

JANUBIYIY OROL BO'YI MINTAQASIDA YUQUMLI BO'LMAGAN KASALLIKLARGA OLIB KELUVCHI XAVF OMILLARNING TARQALGANLIGI

Ismailov K.Y., t.f.n., dotsent.

Xusinbaev I.D. assistant

*Toshkent tibbiyot akademiyasi Urganch filiali,
Ichki kasalliklar, rehabilitologiya va xalq tabobati*

Annotatsiya: Mazkur maqolada yuqumli bo'lmagan kasalliklarga olib keluvchi xavf omillarning tarqalganlik darajasini aniqlash maqsadida xavf omillardan, ortiqcha tana vazni, semizlik, jismoniy faollik, aholining ovqatlanish xususiyati, zararli odatlar tahlil etilgan.

Kalit so'zlar: antropometriya, salomatlik, kasallanish, aholi, xavf omili, o'rganish.

PREVALENCE OF RISK FACTORS FOR NON-COMMUNICABLE DISEASES IN THE SOUTH ISLAND COUNTRY REGION

K. Y. Ismailov, Ph.D., Xusinbaev I.D. assistant

*Tashkent Medical Academy Urganch Branch, Internal Medicine,
Rehabilitation and Folk Medicine.*

Abstract: In this article, in order to determine the prevalence of risk factors that lead to non-communicable diseases, among the risk factors, excess body weight, obesity, physical activity, eating habits of the population, and harmful habits are analyzed.

Keywords: anthropometry, health, morbidity, population, risk factor, study.

Kirish. Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining ma'lumotlariga ko'ra, dunyodagi o'limning o'nta asosiy sabablaridan ettitasini yuqumli bo'lmagan kasalliklar tashkil qiladi. Yurak qon-tomir kasalliklari, insult, xavfli o'smalar, nafas olish a'zolarining surunkali kasalliklari va qandli diabet kabi yuqumli bo'lmagan kasalliklar butun dunyoda nogironlik va o'limlarning asosiy sabablari hisoblanadi. So'ngi 20 yildirki er kurrasida o'limning asosiy sababchisi yurak kasalligi sanaladi. Lekin, yurak kasalligi hech qachon bugungi kun kabi ko'p odamlarning hayotiga zomin bo'lmagan. Bugungi kunda yurak kasalliklari dunyodagi barcha o'limlarning 16 foizini tashkil qilishi, har yili 40 milliondan ortiq odam yuqumli bo'lmagan ijtimoiy kasalliklardan vafot etishi ta'kidlanadi [1].

Koronavirus pandemiyasining yuzaga kelishi dunyo mamlakatlari qatori O'zbekistonda ham ko'pchilikning sog'lom turmush tarziga etarli darajada ahamiyat bermasligini ko'rsatdi. Mazkur masalalar O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 12 noyabrdagi "Birlamchi tibbiy-sanitariya yordami muassasalari faoliyatiga mutlaqo yangi mexanizmlarni joriy qilish va sog'liqni saqlash tizimida olib borilayotgan islohotlar samaradorligini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-6110-son Farmoni hamda 2020 yil 10 noyabrdagi "Aholining sog'lom

ovqatlanishini ta'minlash bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi PQ-4887-sonli qarorlarida o'z aksini topgan [2,3].

Keyingi bir necha o'n yil ichida ortiqcha tana vazni va semizlik muammosi butun dunyoda kuchayib bormoqda. 2015 yilning o'zida yuqumli bo'lmagan kasalliklar 40 million odamning umriga zavol bo'lgan, bu esa dunyo bo'yicha barcha o'lim holatlarining 70 foizini tashkil qiladi [1].

Aytish joizki, yuqumli bo'lmagan kasalliklarga qon bosimi oshishi, tamaki va alkogol mahsulotlarini iste'mol qilish, qondagi xolesterinning yuqori darajasi, ortiqcha tana vazni, meva va sabzavotlarni etarlicha iste'mol qilmaslik va sust jismoniy faollik kabi xavfli omillar tufayli yuzaga keladi. Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining salomatlikni saqlash uchun jismoniy faollik bo'yicha keltirgan tavsiyalariga ko'ra kishilarning o'rtacha jismoniy faolligi haftasiga 150-300 daqiqani tashkil etadi [4].

Mazkur ma'lumotlardan ko'rinib turibdiki, aholi orasida yuqumli bo'lmagan kasalliklarga olib keluvchi xavfli omillarni aniqlash, ularni bartaraf etish va sog'lom turmush tarzini shakllantirish hamda aholi salomatligini mustahkamlash muhim ijtimoiy - iqtisodiy ahamiyatga ega.

Tadqiqot maqsadi. Yuqumli bo'lmagan kasalliklarning rivojlanishiga olib keluvchi xavfli omillarni o'rganish, tahlil qilish orqali birlamchi tibbiy - sanitariya muassasalariga tavsiya berishdan iborat.

Materiallar va usullar. Janubiy orol bo'yi mintaqasida joylashgan Beruniy tumaning 194505 nafar aholisining 191400 tasida (98,4%) antropometrik tekshirish va Sog'liqni saqlash vazirligi tomonidan tasdiqlangan so'rovnoma asosan aholi orasida xavf omillarni aniqlash yuzasidan so'rovnoma o'tqazildi. Shu bilan birga janubiy orol bo'yi mintaqalarida o'tkazilgan antropometrik tekshirish natijalari bilan qiyosiy taqqoslash orqali aholining tana vazni indeksi, xavfli omillar tahlil qilindi.

Tekshirish o'tkazishda antropometrik o'lchov va anketa so'rovnomasi usullaridan foydalanildi. To'plangan materiallarni tahlil qilishda ijtimoiy-gigienik va sanitariya-statistik usullardan foydalanildi.

Natija va muxokama. O'rganilgan 191400 nafar aholining 64,4 %ini katta yoshdagilar, 36,0%ini 0-18 yoshgacha bo'lgan bolalar tashkil qildi. Tekshirish o'tkazilgan aholining 50,3%ini erkaklar, 49,7%ini ayollar, 35,3%ini shahar, 64,7%ini qishloq aholisi tashkil etdi. Tana vazni indeksi ko'rsatkichlari janubiy orol bo'yi tumanlari orasida o'zaro taqqoslash orqali o'rganildi (1-jadval).

Janubiy orol bo'yi tumanlari aholisining tana vazni indeksi.

O'rganilgan tumanlar	Tana vazni indeksining ko'rsatkichlari (%).				
	<18,5	18,5-24,9	25-29,9	30-39,9	40 <
Beruniy t.	6,3	40,3	34,0	17,3	2,1
To'rtkul t.	6,7	56,1	23,0	11,1	3,1
Ellikka'la t.	5,2	60,7	26,9	6,7	0,5
Amudaryo t.	8,3	50,0	29,7	11,1	0,9

Yuqoridagi ma'lumotlardan ayon bo'ldiki, Beruniy tumani aholisi orasida tana vazni indeksining ko'rsatkichi 18,5 dan kam bo'lgan holatlar 6,3 % ni tashkil qildi. Bu Ellikka'la tumaniga nisbatan 1,1%ga ko'p, qo'shni boshqa tumanlardan 0,4% va

2,0%ga kamligi bilan ajralib turdi. Tana vazni indeksining ko'rsatkichi 18,5-24,9 oralig'idagi me'yoriy tana vazni Beruniy tuman aholisi orasida 40,3 %ni tashkil qildi va boshqa tumanlardan 15,8%i, 20,5%i va 9,7%iga mos ravishda kamligi bilan farq qildi.

O'tkazilgan tadqiqot natijasida Beruniy tuman aholisining 34,0%ida ortiqcha tana vazni, 17,3 %ida birinchi va ikkinchi darajali hamda 2,1% ida uchinchi darajali semizlik holatlari aniqlandi. Olingan ma'lumotlardan ko'rinib turibdiki, aholining 53,4 %i ya'ni yarmidan ko'pi ortiqcha tana vazniga ega (tana vazni indeksi $\geq 25 \text{ kg/m}^2$).

O'rganilgan boshqa tumanlar aholisining 23,0 %i, 26,9%i, 29,7% ida mos ravishda ortiqcha tana vazni, 11,1%i, 6,7%i, 11,1%ida mos ravishda birinchi va ikkinchi darajali hamda 3,1%i, 0,5%i, 0,9%ida mos ravishda uchinchi darajali semizlik holatlari aniqlandi.

Demak aytish mumkinki, o'rganilgan janubiy orol bo'yi mintaqalarida yuqumli bo'lmagan kasalliklarning rivojlanishiga olib keluvchi ortiqcha tana vazni va semizlik xavf omillari keng tarqalgan. Bu omillar o'z navbatida qon bosimining oshishiga, yurak ishemik kasalligining rivojlanishiga sabab bo'ladi.

Shu bilan birga o'rganish davomida aholi orasida yuqumli bo'lmagan kasalliklarning rivojlanishiga olib keluvchi xavf omillarini aniqlash maqsadida ijtimoiy so'rovnoma o'tkazildi (2-jadval).

2-jadval

Janubiy orol bo'yi tumanlari aholisi orasida xavf omillarning tarqalganlik darajasi

№	O'rganilgan tumanlar	Aniqlangan xavf omillar (%)							
		Ortiqcha tana vazni va semizlik	Meva va sabzavotlarni kam iste'mol qilish	Shirinliklarni xush ko'rishi	Yog'li ovqatlarni xush ko'rishi	Tuzli ovqatlarni xush ko'rishi	Jismoniy nofaollik	Tamaki iste'mol qiladi	Alkohol iste'mol qiladi
1	Beruniy t.	53,4	51,7	43,5	47,9	38,4	49,7	7,8	3,3
2	To'rtkul t.	37,1	11,6	13,5	13,6	10,9	5,9	3,6	1,7
3	Ellikka'la t.	34,1	33,7	33,6	35,1	34,4	26,3	15,8	2,4
4	Amudaryo t.	41,7	24,3	28,5	28,3	24,1	23,6	4,3	2,0

Aytish joizki, o'rganilgan tumanlar aholisining 53,4%i, 37,1%i, 34,1%i, 41,7%ida mos ravishda ortiqcha tana vazn va semizlik muammosi mavjud (2-jadval). Shu bilan birga janubiy orol bo'yi tumanlari aholisi orasida ovqatlanish xususiyatlarining o'ziga xosligi o'rganildi. Natijada birinchi tuman aholisining 51,7%i, ikkinchi, uchinchi va to'rtinchi tumanlar aholisi 11,6%i, 33,7%i, 24,3%i mos ravishda meva va sabzavotlarni kam iste'mol qilishi aniqlandi. Shuningdek, birinchi tumanda 43,5% va qolgan tumonlarda 13,5%, 33,6%, 28,5% mos ravishda shirinliklarni ko'p iste'mol qilishi kuzatildi.

Yog'li ovqatlarni birinchi tumanida 47,9% va qolgan tumanlarda mos ravishda 13,6%, 35,1%, 28,1% hush ko'rib iste'mol qilishi qayd etildi.

Aytish joizki, birinchi tuman aholisining 38,4%i, qolgan tumanlar aholisi mos ravishda 10,9%i, 34,4%i, 24,1%i tuzlangan oziq-ovqat mahsulotlarni ko'p iste'mol qilishi aniqlandi.

Shuni alohida ta'kidlash lozimki, janubiy orol bo'yida joylashgan Beruniy, Ellikka'la va Amudaryo tumanlari aholisi shirinliklarni, yog'li ovqatlarni va tuzlangan mahsulotlarni me'yordan ortiq iste'mol qilishi jiddiy tashvishga soladi. Albatta, so'rov natijasida olingan ma'lumotlar sub'ektiv xarakterga ega bo'lib, ishonchlilik darajasi shubha ostida bo'ladi.

Shunday bo'lsa ham, aholi orasida yuqumli bo'lmagan kasalliklarning ko'p kuzatilishi, ayniqsa yurak qon - tomir kasalliklarning ko'p uchrab, yosharib borayotganligi aholining shirinliklarni, yog'li va tuzlangan oziq-ovqat mahsulotlarini me'yoridan ortiq, meva va sabzavotlarni esa, tavsiya etilgan me'yorlardan kam miqdorda iste'mol qilishini ko'rsatadi. JSST tomonidan tavsiya etilgan tuz me'yori 5 grammni, meva va sabzavotlar me'yori 400 grammdan kam o'lmasligi kerak.

Ma'lumki, yuqumli bo'lmagan kasalliklarning rivojlanishida tamaki chekish va alkogol mahsulotlarini suiste'mol qilish muhim o'rin tutadi. Ko'rsatib o'tish joizki, o'rganilgan janubiy orol bo'yi aholisining 7,9%i; 3,6%i; 15,8%i; 4,3%i mos ravishda tamaki chekishi ma'lum bo'ldi. Shu bilan birga birinchi tumanida 3,3%, qolgan tumanlarda mos ravishda 1,7%i, 2,4%i 2,0%i alkogol mahsulotlarini iste'mol qilishi aniqlandi.

Yuqumli bo'lmagan kasalliklarning rivojlanishida kam harakatlik holatlarining o'rni katta ahamiyatga ega. Shu sababli ham janubiy orol bo'yi aholisining jismoniy faolligi o'rganildi. Olingan ma'lumotlar shuni ko'rsatdiki, birinchi tuman aholisining 49,7%ida, qolgan tumanlarda mos ravishda 5,9%, 26,3%, 23,6% jismoniy faolligi pasligi ma'lum bo'ldi. Alohida ta'kidlab o'tish kerakki, jismoniy faollikning Beruniy tumanida boshqa tumanlarga nisbatan juda pastligi (49,7%) so'rov ma'lumotlarini to'ldirishdagi inson omili bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

O'rganishlar shuni ko'rsatdiki, aholining jismonan faol bo'lmagan hayot tarzini kechirishi tufayli o'rganilayotgan xududlar aholisi orasida yuqumli bo'lmagan kasalliklar rivojlanishiga olib keluvchi xavfli omillardan ortiqcha tana vazni va semizlik muammosi mavjud (53,4% va mos ravishda 37,1%, 34,1%, 41,7%).

E'tiborli jihati shundaki, ayniqsa, ikkinchi va uchinchi darajali semizlikning mavjudligi yurak qon-tomir va qandli diabet kabi kasalliklarning rivojlanishiga sabab bo'ladi. Shuni alohida ta'kidlash kerakki, jismoniy faollikning etarli darajada bo'lmasligi insonlar hayot tarzida ko'proq o'tirib ishlash holatlari, dam olish kunlaridagi kamharakatlilik, me'yordan ortiq tana vaznining oshishiga va semizlikka zamin yaratadi. Ushbu holatlar esa o'z navbatida yuqumli bo'lmagan kasalliklar rivojlanishiga olib keladi.

Xulosa: Janubiy orol bo'yi mintaqasi aholisi orasida yuqumli bo'lmagan kasalliklarning rivojlanishiga sabab bo'luvchi: ortiqcha tana vazni, semizlik, yog'li oziq ovqatlarni ko'p iste'mol qilish, tuzni me'yoridan ortiq qabul qilish, jismoniy faollikning pastligi kabi havfli omillar mavjud.

Yuqumli bo'lmagan kasalliklar rivojlanishining oldini olish maqsadida xavfli omillarni o'z vaqtida aniqlash va bartaraf etish maqsadida xavf omillari bor shahslar bilan individual shug'ullanishni tashkil qilish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. ВОЗ публикует статистику о ведущих причинах смертности и инвалидности во всем мире за период 2000–2019 гг. 9 декабря 2020 г.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-6110-sonli "Birlamchi tibbiy-sanitariya yordami muassasalari faoliyatiga mutlaqo yangi mexanizmlarni joriy qilish va sog'liqni saqlash tizimida olib borilayotgan islohotlar samaradorligini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi Farmoni.- 2020.-12 noyabr.
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ-4887-sonli "Aholining sog'lom ovqatlanishini ta'minlash bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi Qarori.- 2020.-0 noyabr.
4. World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. British Journal of Sports Medicine.
<https://bjsm.bmj.com/lookup/doi/10.1136/bjsports-2020-102955>