

**MAVZU: ATROF- MUHIT OMILLARINI INSON
SALOMATLIGIGATA'SIRI****To'ychiyev Paxlavon***Xo'jaobod Abu Ali ibn Sino jamoat salomatligi texnikumi
Valeologiya fani o'qituvchisi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada atrof-muhitga ko'plab kimyo sanoati korxonalaridan kiruvchi bir qator kimyoviy mutagenlar ham aniqlangan. Bir qator virusli kasalliklar ham mutagen ta'sirga egabo'lib, shaxsning irsiyatini o'zgaruvchan qiladi va patologiyalarga irsiy moyillikni keltirib chiqaradi. Ekopatologiya atrof-muhit omillaridan kelib chiqqan kasalliklar. Avvalo, bular asosan to'yib ovqatlanmaslik yoki ortiqcha ovqatlanish bilan bog'liq "turmush tarzi kasalliklari" dir. Oziqlanishning etarli emasligi bilan oziq-ovqat tarkibidagi vitaminlar, mikroelementlar, oqsillar me'yordanpast bo'ladi, bu esa sog'liqning jiddiy buzilishiga olib keladi. Ortiqcha ovqatlanish bilan semirish rivojlanadi, budiabet, saraton va yurak-qon tomir kasalliklari kabi jiddiy patologiyalarga olib keladi. Shuninguchun ovqatlanishning ortiqcha yoki nomutanosibligi uning etishmasligidan kam halokatli rol o'ynashi haqida qisqacha bayon etilgan.

Kalit so'zlar: Ekologik xavf omillari, biologik yosh tushunchasi, noqulay ekologik omillar va inson kasalliklari o'rtasidagi bog'liqlik, ekopatologiya, Yurak qon tomir kasalliklari, patologiya, viruslikasalliklar.

Kirish: Atrof-muhit omillari (ekologik) havoning, suvning, tuproqning, oziq-ovqatning ifloslanishi, ob-havo hodisalarining keskin o'zgarishi, radiatsiya, magnit va boshqa nurlanish darajasining oshishi Ijtimoiy omillar Sharoit va turmush tarzi urbanizatsiyaning yuqori darajasi Tibbiyot xavfsizlik Profilaktik chora-tadbirlarning samarasizligi, tibbiy yordam sifatining pastligi, o'zvaqtidako'rsatilmashligi inson salomatligiga ta'sir qiladi.

Ekologik xavf omillari.

Atmosferaning fizik-kimyoviy xususiyatlarining o'zgarishi, masalan, bronxopulmonar kasalliklarning rivojlanishiga ta'sir qiladi. Harorat, atmosfera bosimi va magnit maydonkuchining keskin kundalik tebranishlari yurak-qon tomir kasalliklarining kechishini yomonlashtiradi. Ionlashtiruvchi nurlanish onkogen omillardan biridir. Tuproq va suvning ion tarkibining xususiyatlari, demak, o'simlik va hayvonlardan olingan oziq-ovqat, u yoki bu element atomlarining tanasida ortiqcha yoki etishmasligi bilan bog'liq kasalliklarning rivojlanishiga olib keladi. Masalan, tuproqda yodmiqdorikam bo'lgan joylarda ichimlik suvi va oziq-ovqatda yod etishmasligi endemik buqoqning rivojlanishigayordam beradi. Ijtimoiy xavf omillari. Noqulay turmush sharoitlari, turli xil stressli vaziyatlar, odamningturmush tarzining jismoniy harakatsizlik kabi xususiyatlari ko'plab kasalliklarning, ayniqsayurak-qontomir tizimi kasalliklarining rivojlanishi uchun xavf omilidir. Chekish kabi yomon odatlar bronxopulmoner va yurak-qon tomir kasalliklari uchun xavf omilidir. Spirtli ichimliklarni iste'mol qilishalkogolizm, jigar kasalliklari, yurak kasalliklari va boshqalarning rivojlanishi uchun xavf omilidir. Xavf omillari alohida shaxslar uchun (masalan, organizmning genetik xususiyatlari) yoki har xil turdagi ko'plab shaxslar uchun (masalan, ionlashtiruvchi nurlanish) muhim bo'lishi mumkin. Eng noqulay narsa-bu bir nechta xavf omillarining tanaga kuymulatif ta'siri, masalan, semizlik, jismoniy harakatsizlik, chekish, uglevod almashinuvining buzilishi kabi xavf omillarining bir vaqtning o'zida mavjudligi koroner yurak kasalligi rivojlanish xavfini sezilarli darajada oshiradi. Biologik nuqtai nazardan, salomatlik gomeostatik muvozanat, keng moslashuvchanlik va qarshilik holati bo'lganligi sababli, zamonaviy salomatlik tushunchasi har xil turdagi organizmlar, jamoalar va hatto ekotizimlarning salomatligi to'g'risidagi tor tushunchadan kengroq tushunchaga qadar kengayib bormoqda. Eng tipik patologik sharoitlar va inson kasalliklarini ko'rib chiqing. Avvalo, shuni ta'kidlash kerakki, har bir alohida organizmda, har bir alohida shaxsda patologik holat ko'pincha darhol emas, balki charchoqning to'planishi, kompensatsiyalanmagan stressli sharoitlar, ya'ni. tibbiyotda nima ko'pincha kasallikdan oldingi holat deb ataladi. Kasalliklarni tasniflash, ularni bir necha asosiy guruhlariga bo'lish mumkin. irsiy kasalliklar. Mutant genlarni tashuvchilarda yuzaga keladigan kasalliklar. Oddiy (Mendel) irsiyat bilan bu bitta mutant genning mavjudligi. Mutatsiyalar (gen yoki xromosoma) natijasida kelib chiqadigan bunday kasalliklarga misol qilib, xromosoma anomaliyalari natijasida paydo bo'ladigan Daunsindromi, shuningdek, fenilketonuriya, metabolik kasallik, agar aqli zaif bolaga tahdid soladigan gen mutatsiyasining natijasi bo'lsa. u tug'ilgandan boshlab maxsus (parhezli) parhezni olmaydi. ovqatlanish. Gen mutatsiyalari retinal o'smalar (retinoblastoma) va gemofiliya kabi kasalliklarning sababi hisoblanadi. Ko'pincha poligenik irsiyat natijasida kasalliklarga irsiy moyillik mavjud: oshqozon yarasi vayurak-qontomir kasalliklari, diabetes mellitus, turli xil allergiya turlari. Irsiy kasalliklar asosan

insonmuhitiningsharoitlari bilan bog'liq. Xususan, mutatsiyalar organizmda nafaqat o'z-o'zidan, balki mutagendebataladigan muayyan muhit omillari ta'sirida ham paydo bo'lishi mumkin. Ionlashtiruvchi nurlanishmuhitning asosiy mutagen omilidir. (radiatsiya). Iqtisodiy rivojlangan mamlakatlar aholisi, ayniqsashahar aholisi tomonidan iste'mol qilinadigan tozalangan oziq-ovqat mahsulotlarining ko'pligi, Hayvonlarning yog'lari, shakar, turli xil konservalar, kolbasa, dudlangan go'shtlarni haddantashqari iste'mol qilish - bularning barchasi ovqat hazm qilish tizimining bir qator tizimli kasalliklariningpaydo bo'lishiga yordam beradi. va umuman butun organizm. Inson muhiti ham"stress" ta'siriningmanbai hisoblanadi. Bular, birinchi navbatda, fizik va kimyoviy stresslarning ta'sir etuvchi omillari.Jismoniy stress omillari yorug'lik, akustik yoki tebranish rejimining buzilishi, shuningdek elektromagnitnurlanish darajasi bilan bog'liq. Qoidaga ko'ra, ushbu omillarning me'yorlaridan chetga chiqishinsontanasi evolyutsion tarzda moslashtirilgan sharoitlar eng ko'p va eng ko'p buziladigan shahar yoki sanoatmuhitiga xosdir. Kimyoviy stress omillari juda xilma-xildir. So'nggi yillarda biosferaga ilgari begonabo'lgan 7 mingdan ortiq turli xil moddalar – k senobiotiklar (yunoncha. ksenos- begona va biotehayot).Tabiiy ekotizimlardagi parchalanuvchilar juda ko'p begona moddalar bilan bardosh beraolmaydi,ularning parchalanishi uchun tabiatda maxsus biokimyoviy mexanizmlar mavjud emas, shuninguchunksenobiotiklar xavfli ifloslanish turidir. Inson tanasi ham bu begona sun'iy moddalarga doshberaolmaydi, chunki ularni zararsizlantirish uchun vositalar yo'q. Jismoniy va kimyoviy stresslardantashqari,zamonaviy dunyoda odam ta'sir qiladi aholining haddan tashqari ko'payishi stressi, yirik shaharlar uchunxosdir. U shiddatli ijtimoiy hayotning ko'plab psixologik stressli vaziyatlariga tushib qoladi. Shubilanbirga, inson nafaqat real vaziyatlarda, balki virtual vaziyatlarda ham televizor, radiovashaxsiykompyuterlardan keladigan ortiqcha ma'lumotlardan kelib chiqadigan stress omillariga duchkelishimuhimdir. Va nihoyat, kiruvchi ma'lumotlarning tabiati (tarkibida) ko'pincha inson tanasini stresslisharoitlarga olib keladi. tushuncha "stress" 1930-yillarda G. Selye tomonidan tibbiyot va fiziologiyagakiritilgan. XX asr stressni atrof-muhitning ortib borayotgan talablariga javoban yuzaga keladiganinsontanasining o'ziga xos bo'lmagan reaksiyasi deb hisoblagan va unga "moslashish sindromi" ta'rifini bergan.Bunday ta'rif turli sabablarga ko'ra yuzaga keladigan stresslar uchun maqbuldir va turli tiriktizimlarningmoslashish mexanizmlarini tavsiflaydi. Hayvonlarda ham, odamlarda ham stress - bu organizmningo'ziga xos bo'lmagan neyrohumoral reaksiyasi bo'lib, atrof-muhit talablariga moslashish uchunasabvagumoral tizimlarni safarbar qilish orqali amalga oshiriladi. Stress holati barcha tirik mavjudotlarningko'payishini tartibga soluvchi eng muhim omil hisoblanadi, ya'ni. aholini nazorat qiluvchi omil.Stressning bir necha bosqichlari mavjud: - birinchi bosqich - asab tizimi, aniqrog'i retseptorlar tashqi muhitdan signallarni qabul

qiladiganva asab markazlari ularning ahamiyatini baholab, humoral tizimga buyruq yuboradigan tashvish yoki mobilizatsiya bosqichi. Murakkab o'zaro ta'sir zanjiridan so'ng "stress gormonlari" chiqariladi - asosanadrenal gormonlar; - ikkinchi bosqich - stress gormonlari ta'sirida tananing barcha a'zolari va tizimlari faollikko'tarilgan rejimda ishlay boshlaganda, keyin tanaga kiradigan qarshilik bosqichi; - uchinchi bosqich turli yo'llar bilan davom etishi mumkin. Agar tana stressli ta'sirlarni engib,yuqori moslashuvchanlik darajasiga erishgan bo'lsa, bu kompensatsiya bosqichidir. Ortib borayotgan yuk bilan takroriy eustresslar mashg'ulot reaksiyasiga va tananingko'proqmoslashishiga olib keladi. Stressni yengish inson tanasini yangi, yuqori darajadagi bag'rikenglikdarajasiga olib keladi. Agar tananing charchashi bo'lsa, ko'pincha kasallik yoki hatto o'linga olibkeladi,bu zaiflashtiruvchi stress (qiyinchilik). Stressning natijasi nafaqat uni keltirib chiqargan omil ta'siriningtabiati va kuchiga, balki tananing dastlabki fiziologik holatiga ham bog'liq. Tana qanchalik barqaror(sog'lom va moslashuvchan) bo'lsa, uning barcha tizimlari gomeopatik muvozanatni qanchalikyaxshisqaqlasa, stressning ijobiy natijasi uchun imkoniyat shunchalik yuqori bo'ladi.

Tabiiy fokal kasalliklar(endemik) -ekopatologiyalar guruhi (noqulay muhit bilan bog'liq kasalliklar). Ular odamning ma'lum bir kasallikning qo'zg'atuvchilari yashaydigan hududda (masalan, Shomil bilanyuqadiganensefalit) yoki Yer sharining geokimyoviy yoki geofizik xususiyatlarga ega bo'lgan hududidayashashibilan bog'liq. Katta hududlarning biogeokimyoviy provinsiyalarining xususiyatlari, biomuhit tarkibiningo'ziga xos xususiyatlari bilan ajralib turadi, inson salomatligiga, shuningdek, biotaning tur tarkibigata'sirqiladi. Maxsus biogeokimyoviy provinsiyalarni quyidagilar bilan tavsiflash mumkin: geosferaningvulqon faolligi; Yerning fizik maydonlarining anomalialari; tektonik hodisalar; tog' jinslariningparchalanishi yoki buzilishi hodisalari;

kiruvchi quyosh radiatsiyasi va biogeokimyoviy reaksiyalarningxususiyatlari; harorat o'zgarishi rejimi, yog'ingarchilik, shamol faolligi.

Biogeokimyoviy provinsiyalarga ichki Mo'g'uliston, Xu-bao va Jeltaya daryolari havzalari misol bo'la oladi. Bu hududlar mishyak, ftor,xlorid ionlari va sulfat ionlari, uglevodorodlar, organik moddalar bilan boyitilgan. Buhududlardauchraydigan tipik endemik kasalliklar mishyak bilan zaharlanish, florozi va diareya hisoblanadi. Xitoydasuvlari va tuproqlari xrom, nikel va vanadiy bilan boyitilgan hududlar mavjud. Ushbu hududlardagiodamlarda oshqozon saratoni juda keng tarqalgan. Suvlari ftor bilan boyitilgan muhimhududlar mavjud.U yerda tish va suyak florozi keng tarqalgan. Yer sharida yod yetishmaydigan joylar ko'p, qalqonsimonbez kasalliklari va kretinizm endemik kasalliklardir. Atrof muhitda selenning ortiqchabo'lishizaharlanishga va ko'pincha o'pka saratoniga olib keladi, uning etishmasligi esa Keshan kasalligiga olib keladi. Rossiya hududida kaltsiy yetishmovchiligi fonida stronsiyning ko'pligi,

shuningdek, fosforvamarganes bilan zaharlanish Sharqiy Sibirga xosdir. Bunday holda, artroz deformatsiyaqiluvchiosteoxondroz bilan bir vaqtda sodir bo'ladi. Karelian-Kola mintaqasida suv va tuproqda ftor vayodningsezilarli darajada yetishmasligi bilan kariyes va qalqonsimon bezning disfunktsiyasi ko'paymoqda. Volgadaryosi havzasida, ayniqsa, ftor ko'p bo'lgan Mordoviyada, ftoroz boshqa joylarga qaragandatez-tezuchraydi. Jismoniy maydonlarda anomaliyalarga ega bo'lgan Yer yuzasining mahalliy joylari deyiladigeopatogen zonalar. Ular yurak urish tezligi, yuqori qon bosimi, uyqusizlik, dahshatli tushlar vaertaolinga olib keladigan geopatogen stress fenomeni bilan bog'liq. Ushbu hodisalar litosferadagi yoriqlaraniqlangan joylarda sodir bo'ladi, shuning uchun ular ko'pincha radon mavjudligi bilan bog'liqbo'lib,ular yoriqlar orqali Yerning ichaklaridan yuzaga chiqadi. Seysmik xavfli hududlardagi odamlarga,ayniqsa zilziladan oldin ma'lum bo'lgan geopatogen ta'sir. Aynan o'sha yerda Yerningjismoniymaydonlarining kuchli anomaliyalari sodir bo'lib, inson tanasida biokimyoviy siljishlar, shuningdekhayvonlarning xatti-harakatlarida o'zgarishlar yuzaga keladi. Bunday joylarda odamlar depressiyanirivojlantiradilar, qon formulasi o'zgaradi, ko'pincha yurak yetishmovchiligi xurujlari mavjud.Geopatologik ma'lumotlarga A.L. asos solgan geliobiologiya ilmiy maktabi katta hissaqo'shdi.Chizhevskiy birinchi marta quyosh faolligining turli xil biosfera jarayonlariga, shu jumladanturlikasalliklar patogenlarining patogenligidagi o'zgarishlarga fundamental ta'sirini ko'rsatdi. QuyoshfaolliqiYerdagi geomagnit vaziyatning o'zgarishida muhim rol o'ynaydi. Quyosh faolliginingdavriyliginio'rganishga asoslangan prognozlar katta ekologik va tibbiy ahamiyatga ega. Qarish kasalliklari yoshga bog'liq o'zgarishlar (semizlik, saraton, diabet, gipertoniya) bilan bog'liq insonkasalliklariva patologik holatlarning katta guruhi - nafaqat yosh, balki atrof-muhit omillari bilan bog'liq sindromlar. Biologik yosh tushunchasi organizmdagi morfologik va funktsional o'zgarishlarningma'lumbirmajmuasini aks ettiradi, ularning oddiy ko'rsatkichlari insonning mehnat qobiliyati va moslashuvi, uningfunktsional faolligidir. Yoshga bog'liq o'zgarishlar har bir shaxsda nafaqat uning astronomikyoshiga,balki atrof-muhit omillariga ham bog'liq. Barcha ekopatologiyalar erta qarishga olib keladi, buayniqsaekologik ofatlar, ekologik halokatlar, geopatologik hodisalar qayd etilgan joylarda yaqqol namoyonbo'ladi. Atrof-muhit holatining rolini aholi salomatligini belgilovchi eng muhimomil sifatidatushunishso'nggi yillarda sezilarli darajada oshdi.

6. 2 O'zbekiston Respublikasi Kambag'allikni qisqartirishvabandlik vazirligi Ekologiya, atrof-muhitni muhofaza qilish va iqlim o'zgarishi vazirligi bilanbirgalikdahamda nodavlat notijorat tashkilotlari va fuqarolik jamiyatining boshqa institutlarini jalbetganholda,ekologiya va atrof muhitni muhofaza qilish, obodonlashtirish va ko'kalamzorlashtirishbo'yichafuqarolarning o'zini o'zi boshqarish organlari komissiyalari tomonidan yashil dov-daraxtlarni sanitarqirish va

kesishda, shuningdek, ularni qayta ishlash va chiqindilarini utilizatsiya qilish, shujumladanyog'ochlardan tijorat maqsadida foydalanishda ekologiya talablariga rioya etilishi yuzasidannazoratamalga oshirilishini ta'minlasin.

Ushbu qarorga ko'ra atrof-muhit bilan bog'liq barcha xavf omillarini 2 guruhga bo'lish mumkin: boshqariladigan va boshqarilmaydigan. Kimga boshqariladigan omillar xavf-xatarlarga statsionar va mobil manbalardan chiqadigan chiqindilar bilan havo ifloslanishi kiradi; ifloslangan suvlarning uyushgan va uyushmagan oqizilishi, suvni tozalash va zararsizlantirish jarayonidareaktivlar qo'shilishi natijasida ichimlik suvi sifatining o'zgarishi; suyuq va qattiq chiqindilar natijasidatuproqning ifloslanishi, ekinlar hosildorligini oshirish uchun kimyoviy moddalarni joriy etish. Boshqarib bo'lmaydigan omillar global xarakterga ega bo'lib, gidrosfera, atmosfera, litosfera, o'simlik va hayvonot dunyosiga, shuningdek, inson populyatsiyasiga ta'sir qiladi. Global xavf omillarining ahamiyati (iqlimning isishi, fon atmosferasining yupqalashishi, quyosh nurlarining, ayniqsa ultrabinafsha spektrining faollashishi, yer magnit maydoni va havoning aeroion tarkibining o'zgarishi, ifloslantiruvchi moddalarning transchegaraviy tashilishi va boshqalar) yildan-yilga ortib bormoqda.

Noqulay ekologik omillar va inson kasalliklari o'rtasidagi bog'liqlik.

Zararli neoplazmlar

1. Havoning kanserogenlar bilan ifloslanishi.
2. Oziq-ovqat va ichimlik suvining nitratlar bilan ifloslanishi va nitritlar, pestitsidlar va boshqa kanserogenlar.
3. Mikroelementlar bo'yicha hududning endemikligi.
4. Ichimlik suvining noqulay tarkibi va qattiqligi.
5. Ionlashtiruvchi nurlanish

Ruhiy buzilishlar

- I. Atmosferaning kimyoviy moddalar bilan ifloslanishining umumiy darajasi.
2. Shovqin.
3. Elektromagnit maydonlar.
4. Pestitsidlar bilan ifloslanish

Homiladorlik va tug'ma anomaliyalar patologiyasi

1. Havoning kimyoviy moddalar bilan ifloslanishi.
2. Elektromagnit maydonlar.
3. Atrof muhitning ifloslanishi.
4. Shovqin.
5. Ionlashtiruvchi nurlanish

Qon aylanish tizimining kasalliklari (yurak, qon tomirlari) 2 (6-band O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 17-yanvardagi PF-14-sonli Farmoni tahririda — Qonunchilik ma'lumotlari milliy bazasi, 20.01.2024-y., 06/24/14/0052-son)

1. Havoning kimyoviy ifloslanishining umumiy indeksi.
2. Shovqin.
3. Elektromagnit maydonlar.
4. Ichimlik suvining tarkibi (ortiqcha xloridlar, nitratlar, qattqlikning oshishi)
5. Mikroelementlar (Ca, Md, Cu va boshqalar) bo'yicha hududning endemikligi.
6. Oziq-ovqat mahsulotlarining pestitsidlar bilan ifloslanishi.
7. Iqlim: ob-havoning o'zgarishi tezligi, yog'ingarchilikli kunlar soni, atmosfera bosimining o'zgarishi

Nafas olish kasalliklari

1. Havoning kimyoviy moddalar (ayniqsa, uglerod va oltingugurt oksidi) va changbilan ifloslanishi.
2. Iqlim: ob-havoning o'zgarishi tezligi, namlik, shamol.

Kasallik Noqulay omilning ta'siri

3. Ijtimoiy sharoitlar: uy-joy, oilaning moddiy darajasi.
4. Havo muhitining pestitsidlar bilan ifloslanishi

Ovqat hazm qilish tizimining kasalliklari

1. Oziq-ovqat va ichimlik suvining pestitsidlar bilan ifloslanishi.
2. Mikroelementlar bo'yicha hududning endemikligi.
3. Ijtimoiy sharoit, moddiy daraja, turmush sharoiti.
4. Havoning kimyoviy moddalar (ayniqsa, oltingugurt dioksidi) bilan ifloslanishi.
5. Ichimlik suvining tuz tarkibining noqulayligi, qattqligining oshishi.
6. Shovqin

Endokrin tizim kasalliklari

1. Shovqin.
2. Havoning ifloslanishi, ayniqsa uglerod oksidi.
3. Hududning mikroelementlar bo'yicha endemikligi, og'ir metallar qatlamlari bilan ifloslanishi.
4. Insolyatsiya darajasi.
5. Elektromagnit maydonlar.
6. Ichimlik suvining haddan tashqari qattqligi

Qon kasalliklari

1. Hududning mikroelementlar, xususan, xrom, kobalt, temir uchun endemikligi.
 2. Elektromagnit maydonlar.
 3. Ichimlik suvining nitratlar va nitritlar, pestitsidlar bilan ifloslanishi siydik chiqarish
- Ichimlik suvining tarkibi va qattqligi atmosfera havosi tabiiy resurs sifatida jamoat mulki hisoblanadi. Uning tarkibining doimiyliigi (pokligi) insoniyat mavjudligining eng muhim shartidir. Shuning uchun tarkibdagi har qanday o'zgarishlar atmosfera ifloslanishi deb hisoblanadi. Atmosferahavosi inson organizmidagi kundalik 3metabolizmda muhim rol o'ynaydi, shuning uchun sog'lom muhitning eng muhim

sharti toza va qulay havoning mavjudligidir. Shaharlarning o'sishi, avtomobiltransporti sonining ko'payishi, sanoatning rivojlanishi atmosfera havosidagi turli ifloslantiruvchi moddalarning ko'payishiga olib keladi. Ifloslangan havoning salomatlik holatiga ta'sir qilish xavfi quyidagilarga bog'liq: turli xil ifloslanishlar (bundan tashqari, zararli moddalarning birgalikdagi ta'siriular keltirib chiqaradigan toksik ta'sirning kuchayishiga olib kelishi mumkin); nafas olish harakatidagi bo'lgani uchun katta ta'sir qilish ehtimoli; ifloslantiruvchi moddalarning tananing ichki muhitiga bevosita kirishi (nafas olish paytida havo deyarli barcha moddalar eriydigan qon bilan deyarli bevosita aloqa qiladi). Bundan tashqari, statsionar va ko'chma manbalardan havo havzasiga kiradigan gazlar, aerozollar va changlar issiqxona effekti, kislotali yomg'ir, tutun, ozon pardasining buzilishi kabi hodisalarni keltirib chiqaradi. Atmosfera havosining odamga ta'siri o'ziga xos xususiyatlarga ega quyidagilar bilan ajralib turadi - o'pkaning alveolyar to'qimasi juda katta so'rish qobiliyatiga ega, shuning uchun ksenobiotiklar, hatto izsiz miqdorda ham, tananing ichki muhitiga osongina kirib borishi mumkin; - o'pka orqali so'rilgan ksenobiotiklar darhol tizimli qon aylanish tizimiga kiradi va shubhali kuchli filtrni - jigarni chetlab o'tadi, bu erda ular neytrallanadi; - shaxsiy himoya vositalaridan foydalanish mumkin emas. Atmosfera havosining ifloslanish xavfidan darajasi moddalarning ikkita asosiy klassi - xavfli o'smalarni keltirib chiqaradigan kanserogen moddalar va kanserogen bo'lmagan moddalar bilan baholanadi.

MUHOKAMA: Bir qator kanserogen moddalar irsiyatga ham ta'sir qiladi, bu genetik jihatdan aniqlangan kasalliklarning ko'payishida namoyon bo'ladi. Kanserogen bo'lmagan moddalar inson salomatligining keng doiradagi buzilishlarini keltirib chiqaradi, bu molekulyar, hujayra, to'qima, organizm va populyatsiya darajasida qayd etilgan toksik ta'sirlarning turli shakllari sifatida qaralishi mumkin. Oxirgi ta'sirlar kasallanish va o'limning ortishi shaklida namoyon bo'ladi. Avvalo, busurunkali respirator kasalliklar sonining ko'payishi va ushbu kasalliklar bilan bog'liq o'lim, shuningdek, qon aylanish tizimi kasalliklari natijasida o'limning ko'payishi. Avtotransport havoning ifloslanishiga katta hissa qo'shadi. Yillar davomida Rossiyada transport vositalarining soni sezilarli darajada oshdi, bu esa o'z navbatida atmosferaga ifloslantiruvchi moddalarning chiqarilishining ko'payishiga olib keladi. Avtomobil egzozlarining gazsimon mahsulotlari havoning sirt qatlamiga deyarli tozalanmasdankiradi. Tirbandliklar va tirbandliklar yaqinida havoning ifloslanish darajasi, hatto eng qulay ob-havosharoitid ham, ruxsat etilgan me'yorlardan oshib ketadi va inson salomatligi va atrof-muhit uchun haqiqiy tahdiddir. Egzoz gazlari tarkibidagi zaharli moddalar atmosferada uzoq vaqt qolishi va katta masofalarga tarqalishi mumkin. 4 Avtotransport vositalaridan havo havzasiga kiradigan asosiy ifloslantiruvchi moddalarga quyidagilar kiradi: karbonat angidrid (CO_2), karbon monoksit (CO), oltingugurt dioksidi (SO_2), azot oksidi (NO_x), uchuvchi

uglevodorodlar (VOC) va ulardan olingan zarrachalar, shujumladanmodda. I-xavf sinfining - benzopiren va boshqalar. larning barchasi inson tanasiga salbiy ta'sir ko'rsatadi:ular asab, yurak-qon tomir tizimiga ta'sir qiladi; nafas yo'llarining shilliq pardalarini tirnashxususiyati;bosh aylanishi, bosh og'rig'i, zaharlanish va saraton rivojlanishiga olib keladi.

XULOSA: Atmosferani ba'zi ifloslantiruvchi moddalarning inson salomatligiga ta'siriningoqibatlarifioloslantiruvchi moddalar inson tanasiga ta'sir qilish oqibatlari vaznli moddalar yo'talningko'payishi,bronxial astma, bronxitning kuchayishi; nafas olish va yurak-qon tomir tizimi kasalliklaridano'limningoshishi azot oksidlari tananing virusli kasalliklarga (masalan, grippga) moyilligini oshirish; o'pkaningtirnash xususiyati, bronxit, pnevmoniya oltingugurt dioksidi tirnash xususiyati beruvchi ta'sir, nafasolishtizimiga, markaziy asab tizimiga, teriga, ko'zlarga zarar etkazish; yurak-qon tomir va nafas olishtizimikasalliklaridan o'limning ortishi uglerod oksidi qonda karboksigemoglobin miqdoriningoshishi,bolalarda psixomotor reaksiyalarning o'zgarishi; yurak kasalliklari uchun tashriflarningko'payishi;yuqori konsentratsiyalar ta'sirida - o'tkir zaharlanish nafas olish tizimining shilliq qavatiningtirnashxususiyati, yo'tal, o'pkaning buzilishi; sovuqqa chidamlilikning pasayishi; bronxit, astma, surunkaliyurak kasalliklarining kuchayishi uglevodorodlar, shu jumladan benzo(a)piren nafas olishyo'llariningtirnash xususiyati, bosh aylanishi, uyquchanlik, tananing immunologik faolligini pasayishi, malignneoplazmalar Qon aylanish, asab va genitouriya tizimlariga ta'siri; qon bosimi ortishi; psixologikparametrlar va xatti-harakatlarning buzilishi Bir qator shaharlarning atmosfera havosida mis, simob,qo'rg'oshin, kadmiiy, vodorod sulfidi, uglerod disulfidi, ftorid va boshqa ba'zi moddalar kabi o'zigaxosnoorganik moddalar mavjud.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.

1. Irgashev SH.B. "Tibbiyot valeologiyasi" Toshkent 2012-336 v.
2. Apanasenko G.L. Valeologiya asrlar chegarasida // Valeologiya. № 1, 2000, 4-11
3. V.I. Petrushin., N.V. Petrushin. Valeologiya. O'quv qo'llanmasi. M., «Gardariki», 2003 yil, 432 b.
4. I.I. Brexman. Valeologiya - salomatlik haqidagi fan. M., «Fizkultura i sport», 1990 yil, 280 b.
5. V.V.Markov. Valeologiya. Dastur, Moskva, 2001 yil, 248 b.
6. B.P. Nikitin, L.A. Nikitina. Bolalalrimiz salomatligining rezervlari. M., «Fizkultura i sport», 1996 y., 221 b.
7. YU.S. Arzumetov, K.YU. Yuldashev. Ibn Sinoning tibbiy qarashlari. Toshkent, «Tibbiyot», 1983 y., 211 b.
8. Koshbaxtieva IA., Kerimov F.A., Axmatov M.S. Valeologiya asoslari. Jismoniy tarbiya institutlari, universitetlar va oliygohlarning jismoniy tarbiya fakultetlari uchun dastur. 55 b.

9. Zaytsev G.K. Maktab valeologiyasi: O'quvchilar va o'qituvchilarning salomatligini ta'minlashning pedagogik asoslari. - SPb.: «Aktsident», 1998. 112 b.
10. Vayner E.N. Umumiy valeologiya. Lipetsk, 1998 y.
11. Kolbanov V.V. Valeologiya. SPb, 1998 y.
12. Netlenno V.P. Inson valeologiyasi: salomatlik - muhabbat - go'zallik. SPB. 5 jild, 1996-1998
13. Kaznacheev V.P. Valeologiyaning nazariy asoslari. Novosibirsk, 1993.
14. Goroxova E.I. Valeologiya. Lug'at. - M., «Flinta», 1999 y.
15. valeo-shkola@mail.ru.