

*Kodirova Sh.A., Saidova LA.*

*Toshkent tibbiyot akademiyasi*

*Annotatsiya* Tezisdagi yoshlarning chekishga undaydigan sabablari va tamakining miyaning mantiqiy-axborot yig'ish qobiliyatiga ta'siri o'rganilgan.

**Kalit so'zlar:** sigaret, kashandalik, sabablar, "nikotin sindromi", kognitiv buzilishlar.

**Аннотация:** В тезисе рассматриваются причины, побуждающие молодых людей к курению, а также влияние табака на способность мозга собирать логическую информацию.

**Ключевые слова:** сигареты, курительщик, причины, "никотиновый синдром", когнитивные расстройства.

**Dolzarbliqi:** Jahon statistikasi shundan dalolat beradiki, hozirgi vaqtda er kurrasida yashayotgan aholining-erkaklarning 60 foizi va ayollarning 20 foizi muntazam chekadi, chekuvchilar soni, ayniqsa, yoshlar, qizlar va o'smirlar o'rtasida yildan-yilga ko'payib bormoqda. O'tkazilgan tadqiqotlar kashanda erkaklarning deyarli 1/5 qismi 8-9 yoshidan cheka boshlaganligini ko'rsatgan, 92 foizdan ortiq chekuvchilar esa chekishga 19 yoshigacha o'rganganlar. Oxirgi o'n yilliklarda fan-texnika taraqqiyotining jadal sur'atlarda rivojlanishi, ishlab chiqarishni kompyuterlashtirish hamda bular oqibatida mehnat mazmuni va tabiatining tubdan o'zgarishi insonga tamaki ta'sirining salbiy ta'sirlaridan birini ochib berdi, ya'ni, chekish insonning mehnat qobiliyatiga salbiy ta'sir qilib, tez-tez va muntazam chekish asab tizimi hujayralarini holdan toydirib, inson aqliy qobiliyatiga o'ziga xos ta'sirini ko'rsatmoqda. Evropalik olimlar esa 9 mingta kashandani o'rganishlari natijasida kashandalard 5 marta tezroq kognitiv buzilishlar: xotira susayishi, e'tibor va diqqatning buzilishi, mantiqiy jarayonlarni ilg'ay olishning sekinlashishini keltirishgan

**Maqsad:** Yoshlarning chekishga undaydigan sabablari va tamakining miyaning mantiqiy-axborot yig'ish qobiliyatiga ta'sirini o'rganish.

**Material va uslublar:** TTA 3-4 kurs talabalaridan iborat jami 30 ta talaba tadqiqotda ishtirok etishdi. Talabalar yoshi: 20-25 yoshni tashkil etadi. O'rtacha yosh: 21,4 yosh. Ularga maxsus savollardan tuzilgan anketalar tarqatildi va ularning bergan javoblari tahlil qilindi.

**Natijalar:** Tahlillar yoshlarni chekishga undaydigan asosiy sabablar quyidagilar ekanligini ko'rsatdi, ya'ni: atrofidagi chekayotgan insonlarga (o'rtoqlari, ota-onalariga) taqlid qilish-31,2 %, qiziqib chekish-24,1%, sho'xlik-18,4%, "erkatoy" deb atashlaridan qo'rqish-12,2%, ozish niyatida-7,5%, hayotda biror narsadan ezilish-6,6% ni tashkil etdi. Chekadigan talabalarning bergan javoblari o'rganilganda chekuvchi talabalarning 25,7 %i darslarni yaxshi o'zlashtirishi, 45,2%i o'rtacha o'qishi, 29,1%i esa yomon o'qishilari aniqlandi.

10 ta chekuvchi talabada esa chekish ta'sirida eslab qolish- 6,4%ga, sonlarni qo'shish-4,5%ga, harflarni o'chirish aniqligi 8,7% ga kamayganligi kuzatildi. Bular esa chekish ta'sirida qonning kislorod bilan to'yinishining kamayishi natijasida kislorod tanqisligining yuzaga kelishi va bundan esa bosh miya zararlanishi tufayli yuzaga keladi. Ko'plab tibbiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, chekuvchilarda chekish mobaynida yillar davomida "nikotin sindromi" shakllanib boradi, ya'ni, organizmda nikotinni qabul qilishga bog'lanib qolish vujudga keladi.

**Xulosa:** odam muntazam chekkanda chekuvchining bosh miyasi po'stlog'ida mustahkam shartli reflektor aloqalar vujudga keladiki, ular asta-sekin makkor kashandalik-tabakomaniyaga olib keladi. Dastlab, bir-ikkita sigaret chekilgandan so'ng miyada qon aylanishning qisqa muddatli yaxshilanishi natijasida go'yoki, ish qobiliyati oshgandek tuyuladi, vaholonki, bu "soxta rag'bat" hisoblanadi. Tez-tez va muntazam chekish tufayli esa miyaning mantiqiy-axborot yig'ish shaklidagi aktivlashtiruvchi qobiliyati erta toliqadi.

Shunday ekan, o'sib kelayotgan yosh avlodni har tomonlama sog'lom va barkamol bo'lib etishishini ta'minlash va aqliy qobiliyatini avaylash, asrash lozim! Bunda inson hayoti uchun zararli bo'lgan odatlardan biri –kashandalikka

qarshi kurashni eng avvalo oiladan, soʻngra esa bogʻcha va maktab yoshidan boshlash kerak, chekmaydigan insonni passiv chekuvchiga aylantirmaslik huquqini eʼtirof qilish zarur, bu huquqni esa faqatgina soʻz bilan emas, balki, maʼmuriy chora-tadbirlar bilan ham muhofaza qilish lozim!

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Сахарова Г. М., Антонов Н. С. Глобальное обследование употребления табака среди молодежи в возрасте 13—15 лет // Медицина. — 2016. — №4.
2. Содиқов Қ. Соғлом турмуш тарзини шакллантириш Тошкент, 2007. 90 б.
3. Ходжанова Ш. И. (2023). Опасные последствия «безопасного употребления». Central Asian Journal of Medical and Natural Science, 4(4), 411-415.