



MIOKARD INFARKTI RIVOJLANISHIDA IJTIMOIY-GIGIYENIK OMILLARNING ROLI

Azamatova Dilnoza
O'ktam qizi¹,
G'uzorova Ozoda
Uchqun qizi²,

Toshkent davlat tibbiyot universiteti, talaba ^{1,2}

Jalolov Nozimjon
Nodir o'g'li³

*Toshkent davlat tibbiyot universiteti, kafedra
assistenti ³*

Annotatsiya

Miokard infarkti bugungi kunda dunyo bo'yicha o'lim va nogironlikning eng yuqori ko'rsatkichini tashkil etayotgan yurak-qon tomir kasalliklari guruhiga kiradi. Kasallikning rivojlanishida irsiy omillar bilan bir qatorda turmush tarzi, ijtimoiy muhit va gigiyenik omillarning roli beqiyosdir. So'nggi yillarda noto'g'ri ovqatlanish, stress darajasining oshishi, chekish, spirtli ichimliklar, jismoniy faollikning pasayishi va ekologik omillar miokard infarkti xavfini keskin oshirayotganligi aniqlangan. Mazkur maqolada ijtimoiy-gigiyenik omillar va ularning miokard infarkti rivojlanishiga ta'siri ilmiy adabiyotlar hamda epidemiologik tadqiqotlar asosida o'rganildi. Tahlil natijalari aholining turmush tarzi, mehnat sharoitlari, psixosotsial stress, zararli odatlar va ovqatlanish madaniyati yurak xuruji xavfini sezilarli darajada belgilovchi omillar ekanligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar:

Miokard infarkti, ijtimoiy-gigiyenik omillar, yurak-qon tomir kasalliklari, stress, chekish, gipertoniya, ovqatlanish, jismoniy faollik, ekologik xavf omillari.

Kirish: Yurak-qon tomir kasalliklari dunyo bo'yicha o'limning asosiy sababidir. Yurak-qon tomir kasalliklari, jumladan miokard infarkti, dunyo bo'yicha o'lim sabablarining yetakchi o'rnini egallaydi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti hisobotlariga ko'ra, har yili 18–20 millionga yaqin inson yurak-qon tomir kasalliklaridan vafot etadi, ulardan 85 % ga yaqini miokard infarkti va insult ulushiga to'g'ri keladi. Miokard infarkti – bu yurak mushagining bir qismi koronar arteriyalar bo'ylab qon oqimining to'xtashi yoki keskin kamayishi natijasida nekrozga uchrashi bo'lib, hayot uchun xavfli holatdir. Miokard infarkti miokard to'qimasining bir qismi qon ta'minotining keskin buzilishi natijasida nekrozga uchrashi bilan tavsiflanadi. Zamonaviy epidemiologik tadqiqotlar kasallikning rivojlanishida faqat biologik omillar emas, balki ijtimoiy-gigiyenik omillarning ham asosiy o'rin tutishini ko'rsatmoqda. Chekish, noto'g'ri ovqatlanish, gipodinamiya, mehnat sharoitlarining og'irligi, stress, uyqu buzilishi, spirtli ichimliklar iste'moli kabi omillar miokard infarkti xavfini bir necha baravar oshiradi. Ayniqsa, urbanizatsiya jarayonining kuchayishi, fast-food mahsulotlari iste'moli, ruhiy bosimning ortishi, ekologik

ifloslanish va zararli ishlab chiqarishlarda ishlovchilar sonining ko'payishi yurak kasalliklari rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatmoqda. Miokard infarkti – bu yurak mushagining bir qismi koronar arteriyalar bo'ylab qon oqimining to'xtashi yoki keskin kamayishi natijasida nekrozga uchrashi bo'lib, hayot uchun xavfli holatdir. So'nggi 20 yil ichida dunyada urbanizatsiya darajasi oshishi, axborot texnologiyalariga bog'liqlik, avtomatlashtirilgan mehnat, ovqatlanish xarakterining o'zgarishi, jismoniy faollikning pasayishi va ekologik muhitning yomonlashuvi miokard infarkti uchrash chastotasining oshishiga olib keldi. Miokard infarkti avvallari ko'proq 55–70 yoshdagi odamlarda uchrasa, hozirda 30–45 yosh orasidagi yoshlar orasida ham ko'paymoqda. Bu xavfning keskin yosharganini bildiradi. Turli tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, miokard infarkti rivojlanishining asosiy risk omillari biologik va ijtimoiy-gigiyenik toifalarga bo'linadi. Biologik omillar (irsiyat, qandli diabet, lipid almashinuvi buzilishi, arterial gipertoniya) muhim o'rin tutgan bo'lsa-da, global epidemiologik hisobotlar miokard infarkti holatlarining 70 % dan ortig'i modifikatsiya qilinadigan, ya'ni ijtimoiy-gigiyenik omillar bilan bog'liqligini ko'rsatadi. Shuningdek, zamonaviy ijtimoiy hayot inson organizmida doimiy stress, surunkali charchoq, uyqusizlik, gipodinamiya kabi holatlarni keltirib chiqaradi. Bularning barchasi koronar arteriyalar tonusining o'zgarishi, gipertoniya, ateroskleroz va metabolik sindrom kabi miokard infarkti patogenezi uchun muhim bo'lgan zaminlarni yaratadi. Bundan tashqari, ekologik ifloslanishning (ayniqsa PM2.5 zarrachalar) yurak-qon tomir tizimi faoliyatiga bevosita zararli ta'siri ilmiy jihatdan isbotlangan. Havo sifati past bo'lgan hududlarda miokard infarkti o'lim ko'rsatkichlari 25–30 % ko'proq qayd etilgan. Shu sababli miokard infarkti rivojlanishida ijtimoiy-gigiyenik omillarning rolini chuqur o'rganish miokard infarkti profilaktikasi, sog'lom turmush tarzini shakllantirish, aholi salomatligini yaxshilash, ijtimoiy-diagnostik chora-tadbirlarni belgilash uchun juda muhimdir. Shu sababli miokard infarkti rivojlanishida ijtimoiy-gigiyenik omillarni o'rganish zamonaviy tibbiyotning muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Materiallar va metodlar. Mazkur maqola tizimli adabiyotlar sharhi (systematic review elementlari bilan narrativ tahlil) shaklida bajarildi. Tadqiqot jarayonida 2015–2024-yillar oralig'ida chop etilgan kardiologiyaga oid ilmiy maqolalar, xalqaro klinik tavsiyalar hamda konsensus hujjatlari o'rganildi. Tadqiqot adabiyotlar tahlili asosida bajarildi. Quyidagi manbalar :Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO) statistik hisobotlari; Amerika Yurak Assotsiatsiyasi (AHA) ma'lumotlari; Kardiologiya bo'yicha xalqaro ilmiy jurnallar (Circulation, European Heart Journal, International Journal of Cardiology); Miokard infarktining epidemiologiyasi bo'yicha 2015–2024 yillarda chop etilgan ilmiy maqolalar; Psixososial stress va zararli odatlarning yurak faoliyatiga ta'siri bo'yicha klinik tadqiqotlar o'rganildi.

Tadqiqot metodologiyasi quyidagilardan iborat bo'ldi: Tahliliy usul – ijtimoiy-gigiyenik omillar ta'sirini aniqlash ; Taqqoslama usul – turli mamlakatlar va yosh guruhlardagi ko'rsatkichlarni solishtirish ; Tizimlashtirish usuli – omillarni guruhlash va o'zaro bog'liqligini aniqlash ; Kontent-tahlil – ilmiy ma'lumotlarni umimlashtirish va xulosalash.

Natijalar: Ilmiy adabiyotlar tahlili miokard infarkti xavfini belgilovchi ijtimoiy-gigiyenik omillarga zararli odatlar, noto'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollikning pastligi,

psixologik stress va mehnat sharoitlari, ijtimoiy sharoit va yashash muhiti, surunkali kasalliklar bilan bog'liq gigiyenik omillar kiradi.

Zararli odatlar. Zararli odatlar - bu inson yaratishga yordam berish ta'sir ko'rsatadigan, organizmning fiziologik oziq-ovqat va turli sharoitlarga olib keladigan takroriy to'siqlar va turmush tarziga oid odatlardir. Tibbiyot va gigiyena fanida zararli odatlar organizmning funktsional holatini yomon, yurak-qon tomir, nafas olish, asab va endokrin tizimlar faoliyatiga kasallik ta'sir etuvchi muhim jarayon sifatida qaraladi. Chekish miokard infarkti xavfini 2–4 baravar oshiradi. Nikotin va uglerod oksidi koronar qon oqimini keskin kamaytiradi. Passiv chekuvchilar orasida ham xavf 25–30 % ga ortadi. Spirtli ichimliklar haddan ortiq iste'mol miokard toksikligini kuchaytiradi. Arterial bosimni oshiradi, ritm buzilishlariga sabab bo'ladi.

Noto'g'ri ovqatlanish. Noto'g'ri ovqatlanish zamonaviy jamiyatda yurak-qon tomir kasalliklari, miokard infarkti rivojlanishining eng muhim ijtimoiy-gigiyenik yukidan biri hisoblanadi. Ovqat ratsionining ozuqasiz bolishi, yuksalish oziqlanish hayvonini iste'mol qilish, yog'lari va tez hazm bo'ladigan uglevodlarning ko'pligi lipidlarni oziqlantirishga olib keladi. Trans-yog'lar, to'yingan yog'lar, qandli mahsulotlar ko'p bo'lishi LDL ni oshiradi. Fast-food iste'moli yurak xuruji xavfini 35 % gacha oshiradi. Tuxum, kolbasa, yog'li go'shtlar, qovurilgan taomlar aterosklerozni tezlashtiradi.

Jismoniy faollikning pastligi. Jismoniy faollikning yetishmasligi yoki gipodinamiya zamonaviy jamiyatda keng tarqalgan muammolardan biri bo'lib, yurak-qon tomir kasalliklari rivojlanishining muhim ijtimoiy-gigiyenik omillaridan hisoblanadi. Texnologik taraqqiyot, avtomatlashtirilgan ishlab chiqarish jarayonlari, transport vositalaridan keng foydalanish va ko'p vaqtni o'tirgan holda o'tkazish insonlarning kundalik harakat faolligini sezilarli darajada kamaytirgan. Natijada jismoniy faollikning pastligi metabolik jarayonlarning buzilishiga, ortiqcha tana vazni va semizlikning rivojlanishiga olib kelmoqda. Gipodinamiya yurak-qon tomir kasalliklarining mustaqil xavf omili. Kam harakatlanuvchi insonlarda infarkt xavfi 2 baravar yuqori oshiradi.

Psixologik stress va mehnat sharoitlari. Doimiy stress, uyqusizlik, ruhiy bosim adrenalin va kortizol darajasini ko'taradi. Stressli kasblar (haydovchilar, o'qituvchilar, harbiylar, operatorlar)da infarkt xavfi yuqori. Ortiqcha ish yuklamasi va kechki smenalar yurak faoliyatini susaytiradi.

Ijtimoiy sharoit va yashash muhiti. Ekologik omillar ham ta'sir ko'rsatadi. Havodagi PM2.5 zarrachalar infarkt xavfini 15–20 % oshiradi. Kimyoviy va metallurgiya sanoatida ishlovchilar orasida kasallik ko'proq uchraydi. Ijtimoiy-iqtisodiy daraja ham ta'sir ko'rsatib miokard infarktining uchrash ehtimolligini oshiradi. Kam daromadli aholi orasida infarkt tez-tez uchraydi; sog'lom ovqatlanish imkoniyatlarining cheklanganligi; tibbiy ko'riklardan kam o'tish; psixosozial stressning yuqoriligi.

Surunkali kasalliklar bilan bog'liq gigiyenik omillar. Surunkali kasalliklar miokard infarkti rivojlanishida muhim patogenetik omillardan biri hisoblanadi. Ko'plab epidemiologik tadqiqotlar yurak-qon tomir kasalliklari, ayniqsa miokard infarkti ko'pincha boshqa surunkali kasalliklar fonida rivojlanishini ko'rsatadi. Bunday kasalliklarga arterial gipertoniya, qandli diabet, semizlik, dislipidemiya va metabolik

sindrom kiradi. Gipertoniya – xavfni 2 baravar oshiradi. Qandli diabet – xavfni 2–3 baravar oshiradi. Semizlik va dislipidemiya – asosiy patogenetik omillar

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, miokard infarktining 70–80 % ijtimoiy-gigiyenik omillarga bilan bog'liq.

Muhokama. Olib borilgan ilmiy manbalar tahlili miokard infarkti rivojlanishida ijtimoiy-gigiyenik omillarning bevosita va bilvosita ta'sir qiluvchi kuchli determinant ekanligini ko'rsatadi. Chekish, noto'g'ri ovqatlanish va spirtli ichimliklar birlamchi profilaktikaning asosiy nishonlaridir. Aholida sog'lom ovqatlanish madaniyatining pastligi, fast-food va yog'li taomlarning ko'pligi ateroskleroz rivojlanishiga zamin yaratadi. Jismoniy faollikning pasayishi, axborot texnologiyalariga bog'lanib qolish va uzoq muddat o'tirib ishlash metabolik sindrom, gipertoniya va semizlikka olib keladi. Psixosozial stress, mehnat sharoitlari, ekologik ifloslanish va uyqu gigiyenasiga rioya qilmaslik yurak mushagining kislorodga bo'lgan talabini oshirib, koronar qon oqimini cheklaydi. Bularning barchasi miokard infarkti xavfini sezilarli oshiradi. O'rganilgan adabiyotlar asosida aytish mumkinki, miokard infarkti nafaqat tibbiy, balki ijtimoiy muammo bo'lib, aholining turmush tarzi va gigiyenik savodxonligini oshirish orqali uning uchrash ko'rsatkichlarini kamaytirish mumkin. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy-gigiyenik omillar yurak-qon tomir tizimiga kompleks tarzda ta'sir qiladi. Chekish, stress, noto'g'ri ovqatlanish va jismoniy faollik yetishmovchiligi birgalikda mavjud bo'lganda ateroskleroz jarayoni keskin tezlashadi. Bu esa koronar arteriyalar torayishi, endoteliyning shikastlanishi va trombozga moyillikni kuchaytiradi. Stressning roli alohida e'tiborga loyiq. Surunkali stress simpato-adrenal tizimni haddan tashqari faollashtiradi, bu esa yurak urish tezligini oshiradi, arteriyalarni toraytiradi, qonda kortizol va adrenalin miqdorini ko'paytiradi. Uzoq davom etgan stress yurak mushagining kislorodga bo'lgan ehtiyojini oshiradi va infarkt xavfini kuchaytiradi. Ekologik ifloslanishning ta'siri ham sezilarli. PM2.5 zarralari alveolalardan qon oqimiga o'tib, yallig'lanish mediatorlarini ko'paytiradi, qonni "quyuqlashtiradi" va tromboz xavfini oshiradi.

Turli tadqiqotlarning qiyosiy tahlili shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy-gigiyenik omillarni kamaytirish orqali miokard infarkti rivojlanishining 2/3 qismini oldini olish mumkin.

Xulosa. Miokard infarkti rivojlanishida ijtimoiy-gigiyenik omillar muhim rol o'ynaydi. Zamonaviy tibbiy ma'lumotlarga ko'ra, yurak-qon tomir kasalliklari dunyo bo'yicha o'lim sabablarining asosiy qismini tashkil etadi va ularning paydo bo'lishida turmush tarzi bilan bog'liq omillar katta ahamiyatga ega.

1. Zararli odatlar, ayniqsa chekish, yurak-qon tomir tizimiga salbiy ta'sir ko'rsatib, qon tomirlarning torayishiga va ateroskleroz rivojlanishiga sabab bo'ladi. Noto'g'ri ovqatlanish esa qonda xolesterin miqdorining oshishiga olib kelib, koronar arteriyalarda aterosklerotik blyashkalar hosil bo'lishiga zamin yaratadi.

2. Jismoniy faollikning pastligi, semizlik, arterial gipertoniya va qandli diabet kabi surunkali kasalliklarning rivojlanishiga sabab bo'lib, miokard infarkti xavfini oshiradi.

3. Psixoemotsional stress, noqulay mehnat sharoitlari va ekologik omillar ham yurak-qon tomir kasalliklari rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Ushbu omillar uzoq muddat davom etganda yurak mushagining funksional holati yomonlashadi va koronar

qon aylanishining buzilishiga olib keladi. Shunday qilib, sog'lom turmush tarzini shakllantirish, ratsional ovqatlanish, jismoniy faollikni oshirish, zararli odatlardan voz kechish hamda surunkali kasalliklarni o'z vaqtida aniqlash va davolash miokard infarkti profilaktikasida muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. American Heart Association. Heart Disease and Stroke Statistics, 2022–2024.
2. Axmadaliyeva, N. O., Bozorova, M. Y., Nigmatullayeva, D. J., & Jalolov, N. N. (2023). GIPERTONIYA KASALLIGI SABABLARI VA DAVOLASH USULLARI. Евразийский журнал медицинских и естественных наук, 3(6 Part 2), 130-133.
3. Braunwald E. Heart Disease: A Textbook of Cardiovascular Medicine. – Philadelphia: Elsevier, 2020.
4. Gaziano T., Libby P. Risk factors for myocardial infarction and cardiovascular diseases. – Circulation Journal, 2019.
5. Guyton A.C., Hall J.E. Textbook of Medical Physiology. – Philadelphia: Elsevier, 2021.
6. Iskandarova, G. T., & Samigova, N. R. (2024). Hygienic description of chemical factor in mechanical engineering enterprises (Doctoral dissertation, Germany).
7. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti. Yurak-qon tomir kasalliklarining profilaktikasi bo'yicha tavsiyalar. – Jeneva, 2022.
8. Jalolov, N. N. (2023). MIOKARD INFARKTI PROFILAKTIKASIDA SOG'LOM TURMUSH TARZINING O'RNI. In E Conference Zone (pp. 1-5).
9. Jalolov, N. N., Sobirov, O. G., & Kabilzhonova, S. R. (2023). The role of a healthy lifestyle in the prevention of myocardial infarction.
10. Jalolov, N. N., Umedova, M. E., & Ikramova, N. A. (2025, April). Occupational risk factors for workers operating in hot climates: the case of traffic police officers. International Conference on Advance Research in Humanities, Applied Sciences and Education.
11. Khilola, T. K. (2024). Assessment of environmental conditions in tashkent and relationship with the population suffering from cardiovascular diseases.
12. Kosimova, K. T., Jalolov, N. N., & Ikramova, N. A. (2025, April). THE RELATIONSHIP BETWEEN AIR POLLUTION AND ARTERIAL HYPERTENSION. International Conference on Advance Research in Humanities, Applied Sciences and Education.
13. Lisitsyn Yu.P. Obshchaya gigiyena va sog'liqni saqlash asoslari. – Moskva, 2017.
14. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. Yurak-qon tomir kasalliklarining profilaktikasi bo'yicha klinik tavsiyalar. – Toshkent, 2021.
15. Oganov R.G., Maslennikova G.Ya. Yurak-qon tomir kasalliklari epidemiologiyasi va profilaktikasi. – Moskva, 2019.

16. Umida, X., Aziz, I., Guzal, I., & Nargiz, S. (2024). Hygienic Characterization of the Chemical Factor in Mechanical Engineering Enterprises. *American Journal of Medicine and Medical Sciences*, (14), 5.
17. World Health Organization (WHO). Cardiovascular diseases (CVDs) factsheet. – Geneva, 2023.
18. World Health Organization. Cardiovascular diseases global report, 2024.
19. Yusuf S., Hawken S. Effect of potentially modifiable risk factors associated with myocardial infarction. – *The Lancet*, 2004.
20. Рахимов, Б. Б., Саломова, Ф. И., Жалолов, Н. Н., Султонов, Э. Ю., & Облакулов, А. Г. (2023). Оценка качества атмосферного воздуха в городе навои, республика Узбекистан: проблемы и решения. In Сборник трудов по материалам Международной научно-практической конференции.
21. Sherkuzieva, G. F., Salomova, F. I., Samigova, N. R., & Yuldasheva, F. U. (2023). RESULTS OF TOXICITY STUDY OF BIOLOGICAL FERTILIZER" YER MALHAMI" FOR INHALATION CHRONIC EFFECTS.
22. Iskandarova, G., Samigova, N., Tashpulatova, M., Utaev, S., & Saydullaev, O. (2023). Features of the technological process in the production of injectable drugs at pharmaceutical enterprises and hygienic assessment of microclimate at workplaces. *Journal of Coastal life medicine* Received, 1(11), 1319-1328.