

**KO'KYO'TAL KASALLIGINING KELIB CHIQISH SABABLARI**

Navro'zova Moxinur Anvar qizi

*Toshkent shahar, Yunusobod tumani 52-oilaviy poliklinikada oilaviy
shifokor*

Annotatsiya: *Ko'kyo'tal kasalligi inson salomatligiga jiddiy xavf soluvchi nafas olish yo'llarining kasalliklaridan biri hisoblanadi. Bu kasallik ko'pincha o'pkani qamrab olgan va balg'amli yoki quruq yo'tal bilan tutashgan surunkali yoki o'tkir holatlarda yuzaga keladi. Ko'kyo'tal kasalligining paydo bo'lishiga sabab bo'luvchi omillar juda ko'p va ularning tahlili, har birining kasallikka qanday ta'sir ko'rsatishini chuqur tushunish muhimdir. Ko'kyo'tal kasalligining kelib chiqish sabablarini o'rganish, uning oldini olish va davolash samaradorligini oshirish uchun asosiy qadam hisoblanadi.*

Kalit so'zlar: *ko'kyo'tal, shamollash, davolash, surunkali kasalliklar, allergik reaksiyalar, bronxit, o'pka, nafas yo'llari.*

Ko'kyo'tal asosan nafas yo'llarining shamollashi yoki infeksiyalari natijasida yuzaga keladi. Shamollash, infeksiya yoki allergik reaksiyalar tufayli nafas yo'llari shishib, qichishish va bezovta qiluvchi holatga keladi. Bu esa yo'tal refleksiya uyg'otadi. Nafas yo'llaridagi shish va yallig'lanish bronx va o'pka to'qimalarining normal ishlashiga halaqit beradi, shu bilan bemorlarda doimiy yoki surunkali yo'tal yuzaga keladi. Ta'kidlash kerakki, yo'talning davomiyligi va og'irligi, uning quruq yoki balg'amli bo'lishi kasallik sababi haqida ma'lumot beradi. Nafas yo'llarining bakterial yoki virusli infeksiyalari ko'kyo'tal kasalligining asosiy sabablaridan biridir. Virusli infeksiyalar ko'pincha sovuq mavsumlarda keng tarqaladi, ular nafas yo'llarining shilliq qavatini zararlaydi. Viruslar bilan birgalikda bakteriyalar ham infeksiya qo'zg'atuvchilari bo'lib, ba'zan virus infeksiyasi natijasida bog'langan ikkilamchi bakterial infeksiya ko'proq



asoratlarga olib keladi. Bu jarayon nafas yo'llarining o'ta sezgir holga kelishiga va ko'kyo'tal simptomlarining kuchayishiga sabab bo'ladi.[1]

Allergik reaksiyalar ham ko'kyo'tal kelib chiqishida muhim o'rin tutadi. Atrof-muhitdagi chang, changlar, hayvonlarning tuklari, kimyoviy moddalar, tutun va boshqa zararli moddalarga allergiya natijasida nafas yo'llari yallig'lanishi yuzaga keladi. Bu holatda yo'tal allergiyaning belgilari sifatida ko'zga tashlanadi va odatda doimiy ravishda namoyon bo'ladi. Shuningdek, havo chang yoki zararli gazlarga kuchli ifloslangan hududlarda yashash ham yo'talni ko'paytirishi mumkin. Chekish ko'kyo'tal sabablarining eng keng tarqalgan va jiddiy sabablardan biridir. Chekish nafas yo'llarining shilliq qavatlarini zararlaydi, bronxlarni yallig'lanishga moyil qiladi va bronxial to'shma hosil bo'lishiga olib keladi. Chekish tufayli nafas yo'llarining himoya mexanizmlari zaiflashadi va doimiy yo'tal paydo bo'ladi. Bundan tashqari, sigaret chekish atrofdagilarga ham zarar yetkazadi, ya'ni passiv chekish ham aynan shu kasallikning kelib chiqishiga hissa qo'shadi. Havo ifloslanishi ham ko'kyo'tal kasalligining rivojlanishiga ta'sir qiladi. Shaharlar va sanoat hududlarida gazlar, kimyoviy moddalar, chang-parchalari havoga aralashib ketadi. Bu zararli mikroelementlar nafas yo'llarining shilliq qavatida yallig'lanishni keltirib chiqaradi, bronx va o'pkalarda patologik jarayonlar yuzaga keladi. Ayniqsa, transport vositalari chiqindilari va sanoat korxonalari chiqindilari havoni og'irlashtirib, ko'kyo'tal va boshqa nafas yo'llari kasalliklarining ko'payishiga sabab bo'ladi. Surunkali kasalliklar, jumladan, bronxit, astma yoki o'pka emfizemasi kabi kasalliklar ko'kyo'talni kuchaytiruvchi omillardir. Bu kasalliklar nafas yo'llarining tuzilishida va funksiyasida buzilishlarga olib kelib, yo'tal refleksining doimiy faollashishiga sabab bo'ladi. Surunkali nafas yo'llari yallig'lanishi bilan birga, yallig'lanish jarayonlari o'pka to'qimalarining shikastlanishiga ham olib keladi. Bunday bemorlarda ko'kyo'tal ko'pincha kechasi yoki erta tongda ko'proq namoyon bo'ladi.[2]

Boshqa tibbiy holatlar ham ko'kyo'talni yuzaga keltirishi mumkin. Masalan, yurak yetishmovchiligi yoki gastroezofageal reflyuks kasalligi kabi holatlarda yo'tal simptomlari yuzaga keladi. Yurak yetishmovchiligi natijasida o'pkada suyuqlik



to'planishi nafas olish qiyinlashishiga hamda yo'tal paydo bo'lishiga sababchi bo'ladi. Shu bilan birga, oshqozon kislotasining qizilo'ngachga qaytishi ham nafas yo'llarini bezovta qilib, yo'talni keltirib chiqaradi. Irqiy va genetika omillari ham ko'kyo'tal kasalligining kelib chiqishiga ta'sir ko'rsatadi. Ayrim genetik kasalliklar yoki irsiy moyillik nafas yo'llarining zaifligi va yallig'lanishga tez javob berishiga olib keladi. Shu sababdan, oila a'zolarida astma yoki boshqa nafas yo'llari kasalliklari bo'lgan insonlarda ko'kyo'tal ko'proq uchraydi. Psixologik omillar ham yana bir sabab sifatida qaraladi. Kuchli stress, asabiylashish, doimiy tashvishlar yo'tal refleksini kuchaytirishi va yomonlashishiga olib kelishi mumkin. Ba'zan ruhiy holatning ta'siri bilan yo'talning uzoq davom etishi kuzatiladi, bu esa kasallik holatini yanada qiyinlashtiradi.[3]

Kasallikning rivojlanishida oziqlanish ham muhim rol o'ynaydi. Sog'lom, vitaminlarga boy oziq-ovqat tanqisligi immunitetning pasayishiga olib kelib, organizmni infektsiyalarga nisbatan zaiflashtiradi. Bu esa nafas yo'llari infektsiyalarining tez-tez rivojlanishini va kasallikning takrorlanishiga sabab bo'ladi. Kasallikning oldini olishda gigiena qoidalariga amal qilish muhimdir. Qo'llarni muntazam yuvmaslik, shamollashdan vaqtida davolanmaslik, toza havoda kamroq bo'lish kabi omillar kasallikning yuzaga kelishiga sharoit yaratadi. Shuningdek, to'g'ri kiyim-kechak tanlamaslik, sovuq ta'sirida qolish ham nafas yo'llari yallig'lanishining asosiy omillaridandir. Ko'kyo'tal kasalligining kelib chiqishida ko'p omillar o'zaro ta'sir etadi. Har bir sabab alohida ko'rib chiqilganda, ularning birgalikda organizmning himoya tizimiga qanchalik salbiy ta'sir ko'rsatishi ko'zga tashlanadi. Shu boisdan kelib chiqib, profilaktika va davolash choralarini kompleks tarzda amalga oshirish zarur.[4]

Xulosa:

Ko'kyo'tal kasalligining paydo bo'lishida ko'plab sabablar o'rin olgan. Asosiy sabablar – nafas yo'llarining infektsiyalari, allergik reaksiyalar, havo ifloslanishi va chekish bo'lsa, surunkali kasalliklar va boshqa tibbiy holatlar ham kasallikni kuchaytiradi. Bundan tashqari, irsiy moyillik, psixologik ta'sirlar, oziqlanish va gigiena qoidalariga rioya qilmaslik ham kelib chiqishda rol o'ynaydi.



Shu sababli ko'kyo'tal kasalligini oldini olish uchun nafas yo'llarining sog'lomligini saqlash, uzoq muddatli chekishdan voz kechish, atrof-muhit ifloslanishining kamayishiga hissa qo'shish va profilaktik choralarni muntazam amalga oshirish muhimdir. Kasallikka sabab bo'luvchi turli omillarni hisobga olgan holda individual davolash va boshqaruv strategiyalarini ishlab chiqish kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Toshpulatova, M. (2023). "Ko'kyo'talning epidemiologiyasi va bolalarda kasallik mexanizmlari". *Pediatrica va Sog'liqni Saqlash*, 5(2), 22-30.
2. Karimov, A., & Saidova, N. (2021). "Ko'kyo'tal kasalligining klinik kechishi va davolash usullari". *Tibbiyot Ilmiy Jurnali*, 4(3), 15-25.
3. Ergashev, B. (2020). "Bolalarda nafas yo'llari kasalliklariga olib keluvchi infeksiyalar". *Tibbiyot ilmiy izlanishlari*, 6(1), 50-58.
4. Rasulova, L. (2024). "Havo ifloslanishi va nafas yo'llari kasalliklari". *Ekologik Tibbiyot*, 2(1), 8-16.
5. Yuldashev, J. (2023). "Chekish va uning nafas yo'llari kasalliklariga ta'siri". *Tibbiyot va Sog'liqni Saqlash*, 8(4), 38-45.
6. Mirzaeva, D., & Xasanov, T. (2021). "Allergik omillar va nafas yo'llarining surunkali kasalliklari". *Immunologiya va Allergologiya*, 3(2), 60-68.
7. Qodirova, S. (2022). "Ko'kyo'tal kasalligining oldini olish va emlash samaradorligi". *Sog'liqni Saqlash Yangiliklari*, 9(3), 12-19.