

**ZAMONAVIY GIGIYENA VA TIBBIY EKOLOGIYA, ULARNING
TIBBIYOTDAGI O'RNI**

ALFRAGANUS UNIVERSITETI tibbiyot fakulteti davolash ishi yo'nalishi

222 guruh talabasi

Abdinabiyev Shahzod Aytbay o'g'li

+998932719201

Ilmiy Rahbar ALFRAGANUS UNIVERSITETI o'qituvchisi

Azamova Z.S

Annotatsiya: Zamonaviy gigiyena va tibbiy ekologiya inson salomatligini saqlash va yaxshilashda muhim o'rin tutadi. Gigiyena so'zi yunoncha "hygieinos" so'zidan kelib chiqqan bo'lib, tozalikka oid bo'lgan barcha qoidalar va choralarni anglatadi. Zamonaviy gigiyena esa insonning yashash sharoitlari, oziqlanishi, ish faoliyati va dam olish tarzini sog'lomlashtirishga qaratilgan ilmiy asoslangan choralar yig'indisidir. Gigiyena inson organizmini kasalliklardan himoya qilish, uning salomatligini saqlash va mustahkamlashda asosiy vosita hisoblanadi.

Kalit so'zlar: gigiyena, atrof-muhit, organizm, sog'lom turmush tarzi, zararli odatlar, salomatlik, tibbiy ekologiya.

Tibbiy ekologiya esa inson va uning atrof-muhiti o'rtasidagi munosabatlarni o'rganadigan ilmiy soha bo'lib, ekologik omillarning inson salomatligiga ta'sirini tahlil qiladi. Bu soha nafaqat kasalliklarning oldini olishga, balki insonning yashash muhiti sifatini yaxshilashga ham qaratilgan. Tibbiy ekologiya atrof-muhitdagi ifloslanish, radiatsiya, kimyoviy moddalar, mikroorganizmlar va boshqa zararli omillarning inson organizmiga ta'sirini o'rganadi hamda ularning oldini olish yo'llarini ishlab chiqadi. Gigiyena va tibbiy ekologiya o'rtasidagi bog'liqlik juda yaqqol ko'rinadi. Gigiyena insonning kundalik hayotidagi sog'lom turmush tarzini belgilasa, tibbiy ekologiya esa bu turmush tarzining atrof-muhit omillari bilan uyg'unligini ta'minlaydi. Masalan, gigiyenik talablar asosida qurilgan uy-joylar,



toza suv va havoning mavjudligi, oziq-ovqat mahsulotlarining sifatli va xavfsiz bo'lishi odamlarning sog'lig'ini yaxshilashga xizmat qiladi. Shu bilan birga, tibbiy ekologiya atrof-muhitdagi zararli omillarni kamaytirish, sanoat chiqindilarini nazorat qilish, shaharsozlik va transport tizimlarini sog'lomlashtirish kabi masalalarni hal etadi.[1]

Zamonaviy gigiyena insonning yashash sharoitlarini yaxshilashga qaratilgan ko'plab tadbirlarni o'z ichiga oladi. Bu tadbirlar orasida shaxsiy gigiyena qoidalariga rioya qilish, toza ichimlik suvi ta'minoti, oziq-ovqat xavfsizligini nazorat qilish, sanitariya-gigiyena holatini yaxshilash, ish joyidagi xavfsizlik choralarini ko'rish va boshqalar mavjud. Gigiyena sohasi doimiy ravishda yangi ilmiy ma'lumotlar asosida takomillashib boradi, chunki inson hayoti va uning salomatligi doimiy ravishda yangi xavf-xatarlarga duch keladi. Tibbiy ekologiya esa inson salomatligini atrof-muhit omillaridan himoya qilishda ilg'or texnologiyalar va usullarni qo'llaydi. Masalan, havoning ifloslanishini kamaytirish uchun ekologik toza transport vositalari ishlab chiqiladi, sanoat korxonalarida chiqindilarni qayta ishlash texnologiyalari joriy etiladi. Shuningdek, tibbiy ekologlar atrof-muhitdagi mikroorganizmlar, toksinlar va boshqa zararli agentlarning inson organizmiga ta'sirini o'rganib, ularning oldini olish uchun profilaktik chora-tadbirlar ishlab chiqadilar.[2]

Gigiyena va tibbiy ekologiya tibbiyotdagi o'rni beqiyosdir. Tibbiyot kasalliklarni davolash bilan birga ularning oldini olishga ham katta e'tibor beradi. Gigiyena va tibbiy ekologiya tadqiqotlari natijasida ishlab chiqilgan profilaktik choralar kasalliklarning yuzaga kelishini sezilarli darajada kamaytiradi. Masalan, yuqumli kasalliklarning oldini olishda gigiyenik qoidalar va ekologik toza muhitning ahamiyati katta. Bundan tashqari, surunkali kasalliklar, allergiyalar va boshqa ko'plab sog'liq muammolari ham atrof-muhit omillari bilan chambarchas bog'liq bo'lib, ularni kamaytirishda tibbiy ekologiya yordami katta. Gigiyena va tibbiy ekologiya sohalarida olib borilayotgan ilmiy tadqiqotlar yangi diagnostika va davolash usullarini ishlab chiqishga ham turtki beradi. Masalan, atrof-muhitdagi zararli moddalar ta'sirini aniqlash uchun maxsus biomarkerlar va sensorlar yaratilib,



ularning yordamida kasalliklarni erta bosqichda aniqlash mumkin bo'ladi. Shuningdek, sog'lomlashtirish dasturlari va profilaktik kampaniyalar orqali aholining sog'lom turmush tarzini shakllantirishga katta e'tibor qaratiladi.[3]

Zamonaviy gigiyena va tibbiy ekologiya jamiyat salomatligini yaxshilashda ijtimoiy-iqtisodiy omillarni ham hisobga oladi. Sog'lom muhit yaratish uchun shaharsozlik, sanoat, qishloq xo'jaligi va boshqa sohalarda ekologik me'yorlarga rioya qilish zarur. Bu esa o'z navbatida sog'liqni saqlash tizimining samaradorligini oshiradi va tibbiy xizmatlarning sifatini yaxshilaydi. Shuningdek, gigiyena va tibbiy ekologiya yosh avlod sog'lig'ini muhofaza qilishda muhim rol o'ynaydi. Bolalar va o'smirlar uchun maxsus gigiyenik talablar ishlab chiqiladi, ularning ta'lim muhitini sog'lomlashtirishga qaratilgan chora-tadbirlar amalga oshiriladi. Bu esa yosh avlodning jismoniy va ruhiy rivojlanishini ta'minlaydi, ularning kelajakda sog'lom va faol bo'lishlariga zamin yaratadi.[4]

Xulosa:

Xulosa qilib aytganda, zamonaviy gigiyena va tibbiy ekologiya inson salomatligini saqlash va yaxshilashda muhim ahamiyatga ega bo'lgan ilmiy sohalardir. Ular insonning yashash sharoitlarini sog'lomlashtirish, atrof-muhitdagi zararli omillarni kamaytirish va kasalliklarning oldini olishga qaratilgan. Gigiyena va tibbiy ekologiya tadqiqotlari natijasida ishlab chiqilgan profilaktik choralar va sog'lomlashtirish dasturlari tibbiyotning oldini olish sohasini mustahkamlashga yordam beradi. Shu bilan birga, bu sohalar jamiyatning ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishi va yosh avlodning sog'lom o'sishi uchun ham muhimdir. Shunday ekan, gigiyena va tibbiy ekologiya sohalariga e'tibor qaratish va ularni rivojlantirish orqali inson salomatligini mustahkamlash mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Abdullayev O., Toshpulatov B. "Gigiyena asoslari va tibbiy ekologiya". Toshkent, 2018.
2. Qodirov M. "Tibbiy ekologiya va uning zamonaviy muammolari". Toshkent, 2019.



3. Karimova D. “Gigiyena va ekologiya: nazariy va amaliy masalalar”. Toshkent, 2020.
4. Xo‘jayev S. “Atrof-muhit va inson salomatligi: gigiyena va tibbiy ekologiya nuqtai nazar”. Toshkent, 2021.
5. Yusupov R. “Gigiyena va tibbiy ekologiya: yangi yondashuvlar”. Samarqand, 2022.
6. Islomova N. “Gigiyena va tibbiy ekologiyaning zamonaviy muammolari”. Toshkent, 2017.
7. Mirzaev A. “Tibbiy ekologiya va gigiyena sohasida innovatsiyalar”. Toshkent, 2020.