

## TERI SALOMATLIGI, XUSNBUZAR VA AJINLARNI YO‘QOTISHNING ZAMONAVIY YUTUQLARI

<sup>1</sup>Mamatqulova R. D, <sup>2</sup>Ismoilov K.T.

<sup>1</sup>SamDTU, Somatologiya fakulteti

1-bosqich talabasi

[rmamatqulova361@gmail.com](mailto:rmamatqulova361@gmail.com).

+998(91) 944 47 78

<sup>2</sup>SamDTU, Tibbiy biologiya va genetika

Kafedraasi assistenti

[E-mail:k88146525@gmail.com](mailto:k88146525@gmail.com)

+998 99 5900289

**Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti,  
Samarqand, O`zbekiston**

**Annostatsiya:** Biz ushbu maqolada teri kasalliklarini keltirib chiqadigan atrof-muhit omillari, yuz terisini so‘glom saqlashning an‘anaviy va hozirgi kundagi xalq tabobatining zamonaviy yutuqlari haqida ma‘lumotlar keltirganmiz. Abu Ali ibn Sinoning “Tib qonunlari” asarida keltirilgan ma‘lumotlar asosida shifobaxsh o‘simliklar vositasida terini parvarishlash va yosharish sirlari haqida mulohazalar yuritilgan.

**Kalit so‘z:** Xusnbuzar, ajin, dermatit, Ibn Sino, Tib qonunlari, ekzogen, endogen, dermis-furunkulyoz, hidradenit.

**Dolzarbliqi:** Atrof muhit bevosita inson terisiga ta‘sir ko‘rsatadi. Ayniqsa ayollar teri parvarishiga alohida e‘tibor beradilar. Chunki go‘zallik terining tiniqligi, rangi, salomatligi bilan chambarchas bog‘liq. Turli xastaliklarda dastlabki belgilar teri orqali namoyon qiladi, bunda terining rangi o‘zgaradi, elastik xususiyati pasayadi, yoriladi. Shuning uchun teridagi har qanday o‘zgarish patologiyadan dalolat berishi mumkin, Demak, biz doimo o‘z salomatligimiz befarq bo‘lmasdan terimizni toza saqlab, turli ekzogen va endogen omillar ta‘siri natijasida yuzaga keladigan o‘zgarishlarni bilish muhim hisoblanadi.

**Tadqiqotning maqsadi:** Go‘zallik timsoli bo‘lgan yuz terimizdagi, kasalliklar, xusnbuzar va ajinlarni tushishini xalq tabobati yordamida oldini olish, odam organizmiga keltirib chiqaradigan yuqimli va infeksiyali teri kasalliklarini aholi o‘rtasida tarqalishini kamayishi hamda profilaktik chora tadbirlarni o‘rganish.

**Material va uslublar:** Abu Ali ibn sinoning “Tib qonunlari” 5jild kitobi,teridagi ma’lumotlar hamada zamonaviy xalq tabobati yo`riqnomalari dan foydalanildi. Talabalardan teri kasalliklari,yuzdagi toshma va husnbuzarlarning qanday kelib chiqishini,ularni yo`qotishda qo`yiladigan xatolar haqida so`rovnoma o`tkazildi.

**Natijalar:** Odam organizmidagi shilliq qavatlar,teri hamda uning hosilalari(soch,tirnoq)patalogik o`zgarishi bilan ifodalanadigan kasalliklar guruhi tashqi muhitdagi har bir fizik va kimyoviy omillarga ta`sirchan bo`lib, terida turli yallig`lanishlar (dermatitlar)paydo bo`lishiga olib keladi.Terining talaygina kasalliklariga biologik omillar, ichki omillar sababchi bo`ladi. Biologik omillarga zamburug`lar, bakteriyalar,viruslar sabab bo`lsa, ichki omillarga: mahalliy, infeksiya o`chog`I ichki azolar(me`da jigar,buyrak) kasalliklari teri kasalliklariga olib keladi. [1,4,5]

Xusnbuzar-yog` bezlari faoliyatining buzilishi natijasida terida turli xil toshmalar toshishi bilan xarakterlanadi.Husnbuzarlar yigit va qizlarning erta balog`at davrida me`da-ichak,moddalar almashinuvi va endokrin bezlar faoliyatining buzilishi,kamqonlik,gipovitaminoz va seboreya husnbuzar toshishiga sabab bo`ladi. Bu davrda yog` bezlari zo`r berib ishlaydi,ya`ni bezlardan chiqayotgan sekretsia miqdori o`zgarmay,uning tarkibi o`zgaradi, erkin holatda bo`lgan yog` kislotalarning miqdori oshib,terida ishqoriy muhit vujudga keladi.yog` chiqarish yo`llarida yog`ning yig`ilib qolishi va ularga stafilokoklar va boshqa bakteriyalar qo`shilishi natijasida yallig`lanish jarayoni yuzaga keladi. Ajinlar ichki hissiyotlarimizning yuzdagi ifodasidir.Yosh ulg`aygan sayin yuz terisining elastiklik xususiyati yo`qolib boradi va kollagen tolasi ishlab chiqarilishi kamayadi. Ajinlarning tushishiga sabablar: nosog`lom turmush tarzi,organizmda vitamin va mineral moddalar yetishmovchilgi, chekish,stress,emotsional beqarorlik kabi holatlar tufayli yuzaga keladi. Ibn Sino teri kasalliklarining kelib chiqishida asab tizimi faoliyatining ahamiyati kattaligini ta`kidlagan. U bemorlarni ruhiy ta`sir etish yo`li orqali davolashni taklif etgan. Ibn sino 32 tadan ortiq dermatozlarni batafsil bayon etgan: dermatitlar, o`tkir va surunkali gush,

neyrodermit, ixtioz, moxov ,pes, so`gal,turli xil stomatitlar, psoriaz, xeylitlar va boshqalar shular jumlasidandir.[1,2,3]

Teri kasalliklarining o`ziga xos xususiyati shundaki,ko`p hollarda ular eng erta bosqichlardan aniq bo`ladi. Bir tomondan yaxshi, chunki inson imkon qadar tezroq davolanishni boshlashi mumkin. Boshqa tomondan,teri kasalliklari odamlarga noqulaylik tug`diradi va ba`zida og`riqni keltirib chiqaradi,ayniqsa simptomlarni darhol bartaraf etish mumkin emas. Shuning uchun har qanday dermatologik kasalliklarni o`z vaqtida tashxislash va davolash to`liq hayotga qaytish uchun zaruriy shartdir. Teri kasalliklari turli sabablarga ko`ra paydo bo`lishi mumkin. Bundan tashqari,ichki omillar dermatologik kasalliklarga olib kelishi mumkin: immunitet va endokrin tizimlar,oshqozon-ichak trakti va boshqa organlarning muammolarini keltirib chiqaradi.Terining har bir qatlami o`ziga xos kasalliklar bilan tavsiflanadi. Masalan,yuqori tashqi qatlamning patalogiyalari-epidermis-qa`tir va toshbaqa kasalligi kabi kasalliklarni o`z ichiga olsa, terining biriktiruvchi qismi-dermis-furunkulyoz yoki hidradenit-ter bezlarining yiringli yallig`lanishi natijasida teri azoblanishi mumkin. Surunkali teri kasalliklari dermatologiyada alohida ahamiyatga ega. Ba`zi teri kasalliklariga moyillik irsiy bo`lishi mumkin. Ajinlar 30-35 yoshdan keyin erkaklar va ayollarda paydo bo`ladigan yoshga bog`liq teri o`zgarishlarining ko`rinadigan belgilaridan biridir.[4,8]

Ajinlarning kelib chiqishiga bir qancha sabablar keltirsak bo`ladi.Masalan, tabiiy fiziologik qarish-teridagi elastik va kollagen sintezi sekinlashadi. Natijada peshona va ko`z atrofida burmalar paydo bo`ladi. Ortiqcha yuz ifodalanishi-insonning his-tuyg`ularini ifodalash orqali stress hamda qayg`ular orqali yuzaga keladi. [6,10]

Uyda ajinlarga qarshi mukammal kurashuvchi tabiiy niqob tayyorlasa bo`ladi, u juda kuchli taranglashtiruvchi, namlovchi va oziqlantiruvchi ta`sirga ega. Bu yerda ajinlarga qarshi niqob komponentlari juda foydali mahsulotlar xalq tabobatida hozirda keng qo`llaniladi.Buning uchun 1 osh qoshiq oq loy (gil), 1 osh qoshiq yog`li smetana, 1 choy qoshiq limon sharbati va yumshatilgan asalni

yaxshilab aralashtirish kerak bo'ladi. Hosil bo'lgan massa yuzga surtilib, niqob gil qurib qolguniga qadar ushlab turiladi, keyin iliq suv bilan yuvib tashlanadi. Bu niqob bir hafta davomida qo'llanilganda ajinlar tekislanib, yuz terisi tiniqlashadi.

Oddiy kartoshka bilan yosharish mumkin. Buning uchun kartoshkani tozalab archib qirg'ichdan o'tkazamiz va siqib suvini olamiz. Kartoshka suvidan 2 osh qoshiq olib 1 stakan sut bilan aralashtiramiz. Keyin 5 daqiqa dam berib yuz terisiga niqob qilib surtamiz. Malxamni surishdan oldin yuzni yaxshilab yuvish sedan chiqmasin. Niqobni 20-30 daqiqa davomida tinch qoldiramiz va keyin esa iliq suv bilan yuvib tashlaymiz. Ajin va yuzdagi qarilik alomatlarini yoqotish uchun kunora 10 yoki 15 marta qo'llaganimizda yaxshi samara berishini ko'ramiz.

Yapon ayollarining 40 yoshda ham 20 yashar ko'rinishining asosiy sabablari nimada? Sababi, ular terini doimo parvarishlash uchun alohida tabiiy vositalardan foydalanadi. Yapon ayollari yuz terisini quyosh nuridan saqlaydi. Bolalikdan to'g'ri ovqatlanishga, sanitar-gigiyenaga e'tibor qaratiladi. Asosan sabzavot va yormalar yapon taomlarining tarkibini tashkil etadi. Yilning istalgan faslida yapon qiz va ayollari ultrabinafsha quyosh nuridan, issiq va haddan tashqari sovuqdan nozik hamda sezuvchan terisini saqlashga harakat qiladi. Hech bir yapon ayoli ko'chaga quyosh nuridan himoyalovchi krem surtmasdan chiqmaydi.[9,7,11]

**Xulosa:** Ibn Sino organizmning individual sezuvchanligiga katta e'tibor berib, dorilarni haddan ziyod iste'mol qilishga qarshi bo'lgan. "Dori asta-sekin yemiradi, doridan saqlaning, sifatli ovqatlaning" bu fikr hozirgi dermatologiyada ham o'z isbotini topgan (misol psoriasisni davolashda). Ibn Sino parhez taomlar, suv muolajalari, jismoniy mashg'ulotlar, uyquni uzaytirishni ayrim dermatozlarda organizmning himoya vazifasini rag'batlantiruvchi omillardan deb bilgan. U juda Shirin, sho'r, achchiq, o'tkir taomlardan tiyilish zarur, deb yozgan. Eng avvalo, emizikli ayollarning to'g'ri ovqatlanishini normallashtirish kerakligi to'g'risida alohida to'xtalib o'tgan. Ibn Sino vitiligoni anjir suti surtib, quyoshda toblash orqalibelgilarini kamaytirish ishlarini olib borgan bo'lsa, hozirgi kunda fotokimyoviy usuliga asos bo'ladi. Soch to'kilishlari, ichki a'zo kasallilari,

vitaminlar yetishmasligi, endokrin sistemaning buzilishi natijasida hamda tashqi muhitning iqlim omillari tasirida kelib chiqishi aniqlangan. U zaxmni simob bilan davolashni taklif etgan, bu usul hozirgi kunda dunyo bo'yicha tarqalgan.

Teri kasalliklarini davolashda kompleks davo qo'llaniladi va bu davo ekzogen omillarni hamda endogen o'zgarishlarni bartaraf etish, shuningdek, organizmning kasallikka qarshi kurashish (immunitetni) qobiliyatini oshirish muhim hisoblanadi. Teriga doimiy gigiyenik tabiiy vositali oziqlantiruvchi niqoblar yordamida parvarish talab qiladi

### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. **3.** Abu Ali ibn Sino (Tib qonunlari 5-jild) Qodiriy nashriyoti 1993-yil
2. Abu Ali ibn Sino (Tib qonunlari 1-jild) A. Qodiriy nashriyoti 1993-yil
3. Abu Ali ibn Sino (Tib qonunlari 3-jild) A. Qodiriy nashriyoti 1992-yil
4. Daminova M., Ismoilov K.. Og'iz bo'shlig'i biologiyasi. "O'zbekistonda milliy tadqiqotlar" Davriy anjumanlar 18 qism Toshkent, 2022y, may 9-11b
5. Ismoilov K. T. et al. BUTTERFLIES: TAXONOMY AND BIOETICS OF NIGHT AND DAY BUTTERFLIES IN UZBEKISTAN //Science and innovation. – 2022. – T. 1. – №. D3. – C. 1-8.
6. Ismoilov K. T. et al. COMMON INTERNAL PARASITES AND THEIR TAXONOMY AMONG YOUNG CHILDREN IN UZBEKISTAN //ResearchJet Journal of Analysis and Inventions. – 2022. – T. 3. – №. 06. – C. 190-196.
7. Ismoilov K. T., "Interrelation of Viability and Productivity Indicators with Ethological Characteristics in the Growth and Development of Sur Karakol Lambs" CENTRAL ASIAN JOURNAL OF MEDICAL AND NATURAL SCIENCES olume: 04 Issue: 02 | Mar-Apr 2023 ISSN: 2660-4159, 219-223
8. Mamatqulov B.M., Nodirov T. Sog'lom turmush tarzi va oila salomatligi. O'quv qo'llanma Qarshi, 2018yil
9. Mukhitdinov, Sh., Aliyev, D., Ismoilov, K., & Mamurova, G. The Role Of Biologically Active Substances In The Blood In Increasing The Productivity Of Sheep. European Journal of Molecular & Clinical Medicine, 7(03), 2020.
10. Tuygunovich I. K., Muxammedjanov M. S. HERITAGE AND HERITED DISEASES //Galaxy International Interdisciplinary Research Journal. – 2022. – T. 10. – №. 2. – C. 667-670.
11. Yunusova Z.T., , K.T. Ismoilov, Biologiya darslarida Ibn Sino ilmiy merosi va qo'shimcha qiziqarli ma'lumotlardan foydalanishning

ahamiyati/“O‘zbekistonda ilmiy-amaliy tadqiqotlar” mavzusidagi respublika  
18-ko‘p tarmoqli ilmiy masofaviy onlayn Konferensiya materiallari 22 qism  
Toshkent, 2020y,31 iyul

- 12.Ермакова Н. А., Мельниченко П. И. и др. Образ жизни и здоровье студентов : научное издание // Гигиена и санитария. - М., 2016. - Том 95 N6Г5016. - С. 558- 563.