

YUQUMLI KASALLIKLAR VA ULARNING OLDINI OLISH

Abdiqodirova Ruxsora Olim qizi*Olmalik Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi**Klinik patologiyada 1-yordam fan o'qituvchisi*

Annotatsiya: ushbu maqola yuqumli kasalliklar, ularning turlari, tarqalish mexanizmlari va oldini olish choralari o'z ichiga oladi. Yuqumli kasalliklar bakteriyalar, viruslar, parazitlar va qo'ziqorinlar tomonidan keltirib chiqarilib, shaxsdan shaxsga o'tishi mumkin. Maqolada gripp, COVID-19, pnevmoniya, malariya va kandidiaz kabi asosiy yuqumli kasalliklar haqida ma'lumot berilgan. Tarqalish usullari, jumladan havoda, to'g'ridan-to'g'ri aloqa va oziq-ovqat orqali bo'lishi mumkinligi ta'kidlangan. Oldini olish choralari esa gigiena qoidalariga rioya qilish, vaksinatsiya va shaxsiy himoya vositalaridan foydalanish kiradi. Ushbu maqola yuqumli kasalliklar haqida keng qamrovli tushuncha berib, ularning oldini olish va davolashda har bir insonning mas'uliyatini ta'kidlaydi.

Kalit **so'zlar:** yuqumli kasalliklar, bakteriyalar, viruslar, arazitlar, qo'ziqorinlar, havoda tarqalish, gripp, COVID-19, gigiena, pandemiya, shaxsiy himoya vositalar, oldini olish choralari.

Аннотация: в данной статье рассмотрены инфекционные заболевания, их виды, механизмы распространения и меры профилактики. Инфекционные заболевания вызываются бактериями, вирусами, паразитами и грибами и могут передаваться от человека к человеку. В статье представлена информация об основных инфекционных заболеваниях, таких как грипп, COVID-19, пневмония, малярия и кандидоз. Отмечены пути распространения, в том числе воздушно-капельный, прямой контакт и пищевой. Профилактические меры включают гигиену, вакцинацию и использование средств индивидуальной защиты. Эта статья дает всестороннее понимание инфекционных заболеваний и подчеркивает ответственность каждого за их профилактику и лечение.

Ключевые слова: инфекционные заболевания, бактерии, вирусы, болезни, грибы, воздушно-капельное распространение, грипп, COVID-19, гигиена, пандемия, средства индивидуальной защиты, профилактические меры.

Abstract: this article covers infectious diseases, their types, mechanisms of spread and preventive measures. Infectious diseases are caused by bacteria, viruses, parasites and fungi and can be spread from person to person. The article provides information on major infectious diseases such as influenza, COVID-19, pneumonia, malaria, and candidiasis. Modes of spread, including airborne, direct contact, and food, are noted. Preventive measures include hygiene, vaccination and use of personal protective

equipment. This article provides a comprehensive understanding of infectious diseases and emphasizes everyone's responsibility in preventing and treating them.

Key words: infectious diseases, bacteria, viruses, diseases, fungi, airborne spread, influenza, COVID-19, hygiene, pandemic, personal protective equipment, preventive measures.

Yuqumli kasalliklar — bu infeksiya sababli paydo bo'ladigan va bir shaxsdan boshqasiga o'tishi mumkin bo'lgan kasalliklar. Ular bakteriyalar, viruslar, parazitlar yoki qo'ziqorinlar tomonidan keltirib chiqarilishi mumkin. Bu kasalliklar jahon bo'ylab salomatlikka tahdid soladi va ularning oldini olish, davolash va tarqalishini nazorat qilish muhimdir. Yuqumli kasalliklardan himoyalani uchun gigiena qoidalariga rioya qilish, emlash va shaxsiy himoya vositalaridan foydalanish muhimdir. Yuqumli kasalliklar tarix davomida inson salomatligiga doimiy tahdid bo'lib kelgan. Tibbiyot fanining yutuqlariga qaramay, ular muhim muammolarni qo'yishda davom etmoqdalar. Ushbu maqola emlash, gigiena va sog'liqni saqlash choralarining ahamiyatiga e'tibor qaratib, ularning oldini olish usullari va strategiyalarini o'rganadi. Yuqumli kasalliklarga turli patogenlar, jumladan bakteriyalar, viruslar, zamburug'lar va parazitlar sabab bo'ladi. So'nggi adabiyotlarda ushbu patogenlarni, ularning yuqish usullarini va kasalliklarni nazorat qilishda sog'liqni saqlash tadbirlarining rolini tushunishning ahamiyati ta'kidlangan. Tadqiqotlarning har tomonlama tahlili emlashning yuqumli kasalliklar tarqalishini kamaytirishga ta'sirini ta'kidlaydi. Emlash dasturlari poliomieliit, qizamiq va gepatit kabi kasalliklarni nazorat qilishda juda muvaffaqiyatli bo'ldi. **Emlash:** emlash yuqumli kasalliklarning oldini olishning eng samarali usullaridan biridir. Muayyan patogenlarga qarshi himoya antikorlarini ishlab chiqarish uchun immunitet tizimini rag'batlantirish orqali ishlaydi. Ommaviy emlash kampaniyalari chechakni yo'q qilish va boshqa ko'plab kasalliklarni kamaytirishda muvaffaqiyatli bo'ldi. **Gigiena va sanitariya:** yuqumli kasalliklar yuqishining oldini olishda asosiy gigiena qoidalari, shu jumladan qo'l yuvish, toza suv ta'minoti va chiqindilarni to'g'ri yo'q qilish muhim ahamiyatga ega. Ushbu amaliyotlarni individual va jamiyat darajasida targ'ib qilish juda muhimdir. **Sog'liqni saqlash choralari:** sog'liqni saqlash strategiyalariga kasalliklarni kuzatish, kontaktlarni kuzatish va karantin choralari kiradi. Ushbu usullar epidemiyalarni oldini olish va yaqinda COVID-19 pandemiyasi kabi epidemiyalarning oldini olishda muhim ahamiyatga ega. Ba'zi keng tarqalgan yuqumli kasalliklarga quyidagilar kiradi: **Gripp** — bu yuqori nafas yo'llarini ta'sir qiluvchi virusli yuqumli kasallik. U asosan gripp viruslari (A, B va C turlari) tomonidan keltirib chiqariladi. Gripping asosiy belgilari quyidagilar: yuqori isitma - odatda 38-39 daraja, bosh og'rig'i - kuchli va davomiy, muskul va bo'g'imlarda og'riq, charchoq - kuchli charchoq hissi, quruq yo'tal. Gripping tarqalishi

asosan havo orqali, ya'ni kasal odamning nafas olishi yoki aksirishidan kelib chiqadi. Grippdan himoyalaniish uchun quyidagi choralarni ko'rish muhim:

- Vaksinatiya - har yili grippga qarshi vaksina olish tavsiya etiladi.
- Gigiyena qoidalariga rioya qilish - qo'llarni tez-tez yuvish va odamlar ko'p to'plangan joylarda ehtiyot bo'lish.
- Sog'lom turmush tarzi - to'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollik va yetarli uyqu.

Agar gripp belgilari paydo bo'lsa, shifokor bilan maslahatlashish muhimdir. O'z-o'zini davolashdan qochish kerak, chunki ba'zi hollarda gripp murakkabliklarga olib kelishi mumkin. OITS (Odam Immuniteti Tanqisligi Sindromi) — bu odam immuniteti virusining (OIV) sabab bo'lgan kasallik. OIV organizmga kirgandan so'ng, u immun tizimini zaiflashtiradi, bu esa turli infeksiyalar va kasalliklarga qarshi kurashish qobiliyatini pasaytiradi. Shuningdek OIV tarqalish yo'llari: jinsiy aloqa - himoyasiz jinsiy aloqalar orqali, qon orqali - infitsiyalangan qon yoki uning mahsulotlarini qabul qilish, homiladorlik paytida - onadan bolaga o'tishi mumkin (homiladorlik, tug'ish yoki emizish orqali va yana ko'plab kasalliklarni misol keltirishimiz mumkin. Yana bakterial kasalliklar: pnevmoniya o'pka infeksiyasi bo'lib, ko'pincha bakteriyalar sababli paydo bo'ladi. meningit: meninges (miya qoplamalari)ning yallig'lanishi, parazitlar kasalliklar, malariya: anofeles chivinlari orqali tarqatiladi va qon tizimini ta'sir qiladi. Giardioz: giardia paraziti orqali keladigan ichak infeksiyasi. Yuqumli kasalliklar global salomatlik uchun jiddiy tahdid hisoblanadi. Ularning oldini olish va davolashda hamma uchun mas'uliyat bor. Har bir inson o'z salomatligini saqlash va boshqalarni himoya qilish uchun zarur choralarni ko'rishi kerak. O'z vaqtida emlash, gigiyena qoidalariga rioya qilish va shaxsiy himoya vositalaridan foydalanish — bu kasalliklarning tarqalishini kamaytirishga yordam beradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Yuqumli kasalliklar va ularni oldini olish. G'aybullayev Ubaydullo Lutfullo o'g'li
2. O'ta xafli yuqumli kasalliklar va ularning tarqalishini oldini olish chora tadbirlari. Abdurashid Attaxanovich. 2021.