



NAFAS OLISH A'ZOLARI KASALLIKLARI

Akbarova Jamila Abobakir qizi

*Olmalik Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi
mutaxassislik fani o'qituvchisi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada nafas olish tizimi kasalliklarining zamonaviy tasnifi, ularning kelib chiqish sabablari va 2026-yil boshidagi global respirator kasalliklar dinamikasi tahlil qilinadi. Tadqiqotda gripp, COVID-19 va RSV kabi virusli infeksiyalarning mavsumiy o'zgarishlari hamda ekologik omillarning surunkali kasalliklarga ta'siri yoritilgan.

Kalit so'zlar: Respirator kasalliklar, pnevmoniya, bronxial astma, gripp 2026, COVID-19, RSV, profilaktika, O'SOK.

Nafas olish tizimi kasalliklari butun dunyoda, jumladan O'zbekistonda ham aholi o'rtasida eng ko'p tarqalgan patologiyalar sirasiga kiradi. Ushbu kasalliklar yengil rinitdan tortib, hayot uchun xavfli bo'lgan og'ir pnevmoniya va o'pkaning surunkali obstruktiv kasalligigacha (O'SOK) bo'lgan spektrni qamrab oladi.

2025–2026 Yillarda Respirator Kasalliklar Dinamikasi

2026-yil yanvar holatiga ko'ra, global miqyosda quyidagi tendensiyalar kuzatilmoqda:

- **Mavsumiy viruslar:** 2025–2026 yilgi respirator mavsumda grippning A(H3N2) va A(H1N1) shtammlari faolligi yuqori bo'lib qolmoqda.
- **RSV va COVID-19:** Respirator-sinsitial virus (RSV) ayniqsa go'daklar va keksalar orasida gosptalizatsiya darajasini oshirgan. COVID-19 esa barqaror, ammo o'rtacha og'irlikdagi mavsumiy ko'rsatkichlarni namoyish etmoqda.
- **Bakterial infeksiyalar:** Ayrim hududlarda "yuruvchi pnevmoniya" (*Mycoplasma pneumoniae*) ko'rsatkichlari yuqoriligicha qolmoqda.

Kasalliklarning Kelib Chiqish Omili (Etiologiya)

Nafas a'zolari patologiyalariga quyidagi asosiy omillar ta'sir etadi:



1. **Ekologik omillar:** Havoning chang zarrachalari bilan ifloslanishi va sanoat chiqindilari.
2. **Iqlim o'zgarishi:** Orolbo'yi hududlaridagi iqlimiy o'zgarishlar nafas yo'llarining surunkali kasalliklarini keltirib chiqaruvchi muhim faktor hisoblanadi.
3. **Hayot tarzi:** Kashandalik va immunitetning pasayishi.

Diagnostika va Zamonaviy Davolash

2026-yilda nafas olish tizimi kasalliklarini tashxislashda **PEF-metriya** (cho'qqi ekspirator oqimi) usulidan foydalanish bronxlar obstruksiyasini erta aniqlashda muhim ahamiyatga ega. Davolashda nazorat qiluvchi va simptomlarni yengillashtiruvchi ingalyatsion preparatlardan foydalanish standart strategiya bo'lib qolmoqda.

Profilaktika

Kasalliklarning oldini olishda quyidagi choralar samarali hisoblanadi:

- **Vaksinalar:** Gripp va pnevmokokkga qarshi yillik emlash bolalar o'limini sezilarli darajada kamaytiradi.
- **Gigiyena:** Maskalardan foydalanish va qo'llarni muntazam yuvish virus tarqalishini cheklaydi.

Nafas olish a'zolari kasalliklari 2026-yilda ham sog'liqni saqlash tizimi uchun dolzarb muammo bo'lib qolmoqda. Atrof-muhit musaffoligini saqlash va aholi o'rtasida profilaktik emlash tadbirlarini kengaytirish ushbu kasalliklar asoratlarini kamaytirishning asosiy yo'lidir.

Inson nafas olish a'zolari kasalliklari ichida eng ko'p tarqalgan va ijtimoiy xavfli hisoblangan **Bronxial astma** misolida ushbu mavzuni chuqurroq yoritib beramiz.

Bronxial astma — nafas yo'llarining surunkali yallig'lanishi bo'lib, u bronxlar giperreaktivligi va nafas qisishi xurujlari bilan xarakterlanadi. 2026-yilgi ma'lumotlarga ko'ra, ekologik vaziyatning yomonlashishi (chang bo'ronlari, PM2.5 zarrachalari) ushbu kasallikning bolalar va yoshlar o'rtasida uchrash darajasini 12% ga oshirgan.



Etiologiya va Xavf omillari

Kasallik kelib chiqishiga ikki turdagi omillar sabab bo'ladi:

- **Ichki omillar:** Irsiy moyillik (atomiya).
- **Tashqi omillar (Triggerlar):**
 - Maishiy allergenlar (uy changi, kanalar).
 - Epidemiologik vaziyat (2025-2026 yillardagi virusli infeksiyalardan keyingi asoratlari).

- Iqlimiy omillar: Havo haroratining keskin o'zgarishi va havodagi chang miqdori.

Patogenez (Kasallikning rivojlanishi)

Bronxial astmada nafas yo'llari shilliq qavati doimiy yallig'langan holatda bo'ladi. Trigger (masalan, sovuq havo yoki chang) ta'sir qilganda:

1. Bronxlar mushaklari qisqaradi (**bronxospazm**).
2. Shilliq qavat shishadi.
3. Yopishqoq balg'am ajralishi ko'payadi.

Natijada havo yo'llari torayib, bemorda hushtaksimon nafas va bo'g'ilish paydo bo'ladi.

Zamonaviy Diagnostika (2026-yil standartlari)

Hozirgi kunda tashxis qo'yishda quyidagi usullar oltin standart hisoblanadi:

- **Spirometriya:** O'pkaning funksional holatini va bronxlar o'tkazuvchanligini tekshirish.

- **Peakflowmetriya:** Bemorning o'zi uy sharoitida nafas chiqarish tezligini nazorat qilishi.

- **FENO-test:** Nafas chiqarilayotgan havodagi azot oksidini o'lchash orqali yallig'lanish darajasini aniqlash.

Davolash strategiyasi (GINA 2025-2026 tavsiyalari)

Zamonaviy tibbiyot "Astmani nazorat qilish" tamoyiliga asoslanadi:

- **Bazis terapiya:** Ingalyatsion glyukokortikosteroidlar (masalan, Budesonid) — yallig'lanishni to'xtatadi.



- **Simptomatik davolash:** Qisqa muddatli bronxodilatatorlar (Salbutamol) — xuruj paytida yordam beradi.
- **Biologik terapiya:** Og‘ir holatlarda monoklonal antitanachalar (Omalizumab) qo‘llanilmoqda.

Bronxial astma butunlay davolanmaydigan, biroq to‘liq nazorat qilsa bo‘ladigan kasallikdir. 2026-yilda raqamli tibbiyot (smart-ingalyatorlar) yordamida bemorlarning hayot sifati sezilarli darajada yaxshilandi. Profilaktika maqsadida allergenlar bilan aloqani cheklash va nafas mashqlari tavsiya etiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. **Ubaydullayev, A.** *Nafas organlari kasalliklari.* — Toshkent: Ziyouz, 2024 (qayta nashr).
2. **Obidova, I. R.** *Nafas olish a‘zolari kasalliklari: zamonaviy yondashuvlar.* — Ilmiy Fokus jurnali, №26, 2025.
3. **CDC Report.** *2025-2026 Respiratory Disease Season Outlook.* — December 2025.
4. **Xamidova, F. M.** *Nafas a‘zolari kasalliklari klinik-morfologik xususiyatlari.* — Samarqand, 2022.