

## KUNDALIK SOCH KASALLIKLARI: ETIOLOGIYASI, PATOGENEZI VA PROFILAKTIKASI

**Azizbekov Xondamir Azizbek o'g'li**

*Kattaqo'rg'on shahar 3-son texnikumi "Maxsus fanlar" kafedrasida o'qituvchisi.  
azizbekovxondamir6@gmail.com*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada kundalik hayotda keng uchraydigan soch va bosh terisi kasalliklarining etiologiyasi, patogenezi hamda profilaktikasi ilmiy asosda tahlil qilingan. Soch kasalliklarining asosiy sabablari sifatida ichki va tashqi omillar, jumladan, gormonal o'zgarishlar, stress, noto'g'ri ovqatlanish va ekologik muhitning ta'siri ko'rib chiqilgan. Shuningdek, alopetsiya, seboreya va zamburug'li infeksiyalarning rivojlanish mexanizmlari hamda ularni oldini olish choralarini yoritilgan.

**Kalit so'zlar:** soch kasalliklari, alopetsiya, seboreya, temiratki, etiologiya, patogenez, profilaktika, trixologiya.

### KIRISH

Bugungi kunda inson salomatligi va tashqi ko'rinishiga ta'sir etuvchi omillar orasida soch va bosh terisi kasalliklari muhim o'rin egallaydi. Soch inson organizmining nafaqat estetik, balki himoya funksiyalarini ham bajaruvchi muhim biologik tuzilma hisoblanadi. Zamonaviy turmush tarzining o'zgarishi, ekologik muhitning yomonlashuvi, noto'g'ri ovqatlanish va stress omillarining ortib borishi natijasida soch kasalliklarining uchrash chastotasi oshib bormoqda. Shu sababli, ushbu kasalliklarning kelib chiqish sabablari, rivojlanish mexanizmlari va profilaktik choralarini ilmiy jihatdan o'rganish dolzarb masala hisoblanadi.

Asosiy qism.

Soch kasalliklari dermatologiya va trixologiya fanlari doirasida o'rganilib, ularning etiologiyasi ko'p omilli xususiyatga ega. Kasalliklarning rivojlanishida ichki (endokrin buzilishlar, immun tizimi o'zgarishlari, irsiy moyillik) hamda tashqi (ekologik omillar, noto'g'ri parvarish, stress) omillar muhim rol o'ynaydi. Etiologik omillarni aniqlash to'g'ri tashxis qo'yish va samarali davolash uchun asos bo'lib xizmat qiladi.



## 1-rasm

Kundalik hayotda eng ko'p uchraydigan soch kasalliklaridan biri — alopetsiya bo'lib, u sochlarning me'yordan ortiq to'kilishi bilan tavsiflanadi. Ushbu kasallik ko'pincha gormonal o'zgarishlar, kuchli stress holatlari, irsiy omillar hamda vitamin va mikroelementlar yetishmovchiligi natijasida yuzaga keladi. Soch follikulalarining oziqlanishi buzilganda ularning o'sish sikli izdan chiqadi va anagen faza qisqarib, telogen faza ulushi ortadi, natijada diffuz soch to'kilishi kuzatiladi.

Seboreya esa bosh terisidagi yog' bezlari faoliyatining buzilishi bilan bog'liq bo'lib, yog' ajralishining ortishi yoki kamayishi bilan namoyon bo'ladi. Bu holat terining himoya funksiyasini pasaytiradi va mikroorganizmlar rivojlanishi uchun qulay sharoit yaratadi. Natijada qichishish, qizarish, yallig'lanish va kepek hosil bo'ladi. Uzoq davom etgan seboreya soch ildizlarining zaiflashishiga va soch sifatining yomonlashishiga olib keladi.

Zamburug'li infeksiyalar, xususan temiratki, bosh terisining yuqumli kasalliklaridan biri hisoblanadi. U asosan gigiyena qoidalariga rioya qilinmaganda yoki infeksiya manbai bilan bevosita aloqa orqali yuqadi. Kasallik o'choqli soch to'kilishi, teri qizarishi va yallig'lanish bilan namoyon bo'ladi.

Soch kasalliklarining patogenezi murakkab biologik jarayonlar bilan bog'liq bo'lib, bunda soch follikulalarida qon aylanishining buzilishi va hujayralar oziqlanishining yetishmovchiligi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Soch o'sishi anagen, katagen va telogen bosqichlardan iborat bo'lib, salbiy omillar ta'sirida ushbu muvozanat buziladi. Bundan tashqari, ayrim hollarda immun tizimidagi o'zgarishlar autoimmun reaksiyalarni keltirib chiqarib, follikulalarning zararlanishiga olib keladi.

## Profilaktika.

Soch kasalliklarining oldini olishda profilaktik choralar muhim ahamiyatga ega. Eng avvalo, muvozanatli va to'g'ri ovqatlanish talab etiladi. Oqsillar, temir, rux hamda B guruhi vitaminlari soch o'sishi va mustahkamligi uchun zarur hisoblanadi.

Shuningdek, shaxsiy gigiyenaga qat'iy rioya qilish, soch turiga mos parvarish vositalaridan foydalanish va agressiv kimyoviy moddalarni cheklash muhimdir. Stress omillarini kamaytirish, me'yoriy uyqu rejimini saqlash va jismoniy faollikni oshirish ham soch salomatligini saqlashda muhim rol o'ynaydi.

Agar soch bilan bog'liq muammolar uzoq vaqt davom etsa, mutaxassisga murojaat qilish zarur. Erta tashxis va o'z vaqtida davolash kasallikning asoratlarini oldini olish imkonini beradi.

## Xulosa.

Xulosa qilib aytganda, kundalik soch kasalliklari ko'p omilli etiologiyaga ega bo'lib, ularning patogenezi murakkab fiziologik va biologik jarayonlar bilan bog'liq. Profilaktik choralarni to'g'ri tashkil etish, sog'lom turmush tarziga amal qilish va gigiyenik qoidalarga rioya etish orqali ushbu kasalliklarning oldini olish mumkin. Soch salomatligi inson umumiy sog'lig'ining muhim ko'rsatkichlaridan biri bo'lib, unga e'tiborli munosabatda bo'lish zarur.

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Habif T.P. Clinical Dermatology: A Color Guide to Diagnosis and Therapy. – Philadelphia: Elsevier, 2016.
2. Bologna J.L., Schaffer J.V., Cerroni L. Dermatology. – Elsevier, 2018.
3. Shapiro J., Madani S. Alopecia: diagnosis and management. International Journal of Dermatology, 2017.
4. Hay R.J., Ashbee H.R. Fungal Infections. – Springer, 2018.
5. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. Dermatologiya va venerologiya bo‘yicha klinik qo‘llanma. – Toshkent, 2020.