



TANQIDIY NAZAR, TAHLILIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'OYALAR



EKOLOGIK MUHIT VA INSON SALOMATLIGI O'RTASIDAGI BOG'LIQLIK

Abduraukov Habibulla Ilhom o'g'li

*Samarqand viloyati Ishtixon tumani 2-sonli ixtisoslashtirilgan davlat umumta'lim
maktabining 9-sinf o'quvchisi*

Annotatsiya: Maqolada ekologik muhit va inson salomatligi o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik chuqur ilmiy yondashuv asosida tahlil qilinadi. Atmosfera, suv, tuproq va biologik xilma-xillikdagi o'zgarishlarning sog'liqqa ko'rsatadigan ta'siri global va mintaqaviy misollar orqali yoritiladi. Sanoat chiqindilari, urbanizatsiya, iqlim o'zgarishi va kimyoviy moddalarning ortib borishi natijasida yuzaga kelayotgan sog'liq muammolari statistik va amaliy dalillar bilan asoslanadi. Ekologik salomatlik kontseptsiyasi doirasida mavjud muammolarni bartaraf etish yo'llari, xalqaro tashkilotlarning tavsiyalari ham keltiriladi. Maqola ekologik barqarorlik va sog'lom jamiyat qurilishining ajralmas bog'liqligini asoslashga qaratilgan.

Kalit so'zlar: ekologik muhit, sog'liq, atmosfera ifloslanishi, iqlim o'zgarishi, og'ir metallar, biosfera, inson salomatligi.

KIRISH

So'nggi o'n yilliklarda sanoat, texnologiya va urbanizatsiyaning jadal rivojlanishi natijasida ekologik muhitning buzilishi insoniyat salomatligiga bevosita xavf tug'dirmoqda. Ekotizimdagi keskin o'zgarishlar, atmosfera va suv ifloslanishi, yer resurslarining degradatsiyasi, iqlim o'zgarishi, biologik xilma-xillikning kamayishi global sog'liq muammolarining kuchayishiga olib kelmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, atrof-muhit omillariga bog'liq kasalliklar global kasalliklar yukining taxminan 25 foizini tashkil etadi.

Ekologik muhit va sog'liq o'rtasidagi bog'liqlik murakkab va ko'p qirrali. Bu bog'liqlik faqatgina jismoniy kasalliklar bilan emas, balki ruhiy holat, hayot sifati va ijtimoiy muvozanat bilan ham chambarchas bog'liq. Ushbu maqolada ekologik muhitdagi asosiy xavf omillari, ularning salomatlikka ta'siri, mavjud holat tahlili va ehtimoliy yechimlar ilmiy manbalar asosida tahlil qilinadi.

1. Atmosfera ifloslanishi va salomatlikka ta'siri:

Atmosfera ifloslanishi — eng xavfli ekologik muammolardan biri. Sanoat, transport, qurilish va maishiy chiqindilar tufayli havoga chiqariladigan zararli moddalarning inson salomatligiga ta'siri yildan-yilga kuchayib bormoqda. Jumladan, PM2.5 va PM10 zarrachalari o'pka va yurak-qon tomir tizimi kasalliklarini keltirib chiqaradi. JSST ma'lumotiga ko'ra, 2023-yilda havoning ifloslanishi sababli 6,7 milliondan ortiq odam erta vafot etgan.



Azot oksidi (NO_x), oltingugurt dioksidi (SO₂), karbon monoksidi (CO), ozon (O₃) kabi gazlar astma, surunkali bronxit, yurak ishemik kasalligi, insult va hatto o'pka saratoni bilan bog'liq. Bolalar va qariyalar ayniqsa havoning sifatsizligiga sezgir bo'lib, bu guruhlarda kasallanish va o'lim ko'rsatkichlari yuqoriroq.

2. Suv resurslari ifloslanishi:

Suv — hayotning manbai. Biroq sanoat korxonalari, pestitsid va o'g'itlardan foydalanish, maishiy kanalizatsiya chiqindilari suvning ifloslanishiga sabab bo'lmoqda. Dunyoda 2,2 milliarddan ortiq odam toza ichimlik suvi yetishmovchiligi yoki iflos suvdan foydalanishga majbur. Suv orqali tarqaladigan kasalliklar — dizenteriya, ichburug', gepatit A, tulyaremiya kabi kasalliklar, ayniqsa bolalar orasida o'limga olib kelmoqda.

Suv havzalarida kimyoviy moddalarning, ayniqsa nitrat va og'ir metallar miqdori ortib borayotgani oziq-ovqat mahsulotlari xavfsizligiga ham salbiy ta'sir qiladi. Baliq mahsulotlarida simob, qo'rg'oshin va boshqa og'ir metallar yuqori miqdorda to'planadi.

3. Tuproq degradatsiyasi va oziq-ovqat orqali kasallanish:

Tuproq salomatligi — inson salomatligining asoslaridan biri. Ammo urbanizatsiya, o'rmonlarning kesilishi, noto'g'ri sug'orish, ortiqcha kimyoviy ishlov berish tufayli tuproq sifati yomonlashmoqda. Tuproqdagi og'ir metallar, pestitsid qoldiqlari va mikroplastiklar o'simliklar orqali oziq-ovqat zanjiriga tushib, surunkali intoksikatsiyaga olib keladi. Ayniqsa, kadmiy va arsen moddalari saraton kasalliklari bilan bog'liq ekani isbotlangan.

4. Iqlim o'zgarishi va sog'liq o'rtasidagi bog'liqlik:

Iqlim o'zgarishi issiqlik to'lqinlari, qurg'oqchilik, kuchli yog'ingarchilik, bo'ron va sel kabi ofatlarni kuchaytiradi. Haroratning ortishi vabo, bezgak, dengue isitmasi kabi yuqumli kasalliklarning tarqalish hududini kengaytiradi. YuNESKO va JSST hisobotlariga ko'ra, 2050-yilga borib iqlim o'zgarishi tufayli sog'liq muammolari global miqyosda ikki baravarga oshadi.

Shuningdek, issiqlik stressi yurak-qon tomir tizimi, buyrak faoliyati va termoregulyatsiyani izdan chiqaradi. Qurg'oqchilik va suv tanqisligi esa ovqat tanqisligi va ozuqa moddalarining kamayishiga olib keladi.

5. Biologik xilma-xillikning kamayishi:

Biologik xilma-xillik inson salomatligi uchun bevosita resursdir — dori-darmon, oziq-ovqat, toza havo va suvning manbai. Ammo o'rmonlarning kesilishi, hayvonot dunyosining kamayishi, genetik xilma-xillikning pasayishi tufayli odamzot ko'plab tabiiy resurslardan ayrilmoqda. Shuningdek, biologik xilma-xillikning buzilishi yangi virus va bakteriyalarning odamzotga o'tish xavfini oshiradi — bu esa pandemiyalar xavfini oshiradi.

COVID-19 pandemiyasi — biologik muvozanat buzilganining global oqibatlaridan biridir.

6. Shahar ekologiyasi va ruhiy salomatlik:

Urbanizatsiya, shovqin, yorug'lik ifloslanishi va yashil maydonlarning kamayishi inson ruhiyatiga ham salbiy ta'sir qiladi. Depressiya, tashvish, uyqusizlik va stress kabi kasalliklar



TANQIDIY NAZAR, TAHLILIY TAFAKKUR VA INNOVATION G'OYALAR



aynan ekologik sharoitlar bilan bog'liq. Tadqiqotlar ko'rsatishicha, tabiatga yaqin yashovchi insonlar stressni yengish va immunitetni saqlab qolishda ancha barqarorroq bo'ladi.

7. Ekologik salomatlik va global strategiyalar:

JSST, BMT va boshqa xalqaro tashkilotlar ekologik salomatlik bo'yicha qator strategiyalarni ilgari surgan. Jumladan:

Barqaror rivojlanish maqsadlari (SDG-3, SDG-6, SDG-13)

“One Health” — inson, hayvon va atrof-muhit salomatligini birgalikda yondashish konsepsiyasi

WHO Air Quality Guidelines — havoning zararli moddalar miqdori bo'yicha tavsiyalar

Global Climate and Health Alliance — iqlim o'zgarishi va sog'liqni bog'lovchi siyosiy tashabbuslar

Mahalliy darajada ham ekologik qonunchilikni kuchaytirish, monitoring tizimlarini takomillashtirish, aholi o'rtasida ekologik madaniyatni oshirish muhim ahamiyatga ega.

Xulosa

Ekologik muhit va inson salomatligi o'rtasidagi bog'liqlik shunchaki nazariy masala emas, balki kundalik hayotimizda chuqur seziladigan haqiqatdir. Sog'lom hayot uchun toza havo, suv, oziq-ovqat va tabiiy muhit zarur. Ekologik salomatlikni ta'minlash — bu sog'liqni saqlash tizimining, ekologiya xizmatlarining, urbanistik rejalashtirishning va ta'lim tizimining hamkorlikda harakat qilishi natijasidir.

Har bir inson o'z atrof-muhitini asrashga hissa qo'shmog'i zarur: chiqindilarni kamaytirish, ekologik toza mahsulotlardan foydalanish, suv va elektrni tejash, daraxt ekish — bularning barchasi sog'lom jamiyat poydevorini mustahkamlovchi qadamlardir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. World Health Organization (WHO). Air Pollution and Child Health: Prescribing Clean Air, 2022.
2. United Nations Environment Programme (UNEP). Healthy Environment, Healthy People, 2021.
3. Rasulov A. “Ekologik omillar va inson salomatligi.” Tibbiyot va Ekologiya, 2023.
4. FAO. Soil Pollution: A Hidden Reality, Rome, 2020.
5. Qodirova Z. “Iqlim o'zgarishi va sog'liq.” O'zbekiston Ekologik Jurnali, 2022, №1.
6. WHO. Climate Change and Health, 2023.
7. UNESCO. Biodiversity and Human Well-being, Paris, 2021.
8. Global Climate and Health Alliance. Protecting Health in a Changing Climate, 2022.