O’ZBEK ISTON RESPUBLIKASI

OLIY VA O’RTA MAXSUS TA’LIM VAZIRLIGI

QARSHI DAVLAT UNIVERSITETI

TABIIY FANLAR FAKULTETI

BIOTEXNOLOGIYA KAFEDRASI

Informatika o’qitish metodikasi yonalishi 1-kurs -014-48 guruh talabasi Xudoyqulov Boburning Valeologiya fani bo’yicha “Inson salomatligi va zararli odatlar” mavzusida yozgan

REFERATI

Topshirdi: **Xudoyqulov B**

Qabul qildi: **Rahmatullayev Yo**

Qarshi 2015 yil

INSON SALOMATLIGI VA ZARARLI ODATLAR

REJA:

Kirish
1. Alkogolizmning kelib chiqishi va tarixi
2. Atrof - muhitning inson salomatligiga ta’siri
3. Baxtsiz hodisalar va ularning oldini olish
4. Gigienik va jinsiy tarbivaning ahamiyati
5. Zararli odatlarning inson salomatligiga ta’siri

Xulosa
Adabiyotlar

Alkogolizmni kelib chiqishi va tarixi

Qadim zamonlardan odamlar ba’zi mast qilyvchi moddadarni tayyorlab, ularni turli marosimlarda iste’mol qilishgan. Kadimda Gretsia, Italiada spirtli ichimliklarni turli ma’rosimlar tantanali yrf-odatlarda iste’mol qilganlar. Alkogolni birinchi marta arab alximik olim kashf etgan. O’ tashdifan kashf qilgan mast qilyvchi suyukdikni, adkexad a’ni tazik eryvchi «engil» «ychyvchi» deb tamlagan. Karia alximik adkogoldan ozgina tatib kurganda xursand bo`lgan, kayf qilgan. Shu davrdan boshlab alkogolni iste’mol qilish keng tus ola boshlagan.

1971 yilda dunyo bo`yicha 8,5 mlrd. litr spirt ishlab chikarilgan, B.M.Levinning (1972) ma’lymoticha planetaning xar bir kishisiga bir yiliga 1 l spirt, 6 l vino, 10 l pivo tyFri kelar ekan.

1910 yilda Rossianing xar bir kishisiga 3,6, 1914 yidda 4,6 litr arok tyFri kelgan.

1914 yilda birinchi jaxon urushi boshlanishi bilan chor xukumati spirtli ichimliklarni sotishni man etadi.

Butun dunyo sog`liqni saklash tashqilotining ma’lymotlariga kura 1930 - 1965 yillar orasida spirtli ichimliklarni ishlab chikarish 50 martaga ortgan. Italiada jigar tserrozi xastadigidan xar 100 ming axoli jon boshidan 39,3 erkak, 14,9 ta ayolda ulimi ko’zatilgan. O’zbekistan Respublikasini bozor iktishdiga utishi mynosabati bilan xususiy dO’Qonlarda turli ba’zan nazoratdan utmagan spirtli ichimliklar sotishmokda. Bu ba’zi odamlarni zaxarlanishiga sabab bo’lmoqda.

Afsonadardan ma’lum bulishicha vinoni birinchi bo`lib XI asrda arab vrachi Albukazes achigan o’zum shirasini xaydash yuli bilan olgan ekan. Alkogol so’zi - tazik «engil», <yuliy jatab» degan ma’tani bildiradi.

Vino spirtning ximiaviy nomi etil spirti, a’ni etatal. Etanol, dipolisaxaridlarni achitki zambyrFlari ta’sirida parchalanadi. Uning ximiaviy formylasi S_2N_5ON.

Etanol — etil spirti rangsiz, engil xarakatchan, suyuklik bo`lib, o’ziga xos xidi va achchik ta’mi bor. Oqsil va yog`larda axshi aradashadi. 78 gradusda qaynaydi a’ni oson byFlanadi.

Etanolning xususiatlari quyidagilar dan iborat:

- Etatal universal erituvchi: o’zi xam suvli muxitda va organizmdagi

yoFlarda axshi eriydi:

- Nerv xujayralariga o'ziga xos ta'sir Kursatadi va shunga kura odamning ruxiy xolatini o'zgartiradi.

- Organizmning barcha funktsshnal sistemalariga zaxarli (toksik) ta'sir Kursatadi.

Etatal shillik kavatlar, terini ta'sirlaydi, u tez surilib qonga utadi. OFiz bo`shlig`ini biroz qizartiradi va sulakni ko`p ajratadi.

Qabul qilingan alkogol oshqozon ingichka ichakning boshlanFich qismida surilib Qon orkali butun organizmga tarkaladi.

Agarda bolalik orn 50 g spirtli ichimlik ichsa bola uchun juda xavfli, chunki mqogolniqo 25 foizi ona sutinig tarkibida bo'ladi. Bolani nogiron qilib kuyish uchun shuning o'zi etarli.

Spirtli ichimliklarni ko`p iste'mol qilish, modda almashinuvini bo'zadi: oksil, uglevod, yoF, vitaminlar almashinuvi bo'ziladi. Liqoteltam psixik kasalliklarning kelib chikishiga sabab bo'ladi. Ota - onasi ichadigan oiladagi bolalar yomon ukiydi, psixik stres xolatlar tufayli bola kechasi siyib kuadigan, nevroz, yoki tutilib gapiradigan bo`lib qoladi. Xronik alkogolizm eng ko`p 20-22 yoshda (31, 4 foiz), va 23 - 26 yoshda (40, 4 foiz) yoshda uchraydi. Spirtli ichimliklarni birinchi marta ichish, bunga bog'lanib qolish 13 — 14 yoshdan, ba'zi xollarda 7-8 yoshdan boshlanadi.

Spirtli ichimliklar ichadigan ayollardan keyinchalik ulik, chala, jismoniy va psixik kamchiliklari bor bola tuFiladi.

Ba'zan kamakl, turli kamchiliklarga ega, ortikcha barmoklari bor, yuragi parog bolalar xam tuFilishi mumkin. Shuningdek, psixoz, nevroz, tutkanok; kasalliklari xam alkogolizm bilan bog'liq. Spirtli ichimliklarni ko`p ichish tufayli nafas kasalliklari, ko`pincha sil kasalligi kelib chikadi.

Qon bosimi, yurak ishmiasi, miokard infarkt kaselliklarining 62 foizi alkogolizm tufayli kelib chikadi. Anqotolni uzoq tizimli ichish tufayli jigar kasallanadi, jigar tserrozi kelib chikadi. Bu kasalliklarning 60 foizi ulim bilan tugaydi. Alkogoliklarda ko`pincha qizilungach raki, yoki oFro byshliFi raki vujudga keladi.

Alkogoliklarning 90 foizi oshqozon gastirit kasalliklarga uchraydi. Alkogolni ko`p ichish turli xukukbo'zarlikka sabab bo'ladi.

Alkogoliklarning urtacha umri ichmaydigan kishilarga qaraganda 1015 yil kam. Butun dunyo sog`liqni saklash tashqiloti (VOZ) ma'lumotiga muvofik ichqilikbozlikdan xar yili 1,5 milltan odam uladi. Alkogoliklar o'z kasbini yO'kotadi, boshqa ish kidiradi. Ichqilikbozlik bilan oilani barbod qiluvchi asosiy omil xisoblanadi.

Alkogoldan zaxarlanishning uchta darajasi bo'ladi.

Birinchi darajada qo`zg`alish xosil bo'ladi, eyforia, tetiklik, kurkish, xarakat aktivligini tormozlanishi vujudga keladi. Biroz qizarish kam xollarda teri katlamini okarishi, pulsni tezlashishi, ishtaxani axshilanishi, jinsiy qobiliatning ortishi ko'zatiladi, Odam tetik saxiy, ko`p narsalarni va'da qiladigan, ko`p gapiradigan, distantsia va taktil sezgirligini yuqotadi.

Ikkinchi darajada mastlik markaziy nerv tizimining oliy bulimlarining

tormozlanishi bilan xarakterlanadi.

Bunda umumiy zaiflik, fikrlash tempini pasayishi yurishni sekinlashyvi, nutkni bo'zulishi ko'zatiladi. Myvozanati bo'ziladi. O'z xulkini nazorat qilish bo'ziladi.

O'chinchi darajadagi mastlik bu ongni chukur bo'zilishi xishblanib, odam xushidan ketadi. Komada avval teri qizaradi, so`ng kukarib ketadi. Grachik keskin toraadi, tana xarorati pasaadi, nafas olish sekinlashadi. Puls tez-tez, bush ura boshlaydi.

Muskul tonusi pasaadi, bazan tytkanok tutadi, siydik ajradish ixtiyorsiz bo'ladi.

Bu stadiada ko`pchilik ichki a'zolar va qon aylanish bo'ziladi. Kam qonlik rivojlanadi, modda admashinyv bo'ziladi.

OFir mastlikdan so`ng odam xech narsani eslamaydi, ta'sirchan bo`lib, qoladi, kam xarakat qiladi. O'yku bo'ziladi, bunda adqogel 8-20 sutkagacha organizmda sakdanib qoladi.

Alkogolizmga qarshi kurash.

Bizning eramizdan avval 1220 yilda Xitoy imperatori Vu Veng mast odam otilishga xukm etilishi xakida qonun qabul qilgan.

Birlashgan Arab davlatida, Emiratlarda adkogolik ichqiliklarni ichish butunlay takikdangan. Spirtli ichimlik ichgan mysylmon 40 darra urilgan. Mysylmon bulmaganlarga 750 funsterling jarima solingan.

Pyotr 1 mast odamlarni tayok bilan urdirgan chukurga tushirgan. Ichqilikbozlik bilan kamalgan odamning buyniga (6 kg 800g) medad osib kuilgan. Bu medalga «pianistadigi uchun» deb yozib quyilgan.

1985 yilda O'zbekisgon Respublikasining Prezidiumi «Ichqilikbozlik va adkogolizmga qarshi kurashish va spirtli ichimliklarni uyda tayyorlashni oldini olish xakida» farmon qabul qilgandi. Bu farmonda jamoat joylarda spirtli ichimliklarni ichish man etilgan.

Voaga etmagan bolalarni ichqilikka urgatgan odamga yirik miqdorda jarima yoki 5 yil ozodalikdan maxrum etish ko'zda tutilgan.

Mashxur sayyox Xrestofor Kolymb 15 asrda Amerikaga G uanan oroliga kelganda, orolda ashovchilar Kolymbga va uning dengiz sayoxatchilariga sovFadar katorida kuritilgan usimlik barglarini xam takdim qiladilar. Ular bu usimlikni «Petum» deb atashar edilar. Erli xalkni bu usimlikni tutatib chekish, chaynashini, shuningdek yutishlarini kuradilar.

Tamaki bargining naycha qilib uradganini ular «tabako» va «sigaro» deb nomlar edilar. Kuritilgan tamaki naycha qilib urab cheqilganda, dastlab uni shifobaxsh modda, tutini turli kasalliklarni daf etadi, kishini tetiklashtiradi tinchlantiradi deb uylagan edilar.

Kolumbning dengiz sayoxatchilari 1493 yilning 25 martida "Ispaniaga qaytganda tamakidan olib keladilar shuning natijasida chekish odati asta- sekin Ovropo mamlakatlariga tarkala boshladi. Keyinchalik Amerikada bo`lgan chet elliklarni Angliaga kaytishi bilan tamaki usimligi uruFini ekish va uni ko`paytirish okibatida tamaki ko`p mamlakatlarga tarkaladi.

XV asrining urtvlarida tamaki Frantsiaga tarkaladi. Bunga Frantsianing Partugeliadagi elchisiga 1560 yilda sababchi bo`lgan Jak Niko Frantsia shoxi Ekaterina Msdiga va uning yFillaridan bittasiga bosh OFriFini qoldirish uchun tamaki

pilyulasini tavsia etgan. Tamakidagi nikotin moddasi Niko nomi bilan atagan. Frantsiada tamyaqini xidlash keng ravishda avj olib ketadi.

XV asrning oxirida tamaki chekish Ispania, Anglia, Gollandia, Portugalia va boshqa Ovropo mamlakatlariga tarkeladi. Rossiaga tamaki 1585 yilda Ivan Grozniy davrida savdagorlar tomonidan keltirilgan.

Chekuvchilarda asta-sekin nikotin sindromi shakllanib boradi, boshqacha aytganda organizmda nikotinni qabul qilishga boFlanib kolish vujudga keladi. Bu uchta stadiada rivojlanadi:

1. Birinchi stadia - bu psixik moslashish bunda odam chekkisi kelaveradi va borgan sari ko`proq papiros chekadi. Bu stadia 1-5 yil davom etadi.
2. Ikkinchi stadia - shmatik belgilar namoyon bula boshlaydi, chekuvchida bronxit kasalini xosil bulishi, oshqozon, yurakda va boshqa a’zolarda OFrik takulay xolatlar ruy beradi. Nerv sistemasida o’zgarshi sodir bo’ladi. Chekuvchida ta’sirchanlik, bosh OFrish xolatlar sodir bo’ladi. Bu stadia 5-15 yil davom etadi.
3. O’chinchi stadia - chekish avtomatik bo`lib qoladi. Doimiy bosh og`rig`i, xotirani susaytiradi, juda ta’sirchan bo`lib kolishi, doimiy yutal paydo bo’ladi.

Nikotinning 0,1 grami odamni uldiradi. Bu doza 20 dona papirosda saklanadi. Agarda chekuvchi xar kuni 20 dona papiros cheksa 30 yil mobaynida 200 ming dona papiros chekadi, bu 160 kg tamaki degani. Bunday mikordagi papiros tarkibida 800 g nikotin bo’ladi.

Tamaki chekishga qarshi. Tamaki chekishni oldini olishda kuyidagi tadbirlar va tarFibot va tashviqot ishlarni olib borishni lozim deb topamiz:

1. Sigareta kutisi chekishning zarari xakida reklamalar yozish.
2. Jamoat joylarida chekishni man etish
3. Tarkibida zaxarli moddalar kamrok bo`lgan tamaki maxsulotlarini ishlab chikarish.
4. Tamaki maxsulotlarini narxini anada oshirish
5. Tamaki maxsulotlarining reklamasini kiskartirish.
6. Tamaki maxsulotlarini odamlar ko`p tuplangan, jamoat joylarida shtmaslik
7. Bolalarga tamaki maxsulotlarini shtmaslik
8. Kuchalarda, jamoat joylarda tamaki maxsulotlarini donalab sotmaslik
9. Chet el tamaki maxsulotlarini kamrok sotish
10. Bolalarning kundadik faoliatini nazorat qilish
11. Sigareta chekmaydigan usmirlarni maktash, rag`batlantirish
12. Kattadarni namuna bulishi
13. Kinofilmlar, videofilmlar, spektakllarda aktyorlarni papiros chekmasdan o’z vazifasini bajarishga undash.

Giyoxvandlikning tarixi juda kadim zamonlardan boshlanganligi xakida anchagina ma’lumotlar bor. Opiy bundan 600 yil avval kullanilgan, uning yxlatyvchanlik ta’siri eramizdan avval 18 asrda urta dengiz xadklariga ma’lum bo`lgan. Eramizdan oldin ashagan tabobatning otasi Gippokrat opiyni kasalliklarni davolash maksadida kullagan.

Eramizdan avvadgi IV asrda Aleksandr Makedonskiy kuknori usimligini

Janubiy Osiyoga keltirgan. Opiydan tayyorlangan eritma Laudanumon deb nomlangan. Bu eritma yutal, ichbyryg', uykusizlik, og`rik, qon ketish, ozib ketish, kyvvatsizlikda kullanilgan. Kadimda opiy tabobatda keng kullanilgan. XIX asrning ikkinchi armidan boshlab giyoxvand preparatlar murakkab jarroxlik ishlarida kullanilgan. Jarroxlik operatsiasidan so`ng OFrik qoldirish uchun bemorga opiy berilgan. Kuchli ta'sir etyvchi antibiotiklar topilganiga kadar ichbyryg' bilan og'rigan bemorlarni opiy berib davolangan.

Giyoxvandlikning ortib borishi munosabati bilan davolash muassasadarini giyoxvand moddadar bilan ta'minlash borgan sari kamayib bormoqda. XIX asrning boshlarida Germaniada Fridrix Sertyuner va Frantsiada Arman Segen birinchi marta morfiy preparatini oladilar. Morfiyni kuknori usimligining ma'lum navidan ola boshladilar. Morfiy yxlatyvchilik xususiatiga ega.

XIX asrning 30 yillarida ikkinchi preparat opiy-kodein olinadi. Bu preparat og'riq qoldirish xususiatiga ega. vakt utgani bilan opiy va uning preparatlari Ovrypada keng tarkala boshladi.

Osiyo mamlakatlari (Irok, Pokiston, Hindiston, Egipet va boshqa nasha chekish opiy qabul qilish keng tarkalmokda. Keyinchalik opiydan geroin ajratib olindi. Geroin opiyga qaraganda 48 marta kuchli. Ko`pgina kapitalistik mamlakatlar giyoxvand moddalarni tabobatda kullash urniga uni kimmatga sotishni afzal kuradilar. Giyoxvand moddadardan tushayotgan juda katta pullar shu davlatning katta lavozimdagi kishilarini xam qizik- tirmay kolmadi.

Shvetsiada 18 yoshli uspirinlarning xar 100 tasidan 26 tasi giyoxvand moddani iste'mol qilar ekan. AKSh dagi giyoxvandlarning 49200 tasi geroin qabul qilar ekanlar. Yaponiyada so`nggi 7 yil ichida narkomanlarning shni yoshlar orasida 10 marta ko`paygan.

Dunyoda etishtirilgan ko`knori usimligini 70 foizi AfFOnistonga tyFri kelmokda. AfFOniston 1999 yilda 8 ming tonna ko`knori etishtirgan va sotgan.

Giyoxvand moddalar ikki xil usulda olinadi.

1. Turli usimliklardan olinadigan giyoxvand moddalar
2. Turli kimyoviy moddalardan sun'iy usulda olinadigan narkotik preparatlar

Ko`knori, kanop va boshqa usimliklar tarkibida narkotik moddalar saklanadi. Byangidevona usimligi tarkibida xam kayf qildiruvchi narkotik modda saklanadi. Bundan tashqari tamaki tarkibida xam narkotik modda bor.

Narkotik moddalar organizmga ta'sir etishiga qarab kuyidagi guruxlarga bulinadi:

1. Tinchlantiruvchi prepatatlar: opiy, qorqotik moddalar va uxlatuvchi vositalar.
2. Stimullovchi - raFbatlantiruvchi preparatlar: efidrin, fenamin va boshqalar.
3. Ruxiatga ta'sir qilib ongni o'zgartiruvchi vositalar; ayrim psixotrop moddalar, kayf qiluvchi kanop preparatlari va narkotik ta'sir etuvchi uchuvchi moddalar.

Narkotik moddalarga kanop o`simligidan olinadigan moddalar: nasha, marixuana, kif, bang, xusus, plan, xaras, dagtalar shuningdek, morfiy preparatlari, gakain, shuningdek etanol spirti, nikotin va boshqa giyoxvand moddalarni kirtish

mumkin.

Nashani chekadilar, chaynaydilar, ichimlik sifatida iste'mol qiladilar. Nashaning ta'siri 15-30 minutdan so`ng bilinadi: avval sulak ko`p ajraladi, bosh aylanadi, so`ng bu nokulay sezgilar utib ketadi. So`ng gashisha qabul qilgandagi ko`rinish rivojlanadi. G ashish iste'mol qilganda qizib ketish, ochlik, tananing barcha qismida issiklik, tana muvozanatini yukplishi odamning sakrashi, raksga tushishi va boshqa xolatlari ruy beradi. Bunda narkoman ko`p kuladi, tana xolatini o'zgartiradi. Fikrlash tez-tez almashinadi, nutk bo'ziladi. Chekuvchining atrofidagi kishilar bilan munosabati yO'qoladi. Narkomanda jaxl chikish, ta'sirchanlik vujudga keladi. Ko'zga turli NARSVLAR kurinadi. Bu gashish bilan mast bulishning birinchi a'ni kO'zFalish stadiasidir. So`ng ikkinchi stadia-bunda tushkunlikka tushish, xushchakchakligi kamaadi, fantazia yo'qoladi, fikrlash keskin tarmozlanadi. So`ng kurkish, yomon fikrlash xolatlari kelib chikadi. Og'ir xolatlarda chukur uykuga ketish, kuvvatsizlik va apatia shdir bo'ladi.

Gashishani siz iste'mol qilish tufayli MAT bo'zilishi bilan bog'liq psixoz, ko`rish va eshitish gallyutsinatsiasi, oyok kullari xarakatlarini ko'zFalib ketishi shdir bo'ladi. Shaxsda psixopatia rivojlanadi. Narkoman dustlar, o'rtoklaridan judo bo'ladi. So`ng nogiron bo`lib qoladi.

Morfiy preparatlari kuknori usimligidan olinadi.

Narotik moddaning 0,3-0,5 g odamni uldiradi. Odam unga o`rganib kolishi tufayli 10 martadan ortik dozada qabul qilishi mumkin. Narkoman bunday katta dozani qabul qilishi tufayli unda eyforia xosil bo'ladi. Narkotik moddani qabul qilgandan keyin narkomanning og'zi kuriydi, umumiy kyvvatsizlik ko'zatiladi, badani qizib ketadi, kyloFida turli shovkinlar xosil bo'ladi, boshi og'riydi, ter chikadi, siydik ayirish kuchaadi, nafas olishi o'zgaradi. Tanasi kukara boshlaydi, Qonli ichi ketadi, badani kichishadi, terisiga qizil toshma toshadi, chukur uykuga ketish boshlanadi. Narkotik moddalarni surunkadi qabul qilish natijasida osmonda uchib yurgandek xis etadi, ko'ziga turli narsadar kurinadi, 30-40 minutdan so`ng eyforia uykuchanlik, mudrash, xush yokish boshlanadi. Narkotik moddadan voz kechgandan keyin 5 kun qabul qilmay yurishi mumkin. Bunda narkomanda ter ajralish, esnash, ko'zdan yosh okish, kusish, kungil aynash, nafasni tezlashyvi, kul, oyok mushaklarida og'rik, ozib ketish ruy beradi. Bu xolatni abstinentsia deb yuritiladi. Abstinentsiada bezovtalanish, ulib kolishdan ko'rkyv, uykuni bo'zilishi, qo`rqinchli tush ko`rishlar, agresstlik yoki apatia xolat sodir bo'ladi.

Marixuanani (nasha) chekkandan so`ng dastlab o'zini axshi sezishlik, roxatlanish, beFamlik sodir bo'ladi. Yuqori toksik dozada esa xomxayollik, o'z jasadini OFirligini sezmaslik, xarakatning bo'zilishi 4-8 soatlar davom etadi. Ikkinchi ko'zg`aluvchanlik davrda atrofdagi kishilarga beparvolik, tartibsizlik, xadiksirash, kayfiatni keskin, kamayishi va boshqalar paydo bo'ladi.

O'yqu dorilarini qabul qilish tufayli narkomanianing kelib chikishi. O'yku dorilarini tez-tez qabul qilish okibatida odam ularga o`rganib kolib, narkomania rtojdanadi.

Toksikomaniya.

Toksikomanlar yuridik jixatdan narkotik preparatlarga kirmaydi, lekin unga odam o`rganib qoladi.

Nerv sistemaning kyzg`atuvchanligini oshirish uchun yoki charchaganda, ishchanlik kobiliati kamayganida, uykuni kochirish uchun fenomin yoki benzedrin preparatlarini qabul qilib, ko`pincha narkomania rtojdanadi. Bu preparatlarni tez-tez qabul qilish natnjasida odam bularga o`rganib qoladi. Kayfiatni axshilash uchun bu preparatlarni qabul qilgisi keladi. Ba’zan odam kofe yoki achchik choyni ichib taksikoman bo`lib kolishi mumkin. Kofe yoki achchik choy (chtir) ichmasa uykusizlik, bosh OFriFi, kurkinchli tush kuriti, kaltirash xolatlari sodir bulishi mumkin. Achchik choy (chtir) ichgandan 30-40 minut utgach «mast bulish» axshi kayfiatni kutarilish kyeFOlyvchanlikning ortishi ko’zatiladi. Ish kobiliatini ortishi, charchokdikni Qondirish mumkin. Chtirni surunkadi qabul qilish okibatida uyku, psixikaning bo’zilishi, qiziqishni kamayishi vujydga keladi.

G iyoxvand bemorlarni davolam

Bunday bemorlar narkologik yoki psixaterapevt statsionarda 60 kun davolanadilar. Narkomanlar gartqok moddalarni qabul qilishni tuxtatishdan kurkadigan irodasiz odamlar.

Ayniqsa, davolashning oxirgi 2-3 xaftalarida exitiyot bo`lishi kerak, chunki bu davrda giyoxvand shrqotok moddani juda qabul qilgisi keladi. Bu davrda bemorlar karovsiz bo`lib, davolash axshi natija bermayotganidan taliydilar, statsionardan chikib ketish yullarini izlaydilar.

Bemorni davolash ishlari pisixoterapia bilan birga olib borilishi kerak. Tibbiy xodimlar bemorlarni to’zalishiga ishontarishlari, tragik moddalarni organizm uchun juda zararli ekanligini tutuntiritlari lozim.

Giyoxvandlarni davolash 3 etapda olib boriladi.

Birinchi etap - bemorni narkotik moddalarni iste’mol qilishdan qaytarish. Bu moddalardan qaytarishning uchta tez, sekin tusatdan usullari bor. Tusatdan qaytarish ko`pincha yoshlarda kullaniladi. Asta - sekinlik bilan qaytarish keksalar va karialarda kulaniladi.

Ikkinchi etap - faol davolash bo`lib, psixoterapia, uxlatish usullaridan foydalaniladi. Shuningdek bu davrda mexnat bilan davolash- dan foydalaniladi.

O’chinchi etap-uy sharoitida bemorni davolashni davom ettirish bo`lib, bunda bemor dispanser nazoratida bo’ladi.

Davolashni mustaxkamlovchi terapiaga quyidagilar kiradi: birinchi yilda bemor dispanser sharoitida bo’ladi bir oyda bir marta katnaydi; ikkinchi yilda bir yilda bir ikki marta, uchinchi yili 4 oyda bir marta dispanserga chikishi kerak.

14. Toksikoman bemorlarni davolash narkomanlarni davolash kabi. Bunda gipnoz bilan davolash axshi natija beradi. Gipnoz seanslari 10 kungacha xar kuni kaytariladi.

GIYOXVANDLIKNING ZARARLI OQIBATLARI.

Giyoxvandlikning tarixi juda kadim zamonlardan boshlanganligi xakida anchagina ma’lumotlar bor. Opiy bundan 600 yil avval kullanilgan, uning uxlatuvchanlik ta’siri eramizdan avval 18 asrda urta dengiz xalklariga ma’lum bo`lgan. Eramizdan oldin ashagan tabobatning otasi Gippokrat opiyni kasalliklarni davolash maksadida kullagan.

Eramizdan AVVALGI IV asrda Aleksandr Makedonskiy kuktari usimligini

Janubiy Osiyoga keltirgan. Opiydan tayyorlangan eritma Laudanumon deb nomlangan. Bu eritma yqotaa, ichburuF, uykusizlik, OFrik, Qon ketish, ozib ketish, kyvvatsizlikda kullanilgan. Kadimda opiy tabobatda keng kullanilgan. XIX asrning ikkinchi armidan boshlab giyoxvand preparatlar murakkab jarroxlik ishlarida kullanilgan. Jarroxlik operatsiasidan so`ng OFrik qoldirish uchun bemorga opiy berilgan. Kuchli ta’sir etyvchi antibiotiklar topilganiga kadar ichbyryF bilan OFrigan bemorlarni opiy berib davolangan.

Giyoxvandlikning ortib borishi munosabati bilan davolash muassasadarini giyoxvand moddadar bilan ta’minlash borgan sari kamayib bormokda. XIX asrning boshlarida Germaniada Fridrix Sertyuner va Frantsiada Arman Segen birinchi marta morfiy preparatini oladilar. Morfiyni kuknori usimligining ma’lum navidan ola boshladilar. Morfiy yxlatyvchilik xususiatiga ega.

XIX asrning 30 yillarida ikkinchi preparat opiy-kodein olinadi. Bu preparat Og`rik qoldirish xususiatiga ega. vakt utgani bilan opiy va uning preparatlari Ovrypada keng tarkala boshladi.

Osiyo mamlakatlari (Irok, Pokiston, Hindiston, Egipet va b) da nasha chekish opiy qabul qilish keng tarkalmokda. Keyinchalik opiydan geroin ajratib olindi. Geroin opiyga qaraganda 48 marta kuchli. Ko`pgina kapitalistik mamlakatlar giyoxvand moddalarni tabobatda kullash urniga uni kimmatga sotishni afzal kuradilar. Giyoxvand moddadardan tushayotgan juda katta pullar shu davlatning katta lavozimdagi kishilarini xam qizik- tirmay kolmadi.

TShetsiada. 18 yoshli uspirinlarning xar 100 tasidan 26 tasi giyoxvand moddani iste’mol qilar ekan. AKSh dagi giyoxvandlarning 49200 tasi geroin qabul qilar ekanlar. Yaponiyada so`nggi 7 yil ichida narkomanlarning soni yoshlar orasida 10 marta ko`paygan.

Dunyoda etishtirilgan kuknori usimligini 70 foizi AfFOnistonga tyFri kelmokda. Afg`oniston 1999 yilda 8 ming tonna kuknori etishtirgan va sotgan.

Giyoxvand moddadar ikki xil usulda olinadi.

1.Turli usimliklardan olinadigan giyoxvand moddadar

2.Turli kimyoviy moddadardan sun’iy usulda olinadigan narkotik preparatlar

Kuknori, kanop va boshqa usimliklar tarkibida narkotik moddadar saklanadi.

Byangidevona usimligi tarkibida xam kayf qildiryvchi narkotik modda saklanadi.

Bundan tashqari tamaki tarkibida xam narkotik modda bor.

Narkotik moddadar organizmga ta’sir etishiga qarab kuyidagi guruxlarga bulinadi:

1. Tinchlantiryvchi prepatatlar: opiy, narkotik moddadar va yxlatyvchi vositadar.

2. Stimyllovchi - raFbatlantiryvchi preparatlar: efidrin, fenamin va boshqalar.

3. Ruxiatga ta’sir qilib ongni o’zgartiruvchi vositalar; ayrim psixotrop moddalar, kayf qiluvchi kanop preparatlari va shrqotok ta’sir etuvchi uchuvchi moddalar.

Narkotik moddalarga kanop usimligidan olinadigan moddalar: nasha, marixuana, kif, bang, xusus, plan, xaras, dagtalar shuningdek, morfiy preparatlari, kokain, shuningdek etanol spirti, nikotin va boshqa giyoxvand moddalarni kirtish mumkin.

Nashani chekadilar, chaynaydilar, ichimlik sifatida iste'mol qiladilar. Nashaning ta'siri 15-30 minutdan so`ng bilinadi: avval sulak ko`p ajraladi, bosh aylanadi, so`ng bu nokulay sezgilar utib ketadi. So`ng gashisha qabul qilgandagi ko`rinish rivojlanadi. G ashish iste'mol qilganda qizib ketish, ochlik, tananing barcha qismida issiklik, tana muvozanatini yukrlittti odamning sakrati, raksga tushishi va boshqa xolatlari ruy beradi. Bunda narkoman ko`p kuladi, tana xolatini o'zgartiradi. Fikrlash tez-tez almashinadi, nutk bo'ziladi. Chekuvchining atrofidagi kishilar bilan munosabati yO'qoladi. qorqomanda jaxl chikish, ta'sirchanlik vujudga keladi. Ko'zga turli narsalar kurinadi. Bu gashish bilan mast bulishning birinchi a'ni kO'zFalish stadiasidir. So`ng ikkinchi stadia-bunda tushkunlikka tushish, xushchakchakligi kamaadi, fantazia yO'qoladi, fikrlash keskin tarmozlanadi. So`ng kurkish, yomon fikrlash xolatlari kelib chikadi. OFir xolatlarda chukur uykuga ketish, kuvvatsizlik va apatia sodir bo'ladi.

Morfiy preparatlari ko`knori usimligidan olinadi.

Narotik moddaning 0,3-0,5 g odamni uldiradi. Odam unga o`rganib qolishi tufayli 10 martadan ortik dozada qabul qilishi mumkin. Narkoman bunday katta dozani qabul qilishi tufayli unda eyforia xosil bo'ladi. qorqotik moddani qabul qilgandan keyin qorqomanniqo OFZi kuriydi, umumiy kuvvatsizlik ko'zatiladi, badani qizib ketadi, qulog`ida turli shovkinlar xosil bo'ladi, boshi OFriydi, ter chikadi, siydik ayirish kuchaadi, nafas olishi o'zgaradi. Tanasi kukara boshlaydi, Qonli ichi ketadi, badani kichitadi, terisiga qizil toshma toshadi, chukur uykuga ketish boshlanadi. Shrqotok moddalarni surunkali qabul qilish natijasida osmonda uchib yurgandek xis etadi, ko'ziga turli narsalar kurinadi, 30-40 minutdan so`ng eyforia uykuchanlik, mudrat, xut yokish bomlanadi. Narkotik moddadan voz kechgandan keyin 5 kun qabul qilmay yurishi mumkin. Bunda qorqomanda ter ajralim, esnat, ko'zdan yosh okim, kusish, kungil aynat, nafasni tezlatuvi, kul, oyok mutaklarida OFrik, ozib ketish ruy beradi. Bu xolatni abstinentsia deb yuritiladi. Abstinentsiada bezovtalanim, ulib kolimdan kurkuv, uykuni bo'zilishi, qo`rqinchli tut kuritlar, agressivlik yoki apatia xolat shdir bo'ladi.

Marixuanani (nasha) chekkandan so`ng dastlab o'zini axshi sezishlik, roxatlanish, beFamlik sodir bo'ladi. Yuqori toksik dozada esa xomxayollik, o'z jasadini OFirligini sezmaslik, xarakatning bo'zilishi 4-8 soatlar davom etadi. Ikkinchi kO'zFadyvchanlik davrda atrofdagi kishilarga beparvolik, tartibsizlik, xadiksirash, kayfiatni keskin, kamayishi va boshqalar paydo bo'ladi.

O'yku dorilarini qabul qilish tufayli narkomanianing kelib chikishi. O'yku dorilarini tez-tez qabul qilish okibatida odam ularga o`rganib kolib, narkomania rtojdanadi.

Toksikomaniya.

Toksikomanlar yuridik jixatdan narkotik preparatlarga kirmaydi, lekin unga odam o`rganib qoladi.

Nerv sistemaning qo`zg`aluvchanligini oshirish uchun yoki charchaganda, ishchanlik kobiliati kamayganida, uykuni kochirish uchun fenomin yoki benzedrin preparatlarini qabul qilib, ko`pincha narkomania rtojdanadi. Bu preparatlarni tez-tez qabul qilish natnjasida odam bularga o`rganib qoladi. Kayfiatni yaxshilash uchun bu preparatlarni qabul qilgisi keladi. Ba'zan odam kofe yoki achchik choyni ichib

taksikoman bo`lib kolishi mumkin. Kofe yoki achchik choy (chtir) ichmasa uykusizlik, bosh OFriFi, kurkinchli tush ko`rish, kaltirash xolatlari sodir bulishi mumkin. Achchik choy (chtir) ichgandan 30-40 minut utgach «mast bulish» axshi kayfiatni kutarilish kyeFOlyvchanlikning ortishi ko’zatiladi. Ish kobiliatini ortishi, charchokdikni Qondirish mumkin. Chivirni surunkadi qabul qilish okibatida uyku, psixikaning bo’zilishi, qiziqishni kamayishi vyjydga keladi.

Polinarkomaniya.

Polinarkomania ikkita undan ortik narkotik moddani qabul qilishdir. Odam adkogol bilan birga narkotik modda qabul qilishi mumkin. Masalan alkogolizm Q chekish Q morfinizm, yoki alkogolizm Q nashavandlik Q tamaki chekish.

Giyoxiand bemorlarni daiolash

Bunday bemorlar narkologik yoki psixaterapevt statsionarda 60 kun davolanadilar. Narkomanlar narkotik moddadarni qabul qilishni tuxtatishdan kurkadigan irodasiz odamlar.

Ayniqsa, davolashning oxirgi 2-3 xaftadarida exitiyot bo`lishi kerak, chunki bu davrda giyoxvand narkotik moddani juda qabul qilgisi keladi. Bu davrda bemorlar karovsiz bo`lib, davolash axshi natija bermayotganidan noliydilar, statsionardan chikib ketish yullarini izlaydilar.

Bemorni davolash ishlari pisixoterapia bilan birga olib borilishi kerak. Tibbiy xodimlar bemorlarni to’zalishiga ishontarishlari, narkotik moddadarni organizm uchun juda zararli ekanligini tushuntirishlari lozim.

Giyoxvandlarni davolash 3 etapda olib boriladi.

Birinchi etap - bemorni narkotik moddalarni iste’mol qilishdan qaytarish. Bu moddadardan qaytarishning uchta tez, sekin tusatdan usullari bor. Tusatdan qaytarish ko`pincha yoshlarda kullaniladi. Asta - sekinlik bilan qaytarish keksalar va karialarda kulaniladi.

Ikkinchi etap - faol davolash bo`lib, psixoterapia, uxlatish usullaridan foydalaniladi. Shuningdek bu davrda mexnat bilan davolash- dan foydalaniladi.

O’chinchi etap-uy sharoitida bemorni davolashni davom ettirish bo`lib, bunda bemor dispanser nazoratida bo’ladi.

Davolashni mystaxkamlovchi terapiaga quyidagilar kiradi: birinchi yilda bemor dispanser sharoitida bo’ladi bir oyda bir marta katnaydi; ikkinchi yilda bir yilda bir ikki marta, uchinchi yili 4 oyda bir marta dispanserga chikishi kerak.

Toksikoman bemorlarni davolash narkomanlarni davolash kabi. Bunda gipnoz bilan davolash axshi natija beradi. Gipnoz seanslari 10 kungacha xar kuni kaytariladi.

Giyoxdandlik va toksikomaniyaning oldini olish.

Kelgusi xayotingizdagi amalga oshirmoqchi bo`lgan barcha rejadaringizni ruyobga chikarish uchun, xox qiz, xox o’g’il bola buling, avvadambor, xar biringiz sixat-salomat, xar tomonlama, shu jumladan, jismoniy jixatdan xam kam rivojlangan bylmoFingiz zarur. Tani sog’lom bo`lgan insonning yuzidan nur yog’ilib turadi. O’spirinlik davri organizmning taanch-xarakat apparati, yurak-Qon tomirlar sistemasi, ichki sekretsia bezlari va boshqa sistemalarning jadad rivojlanishi bilan

xarakterlanadi. Yosh yigit-qizlar badoFatga etishi munosabati bilan shaxsiy mayl, turli kechikmalar, xis-tyYFylarga tulib-toshish, kattadarning gaplariga qizikish, o'zini katta tutish kabi xususiatlar namoyon bula boshlaydi. Ayrim yoshlar o'z xoliga kuyib quyilganda shaxvoniy Xis-tyYFylarga berilib, tamaki cheka boshlaydilar xatto ba'zi narkotik moddadarni iste'mol qilishga qizikadilar. Buning okibatida odob- axlok normadariga zid xatti-xarakatlar qila boshlaydilar, axlokiy bo'zuk vidiofilmlarni ishtiyok bilan tomosha qilaboshlaydilar. Ba'zan bo'zuk yullarga kirib ketadilar. Tadaba zararli odatlarga o`rganib kolmasliklari uchun oilada, talabalar uyida, oliygoxlarda ta'lim-tarbiya jarayonida ularni axshilikka undash, xushxulkdi, chekmaydigan, giyoxvand moddadarni is'temol qilmaydigan kidib Tarbiyalash zarur.

Narkotik moddadarni iste'mol qilish natijasida axlok normalari bo'ziladi, bezorilik, jinoat kelib chikadi. Yosh yigit yoki qiz bolaning giyoxvand bo`lib kolishi avvalam bor o'ziga so`ng atrofdagilarga boFlik. Narkoman bo`lib kolishlikning sabablari anchagina xisoblanadi. uspirin yigit yoki qizning kayf qilishga. xavas qilish, tengkurlarining ta'siri, guruxlarga kushilib, kolishi, oiladagi ayrim noxushliklar, oiladagi kamchiliklar, ishkiy muxabbatdagi kungilsizlik va boshqalar narkoman bo`lib kolimdagi asosiy omillardir.

Ayrim yotlar o'zini nazorat qila olmay, ayrim kiyinchiliklarga bardom beraolmay giyoxvandlik yuliga kirib ketadilar.

Xalkimizda «Yaxshi bilan yursang etasan murodga, yomon bilan yursang qolasan uatga» degan nakl bor.

Oliygoxning xar bir ukituvchisi Ayniqsa, gurux murabbiysi narkotik modda iste'mol qilgan odamga bo'ladigan fiziologik, psixologik, jismoniy o'zgarishlarni bilishlari kerak, bular 10 ta belgidan iborat. Oliygox yoki uchastka vrachlarining vazifasi narkotik moddaga o`rganib qolgan yoshlarni topim va ularni o'z vaktida davolamdan iborat. Qaysi yosh yigit yoki qiz bunday zararli odatdan kutilishni xoxlasa u davolanadi. Sog'lom avlodni tarbiyalash xakida so'z borganda barcha choralarni ko`rish zarur ekanligi aytiladi.

Xulkni simobdek xar tomonga uynab turadigan yoshlarga xech kim e'tibor bermaydi, uning xurmatini joyiga kuymaydilar, ular guyo karovsizlikda qoladilar. Bunday yigit, qizlarni narkoman guruxi axshi qarshi oladilar, mexribonlik qiladilar. Shu tarika ular narkomanlar bilan yaqinlashib ketadilar. Natijada bunday yosh narkoman bo`lib qoladi. Ota-onaning beburdligi, chekishga odatlanganligi yoshlarni chekuvchi bulishiga sabab bo'ladi.

Oliygoxning xar bir ukituvchisi Ayniqsa, gurux murabbiysi shrqotek modda iste'mol qilgan odamga bo'ladigan fiziologik, psixologik, jismoniy yzgarimlarni bilishlari kerak, bular 10 ta belgidan iborat. Oliygox yoki uchastka vrachlarining vazifasi shrqotek moddaga o`rganib qolgan yoshlarni topim va ularni o'z vaktida davolamdan iborat. Kaysi yosh yigit yoki qiz bunday zararli odatdan kutilishni xoxlasa u davolanadi. Sog'lom avlodni Tarbiyalash xakida so'z borganda barcha choralarni ko`rish zarur ekanligi aytiladi.

NARKOTIK VOSITALAR YOKI PSIXOTROP MODDALAR XDKIDA O'ZBEKISTON RESPO'BLIKASINING QONUNI.

270-modda. Takiklangan ekinlarni etishtirish. Takiklangan ekinlarni, a'ni

kuktari yoki moyli ko`knori, kannabis usimligi yoxud tarkibida giyoxvandlik vositalari yoki psixotrop moddalar bo`lgan ekinlarni qonushqo xilof ravishda ekish eng kam oanm ish xakkining yigirma bet baravaridan ellik baravarigacha axlok to'zatit itlari yoxud uch yilgacha ozodlikdan maxrum qilish bilan jazolanadilar.

Ilgari giyoxvandlik vositalari yoki psixotrop moddalari bilan Qonunga xilof ravishda muomala qilishdan iborat jinoatni shdir etgan shaxs tomonidan :

Bir gurux shaxslar tomonidan oldindan til biriktirib;

urtacha kattalikdagi ekin maydonida sodir etilgan bo`lsa, eng kam oaqom ish xyaqining ellik baravaridan yuz baravar mikdorida jarima yoki
olti yilgacha kamok yoxud uch yildan besh yilgacha ozodlikdan maxrum qilish bilan jazolanad.

O'sha xarakat:

O'ta xafli retsidtist tomonidan:

O'yushgan gurux yoki uning manfaatlarini ko'zlab:

Katta ekin maydonida sodir etilgan bo`lsa mol-mulki musodara qilinib, besh yildan un beshgacha ozodlikdan maxrum qilish bilan jazolanadi.

272-modda. Giyoxvandlik vositadari yoki psixotrop moddadarni Qonunga xilof ravishda utkazish (sotish) mol-mulki musodara qilinib besh yildan un yilgacha maxrum qilish bilan jazolanadi.

G iyoxvandlik vositalari yoki psixotrop moddadarni ozginadan ko`prok miqdorda Qonunga xilof ravishda utkazish (sotish) mol-mulki musodara qilinib, un yildan yigirma yilgacha ozodlikdan maxrum qilish yoki ulim jazosi bilan jazolanadi.

273-modda. Giyoxvandlik vositalari yoki psixtrop moddadarni utkazish (sotish) maksadini ko'zlab Qonunga xilof ravishda tayyorlash, egadlash, sakdash, tashish yoki junatish olti oygacha kamok yoki un yildan besh yilgacha ozodlikdan maxrum qilish bilan jazolanadi.

Ushbu moddaning birinchi qismida nazarda tutilgan qilmishlar ozginadan ko`prok miqdorda sodir etilgan bo`lsa mol - mulki musodara qilinib, besh yildan etti yilgacha ozodlikdan maxrum etish bilan jazolanadi.

Ushbu moddaning birinchi yoki ikkinchi qismida nazarda tutilgan qilmishlar:

Ilgari giyoxvandlik vositalari yoki psixotrop moddadar bilan Qonunga xilof ravishda muomala qilishdan iborat jinoatlar sodir etgan shaxs tomonidan:

Bir gurux shaxslar tomonidan oldindan til biriktirib:

Ozodlikdan maxrum qilish jazosini utash joylarida:

yqoB yurtlarida yoki O'kyvchilar, talabalar yqoB, sport yoki jamoat tadbirlarini utkazadigan boshqa joylarda.

Ko`p miqdorda sodir etilgan bo`lsa, mol-mulki musodara qilinib, etti yildan un yilgacha ozodlikdan maxrum qilish bilan jazolanadi.

274- modda. Giyoxvandlik vositalari, psixotrop yoki shaxsning akl idrokiga ta'sir etyvchi boshqa moddadarni xar kanday shaklda suiste'mol qilganda jadb etish uch yilgacha axlok to'zatish ishlari yoki uch yilgacha ozodlikdan maxrum qilish bilan jazolanadi.

275- modda. Giyoxvandlik vositalari yoki psixotrop moddadar ishlab chikarib yoki ulardan foydadanish koidadarini bo'zish.

Giyoxvandlik vositadari yoki psixotrop moddadar ishlab chikarish, sakdash,

xisobga olish, berish, tashish yoki junatishning belgilangan KOidalarini bo'zish eng kam oqom ish xyaqining yirirma bet baravaridan ellik baravarigacha miqdorda jarima yoki bet yilgacha muayan xukukdan maxrum qilish yoki uch yilgacha axlok to'zatit itlari yoxud bet yilgacha ozodlikdan maxrum qilish bilan jazolanadi.

276- modda. Giyoxvandlik vositalari yoki psixotrop moddalarni utkazish (sotim) maksadini ko'zlamay qonushqo xilof ravishda tayyorlat, egallam, saklash va boshqa xarakatlar.

Giyoxvandlik vositalari yoki psixotrop moddalarni utkazish (shtit) maksadini ko'zlamay Qonunga xilof ravishda tayyorlat, EGVLLASH, sakat, tatit yoki junatit eng kam oylik ish xyaqining ellik baravarigacha mikdorga jarima yoki uch yilgacha axlok to'zatat itlari yoxud olti oygacha kamok yoki uch yilgacha ozodlikdan maxrum qilish bilan jazolanadi.

Giyoxvandlik ustidan Falaba kozonimlik. Bu avvalo, sog'lom jamiat holatini aratish aqosida xar bir inson uchun sog'lom maroit aratish, islom va mukaddas kuron ta'limotini diniy xamda dunyoviy ta'limotlarni, Ayniqsa yoshlar ongiga singdirish demakdir.

ADABIYOTLAR

1. Ананьев В.А, Давиденко Д.Н.«Общая валеология». СПБ, БПА, 2000г.
2. Брехман И.И. «Валеология-наука о здоровье»,Москва, «ФиС», 1990 г.
3. Вайнер Э.Н. «Валеология», Москва, издательство «Наука», 2001 г.
4. Kojbaxtiev I.A.,Kerimov ғ.A.,Axmatov M.S. «Valeologiya asoslari» O'zDJTI nashriyot - matbaa bo'limi T., 2005 y.
5. Safarova D.D, Shakirjanova K.T., Abduraxmonova N.K.«Valeologiyadan ma'ruzalar to`plami», T, 2006 yil
6.Сафарова Д.Д., Н.Г. Гулямов, У.А. Мусаева – «Валеология: избранные лекции», Ташкент, 2006 г.
7. Сафарова Д.Д, Мусаева У.А. - «Практикум по валеологии». Т., 2007 г.
8. Safarova D.D, Abduraxmanova N.K.-Valeologiyadan praktikum. T., 2008 yil.