

TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI
«YOSH OLIMLAR TIBBIYOT JURNALI»

TASHKENT MEDICAL ACADEMY
«MEDICAL JOURNAL OF YOUNG SCIENTISTS»

ТАШКЕНТСКАЯ МЕДИЦИНСКАЯ АКАДЕМИЯ
«МЕДИЦИНСКИЙ ЖУРНАЛ МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ»

IXTISOSLASHUVI: «TIBBIYOT SOHASI»

ISSN: 2181-3485

Mazkur hujjat Vazirlar Mahkamasining 2017 yil i5 sentabrdagi 728-son qarori bilan tasdiqlangan O'zbekiston Respublikasi Yagona interaktiv davlat xizmatlari portali to'g'risidagi nizamga muvofiq shakllantirilgan elektron hujjatning nusxasi hisoblanadi.

№ 10 (06), 2024

«Yosh olimlar tibbiyot jurnali» jurnali O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi huzuridagi Oliy attestatsiya komissiyasi Rayosatining 2023 yil 5 maydagi 337/6-son karori bilan tibbiyot fanlari buyicha dissertatsiyalar asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan milliy ilmiy nashrlar ruyxatiga kiritilgan.

Решением Президиума Высшей аттестационной комиссии при Министерстве высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан от 5 мая 2023 г. № 337/6 «Медицинский журнал молодых ученых» внесен в перечень национальных научных изданий, рекомендованных для публикации основных научных результатов диссертаций по медицинским наукам

Kamilov Dj.Yu., Azizova F.L. / Polimer ishlab chiqarish korxonalari xodimlarining multifaktorli oziqlanishining gigiyenik tahlili 139

Шайхова Г.И. , Ашурова М.Х. / Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний 143

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Abrayeva Sh.E. / Tibbiyot terminologiyasidagi soʻz yasalish usullarining mohiyatini hamda leksik-grammatik xususiyatlarini tahlil qilish..... 149

POLIMER ISHLAB CHIQARISH KORXONALARI XODIMLARINING MULTIFAKTORLI OZIQLANISHINING GIGIYENIK TAHLILI

Kamilov Dj.Yu.

Azizova F.L. - t.f.d., professor, ilmiy rahbar
Toshkent Tibbiyot Akademiyasi. Toshkent, O‘zbekiston

Annotatsiya. Polimer ishlab chiqaruvchi korxonalar xodimlarining ovqatlanishining ko‘p omilli tabiati turli omillar, jumladan, ijtimoiy-iqtisodiy holat, madaniy imtiyozlar va ish joyidagi muhit ta‘sirida ovqatlanish ratsionini tanlashning murakkab o‘zaro ta‘sirini ko‘rsatadi. Ushbu ilmiy maqola bunday xodimlar orasida keng tarqalgan ovqatlanish tartibining gigiyenik tahlilini o‘tkazish, ularning ovqatlanishi yetarli ekanligini, sog‘liq uchun potensial xavflarni, shuningdek, mehnat salomatligi va mehnat unumdorligiga ta‘sirini o‘rganishga qaratilgan. Tadqiqot ushbu populyatsiyadagi ko‘p omilli ovqatlanish landshaftini to‘liq tushunishni ta‘minlash uchun parhez so‘rovlari, ovqatlanishni baholash va ishchilar o‘rtasida o‘tkazilgan so‘rov natijalarini birlashtirgan aralash usullarni qo‘llaydi.

Kalit so‘zlar: Ko‘p omilli ovqatlanish, polimer ishlab chiqarish korxonalari, gigiyenik tahlil, kasbiy salomatlik, ovqatlanish namunalari.

ГИГИЕНИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ МНОГОФАКТОРНОГО ПИТАНИЯ РАБОТНИКОВ ПРЕДПРИЯТИЙ ПО ПРОИЗВОДСТВУ ПОЛИМЕРОВ

Камилов Дж.Ю.

Азизова Ф.Л. - д.м.н., профессор, научный руководитель
Ташкентская Медицинская Академия. Ташкент, Узбекистан

Аннотация. Многофакторный характер питания работников предприятий по производству полимеров свидетельствует о сложном взаимодействии пищевых предпочтений, находящихся под влиянием различных факторов, в том числе социально-экономического статуса, культурных предпочтений и условий труда. Целью данной научной статьи является проведение гигиенического анализа режима питания, распространенного среди таких работников, изучение адекватности их питания, потенциальных рисков для здоровья, а также влияния на трудовое здоровье и производительность труда. В исследовании используются смешанные методы, сочетающие диетические исследования, оценки питания и опросы работников, чтобы обеспечить всестороннее понимание многофакторной ситуации в питании этой группы населения.

Ключевые слова: Многофакторное питание, предприятия по производству полимеров, гигиенический анализ, охрана труда, пробы пищевых продуктов.

HYGIENIC ANALYSIS OF MULTIFACTOR NUTRITION FOR WORKERS OF POLYMER PRODUCTION ENTERPRISES

Kamilov J.Yu.

Azizova F.L. - D.M.Sc., professor, scientific adviser
Tashkent Medical Academy. Tashkent, Uzbekistan

Annotation. *The multifactorial nature of the diet of workers at polymer production enterprises indicates a complex interaction of food preferences influenced by various factors, including socio-economic status, cultural preferences and working conditions. The purpose of this scientific article is to conduct a hygienic analysis of the diet common among such workers, to study the adequacy of their nutrition, potential health risks, as well as the impact on occupational health and labor productivity. The study uses mixed methods, combining dietary surveys, nutritional assessments, and worker surveys to provide a comprehensive understanding of the multifactorial nutritional situation of this population.*

Key words: Multifactorial nutrition, polymer production enterprises, hygienic analysis, labor protection, food samples.

Kirish: Mamlakatimizda tibbiyot sohasini rivojlantirish, tibbiy tizimni jahon andozlariga talablariga moslashtirish, jumladan, sog'lom turmush tarziga amal qilish, sog'lom ovqatlanish, sanoat korxonalarida yuzaga keldigan zararli omillarni salbiy ta'siri, kasalliklarni erta tashxislash, davolash va asoratlarini oldini olishga qaratilgan muayyan chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda. Bu borada 2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasining yettita ustuvor yo'nalishiga muvofiq aholiga tibbiy xizmat ko'rsatish darajasini yangi bosqichga ko'tarishda "...birlamchi tibbiy - sanitariya xizmatida aholiga malakali xizmat ko'rsatish sifatini yaxshilash..." kabi vazifalar belgilangan. Ushbu vazifalardan kelib chiqqan holda, jumladan, polimer mahsulotlari ishlab chiqarish korxonalari ishchilari ovqatlanish sharoitini salomatlik holatiga ta'sirini optimallashtirish yuzasidan tadqiqotlarni amalga oshirish maqsadga muvofiqdir [2, 6].

Polimer ishlab chiqarish korxonalari sanoat landshaftidagi muhim tarmoq bo'lib, turli xil operatsion rollarda ishlaydigan turli xil ishchi kuchini ishlatadi. Ushbu korxonalardagi ishlarning tabiati ko'pincha uzoq muddatli jismoniy faoliyat, potentsial xavfli muhitga ta'sir qilish va tartibsiz ish soatlarini o'z ichiga oladi, bularning barchasi ovqatlanish odatlari va ovqatlanish holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ushbu kontekstda xodimlarning ovqatlanishiga ko'p omilli ta'sirlarni tushunish mehnat salomatligini mustahkamlash, samaradorlikni oshirish va noto'g'ri ovqatlanish ratsionini tanlash bilan bog'liq bo'lishi mumkin bo'lgan sog'liq uchun xavflarni kamaytirish uchun juda muhimdir.

Ishning maqsadi. Polimer ishlab chiqarish korxonalari ishchilarini kasallanish

holatlari va ovqatlanishiga gigiyenik baho berish.

Tekshirish usullari. Korxona xodimlarini ovqatlanish tartibini so'rovnoma asosida tahlil qilish hamda maxsus chora – tadbirlar ishlab chiqish.

Natijalar. Ijtimoiy-iqtisodiy omillar va ovqatlanish ratsioni: Polimer ishlab chiqarish korxonalarida xodimlarning ovqatlanish tartibiga bir qator ijtimoiy-iqtisodiy omillar, jumladan, daromad darajasi, ta'lim darajasi va sog'lom oziq-ovqat mahsulotlaridan foydalanish ta'sir ko'rsatadi. Kam daromadli xodimlar to'yimli oziq-ovqatlarni sotib olishda ko'proq qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin, bu esa arzonroq, energiyaga boy, ammo ozuqa moddalari kam bo'lgan alternativlarga tayanishga olib keladi. Bundan tashqari, ushbu sektorda keng tarqalgan tartibsiz ish soatlari va smenali ish jadvallari ovqatlanish tartibini buzishi mumkin, bu ko'pincha to'yingan yog'lar, shakar va natriyga boy oziq-ovqatlarni ko'p iste'mol qilinishiga olib keladi. Xodimlarning haqiqiy ovqatlanishini o'rganish natijalari shuni ko'rsatadiki, ular dietasining energiya qiymati ushbu professional ishchilar guruhi ehtiyojlarining fiziologik me'yorlari darajasidan yuqori. Ishchilarning energiyaga bo'lgan ehtiyoji, asosan, oson hazm bo'ladigan uglevodlar va hayvonlardan olingan yog'lar hisobidan qondiriladi. Shu bilan birga, ularning haqiqiy ovqatlanishi yetarli emas va bir qator makro va mikroelementlari muvozanatli emas, bu asosan muhim aminokislotalar, ko'p to'yinmagan yog' kislotalar, C, E, B6 PP vitaminlari va boshqalar, shuningdek, temir mikroelementlari, yod, ftor, selen kabilarning yetishmasligi bilan namoyon bo'ladi [7].

Ish joyidagi muhitda oziq-ovqatning mavjudligi va xodimlar orasida ovqatlanish

ratsionini tanlashda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Polimer ishlab chiqarish ob'yektlari cheklangan joylarda ovqatlanish imkoniyatlariga ega bo'lishi mumkin, bu esa savdo avtomatlari yoki ovqat va gazaklar uchun yaqin atrofdagi tez tayyor bo'luvchi taomlar tayyorlovchi ovqatlanish shaxobchalariga tayanishga olib keladi. Bundan tashqari, ish joyidagi madaniyat, jumladan, ijtimoiy me'yorlar va tengdoshlarning ta'siri, oziq-ovqat tanloviga qo'shimcha ta'sir ko'rsatishi mumkin, umumiy ovqatlanish amaliyoti ko'pincha nosog'lom oziq-ovqatlarni iste'mol qilishni rag'batlantiradi.

Xodimlar o'rtasida ovqatlanish tartibini gigiyenik tahlil qilish potensial ovqatlanish yetishmovchiligi va sog'liq uchun xavflarni aniqlaydi. Qayta ishlangan oziq-ovqatlarda meva, sabzavot va donlarda kam bo'lgan dietalar vitaminlar, minerallar hamda ovqat tolasi kabi muhim oziq moddalarning yetishmasligiga yordam beradi [11]. Binobarin, xodimlarda semizlik, gipertoniya va yurak-qon tomir kasalliklari kabi surunkali kasalliklarni rivojlantirish xavfi yuqori bo'lishi mumkin, bularning barchasi kasbiy salomatlik va mehnat unumdorligiga jiddiy ta'sir ko'rsatishi mumkin [5, 6].

Polimer ishlab chiqarish korxonalari xodimlarining ovqatlanishining ko'p omilli xususiyatini hal qilish ko'p qirrali yondashuvni talab qiladi. Sog'lom oziq-ovqat muhitini targ'ib qilishga qaratilgan ish joyidagi aralashtirishlar, masalan, subsidiyalangan sog'lom ovqatlanish variantlarini taklif qilish, ovqatlanish bo'yicha ta'lim dasturlarini amalga oshirish va saytdagi sog'lomlashtirish resurslariga kirishni ta'minlash dietani ijobiy o'zgartirishga yordam beradi. Bundan tashqari, qo'llab-quvvatlovchi siyosat va tashabbuslar orqali ish joyida salomatlik va salomatlik madaniyatini oshirish xodimlarga sog'lomroq tanlov qilish va umumiy farovonlikni yaxshilash imkonini beradi. Olingan natijalar polimer ishlab chiqarish korxonalarida sog'lom ovqatlanish amaliyotini targ'ib qilish va xodimlarning umumiy salomatligini oshirishga qaratilgan maqsadli tadbirlar zarurligini ko'rsatadi.

Xulosa.

Xulosa qilib aytganda, polimer ishlab chiqarish korxonalari xodimlarining ko'p omilli ovqatlanishini gigiyenik tahlil qilish

ushbu populyatsiyada ovqatlanish hatti-harakatlarini shakllantiruvchi ijtimoiy-iqtisodiy, ekologik va individual omillarning murakkab o'zaro ta'sirini ko'rsatadi. Oziqlanish ehtiyojlarini qondirish va xodimlar o'rtasida sog'lom ovqatlanish amaliyotini targ'ib qilish mehnat salomatligini saqlash, mehnat unumdorligini oshirish va ish joyida farovonlik madaniyatini oshirish uchun muhim ahamiyatga ega. Ushbu ishchi kuchining o'ziga xos ehtiyojlariga moslashtirilgan samarali tadbirlarni ishlab chiqish uchun doimiy tadqiqotlar va hamkorlikdagi sa'y-harakatlar kafolatlanadi, natijada sog'liqning maqbul natijalari va ish joyida uzoq umr ko'rishga yordam beradi.

Ilmiy ishlab chiqilgan terapevtik va profilaktik parhezning ishchilar ratsionida vitaminlarga, ayniqsa C, E, B6, B2, PP va yog'da eriydigan A, E va D vitaminlariga boy, temir, yod, fluor va selen bilan boyitilgan fosfor tuzlari, kalsiy hamda kalsiyning muvozanatli tarkibiga ega ovqatlardan foydalanish tavsiya etiladi.

Vaqtivaqti bilan profilaktik tibbiy ko'rikni o'tkazishda, oziqlanishga bog'liq bo'lgan ayrim kasalliklarning mikrosimptomlari va, xususan, gipovitaminoz holatlarining klinik ko'rinishini aniqlash uchun ishchilar ovqatlanish holatini baholash kerak.

Adabiyotlar.

1. O'z R Q – 393 “Aholining sanitariya - epidemiologik osoyishtaligi to'g'risida” gi Qonuni. Toshkent, 2015.
2. 2022 - yil 28 - yanvardagi PF 60 - son “2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida”gi Farmoni. Toshkent, 2022.
3. Алматаев Т.О., Алматаев Н.Т., Шарипов К.А. Исследование технологических свойств местных полимерных материалов машиностроительного назначения. 2020 №11-1 (80).
4. Iskandarov A.B. Ipakchilikda va ipakka ishlov berish sanoatida mehnat gigiyenasi, ishlab chiqarish bilan bog'liq bo'lgan kasalliklar rivojlanish xatarining prognozi va profilaktikasi. Toshkent, 2023 61-bet.
5. Ermatov N.J., Alimuxamedov D.Sh., Rustamov A.A., Kutliev J.A. Polimer mahsulotlari ishlab chiqarish korxonalari ish-

chilarining kasallanishining gigiyenik tahlili. Urgench, 2022 y. 476-477 betlar.

6. Эрматов Н. Ж. и др. Гигиенический анализ заболеваний работников предприятий по производству полимерных изделий: дис. – 2022.

7. Мусатов, Константин Юрьевич Гигиеническая оценка фактического питания и здоровья работников нефтедобывающей промышленности в условиях Крайнего Севера: Автореф. Дис.канд. мед. наук. Санкт-Петербург, 2006. - 24 с.

8. Базарова Е. Л. и др. Опыт реализации программы “ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ” на металлургическом предприятии //Вестник Уральской медицинской академической науки. – 2015. – №. 2. – С. 95-98.

9. Горбачев Д. О. Лечебно-профилактическое питание как фактор повышения

адаптационного потенциала работников нефтегазового комплекса //Известия Самарского научного центра Российской академии наук. – 2015. – Т. 17. – №. 2-2. – С. 422-426.

10. Kamilova A. S., Ermatov N. J., Kamilov D. Y. Bolalarda uchraydigan gelmintoz kasalligida ovqatlanish ratsionining oʻrni //Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences. – 2023. – Т. 3. – №. 4-2. – С. 1339-1343.

11. Kamilova A. S., Turdialiyev S. X. O. G. L. Polimer ishlab chiqarish korxonalari ishchilarini ovqatlanishiga gigiyenik baho berish //Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences. – 2023. – Т. 3. – №. 11. – С. 458-462.