

TERI VA TERI KASALLIKLARI

Hayat Goncha

Toshkent Kimyo Xalqaro Universiteti davolash ishi fakulteti talabasi

Ilmiy rahbar Muxamedjanova N. I

Annotatsiyas Ushbu maqolada inson terisining tuzilishi, vazifalari, biologik jarayonlari va keng tarqalgan kasalliklari tahlil qilinadi. Teri inson organizmining eng katta organi bo'lib, tashqi muhit bilan tana o'rtasida himoya devori vazifasini bajaradi. Maqolada epidermis, dermis va gipodermis qatlamlarining xususiyatlari hamda terini sog'lom saqlash yo'llari ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: teri, epidermis, dermis, gipodermis, termoregulyatsiya, melanin, teri kasalliklari.

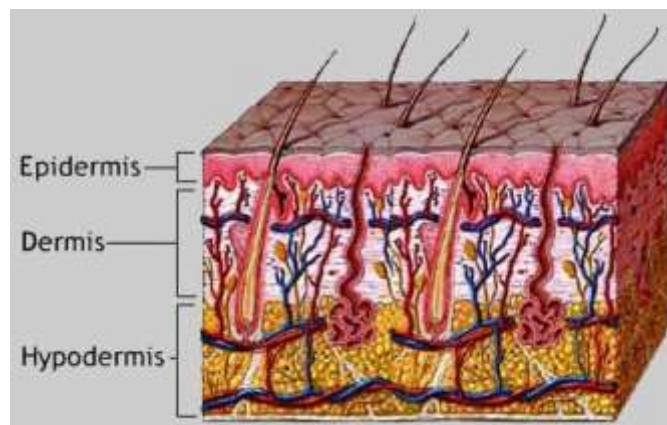
Kirish

Teri inson tanasining eng katta organi hisoblanadi. Voyaga yetgan odamda uning yuzasi o'rtacha 1,5–2 m², og'irligi esa tana vaznining 15 foizigacha yetadi. Teri himoya, sezgi, termoregulyatsiya va metabolik funksiyalarni bajaradi. Bugungi kunda teri kasalliklari ko'payib, jamoat salomatligi uchun muhim muammo bo'lib qolmoqda. [5] Hozirgi kunda teri parvarishi va teri go'zalligi uchun bir qator tibbiy yondoshuvlar mavjud. Terini himoyalash teri kaslliklarini davolash uchun juda sammarali texnologiyalar ishlab chiqilgan. Dunyo miqyosida hozirgi kunda dermatologiya fani bo'yicha eng yuqori ko'rsatgichlarni Korey va Yevropa davlatlari egallab kelmoqda. Bu yo'nalish endilikda bir sanoat va sanat darajasiga yetdi. Teri parvarishi uchun xizmat qiluvchi kosmetikalar va parvarish vositalarining ko'plab brendlariga asos solindi. Ushbu vositalar ayollar go'zalligi uchun juda foydali hisoblanadi.

Terining Tuzilishi

Teri uch asosiy qatlamdan tashkil topgan:

1. Epidermis: Tashqi qatlam bo'lib, keratin va melanin ishlab chiqaruvchi hujayralardan iborat.
2. Dermis: O'rta qatlam. Kollagen, elastik tolalar, qon tomirlari, nerv tolalari, ter va yog' bezlari, shuningdek tuk follikullari joylashgan.
3. Gipodermis: Ichki qatlam. Yog' to'qimasi issiqlikni saqlaydi va tashqi zarbalarni yumshatadi.



Bu qatlamlar uyg'un ishlashi terining mustahkamligi va elastikligini ta'minlaydi. [1]

Terining Funktsiyalari

Teri ko'plab hayotiy jarayonlarda ishtirok etadi:

- Himoya
- Sezgi
- Termoregulyatsiya
- Metabolizm

Teri qurishi esa ushbu funktsiyalarga salbiy ta'sir ko'rsatib, qichishish, qizarish va yoriqlarga olib kelishi mumkin. [2]

Biologik Jarayonlar

Teri hujayralari doimiy ravishda yangilanib turadi. Epidermis o'rtacha 28 kunda to'liq yangilanadi. Qo'l terisi tashqi ta'sirlarga ko'proq duch kelgani uchun tezroq qarib, qo'shimcha parvarishga muhtoj bo'ladi[3].



Teri Kasalliklari

Eng ko'p uchraydigan teri kasalliklariga ekzema, psoriaz, dermatit va teri saratoni kiradi. So'nggi yillarda esa teri vaskuliti va ayrim follikulit turlarining etiologiyasi va patogenezi keng o'rganilmoqda [4].



Parvarish

Sog'lom terini saqlash uchun quyidagilar tavsiya etiladi:

- To'g'ri va muvozanatli ovqatlanish, vitaminlardan foydalanish
- Shaxsiy gigiyenaga rioya qilish
- Quyosh nurlaridan himoyalash
- Yetarli uyqu va stressni kamaytirish



Xulosa

Teri inson hayotida beqiyos ahamiyatga ega bo'lgan, organizmning eng katta organidir. Sog'lom teri nafaqat jismoniy, balki ruhiy salomatlikning ham muhim ko'rsatkichidir. Teri kasalliklarini oldini olish esa umumiy hayot sifatini oshiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Eshboev E.X., Tashkenbayeva U. Dermatovenerologiya. Toshkent, 2019.
2. Med24.uz – “Teri quruqligi” (<https://med24.uz/uz/bolezn/sukhost-kozhi>)
3. Proza.uz – “Nega qo'l terisi tez qariydi” (<https://proza.uz/posts/nega-qol-terisi-tez-qariydi-va-ularni-qanday-parvarish-qilish-kerak>)
4. Dermatology-kf.uz – Dermatologik maqolalar (<https://dermatology-kf.uz>)
5. Platina.uz – “Teri kasalliklari jins tanlamaydi” (<https://platina.uz/o%27z/2024/3/18/teri-kasalliklari-jins-tanlamaydi>)