



GIGIYENIK OMILLARNING BOLALAR SALOMATLIGIGA TA'SIRI: EPIDEMIOLOGIK JIHAT

Andijon davlat chet tillari instituti

Ingliz filologiyasi , o'qitish metodikasi va tarjimashunoslik fakulteti

Filologiya va tillarni o'qitish yo'nalishi

2- kurs 215- guruh talabalari

Akbarova Mehriniso va Raxmatullayeva Nargiza

Ilmiy rahbar: Ra'no Aliyeva

Annotatsiya: Gigiyena—bu hayotimizning muhim qismiga aylangan omil hisoblanadi. Uning bolalar hayotiga ta'siri juda kuchlidir. Chunki bolalar salomatligi haqida gap ketganda, gigiyenik omillar muhim ahamiyat kasb etadi. Bunday muhim omillar: qo'l tozaligi, tish tozaligiga alohida e'tibor qaratgan bolalar salomatligi mustahkamlanadi va bunday omillarning rivojlanishi inson immun tizimini faollashtiradi .

Kalit so'zlar: gigiyena , epidemiologiya, bolalar, sog'lik

Аннотация: Гигиена является важной частью нашей жизни. Её влияние на жизнь детей особенно велико. Когда речь идет о здоровье детей, гигиенические факторы играют ключевую роль. Такие важные факторы, как чистота рук и уход за полостью рта, способствуют укреплению здоровья детей. Развитие этих привычек также активизирует иммунную систему человека.

Ключевые слова: гигиена, здоровье, эпидемиология, дети.

Annotation: Hygiene has become an essential part of our lives. Its impact on children's lives is very significant. When it comes to children's health, hygienic factors play a crucial role. Important factors such as hand hygiene and oral care contribute to strengthening children's health. The development of these habits also activates the

Keywords: hygiene, health, epidemiology, children.



Bolalar, albatta, gigiyenaga rioya qilishi va har qanday holatda ham tozalikka qat'iy bo'ysunishlari talab etiladi. Chunki sog'lik, ayniqsa gap bolalarning hayoti haqida ketganda, muhim ahamiyat kasb etadi. Bolalar gigiyenaga rioya qilishi va har doim sog'liqlarini asrashlari zarur. Gigiyenaga rioya etish har bir insondan talab etiladigan, muhim ahamiyatga ega bo'lgan jihat hisoblanadi. Epidemiologik jihatdan gigiyena shunday narsaki, har bir shaxs, ya'ni har bir individual inson nafaqat gigiyenik, balki epidemiologik tarafdin mukammal bo'lishlari zarur.

Epidemiologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bolalar kollektivlarida—maktabgacha ta'lim muassasalari, maktablar, sog'lomlashtirish oromgohlarida—yuqumli kasalliklarning tarqalishida gigiyenik omillarning yetarli darajada ta'minlanmaganligi asosiy xavf manbai hisoblanadi. Xususan, qo'l gigiyenasiga rioya qilmaslik oshqozon-ichak yo'li infeksiyalari (dizenteriya, salmonellyoz, rotavirus infeksiyasi) va nafas yo'llari kasalliklari (ORVI, gripp, COVID-19) tarqalishining asosiy sabablaridan biridir. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, oddiy sovun bilan qo'lni to'g'ri va muntazam yuvish orqali diareya kasalliklarining 40–50% gacha, o'tkir respirator infeksiyalarning esa 25% gacha oldini olish mumkin.

Bolalar organizmining fiziologik xususiyatlari—immun tizimining hali to'liq shakllanmaganligi, atrof-muhit bilan faol aloqada bo'lishlari, gigiyenik ko'nikmalarning yetarli darajada rivojlanmaganligi—ularni yuqumli kasalliklarga nisbatan ayniqsa himoyasiz qiladi. Shu sababli, gigiyenik omillar nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy ahamiyat kasb etadi. Bir bolada aniqlangan yuqumli kasallik, agar gigiyena qoidalariga rioya qilinmasa, tezda kollektiv bo'ylab tarqalib, epidemiya holatiga kelishi mumkin.

Bundan tashqari, tish gigiyenasiga e'tiborsizlik bolalarda karies, gingivit va boshqa stomatologik kasalliklarning rivojlanishiga olib keladi. Bu esa nafaqat og'iz bo'shlig'i, balki butun organizmning surunkali infeksiya manbaiga aylanib, yurak-qon tomir, buyrak va bo'g'im kasalliklarining kelib chiqishiga zamin yaratadi. Epidemiologik jihatdan, surunkali infeksiya o'choqlari bolaning immunitetini susaytiradi va uni boshqa infeksiyalarga nisbatan zaiflashtiradi.



Gigiyenik omillarning epidemiologik ta'sirini kamaytirishda quyidagi choratadbirlar muhim ahamiyatga ega:

1. Muntazam qo'l yuvish – ovqatlanishdan oldin, hojatxonadan keyin, ko'chadan qaytgach sovun bilan kamida 20 soniya davomida qo'l yuvish.

2. Tish va og'iz bo'shlig'i gigiyenasi – ertalab va kechqurun tishlarni yuvish, muntazam ravishda stomatologik ko'rikdan o'tish.

3. Atrof-muhit tozaligi – yashash va ta'lim olish joylarining muntazam nam tozalanishi, ventilyatsiya qilinishi.

4. Shaxsiy buyumlar gigiyenasi – sochiq, tish cho'tkasi, idish-tovoq kabi buyumlarning individual bo'lishi.

5. Emlash – yuqumli kasalliklarga qarshi profilaktik emlashlar gigiyenik tadbirlar bilan birgalikda epidemiologik himoyaning asosiy omili hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, gigiyenik omillar bolalar salomatligini saqlashda nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy-epidemiologik ahamiyatga ega. Bolalik davrida shakllantirilgan gigiyenik ko'nikmalar nafaqat individual salomatlikni mustahkamlaydi, balki jamiyatda yuqumli kasalliklarning tarqalish zanjirini uzishga xizmat qiladi. Shuning uchun oila, ta'lim muassasalari va sog'liqni saqlash tizimining hamkorlikda olib boradigan gigiyenik tarbiya ishlari epidemiologik xavfsizlikning asosiy kafolatidir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Kholmiraeva M., Alieva R. A. CHEST CIRCULATION OF PRIMARY SCHOOL PUPILS IN SECONDARY SCHOOLS LOCATED IN SOME DISTRICTS OF ANDIZHAN REGION SUMMARY //Интернаука. – 2020. – №. 42-2. – С. 30-33.

2. Таирова М. Б., Алиева Р. А. ВОПРОСЫ РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ У СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ. Finland International Scientific Journal of Education //Social Science & Humanities. – 2023. – Т. 11. – №. 5. – С. 1769-1777.

3. Алиева Р. А. Влияние туризма на физиологические особенности детей //Science and Education. – 2024. – Т. 5. – №. 11. – С. 262-269.



4. Aliyeva R. A. Stressful Conditions IN Students Affecting The Cardiorespiratory System Of The Body //TLEP–International Journal of Multidiscipline. – 2025. – Т. 2. – №. 5. – С. 88-90.
5. Кимсанова Г. А., Алиева Р. А. Влияние туркестерона и экдистерона на развитие активности альфа-амилазы у растущих крыс //Молодой ученый. – 2020. – №. 49. – С. 455-458.
6. Saidbaeva, L. M., Kholmiraeva, M. A., Aliyeva, R. A., & Sirojiddinova, S. (2022). MORPHOFUNCTIONAL CHARACTERISTICS OF THE HEALTH STATUS OF YOUNG SWIMMERS. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 2(11), 33-43.