

## ENDEMIK KASALLIKLARNING OLDINI OLISHNING GIGIYENIK ASOSLARI

*Ahmadjonov Diyorbek*

*Farg`ona jamaot salomatligi tibbiyot instituti talabasi*

*Ilmiy rahbar: Azimova Mayram Kurbanovna*

*Farg`ona jamaot salomatligi tibbiyot instituti*

*[mayram.azimova@mail.ru](mailto:mayram.azimova@mail.ru)*

### ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada endemik kasalliklarning kelib chiqish sabablari, ularning tarqalishiga ta'sir etuvchi tabiiy, ekologik va ijtimoiy omillar tahlil qilingan. Shuningdek, endemik kasalliklarning oldini olishda gigiyenik chora-tadbirlarning ahamiyati, xususan suv, ovqatlanish, shaxsiy gigiyena va sanitariya nazoratining o'rni keng yoritilgan. Aholi salomatligini saqlash va kasalliklarni kamaytirishda profilaktik tadbirlarning samaradorligi asoslab berilgan.

**Kalit so'zlar:** endemik kasalliklar, gigiyena, profilaktika, sanitariya, ekologiya, ovqatlanish gigiyenasi, ichimlik suvi, mikroelementlar, yod yetishmovchiligi, sog'lom turmush tarzi

### Kirish

Endemik kasalliklar — muayyan geografik hududda uzoq muddat davomida saqlanib qoladigan va shu hudud aholisi orasida muntazam uchraydigan kasalliklardir. Ularning kelib chiqishi tabiiy-geografik, iqlimiy, ekologik va ijtimoiy omillar bilan bevosita bog'liq.

Bugungi kunda global sog'liqni saqlash tizimida endemik kasalliklar muhim muammo hisoblanadi, chunki ular nafaqat aholi salomatligiga, balki iqtisodiy rivojlanishga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli ularni oldini olishda gigiyenik yondashuv muhim o'rin tutadi.

## **Endemik kasalliklarning epidemiologik xususiyatlari**

Endemik kasalliklar quyidagi belgilar bilan ajralib turadi:

Hududga bogʻlanganligi

Uzoq muddat davomiyligi

Aholi orasida nisbatan barqaror kasallanish darajasi

Tabiiy oʻchoqlarning mavjudligi

### **Epidemiologik zanjir:**

Infeksiya manbai (odam, hayvon)

Yuqish yoʻllari (suv, oziq-ovqat, hasharotlar)

Qabul qiluvchi organizm

## **Endemik kasalliklarning etiologik omillari**

### **1. Tabiiy-geografik omillar**

Iqlim (issiq, nam muhit)

Tuproq tarkibi (mikroelement yetishmovchiligi yoki ortiqqligi)

Suv sifati

Masalan: togʻli hududlarda yod tanqisligi koʻproq uchraydi

### **2. Biologik omillar**

Mikroorganizmlar (bakteriya, virus)

Parazitlar

Hasharotlar (chivinlar, kanalar)

### **3. Ijtimoiy-gigiyenik omillar**

Sanitariya sharoitining pastligi

Aholining gigiyenik savodxonligi yetishmasligi

Toza suv yetishmasligi

Ovqatlanish muammolari

## **Endemik kasalliklarning keng tarqalgan turlari**

### **1. Yod yetishmovchiligi kasalliklari**

Endemik buqoq

Aqliy rivojlanishning susayishi

Sababi: yodning suv va oziq-ovqatda kamligi

### **2. Temir tanqisligi anemiyasi**

Qon gemoglobinining pasayishi

Charchoq, immunitet pasayishi

### **3. Ftor bilan bog‘liq kasalliklar**

Ftor yetishmovchiligi → kariyes

Ftor ortiqqligi → ftoroz

### **4. Parazitar kasalliklar**

Gelmintozlar

Teniarinxoz

Askaridoz

### **5. Infekсион endemiyalar**

Bezgak

Ichburug‘ (dizenteriya)

Gepatit A

## **Gigiyenik profilaktikaning ilmiy asoslari**

Gigiyenik profilaktika — kasalliklarning oldini olishga qaratilgan ilmiy asoslangan choralar tizimi.

### **Asosiy prinsiplar:**

Sababni bartaraf etish

Muhitni sogʻlomlashtirish

Organizmni mustahkamlash

## **Gigiyenik chora-tadbirlarning kengaytirilgan tizimi**

### **1. Suv gigiyenasi**

Ichimlik suvini dezinfeksiya qilish (xlorlash, qaynatish)

Markazlashtirilgan suv taʼminoti

Ochiq suv manbalarini himoya qilish

Suv orqali yuqadigan kasalliklar: gepatit A, ichak infeksiyalari

### **2. Tuproq gigiyenasi**

Chiqindilarni toʻgʻri utilizatsiya qilish

Kanalizatsiya tizimini rivojlantirish

Qishloq xoʻjaligida gigiyena qoidalariga rioya qilish

### **3. Havo gigiyenasi**

Atmosfera ifloslanishini kamaytirish

Yashil hududlarni koʻpaytirish

Ishlab chiqarish korxonalarini nazorat qilish

### **4. Ovqatlanish gigiyenasi (kengaytirilgan)**

Mikro va makroelementlar balansini taʼminlash

Vitaminlashtirish dasturlari

Oziq-ovqat xavfsizligini nazorat qilish

Profilaktika:

Yodlangan tuz

Temir preparatlari

Vitamin komplekslari

### **5. Shaxsiy gigiyena (chuqurlashtirilgan)**

Qo‘l yuvish texnikasi

Shaxsiy gigiyena vositalaridan foydalanish

Bolalarda gigiyenik ko‘nikmalarni shakllantirish

### **6. Epidemiologik nazorat**

Kasalliklarni monitoring qilish

Statistik tahlil

Epidemiyaga qarshi choralar

### **7. Dezinfeksiya, dezinseksiya, deratizatsiya**

Dezinfeksiya — mikroblarni yo‘q qilish

Dezinseksiya — hasharotlarga qarshi kurash

Deratizatsiya — kemiruvchilarni yo‘q qilish

### **8. Tibbiy profilaktika (keng)**

Skrining tekshiruvlar

Profilaktik davolash

Immunizatsiya

## **9. Ijtimoiy profilaktika**

Aholining turmush sharoitini yaxshilash

Toza ichimlik suvi bilan ta'minlash

Sanitariya madaniyatini oshirish

### **Endemik kasalliklarda xavf guruhlari**

Bolalar

Homilador ayollar

Qishloq aholisi

Immuniteti past shaxslar

### **O'zbekistonda endemik kasalliklarga qarshi kurash**

#### **Davlat dasturlari:**

Yod yetishmovchiligi profilaktikasi

Temir tanqisligi bilan kurash

Sanitariya-epidemiologik nazorat tizimi

#### **Amaliy chora-tadbirlar:**

Yodlangan tuz majburiyligi

Maktablarda tibbiy ko'rik

Ichimlik suvini yaxshilash

### **Gigiyenaning zamonaviy yo'nalishlari**

Ekologik gigiyena

Radiatsion gigiyena

Ijtimoiy gigiyena

## Ovqatlanish gigiyenasi

### **Xulosa**

Endemik kasalliklar ko‘p omilli muammo bo‘lib, ularni faqat kompleks yondashuv orqali kamaytirish mumkin. Gigiyenik chora-tadbirlar — eng samarali va iqtisodiy jihatdan foydali profilaktika usuli hisoblanadi.

Aholining gigiyenik savodxonligini oshirish, ekologik muhitni yaxshilash va sog‘lom turmush tarzini shakllantirish orqali endemik kasalliklarning oldini olish mumkin.