

o'lchovlarini o'z ichiga oladi. Bu tadqiqotga yo'l harakati shovqini va ushbu xususiyatlardan va idrok o'rtasidagi bog'lanishni aniqlashga imkon beradi. Ikkinchidan, ushbu tadqiqot amaliyotda hali keng o'rganilmagan bo'lsa-da, atrof-muhitning stress omillariga ayniqsa zaif bo'lgan katta yoshdagilar namunasiga qaratilgan. Bundan tashqari, ushbu boshqa ekologik stressor o'lchovimizdan mustaqil bo'lgan har qanday bog'liqliklarni ajratishga harakat qilish uchun quyi namunaviy tahlilga havo ifloslanishi haqidagi ma'lumotlarni kiritish ushbu tadqiqotning yangi yo'nalishlarini ochib beradi.

Foydalanilgan Adabiyotlar:

1. Murphy E, Folkner JP, Duglas O. Strategik atrof-muhit shovqinlarini xaritalashning hozirgi holati va yangi yo'nalishlari. Curr Pollut Rep [Internet]. 2020 yil [17-aprel, 2020-yilda keltirilgan]; Mavjud: <http://link.springer.com/10.1007/s40726-020-00141-9>
2. JSSV. Evropa mintaqasi uchun atrof-muhit shovqini bo'yicha ko'rsatmalar [Internet]. 2018 yil [2020 yil 2 martda keltirilgan]. http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/383921/noise-guidelineseng.pdf?ua=1
3. Van Kempen E, Casas M, Pershagen G, Foraster M. Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining Evropa mintaqasi uchun atrof-muhit shovqini bo'yicha ko'rsatmalari: atrof-muhit shovqini va yurak-qon tomir va metabolik ta'sirlarni tizimli ko'rib chiqish: xulosa. Int J Environ Res Public Health. 2018;15(2):379. <https://doi.org/10.3390/ijerph15020379>.

ZARAFSHON QO'RQXONASI BIOXILMA-XILLIGIGA ANTROPOGEN OMILLARNING TA'SIRI

Saliyeva Zuhro Bagibek qizi
Sharof Rashidov nomidagi Samarqand Davlat Universiteti

Zarafshon qo'riqxonasi yoki Zarafshon milliy tabiat bog'i Zarafshon daryosi sohilida tashkil etilganidan buyon taxminan ikki asrdan ko'proq vaqt o'tgan to'qay o'rmonlarining maxsus o'simliklar jamoasiga ega bo'lgan tabiatning biologik xilma-xilligini saqlab qolish uchun noyob joydir.

Olimlarning ma'lumotlariga ko'ra, qo'riqxonada hududida 300 dan ortiq o'simlik turlari (jumladan 100 gektar dengiz shimoli va 14 gektar to'ranga sizofolia), 20 ga yaqin baliq, 218 turdagi qushlar, 26 turdagi sutemizuvchilar o'sgan. va boshqalar ham ro'yxatga olingan. Afsuski, tan olishimiz kerakki, hozirda O'zbekiston Qizil kitobiga kiritilgan o'simliklarning 2 turi, qushlarning 30 ga yaqin turi bu yerda yaqin vaqtgacha bu yerda Zarafshon qirg'ovulining yagona ko'p sonli populyatsiyasi, mo'jizaviy ravishda markaziy o'lkaning bir qancha zotlari yashagan. Zarafshon qirg'oqlarida, kanallarda va Mirzaariq kanallarida yashovchi osiyo suvsuyari saqlanib qolgan.

Qo'riqxonada Buxoro bug'ularini qayta tiklash bo'yicha ko'p yillik ishlar amalga oshirildi, bunda qator xalqaro ekologik tashkilotlar ishtirok etdi. Bu tur O'zbekiston Qizil kitobiga, Tabiatni muhofaza qilish xalqaro ittifoqining (IUCN) Qizil ro'yxatiga, ko'chib yuruvchi turlarni saqlash bo'yicha Bonn konventsiyasi (CMS) ro'yxatiga kiritilgan va respublikamiz Bonn konventsiyasini ratifikatsiya qilgan, va Bonn konventsiyasi homiyligida bu kiyik turlarini saqlash bo'yicha o'zaro anglashuv memorandumini va xalqaro harakatlar rejasi imzolandi.

Hozirgi vaqtda Zarafshon milliy tabiat bog'ining biologik xilma-xilligi yo'q bo'lib ketish xavfi ostida. Maqom pasayganidan keyin yuqori idoralar unga o'rmon xo'jaligi sifatida qaray boshladilar. 2019-2021 yillar davomida 1-2-kvartallar hududidan 400 tupdan ortiq ko'p yillik oq terak va oq majnuntol daraxtlari kesildi. 1-chorak hududidan Buxoro bug'usi va Zarafshon qirg'ovullari o'z naslini ko'paytirgan 11 gektar terak-to'qay massivi kesilgan.

Natijada hasharotlar, qushlar, sutemizuvchilar, jumladan, Qizil kitobga kiritilgan to'qay ko'k, kalxat kuya, to'qay koridalis, oq dumli burgut, yirik burgut va boshqa ko'plab hayvonlarning yashash joylari yo'q qilindi. Tozalash bahonasida bog'ning qo'riqlanadigan hududi hisoblangan 8-kvartal hududidan oqib o'tuvchi Mirzaariq kanali bo'yidagi ko'p asrlik oq terak va oq majnuntol daraxtlari to'liq kesildi. Natijada O'rta Osiyo otterining biotopi yo'q qilindi.

Yirik daraxtlarning kesilishi Zarafshonning to‘qay o‘rmonida noyob populyatsiyalari yashaydigan Turkiston tyuvisi, boyo‘g‘li, yog‘och kaptar, oddiy kaptar, oq qanotli o‘rmon o‘smirlarining uyalash joylarining yo‘q qilinishiga olib keldi. Yirik yirtqich qushlar migratsiya davrida katta daraxtlar ustida dam olgan, ularning ko‘pchiligi O‘zbekiston Respublikasi Qizil kitobiga kiritilgan.

Katta maydonlarda qurilish uchun barcha o‘simliklar, shu jumladan yovvoyi hayvonlar yashaydigan joylar kesilgan. Shuningdek, rivojlanish uchun dengiz itshumurtining shakli, hajmi, rangi, mevalarining biokimyoviy tarkibi, novdalarining tikanlilik darajasi bilan farq qiluvchi 17 ta shakldan iborat tirik kolleksiyasi kesildi. Bir qator salbiy Park tabiatiga Zarafshon daryosi tubidan qum va shag‘al yig‘ish kareri, shuningdek, daryo qirg‘og‘ida joylashgan shag‘al zavodlari sabab bo‘lmoqda. Qum-shag‘alning kirib kelishi Zarafshon daryosining gidrologik rejimini buzadi – daryo tubi 8 m gacha chuqurlashgan, buning natijasida yer osti suvlari sathi pasaygan va ular to‘qay o‘rmonini namlik bilan ta‘minlashni to‘xtatgan.

Oxirgi 2 yilda o‘rmonning qurib borishi yuqori sur‘atlarda kuzatilmoqda – daryo o‘zanidagi deyarli barcha dengiz itshumurtlari qurib qolgan, chinor, do‘lana, qoraqarag‘ay, yirik oq tollar qurib qolgan. o‘simliklarning xilma-xilligi pasaya boshladi va hayvonlarning oziq-ovqat ta‘minoti sezilarli darajada yomonlashdi. Dengiz itshumurtining noyob populyatsiyasi yo‘q bo‘lib ketish xavfi ostida, uning 100 gektari faqat Zarafshon milliy tabiat bog‘i hududida saqlanib qolgan.

Karerning ishi daryo orollarida, qirg‘oq bo‘yida o‘sadigan baland daraxtlarda (kichkina baliq, qora va oq laylaklar, osprey, katta dog‘li burgut, mitti burgut) kuz va bahor ko‘chishi paytida to‘xtaydigan qushlarning dam olishiga xalaqit beradi. , imperator burguti, qisqa dumli burgut va boshqalar). Karerning ishlashi Zarafshon daryosida qishlaydigan qushlar - o‘rdaklar (qo‘rg‘on, choychaqa va boshqalar), oq va bo‘z yirik oq va qora laylaklar, qora boshli chayqalarga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi.

Bundan tashqari, daryodagi suv axlat bilan ifloslangan, bu esa suv toshqini ekotizimiga salbiy ta‘sir ko‘rsatmoqda. Karer va shag‘al ishlab chiqarish korxonalarida hosil bo‘ladigan shovqin to‘qayzorlarning o‘shishi va rivojlanishini to‘xtatib, hayvonlarning – bug‘u, shoqol, dasht mushugi, bo‘rsiq, qirg‘ovullarning suvga borishdan qo‘rqishini buzadi. Mashinalardan chiqindi gazlarida ajralib chiqadigan og‘ir metallar o‘simliklar va zaharli o‘simliklar, ularni iste‘mol qiladigan qushlar va hayvonlarga joylashadi. Afsuski, yuqoridagi holatlar O‘zbekiston Respublikasining bir qator qonun hujjatlarini, xususan, O‘zbekiston Respublikasining “Tabiatni muhofaza qilish, o‘simlik dunyosini muhofaza qilish va undan foydalanish to‘g‘risida”gi Qonunini, shuningdek, “Hayvonot dunyosini muhofaza qilish va undan foydalanish to‘g‘risida”gi qonunlarini buzmoqda. va hokazo., bu tabiiydir Shunday qilib, ular Zarafshon milliy tabiat bog‘ining bioxilma-xilligiga juda salbiy ta‘sir ko‘rsatadi, to‘qay o‘rmonlari Jahon yovvoyi tabiat fondi (WWF) ro‘yxatiga ularni saqlash bo‘yicha shoshilinch chora-tadbirlarni talab qiluvchi ekotizimlar sifatida kiritilgan. Shu nuqtai nazardan, muammoning bunday bayoni Zarafshon milliy tabiat bog‘ini zudlik bilan tartibga solish – muhofaza qilishni kuchaytirish, qo‘riqxonalar rejimini buzish holatlarining to‘liq oldini olish, to‘qay o‘rmoni va Zarafshon daryosi ekotizimining holatini yaxshilashni taqozo etadi, deb hisoblaymiz.

Bizning qat‘iy fikrimizcha, butun daryo o‘zanini bog‘ hududiga Ravathodjin to‘g‘onidan Zarafshon ko‘prigigacha, ya‘ni. Samarqand-Toshkent avtomobil yo‘liga, shuningdek, bug‘u va qirg‘ovullar hamda boshqa hayvonot dunyosi turlari boradigan chap qirg‘oq to‘qaylari hamda daryo tizimi bilan to‘qay o‘rmonining o‘zaro bog‘liqligi o‘ziga xos landshaft va turlar majmuasini saqlab qolishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Nafetdinov Sh., Mamiyev Sh., Tojiev U., Zikriyayeva M. Zarafshon daryosi deltasini yangidan suqoriladigan cho‘lli qumli va sur tusli qo‘ngir tuproqlarning suqorish ta‘sirida o‘zgarishi to‘g‘risida //Ilmiy amaliy anjuman tezislari to‘plami. Buxoro, 2000 yil. 22-24 bet.
2. Abdulqosimov A.A., Abduraxmonova Yu.X., Davronov K.K. Zarafshon botig‘i voha landshaftlari va geologiyasi. /Monografiya. Toshkent, 2017 yil.

3. Izzatullayev Z., Fayzullayev B., Botirov X.F. Ekologiya asoslari, “Zarafshon” nashriyoti, Samarqand-2019, 215 bet.
4. Buriyev S., Maxkamova D., Sherimbetov V. Ekologiya va atrof muhit muhofazasi. Toshkent – 2018, 247 bet.

OZIQ-OVQAT XAVFSIZLIGI, NOSOG`LOM OVQATLANISH VA SEMIZLIK

Saidburxonov Sayidislomxon
sayidburxonov2@gmail.com
Central Asian Medical University

Dolbzarligi: Ekologik jihatdan xavfsiz bo`magan oziq-ovqatlarni iste`mol qilish, noto`g`ri ovqatlanish kasalliklarning asosiy xavf omili ekanligi uzoq vaqtdan beri ma`lum. JSST ekspertlarining ma`lumotlariga ko`ra, 2025 yilga borib semirib ketgan bemorlar soni 300 million kishidan oshadi. Hozirgi vaqtda semirishning tarqalishi “yuqumli bo`lmagan epidemiya” sifatida tavsiflanadi va 1 milliarddan ortiq odamda kuzatiladi. Ko`plab ijtimoiy va iqtisodiy rivojlangan mamlakatlarda ortiqcha vazndan aziyat chekadigan, semirib ketish va buning natijasida yurak-qon tomir, endokrin va tayanch-harakat tizimi kasalliklariga chalinganlar soni muttasil ortib bormoqda.

Hozirgi vaqtda ko`pchilik tadqiqotchilar haddan tashqari semirishni konservativ davolash samarasiz va juda qiyin ekanligini yoki uning yordami bilan erishilgan ta`sir qisqa muddatli ekanligini tan olishadi. Aynan shu holat shifokorlarni uzoq vaqt davomida alimentar semizlikni davolashning yangi, samaraliroq usullarini, shu jumladan jarrohlik usullarini izlashga majbur qildi. Semirib ketish juda xavfli bo`lib, bir qator kasalliklarning rivojlanishiga olib keladi. Ortiqcha vazn va semizlik metabolik sindrom va 2-toifa qandli diabet rivojlanishi uchun eng kuchli xavf omillari hisoblanadi. Adabiyot manbalariga ko`ra, 2-toifa qandli diabet bilan og`rigan bemorlarning 90 foizida ortiqcha tana vazni bor. Kattalardagi morbid semizlik diagnostikasi TMI>40 kg bo`lgan taqdirda tana og`ir asoratlar, obstruktiv apnoe sindromi, alkogolsiz steatogepatit va boshqalar) yoki massasi indeksi (TMI) $\geq 35 \text{ kg/m}^2$ dir. / m^2 , asoratlar mavjudligidan kuzatilgan.

Tadqiqot maqsadi: Tadqiqot maqsadi aholi orasida turmush tarzi va ovqatlanishni baholagan holda semizlikning sababi, davolash va kasalliklar profilaktikasini ishlab chiqish.

Tekshiruvlar shuni ko`rsatadiki: tahlillarga ko`ra, mamlakatimizda 10,7 mln aholi sog`lom turmush tarzini olib bormaydi. Aholining 16,5 foizi tamaki va 4,7 foizi alkogol iste`mol qilishi;

- 16 foizi meva va sabzavotlarni yetarli miqdorda iste`mol qilmasligi (kuniga 400 grammdan kam);

- 36,6 foizi taomga qo`shimcha tuz qo`shishi;
- 32,9 foizida ortiqcha vazn va 23,5 foizida semizlik mavjudligi;
- 38 foizida yuqori arterial bosim va 8,4 foizi qonida qand miqdorining yuqoriligi;
- 26 foizining esa jismoniy faolligi sustligi aniqlangan.

Hozirgi kunda mamlakatimizda dunyoning rivojlangan davlatlarida eng yuqori texnologiya va maxorat bilan qilinayotgan zamonaviy operatsiyalardan biri bo`lgan Bariatric operatsiyalar amalga oshirilmoqda. Buning natijasida semizlik, qandli diabet va buning ortidan kelib chiqadiga turli kasalliklar jarrohlik yo`li bilan davolanmoqda.

Xulosa: Aholi, ayniqsa, yoshlar, ayollar va keksalar orasida sog`lom ovqatlanishni tashkil qilish va jismoniy faollikni targ`ib qilish hisobiga yuqumli bo`lmagan kasalliklarning oldini olish, zararli odatlar va nosog`lom turmush tarzini kechirish oqibatlarini kelib chiqadigan semizlik, qandli diabet, arterial girertenziya, turli allergik kasalliklar, oshqozon va o`n ikki barmoq ichak yara kasaligi va boshqa turli kasalliklar oldi olinadi.

Amaliy tavsiyalar:

- Aholiga smartfon va mobil ilovalar yordamida o`z sog`lig`i va ovqatlanishini nazorat qilishni o`rgatish, to`g`ri ovqatlanish bo`yicha mobil ilovadan foydalanishni targ`ib qilish;
- Bolalarga mo`ljallangan nosog`lom oziq-ovqat mahsulotlari va ichimliklar, bolalar oziq-ovqat mahsulotlari hamda energetiklarni cheklash;