

GIGIYENA RIVOJLANISH TARIXI VA UNING AHAMIYATI

Ungbayeva Dilorom Urozovna

Axmedova Feruza Egamberdievna

Chilonzor Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi

Annotatsiya Ushbu maqolada gigiyena rivojlanish tarixi, gigiyena talablarini amalga oshirishga qaratilgan amaliy chora-tadbirlar, qadimgi hind va xitoy qonunlari, qadimgi Yunoniston olimlari, gigienik tadqiqotning keng qo'llanilish usullari, klinik usullar atrof-muhit omillari, epidemiologik usullardan foydalanish, sotsiologik tadqiqotlar va sanitariya-statistik usullar, O'rta Osiyoda gigiyenaning rivojlanish tarixi haqida so'z yuritilgan.

Kalit so'zlari: gigiyena, chora-tadbirlar, qadimgi hind va xitoy qonunlari, qadimgi Yunoniston olimlari, gigienik tadqiqotlar, epidemiologik usullar, sotsiologik tadqiqotlar, sanitariya-statistik usullari, O'rta Osiyoda gigiyenasi.

Абстракт В этой статье история развития гигиены, практические меры, направленные на реализацию гигиенических требований, древнеиндийские и китайские законы, древнегреческие учёные, широко используемые методы гигиенических исследований, клинические методы, факторы внешней среды, применение эпидемиологических методов, социологические исследования и санитарно-статистические методы, обсуждается история развития гигиены в Средней Азии.

Ключевые слова: гигиена, меры, древнеиндийские и китайские законы, древнегреческие учёные, гигиенические исследования, эпидемиологические методы, социологические исследования, санитарно-статистические методы, гигиена в Средней Азии.

RESUME

This article covers the history of hygiene development, practical measures aimed at implementing hygiene requirements, ancient Indian and Chinese laws, ancient Greek scientists, widely used methods of hygiene research, clinical methods, environmental factors, the use of epidemiological methods, sociological research and sanitary-statistical methods, and discusses the history of hygiene development in Central Asia.

Keywords: hygiene, measures, ancient Indian and Chinese laws, ancient Greek scientists, hygienic research, epidemiological methods, sociological research, sanitary-statistical methods, hygiene in Central Asia.

Qadimgi yunonlar salomatlik ma'budasini qo'lida suv bilan to'ldirilgan piyola ushlab turgan yosh ayol sifatida tasavvur qilganlar. Ular uni sog'liq xudosi Eskulapiyning qizi deb bilishgan va unga "gigieia" nomini berishgan. Bu yerda "gigiyena" so'zi kelib chiqadi. Gigiyena talablarini amalga oshirishga qaratilgan amaliy chora-tadbirlar majmui "sanitariya" tushunchasidan farqlash kerak bo'ladi.

Qadimgi hind va xitoy qonunlarida (miloddan avvalgi 3000-4000-yillar) ovqatlanish va kundalik rejim, mehnat qilish va dam olish tartibi to'g'risida ko'rsatmalar bor. Ularda badanni toza tutish zarurligi gapirib o'tiladi, murdalarni ko'mish qoidalari ma'lum qilinadi va hokazo. Eramizdan 1500 yil ilgari Misrda axlatlarni yo'qotish va botqoqliklarni quritish ishlari uyushgan holda o'tkazilgan, sug'orish sistemalari va vodoprovodlar barpo etilgan. Qadimgi Yunoniston va Spartada yoshlarni salomatligini rivojlantirishga katta ahamiyat berilgan, olimpiya sport musobaqalari o'tkazish orqali ularni jismoniy xolatini tutib turilgan. Afinada oqova suvlarni yo'qotish uchun kanalizatsiya qurilgan. Bu joyda uylar qurish va ovqat masalliklarini sotish ustidan sanitariya nazorati ham tashkil etilgan. Yuqumli kasalliklarga qarshi kurashish uchun Qadimgi Yunonistonda binolar oltingugurt va xushbo'y kimyoviy moddalar tutatib dudlangan.

Qadimgi Yunonistonning buyuk shifokori Gippokrat (miloddan avvalgi 460-477-yillar) gigiyena masalalariga bag'ishlangan "Sog'lom turmush maromi to'g'risida", "Havo, suv va joylar to'g'risida" deb nomlangan asarlarida tashqi muhitning odam salomatligiga ta'sir qilish jihatlari haqida so'z yuritilgan.

Gigiyena - bu atrof-muhitning turli omillari va ishlab chiqarish faoliyatining inson salomatligi, mehnat qobiliyati va umr ko'rish davomiyligiga ta'sirini o'rganadigan fan. Gigiyenaning eng muhim vazifalaridan biri insonning yashash va mehnat sharoitlarini yaxshilashga qaratilgan profilaktika choralarini ishlab chiqishdir. Gigiyena profilaktik tibbiyotning ilmiy asosi bo'lib xizmat qiladi.

Gigiyena barcha tibbiyot fanlari bilan, shuningdek, kimyo, biologiya, fizika, matematika, ijtimoiy fanlar va boshqalar bilan chambarchas bog'liqdir. Gigiyena epidemiologiya bilan bevosita bog'liq bo'lib, u yuqumli kasalliklarga qarshi kurashda gigiyena tavsiyalari va sanitariya choralarini keng qo'llaydi.

Gigienik tadqiqotning keng qo'llaniladigan turli usullarini ikkita asosiy guruhga birlashtirish mumkin:

- 1) atrof-muhit omillarining igienik holatini o'rganadigan usullar;
- 2) tananing u yoki bu tashqi omillar ta'siriga munosabatini baholashga imkon beruvchi usullar.

Har qanday igienik tadqiqot sanitariya tavsifi bilan boshlanadi. Gigiyena fanining shakllanish davrida bu usul yagona bo'lib, hozirgi davrda ham o'z ahamiyatini yo'qotmagan. Bu sizga kuzatuv ob'ektining holatini tavsiflash, zarur laboratoriya tekshiruvlarining hajmi va xarakterini belgilash imkonini beradi, ularning yordamida sanitariya holati ob'ektiv baholanadi. Biroq, atrof-muhit omillarini chuqur miqdoriy va sifat jihatidan baholash uchun sanitariya tavsifi etarli emas. Shuning uchun fizik, kimyoviy, bakteriologik, toksikologik, klinik, statistik va boshqa usullar qo'llaniladi.

Jismoniy usullar binolarning mikroiqlim sharoitlarini baholash, shovqin va tebranish parametrlarini, termal nurlanish darajasini va boshqalarni o'lchash imkonini beradi.

Kimyoviy tadqiqot usullari zararli moddalar tarkibini aniqlash, suv sifatini baholash (uning tuz tarkibi, ifloslanish ko'rsatkichlari va boshqalar), oziq-ovqat

mahsulotlarining biologik qiymati va boshqalarni aniqlash uchun havo muhitini tahlil qilish uchun ishlatiladi.

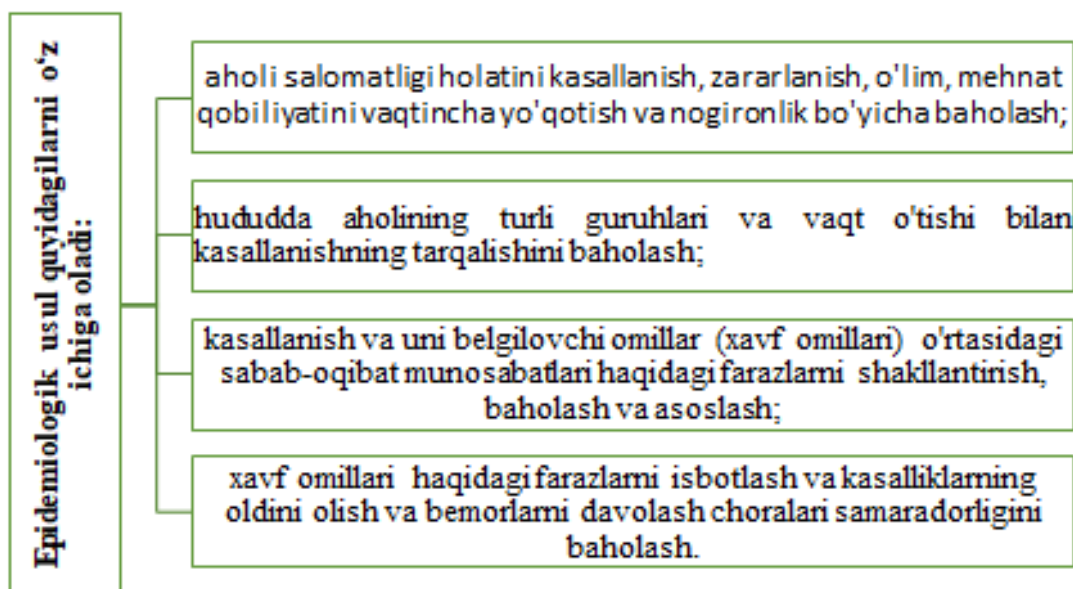
Hozirgi vaqtda gigienik tadqiqotlar amaliyotiga ko'plab fizik-kimyoviy va radiologik usullar kiritilmoqda. Ular juda sezgir, aniq va aniq. Ba'zi hollarda ekspress usullar (tezlashtirilgan) qo'llaniladi. Xromatografiya-mass-spektrometriya, gaz xromatografiyasi, atomik yutilish, polarografiya va spektrofotometriya eng istiqbolli usullardan iborat. Ular havo, suv, tuproq, biologik materiallar va boshqa muhitdagi kimyoviy moddalarni aniqlash va miqdorini aniqlash uchun ishlatiladi.

Bakteriologik usullar havo, suv, tuproq, oziq-ovqat mahsulotlari va yuqumli kasalliklar qo'zg'atuvchilari yuqishi mumkin bo'lgan boshqa ob'ektlarning bakterial ifloslanishini baholash uchun ishlatiladi.

Toksikologik va biologik usullardan foydalangan holda, ayniqsa hayvonlar ustida o'tkazilgan tajribalarda, kimyoviy birikmalarning organizmga ta'sirining tabiati baholanadi va suv, havo va tuproqdagi ruxsat etilgan maksimal kontsentratsiyalar (MAC), ruxsat etilgan qoldiq miqdorlar (MRL) yoki maksimal ruxsat etilgan darajalar (MLL) kimyoviy moddalar tashkil etilgan.

Klinik usullar atrof-muhit omillari ta'sirida tanadagi o'zgarishlarni aniqlash imkonini beradi. Bu kasalxonalar va klinikalarda klinik kuzatuv paytida yoki ish joyida klinik tekshiruv vaqtida amalga oshiriladi.

Epidemiologik usullardan foydalanishda atrof-muhitning ifloslanishining aholiga oqibatlarini aniqlash, o'rganilayotgan ta'sirlarning miqdoriy hajmini aniqlash, biosfera ifloslantiruvchi moddalar va inson salomatligi o'rtasidagi sabab-ta'sir munosabatlarini o'rnatish imkonini beradi.



Sotsiologik tadqiqotlar va sanitariya-statistik usullar bir qator hodisalarni, xususan, aholining tabiiy harakati dinamikasini (tug'ilish, o'lim, aholining o'sishi), kasallanish, jismoniy rivojlanish va boshqalarni tahlil qilish va aniqlash imkonini beradi.

Gigienik tadqiqotlarda atrof-muhit omillari va aholi salomatligini o'rganish uchun turli usullardan keng foydalanish sanitariya-epidemiologik osoyishtalikni ta'minlash va salomatlikni saqlashga qaratilgan qonunchilik, me'yoriy hujjatlar, gigiyena qoidalari va boshqa chora-tadbirlarni ishlab chiqishni ilmiy asoslash imkonini beradi.

Mamlakatimizda gigiyena fanining va sanitariya-epidemiologiya xizmatining uzoq muddatli rivojlanishi qabul qilingan, fuqarolarning sog'lig'ini muhofaza qilish to'g'risidagi qonun hujjatlari asoslari bilan belgilangan. Zamonaviy sharoitda jamiyat salomatligi ko'p jihatdan uning sanitariya-epidemiologik osoyishtaligi, fuqarolarning xavfsiz yashash muhitiga bo'lgan huquqlarining real ta'minlanishi va kasalliklarning oldini olish bilan belgilanishi ushbu hujjatning muhim qoidalaridan biri hisoblanadi. Bugungi kunda mamlakat milliy xavfsizligining eng muhim omillaridan biri aholi salomatligini muhofaza qilish ekanligi e'tirof etilgan.

Salomatlik mehnat salohiyatining zarur sharti, davlat boshqaruvi samaradorligining asosiy mezonini hisoblanadi. Ushbu ta'riflarga to'liq mos ravishda va ularni amalga oshirish maqsadida 1999 yilda "Aholining sanitariya-epidemiologik farovonligi to'g'risida" qonuni qabul qilingan, bu bizning tariximizda birinchi marta. Mamlakatda fuqarolarning sog'lig'ini va qulay atrof-muhitni muhofaza qilish bo'yicha konstitutsiyaviy huquqlarini amalga oshirishning asosiy shartlaridan biri sifatida aholining sanitariya-epidemiologik osoyishtaligini ta'minlash sohasidagi jamoat munosabatlarini tartibga solish qonunchilik darajasida joriy etildi. Quyidagi aholi salomatligini muhofaza qilish va turmush sharoitini yaxshilashga katta e'tibor qaratilgan: "Atmosfera havosini muhofaza qilish to'g'risida", "Oziq-ovqat mahsulotlarining sifati va xavfsizligi to'g'risida", "Oziq-ovqat mahsulotlarini himoya qilish to'g'risida".

O'rta Osiyoda gigiyenaning rivojlanish tarixi.

O'rta Osiyoda gigiyenaning rivojlanishi o'ziga xos tarixga ega bo'lib, qadim zamonlarda O'rta Osiyo aholisi o'z iqlim sharoitlaridan kelib chiqqan holda qanday hayvon va o'simlik mahsulotlaridan iste'mol qilish mumkinligi, suv manbalaridan foydalanish va issiq iqlim sharoitida yashash joylarni qurish, kiyinish to'g'risida yetarli ma'lumotga ega bo'lgan. Feodalizm davrida O'rta Osiyoda barcha fanlar qatori tibbiyot fanining ham rivojlanishi kuzatiladi. Bunga sabab, aholi iqtisodiyoti va madaniyatining yuksalishi, ko'p shaharlar orqali qadimgi ipak yo'lining o'tishi bo'lgan. Karvonlarning cho'l hududi va sahroda, o'rmonda otlardan, tuyalarda quyoshning issiq nuri ta'sirida, suvsiz yerlarda harakatlanishi murakkab bo'lgan. Aholining bir davlatdan ikkinchi davlatga harakati natijasida tarqalishi mumkin bo'lgan yuqumli kasalliklarning oldini olish choralari topish o'sha davrning muamolarida biri bo'lgan. Qadimgi Buxoroda yuqumli kasallik bilan hastalanlarni yakkalash tartibi yo'lga qo'yilgan bo'lib, alohida xonalarga joylashtirish va shaxsiy gigiyena qoidalariga rioya qilish talab etilgan.

Arxeologik topilmalardan shunisi aniqki, O'rta Osiyoda tibbiyot fani juda qadim zamonlarda ham mavjud bo'lganligi bilish mumkin. Masalan, Quva shahrida sopoldan qilingan vodoprovod quvurlarining qoldiqlari topilganligi, eng katta qazilma boylik Afrosiyob shahrida topilganligi, u yerdagi vodoprovod va kanalizatsiya qurilmalari

yo'lga qo'yilganligi Qadimgi Rim qurilmalarini yodga soladi. Bu xalq sog'lig'ini saqlashda toza suvga va tashqi muhit sanitariya holatini saqlashda kanalizatsiyaga katta ahamiyat berilganligining dalolat.

Eron va O'rta Osiyo xalqlarining ilohiy kitobi hisoblangan "Avesto"da diniy urf-odatlar bilan bir qatorda gigiyenik ma'lumotlar ham keltirilgan.

Ushbu ma'lumotlarni O'rta Osiyo xalqlari tibbiyotiga oid ilk yozma ma'lumot deyish mumkin. O'rta Osiyo xalqlarining tibbiyotga oid yozma ma'lumotlari feodalizmning eng rivojlangan davriga (IX-XII asrlar) to'g'ri keladi. Shu davrda yashagan va ijod qilgan olimlardan Abu Bakr ar-Roziy hamda Abu Ali ibn Sinolarni namuna sifatida keltirish mumkin.

Abu Bakr ar-Roziy tashqi muhit omillarining odam organizmiga ta'sirini chuqur o'rgangan va tashqi muhitning salbiy ta'siridan saqlanish chora-tadbirlari to'g'risida o'z mulohazalarini bildirib o'tgan.

Abu Bakr ar-Roziy jahonda birinchi bo'lib chechakning oldini oluvchi chora sifatida emlashni tavsiya qilgan va uni qanday amalga oshirish kerakligini batafsil bayon qilgan.

Abu Ali ibn Sinoning butun hayot faoliyati inson salomatligini saqlash, kasalliklarning oldini olish, davolashga bag'ishlangan. Tibbiyot olamida Abu Ali ibn Sinoning tabarruk nomi Gippokrat va Gelen kabi buyuk shifokorlar bilan bir qatorda tilga olinadi. Abu Ali ibn Sinoning tibbiyotga doir asarlari bir necha asrlar davomida tibbiyot fanining nazariy va amaliy asosi bo'lib keldi. Uning shoh asari "Kitob al qonun fit tibb" ("Tib ilmi qonuni") bir qator tillarda tarjima qilinib, bir necha asrlar davomida Yevropa dorilfununlarida asosiy qo'llanma sifatida o'qitilib kelishgan.

Abu Ali ibn Sino ichki va tashqi muhit (ovqat, havo, suv, iqlim, turmush sharoitlari va b.lar)ning kasallik paydo bo'lishida muhim rol o'ynashini ko'rsatib bergan. Ibn Sino tabiatda suv, havoda yashovchi ko'zga ko'rinmaydigan mayda hayvonlar (ya'ni mikroblar) yuqumli kasalliklarni keltirib chiqaradigan hamda tarqatadigan vositalardan iborat, degan fikrni olg'a surdi. U kasalliklarning oldini olish, ularning tarqalishiga yo'l qo'ymaslik uchun ozodalik tartib-qoidalariga rioya qilish, suvni qaynatib ichish kerakligini ta'kidlagan. Ibn Sino mikroblar yuqumli kasalliklarni keltirib chiqaruvchi va tarqatuvchilari ekanligini Lui Pasterdan 8 asr avval isbotlab berdi.

Ibn Sino organizmning turli kasalliklarga chalinmasligi uchun chiniqtirish, shaxsiy gigiyena tartib-qoidalariga rioya qilish kerakligini ta'kidlagan. Abu Ali ibn Sino tib ilmini rivojlantirish bilan birga, kasalliklarni oldini oluvchi, odamni muhofaza qiladigan tadbirlar, ya'ni profilaktika amallaridan keng foydalanishni tavsiya qilgan. Avvalo, insonning pokizaligi, tabiatning musaffo havodan iboratligi, ovqatlanishning rejaliligi, hammom, jismoniy tarbiyaning zarurligini buyuk tabib ravon izohlab berdi.

O'zbekiston Respublikasida gigiyena fanining rivojlanishiga o'zining serqir ra faoliyati bilan ulkan hissa qo'shgan olimlar qatorida A.Z.Zohidov, S.N.Bobojonov, K.S.Zoirov va boshqalar nomlarini aytib o'tish mumkin.

A.Z. Zohidov - k o'p qirrali gigiyenist olim, tibbiyot fanlari doktori, professor, Tibbiyot fanlari akademiyasining muxbir a'zosi, O'zbekiston va Qoraqalpog'istonda xizmat ko'rsatgan fan arbobi. U kommunal gigiyena fanining asoschisi hisoblanadi. A.Z.Zohidov 120 dan ortiq ilmiy asar, uslubiy ko'rsatma, monografiyalar muallifi.

K.S. Zoirov - professor, O'zbekiston va Qoraqalpog'istonda xizmat ko'rsatgan shifokor, fan arbobi. U 230 dan ortiq ilmiy maqolalar, darslik va qo'llanmalar muallifi.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, zamonaviy gigiyenaning dolzarb vazifalari O'zbekiston aholisining sanitariya-epidemiologik farovonligi darajasini yaxlit baholash sohasidagi tadqiqotlar, yashash muhiti va sog'lig'ining holatini optimallashtirish jarayonini aholi sonini boshqarish mexanizmini izlashdan iborat. Bu davlat ijtimoiy-gigiyena monitoringi tizimi metodologiyasini, yashash muhitining aholi salomatligiga ta'sirini kompleks baholash va xavf-xatarlarni boshqarish bo'yicha Davlat sanitariya-epidemiologiya nazorati markazlarining metodologiyasini hamda amaliyotga joriy etishni yanada takomillashtirishni taqozo etadi.

ADABIYOTLAR:

1. Большаков А.М. Общая гигиена. Учебник. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2014.- С.9-14.
2. Azizov M.A. Umumiy gigiyena va ekologiya. – Toshkent: Tasvir nashriyoti, 2008. – B. 9-15.
3. Iskandarov T.I., Otaboyev Sh.T, Iskandarova G.T. – Toshkent: Hilol Media, 2019. – B. 6-14.