

HAZM A'ZOLARIGA TA'SIR QILADIGAN VOSITALAR.

Nishonboyeva Dilbarxon

*Marg'ilon shahar 1-son ali abu ibn sino somidagi
jamoat salomatlik texnikumi o'qituvchisi*

Annotatsiya: *Maqolada oziq moddalarning organizm o'zlashtira oladigan darajagacha fizikaviy va kimyoviy o'zgarishi hamda organizmdagi barcha hayotiy jarayonlarni tegishli quvvat va kerakli material Uar bilan ta 'minlaydigun oziq-ovqat mahsulotlariga bo'lgan ehtiyojlari haqida ma'lumotlar keltrlgan.*

Kalit so'zlar: *Organizm, hazm, ichak, dori, ovqat, moddaslar, kasallik, individual, inson.*

Ovqat hazm qilish - organizm iste'mol qilgan oziq moddalarni tarkibiy jihatdan o'zlashtira oladigan darajagacha fizikaviy va kimyoviy qayta ishlash jarayonlaridir. Ovqat hazm qilish tizimi tananing samaradorligi va ish qobiliyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi va ovqat hazm qilish tizimining o'tkir va surunkali kasalliklari ishdan bo'shash va nogironlikning eng keng tarqalgan sabablaridan biridir. Shu nuqtai nazardan, kasb shifokori ma'lum bir kasbning o'ziga xos ehtiyojlari bilan bog'liq holda gigiena va ovqatlanish talablari bo'yicha takliflar berish uchun quyidagi usullardan biri bilan chaqirilishi mumkin: kasbga xos bo'lgan omillarning har biriga ta'sirini baholash uchun. ovqat hazm qilish tizimining morbid holatlarini keltirib chiqaradigan yoki ilgari mavjud bo'lgan yoki boshqa kasbdan mustaqil bo'lishi mumkin bo'lgan boshqalarni og'irlashtiradigan; yoki kasbga umumiy yoki maxsus yaroqlilik haqida fikr bildirish. Ovqat hazm qilish tizimiga zararli bo'lgan ko'plab omillar kasbiy kelib chiqishi bo'lishi mumkin; Ko'pincha bir qator omillar birgalikda harakat qiladi va ularning harakatiga individual moyillik yordam berishi mumkin. Quyidagilar eng muhim kasbiy omillar qatoriga kiradi: sanoat zaharlari; jismoniy vositalar; va zo'riqish, charchoq, noto'g'ri pozitsiyalar, ish tempining tez-tez o'zgarishi, smenali ish, tungi ish va noto'g'ri ovqatlanish odatlari (ovqatlanish miqdori, sifati va vaqti) kabi kasbiy stress. Ovqat hazm qilish tizimi zaharli moddalarning tanaga kirishi uchun portal bo'lib xizmat qilishi mumkin, garchi bu erda uning roli odatda 80-100 m yutilish yuzasiga ega bo'lgan nafas olish tizimiga qaraganda kamroq ahamiyatga ega.² ovqat hazm qilish tizimi uchun mos keladigan ko'rsatkich esa 20 m dan oshmaydi². Bundan tashqari, nafas olish yo'li bilan tanaga kiradigan bug'lar va gazlar qon oqimiga va shuning uchun miyaga hech qanday oraliq himoyaga javob bermasdan etib boradi; shu bilan birga, yutilgan zahar qon tomirlariga yetib borgunga qadar filtrlanadi va ma'lum darajada jigarda metabollanadi. Shunga qaramay, organik va funktsional shikastlanish tanaga kirish va uni chiqarib tashlash paytida ham, ayrim organlarda to'planish natijasida ham paydo bo'lishi mumkin. Tana tomonidan etkazilgan bu zarar toksik moddaning o'zi, uning metabolitlari yoki tananing ba'zi muhim moddalarning kamayishi natijasi bo'lishi mumkin. Idiosinkraziya va allergik mexanizmlar ham rol o'ynashi mumkin. Kaustik

moddalarni iste'mol qilish hali ham juda keng tarqalgan tasodifiy hodisadir. Daniyada o'tkazilgan retrospektiv tadqiqotda, qizilo'ngach kuyishi uchun yillik kasallanish 1/100,000, kattalardagi kasalxonaga yotqizish darajasi esa 0.8/100,000 kishini tashkil etgan. Ko'pgina uy kimyoviy moddalari gidroksididir.

Toksik mexanizmlar juda murakkab va moddadan moddaga sezilarli darajada farq qilishi mumkin. Sanoatda ishlatiladigan ba'zi elementlar va birikmalar, masalan, og'iz va qo'shni hudud, oshqozon, ichak, jigar yoki oshqozon osti bezi ta'sir qiladigan ovqat hazm qilish tizimiga mahalliy zarar etkazadi. Erituvchilar lipidga boy to'qimalarga alohida yaqinlikka ega. Toksik ta'sir odatda murakkab va turli mexanizmlar ishtirok etadi. Uglerod tetraklorid holatida jigar shikastlanishi asosan zaharli metabolitlarga bog'liq deb hisoblanadi. Uglerod disulfidi bilan bog'liq holda, oshqozon-ichak traktining shikastlanishi ushbu moddaning intramural pleksusga o'ziga xos neyrotrop ta'siri bilan bog'liq bo'lib, jigarning shikastlanishi ko'proq erituvchining lipoprotein metabolizmida o'zgarishlarga olib keladigan sitotoksik ta'siriga bog'liq. Jigarning shikastlanishi ekzogen zaharlar patologiyasining muhim qismini tashkil qiladi, chunki jigar zaharli moddalarni almashinuvida asosiy organ bo'lib, detoksikatsiya jarayonlarida buyraklar bilan birga ishlaydi. Safro jigardan to'g'ridan-to'g'ri yoki konjugatsiyadan keyin enterohepatik siklda qayta so'rilishi mumkin bo'lgan turli xil moddalarni oladi (masalan, kadmiy, kobalt, marganets). Jigar hujayralari oksidlanishda (masalan, spirtlar, fenollar, toluol), qaytarilishda (masalan, nitrobirikmalar), metillanishda (masalan, selen kislotasi), sulfat yoki glyukuron kislotalari (masalan, benzol) bilan konjugatsiyada, atsetillanishda (masalan, aromatik aminlar) ishtirok etadi. . Kupfer hujayralari, masalan, og'ir metallarni fagotsitozlash orqali ham aralashishi mumkin. Fosfor, simob yoki mishyak kabi og'ir oshqozon-ichak sindromlari qusish, kolik va qonli shilliq va axlat bilan namoyon bo'ladi va jigar shikastlanishi (gepatomegaliya, sariqlik) bilan birga bo'lishi mumkin. Bunday holatlar hozirgi kunda nisbatan kam uchraydi va asta-sekin va hatto hiyla-nayrang bilan rivojlanadigan kasbiy intoksikatsiyalar bilan almashtirildi; shuning uchun jigar shikastlanishi, ayniqsa, ko'pincha hiyla-nayrang bo'lishi mumkin. Yuqumli gepatitni alohida ta'kidlash kerak; u bir qator kasbiy omillar (gepatotoksik moddalar, issiqlik yoki issiq ish, sovuq yoki sovuq ish, kuchli jismoniy faoliyat va boshqalar) bilan bog'liq bo'lishi mumkin, noqulay kursga ega bo'lishi mumkin (uzoq yoki doimiy surunkali gepatit) va osonlik bilan sirozga olib kelishi mumkin. . Bu tez-tez sariqlik bilan yuzaga keladi va shuning uchun diagnostika qiyinchiliklarini keltirib chiqaradi; Bundan tashqari, bu prognoz va tiklanish darajasini va shuning uchun ishni qayta boshlashga yaroqliligini baholashda qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi. Oshqozon-ichak trakti inson salomatligi uchun muhim fiziologik funktsiyalarga ega bo'lgan mo'l-ko'l mikroflora bilan kolonizatsiyalangan bo'lsa-da, kasbiy ta'sir qilish kasbiy infektsiyalarni keltirib chiqarishi mumkin. Misol uchun, so'yishxona ishchilari shartnoma tuzish xavfi ostida bo'lishi mumkin a *heliobakter* infektsiya. Ushbu infektsiya ko'pincha alomatsiz bo'lishi mumkin. Boshqa muhim infektsiyalar orasida *Salmonella* va *Shigella* oziq-ovqat sanoati va umumiy ovqatlanish xizmatlari kabi mahsulot xavfsizligini ta'minlash uchun ham nazorat qilinishi kerak bo'lgan turlar.

Chekish va spirtli ichimliklarni iste'mol qilish sanoatlashgan mamlakatlarda qizilo'ngach saratoni uchun asosiy xavf hisoblanadi va kasbiy etiologiya kamroq ahamiyatga ega. Biroq, qassoblar va ularning turmush o'rtoqlari kolorektal saraton xavfi yuqori Turli jismoniy omillar ovqat hazm qilish tizimi sindromlarini keltirib chiqarishi mumkin; Bularga to'g'ridan-to'g'ri yoki bilvosita o'chirib qo'yadigan travmalar, ionlashtiruvchi nurlanishlar, tebranishlar, tez tezlashuv, shovqin, juda yuqori va past haroratlar yoki kuchli va takroriy iqlim o'zgarishlari kiradi. Kuyishlar, ayniqsa keng tarqalgan bo'lsa, oshqozon yarasi va jigar shikastlanishiga olib kelishi mumkin, ehtimol sariqlik bilan. Anormal holat yoki harakatlar ovqat hazm qilish buzilishiga olib kelishi mumkin, ayniqsa para-qizilo'ngach churrasi, visseroptoz yoki *diafragmatik gevşeme*; Bundan tashqari, ovqat hazm qilish buzilishi avtonom asab tizimi yoki neyropsixologik muammolar bilan birga bo'lsa, oshqozon yonishi kabi ovqat hazm qilishdan tashqari reflekslar paydo bo'lishi mumkin. Ushbu turdagi muammolar zamonaviy ish sharoitida tez-tez uchraydi va ular oshqozon-ichak disfunktsiyasining sababi bo'lishi mumkin. Jismoniy charchoq ovqat hazm qilish funktsiyalarini ham buzishi mumkin va og'ir ish sekretomotor buzilishlar va distrofik o'zgarishlarga olib kelishi mumkin, ayniqsa oshqozonda. Oshqozon kasalliklari bilan og'rikan odamlar, ayniqsa jarrohlik amaliyotini o'tkazganlar, og'ir ish hajmini cheklaydilar, agar og'ir ish yuqori darajadagi ovqatlanishni talab qilsa. Shift ish ovqatlanish odatlarida muhim o'zgarishlarga olib kelishi mumkin, natijada oshqozon-ichak traktining funktsional muammolari paydo bo'ladi. Shift ishi qonda xolesterin va triglitseridlarning ko'payishi, shuningdek, sarumda gamma-glutamyltransferaza faolligi oshishi bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Asabiy me'da dispepsiyasi (yoki oshqozon nevrozi) hech qanday me'da yoki ekstragastrik sababga ega bo'lmaganga o'xshaydi, shuningdek, u hech qanday gumoral yoki metabolism buzilishidan kelib chiqmaydi; binobarin, bu vegetativ asab tizimining ibtidoiy buzilishi, ba'zida haddan tashqari aqliy zo'riqish yoki hissiy yoki psixologik stress bilan bog'liq deb hisoblanadi. Oshqozon buzilishi ko'pincha nevroitik gipersekretiya yoki giperkinetik yoki atonik nevroz bilan namoyon bo'ladi (ikkinchisi ko'pincha gastroptoz bilan bog'liq). Epigastral og'riq, regürjitatsiya va aerofagiya ham neyrogastrik dispepsiya sarlavhasi ostida bo'lishi mumkin. Ish muhitida zararli psixologik omillarni bartaraf etish simptomlarning remissiyasiga olib kelishi mumkin. Bir qator kuzatuvlar rahbarlar va rahbarlar, juda og'ir ishlarda ishlaydigan ishchilar, sanoatga yangi kelganlar, mehnat muhojirlari, dengizchilar va jiddiy ijtimoiy-iqtisodiy stressga duchor bo'lgan ishchilar kabi mas'uliyatli odamlarda oshqozon yarasi tez-tez ko'payganligini ko'rsatadi. Biroq, bir xil kasalliklarga duchor bo'lgan ko'plab odamlar oddiy kasbiy hayot kechirishadi va statistik dalillar yo'q. Ish sharoitlaridan tashqari, ichish, chekish va ovqatlanish odatlari, uy va ijtimoiy hayot dispepsiyaning rivojlanishi va cho'zilishida muhim rol o'ynaydi va ularning har biri ushbu holatning etiologiyasida qanday rol o'ynashini aniqlash qiyin. Ovqat hazm qilish tizimining buzilishi, shuningdek, ish joylarida ovqatlanish soatlarining tez-tez o'zgarishi va noto'g'ri ovqatlanish natijasida smenali ish bilan bog'liq. Bu omillar ovqat hazm qilish tizimining oldingi

muammolarini kuchaytirishi va nevroitik dispepsiyani keltirib chiqarishi mumkin. Shuning uchun ishchilar faqat tibbiy ko'rikdan so'ng smenali ishga tayinlanishi kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Ким Ю.А., Дусчанов Б.О. Гигиенические аспекты оптимизации качества и безопасности пищевой продукции в условиях сочетания негативной экосреды с жарким климатом. Мед. журн. Узбекистана. 2000, №3.
2. Иванова И.В., Черная ПЛ., Николаев А.Г., Сенягина Е.И. Особенности и стереотипы питания современных школьников г.Ярославия. Вопросы детской диетологии 2010, Т.8, №1.
3. Kuchkarova L.S., Almatov KT. Ovqat hazm qilish va ovqatlanish fiziologiyasidan amaliy va laboratoriya mashg'ulotlari // T., Q'zMU bosmaxonasi, 2010.
4. Матюхина З.П. Основы физиологии питания, гигиены и санитарии. Москва, 2006.
5. Максимова Е.В., Максимов С.А., Куракин М.С. Особенности физической развития школьников в зависимости от материальной обеспеченности их семей.// Россия. Педиатр. 2009, №6.
6. Медведев Ж.А. Питание и долголетие очерки о здоровом образе жизни. Права человека М.,2002.
7. Qurbonov Sh.Q. Ovqatlanish madaniyati. — Toshkent: Ma'naviyat, 2005.