

**ICHKI KASALLIKLAR PROPEDEVTIKASI FANI, “SOG’LIK” VA
“KASALLIK” IBORALARI TO’G’RISIDA TUSHUNCHA**

Eraliyeva Shohsanam Muzaffar qizi
Toshkent Tibbiyot akademiyasi talabasi

Annotatsiya; Siz ushbu maqolada ichki kasalliklar propedevtikasi fani haqida ma'lumotga ega bo'lasiz. Maqlada “sog'lik” va “kasallik” iboralari tog'risida tushuncha berib o'tilgan. Kasallik, betoblik, xastalik — organizmga tashqi yoki ichki muhitning zararli omillari ta'sir etganda ro'y beradigan patologik jarayon. Kasallik haqidagi tushuncha tibbiyot tarixida o'zgarib bordi. Kasallikning paydo bo'lishida tashqi muhit omillari yetakchi rol o'ynaydi, chunki ular organizmga bevosita ta'sir etish bilan birga uning ichki xususiyatlarini ham o'zgartira oladi, bu o'zgarishlar nasldan-naslga o'tib, unda kasallikni yuzaga keltirishi mumkin. Dunyoda nimaiki moddiy narsa yoki tushuncha borki, har birisining o'z o'lchami va sifati mavjud. Sog'lik ham bundan istesno emas. Hozirgi kunda sog'likni tibbiy nuqtai nazardan baholash rusum bo'lib qolganligi uchun bu masala tibbiyot amaliyotida deyarli hal qilingan.

Kalit so'zlar; propaideuo, kasallik, sog'lik, JSST, Jorj Ozava, tabiiy ovqatlanish, jahon sog'liqni saqlash tashkiloti, ruhiy, aqliy, jismoniy farovonlik, deontologiya, shifokorlik etikasi.

Аннотация: В этой статье вы получите информацию о науке пропедевтике внутренних болезней. В статье дается понимание терминов «здоровье» и «болезнь». Болезнь, недуг, болезнь – это патологический процесс, возникающий при воздействии на организм вредных факторов внешней или внутренней среды. Понятие болезни менялось на протяжении всей истории медицины. Факторы внешней среды играют ведущую роль в возникновении заболевания, поскольку могут непосредственно воздействовать на организм и изменять его внутренние характеристики, причем эти изменения могут передаваться из поколения в поколение и вызывать в нем заболевание. В мире нет материальной вещи или понятия, каждая из которых имеет свой размер и качество. Здоровье не является исключением. В настоящее время в медицинской практике этот вопрос практически решен, поскольку оценка здоровья с медицинской точки зрения стала формальностью.

Ключевые слова; пропайдеуо, болезнь, здоровье, ВОЗ, Джордж Одзава, естественное питание, Всемирная организация здравоохранения, психическое, физическое благополучие, деонтология, медицинская этика.

Annotation: In this article, you will get information about the science of propaedeutics of internal medicine. The article provides an understanding of the terms

"health" and "disease". Illness, illness, disease is a pathological process that occurs when the body is affected by harmful factors of the external or internal environment. The concept of disease has changed throughout the history of medicine. External environmental factors play a leading role in the occurrence of the disease, because they can directly affect the organism and change its internal characteristics, and these changes can be transmitted from generation to generation and cause the disease in it. There is no material thing or concept in the world, each of which has its own size and quality. Health is no exception. Nowadays, this issue has been almost solved in medical practice, as health assessment from a medical point of view has become a formality.

Key words; propaideuo, disease, health, WHO, George Ozawa, natural nutrition, world health organization, mental, mental, physical well-being, deontology, medical ethics.

Propedevtika «propaideuo», yunon tilidan tajjima qilinganda - “ilk o'qitish, tayyorlash, ilmga kirib borish “ma'nosini anglatadi. Demak, ichki kasalliklar propedevtikasi fani o'rganiladigan klinik fanga ilk qadam bo'lib, u nafaqat yuqori kurslarda balki, butun shifokorlik faoliyati davrida ham zarur bo'ladigan bilimlar majmuini o'rgatadi. Binobarin, uning asosiy vazifasi bo'lg'usi shifokorlarga bemorlarni tekshirish usullari va yetakchi klinik belgilarni anglashni, sindromal tashhis qo'yishni, shifokorlik etikasi va deontologiyasini o'rgatishdan iboratdir. Insonlarda aniqlanadigan xastaliklarni aksariyat qismini ichki kasalliklar tashkil etadi va u amaliy tibbiyotning asosi hisoblanadi.

Dunyoda nimaiki moddiy narsa yoki tushuncha borki, har birisining o'z o'lchami va sifati mavjud. Sog'lik ham bundan istesno emas. Hozirgi kunda sog'likni tibbiy nuqtai nazardan baholash rusum bo'lib qolganligi uchun bu masala tibbiyot amaliyotida deyarli hal qilingan. Masalan, JSST “Sog'lik-kishi organizmida kasallik yoki jismoniy nuqsonlarning yo'qligi bo'lib qolmasdan, balki uning jismoniy, ruhiy hamda ijtimoiy sog'lom holati hamdir”, deb ta'riflaydi. Shubasiz, bunday ta'rifdan nafaqat oddiy xalq, balki ziyoli odamlar ham sog'lik haqida tugal tushuncha hosil qila olmaydilar. Oddiy xalq esa sog'likni agar kishi hizmat vazifasi yoki uy ishlarini bajara oladigan bo'lsa yaxshi deb, bordi-yu uning salomatligida biron muammo paydo bo'lib, ahvoli og'irlashganda yomon deb baholaydilar. Ko'rinib turibdiki har ikkala baholash usuli ham sog'lik sifatlarini aniq ifodalab, salomatlik darajasini to'g'ri baholay olmaydi.

XX asrning ikkinchi yarmida o'zining “Tabiiy ovqatlanish harakati” asari bilan jahonga tanilgan Yaponiyalik tibbiyotchi Jorj Ozava taklif qilgan salomatlik va uning 7 ta talabini ko'rib chiqamiz:

1. Ishchanlik.
2. Yaxshi ishtaha.

3. Uyqu.
4. Yaxshi xotira
5. Yaxshi kayfiyat.
6. Fikrning tiniqligi
7. Haqiqatga intilish.

Agar Ozava taklif qilgan ko'rsatkichlarga tana og'rligining me'yorida bo'lishi, qomatning tik va rasoligi, terining tozaligi kabilarni ham qo'shsak, salomatlikning talablarini to'la ta'minlagan bo'lamiz. Shubhasiz, bu ko'rsatkichlar kishining sog'lom, baxtli va uzoq umr ko'rishiga hizmat qiladi.

Kasallik qanday holat ekanligini tushunish uchun awalambor, sog'liq iborasi nimani anglatishini yaxshi bilish lozim. "Sog'liq" uchun quyidagi belgilar xos: organizmning yaxlitligi (anatomik va funksional ya'ni shikastlanmagan); organizmni tashqi muhit ta'sirlariga yaxshi moslashishi; inson o'zini yaxshi his qilishi (ammo bu belgi sub'yektiv bo'lib eyforiya holati kasallik yo'qligidan dalolat bermaydi). Jahon Sog'liqni Saqlash tashkiloti nizomiga muvofiq salomatlik deganda, nafaqat kasallikni bo'Mmasligi balki, to'liq jismoniy, ruhiy va ijtimoiy barkamollik tushuniladi. Shu o'rinda jismoniy salomatlik deganda, organizmning mazkur vaqtdagi funksional imkoniyati nazarda tutiladi. Ruhiy salomatlik insonning umumiy ruhiy holati bo'lib, turli biologik va ijtimoiy talablarga o'zini muntazam monand tushishi hisoblanadi. Ijtimoiy salomatlik deganda, qadriyatlar tizimi va mazkur ijtimoiy holatda insonni o'zini tutishi nazarda tutiladi. Yuqoridagilardan kelib chiqib salomatlik deganda, quyidagi oltita belgilar to'g'risida so'z yuritish mumkin:

1. Organizmni barcha pog'onalarda, jumladan hujayraviy, anatomik va yaxlit a'zo darajasida me'yor ko'rsatkichlarida faoliyat ko'rsatishi. Inson sog'lom hayot kechirishi va ko'payishi uchun zarur bo'lgan fiziologik va biokimyoviy jarayonlarni normal kechishi;
2. Organizm va uning funksional holatini tashqi omillar bilan dinamik va statik (gomeostaz) muvopozitda bo'lishi;
3. Ijtimoiy faoliyatlarida qatnashish va uni to'laqonli bajarish, jamiyat uchun foydali bo'lgan mehnat bilan shug'ullanish;
4. Insonni muntazam o'zgarib turuvchi tashqi omillarga moslashishi;
5. Kasalliklar, xastalik holati yoki ular bilan bog'liq bo'lgan o'zgarishlarni yo'qligi;
6. To'liq jismoniy, ruhiy, aqliy va ijtimoiy barqarorlik. Organizmning barcha a'zolarini muntazam faoliyat ko'rsatishi va rivojlanishi hamda o'z-o'zini boshqarishi. Kasallik, betoblik, xastalik — organizmga tashqi yoki ichki muhitning zararli omillari ta'sir etganda ro'y beradigan patologik jarayon. Kasallik haqidagi tushuncha tibbiyot tarixida o'zgarib bordi. Kasallikning paydo bo'lishida tashqi muhit omillari yetakchi rol o'ynaydi, chunki ular organizmga bevosita ta'sir etish bilan birga uning ichki xususiyatlarini ham o'zgartira oladi, bu o'zgarishlar nasldan-naslga o'tib, unda

kasallikni yuzaga keltirishi mumkin. Kasallik, ko‘pincha, haddan tashqari kuchli ta‘sirotlar, turli mikroorganizmlar, zaharlar ta‘sirida vujudga keladi. Bunda organizmning tashqi muhitga moslashuvi susayib, uning muhit bilan o‘zaro muvozanati bu-ziladi. Organizmning rivojlanish nuqsonlari yoki irsiy kamchiliklar ham Kasallikka sabab bo‘lish mumkin. Mas, muayyan kasalliklar, xususan, allergik kasalliklarga ba‘zan tug‘ilishdan moyillik bo‘ladi. Kasallik paydo qiladigan agent organizmga ta‘sir etib, uni zararlantiradi, ayni chog‘da bu agent organizmning himoya choralari va moslanish reaksiyalari safarbar bo‘lishiga olib keladi. Demak, Kasallik, odatda, bir-biriga aloqador ikki jarayonning — zararlanish va unga qarshi himoyalani jarayonining birga kelishi bilan ifodalanadi. Abu Ali Ibn Sino kasalliklar kelib chiqishida ko‘zga ko‘rinmaydigan zarralar va organizmning konstitutsional tuzilishi ahamiyatga ega deb hisoblagan. XVII-XIX asrlarda Dj. M. Morgant kasalliklarni organizmdagi anatomik o‘zgarishlar bilan bog‘liq deb hisoblagan bo‘lsa, K. Bish qator kasalliklardagi patologoanatomik o‘zgarishlarni bayon qilgan. S. Virxov sellyulyar patologiya g‘oyasini oldinga surgan bo‘lsa, K. Bemer organizmdagi fiziologik holat va muhit o‘rtasidagi muvozanatni buzilishi kasalliklarning asosiy sababi deb qaragan. Shuni qayd qilish lozimki kasallik davrida sog‘lom insonga xos bo‘lgan faoliyat saqlansa ham u tamoman yangi hayot jarayonidir. Bu jarayonda insondagi moslashish va mehnat qobiliyati keskin pasayadi. Kasallik butun organizmga tegishli. U yoki bu a‘zo, to‘qimaning alohida, ya‘ni mahalliy kasalliklari bo‘lmaydi. Kasallikning bevosita sabablari turli-tuman bo‘lib, ular quyidagi guruhlarga bo‘linadi:

- mexanik (ochiq va yopiq jarohatlar, chayqalish va boshqa sabablar);
- fizik (yuqori va past harorat, elektr energiyasi, radiatsiya, yorug‘lik);
- kimyoviy (sanoatdagi toksik moddalar va boshqalar);
- biologik (organizmga tushgan mikroblar va viruslar hamda ularning toksinlari);
- ruhiy;
- nasliy (genetik).

Xulosa qilib aytganda har birimiz o‘z salomatligimizga o‘zimiz mas‘ul ekanligimizni unutmasligimiz lozim. Buning uchun o‘zimizni yaxshi ko‘rishga o‘rganishimiz zarur. Bu to‘g‘ri ovqatlanish, ya‘ni fast-fud, tarkibida yog‘, shakar miqdori ko‘p bo‘lgan oziq-ovqat mahsulotlaridan cheklanish, zararli odatlarga berilmaslik, doimiy jismoniy faol bo‘lish, albatta, kun tartibiga rioya qilish, me‘yorida uxlash va dam olish qoidalariga rioya qilishni talab etadi. Jismoniy tarbiya oilaviy madaniyatning ajralmas qismiga aylanishi lozim. Har kuni ertalab badantarbiya mashqlarini bajarish, kechki ovqatdan so‘ng oilaviy tarzda kechki sayrga chiqishni oila udumi, odatiga aylantirish ham sizga kuch-quvvat, salomatlik bag‘ishlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar;

1. Gadayev A.G // Ummumiy amaliyot vrachlar uchun ma’ruzalar to’plami// Toshkent 2022
2. Gadayev A.G., Axmedov X.S// Umumiy amaliyot vrachlari uchun amaliy ko’nikmalar to’plami.
3. Gadayev. A., Masharipov U.// Odam anatomiyasi
4. Gadayev A, G// Ichki kasalliklar
5. Рябов С.И. Алмазов В. А, Шляхто Е.В. // Внутренние болезни
6. Шамо́в. И.А // Пропедевтика внутренних болезней.

