmlar uchrab turadi. Ko'pincha ularni tarqatuvchi manba bo'lib bemor odamlar yoki kasallangan hayvonlar bo'lib chiqadi. Bundan tashqari havo muhiti tarkibida saprofit mikroblarning bo'lishi ham mumkin, ular odatda normal sharoitda shamol esishi oqibatida tuproq tarkibidaga saprofitlarning havoga ko'tarilishidan yuzaga kelishi mumkin. Havo tarkibida bo'ladigan mikroorganizmlar ichida ko'pincha patogen mikroorganizmlarning ham uchrashi tabiiy bir hol bo'lib, shunga bog'liq holda havo muhiti ayrim turdagi yuqumli kasalliklarni chaqiruvchi mikroblarni uzatuvchi muhit bo'lib qoladi. Havo muhiti orqali virusli infeksiyalar, shu jumladan - gripp, angina, bo'g'ma, chechak, ko'kyo'tal, yuqumli parotit, o'lat, sil kasalligi, kuydirgi va boshqa kasalliklarni misol qilib olishimiz mumkin.

Xulosa: Hozirgi zamonda gigiyenik kasalliklar juda avj olib ketgan shu maqsada bemorlarni gigiyenaga rioya qilishi va ovqatlanish adekvatligiga ham etibor berish kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Duschanov B.A., Iskandarova Sh.T. "Umumiy gigiyena", Darslik. T., 2008. –476b.
2. Ponomareva L.A., Kazakov E.K., Abduqodirova L.K., Tuhtarov B.E., Dravskix I.K., Sharipova S.A., Sadullayeva X.A. Umumiy gigiyena bilan ekologiya. Amaliy mashg'ulotlar uchun o'quv qo'llanma. - T., 2011.-199b.
3. Duschanov B., Yusupova O., Nuraliyeva S., Aminov U. "Radiatsion va harbiy gigiyena". Darslik. – T., 2008. – 186b.
4. Ponomareva L.A., Inogamova V.V., Salomova F.I. "Радиационная гигиена" o'quv qo'llanma. T. 2014. – 158b.
5. Shayxova G.I. Ovqatlanish saboqlari. O'zbekiston. T., 2016. – 401b.
6. Shayxova G.I., Ermatov N.J., Otajonov I.O. va b. Ovqatlanish gigienasi fanidan amaliy mashg'ulotlar uchun o'quv qo'llanma. T., Yangi asr avlodi nashriyoti. 2015.-438 b.

7. L.Ilin, I.Korenkov, B.Narkevich. Радиационная гигиена ГЭОТАР-Медиа, М. 2017.- 416 б.
8. V.I. Arxangelskiy, V.F.Kirillov, I.P. Korenkov. Радиационная гигиена ГЭОТАР-Медиа М. 2015.- 352б.
9. V.I. Arxangelskiy, O.V. Babenko. Руководство к практическим занятиям по военной гигиене – o`quv qo`llanma. ГЭОТАР-Медиа М. 2015.-432 б.
10. G.I.Rumyansev. Учебник Гигиена ГЭОТАР-Медиа М. 2011.- 576 б.