

Гигиена Фани, Унинг Муаммолари Ва Истиқболи

Х. О. Қосимов

Бухоро давлат тиббиёт институти

РЕЗЮМЕ

Ушбу мақолада гигиена фанининг шаклланиш тарихи, Абу Али Ибн Сино ва бошқа дунё олимларининг гигиена фани тўғрисида фикрлари, гигиена фанининг замонавий долзарб муаммолари, ушбу фанининг янги Ўзбекистон истиқболи тўғрисидаги маълумотлар ёритилган.

КАЛИТ СЎЗЛАР: *гигиена, “Авесто” долзарб муаммолар, экологик вазият, истиқбол.*

Тарихдан маълумки ҳозирги бешта Республика: Ўзбекистон, Қозоғистон, Тожикистон, Қирғизистон, Туркменистон республикаси Туркистон деб аталган. Улар бутун дунёга ўзининг улуғ олимлари, шоирлари билан танилган, илмга бой бўлган ўлка ҳисобланган.

Бизнинг фикримизча гигиена фанининг ҳар бир ўқувчини мутахасиси буюк Туркистон ўлкасида гигиена- таъбабат фанини ривожини ва бунда кимлар қандай қилиб, бу профилактикага бағишланган фани тараққиётида қатнашди, ўз ҳиссасини қўшди, билиши шарт. Туркистон элида гигиена соҳасида жонини фидо қилган олимларни гигиена фани билимдонлари бўлиши лозим. Илгаридан маълумки, ҳар бир миллат ўз тарихини, тараққиётини билмас экан, у халқ энг катта хатога йўл қўйган бўлади. Марказий Осиё халқларининг маданий ва маънавий мерослари, кадрятлари, илм-фани узоқ-узоқ замонларга бориб тақалади. Бундай кадрятларимиздан бири бўлган жаҳон маданияти хазинасига ўзининг бебаҳо хиссасини қўшган “Авесто” муқаддас китоби ва диёримизда униб ўсган Зардушт ва унинг номи билан аталиб келган маздавийлик, зардуштийлик дини икки қарама-қарши кучлар- эзгулик ва ёвузлик, зиё ва зулмат, ҳаёт ва мамот ўртасидаги муросасиз курашда ҳар бир инсон курашида яққол намоён бўлади.

Президентимиз И.А.Каримов “Авесто” китобининг 2700 йилига бағишлаб барпо этилган ёдгорлик мажмуасини очилиш маросимидаги нутқида шундай деди: “Авалло кўхна Хоразм диёрида дунё маданиятининг ноёб дурдонаси бўлмиш Авесто китобининг 2700 йиллигига бағишлаб барпо этилган ёдгорлик маънуменининг очилиш маросимида сиз азизлар билан кўришиб турганим билан ғоят мамнун эканимни изҳор этишга ижозат бергайсизлар”.

“Авесто”, яъни “ Ҳаёт йўриқномаси ” деб аталган бу муаззам китоб хусусида сўз юритар эканмиз аввало унинг тарихи, бу мумтоз асарнинг аҳамияти, нима учун биз унга бу қадар катта эътибор бераётганимиз ҳақида тўхталиб ўтиш зарур деб ўйлайман.

Бундан 30 аср муқаддам мана шу мўътабар заминда яшаган аждодларимизнинг ақл- заковати ва қалб кўри билан яратилган ўн икки минг терига тилла суви билан битилган бу ноёб тарихий ёдгорликнинг замон тўфонларидан қанча-қанча оғир синовлардан ўтиб бизнинг давримизгача етиб келганининг ўзида катта маъно мужассам.

Президентимиз И.А.Каримов “Авесто”нинг 2700 йиллик юбилейида сўзлаган нутқини давом эттириб шундай деди “Бугун мен мана шу минбардан туриб, сизларнинг очик чехрангизга қараб кўнглимдаги бир гапни айтмоқчиман: биз мана шундай улуғ фазилатга эга бўлган халқнинг фарзандлари эканимиз учун яратганга шукроналар айтишимиз, ҳаётдан рози бўлиб

<https://cejsr.academicjournal.io>

эзгу инсоний қадриятларни ўғил-қизларимизга етказишимиз, уларни биздан кўра ақлли, доно ва албатта бахтли бўлишлари учун интилишимиз, бунинг учун бор куч ва имкониятларимизни сафарбар қилишимиз лозим дейди. Зардуштийлар фикрича, она замин-Ер бўлганмаслиги керак, бунинг учун ҳатто ўликни ҳам тўғридан-тўғри кўмиб юборинглар” дейди.

Шундай қилиб поклик зардуштийлар учун ҳамма нарсадан устун бўлган ахлоқий бурч саналган.

Туркистон ўлкасида тозалик орасталик муаммоларига табиий муҳитни ва унинг объектларини ифлослантормаслик асосий ҳаёт тарзи сифатида шаклланган. Феодализм зулми авжига чиққан X-XI асрларда қисқа, аммо мазмунли ҳаёт кечирган, салкам 500 га яқин асрлар ярата олган буюк аллома Ибн Синонинг асарлари уни жаҳонга танитди.

Ибн Сино ўзининг “Тиб қонунлари” китобида гигиена илмига бағишланган кўп масалалар ечимини ёзиб қолдирган. Албатта у даврда экология атамаси бўлмасда, экологик қулай ҳолатларни инсон учун яратиши кераклигини ўша даврда аниқлаб берган. Жумладан, у “Агар ҳавода чанг ва бошқа ғуборлар бўлмаганда эди, инсон ҳаёти анчагина чўзилган бўларди” деб, атмосфера ҳавосини ифлосланишидан холи қилишни уқтиради, яъни нафас йўллари орқали орғауизмга кирадиган ҳавонинг экологик нуқтаи-назаридан тоза бўлиши лозимлигини кўрсатади.

Абу Али Ибн Сино айниқса, атмосфера ҳавосининг физик хусусиятларига эътибор бериб, ҳавонинг ҳаракатини, унинг намлигини инсонлар учун зарар бермайдиган даражада бўлишини ўзининг асарида такрор-такрор ёзиб қолдирган. Кишилар йилнинг турли фаслларида хох жазирама иссиқ, хох қаҳратон совуқлар таъсирида касал бўлиб қолмаслиги учун эҳтиёт чораларини кўришни, ҳар фаслга мос кийим- кечаклардан фойдаланишни тавсия қилади. Ибн Сино ўша даврда намлик ошганда ёки иссиқлик даражаси хаддан ташқари баланд бўлганда касалликнинг зўриқишини айтиб ўтади. У ўз китобида шундай деб ёзади “шуни билгинки, йил фаслининг турли иқлим шароити қандайдир касалликни келтириб чиқариши мумкин, демак иқлимга қараб ақл-заковат билан одамларга туну-кун тартибини тавсия қилиш керак”. Ибн Сино ўзининг “Тиб қонунлари” китобида инсон саломатлигини сақлашда яна бир муаммога, яъни турар жойларни қуришда ер майдонининг соф тупроққа эга бўлишини, унинг рельефини ҳисобга олиб кўришни ва паст-камроқ жойларда ёғингарчилик оқибатида қўлмақ сувларини йиғилиб қолиши экологик ҳолатни бузишга олиб боришини олдиндан аниқлаган ва бундай салбий ҳолатларни олдини олишни тавсия қилган. Аллома, иморатни доимо баҳаво, қуруқ тупроқли, шамол эсиб турадиган, ҳаво намлиги меъеридан бўлган жойларда қуришни тавсия этади. Гапни очиғини айтсак, ҳозирги замон гигиенаси ҳам турар жойларни қуришга шундай талабни қўяди.

Юқоридагилардан келиб чиқиб, шуни хулоса қилиш мумкинки, гигиена фани ўша замонларда ҳам тиббий илмининг гегемони ҳисобланади. 18-19 асрлардаги клиницист-врачлар ҳам гигиена фанига алоҳида эътибор қаратганликлари бунинг яққол далилидир.

Н.И. Пироговнинг айтган сўзларига эътибор берайлик, “ мен гигиенага ишонаман. Келажакдаги тиббиёт профилактик ёки огоҳлантирувчи тиббиётга таълуқли бўлиб қолади” дейди. Ўша даврдаги рус врачлари жамиятнинг раиси С.П. Боткиннинг фикрига кўра “ соғломлаштиришга оид чуқур ғоя кундан-кунга эътиборли бўлиб бормоқда, соғломлаштириш ҳақидаги фикр шаҳарларимизнинг канализацияси, чиқиндиларни ассенизациялаш- зарарли касалликларнинг тарқалишида марказ эканлиги кундан-кунга аниқлашиб бормоқда ” дейди.

Машҳурлиги билан танилган терапевт Г.А.Захарьин 1873 йилда ўзининг Москва Университетида сўзлаган кириш нутқида шундай деган эди: “Омманинг хасталиклари билан ғолибона қураша олувчи фан фақат гигиена бўлиши мумкин. Шунинг учун даволовчи врач касалликка ташхис қўйиш ва даволаш усулларини билгандан кўра гигиеник билимлардан

<https://cejsr.academicjournal.io>

воқиф бўлиши ҳамма учун зарурди”.

Гигиена фани профилактик тиббиётнинг бошланғичи бўлиб, тиббиёт умумжамоатчилиқ фани ҳисобланади. Ушбу фан аҳолининг амалий саломатлигини ўрганadi. Шуни алоҳида таъкидлаш керакки, гигиенист врач билан клинист врачнинг фаолиятида ҳеч қандай фарқ йўқ. Гигиенист касалликнинг олдини олиш билан шуғилланса, клинист беморни даволаш билан бир қаторда уни олдини олиш билан шуғулланиши лозим. Улуғ рус олими М.Я.Мудров ўзининг 1873 йилдаги клинист олимлар йиғилишида шундай дейди, “Амалиёт врачининг етуқлик даражаси уни гигиенанинг кучига тан бериши билан белгиланади. Гигиенанинг шартларига риоя қилиш беморни даволашдаги ютуғини белгилайди”.

Ўзбекистон Республикаси ўз тараққиёт йўлини белгилаб олди. Бундай ҳолатда Республикамиз раҳбариятининг тиббиётга ғамхўрлиги яққол кўзга ташланади. Республикамиз тиббиёти учун талабга мос келадиган диагностик, даволаш ва лаборатория аспоб-ускуналари олиб келинмоқда. Ўзбекистон Республикаси Президенти, хурматли Шавкат Миромонович Мирзиёев жорий йилнинг бошида тиббиёт ходимлари билан учрашдилар ва шундай иборани қайта-қайта такрорладилар, “Бугунги замон тиббиётида беморларни даволаш охирги масала, асосий масала мушкул экологик шароитида касалликни даволашдан кўра, уни олдини олиш муҳимдир. Шунинг учун Ўзбекистонни келажак тиббиёти бу профилактик тиббиётдир” деб алоҳида таъкидладилар.

Ўзбекистон Республикаси халқ хўжалиги жадал суратда ривожланмоқда, давлатимиз дунё ҳамжамиятида ўз ўрнини эгаллади. Жамият жадал суратларда ривожланмоқда. Илмий техника тараққиёт асрида жамият қанчалик тараққий этган сари барча фанлар, жумладан гигиена фани олдида ўта муҳим ва долзарб муаммоларни кўймоқда. Бугунги кунда гигиена фани олдида куйидаги муаммолар мавжуддир:

1. Дунё мамлакатлари, оғир экологик шароитда атроф-муҳитнинг барча омилларида катта ўзгариш содир бўлди. (иқлим ўзгариши, биохилма-хилликнинг қисқариб бориши, тупроқ деградация, ўрмонларининг қисқариб бориши, орол денгизи муаммоси ва ҳ.к.о). Бундай шароитда атроф- муҳитнинг ўзгариб турувчи омилларини баҳолаш ва уларнинг ҳар бирини меъёрлаштириш;
2. Дунё мамлакатлари, жумладан Ўзбекистонда инсонларининг ёши, жинси, меҳнат шароитини инобатга олган ҳолда овқатланиш алгоритми ишлаб чиқилмаган. Шунинг сабабли нотўғри овқатланиш натижасида аҳоли ўртасида ортиқча вазнли инсонлар сони кўпайиб бормоқда. Бу ҳолат ўз навбатида аҳоли ўртасида алиментар касалликлар сонини кўпайишига олиб келмоқда. Гигиенанинг иккинчи долзарб муаммоси аҳолининг овқатланиш пирамидаси ёки алгоритминини ишлаб чиқиш эвазига овқатланишни оптималлаштиришдан иборат.
3. Кейинги 30 йилликда қишлоқ аҳолисининг шаҳарга миграцияси кучайиб кетди (Урбанизация). Натижада шаҳарларнинг ҳар бир квадрат километр ҳудудида аҳоли сони кўпаймоқда. Бу эса ўз навбатида аҳолининг тиғизлашиши улар яшашининг санитар-гигиеник ҳолатига баҳо беришни талаб қилади. Шунинг учун гигиенанинг ичинчи муаммоси урбанизацияга таалууқли бўлган масалаларга баҳо беришдан иборат.
4. Ўзбекистон Республикаси қишлоқ хўжалиги модернизация қилинди, қишлоқ хўжалиги ишлаб чиқаришига янги агротехника, янги технология кириб келди. Шунингдек, республикамиз аҳолисини йил 12 ой ҳўл мевалар билан таъминлаш мақсадида иссиқхоналар ташкил қилиш жадал суръатларда ривожланмоқда. Шунинг натижасида қишлоқ хўжалиги янги агротехникаси ва технологияси шароитида қишлоқ меҳнатқашлари организмга салбий таъсир этувчи ишлаб чиқариш омиллари тубдан ўзгарди. Шунинг учун гигиена фанининг кейинги муаммоси қишлоқ хўжалиги янги агротехникаси

<https://cejsr.academicjournal.io>

шароитида пайдо бўладиган зарарли омилларни аниқлаш, уларга гигиеник нуқтаи назардан баҳо бериш, ҳар бир омилни меёрлаш ҳамда улардан қишлоқ хўжалигида ишловчилар соғлигини муҳофаза қилиш чора-тадбирларини ишлаб чиқишдан иборат.

5. XX аср илмий техника тараққиёти асри деб ном олган. Илмий техника тараққиёт инсонлар яшаш фаолиятлари доирасига ўз таъсирини ўтказди. Айниқса, бу таъсир меҳнат жараёнларида кўпроқ ўз ифодасини топди. Чунки айнан одамнинг меҳнат

фаолияти замонавий илмий ютуқлар, янгиликлар ва ихтироларни биринчи ўринда синовдан ўтказиш ва амалиётга тавсия қилади. ИТТ шароитида кўпинча меҳнат фаолияти жараёнининг ўзи ҳам тубдан ўзгариши табиийдир. Чунки, замонавий корхоналар учун юқори даражадаги, механизация, автоматлаштириш, кўпгина корхоналарда эса меҳнат шароитларини компьютерлаштириш ва роботлаштириш жуда характерлидир. Шу билан бирга, илм ва фандаги янгиликлар, ихтироларнинг ишлаб чиқаришга қўлланиши, меҳнат шароитларини кескин жадаллаштиришга сабабчи бўлди. Уларда ананавий бўлмаган хом ашёлар қўлланилмоқда ва янги турдаги маҳсулотлар ишлаб чиқарилмоқда. ИТТ ишлаб чиқаришдаги меҳнат шароитларига тубдан таъсир кўрсатиб, ишчиларнинг иш шароитларини ўзгартирди, меҳнатга бўлган муносабатларга ўз таъсирини ўтказди. Бу йўналишдаги ИТТ ишлаб чиқариш корхоналари ишчи ва хизматчилари организмига ҳамда меҳнат шароитларига ҳам ижобий ҳам салбий таъсир кўрсатиши аниқланди. Ишлаб чиқариш корхоналарини автоматлаштириш, механизациялаштириш, роботлаштириш ишчиларни оғир жисмоний меҳнатдан холос этди. Жуда кўп сонли ишчиларни зарарли омиллар билан бўладиган мулоқотини камайтирди, меҳнат жадаллиги ва унумдорлиги ошди ва маҳсулотнинг сифатини яхшилашга имкон яратди. Шу билан бирга ишлаб чиқариш жараёнининг ўзгариши ишчиларда рухий асаб зўриқишларини кескин оширди. Шунингдек, меҳнат жараёнларини бошқариш билан боғлиқ бўлган меҳнат ишчиларнинг ҳаракат доираларини чеклаб қўйди, гиподинамия ҳолатини юзага келтирди.

Замонавий корхоналарда ИТТ меҳнат шароитини яхшилашдаги енгилроқ усулларни қўллашга имкон беради. Аммо, корхоналарнинг ишлаб чиқариш қудратини кескин кўтарилиши шу муҳитдаги зарарли омилларнинг сонини ва умумий ҳажмини ортишига сабабчи бўлади. Бу ўз ўрнида ишчилар организмига зарарли таъсир кўрсатадиган омиллар кўламини оширади. Янги турдаги маҳсулотларни ишлаб чиқарувчи корхоналар ишчиларнинг талаблари ва истакларини қондирибгина қолмай балки улар организмига янги омилларнинг таъсирини ҳам юзага келтирди. Корхоналарда янги турдаги маҳсулотларни ишлаб чиқариш зарарли омилларнинг келиб чиқишига замин яратади.

Юқоридагилардан келиб чиққан ҳолда гигиена фанининг галдаги долзарб муаммоси ишлаб чиқариш корхоналари ишчи-хизматчиларнинг меҳнат шароитини яхшилаш, соғломлаштириш, улар ўртасида умумий касалликларни камайтириш ва касб касалликларининг келиб чиқишига йўл қўйилмаслик чора-тадбирларини ишлаб чиқишдан иборат.

Болалар ва ўсмирларнинг жисмоний риволанишларини баҳолаш ҳақидаги маълумотларни таҳлил қилиб, кузатувчилар шу нарсага амин бўлдиларки, ҳозирги популяция таалуқли жисмоний ривожланиши кўрсаткичлари, олдинги авлод болаларининг кўрсаткичларидан анчагина илгарилаб кетганлигининг гувоҳи бўлдилар. Жисмоний ривожланиш кўрсаткичларига қараганда тезлашишини“ Акселерация номи билан аталган. Шунга мувофиқ ҳолда икки турдаги акселерацияни фарқлаш мумкин; Эпохага(даврга) ва популяцияга доир акселерацияларга сабабчи бўлувчи 50 ортиқ нуқтаи назарлар ва назариялар илгари сурилган. Аммо, дунё болаларини акселерация сабаблари бўйича аниқ фикр маълум эмас. Акселерация жараёнини ижобий деб бўлмайди. Чунончи, акселерация билан боғлиқ бўлган кўпчилик касалликлар ёшариб кетди. Булар қаторига ревматизм, юрак- қон томир тизимнинг

<https://cejsr.academicjournal.io>

ортирилган хасталиклар, гипертония, қандли, қандсиз диабетлар, болаларда яқиндан кўришнинг бузилишини кўриш мумкин. Бундан ташқари болалар ва ўсмирларнинг жисмоний ривожланишига доир стандартланишига доир стандартларни қайта кўриб чиқишни тақозо қилади. Шунингдек, болалар кийимлари, мактабгача ва мактаб муассасаларидаги мебеллар, оёқ кийимлари стандартларини қайта кўриб чиқиш лозимлигини талаб қилади. Булардан ташқари болаларни мактабгача тайёрлигини аниқлаш муаммоларни келтириб чиқаради.

Шунинг учун гигиенанинг бугунги замондаги яна бир долзарб муаммоси балалар ва ўсмирларнинг акселерацияси билан боғлиқ долзарб муаммони ҳал қилишдани борат.

Дунё миқёсида шужумладан Ўзбекистонда саноат ишлаб чиқариши корхоналари, автотранспорт воситаларининг сони кундан-кунга кўпайиб бормоқда. Қишлоқ хўжалиги кимёвий ва биологик моддалар кириб келди. Аҳолини озиқ-овқат маҳсулотлари билан таъминлаш мақсадида турли хилдаги суний озиқ-овқат қўшимчалари ишлатилмоқда. Булар ўз навбатида инсонни ўраб олган муҳитга канцероген моддалар миқдори кўпайишига олиб келди. Унинг қаторига Орол денгизининг қуриши эвазига атмосфера ҳавосига тарқалаётган оғир метал тузлари, кислотали ёғингарчиликлар экологик вазиятни ниҳоят даражада мушкуллаштириб қўймоқда. Бундай омилларнинг барчаси республикамиз аҳолиси ўртасида хавфли ўсма касалликларнинг салмоғи кундан-кунга кўпайиб, аҳоли ўлими сабабчиси сифатида барча паталогиялар ўртасида биринчи ўринга чиқди. Бундай хасталикларнинг болалар ва ўсмирлар орасида тарқалганлиги ўта ачинарлидир.

Шунинг учун гигиенанинг навбатдаги долзарб муаммоси аҳоли ўртасида хавфли, ўсма касалликлар хавфини камайтиришдан иборат. Бунинг учун атроф-муҳитнинг ҳафли ва зарарли омилларига гигиеник жиҳатидан тўғри баҳо бериш, уларни меёрлаштириш ва регламентларини ишлаб чиқариш тақозо этади.

Юқорида келтирилган фикрлардан хулоса қилиш мумкинки, гигиена фани тиббиёт фанлари ичига аҳолини соғлиғини муҳофаза қилиш ва мустаҳкамлаш ҳамда уларнинг фаол узок умр кўриши таъминлайдиган фан ҳисобланади.

Абу Али ибн Сино дунё миқёсида гигиеник илмларни тарқатган аллома ҳисобланиб, Ўзбекистон Республикасида П. Д. Винокуров, П. К. Агсев. А.З. Зоҳидов, К.Зоиров, С.Н.Бобоҷоновлар гигиена фанининг пойдеворини яратдилар.

Республикамизнинг етук олимлари академик Т.И. Искандаров, Н.М.Демиденко, Л.Н. Понамарева, Ш.Т. Отабоевалар бугунги гигиена фанининг ривожланишига улкан ҳиссаларини қўшдилар.

Президентимиз иборалари билан айтадиган бўлсак “Гигиена аҳоли ўртасида қайд этиладиган хасталикларнинг олдини олиш, улар билан мардонавор курашадиган фандир”. Янги Ўзбекистоннинг келажак тиббиёти, бу профилактик тиббиётдир.

Адабиётлар

1. Каримов И.А.-“Авесто” китобининг, 2700 йиллигига бағишлаб барпо этилган ёдгорлик мажмуини очилиш маросимидаги нутқи.Т.Ўз ФА Ўзбек тили ва адабиёти журнали. 2001 й. 8 сони,3-7 бетлар.
2. Каримов И.А.- Ўзбекистон XX1 аср бўсағасида хавфсизликка таҳдид, барқарорлик шартлари ва тараккиёт кафолатлари.Т.Ўзбекистон.1997 й.
3. Сайфутдинов Р.- Инвом ва Маъсулият. Экология хаторномаси журнали.2006 й. 6 сони.
4. Отабоев Ш.Т., Искандаров Т.И-Коммунал гигиена ўқув китоби. Тошкент. Ибн Сино 1994 й.

<https://cejsr.academicjournal.io>

5. Ўзбекистон Республикасининг “Табиатни муҳофаза қилиш” тўғрисидаги қонун.Т.1992 й.
6. Отабоев Ш.Т.- Экология, гигиена ва сихат саломатлик. Тошкент-нашриёт “Чинор” 2006 й .
7. Санитарные правила и нормы планировки и застройки населенных мест Узбекистана. СанПиН РУз №0227-07.
8. СанПиН №0179-04 Перечень ПДК загрязняющих веществ в воздухе населенных мест на территории Республики Узбекистан.
9. Санитарные правила и нормы устройства, оборудования и эксплуатации бань. СанПиН РУз №154-04. Тошкент 2004 й.
10. Искандаров Т.И., Ильинский И.И, Искандарова Г.Т. Современные проблемы гигиены воды и водоснабжения населения, санитарной охраны водоёмов в специфических условиях Узбекистан. Тошкент 2006 й.