



SIL BILAN KASALLANISH PROFILAKTIKASIDA RATSIONAL OVQATLANISHNING ORGANIZMDA TUTGAN O'RNI

Xojimatov X.O

Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining bergan ma'lumotlariga ko'ra sil kasalligi tug'ilish yuqori bo'lgan, iqtisodiy qudrati cheklangan davlatlarda oshmoqda. Keyingi 30 yilda sil kasalligi soni 90 mlnga yetishi bashorat qilingan.

Xozirgi kunda yer kurrasida 9 mln odam kasallanganligi qayd etilgan bo'lib, shularning 60% rivojlanayotgan davlatlarga to'g'ri keladi. Yer kurrasida jami 3-4 mln kishi sil kasalligidan vafot etmoqda. O'zbekistonning ayrim xududlarida sil kasalliga chalingan bemorlarni dinamikada o'sish tendensiyasi kuzatilmoqda.

O'zbekistonda sil kasalligini tarqalishi, kechishi va kasallik ko'rsatkichlari turli mualliflar tamonidan batafsil o'rganilgan [1,2,3,4]. Ammo shuni qayd qilmoq lozimki, kasallinishni davolash, uning diagnostikasida ma'lum yutuqlar mavjud bo'lsada, kasallanish darajasi hamon yuqori bo'lib qolmoqda.

Respublikamizda aholi o'rtasida mavjud sil kasalliklarini tahlika omillarini o'rganish, ovqatlanish holatiga gigienik baho berish va mutanosib ovqatlanish chora tadbirlarini ishlab chiqish kam o'rganilgan soha bo'lib qolmoqda. Sil kasalligi bilan xastalangan bemorlarda ratsional ovqatlanish chora tadbirlarini ishlab chiqish hozirgi kunning dolzarb muammolaridan biri xisoblanadi.

Tadqiqod usullari va materiallari. Oilaviy ovqatlanishni o'rganishda so'rov-tortish va tortish usullari foydalanildi.

Olingan natijalar. Farg'ona viloyatida sil kasalligini ko'rsatkichlari, har 100000 aholi soniga nisbatan 2015 yilda 50,6 ni, 2018 yilda - 60,0, 2020 yilda - 70,0, ga to'g'ri kelgan bo'lsa, eng yuqori ko'rsatkich 2021 yilda 65,9 ni tashkil etgan, ya'ni kasallanish ko'rsatkichlari 2015 - yilda 2021-yilga nisbatan 15,3 ga oshganligi kuzatildi.

Sil kasalligi bilan xastalangan bemorlar haqiqiy ovqatlanishini o'rganish ratsionni quvvat qiymati 2300 kkal ni tashkil qildi. Oqsil, yog', va vitaminlarni defitsiti qayd qilindi. Faktik xolatga gigienik baho berish sil kasalligi bilan og'rigan bemorlarni ratsional ovqatlanish maqsadlarini va prinsiplarini yanada shakllantirishga, ishlab chiqishga imkon berdi.

Ratsionni quvvatlilik qiymati organizmning yo'qotgan quvvatini to'liq qoplashi, assimilyatsiya jarayonini stimullash, reparatsiya, va organizmni kasallik faktorlariga qarshi spesifik va nospesifik immunobiologik reaktivligini oshirish xususiyatlari bo'lishi lozimligi ilmiy asoslandi.

Xaqiqiy ovqatlanish holatini o'rganish ular o'rtasida 46% ovqatlanish tartibiga rioya qilmaslik, 29% holatda ertalab nonushta qilmaslik, 55-63% holatda ovqatlanish nomutanosibligi va ketma-ketligiga, intervaliga va ovqatlanish vaqtiga rioya qilmasligi aniqlandi.



Olingan natijalar sil bilan kasallangan bemorlarning 21% da oqsil defitsiti, 29 % yog' defitsiti, 31% almashtirib bo'lmaydigan aminokislotalar defitsiti, 27% vitaminlar defitsiti va 21% mineral elementlar defitsiti qayd qilindi.

Sil kasalliklari kunlik ovqatlanishida ratsion ovqat moddalarini mutanosibligi buzilishi, ovqat mahsulotlarini xilma-xilligiga rioya qilmaslik, sanitar jihatdan bexatarligi, ovqatni quvvat qiymatini quvvat sarfiga mos tushmasligi kasallikni rivojlanishiga salbiy ta'sir qilishi aniqlandi.

Doimiy ovqatlanish statusida organizmning funksiya va strukturasida buzilmagan, adastatsion holati yuqori bo'ladi. Optimal holatda organizmning stress holatlarida xech kanday o'zgarishsiz gomeostaz siljishlar kuzatiladi. Nomutanosib, yetarli va ratsional bo'lmagan ovqat statusida va boshqa salbiy faktorlarni ta'siri natijasida organizmning funksiyasi, adaptatsiyasi pasayishi mumkin, bu holat sil kasalligi mikobakteriyalarini organizmda shakllanishiga olib keladi.

Kasallikni oldini olishda kunlik ratsionni paranda go'shtiga, uzum, anor, qovoq sharbatlari, asalli choy berish, ona suti, echki suti va xachir suti aralashmasiga asal qo'shib berish tavsiya qilinadi.

Kasallik ovqat ratsionini almashtirib bo'lmaydigan aminokislotalarga (metionin, sistin), yarim tuyingan yog' kislotalariga (araxidon, linolen) va vitaminlardan A, V1, V2, V6, V12, V15, boyitish sil kasalliklarini turli formalari kasalliklarni profilaktikasida muhim ahamiyatga egadir.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Xojimatov Xusnidin Odilovich Main factors of tuberculosis spread and strategies for combating it Vol. 2 No. 6 (2025): Ensuring the integration of science and education on the basis of innovative technologies.

2. Х.О.Хожиматов Актуальные проблемы гуманитарных и ..., 2014 ТУБЕРКУЛЁЗ КАК ГЛОБАЛЬНАЯ МЕДИКО-СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА (Краткий литературный обзор).
<https://scholar.google.com/scholar?oi=bibs&cluster=5153965938263132680&btnI=1&hl=ru>.

3. XX Odilovich - General Overview of the Epidemiology of Tuberculosis and its Situation in Uzbekistan European Journal of Life Safety and Stability (2660 ..., 2024)30-32
<https://scholar.google.com/scholar?oi=bibs&cluster=9921445412790775888&btnI=1&hl=ru>.

4. Odilovich, Xojimatov Xusnidin HYGIENIC FOUNDATIONS OF TUBERCULOSIS PREVENTION 2024/12/11 The latest news and research in education 14-16.
<https://scholar.google.com/scholar?oi=bibs&cluster=14237859166544471460&btnI=1&hl=ru>.