

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН
БУХАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ
ИМЕНИ АБУ АЛИ ИБН СИНО**



Научно-практической конференции с международным
участием на тему:

**“ Проблемы экологии и
экологического образования ”**

СБОРНИК ТЕЗИСОВ

11-12 ноября 2022 года

**Министерство Здравоохранения Республики Узбекистан Бухарский
государственный медицинский институт имени Абу Али ибн Сино**



Научно-практической конференции с международным
участием на тему:

“ Проблемы экологии и экологического образования ”

СБОРНИК ТЕЗИСОВ

11-12 ноября 2022 года



ОГЛАВЛЕНИЕ	
1.Искандаров Т.И., Романова Л.Х., Искандарова Г.Т. НОВЫЕ ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ ДЕФОЛИАНТЫ ХЛОПЧАТНИКА, РЕКОМЕНДУЕМЫЕ К ПРИМЕНЕНИЮ В СЕЛЬСКОМ ХОЗЯЙСТВЕ УЗБЕКИСТАНА.....	11
2.Романова Л.Х., Искандаров Т.И., Искандарова Г.Т. ТОКСИКОЛОГИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА И РЕГЛАМЕНТИРОВАНИЕ ФУНГИЦИДА «ТЕТРА» В ОБЪЕКТАХ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ И ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТАХ.....	11
3. ¹ Башун Т.В., ² Белышева Л.Л. АКТУАЛЬНЫЕ ПОДХОДЫ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКОГО ЛАБОРАТОРНОГО КОНТРОЛЯ.....	12
4. ¹ Сидукова Олеся Леонидовна, ² Мащенко Ирина Владимировна ОЦЕНКА УРОВНЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА У ВРАЧЕЙ- ГИГИЕНИСТОВ.....	13
5. ¹ Abduvaliyeva F.T., ² Azizova F.L. MANALLIY SUV MANBALARINI MARKAZLASHTIRILGAN SUV TA'MINOTIDAGI ANAMIYATI.....	14
6. Абдукадирова Л.К., Султонов Э.Ю., Насимов С.И. РЕНТГЕН НУРЛАРИДАН ФОЙДАЛАНГАНДА ТИББИЁТ ХОДИМЛАРИ САЛОМАТЛИГИГА ТАЪСИР ЭТУВЧИ НОСПЕЦИФИК ГИГИЕНИК ОМИЛЛАР ТАЪСИРИНИ ЎРГАНИБ БАҲОЛАШ.....	15
7. Azimova M.Q., Mirzakarimova S.R., Soxibova G.YU. YO'RIQ IONLANTIRUVCHI NUR MAN'BALARI BILAN ISHLOVCHILAR NING NURLANISH XOLATI.....	16
8. Атамуратова Айпаршин Сапарбай қизи .. БОҒЧА ЁШИДАГИ БОЛАЛАРНИНГ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИК ДАРАЖАСИНИНГ ГИГИЕНИК ТАВСИФИ.....	17
9. Азимова М.К., Азимов А.М., Меликузиев А.А. ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА.....	18
10. Амангелді М.А. ОСНОВЫ ПОВЫШЕНИЯ УРОЖАЙНОСТИ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫХ КУЛЬТУР С ПОМОЩЬЮ ЭЛЕКТРОМАГНИТНОГО ПОЛЯ.....	19
11. Ashurova Maftuna Ortiq qizi HOZIRGI GLOBAL EKOLOGIK MUAMMOLAR ATROF MUNIT VA AHOLI SALOMATLIGIDA EKOLOGIK TURIZMNING O'RNI.....	20
12. Атамухамедова Масъуда Рахимжановна, Саидова Азиза Якубовна СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ВЕНТИЛЯЦИИ ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ ПОМЕЩЕНИЙ.	22
13. Sattarova B. N., Aliyeva M. OZIQ-OVQAT QO'SHIMCHALARINI QO'LLASHDAGI MUAMMOLAR	23
14. Адизова Хамида Рахимовна, Ахмедова Зебинисо. СУВ-ҲАЁТ МАНБАИ ВА МУҲИМ ЭКОЛОГИК ОМИЛ	24
15. Асадуллаев Анвар Нарзуллаевич ЭКОЛОГИК ОСОЙИШТАЛИКНИ ТАЪМИНЛАШНИНГ ГЕОЭКОЛОГИК АСОСЛАРИ.....	26
16. Aslonova Nasiba Muxammadovna, Sobirova Dilorom Bobirjon qizi CHO'L ZONASIDAGI TABIIY GEOGRAFIK JARAYONLARNING EKOLOGIYAGA TA'SIRI.....	27
17. Бободжонов Б.Р., Носирова А.Р. КЕКСА ЁШЛИЛАР ВА УЗОҚ ЯШОВЧИЛАРНИНГ ОВҚАТЛАНИШ ТИЗИМИНИ ЎЗИГА ХОСЛИКЛАРИ.....	28
18. Zaripova Gulbahor Kamilovna, Salimova Dildora Bahodirovna Barcha o'quv yurtlarda voyaga yetmagan yoshlarni yetuk inson sifatida shakllantirishga yo'naltirilgan tarbiyaviy ishlarni tashkil etish tizimi	29
19. Zaripova Gulbahor Kamilovna, Salimova Dildora Bahodirovna Voyaga yetmagan yoshlarda Vatanga bo'lgan muhabbatni "BIZ BUYUK YURT farzandlarimiz"shiori ostida shakllantirishning ma'naviy-axloqiy tarbiyalashdagi o'rni.....	31

КЕКСА ЁШЛИЛАР ВА УЗОҚ ЯШОВЧИЛАРНИНГ ОВҚАТЛАНИШ ТИЗИМИНИ ЎЗИГА ХОСЛИКЛАРИ

Бободжонов Б.Р., Носирова А.Р.

Санитария, гигиена ва касб касалликлари илмий-тадқиқот институти

Кекса ёшли одамлар организмида озучавий оксилларни етишмаслигида ҳам, уларнинг меъёрдан ортиқча бўлиш ҳолатларида ҳам жуда мураккаб вазият юзага келади. Замонавий геронтодиетологияда катта ёшли шахсларда рационал овқатланишни қўллашда сезиларли оксил энергетик чегараланишларни қўллашни мақсадга мувофиқ деб ҳисобланади. Тўғри ташкил этилган овқатланиш қариш жараёнига таъсир этувчи муҳим восита бўлиб ҳисобланади, чунки кекса ёшлиларда модда алмашинуви секинлашади.

Кекса ёшлиларда семириш, ҳаракат фаоллигини пасайиши ва гомеостазнинг нейрогуморал бошқарувини пасайиши билан бирга кузатиловчи энергетик дисбаланс юзага келади. Семизлик эса атеросклероз, қандли диабет ва бошқа касалликларга замин яратади.

Кекса ёшлиларда овқатланишни ўртача чегараланиши, озучавий моддаларнинг биологик қийматига зарар етказмаган ҳолда онгли ташкил этилиши лозим. Уларда аксарият озиқ-овқат маҳсулотлари ҳафта давомида тез тез оз оздан истеъмол қилиниши керак. Кекса ёшлиларни овқатланишида углеводлар миқдори чегараланади, бу ҳолат биринчи навбатда энергия сарфининг умумий пасайиши билан тушунтирилади. Кекса ёшлиларнинг овқат рационалида углеводларнинг суткалик меъёри 300 граммдан ошмаслиги лозим. Ваҳоланки бу углеводлар асосан хўл мевалар таркибидаги углеводлар ҳисоби билан қопланиши керак.

Мураккаб углеводларни истеъмол қилиш асосан таркиида клечатка, пектин моддаларини сақлаган озучавий моддалар ҳисобига амалга оширилади. Сўнгги вақтларда бу моддалар “овқатнинг толали моддалари” деб номланмоқда. Клетчатка ва пектин моддалари деярли ўзлаштирилмайди, ўзининг физик-кимёвий хусусиятларига кўра улар озучавий ва токсик моддаларни адсорбирлаш қобилиятига эга бўлиб, ичакларнинг бактериал микрофлорасини яхшилайдди. Кекса ёшлилар учун клетчатканинг суткалик меъёри 25–30 г/суткани ташкил этади. Кекса ёшлиларнинг овқатланиш рационалида албатта липидларни периксли оксидланиши ва жигарни ёғ босишига қаршилик қилувчи витаминлар - антиоксидантлар (витамин Е ва С) бўлиши шарт. Токоферолларнинг энг юқори миқдори ун кепацида (250 мг/кг гача) мавжуд бўлади, шунинг учун кекса ёшлиларга янги тортилган бўғдой унидан тайёрланган маҳсулотлар тавсия этилади. Бундан ташқари кекса ёшлиларнинг овқатланиш орационалида рутин билан биргаликда сутка учун 90 мг дозада тавсия этилади. Бу моддалар қора қарағат меваси, узум, олча, наъматак каби мевалар таркибида асосий бўлиб ҳисобланади.

Ичаклар микрофлорасини яхшилаш учун кекса ёшлиларда нордон сут маҳсулотларини (қатик, кефир, ацидофилин ва бошқалар) бериш мақсадга мувофиқ ҳисобланади.

Barcha o'quv yurtlarda voyaga yetmagan yoshlarni yetuk inson sifatida shakllantirishga yo'naltirilgan tarbiyaviy ishlarni tashkil etish tizimi

Buxoro davlat universiteti Axborot texnologiyalari fakulteti dotsenti, p.f.n. Zaripova

Gulbahor Kamilovna,

E-mail: dersuzala1972@gmail.com,

Toshkent Irrigatsiya va qishloq xo'jaligini mexanizatsiyalash
muhandislari instituti “Milliy tadqiqot universiteti Buxoro tabiiy resurslarni boshqarish instituti”

“Gidrotexnika inshootlar va nasos standiyalari” kafedrasi Gidrotexnika inshootlari (suv
xo'jaligida) yo'nalishi II-bosqich magistranti Salimova Dildora Bahodirovna

E-mail: dildora.salimova@gmail.com,

Mamlakatimizda amalga oshirilayotgan ta'lim islohoti ham yoshlarni kelajak hayotga, tumushga tayyorlash bilan bog'liqdir. Birinchi Prezidentimiz I.Karimov rahbarligida ishlab chiqilgan va muvaffaqiyat bilan hayotga tatbiq

qilinayotgan "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" yoshlarni hayotda o'z o'rinlarini topishga qaratilgan bo'lib, bunda ta'lim islohoti jamiyatning iqtisodiy-siyosiy, ilmiy-texnik, intellektual rivojlanishini misilsiz tezlashi nazarda tutilgan edi. Bu esa o'z navbatida mamlakatimiz fuqarolari o'rtasida yangicha munosabatlarni tarkib toptirishi, ijtimoiy muhitni o'zgartirishi mumkin. I.Karimov "Kadrlash tayyorlash milliy dasturi" markazida ta'lim modelini qo'yib, uni to'la hayotga tatbiq qilganda jamiyatimizda quyidagi tub o'zgarishlar bo'lishini bashorat etgan, bular:

"Birinchidan, ijtimoiy-siyosiy iqlimga ijobiy ta'sir qiladi va natijada mamlakatimizda mavjud muhit butunlay o'zgaradi...

Ikkinchidan, ta'limning yangi modeli ishga tushgach insonning hayotda o'z o'rnini topish jarayoni tezlashadi...

Uchinchidan, ta'limning yangi modeli jamiyatda mustaqil fikrlovchi erkin shaxsning shakllanishiga olib keladi. O'zining qadr-qimmatini anglaydigan, irodasi baquvvat, iymoni butun, hayotda aniq maqsadga ega bo'lgan insonlarni tarbiyalash imkoniyatiga ega bo'lamiz.

To'rtinchidan, ta'limning yangi modeli jamiyatimizning potentsial kuchlarini ruyobga chiqarishda juda katta ahamiyat kasb etadi.

Beshinchidan, biz fuqarolik jamiyati qurishni o'z oldimizga maqsad qilib qo'yganmiz. Bu sohada dastlabki muhim qadamlar qo'yildi. Ishonchim komilki, vaqti soati kelib bugungi o'tish davri uchun zarur bo'lgan kuchli davlat funktsiyalari va alomatlari asta-sekinlik bilan tadrjiiy ravishda kuchli jamiyat zimmasiga o'tadi"¹. Bu masalalarni qadamba-qadam hal qilishda yoshlar, ayniqsa ularning tarbiyalanganlik darajasi hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ayniqsa, barcha o'quv yurtlarida tahsil olayotgan bo'lajak mutaxassislarni yuksak axloqli qilib tarbiyalashda ta'limning tarbiyalovchi imkoniyatlaridan keng foydalanish, darsdan tashqari tarbiyaviy ishlarning ilmiy asosda tashkil qilish katta ahamiyatga ega.

Barcha o'quv yurtida o'quv mashg'ulotlari har qancha yaxshi tashkil etilmasin kunning ikkinchi yarmida olib boriladigan tarbiyaviy ishlar bilan mustahkamlanmasa yoki tarbiyaviy ishlar yomon tashkil qilinsa, ta'lim jarayonida erishilgan natijaning qiymati pasayadi. Yoshlar egallagan bilimlari ijobiy insoniy munosabatlar tizimi orqali xulq-atvor normalariga aylanadi. Tarbiyaviy jarayon kishilarning o'zaro ta'sirlari, aloqalari, muloqotlari tizimidan iborat.

Tarbiyaviy jarayon eng avvalo shu aloqadorliklarning mohiyatini anglab, boshqarishni taqozo qiladi. Tarbiyaviy jarayonni boshqarish o'z-o'zini tashkil qilishning zarur sharoitidir. Yoshning ma'naviy qiyofasi tashqi muhit bilan muayyan munosabatlarga kirishar ekan, pirovard natijada o'z-o'zini tarbiyalash jarayonining yo'nalishini shart qilib g'o'yadi. Barcha o'quv yurtida tarbiyaviy ishlarning samaradorligi yoshlarning o'z-o'zini tarbiyalashiga zamin hozirlanishi bilan belgilanadi. Yoshlar tarbiyaviy jarayonini tashkil etish, uni rejalashtirish va boshqarishda g'oyaviy va mahsadga haratilgan, amaliy va tabaqalashtirib yondashish, har bir yosh shaxsining rivoji va kasb egallashiga qulay sharoit yaratish muhim hisoblanadi.

Yoshlar bilan tarbiyaviy ishlar olib borishda ko'proq milliylikka, milliy merosimizga e'tiborni qaratish lozim. Istiqloq tufayli buning uchun keng imkoniyatlar ochildi. Vatanimiz kelajagi bo'lgan bo'lajak mutaxassislarni odobli va barchajanob inson qilib tarbiyalashda milliy merosimizni imkoniyati, uning kishilarimizga yaqinligi, ta'sirchanligi bilan xarakterlanadi. Chunki biz istiqlolgacha o'zimiznikini chetga surib qo'yib rus, Yevropa madaniyati va tarbiyasiga bilib-bilmay ergashib o'zligimizni, o'z tilimizni ham unitayotgan edik. Shuning uchun milliy madaniyatimizni tiklash va uning vositasida yoshlarni tarbiyalash baxtiga muyassar bo'ldik. Shundan foydalanib ularga zamon ruhini berib, yangicha mazmun-ma'no berib, tarbiya ishiga sharqona ruh berishimiz lozim. Tarbiyada milliylik bu eng avvalo yosh psixologiyasi bilan bog'liq ichki kechinmalarni his etish, tashqi o'ziga mos xususiyatlar, ta'limda uning g'ururini paymol qilmay muomala qilish, sharqona usullardan keng foydalanishni taqozo qiladi. Shu asosda ta'lim-tarbiyada dunyo xazinasidan munosib o'rin olgan ota-bobolarimizning barchajanob merosi asosida o'z milliy tizimimizni tiklaymiz. Milliy merosda tashqi ko'rinishga emas, balki ko'prok axloq, ma'naviy dunyosiga asosiy e'tibor berilgan. Mamlakatimiz ravnaqi va kelajagi shu jamiyatda yashovchilarning ham moddiy, ham ma'naviy kamolotiga bog'liq.

Bo'lajak mutaxassislarni-yoshlar bilan tarbiyaviy ishlar olib borishda va o'tkazishda mavzularni, tadbirlarni fasllar, xalq, mamlakat hayotidagi ijtimoiy-siyosiy, tarixiy, ilmiy sanalar, xalqimiz va jahon ilmi madaniyatga munosib hissa qo'shgan olimu fuzololar, sarkardalar hayoti fabarchaati bilan hamda tinchlik, do'stlik, mehnat, kasb sohiblari, oila, Vatan, tabiatni sevishtirish va qo'riqlash, tozalik ozodalik bilan bog'liq tadbirlarga e'tibor berish muhim hisoblanadi. Tarbiyaviy tadbirlar ajdodlarimiz merosi, urf-odatlar, an'analar, insoniy aqloq-odob masallari bilan uzviy bog'liq olib borilgandagina samara berishi mumkin. Kundalik ijtimoiy-siyosiy voqealar bilan bog'lanmagan tarbiya yoshlarda

¹ Barkamol avlod orzusi. – Toshkent: – 1999. 42-43-betlar.

ularga nisbatan befarqlik kayfiyatini va umumiy ilm egallash va kasbiga ham shunday hissalamni uyg'otishga olib kelishi mumkin.

Barcha o'quv yurtida va yoshlar guruhlarida tarbiyaviy ishlar ta'sirchan bo'lishi uchun ularni rejalashtirishdan oldin kimlarga yo'naltirilgan bo'lsa (tarbiya ob'ekti), ularni xohishi istagi, qiziqishini og'zaki suhbat yoki so'rovlar orqali aniqlash, shulami hisobga olib, tarbiyaviy ishlarni rejalashtirish ijobiy natija beradi.

Shu bilan birga biz dastlabki urinish sifatida barcha o'quv yurtlarida tarbiyaviy ishlar haqida yaxlit bir tasavvur hosil bo'lishi uchun guruhlarini shakllantirish, ularda shaxslararo munosabatlar, ularning tarkibining bilim darajasi, yosh jins, miqdori, bosqichlari haqida pedagogik-psixologik ma'lumotlarni bayon qildik. Bularni barcha o'quv yurtlari rahbarlari, professor-o'qituvchilari, eng muhimi guruh rahbarlari, murabbiylari bilishlari juda muhim. Chunki bularni bilmasdan yoshlar tarbiyaviy ishlari haqida fikr yuritish mantiqsiz hisoblanadi. Shuningdek, barcha o'quv yurtlarida yoshlar tarbiyasi bilan shug'ullanuvchilarni bu boradagi hatti-harakat faoliyatlarining o'zaro muvofiqlashtirish modeli haqida o'z tajribamiz, ma'naviy-ma'rifiy, axloqiy-tarbiyaviy jihatdan yondashdik. Ochiq e'tirof etish kerakki, bu masala ilmiy va amaliy hali hal qilingan emas. Buning boisi uning ko'p komponentli tizim sifatida murakkabligidir. Ammo bu degani ko'p komponentli jarayonlarni yagona boshqarish holatiga keltirib bo'lmaydi degani emas. Bu jarayonni xotik holatdan boshqariladigan darajaga ko'tarish-ishtirokchilar eng avvalo o'quv yurti rahbarlarining tinimsiz mehnati, izlanishi, uzoq vaqt yoshlar tarbiyaviy jarayoni natijalarini tahlil qilish, yutuqlarini mustahkamlash, kamchiliklar sababini aniqlashi, bartaraf qilishi asosida, soat mexanizmiday o'zaro muvofiq ishlovchi tizim yaratishi mumkin.

Voyaga yetmagan yoshlarda Vatanga bo'lgan muhabbatni "BIZ BUYUK YURT farzandlarimiz" shiori ostida shakllantirishning ma'naviy-axloqiy tarbiyalashdagi o'rni

Buxoro davlat universiteti Axborot texnologiyalari fakulteti dotsenti, p.f.n. Zaripova
Gulbahor Kamilovna,
E-mail: dersuzala1972@gmail.com,

Toshkent Irrigatsiya va qishloq xo'jaligini mexanizatsiyalash
muhandislari instituti "Milliy tadqiqot universiteti Buxoro tabiiy resurslarni boshqarish instituti"
"Gidrotexnika inshootlar va nasos standiyalari" kafedrasida Gidrotexnika inshootlari (suv
xo'jaligida) yo'nalishi II-bosqich magistranti Salimova Dildora Bahodirovna
E-mail: dildora.salimova@gmail.com,

Voyaga yetmagan yoshlarda Vatanga bo'lgan muhabbatni "BIZ BUYUK YURT farzandlarimiz" shiori ostida shakllantirishning ma'naviy-axloqiy tomoniga diqqatimizni qaratar ekanmiz, buning naqadar etishib kelayotgan yoshlar kelajagiga bog'liqligini nazarda tutmog'imiz lozim. Prezidentimiz Sh.M.Mirziyoyev "Harakatlar strategiyasi"ning 5 yo'nalishining barcha bandlarida bunga katta e'tibor berganlar.

Har bir inson dunyoga kelar ekan u uch holatni oldindan hal etaolmaydi. Bular qaysi Vatanda tug'ilishi? Ota-onasini tanlay olmaslik va go'daklikda qo'yiladigan ism. Zero shulardan biz qaysi Vatanda tug'ilishni tanlay olmaslik tushunchasiga alohida to'xtalmoqchimiz. Sababi shuki, inson ulg'ayganda o'z nomini vaqti kelib almashtirishi mumkin. Taqdirida ota-onadek mehribon zotlar duch kelganda ham va hatto duch kelmaganda ham ularni ota-ona kabi hurmat qilib e'zozlashi mumkin. Ammo kindik qoni to'kilgan, ilk qadamini tashlagan, yoshligining eng beg'ubor damlarining shohidi bo'lgan Ona Vatani aslo almashtirib bo'lmaydi. Shunday ekan, biz Vatanimiz yoshu qariyalari Allohning nazari tushgan diyorimizni O'zbekistonni dunyoning eng go'zal jamiki mamlakatlaridan ham ustun ko'ramiz va shu tuyg'uni yoshlarimizda shakllantirishimiz bizning Vatanimiz oldidagi burchimizdir. Barcha davlatlarning o'z tarixi va o'sha zamonning buyuk namoyandalari bo'ladi. Mana shu buyuk davlat arboblardan tortib olimu allomalargacha, ta'lim-tarbiya sohasida tengi yoq ustozu murabbiylardan tortib tabibu donishmandgacha, mohir hunarmandlardan tortib shoiru mussavirlargacha, zabardast pahlavonu mehnatkash dehqongacha, qo'li gul pazandayu do'zandalargacha barchalari el yurt rivojida hissa qo'shgan INSONLAR bo'lib, dunyo o'tmishi minorasida bir g'isht qo'yib o'tishganlar. Biz ham bu buyuk ajdodlarimizning davomchilari hisoblanamiz.

O'zbekiston Respublikasining birinchi Prezidenti I.A.Karimov "Yuksak ma'naviyat – engilmas kuch" asarida: "Kelajagimiz poydevori bilim dargohlarida yaratiladi, boshqacha aytganda, xalqimizning ertangi kuni qanday bo'lishi farzandlarimizning bugun qanday ta'lim va tarbiya olishiga bog'liq. Buning uchun har qaysi ota-ona, ustoz va murabbiy har bir bola timsolida avvalo shaxsni ko'rishi zarur. Ana shu oddiy talabdan kelib chiqqan holda,