

O'SMIRLIK DAVRIDA PILLINGLARNING TASIRI

Toshkent Kimyo Xalqaro Universiteti

Ilmiy rahbar: **Djalilova Sojida****Hamrayevna**

Tibbiy psixolog (PhD)

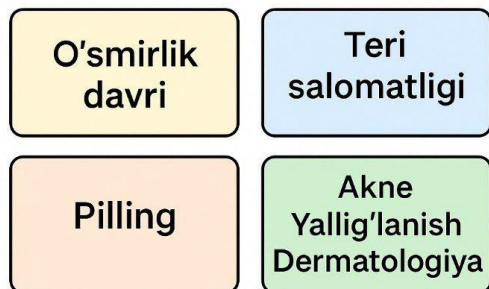
Sodiqova Kamola Akromovna„Beauty Aesthetics” yoʻnalishi 4-kurs
talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada oʻsmirlik davrida yuzaga keladigan eng keng tarqalgan dermatologik muammo — akne (joʻmbozlar) — va uni davolashda kimyoviy pillingning oʻrni ilmiy asosda tahlil qilinadi. Kimyoviy pilling nafaqat terini yangilash, balki yogʻ bezlarining faoliyatini tartibga solish, komedon va yalligʻlanish elementlarini kamaytirish, teri rangini yaxshilash va mikroelfini tekislashda ham muhim rol oʻynaydi. Shuningdek, maqolada pillingning turli shakllari — glikolik, salitsilik, laktik va TCA asosidagi pillinglarning har biri oʻsmirlar terisiga koʻrsatadigan taʼsiri, foydalanishdagi yondashuvlar va xavfsizlik masalalari yoritiladi. Maqolada real klinik tajribalar, ilmiy maqolalar va dermatologlar tavsiyalariga asoslangan yondashuvlar tahlil qilinib, pilling jarayonining oʻsmirlik fiziologiyasiga taʼsiri chuqur yoritiladi. Ushbu ilmiy ish pilling usullarini qoʻllashda ehtiyotkorlik, individual yondashuv va mutaxassis maslahatining ahamiyatini alohida taʼkidlaydi. Oʻquvchilar va tibbiyot xodimlari uchun ushbu maqola oʻsmirlar terisini toʻgʻri parvarish qilishda muhim nazariy va amaliy manba boʻlib xizmat qiladi.

Kalit soʻzlar: Oʻsmirlik davri, pilling, teri salomatligi, akne, yalligʻlanish, dermatologiya, kimyoviy pilling, mexanik pilling, psixologik taʼsir, oʻziga boʻlgan ishonch, teri muammolari, estetik taʼsir, yoshlar salomatligi, teri parvarishi. **Oʻsmirlik davri** – bu inson hayotining eng muhim va qiyin bosqichlaridan biridir. Bu davrda fiziologik oʻzgarishlar, gormonal tebranishlar va psixologik oʻzgarishlar bir vaqtda

yuzaga keladi. Teri, inson organizmida eng katta organ sifatida, ushbu o'zgarishlarga juda sezgir bo'lib, ko'plab o'smirlar teri muammolari bilan duch keladilar. Akne, yallig'lanishlar va boshqa dermatologik kasalliklar o'smirlik davrining odatiy holatlari bo'lib, bu holatlar o'z navbatida psixologik ta'sirlarni keltirib chiqarishi mumkin. Pillinglar, ya'ni teriga kimyoviy yoki mexanik usullar bilan qo'llaniladigan davolash jarayonlari, bu muammolarni bartaraf etishda keng tarqalgan usullardan biridir. Biroq, o'smirlik yoshidagi organizmning o'ziga xosligi va terining hali to'liq rivojlanmaganligi sababli, pillinglar ba'zan salbiy ta'sirlar ko'rsatishi mumkin. Ushbu maqolada, o'smirlar terisiga pillinglarning ta'sirini, ular bilan bog'liq xavflarni va bu muammoni qanday samarali hal etish mumkinligini ilmiy nuqtai nazardan tahlil qilishga harakat qilamiz. Maqsadimiz – o'smirlar uchun eng mos teri parvarish usullarini aniqlash va ularni teri salomatligini yaxshilashda samarali foydalanish yo'llarini ko'rsatishdir.

1. O'smirlik davrida teri o'zgarishlari. O'smirlik davri – bu organizmda gormonal o'zgarishlarning eng ko'p ro'y beradigan va inson psixologiyasiga katta ta'sir ko'rsatadigan davrdir. Bu o'zgarishlar terining holatiga ham bevosita ta'sir qiladi. Teri hujayralarining yangilanishi, gormonal faoliyatning kuchayishi va yog' bezlarining faoliyati oshishi natijasida, akne va boshqa dermatologik muammolar yuzaga kelishi mumkin (Zaenglein et al., 2018). Akne – bu o'smirlar orasida eng keng tarqalgan teri kasalligi bo'lib, ko'pincha yuz, ko'krak va orqa terisida paydo bo'ladi. Bu muammoning asosiy sabablari orasida androgens gormonlarining ko'payishi, seboreya (terining yog'lanishi) va pillinglarning noto'g'ri qo'llanilishi keltiriladi.

pillinglarning ta'siri

Kimyoviy pilling, Mexanik pilling
Psixologik ta'sir, O'ziga bo'lgan ishonch
Teri muammolari, Estetik ta'sir
Yoshlar salomatligi, teri parvarishi

2. Pillinglarning o'smir terisiga ta'siri.

Pilling – bu terining yuqori qatlamini olib tashlash uchun ishlatiladigan usul bo'lib, kimyoviy yoki mexanik usullarda amalga oshiriladi. Kimyoviy pillingda, terining yuqori qatlamlarini eritadigan kislotalar yoki peptidlar qo'llaniladi, mexanik pillingda esa mikroskopik zarralar yordamida terining o'lik hujayralari olib tashlanadi. O'smirlarning terisiga pillinglar

qo'llanilishi, ko'pincha akne, qora nuqta va boshqa dermatologik muammolarni bartaraf etish uchun amalga oshiriladi. Biroq, o'smir yoshidagi teri hali to'liq rivojlanmagan va nozik bo'lgani uchun, pillinglar noto'g'ri qo'llanilganda yallig'lanish va hatto teri shikastlanishiga olib kelishi mumkin.

Kimyoviy pillinglar, masalan, salitsil kislota, glikolik kislota yoki retinoidlar yordamida amalga oshiriladi. Ushbu usullar, o'smirlar terisidagi akne va qizarishlarni kamaytirishga yordam beradi, ammo haddan tashqari qo'llanilishi terining holatini yanada yomonlashtirishi mumkin. Boshqa tomondan, mexanik pillinglar – masalan, mikrodermabraziya – terining yuqori qatlamlarini yumshoq ravishda olib tashlaydi, bu esa terining yangilanishiga yordam beradi. Ammo bu usul ham terini haddan tashqari quruq qilib, qizil va yallig'langan holatga olib kelishi mumkin.

3. Psixologik ta'sirlar. O'smirlar orasida teri muammolari faqat fiziologik holat bilan bog'liq bo'lmay, balki psixologik ta'sirlar ham keltirib chiqaradi. Akne va boshqa teri muammolari ko'pincha o'smirlarning o'ziga bo'lgan ishonchiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bir nechta tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, teri muammolari bo'lgan o'smirlar depressiya va tashvish hissi bilan ko'proq duch keladilar (Tan et al., 2014). Pillinglar, o'z navbatida, bu muammolarni bartaraf etish uchun eng samarali usul sifatida ko'rilgan bo'lsa-da, noto'g'ri qo'llanilganda, teri holatini yanada og'irlashtirishi mumkin, bu esa o'smirlar orasida qo'shimcha psixologik muammolarni keltirib chiqarishi mumkin.

4. Pillinglardan samarali foydalanish va tavsiyalar. O'smirlar terisini parvarish qilishda pillinglardan samarali foydalanish uchun dermatologning maslahatiga murojaat qilish muhimdir. O'smir terisi nozik va sezgir bo'lgani uchun, har qanday pilling usuli ehtiyotkorlik bilan qo'llanilishi kerak. O'smirlar uchun eng xavfsiz pilling usullari odatda yuzaga yengil ta'sir qiladigan kimyoviy pillinglardir. Bundan tashqari, mexanik pillinglardan foydalanishda ehtiyot bo'lish zarur, chunki ular terining qurib ketishiga va yallig'lanishiga olib kelishi mumkin.

O'smirlar terisida pillinglarni qo'llashdan oldin, quyidagi tavsiyalarni hisobga olish kerak:

- Terini to'g'ri tozalash va namlash.
- Pillinglarni faqat dermatolog tomonidan tavsiya etilgan va mos usullar bilan amalga oshirish.
- Kimyoviy pillinglarni faqat o'smirning teri turi va holatiga qarab tanlash.
- Pillinglardan keyin quyoshdan himoya qilish, chunki pillinglar terining sezgirligini oshiradi.

O'smirlik davrida teri muammolari keng tarqalgan bo'lib, pillinglar bu muammolarni bartaraf etishda samarali usul bo'lishi mumkin. Biroq, noto'g'ri qo'llanilgan pillinglar o'smirlar terisiga salbiy ta'sir ko'rsatishi, shuningdek, psixologik muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli, pillinglardan foydalanishda ehtiyotkorlik va mutaxassis tavsiyalari muhim ahamiyatga ega.

O'smirlar terisini parvarish qilishda har doim dermatologning tavsiyalariga rioya qilish kerak, shunda teri salomatligi va o'ziga bo'lgan ishonchni saqlab qolish mumkin.

O'smirlik davri, gormonal o'zgarishlar va teri salomatligidagi o'zgarishlar bilan ajralib turadigan, inson hayotidagi eng muhim va murakkab bosqichlardan biridir. Ushbu davrda teri ko'plab muammolarga duch keladi, ayniqsa akne va boshqa dermatologik kasalliklar keng tarqalgan. Pillinglar, teri muammolarini bartaraf etishda samarali usul sifatida ko'rilsa-da, o'smir yoshidagi teri hali to'liq rivojlanmagan va nozik bo'lgani uchun, noto'g'ri qo'llanilishi yallig'lanish, qurish va psixologik muammolarni keltirib chiqarishi mumkin.

Shu sababli, o'smirlar uchun pillinglardan foydalanishdan oldin dermatologning tavsiyasiga murojaat qilish muhimdir. O'smirlar terisini parvarish qilishda ehtiyotkorlik, to'g'ri parvarish va quyoshdan himoya qilish kabi muhim jihatlar hisobga olinishi kerak. O'smirlar terisida yuzaga keladigan muammolarni bartaraf etishda, xavfsiz va samarali usullarni tanlash orqali, teri salomatligini saqlash va psixologik barqarorlikni ta'minlash mumkin. Pillinglar faqat mutaxassislar nazorati ostida amalga oshirilsa, o'smirlarning terisi uchun foydali bo'lishi mumkin.

Foydalanilgan manbalar:

1. Zaenglein, A. L., et al. (2018). Acne vulgaris and other disorders of the sebaceous glands. Journal of the American Academy of Dermatology.
2. Stern, R. S., et al. (2013). Chemical Peels: A Review of Current Options. Dermatologic Surgery.
3. Tan, J. K., et al. (2014). Psychological impact of acne: The influence of skin condition and self-esteem on the emotional well-being of adolescents. Pediatric Dermatology.