



## PROFILAKTIKA — KASALLIKNI DAVOLASHDAN USTUN

**Nuritdinova Shahruzabonu Azamat qizi**

*Buxoro davlat " Abu Ali Ibn Sino" nomidagi tibbiyot instituti*

*1- kurs talabasi*


**Annotatsiya:** *Mazkur maqolada profilaktikaning sog'liqni saqlash tizimidagi o'rni va ahamiyati ilmiy jihatdan yoritilgan. Profilaktikaning mohiyati, turlari hamda kasalliklarni davolashga nisbatan ustun jihatlari tahlil qilingan. Shuningdek, birlamchi, ikkilamchi va uchlamchi profilaktikaning aholi salomatligini mustahkamlashdagi roli ochib berilgan. Ilmiy manbalar asosida profilaktik chora-tadbirlarning kasallanish darajasini kamaytirish, umr davomiyligini uzaytirish va sog'liqni saqlash tizimi samaradorligini oshirishdagi ahamiyati asoslab berilgan. Maqola sog'lom turmush tarzini shakllantirish va kasalliklarning oldini olish masalalariga bag'ishlangan.*

**Kalit so'zlar:** *profilaktika, kasalliklarning oldini olish, sog'lom turmush tarzi, birlamchi profilaktika, sog'liqni saqlash.*

**Аннотация:** *В данной статье научно освещается роль и значение профилактики в системе здравоохранения. Проанализированы сущность профилактики, её виды, а также её преимущества по сравнению с лечением заболеваний. Раскрыта роль первичной, вторичной и третичной профилактики в укреплении здоровья населения. На основе научных источников обоснована значимость профилактических мероприятий в снижении уровня заболеваемости, увеличении продолжительности жизни и повышении эффективности системы здравоохранения. Статья посвящена вопросам формирования здорового образа жизни и предупреждения заболеваний.*

**Ключевые слова:** *профилактика, предупреждение заболеваний, здоровый образ жизни, первичная профилактика, здравоохранение.*

Hozirgi davrda aholi salomatligini muhofaza qilish va mustahkamlash sog'liqni saqlash tizimining eng ustuvor vazifalaridan biri hisoblanadi. Global miqyosda kasallanish ko'rsatkichlarining ortib borishi, ayniqsa yurak-qon tomir kasalliklari, qandli diabet, onkologik kasalliklar hamda yuqumli kasalliklarning keng tarqalishi insoniyat oldida jiddiy muammolarni yuzaga keltirmoqda. Ushbu holat sog'liqni saqlash sohasida faqat davolashga yo'naltirilgan yondashuv yetarli emasligini, balki kasalliklarning oldini olishga qaratilgan kompleks profilaktik chora-tadbirlarni amalga oshirish zarurligini taqozo etmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) tomonidan olib borilgan ilmiy tadqiqotlar natijalariga ko'ra, ko'plab kasalliklarning kelib chiqishi insonning turmush tarzi, ekologik omillar, irsiy moyillik va ijtimoiy sharoitlar bilan bevosita bog'liqdir. Shu bois kasalliklarning rivojlanishida xavf omillarini aniqlash va ularni bartaraf etish sog'liqni saqlash siyosatining muhim yo'nalishi sifatida qaralmoqda. Profilaktika choralari nafaqat kasalliklarning oldini olish, balki aholining sog'lom hayot tarzini shakllantirish, mehnatga



layoqatliligini saqlab qolish hamda umr davomiyligini uzaytirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Shuningdek, sog'liqni saqlash tizimida profilaktik yo'nalishga ustuvorlik berish iqtisodiy jihatdan ham samarali hisoblanadi. Chunki og'ir va surunkali kasalliklarni davolash katta moddiy xarajatlarni talab etadi, tibbiy xizmatlarga bo'lgan ehtiyojni oshiradi va jamiyatning ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Profilaktika esa sog'liqni saqlash tizimiga tushadigan moliyaviy yukni kamaytirib, resurslardan oqilona foydalanish imkonini beradi.


Shu nuqtayi nazardan, "Profilaktika — kasallikni davolashdan ustun" mavzusi bugungi tibbiyot fanida dolzarb ahamiyat kasb etadi. Mazkur maqolada profilaktikaning ilmiy asoslari, turlari hamda uning kasalliklarni kamaytirishdagi ahamiyati tahlil qilinadi. Bundan tashqari, profilaktik chora-tadbirlarning sog'liqni saqlash tizimi samaradorligini oshirishdagi o'rni yoritib beriladi.

Profilaktika sog'liqni saqlash tizimining muhim tarkibiy qismi bo'lib, kasalliklarning kelib chiqish sabablarini aniqlash, ularni bartaraf etish va aholining sog'lig'ini mustahkamlashga qaratilgan kompleks chora-tadbirlar majmuasini o'z ichiga oladi. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kasalliklarning aksariyati tashqi muhit omillari, noto'g'ri turmush tarzi, gigiyenik talablarning buzilishi hamda profilaktik nazoratning yetishmasligi natijasida yuzaga keladi. Shu bois profilaktik yo'nalish tibbiyot fanining ustuvor strategiyasi sifatida qaraladi.

Profilaktika uch bosqichda amalga oshiriladi. Birlamchi profilaktika kasalliklarning umuman paydo bo'lishining oldini olishga qaratilgan bo'lib, eng samarali va iqtisodiy jihatdan foydali bosqich hisoblanadi. Ushbu bosqichga sanitariya-gigiyena qoidalariga rioya qilish, emlash, sog'lom ovqatlanish, jismoniy faollikni oshirish, ekologik xavfsizlikni ta'minlash va zararli odatlardan voz kechish kiradi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, sog'lom turmush tarziga amal qilish orqali yurak-qon tomir kasalliklari, semizlik va qandli diabet kabi noyuqumli kasalliklarning sezilarli darajada oldini olish mumkin.

Ikkilamchi profilaktika kasalliklarni erta bosqichda aniqlash va ularning asoratlari rivojlanishining oldini olishga qaratilgan. Bu bosqichda aholi o'rtasida muntazam profilaktik ko'riklar, skrining dasturlari, laborator va instrumental tekshiruvlar muhim ahamiyatga ega. Ilmiy adabiyotlarda qayd etilishicha, kasallikni erta aniqlash davolash samaradorligini oshiradi, bemorning mehnatga layoqatliligini saqlab qoladi va nogironlik holatlarining kamayishiga olib keladi.

Uchlamchi profilaktika esa mavjud kasallikning og'irlashishini, asoratlar va qaytalanishlarni oldini olishga qaratilgan. Ushbu bosqichda tibbiy rehabilitatsiya, doimiy dispanser nazorat, bemorlarni sog'lom turmush tarziga moslashtirish va hayot sifatini yaxshilash muhim hisoblanadi. Surunkali kasalliklarda uchlamchi profilaktika bemorning ijtimoiy faolligini saqlash va uzoq muddatli barqaror holatga erishish imkonini beradi. Profilaktikaning davolashdan ustunligi shundaki, davolash jarayoni ko'pincha katta moddiy



xarajatlar, uzoq vaqt va murakkab tibbiy aralashuvlarni talab etadi. Ayrim kasalliklar esa surunkali shaklga o'tib, doimiy tibbiy nazoratni talab qiladi. Profilaktik yondashuv esa sog'liqni saqlash tizimiga tushadigan yukni kamaytiradi, tibbiy resurslardan samarali foydalanish imkonini beradi va jamiyatda sog'lom muhitni shakllantiradi. Shuningdek, profilaktika aholining tibbiy madaniyatini oshirishda ham muhim rol o'ynaydi. Aholining sog'liq haqidagi bilimlarini kengaytirish, mas'uliyatli munosabatni shakllantirish va sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish profilaktik choralarning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Natijada jamiyatda kasallanish darajasi pasayib, sog'lom va mehnatga layoqatli avlod shakllanadi.

Xulosa qilib aytganda, profilaktika zamonaviy sog'liqni saqlash tizimining eng muhim va ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Ilmiy tadqiqotlar va amaliy tajribalar shuni ko'rsatadiki, kasalliklarni davolashga yo'naltirilgan yondashuv yakka holda yetarli samara bermaydi. Aksincha, kasalliklarning kelib chiqishiga sabab bo'luvchi xavf omillarini erta aniqlash va ularni bartaraf etishga qaratilgan profilaktik chora-tadbirlar aholi salomatligini mustahkamlashda muhim rol o'ynaydi. Profilaktikaning birlamchi, ikkilamchi va uchlamchi bosqichlari o'zaro uzviy bog'liq bo'lib, ularning izchil amalga oshirilishi kasallanish darajasining pasayishiga, asoratlar va nogironlik holatlarining kamayishiga olib keladi. Ayniqsa, birlamchi profilaktika sog'lom turmush tarzini shakllantirish orqali ko'plab yuqumli va noyuqumli kasalliklarning oldini olish imkonini beradi. Ikkilamchi va uchlamchi profilaktika esa kasalliklarni erta aniqlash, davolash samaradorligini oshirish hamda bemorlarning hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi. Shuningdek, profilaktik yondashuv sog'liqni saqlash tizimining iqtisodiy samaradorligini oshiradi. Chunki kasalliklarni davolash katta moliyaviy resurslar, tibbiy texnologiyalar va inson mehnatini talab etadi. Profilaktika orqali esa sog'liqni saqlash tizimiga tushadigan yuk kamayib, mavjud resurslardan oqilona foydalanish imkoniyati yaratiladi. Bu holat jamiyatning ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bundan tashqari, profilaktika aholining tibbiy madaniyatini oshirish, sog'lom hayotga mas'uliyatli munosabatni shakllantirish va kelajak avlod salomatligini ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Har bir shaxs o'z salomatligini asrashga ongli ravishda yondashishi, tibbiy ko'riklardan muntazam o'tishi va sog'lom turmush tarziga amal qilishi zarur. Shu sababli, "Profilaktika — kasallikni davolashdan ustun" degan tamoyil nafaqat ilmiy jihatdan asoslangan, balki amaliy jihatdan ham o'z tasdig'ini topgan muhim qoidadir. Profilaktikaga asoslangan sog'liqni saqlash tizimi sog'lom, mehnatga layoqatli va ijtimoiy faol jamiyatni shakllantirishning muhim omili hisoblanadi.

### Foydalanilgan adabiyotlar

1. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST). Public Health and Disease Prevention.
2. V.V. Pokrovskiy. Jamoat salomatligi va sog'liqni saqlash. — Moskva.
3. Yu.P. Lisitsin. Profilaktik tibbiyot asoslari.

4.A.A. Vorobyov. Ichki kasalliklar propedevtikasi.

5.O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. Profilaktik tibbiyot bo‘yicha uslubiy qo‘llanmalar.

