

ATROF-MUHIT OMILLARI VA TURMUSH TARZINING IRSIY KASALLIKLAR RIVOJLANISHIGA TA'SIRI

Shahrisabz davlat pedagogika instituti

Tabiiy fanlar kafedrası katta o'qituvchisi

Abdunazarova Zulayxo Sharifqulovna

Email: zulayxoabdunazarova1@gmail.com

Tel: +99891 954 30 90

Shahrisabz davlat pedagogika instituti

Biologiya yo'nalishi 4 -kurs 402-(s) guruh talabalari

Sharipova Shaxnoza Zokirovna

Email: shaxnozasharipova71@gmail.com

Erqulova Lobar Alisher qizi

Email: biologik4@gmail.com

Anotatsiya: Ushbu tezisda atrof-muhit omillari va inson turmush tarzining irsiy kasalliklar rivojlanishiga ta'siri ilmiy jihatdan tahlil etiladi. Tezisda genetik kasalliklarning faqat irsiy omillar natijasi emasligi, balki tashqi muhit ta'siri – ekologik ifloslanish, kimyoviy moddalar, radiatsiya, noto'g'ri ovqatlanish, chekish va alkogol iste'moli kabi omillar bilan chambarchas bog'liqligi yoritilgan. Shuningdek, turmush tarzi va ekologik omillar genlarning faolligini o'zgartirib, gen ekspressiyasi jarayonlariga ta'sir qilishi, natijada ayrim yashirin irsiy kasalliklarning yuzaga chiqishiga sabab bo'lishi ilmiy manbalar asosida izohlangan. Tadqiqot natijalari sog'lom turmush tarzini shakllantirish va irsiy kasalliklarning oldini olishda ekologik madaniyatni oshirish muhim omil ekanligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: Irsiy kasalliklar, genetik omillar, atrof-muhit, ekologik ifloslanish, radiatsiya, kimyoviy moddalar, turmush tarzi, epigenetika, gen ekspressiyasi, sog'lom turmush, biologik xavf omillari, ekologik madaniyat, genetik predispozitsiya, profilaktika.

Inson salomatligi va genetik barqarorlik masalasi bugungi kunda tibbiyot, biologiya hamda ekologiya fanlari kesishgan eng dolzarb yo'nalishlardan biridir. Irsiy kasalliklarning kelib chiqishida nafaqat nasldan-naslga o'tuvchi genetik o'zgarishlar, balki atrof-muhitning salbiy ta'siri va insonning turmush tarzi ham muhim rol o'ynaydi. Ekologik muhitning ifloslanishi, texnogen chiqindilar, radiatsiya, pestitsidlar, chekish, alkogol iste'moli va noto'g'ri ovqatlanish kabi omillar genetik tizimga bevosita zarar yetkazib, irsiy kasalliklarning faollashishiga olib keladi. Shu bois irsiyat va muhit o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni o'rganish inson genofondini asrash va sog'lom avlodni shakllantirishda alohida ahamiyat kasb etadi.

Atrof-muhit omillari va turmush tarzi irsiy kasalliklar rivojlanishida epigenetik mexanizmlar orqali ta'sir ko'rsatadi. Epigenetika – bu genetik informatsiyani o'zgartirmasdan, genlarning faolligini boshqaruvchi jarayon bo'lib, tashqi muhit ta'sirida gen ekspressiyasining o'zgarishiga sabab bo'ladi. Radiatsiya, og'ir metallar, havoning ifloslanishi va ultrabinafsha nurlar mutatsiyalar chaqirib, genetik kodni o'zgartiradi. Noto'g'ri ovqatlanish, stress, jismoniy harakatsizlik kabi turmush tarzi omillari esa irsiy kasalliklarga moyillikni kuchaytiradi. Ayniqsa, alkogol va nikotin iste'moli jinsiy hujayralarning genetik tuzilishiga zarar yetkazib, nasldan-naslga o'tuvchi genetik defektlarni yuzaga keltiradi.

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, sog'lom ovqatlanish, jismoniy faollik, toza ekologik muhit va zararli odatlardan voz kechish genlarning sog'lom faoliyat yuritishida muhim omil hisoblanadi. Shu sababli, irsiy kasalliklarning oldini olishda faqat tibbiy choralar emas, balki ekologik madaniyatni oshirish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish ham muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa qilib aytganda, irsiy kasalliklar rivojlanishida atrof-muhit omillari va inson turmush tarzi o'ta muhim rol o'ynaydi. Genetik omillar o'zgarmasdek tuyulsa-da, ular tashqi muhit ta'siriga sezgir bo'lib, epigenetik o'zgarishlar orqali turli kasalliklarning paydo bo'lishiga sabab bo'ladi. Shuning uchun ham sog'lom avlodni tarbiyalashda ekologik xavfsizlikni ta'minlash, zararli odatlardan voz kechish va sog'lom hayot tarzini shakllantirish har bir insonning burchi bo'lishi lozim. Faqatgina tibbiy, ekologik va ijtimoiy choralar uyg'unligi orqaligina irsiy kasalliklarning oldini olish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Jo'raqulov A., Karimov N. **Umumiy genetika.** – Toshkent: “O'zbekiston milliy ensiklopediyasi” nashriyoti, 2019.
2. G'ulomov S. va boshqalar. **Tibbiy biologiya va genetika.** – Toshkent: “Ibn Sino” nashriyoti, 2021.
3. Rahimova M. **Ekologiya va inson salomatligi.** – Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2020.
4. Bekmurodov U. **Epigenetika va zamonaviy genetika yutuqlari.** – Qarshi: QDU nashriyoti, 2022.
5. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. **Sog'lom turmush tarzini shakllantirish bo'yicha metodik qo'llanma.** – Toshkent, 2023.
6. Zaytsev G. M. **Genetika: nazariya va amaliyot.** – Moskva: “Akademkniga”, 2018.
7. Karimova D. **Atrof-muhitning inson genofondiga ta'siri.** – “Biologiya va tibbiyot” ilmiy jurnali, №3, 2023.