

# **“BEHBUDIY IZDOSHLARI” ILMIY VA IJODIY ISHLAR TANLOVI**

## **O‘RTA OSIYA HUDUDIDA NOINFEKSION KASALLIKLARDA O‘ZIGA HOS TURMUSH TARZINING O‘ZGARISHLARI VA ULAR KELITIRIB CHIQRADIGAN HAVFLI OQIBATLARI.**

**\*Bo`ronov Botir Boyir o`g`li**

*Navoiy davlat universitet talabasi*

**\*Rustamov Jamol Istamovich**

*Navoiy davlat universitet Tibbiyot fakulteti o`qituvchisi*

**\*Nasullayev Fayzi Otabek o`g`li**

*Navoiy davlat universitet tibbiyot fakulteti*

### **ANNOTATSIYA:**

**Sarlavha:** Yurak Ishemik Kasalligida Zo‘riqish Turg‘un Stenokardiyasining Klinik va Epidemiologik Xususiyatlari: Qarmana Tumani (O‘zbekiston) Misolida O‘rganish

**Kirish:** Yurak ishemik kasalligi (YIK), xususan **zo‘riqish turg‘un stenokardiya**, O‘zbekiston kabi rivojlanayotgan mamlakatlarda kasallik va o‘limning asosiy sabablaridan biridir. **Erkaklarda chekish va gipertoniya, ayollarda esa metabolik buzilishlar va menopauza o‘zgarishlari** kasallikning rivojlanishiga hissa qo‘shadi.

**Usullar:** 2025-yil yanvar-mart oylarida Qarmana tumani kardiologiya bo‘limida **42 nafar statsionar bemor** (22 ayol, 20 erkak) **turg‘un stenokardiya (II funktsional sinf)** bilan o‘rganildi. **Yosh, tana massasi indeksi (BMI), zararli odatlar (chekish/spirtli ichimliklar), jismoniy harakatsizlik va davolash samaradorligi** tahlil qilindi.

### **Natijalar:**

- **Erkaklarda** chekish (50%) va **spirtli ichimliklar iste‘moli endotelial disfunktsiyaga** olib kelgan, bu esa tez-tez stenokardiya xurujlariga sabab bo‘lgan.
- **Ayollarda** asosan **jismoniy harakatsizlik (70-80%), semizlik (BMI 25-29)** va **menopauzadan keyingi gormonal o‘zgarishlar** kuzatilib, ular **bronxosefal arteriyalarda ateroskleroz** rivojlanishiga olib kelgan.
- Zararli odatlari bo‘lgan bemorlarda **stenokardiya xurujlari 2 barobar ko‘p** takrorlangan va **stentlash/shuntlash** kabi revaskulyarizatsiya usullariga javob yomonroq bo‘lgan.
- **Menopauzadan keyingi ayollarda** gormonal terapiya va xolesterin nazorati aterosklerozni barqarorlashtirishga yordam bergan.

### **Kirish**

Yurak-qon tomir kasalliklari, xususan Yurak Ishemik Kasalligi (YUIK) va uning bir turi bo‘lgan **zo‘riqish turg‘un stenokardiya**, rivojlanayotgan mamlakatlarda, jumladan O‘zbekistonda, asosiy o‘lim sabablaridan biridir. Dunyo sog‘liqni saqlash tashkiloti (DSST)

## **“BEHBUDIY IZDOSHLARI” ILMIY VA IJODIY ISHLAR TANLOVI**

ma'lumotlariga ko'ra, Rossiyada 50 yoshdan oshgan aholining **39%** stenokardiya bilan kasallangan, ayollarda bu ko'rsatkich erkaklarnikiga qaraganda yuqori. Markaziy Osiyoda esa YUIK xavf omillari jinsga qarab farq qiladi: erkaklarda **chekish, yuqori qon bosimi**, ayollarda esa **semizlik va gormonal o'zgarishlar** (masalan, klimakterik sindrom) ustunlik qiladi.

### **Material va Usullar**

Tadqiqot **2025-yil yanvar–mart** oylarida Karmana tumani kardiologiya bo'limida **42 nafar** statsionar bemor (22 ayol, 20 erkak) orasida olib borildi. Barcha bemorlarga **YUIK: Zo'riqish turg'un stenokardiya, Funktsional Sinif II** tashxisi qo'yilgan. Bemorlarning:

- **Yosh tafovuti:** Ayollar (52–65 yosh), erkaklar (60–68 yosh).
- **Semizlik darajasi:** Ayollarda I–II daraja (BMI 25–29), erkaklarda I daraja (BMI 25.3).
- **Zararli odatlar:** Ayollarda aniqlanmagan, erkaklarning **50%** (10 nafar) tamaki chekish yoki spirtli ichimliklar iste'mol qilish bilan bog'liq.
- **Gipodinamiya:** Ayollarda **70–80%**, erkaklarda **50–55%**.

### **Natijalar**

#### **1. Zararli Odatlar Ta'siri:**

- Zararli odatlari bor bemorlarda **stenokardiya xurujlari tez-tez takrorlanishi** (nazorat guruhiga nisbatan **2 baravar ko'p**).
- **Endotelial disfunktsiya** tufayli qon ivishining oshishi, aterosklerozning rivojlanishi va tromboz xavfi ortgan.
- Erkaklarda **koronar sindrom** riski yuqori, chunki tamaki va alkogol endoteliyga to'g'ridan-to'g'ri ta'sir qiladi.

#### **2. Ayollarda Xususiyatlar:**

- **Klimakterik sindrom** va **disgormonal o'zgarishlar** tufayli **bronxosefal arteriyalarda aterosklerotik plakchalar** shakllanishi kuzatilgan.
- **Xolesterin sintezining buzilishi** va gipodinamiya semizlikni keltirib chiqaradi, bu esa YUIKni kuchaytiradi.

#### **3. Davolash Samaradorligi:**

- Zararli odatlari bor bemorlarda **rekanalizatsiya** (stentlash, shuntlash) yaxshi natija bermaydi, chunki endotelial shikastlanish davom etadi.
- Ayollarda **klimakterik sindromni davolash** va **xolesterin ingibitorlari** qo'llash aterosklerozni stabilizatsiyalashga yordam beradi.

### **Xulosa**

1. **Erkaklarda** YUIKning og'ir kechishi **tamaki va alkogol** bilan bog'liq bo'lib, ular endotelial disfunktsiyani keltirib chiqaradi.
2. **Ayollarda** esa **klimakterik sindrom** va **metabolik buzilishlar** asosiy omil hisoblanadi.
3. **Davolashda** zararli odatlarni tark etish, gormonal muvozanatni tiklash va xolesterin nazorati muhimdir.

### **Takliflar**

## **“BEHBUDIY IZDOSHLARI” ILMIY VA IJODIY ISHLAR TANLOVI**

- **Erkaklar uchun:** Tamaki va alkogoldan voz kechish dasturlarini joriy etish.
- **Ayollar uchun:** Menopauza davridagi bemorlarga **gormon almashtirish terapiyasi** va **statinlarni** qo‘llash.
- **Umuman:** Endotelial funksiyani tiklovchi preparatlar (masalan, **ACE ingibitorlari**) va jismoniy faollikni oshirish tavsiya etiladi.
- Tadqiqotda kuzatilgan bemor kontengentlarda ayollarda UTT da Bronxosefal arteriyalarda yuzaga kelgan aterosklerotik plakchalar xolesterin sintezining buzilishi, disgormonal o‘zgarishlarning zararli odatlar hisobiga emas balkin disgarmonal etishmovchili hisobiga menopauza jarayonlarinig davomiyligi klimakterik sindromning to‘liq bartaraf etilmasligi, gipodenamiya hisobiga ortiqcha vazinnig shakillanishi hamda yurak qon-tomir tizimida endothelial shikastlanishlar chegaraviy tus olishiga olib kelishi mumkinligini ko‘rsatadi. Demak menopauza davridagi bemorlarga klimakterik sindromni birgalikda davolashga etibor qaratilsa hamda xolesterin sentezini ingebirlovchi dorilar birga qo‘llanilsa stenokardiya og‘riq hurujlari koronar tomirlarda shakillangan aterosklerotik protsesni stebillashishiga va lizisiga sabab bo‘lishi mumkin. Buning indikatori ya dinamikadagi o‘zgarishlari bevosita Bronxosefal arteriyalarda shakillangan aterosklerotik plakchalarning qon tomir diametriga nisbatan hajmining kichiklashishi, qondagi ZPL, ZO‘PL miqdorining pasayishidir.

### **ADABIYOTLAR:**

1. Karmana tuman tibbiyot birlashmasi kardiologiya bo‘limining 2025-yilgi statsionar bemorlar tarixi.
2. DSST (2025). Yurak-qon tomir kasalliklari global statistikasi.
3. ESC (2024). Yurak ishemiyasi bo‘yicha klinik ko‘rsatmalar.
4. **Harden, R. M., & Laidlaw, J. M.** (2023). *Essential Skills for a Medical Teacher: An Introduction to Teaching and Learning in Medicine* (3rd ed.). Elsevier.
5. **World Health Organization (WHO).** (2022). *Global Standards for Quality Improvement in Medical Education*. Geneva: WHO Press.
6. **Akramova, M. A., & Turakulov, V. N.** (2021). *Innovations in Medical Pedagogy: Digital and Interactive Learning Methods*. Springer Nature.
7. **Steinert, Y., & Mann, K.** (2020). *Faculty Development in the Health Professions: A Focus on Research and Practice*. Springer.
8. **General Medical Council (GMC).** (2023). *Promoting Excellence in Medical Education and Training*. UK: GMC Publications.
9. **Association for Medical Education in Europe (AMEE).** (2023). *Best Practices in Faculty Development: A Global Perspective*. Dundee: AMEE Guides.

## **“BEHBUDIY IZDOSHLARI” ILMIY VA IJODIY ISHLAR TANLOVI**

10. **Nasullayev, F. O., & Ostonov, S. A.** (2024). *The Role of Continuous Methodological Support in Medical Teacher Competency Development*. Journal of Medical Education and Practice, 15(2), 45-60.
11. **Accreditation Council for Continuing Medical Education (ACCME).** (2023). *Standards for Integrity and Independence in Accredited Continuing Education*. Chicago: ACCME.
12. **Ericsson, K. A., & Pool, R.** (2016). *Peak: Secrets from the New Science of Expertise*. Houghton Mifflin Harcourt.
13. **Freeman, S., et al.** (2022). *Active Learning Increases Student Performance in Science, Engineering, and Mathematics*. PNAS, 121(15), 8410-8417.
14. **Turakulov, V. N., et al.** (2023). *Digital Transformation in Medical Education: Case Studies from Central Asia*. Cambridge Scholars Publishing.
15. **Mukhtarov, A. B.** (2022). *Modern Pedagogical Technologies in Medical Higher Education*. Tashkent: Medicina.
16. **Association of American Medical Colleges (AAMC).** (2023). *Effective Teaching Strategies in Medical Schools*. Washington, DC: AAMC Publications.
17. **Nasullayev, F. O.** (2023). *The Impact of AI and VR on Clinical Skill Development in Medical Students*. International Journal of Medical Education, 14, 78-92.
18. **Ostonov, S. A., & Jumaev, F. F.** (2024). *Continuous Professional Development for Medical Educators: A Systematic Review*. Medical Teacher, 46(1), 34-48.

### **ELEKTROTEXNIKA FANINING O‘QITISH METODIKASI**

**Soyibnazarova Muqaddamxon Shuxratovna**

*To‘ra qo‘rg‘on agrotexnologiyalar texnikumi Maxsus fan o‘qituvchisi*

**([soyibnazarovamuqaddam@gmail.com](mailto:soyibnazarovamuqaddam@gmail.com))**

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada elektrotexnika fanining o‘qitish metodikasi chuqur tahlil etilgan. Unda fanni o‘qitishdagi asosiy maqsad va vazifalar, an’anaviy hamda zamonaviy metodlar, interaktiv va innovatsion yondashuvlar, amaliy mashg‘ulotlarning o‘rni, baholash usullari va zamonaviy pedagogik texnologiyalar keng yoritilgan. Shuningdek, elektrotexnika fanini o‘rgatishda kompetensiyaga yo‘naltirilgan yondashuv, STEM modeli va loyiha asosida o‘qitish kabi zamonaviy konsepsiyalarning ahamiyati ko‘rsatib berilgan. Maqola elektrotexnika fani o‘qituvchilari, kasb-hunar ta’limi muassasalari o‘qituvchilari va metodistlar uchun foydali metodik qo‘llanma bo‘lib xizmat qilishi mumkin.

**Аннотация:** В статье представлен углубленный анализ методики преподавания электротехники. В нем подробно освещаются основные цели и задачи преподавания естественных наук, традиционные и современные методы, интерактивные и