

МЕЖДУНАРОДНЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И МЕЖДУНАРОДНОЕ РОЛЬ ПСИХОЛОГИИ

М.М.Рохаталиев

Ассистент

Эгамов Умид

Студент 112-20 гурух

Мирахматов М

Студент 115-20 гурух

*Ташкентский государственный технический
университет имени Ислама Каримова*

Аннотация: *Рассматриваются современные информационные технологии в образовании: learning management system (LMS), социальные медиа, облачные технологии, мобильное обучение, смарт-книга, массовые открытые онлайн-курсы (MOOC).*

Ключевые слова: *социальные медиа, облачные технологии, мобильное обучение, смарт-книга, массовые открытые онлайн-курсы.*

Abstract: *Modern information technologies within education are being investigated: learning management system (LMS), social media, cloud technologies, mobile learning, smart book, massive open online course (MOOC).*

Keywords: *social media, cloud technologies, mobile learning, smart book, massive open online courses*

Информационные технологии открывают перед людьми новые горизонты - не только в работе, но и в обучении. С распространением Интернета организация образования претерпела существенные изменения. Как сегодня используются дистанционные образовательные технологии, в чем их преимущества и особенности в мире. Роль инновационных технологий в организации учебного процесса вузов и дистанционные технологии в образовании значительно расширили его возможности. В современном мире получать образование можно, находясь в любой точке планеты. И хотя традиционные формы получения образования не сдают своих позиций, технология дистанционного обучения в последнее время набирает все большую популярность. Сегодня в нашей стране происходит становление новой системы образования, ориентированной на интеграцию в мировое информационно-образовательное пространство. Этот процесс сопровождается заметными изменениями в организации процесса обучения, который должен соответствовать современным техническим возможностям. Проникновение современных информационных технологий в сферу образования позволяет качественно изменить методы и организационные формы обучения, сделав его более удобным и

доступным. Новые тенденции и стратегии интеграции ИКТ в повседневную учебную практику - необходимое условие модернизации системы образования. Сегодня ИКТ - движущая сила и координатор растущей глобализации образовательной среды. Педагоги понимают, что сочетание цифровых технологий и ресурсов дает больше возможностей для улучшения качества обучения и преподавания, чем все предыдущие образовательные технологии. Цифровые учебные материалы отличаются от традиционной своей возможности управлять ими. ИКТ являются координатором, так как интернет - уникальное средство для широкого, доступного распространения образовательного материала. Поскольку интернет стал и средством взаимодействия, его потенциал для преподавания и обучения вырос. Самое главное, что именно обучающиеся влияют на внедрение ИКТ на всех уровнях обучения. Важное значение имеет развитие автоматического и неавтоматического набора взаимодействий между машинами, людьми и системами для различных процессов. Многие попытки внедрения ИКТ в образовательный процесс разочаровали своих инициаторов, потому что они обращали недостаточно внимания на используемые системы, людей и способы их взаимодействия. Многие организации уже определили цели внедрения ИКТ в учебный процесс, разработали для педагогов нормы и стандарты по использованию соответствующих инструментов.

Информационные и коммуникационные технологии (ИКТ) - важная часть процесса модернизации образования. ИКТ- это различные устройства и способы обработки информации, в первую очередь - компьютеры с необходимым программным обеспечением и средства телекоммуникаций вместе с размещенной на них информацией. Они позволяют осуществлять дистанционное взаимодействие преподавателей и студентов, иными словами - получать образование дистанционно.

СОЦИАЛЬНЫЕ МЕДИА. Социальные медиа обеспечивают возможность общения людей с помощью ИКТ. Другими словами, социальные медиа – это средства социального взаимодействия. В различных странах наблюдается тенденция возрастания значимости социальных медиа в образовательном секторе. В частности, все большее распространение получает практика частного, элитного, индивидуального образования, что неминуемо влечет за собой снижение роли традиционного государственного образования. Эта тенденция ставит под угрозу реализацию одной из важнейших функций образования – социализацию. В данном контексте социальные медиа предоставляют молодежи возможность поддерживать многочисленные контакты со сверстниками, основанные на общих интересах (таких, например, как спорт или творчество, коллективная учебная деятельность в сети, обмен знаниями). Социальные медиа стали стремительно распространяться в результате появления систем, создающих возможность виртуального присутствия. Термин «виртуальное присутствие» означает опосредованное взаимодействие людей с помощью медийных каналов коммуникации, замещающих очное общение (например, видеоконференции и относительно недавно возникшие сетевые

платформы Twitter, Фейсбук и т. п.). В данном контексте Web 2.0 представляет собой платформу для таких новых социальных явлений, как социальная кластеризация, облачные технологии и, наконец, сетевое сообщество. Социальные медиа усилили эффекты социального взаимодействия удаленных пользователей, придав им больший масштаб, динамизм и влияние. Именно эти тенденции гарантируют и усиливают потенциальный образовательный эффект социальных медиа, когда формальное образование отторгается обучающимися. Самым популярным способом использования новых медиа в процессе обучения является внедрение наиболее тесно связанных с ними компетенций в перечень навыков, предусмотренных учебными планом и программой. Уже выработано понятие «медиаобразование», которое обеспечивает социальные коммуникативные навыки, необходимые обучающимся для получения доступа к глобальному медиaprостранству, сетевого этикета и информационной безопасности. Таким образом, систематическое обучение необходимо для того, чтобы сделать молодежь более осведомленной в вопросах использования социальных медиа и максимально поддержать творческий потенциал в образовании. Социальные медиа позволяют обучающимся критически осмыслить и вынести непредвзятое суждение о недостаточно освещенной теме. Яркие примеры таких тем – экология, устойчивое развитие, культурная толерантность, вопросы морали. Их обсуждение через социальные медиа дает возможность обучающимся продемонстрировать свое видение и понимание явлений. В результате следующее поколение будет намного лучше владеть определенной темой, а обучающиеся ощутят большую сопричастность к ее разработке. В то же время доминирующей остается точка зрения, согласно которой обучение и социальные сети несовместимы. Но опыт показывает, что социальные медиа расширяют возможности обучения вне учебного заведения, стимулируют совместную работу учащихся, их любознательность и общение [2, 3]. И хотя социальные медиа в учебных заведениях еще не являются полноценным средством решения традиционных проблем обучения, тем не менее они предоставляют возможности, которые вносят изменения в учебную практику. Например, в условиях непрерывного обучения на протяжении всей профессиональной карьеры они упрощают процесс ознакомления специалистов с практическими решениями, новыми тенденциями и темами в конкретной профессиональной области.

ОБЛАЧНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В современном мире образовательные учреждения уже не могут эффективно функционировать без ИКТ. Все чаще образовательные услуги предоставляются учащимся и преподавателям через интернет. Приобретение и обслуживание различной компьютерной техники и программного обеспечения постоянно требует значительных финансовых вложений и привлечения квалифицированных специалистов, поэтому образовательные учреждения все чаще используют услуги облачных технологий, получая их бесплатно или за небольшую плату. Часто такие

услуги более доступны и надежны, чем их размещение или сопровождение в самом образовательном учреждении. Облачные технологии имеют:

- удаленные центры обработки данных. Облачные услуги предоставляются через интернет из высокотехнологичных центров обработки данных, удаленных от конечного пользователя и организации, в которую он входит;
- объединенные ресурсы. Такие ресурсы, как устройства хранения информации, процессоры, оперативная память и пропускная способность сети, распределяются между всеми пользователями и при необходимости выделяются в динамическом режиме;
- «эластичность» – «неограниченная» масштабируемость. Доступ к системе сохраняется даже при неожиданном «пике» запросов, так что у пользователя создается впечатление, что ресурсы можно увеличивать до бесконечности. Если образовательному учреждению вдруг потребуется увеличить вычислительную нагрузку, ему не придется покупать дополнительное оборудование, которое позднее может не использоваться [3, 4].

Некоторые работники сферы образования ошибочно полагают, что облачными технологиями называется любая предоставляемая через интернет услуга, которая не разработана в их организации. Часто термин «Web 2.0» путают с термином «облачные технологии». Web 2.0 – это определенный вид программного обеспечения, тогда как облачные технологии – метод хранения данных и предоставления программного обеспечения конечному пользователю.

МОБИЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ Мобильное обучение сегодня предоставляет новые средства связи и совместной работы. Однако оно требует финансовых вложений и подготовки преподавателей. С педагогической точки зрения образование может быть скомпрометировано и свестись к самообразованию и философии поверхностного собирания случайных фактов, когда глубина понимания предмета больше не ценится. Поэтому для развития мобильного обучения следует предпринять ряд шагов, а именно:

- признать ценность образования в нетрадиционной, неформальной или повседневной среде, поощряя стремление обучающихся к самореализации через использование мобильных средств обучения;
- предоставить географически рассредоточенным нуждающимся обучающимся мобильные технологии для обмена знаниями и опытом;
- совместно с образовательными учреждениями создавать административно-правовые нормы для мобильного обучения;
- проводить подготовку преподавателей, поощряя преподавателей, которые постоянно обучаются с помощью личных мобильных устройств, совершенствуя собственные методы преподавания;
- обсуждать с телекоммуникационными компаниями возможность снижения стоимости мобильного доступа в интернет для мобильного обучения. Здесь важный аспект – повышение доступности учебных ресурсов. В образовательной сфере понятие «доступность» может быть истолковано применительно к учащимся и к самим учебным ресурсам. Разработка стандартов в этой области началась в конце 1990-х гг. Консорциумом по глобальному обучению (IMS GLS). Международный стандарт был утвержден Международной организацией

по стандартизации (International Organization for Standardization – ISO) в 2008 г. [1, 2, 5]. Концепция стандарта доступности основывается на осознании необходимости соответствия метаданных ресурсов предпочтениям обучающихся. Например, метаданные ресурсов могут включать в себя указатели на альтернативные аудио- и текстовые форматы, чтобы обучающиеся могли выбрать определенный тип медиаресурса. Затем учебная платформа анализирует метаданные ресурса и предпочтения обучающихся, чтобы доставить соответствующий тип ресурса для конкретного пользователя. Такой вид доступности полезен для обучающихся с особыми потребностями. Поскольку важнейшей характеристикой инновационной учебной платформы является поддержка функционирования разнообразных устройств и сред обучения для преподавателей и обучающихся, вопросы доступности должны решаться исходя из особенностей учебной платформы.

СМАРТ-КНИГА. Еще одним фактором диверсификации учебных платформ стали изменения средств связи и информационно-компьютерных инфраструктур. В частности, развитие smart media способствует широкому распространению мобильных платформ, которые, в свою очередь, содействуют конвергенции контента. Например, в 2010 г. фильм «История игрушек» студии Уолта Диснея на iPad ввел в употребление новый тип цифровой книги, известный теперь как «интерактивная книга» (motion book) [2, 3]. Такая книга представляет собой комбинацию текста, иллюстраций, аудио-, видеоматериалов, элементов рисования, причем все это находится в одном приложении. Более того, многие пользователи smart media пользуются сервисами социальных сетей, онлайн-офисным программным обеспечением, например Google docs, проверяют электронную почту с помощью мобильных устройств. Располагая множеством коммуникационных и компьютерных устройств, пользователи предпочитают иметь непрерывный доступ к услугам. Главная тенденция в образовании сегодня такова, что важнейшими потенциальными выгодами от применения ИКТ являются удобство и продуктивность, т. е. налицо экономия времени. Поэтому обеспечение учебными платформами интегрированного доступа к ресурсам, которые необходимы для учебного процесса, особенно важно для обучаемых. Книги и печатные материалы не будут полностью вытеснены из употребления, но можно будет существенно оптимизировать их производство, чтобы уменьшить издержки для обучаемых, заменив бумажные учебники цифровыми аналогами, которые будут размещены в облачной компьютерной среде.

МАССОВЫЕ ОТКРЫТЫЕ ОНЛАЙН-КУРСЫ (МООК). Взрыв популярности массовых открытых онлайн-курсов (massive open online course) за последние два года породил разговоры о том, что в мире образования началась революция и он вскоре полностью преобразится. Действительно, на волне развития технологий появились новые образовательные возможности, о которых еще три года назад речи не шло, однако сейчас они находятся на ранней стадии развития. Там много вопросов, проблем, а также малоизученных областей. МООК – это форма дистанционного обучения,

локализованного в интернете. И это открытые курсы, т. е. за участие в них не нужно платить деньги. Это массовые курсы, куда может записаться сколько угодно человек. И наконец, это организованные курсы – с продуманной программой, промежуточными заданиями, тестами и итоговой аттестацией. Обычно они ограничены по времени, т. е. используют систему дедлайнов [1, 6]. Таким образом, МООКи следует отличать от платных форм обучения, а также от бесплатных и дистанционных, которые не ограничены по времени. Первыми начали появляться курсы по математике, информатике и программированию, и они же наиболее многочисленные. Однако сейчас спектр курсов существенно расширился. Чтобы пройти определенный курс, нужно зарегистрироваться на сайте и подписаться на него. После того как курс завершен, он остается на сайте в виде архива. Архив – это значит, что всеми материалами можно пользоваться, но задания больше не оцениваются и сертификация недоступна. Курс обычно строится по неделям. Каждую неделю появляются новые видеолекции и соответствующие им задания (quizzes), которые надо выполнить к указанному сроку. Настройки зависят от преподавателя. Обычно выполнять каждый тест можно много раз, в качестве итогового результата (автоматическая проверка), засчитывающегося при аттестации, идет максимальный из достигнутых. Задания всякий раз выдаются случайным образом, так что выяснить правильный ответ методом исключения практически невозможно. Помимо еженедельных тестов на проверку (и закрепление) знаний преподаватели могут время от времени предлагать практические задания (assignments) или мини-проекты, в которых можно применить полученные знания. Здесь часто применяется пиринговое оценивание (peer assesment). Это значит, что каждый участник после того, как все работы сданы, должен проверить некоторое количество (4, 5) работ других участников и оценить их по ряду заданных параметров. Также у каждого курса есть форум, на котором участники могут знакомиться, задавать вопросы по курсу и получать ответы как от других студентов, так и от преподавателей. Таким образом создается некое подобие учебной группы. Революционная идея платформенных МООКов в том, что качественное высшее образование становится бесплатным и общедоступным. С учетом того, что большинство МООКов англоязычные, понятно, что одно из препятствий – языковой барьер. Кроме того, участие в таких курсах предполагает наличие компьютера, доступа в интернет и достаточной интернетграмотности хотя бы для того, чтобы найти эти курсы. Еще один показатель, о котором много говорят, – это количество студентов, которые полностью проходят курс. В среднем на МООК записывается порядка 50 000–100 000 чел. Из них доходят до конца около 10 %. Численность финалистов может быть связана с тем, как устроен курс. Например, если курс делает ставку на автоматическое оценивание работ, то до конца доходит больше студентов, чем когда оценивание происходит по пиринговому принципу (пользователи оценивают друг друга). Дополнительной мотивацией к тому, чтобы пройти курс до конца, служит перспектива получить какое-либо свидетельство

об окончании. Первая и главная проблема платформенных MOOКов в том, что при исходном условии (бесплатности) нужно откуда-то брать деньги. Здесь существуют разные подходы. Многие платформенные MOOКи берут плату за сертификаты, т. е. обучение проходит бесплатно, итоговая аттестация – тоже бесплатно, а вот если необходим еще и сертификат, подтверждающий в том числе и очную аттестацию, то надо заплатить [6].

LEARNING MANAGEMENT SYSTEM (LMS). Три самые популярные системы LMS (Blackboard, Moodle и Sakai) обеспечивают концентрацию учебных материалов и курсов, а также охватывают вопросы управления курсом, регистрацию, планирование курса, дискуссионные форумы, блог-сайты, оценки. К основным функциям LMS относится контролируемый доступ через пароль для выбранных курсов. LMS отслеживает, к каким материалам студент имеет доступ и сколько времени тратит на них. Здесь проводится анализ учебной деятельности для сбора данных, доступных LMS, о действиях студентов. Системы учета регистрации в LMS содержат основную информацию о студентах, такую как регистрационные данные, выбор курса, план курса, цели квалификации, время обучения и отслеживания информации. LMS также используются как хранилища данных для обучения, ресурсов и материалов. Например, разработчиком курса могут быть предоставлены коммерческие материалы или, наоборот, свободно доступные открытые образовательные ресурсы. Материалы могут быть представлены в различных форматах – от простого текста до интерактивного мультимедиа [1, 2]. В LMS выделяются три основных вида средств коммуникации: электронная почта, форумы/вебинары и чаты, которые также могут быть использованы для включения студентов в публикацию материалов либо могут служить механизмами загрузки через блоги или вики, ссылки на другие веб-ресурсы, например библиотечные.

Электронные и дистанционные образовательные технологии применение их через информационных и коммуникационных технологий в образовании предполагает несколько вариантов.

Электронное обучение (E-Learning)

Изначально под термином «электронное обучение» подразумевалось обучение при помощи компьютера, но по мере развития технологий значение этого понятия расширилось. Теперь электронное обучение охватывает множество образовательных технологий, которые можно условно разделить на две группы - синхронные и асинхронные.

Синхронное электронное образование - это дистанционное обучение в реальном времени. Оно очень похоже на обычное очное обучение, разница лишь в том, что участники процесса находятся на расстоянии друг от друга. Получившие широкое распространение вебинары являются самым ярким примером данной формы обучения. Для организации лекций используется специальное программное обеспечение.

Асинхронное электронное образование - это обучение, при котором студент получает всю необходимую информацию из онлайн-источников или с электронных носителей информации (таких как CD, DVD или flash-карты) и самостоятельно регулирует темп и график освоения материала. В наши дни электронное обучение стало неотъемлемой частью образовательного процесса во многих вузах, оно также нашло применение в деле повышения квалификации - в некоторых корпорациях существуют подразделения, чья задача - организовывать электронное обучение для сотрудников.

Дистанционные образовательные технологии

Дистанционное обучение - более широкое понятие, чем E-Learning: оно является синтезом интерактивного самообучения и интенсивной консультационной поддержки. Таким образом, электронное обучение может считаться одним из инструментов дистанционного образования. Дистанционное обучение - это совокупность технологий, обеспечивающих доставку обучаемым основного объема учебного материала и интерактивное взаимодействие обучаемых и преподавателей в процессе обучения. При этом доставка пособий может осуществляться и без участия компьютеров и Интернета. Примеры. Возможность учиться в месте проживания

Далеко не всегда у жителей провинции есть возможность уехать в крупный город для поступления в институт. Дистанционные технологии в образовании позволяют учиться, не уезжая из родного города.

- Возможность совмещать работу и учебу

Учащиеся имеют возможность получать образование без отрыва от работы — это особенно актуально для тех, кто хочет повысить квалификацию или получить второе высшее образование.

- Доступ к качественным технологиям и учебному контенту.

Студент может обучаться по качественным учебным материалам, общаться с преподавателями и составлять индивидуальный учебный план.

- Объективность аттестации. Технология дистанционного обучения предполагает постоянный контроль качества усвоения знаний, беспристрастную оценку результатов, отсутствие возможности взяточничества на местах за счет внедрения исключаящих человеческий фактор объективных автоматизированных процедур оценки знаний.

- Индивидуальный подход в обучении. Гибкий график, возможность совмещать учебу и работу, а также адаптация учебных продуктов к индивидуальному темпу усвоения информации делают дистанционное обучение удобным для всех.

Технология дистанционного обучения примеру в электронную информационную образовательную среду ИМЭС включен широкий спектр средств: лекции с обратной связью, вебинары, логические схемы, адаптивные тест-тренинги, тестирующие и аттестационные программы, синхронное и асинхронное взаимодействие участников образовательного процесса и формирование электронного портфолио обучающихся,

а также фиксация хода образовательной деятельности. Доступ к электронным образовательным ресурсам осуществляется через «Личный кабинет» студента на сайте.

Администрирование учебного процесса осуществляется с использованием информационной интеллектуальной системы — «Спрут». Она предполагает:

- информационное сопровождение и контроль обучения каждого студента с момента поступления до выдачи диплома;
- электронную идентификацию студентов при проведении аттестации и академическое администрирование.

Онлайн-курсы создаются преподавателями и используются студентами в виртуальной обучающей среде Moodle. Также для обучающихся доступны обширные электронные библиотечные ресурсы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ Рассмотренные материалы соответствуют важнейшим направлениям развития новых информационно-коммуникационных технологий в различных секторах образования. Именно новые, альтернативные образовательные технологии и являются результатом продвижения в образование новых ИКТ. Анализ альтернативных моделей получения образования в цифровую эпоху показывает, как меняются формы обучения и какие новые ресурсы для этого необходимы (учебные платформы, мобильное обучение и облачные технологии в образовании, социальные медиа). Все это определяет новые компетентности преподавателей, методы социализации детей, новую организацию обучения с использованием современных средств управления учебным процессом, новые подходы к формированию учебных программ и методов оценивания на основе использования ИКТ. Необходимые практические навыки применения ИКТ определены Международным обществом по информационным технологиям в образовании (ISTE). Важно учитывать то, что ученики изменились, а образовательные практики – нет. Ведь в случае применения ИКТ в области образования большая часть направленных на изменения усилий излишне акцентирована на приобретение оборудования и программного обеспечения, а также на поддержку базовых технологий обучения в ущерб фактической реализации изменений в учебных заведениях. Сотрудничество в области применения ИКТ в образовании должно быть нацелено на реализацию концепции «новой педагогики» – педагогики глобального инклюзивного общества знаний.

ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Образовательные технологии XXI века: информационная культура и медиаобразование. OT'13 : сб. ст. междунар. науч.-практ. конф. / под ред. : С. И. Гудилюной, К. М. Тихомировой, Д. Т. Рудаковой. СПб. : Нестор-История, 2013. 373 с.
2. Информационные и коммуникационные технологии в образовании / под ред. Д. Бадарча. М. : ИИТО ЮНЕСКО, 2013. 320 с.
3. Новые информационные технологии в образовании : материалы междунар. науч.-практ. конф., Екатеринбург, 1–4 марта 2011 г. : в 2 ч. / ФГАОУ ВПО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т». Екатеринбург, 2011. Ч. 1. 318 с.
4. Абламейко С. В., Воротницкий Ю. И., Листопад Н. И. «Облачные» технологии в образовании // Электроника. 2013. № 9. С. 30–34.
5. Казаченок В. В., Мандрик П. А. Применение ИКТ в высшем образовании Республики Беларусь // Применение ИКТ в высшем образовании стран СНГ и Балтии: текущее состояние, проблемы и перспективы развития: аналитический обзор / Ин-т ЮНЕСКО по информационным технологиям в образовании. СПб. : ГУАП, 2009. С. 41–54.
6. Сакоян А. MOOC: революция в мире образования [Электронный ресурс]. URL: <http://polit.ru/article/2013/05/30/mooc/> (дата обращения: 05.09.2014).
7. Janet Siegmund Understanding Understanding Source Code with Functional Magnetic Resonance Imaging // Janet Siegmund , Christian Kästner , Sven Apel, Chris Parnin, Anja Bethmann , Thomas Leich , Gunter Saake , and André Brechman. University of Passau, Germany. 2014. – 12 с.

GLOBALASHUV SHAROITIDA KIBERMAKONNING YOSHLAR ONGIGA TASIRI

Kodirova Gulchehra Muminovna

SamDU Yuridik fakulteti Falsafa yo'nalishi II-bosqich magistranti

Annotatsiya: *Ushbu maqolamizda bugungi globallashuv davrida axborot texnologiyalariga bo'lgan talab va taklif jihaidan emas, balki yosh avlodning kibermakondagi ulushi, hamda ularning ijtimoiy tarmoqlarda faoliyati haqida so'z yuritiladi. Shuningdek kibermakon haqidagi tariflar, ushbu makonning xususiyatlari, ularning yoshlar ongiga tasiri haqida fikirlar yuritiladi.*

Kalit so'zlar: *texnik, taraqqiyot, kibermakon, kompyuter texnologiyalari, online hayot, ijtimoiy tarmoqlar, teleko'rsatuvlar, filtrlash, virtual hayot, virtual taqib.*

KIRISH:

Ayonki, texnik taraqqiyotni to'xtatish mumkin emas: biz buni xohlaymizmi-yo'qmi, kompyuter texnologiyalari hayotimizda mustahkam o'ringa ega, kompyuter savodxonligi ko'rsatkichi esa ko'p hollarda insonning yuqori saviyasini belgilab beruvchi omilga aylanib bormoqda. Bugun kompyuterda ishlashni bilmaydigan xodimni yaxshi mutaxassis deyish qiyin. Agar o'tgan asrning 90-yillari o'rtalarida yoshlarning eng sevimli mashg'ulotlari musiqa tinglash va teleko'rsatuvlar ko'rish bo'lsa, ayni kunda esa kompyuter va internet avvalgi qiziqishlarni yosh avlod hayotidan siqib chiqardi.

Hozirgi zamon yoshlarining 70 foizi o'z qiziqish va sevimli mashg'ulotlari haqida so'z yuritganda sport, do'stlar bilan suhbatlashish, ma'naviy va madaniy hordiq chiqarish chiqarish bilan bir qatorda kompyuter texnologiyalari, internetga bo'lgan qiziqishini birinchi o'rinda tilga oladi.

ONLAYN HAYOT VAKILLARI

Nielsen/Net Ratings kompaniyasi o'tkazgan so'nggi ilmiy tekshiruvlar natijalariga ko'ra, butun dunyo tarmog'iga ulanayotgan yosh bolalarning soni kun emas, soat sayin oshmoqda: birgina 2007 yili Yevropada o'sib kelayotgan yosh avlod vakilining uchdan bir qismi onlayn tizimida bo'lishi kuzatildi. O'tgan yili dunyo tarmog'ida 10 million yoshlar "sayr qilgan" bo'lsa, hozirda ularning soni allaqachon 13 millionga yetdi. Mutaxassislar fikricha, bu - tabiiy holat. Negaki, kundan-kunga internetdan foydalanayotgan oilalar, demak, undan foydalanayotgan farzandlar soni kupaymoqda. Bunday onlayn hayotda yashaydigan yoshlarning katta qismi - 4,5 millioni Buyuk Britaniyaga to'g'ri keladi. Ular har kuni elektron manzillarini tekshiradi, turli xil saytlardan ma'lumot izlaydi va chat (global tarmoqdagi suhbatxona)lar orqali muloqotda bo'lishadi. Germaniyada hozircha 3 va Fransiyada 1,5 million yoshlar vaqtini asosan onlayn tizimida o'tkazadi. Bir yildan so'ng esa bu ko'rsatkich ikki baravarga oshishi kutilmoqda.

Darhaqiqat, XXI asr zamonaviy yoshlar hayotiga sezilarli chizgilarni kiritdi. O'tgan asr bolalari maktab, turli to'garak va sport seksiyalariga chopgan bo'lsa, bugun ular o'zaro

disklar, fleshkalar va axborotni saqlovchi shu kabi boshqa vositalardan imkon boricha tez foydalanishga shoshiladi. Yosh avlodning ota-onalariga nisbatan kompyuter savodxonligi baland, ko'pgina olti yashar bolalar blyutuz (bluetooth) va spam nimaligini kattalarga nisbatan yaxshi biladi.

ASOSIY QISIM:

Dunyoning rivojlangan mamlakatlaridan biri Kanadada o'n yetti yoshgacha bo'lgan 6 ming bola o'rtasida o'tkazilgan tadqiqotlar natijasiga ko'ra, ular sodda ota-onalari o'ylaganidek, internetdan aksariyat, hollarda axborot olish maqsadida foydalanmas ekan. So'rovda ishtirok etganlarning 99 foizi internetdan foydalanishini, ularning har o'n nafaridan sakkiz nafari uyda ulanish imkoniyatiga ega ekanini bildirdi. Kanada yoshlarining yarmidan ko'pi internet va kompyuter texnologiyalarni ota-onalaridan yaxshiroq bilishini aytgan. Ularning 80 foizi mustaqil ravishda internetga ulanishini, ota-onalari kompyuterga himoya vositasi bo'lgan «filtrlash» dasturini o'rnatib qo'ymanliklari va farzandlari qanday saytlarga kirishini nazorat qilmasligini tan olishdi. Umuman olganda, ota-onalarning aksariyat qismi, aniqrog'i, 65 foizi farzandlari internetdan faqat uy vazifasini tayyorlash uchun foydalanadi, degan fikrda, yoshlar esa ilm olishni eng oxirgi o'ringa qo'yadilar. Ular asosan internet orqali musiqa tinglaydi, elektron manzilni tekshiradi, xullas, vaqtini chog' o'tkazadi. Yoshlarning uchdan ikki qismi internetga yangi do'stlar orttirish va kim bilandir suhbatlashish maqsadida ulanadi, ularning 15 foizi keyinchalik bu munosabatlarni real hayotda davom ettirar ekan.

Muloqotning bu kabi shakllari yaxshi, albatta. Biroq masalaning ikkinchi tomoni ham borki, unga chuqurroq nazar tashlash lozim. Alohida e'tibor talab etadigan jihat esa internet orqali ta'qib deb nomlanadi.

VIRTUAL TA'QIB OMMALASHMOQDA

Tadqiqotlar natijalaridan ma'lum bo'ldiki, hozirda maktab yoshidagi bolalar internetdan tobora erta foydalana boshlamoqdalar. Masalan, boshlang'ich sinf o'quvchilari bemalol maktab yon atrofidagi kafe yoki klubga kirib, internetdan foydalanishi mumkin. Shu bois ular uyda ham internetga ulanish imkoni bo'lishini xohlashi tabiiy. Lekin, mutaxassislarining fikricha, yoshi o'nga yetmagan bola odatda mustaqil ravishda internetdan foydalanish uchun zarur bo'lgan tanqidiy fikrlash va shu asnoda ma'lumotlarni farqlash, ularni ajrata bilish, boshqacha qilib aytganda, «filtrlay» olish qobiliyatiga ega emas. Shu sabab, internetdan yolg'iz qolganda ham foydalanish ehtimoli bo'lgan bolani qattiq nazorat ostiga olish kerak, unga o'zi haqidagi shaxsiy ma'lumotlarni internet orqali tanishgan odamlarga aytmaslikni o'rgatish zarur.

Biroq dunyo tarmog'idagi qanday axborot maktab yoshidagi bolalar uchun foydali bo'lishi mumkin? Kuniga bir necha soatlab kiber makonda «sayohat qiladigan» o'smirlar aslida nima bilan shug'ullanadi va bu holat ularning dunyoqarashi, xarakterida qanday aks etadi? Zarur hollarda o'smirlarning axborot xavfsizligini qay usulda ta'minlash mumkin? Mazkur savollar ko'pchilik ota-onalar hamda yoshlar muammolari bilan shug'ullanuvchi

tashkilot xodimlarini tobora ko'proq tashvishga solayapti va o'ylantirmoqda. Bunga jiddiy asos ham bor.

So'nggi paytlarda internet orqali ta'qib etish yoki ilmiy tilda aytadigan bo'lsak, grifing holatlari ko'p kuzatilmoqda. Bu kabi tarmoq bezoriligining eng birinchi qurbonlari aynan yoshlar qatlami, xususan, o'smirlar hisoblanadi. Sababi, shu yoshda bolalar tabiatan ochiq bo'ladi hamda dunyoga faqat ijobiy nuqtai nazar bilan qaraydi. Ular o'zlari erishgan yutuqlari bilan o'rtoqlashishni, o'z fikrlarini birovlariga bayon etishni, g'oyalari bilan bo'lishishni xohlaydilar. O'smirlar o'ta ishonuvchan, kompyuter o'yinlariga qobiliyatli, buyruqlarni osonlikcha bajaradigan bo'ladilar. Atrofdagilar bilan ko'proq muloqotda bo'lib, yangidan-yangi fikr-g'oyalarni o'rtaga tashlaydilar, ularni amalda qo'llashga intiladilar, biroq bu borada ularga hayotiy tajriba yetishmaydi. Shuning uchun ham ular saytlarda qidiruvni amalga oshirayotganda, axborotni qabul qilishda yoki elektron pochta manzildan foydalanayotganda kattalar yordamiga muhtoj. Chunki bir qarashda beozor tuyulgan chat xonalar yoki maxsus muloqot dasturlari orqali kechadigan suhbatlar tafakkuri endi shakllanayotgan bolalarni oxir-oqibat jinoyatgacha yetaklab borayotgani hayotiy haqiqat. Grifing bilan shug'ullanuvchilar yoki grifyorlar zamonaviy yoshlarning qiziqishlaridan juda yaxshi xabardor bo'lib, onlayn konferentsiya, forum xonalarida istalgan mavzuda suhbat yuritishi, o'zlarini ularning muammolarini tushunadigan odamlar sifatida ko'rsatishi mumkin, buning ustiga veb tarmoqda anonimlikni saqlash xususiyati qisqa fursat ichida ishonchga kirib olishga imkon yaratadi.

QARSHI KURASH CHORALARIGA KELSAK...

Grifing bilan kurashishning eng oddiy usuli - kompyuterga maxsus taqiqlov dasturlari (eng mashhurlari Kiberpatrul yoki Kidskontrol)ni o'rnatish. Shunda o'sha foydalanuvchidan keladigan barcha xabarlar avtomatik tarzda filtrlanadi yoki dasturga ota-onalar tomonidan kiritilgan cheklov tufayli bolaning o'zi qiziqib nojo'ya axborotni olmoqchi bo'lganda avtomatik taqiq ishga tushadi. Ayni paytda mazkur dasturlar ham to'liq xafvsizlikni kafolatlay olmaydi, chunki ba'zida ular foydali axborotni cheklab qo'yishi yoki keraksizini o'tkazib yuborishi mumkin.

Hozirgi kunda ko'plab mamlakatlarda internetdan foydalanish darslari fakultativ sifatida maktab dasturiga kiritila boshlandi. Buni ham grifingga qarshi kurashishning o'ziga xos usuli sifatida ko'rsatish mumkin. Negaki, fakultativ darslar orqali bolalar internetdan olinadigan ma'lumotlarning haqqoniy va to'g'riligini tekshirishga o'rgatiladi. Bunday darslar ayniqsa, o'smirlar uchun zarur.

ADABIYOTLAR TAHLILI:

Internetda grifingdan tashqari aynan o'smir yoshdagilar uchun yana bir qancha xavflar ham bor. Vaqt o'tgani sayin bolalar va internet muammosi tobora chuqurlashib borayotgan bir paytda, global tarmoqning yashirin xavflariga faqatgina ta'sir tushib qolishni emas, balki ekstremistik xarakterdagi, sekta va turli xil uyushmalar saytlarining foydalanishga ochiqligini, virtual firibgarlikka keng yo'l qo'yilganlikni ham ko'rsatish mumkin. Bolalarning qiziquvchan tabiati ularni yuqorida tilga olingan turdagi saytlarga

yetaklashi, bu veb sahifalarda ularning ruhiy yoki jismoniy sog'lig'iga xavf soluvchi ma'lumotlarni ko'rishiga olib kelishi tabiiy. Elektron pochta manzillari orqali olingan xabarlar kuchli ruhiy ta'sir o'tkazib, bolalarni internet doirasida va undan tashqarida ham jinoyatga undashi hech gap emas. Bank yoki kredit kartochkasidagi hisob raqamlarni bilgan bolakaylar onlayn savdolarda qatnashish imkoni bilan birga kichik o'yinchoqdan tortib to eng so'nggi rusumdagi mashina sotib olish huquqiga ega degani. Bu narsa ularni virtual firibgarlarning nishoniga aylantiradi.

Shu sabab, global tarmoq foydalanuvchilari ko'p bo'lgan Belorusiyada bu kabi muammolar qator yangi kasblarning vujudga kelishiga ham turtki bo'ldi. Mazkur yangi turdagi mutaxassislarining vazifasi oilada internetdan foydalanish madaniyatini joriy etadigan hamda bolalarga psixologik, ma'naviy hamda jismoniy zarar yetkazmaydigan ochiq va xavfsiz axborot makonini yaratishdan iborat.

Shuningdek, ko'plab jamoat tashkilotlari, nodavlat tashkilotlar va xususiy kompaniyalar o'z faoliyatini internetning bolalarga ta'siri va bundan bo'ladigan zararning oldini olish usullarini o'rganishga qaratgan. Jumladan, internet mazmunini baholash assotsiatsiyasi (ICRA) mustaqil xalqaro tashkilot bo'lib, asosiy vazifasi ota-onalarni ularning farzandlarini tarmoqda kutayotgan ko'ngilsizliklar va xavfli munosabatlar haqida ogohlantirish, kiber makonda bolalarni noto'g'ri axborotlardan himoyalash va so'z erkinligini ta'minlashdan iborat. Ota-onalarga ko'rilayotgan muammolar yuzasidan maslahat, ko'mak beruvchi Kiberfarishtalar (Cyberangels) - internetda bolalar huquqini himoya qilishga yo'naltirilgan Yevropadagi ilk tashkilotga 1995 yili asos solindi va ayni paytda AQSh, Kanada kabi davlatlar ham a'zolar safidan o'rin oldi.

Muammolar chuqurlashgani sayin bu kabi tashkilotlar ham keng ko'lamda tadqiqotlar o'tkazish va xavflarga qarshi kurash choralari ishlab chiqishni kuchaytirmoqda. Xususan, Bolalarni asraylik (Save the Children) xalqaro huquqiy tashkiloti o'tgazgan so'rovnomalar natijasida ma'lum bo'ldiki, AQShdagi 15-17 yashar o'smirlarning 85 foizi, Kanada yoshlarining 93 foizi muntazam ravishda internetdan foydalanadi. Kommunikatsiya vositalari tadqiqoti assotsiatsiyasi (Association for the Research of Communication Media) olgan natijalarga ko'ra esa, o'smirlar katta yoshlilarni 2004 yildayoq internetdan foydalanish bo'yicha ortda qoldirgan.

Ispaniyaning Bolalarni himoya qilish agentligi (Child Protection Agency) tadqiqotlari natijalari shuni ko'rsatdiki, internetdan doimiy ravishda foydalanuvchi bolalarning 44 foizi virtual muloqot paytida hech bo'lmaganda bir marta, 11 foizi esa bir necha bor ta'qib ostiga olingan. E'tiborli tomoni, so'rovlarda ishtirok etgan yoshlarning 14,5 foizi internet orqali notanish odamlar bilan uchrashuv belgilagan, 10 foizi bunday uchrashuvlarga yolg'iz borgan, 7 foizi bu haqda hech kimga hech narsa aytmagan. Dunyo miqyosida esa 38 foiz bolalar zo'ravonlik ruhidagi saytlarni, 26 foizi millatchilik xarakteridagi veb sahifalarni muntazam kuzatib borishi ma'lum bo'ldi.

O'tgan yilning oxirgi oylarida dunyoning eng mashhur kompaniyalaridan biri «Maykrosoft» (Microsoft) 28 davlatda o'zining chat xonalarini yopishini e'lon qildi. Bu

harakat bolalar muammolari bilan shug'ullanuvchi huquq-tartibot hamda xayriya tashkilotlari tomonidan to'liq qo'llab-quvvatlandi, chunki erkin va nazoratsiz forum xonalar spam, virus va axloqsiz axborotni tarqatish manbaiga aylanib qolgandi. Shu tariqa, MSN tekin chatlari Yevropa, Yaqin Sharq, Afrika, Osiyo va Lotin Amerikasining ko'plab mamlakatlarida o'z faoliyatini to'xtatdi. O'rniga Microsoft Messenger tezkor xabar almashinish tizimi joriy qilindiki, endilikda bu xizmatdan foydalanish uchun shaxsiy ma'lumotlarni kiritish asosida ro'yxatdan o'tish talab etiladi. Chunki o'tgan yili Buyuk Britaniyada shov-shuvga sabab bo'lgan zo'raonlar ustidan o'tkazilgan sud jarayonlarining kamida 26 holatida qurbonga aylangan bolalar ta'qibchilar bilan virtual muloqot orqali tanishgani aniqlandi.

XULOSA:

Xulosa o'rnida shuni aytish joizki: Zamonaviy texnologiyalarning tez sur'atlarda o'sishiga qaramay, ba'zan odamlar ulardan oqilona foydalanish qanday kechishi kerakligini to'liq anglab yetmaydi. Kompyuter va internetgacha bo'lgan davrda o'sib-ulg'aygan ko'plab ota-onalar va muallimlarning katta qismi, agar bola internetdan foydalana boshlasa, buning, albatta, foydasidan zarari ko'proq, deb o'ylaydi. Bolani kompyuter yoki internetdan chalg'itish harakati zamirida aslida boshqa bir muammo, ya'ni kattalarning bu masalada nisbatan savodsiz ekani aniqlandi. Biroq agar ular o'zlari avval texnologiyalar savodsizligi masalasiga jiddiyroq yondashib, uni bartaraf etishsa, maqsadga muvofiq bo'lardi. Negaki, savodsizlik masalasidan qochish orqali bolani texnologiyalardan ajratib qo'yish to'g'ri emas. Buning ustiga yana bir jihat e'tiborga loyiq: aynan kattalarning tutgan yo'lidan kelib chiqqan holda bolalarda kibernetik do'stiga nisbatan munosabat shakllanadi.

Shubhasiz, internet bilim va kerakli axborotni olish uchun ulkan imkoniyatlar yaratadi, biroq tarmoqqa joylashtiriladigan katta hamjdagi axborotning barchasini ham ishonchli va foydali deb bo'lmaydi. Foydalanuvchilar ma'lumotlarning to'g'riligini aniq ajrata bilishi uchun tanqidiy fikrlash qobiliyatiga ega bo'lishi talab etilarkan, bu jihat «Internetda bo'lsa, demak, to'g'ri» deya fikrlaydigan bolalarga ham tegishlidir. Bu borada ularga internetda xohlagan inson o'z sahifasini yaratishi, unga har qanday ma'lumotni joylashtirishi va bunda unga hech kim to'siqlik qila olmasligini vaqtida tushuntirish zarur. Bolalarga keng doiradagi manbalardan foydalanishga yo'naltirish natijasida faktlarni fikrlardan farqlashga, to'g'riligi tasdiqlanmagan axborotdan himoyalanihga ularni o'rgatish mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI.

1. Strategy, Lance (1999). "Kiber makon turlari: ta'rifi va delimitatsiyasi muammolari". G'arbiyaloqajurnali. 63 (3):382 83.
2. Shtayger, Stefan; Xarnisch, Sebastyan; Zettl, Kerstin; Lohmann, Yoxannes (2018-01-02). "Kiber kosmosdagi mojarolarni kontseptualizatsiya qilish". Kiber siyosat jurnali. 3 (1):
3. Marko Mayer, Luidji Martino, Pablo Mazurye va Gergana Tsvetkovaning ta'rifi, Piza loyihasi, 2014 yil 19-may

O`ZBEKISTONDA RUS TILINING AHAMIYATI

Xolmirzayeva Sarvinozbonu Boqijon qizi

Andijon viloyati Izboskan tumani 39-umumiy o`rta ta`lim maktabi

Rus tili fani o`qituvchisi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada rus tilini yurtimizdagi o`rni haqida, Rus tili dunyodagi yetakchi tillardan biri ekanligi haqida, Til odamlar bir-biri bilan aloqa qilishning eng muhim vositasi ekanligi haqida, Rus tili - rus xalqining milliy tili ekanligi haqida so`z boradi.*

Kalit so`zlar: *rus tili, xalq, xususiyat, millat, til, madaniyat, shakllantirish, rivojlantirish o`rgatish.*

Rus tilining millatlararo muloqot tili sifatida o'ziga xos xususiyati uning o'z ijtimoiy funksiyalarini bajarishi bilan ular bilan yonma-yon va parallel ravishda ishlashida namoyon bo'ldi.

O`zbek tili bilan bir qatorda, rus tili ham ijobiy ahamiyatga ega, chunki u o'zaro tajriba almashishga va har bir millat va millatni boshqa barcha xalqlarning madaniy yutuqlari va jahon madaniyati bilan tanishtirishga yordam beradi. Rus tili va dunyo xalqlari tillarini o'zaro boyitishning doimiy jarayoni mavjud.

Rus tili dunyodagi yetakchi tillardan biri bo'lgan va bo'lib qolmoqda. Zamonaviy dunyoda rus tilida so'zlashadigan odamlar soni bo'yicha (500 million kishi) xitoyliklar (1 milliarddan ortiq) va ingliz tilidan (750 million) keyin uchinchi o'rinda turadi.

Rus tili rus xalqining milliy tili, rus milliy madaniyatining bir shakli, bu rus xalqining ona tili.

Rus tili dunyodagi eng rivojlangan tillardan biridir. U ilm-fan va texnikaning barcha sohalarida boy lug'at va termitologiyaga gramatik vositalarning ifoda etuvchi qisqaligi va ravshanligiga atrofda olamning barcha xilma xilligini aks ettiruvchi qobiliyatiga ega.

Rosiiya Federatsiyasi siyosiy konstitutiya-siga binoan rus tili Rossiya Federatsiyasining butun hududida davlat tili hisoblanadi. Rus tili nafaqat Rossiya Federatsiyasining davlat tili, balki, dunyo tillari soniga ya'ni turli davlatlarning xalqlari o'rtsida xalqaro aloqa vositasi bo'lib xizmat qiladigan tillarga tegishli. Dunyoda ma'lum bo'gan ikki yarim mingdan ortiq tillardan xalqaro aloqani eng rivojlangan dunyo tillari guruhi deb atashadi.

Til odamlar bir-biri bilan aloqa qilishning eng muhim vositasidir. Rus tili - rus xalqining milliy tili. O'zining kelib chiqishi bo'yicha rus tili slavyan tillariga tegishli. Rus tiliga eng yaqin slavyan tillari ukrain va belorus tillari hisoblanadi. Rossiya Federatsiyasida davlatga qarashli bo'lib, dunyo bo'ylab 500 milliondan ziyod odam muloqot qiladi. Nafaqat MDH respublikalarida, balki Rossiya Federatsiyasidan geografik jihatdan uzoq bo'lgan mamlakatlarda ham rus tilida so'zlashadigan kuchli jamoalar mavjud: AQSh, Turkiya, Isroil va boshqalar. Rus tili dunyodagi eng boy va eng murakkab tillardan biri hisoblanadi.

Rus tili (ruscha: *Русский язык*) — rus xalqi tili, jahonda keng tarqalgan tillardan. Avval SSSRda, soʻng Rossiya Federatsiyasi va MDHda millatlararo va davlatlararo aloqa vositasi. Rus tili Birlashgan Millatlar Tashkilotidagi 6- rasmiy tildan biri sanaladi. Ukrain va belorus tillari bilan birgalikda hindevrova tillari oilasiga kiruvchi slavyan tillarining sharqiy guruhini tashkil etadi.

Rus tili juda uzoq va murakkab rivojlanish tarixiga ega. Eng qadimgi rus adabiy tili Kiyev Rusida shakllangan boʻlib, u XIV asrgacha sharqiy slavyanlar uchun umumiy til hisoblangan. XIV-XV asrlarda qadimgi rus tili 3 tilga — velikorus (rus), ukrain va belorus tillariga boʻlinib ketadi. Shu davrdan boshlab rus tili, boshqacha aytganda, velikorus tili markazi Moskva boʻlgan Rus davlati hududida rivojlana boshlaydi.

Jamiyatimiz hayotidagi tub oʻzgarishlar uning hayotining barcha jabhalariga, jumladan, xalq taʼlimiga ham taʼsir koʻrsatdi. Ayniqsa, barcha oʻquv fanlarini, birinchi navbatda, rus tili va adabiyotini oʻqitish jarayoni sezilarli oʻzgarishlarga uchragan turli mintaqalarning milliy maktablarida sodir boʻlgan oʻzgarishlar muhim ahamiyatga ega edi. Aksariyat respublikalarda shakllangan til vaziyati, ona tilini oʻqitishga yetarlicha eʼtibor bermaslik rus tili va adabiyotini oʻrganishga ajratiladigan soatlarning sezilarli darajada qisqarishiga olib keldi. Shu munosabat bilan rus tili va adabiyoti fanlaridan ushbu fanlarni oʻzaro bogʻliq holda oʻrganish tamoyillari asosida yangi dasturlarni ishlab chiqish masalalari kun tartibida dolzarb boʻlib qoldi.

2005-yil Iyun oyida "Rossiya Federatsiyasining davlat tili toʻgʻrisida" Federal qonun qabul qilindi. Hozirgi vaqtda rus tili tarqalish darajasi boʻyicha dunyoda toʻrtinchi oʻrinda turadi. Birinchi oʻrinni Ingiliz tili unda taxminan 500 million kishi ona tili yoki ikkinchi til sifatida ishlatishadi. Ikkinchi oʻrinda xitoy tili va uchinchi oʻrinda ispan tili dunyo boʻyicha keng qoʻllaniladigan tildir. Har bir inson hayotida hech boʻlmaganda bir marotaba boʻlsa ham oʻz ona tili yoki boshqa tillar haqida qandaydir fikr yuritishi mumkin. Oʻzbek maktablarida rus shoirlarning asarlari darslik sifatida oʻtiladi. Hech oʻylab koʻrganmisiz oʻzbek tilidagi darsliklar oʻzbek adiblarining asarlari ham rus maktablarida oʻtilarmikin. Rus tili nafaqat Rossiya Federatsiyasining davlat tili. Bu jahon tillar soniga, yaʼni turli davlatlar xalqlari oʻrtasida xalqaro muloqot vositasi boʻlib xizmat qiladigan tillarga tegishli. Dunyoda maʼlum boʻlgan ikki yarim mingdan ortiq tillardan xalqaro muloqotni jahon tillari klubi deb ataladigan eng rivojlangan jahon tillari guruhi taʼminlaydi. Tilni jahon tili roliga koʻtarilishi, bu tilda yaratilgan madaniyatning umuminsoniy ahamiyati bilan belgilanadi. Tilning jahon tili maqomi qonuniy ravishda uni xalqaro tashkilotlar yoki konferensiyalarning rasmiy yoki ishchi tili (BMT, YUNESKO va boshqa tashkilotlar) eʼtirof etish yoʻli bilan belgilanadi. Shunday qilib rus, ingiliz, arab, ispan, xitoy va fransuz tillari bilan birga

BMTning oltita rasmiy tillaridan biri sifatida tan olingan. Til deganda insoniyat jamiyatning barcha davrida mavjud boʻlgan ijtimoiy hodisalar tushuniladi. Tilning asosiy maqsadi aloqa, aloqa vositasi sifatida xizmat qilishdir. Til tafakkur, inson ongi bilan uzviy bogʻliqdir, fikr va tuygʻularimizni shakllantirish va ifodalash vositasi boʻlib xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO`YHATI:

1. Rus tili madaniyati. (Darslik) Maslov V.G., 2010 - 160 b.
2. Rus tili va nutq madaniyati: Oliy o'quv yurtlari uchun darslik. L.A. Vvedenskaya, L.G. Pavlova, E.Yu. Kashaeva, Rostov n / a: "Feniks" nashriyoti, 2001. - 544 b.
3. Rus tili va nutq madaniyati / I. A. Dolbina, T. A. Karpinets, O.A. Saltakova; Kuzbas davlat texnika universiteti, 2011 .-- 63s.
4. XX asr oxiridagi rus tili. V.L. Vorontsova va boshqalar - M.: Rus madaniyatining tillari, 2009. - 478 b.
5. Zamonaviy rus tili. Darslik. Valgina N.S., Rosenthal D.E., Fomina M.I., 2002.nashr, 528s.

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ ЖЕЛЕЗОДЕФИЦИТНОЙ АНЕМИИ

Аминова Н. Н

Бухарский государственный медицинский институт

Аннотация: Железодефицитная анемия считается нередкой и, не обращая внимания на имеющийся размахистый арсенал веществ железа, нерешенной задачей в педиатрической практике. Первопричиной является нередко неадекватная диагностика в первичном звене здравоохранения, собственно что вызвано как беспристрастными проблемами, например и недооценкой основательности результатов недостатка железа.

Ключевые слова: железодефицитная анемия, диагностика, ферритин, ретикулоцитарный гемоглобин, растворимые трансферриновые рецепторы.

Annotation: Iron-deficiency anemia is a common and, despite the available wide range of iron preparations, unsolved problem in pediatric practice. This is often associated with inadequate diagnosis in primary health care, which is due to both objective problems and underestimation of the seriousness of sequels of iron deficiency. T

Key words: iron deficiency anemia, diagnosis, ferritin, reticulocyte hemoglobin, soluble transferrin receptors.

По данным ВОЗ, анемия имеется у 1 987 300 000 жителей планеты, т.е. это одна из частых, если не самая частая, группа болезней. В отдельных регионах мира частота ЖДА колеблется от 21 до 80%. Традиционно женское население страдает этим заболеванием в несколько раз чаще, чем мужское. Известно, что непосредственной причиной железодефицитного состояния в организме является превышение потерь железа в сравнении с его поступлением. Связано это с тем, что наряду с такими распространенными причинами развития ЖДА, как различные поражения желудочно–кишечного тракта (ЖКТ), которые одинаково часто встречаются как у мужчин, так и у женщин, существует целый ряд физиологических и патологических состояний, приводящих к хронической кровопотере и дефициту железа, характерных только для женского организма. ЖДА – это состояние, характеризующееся снижением содержания гемоглобина и эритроцитов в единице объема крови, обусловленное дефицитом железа и сопровождающееся характерным симптомокомплексом и определенными лабораторными показателями.

Материал и методы исследования: нами обследованы 125 женщин в возрасте от 18 до 45 лет.

Степень тяжести анемии определяли по классификации ВОЗ: анемия легкой степени тяжести – концентрация гемоглобина в крови от 110 до 90 г/л; умеренно выраженная анемия – концентрация гемоглобина в крови от 89 до 70 г/л; тяжелая

анемия – концентрация гемоглобина в крови от 69 г/л. Анализ анамнестических данных пациенток свидетельствовал о том, что все женщины в детстве перенесли различные инфекционные заболевания, в том числе детские инфекции: корь-70 (56%), скарлатина -18 (14,4%), ветряная оспа – 59 (47,2%), краснуха – 32 (25,6%), эпидемический паротит – 27 (21,6%); ангина – 50 (40%), а также у 51 (40,8%) пациенток в анамнезе были указания на следующие экстрагенитальные заболевания: хронический тонзиллит – 25 (20%), пневмонию – 4 (3,2%), гастрит – 43 (34,4%), холецистит – 2 (1,6%), цистит – 6 (4,8%), пиелонефрит – 18 (14,4%), причем у каждой второй пациентки было 2-3 экстрагенитальных заболевания. Кроме этого, указания на грипп и ОРВИ имели у - 110 (88%), и 119 (95,2%) женщин соответственно. Средний возраст наступления менархе - $12,0 \pm 1,19$ лет. Продолжительность менструального цикла у пяти (4%) пациенток составила 23 дня, у 99 (79,2%) - 24-28 дней, у 21 (16,8%) – от 29 до 35 дней. Средняя продолжительность менструального цикла - $27,36 \pm 3,18$ дня. Менструальное кровотечение у 55 (44%) пациенток длилось 3-5 дней, от 5 до 7 дней у 61 (48,8%) и у 9 (7,2%) – более 7 дней. Средняя длительность менструального кровотечения – $5,31 \pm 1,09$ дня. У 116 (92,8%) пациенток в анамнезе были беременности. У большинства женщин -94 (75,2%) было от одной до трех беременностей. При этом у большинства обследованных в анамнезе были роды: у 50 (44%) одни срочные роды, у 30 (10,2%) - двое, у 22 (16,8%) – трое и у 14 (13,6%) – четверо родов. Абдоминальное родоразрешение имело место у 31 (24,8%) женщины, при этом у 9 (7,2%) более одного раза. Кровотечения во время беременности и родов отметили 22 (17,6%) женщины. У 62 (49,6%) женщин беременности закончились медицинскими абортами, которые составили у 23 (37%) – 1 аборт, у 18 (29%) - 2, у 7 (11,3%) – 3, у 14 (22,6%) пациенток в анамнезе был самопроизвольный выкидыш. В анамнезе у 24 (19,2%) женщин отмечались заболевания шейки матки, миома матки – у 12 (9,6%), киста яичника – у 9 (7,2%). В общей структуре гинекологической заболеваемости по данным анамнеза дисменорея, предменструальный синдром (ПМС), меноррагия, нерегулярный менструальный цикл составили 51,2%. Анализ результатов исследования позволил выявить, что причиной дефицита железа у женщин репродуктивного возраста явилось нарушение его баланса в сторону преобладания расходования железа над поступлением в результате хронических заболеваний, большого количества родов и аборт, обильных менструаций, нарушений пищевого поведения. Пролонгированный метод пероральной гормональной контрацепции является эффективным: контрацептивная эффективность метода составляет 100%; Приемлемость определяется небольшим числом (17,6%) типичных для КОК побочных реакций (головная боль, мастодиния, тошнота и др.), которые возникают преимущественно в первом цикле приема и в дальнейшем исчезают у большинства больных. Также в нашем исследовании удалось выявить, что пролонгированный прием комбинированных оральных контрацептивов

эффективен при ведении железодефицитной анемии у женщин репродуктивного возраста, в сочетании небольших доз препаратов железа.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключение целесообразно еще раз отметить, что ранняя диагностика ЖДС, их своевременная и адекватная коррекция с помощью препаратов железа позволят существенно снизить риск нарушений функционирования различных органов и систем растущего организма, что не только позитивно скажется на состоянии здоровья, но и улучшит качество его жизни в целом.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Iron deficiency anemia: assessment, prevention and control. A guide for programme managers. Geneva: World Health Organization, 2001. 114 p.
2. Коровина Н. А., Заплатников А. Л., Захарова И. Н. Железодефицитные состояния у детей: учеб. пособие. К.: БЭСТ-В, 1997. 33 с. [Korovina N.A., Zaplatnikov A. L., Zakharova I. N. Zhelezodefitsitnyye sostoyaniya u detej: ucheb. posobiye. K.: BEST-V, 1997.33s.(inRussian)].
3. Казюкова Т. В., Самсыгина Г. А., Левина А. А. и др. Дефицит железа у детей: проблемы и решения // Педиатрия. 2002. № 1. С.17–19 [Kazyukova T.V., Samsygina G. A., Levina A. A. i dr. Defitsit zheleza u detej: problemy i resheniya // Pediatriya. 2002. № 1. S.17–19(inRussian)].
4. Захарова И. Н., Коровина Н. А., Малова Н. Е. Современные аспекты диагностики и лечения железодефицитных состояний у детей // Вопросы современной педиатрии. 2002. Т.1. № 1. С.60–62 [Zakharova I.N., Korovina N. A., Malova N. Ye. Sovremennyye aspekty diagnostiki i lecheniya zhelezodefitsitnykh sostoyanij u detej // Voprosy sovremennoj pediatrii. 2002. Т.1. № 1. S.60–62 (in Russian)].
5. Тарасова И. С. Разработка и научное обоснование скрининга железодефицитных состояний у подростков: автореф. дис. ... д-ра. мед. наук. М., 2013. 67 с. [Tarasova I. S. Razrabotka i nauchnoye obosnovaniye skringinga zhelezodefitsitnykh sostoyanij u podrostkov: avtoref. dis. ... d-ra. med. nauk. M., 2013. 67 s.(inRussian)].
6. Диагностика и лечение железодефицитной анемии у детей и подростков: пособие для врачей / под ред. А. Г. Румянцева, И. Н. Захаровой. М., 2015. 75 с. [Diagnostika i lecheniye zhelezodefitsitnoj anemii u detej i podrostkov: posobiye dlya vrachey / pod red. A. G. Rumyantseva, I. N. Zakharovoy. M., 2015. 75 s. (in Russian)].
7. Захарова И. Н., Мачнева Е. Б. Лечение и профилактика железодефицитных состояний у детей // РМЖ. 2013. № 14. С.789–792 [Zakharova I.N., Machneva Ye.B. Lecheniye i profilaktika zhelezodefitsitnykh sostoyanij u detej // RMZH. 2013. № 14. S.789–792(inRussian)].
8. Osendarp S., Murray-Kolb L., Black M. Case study on iron in mental

development — in memory of John Beard (1947–2009) // Nutr. Rev. 2010. Vol. 68 (Suppl. 1).P.48–52.

9. Iron nutrition in health and disease / Ed. L. Hallberg, N. G. Asp. London: Libbey and Co,1996.

10. Эллиот В., Эллиот Д. Биохимия и молекулярная биология. М.: Изд-во НИИ Биомедицинской химии РАМН, 2000. С.311–321 [Elliot V., Elliot D. Biokhimiya i molekulyarnaya biologiya. M.: Izd-vo NII Biomeditsinskoy khimii RAMN, 2000. S.311–321 (inRussian)].

11. Lozoff B., Jimenez E., Hagen J. et al. Poorer behavioral and developmental outcome more than 10 years after treatment for iron deficiency in infancy // Pediatrics. 2000.Vol.105P.E51.

12. Lozoff B., Jimenez E., Smith J. B. Double burden of iron deficiency in infancy and low socioeconomic status: a longitudinal analysis of cognitive test scores to age 19 years // Arch. Pediatr. Adolesc. Med. 2006. Vol. 160 (11). P.1108–1113.

СРПАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРИЗНАКОВ У ОНКОЛОГИЧЕСКИХ БОЛЬНЫХ

Мухсинов Н.Т

Бухарский государственный медицинский институт

Аннотация: *Актуальность. Постоянные эмоциональные нагрузки приводят к декомпозиции секреции гормонов стресса, среди которых кортизол играет важнейшую роль. К симптомам психологического расстройства относятся беспокойство, депрессия, деконструированные эмоциональные реакции и межличностные отношения, общение. Согласно литературе, различия в дивидендах в тяжести психологических расстройств обусловлены возрастом, стрессоустойчивостью индивида, уровнем образования, знанием болезней и методов лечения, социальным положением и поддержкой.*

Ключевые слова: *рак молочной железы, тревога, депрессия*

Аннотация: *Долзарблиги. Доимий стресс стрессли гормонлари секрециясининг парчаланишига олиб келади, улар орасида кортизол муҳим рол ўйнайди. Психологик бузилишнинг аломатларига ташвиш, депрессия, ҳиссий реакциялар ва шахслараро муносабатлар киради. Адабиётга кўра, беморлардаги фарқлар психологик бузилишларнинг оғирлиги ёшга, шахсининг стрессга чидамлилигига, таълим даражасига, касаллик ва даволаш усулларини билишга, ижтимоий мавқега ва қўллаб-қувватлашга боғлиқ.*

Калит сўзлар: *кўкрак беши саратони, ҳавотир, депрессия*

Annotation: *Relevance Constant emotional stress leads to the decomposition of the secretion of stress hormones, among which cortisol plays an important role.*

*Symptoms of psychological disorder include anxiety, depression, deconstructed emotional reactions and interpersonal relationships, communication. According to the literature, the differences in dividends in the severity of psychological disorders are due to age, the individual's stress resistance, level of education, knowledge of diseases and treatment methods, social status and support. **The purpose of the study:** to study mental disorders at different stages of the course of cancer in breast cancer patients, taking into account the influence of premorbid personality traits and psychosomatic correlations in their development.*

Keywords: *breast cancer, anxiety, depression*

ВВЕДЕНИЕ

В случаях значительного увеличения числа женщин с выявленным раком молочной железы информация о факторах, влияющих на жизнь пациента, становится все более важной: их можно использовать при выборе тактики лечения и реабилитации больных, а также при принятии мер по обеспечению наилучшего

комфорта в жизни во время и после болезни [1]. Из-за учения о качестве жизни больных раком многие исследования зарубежных авторов посвящены [1-5], но в отечественной литературе их очень мало. Доказано, что возраст, стадия заболевания, образование, социально-демографические факторы, тип операции и осложнения влияют на качество жизни [1, 6-8].

Триггерным моментом изменения качества жизни является стрессовая ситуация, связанная с получением информации о наличии злокачественного, но злокачественного образования, связанного с летальным исходом, последующим ожиданием предстоящей операции, лечением, связанным в большинстве случаев с потерей молочной железы (МРТ) и многочисленными побочными эффектами, отсутствием гарантии полного выздоровления, страхом рецидива [9, 10]. Постоянные эмоциональные нагрузки приводят к декомпозиции секреции гормонов стресса, среди которых кортизол играет важнейшую роль.

К симптомам психологического расстройства относятся беспокойство, депрессия, деконструированные эмоциональные реакции и межличностные отношения, общение. Согласно литературе, различия в дивидендах в тяжести психологических расстройств обусловлены возрастом, стрессоустойчивостью индивида, уровнем образования, знанием болезней и методов лечения, социальным положением и поддержкой тех, кто находится в регионе [9].

Показатель качества жизни больных пациентов на сегодняшний день является дополнительным критерием эффективности и безопасности лечения злокачественных новообразований [1]. Оценка качества жизни позволяет определить эффективность лечения конкретного пациента и использовать полученные данные для коррекции графика лечения. Кроме того, метод исследования качества жизни - это надежный и информативный способ определения октябрьских параметров благополучия человека [2]. Оценка качества жизни в медицине связана с «необходимостью деконструировать целостную, сложную картину мира больного человека, объективное видение больного и болезни врачами, дополнить ее субъективной оценкой собственной позиции больного, то есть необходимостью собрать объективные и субъективные критерии оценки его состояния» [4].

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ

Изучение психических расстройств на разных стадиях течения рака у больных раком молочной железы, с учетом влияния преморбидных личностных качеств и психосоматических корреляций в их развитии.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование включало 102 пациента с гистологически подтвержденной МСГ. В первую выборку были включены 50 пациентов, у которых впервые был диагностирован рак молочной железы (средний возраст $46,7 \pm 11,1$ года). Этот образец был создан у пациентов с психическими расстройствами, возникающими в

связи с состояниями соматических заболеваний в соответствии с МКБ-10 (невротические и соматоформные расстройства, связанные со стрессом). Вторая выборка состояла из 52 пациентов с продолжительностью заболевания и признаками расстройства личности при МКБ-10 (средний возраст $58,6 \pm 5,8$ лет) с катамнезией 4 года и более (в некоторых случаях до 18 лет) соответственно. Основными методами исследования были клинически-психопатологические, катамнетические и статистические. Критериями включения пациентов в исследование были: 1) наличие гистологически подтвержденного РМЖ; 2) признаки разной степени психических расстройств, которые лечащий онколог считает необходимыми для направления пациентов к психиатру.

Критериями исключения были состояния больных, не допускающих проведения психопатологического обследования в необходимой степени (тяжелое соматическое изъятие, умственная отсталость, грубое органическое высвобождение центральной нервной системы, прогрессирующая шизофрения с выраженными изменениями личности, злоупотребление психоактивными веществами). Основными методами исследования были клинически-психопатологические, катамнетические, а также статистические.

В результате корреляционного анализа я деконструирую взаимосвязь между психологическими специалистами по раку моей жены и оценкой качества жизни супругов с РМЖ. Показатели качества жизни имеют сильную прямую связь с основными убеждениями и жизнедеятельностью, интернационализмом в разных сферах жизни. По другим показателям не было обнаружено существенной связи с оценкой качества жизни у женщин с РМЖ.

Показатели жизни не имеют существенной положительной корреляции с 6 параметрами качества жизни. На наш взгляд, чем выше улучшение у женщин с РМЖ, тем выше показатели качества жизни. Участие в происходящем отражает уверенность в себе и веру в то, что собственный голос имеет смысл и дает положительный результат. Чем ниже интернализированный контроль за здоровьем и болезнями у женщин с раком молочной железы, тем выше показатели жизнедеятельности и физической активности и тем ниже показатели тяжести боли. Возможно, если заболевание рассматривается в результате одного случая и надеется на выздоровление от действий других людей, в первую очередь врачей, идет оценка физического состояния, улучшение жизнедеятельности и снижение болевых ощущений. В целом, многие из всех связей связаны с основными убеждениями, жизненной силой, присущими женщинам с РМЖ в различных сферах, с такими показателями качества жизни, как психическое здоровье, жизнедеятельность, ролевое функционирование, обусловленное эмоциональным состоянием. Наименьшая связь этих психологических характеристик женщин с РМЖ была определена их оценкой их физического состояния здоровья, ожиданий лечения и физического функционирования.

Поэтому на основании полученных эмпирических данных можно предположить, что личные параметры человека, такие как его жизнедеятельность, основные убеждения, внутренняя принадлежность личности, составляют основу психологических механизмов формирования оценки качества жизни.

ВЫВОДЫ

Тщательное изучение психологической истинной адаптации индивида в сложных жизненных условиях способствует пониманию психологических механизмов качества жизни. Отношения, которые мы определяем с оценкой качества жизни психологических признаков у больных раком молочной железы, свидетельствуют о возможном влиянии компонентов жизнедеятельности, фундаментальных убеждений на формирование субъективной оценки степени удовлетворенности физическими и психическими состояниями интернационализма в различных сферах жизни.

Результаты полученных нами эмпирических исследований подтверждают предположение, которое мы выдвинули. Исходя из полученных данных, можно сформулировать предположение, требующее дальнейшего подтверждения того, что психологические особенности женщин с РМЖ являются психологическими механизмами формирования качества жизни.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Дьяченко, В. Г. Перспективы изучения качества жизни больных раком молочной железы (обзор литературы) / В. Г. Дьяченко, В. Л. Коваленко // Дальневосточный медицинский журнал.- 2013.- № 3. — С. 134- 138.

2. Ионова, Т. И. Значение исследования качества жизни в современном здравоохранении / Т. И. Ионова // Качество и жизнь. — 2019. — № 1 (21). — С. 3—8.

3. Котельникова, А. В. Психосоциальные факторы качества жизни, связанного со здоровьем, у больных с нарушением двигательных функций / А. В. Котельникова, А. А. Кукшина // Клиническая и специальная психология. — 2017. — Т. 6. — № 1. — С. 63—78.

4. Непомнящая, В. А. Психологические механизмы формирования качества жизни / В. А. Непомнящая // Сибирский психологический журнал. — 2004. — № 20. — С. 28—33. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-mehanizmy-formirovaniya-kachestva-zhizni> (дата обращения: 09.06.2020).

5. Психологическая структура качества жизни больных эпилепсией : пособие для врачей и мед. психологов / Л. И. Вассерман и др. / М-во здравоохранения и соц. развития Рос. Федерации, С.-Петерб. науч.-исслед. психоневрол. ин-т им. В. М. Бехтерева. — Санкт-Петербург : СПбНИПНИ, 2008. — 44 .

6. Clarke D, Cook K, Coleman K, Smith G. A qualitative examination of the experience of «depression» in hospitalized medically ill patients. Psychopathology. 2006;39:303-312. <https://doi.org/10.1159/000095778>

7. Смулевич А.Б., Волель Б.А., Медведев В.Э. Развития личности при соматических заболеваниях (к проблеме нажитой ипохондрии). Психические расстройства в общей медицине (Приложение «Психиатрия и психофармакотерапия»). 2008;2:4-11. [Smulevich AB, Volel BA, Medvedev VE. Development of personality in somatic diseases (to the problem of acquired hypochondria). Mental disorders in general medicine. Zh Psihiatriya i psihofarmakoterapiya. 2008;2:4-11. (In Russ.)].
8. Личко А.Е. Подростковая психотерапия. Л.: Медицина; 1985. [Lichko AE. Adolesccuk Psychiatry. L.: Medicine; 1985. (In Russ.)].
9. Calhoun LG, Tedeschi RG. The foundations of posttraumatic growth: An expanded framework. Eds. Calhoun L.G., Tedeschi R.G. In: Handbook of post-traumatic growth. Mahwah. NJ: Lawrence Erlbaum Associates. 2006;3-23
10. Allen J, Savadatti S, Levy A. The transition from breast cancer «patient» to «survivor». Psychooncology. 2009;18(1):71-78. <https://doi.org/10.1002/pon.138>
11. Specht G. Ueber die structure und klinische stellung der melancholia agitata. Zentralbl Nervenheilkr Psych. 1908;39:449-469.
12. Evald G. «Schauanfalle» als postenzephalitische Störung. Mschr Psychiatr. 1925;57:222.
13. Barsky A, Cleary P, Sarnie M, Klerman G. The course of transient hypochondriasis. Am J Psychiatry. 1993;150(3):484-488.
14. Beisser A. Denial and affirmation in illness and health. American Journal of
15. Psychiatry. 1979;136(8):1026-1030
16. Jzspers K. Allgemeine Psychopatologie. Berlin—Heidelberg—New York: Sprender Verlag; 1965.
17. Feldman M. The body-image and object-relations. Brit J Med Psychol. 1975;48:317-332.

УДК:61.616.36.08

**СУРУНКАЛИ ЖИГАР КАСАЛЛИКЛАРНИНГ ОРТИҚЧА ТАНА ВАЗНИ ВА
СЕМИЗЛИКНИ ГЕНЕТИК ЎРГАНИШ ВА ТАҲЛИЛ**

Джумаев Б.З

*Бухоро давлат тиббиёт институти, Халқ табобати ва
касаб касалликлари кафедраси PhD*

Бухоро вилоят кўп тармоқли клиник тиббиёт марказида касалхона шароитда даволанган, сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизлиги бўлган 98 нафар беморлар ўрганилди. Биринчи даражали сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизлиги бўлган беморларда бироз кўпроқ ADRB3 (rs4994) Trp 64 Arg генининг 2та генотиби Trp/Trp 55%, Trp/Arg 45% ҳолатда, иккинчи даражали сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизлиги бўлган беморларда ADRB2 (rs1042713) A>G, AG генотиби 62,5% ҳолатда ва Trp/Trp генотиби энг юқори 75% ҳолатларда учради. Учинчи даражадаги сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизлиги аниқланган беморларда PPARG2 (rs1801282) генининг C/C генотиби кўп 68,7% ҳолатда бўлганлиги қайд қилинди, G/G генотип эса деярли аниқланмади.

Калит сўзлар: *сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни, семизлик, соғлиқни сақлаш тадбирлари, нутригеномика, ген ADRB3 (rs 4994), ген ADRB2 (rs1042713), ген PPARG2 (rs1801282).*

**SUMMARY GENETIC STUDY AND ANALYSIS OF OVERWEIGHT AND OBESITY IN
CHRONIC LIVER DISEASE**

Djumaev B.Z

*Bukhara State Medical Institute, Folk Medicine and
Department of Occupational Diseases PhD*

The Bukhara Regional Multidisciplinary Clinical Medical Center studied 98 patients with chronic liver disease, overweight and obesity who were treated in a hospital setting. Excess body weight and obesity in chronic liver disease have benefited from Ibn Sina's health interventions in practice. Slightly more ADRB3 (rs4994) Trp 64 Arg gene 2 genotypes in patients with primary chronic liver disease overweight and obesity Trp / Trp 55%, Trp / Arg in 45% of cases, ADRB2 in patients with secondary chronic liver disease overweight and obesity (rs1042713) The A> G, AG genotype occurred in 62.5% of cases and the Trp / Trp genotype in the highest 75% of cases. In patients diagnosed with overweight and obesity in tertiary chronic liver disease, the C / C genotype of the PPARG2 (rs1801282) gene was reported to be at most 68.7% of cases, while the G / G genotype was almost undetectable.

Key words: *chronic liver disease overweight, obesity, health measures, nutrigenomics, gene ADRB3 (rs 4994), gene ADRB2 (rs1042713), gene PPARG2 (rs1801282). резюме*

ГЕНЕТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ И АНАЛИЗ ИЗБЫТОЧНОЙ МАССЫ ТЕЛА И ОЖИРЕНИЯ ПРИ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ПЕЧЕНИ

Джумаев Б.З

Бухарский государственный медицинский институт, Народная медицина и кафедра профессиональных заболеваний PhD

В Бухарском областном многопрофильном клиническом медицинском центре обследовано 98 пациентов с хроническими заболеваниями печени, избыточной массой тела и ожирением, находившихся на лечении в условиях стационара. Несколько больше ADRB3 (rs4994) Trp 64 Arg гена 2 генотипа у больных с первичным хроническим заболеванием печени с избыточной массой тела и ожирением Trp/Trp 55%, Trp/Arg в 45% случаев, ADRB2 у больных с вторичным хроническим заболеванием печени с избыточной массой тела и ожирением (rs1042713) Генотип A>G, AG встречался в 62,5% случаев и генотип Trp/Trp в наивысших 75% случаев. У пациентов с диагностированной избыточной массой тела и ожирением при третичных хронических заболеваниях печени генотип C/C гена PPARG2 (rs1801282) присутствовал более чем в 68,7% случаев, в то время как генотип G/G практически не определялся.

Ключевые слова: *избыточная масса тела при хронических заболеваниях печени, ожирение, оздоровительные мероприятия, нутригеномика, ген ADRB3 (rs 4994), ген ADRB2 (rs1042713), ген PPARG2 (rs1801282).*

Сурункали диффуз жигар касалликларини (СДЛД) даволашда сўнгги ютуқларга қарамай, клиник амалиётда бундай ҳолатлар кам учрайди, улар учун этиотропик терапияни тайинлаш ёки бошқа сабабларга кўра имконсиз ва айни пайтда ривожланишини секинлаштириш керак жараён. Анъанага кўра, бу мақсадда гуруҳга тегишли дорилар қўлланилади. Жигарнинг патологик таъсирларга чидамлилигини ошириши керак бўлган гепатопротекторлар фаоллаштириш орқали унинг нейтраллаш функциясини кучайтиради. Турли фермент тизимлари (шу жумладан ситохром P450 изимлари ва бошқа микросомал ферментлар), шунингдек, ҳисса қўшади. Турли функцияларни тиклаш зарар, шу билан касалликнинг ривожланишини секинлаштиради. Касалликнинг этиологиясига тўғридан-тўғри таъсир қилмаслигини ҳисобга олган ҳолда, дориларнинг асосий таъсир йўналиши. Гепатопротектив гуруҳ - бу жигар касалликларининг асосий патогенетик механизмларига таъсири. О.Е.Гальченко, В.А. Морозова, А. Р. Бабаева. [2015]

Жигар касалликлари муҳим клиник, эпидемиологик ва ижтимоий-иқтисодий муаммо бўлиб, муҳим ўрин тутди. Овқат ҳазм қилиш тизими касалликлари орасида. Яқинда кўпчиликнинг ўн йиллик амалий соғлиғини сақлаш мамлакатлар сурункали гепатит ва жигар сиррози (ЛС) билан касалланишнинг кўпайишини қайд этади, асосан меҳнатга лаёқатли ёшдаги одамлар орасида Галимова С.Ф.[2012].

Бу мақсадда анъанавий равишда ишлатилади гуруҳига кирувчи дорилар керак бўлган гепатопротекторлар жигарнинг патологик қаршилигини ошириш таъсир қилади, унинг нейтралланишини кучайтиради, фаоллаштириш орқали ишлайди, турли фермент тизимлари (шу жумладан ситохром P450 ва бошқа микросомал тизимлар ферментлар), шунингдек, ҳисса қўшади турли функцияларни тиклаш зарар, шу билан ривожланишни секинлаштиради касалликлар. О.Е.Гальченко, В.А. Морозова, А. Р. Бабаева. [2015]

Жигар касалликлари энг кенг тарқалган касалликлар гуруҳларидан бири бўлиб, бу органдан ташқарига чиқмайдиган анатомик тузилмаларнинг ҳар қандай зарарланишидир. Уларни даволаш учун патологик жараёнларни камайиши ёки физиологик жараёнларни тиклашга қаратилган турли хил фармакологик таъсир механизмларининг препаратлари талаб қилинади. Нормал микрофлора иммун тизимнинг функционал фаоллигини шакллантиришда ва уни шу ҳолда ушлаб туришда қатнашади, лекин ўз навбатида иммун тизими организмнинг нормал микрофлорасини сон ва сифат томонидан бошқаришда қатнашади [Нуралиев Н.А., 2001; Игнатов П.Е., 2002; Бектимиров А.М-Т., 2008; Гариб Ф.Ю., 2012].

Бироқ, даволаниш натижаларини ва беморнинг омон қолишини яхшилашга қаратилган кўплаб уринишларга қарамай, оғир жигар шикастланиши бўлган беморларнинг деярли 40 фоизида қўлланиладиган дорилар клиник жиҳатдан сезиларли яхшиланишга эриша олмайди. (Burra P., 2013, Маевская М.В., 2013).

Шу муносабат билан экзоген токсик жигар шикастланишининг патогенетик терапияси самарадорлигини ошириш ва антиоксидант ва антигипоксанти фаоллиги бўлган дори воситаларини қўллаш усуллари ва воситаларини доимий равишда излаш давом этмоқда. (Петров В.И., 2014, Островский О.В., 2013, Косолапов В.А., 2015).

Жигар касалликларининг кенг тарқалганлигига қарамасдан, ушбу касалликларнинг сурункали жараёнининг барча патогенетик механизмлари етарли даражада ўрганилмаган. Кўпчилик томонидан қабул қилинган нуқтаи назарлардан бири бу жараёнда қон зардобининг турли ферментатив фаоллигига муҳим роль ўйнайди. Энзиматик фаолликнинг ўзгаришининг сабабларидан бири сифатида сурункали диффуз жигар касалликларининг ривожланишига асос бўлган иммунитетни тартибга солиш механизмларининг бузилиши кўриб чиқилади. Ушбу жараёнда иштирок этиш иммунитетнинг энг муҳимларидир. Фиброгенезда иштирок этувчи цитокинлардан бири интерлейкин-13 [Ramalingam T.R., 2016].

Мақсад: Сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизлиги даражасига кўра ген ва генотиплар тарқалишини ўрганиб таҳлил қилиш.

Материал ва усуллар: Бухоро вилоят кўп тармоқли тиббиёт марказининг турли бўлимларида ётиб даволанган сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизлигига эга бўлган 98 нафар беморлар текширишдан ўтказилди. Текширишдан ўтган 98 та беморнинг 30 нафари назорат гуруҳида, 68 нафари асосий гуруҳда тақсимланди. 68 та асосий гуруҳдаги беморлар сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизлик индексига қараб 3 гуруҳга бўлинди. 38 нафар беморда сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазнининг I-даражаси, 16 нафарда II-даражаси ва 14 нафарда эса III-даражаси аниқланди.

Юқорида кўрсатилган беморларда бўйи, тана оғирлиги, сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизлик индекси, қондаги холестерин, паст зичликдаги липопротеидлар (ПЗЛП) ва юқори зичликдаги липопротеидлар (ЮЗЛП), қондаги 3 хил турдаги генлар ва уларнинг 7 хил генотиплари аниқланиб натижалар таҳлил қилинди.

Олинган натижалар. Сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизликнинг I-даражасида ADRB2 (rs1042713) A>G генининг 2 та генотида ҳам 19 нафардан беморларда AA-50% ва AG-50% учради (1-жадвал). ADRB3 (rs 4994) Trp 64 Arg генининг 2 та генотида энг кўп учрайдиган генотип турига кириб, 21 нафар беморда Trp / Trp - 55% ҳолатларда, Trp/Arg эса 17 нафар беморда 45% ҳолатда учради. PPARG2 (rs1801282) C34 G генининг 3 та генотида 13 нафар беморда C/G -35%, бу генининг ичидан энг кўп беморда C/C - 21 нафар 55%, G/G генотида - 4 нафар беморда 10% энг кам ҳолатда учради.

Сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазнининг I-даражасида генотипларнинг учраш сони % ҳисобида.

1-жадвал.

№	Ген	генотип	Учраш сони		Ўрт. ёш	Эркак		Аёл		Ўрт. бўй	Урт. тана оғирлиги	ТМИ
				%			%		%			
1	ADRB2 (rs1042713)	A/A	19	50	52.9	12	31.6	26	68.4	163.3	72.6	27
	A>G	A/G	19	50	49	26	68.4	12	31.6	166.1	75.7	27
2	ADRB3 (rs 4994) Trp 64 Arg	Trp/Trp	21	55	49.3	6	15.8	15	84.2	165	74.3	27
	Trp/Arg	Trp/Arg	17	45	60.3	11	84.2	6	15.8	163.7	73	27
3	PPARG2 (rs1801282) C34 G	C/G	13	35	50.4	10	26.3	3	7.9	168	76.8	27
	C/C	C/C	21	55	47.7	5	13.1	16	42.1	163	72.7	27
	G/G	G/G	4	10	43.5	2	5.3	2	5.3	162.5	72.5	27

Сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизликнинг II-даражаси (2-жадвал) ADRB2 (rs1042713)A>G генининг биринчи генотида 6

нафардан беморларда AA-37,5% ва иккинчи генотипида 10 нафар беморда AG-62,5% учради. ADRB3 (rs 4994)_Trp 64 Arg генининг биринчи генотипи энг кўп 12 нафар беморда Trp/Trp- 75% ҳолатда аниқланган бўлса, иккинчи генотипи 4 нафар беморда Trp/Arg 25% учради. PPAR G2 (rs1801282)_C 34 G генининг 3 та генотипи 5 нафар беморда C/G 31,3% ҳолатда учради, 11нафар беморда C/C- 68,7%, 3 генотипга нисбатан энг кўп учрайдиган учинчи генотип G/G- деярли учрамади.

Сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазнининг II-даражасида генотипларнинг учраш сони % ҳисобида

2-жадвал.

№	Ген	генотип	Учраш сони		Ўрт. ёш	Эркак		Аёл		Ўрт.бўй	Урт.тана оғирлиги	ТМН
				%			%		%			
1	ADRB2 (rs1042713)	A/A	6	37.5	40	3	18.7	3	18.7	169.2	80.6	28
	A>G	A/G	10	62.5	53.7	4	25	6	37.6	162.5	75.1	28
2	ADRB3 (rs 4994) Trp 64 Arg	<u>Trp/Trp</u>	12	75	47.3	5	31.3	7	43.7	165.6	77.6	28
		<u>Trp/Arg</u>	4	25	31.5	1	6.3	3	18.7	168.1	78.9	28
3	PPARG2 (rs1801282)	C/G	5	31.3	50.8	3	18.7	2	12.6	171	82.5	28
		C/C	11	68.7	47.5	7	43.7	4	25	164.6	76.8	28
	C34 G	G/G	-	-	-	-	-	-	-	-	-	28

Сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазнининг III-даражасида (3-жадвал) ADRB2 (rs 1042713) A>G генининг биринчи генотипида 6 нафардан беморларда AA-42,9% ва иккинчи генотипида 8 нафар беморда AG - 57,1% учради. ADRB3 (rs4994)_Trp64 Arg генининг биринчи генотипи энг кўп учрайдиган генотип турига кириб 9 нафар беморда Trp/Trp- 64,3% ва иккинчи генотип 5 нафар беморда Trp/Arg-35,7% аниқланди. PPARG2 (rs1801282)_C34 G генининг 3 та генотипи 3нафар беморда C/G-21,4%, бу геннинг ичидан энг кам аниқланди, 11 нафар беморда C/C- 78,6%, энг кўп аниқланди, учинчи генотип G/G- мутлақо аниқланмади.

Сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазнининг III-даражасида генотипларнинг учраш сони % ҳисобида 3-жадвал.

№	Ген	генотип	Учраш сонн		Ўрт. ёш	Эржак		Аёл		Ўрт. буй	Урт. тана оғирлиги	ТМИ
				%			%		%			
1	ADRB2 (rs1042713)	A/A	6	42.9	46.6	3	21.4	3	21.4	166.7	88.4	29
	A>G	A/G	8	57.1	47.7	2	14.3	4	28.6	172.5	84.8	29
2	ADRB3 (rs 4994) Trp 64 Arg	<u>Trp/Trp</u>	9	64.3	47.6	3	21.4	6	42.9	175.3	80.9	29
		<u>Trp/Arg</u>	5	35.7	45	4	28.6	1	7.1	175.8	91	29
3	PPARG2 (rs1801282)	C/G	3	21.4	38.2	3	21.4	2	14.3	172.6	79.9	29
		C/C	11	78.6	48	4	28.6	5	35.7	174.3	80.4	29
	C34 G	G/G	-	-	-	-	-	-	-	-	-	29

Сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизлик индекси 27 тенг бўлган яъни биринчи даражали ортиқча тана вазнли беморларда энг кўп аниқланган ADRB3(rs 4994)_Trp64 Arg, PPAR G2 (rs1801282)_C34 G генларнинг 2та генотипида Trp/Trp-55%, C/C-55%, ADRB2 (rs 1042713) A>G генининг 2та генотипида ҳам AA-50% ва AG-50% ҳолатларда аниқланди. PPAR G2 (rs1801282)_C34 G генининг 3 та генотипидан фақат генотипи энг кўп ҳолатларда C/C-55%ни, қолган 2та генотипларда C/G-35%, G/G-10% ташкил қилди.

Абу Али ибн Синонинг соғлиқ сақлаш тадбирларидан бадан тарбия ва мизож ва фаслларга қараб овқатланиш тадбирлари амалга оширилган сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизлик индекси 28 га тенг бўлганда яъни иккинчи даражали ADRB2 (rs1042713)A>G, генотипи AG-62,%, PPAR G2 (rs1801282)_C34 G генининг C/C-68,7%, учради ва Trp/Trp- 75% генотипи энг кўп учради. ADRB3(rs 4994)_Trp64 Arg генининг Trp/ Arg -25% бу генларнинг ичидан энг кам аниқланди, PPARG2 (rs1801282)_C34 G генининг учинчи генотип эса G/G- мутлақо учрамади.

Хулосалар. Демак, сурункали жигар касалликларнинг ортиқча тана вазни ва семизлик индекси 29 га тенг бўлганда яъни учинчи даражада PPARG2 (rs1801282)_C34 G геннинг C/ C генотипи - 78,6% энг кўп ҳолатда учради. PPAR G2 (rs1801282)_C34 G генининг биринчи генотипи C/G генотипи 21,4%, бу геннинг ичида энг кам ҳолатда аниқланди. C/C- 78,6%, энг кўп учради, учинчи генотип G/G- мутлақо аниқланмади.

АДАБИЁТЛАР:

1. Бессесен Д. Г., Кушнер Р. Избыточный вес и ожирение: Профилактика, диагностика и лечение. – М.: ЗАО«Изд-во БИНОМ». – 2004; 240-241 [Bessesen D. G., Kushner R. Izbitochniy ves i ojirenie: Profilaktika, diagnostika i lechenie. – М.: ЗАО«Изд-во БИНОМ». 2004; 240-241][In Russ].
2. Бирюкова Е. В. Молекулярно-генетические, гормонально-метаболические и клинические аспекты метаболического синдрома. Авт. дис... докт. — М., 2009; 40. [Biryukova E. V. Molekulyarno-geneticheskie, gormonalno-metabolicheskie i klinicheskie aspekti metabolicheskogo sindroma. Avt. dis... dokt. — М., 2009; 40.].
3. Насибулина Э.С. Ассоциация полиморфизма гена fto с избыточной массой тела в российской популяции // Казанский медицинский журнал. 2012; 93(5): 823-826 [Nasibulina E.S. Assotsiatsiya polimorfizma gena fto s izbitochnoy massoy tela v rossiyskoy populyasii // Kazanskiy meditsinskiy jurnal. 2012; 93(5): 823-826.][In Russ].
4. Нетребенко, текст научной статьи на тему «генетика и эпигенетика ожирения» успехи современной биологии, 2015; 135(2): 128-138 [Netrebenko, tekst nauchnoy stati na temu «genetika i epigenetika ojireniya» uspexi sovremennoy biologii, 2015; 135(2): 128-138][In Russ].
5. Ожирение и избыточный вес. Информационный бюллетень ВОЗ. №311. Май 2014 г. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/ru/>. Ссылка активна на 29.06.2016. [Obesity and overweight. Fact sheet. Updated June 2016. WHO Media centre. 2016.]
6. Центр СМИ ВОЗ. Ожирение и избыточный вес. Информационный бюллетень. 16 февраля 2018; — <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> (дата обращения: 03.03.2019). [Sentr CMI BOZ. Ojirenie i izbitochniy ves. Informatsionniy byulleten. 16 fevralya 2018; <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> (data obrasheniya: 03.03.2019)].
7. Dina C., Meyre D., Gallina S. et al. Variation in FTO contributes to childhood obesity and severe adult obesity // Nat. Genet. 2007; 39: 684-686.
8. Djumaev B.Z. Determination of epidemiology of gene and genotypes determining body weight by kete index indicator:1-5 www.iejrd.com E-ISSN NO:-2349-0721
9. F.E Nurbojev, BZ Dzhumayev. GENE AND GENOTYPE POLYMORPHISM IN PATIENTS WITH OVERWEIGHT AND OBESITY
10. Frayling T.M., Timpson N.J., Weedon M.N. et al. A common variant in the FTO gene is associated with body mass index and predisposes to childhood and adult obesity // Science. 2007; 316: 889–894.
11. Liu C.T. et al. Sequence variation in TMEM18 in association with body mass index: Cohorts for Heart and Aging Research in Genomic Epidemiology (CHARGE) Consortium Targeted Sequencing Study //Circulation: Cardiovascular Genetics. 2014; 7(3): 344-349.

12. Livingstone K.M. et al. FTO genotype and weight loss: systematic review and meta-analysis of 9563 individual participant data from eight randomised controlled trials//bmj. 2016; 354: 14707.

13. Locke A.E. et al. Genetic studies of body mass index yield new insights for obesity biology //Nature. 2015; 518(7538): 197-206.

14. Loos R. J. F. et al. Common variants near MC4R are associated with fat mass, weight and risk of obesity //Nature genetics. 2008; 40(6): 768-775.

15. Nurboev.F.E. Djumaev B.Z. The role of genes in the human body in overweight and obesity. Bukhara, New Day Journalin Medicine. 2019. №3 / 27.B. 206-211
Read more at: <https://newdaymedicine.com/index.php/2021/01/13/153-4-32-3-2020-nurboev-f-e-dzhumaev-b-z-determination-of-genes-and-genotype-of-polymorphism-lipid-spectrum-in-patients-with-overweight-and-obesity/>

PREVALENCE OF ALLERGIC DISEASES IN CHILDREN IN THE BUKHARA REGION

Karimova F.R

Bukhara state medical institute, Bukhara, Uzbekistan

Abstract: *As a result of the study, it turned out that in the clinical picture of patients with acute allergic conditions, combined forms of allergy with a severe course prevailed. In the structure of etiological factors, food, drug and insect allergens were of great importance. In the etiological structure of these allergic conditions, such nosological forms as allergic dermatitis, bronchial asthma, pollen and dust allergies were identified.*

Keywords: *acute allergic conditions, ecologically unfavorable area, children*

INTRODUCTION

At the present stage, there is a significant increase in the number of diseases caused by disorders in the immune system [1]. Allergopathology is the most common variant of immune system dysfunctions, the frequency of which continues to grow [2, 3-10]. It is estimated that more than 20% of the world's population is currently suffering from allergies. At the same time, the incidence of allergies has not yet reached its maximum: over the past three decades alone, the incidence of allergies has doubled every ten years! It cannot simply be said that the people of the

20th century became more susceptible, and yet, the more and more often noted predisposition to allergic reactions shows that certain changes have obviously taken place in the state of modern man. It is no coincidence that allergic diseases are most common in ecologically unfavorable areas [11-

17, 41-46]. Allergic diseases are also common in Uzbekistan. The growth of bronchial asthma alone has been observed 25 times over the past 20 years [4, 5-9]. Various factors contribute to the formation of such disorders, including numerous agents of an infectious and non-infectious nature, acute and chronic stress, environmental pollution, malnutrition, and vitamin deficiency [18-27]. Symptoms of acute allergic conditions (OSA) are common among the population. It has been established that 20-30% of the world's population has experienced some acute allergic reaction during their lifetime. In addition, it is estimated that every 10 years the incidence of OSA increases by 2-3 times. It would not be an exaggeration to say that the prevalence of allergy symptoms throughout the world is epidemic in nature [28-34]. OSA is distinguished by a specific clinical course: firstly, the symptoms of the disease are characterized by unpredictable onset, secondly, by an acute course, thirdly, by a high risk of developing life-threatening complications, and fourthly, by the need to provide immediate medical care "on the spot" [35-40].

The aim of the study is to determine the features of the distribution, etiology, clinical course of acute allergic conditions in children living in an ecologically unfavorable region of the city of Bukhara.

Materials and methods. The object of the study were 1500 sick children hospitalized for OSA in the Bukhara branch of the Republican Emergency Scientific Center for Medical Care (RECOMP). 24420 cards were analyzed - calls to the EMS of Bukhara for OSA in children. Allergological and epidemiological, clinical and laboratory, mathematical and statistical research methods were used in the work. The work was performed on the basis of the Bukhara branch of the Republican Scientific Center for Emergency Medical Care (RSC EMC). The materials of three substations were analyzed: central, 1 and 2 substations. The object of analysis was the registration documents of the Bukhara SMP and the medical history of hospitalized sick children suffering from OSA for 5 years (2001-2005). The analysis of patients' appeals to the EMS in connection with OSA was carried out based on the materials of the "Emergency Call Cards", from which the necessary information was written out (Appendix). The call map takes into account all aspects of the condition of a sick child. It contains 23 questions. Out of 387,793 EMS calls among the child population of Bukhara, 24,420 (6.3%) call cards for OSA were selected and studied: boys - 13,612 (55.7%), girls

- 10,808 (44.3%). The age of the children ranged from a few months to 14 years. Three age groups were created in accordance with the classification of Captain T.V. (2004): the first group consisted

of children from 0 to 5 years old - 6071 (24.9%), the second group - 6-10 years old - 9894 (40.5%), and the third group of 11-14 years old - 8455 (34, 6%). We studied 1500 case histories of children hospitalized for OSA. Among this contingent, a group of patients was selected to calculate the prognosis of OSA in 120 children with OSA and who received inpatient treatment at the Bukhara branch of the RNC EMC. Allergic anamnesis was collected according to a specially designed questionnaire, which takes into account various aspects of the etiology, clinic of allergic diseases in children.

Results and its discussion. The results of the research conducted among children living in the city of Bukhara showed that food allergens (68.2%) were of significant importance in the structure of the causes of food allergy. Anamnestic intolerance to cow's milk was detected in

15.1%, egg protein in 12.5% of cases. Along with this, the exacerbation of the disease was also associated with other foods: beef, fish, lemons, vegetables, and fruits. In a significant proportion of patients (31.8%), the causes of allergic reactions remained unclear (Table 1). The biggest cause of allergy was to an allergen from cow's milk. 1450 (15.1%) patients referred to this factor. Egg white was indicated in 1201 (12.5%) patients. 1037 (10.8%) patients pointed to beef meat. 950 (9.9%) patients indicated allergy to fish. Fruits and vegetables were considered the cause of allergy in 778 (13.9%) and 230 (6%) patients, respectively.

History of food allergy (n=9602)

№	Etiological agents	Abs. number
1	Cow's milk	1450
2	Egg white	1201
3	Meat (beef)	1037
4	Fish	950
5	Lemons	778
6	oranges	557
7	cucumbers	346
8	Tomatoes	230
9	The reason remains unclear	3053
	TOTAL	9602

Table 1

It should be emphasized that the cause of the disease remained unexplained in 3053 patients, which is 31.8% of cases. When studying the causative factors of allergic dermatitis in children hospitalized with OSA, it was found out that in 35.3% of cases of allergic dermatitis the cause was various food allergens, drug allergens were also important - 27.4%, insect allergens (poison of stinging and biting insects) in 11.0% of cases. In 26.3% of sick children, the cause of allergic dermatitis remained unclear (Table 2).

Causes of allergic dermatitis (n = 4421)

Table 2

№	Causal factors	Abs. number	%
1	food	1560	35,3
2	Medicinal	1211	27,4
3	Stinging insect venom	279	6,3
4	Biting insect venom	208	4,7
5	The reason remains unclear	1163	26,3
	TOTAL	4421	100

The main causes of skin lesions in drug allergies are antibiotics of all groups, sulfa drugs, vitamins. Allergic reactions to insect stings were manifested both in the form of local and systemic changes. It should be pointed out that, in addition to causative factors, factors of a burdened premorbid background were important in the development of allergic dermatitis. So among children

with allergic skin diseases, there are often children who were on early artificial feeding (56%), who had feeding defects - early complementary foods, the introduction of foods that do not correspond to age or have highly allergenic properties (46%), with anomalies of the constitution, in particular with exudative-catarrhal diathesis (78%) and hereditary burden (72%). In order to clarify the hereditary burden of OSA in children from the city of Bukhara, we determined the blood level of total immunoglobulin E in 120 pediatric patients and their mothers (a total of 240 studies). In 110 (91.6%) sick children with OSA, the content of reagin-total IgE in the blood was increased compared to

healthy children (in the latter, the concentration of total immunoglobulin E in the blood is 50.0 ± 2.9 kU/l). When examining their mothers, it was found that in 95 (79.1%) of them, the indicator of the studied marker of allergic reactions was also above the norm (in healthy women, the level of total IgE in the blood is 72.0 ± 3.5 kU/l). The obtained data once again confirm the hereditary predisposition of OSA in children, residents of the city of Bukhara. Drug allergy, caused by the participation of immune reactions of the humoral or cellular type, is characterized by intolerance to drugs. It can develop on the introduction of almost any medication, but the mechanisms of hypersensitivity to drugs are different. According to our data, allergic reactions to antibiotics were recorded in 35.6% of cases, sulfanilamide preparations in 15.9%, therapeutic sera and vaccines - 10.1%, vitamins - 2.9%, local anesthetics - 2.4%. The reason was not found out in

33.1% of patients (Table 3).

Medications that caused the development of OSA (n = 3056)

Table 3

№	Medicines	Number of patients	% detections
1	Antibiotics	1089	35,6
2	Sulfanilamide preparations	487	15,9
3	Therapeutic sera and vaccines	309	10,1
4	vitamins	89	2,9
5	Local anesthetics	71	2,4
6	The reason remains unclear	1011	33,1
	TOTAL	3056	100

It should be noted that among the factors supporting a high level of drug complications in children, in our studies, the following mattered:

- increase in the consumption of medicines by the population;
- widespread self-treatment due to the availability of drugs (possibility of acquiring them without prescriptions);

The leading role in the development of bronchial asthma belongs to the reactivity of the body, which is determined by congenital (genetic) and acquired properties with the participation of the neuroendocrine system. In most cases, asthma is caused by non-infectious allergens. Asthmogenic properties are also possessed by allergens of infectious origin: bacterial, fungal, viral, parasitic. The study of the anamnesis of sick children with bronchial asthma showed that the cause of asthma attacks were non-infectious allergens: house dust (60.1%), epidermal (14.7%); wool of domestic animals (cats, dogs) - 12.0%, pollen (0.1%). In a significant proportion of patients (13.1%), the cause remained unclear (Table 4).

Table 4

Causes of sensitization in bronchial asthma (n=2477)

№	Allergen	Abs. number	%
1	house dust	1489	60,1
2	epidermal	364	14,7
3	Cat hair	186	7,5
4	Dog hair	112	4,5
5	Pollen	2,0	0,1
6	The reason remains unclear	324	13,1
TOTAL		2477	100

The following allergens were the cause of pollen and dust allergies: pollen of cotton, quinoa, cocoon, wheat, corn and house dust in different proportions. Pollen allergens in 49.1% of cases caused sensitization of the body with subsequent development of OSA in children, dust allergens -

17.5%. It should be pointed out that, to a large extent, 33.4% of the observed cases of OSA, which manifested themselves as pollen and dust allergies, the cause remained unexplained.

Allergic reactions resulting from contact with insects and their metabolites: upon contact with them, inhalation of body particles of insects or their waste products, bites, stings manifested as insect allergy. In our example, the venom of stinging insects (wasps, bees, bumblebees and mosquitoes) played a decisive role (60.8%) in the etiology of insect allergy.

Conclusion. The frequency of appeals with acute allergic conditions to emergency medical care in children living in an ecologically unfavorable region of the city of Bukhara in the periods of

2001-2005. tended to increase by 1.2 times (2.9-3.4%), and boys with these conditions suffered almost 1.3 times more often than girls. Acute allergic conditions were clinically manifested as severe and moderate food allergies - 39.3%, allergic dermatitis - 18.1%, drug allergies - 12.5%, bronchial asthma - 10.2%, pollen and dust allergies - 10.1% and insect allergy - 9.8%. In the formation and development of acute allergic conditions, in addition to causative factors, such risk factors as hereditary burden - 70.3%, allergic diathesis - 60.5%, artificial feeding - 55.3% were of significant importance. An elevated blood level of total Ig E - markers of atopic, allergic reactions (type 1) in children with OSA and in their mothers indicates a hereditary predisposition with these diseases. The manifestation of OSA in children of residents of Bukhara in the spring period of the year was observed more often than in summer, which is confirmed by an increased level of total Ig E in the blood and an increase in positive cases of eosinophilia in the study of blood and nasal mucus. Among children aged 6-10 years with acute allergic conditions living in

Bukhara, there were almost 2.2 times more severe acute allergic conditions requiring hospitalization in the intensive care unit than acute allergic conditions with moderate severity.

REFERENCE:

1. Karimova F.R., Muminova A.Yu. Acute allergic conditions in children living in an ecologically unfavorable region of the city of Bukhara // Bulletin of the Council of Young Scientists and Specialists of the Chelyabinsk Region 1 (1 (16)), 6-9

2. Karimova F.R. Acute allergic conditions in children living in an ecologically unfavorable region// Young scientist, № 22 P. 247-248 [in Russian]

3. Karimova F.R., Muminova A.Yu. Features of the etiology, clinical course of acute allergic conditions in children living in an ecologically unfavorable region of the city of Bukhara // Journal of Problems of Biology and Medicine, Iss. 2. № 1(101) P. 34-37 [in Russian]

4. Karimova F.R. Regional aspects of acute allergic conditions in children living in an ecologically unfavorable region // Bulletin of the Council of Young Scientists and Specialists of the Chelyabinsk Region Iss. 1. № 2(21) P 26-28 [in Russian]

5. Karimova F.R., Saidov A.A., Turdiev M.R. The value of the method of mathematical modeling for the recognition of acute allergic diseases and conditions in children // Bulletin of the Council of Young Scientists and Specialists of the Chelyabinsk Region Iss. 3. № 2(17) P 47-54 [in Russian]

6. Karimova F.R. Clinical manifestations of acute allergic conditions in children // Bulletin of the Council of Young Scientists and Specialists of the Chelyabinsk Region Iss. 3. № 2(17) P 40-46 [in Russian]

7. Karimova F.R. Acute allergic conditions in children living in environmentally unfavorable region of the city of Bukhara. Chin J Ind Hyg Occup Dis. 2022.P. 259-264.

8. Каримова Ф.Р. Этиологические факторы острых аллергических состояний у детей, проживающих в условиях города Бухары. Тиббеитда янги кун. № 5(43). 2022. С.246-252

UDC: 616.12-008.046

**PRINCIPLES OF DRUG THERAPY OF ANXIETY AND DEPRESSION IN PATIENTS WITH
CHRONIC HEART FAILURE**

Shakhlo Salomovna Kodirova

*PhD, Head of the Department of Folk Medicine and Occupational Diseases of the
Bukhara State Medical Institute, <https://orcid.org/0000-0002-7700-6588>*

Resume: *The article discusses the features of the clinical course, development, relationship of psychological disorder with the severity of diseases of the cardiovascular system. Depression and anxiety are the main leading factors in the development and aggravation of coronary heart disease. The role of the psychological state in the development of diseases of the cardiovascular system is significantly large. The use of antidepressants to stabilize the psychological state today is an integral part of the treatment of heart diseases. Herbal preparations have no side effects and do not have a negative effect on the muscle tissue itself, like some tricyclic antidepressants.*

Keywords: *antidepressant, CHD, anxiety, depression.*

**ПРИНЦИПЫ ЛЕКАРСТВЕННОЙ ТЕРАПИИ ТРЕВОГИ И ДЕПРЕССИИ У БОЛЬНЫХ С
ХРОНИЧЕСКОЙ СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ**

Кодирова Шахло Саломовна

*PhD, заведующая кафедрой народной медицины и профессиональных
заболеваний Бухарского государственного медицинского института,
<https://orcid.org/0000-0002-7700-6588>*

Резюме: *В статье рассматриваются особенности клинического течения, развития, взаимосвязь психологического расстройства с тяжестью заболевания сердечно-сосудистой системы. Депрессия и тревога являются основными ведущими факторами развития и отягощения ИБС. Роль психологического состояния в развитии заболеваний сердечно-сосудистой системы значительно велика. Применение антидепрессантов для стабилизации психологического состояния на сегодняшний день является неотъемлемой частью лечения болезней сердца и сосудов. Препараты растительного происхождения не имеют побочных действий и не имеют отрицательного воздействия на саму мышечную ткань, как некоторые трициклические антидепрессанты.*

Ключевые слова: *антидепрессант, ИБС, тревога, депрессия.*

SURUNKALI YURAK ETISHMOVCHILIGI BO'LGAN BEMORLARDA HAVOTIRLIK VA DEPRESSIYANI DAVOLLASHDA DORI TERAPIYASI TAMOYILLARI

Qodirova Shahlo Salomovna

*PhD, Buxoro davlat tibbiyot instituti xalq tabobati va kasbiy kasalliklar kafedrasini
mudiri,*

Rezyume: *Maqolada klinik yurak - qon tomir tizimi kasalliklarining xususiyatlari, rivojlanishi, psixologik buzilishlar bilan bog'liqligi ko'rib chiqilgan. Depressiya va havotirlik-yurak tizimi kasalligining rivojlanishi va og'irkik darajasi oshishining asosiy omillaridir. Yurak-qon tomir tizimi kasalliklarini rivojlantirishda psixologik holatning o'rni juda katta. Bugungi kunda psixologik holatni barqarorlashtirish uchun antidepressantlardan foydalanish davolanishning ajralmas qismidir. O'simlik preparatlari nojo'ya ta'sirga ega emas va ba'zi trisiklik antidepressantlar kabi mushak to'qimalariga salbiy ta'sir ko'rsatmaydi.*

Kalit so'zlar: *antidepressant, YUIK, havotirlik, depressiya.*

Mental health problems are already considered diseases of the 21st century, especially depression, which, according to the authors, may become the most common disease in the world by 2030. The World Health Organization warns that depressive disorder is already the second cause of lost working days in the world. And the Covid-19 pandemic scenario increases the occurrence of this and other mental illnesses. Untimely diagnosis of psychopathological disorders leads to its chronic course and reduces the quality of life of patients and serve as a trigger for exacerbation of diseases of the cardiovascular system. Suicide attempts are the final stage of depression [4, 5, 6, 8, 20]. Half of the deaths of all suicides are accounted for by patients with depressive disorders, who in turn make their indelible contribution with their results [10, 12, 15].

In folk medicine, various fees are used for anxiety and depression. For example, in case of disorders in the nervous system, basil is useful and valuable because it slows down the production of cortisol, the stress hormone. When a person experiences depression, the level of this substance in the body increases, adversely affecting brain cells, deepening the depressed state and even increasing the aging of the body. In addition, cortisol blocks the synthesis of other beneficial hormones, and basil counteracts this by increasing the production of endorphins. Motherwort has a sedative effect on the body by inhibiting the processes of excitation in the central nervous system, thanks to which it soothes, relieves insomnia and deepens sleep, eliminates anxiety and fear. Melissa is a source of a large number of useful substances: essential oils, tannins, organic acids, vitamins C and B, calcium, iron, potassium, magnesium, zinc, selenium. The sedative effect is already provided by the aroma of the plant itself. Infusion of lemon balm is used to calm the nervous system and bring sleep back to normal. Chamomile helps to activate the activity of

the central nervous system, accelerate reflex functions, and is also used for neurosis, hysterical reactions. The plant eliminates signs of irritability and a generally depressed state caused by stress, depression and nervous tension. St. John's wort is one of the most powerful medicinal plants. It is used in both traditional and alternative medicine. It is believed that St. John's wort is an assistant in the treatment of 99 diseases. Depression and irritability are no exception. St. John's wort promotes the production of serotonin in the body - the hormone of happiness: due to this property, the normal psychological state of a person who is going through a period of depression is restored [1,22].

Depression, affecting somatic pathology, reduces life expectancy by about 10-15 years. The lack of practical skills in diagnosing and managing patients with depressive disorders by primary care physicians leads to late appointment of appropriate therapy, which in turn leads to aggravation of both somatic and psychological conditions.

The aim of the study is to improve the treatment of psychological conditions in patients with cardiac pathology by prescribing natural antidepressants.

MATERIALS AND METHODS

The study included 120 patients (89 men and 31 women) suffering from coronary heart disease, whose average age was from 49 ± 2 years. The exception were patients suffering from diabetes mellitus, with severe disorders of cerebral circulation, chronic heart failure in the decompensation stage. The patients included in the study underwent standard clinical, laboratory and instrumental studies conducted to diagnose diseases of the cardiovascular system, the remodeling processes were studied by evaluating the structural and geometric parameters of the left ventricular myocardium (LV) with echocardiography with Dopplerography. Of 120 patients, 85% suffer from hypertension, 31 from angina pectoris, 8% of patients had a previous myocardial infarction, and 1.2% of patients suffer from a repeated myocardial infarction. The age from 48 to 53 years is the heyday of career growth, activity, and improvement of social status. Making calculations based on gender indicators, men of this age period suffer from cardiovascular diseases more often than women. Moreover, men are more susceptible to psychological disorders, and it is sometimes very difficult for a practicing doctor to balance their psychological status. They forget, and sometimes even ignore the prescriptions of the attending physician.

Along with optimal drug therapy, we prescribed herbal tea for all patients in the form of additional treatment, including St. John's wort, valerian, melissa. We offered patients to drink a decoction of 100-150 ml 2-3 times a day, depending on the severity of the disease.

The dynamics of indicators of psychological status shows how patients who took optimal drug therapy and a combination of herbs in a complex had positive dynamics in indicators of psychological status (Tab №. 1).

Table №. 1

Dynamics of indicators of psychological status in patients

indicators	Anxiety on the HADS scale		HADS depression		Spielberger-Khanin Scale RA		The Spielberg-Khanin Scale of PA		Tsung Depression Scale	
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After
Men (n=89)	6,7±0,1	5,8±0,2	33,4±0,2	30,1±0,1	34,7±0,9	31,5±0,4	10,4±0,1	7,4±0,2	45,4±0,2	31,4±0,1
Women (n=31)	4,8±0,1	3,8±0,1	35,3±0,8	21,8±0,4	24,1±0,2	22,5±0,1	6,8±0,1	5,6±0,1	38,1±0,1	27,3±0,4

This unique natural complex has a positive effect on the central nervous system, increasing the production of serotonin.

Having no side effects on the cardiovascular system, this collection proved to be an antidepressant, with a sedative effect, and improving the condition of the myocardium itself, compared with tricyclic antidepressants of synthetic origin. Repeated examination of patients showed that along with the generally accepted standard therapy for the treatment of diseases of the cardiovascular system, sleep improved in all patients, anxiety attacks and depression decreased, the well-being of patients improved, nocturnal jumps in blood pressure, angina attacks disappeared, an incentive to live appeared, the quality of life improved. Also, the duration of the disease decreased on average from 15-17 days to 7-10 days.

CONCLUSIONS

Applying in practice the treatment of anxiety and depression in patients with diseases of the cardiovascular system of complex plant collection, we have achieved the desired result. As the data of the questionnaires showed, the level of depression and anxiety decreased by 1.2 and 1.4 times. This was accompanied by an improvement in their clinical condition. The bed-days of inpatient treatment have been reduced, the psychological state of most patients has improved, they have become more adapted to social life and, therefore, their social status has improved, both in the family and in society.

Summing up, we can say that using a complex of herbal herbs, we not only improve the quality of life and the psychological status of the patient, but also reduce the cost of expensive synthetic drugs that have a sufficient number of side effects that lead to the aggravation of the disease and its chronization, leading up to disability. This product can also be used as a preventive agent for heart diseases.

USED LITERATURE:

1. Dadaev H.A., Akilov J.H., Togaev M.K. Valerian medicinal // Biology and integrative medicine 2021, 1(47), 233-249.
2. Kodirova et al . Psychosocial features of patients with coronary heart disease // Biology and integrative medicine. 2021.-No. 4. pp.64-79
3. Kadirova Sh.S., Kamilova U.K., Alimov U.H. Evaluation of indicators of psychological status in patients with chronic heart failure// Cardiology of Uzbekistan. 2011. -No. 1-2 .pp. 42-44
4. Kodirova Sh. S., Jabbarova M. B., Arashova G. A. Psychosomatic aspects of the course of chronic heart failure // Biologiya va tibbiyet muammolari, Samarkand -2019. - №4.2 (115). – Pp.57-60
5. Kodirova S. S. The study of emotional states and quality of life of patients with chronic heart failure // Biologiya va tibbiyet muammolari, Samarkand -2019. -№4.2 (115).- Pp. 232-236
6. Kodirova Sh.S., Djabbarova M.B., Arashova G.A., Hudoydodova S.G., Farmonova M.A., Elmuradova A.A. Features of the Clinical Course of Chronic Heart Insufficiency Depending on the Psychological Status of Patients// American Journal of Medicine and Medical Sciences.-2020.- P.- 127-131
7. Kodirova Sh.S., Khamroeva Yu.S. Psychological features of patients with coronary heart disease// Issues of science and education. Moscow. - 2018. - № 7 (19). - Pp. 264 - 265.
8. Kodirova Sh.S., Avezov D.K., Shaolimova Z.M., Rasulova Z.D. Assessment of the psychological state of patients with postinfarction atherosclerosis complicated by heart failure // IV Congress of the Society of Specialists in heart failure "Heart failure 2009". - 2009.- pp. 54-55.
9. Kadirova Sh.S., Kamilova U.K., Alimov U.H. Studying the relationship between indicators of psychological status and the course of the disease in patients with chronic heart failure // Collection of scientific papers of the IX International Forum of Cardiologists and therapists, March 25-27. International Journal of Heart and Vascular Diseases Moscow, Russia- 2020. - p. 120
10. Kodirova S.S. The study of emotional states and quality of life of patients with chronic heart failure // Problems of biology and medicine.- 2019. - № 4 - 2 (115) Pp. 232 - 237.
11. Kadirova Sh.S. Kamilova U.K. Avezov D.K. Pulatov O.Ya. The relationship of the psychological state with the progression of heart failure in patients with postinfarction atherosclerosis // Materials of the Russian National Congress of Cardiologists Appendix 1 to the journal "Cardiovascular therapy and prevention" 2011.- No. 10 - From 135

12. Kodirova S.S., Rasulova Z.D., Avezov D.K. The study of psychological status in patients with chronic heart failure // Materials of the Russian National Congress of Cardiologists. - Moscow. - 2010. - p. 139.

13. Kodirova S.S., Alimov U.H. Psychological status in patients with chronic heart failure // Abstracts of the Republican scientific and practical conference with international participation "The role of a general practitioner in reducing cardiovascular morbidity and mortality" //Cardiology of Uzbekistan No. 2.- 2011. P.-135.

14. Kodirova Sh.S., Kamilova U.K., Alimov U.H. Indicators of psychological status in patients with chronic heart failure //Materials of the Russian National Congress of Cardiologists Appendix 1 to the journal "Cardiovascular therapy and prevention". - 2011. - p. 135.

15. Kadirova S.S., Kamilova U.K., Alimov U.H. Indicators of psychological status in patients with chronic heart failure // Abstracts of the International Congress "Cardiology at the Crossroads of Sciences". - Tyumen.-2011. p.153

16. Kamilova U.K., Kadyrova Sh. Study of the psychological state in patients with chronic heart failure // Abstracts of the IV Eurasian Congress of Cardiologists October 10-11. Yerevan, Armenia, 2016.- pp.82-83.

17. Kadirova Sh.S., Kamilova U.K. The study of the psychological state in patients with postinfarction atherosclerosis complicated by chronic heart failure // Materials of the forum. 4th International Educational Forum "Russian Days of the Heart" April 21-23, 2016, Russia. St. Petersburg Russian Journal of Cardiology, 2016.-pp.37-38

18. Kodirova Sh.S., Kamilova U.K., Nuritdinov N.A. Study of quality of life indicators and prognosis in patients with chronic heart failure //Materials of the V International Educational Forum "Russian Days of the Heart". - Moscow, 2017. - p.85.

19. Kamilova U.K., Kadirova S.S. Assessment of psychological status in patients with chronic heart failure // Materials of the V International Educational Forum "Russian Days of the heart" March 30, April 01, 2017, Russia. St. Petersburg, 2017.- p.162

20. Kamilova U.K., Kadirova SH. The study psychological state of patients with chronic heart failure // Abstracts of the Heart Failure 2017 and the 4th World Congress on acute Heart Failure. Paris. France. 29 April-2 May 2017. European Journal of Heart Failure Supplements, 2017. - P.247

21. Kamilova U.K., Kadirova S.S. The relationship of indicators of psychological status and the course of the disease in patients with chronic heart failure // Materials of the Russian National Congress of Cardiologists "Cardiology 2020 - new challenges and new solutions", Russia, Kazan. -2020.- p.705

22. Karomatov I.D., Abduvokhidov A.T. Domestic medicinal herbs with antidepressant properties - literature review //Biology and integrative medicine 2018, 11(28), 32-65.

23. Karimova F.R., Muminova A.Yu. Acute allergic conditions in children living in an ecologically unfavorable region of the city of Bukhara // Bulletin of the Council of Young Scientists and Specialists of the Chelyabinsk Region 1 (1 (16)), 6-9

24. Karimova F.R. Acute allergic conditions in children living in an ecologically unfavorable region// Young scientist, № 22 P. 247-248 [in Russian]

25. Karimova F.R., Muminova A.Yu. Features of the etiology, clinical course of acute allergic conditions in children living in an ecologically unfavorable region of the city of Bukhara // Journal of Problems of Biology and Medicine, Iss. 2. № 1(101) P. 34-37 [in Russian]

26. Karimova F.R. Regional aspects of acute allergic conditions in children living in an ecologically unfavorable region // Bulletin of the Council of Young Scientists and Specialists of the Chelyabinsk Region Iss. 1. № 2(21) P 26-28 [in Russian]

27. Karimova F.R., Saidov A.A., Turdiev M.R. The value of the method of mathematical modeling for the recognition of acute allergic diseases and conditions in children // Bulletin of the Council of Young Scientists and Specialists of the Chelyabinsk Region Iss. 3. № 2(17) P 47-54 [in Russian]

28. Karimova F.R. Clinical manifestations of acute allergic conditions in children // Bulletin of the Council of Young Scientists and Specialists of the Chelyabinsk Region Iss. 3. № 2(17) P 40-46 [in Russian]

29. Karimova F.R. Acute allergic conditions in children living in environmentally unfavorable region of the city of Bukhara. Chin J Ind Hyg Occup Dis. 2022.P. 259-264.

30. Каримова Ф.Р. Этиологические факторы острых аллергических состояний у детей, проживающих в условиях города Бухары. Тиббеитда янги кун. № 5(43). 2022. С.246-252

OPPORTUNITIES FOR DIGITIZING EMPLOYMENT AND STATISTICAL DATA ON YOUTH

Kobulov Ilkhomjon

magistr of Andijan machine-building institute

Annotation: *In modern Uzbekistan, children and young people under the age of 30 account for 60% of the population. They will be the greatest work force Uzbekistan has ever had in 15-20 years, giving a once-in-a-lifetime potential to propel the country to a new level of socioeconomic growth. Taking use of this opportunity necessitates the creation of a long-term strategic vision for youth development that is informed by data and the perspectives of young people. This article discusses digital statistical markers of youth.*

Keywords: *digitalization, youth statistics, ICT, youth employment.*

The incidence of individuals not transferring to further education, training, or the job market after secondary education (NEET) is alarmingly high among 19- to 30-year-old respondents (54.6 percent). The NEET percentage for young women is continuously greater than that of young males, reaching 74.0 percent vs 24.8 percent [1]. When it comes to their future careers, it is critical for young people in Uzbekistan that their chosen profession be their "own decision" (and not that of their parents). Furthermore, employment should result in a "good salary" and provide the individual with the opportunity to be surrounded by a positive "collective" of colleagues who are supportive of youth and permit continual learning.

The socio-professional sphere is evolving as a result of globalization, and young are an active topic of socio-professional connections on both the global and social levels. The presence of digital competence is a key criterion for young people's socio-professional success in modern society. Given this, while young people in Uzbekistan are extremely interested in learning more about computers (86.9 percent), there is still a considerable proportion (37.8 percent) who do not have any computer skills, primarily females and rural youth. Furthermore, a significant disparity exists between the huge number of individuals (53.9 percent) who "never" use the Internet (mainly youngsters in rural regions and females) and the smaller number (25.4 percent) who use it "daily" (primarily urban residents and males). The Internet is portrayed as both a "helpful" tool for keeping social contact and studying or working, as well as a potentially harmful environment for "wasting time" or being exposed to "negative influences" (which is disproportionately a constraint for females, who fear stigmatization).

In general, young people are active Internet users: 84% use the Internet every day to address various issues; young parents with school-age children (84%) demonstrate remarkable and diversified information activity; and young people with an active lifestyle: "I take the initiative to be more successful" (87%).

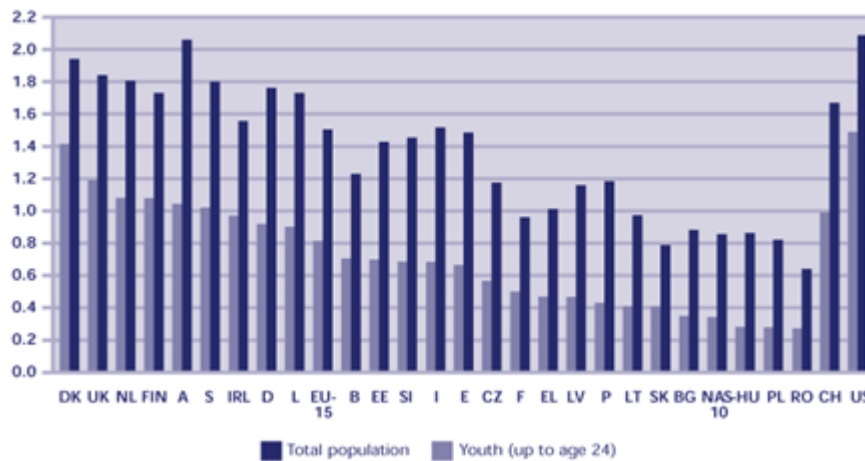


Figure 1. Digital literacy among European youth: Index value in age groups [4].

As can be seen in Figure 1, digital literacy is relatively high in both European countries and the United States. According to the report, young people are advanced in the forms of information and digital activities described. They not only meet consumer and emerging interests, but they also improve the quality of users' lives: they assist in the setup of news sources and the storage of data on the cloud (22-26%), they remotely get education and participate in webinars (27%), and they utilize smart home services.

Changes in the context of modern communications, such as the availability of new devices, professional needs, and the increase of Internet communication options, are among the key incentives for acquiring computer literacy. Men, notably young students, place a higher value on the availability of new technologies and Internet communication skills (up to 61%). The usage of new technology at work is more frequently regarded as a motivator by young individuals of active working age (42-44%), who work in a major metropolis and have a higher degree. The growth of information and digital competences piques the interest of this group more than the potential of devices for amusement.

According to the study's findings, the better a young person's degree of digital competence, the more successful they are in the socio-professional sector. Digital literacy is determined by a mix of four types of competencies: communication, technical, consumer, and media competency.

Young people's human capital is distinguished by a number of characteristics that make it adaptable: high learning ability, innovation, adaptability, mobility (social in all forms), increased susceptibility to innovation, and the presence of significant potential opportunities for skill formation and further implementation in the professional sphere. These characteristics are what build young people's capital and allow them to use it for a long time. It is vital to execute a flexible approach to restructuring the educational environment, taking into consideration the age, professional, cultural, and social components of youth, which is not always applied in practice. The undeniable reality is that young people need to establish a consistent positive drive for self-development in "online and offline" places.

Because of young people's socio-professional uncertainties, the youth labor market is the most volatile. After receiving a profession, some graduates grow disillusioned with it and alter their professional tactics when entering the labor market. The gap between young professionals' views and the requirements of employers is not necessarily attributable to fair assumptions about young people's labor-market adaptability. This reveals itself first in the career chosen, and then in subsequent work. The labor market is now experiencing a severe supply-demand imbalance. The gap between the demanded specializations in various areas of the economy and the availability of professionals who have graduated from professional educational institutions may be seen.

Because of the economy's insecurity, it's impossible to foresee which expertise will be in demand. Receiving an apparently in-demand, prominent specialty now, a graduate risk not being in demand on the job market once graduation [2]. Furthermore, each regional labor market has its unique features. As a result, some specializations in the region are in high demand, while others are congested. Graduates of "unclaimed" specializations are pushed to retrain or work for a living rather than by their expertise.

Figure 2. What is your major occupation? student, employed, or not in education or employment? What is your highest level of education attainment? Crosstabulation 2020 [3].

Categories	School	College or academic lyceum	Higher education (bachelor's degree)	Higher education (master's degree)	No completed education	No education	No answer	Total
Student	91.5%	5.4%	2.5%	-	-	0.2%	0.4%	100%
Not in education, employed formally or informally	13.7%	74.7%	10.7%	0.8%	-	-	-	100%
Not in education or employment neither formally nor informally	18%	80.4%	1.0%	0.2%	0.2%	0.1%	-	100%
Total	45.2%	50.2%	4.0%	0.3%	0.1%	0.1%	0.1%	100%

Among the responders in Figure 2, 18.0 percent had no education after high school, and 80.4 percent had no education beyond a college or university degree. Only 1.3 percent have a postsecondary education.

Here, in addition to the aforementioned factors complicating young professionals' entry into the labor market, the following can be noted: a lack of mechanisms linking the labor market and the educational services market; most graduates lack the necessary skills of self-presentation in the labor market, as well as negotiating skills with employers; and graduates' high, unreasonable self-esteem regarding their professional knowledge.

As a result, there are presently a plethora of issues in the job market affecting the young group. These issues have two sides to them. On the one hand, young experts have a tough time finding work due to their high claims, lack of motivation, and so on. On the other side, unreasonable employer expectations and violations of social protections in respect to young employees. Although there are many advantages to hiring young professionals, not all organizations see them. For example, the presence of a strong desire for innovation and initiative; the higher loyalty of "educated" specialists within the organization; and their focus on the organization's goals when compared to those with work experience.

Solving the challenges of youth employment requires a holistic strategy. This process should engage all labor market participants, including the government, educational institutions, companies, and job seekers. Even a partial solution to this problem will help to improve the lives of young residents. The neglect to address this issue properly can lead to the increase of crime, social stratification, and, as a result, social instability.

REFERENCE:

1. The state committee of the Republic of Uzbekistan on statistics. Open DATA. < <https://stat.uz/en/#>>
2. Kosharnaya G.B. Value orientations of student youth in the labor sphere/Kosharnaya G.B., Korzh N.V. // News of higher educational institutions. Volga region. Social sciences. - 2013. - №2
3. Youth of Uzbekistan: Challenges and Prospects. Report by UNICEF, the Nationwide Movement Yuksalish, and the Youth Union of Uzbekistan. 2020 < <https://www.unicef.org/uzbekistan/en/youth-report>>
4. Statistical Indicators. Benchmarking the Information Society. - Statistics & indicators – < <http://www.sibis-eu.org/statistics/data/7-61.htm>>
- 5.

METHODS OF STUDYING METABOLISM

Mamajanova Munisa
Qo'ldoshova Dilnoza Raupovna
Babajanova Turkon Musayevna
teachers of Bukhara Public Health College

Abstract: *Methods of studying metabolic processes are mainly divided into two groups divided into: examinations carried out on the whole organism and carried out in isolated parts of the body disintegrating methods.*

Keywords: *organs, tissue sections, cell fractions of organelles, decay.*

" МЕТОДЫ ИЗУЧЕНИЯ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ"

Мамаджанова Муниса
Колдошова Дилноза Рауповна
Бабаджанова Туркон Мусаевна
преподаватели Бухарского колледжа общественного здравоохранения.

Аннотация: *Методы изучения метаболических процессов в основном делятся на две группы, которые подразделяются на: исследования, проводимые на всем организме и проводимые в изолированных частях тела, дезинтегрирующие методы.*

Ключевые слова: *органы, срезы тканей, клеточные фракции органелл, распад*

"METABOLIZMNI O'RGANISH USULLARI"

Mamadjanova Munisa
Qo'ldoshova Dilnoza
Raupovna Babadjanova Turkon
Musaevna Buxoro jamoa sog'liqni saqlash texnikumi o'qituvchilari..

Annotatsiyasi: *Metabolik jarayonlarni o'rganish usullari asosan ikki guruhga bo'linadi, ular quyidagilarga bo'linadi: butun tanada o'tkaziladigan va tananing alohida qismlarida olib boriladigan, parchalanish usullari.*

Kalit so'zlar: *organlar, to'qimalar bo'limlari, organellalarning hujayra fraktsiyalari, parchalanish.*

Yaxlit organizmda moddalar almashinuvini o'rganish. Bu jarayon bir necha xil usullarda olib boriladi. XX asr boshlarida Knoop nishonli molekula sifatida fenil radikalidan foydalanib organizmda yog' kislotalari b-oksidlanish yo'li bilan parchalanishini aniqlangan. Modda almashinuvini o'rganishda turli xil og'ir izotoplar yoki radiofaol izotoplardan (deyteriy, ^2H , ^{15}N , ^{13}C , ^{18}O , ^{32}P , ^{33}P , ^{14}C , ^{35}S , ^{131}I , ^{59}Fe , ^{24}Na) keng foydalaniladi. Shuningdek, turli moddalar almashinuvi bilangina aniqlash, nafas koeffitsiyentini aniqlash usullari yordamida ham modda almashinuvining holatini aniqlash mumkin. Dezintegratsiyalash Dezintegratsiyalash usullardan foydalanilganda organizmning ajratib olingan qismlari – organlar, to'qimalarning kesmalari, hujayra organellalarini fraksiyalari hatto ayrim ferment va boshqa sistemalarni ham tekshirish obyektlari bo'lib xizmat qilishi mumkin. Bunda olingan natijalar butun organizmda kechayotgan metabolik jarayonni ma'lum bir bosqichi tariqasida qimmatlidir.

Organizmdan ajratib olingan organlarda turli biokimyoviy ko'rsatkichlarining arterio-venoz tafovutini o'rganish yo'li bilan ularda kechadigan biologik jarayonlarni o'rganish mumkin. Jumladan, aminokislotalar parchalanishidan hosil bo'lgan ammiakdan jigarda siydikchil hosil bo'lishi shu yo'l bilan aniqlangan. Shu usul bilan muskuldan oqib chiqayotgan qonda sut kislota ko'pligi, jigardan oqib chiqayotgan qonda sut kislota yo'qligi aniqlangan.

To'qimalar kesmasini ozuqa moddalar mavjud maxsus eritmalarga solib inkubatsiya qilinsa, eritma tarkibining o'zgarishiga ko'ra, to'qimada kechayotgan metabolik jarayon haqida fikr yuritish mumkin.

To'qima gomogenati tarkibidan tabaqalashtirib sentrifugalash yo'li bilan turli organellalarni hamda turli subhujayra zarralarini ajratib olish mumkin. Subhujayra elementlarini alohida-alohida o'rganish yo'li bilan ularning qaysi jarayonlarda ishtirok etishi aniqlangan.

Masalan: ribosomal – oqsil sintezida; mitoxondriya fermentlari – to'qima nafas olishida ishtiroki aniqlangan.

Biomembranalar vazifasi va tuzilishi

Barcha hujayralar va ularning organoidlari membrana bilan o'ralgandir. Ularning umumiy miqdori hujayra massasini 80% gacha tashkil qilishi mumkin. Barcha membranalar polyardir, ya'ni tashqi va ichki tomonlari tuzilishida farq border

Biomembranalar quyidagi funksiyalarni bajaradi:

1. Hujayra va hujayra organoidlarini o'rab turadi va ajratadi. Jumladan, hujayrani tashqi gardish muhitidan plazmatik membrana ajratadi va uning mexanik hamda kimyoviy ta'sirlardan himoya qiladi. Shu bilan birga plazmatik membrana hujayra ichi va tashqi muhiti o'rtasida metabolitlar va anorganik ionlar konsentratsiyasining farqini saqlaydi.

2. Hujayra ichiga metabolitlar va ionlar tashilishini boshqaradi va gomeostazni saqlashda muhim vazifani bajaradi.

3. Hujayra tashqarisidagi signallarni qabul qilish va hujayra ichiga uzatish.

4. Fermentativ kataliz. Jumladan, mitoxondrial membranalarda joylashgan nafas zanjiri fermentlarining energiya almashinuvida, endoplazmatik turdagi ferment tizimlar ksenobiotiklarni detoksikatsiyasida, yog'lar biosintezida qatnashadi.

5. Hujayralararo matriks va boshqa hujayralar bilan bog'lanish va ta'sirlanish, hujayralarning qo'shilishida va to'qimalar hosil qilishida ishtirok etadi.

6. Hujayra va organellalar shaklini va harakatini ta'minlash, sitoskeletni hosil qilish. Biomembranalar yog'lar, oqsillar va karbon suvlardan tashkil topgan. Membrana komponentlari nokovalent bog'lar bilan bog'langan, bu esa ularning nisbiy harakatchanligini belgilaydi. Membrananing suyuq holati ulardagi to'yinmagan yog' kislotalariga bog'liqdir. Membrana oqsilalari ham harakatchandir. Agar ular membrana ichiga chuqur kirmagan bo'lsa, lipid qavatida suzib yurishadi. Shuning uchun biomembranalar suyuq-mozaik shaklga egadir. Yog'lar, oqsillar va karbon suvlar nisbati biomembranalar turiga bog'liq.

Masalan: miyelinning $\frac{3}{4}$ qismi yog'lardir, mitoxondriyalarning ichki membranasida esa oqsillar ko'p, plazmatik membranalar tashqi qavatida esa karbon suvlar mavjud. Membranalarda lipidlar tarkibi ularning hujayra va to'qima spetsifikligi bilan bog'liq. Ularning asosini fosfolipidlar (fosfatidilholin, fosfatidiletanolamin, fosfatidilserin, kardiolipin, sfingomiyelin) hosil qiladi, so'ng glikolipidlar va xolesterin tashkil qiladi. Membrana minor komponentlariga mitoxondrial membranlardagi ubixinon, tokoferollar kiradi..

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Ergasheva V.SH. "Ovqatlanish gigienasi" o`quv uslubiy qo`llanma. Toshkent. "Top Image Media" bosmaxonasi 2017 il
2. M.A.Azizov "Umumiy gigiena va ekologiya" Toshkent "CHO`lpon" nashriyoti 2014 yil
3. M.R.Tilovov, S.O.Turdiev, A.M.Bozorov "Ovqatlanish gigienasi" Toshkent, "Ilm Ziyo" nashriyoti, 2007 yil
4. S.S.Esonturdiev, M.E.Qarshiboeva "Gigiena va sanitariya tekshirishlar texnikasi" "Ilmziyo" nashriyoti, 2007 yil 5. A.Nikbaev "Jamiyat sog`liqni saqlash va tibbiyot statistikasi" Toshkent "Ilm -Ziyo" nashriyoti 2005 yil.

PSYCHOLOGY OF COMMUNICATING WITH A PREGNANT WOMAN

Avezova Muxabbat
Rahmatova Dilshoda

teachers of Bukhara Health College named after Abu Ali Ibn Sina

Abstract: *It is widely believed that a woman becomes psychologically like a young child during pregnancy. This is hardly true. Because the body of a pregnant woman undergoes restructuring, there are really significant changes in it, but this has nothing to do with regression.*

Keyword: *spregnancy period, Effectiveness, a psychologist, Psixoterapevt*

" ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ С БЕРЕМЕННОЙ"

Авезова Мухаббат
Рахматова Дилшода

преподаватели Бухарского колледжа здоровья имени Абу Али ибн Сины

Аннотация: *Распространено мнение, что во время беременности женщина становится психологически похожей на маленького ребенка. Вряд ли это правда. Потому что тело беременной подвергается перестройке, в нем действительно происходят значительные изменения, но это не имеет никакого отношения к регрессии.*

Ключевые слова: *период беременности, эффективность, психолог, психотерапевт.*

HOMILADOR AYOL BILAN MULOQOT PSIXOLOGIYASI"

Avezova Muxabbat
Rahmatova Dilshoda

Buxoro Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoa salomatligi texnikumi o'qituvchilari..

Annotatsiyasi: *Homiladorlik paytida ayol psixologik jihatdan kichik bolaga o'xshaydi, degan fikr keng tarqalgan. Bu haqiqat emas. Homilador ayolning tanasi qayta tuzilganligi sababli, unda sezilarli o'zgarishlar yuz beradi, ammo bu regressiya bilan hech qanday aloqasi yo'q.*

Kalit so'zlar: *homiladorlik davri, samaradorlik, psixolog, psixoterapevt.*

Homiladorlik ayolni o'zgartirishi – bu ma'lum fakt, biroq bu o'zgarishlarning mohiyatini hamma ham tushunavermaydi. Keling, psixologlar fikriga ko'ra ushbu davrda nimalar sodir bo'lishini bilib olaylik.

Bolalikka yaqinroq

Homiladorlik vaqtida ayol psixologik ravishda yosh boladay bo'lib qoladi degan fikr keng tarqalgan. Bu deyarli to'g'ri emas. Homilador ayol organizmida qayta tuzilish yuz berishi bois unda haqiqatan ham sezilarli o'zgarishlar sodir bo'ladi, biroq buning regress bilan hech qanday aloqasi yo'q.

Shunchaki ayol o'ziga va u bilan sodir bo'layotgan o'zgarishlarga e'tiborliroq bo'lib qoladi, ayni davrda juda muhim hisoblangan hissiyotlari va tanasidagi sezgilariga e'tiborini jamlaydi.

Bu haqiqatan ham uni kattalardan ko'ra o'zining asl hislariga va haqiqiy istaklariga yaqin bo'lgan kichkina bolaga o'xshatib yuboradi. Mashhur "homiladorlarning injiqliklari" haqida ham xuddi shularni aytish mumkin: axir bolalar odatda o'z qiziqishlaridan voz kechishga tayyor bo'lmaganlarida xarxasha qilishadi, homilador ayolni esa tabiatning o'zi o'z manfaatlarini hammasidan yuqori qo'yishga majbur qiladi. Uning bunday xudbin hulqida yana bir ma'no bor: yaqin yillarda ayolning turmush tarzi shunday o'zgaradiki, unga yaqinlarining ko'magi lozim bo'ladi – bu haqda u mana shunday bilvosita usullar orqali xabardor qilmoqda.

Hech nima sodir bo'lmadimi?

Ba'zan, homilador bo'lgach, ayol xuddiki buni payqamaydi va tug'ruqqacha hech narsa o'zgarmagandek yashashga urinadi. Buning yomon joyi yo'qdek tuyuladi, biroq agar bo'lg'usi ona o'zining yangi maqomini e'tiborga olmasa, baribir xavotirlanadigan joyi bor. Homiladorlikka e'tiborsiz munosabatda bo'lish, umuman olganda, o'ziga uncha e'tibor bermaydigan va o'z tuyg'ularidan ko'ra tashqaridan beriladigan yo'l-yo'riqlarga rioya qilishga moyil ayollarda vujudga kelishi mumkin.

Agar ayol homiladorlik davri davomida haddan tashqari ishga, o'qishga yoki jamoatchilik faoliyatiga kirishib ketsa, bu voqelikdan qochishga urinishga, uning onalikka psixologik tayyor emasligiga o'xshaydi.

aqin atrofda gilaridan nima talab qilinadi?

Homilador ayollarga munosabatda ko'pincha ikki qarama-qarshilik kuzatiladi. Ayrim odamlar ularni papalab, gard yuqtirmaslik, qo'llarini sovuq suvga urdirmaslik kerak deb hisoblasa, boshqalar homiladorlarning ahvoliga ortiqcha e'tibor bermaslikni afzal bilishadi.

Shubhasiz, bo'lg'usi ona bilan billur vaza kabi muomala qilmaslik kerak: homiladorlik kasallik emas, balki odatdagidek yashash imkonini beradigan normal fiziologik holatdir. Biroq, mazkur holatning o'ziga xos xususiyatlarini e'tiborsiz ham qoldirmagan ma'qul.

Homiladorlik vaqtida ayolning psixikasi nisbatan ta'sirchanroq bo'ladi, immuniteti esa zaiflashadi, shu bois uni ham jismoniy, ham hissiy ortiqcha yuklamalardan ehtiyot qilgan ma'qul. Qolaversa, qachon ayol ozmi-ko'pmi o'ziga e'tiborli bo'lsa, intuitiv ravishda o'zi zarur ehtiyot choralarini ko'radi. Ana shu o'z-o'ziga quloq solish homilador uchun

muhimdir. Yaqinlari hozir uning e'tibori o'z ichiga qaratilganini va boshqalarga yetarli darajada e'tiborini qaratishga imkoni kamroqligini tushunishlari kerak. Ayniqsa bolalar (agar homiladorlik birinchisi bo'lmasa) buni tushunishi qiyin. Bu vaziyatda ular yuqori e'tiborga muhtojlar. Shuning uchun oilada navbatdagi farzandni kutish – ularni ona yuklamasining bir qismini o'z gardanlariga olishga tayyor bo'lgan otasi va boshqa qarindoshlari bilan yaqinlashtirishning ayni vaqtidir.

Homiladorga psixolog zarurmi?

O'z holicha qaraganda, homiladorlik psixologik yordam so'rab murojaat qilish uchun sabab bo'lolmaydi. Muammolar vujudga kelgan taqdiridagina yordam zarur bo'ladi.

Ta'sirchanlik kuchayishi tufayli aynan shu davrda ayol ilgari sezmagani psixologik qiyinchiliklariga ilk marotaba e'tibor berishi mumkin.

Homiladorlik bilan turli kechinmalar bog'liq bo'lishi mumkin: o'zining yangi maqomini qabul qilishga tayyor emasligi, homiladorlikning kechishi va bo'lg'usi tug'ruqlar bo'yicha xavotir, o'zi va bola uchun qo'rquv, onalik vazifasini uddalay olmaslikdan qo'rqish, tananing muqarrar o'zgarishlari bilan bog'liq bezovtalik... Odatda, bu ancha oldin yurakning tub-tubida mavjud ichki qo'rquvning namoyon bo'lishidir. Shunchaki homiladorlik ularni yuzaga chiqardi. Agar bu kechinmalar noqulayliklarni keltirib chiqarsa, uni yengishga esa kuch bo'lmasa, psixologning alohida yordami asqatadi.

Shunday hayotiy vaziyatlar va sharoitlar bo'ladiki, bunda ijtimoiy qo'llab-quvvatlash singari psixologik yordam ham zarur bo'ladi. Masalan, ko'pincha homiladorlik tufayli keskinlashadigan er-xotin o'rtasidagi muammolar. Biroq, bu holatda dastlab alohida ham xotinga, ham erga psixoterapiya zarur.

Psixoterapevtga oilaviy borishni esa, yaxshisi, keyinroqqa surgan ma'qul. Gap shundaki, farzand kutish jarayonida ayol va erkakning kechinmalari nihoyatda turlicha va yangi vaziyatni o'ziga xos qabul qilish bilan bog'liq bo'ladi, shuning uchun oilaviy terapiya ushbu davr uchun yoqimsiz og'ir kechinmalarni keltirib chiqarishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. G`oziev E.G`. «Psixologiya». Toshkent, «O`qituvchi» nashriyoti, 2008 yil.
2. Fayziev YA.M., Eshboev E.H. «Umumiy va tibbiy psixologiya». Toshkent, «Ilm Ziyo» nashriyoti, 2007 yil.
3. YUnusjonova Z.S., Mirzaeva S.A., Bositxonova E.I. «Psixologik parvarish» Toshkent, «O`zbekiston faylasuflari milliy jamiyati» nashriyoti, 2010 yil

REHABILITATION AFTER A STROKE

Zakirova Mayram

Ikromova Feruza

teachers of Bukhara Health College named after Abu Ali Ibn Sina

Abstract: *Stroke ranks first among the causes of disability in the population. About half of the patients who survived until the end of the 3rd year after suffering a stroke are to some extent dissatisfied with the quality of their life.*

Keyword: *Recovery, defect, multidisciplinary, adaptation, prevention.*

" РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ИНСУЛЬТА"

Закирова Марям

Икромова Феруза

преподаватели Бухарского колледжа здоровья имени Абу Али ибн Сины

Аннотация: *Инсульт занимает первое место среди причин инвалидизации населения. Около половины больных, доживших до конца 3-го года после перенесенного инсульта, в той или иной степени недовольны качеством своей жизни.*

Ключевые слова: *Восстановление, дефект, мультидисциплинарность, адаптация, профилактика.*

"INSULTDAN KEYINGI REABILITATSIYA"

Mayram Zakirova

Feruza Ikromova

Buxoro Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoa salomatligi texnikumi o'qituvchilari..

Annotatsiyasi: *Insult aholining nogironlik sabablari orasida birinchi o'rinda turadi. Insultdan keyin 3-yilning oxirigacha tirik qolgan bemorlarning taxminan yarmi ma'lum darajada hayot sifatidan norozi.*

Kalit so'zlar: *Qayta tiklash, nuqson, multidisiplinarlik, moslashish, insultni oldini olish.*

Insult bilan kasallanganlarni reabilitatsiya qilish global muammo hisoblanadi. Insult boshidan kechirgan odam to'satdan qo'lini yoki oyog'ini boshqarish qobiliyatini yoqatadi, nutqi yomonlashadi, o'zi ovqatlanolmaydi, icholmaydi, xarakatlanolmaydi. U o'z kasbiga qaytolmaydi va ishini yoqatadi. Shuning uchun bemorda depressiya boshlanadi va

kuchayadi, umidsizlik hissi paydo bo'ladi. Bunday bemorni tiklash va reabilitatsiya qilish muhim tibbiy-ijtimoiy vazifadir.

Turli mamlakatlarning insult registrlariga ko'ra insultdan keyin bemorlarning:

- taxminan 40 foizi doimiy parvarishga muxtoj;
- 20 foizi – o'zi yurolmaydi;
- va faqat 20-25 foizi avvalgi ishlariga qaytishi mumkin.

Reabilitatsiya vazifasi ushbu 60% bemorlarni avvalgi hayotiga qaytarish yoki ularning holati va yoqolgan funksiyalarini hisobga olganda jismoniy va ijtimoiy jihatdan kundalik hayotga moslashtirishdir.

Insult nafaqat bemorning o'ziga, balki uning oila a'zolariga, qarindoshlariga va uni parvarish qilayotgan yaqinlariga og'ir yuk bo'lib tushadi. Shuning uchun yetarli va o'z vaqtida ko'rsatadigan va kompleksli reabilitatsiya bemorga kasallik tufayli yoqotilgan ba'zi funksiyalarini tezda tiklashga yoki paydo bo'lgan nuqsonlarni minimallashtirishga va uzining holatiga moslashtirishga yordam beradi.

Insultni o'rganish bilan shugullanadigan dunyodagi yetakchi tashkilotlarning tavsiyalariga ko'ra, insultdan keyingi reabilitatsiya ko'p tarmoqli gurux tomonidan amalga oshirishi kerak.

Insultdan keyingi reabilitatsiya maqsadlari:

- harakatlarni maksimal darajada tiklanishi,
- yurishni yaxshilash,
- nutqni tiklash va yaxshilash,
- o'z-o'ziga xizmat kursatishni o'rgatish,
- ijtimoiy va psixologik moslashuv,
- takroriy insult va uning asoratlarini oldini olish,
- umr ko'rish davomiyligini oshirish,
- hayot sifatini yaxshilash,
- oila a'zolarini o'qitish va ularni psixologik qo'llab-quvvatlash.

Doktor Maksudova klinikasida insultdan keyingi reabilitatsiya ko'p tarmoqli gurux tomonidan amalga oshiriladi. Ushbu guruxning har bir a'zosi insultdan keyingi bemorni maksimal darajada kompleksli, xavsiz, samarali va qulay tiklanishini ta'minlash uchun o'z vazifasini bajaradi.

Klinikaga kelgan bemor albatta zarur tekshiruvdan o'tadi, kerakli mutaxassislar bilan maslahatlashadi – reabilitatsiya tadbirlari hajmi ushbu bemor uchun maxsus davolash, reabilitatsiya usullariga ko'rsatmalar va mumkin bo'lmagan xolatlar hisobga olgan holda aniqlanadi. Shu bilan birgalikda bemorning dastlabki klinik holati aniqlanadi (disfunktsiya darajasi aniqlanadi), unga ko'ra davolash choralarining individual dasturi yaratiladi. Kurs oxirida reabilitatsiya samarasini baholash uchun bemorning klinik holati qayta tahlil qilinadi.

Reabilitatsiya jarayonida bemorni uyda parvarish qilayotgan uning qarindoshlari bilan ish olib boriladi. Mutaxassislar ularga uy sharoitida reabilitatsiyani qanday qilib to'g'ri

davom yetirishini (va qay darajada) o'rgatiladilar, chunki reabilitatsiya davomiy va xar tamonlama bo'lishi kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. F.SH. Baxadirova "Reabilitatsiya, massaj va mexnat bilan davolash", Toshkent - 2010 yil.
2. K.E.Ulxo'jaeva, B.T.Xudoyberganova "Fizioterapiya va tibbiy reabilitatsiya" Toshkent - 2004 yil.
3. G.O.Xaydarov "Ichki kasalliklar" Toshkent - 2002 yil.

XUDOYBERID TO'XTABOYEV ASARLARIDAGI IBORALARNING MA'NOVIY GURUHLARI

Nigora Jo'ranazarova Qurbonboy qizi

Termiz davlat Pedagogika instituti o'qituvchisi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada frazeologizmlarni jahon va o'zbek tilshunosligida o'rganilishi va olimlarning qarashlari bayon etilgan. Frazeologik birliklarga tor va keng ma'noda tushunish masalasiga munosabat, ibora va barqaror birikmalar (maqol, matal, aforizm) orasidagi o'xshash va farqli jihatlar yoritilgan. Olimlarning iboraga bergan ta'riflari, iboralarning tilshunosligidagi o'rganilish ahamiyati yoritilgan.*

Kalit so'zlar: *frazeologizm, turg'un birikmalar, parafraza, leksema, paremiologik birliklar, to'g'ri ma'no, ko'chma ma'no.*

KIRISH

Xudoyberdi To'xtaboyev asarlarini katta qismini bolalarga bag'ishlangan. Biz tadqiqot davomida, "Besh bolali yigitcha", "Sariq devni minib", "Sariq devni o'limi", "Mungli ko'zlar" kabi romanlarida 450 dan ortiq iboralarni 500 marta qo'llaganiga guvoh bo'ldik. Frazeologizmlarni qo'llanishi asar qahramoni ruhiyatini, his-tuyg'ularini, ichki kechinmalarini kitobxonga yetarlicha yetkazib berishga xizmat qiladi. Iboralarni takror qo'llanishi ijodkorning ibora qo'llash mahoratini yana bir bor ko'rsatgan. Chunki, takror qo'llangan iboralar ham o'z o'rnida mohirlik bilan topib ishlatilgan. Frazeologizmlar tarkibida qaysi turkumga oid so'zning yetakchiligiga qarab, ot, fe'l, sifat yoki boshqa komponentli iboralar tashkil qiladi. Shunga ko'ra, quydagi guruhlariga ajratib chiqish mumkin:

Fe'l komponentli frazeologizmlar- Ko'ngilni ko'tarmoq, oyoqqa turguncha, burunlarini yerga ishqalamoq, o'zini qo'yarga joy topolmadi, qari cholning orqasidan oy ko'rishganmi, ko'ngli tog'day ko'tarilib, xafsalasi pir bo'ldi, tilini yarimta qilib, labi-lunji osildi-yu, O'zlarini qo'lga olisholmadi, boshiga uramoq, .Past kelmoq, Do'ppimizni osmonga otdi, Etagidan mahkam ushla, Yuragini taka-puka qilib yubordi, Yuragi tuzdek achishyapti, Qulfi-dili ochilgani, Ko'z tashladi, Ko'nglimdan o'tkazdim, Ko'nglimiz tog' bo'ldi, Joning achishadi.

Sifat komponentli frazeologizmlar- Oq ko'ngil, Ko'ngli bo'sh, Qovog'i soliq, Yuraklari g'ash, Yumshoq tabiatli, .SHarti ketib parti qolgan.

Ravish komponentli frazeologizmlar- yetti uxlab tushimizga ham kirmaydigan (hech qachon) o'ylamagan voqea hodisaga nisbatan aytiladi. Oyog'ini qo'lga olib yugurmoq, ko'z yumib ochguncha, qovog'idan qor yog'ayabdi, bir nafas ichida, Boshdan oyoq.

Romanda qo'llangan iboralarning leksik-semantik xususiyatlariga to'xtaladigan bo'lsak, asar hikoyachisi ya'ni bolalar tilidan qo'llagan. Asarda qo'llangan frazeologizmlarni semantik ma'no ifodalashiga ko'ra quydagi guruhlariga bo'lib o'rganish maqsadga muvofiq

TADQIQOT METODI VA METODOLOGIYASI

Shunga ko'ra, Xudoyberdi To'xtaboyev asarlaridagi iboralarni quyidagi guruhlarga ajratishni maqsadga muvofiq deb bildik:

1. Inson holatini aks ettiradigan iboralar;
2. Inson harakatini aks ettiradigan iboralar;
3. Miqdor-darajani bildiruvchi iboralar;
4. Buyurish-ta'kid mazmunli iboralar;
5. Hayvon, o'simlik nomlari bilan bog'liq iboralar;
6. Mavhum tushunchani ifodalovchi so'zlar ishtirokidagi iboralar;
7. "Yurak" komponentidan tashkil topgan iboralar;
8. "Ko'z" komponentidan tashkil topgan iboralar;
9. "Og'iz" komponentidan tashkil topgan iboralar;
10. "Ko'ngil" komponentidan tashkil topgan iboralar.

1. Inson holatini aks ettiradigan iboralar:

Ko'ngli ochiq, baxtiqaro, oq ko'ngil, dili siyoh, sirkasi suv ko'tarmaydi, ko'zining paxtasi chiqib, qo'l qovushtirmoq, turqu sovuq, qo'li kalta, ona suti og'ziga keldi, tarvuzi qo'ltig'idan tushdi, ko'ngli tog'dek ko'tarildi, qovog'i soliq, og'ziga talqon solgandek, og'zining tanobi qochib, tili tanglayiga yopishgan, o'pkasi to'lib, o'zida yo'q shod, yeng shimarib, mazam yo'q, ko'ngli o'ksik, yuzim shuvut bo'lib, chag'i-chag'iga tegmaydi, ko'zlari ola-kula bo'lib, ko'zim o'tmayapti, to'nini teskari kiymoq, yeng shimarib, ko'ngil to'q, ko'zlari naq joyidan chiqib ketayozdi, yuragini qismoq, yuragini hovuchlab turmoq, qo'lini yuvib qo'ltig'iga artdi, o'zini qo'yarga joy topolmadi, ta'bim juda tirriq bo'ldi, joni achishmoq, ko'rgani ko'zi otgani o'qi yo'q, ko'ngli bo'sh, ko'ngillari joyiga tushmaydi, ko'ngli tog' bo'ldi, o'zini qo'yarga joy topolmaydi, qovog'idan qor yog'ayapti, qulog'im senda, o'zlarini qo'lga olisholmadi, yuragi tuzdek achishyapti, yuraklari g'ash, yuragini taka-puka qilib yubordi, yuraklarimiz ezila boshladi, yumshoq tabiatli, tilini yarimta qilib, lab-lunji osildi-yu, sharti ketib parti qolgan, do'ppisini osmonga otmoq.

2. Inson harakatini aks ettiradigan iboralar:

Etagidan mahkam ushlamoq, oyoqdan qoldi, qo'lga tushmoq, go'riga g'isht qalayapti, miyasini qoqib qo'lga beram, oyoqqa turdi, quyon bo'lmoq, qora tortib kelmoq, qochgani joy topolmay qolmoq, ishimni o'ngidan kelgani, yeng shimarib, chuchvarani xom sanabsiz, burnini yerga ishqalamoq, juftakni rostlab, oyog'imni qo'limga olib, past kelmoq

3. Miqdor-darajani bildiruvchi iboralar:

Bir nafas ichida, yetti uxlab tushimizga ham kirmaydi, tilini yarimta qilib, bir pulcha, zig'ircha ham, besh panjasini og'ziga tiqqan, yetti o'lchab bir kesadi, gapini ikki qilmaslik, ikki dunyoda ham, bir og'iz ko'ngil so'ramagan, tili naq bir qarich osildi.

4. Buyurish-ta'kid mazmunli iboralar:

Podadan oldin chang chiqarma, o'zingni qo'lga ol, ko'ngli to'q, hafsalam pir bo'ldi, ipidan-ignasigacha, yetti o'lchab bir kes, boshiga suv quy, boshiga ko'tarmoq, gapni

ikki qilma,go'ringda to'ng'iz qopgur,oyog'imni yerga tekkizmay,taqdirga tan bermoq,ko'nglini ovlash,og'zingga olma,bo'yniga olmoq,tilingni tiy,tavbasiga tayantirmoq,og'zingga qarab gapir,ko'z olaytirsang tishingni sug'irib olaman.o'lganing ustiga tepgan bo'ldi,burniga suv quymoq,etigidan mahkam ushla,bo'yin tovlamanglar.

5.Hayvon,o'simlik nomlari bilan bog'liq iboralar:

Quyvon bo'lib qolmoq,anqoning urug'i,jahl otiga minmoq,eshak qilib minib olgan,ko'zining paxtasi chiqib,og'zimga talqon solib olgandek,arpasini xom o'rganmi,podadan oldin chang chiqarmaslik,boshida yong'oq chaqmoq,go'ringda to'ng'iz qopgur,ko'pdan quyvon qochib qutilmas,burganing ko'zini ko'rganga o'xshaydi.

6.Mavhum tushunchani ifodalovchi so'zlar ishtirokidagi iboralar:

Ko'nglidan o'tkazdi,ko'nglimni ko'tardi,ko'ngillari joyiga tushdi,ko'ngli to'q,ko'nglimiz tog'dek ko'tarilib ketdi,hafsalasi pir bo'ldi,jin ham urmaydi,ko'ngil so'ragan,bag'ri keng,o'yga tolib,taqdirga tan berishdan boshqa ilojim yo'q,esingni yeb qo'yibsan,ko'nglini ovlash,ishtahasi karnay,jonini hovuchlab,baxtiqaro,oq ko'ngil,dili siyoh,ko'ngliga qo'l solmoq,viydonimga dog' tushmasin,tavbasiga tayantirgan,jahl otiga minib oldi,ko'ngli bo'sh,ko'ngli o'ksik,sir boy bermaydi,ko'nglim ozib kabi iboralar.

7."Yurak"komponentidan tashkil topgan iboralar:

Yuragini yorishdi,yuragim qisaveradi,yuragimni hovuchlab yurdi,yuraklari g'ash,yuragi tuzdek achishyapti,yuragini taka-puka qilib yubordi,yuraklari ezilib,yuragim qon bo'lib ketgan,yuragiga o't yoqib,yuragini olib qo'ygan,yuragim orqaga tortib ketdi,yuragim shuv etib ketdi,yuragi o'ynadi kabi.

8."Ko'z"komponentidan tashkil topgan iboralar:

Ko'zdan kechirmoq,ko'zining paxtasi chiqib,ko'z yumib ochguncha,ko'zi tushib qoldi,ko'z ochirgani qo'ymaydi,ko'z o'ngidan nari ketmaydi,ko'z ko'rib quloq eshitmagan,ko'zdan yo'q bo'lib ketguncha,ko'zlari ola-kulasi chiqib ketdi,ko'z o'ngimdan nari ketma,ko'zlari naq joyidan chiqib ketayozdi,ko'rgani ko'zi otgani o'ti yo'q,ko'z tashladi.

9."Og'iz"komponentidan tashkil topgan iboralar:

Og'zingda erib ketadi,og'zini yopmoq,og'ziga kuchi yetmaydigan,bir og'iz ko'ngil so'ramagan,og'zimni tanobi qochib,og'zingga olma, og'izimga alif ham kelmaydi, og'izimga talqon solgandek, og'izingga qarab gapir.

10."Ko'ngil"komponentidan tashkil topgan iboralar:

Ko'nglidan o'tkazdi,ko'nglimni ko'tardi,ko'ngillari joyiga tushdi,ko'ngli to'q,ko'nglimiz tog'dek ko'tarilib ketdi, ko'ngil so'ragan, ko'nglini ovlash,oq ko'ngil, ko'ngli bo'sh,ko'ngli o'ksik, ko'nglim ozib, ko'ngliga qo'l solmoq.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

"Sariq devning o'limi"asarida **frazologik** birikmalarning qo'llanilishiga misollar¹: 1. Kerak bo'lsa, men **qo'ydek yuvosh** bo'laman, kerak bo'lsa, tulkidek ayyor bo'laman, sharoit taqozo qilsa, sherdek hamla qilaman... Oralarida bittasi sal **oq ko'ngilroq**... o'shandan ish

¹ Xudoyberdi To'xtaboyev. Sariq devning o' limi. «Yangi asr avlodi», 2017-yil.

chiqishi mumkin. (61-bet) Qo'ydek yuvosh-iborasi bo'sh,bo'shang,rahimdil ma'nolarini berayapti(O'TFL,47-bet)².Bu ibora"qo'y og'zidan cho'p olmagan bola" iborasiga sinonim bo'la oladi.

Oq ko'ngil-. Yaxshi niyatli,boshqalarga yomonlikni ravo ko'rmaydigan (UQ-414)³.Bu matnimizda ibora halol,pok,toza qalbli ma'nolarini "roq"qiyosiy daraja bilan ifodalyapti.

2. - Uch oy yoningda saqlaysan-u, qanaqa pullar ekanligini bilmaysanmi? O'rozvoy, ko'rib turibmanki, halol, rostgo'y yigitsan, yolg'on gapirib o'rganmagansan. Shuning uchun ham **ko'zingni olib qochyapsan**. Ko'zlaring

esa, hamma gapni aytib turibdi. (62-bet)

Ko'zingni olib qochyapsan- Nazarini boshqa kishining nazari bilan uchrashtirmaslikka harakat qilmoq (O'TFL,111-bet)ma'nolarida kelib turli holatda ishlatilishi mumkin.Misol uchun,hayajondan,uyatdan ,yolg'on gapirganda ishlatiladi.Bu yerda qahramon yolg'on gapirib o'rganmaganligi uchun uyatdan ko'zini olib qochgan.

3-Bilasanmi, Hoshimjon, - derdi ba'zan u, - yuz minglab vijdonli halol yashayotgan kishilar ichida ba'zan bitta-ikkita turqi sovug'i ham uchrab qoladi-yu,hammaning **dilini siyoh** qiladi, oromini o'g'irlaydi. (102-bet)

dilini siyoh- Xafa bo'lmoq(O'TMI-104)⁴

bizga ma'lumki,siyoh qora rangda bo'lib,insonni dilini(yuragi)ni shunga qiyoslaydi.Xafagarchilik,dilni xufton bo'lishi ma'nolarini beradi."Yuragimga chiroq yoqsa ham yorishmaydi"iborasini sinonim sifatida ishlatish mumkin.

4- Seni o'z o'rnimga tuman militsiyasiga boshliq qilib tayinlashlarini so'raganimda, - qoshlarini kerib, har bir so'zini takidlab gapira boshladi Salimjon akam, - boshqalar ham, bu **"ona suti og'zidan ketmagan yigitcha nima karomat ko'r- satarkan?.."** - deb kulishgan edi. (107-bet)ona suti og'zidan ketmagan(kimning).Hali yosh, tajribasiz (salbiy).Sinonimi:Ona sut(i)og'z(i)da(O'TFL,193-bet)-bu ibora kesatiq piching sifatida ishlatilib,yosh ko'rish,o'zidan past bilish o'rinlarida ishlatiladi.

"MUNGLI KO'ZLAR"ASARIDA UCHRAGAN FRAZEOLGIK BIRIKMALAR⁵:

1. To'g'ri, Ilhom, Manzura singari sinfdoshlarimga o'xshab a'lochi bo'lishni, suratim ilg'orlar doskasiga osilishini, majlislarda mening ham nomim o'shalar qatorida **tilga olinishini** pinhona orzu qilardim.

Tilga olish- Kim nimani yoki kimni;nima nimani.Gapirmoq.Varianti til(i)ga olmoq kim(o'zining)nimani(oz ishlatadi),tilga olinmoq nima yoki kim,sinonimi:og'ziga olmoq(O'TFL407).

2.Pochcham yo qo'rqib ketganidan juftakni rostlab qoldi yoki **yuragi yorilib** o'zini tashlab yubordi- Kim yoki nima kimning.Yuragi yorildi kimning.Qattiq cho'chitib

² Rahmatullayev Sh. O'zbek tilining izohli frazeologik lug'ati. Toshkent,1978

³ Mengliyev B . Universal qo'llanma. Toshkent,2020

⁴Yo'ldoshev I.O'zbek-turk maqol iboralari –Toshkent,1998

⁵ Xudoyberdi To'xtaboyev.Besh bolali yigitcha. «Yangi asr avlodi», 2009-yil

qo`rqitmoq. Sinonimi: O`take(si)ni yormoq -o`take(si) yorildi. O`xshashi :Kayf(i) uchdi-kayf(i)ni uchirmoq (O`TFL 270).

3. Sakkizinchini bitirguncha o`nta velosiped pachoqlading, uchta maped, bitta mototsiklning **boshiga suv quyding**- Amalidan ,obro`-e`tiboridan mahrum qilmoq; Yo`q bo`lib ketish darajasiga yetkazmoq (O`TMI 101).

XULOSA

Xudoyberdi To`xtaboyev asarlarida frazeologizmlardan unumli foydalangan. Sababi biz bilamizki, so`zning ta`sir kuchi iborachalik hissiyotga, hayajonga boy bo`lmaydi, ta`sir doirasi ham sust bo`ladi.

Shuning uchun ham aynan iboralardan yozuvchi o`z o`rnida va ta`sirchang ifodalagan. Bu albatta asar qahramonlarini ruhiyatini ,his-tuyg`ularini tushunishga yordam beradi. Kitobxoni asarga bo`lgan qiziqishini oshirishga xizmat qiladi.

FOYDALANGAN ADABIYOTLAR:

1. Xudoyberdi To`xtaboyev. Sariq devning o`limi. «Yangi asr avlodi», 2017-yil.
2. Rahmatullayev Sh. O`zbek tilining izohli frazeologik lug`ati. Toshkent, 1978
3. Mengliyev B. Universal qo`llanma. Toshkent, 2020
4. Yo`ldoshev I. O`zbek-turk maqol iboralari –Toshkent, 1998
5. Xudoyberdi To`xtaboyev. Besh bolali yigitcha. «Yangi asr avlodi», 2009-yil

KOVRAK O'SIMLIGINING BIOLOGIYASI VA TABOBATDAGI O'RNI

Aziza Jo'ranazarova Qurbonboy qizi

*Termiz Agrotexnologiya va innovatsion
rivojlanish instituti birinchi bosqich magistranti.*

Annotatsiya: *Ushbu maqola qadim- qadimdan ko'pgina dardlarga shifo bo'lib kelayotgan Kovrak (Ferulla. L) o'simligining biologiyasi, xalq tabobatida tutgan o'rni, dorivorlik xususiyatlari haqida bayon qiladi. Bu o'simlik himoyasi uchun qilinayotgan ishlar va undan oqilona foydalanishga qaratilgan chora-tadbirlar, shuningdek Kovrak o'simligidan foydalanish davomiyligini taminlash maqsadida O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 20-apreldagi " Respublikada kovrak plantatsiyalarini tashkil etish va ularning xom – ashyosini qayta ishlash hajmlarini ko'paytirish hamda eksport qilish chora – tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3617 Qarori asosida kovrak plantatsiyalarini tashkil etish va ularning xom-ashyolarini qayta ishlash uyushmasi tashkil etilganligi haqida ma'lumotlar berib o'tilgan.*

Kalit so'zlar: *Ferula.L. , O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 10- apreldagi "O'zbekiston Respublikasi xalq tabobatini rivojlantirishga doir qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida " gi PQ – 4668 sonli qarori , O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 20-apreldagi " Respublikada kovrak plantatsiyalarini tashkil etish va ularning xom – ashyosini qayta ishlash hajmlarini ko'paytirish hamda eksport qilish chora – tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3617 Qarori, Apiaceae, Qizil kitob, E.P. Korovin, fitoterapiya, fitoprofilaktika, Abu ALI Ibn Sino, monokarp, polikarp, sympodial, yelim-smola, mezokarp , tefestrol , penoferol. Ali Ibn Sino aytganidek " Dori-darmonlarni tabiatdan izlang, inson izlayotgan narsani u allaqachon yaratgan.*

O'zbekistonda o'simliklar dunyosi juda boy va xilma-xildir. Bu flora orasida albatta dorivor o'simliklar ham talaygina topiladi. Insonda uchraydigan barcha kasalliklarni davolashda dorivor o'simliklarning o'rni beqiyosdir. So'nggi yillarda turli xil kasalliklarni davolashda xalq tabobatiga murojaat qilish ancha o'sib bormoqda. Shu sababli tabiiyki xalq tabobatini rivojlantirishga ham e'tibor kuchaydi. Buni birgina O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 10- apreldagi "O'zbekiston Respublikasi xalq tabobatini rivojlantirishga doir qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida " gi PQ – 4668 sonli qarori ijrosini taminlash misolida ham ko'rishimiz mumkin. Xalq tabobatida keng qo'llaniladigan o'simliklardan biri bu Kovrak turkumi vakillari hisoblanadi. Xalq tabobatining eng muhim yo'nalishlaridan biri bo'lgan fitoterapiya va fitoprofilaktikada bu o'simlikning o'rni beqoyosdir. Ferullaning dorivorlik xususiyati juda yuqori bo'lgani sababli so'nggi yillarda unga ehtiyoj anchagina oshdi. Kovrak o'simligidan foydalanish davomiyligini taminlash maqsadida O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 20-apreldagi " Respublikada kovrak plantatsiyalarini tashkil etish va ularning xom – ashyosini qayta ishlash hajmlarini

ko'paytirish hamda eksport qilish chora – tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3617 Qarori asosida kovrak plantatsiyalarini tashkil etish va ularning xom-ashyolarini qayta ishlash uyushmasi tashkil etilgan. Kovrak(FERULA. L)

ziradoshlar(Apiaceae) oilasiga mansub o'simlik hisoblanadi. Kovrakning yer yuzida 160 (ayrim manbalarda 185dan) ortiq, O'rta Osiyoda 104ta, mamlakatimizda esa 45ta turi uchrashi qayd erilgan. SHundan 5 ta turi " Qizil Kitob"ga kiritilgan bo'lib ular quyidagilar: archa kovrak, nor kovrak, sunbul kovrak, tugunakli kovrak va qizilqum kovragi hisoblanadi. (E.Abdunazarov.) Ferula L. turkumi turlari - ko'p yillik, o'tsimon, geofit o'simlik. Mavsumiy rivojlanish ritmi bo'yicha ular efemeroidlardir. Ya'ni o'simlik har yili bahorda qisqa vegetatsiya davrida o'sib, rivojlanadi, havo harorati, tuproq o'simlik o'sishini tormozlagan paytlarda yoz, kuz va qish oylarida atmosfera yog'ingarchiligi kam davrda tinch holga kiradi⁶

O'simlikning hayotiy sikli o'tashiga ko'ra E.P. Korovin (1940) bu turkum vakillarini 2 guruhga: monokarp va polikarp turlarga ajratadi. Monokarp turlar o'tsimon o'simliklar orasida unchalik ko'p uchramaydigan original turlar hayotiy formasi hisoblanadi. Bunga Narthex, Mervia hamda Euferula kenja turkumining ba'zi vakillari kiradi. Qolgan turlarning barchasi polikarp turlardir. Monokarp turlarda asosiy novdaning o'sishi monopodial tarzda bo'ladi: dastlabki 5-6-yillarda qisqa vegetatsiya davrida faqat to'pbarglar hosil qilib, gullash va urug'lash yilida esa yer ustki ortotrop poya hosil qiladi. Bu poya (novda) polisiklik kategoriyasiga kirib, o'simlik esa yarim to'pbarg hosil qiluvchi guruhga kiradi. Ular asosan bir, ba'zi hollarda, poya shikastlanganda 2 tadan 6 tagacha generativ novda hosilqiladi⁷.

Polikarp turlarda [simpodial shoxlanish kuzatilib](#), keyinchalik yer osti poyadan hosil bo'lgan kurtaklaridan yangi vegetativ novdalardan generativ novdalar hosil bo'ladi (Nechayeva b., 1963). Shuning uchun bu o'simliklarda murakkab ildizpoya shakllanadi. O'simlikning yer ostki organlari oziq moddalarini zaxira (zapas) holda saqlaydigan ildiz va ildizpoyadan iborat bo'lib, ular tunganaksimon yo'g'onlashgan⁸. O'simlik poyalarining balandligi har xil: gigant-poyasi 3 metr- gacha etadigan turlardan (F. gigantea, F. foetida, F. penninervis, F. kuhistnica, F. malocophilla, F. varia, F. sumbul) tortib, past (karlik) - bo'yi atigi 30 sm ga yetadigan turlar (F. karataviensis, F. nuda) ham uchraydi. Har bir turning balandligi ob-havo, ekologik sharoitga qarab ham o'zgarib turadi Kovrak turkumining mamlakatimizda eng keng tarqalgan turlari sassiq kovrak va ko'histon kovragi hisoblanadi. Sassiq kovrakning bo'yi 1metr ga yetadi, ildizi sholg'omsimon, diametri 15 smcha keladi. Poyasi tik , yo'g'on , ichi kovok, yuqori qismi shoxlangan. Ildizoldi barglari bandli 3 bo'lakli, poyadagilari maydaroq, ketma- ket joylashgan. To'pguli yirik sharsimon, diametric 20 sm, yon to'pgullari maydaroq. Erta

⁶ (Nechayeva b., 1973; Burigin va b., 1975).

⁷ (Nechayeva va b., 1963; Markova, 1970; Rahmonqulov, 1999).

⁸ Fedorov va b., 1962; Markova va b., 1968; Rahmonqulov, 1999).

bahorda mart – aprelda gullaydi. Gullari ikki jinsli yoki faqat changchili oddiy soyabongulda joylashadi. Gulkosabarglari tishsiz yoki faqat qipiq holida tez to'kilib ketadigan. Gultojibarglari 1 dan 4 mm gacha uzunlikda, sarg'ish yoki och sarg'ish, oqish rangli, butun (qirqilmagan) uchki qismi buralgan, elliptik, teskari tuxumsimon, lansetsimon, uchi to'mtoq [yoki uchli](#), asosan tuksiz, ba'zan tashqi tomoni tukli bo'ladi. Changchisi 5 ta, urug'chisi 1 ta, ikki meva bargdan iborat. Tugunchasi 2, ayrim hollarda 3 uyali. Changchisi 0,5-0,8 mm uzunlikda, ellipssimon, sarg'ish, jigarrang va binafsha ranglarda. Chang donachalari 3 pushtali uzunchoq ellipssimon. Mevasi aprel-mayda pishib yetiladi. Mevasi ikki bo'lakli qo'shaloq. Cho'llarda uchraydi. Mevalari tashqi qismidan siqilgan, yapaloq yoki biroz egilgan. Tashqi tomondagi qobirg'alari ipsimon, chekka qirralaridagisi qanotchasimon. Karpofori erkin, ikki bo'lakli. Mezokarp ikki qavatli, ichki qavatli yog'ochlangan parenxima hujayralar (gipendokarpiy) dan iborat Sassiqli kovrakning yelim-smolasi qadimdan xalq orasida turli kasalliklarni davolashda foydalanib kelingan. Kovrakning yelim-smolasi xalq tabobatida tomir tortishi, o'pka sili, o'lat, zaxm, ko'k-yo'tal, tish og'rig'i, asab va boshqa kasalliklarni davolash uchun, hamda quvvat beruvchi, balg'am ko'chiruvchi va gijja haydovchi dori sifatida qo'llaniladi.

Kovrakning juda yosh novdalarini yanchib, qatiqqa qorib xavfli shishlar va zaxmga davo qilinadi. Yelim-smola tindirmasi (nastoykasi), emulsiya va xabdori holida astma, tomir tortish va asab kasalliklarida ishlatiladi.

Ilmiy meditsinada kovrak yelim-smolasi – “assa fetida” nomi bilan kukun, emulsiya va tindirma (nastoyka) holida og'riqli qoldiruvchi, balg'am ko'chiruvchi, yel haydovchi, quvvat beruvchi va tinchlantiruvchi vosita sifatida ishlatiladi va ko'pgina davlatlar farmokopeyasiga kiritilgan.

Sharq mamlakatlarida Eron, Pokiston, Afg'oniston va Hindiston kovrak shirasi va ildizi oziq-ovqat sanoatida ziravor sifatida, kosmetika sanoatida attorlik vositalari ishlab chiqarishda ishlatiladi.

Buyuk tabib Ibn Sinoning fikriga ko'ra, «Kovrak urug'ining qaynatmasi (urug' huddi supurginikiga o'xshash malla rang, shakli ham shunga o'xshab ketadi) 3 mahal 50 [grammdan ichilsa](#), ona suti ko'payadi. Yelimi suvga qo'shib ichilsa, darhol ovoz chiqadi. Shirasiga anjir qo'shib yeyilsa, sariqli kasalligini tuzatadi. Yelimiga murch, sirka qo'shib, yomon sifatli yaralarga surilsa, foyda qiladi. Soch to'kilishiga ham o'ta foydalidir. Kovrak bosh miya, skleroz, bronxit, astma, sariqli kasal, ko'k yo'tal, diabetga davo, qon ketishini to'xtatadi. Ishtahani ochadi. Ildizi siydik va buyrak og'riqlariga davo. Uch mahal qaynatmasidan 30 grammdan ichilsa, foyda qiladi (muddati 15 kun). Ildiz qaynatmasi barcha og'riqlarni bosadi. Bo'g'ilishni ketkazadi, og'riqli tuzatadi». SHuningdek Ibn Sino bu yelim-smoladan meda, buyrak, jigar, taloqli kasalliklarini davolashda hamda bachadondan qon oqishini tohtatuvchi, ishtaha ochuvchi, siydik haydovchi, bo'g'in og'rig'ini qoldiruvchi dori sifatida ham foydalangan.

Ferula L. turkumi turlarini kompleks o'rganish natijasida yangi- yangi dorivor preparatlar yaratilmoqda (Saidxodjayev va b., 1974; Melibayev va b., 1980; Malikov va b.,

1998; Kurmukov, Axmedxodjayeva, 1994). *F. tenuisecta* o'simligi estrogen xususiyatga ega moddalar saqlashi aniqlandi va shu asosda ginekologiyada qo'llaniladigan «Tefestrol» va veterinariyada ishlatiladigan «Panoferol» preparatlari yaratildi.

XULOSA

Shuni ta'kidlash lozimki, hozirgi kunda *F. foetida*, *F. kuhistanica* o'simliklarining ildizlaridan yelim (smola) olinmoqda va har yili yuzlab tonna xomashyo tayyorlanib, chetga eksport qilinmoqda. Bu holat o'simlikka zarar berib zaxiralarning kamayib ketishiga olib kelmoqda. Kovrak turkumini kelajakda ham foydalanish uchun va Kovrakning tabiiy qayta tiklanishi uchun sharoitlar yaratish kerak, shira olingan o'simlik ustini tuproq bilan ko'mish lozim. Xomashyoni eksport qilmasdan ushbu smoladan o'zimizda yangi preparatlar yaratilsa va o'simlik zaxiralardan oqilona foydalanilsa maqsadga muvofiq bo'lar edi. Kovrak o'simligidan foydalanish davomiyligini taminlash maqsadida O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 20-apreldagi " Respublikada kovrak plantatsiyalarini tashkil etish va ularning xom – ashyosini qayta ishlash hajmlarini ko'paytirish hamda eksport qilish chora – tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3617 Qarori asosida kovrak plantatsiyalarini tashkil etish va ularning xom-ashyolarini qayta ishlash uyushmalari tashkil etilgan bo'lib bu uyushma yangi plantatsiya yaratish va o'simlik xom ashyosidan oqilona foydalanish rejalarini yaratish va tadbir qilishga etibor qaratmoqda. Bir necha ming yillar davomida insonlar tomonidan foydalanilib kelinayotgan kovrak turlarining biologiyasini o'rganish, istiqbolli turlarini ekib ko'paytirish hamda kamyob turlarining muhofazasi bilan shug'ullanish dolzarb muammo hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 20-apreldagi " Respublikada kovrak plantatsiyalarini tashkil etish va ularning xom – ashyosini qayta ishlash hajmlarini ko'paytirish hamda eksport qilish chora – tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3617 Qarori.

2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 10- apreldagi "O'zbekiston Respublikasi xalq tabobatini rivojlantirishga doir qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida " gi PQ – 4668 sonli qarori.

3.A. Abdullayev va b. " Biologiyadan qisqacha izohli lug'at " .
4. Ibn Sino "Tip Qonunlari" saylanma 1 jild.

5 . E.Abdunazarov va b. "Surxondaryoning dorivor o'simliklari" . o'quv qo'llanma.64-65,117-118betlar

6. Internet saytlari:

www.google.com

www.dissercat.com

www.natlib.com

ИССЛЕДОВАНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ У ПАЦИЕНТОВ С АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТОНИЕЙ

Рахматова Д.Б

Аминова Н.Н

Бухарский государственный медицинский институт

Аннотация: *Оценка качества жизни (КЖ) – новое и перспективное направление медицины, которое позволяет точно оценить нарушение состояния здоровья пациента, ясно представить суть его клинической проблемы, определить наиболее рациональный метод лечения, а также оценить его ожидаемый результат по параметрам, которые находятся на стыке научного подхода специалистов и субъективной точки зрения пациента, при этом оценивая все составляющие здоровья.*

Ключевые слова: *артериальная гипертензия, эффективность лечения, качество жизни, антигипертензивная терапия.*

АКТУАЛЬНОСТЬ

Артериальная гипертензия (АГ) — важнейший модифицируемый фактор риска (ФР) сердечно-сосудистых заболеваний. Распространенность АГ остается по-прежнему высокой во многих странах мира и Россия — не исключение [1,4]. Несмотря на простоту выявления АГ, имеющиеся в арсенале медицинских работников современные антигипертензивные препараты (АГП) и рост числа лиц, их принимающих, во всем мире актуальным остается вопрос об эффективности контроля артериального давления (АД) [2,5]. В исследованиях факторов, ассоциированных с эффективностью лечения, в последние годы важное место отводится анализу качества жизни (КЖ) пациентов с АГ [2,3] и, прежде всего, КЖ, связанного со здоровьем (health-related quality of life — HRQL) [6,7]. Представления врача и пациента о целях и эффективности лечения могут существенно различаться. Для врача основным критерием эффективности будет достижение целевого АД. Однако, если на фоне проводимой терапии пациент отмечает ухудшение КЖ, то его оценка терапии может быть негативной, что не может не найти отражения в уровне приверженности к приему препаратов. Параметры КЖ обладают независимой прогностической значимостью и являются не менее важными факторами для прогноза выживаемости, чем общесоматический статус [8,9]. Наибольшее число исследований в медицине, изучающих влияние различных методов лечения на КЖ, выполнено именно в кардиологии [7,8,9]. Однако, большинство из них анализирует влияние антигипертензивной терапии на КЖ в рамках клинических исследований, а не в реальной практике, что существенно ограничивает значимость этих исследований для популяции лиц с АГ в целом [10]. Особенностью настоящего

исследования явилось то, что КЖ было оценено без проведения врачебного вмешательства в неорганизованной популяции в масштабах страны. В работе рассматриваются проблемы состояния здоровья лиц, страдающих артериальной гипертензией (АГ) посредством оценки их качества жизни. Исследование КЖ данного контингента населения обусловлено тем, что заболеваемость АГ имеет тенденцию к росту, данная патология входит в класс заболеваний, занимающих в структуре первичной инвалидности и смертности взрослого населения одно из первых мест.

Цель работы. Является анализ показателей КЖ пациентов пожилого и старческого возраста, страдающих артериальной гипертензией (АГ), а также сравнения показателей качества жизни между мужчинами и женщинами из исследуемых возрастных групп.

Материалы и методы исследования. Исследование качества жизни стационарных больных проведено на базе многопрофильного медицинского центра Бухарской области, с сентября 2020 года по январь 2021 года. Было обследовано 100 больных с АГ различной степенью тяжести и ассоциированных факторов риска. В результате чего были сформирована 2 группы. В первую группу вошли 56 пациентов пожилого возраст (средний возраст $66,2 \pm 1,3$). Вторую группу составили 44 пациента старческого возраста (средний возраст $77,8 \pm 1,8$).

Для оценки КЖ использовалась компьютерная программа MAP-R Versia 1 for Windows, включающая в себя автономный анализ результатов. Данная программа включала в себя 36 пунктов, сгруппированных в 8 шкал, при этом каждый пункт включен только в одну шкалу: физическое функционирование, ролевая деятельность, телесная боль, общее здоровье, жизнеспособность, социальное функционирование, эмоциональное состояние и психическое здоровье. Все шкалы формируют два показателя – душевное и физическое благополучие, а также дают общую оценку всего качества жизни.

Результаты и обсуждения: в ходе проведенной работы было выявлено снижение как физического, так и психического компонента здоровья. Особенно низкие показатели были у пациентов старческого возраста, это обусловлено, по нашему мнению, как влиянием присоединившихся факторов риска АГ, так и течением самого заболевания. А вот существенных различий между мужчинами и женщинами в обеих исследуемых клинических группах выявлено не было.

Выводы: В обеих клинических группах было выявлено ухудшение качества жизни, обусловленное наличием АГ. Средний показатель физического здоровья в группе лиц пожилого возраста составил 39,9, у лиц старческого возраста-34,6. Средний показатель психической активности у пациентов пожилого возраста равен 43, у больных старческого возраста=37,9. Наиболее значительное снижение всех показателей, характеризующих как физическую, так и психическую активность отмечается в группе лиц старческого возраста. Самым низким средним показателем у мужчин и женщин, характеризующим физическую активность является РН

(физическое функционирование) =31,05, психическую активность-МН (психическое здоровье) =34,3.

ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Болотнова Т.В., Юсупов А.Р., Куимова Ж.В., Филонова М.В. // Факторы риска сердечно-сосудистых осложнений у пациентов старше 60 лет. // Тюменский медицинский журнал. 2014. Т. 16. № 2. С. 11-12.

2. Искаков Е.Б. // Эпидемиология сердечно-сосудистых заболеваний // Медицина и экология, 2017, 2, 19-28 стр.

3. Мустафина С.В., Винтер Д.А., Рымар О.Д., Щербакова Л.В., Гафаров В.В., Панов Д.О., Громова Е.А., Гафарова А.В., Веревкин Е.Г., Никитенко Т.И., Vobak M., Малютина С.К. Фенотипы ожирения и риск развития инфаркта миокарда, по данным проспективного когортного исследования. Российский кардиологический журнал. 2019;(6):109-114. <https://doi.org/10.15829/1560-4071-2019-6-109-114>

4. Округин С.А., Кужелева Е.А., Гарганеева А.А. Программа воз «Регистр острого инфаркта миокарда»: Эпидемиологический мониторинг острых коронарных катастроф. Комплексные проблемы сердечно-сосудистых заболеваний. 2018;7(1):76-83. <https://doi.org/10.17802/2306-1278-2018-7-1-76-83>

5. Пантелеев М.А., Атауллаханов Ф.И. // Свертывание крови: биохимические основы// журнал [Клиническая онкогематология. Фундаментальные исследования и клиническая практика](#) 2008

6. Самородская И.В., Бойцов С.А. Повторный инфаркт миокарда: оценка, риски, профилактика. Российский кардиологический журнал. 2017;(6):139-145. <https://doi.org/10.15829/1560-4071-2017-6-139-145>

7. Rakhmatova D.B., Rakhmatova D.B. "Mayn" symptoms and leading clinical variants of the course of acute coronary syndromes in women // Asian Journal of Multivariate Research (AJMR). - 2019. - Т. 8. - No. 11. - S. 69-74.

8. Rakhmatova D.B. Analysis of risk factors for coronary artery disease in people older than 60 years among the population of Bukhara // Asian Studies, India. – 2019. – no. 1. - S. 33-38.

9. Адизова Д.Р., Иброхимова Д.Б., Адизова С.Р. Приверженность к лечению при хронической сердечной недостаточности // Биология и интегративная медицина. - 2020. - № 6 (46). - С.

**"ГИЖЖАК-АЛЬТ ТАЛАБАЛАРИНИНГ МУСТАҚИЛ ИШЛАШГА ЎРГАНИШИ -
ТАЪЛИМНИНГ АСОСИЙ ТАШКИЛИЙ ШАКЛЛАРИДАН БИРИДИР."**

Мамедов Данияр Курбанович

*Республика Муסיка Ва Санъат Коллежи «Халк Чолгулари»
Кафедраси Уқитувчиси Услугий Иш*

Ушбу мавзу бир қанча мутахассислар томонидан ўрганилган ва илмий изланишлар олиб борилмоқда. Хусусан, М.Тошмухамедовнинг "Гижжак дарслиги, А.Б.Брунининг "Альт учун мактаб", Ж.Усмоновнинг "Ёш гижжакчи" каби бошқа муаллифларнинг ҳам илмий ва амалий рисоаларида бир қанча қизиқарли ва муҳим маълумотлар келтирилган.

Синфда ва синфдан ташқарида ўқитувчи билан мулоқот ва машғулотлар нафақат ўқувчиларнинг билим ва касбий кўникмаларни эгаллашига ҳисса қўшади; уларнинг қобилиятларини ҳар томонлама уйғун ривожлантиришга, балки уларнинг меҳнатга, ижодкорликка, одамлар ўртасидаги муносабатларнинг ахлоқий меъёрларини идрок этишга муносабатини шакллантиришга ҳисса қўшади, таълим ва тарбия усулларини идрок этиш, бу албатта, уларнинг келажакдаги фаолиятига фойдали таъсир кўрсатади.

Ўқитувчи талаба билан ишлашда ижодкор бўлиши керак, ҳар доим энг ёрқин ва ранг-баранг тасвирларни ижодий излашда бўлиши керак, мураккаб бадиий муаммоларни ҳал қилишнинг энг оддий, энг оқилона усулларини излаши керак. Унинг талабчанлиги, хайрихоҳлиги, ижодий услуби талабада муסיқа, санъатга муҳаббат уйғотиши керак, қийинчиликларни енгиш учун иродани кучайтириш, барча техник ва ифодали ижро воситаларини ўзлаштириш истагини уйғотиши керак.

М.И.Тошмухамедов шундай деб ёзган еди: "Муסיқачини мажбурлаб бўлмади – уни ижодий услуби ва юқори ижтимоий идеаллар, санъат ва педагогик ишларни севиш, асарларни бадиий жиҳатдан асосли талқин қилиш ва ижро маҳоратини ривожлантиришнинг оқилона усулларини ишонтириш, сезгирликни жалб қилиш, истеъдод ва характернинг индивидуал хусусиятларига ёндашиш керак."

Мутахассислик бўйича муסיқачи-ўқитувчининг, хусусан гижжак-альт уқитувчининг иши бир-бири билан чамбарчас боғлиқ ва талабалар таълимида кенг тарқалган уч томонни қамраб олади:

- 1) асбоб чалишни бевосита ўрганиш;
- 2) кенг муסיқий таълим;
- 3) талабалар таълим.

Агар ўқитувчи истиқбол, мақсад, вазифалар ва уларни ҳал қилиш йўлларини кўрса, битта жараённинг бу уч томони муваффақиятли ривожланади. Бу йўллар нима?

- 1) талабаларнинг қобилиятларини аниқлаш,
- 2) ўқувчиларни ўрганиш – уларнинг қизиқишлари; яшаш шароитлари; бошқа фанлардаги муваффақият ва бошқалар.

Ўқитувчининг талаба билан ишлашининг ушбу тасвирий усули талабанинг бадий тафаккурини рағбатлантиради ва талабанинг ўзи томонидан материални уйда ўрганишда бошланғич нуқта бўлиб хизмат қилади.

"Гижак дараслиги" китобида М.Тошмухамедов талабаларни мусиқий ва моторли маълумотларига қараб қуйидаги тоифаларга бўлишни таклиф қилади:

1. "мусиқий ва моторли иқтидорли талабалар; уларнинг техникаси асосан табиий, қулай асосда ривожланади, кўпинча доимий моторни бошқаришга ҳожат йўқ";

2. "ўртача мусиқийлик ва эшитиш қобилиятига эга бўлган моторли иқтидорли талабалар; талабанинг эшитиш соҳасини ривожлантириш, унинг ҳиссий дунёсини бойитиш муҳим аҳамиятга эга" ;

3. "ўртача мусиқий ва моторли кўникмаларга эга талабалар. Бундай ҳолларда ижро жараёнининг эшитиш ва мотор компонентларини ривожлантириш қийин, чунки жонли эшитиш учун таянчлар мавжуд эмас. Ягона мақсадга мувофиқ усул-бу эшитиш ва восита усулидан биргаликда фойдаланиш. Мусиқий ва эшитиш тасвирларини фаоллаштириш учун махсус иш керак; мушак сезгилари маданиятини ривожлантириш ва иккала компонентни ҳам товуш-мотор комплексига бирлаштириш керак."

Талабаларнинг индивидуал хусусиятлари мавжуд, яъни турли хил яшаш шароитлари, торли, хусусан гижжак- альт асбоблари дарсларининг ўзига хос хусусиятлари ва бошқалар. Айнан синфда ўқитувчи кейинчалик талабанинг мустақил ишлаш услубига айланган ишлар устида ишлаш усулларини қўллади; яъни чап ва ўнг қўлларнинг иши, уларни мувофиқлаштириш; асбобсиз ишлаш ва секин ҳаракатда ишлаш усули; такрорлаш ва ижро этиш усуллари; иш кантилена ва ижро санъатининг барча асосий ифода воситалари шунга асосланади.

Муסיқа асари устида ишлаш жараёнини уч босқичга бўлиш мумкин:

1. Мўлжалланган иш билан умумий танишиш; унинг услуби; бадий тасвирлари. Ўқитувчи ўз тушунтиришларини асарни "жонли" ижро этиш билан бирга олиб боради.

2. Ушбу талаба учун ва ҳаётнинг ушбу босқичида бажарилган бадий мақсаднинг тимсоли бадий маҳорат ва бадий туйғу бирлигида ифодаланган.

Ҳар бир талаба учун ушбу босқич куч, сарфланган вақт, ишлатилган техникалар, сарфланган фикрлар ва ҳиссиётлар жиҳатидан жуда индивидуалдир.

Муסיқа асари устида ишлаш ҳар доим икки қисмдан иборат: техник ва бадий.

Гижжак-альтда ижро этиш техник қисмининг мақсади-иккала қўл техникасининг турли элементларини ишлаб чиқиш орқали техник аппаратни мустаҳкамлаш ва такомиллаштириш; уларнинг касбий ва техник кўникмаларини тўлдириш орқали мақсадга эришиш.

Асарнинг бадий бўлимининг мақсади- мавжуд техник тайёргарлик даражасига, маълум кўникмаларга (эшитиш, ритм, умумий мусиқийлик хотирасини ривожлантириш маъносида) мусиқий асарда қўйилган бадий вазифаларнинг сифатли тимсолига эришишга асосланган булади.

Синфда асосий иш жараёнин техник маҳоратни оширишга, хусусан тебраниш-интонация; мусиқий ритм; кантилена; темп; иборалар; асарлардаги динамик градация; бармоқ, зарбаларга каратилтшт керак. Ушбу ифода воситаларининг ҳар бири устида ишлашда тўғри биринчи қадамлар, тўғри мушак сезгиларининг пайдо бўлиши муҳим аҳамиятга эга. Гижжак-альт ижро этиш жараёнида талаба мустақкам техник базага ва ривожланган бадий фикрлашга эга бўлиши керак, касбий ижрочилик кўникмаларини шакллантириши керак. Бу вазифаларнинг барчаси талабанинг синфда ва уй вазифасининг тугри таксимлашни ташкил қилади. Иккала иш тури ҳам ўзаро боғлиқ: бирининг миқдори ва сифати бошқасининг сифатида акс этади.

Гижжак-альт талабаси учун кундалик тизимли дарсларга бўлган эҳтиёж тўғри ижро маҳоратини эгаллаш, техник аппаратни яхши ижро шаклида сақлаш ва касбий қобилиятларни ошириш учун зарурдир.

Агар ҳар бир алоҳида ҳолатда иш ва бўш вақтдан оқилона фойдаланиш муаммоси ҳал этилса, гижжак-альт талабаларининг иши уйда янада самарали бўлади. "Ўрта мактаб ўқувчиларини ҳаётга тайёрлаш" китоби муаллифлари шундай ёзадилар: "кўплаб аниқ материалларга асосланиб, вақтдан фойдаланиш самарадорлиги ўқувчининг ўзига эмас, балки режалаштириш ҳолатига ҳам боғлиқ деган аниқ тахмин қилишимиз мумкин. Бунда мактабнинг ўқув ишлари, моддий базаси, бўш вақт, оилавий маданият даражаси катта аҳамиятга эга. Бинобарин, ўқувчиларнинг бўш вақтдан тугри фойдаланиш самарадорлигини ошириш муаммосини фақат мактабнинг ўқув вазифаларини ҳисобга олган ҳолда ўқув ишлари ва бўш вақтни оқилона ташкил этиш бўйича комплекс режаларни ишлаб чиқиш ва изчил амалга ошириш асосида ҳал қилиш мумкин.

Талабалар, талабаларнинг ота-оналари билан суҳбатлардан маълум бўлишича, талабаларнинг атиги 20% кундалик режимга эга ва унга қатъий риоя қилади, 70% дан 75% гача талабалар кундалик режимга эга, лекин кўпинча уни бузади, қолганлари кундалик режимга эга емас.

Талабанинг уй дарсларини ташкил этиш масаласи жуда муҳимдир. Биринчидан, уйда дарслар бир вақтнинг ўзида ўтказилиши керак. Ҳар куни бир хил вақтни ажратишнинг иложи бўлмаганда, доимий ҳафталик жадвални, яъни ҳафтанинг ҳар бир кунда мутахассислик бўйича дарслар учун маълум вақт ажратиш керак ва у доимий равишда бўлиши керак. Албатта, дарсларнинг маҳсулдорлиги талабанинг асабий фаолиятига ва ўрнатилган одатларга боғлиқ. Синф жадвалини тузишда буларнинг барчасини ҳисобга олиш керак.

Якуний бадий мақсадга эришиш-бадий образларнинг энг ёрқин тимсоли ва мусиқий асарнинг бадий мазмунини тўлиқ очиб бериш – бу ҳар бир мусиқий асарни ўрганишда талаба (ижрочи) ўз олдига қўйиши керак бўлган мақсаддир.

Ҳар бир бола мантиқий фикрлаш қобилиятига эга, аммо болаларнинг идроки ва вакили ўзига хос хусусиятлар, уюшмалар, тасвирлар билан ажралиб туради.

Бадиий асар устида ишлашда ижро маҳоратини ошириш восита аппарати ва асаб тизимининг, биринчи навбатда мия ярим кортексининг "йўналтирувчи" функцияларини ривожлантиришнинг ягона жараёнида содир бўлади. Бу ягона жараён онгининг фаол иштироки билан, асабий фаолиятнинг энг юқори шакли ва тегишли ақлий функциялар – диққат, ирода, хотира, ҳис-туйғулар ва тасаввур сифатида содир бўлади.

Ҳар бир ўқитувчи ҳар доим бир хил муаммоларга дуч келади: маълум бир ўқувчига ўз тафаккурини шакллантиришга, касбий ижрочилик кўникмаларини ривожлантириш ва шакллантиришга қандай ёрдам бериш; боланинг ҳиссий соҳасини ривожлантириш; унинг мусиқий уфқларини кенгайтириш; ишда меҳнацеварлик, қатъиятлилик, ташкилотчиликни қандай сингдириш керак, уларсиз муваффақиятга эришиш мумкин эмас. Ҳар бир дарсдан талаба таассуротларни уйига" олиб кетиши " керак. Таассуротлар жамланган уй вазибаларида ва синф ишларини назорат қилишда билим, кўникма ва охир-оқибат ўқувчининг эстетик маданиятига айлантирилиши керак. Талабанинг касбий йўналиши ва ривожланишининг ушбу босқичлари, шунингдек уларнинг касбий даражасини мустақил равишда таъминлаш жиддий, мунтазам уй вазибаларисиз эришиш мумкин эмас. Таниқли афоризм бор: "ҳеч нарсадан ҳеч нарса бўлмайди."

Машҳур скрипкачи ва дирижёр Чарлз Мунсч "Мен дирижёрман" монографиясида шундай ёзади: "Ун беш йиллик ўқиш ва барча табиий совғалар етарли эмас. Дирижёр (шунингдек, профессионал ижрочи) бўлиш учун сизга меҳнат керак. Сиз консерватория остонасини биринчи марта кесиб ўтган кундан бошлаб чарчаган ҳолда ҳаётингиздаги сўнги концертни ўтказадиган кечгача ишлашингиз керак.

Фойдаланилган адабиётлар:

- 1.Нурматов Н.»Узбек халк мусикаси». Тошкент 1996.
- 2.Тошмухамедов М.Гижжак дарслиги».Тошкент 1995.
- 3.Усмонов Ж. «Ёш гижжакчи».Тошкент 1995.

«CHIZMACHILIK FANINING RIVOJLANISH TARIXI»

Radjapov Ergash Xajibayevich

Qoraqalpog'iston respublikasi Beruniy tumani 46-maktab

Tasviriy san'at va chizmachilik o'qituvchisi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada chizmachilik fanining ibtidoiy davrdan to hozirgi davrgacha bo'lgan rivojlanishi haqida va ushbu fanga xissa qo'shgan olimlarning ilmiy ijodiyoti haqida keng ma'lumotlar keltirilgan.*

Kalit so'zlar: *Ibtidoiy jamoa tuzumi, Ibn Sino asari, Gaspar Monj, tasvirlami o'rganish, Chizmachilik va texnika.*

Аннотация: *В данной статье представлена обширная информация о развитии науки рисования от первобытного периода до современности и о научном творчестве ученых, внесших вклад в эту науку.*

Ключевые слова: *первобытнообщинный строй, труд Ибн Сины, Гаспар Монж, иллюстративное обучение, рисование и техника.*

Annotation: *This article presents extensive information about the development of the science of drawing from the primitive period to the present and about the scientific creativity of scientists who have contributed to this science.*

Keywords: *primitive communal system, Ibn Sina's work, Gaspard Monge, illustrative education, drawing and technique.*

Bizga ma'lumki har bir fanning paydo bo'lish tarixi uni qanchalik muhim ahamiyatga ega ekanligidan, qadimiyligidan, jamiyatning taraqqiyotiga qo'shayotgan hissasidan dalolat beradi. Chizmachilikning rivojlanishi rasm chizishdan boshlangan. Qadimda misrliklar turar joylarni, saroylarni, ibodatxonalami qurishda eng oddiy usul bilan boisada, bu inshootlarning shakl va o'lchamlarini tasvirlay olganlar. Qadimgi zamon odamlari, qoyalarga o'yib ishlangan rasmlar, devorlardagi naqqoshlilik, xattotlik san'ati va shunga o'xshash tasvirlar o'sha davr xalqlarining chizma sohasidagi birinchi tushunchalarini aks ettiradi. Shaharlarning saqlanib qolgan planlari, binolarning plan va fasadlari hamda turli hujjatlar buning dalilidir.

Grafik tasvirga bo'lgan ehtiyoj ibtidoiy jamoa davrida paydo bo'la boshlagan. Ibtidoiy odamlarning bizgacha saqlangan mehnat qurollari va buyumlarida qo'llanilgan bezaklar hamda qoyatoshga o'yib ishlangan ko'plab tasvirlar bundan guvohlik beradi.

Chizmachilikka oid dastlabki ma'lumotlar eramizdan 300 yil mu- qaddam paydo boigan. Rim me'mori va muhandisi Mark Vitruviy (miloddan avvalgi 1-asrning ikkinchi yarmi) tekislikda binolarning tasvirlarini yasash yo'larini ishlab chiqqan. Bu bilan u to'g'ri burchakli proyeksiyalar yasash ishiga asos solgan.

O'zbekistonda Quyimozor va Oqtomda arxeologlar tomonidan qazish ishlari olib borilganda eramizdan oldingi 2-1- mingyilliklarga taalluqli odamning olddan va yonidan

ko'rinish tasviri topilgan. VI-VII asrga oid kumush idishda binoning me'moriy fasadi tasvirlangan.

VII asrdan XV asrgacha o'rta Osiyoda fanning barcha sohalarida katta ilmiy yutuqlarga erishilgan. Masalan, mashhur olim Muhammad ibn Muso alXorazmiy (783—850) yunon olimi Ptolemey tomonidan bayon qilingan ba'zi masalalarni aniq emasligini chizmalar orqali isbotlab bergan. U o'z asarlarida turli mamlakatlar, dengiz va tog'lar, katta daryo va ko'llarning xaritalarini tasvirlagan. Olimning chizgan xaritalaridan o'ntasi bizgacha yetib kelgan

. Abu Nasr Forobiy (873-950) o'zining geometrik yasashlarga doir asarida konstruktiv geometrik masalalarni yechishni bayon etgan. Ayniqsa, o'zgarmas pargar yordamida geometrik masalalar yechishni chizmalar orqali batafsil bayon etgan.

Abu Rayhon Beruniy (973-1048) shar ichida besh xil muntazam ko'pyoqliklar yasash mumkinligini chizmalar orqali isbotlab bergan. Bular noriy - to'rtyoqlik (tetraedr), orziy - oltiyoqlik (geksaedr), havoiiy - sakkizyoqlik (oktaedr), falakiiy - o'nikkiyoqlik (dodekaedr), moiyy - yigirmayoqlik (ikosaedr) lardir .

O'rta Ibtidoiiy jamoa tuzumi davridayoq dastlabki arxitektura—qurilish paydo bo'la boshlagan. Ibtidoiiy arxitektura namunalari ertola, kulba, kapa (chayla)lardan iborat bo'lgan; suvga yaqin joylarda esa xarsangtosh, loy, suyak, yog'och, shox—shabalardan qurilgan. Bunday ibtidoiiy arxitektura namunalaridan 30ga yaqin turar joy qoldiqlari Markaziiy Qozog'iston hududidan topilgan. Markaziiy Qozig'istondagi Bug'ili tog'idan topilgan ibtidoiiy binolardan (rekonstruktsiya qilingan) birining tasviri ko'rsatilgan. Ibtidoiiy jamoa davridagi binolarning qoldiqlaridan ko'rinib turibdiki, ular to'g'ri to'rtburchak qilib, erto'la va yarim ertola tarzida qurilgan. Respublikamiz hududida miloddan oldingi IV asrda har qaysi xalqlar o'zini chetki dushmanlardan himoya qilish uchun qalin va baland devorlar, qo'rg'onlar va istehkornlar qurishgan (Jonbos qal'a, Dalvarzin tepa, Tuproq qal'a, Buxoro yaqinidagi Varaxsha, Termiz yaqinidagi Bolalik tepa, Farg'ona vodiysidagi Quva qal'a va b.). Istehkomlarni qurishdan oldin albatta ularning tarhi (plani) chizib olingan. Shunday qilib, O'zbekiston hududida asta—sekin arxitektura—qurilish chizmalarini bajarish takomillasha borgan va shu chizmalar asosida binolar qurish shunday yuqori darajaga ko'tarilganki, so'ngi o'n asrdan ortiq vaqt davomida Buxoro, Xiva, Samarqand kabi shaharlarda avlodlarimiz tomonidan bunyod etilgan tarixiy obidalar —hozirgi kunga, kelib jahon arxitektura san'atining durdonalariga aylangan. Shu sababli ham bu shaharlarni «ochiq osmon ostidagi muzey shahar» deb bekorga aytmaydilar.

Ajdodlarimiz qurilishda ishlatiladigan turli shakldagi g'ishtlar tayyorlashda o'ziga xos standartlardan, ya'ni g'isht quyish qolip (yog'ochdan tayyorlangan moslama) lardan foydalanganlar. Bu esa O'zbekiston hududida ayrim standart turlaridan ming yillar oldin foydalanganlaridan dalolat beradi. Keyinchalik olimlar o'zlarining ilmiy ishlarida yozuv bilan bir qatorda grafik tasvir lardan keng foydalanganlar (O'rta Osiyo mutafakkir olimlari ishlarida grafik tasvirlardan foydalanish tarixi ming yillardan oshadi. Ular o'z asarlarida o'ziga xos chizmalardan mohirona foydalangan. Bunga dalil sifatida Ibn Sinoning

«Donishnoma» (Ibn Sino, Donishnoma, Tehron, 1952) asaridagi grafik tasvirlarning ayrimlarini olib qaraylik.

Asarning geometriya oid bobida, jumladan chizmachilik asboblardan sirkul (pargar) harnda chizg'ich yordamida bajariladigan masalalarning bajarilish tartibi tushuntirib beriladi. Mexanikaga bag'ishlangan boblarda esa chig'iriy, blok, richag vint, pona kabi oddiy maslamalarning tuzilishi–bayon qilinadi hamda ular grafik tasvirlarda yaqqol ko'rsatib beriladi. Shunisi diqqatga sazovorki, chig'iriy, vint, pona kabilarni yaqqol tasviri aksonometrik proyeksiyalarda balarilgan. Pona aksonometrik proyeksiyalardako'rsatilgan. Blok, ustun kabilari esa aksonometrik proyeksiya bilan omixtalashtirilgan holda perspektivada.

Ibn Sino asarida mexanizmlarning yaqqol tasviri bilan bir qatorda, ularning chizmasini sxemada ham tasvirlaydi. Chunonchi, g'ildirak bilan vintlarni, shuningdek g'ildirak, vint va bloklarni ilashtirishni tasvirlar ekan, ayni paytda ularni grafik tasvirlarda ko'rsatadi. Bular yig'ma chizmalar bo'lib, kinematik sxemalarni eslatadi.

Bunday chizmalarni Abu Rayhon Beruniy, Al–Xorazmiy, Ali Qushchi kabi allomalarning ishlarida ham ko'plab uchratish mumkin. Odamlarning ishlab chiqarish faoliyatining rivojlana borishi ular oldiga buyumlarni tekislikka aniq tasvirlash va tasvir asosida buyum o'lchamlarini aniqlash bilan bog'liq bo'lgan tasvirlash vazifasini qo'ya boshladi.

XVIII asr oxirida frantsuz olimi Gaspar Monj o'zidan oldin yashab o'tgan olimlarning ilmiy asarlarini o'rganib chizmachilik fanini nazariy asosi hisoblangan «Tasviriy geometriya» («Chizma geometriya») kitobini yozdi. Bu kitob 1798 yilda nashrdan chiqib, tez orada butun Evropaga yoyildi va texnikada keng tadbiiq qilina boshlandi. G.Monj o'zaro perpendikulyar bo'lgan ikki tekislikka to'g'ri burchak ostida (ortogonal) proyeksiyalashning asoschisi hisoblanib, bu usul hozirgacha «Monj usuli» deb yuritiladi. Amalda foydalaniladigan va o'lchash bilan bog'liq bo'lgan proyeksion, mashinasozlik va arxitektura–qurilish va boshqa barcha chizmalar Monj usulida bajariladi.

Respublikamizda oddiy uy–rovzg'or buyumlaridan tortib to ulkan samalyotlarni ishlab ,. chiqarish va qurilish ishlarini bajarishda Monj usuli asosida standart bo'yichatayyorlangan chizmalar dan foydalanadilar. Masalan, Toshkent aviasozlik zavodida ishlab chiqarilayotgan IL–76M rusumli transport samolyotni` yig'ishda, yuzlab malakali ishchi va injener–texnik xodimlar bir nechta mamlakatda standart chizmalar asosida tayyorlangan ikki mingga yaqin detal va uzellardan foydalanadilar. Yoki Respublikamizda qad roslayotgan murakkab konstruksiyali ko'p qavatli muhtaShakl binolar ham arxitektura–qurilish chizmalari asosida qurilmoqda.

Respublikamizda tasvirlarni o'rganish «Chizmachilik» va «Chizma geometriya»nomlar bilan 1931 yildan boshlab maktab va oliy o'quv yurtlarida o'qitila boshlandi. Bu soha bo'yicha elikka yaqin fan doktori va fan nomzodlari etishib chiqdi. Bu fanlarni rivojlantirish hamda o'qitish va uni takomiilashtirishda o'zbek pedagog olimlardanR.Xoruno`, YU.Qirg'izboev, e.Sobito`, I.Rahmono`, S.Murodov, A.Akbarov, J.Yodgorov, L.Hakirno`, A.Ismatullaev, P.Odilo` va metodist olimlardan A.Umronxo`jaev, E.Rovziev kabilarning

hissalari katta boldi. Chizmachilikni har kim bilishi kerak. Chizmalar har qanday ixtisosdagi kishilarning doimiy yoʻldoshidir. Ular texnikadagina emas, balki boshqa sohalarda ham qoʻl keladi. Chizmalarga qarab turar joy binolari, toʻgʻonlar, elektr stantsiyadari, shaxtalar, shosse va temir yoʻllar quriladi. Bunday chizmalar injenerlik qurilish chizmalari deb ataladi.

Chizmalarga qarab poyafzal tayyorlanadi, kiyimlar tikiladi, mebellar yasaladi, shahar va qishloq posyolkalari planlashtiriladi va koʻkalamzorlashtiriladi. Vrachlarga chizmalar murakkab meditsina texnikasini oʻrganishda yordamga keladi. Uchuvchi va dengizchilar kema yoʻlini aniqlashda chizmalardan foydalanadilar. Chizma maktab oʻquvchilariga fizika, matematika va geografyani oʻtishda kerak boʻladi. Shu sababli, savodli kishi boʻlib etishish, oʻz mehnati bilan Vatanga foyda etkazish uchun chizmachilikni qunt bilan oʻrganish kerak.

Chizmachilik va texnika. Inson maktabda, uyda va koʻchada turli asbob va mashinalar qurshovida yashaydi. Bizning zavod va fabrikalarimizda har kuni koʻplab stanoklar, elektrovozlar, samolyotlar, maishiy mashinalar, masalan, Muzkatgichlar, chang yutgich va boshqalar ishlab chiqariladi. Chizmasiz bu mashinalarni yaratish ham, ishlab chiqarish ham mumkin emas. Chizmalar injenerning oʻy fikrlarini ishchiga etkazadi. Chizmalarga qarab mashinalarning ayrim qismlari yasaladi, tayyor detallardan murakkab qurilmalar yigʻiladi. Shu sababli, chizmani "texnika tili" deb ataydilar.

Texnikani egallash uchun, yuqori malakali ishchi, qishloq Xoʻjalik mexanizatori yoki injener boʻlib etishish uchun chizmalar tayyorlashni, ya'ni chizmalar chizishni bilish va ularni tushunish, yoki chizmachilik tili bilan aytganda, chizmalarni oʻqiy olish kerak. Ishchi Chizmani oʻqir ekan, konstruktor oʻylab chiqargan narsani koʻz oldiga keltiradi. Chizmalar zavodlardan zavodlarga, bir mamlakatdan ikkinchi mamlakatga yuborib turiladi. Chizmani oʻqishni bilgan har qanday ixtisosdagi kishi chizmani tushunadi va unga qarab eng murakkab mashinaning tuzilishini ham bilib oladi. Faqat injenerlargina emas, balki har bir ishchi ham chizmachilikni bilishi kerak.

Yuqorida keltirilgan maʼlumotlardan kelib chiqib chizmachilikning barcha turlari asosi hisoblangan geometrik chizmachilik ham mavjud. Geometrik chizmachilik barcha yasash usullarini oʻz ichiga olgan boʻlib, narsa va har xil egri chiziqlar majmuasining chizmasi bitta proyeksiyada bajariladi. Standartlashtirish texnika taraqqiyotini tezlashtirishda muhim ahamiyatga egadir. Standartlar texnik hujjatlar boʻlib, ular buyumlarning oʻlcham, shakl, ogʻirlik, material va boshqa sifatlarini koʻrsatadi.

Chizma standartlari qonun kuchiga ega. Chizmalarni standartlashtirish bilan chizmalarni chizishda xilma-xillikka barham beriladi. Natijada chizmalarni taxt qilishda bir xillikka erishiladi, chizmalar qayerda, qachon va kim tomonidan chizilganidan qatʼi nazar, toʻgʻri tushunilishi taʼminlanadi

ADABIYOTLAR:

1. Qirgʻizboyev Y. va b. Mashinasozlik chizmachiligi kursi "Oʻqituvchi" T., 1974.
2. Mogilniy I.M., Texnika chizmachiligi. "Oʻqituvchi", T.,1965.
3. Yodgorov J.Y., Narzullayev A.X. Mashinasozlik chizmachiligi, BuxDU, Buxoro, 2006.
4. www.ZiyoNet.uz

**БЛАГОРОДНОМЕТАЛЬНЫЕ МЕСТОРОЖДЕНИЯ ЦЕНТРАЛЬНОЙ ЧАСТИ ГОР
БУКАНТАУ И КРИТЕРИИ ИХ ОЦЕНКИ (ГЕОЛОГИЧЕСКИЕ СТРОЕНИЯ И РУДОНОСНОСТЬ)**

Тангиров А.И
Ишбобаев Т.Б
Азмиддинов Д.Х

*Ташкентский государственный технический университет
Университет геологических наук*

Abstract: *Prospects of frames of Paleozoic heights of mountains Southern Bukantau far are not settled the tendency of primary development of a zone gipergeren on the areas of the truncated capacity of mesozoic covers and in rather small depths from a day surface (to 100-120). Proceeding from possibility of presence of again enriched zones on depths above a cementation zone, the basic concentration of gold in this region are possible on depths from above 50-70 (to 120) m from a surface of breeds of the Paleozoic base.*

Аннотация: *Перспективы обрамлений палеозойских возвышенностей гор Южного Букантау далеко не исчерпаны. Установлена тенденция преимущественного развития зоны гипергенеза на площадях усеченной мощности мезозойских покровов и в относительно небольших глубинах от дневной поверхности (до 100-120 м). Исходя из возможности наличия вторично обогащенных зон на глубинах выше зоны цементации, основные вторичные концентрации золота в этом регионе возможны на глубинах свыше 50-70 (до 120) м от поверхности пород палеозойского фундамента.*

Аннотация: *Жанубий Букантаудаги палеозой тоғлиқ кўтарилмалари истиқболлари ҳали тугалланмаган. Гипергенез зоналарининг ривожланишга мойиллиги мезозойнинг қисқарган қалинликли қоплама ётқизиқлари тарқалган майдонларда ер юзидан унча чуқур бўлмаган (100-120 м гача) жойларда хошлиги аниқланди. Цементация зонаси устларида иккиламчи бойиш зоналари мавжудлигига асосланиб, ушбу худудда олтиннинг иккиламчи концентрациялари палеозой ётқизиқларининг юзасидан 50-70 (120 м гача) дан зиёдроқ чуқурликда кутилиши мумкин.*

Букантауский горнорудный район – второй по значимости после Тамдытауского в Центральных Кызылкумах по наличию промышленных рудных месторождений и в первую очередь, благороднометалльных.

Металлогенический облик Кызылкумской провинции определяется развитием и зачастую пространственным совмещением наряду с золоторудной, урановой и комплекса редкометалльных минерализаций.

Золотоносность кызылкумской золоторудной провинции связана с полигенными среднеглубинными месторождениями золото-кварцевого (Мурунтау, Мютенбай,

Чармитан, Гужумсай, Каракутан, Ялокап и др.), золото-сульфидно-кварцевого (Марджанбулак, Сармич и др.), золото-сульфидного (Кокпатас, Даугызтау, Амантайтау, Биран и др.) и золото-серебряного (Косманачи, Окжетпес, Высоковольное) типов.

Выявляется и общность в позициях объектов в сводных стратиграфических разрезах регионов выражающиеся в пестроте слагающих литологических комплексов, присутствие стратиграфических несогласий, зачастую выраженных тектонически, присутствие в верхах колонки карбонатных толщ. Всем им присуще присутствие комплекса сопутствующих элементов из числа редкометалльных (рис. 1).

Отличительной особенностью провинции является и своеобразие геологической позиции – её промежуточное положение между двумя жесткими массивами, неоднородностью строения верхней коры, где развиты многопокровные шарьяжные сооружения, структурный облик которых во многом предопределен процессами скупивания, а также длительностью и многоэтапностью геодинамических и сопутствующих процессов включая и рудообразование. [2]

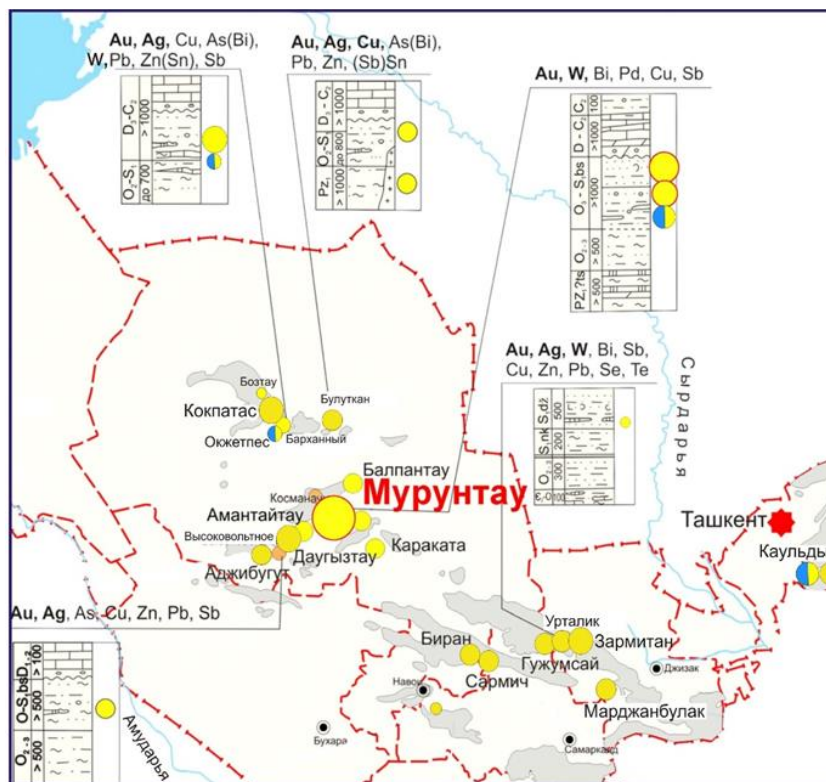


Рисунок - 1. Редкометалльная минерализация и ее проявление в ведущих золоторудных объектах центральных Кызылкумов

Все это может свидетельствовать о значительных не раскрытых перспективах Центрально-Кызылкумской золотоносной провинции, не только на золото, но и на ряд благородных и редкометалльных видов полезных ископаемых. Горы Букантау и ее рудная поля здесь не исключение.

В результате геологоразведочных работ осуществленных во второй половине прошлого столетия здесь создана значительная ресурсная база окисленных и первичных золото-сульфидных руд в месторождениях центральной части гор

Букантау – в пределах Кокпатасского рудного поля послуживших сырьевой базой ГМЗ-3 НГМК. Оценка осуществлялась до глубин в среднем до 80-120 м от поверхности. Продолжаются широкомасштабные геологоразведочные работы в пределах Бозтауского и Окжетпесского рудных полей и прилегающих площадей. Здесь в последние годы начаты разведочные работы на глубоких горизонтах (до 350м) отдельных месторождений.

Бозтауская, Кокпатасская и Окжетпесская рудные поля представляют собой антиформы прослеживающиеся цепочкой в центральной части гор Букантау. Строение названных структур схожее между собой. В ядре обнажается карбонатная формация девона-карбона СВК Окжетпес. Крылья слагает вулканогенно-терригенная формация СВК Карашахо. Названные образования, находятся в автохтонном залегании и выходят на дневную поверхность из под кремнисто-карбонатно-терригенной формации СВК Кокпатас. Последний надвинут на два первых. В пределах ядер антиформных структур интенсивное развитие имеют дайковые образования. Описанные структуры вытянуты в запад-северо-западном направлении и трассируют зону развития Кокпатасского глубинного разлома. Выделяя здесь Бозтау-Кокпатас-Окжетпесскую антиформу подчеркнем, что она вмещает наиболее крупные месторождения золота и серебра региона. Структурный облик этой диагональной зоны и прилегающих площадей характеризуется ее приуроченностью к зоне крупного надвига отложений кокпатасской (O_{1-2}) свиты на карбонатные отложения девона и карбона, обнажающихся в ядре антиформ. В плане это - полоса метатерригенных и кремнистых интенсивно перемятых пород [3]. В ее составе выделяются сильно ожелезненные и окварцованные разности представленные аргиллитами, алевролитами и песчаниками. Зона надвига осложнена многочисленными разломами, имеет в плане неровную, извилистую форму, часто скрытой под наносами и осложненной многочисленными разрывными нарушениями продольной и ортогональной ориентировки, в связи, с чем отмечаются довольно крутые углы падения колеблющиеся от 50° до 80° .

Основные элементы складок и ее параметры определяются по элементам залегания пород, реже фиксируются на местности по замковым и ядерным частям структур, определяемых по положению интенсивно раскливажированных песчаников, реже пород кварцево-кремнистого состава. Погружение шарниров в СЗ направлении под достаточно пологими углами 10° - 30° .

Золоторудные месторождения и проявления Букантау относятся к четырем формациям: золото-сульфидной прожилково-вкрапленных руд, золото-(сульфидно)-кварцевой, золото-серебряной и золото-скарновой. Месторождения золото-(сульфидно)-кварцевой формации могут быть разделены на две подформации: малосульфидных жильно-прожилковых зон и штокверков и убогосульфидных жил, линейных прожилковых зон и брекчий.

Все месторождения и проявления золота гор Букантау размещаются в пределах протяженных внутриблоковых зон смятия и дробления, обычно субогласных с вмещающими толщами. Эти зоны, таким образом, играют роль рудоконтролирующих структур и могут быть сопоставимы с рудоподводящими разломами. Кроме смятия и дробления, для зон характерны мелкие штоки и дайки формации малых тел пестрого состава, образующие часто пояса и пучки, иногда отмечается повышенное количество кварцевых жил и прожилков.

Роль рудоконтролирующих структур играют поперечные и диагональные разрывы и зоны разрывов разного порядка: от мелких, влияющих на локализацию рудных тел и столбов на месторождениях до региональных трансблоковых, вблизи и на пересечении которых с продольными зонами локализуются рудные поля (рис.2).

В размещении золоторудных объектов проявляются следующие закономерности:

- Пространственная приуроченность большинства месторождений к периферийным частям карбонатного ядра брахиоподнятий Бозтау, Кокпатас и Окжетпес.

- Тенденция тяготения оруденения к зоне тектонически ослабленного контакта мощных карбонатных толщ с перекрывающими их образованиями СВК Карашахо. Это обуславливается, видимо свойствами перекрывающих пород как экрана.

- Заметное усиление экранирующей роли перекрывающих терригенных отложений влиянием надвиговых структур. При этом в местах приближения зоны надвига к межформационному контакту интенсивность золотого оруденения возрастает.

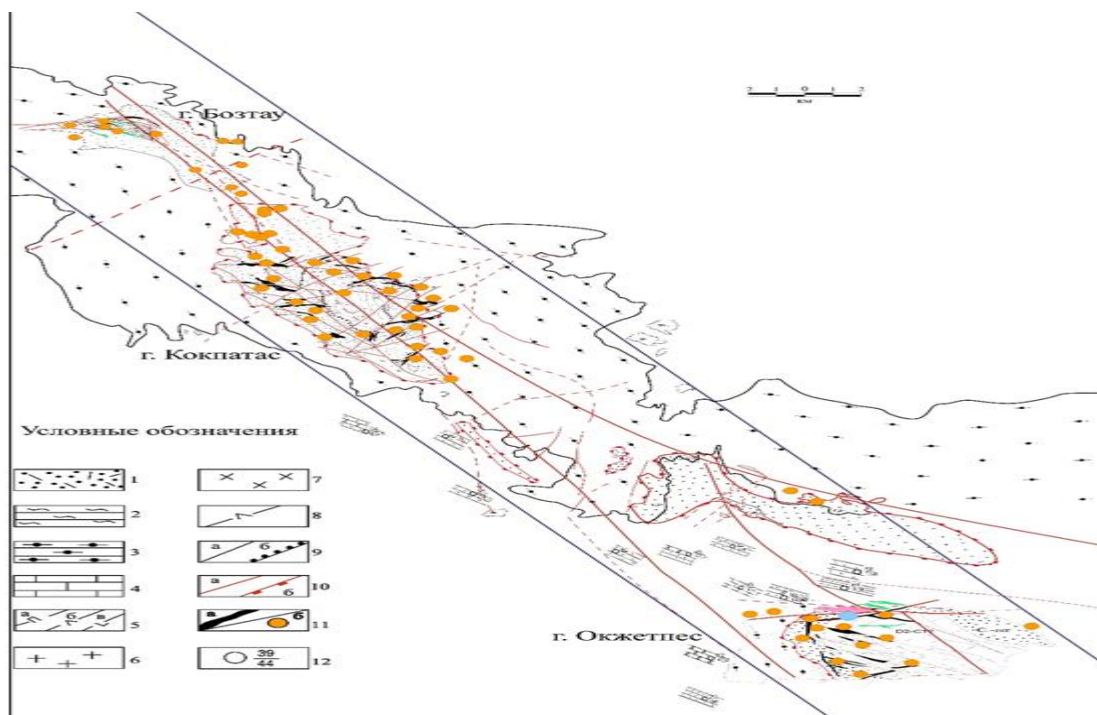


Рисунок 2. Схема структуры и рудоносности центральной части гор Букантау

1- карашахская свита (C_2): песчаники, алевролиты, сланцы, туфоалевролиты, туфобрекчии; 2- кокпатасская свита (R_{2-3}): микрокварциты, известняки, доломиты, сланцы, алевролиты, песчаники; 3 - кокпатасская свита (R_{2-3}): кремнистые породы; 4 - джускудукская свита (C_1): известняки; 5 - саутбайский габбро-сиенит-граносиенитовый комплекс (P_1): спессартиты (а), диоритовые порфириды (б), керсантиты и вогезиты (в). кокпатасский кварцево-диорит-гранитовый комплекс (C_2): 6 - кварцевые порфиры; 7 - гранодиориты, адамеллиты; 8 - букантауский гипербазит-габбро-плагиогранитовый комплекс (C_2): базиты, гипербазиты; 9 - границы стратиграфических подразделений: а) согласные, б) несогласные; 10 - разломы (а), надвиги (б); 11 - рудные тела (а) и рудные участки (б): 12 - скважины и их номера;

№№ позиций	Геолого-структурные позиции месторождений и рудопроявлений	Примеры объектов
I	Зона пересечений разломов в сводовой части антиклинали	Приконтактный, Южный, Северное-1, 2, Коскум, Кушбан, Северо-восточный, Жускудук.
II	Клиновидные структуры	Серебряный, Рудная зона-8,12.
		Западный-1,2, Сульфидный, Бозтау-1, 2, Жульбет, Боздала, Водараздельный, Рудная зона-3,5,7, Ореольный-2, 5,
III	Поднадвиговые позиции осложненные разломами	Карашохо, Дайковый, Телькетау, Сайиний, Бахтли, Каратаг, Восточный, Кварцевое, Терансай, Централный, Придорожный, Булуткан, Кизылкашар.
IV	Зоны сопряжений и пересечений разломов среди монотонных терригенных отложений	Антимонитовый
		Барханный, Рудная зона 4, Рудная зона 6
V	Зона искривления (изгиб) разломов	Окжетпес, Джелсай, Джелсай-2, Бозтау, Каскыртау, Каскыртау-2, Сардор, Рудная зона 2, 7, 9.



Рис. 3. Геолого-структурные позиции месторождений и рудопроявлений центральной части гор Букантау

центральной части гор Букантау

1-карашахская свита (C_2): песчаники, алевролиты, сланцы, туфоалевролиты, туфобрекчии; 2-джускудукская свита (C_1): известняки; 2-кокпатасская свита (R_{2-3}): кремнистые породы; 4- надвиги; 5-разломы; 6-рудные участки.

Многочисленны разрывные нарушения, разбивающие региональную структуру района на серию различных по размерам и форме тектонических блоков. В ядре и приадресной частях антиформ развиты мелкие разрывные нарушения, характеризующиеся зонами дробления, метасоматического и жильно-прожилкового окварцевания, доломитизации и сульфидизации, часто несущие золоторудную минерализацию.

Мощность подобных структур от 5-10 м до 25-30 м.

Система продольных с зоной региональной Бозтау-Кокпатас-Окжетпесского направления разрывных нарушений является одной из наиболее распространенных. Внутреннее строение структур характеризуется разной степенью дробления, рассланцевания, иногда сопровождается кварцево-жильным прожилкованием.

Разломы северо-западного направления отмечаются фрагментарно, мощность этой системы не превышает 3-4м. Внутреннее строение характеризуется повышенной степенью катаклаза, в виде брекчированных разностей, иногда до милонитов, часто сцементированных карбонатным или кварцевым цементом.

Рудная минерализация пространственно связана:

- с основным структурным элементом площади – зоной надвига (Бозтау, Карашахо, Восточное, Южный, Окжетпес и мн.др.);
- со структурами генерального северо-западного ($290-310^0$) направления, зонами их влияния – более 35% месторождений и рудопроявлений.
- с зонами разломов северо-восточного ($70-80^0$) простирания или клиньев, которые они образуют со структурами субмеридионального и диагонального СЗ простираний.

При этом локальными структурными факторами локализации золотого оруденения являются:

1. Зона пересечений разломов в сводовой части антиклинали (рис.3. Позиция-I)
2. Клиновидные структуры (рис.3. Позиция-II)
3. Поднадвиговые позиции, осложненные разломами (рис.3. Позиция-III)
4. Зоны сопряжений и пересечений разломов среди монотонных терригенных отложений (рис.3. Позиция-IV)
5. Зона искривления (изгиб) разломов (рис.3. Позиция-V).

Изучение фондовых материалов по результатам геолого-разведочных работ (глубинные поиски, разведка, доразведка, эксплуатационная разведка) и выборочные полевые наблюдения авторов позволяют высказать заключение о недооцененности глубоких горизонтов ряда эксплуатируемых месторождений центральной части гор Букантау, где в силу различных факторов оценка и генеральный подсчет запасов осуществлены до глубин 80-120 м. В результате, вне поля зрения остались данные десятков скважин, вскрывших промышленные

содержания золота на более глубоких горизонтах (200-250м местами до 350м). По большинству из которых глубины развития рудной минерализации не оконтурены.

Все вышеизложенное дает основание подчеркнуть, что ресурсный потенциал глубоких горизонтов и флангов золоторудных месторождений Кокпатасского рудного поля и в целом Центральной части гор Букантау далеко не исчерпаны и требуют дальнейших исследований.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Ежков Ю.Б., Рахимов Р.Р. Модель геохимического районирования золоторудной провинции Букантау (Кызылкум, Узбекистан) // Отечественная геология / 2/2011. - С.40-48.
2. Рудные месторождения Узбекистана. – Ташкент: ГИДРОИНГЕО, 2011. – 611 с.
3. Турамуратов И.Б., Пирназаров М.М. Некоторые особенности минерально-сырьевой базы золота континентов, отдельных государств мира Республики Узбекистан – Ташкент, 2007. - С. 19-23.
4. Исаходжаев Б.А., Тангиров А.И., Урунов Б.Н. Бозтау-Кокпатас - Окжетпесский тренд // Научно-практический журнал Геология и минеральные ресурсы - Ташкент 2013 №6 С. 23-30.
5. Турамуратов И.Б., Исаходжаев Б.А. Центрально-Кызылкумская золотоносная провинция. Доклады геологов стран центральной Азии. Международный геологический конгресс – МГК-33. Осло-2008. Норвегия, С. 219-230.

**BAHOR JODUGAR YONG`OG`I (HAMAMELIS VIRGINIANA) NING DORIVORLIK
XUSUSIYATLARI**

Omanova Iroda Zoir qizi

*Jizzax viloyati Jizzax davlat pedagogika universiteti tabiiy fanlar fakulteti Biologiya
o`qitish metodikasi 4- kurs talabasi.*

Matmurodova Gulnoza Bahtiyorovna

*Jizzax viloyati Jizzax davlat pedagogika universiteti tabiiy fanlar fakulteti Biologiya
o`qitish metodikasi o`qituvchi.*

Annotatsiya: *Ushbu maqolada Respublikada dorivor o`simliklarni muhofaza qilish, dorivor o`simliklar yetishtiriladigan plantatsiyalar tashkil etish va ularni qayta ishlash, Bahor jodugar yong`og`ining xalq tabobatida keng qo`llanilishi to`g`risida fikir yuritiladi. Shu bilan birga Bahor jodugar yong`og`ining biologik xossalari, tabiatda uchrashi, dorivorlik xususiyati hamda bahor jodugar yong`og`ining inson hayotidagi ahamiyati haqida ko`rsatib o`tilgan.*

Kalit so`zlar: *jodugar yong`og`i, bahor, organik kislotalar, dorivor, tabiat, tarkibi, gullari, barglar yog`i, inson ahamiyati.*

KIRISH

Respublikamizda so`ngi yillarda dorivor o`simliklar yetishtiriladigan plantatsiyalar tashkil etish va ularni qayta ishlash borasida izchil islohatlar amalga oshirilmoqda. Dorivor o`simliklarning juda ham ko`p turlari mavjud bo`lib bulardan 112 ta turi ilmiy tibbiyotda foydalanish uchun ro`yxatga olingan. Ushbu dorivor o`simliklarimiz orasida juda ko`plari farmatsevtikada qo`llanilib kelinmoqda. Shu jumladan Bahor jodugar yong`og`i ham shu turlar qatoriga kiradi. Bahor jodugar yong`og`ining gullar va barglari, shu jumladan, jodugar fasulyatori ko`p foydali narsalarga ega, shuning uchun o`simlik ekstrakti haqiqiy dori hisoblanadi. Ko`pincha o`simlik "jodugar hazil" deb nomlanadi. Kosmetologiya va tibbiyotda foydalaniladigan mablag`larni yaratish uchun xomashyo sifatida juda mashhur.

Jodugar yong`og`i ekstraktining xususiyatlari O`simliklar taninlar, kislotalar, glyukoza, taninlar va flavonoidlar bilan to`yingan - bularning barchasi bakteritsid va biriktiruvchi ta`sir ko`rsatadi. Bundan tashqari antiseptik va yallig`lanishga qarshi ta`siri ham mavjud. Tarkibdagi elementlar tomirlarni mustahkamlashga, terini tonishga, shishishni kamaytirishga va yiringli bezlarning sekretsiasini kamaytirishga yordam beradi. Ushbu o`simlikning ekstrakti shuningdek, yallig`lanish, kuyishlar, hasharotlar chaqishi va turli xil teri muammolariga qarshi kurashda samarali hisoblanadi. Rejeneratorlik va antioksidant xususiyatlar tufayli, ko`pincha etuk epidermiyaga g'amxo'rlik qilish uchun ishlatiladi.

Teri uchun kosmetologiyada jodugar yong`og`i ekstraktidan foydalanish Zavodda teriga ijobiy ta`sir ko`rsatadigan ko`plab foydali narsalar mavjud:

1. Tozalash. Ekstrakti teshiklarni pasaytiradi, yangilaydi, shuningdek, sebum sekretiyanini yaxshi boshqaradi. Samarali jarrohlik bilan kurashadi.

2. Anti-aging. Jodugar hazelasini o'z ichiga olgan dorilar, epidermisni namlaydi va yumshatadi, tozalashni bartaraf qiladi. Mikroto'lqinni rag'batlantirish, rangni yaxshilash.

3. Yallig'lanishga qarshi. Ekstrakti kuchli antifungal va antibakterial xususiyatlarga ega. Bu har qanday yallig'lanish jarayonida eng foydali hisoblanadi va nafaqat akne, xo'ppoz, dermatit uchun ajralmasdir.

4. Shifolash. Zavod kuchli antioksidant xususiyatlarga ega bo'lib, u terini ultrabinafsha nurlar ta'siridan himoya qiladi, termik kuyishdan keyin uni tinchitadi, yoriqlar qattiqlashishini rag'batlantiradi.

5. Sog'lomlashtirish. Shishganlikdan qutulish, tomirlarni mustahkamlash uchun tanadan ortiqcha suyuqlikning chiqishi faollashadi.

Bu o'simlikning ekstrakti ishlatilgan ko'pgina retseptlar mavjud. Eng mashhur suyuqlik bilan kurashish uchun vositadir.

Akne qarshi jodugar jigar yog'i ekstrakti bilan retsept murakkab

Tarkibi

☒toza suv - 50 ml;

☒gel aloe vera - 5 ml;

☒Seynt Jonning suti ekstrakti - 5 ml;

☒Stevia ekstrakti - 5 ml;

☒buzadigan amallar xissasi - 5 ml;

☒hamamelis ekstrakti - 5 ml;

☒furatsilin - 10 ml;

☒pantenol - 5 ml.

Tayyorlash va ulardan foydalanish. Barcha komponentlar xona haroratida bo'lishi kerak. Ular yaxshilab aralashtiriladi. Natijada qalin massa. Muammoli joy yaxshi yuviladi, undan keyin dori qo'llaniladi va yarim soatga qoldiriladi. U yuviladi. Jarayon ikki kun ichida o'tkaziladi. Agar siz teringizni parvarish qilishning tabiiy usulini izlayotgan bo'lsangiz, jodugar yong'og'idan terini parvarish qilish tartibida foydalaning. Jodugar yong'og'i birlashtiruvchi va antibakterial xususiyatlarga ega va shuning uchun tirnash xususiyati va yallig'langan terini tinchlantirish mumkin. Jodugar tonerini yuzingizga seping yoki jodugari bilan dog'laringizni va dog'laringizni tozalang. Jodugarni aloe vera gel bilan aralashiring va aralashmani quyoshda kuygan teriga yoying. Hatto yuzingizni niqob sifatida va soqoldan keyin ishlatish uchun jodugar va o't aralashmasini o'zingiz tayyorlashingiz mumkin. Eng ko'p ko'rilgan jodugarrang yovvoyi topaklar Amerika qit'asida va Sharqiy Osiyoda topilgan. Bu erda ular uzoq vaqtdan buyon bog 'va bog'larda muvaffaqiyatli o'stirishgan. Buni Kavkazning ba'zi joylarida ko'rishingiz mumkin. Odamlar jodugar jigariga sehrli yong'oq, jodugar yong'oq, jodugar fig'oni nomlanadi. Bu taxalluslarning barchasi yong'oqqa (findiq) tashqi ko'rinishga qarab o'simliklarga berildi va o'simliklar gullash davrlari uchun juda noan'anaviy edi.

JODUGAR GULLARI SHUNGA O'XSHASH:

1. Butaning toji juda keng tarqalgan. 5-6 m balandlikda, 5-5,5 m kengligida bo'ladi.
2. Uzun bo'yli (10 mm gacha), sariq rangda. Jodugar rangli rangning ayrim navlari boshqacha.
3. To'q qizil rangdagi gullar.

Bir dorivor xom ashyo sifatida o'simlikning bargi va qobig'i ishlatilgan. Barglar kuzda to'planadi va xonada gazetaga nozik bir qatlam yoyilib quritiladi. Qushqochma bahordagi filialdan kesiladi va quyoshda yoki 50 ° da pishiriladi. Jodugar yong'og'i antibakterial, yallig'lanishga qarshi va bog'lovchi ta'sirga ega. Teri ostidagi bo'shliqlarni pasaytiradi, yallig'lanishni pasaytiradi, tomir devorlarini kuchaytiradi. Shuning uchun u odatda varikoz tomirlari, gemorroy va yuz kremlari uchun vosita sifatida ishlatiladi. Bundan tashqari, jodugar jingalasi terida yaralarni va kuyishlarni davolaydi, qon ketishini to'xtatadi va ichak xiralashuvini bartaraf etadi. Ushbu o'simlik jinsiy sistemaning yallig'lanishini, buyrak kasalligini va qo'shma yallig'lanishni davolash uchun ishlatiladi.

Jodugar yong'og'i barglari yog'i.

Ezilgan barglar 10 g oling va qaynoq suv 200 ml quyung, 5 daqiqa davomida qaynatiladi. va salqin. Loson sifatida foydalaning - bu terining holatini yaxshilashga yordam beradi, dag'allarga, oqsillarga yaxshi ta'sir ko'rsatadi. Agar siz paxta yog'ini bu bulonda nemlendirip, qorin bo'shlig'iga qo'yib yuborsangiz (kuniga 3 marta, bu juda tez o'tishi tavsiya etiladi), shuningdek, bu ichakning shikastlanishi uchun kuniga 3 marta 50 ml ichimlik ichishi mumkin.

Qo'rg'oshin jodugar qobig'i.

20 g ezilgan jodugar qobig'i, 200 ml qaynoq suv quyib, 15 daqiqa davomida qaynatiladi. Keyin salqin va suyuqlik. Ürogenital tizimi yallig'lanish kasalliklari, oshqozon-ichak tizimi yallig'lanishi, qon ketishida 50 ml dan foydalaning. Bundan tashqari, buyrak kasalliklari davrida qorin va burun qilish vositasi sifatida ishlatilishi mumkin. Varikoz tomirlarini va hemoroidlarni davolash uchun, afsona xushbo'yli terapiya bilan dorixona malhamlari. Ammo o'simlikning qobig'i kukunga singib ketgan, terida kuygan kukuncha va bolalarda bezi bezgagi kabi ishlatiladi.

Xulosa qilib aytganda hozirgi dorivor o'simligimiz ya'ni bahor jodugar yong'og'i foydali bo'lib undan me'yorida foydalanilganda inson arganizmi uchun zararli ta'sirlari bo'lmaydi aksincha hozirgikunda biz juda ko'p istemol qiladigan, sanoatlarda ishlab chiqarilayotgan kimyoviy dori vositalarining inson arganizmi uchun bir muncha foydali va bir muncha zararli ta'sirlarga ham egadir. Shu sababli men bugungi yozgan maqolamda dorivor o'simliklardan biri bo'lgan Bahor jodugar yong'og'ini tanladim. Bu maqola matnini yozishda men Bahor jodugar yong'og'i haqida juda ko'plab qiziqarli ma'lumotlarga ega bo'ldim. Xususan jodugar yong'ogining tuzilishi, biologik xossalari, tarqalishi, dorivor xususiyatlari, hamda inson hayotidagi ahamiyatining o'ziga xosligini bilib olldim. Jodugar yong'og'i (Hamamelis virginiana), masalan, hemoroid, anus yoki og'izdagi shilliq qavatning yallig'lanishi va diareya uchun ishlatiladi. Jodugar yong'og'i barglari va po'stlog'i

an'anaviy o'simlik dori-darmonlariga kiradi. Ular I va II darajali gemorroy alomatlarini yengillashtirish uchun tasdiqlangan, bu alomatlar yonish, qichishish va anus atrofida yengil qon ketishni o'z ichiga oladi. Bundan tashqari, jodugar ichakdan chiqadigan joydagi shilliq qavatning yallig'lanishi, yengil terining shikastlanishi va terining yallig'lanishi (shu jumladan neyrodermatit), og'iz va ko'z sohasidagi shilliq qavatning yallig'lanishi uchun ishlatilishi mumkin. , shuningdek varikoz tomirlari (og'ir, og'riqli oyoqlar kabi). Jodugar yong'og'i qobig'i diareyani qisqa muddatli davolash uchun ham ishlatilishi mumkin. Jodugar yong'og'i suvi - barglar va po'stlog'dan tayyorlangan distillat - ko'karishlar, terining tirnash xususiyati, quyosh yonishi va hasharotlar chaqishini tashqi davolash uchun ham tavsiya etiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. "Diyetologiya" B.Saidov.
- 2.Mymedic uz sayti.
- 3.M.A.Jo`rayeva, Dorivor o`simliklar atlası (o`quv qo`llanma) Toshkent., Noshir nashiriyoti – 2019.

ALOE O'SIMLIGINING DORIVORLIK XUSUSIYATI VA UN DAN XALQ TABOBATIDA FOYDALANISH

Norqo'ziyeva Sarvinoz Botir qizi

jizzax davlat pedagogika universiteti talabasi

Annotatsiya: *Respublikada so'nggi yillarda dorivor o'simliklarni muhofaza qilish, tabiiy resurslardan oqilona foydalanish, dorivor o'simliklar yetishtiriladigan plantatsiyalar tashkil etish va ularni qayta ishlash ishlari keng ko'lamda olib borilepti. Shunday dorivor o'simliklardan biri aloe, u nafaqat dorivor o'simlik, balki ishtaha ochuvchi o'simlik ekanligi, bosh og'rig'i hamda tuberkulyozda ham o'simlik ekstraktlari foyda berishi aniqlangan.*

Kalit so'zlar: *Aloe, organik, kislota, flavonoid, foliy, glikoprotein, karotin, antibiotik, shifobaxsh, aloe, vera.*

Respublikada yaqin vaqtlar ichida dorivor o'simliklarni muhofaza qilish ularni ko'paytirish, ko'paytirish uchun plantatsiyalar tashkil etish, dorivor o'simliklar resurlaridan oqilona foydalanish, dorivor o'simliklardan tibbiyotda va xalq tabobatida foydalanishni yo'lga qo'yish sohasida ishlar amalga oshirilmoqda.

Mahalliy flora ga mansub 4,3 mingdan ortiq o'simliklarning 700 ta turi dorivor hisoblanib, ulardan 112 ta turi ilmiy tabobatda foydalanish uchun ro'yxatga olingan. Aloe o'simligi ham shu turlar qatoriga kiradi.

Aloe — Loladoshlar (*Liliaceae*) oilasiga mansub doim yashil, ko'p yillik o'tlar (ba'zan daraxtlar) turkumi. Tropik va subtropik mintaqalarda o'sadi. Qariyb 180 turi ma'lum. Aloe turlari gultuvakda ham o'stiriladi; ularning bargi semiz, sersuv, qalin va tikanli. Asli vatani Afrika. Bir necha asrlar oldin yurtimizga kirib kelgan. Hozirgi kunda vatanimizda aloening turlari ortib bormoqda. Xonadonlarda manzarali va dorivor o'simlik sifatida o'stirilib kelinmoqda.

Aloe o'simligi dorivor o'simlik sifatida xalq tabobatida keng qo'llaniladi. Uning bargi va shirasidan turli kasalliklarni davolashda ishlatiladi. O'simlik barglarida: vitaminlar, shu bilan bir qatorda C, A, E, B guruh vitaminlari (B1, B6, B12), polisaxaridlar, aminokislotalar, efirlar, karotin, glikoprotein, foliy kislotasi, organik kislotalar, mineral, tuzlar, flavonoidlar, Ca, Mg, Zn, K, Cu elementlari mavjud. O'simlik barglaridagi allontoin moddasi biriktiruvchi yallig'lanishga qarshi va mahalliy og'riqsizlantirish ta'siriga ega. Aloe sharbatidan kasalliklarni davolashda foydalanish uzoq o'tmishga borib taqaladi. Qadimda tabiblar va Misr ruhoniylari shifobaxsh ichimliklar tayyorlash jarayonida aloe sharbatidan foydalangan va natijada ko'plab xastalarni kasalliklardan sog'ayishiga olib kelgan. Hozirgi kunda tibbiyotda ham aloening foydalilik xususiyatlari o'rganib chiqilib, undan dori darmonlar tayyorlashda keng foydalanib kelinmoqda. O'simlikning Aloe Vera turida shifobaxshlik xususiyatlari ko'proq bo'lib undan dorivor sifatida foylanish uchun o'simlik kamida 3yoshda bo'lmog'li lozim. Aloening yoshi

qancha katta bo'lsa, dorivorligi shuncha yuqori bo'ladi. Bakteritsid, ya'ni bakteriyalarni nobud qilish xossasiga ega ekani tufayli sharbatidan streptokokk, stafilokokk va turli xil infeksiyalarga qarshi kurashda yaxshi samara beradi. O'simlik to'qimalarni yangilanishini tezlashtirish xususiyatiga ega. Shu sababli turli yiringli yaralarni davolashda, jarohatlarni va nurlanishni davolashda qo'llaniladi. Aloe sharbati tarkibida shunday moddalar mavjudki, difteriya va dizenteriya tayoqchalariga faol ravishda kurashadi. Olimlar o'simlik sharbatidan sil kasalligi va teri kasalliklarni davolashda yaxshi natija beradigan antibiotiklarni ajratib olishdi. Aloe sharbatidan ko'z kasalliklarini, jumladan miopiya, ko'z shishasimon tanasining xiralashishi, konyuktivit, kataraktaning oldini olishda tomchi sifatida foylaniladi. Aloe turli xil kasalliklarni, bosh og'rig'i, qon kasalliklari, nevrozlarni, bronchial astmani davolashda qo'llaniladi. Oshqozon ichak kasalliklarini davolashda aloe sharbatidan keng foydalanilmoqda. Ovqatni hazm bo'lishini yengillashtirishda, ichak peristaltikasini oshirishda, safro ajralishini yaxshilashda va organizmga kuchaytiruvchi ta'sir berishda yaxshi samara beradi.



ALOE TURLARI

Ginekologik kasalliklarda, jumladan bachadon eroziyasini davolashda, turli ginekologik yallig'lanishga qarshi aloe bargi va sharbatidan foydalaniladi. Aloe o'simligi shifobaxsh bo'lishi bilan bir qatorda ishtaha ochuvchi ta'sirga ham ega. Aloe sharbatidan ichimlik ham tayyorlanadi. Bu ichimlik tabiiy antibakterial, ya'ni bakteriyalarga qarshi vosita hisoblanadi. Tomoqni yuvishda va burunga tomizishda foydalaniladi. Tanadan turli xavfli bakteriyalarni chiqarishda yordam beradi. Suyuq moddalar bilan zaharlanganda, toksinlarni tanadan chiqarib yuborishda, oshqozon ichak holatini, metabolizmini, ya'ni moddalar almashinuvini yaxshilashda foydalaniladi. Kosmetika sanoatida aloe barglaridan va sharbatidan qo'l, yuz va tana terisi uchun turli xildagi kremlar va gellar ishlab chiqarilmoqda va o'z natijasini bermoqda.

Xulosa o'rnida aytadigan bo'lsak, bugungi kunda sanoatda ishlab chiqarilayotgan va biz ko'p foydalanib kelayotgan kimyoviy dori moddalari organizm uchun foydali va birmuncha zararli ta'sirlarga ham ega. Tabiiy dorivor o'simliklardan me'yoriga ahamiyat berib foydalanish organizm uchun zararli ta'sirlarni keltirib chiqarmaydi va ta'sir doirasi keng hisoblanadi. Bu o'simliklardan foydalanish iqtisodiy jihatdan ham katta mablag'ni talab qilmaydi. Shu sababdan ham hozirgi kunda dorivor o'simliklarni yetishtirish, ulardan tibbiyotda va xalq tabobatida foydalanishga faol yo'lga qo'yish, noyob doivor o'simliklarni turlarini saqlab qolish va ko'paytirish dolzarb masalalardan hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Акопов И.Е. Важнейшие отечественные лекарственные растения и их применение. Т. Медицина. 1990. 440-с.

2. М.А. Jo'rayeva, Dorivor o'simliklar atlas (o'quv qo'llanma)-Toshkent. Noshir nashriyoti-2019. 5-6bet.

3. Internet. www.google.uz, www.ziyonet.uz

“ENG MASHHUR INTERNET QIDIRUV TIZIMLARI”

Mexmonova Nafisa Karomatovna

Gafurova Nozigul Saloxiddinovna

Buxoro shahar kasb-hunar maktabi

Informatika va axborot texnologiyalari fani o'qituvchilari

Qidiruv tizimi (inglizcha: *search engine*) — kompyuterda, kompyuter tarmog'ida yoki butunjahon web tarmog'ida World Wide Web saqlanayotgan ma'lumotlarni qidirishga mo'ljallangan dasturdir. Internet qidiruv tizimi Information Retrieval systemdan kelib chiqqan. Bu sistema ma'lumotlar bazasi uchun kalit-so'zlar indeksini yaratib, natijada ushbu kalit-so'z qatnashgan qidiruv so'rovnomasiga javob sifatida natijalar ro'yxatini ko'rsatish imkoni paydo bo'ladi. Qidiruv tizimining afzalliklaridan biri bu kerakli ma'lumot yoki axborotni qisqa vaqt ichida komputer xotirasidan topib uni foydalanuvchiga yetkazishdir. **Qidiruv tizimining asosiy vazifalari hamda tarkibiy qismlari quyidagilardir:**

- Indeks yaratish va yangilab turish (hujjatlardagi ma'lumotlar strukturasi)
- Qidiruv so'rovnomalarini bajarish
- Qidiruv natijasini imkon qadar mazmunli, ya'ni tushunarli shaklda ko'rsatish

Qidiruv tizimi kontent va brauzer bilan bir qatorda Internetning asosiy darajalaridan biridir. "Yandex" -qidiruv yoki shunga o'xshash tizimlar ("Google", "Bing", DuckDuckGo va boshqalar) foydalanuvchiga so'rovni shakllantirish orqali World Wide Webda ma'lumot qidirish imkonini beradi.

Qidiruv tizimining vazifasi ushbu so'rov uchun (kalit so'z yoki ibora) barcha hujjatlarni, sahifalarni, videolarni, ya'ni barcha tarkibni topishdir.

Eng yaxshi qidiruv tizimi nima? Google va Yandexdan boshqa muqobil variantlar bormi? Ingliz tilidagi manbalarni yoki, masalan, musiqani skanerlash uchun qaysi Internet qidiruvi ko'proq mos keladi? Aynan shu narsa maqolada muhokama qilinadi.

REYTING: BOZOR YETAKCHILARI

Agar biz butun dunyo haqida gapiradigan bo'lsak, unda "Google" - qidiruv eng mashhur qidiruv tizimidir. Korporatsiya bozorning deyarli 70% ni egallaydi. Reytingda ikkinchi o'rinni Bing egallagan (ulush - 12,26%). Baidu tizimi ikkinchi o'rin uchun kurashmoqda (2015-yil sentabr holatiga ko'ra 6,48%). Vaqti-vaqti bilan ular joylarini almashtiradilar.

Shunday qilib, masalan, 2014 yilda "kuchlar" boshqacha taqsimlandi: birinchi o'rinni Google - qidiruv 68,69% bilan, ikkinchi o'rinni Baidu (17,7%), uchinchi o'rinni bozor kapitallashuvi 6 ga teng bo'lgan Bing egalladi. 22%.

Ammo global ma'lumotlar juda umumlashtirilgan. Eng yaxshi qidiruv tizimi nima?

Misol uchun, Xitoyda aholining juda oz qismi Google-ni skanerlaydi, ularning aksariyati mahalliy Soso tizimidan foydalanadi. Janubiy Koreyada aholining aksariyati

o'zlarining ishlanmalaridan - Naver Internet qidiruv tizimidan foydalanadilar. To'g'ri, so'nggi bir necha oy ichida ushbu tizimda so'rovlar soni tez kamayishni boshladi.

Yaponiya va Tayvanda foydalanuvchilar Yahoo!

Eng yaxshi qidiruv tizimi nima? Rossiyada qidiruv tizimlarining reytingi global reytingga umuman o'xshamaydi. Internetning rus tilida so'zlashuvchi segmentida bozor yetakchisi Yandex bo'lib, undan foydalanuvchilarning 55% dan ortig'i foydalanadi.

Ikkinchi o'rinda 37,6% ball bilan Google. LiveInternet xizmati ma'lumotlariga ko'ra, Butunjahon Internetda rus tilidagi qidiruv so'rovlarining qamrovi quyidagicha taqsimlangan:

1. Universal qidiruv tizimlari: Google (37,6%), Bing (0,3%), Yahoo! (0,1%).
2. Ingliz tilida so'zlashuvchi va xalqaro (masalan, AskJeeves).
3. Rus tilidagi qidiruv tizimlari: Yandex (56,2%), Mail (5,3%), Rambler (0,5%).

DuckDuckGo qidiruv tizimi bilan muqobil qidiruv tizimlari haqida gapirishni boshlashimiz kerak. Bu juda mashhur va keng tarqalgan ochiq kodli tizim. DuckDuckGo serverlari Amerika Qo'shma Shtatlarida joylashgan. Qidiruv natijalari juda keng, chunki tizim nafaqat o'zining algoritmlaridan, balki boshqa ba'zi manbalar natijalaridan, masalan, "Vikipediya", "Bing" qidiruv tizimi va Yahoo!

DuckDuckGo qidiruv tizimi foydalanuvchining shaxsiy ma'lumotlari, maxfiyligi va maxfiylikni maksimal darajada xavfsizligini ta'minlaydi. Tizim foydalanuvchilar haqida hech qanday ma'lumot to'plamaydi, tarixni saqlamaydi va cookie-fayllardan foydalanishni imkon qadar cheklaydi.

DuckDuckGo-dan farqi shundaki, bu tizim boshqa tizimlar kabi qidiruv natijalarini shaxsiylashtirmaydi. Masalan, "Google" yoki "Yandex" da foydalanuvchi faqat o'zining afzalliklariga mos keladigan ma'lumotlarni ko'radi. Ammo DuckDuckGo haqiqiy rasm yaratadi va sizga intruziv o'ziga xos reklamalardan xalos bo'lishga imkon beradi. Qidiruv xizmati chet tillarida ma'lumotni osongina qidiradi, Yandex va Google sukut bo'yicha, so'rov ingliz, nemis yoki boshqa tilda kiritilgan bo'lsa ham, rus tilidagi manbalarga ustunlik beradi.

Tizimda interfeysni sozlashingiz mumkin: ranglar sxemasini, shriftlarni, havolalarni va boshqa parametrlarni bir necha marta bosish orqali o'zgartirishingiz mumkin.

NOTEVIL

Bu anonim Tor tarmog'ini qidiradigan tizim. Qidiruv tizimi xuddi shu nomdagi brauzerda oldindan o'rnatilgan. Nima uchun notEvil yaxshiroq? U Google yoki Yandex qidiruv tizimi yetib bora olmaydigan joyga "ketadi". Umuman olganda, Tor tarmog'ida "muntazam" (qonunga bo'ysunuvchi) Internetda tashrif buyurib bo'lmaydigan juda ko'p resurslar mavjud. Bu tarmoq ichidagi o'ziga xos ijtimoiy platformalar, ommaviy axborot vositalari, bloglar, savdo markazlari, forumlar, kutubxonalar va boshqalarga ega saytning bir turi.

Aytgancha, notEvil bu turdagi yagona qidiruv tizimi emas. Xuddi shu Tor brauzerida sukut bo'yicha mavjud bo'lgan Look ham mavjud va TORCH anonim internetdagi eng qadimgi qidiruv tizimlaridan biridir.

Shunday qilib, bunday qidiruv dvigateli manfaatlar ma'lumotlarini topish uchun hech narsa emas va odatda uni ishlatish, nimanidir bilib, biror narsani o'rganish yoki o'zingiz uchun to'g'ri xulosa qilish uchun mutlaqo bepul. Matnni olish kerak emas, siz faqat sizning so'rovingizni berishingiz kerak va mikrofon kirish qurilmasi bu erda. Bularning barchasi Internetda qidirish texnologiyalarining doimiy rivojlanishi va ularga ehtiyoj.

Qidiruv tizimlari Internetdagi eng mashhur saytlar hisoblanadi. Bu ajablanarli emas, chunki tarmoqda biron bir narsani topish uchun siz qidiruv xizmatlaridan foydalanishingiz kerak.

EKOLOGIK MUAMMOLAR VA ULARNING KELIB CHIQISH SABABLARI

Latipova Rohat Zaripboyevna

*Urganch Abu Ali ibn Sino nomidagi
Jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi*

Annotatsiya: *Ushbu maqolada ekologiya, atrof-muhit bilan bog'liq muammolar, ularning kelib chiqishiga sabab bo'layotgan omillar tahlil qilingan. Bundan tashqari ushbu omillarni bartaraf etish bo'yicha ma'lum tavsiyalar berilgan.*

Kalit so'zlar: *tabiat, atrof-mihit, muammo, zarar, jamiyat.*

ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ И ИХ ПРИЧИНЫ

Латыпова Рохат Зарипбоевна

*Именем Ургенча Абу Али ибн Сины
Преподаватель техникума общественного здравоохранения*

Аннотация: *В данной статье анализируются экология, экологические проблемы и факторы, обуславливающие их возникновение. Кроме того, были даны определенные рекомендации по устранению этих факторов.*

Ключевые слова: *природа, окружающая среда, проблема, ущерб, общество.*

ENVIRONMENTAL PROBLEMS AND THEIR CAUSES

Latipova Rohat Zaripboyevna

*In the name of Urganch Abu Ali ibn Sina
Teacher of the technical school of public health*

Abstract: *This article analyzes ecology, environmental problems, and the factors causing their origin. In addition, certain recommendations were given to eliminate these factors.*

Key words: *nature, environment, problem, damage, society.*

Fan texnika inqilobi jamiyat va tabiatning o'zaro munosabatida sifat jixatidan yangi bosqichni boshlab berdi. Bu bosqich tabiiy boyliklarni o'zlashtirish g'oyat zarurligi sayyoramizdagi mavjud resurslardan misli ko'rilmagamn darajada foydalanish bilan tavsiflanadi. Fan texnika inqilobi ilgari ma'lum bo'lmagan texnik va txnologik vositalarni yuzaga keltirdi. Inson fan va texnika inqilobi natijasida tabiatga munosabat borasidagi erkinlikda yangi bosqichga ko'tarildi, natijada u o'ziga ilgari buysunmagan ko'pgina kuchlarni jilovlab oldi.

Fan texnikaning shiddatli taraqqiyoti hozirgi vaqtda insonning tabiatga ta'sir ko'rsatishi doirasi va mikeslarining kengayganligi shunga olib keldiki, antropogen omillarning ta'sirida tabiiy muhitda o'zgarishlar ro'y bermoqda. Bunday o'zgarishlar esa hayotning moddiy asoslarini qo'pormoqda. Insonni o'rab olgan atrof-muhitni, jamiyat hayot faoliyati uchun yaroqsiz holatga aylantirmoqda, sayyoramizning o'lib borish xavfini tug'dirmoqda. Hayot kechirish vositalarini saqlab qolish muammosi; Asr mavzusiga aylanib, jahon jamoatchiligi diqqat markazida turibdi. Ishlab chiqarish jarayonlari oqibatida muhitning ifloslanishi kelgusi avlodlar uchun mutloqo ochiq-ko'rinib turgan xavf bo'libgina qolmay, balki u hozirning o'zida ham ijtimoiy halokat yoqasiga kelib qoldi.

Fan texnika inqilobi atrofimizni o'rab turgan tabiatga ijtimoiy ta'sirning kuchayishi tabiatning jamiyatga ta'siri kuchayishiga olib kelganligini yaqqol ko'rsatmoqda. Ishlab chiqarish jarayonlarining ro'y berayotgan jadallashuvi xalq xo'jaligiga tobora o'sib boruvchi miqdorlarda tabiat boyliklarini jalb qilishni taqozo etadi. Bu bilan jamiyatning tabiatga bevosita qaramligini ham kuchaytiradi. Hozirgi fan texnika inqilobi davrida insonning tabiat boyliklaridan foydalanish imkoniyatlari g'oyat kengayadi. Shu bilan birga sanoat ishlab chiqarishning tabiatga va atrof muhitga xavfli zararli tasiri ancha ortadi. Keyingi 100 yilda insoniyat energetika boyliklarini ming barobar ko'paytirdi. Bu esa unga tabiatga jiddiy va oqibatlari uzoqqa cho'ziladigan tasir o'tkazish imkonini beradi. Fan texnika inqilobi davomida bu ko'rsatkichlar yana o'sib boradi. Rivojlangan mamlakatlarda tovarlar va xizmatlarning umumiy hajmi endilikda har 15 yilda 2 barobarga ortmokda. Shunga muvofiq ravishda atmosferani, suv havzalarini, tuproqni bulg'ovchi xo'jalik faoliyati chiqindilari miqdori ham 2 barobar ko'paymoqda. Ishlab chiqarish tabiatdan 100 shartli birlikni oladi, lekin 3-4 qismidan foydalanadi xolos. qolgani esa ifloslangan modda va chiqindilar ko'rinishida atrof-muhitga chiqarib tashlanadi. Fan texnika inqilobi shunga olib keldiki, birinchidan biosferaning xarakat qilish jarayonlari jadallashadi, ikkinchidan biosferaning materiya va energiyaning yangi ko'rinishlari joriy qilinadiki, ular tabiatda tabiiy ko'rinishda bo'lmaydi: uchinchidan tabiat kuchlari va qonuniyatlari tobora yangi yo'nalishlari harakatga ega bo'lib boradi. Jamiyatning tabiat bilan munosabatlaridagi uygunlashuv talablari insoniyat oldiga yangi-yangi muammolarni qo'yaversa, bora-bora muammolar ham ko'ndalang bo'ladi. Hozir atrof muhitga ta'sir o'tkazishning asosiy yo'nalishlari - bu ilmiy texnika taraqqiyotini industrilashtirish va sanoatning yuqori sur'atlarda o'sishi, moddiy iste'molning yuqori darajadali deb xisoblanmoqda. Ijtimoiy guruhda odamlar birligi tarixiy shakllari oila, ishlab chiqarish jamoasi, kasbkorlar guruhi, millat, davlat, ijtimoiy-iqtisodiy formatsiya turli darajalarda aloqalar va munosabatlarning ijtimoiy tizimini chuqur urganmasdan inson ekologiyasini tushunib bo'lmaydi. Ekologik vaziyat turli ijtimoiy-iqtisodiy formatsiyalarda jamiyat va tabiatning o'zaro ta'siri aniq shakllarining rivojlanish darajasiga bevosita bog'liqdir. Organizm bilan atrof-muhit o'rtasidagi munosabat moslashuv negizida ro'y beradi. I.P.Pavlovning fikricha, jonzoat eng umumiy tavsifi shundan iboratki u o'zining muayyan o'ziga xos faoliyati bilan nafaqat tashqi kuzatuvchilarga balki shuningdek alohida davrida aloqada bo'lgan boshqa

kuzatuvchilarga ham javob beradi. Ya'ni jonli mavjudot moslashish qobiliyatiga ega bo'ladi. Bu xususiyat turli tarzda namoyon bo'ladi, unga faqat tor ma'noda qaramaslik kerak. Hayvonot turlarining katta guruxi ob-havo sharoitlariga ham sust va faol moslashadi. Shu nuqtai nazardan moslashuv shunday jarayondirki, u ham organizmlarga ham uni o'rab turgan atrof muhitga ta'lluqlidir. Insoniyat jamiyati o'zining butun tarixi davomida atrof muhit bilan uzliksiz-munosabatda bo'ladi. Bunda u atrof muhitga muttasil moslashib boradi. Lekin bu moslashuv faol xarakterga ega bo'ladi. O'z atrofidagi muhitni va turmush tarzini asta-sekin takomillashtira borish insonning moslashuvida ayni faol shakl hisoblanadi. Inson atrof muhitga o'z ta'sirini mehnat orqali amalga oshiradi. U ijtimoiy ishlab chiqarish jamiyatini tabiatdan ajratibgina qolmay, balki jamiyatni tabiatning qolgan qismi bilan boglaydi ham. Boshqa jonli organizmlardan farqli o'larok, ayni ishlab chiqarish tabiatni o'zgartiruvchanlik faoliyati o'ziga xos va insonga xos faoliyatidir. Inson o'z atrofidagi muhitni shakllantiradi. Tabiat va inson jonli mavjudotlarni tashkil etadi. Jamiyat tabiatdan tashqari o'zining noorganik jismida yashay olmaydi. Xorijiy ijtimoiy amaliyotchilar, ijtimoiy gigienachilar fan texnika taraqqiyotining insoniyat taqdiriga ta'sirini baholab, fan va texnika o'z-o'zidan insoniyatni elektron jannatga olib keladi, deb xisoblaydilar. Unda hozirgi zamonning barcha ziddiyatlari bartaraf etiladi, odamlar va maorif rivoji ta'siri ostida eng oliy axloqiy sifatlarga ega bo'ladilar. Keyingi vaqtda yangi texnikaning umumiy tez rivojlanishi bilan birga xavfsizlikni ta'minlashda ham sezilarli siljish kuzatilmoqda. Ammo hayotning barcha jabhalari jadal texnikalashayotgani, texnikaviy uskunalar sonining keskin ko'payishi, ular hayoti tabiiy sharoitlarini uning sog'lig'i va hayotini muhofaza qilishning samarali chegaralari jiddiy ravishda keskinlashmoqda. Bu ziddiyat o'z manbasiga ko'ra ishlab chiqarish munosabatlari xarakteri bilan bog'liq emas va texnikani keng qo'llaydigan har bir jamiyatda paydo bulaveradi. Ammo ishlab chiqarish munosabatlari xarakteri bu ziddiyatlarni hal etishning shakl va usullariga o'z ta'sirini ko'rsatadi. o'tmishdan xulosa chiqarib, ilmiy texnikaviy va muxandislik loyihalarini chinakamiga va ulkan miqyoslarga ijtimoiy ekspertiza qilishni yo'lga qo'yish zarur. Bu ishga keng jamoatchilikni jalb etish lozim. Ana shunda loyihalarni nazoratsiz ishlab chiqish va ularni amalga oshirish oqibatida ro'y berishi mumkin bo'lgan ekologik va boshqa qusurlarni juda kamaytirish va qolaversa to'la yo'q qilish mumkin. Ekologiya va tabiatni muhofaza qilish muammolari jiddiy tus olgan hozirgi davrda tabiat va jamiyat urtasidagi munasabatlarni muvozanatga keltirish asosiy vazifalardan xisoblanadi. Tabiat, inson va jamiyat o'rtasidagi o'zaro aloqadorlik muammosi asosiy masalalardan biridir. Tabiat jamiyatning yashash muhiti, uning moddiy va ma'naviy ehtiyojlarini qondirish manbai hisoblanadi. Jamiyat tabiat rivojlanishining oliy bosqichi bo'lib, alohida ijtimoiy mazmunga ega. Tabiat va jamiyat o'zaro uzviy boglangan bir butun materiyaning ikki qismi, o'ziga xos ijtimoiy ekosistema hisoblanadi. Tabiat va jamiyatning o'zaro aloqadorlik tizimida inson markaziy o'rin egallaydi. Inson bir vaqtning o'zida ham tabiat ham jamiyatning ajralmas qismi bo'lib, ijtimoiy-biologik mohiyatga ega. Modda va energiya almashinuvi tabiat mavjudligining asosidir. Materiya xarakatning yuqori

shakli bo'lgan jamiyat tabiatning alohida qismi sifatida yashaydi va rivojlanadi. Jamiyat rivojlanishining turli bosqichlarida uning tabiatga bo'lgan munosabati ham o'zgarib borgan. Ibtidoiy jamoa tuzumida insoniyat tabiatga sezilarli ta'sir o'tkazmagan. quldorlik tuzumida dehqonchilik va chorvachilikning vujudga kelishi tabiatga ta'sirning kuchayishiga sabab bo'lgan. Feodalizm tuzumida mehnat vositalarining takomillashuvi, aholi sonining ortib borishi natijasida insonning ta'sir doirasi va surati o'sib borgan. Kapitalistik ijtimoiy-iqtisodiy tuzum qaror topishi bilan fan va texnika rivoji, sanoat, transportning vujudga kelishi, tabiiy boyliklarning tezkor o'zlashtirilishi tabiatga ta'sirning yuqori darajasiga etkazdi. Atrof muhitning zararli chiqindilar bilan ifloslanishi muammosi kelib chiqdi. Tabiat va jamiyat o'rtasida o'ziga xos antropogen modda va energiya almashinuvi vujudga keldi. Antropogen modda almashinuvi yani xom ashyolarini tabiatdan oshig'i bilan olinishi va zararli chiqindi xolda atrof muhitga tashlanishi tabiat va jamiyat o'rtasidagi azaliy muvozanatning buzilishiga sabab bo'ldi. Tabiat va jamiyat munosabatlarining rivojlanishida biogen, antropogen va texnogen (noogen) bosqichlar ajratiladi. Yer yuzida ekologik tang vaziyatli hududlarning keskin ko'payishi ekologik inqiroz xavfining real ekanligini ko'rsatadi. Agar keyingi 30-40 yil ichida ekologik muammolarni hal qilish uchun barcha zarur chora tadbirlar ko'rilmasa, ekologik inqiroz muqarrar bo'lib qolishi mumkin.

Tabiat va jamiyatning o'zaro mutanosib rivojlanishi koevolutsiya deb ataladi. Bu rivojlanish suratlari o'zaro mos kelmasa inqirozga olib keladi. Jamiyatning tabiatga ta'sirini meyorga solib turish lozimdir. Ekologiya deganda organizmlarning o'zaro va muhit bilan aloqadorligini o'rganadigan biologik fan tushuniladi. Tabiatni muhofaza qilish deganda barcha avlodlarning ehtiyojlarini hisobga olgan xolda tabiiy boyliklardan oqilona foydalanish va atrof muhitni mussafo xolda saqlashga qaratilgan, ilmiy asosda amalga oshiriladigan mahalliy, davlat va xalqaro tadbirlar majmuasi tushuniladi. Tabiatni muhofaza qilish deganda kompleks fan ham nazarda tutiladi. Demak, ekologiya va tabiatni muhofaza qilish tushunchalari alohida mazmun va maqsadga ega bo'lgan tushunchalardir. Ekologiya tabiatni muhofaza qilishning nazariy asosi xisoblanadi. Hozirgi vaqtda inson faoliyati ta'sirida biosferaning o'zgarishi juda tezlik bilan borayapti. Inson Yer kurrasining qiyofasini o'zgartirishda katta geologik kuch sifatida vujudga kelganini V.I.Vernadskiy tomonidan takidlab o'tilgan edi. Insonning tabiiy jarayonlardan noto'g'ri foydalanishi natijasida XX asrning o'rtalarida ekologik muammolar juda avj olib ketdi. Ekologik muammo deganda insonning tabiatga ko'rsatayotgan ta'siri bilan bog'liq xolda tabiatning insonga aks ta'siri, ya'ni uning iqtisodiyotida, hayotda xo'jalik ahamiyatiga molik bo'lgan jarayonlar, tabiiy xodisalar bilan bog'liq bo'lgan har qanday xodisa tushuniladi. (iqlim o'zgarishi, hayvonlarning yalpi ko'chib ketishi) tabiatdagi muvozanatning buzilishi oqibatida turli miqyosdagi ekologik muammolar shakllanmokda. Global ekologik muammolar dunyo bo'yicha kuzatiladigan tabiiy, tabiiy antropogen va sof antropogen ta'sirlar natijasida yuzaga kelib umumbashariyatga tegishlidir.

Biz tabiatga qarammiz, biz tabiatsiz yashay olmaymiz, shunday ekan biz barchamiz tabiatni asrab avaylashimiz, uning har-bir qarich yerini ko'z qorachig'iday asrashimiz, tabiat

boyliklaridan oqilona foydalanishimiz, har-bir tomchi suvni tejab ishlatishimiz, tabiat haqida doimo g'amxo'rlik qilishimiz lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Akramov Z. M., Rafikov A.A. Прошлое, настоящее и будущее Аральского моря. – Т., 1990.
2. Nig'matov A.N. O'zbekiston Respublikasining ekologik huquqi. – Т., 2004.
3. Rafikov A.A. Geoekologik muammolar. – Т., 1997. 4 . Ergashev A. Umumiy ekologiya. – Т., 2003.
5. To'xtayev A. Ekologiya. – Т., 2000.
6. O'zbekiston milliy ensiklopediyasi . – Т.,2000-2005 yy.

TUZZIZ DIETANING FOYDALI VA ZARARLI TOMONLARI

Atajanova Sayyora Davronbekovna

*Urganch Abu Ali ibn Sino nomidagi
Jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi*

Annotatsiya: *Ushbu maqolada dieta va uning usullari asosan tuzsiz dieta haqida atroflicha ma'lumot berilgan. Bundan tashqari tuzsiz dietaning o'ziga hos ijobiy va salbiy tomonlari tahlil qilingan.*

Kalit so'zlar: *dieta, tuz, salomatlik, immunitet, zarar.*

ПОЛЕЗНЫЕ И ВРЕДНЫЕ АСПЕКТЫ БЕССОЛЕВОЙ ДИЕТЫ

Атаджанова Планета Давронбековна

*Именем Ургенча Абу Али ибн Сины
Преподаватель техникума общественного здравоохранения*

Аннотация: *В данной статье представлена подробная информация о диете и ее методах, в основном о бессолевой диете. Кроме того, были проанализированы уникальные положительные и отрицательные стороны бессолевой диеты.*

Ключевые слова: *диета, соль, здоровье, иммунитет, вред.*

USEFUL AND HARMFUL ASPECTS OF SALT-FREE DIET

Atajanova Planet Davronbekovna

*In the name of Urganch Abu Ali ibn Sina
Teacher of the technical school of public health*

Abstract: *This article provides detailed information about the diet and its methods, mainly salt-free diet. In addition, the unique positive and negative aspects of the salt-free diet were analyzed.*

Key words: *diet, salt, health, immunity, damage.*

Bugungi kunda dunyo aholisi ortiqcha vazin bilan bog'liq murakkab muammoga duch kelmoqda. Ushbu muammoning sababi faqat tibbiy muammo emas. Noto'g'ri ovqatlanish bilan bog'liqdir. Shu sababdan dieta va uning turli ko'rinishlari keng tarqalib bormoqda. DIETA (yunoncha. diaita — hayot yo'sini, ovqatlanish rejimi) — ovqatning miqdori, tarkibi, xossalari, tayyorlash (pishirish) usullari, uni qancha va necha mahal iste'mol qilishga doir maxsus rejimdir. Bugun biz tuzsiz dieta haqida to'xtalib o'tamiz.

Tuzni oq o'lim deb atashadi, chunki uning ortiqcha miqdori tanaga yomon ta'sir qiladi va oxir oqibat xavfli kasalliklarga olib kelishi mumkin. Tuz darajasini tartibga solishning eng samarali usullaridan biri tuzsiz dietadir, uning foydasi va zarari muhokama mavzusi bo'ladi. Tuz insonning kundalik ratsionining muhim tarkibiy qismidir. Biz buni sezmasdan ko'p miqdorda iste'mol qilamiz, chunki u eng kutilmagan mahsulotlarda yashiringan. Shu bilan birga, tuzning kunlik miqdori iste'mol qilinadigan oziq-ovqat tarkibidagi tuzni o'z ichiga olgan holda 10-12 g dan oshmasligi kerak. Tuz yumshoq taomni yanada mazali qiladi. Va bu, ehtimol, bizning cheksiz ishtiyoqimizni his qilishimizning yagona sababidir. Shu bilan birga, ortiqcha tuz, aniqrog'i uning tarkibidagi natriy tanadagi ortiqcha suyuqlikni uzoq vaqt ushlab turadi. Natijada buyrak va yurakdagi yuk ko'p marta oshadi, qon bosimi oshadi va gipertoniya asta -sekin rivojlanadi. Tuz ta'siri ostida xolesterinning parchalanishi sekinlashadi, bu esa ateroskleroz va yurak -qon tomir tizimining boshqa xavfli kasalliklariga olib kelishi mumkin. Yana bir yoqimsiz ajablanib - bu oyoqlarning shishishi, oshqozonning shishishi va kamdan -kam hollarda selülitdan tashqari ortiqcha vazn. Va bularning barchasi tanadagi ortiqcha tuz tufayli. Shu nuqtai nazardan qaraganda, tuzsiz dietaning foydasi aniq. Bu qondagi tuz miqdorini kamaytirishga va barcha tana tizimlarining ishini normallashtirishga yordam beradi. Tuzsiz dieta nafaqat osh tuzini, balki turli xil mahsulotlarda mavjud bo'lgan natriy birikmalarini ham rad etishni o'z ichiga oladi. Taqiqlangan ro'yxatga birinchi navbatda kolbasa va dudlangan go'sht, uy qurilishi marinadlari va tuzlangan bodringlar, konservalar, qovurilgan idishlar, don, un va qandolat mahsulotlari kiradi. Shu bilan birga, to'g'ri savol tug'iladi, bu holatda nima eyishingiz mumkin? Tuzsiz dieta yog'siz go'sht va baliqni kartoshkadan tashqari, tuzsiz sabzavotlar bilan birgalikda iste'mol qilishga imkon beradi. Idishlarni javdar noni bilan to'ldirishingiz mumkin, shu bilan birga kunlik norma 200 g dan oshmaydi.

Ratsionga baliq yoki sabzavotli bulonda yengil sho'rvalar qo'shishni unutmang. Tuxumlarni me'yorida va kam yog'li sut mahsulotlari juda foydali bo'ladi. Shirin sifatida siz har qanday meva va rezavorlarni eyishingiz mumkin. Shu bilan birga, kuniga besh-olti marta kichik qismlarda ovqatlanish, kamida ikki litr qaynatilgan suv ichish kerak. Ushbu tamoyillarga amal qilgan holda, siz birinchi haftada bir necha kilogramm yo'qotishingiz mumkin. Shuning uchun vazn yo'qotish uchun tuzsiz diet juda samarali quroldir. Boshqa narsalar qatorida, u metabolik jarayonlarni o'rnatishga va sog'lom oziq-ovqat tizimini to'g'ri qurishga yordam beradi. Shifokorlar, tuzsiz ovqatlanish terapevtik xususiyatga ega ekanligiga e'tibor berishadi. Bu birinchi navbatda buyrak kasalliklari, qon bosimi yuqori, tez-tez shishib va ortiqcha vazn bilan kasallanganlarga tavsiya etiladi. Boshqa barcha holatlarda, tuzdan uzoq muddatli to'liq rad etish jiddiy asoratlarni keltirib chiqarishi mumkin. Agar vazn yo'qotish haqida gapiradigan bo'lsak, tuzsiz dietaning natijalari tez orada bekor bo'lishi mumkin. Og'irlik suyuqlik hisobiga ketgandan beri, dietada tuz paydo bo'lishi bilan oq, qo'shimcha funtlar "do'stlar" bilan birga qaytariladi. Shuni yodda tutish kerakki, tuzning etishmasligi, uning oshishi kabi xavfli. Natriy - foydali kislotalar darajasini va tanadagi suv muvozanatini tartibga soluvchi hayotiy element. Balansning buzilishi

farovonlikning keskin yomonlashishi va ayniqsa beparvo qilingan holatlarda o'limga olib keladi. Ko'pincha natriy etishmovchiligi yurak xuruji yoki qon tomirini keltirib chiqaradi. Bu tuzsiz dietaning xavfi.

O'limga olib keladigan oqibatlariga yo'l qo'ymaslik uchun shifokorlar ushbu oziq-ovqat tizimini suiiste'mol qilmaslikni va uni ikki hafta bilan cheklashni tavsiya etadilar. Kelajakda tuz tarkibini boshqa usullar bilan kamaytirishingiz mumkin. Misol uchun, nozik taneli tuzni oddiy osh tuzi va undan ham yaxshiroq dengiz tuzi bilan almashtiring. Undagi natriy darajasi ancha past, ammo tarkibida kaliy, magniy va brom ko'p. Ovqat pishirish vaqtida idishlarni ortiqcha tuzlamaslikka harakat qiling, eng oxirida tuz qo'shing. Albatta, zararli mahsulotlardan saqlaning: yarim tayyor mahsulotlar, fabrikada tayyorlangan go'sht delikatesi, do'konlardan konserva va tuzlangan baliq. Ushbu optimal kelishuv tuzsiz dietaning zararini nolga kamaytirishga yordam beradi.

Tuzsiz dieta, har qanday boshqalar kabi, muvozanatli yondashuvni va shifokor bilan to'liq maslahat olishni talab qiladi. Faqatgina bu holatda, u tanaga foydali bo'ladi va kerakli natijalarga erishishga imkon beradi.

Yuqoridagi mulohazalardan tuzsiz dieta inson salomatligiga qanday ijobiy va salbiy tomonlari borligini ko'rishimiz mumkin. Asosiysi to'g'ri ovqatlanish va unga amal qilishdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. B.M.Saidov. Diyetologiya. Darslik, 1-jild. -T.: «IQTISOD-MOLIYA», 2008.
2. G.Shayxova. Ovqat gigiyenasi. O'quv uslubiy majmua. "Yangi asr avlodi". 2015

GENEALOGIYA VA EGIZAKLAR USULLARINING BIZ BILMAGAN JIHATLARI

Djumaniozova Yulduzخان Kerimboyevna

*Urganch Abu Ali ibn Sino nomidagi
Jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi*

Annotatsiya: *Ushbu maqolada genealogiya usullari haqida atroflicha izox beriladi. Bundan tashqari genealogiya usullari bo'yicha ham atroflicha tahlillar keltirilgan. Maqola davomida irsiylanish tiplari va uning harakterli belgilari ham izohlab o'tildi.*

Kalit so'zlar: *genealogiya, shajara, avlod, irsiyat, tip.*

ГЕНЕАЛОГИЯ И НЕИЗВЕСТНЫЕ АСПЕКТЫ БЛИЗНЕЦОВЫХ МЕТОДОВ

Джуманёзова Юлдузхан Керимбоевна

*Именем Ургенча Абу Али ибн Сины
Преподаватель техникума общественного здравоохранения*

Аннотация: *В этой статье дается подробное объяснение методов генеалогии. Кроме того, представлен подробный анализ генеалогических методов. В ходе статьи были разъяснены виды наследственности и ее характерные признаки.*

Ключевые слова: *генеалогия, родословная, поколение, наследственность, тип.*

GENEALOGY AND THE UNKNOWN ASPECTS OF THE TWIN METHODS

Djumaniozova Yulduzخان Kerimboevna

*In the name of Urganch Abu Ali ibn Sina
Teacher of the technical school of public health*

Abstract: *This article provides a detailed explanation of genealogy methods. In addition, detailed analyzes of genealogy methods are presented. During the article, the types of heredity and its characteristic signs were explained.*

Key words: *genealogy, family tree, generation, heredity, type.*

GENEALOGIYA

(yun. genealogia — shajara) yordamchi tarix fanlaridan biri (17—18-a. larda vujudga kelgan). Bilimlarning amaliy sohasi, shajaralar tuzish. Urug' va oilalarning kelib chiqishi, ayrim shaxslar tarixi va garindoshlik aloqalarini o'rganadi. Biz ushbu maqolamizda

genealogiyaning tibbiy nuqtayi nazaridan tahlil qilamiz. Asosiy muhokamani mavzuyimiz genealogiyaning tahlilimiz usullariga qaratamiz.

Genealogiya usuli — eng universal, oddiy, qulay usul boʻlib, belgining bir nechta avlodda irsiylanishini aniqlashga asoslangan. Usulni amalga oshirish bosqichlari: 1. Maʼlumotlar yigʻish. 2. Shajara (genealogik xarita) tuzish. 3. Shajarani tahlil qilish. 4. Xulosa yozish. Maʼlumotlar toʻplashda soʻrab-surishtirish, anketalar toʻldirish va shaxsiy koʻrikdan oʻtkazish orqali amalga oshiriladi. Avlodlar shajarasini tuzishni proband haqida maʼlumot yigʻishdan boshlanadi. Proband — avlodlar shajarasini aniqlanishi kerak boʻlgan, kasal yoki sogʻ belgini tashuvchi shaxsdir. Probandning aka-uka yoki opa-singillari sibslar deyiladi. Avlodlar shajarasini tuzishda juda puxta ishlash, savollarni aniq va toʻgʻri bera bilish shifokordan katta mutaxassislik mahoratini talab qiladi. Shajaraning har bir aʼzosi toʻgʻrisida, uning probandga qanday aloqadorligi toʻgʻrisida qisqacha maʼlumot yoziladi, keyin ularni grafik tarzda ifodalanadi. Avlodlar shajarasini tuzishda quyidagi standart simvollardan (belgi) foydalaniladi. Uchinchi bosqichda tuzilgan shajara batafsil tahlil qilinib oʻrganilayotgan belgi yoki kasallik haqida xulosa yoziladi. Genealogiya usuli quyidagilarni aniqlashga imkon beradi:

1. Belgining irsiy yoki irsiymasligini.
2. Irsiylanish tipini.
3. Mutant genni geterozigot tashuvchilar deb shubhalangan shaxslarni.
4. Irsiy kasalliklarning geterogenligini (genokopiyalarni).
5. Keyingi avlod prognozini.
6. Penetrantlik va ekspressivligini.
7. Xromosomalarni xaritalashtirishni.
8. Genlarning oʻzaro taʼsirini.

Irsiylanish tiplari, ularning xarakterli belgilari. I. Autosoma dominant tipida irsiylanish (A — D) — autosomalarda joylashgan dominant genlarga bogʻliq. Misollar: sochning jingalakligi, koʻz qoraligi, miopiya, braxidaktiliya, polidaktiliya, Rh+, IA, IB qon guruhlari va boshqalar.

Harakterli belgilari:

1. Belgi har ikkala jinsda bir xil chastotada uchraydi.
2. Belgi hamma avlodlarda kuzatiladi (vertikal, gorizontal irsiylanadi).
3. Kasal bolaning tugʻilish ehtimoli 50% dan 100% gacha.
4. Penetrantligi va ekspressivligiga qarab ayrim avlodlarda kuzatilmaligi mumkin

II. Autosoma — resessiv tipda irsiylanish (A — R) — autosomada joylashgan resessiv genlarga bogʻliq. Misollar: albinizm, chapaqaylik, koʻk koʻz, silliq soch, fenilketonuriya, Rh-, IO qon guruhi va boshqalar. Xarakterli belgilari:

1. Kasallik yoki belgi avlodlarda kam kuzatiladi.
2. Kasallik yoki belgi gorizontal irsiylanadi (ayrim oilalarda koʻp uchrashi mumkin, hamma avlodlarda ham kuzatilmaydi).
3. Qarindoshlar nikohidan kasal bolalar koʻp tugʻuladi.

4. Ayollarga va erkaklarda bir xil chastotada uchraydi.
5. Irsiylanishga penetrantlik va ekspressivlik ta'sir qilishi mumkin.
6. Kasal ota yoki onadan sog'lom bola tug'ulishi mumkin.
7. Sog' geterozigotalardan 25% kasal bolalar tug'ulishi mumkin.

III. X — xromosomaga birikkan dominant irsiylanish (X —D). Misollar: Qandsiz diabet, D vitamini bilan davolanmaydigan raxit, 2 — kurak tishi yo'qligi, tish emali qo'ng'ir bo'lishi va boshqalar.

VI. Sitoplazmatik irsiylanish — mitoxondriya, xloroplastlar va plazmida genlariga bog'liq. Misollar: odamlarda ko'rish nervi atrofiyasi, mitoxondrial sitopatiya va boshqalar. Faqat onadan farzandlarga o'tadi (o'g'illariga ham, qizlariga ham). Egizaklar usuli. Eng qadimgi irsiy tekshirish usullaridan biri bo'lib, hozirda ham o'z ahamiyatini yo'qotmagan. Egizaklar monozigotali (bir tuxumli) yoki dizigotali (ikki tuxumli) bo'lishi mumkin.

Monozigotali egizaklar bir xil genotipga ega bo'ladilar, dizigotalilar genotipida esa o'rta hisobda 50% genlar o'xshash bo'ladi, ularning o'xshashligi aka-ukalar, opa-singillarga o'xshaydi. Egizaklar usulidan: 1. Belgining rivojlanshida irsiyat va muhitning rolini aniqlashda; 2. Belgining irsiy yoki irsiylanmasligini o'rganishda; 3. Belgining penetrantligini aniqlashda; 4. Dori preparatlarining samaradorligini aniqlashda foydalaniladi. Egizaklar usulini qo'llashdan oldin ularning mono yoki dizigotaligi aniqlanadi. Buning uchun quyidagi tekshirishlardan o'tkaziladi: 1. Morfologik va fiziologik belgilarni solishtirish. Buning uchun konkordantlik va diskordantlik tushunchalari keng qo'llaniladi. Agar belgi egizaklarning har ikkalasida uchrasa konkordantlik, egizaklarning faqat bittasida uchrasa diskordantlik deyiladi. Konkordantlik qancha yuqori bo'lsa, belgining rivojlanishida irsiyatning ahamiyati shuncha yuqori bo'ladi. Konkordantlik va diskordantlik ko'rsatkichlari qanchalik bir-biriga yaqin bo'lsa, bu belgining rivojlanishida muhitning ahamiyati shunchalik katta bo'ladi (masalan, yuqumli kasalliklar).

2. Immunogenetika usuli — eritrotsitlar antigenlarini (IA, IB, M, N, Rh), qon zardobi oqsillarini, HLA antigenlarini aniqlashga asoslangan.

3. Dermatoglifika tekshirishlari.
4. Feniltiokarbamidga sezuvchanligini aniqlash.
5. Teri transplantatsiyasi — eng ishonchli usul.

Egizaklar usuli yordamida hatto yuqumli kasalliklarda (ko'kyo'tal, sil) tashqi muhit omillari (infeksiya) ta'siri aniq bo'lganda ham kasalliklar patogenezida ozgina bo'lsa ham irsiyatning roli borligini anglash qiyin emas. Chuqur solishtirish natijalarini puxta o'rganish shu narsani ko'rsatadiki faqat kasallikning o'zi o'xshash bo'libgina qolmasdan ularning klinik ko'rinishlarida va kechishida ham o'xshashlik kuzatiladi. Shuning uchun ham egizaklar usulida multifaktorial kasalliklarga irsiy moyillikni o'rganishda keng foydalanish mumkin. Pedagoglar va pediatr shifokorlar egizaklar usuli yordamida muhit va irsiyatning intellekt, ruhiy qobiliyatlarni rivojlanishidagi rolini aniqlash mumkinligini unutmashliklari kerak.

Bolaning tabiiy tug'ma qobiliyatlari faqat muhitning ma'lum sharoitlari mavjud bo'lgandagina yuzaga chiqishi mumkin. Shuningdek, eng qulay muhit sharoitlari bo'lganida

ham qobiliyatning irsiy jihatdan genotipda belgilovchi genlari bo'lmaganida yuzaga chiqishi mumkin emas.

Shuning uchun ham avval bolada qanday qobiliyatlar borligini ma'lum testlar yordamida aniqlash, undan keyin esa uning rivojlanishi uchun zarur sharoitni yaratish lozim. Hozirgi davrda egizaklar usuli farmakogenetikada keng qo'llanilmoqda. Bu egizaksherik bo'yicha nazorat usulidir. Usulning mohiyati shundan iboratki, bunda kasal MZ lar guruhi ikkita kichik guruhlariga ajratiladi. Bitta kichik guruhni yangi preparat (samaradorligi aniqlanishi lozim bo'lgan) bilan ikkinchi kichik guruhni esa eski qo'llanib kelinayotgan preparat bilan davolanadi. MZ lar bir xil genotipga ega bo'lganligi uchun ulardan olingan ma'lumotlar umumiy populyatsiyadagi nazorat guruhidan olingan natijalarga nisbatan shubhasiz ishonchli bo'ladi. Shuning uchun ham bu usul qo'llanilganda tekshirilayotgan guruhlar soni MZ lar uchun kam (20 juft), umumiy populyatsiya uchun esa juda ko'p bo'lishi lozim. Bundan tashqari umumiy populyatsiya olinganda tekshirilayotgan shaxslarni yoshiga, jinsiga, kasallikning og'iryengilligiga qarab tanlab olish lozim. Umumiy populyatsiya tekshirilganda baribir davolash samarasi har xil bo'lishi mumkin, chunki, har bir preparatga nisbatan turli shaxslarning individual sezuvchanligi turlicha bo'ladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. A.T.G'ofurov, S.S.Fayzullayev, X.Xolmatov. G enetikadan masala va mashqlar. -T.: « O'qituvchi», 1991.
2. Bochkov N.P., Zaxarov A.F., Ivanov V.I. M editsinskaya genetika. M.: «Meditsina», 1984
3. Bochkov N.P., C hebotarev A.N. N asledstvennost cheloveka i mutagen avneshney sredi. -M., 1989.
4. G rin N., S taun U., Teylor D. Biologiya v 3 tomax. -M.: «Mir», 1990.
5. Karuzina I. T., G enetika asoslari (o'quv qo'llanma). -T.: «M editsina», 1989.
6. Topornina N.A., Stvolinskaya N.S. G enetika cheloveka. (Praktikum). -M.: Vlados, 2001.