

HOZIRGI YOSH LARDA SOCH TO‘KILISHI VA OQARISHI MUAMMOSIDA EKOLOGIK OMILLARNING TUTGAN O‘RNI VA METABOLIK TA‘SIRI

Ziyodbayev Husanjon
Osiyo xalqaro universiteti

Annotatsiya: Ushbu maqolada zamonaviy yoshlar o‘rtasida soch to‘kilishi (alopesiya) va sochning vaqtidan ilgari oqarishi (kanitiy) muammolarining keskin ko‘payishi hamda ushbu patologiyalarda noqulay ekologik muhitning tutgan o‘rni tahlil qilingan. Atmosfera havosining ifloslanishi, og‘ir metallar, ultrabinafsha nurlanish va kimyoviy reagentlarning soch follikulalariga salbiy ta‘siri hamda organizmdagi oksidativ stress jarayonlarini kuchaytirishi ilmiy nuqtai nazardan asoslangan. Yosh avlodning soch salomatligini asrash va atrof-muhitning zararli ta‘sirini kamaytirish bo‘yicha tibbiy-profilaktik hamda ekologik tavsiyalar ishlab chiqilgan.

Kalit so‘zlar: yoshlar salomatligi, soch to‘kilishi, erta oqarish, ekologik omillar, oksidativ stress, atmosfera ifloslanishi, toksinlar, trixologiya.

KIRISH

Hozirgi davrda yoshlar o‘rtasida nafaqat umumiy somatik kasalliklar, balki estetik va psixologik noqulayliklarga sabab bo‘luvchi trixologik muammolar ham keskin ko‘payib bormoqda. Ilgari asosan o‘rta va katta yoshdagi insonlar uchun xos bo‘lgan soch to‘kilishi hamda soch oqarishi jarayonlari bugungi kunda o‘smirlar va yigirma besh yoshgacha bo‘lgan yoshlar o‘rtasida ham tez-tez kuzatilmoqda. Ushbu holat yosh avlodning ruhiy-emotsional holatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatib, ijtimoiy depressiya va o‘ziga bo‘lgan ishonchning pasayishiga olib kelmoqda.

Ushbu muammolarning kelib chiqishida genetik moyillik va noto‘g‘ri ovqatlanish kabi an‘anaviy sabablar ko‘rsatilsa-da, zamonaviy tibbiyot va ekologiya sohasi vakillari asosiy e‘tibor hisoblangan global va regional atrof-muhit ifloslanishiga qaratmoqda. Urbanizatsiyaning jadallashishi, sanoat chiqindilarining ortishi va zararli kimyoviy moddalarning kundalik hayotga kirib kelishi inson organizmiga ichki va tashqi tomondan agressiv ta‘sir ko‘rsatmoqda. Shu bois, hozirgi yoshlarda soch patologiyalarining uchrashida ekologik omillarning tutgan o‘rnini o‘rganish va uning patogenetik mexanizmlarini ochib berish giddiy ilmiy dolzarblikka ega.

ASOSIY QISM

Atrof-muhit ifloslanishining soch to‘kilishiga ko‘rsatadigan salbiy ta‘siri birinchi navbatda atmosfera havosidagi mayda dispersion zarrachalar va zaharli gazlar bilan bog‘liqdir. Sanoat korxonalari va avtotransport vositalaridan havoga ajralib chiqadigan

uglerod oksidlari, azot angidridi hamda turli aerzollar bosh terisining ustki qatlamida to'planib, mikroskopik qobiq hosil qiladi. Ushbu kimyoviy qatlam soch ildizlarining normal nafas olishini to'sadi, teri osti mikrosirkulyatsiyasini buzadi va soch follikulalarining muddatidan oldin tanaffus, ya'ni to'kilish bosqichiga o'tishini tezlashtiradi.

Erta oqarish muammosida esa ekologik zaharli moddalar keltirib chiqaradigan oksidativ stress markaziy o'rinni egallaydi. Atrof-muhitdagi tutun, og'ir metallar tuzlari va ultrabinafsha nurlarning normadan ortiqcha ta'siri organizmda erkin radikallarning haddan ziyod ko'payib ketishiga sabab bo'ladi. Erkin radikallar sochga rang beruvchi melanin pigmentini ishlab chiqaradigan melanotsit hujayralarini shikastlaydi va ularning faoliyatini to'xtatadi. Natijada soch poyasi o'zining tabiiy rangini yo'qotib, ichki qismi havo pufakchalari bilan to'ldi va oq rangga kiradi.

Bunda yoshlar yashaydigan hududlardagi ichimlik suvi tarkibi va tuproq sifati ham bevosita rol o'ynaydi. Sanoat chiqindilari sababli suv havzalarida kadmiy, qo'rg'oshin va simob kabi og'ir metallarning to'planishi oziq-ovqat zanjiri orqali inson organizmiga o'tadi. Ushbu toksik elementlar soch follikulasidagi keratin oqsili sintezini ingibirleydi, ya'ni sekinlashtiradi. Keratin yetishmovchiligi oqibatida sochlar o'zining elastikligini yo'qotib, sinuvchan bo'lib qoladi va eng kichik mexanik ta'sir ostida ham to'kilib ketaveradi.

Biroq bugungi kunda ushbu muammolarga qarshi kurashishda kompleks tibbiy-ekologik yondashuv yetishmaydi. Ko'p hollarda yoshlar soch to'kilishi yoki oqarishi boshlanganda faqatgina tashqi kosmetik vositalardan, turli shampun va niqoblardan foydalanish bilan cheklanadilar. Bunday vositalar esa muammoning ichki va ekologik sabablarini bartaraf etmaydi, balki vaqtinchalik samara beradi, xolos. Shuningdek, trixolog shifokorlar va ekologlar o'rtasida muammoning hududiy ekologik xaritasini tuzish hamda unga mos dori-darmonlar majmuasini ishlab chiqish bo'yicha tizimli hamkorlik yo'lga qo'yilmagan.

Mazkur kamchiliklarni bartaraf etish uchun birinchi navbatda yoshlar o'rtasida ekologik madaniyat va shaxsiy gigiyena qoidalarini kuchaytirish lozim. Havo ifloslanish darajasi yuqori bo'lgan shahar sharoitida bosh terisini zararli zarrachalardan himoya qilish uchun maxsus antioksidant xususiyatga ega bo'lgan parvarishlash vositalaridan foydalanish zarur. Shuningdek, yoshlarning kundalik ratsioniga atrof-muhit toksinlariga qarshi kurashuvchi darmondorilar, xususan, sink, selen, mis va turli tabiiy antioksidantlarni kiritish orqali organizmning umumiy rezistentligini, ya'ni chidamliligini oshirish choralari ko'rilishi shart.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, hozirgi yoshlarda kuzatilayotgan soch to'kilishi va vaqtdan ilgari oqarishi faqatgina estetik muammo bo'lmay, balki atrof-muhit ekologik holatining yomonlashuvidan darak beruvchi biologik indikatoridir. Atmosfera

havosining ifloslanishi, og‘ir metallar toksikozi va oksidativ stress jarayonlari yoshlarning soch follikulalari faoliyatini susaytirib, patologik o‘zgarishlarga sabab bo‘lmoqda. Ushbu muammoni muvaffaqiyatli hal etish uchun faqatgina individual davolash emas, balki keng ko‘lamli ekologik sog‘lomlashtirish tadbirlari ham talab etiladi.

Kelgusida yosh avlod salomatligini saqlash maqsadida sanoat shaharlarida yashil hududlarni ko‘paytirish, atmosfera havosining tozaligini nazorat qiluvchi zamonaviy ekologik filtrlardan foydalanish tizimini yanada takomillashtirish lozim. Tibbiyot muassasalarida yoshlar uchun ekologik omillar ta‘sirini kamaytirishga qaratilgan bepul maslahatxonalar tashkil etish maqsadga muvofiqdir. Tibbiy va ekologik tashkilotlarning birgalikdagi faoliyati, shuningdek, yoshlar o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini faol targ‘ib qilish kelajakda trixologik kasalliklarning kamayishini va sog‘lom genofond shakllanishini kafolatlaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Ahmadov R. M. *Ekologik omillarning inson morfologiyasi va soch patologiyalariga ta‘siri*. – Toshkent: Fan, 2022. – 138 b.
2. Trüeb R. M. *The impact of environmental factors on hair health and premature aging // International Journal of Trichology*. – 2021. – Vol. 13, No. 2. – pp. 45-56.
3. Qodirov S. S. *Zamonaviy shahar ekologiyasi va yoshlar salomatligi muammolari*. – Toshkent: O‘qituvchi, 2023. – 164 b.
4. Korta D. X. *Oxidative stress and premature graying of hair in young population // Journal of Dermatological Science*. – 2020. – Vol. 98, No. 4. – pp. 210-218.
5. Ismoilova N. A. *Atrof-muhit toksinlarining organizm darmondori balansiga ta‘siri va trixologik kasalliklar profilaktikasi // Tibbiyot jurnali*. – Toshkent, 2021. – № 2. – 72-79 b.