



OVQAT HAZM QILISH TIZIMI

Iskandarova Zumrad Dilmurod qizi

Olmalik Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi

Mutaxassislik fani o'qituvchisi

ANNOTATSIYA: *Ovqat hazm qilish tizimi (Systema digestorium) — organizmga tushgan oziq moddalarni mexanik va kimyoviy parchalanish, so'rilish hamda qoldiq moddalarni tashqariga chiqarish jarayonlarini ta'minlaydigan murakkab a'zolar majmuasidir. Inson organizmining normal hayot faoliyati ovqat hazm qilish tizimining to'g'ri ishlashiga bevosita bog'liq. Ushbu tizim orqali organizm tashqi muhitdan zarur oziq moddalarni qabul qiladi, ularni biologik faol shaklga keltiradi va hujayralar ehtiyoji uchun yetkazib beradi. Ovqat hazm qilish tizimi nafaqat hazm qilish, balki immun himoya, modda almashinuvi va energetik muvozanatni saqlashda ham muhim o'rin tutadi.*

Kalit so'zlar: *Ovqat hazm qilish tizimi, hazm yo'li, me'da, ingichka ichak, yo'g'on ichak, so'rilish, fermentlar, hazm bezlari, modda almashinuvi, ovqat hazm qilish jarayoni, gastrit, yara, gepatit, pankreatit va ichak disbakteriozi.*

Ovqat hazm qilish tizimining tuzilishi: Ovqat hazm qilish tizimi **hazm yo'li** va **hazm bezlaridan** iborat. Hazm yo'li a'zolari: og'iz bo'shlig'i, halqum, qizilo'ngach, me'da, ingichka ichak, yo'g'on ichak, to'g'ri ichak. Hazm bezlari: so'lak bezlari, jigar, me'da osti bezi. Bu a'zolar birgalikda ovqatni parchalaydi va organizm uchun zarur moddalarning o'zlashtirilishini ta'minlaydi. Ovqat hazm qilish jarayonining bosqichlari. Og'iz bo'shlig'ida hazm bo'lish. Ovqat tishlar yordamida maydalanadi, so'lak bilan aralashadi. So'lak tarkibidagi **amilaza fermenti** uglevodlarning dastlabki parchalanishini boshlaydi. Me'dada hazm bo'lish. Me'dada ovqat me'da shirasi ta'sirida kimyoviy qayta ishlanadi. **Xlorid kislota** mikroorganizmlarni yo'q qiladi, **pepsin fermenti** esa oqsillarni parchalaydi. Ingichka ichakda hazm va so'rilish. Ingichka ichakda hazm jarayoni yakunlanadi. Bu yerda



jigar ishlab chiqargan **o't suyuqligi** yog'larni emulsiya qiladi, pankreatik fermentlar esa oqsil, yog' va uglevodlarni oddiy molekulalarga parchalaydi. Oziq moddalar ichak so'rg'ichlari orqali qon va limfaga so'riladi. Yo'g'on ichakdagi jarayonlar. Yo'g'on ichakda suv va mineral moddalar qayta so'riladi, ichak mikroflorasi yordamida ayrim vitaminlar sintez qilinadi va najas shakllanadi.

Ovqat hazm qilish tizimining biologik ahamiyati. Ovqat hazm qilish tizimi: Organizmni energiya bilan ta'minlaydi. Modda almashinuvini boshqaradi. Immun himoyani kuchaytiradi. Umumiy sog'lomlikni saqlashga xizmat qiladi. Tizim faoliyatining buzilishi turli kasalliklar — gastrit, yara, gepatit, pankreatit va ichak disbakterioziga olib kelishi mumkin.

Xulosa

Ovqat hazm qilish tizimi inson organizmidagi eng muhim tizimlardan biri bo'lib, uning sog'lom faoliyati to'g'ri ovqatlanish, gigiyenaga rioya qilish va sog'lom turmush tarzi bilan chambarchas bog'liq. Ushbu tizimning ilmiy asosda o'rganilishi tibbiyot va biologiya fanlarida muhim ahamiyat kasb etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR (INTERNET MANBALARI)

1. **Sobirov A.S.** *Odam anatomiyasi va fiziologiyasi*. — Toshkent: O'qituvchi, 2018.
2. **Azizov R.A., Qodirov S.K.** *Inson fiziologiyasi*. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
3. **Guyton A.C., Hall J.E.** *Textbook of Medical Physiology*. — 14th edition. Elsevier, 2021.
4. **Ganong W.F.** *Review of Medical Physiology*. — McGraw-Hill Education, 2020.

[Internet saytlari](#)

[Ziynet](#)

[Daryo.uz](#)

[WebMD](#)

[Khan Academy ScienceDirecta](#)