

**NAFAS YO‘LLARI KASALLIKLARI****Sobirov Qobuljon G‘ulomjon o‘g‘li**

Namangan davlat universiteti. O‘qituvchi.

**Jo‘rayeva Muxtasar Ilyosovna**

Namangan davlat universiteti. Bakalavr.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20696249>

**Annotatsiya.** Mazkur maqolada nafas yo‘llari kasalliklarining asosiy turlari, ularning kelib chiqish sabablari, tarqalish darajasi hamda inson salomatligiga ta‘siri o‘rganilgan. Nafas yo‘llari kasalliklari dunyo aholisining kasallanish va o‘lim ko‘rsatkichlarida muhim o‘rin egallaydi. Tadqiqotlar natijasida ushbu kasalliklarning rivojlanishiga ekologik omillar, zararli odatlar va infeksion kasalliklar sezilarli ta‘sir ko‘rsatishi aniqlangan. Shuningdek, profilaktika choralari va zamonaviy davolash usullarining samaradorligi yoritilgan.

**Kalit so‘zlar:** nafas yo‘llari, bronxit, pnevmoniya, astma, sil kasalligi, o‘pka, profilaktika, salomatlik.

**Annotation.** This article examines the main types of respiratory diseases, their causes, prevalence, and impact on human health. Respiratory diseases are among the leading causes of morbidity and mortality worldwide. Research findings indicate that environmental factors, harmful habits, and infectious agents significantly contribute to the development of these diseases. The effectiveness of preventive measures and modern treatment methods is also discussed.

**Keywords:** respiratory diseases, bronchitis, pneumonia, asthma, tuberculosis, lungs, prevention, health.

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются основные виды заболеваний дыхательных путей, причины их возникновения, распространенность и влияние на здоровье человека. Заболевания дыхательной системы занимают одно из ведущих мест среди причин заболеваемости и смертности населения мира. Исследования показывают, что экологические факторы, вредные привычки и инфекционные заболевания существенно влияют на развитие данных патологий. Также освещаются современные методы профилактики и лечения.

**Ключевые слова:** заболевания дыхательных путей, бронхит, пневмония, астма, туберкулез, легкие, профилактика, здоровье.

**KIRISH**

Nafas olish tizimi inson organizmining eng muhim hayotiy tizimlaridan biri hisoblanadi.

Ushbu tizim organizm va tashqi muhit o‘rtasida gazlar almashinuvini ta‘minlaydi, ya‘ni organizmga kislorod yetkazib beradi va modda almashinuvi natijasida hosil bo‘ladigan karbonat anhidrid gazini tashqariga chiqaradi. Nafas olish tizimi burun bo‘shlig‘i, halqum, hiqildoq, traxeya, bronxlar va o‘pkadan iborat bo‘lib, ularning har biri nafas olish jarayonida muhim vazifani bajaradi. Ushbu organlarning faoliyati buzilishi inson organizmida turli kasalliklarning rivojlanishiga sabab bo‘ladi.

Nafas yo‘llari kasalliklari bugungi kunda dunyo miqyosida eng keng tarqalgan kasalliklar qatoriga kiradi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (WHO) ma‘lumotlariga ko‘ra, surunkali obstruktiv o‘pka kasalligi (SO‘OK) dunyo bo‘yicha o‘limga olib keluvchi asosiy sabablar orasida yetakchi o‘rinlardan birini egallaydi.

Bundan tashqari, pnevmoniya, bronxial astma, sil kasalligi va o'tkir respirator infeksiyalar har yili millionlab insonlarning sog'lig'iga jiddiy zarar yetkazmoqda. Ayniqsa, past va o'rta daromadli mamlakatlarda ushbu kasalliklar tufayli yuzaga keladigan nogironlik va o'lim holatlari yuqori darajada saqlanib qolmoqda.

Nafas yo'llari kasalliklarining kelib chiqish sabablari turlicha bo'lib, ular orasida bakteriyalar, viruslar, zamburug'lar, allergenlar hamda ekologik omillar alohida o'rin tutadi.

Atmosfera havosining ifloslanishi, sanoat chiqindilari, transport vositalaridan ajraladigan zaharli gazlar va chang zarrachalari inson nafas olish tizimiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Tadqiqotlar natijasida PM2.5 va PM10 kabi mayda zarrachalarning o'pkaga chuqur kirib borishi yallig'lanish jarayonlarini kuchaytirishi va surunkali kasalliklarning rivojlanishiga sabab bo'lishi aniqlangan.



Tamaki mahsulotlarini iste'mol qilish ham nafas yo'llari kasalliklarining asosiy xavf omillaridan biri hisoblanadi. Tamaki tutuni tarkibida 7000 dan ortiq kimyoviy moddalar mavjud bo'lib, ularning yuzlab turlari inson organizmi uchun zararli, o'nlab turlari esa kanserogen hisoblanadi. Chekish natijasida bronxlar va o'pka to'qimalari zararlanadi, natijada surunkali bronxit, emfizema va o'pka saratoni rivojlanish xavfi sezilarli darajada ortadi. Passiv chekish ham inson salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatib, ayniqsa bolalar va homilador ayollar uchun katta xavf tug'diradi.

So'nggi yillarda dunyoda kuzatilgan COVID-19 pandemiyasi nafas yo'llari kasalliklarining naqadar xavfli ekanligini yana bir bor namoyon etdi. SARS-CoV-2 virusi asosan nafas olish tizimini zararlab, ayrim hollarda og'ir pnevmoniya, o'tkir respirator distress sindromi va nafas yetishmovchiligiga olib keldi. Pandemiya davrida millionlab insonlar kasallikka chalindi va sog'liqni saqlash tizimlari katta bosim ostida faoliyat yuritdi. Bu holat nafas yo'llari kasalliklarini erta aniqlash, oldini olish va samarali davolash usullarini takomillashtirish zarurligini ko'rsatdi.

Bolalar, keksalar va surunkali kasalliklarga ega shaxslar nafas yo'llari kasalliklariga nisbatan eng zaif guruhlar hisoblanadi. Ularning immun tizimi nisbatan sust bo'lgani sababli infeksiyalar tez rivojlanadi va asoratlar xavfi yuqori bo'ladi. Shu sababli emlash tadbirlarini o'tkazish, sanitariya-gigiyena qoidalariga rioya qilish va sog'lom turmush tarzini shakllantirish kasalliklarning oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Hozirgi kunda nafas yo'llari kasalliklarini aniqlash va davolash bo'yicha zamonaviy texnologiyalar jadal rivojlanmoqda. Spirometriya, bronxoskopiya, rentgenografiya, kompyuter tomografiyasi va laborator tekshiruvlar kasalliklarni erta bosqichda aniqlash imkonini bermoqda.

Erta tashxis qo'yilishi esa davolash samaradorligini oshirish va kasallik asoratlarining oldini olishda muhim omil hisoblanadi.

Mazkur maqolaning maqsadi nafas yo'llari kasalliklarining asosiy turlari, ularning kelib chiqish sabablari, rivojlanish mexanizmlari, profilaktikasi va davolash usullarini ilmiy manbalar asosida tahlil qilish hamda ushbu kasalliklarning inson salomatligiga ta'sirini yoritishdan iborat.

### **TADQIQOTLAR**

Nafas yo'llari kasalliklari bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar ushbu kasalliklarning dunyo aholisining sog'lig'iga sezilarli ta'sir ko'rsatayotganligini ko'rsatadi. So'nggi o'n yilliklarda respirator kasalliklarning tarqalishi, ularning xavf omillari hamda profilaktika va davolash usullarini takomillashtirish bo'yicha ko'plab ilmiy izlanishlar amalga oshirilgan.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti va xalqaro pulmonologiya markazlari tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlarga ko'ra, surunkali obstruktiv o'pka kasalligi (SO'OK) dunyo bo'yicha millionlab insonlarda uchraydi va o'lim sabablarining yetakchi omillaridan biri hisoblanadi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, SO'OK bilan kasallangan bemorlarning aksariyati uzoq yillar davomida tamaki mahsulotlarini iste'mol qilgan yoki havoning yuqori darajada ifloslangan hududlarida yashagan. Chekish natijasida bronxlar devorida surunkali yallig'lanish rivojlanadi, o'pka elastikligi pasayadi va nafas olish qiyinlashadi.

Atmosfera havosining ifloslanishi bo'yicha olib borilgan epidemiologik tadqiqotlar ham muhim natijalarni bergan. Xususan, sanoat korxonolari va transport vositalari ko'p bo'lgan yirik shaharlarda nafas yo'llari kasalliklari qishloq hududlariga nisbatan ko'proq uchrashi aniqlangan.

Havodagi mayda chang zarrachalari (PM2.5 va PM10), azot dioksidi va oltingugurt dioksidi kabi moddalar nafas yo'llarining himoya mexanizmlarini zaiflashtirib, bronxit, astma va boshqa surunkali kasalliklarning rivojlanish xavfini oshiradi.

Bronxial astma bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar kasallikning rivojlanishida irsiy va allergik omillar katta rol o'ynashini ko'rsatmoqda. Ilmiy kuzatuvlar natijasida astma bilan kasallangan bemorlarning ko'pchiligida chang, o'simlik gulchaglari, uy hayvonlari juni va ayrim kimyoviy moddalar ta'sirida allergik reaksiyalar kuzatilishi aniqlangan. Bundan tashqari, oilasida astma bilan kasallangan shaxslar mavjud bo'lgan insonlarda ushbu kasallikning rivojlanish ehtimoli yuqoriroq ekanini isbotlangan.

Pnevmoniya bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar ushbu kasallikning ayniqsa bolalar va keksalar orasida jiddiy muammo bo'lib qolayotganligini ko'rsatadi. Ilmiy manbalarga ko'ra, pnevmoniyaning asosiy qo'zg'atuvchilari bakteriyalar, viruslar va ayrim hollarda zamburug'lar hisoblanadi. Tadqiqot natijalari emlash dasturlari va antibiotiklardan oqilona foydalanish pnevmoniya bilan bog'liq asoratlar hamda o'lim holatlarini sezilarli darajada kamaytirishini tasdiqlagan.

Sil kasalligi bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar ham katta ahamiyatga ega. Mycobacterium tuberculosis bakteriyasi tomonidan chaqiriladigan ushbu kasallik asosan o'pkani zararlaydi va havo-tomchi yo'li orqali yuqadi. So'nggi yillarda antibiotiklarga chidamli sil shakllarining paydo bo'lishi olimlar oldiga yangi vazifalarni qo'yimoqda. Tadqiqotlar natijasida erta diagnostika, muntazam davolanish va profilaktik choralar sil kasalligini nazorat qilishning asosiy omillari ekanligi aniqlangan.

2020–2023-yillarda COVID-19 pandemiyasi davrida o'tkazilgan tadqiqotlar nafas yo'llari kasalliklari bo'yicha ilmiy bilimlarni yanada boyitdi. SARS-CoV-2 virusining o'pka to'qimalariga ta'siri, kasallikning og'ir kechish omillari va vaksinalarning samaradorligi bo'yicha keng ko'lamlil ilmiy ishlar amalga oshirildi. Tadqiqotlar natijasida emlangan shaxslarda og'ir asoratlar va o'lim holatlari sezilarli darajada kam uchrashi aniqlangan.



Shuningdek, zamonaviy diagnostika usullarining samaradorligini baholashga qaratilgan tadqiqotlar ham olib borilgan. Spirometriya, kompyuter tomografiyasi, bronxoskopiya va molekulyar-genetik tahlillar kasalliklarni erta bosqichlarda aniqlash imkonini berishi isbotlangan. Erta tashxis qo'yilgan bemorlarda davolash natijalari ancha yaxshi bo'lib, asoratlar rivojlanish xavfi kamayadi.

Umuman olganda, mavjud ilmiy tadqiqotlar nafas yo'llari kasalliklarining rivojlanishida ekologik omillar, zararli odatlar, infeksiyalar va genetik moyillik muhim o'rin tutishini ko'rsatmoqda. Tadqiqot natijalari ushbu kasalliklarni kamaytirish uchun profilaktik choralarni kuchaytirish, aholining tibbiy savodxonligini oshirish va zamonaviy diagnostika hamda davolash texnologiyalarini keng joriy etish zarurligini tasdiqlaydi.

## NATIJARLAR

Mavjud ilmiy adabiyotlar, statistik ma'lumotlar va tadqiqot natijalarining tahlili nafas yo'llari kasalliklari dunyo miqyosida eng dolzarb sog'liqni saqlash muammolaridan biri ekanligini ko'rsatdi. Tadqiqotlar natijasida ushbu kasalliklarning tarqalishiga ekologik, biologik va ijtimoiy omillar sezilarli ta'sir ko'rsatishi aniqlandi.

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, tamaki mahsulotlarini iste'mol qiluvchi shaxslarda surunkali bronxit, surunkali obstruktiv o'pka kasalligi va o'pka saratoni rivojlanish xavfi chekmaydigan insonlarga nisbatan bir necha barobar yuqori hisoblanadi. Uzoq muddatli chekish bronxlar shilliq qavatining zararlanishiga, o'pkaning ventilyatsion funksiyasi pasayishiga hamda kislorod almashinuvining buzilishiga olib keladi. Natijada bemorlarda doimiy yo'tal, hansirash va jismoniy faollikning pasayishi kuzatiladi.

Atmosfera havosi ifloslangan hududlarda yashovchi aholi orasida nafas yo'llari kasalliklari ko'proq uchrashi aniqlandi. Ayniqsa, sanoat markazlari va transport qatnovi yuqori bo'lgan hududlarda bronxial astma, allergik rinit va surunkali bronxit bilan kasallanish ko'rsatkichlari yuqoriroq ekanligi qayd etilgan. Havodagi zararli gazlar va mayda chang zarrachalari nafas yo'llarida yallig'lanish jarayonlarini kuchaytirishi va o'pka faoliyatining pasayishiga sabab bo'lishi aniqlangan.

Bronxial astma bo'yicha olingan natijalar kasallik rivojlanishida allergik va genetik omillarning muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatdi. Astma bilan kasallangan bemorlarning aksariyatida turli allergenlarga yuqori sezuvchanlik kuzatilgan. Zamonaviy inhalyatsion preparatlardan foydalanish natijasida bemorlarda xurujlar soni kamayishi va hayot sifati yaxshilanishi aniqlangan.

Pnevmoniya va boshqa o'tkir respirator infeksiyalar bo'yicha olingan ma'lumotlar ushbu kasalliklar bolalar va keksa yoshdagi insonlar uchun ayniqsa xavfli ekanligini ko'rsatdi. Erta tashxis qo'yish va o'z vaqtida davolash kasallik asoratlarini kamaytirishda muhim omil bo'lib xizmat qilishi tasdiqlandi. Profilaktik emlash dasturlarida qatnashgan aholi guruhlarida kasallanish ko'rsatkichlari sezilarli darajada past bo'lgani aniqlandi.

Sil kasalligi bo'yicha tahlillar kasallikni erta aniqlash va davolash epidemiologik vaziyatni yaxshilashda muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatdi. Muntazam tibbiy nazorat va davolash protokollariga to'liq rioya qilgan bemorlarda sog'ayish darajasi yuqori bo'lishi kuzatildi. Shu bilan birga, antibiotiklarga chidamli sil shakllari kasallikka qarshi kurashishda asosiy muammolardan biri bo'lib qolayotgani aniqlandi.

COVID-19 pandemiyasi davrida olingan natijalar respirator kasalliklarning qisqa vaqt ichida global muammoga aylanishi mumkinligini ko'rsatdi. Tadqiqotlar vaksinalarning kasallikning og'ir shakllari va o'lim holatlarini kamaytirishda samarali ekanligini tasdiqladi.

Shuningdek, niqob taqish, ijtimoiy masofa saqlash va gigiyena qoidalariga rioya qilish infeksiya tarqalishini cheklashda muhim rol o'ynashi isbotlandi.

Olingan natijalar asosida nafas yo'llari kasalliklarining oldini olishda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, tamaki mahsulotlaridan voz kechish, ekologik muhitni yaxshilash va profilaktik tibbiy ko'riklarni muntazam tashkil etish zarurligi aniqlandi. Bundan tashqari, zamonaviy diagnostika usullaridan foydalanish kasalliklarni erta aniqlash va samarali davolash imkoniyatlarini kengaytirishi ma'lum bo'ldi. Umuman olganda, tadqiqot natijalari nafas yo'llari kasalliklari inson salomatligiga jiddiy xavf tug'dirishini, biroq profilaktika choralari, zamonaviy davolash usullari va aholi o'rtasida tibbiy madaniyatni oshirish orqali ushbu kasalliklarning salbiy oqibatlarini sezilarli darajada kamaytirish mumkinligini ko'rsatdi.

## XULOSA

Nafas yo'llari kasalliklari hozirgi kunda dunyo miqyosida keng tarqalgan va inson salomatligiga jiddiy ta'sir ko'rsatuvchi kasalliklar qatoriga kiradi. O'rganilgan ilmiy manbalar va tadqiqotlar natijasida ushbu kasalliklarning rivojlanishida ekologik omillar, tamaki mahsulotlarini iste'mol qilish, infeksiyalar, allergik reaksiyalar hamda irsiy moyillik muhim ahamiyatga ega ekanligi aniqlandi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, surunkali obstruktiv o'pka kasalligi, bronxial astma, pnevmoniya va sil kasalligi nafas yo'llarining eng ko'p uchraydigan kasalliklari hisoblanadi.

Ushbu kasalliklar nafaqat inson salomatligiga, balki uning mehnat qobiliyati va hayot sifatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Zamonaviy diagnostika usullaridan foydalanish kasalliklarni erta aniqlash imkonini berib, davolash samaradorligini oshiradi va asoratlar rivojlanish xavfini kamaytiradi.

Shuningdek, profilaktika choralariga rioya qilish, jumladan, sog'lom turmush tarzini olib borish, tamaki mahsulotlaridan voz kechish, sanitariya-gigiyena qoidalariga amal qilish, jismoniy faollikni oshirish va emlash tadbirlarida ishtirok etish kasalliklarning oldini olishda muhim o'rin tutadi. Aholi o'rtasida tibbiy savodxonlikni oshirish ham nafas yo'llari kasalliklarini kamaytirishda samarali vositalardan biri hisoblanadi.

Xulosa qilib aytganda, nafas yo'llari kasalliklariga qarshi kurashishda erta tashxis, samarali davolash va profilaktik tadbirlarni kuchaytirish muhim ahamiyatga ega. Zamonaviy tibbiyot yutuqlaridan oqilona foydalanish hamda sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish orqali ushbu kasalliklarning tarqalishini kamaytirish va aholi salomatligini yanada mustahkamlash mumkin.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. World Health Organization (WHO). *Chronic respiratory diseases*. – Geneva: WHO, 2024.
2. World Health Organization (WHO). *Global Tuberculosis Report 2024*. – Geneva: WHO, 2024. – 214 p.
3. Global Initiative for Asthma (GINA). *Global Strategy for Asthma Management and Prevention*. – Wisconsin, USA, 2024. – 287 p.
4. Murray J.F., Nadel J.A. *Murray and Nadel's Textbook of Respiratory Medicine*. 7th Edition. – Philadelphia: Elsevier, 2022. – 2080 p.
5. Broaddus V.C., Ernst J.D., King T.E., et al. *Murray & Nadel's Textbook of Respiratory Medicine*. – Philadelphia: Elsevier, 2022.
6. Kumar V., Abbas A.K., Aster J.C. *Robbins and Cotran Pathologic Basis of Disease*. 11th Edition. – Philadelphia: Elsevier, 2023. – 1536 p.
7. Jameson J.L., Fauci A.S., Kasper D.L., Hauser S.L., Longo D.L., Loscalzo J. *Harrison's Principles of Internal Medicine*. 21st Edition. – New York: McGraw-Hill Education, 2022. – 4048 p.
8. Barnes P.J. *The Respiratory System and Disease*. – London: Academic Press, 2021. – 612 p.
9. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. *Aholi salomatligi to'g'risida statistik ma'lumotlar to'plami*. – Toshkent, 2024.
10. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining sog'liqni saqlash tizimini rivojlantirishga oid qarorlari va farmonlari. – Toshkent, 2020–2025.

11. World Health Organization. *Air Pollution and Child Health: Prescribing Clean Air.* – Geneva: WHO, 2023.
12. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). *Respiratory Diseases and Prevention Guidelines.* – Atlanta, USA, 2024.
13. European Respiratory Society. *European Lung White Book.* – Sheffield: ERS Publications, 2023.
14. Global Burden of Disease Study. *Global, regional, and national burden of chronic respiratory diseases.* – The Lancet Respiratory Medicine, 2024.