

## O'SMA KASALLIGINING KELTIRIB CHIQUARUVCHI OMILLAR VA ULARNING OLDINI OLIISHDA XALQ TABOBATINING O'RNI

**Axunjonova Hakima Abdumannabovna**

*CAMU Xalqaro Tibbiyot universiteti assistenti,*

**Vaqqosova Shohsanam Giyaziddinova**

*CAMU Xalqaro Tibbiyot universiteti Davolash ishi yo'nalishi talabasi.*

**Annotatsiya:** Bugungi kunda onkologik kasalliklar butun dunyo bo'yicha kuzatilmoqda. Ushbu maqolada o'sma kasalliklarini keltirib chiqaruvchi omillar va ularning oldini olishda xalq tabobatining o'rni haqida ma'lumotlar keltirib o'tilgan.

**Kalit so'zlar:** Metastaz, o'sma, immunobiologik kuch, ekologiya, polietiologik, gulkaram.

O'smalar – organizmdagi o'zgargan va o'zining odatdagi shakli hamda funksiyasini yo'qotgan hujayralardan iborat to'qimalarning o'sishi natijasida hosil bo'ladi.

O'smalarni xavfsiz va xavfli turlari farq qilinadi. Xavfsiz o'smalar atrofdagi to'qimani itaradi, suradi, ba'zan siqib qo'yadi, lekin ularni yemirmaydi. Xavfli o'smalar tez rivojlanib boshqa to'qimalarga o'sib kirib, ularni yemiradi bunda qon tomirlarga ham shikast yetadi. Qon va limfa tomirlari devorining yemirilishi natijasida qon yoki limfaga tushgan o'sma hujayralari turli a'zo va to'qimalarga metastaz beradi ya'ni o'smalar tarqalib ketadi. O'smalar butunlay olib tashlanmasa, qaytadan o'sib chiqadi (retsdiv beradi). Xavfsiz o'smalar metastaz bermaydi (tarqalmaydi), ammo paydo bo'lgan joyiga ko'ra hayot uchun xavfli bo'lishi (miyada yoki nafas va hazm yo'llarida bo'lsa, ularni siqib, ezib qo'yishi), shuningdek, uning bir qismi kesib tashlansa, qayta o'sishi mumkin. O'smalarning metastaz berish-bermasligi va metastaz berish tezligi organizmning immunobiologik holatiga bog'liq.

O'smalar o'sishi to'qimada cheksiz bo'linuvchi o'zgargan hujayralarning kichik guruhi vujudga kelishidan boshlanadi. Ular sekin-asta rivojlanadi. Bunda bir necha bosqich farq qilinadi:

- 1) o'sma hujayralarining notekis ko'payishi (giperplaziya);
- 2) o'choqli proliferatsiya, ya'ni to'qimaning o'sishi;
- 3) xavfsiz o'smalar hosil bo'lishi;

4) nihoyat, uning xavfli tus olishi (malignizatsiya). O'smalardan qon ketishi kamqonlikka, o'smalarning chirishi va moddalar almashinuvi buzilishidan hosil bo'lgan mahsulotlar organizmning zaharlanishiga sabab bo'ladi. O'smalar parenxima va stromadan tarkib topadi. Parenxima o'smalarning asosiy massasi bo'lib, uning o'sishi va tabiatini belgilaydi; stroma o'smalar atrofidagi biriktiruvchi to'qimadan hosil bo'ladi.

O'smalarning paydo bo'lishi va rivojlanishida organizmning tug'ma yoki hayotda orttirilgan umumiy reaksiyasi katta ahamiyatga ega. Irsiy omillar asosan, o'smalarga moyillikni, ya'ni organizmning o'sma paydo qiladigan ta'sirotlarga nisbatan ko'rsatadigan u yoki bu reaksiyasini belgilab beradi. O'smalar ta'sirini bartaraf etishda esa organizmning himoya, immunobiologik kuchlari, shuningdek, uning ovqatlanish va boshqalar hayot tarziga bog'liq umumiy holati katta ahamiyat kasb etadi.

Umuman o'smalar organizmga turli fizik, kimyoviy va biologik omillar ta'sir ko'rsatishi natijasida vujudga kelishi mumkin. Shuning uchun ham hozir o'smalarning kelib chiqishi ko'p omilli (polietiologik) jarayon deb qaraladi o'smalar, odatda 40 yoshdan keyin paydo bo'ladi. Hozirda ekologiyaning buzilishlari o'sma kasalliklarning yoshlar va hatto, bolalarda ham uchrashiga sabab bo'lmoqda.

O'smalarning oldini olish ularning kelib chiqishiga (gigiyenik profilaktika) va rivojlanishiga qarshi (rakning klinik profilaktikasi) tadbirlardan iborat. Gigiyenik profilaktika organizmga kanserogen ta'sir ko'rsatadigan omillarni yo'qotish yoki ularning miqdorini kamaytirishdan; klinik profilaktika esa o'sma oldi kasalliklarini o'z vaqtida aniqlab, davolashdan iborat. Aholi o'rtasida muntazam (sistemali) ommaviy profilaktik tekshiruvlar o'tkazish va ayrim aholi guruhlarini dispanserizatsiya qilish katta ahamiyatga ega. Kasallikning boshlang'ich belgilari paydo bo'lganda darhol vrachga murojaat qilish kasallikni barvaqt aniqlashda nihoyatda muhim.

Hozirgi kunda kasalliklarni davolash, oldini olishda xalq tabobatidan foydalanish keng joriy etilmoqda. Rak ya'ni o'sma kasalliklarini oldini olishda tabiiy karamdoshlar oilasiga mansub quritilgan sabzavotlardan foydalanish ancha unumli hisoblanadi. Gulkaramlarda o'sma kasalliklariga qarshi ta'sir etuvchi, S vitamini, Glyukozinolatlar, Folat kislotasi kabilar mavjud. Normal miqdorda gulkaram iste'mol qilgan odam kundalik C vitamini ehtiyojining 77 foizi, kundalik K vitamini ehtiyojining 20 foizi, B6 vitamini va folatga bo'lgan kunlik ehtiyojning 10 foizi yoki undan ko'prog'ini olishi va saraton kasaligiga qarshi kurashishi mumkin. Gulkaramda tola va suv ko'p bo'ladi. Shuning uchun ich qotishining oldini olish, ovqat hazm qilish tizimini sog'lom saqlash va yo'g'on ichak saratoni xavfini kamaytirish va xun tolasi immunitet tizimini va yallig'lanishni tartibga solishga ham yordam beradi. Gulkaramdagi xolin moddasi hujayra membranalarini strukturasi saqlashda va surunkali yallig'lanish jarayonlarini oldini oladi. Natijada, bu yurak-qon tomir kasalliklari, diabet, saraton va semirish kabi yallig'lanish bilan bog'liq holatlar xavfini kamaytirishga yordam beradi. Quritilgan gulkaramda antioksidantlardan biri indol-3-karbinol mavjud bu esa asosan reproduktiv saraton kasaligiga chalingan hujayralarni avvalgi holatiga qaytishiga yordam beradi.

Asosan hozirda jiddiy ko'payib kelayotgan, ko'krak bezi saratoni, yo'g'on va to'g'ri ichak saratoniga qarshi kurashish va davolash uchun karam mahsulotlari ancha samarali hisoblanadi. Albatta karam mahsulotlaridan shu kabi dorivor taomlar tayyorlaganimizda me'yoriy pishirishga e'tibor qaratish lozim. Eng yaxshi usullaridan

biri bunday mahsulotlarni shunday ya'ni pishirilmagan hoida iste'mol qilinsa natija sifati ancha samarali bo'ladi.

Har qanday turdagi xavfsiz o'smalar shifokor nazoratini talab etadi. Muolaja yakunlanganidan keyin ham bemor 3-5 yil davomida mutaxassis ko'rigidan o'tib turishi lozim. Buyurilgan barcha tavsiyalarga amal qilishi, sog'lom turmush tarzi, boyitilgan taomnoma va eng muhim og'ir asoratlarga olib keluvchi har qanday holat, hatto oddiy shamollashga ham yo'l qo'yib bo'lmaydi.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Abdumannabovna A. H., Zakirjonovna T. S. THE ROLE OF CABBAGE IN THE PREVENTION OF TUMOR DISEASES //Scientific Impulse. - 2022. - T. 1. - №. 3. - С. 680-682.

2. Akhunjonova Hakima Abdumannabovna, Tillaboeva Surayo Zakirjonovna, Turgunbayev Fazliddin son of Avazbek //THE ROLE OF CABBAGE IN THE PREVENTION OF TUMOR DISEASES// Международный научный журнал «Научный импульс» № 3 (100), часть 1. Октябрь, 2022. 699-701 стр.

3. H.A. Akhunjonova, U.S. Makhamatov, K.M. Saydullayeva, K.O. Khojimatov, U.A. Teshaboyev, F.A. Turgunbayev//FEEDING IN EARLY CHILDHOOD, BREAST MILK AND ITS IMPORTANCE FOR THE HEALTH OF THE CHILD AND MOTHER//“Journal of clinical and preventive medicine” 2022. № 2. 61-64.

4. Akhundjonova Khakima Abdumannabovna, Kadyrjonova Feruza Nematjonovna, Turgunbayev Fazliddin son of Avazbek//RULES OF RATIONAL NUTRITION FOR PATIENTS WITH CORONAVIRUS// Международный научный журнал «Научный импульс» № 7(100), часть 2 Февраль, 2023.90-94стр.

5. Akhundjonova.K., & Kholbobaeva.S. //IMPORTANT INFORMATION ABOUT VITAMINS.// В ТЕОРЕТИЧЕСКИХ АСПЕКТАХ В ФОРМИРОВАНИИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАУК (Т. 2, Выпуск 18, сс. 183–188). (2023). Zenodo.

6. Ахунжонова.Х., & Юсупова.М. //УПРАВЛЕНИЕ РАЦИОНАЛЬНЫМ ПИТАНИЕМ В ПРОФИЛАКТИКЕ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.// В international bulletin of medical sciences and clinical research (Т. 3, Выпуск 10, сс. 140–146). (2023). Zenodo.

7. Akhundjonova Khakima Abdumannabovna, Saidullaeva Kamila Mirshodovna, Tillaboeva Surayo Zakirjonovna (2023). //THE ROLE OF VEGETABLES IN THE SPREAD AND PREVENTION OF TUMOR DISEASES// "Экономика и социум" №5(108)

8. Hakimaxon Axunjonova Abdumannabovna//SARATON KASALLIGIDA VITAMINLARNI QO'LLAMASLIK SABABLARI HAQIDA// O'zbekistonda fanlararo innovatsiyalar va ilmiy tadqiqotlar jurnali. № 4 (20.01.2022) 19-23bet.

9. Хакима Ахунжонова Абдуманнобовна//Рак молочной железы и его профилактика//Pedagogical sciences and teaching methods. Berlin.11.12.2021.240-244bet
10. Normatova, S. A., & Parpiyeva, O. R. (2024). ASSESSMENT OF THE ROLE OF RISK FACTORS IN THE DEVELOPMENT OF BREAST CANCER. *THEORY AND ANALYTICAL ASPECTS OF RECENT RESEARCH*, 2(21), 74-78.
11. Rakhmanovna, P. O. (2022). Nutrition and diet in breast cancer. *Texas Journal of Medical Science*, 7, 27-30.
12. Rakhmanovna, P. O., & Ugli, O. A. D. (2021). Modern Scientific Research In Oncological Diseases. *The American Journal of Medical Sciences and Pharmaceutical Research*, 3(03), 117-121.
13. Rakhmanovna, P. O., & Ugli, O. A. D. Mental-emotional Disorders in Patients with Oncological Disiases. *EPRA International Journal of Multidisciplinary Research (IJMR)*, 7, 232-235.
14. Parpiyeva, O. R. (2019). PSYCHOLOGY OF PATIENTS WITH ONCOLOGICAL DISEASES. *Theoretical & Applied Science*, (6), 642-645.
15. Parpiyeva, O. R. (2023). THE IMPORTANCE OF THE NURSE'S ACTIVITY IN CARRYING OUT PATRONAGE OF ONCOLOGICAL PATIENTS. *Евразийский журнал медицинских и естественных наук*, 3(8), 53-56.
16. Парпиева, О. Р., & Хайриллоев, Х. И. (2023). ОНКОЛОГИК БЕМОРЛАР ПАТРОНАЖИНИ ОЛИБ БОРИШДА ТИББИЁТ ХОДИМЛАРИ ФАОЛИЯТИНИНГ АҲАМИЯТИ. *Scientific Impulse*, 1(10), 936-940.
17. Parpiyeva, O., Xayrilloyev, X., & G'ofurjonov, D. (2023). ONKOLOGIK KASALLIKLARDA BEMORLAR RUHIYATIDAGI O 'ZGARISHLAR VA DEONTOLOGIYA. *Евразийский журнал медицинских и естественных наук*, 3(5), 117-122.
18. Parpiyeva, O. (2023). “КО ‘KRAK BEZI SARATONI BILAN KASALLANGAN AYOLLAR OVQATLANISHINI KORREKTSIYALASHNI ILMIY ASOSLASH” MAVZUSI BO ‘YICHA ADABIYOTLAR TAHLILI. *Евразийский журнал медицинских и естественных наук*, 3(12), 168-177.
19. Парпиева, О. Р. (2023). КЎКРАК БЕЗИ САРАТОНИ ҲАҚИДА ТУШУНЧА. *Finland International Scientific Journal of Education. Social Science & Humanities*, 11(3), 446-454.