

## TROPIK MINTAQA XALQLARIDA TER BEZLARI FAOLIYATI

**Qurbonova S.R**

(Toshkent Tibbiyot Akademiyasi 2-kurs talabasi)

**Ishandjanova S.X**

(Toshkent Tibbiyot Akademiyasi Gistologiya va tibbiy biologiya kafedrasida katta o'qituvchisi, PhD)

**Annotatsiya:** Mazkur tezisdagi tropik iqlim sharoitida yashovchi xalqlarning teri bezlari faoliyati va uning organizmdagi termoregulyatsiya jarayonidagi o'rni tahlil qilinadi. Tropik mintaqalarning doimiy yuqori harorati va namlik darajasi inson tanasida fiziologik moslashuv mexanizmlarini, jumladan, ekkrin va apokrin bezlarning faoliyatini kuchaytiradi. Ushbu sharoitlarda teri bezlari ortiqcha issiqlikni chiqarib, tanani sovutish vazifasini bajaradi, shu bilan birga, toksinlar va mineral moddalar ajratib chiqariladi.

**Аннотация:** В диссертации анализируется деятельность кожных желез у людей, проживающих в тропическом климате, и ее роль в процессе терморегуляции организма. Постоянно высокий уровень температуры и влажности тропических регионов усиливает физиологические механизмы адаптации в организме человека, в том числе деятельность эккринных и апокринных желез. В этих условиях кожные железы выделяют избыточное тепло и охлаждают тело, одновременно выделяются токсины и минералы.

**Annotation:** This thesis analyzes the activity of the skin glands of the people living in tropical climate and its role in the process of thermoregulation in the body. Constantly high temperature and humidity level of tropical regions enhance the physiological adaptation mechanisms in the human body, including the activity of eccrine and apocrine glands. Under these conditions, the skin glands release excess heat and cool the body, at the same time, toxins and minerals are released.

**Kalit so'zlar:** tropic mintaqah , teri bezlari , termoregulyatsiya , ekkrin bezlar , apokrin bezlar , fiziologik moslashuv , suvsizlanish.

### KIRISH

Tropik iqlim mintaqalari doimiy ravishda yuqori harorat va namlik darajasi bilan ajralib turadi. Bu sharoitlar inson organizmida teri bezlari, ayniqsa ter bezlari faoliyatining intensivligini oshiradi. Teri bezlarining faoliyati organizmning issiqlik almashinuvini boshqarish, toksinlarni chiqarish va teri yuzasini nam holda saqlash uchun muhimdir.

Asosiy qism

1. Teri bezlari turlari va ularning funksiyasi



Ekkrin bezlari: Issiqlikni boshqarishda muhim rol o'ynaydi. Tropik xalqlarda bu bezlar doimiy ravishda faoliyatda bo'lib, issiqlikdan himoya sifatida ko'p miqdorda ter ishlab chiqaradi.

Apokrin bezlari: Ko'proq tananing stress yoki emotsional holatlarida faollashadi. Tropik xalqlarda apokrin bezlari issiqlik ta'sirida kamroq rol o'ynaydi, chunki issiqlikni boshqarish asosan ekkrin bezlari orqali amalga oshadi.

## 2. Tropik iqlim sharoitida fiziologik moslashuv

Uzluksiz issiqlik va namlik sharoitida yashovchi xalqlarda ter ishlab chiqarish hajmi ko'paygan bo'lib, bu organizmning ortiqcha issiqlikni chiqarish ehtiyojiga moslashgan. Teri yuzasida suv bug'lanishi orqali sovitish mexanizmi samarali ishlaydi.

Elektrolitlar (masalan, natriy va kaliy) yo'qotilishi tufayli bunday xalqlarda sho'r taomlarni iste'mol qilish yuqori bo'ladi.

## 3. Genetik va ekologik omillar

Tropik xalqlarning teri bezlari faoliyatini shakllantirishda genetik omillar muhim rol o'ynaydi. Ular odatda boshqalarga qaraganda ko'proq ter ishlab chiqarishga moyil.

Teri pigmentatsiyasi (melanin darajasi) ham quyosh nurlanishidan himoya qilishda muhim ahamiyatga ega.

## 4. Teri bezlari faoliyatining salomatlikka ta'siri

Doimiy namlik va issiqlikdan kelib chiqadigan ortiqcha terlash organizmda suvsizlanish va mineral yetishmovchiligiga olib kelishi mumkin.

Gigiyenaga rioya qilinmasa, ter bezlari faoliyatining oshishi terining yallig'lanishiga (masalan, dermatit) sabab bo'lishi mumkin.

## Xulosa

Tropik iqlim xalqlarida teri bezlari faoliyati iqlim sharoitlariga moslashgan holda yuqori darajada faoliyat ko'rsatadi. Bu issiqlikni boshqarish va organizmni sovitish mexanizmining asosiy qismidir. Shu sababli bunday xalqlarda gigiyenaga e'tibor berish, suv balansini saqlash va mineral moddalar iste'molini nazorat qilish zarur.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. "Human Adaptation to Tropical Climate" (Insonning tropik iqlimga moslashuvi).
2. "Sweat Glands and Thermoregulation in Different Climate Zones" (Har xil iqlim zonalarida ter bezlari va termoregulyatsiya).
3. PubMed (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>): Tibbiy va biologik ilmiy maqolalar platformasi. "
4. ResearchGate (<https://www.researchgate.net/>)
5. MedlinePlus (<https://medlineplus.gov/>)

