

**MAVZU:ALERGIYA NIMA VA UNI DAVOLASH CHORALARI.**


***O'zganova Matlubaxon To'lanovna***

*Xo'jaobod Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi  
Farmakologiya va retseptura fani o'qituvchisi.*

**Allergiya** (yunoncha αλλεργία — begonaga ta'sir) — organizmning spetsifik holati, allergen ta'sirida yuzaga keladi. Bunda shu organizm shu allergenga sezgir bo'ladi. Gipersezgirlikning tez yoki sekin turlari ko'rinadi. Idiosinkraziyadan antitelolar paydo bo'lishi bilan farqlanadi



**Allergiya** (yun. allos — boshqa, o'zga, begona va ergon — ta'sir) — kishi organizmida tashqaridan ta'sir qiluvchi allergenlik xususiyatiga ega bo'lgan har xil yot moddalarga nisbatan paydo bo'ladigan o'ziga xos reaksiya. Allergenga nisbatan javob reaksiyasi darhol yoki asta-sekin o'ta sezuvchanlik ko'rsatish orqali sodir bo'ladi. Allergen organizmga tushganida unga javoban haqiqiy va soxta (psevdoallergik) allergik reaksiyalar paydo bo'lishi mumkin. Haqiqiy allergik reaksiya boshlanishidan oldin ma'lum bir davr o'tib, bunda organizmning unga birinchi bor tushgan moddaga sezgirligi ortib boradi, bu sensibilizatsiya deb ataladi. Sensibilizatsiya yuzaga kelishi organizmda unga birinchi bor tushgan allergenga javoban alohida oqsil moddalar — antitelolar yoki o'sha allergen bilan o'zaro ta'sir qila oladigan limfotsitlar paydo bo'lishiga bog'liq. Shungacha allergen organizmdan chiqarib yuborilgan bo'lsa, hech qanday kasallik alomati ko'zga tashlanmaydi. Agar allergen chiqib ketmagan bo'lsa

yoki chiqib ketganidan keyin organizmga takror tushsa, bunda u yuqoridagi antitelolar yoki limfotsitlar bilan o‘zaro ta’sirlashib, allergiyaga sabab bo‘ladi. Natijada bir qancha biokimyoviy jarayonlar boshlanib, gistamin, serotonin kabi talaygina moddalar ishlanib chiqib, hujayralar, to‘qimalar va a‘zolari zararlaniradi, shu tarika maxsus, ya’ni ilgari organizmga ta’sir qilgan allergenga javoban reaksiya ro‘y berib, allergik kasallik paydo bo‘ladi. Soxta reaksiyalar organizm allergenga birinchi bor duch kelganida boshla-naveradi. Bunda sensibilizatsiya davri bo‘lmaydi. Organizmga tushgan allergenning o‘zi hujayra, to‘qima va a‘zolari zararlaniradigan moddalarni paydo qiladi. Soxta reaksiyalar ko‘pincha dori-darmonlar va oziq-ovqatlarga nisbatan ro‘y beradi. Organizm allergenga duch kelganida hamisha ham allergiyav paydo bo‘lavermaydi. Bunda irsiyat, nerv va endokrin sistemalar ahvoli muhim ahamiyatga ega, chunki kasallikka asosan bu sistemalar funksiyasining buzilishi, og‘ir ruhiy kechinmalar sabab bo‘ladi. Allergiyaning oldini olish sensibillovchi ta’sirga ega bo‘lgan moddalarning organizmga takror kirishiga va organizm himoya reaksiyalarining buzilishiga yo‘l qo‘ymaslik choralarini ko‘rishdan iborat: Antigenlar: a) o‘z hujayralari membranalarining tarkibiy qismlari (turli omillar ta’sirida o‘zgarmagan va o‘zgargan); b) hujayra membranalarida ikkilamchi fiksatsiyalangan (adsorbsiyalangan) antijenlar, masalan, dorilar; v) to‘qimalarning hujayra bo‘lmagan komponentlari (kollagen, miyelin).

### **Allergiya davrlari**

Allergiyani uch davrga bo‘lish mumkin. Boshlang‘ich davri mart oyining boshidan may oyi o‘rtasigacha, ya’ni daraxtlar gullashi paytiga to‘g‘ri keladi. Ikkinchi davri may oyidan iyulning oxiri, avgust boshigacha davom etadi. Bu vaqtda dala o‘tlarining gullashi yuz beradi. Uchinchi davri esa boshqoqli o‘simliklar gullashi bilan bog‘liq bo‘lib, avgust oyidan noyabrgacha cho‘ziladi.

### **Allergiyaga qarshi nima qilish mumkin?**

Aksariyat insonlar bahor kelishi bilan sochiladigan quyosh nurlari va iliq; kunlardan xursand bo‘lish o‘rniga xavotirga tusha boshlaydilar. Sababi fasllar yangilanishi bilan ularda allergiya kuchayishi tabiatning bunday go‘zalliklaridan bahramand bo‘lishga to‘sqinlik qiladi.

Allergiyani bartaraf etish mumkinmi? Ushbu savol bilan allergiyaga duchor bo‘lgan har bir inson qiziqishi tabiiy.

### **Allergiya o‘zi nima?**

Bu har xil moddalarning organizmga tushishi ta’sirida organizmning noodatiy javob reaksiyasidir. Shu reaksiyani keltirib chiqaradigan modda allergen deb ataladi.

Eng ko‘p tarqalgan allergen omillari buchang, mog‘or va ozuqa mahsulotlari hisoblanadi. Allergen omillari nafaqat bahor oylarida, balki yil davomida bizni qurshab yuradi.

### Barcha allergenlar quyidagi turlarga bo‘linadi:

- Nafas yo‘llari orqali tushadigan: har xil daraxtlar, gullar va o‘simliklarning changi, hayvonlar yunglari, qazg‘oq va zamburug‘lar. Ro‘zg‘orda va ishlab chiqarishda ishlatiladigan kimevii vositalar, o‘lik hashoratlarning tana parchalari.
  - Teri orqali tushadigan: kiyim- kechak, pardozi vositalari, metallar, tozalash uchun mahsulotlari, dori vositalari hamda o‘simliklar.
  - Oziq-ovqat orqali tushadigan: ozuqa mahsulotlari, biologik qo‘shimchalar.
  - Inyeksiya yo‘llari orqali tushadigan: dori vositalari, hasharotlar-ning chaqishi.
- Barcha kasalliklar qatori allergiya ham o‘z sabablariga ega va shu sabablarni aniqlab uning rivojlanish ehtimolini kamaytirishimiz mumkin.

Endi har bir sababini alohida ko‘rib chiqamiz.

Tez-tez shamollash, ko‘pincha viruslar chaqiradigan shamollash allergiyaning qo‘zg‘atishi yoki avj olishiga turtki bo‘ladi. Allergiyaning alohida sabablarini aniqlash uchun, albatta vrach-allergologga murojaat qilish zarur.

Qanday qilib allergiyani tez va samarali bartaraf etish mumkin?

Xozirda O‘zbekiston dorixonalarida Aler-Dji nomli dori vositasi mavjud.



### Aler-Dji:

- mavsumiy va surunkali allergik rinitlarda
- allergik konyunktivitda
- qichima bilan kechadigan teri kasallikparida qo‘llaniladi.

Aler-Djini qabul qilish tartibi:

- Kattalar va 12 yoshdan katta bola- larga -1 tab. (10 mg)- ertalab 1 mahal;  
• 6 yoshdan 12 yoshgacha bo‘lgan bolalarga -1 tab. (10 mg) - ertalab 1 mahal yoki 1/2 tab. ertalab va kechqurun;
- 2 yoshdan 6 yoshgacha bulgan bolalarga - 1/2 tab. ertalab 1 mahal yoki 1/4 tab. ertalab va kechqurun.
- Xomilador va emizadigan ayollar hamda 2 yoshgacha bo‘lgan bolalarga Aler- Dji tavsiya etilmaydi.

## O‘zbekistonda allergiyaga qarshi yangi dori vositalari yaratildi.



Qayd etilishicha, O‘zbekistonda birinchi marta qoraqiz ekstraktining flavonoid fraksiyasidan ajratilgan allergiyaga qarshi «Allergodaf» hamda qoraqiz ekstraktining polisaxaridlari asosida yangi immunitetga ta'sir etuvchi «Immunokor» dori vositalari ishlab chiqildi.

Xabarda aytilishicha, hozirda ushbu dori vositalari klinik sinovlardan o‘tkazilmoqda.

Bildirilishicha, Fanlar akademiyasi Immunologiya va inson genomikasi instituti olimlari tomonidan tizim va hujayra darajasida o‘simlik moddalarining xususiyatlari har tomonlama tadqiq qilinadi.

Fanlar akademiyasining boshqa ilmiy-tadqiqot muassasalari bilan hamkorlikda turli xomashyolardan olingan 80dan ortiq mahalliy vositalar o‘rganilgan va shulardan 2tasi istiqbolli bo‘lib, dori vositalari ishlab chiqildi.

### Uy sharoitida allergiyaga qarshi kurashamiz!

#### Qichitqi o‘t qichitmaydi

Allergik holatlarda qichitqi o‘t (*krapiva*) tindirmasi foyda beradi. Bir osh qoshiq yangi qichitqi o‘t (*yoki qurug‘ining*) gulini bir stakan qaynoq suvga soling. Qalin matoga o‘rang, yarim soatcha tursin. Keyin dokada suzib, kuniga 4-5 mahal yarim stakandan yoki 3 mahal bir stakandan iliq hoida ichasiz. Damlama har gal yangidan tayyorlanadi. Bu shifobaxsh bo‘lib, badandagi qichishishlarni yo‘qotadi, allergenlardan sizni himoyalaydi.

Unutmangki, allergiyaga moyilligingiz bo‘lsa, allergen mahsulotlar (*masalan baliq, ikra, qisqichbaqa, sitrus mevalar, qizil rangdagi rezavorlar, asal, shokolad, qahva singlarlar*)ni iste‘mol qilmay turganingiz ma‘qul. Shuningdek, ari, asalari va qovog‘ari chaqishidan o‘zingizni ehtiyotlang. Qanotli hasharotlarni jalb qiladigan o‘tkir hidli atirlar sepmang. Har bir dorini qo‘llashdan avval allergolog-shifokor bilan maslahatlashing.

#### Yong‘oq eshakemga qarshi



Gohida ovqat (*masalan, el hosil qiluvchi mosh va dukkakkilar, shuningdek, sintetik holda tayyorlangan, o'ta yog'li, achchiq va sho'r eguliklar*) yoqmaganda badanga eshakem toshadi. Qadimgi tabiblar xastalikni yong'oq moyi yordamida davolashgan. Eshakem toshib, qichishgan joylarga bir necha kun shu moydan surtib, ustidan ipak mato bilan bog'lab qo'yiladi.

Yong'oq moyini uy sharoitida tayyorlash mumkin. Buning uchun yong'oq mag'zini yaxshilab qizdirib, hovoncha yoki go'shtqiydalagichda maydalang. Sun'iy toladan tayyorlangan mato (*kapron*) ichini maydalangan yong'oq bilan to'ldiring (*chunki u yog'ni shimib olmaydi. Shuning uchun bu turdagi eski paypoqlaringizdan foydalansangiz bo'ladi*) va og'zini mahkam berkiting. Keyin uni ehtiyotkorlik bilan burang. Ostiga birorta idish qo'yishni unutmang. Nihoyat, undan sarg'ish-yashil rangli yog' oqib tusha boshlaydi. Qopchani to'liq bo'shatib, yog'dan bemalol foydalanishingiz mumkin. Aytgancha, bu yog' qo'l, yuz va bo'yin terilarini yumshatish, kuygan joylarni davolash, surunkali yaralarni tuzatish xususiyatiga ham ega.

### Seldereyli muolaja

Selderey (*karafs*)ning dorivorlik xususiyati eramizdan oldingi asrlarda ham ko'pchilikka ma'lum bo'lgan. Tabiblar qadimdan to bugunga qadar teridagi yaralarni tez bitirishda, tanaga quvvat berishda, nafas qisishi (*astma*)da va ko'krakdagi og'riqlarni qoldirib, allergiya tufayli badanga toshma toshishida seldereydan foydalanishgan.

Allergik holatlarni yo'qotishda bir osh qoshiq maydalangan selderey ildizi bir stakan sovuq suvga solinadi. Ikki soatcha turishi kerak. Kuniga bir mahal ovqatlanishdan oldin 1/3 stakan ichiladi.

Shuningdek, selderey sharbatini siqib chiqarib, har kuni uch marotaba ovqatlanishdan avval ikki choy qoshiqdan ichib turilsa ham allergiyaga davo bo'ladi.

### Sharbatlar yordamida...

Teridagi allergik toshma (*dermatit*)ni davolash uchun uy sharoitida quyidagi usuldan foydalanish mumkin:

200 grammdan sabzi, lavlagi hamda turpning yangi siqilgan sharbatidan bir stakan olasiz. So'ng bir stakan toza asal hamda bir litr tibbiyot spirti (*suv qo'shib, 40 foizga keltirilgani*) aralashtiriladi. Shisha idishga solib, qopqog'ini mahkamlang-da, qorong'u va salqin joyda saqlang. Ertasidan boshlab bu tindirmadan bir kunda uch mahal ovqatlanishdan yarim soat oldin 20-30 grammdan qabul qilinadi. Ilk kunlarda bir osh qoshiqdan, biror hafta o'tgach, ikki osh qoshiqdan ichiladi. Ikki-uch haftalar o'tgach, tindirmadan kuniga 20 gramm qabul qilish mumkin.

### Alohida eslatmalar!

- Unutmangki, allergiyaga moyilligingiz bo'lsa allergen mahsulotlar (*masalan baliq, ikra, qisqichbaqa, sitrus mevalar, qizil rangdagi*

rezavorlar, asal, shokolad, qahva singarilar)ni iste`mol qilmay turganingiz ma`qul.

- Ari, asalari va qovoqari chaqishidan o`zingizni ehtiyotlang. Qanotli hasharotlarni jalb qiladigan o`tkir hidli atirlar sepmang.
- Allergiya tufayli paydo bo`lgan teridagi toshmalarni davolashda servitamin ovqatlanish ham muhim ahamiyat kasb etadi. Masalan, ho`l meva va sabzavotlar, oshko`klar, anjir iste`mol qilib turish zarur.

#### Asosiy adabiyotlar

1. M.N.Maxsumov, M.M.Malikov “Farmakologiya”. Toshkent., 2006y.
2. M.N.Maxsumov, X.X.Xolmatov “Fitoterapiya farmakologiya asoslari bilan birga”. Toshkent., 2003y.
3. B.A.Samura, L.T.Malaya “Fitoterapiya v klinike vnutrennix bolezney”. Xarkov. 2003.
4. M.D.Mashkovskiy “Lekarstvennyye sredstva” (1–2 tom). Moskva. 2004y.

#### Internet saytlari:

<http://www.>

[ziyonet.uz/http://www.](http://www.ziyonet.uz/)

[lex.uz/ httpwww.gugle.com/](http://www.lex.uz/)