

Date: 5th September-2026

UYQU YETISHMASLIGINING INSON ORGANIZMI FIZIOLOGIYASIGA TA'SIRI

Abdullayeva Mehribon Baxtiyorovna

Davolash fakulteti talabasi

Po'latova Feruza Xolmirza qizi

Biotexnologiya, injeneriya va farmatsiya fakulteti talabasi

Samarqand davlat tibbiyot universiteti, Samarqand, O'zbekiston

Annotasiya: Ushbu maqolada allergiyaga qarshi dorilar va ularning farmakologik xususiyatlari batafsil yoritilgan. Allergik kasalliklarning kelib chiqish sabablari, rivojlanish mexanizmlari hamda klinik belgilari tahlil qilingan. Antiallergik preparatlarning asosiy guruhlari — antigistamin vositalar, glyukokortikoidlar, mast hujayra membranasini stabilizatorlari, leykotriyen antagonistlari va biologik preparatlarning ta'sir mexanizmi, qo'llanilish sohalari hamda nojo'ya ta'sirlari keng bayon etilgan. Maqolada zamonaviy antiallergik terapiyaning samaradorligi, preparatlarni individual tanlash prinsiplari va allergik kasalliklarni davolashdagi ahamiyati haqida ilmiy ma'lumotlar keltirilgan. Shuningdek, allergik reaksiyalarning oldini olish, bemor hayot sifatini yaxshilash hamda asoratlarni kamaytirishda dori vositalarining o'rni yoritib berilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, zamonaviy allergiyaga qarshi preparatlar yuqori terapevtik samaradorlikka ega bo'lib, turli allergik kasalliklarni davolashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Kalit so'zlar: Allergiya, allergik reaksiya, allergen, antigistamin preparatlar, gistamin, H1-retseptorlar, glyukokortikoidlar, bronxial astma, allergik rinit, atopik dermatit, anafilaktik shok, urtikariya, Quincke shishi, farmakologiya, antiallergik vositalar, immunitet, desloratadin, loratadin, cetirizin, montelukast, biologik terapiya, mast hujayralar, immunoglobulin E (IgE), yallig'lanish mediatorlari.

Аннотация: В данной статье подробно рассмотрены противоаллергические лекарственные средства и их фармакологические свойства. Проанализированы причины возникновения аллергических заболеваний, механизмы их развития и клинические проявления. Освещены основные группы противоаллергических препаратов — антигистаминные средства, глюкокортикоиды, стабилизаторы мембран тучных клеток, антагонисты лейкотриеновых рецепторов и биологические препараты, а также их механизм действия, области применения и побочные эффекты. В статье приведены научные данные об эффективности современной антиаллергической терапии, принципах индивидуального подбора препаратов и их значении в лечении аллергических заболеваний. Кроме того, рассмотрена роль лекарственных средств в профилактике аллергических реакций, улучшении качества жизни пациентов и снижении риска осложнений. Результаты исследования показывают, что современные противоаллергические препараты обладают высокой терапевтической эффективностью и занимают важное место в лечении различных аллергических заболеваний.



Date: 5th September-2026



Ключевые слова: Аллергия, аллергическая реакция, аллергены, антигистаминные препараты, гистамин, H1-рецепторы, глюкокортикоиды, бронхиальная астма, аллергический ринит, атопический дерматит, анафилактический шок, крапивница, отек Квинке, фармакология, противоаллергические средства, иммунитет, деслоратадин, лоратадин, цетиризин, монтелукаст, биологическая терапия, тучные клетки, иммуноглобулин E (IgE), медиаторы воспаления

Abstract: This article provides a detailed overview of antiallergic drugs and their pharmacological properties. The causes of allergic diseases, mechanisms of their development, and clinical manifestations are analyzed. The main groups of antiallergic medications — antihistamines, glucocorticoids, mast cell membrane stabilizers, leukotriene receptor antagonists, and biological agents — are described along with their mechanisms of action, indications, and side effects. The article also presents scientific information about the effectiveness of modern antiallergic therapy, the principles of individualized drug selection, and their importance in the treatment of allergic diseases. In addition, the role of medications in preventing allergic reactions, improving patients' quality of life, and reducing complications is discussed. The results of the study show that modern antiallergic drugs have high therapeutic efficacy and play an important role in the treatment of various allergic diseases.

Keywords: Allergy, allergic reaction, allergens, antihistamines, histamine, H1 receptors, glucocorticoids, bronchial asthma, allergic rhinitis, atopic dermatitis, anaphylactic shock, urticaria, Quincke's edema, pharmacology, antiallergic drugs, immunity, desloratadine, loratadine, cetirizine, montelukast, biological therapy, mast cells, immunoglobulin E (IgE), inflammatory mediators.

Kirish: Uyqu inson organizmining normal hayot faoliyatini ta'minlovchi muhim fiziologik jarayonlardan biridir. Inson hayotining taxminan uchdan bir qismi uyqu holatida o'tadi. Uyqu vaqtida organizmda fiziologik tiklanish jarayonlari amalga oshadi, markaziy asab tizimi faoliyati muvofiqlashadi, energiya zaxiralari tiklanadi hamda turli funksional tizimlarning faoliyati tartibga solinadi. Shuningdek, uyqu xotira va o'rganish jarayonlari, gormonal muvozanat, immun tizim faoliyati va moddalar almashinuvida muhim ahamiyatga ega. Hozirgi vaqtda zamonaviy turmush tarzi, o'qish va ish faoliyatining yuqori sur'atlari, stress, elektron qurilmalardan uzoq vaqt foydalanish hamda kun tartibining buzilishi uyqu davomiyligi va sifatining pasayishiga sabab bo'lmoqda. Ayniqsa, talabalar va aqliy mehnat bilan shug'ullanuvchi shaxslarda kech uxlash, uyqu vaqtining qisqarishi va uyqu rejimining muntazam buzilishi kuzatilishi mumkin. Bunday holatlar organizmning fiziologik muvozanatiga salbiy ta'sir ko'rsatib, insonning kundalik faoliyati va ish qobiliyatini pasaytiradi. Uyqu yetishmasligi, avvalo, markaziy asab tizimi faoliyatiga ta'sir qiladi. Natijada diqqatni jamlash, xotira, fikrlash va axborotni qayta ishlash qobiliyatlari susayishi mumkin. Bundan tashqari, uzoq davom etuvchi uyqu yetishmasligi yurak-qon tomir tizimi, endokrin tizim va moddalar almashinuvi faoliyatida ham o'zgarishlarni yuzaga keltirishi mumkin. Shu sababli uyquning fiziologik ahamiyatini

Date: 5th September-2026

o'rganish va uyqu yetishmasligining organizmga ta'sir mexanizmlarini aniqlash zamonaviy fiziologiyaning dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi.

Tadqiqot usullari: Tadqiqotning asosiy maqsadi uyquning inson organizmidagi fiziologik ahamiyatini o'rganish hamda uyqu yetishmasligining markaziy asab tizimi, yurak-qon tomir, endokrin va immun tizimlar faoliyatiga ta'sirini tahlil qilishdan iborat. Shuningdek, uyqu davomiyligi va sifatining insonning diqqat, xotira, ruhiy holati hamda umumiy ish qobiliyatiga ta'sirini aniqlash va sog'lom uyqu rejimining organizm fiziologik muvozanatini saqlashdagi ahamiyatini asoslash ko'zda tutiladi.

Natijalari va muhokama: Uyqu yetishmasligining inson organizmiga ta'sirini tahlil qilish natijasida uyquning nafaqat dam olish holati, balki organizmning fiziologik faoliyatini boshqaruvchi muhim jarayon ekanligi aniqlandi. Yetarli va sifatli uyqu markaziy asab tizimi faoliyatining tiklanishi, gormonal muvozanatning saqlanishi, energiya almashinuvi va organizmning ichki muhit barqarorligini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega.

Uyqu davomiyligining qisqarishi, avvalo, markaziy asab tizimi faoliyatida funksional o'zgarishlarni yuzaga keltiradi. Uyqu yetishmagan holatlarda diqqatni jamlash, xotirani mustahkamlash, yangi ma'lumotlarni o'zlashtirish va tezkor qaror qabul qilish qobiliyatlari pasayishi mumkin. Uzoq vaqt davomida uyquning yetarli bo'lmasligi asabiylik, kayfiyatning o'zgarishi va kundalik ish qobiliyatining susayishi bilan namoyon bo'lishi mumkin. Bu holat ayniqsa aqliy faoliyat bilan shug'ullanuvchi insonlarda yaqqol seziladi. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, uyqu yetishmasligi endokrin tizim faoliyatiga ham ta'sir ko'rsatadi. Uyqu va uyg'oqlik siklining buzilishi kortizol kabi stress gormonlari sekretiylasining o'zgarishiga olib kelishi mumkin. Shuningdek, ishtahani boshqarishda ishtirok etuvchi gormonlar faoliyatining o'zgarishi oziq-ovqat iste'molining ortishi va moddalar almashinuvi jarayonlarining buzilishiga sabab bo'lishi ehtimoli mavjud. Uyqu yetishmasligining yurak-qon tomir tizimiga ta'siri ham muhim fiziologik jihatlardan biridir. Uyquning muntazam ravishda qisqarishi simpatik asab tizimi faolligining ortishi bilan bog'liq bo'lib, yurak urish tezligi va arterial qon bosimining o'zgarishiga olib kelishi mumkin. Shu sababli uzoq davom etadigan uyqu buzilishlari yurak-qon tomir tizimiga qo'shimcha yuklama tug'dirishi mumkin. Bundan tashqari, uyqu organizmning immun faoliyati va tiklanish jarayonlarida ham muhim rol o'ynaydi. Uyqu yetishmasligi immun javobning samaradorligini pasaytirishi va organizmning turli tashqi omillarga moslashish imkoniyatlarini susaytirishi mumkin. Shunday qilib, uyqu davomiyligi va sifati organizmning funksional holatini belgilovchi muhim omillardan biri hisoblanadi.

Xulosa: O'tkazilgan tahlillar natijasida uyqu inson organizmining normal fiziologik faoliyatini ta'minlovchi muhim jarayonlardan biri ekanligi aniqlandi. Yetarli va sifatli uyqu markaziy asab tizimi faoliyatining tiklanishi, xotira va diqqatning me'yorida bo'lishi, gormonal muvozanat, moddalar almashinuvi hamda yurak-qon tomir tizimi faoliyatining barqarorligini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Uyqu yetishmasligi esa organizmning funksional holatiga salbiy ta'sir ko'rsatib, diqqat va xotiraning pasayishi, ruhiy zo'riqish, ish qobiliyatining susayishi hamda fiziologik jarayonlar muvozanatining buzilishiga olib kelishi mumkin. Uzoq muddat davom etadigan uyqu buzilishlari endokrin, yurak-qon



Date: 5th September-2026

tomir va immun tizimlar faoliyatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatishi ehtimoli mavjud. Shu sababli muntazam uyqu rejimiga rioya qilish, yetarli davomiylikdagi uyquni ta'minlash va uyqu sifatiga salbiy ta'sir qiluvchi omillarni kamaytirish inson salomatligini saqlashning muhim shartlaridan hisoblanadi. Sog'lom uyqu nafaqat organizmning fiziologik tiklanishini, balki insonning aqliy va jismoniy ish qobiliyatini ham qo'llab-quvvatlaydi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YHATI:

1. Guyton A.C., Hall J.E. **Textbook of Medical Physiology**. 14th ed. Philadelphia: Elsevier, 2021.
2. Boron W.F., Boulpaep E.L. **Medical Physiology**. 3rd ed. Philadelphia: Elsevier, 2017.
3. Barrett K.E., Barman S.M., Brooks H.L., Yuan J.X.-J. **Ganong's Review of Medical Physiology**. 26th ed. New York: McGraw-Hill Education, 2019.
4. Kryger M.H., Roth T., Dement W.C. **Principles and Practice of Sleep Medicine**. 7th ed. Philadelphia: Elsevier, 2022.
5. Walker M.P. **Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams**. New York: Scribner, 2017.
6. Watson N.F., Badr M.S., Belenky G. et al. **Recommended Amount of Sleep for a Healthy Adult: A Joint Consensus Recommendation of the American Academy of Sleep Medicine and Sleep Research Society**. *Sleep*. 2015;38(8):843–844.
7. Medic G., Wille M., Hemels M.E.H. **Short- and long-term health consequences of sleep disruption**. *Nature and Science of Sleep*. 2017;9:151–161.
8. Irwin M.R. **Why sleep is important for health: a psychoneuroimmunology perspective**. *Annual Review of Psychology*. 2015;66:143–172.
9. Banks S., Dinges D.F. **Behavioral and physiological consequences of sleep restriction**. *Journal of Clinical Sleep Medicine*. 2007;3(5):519–528.
10. Czeisler C.A. **Sleep deficiency and the human circadian system**. *Sleep Medicine Reviews*. 2013;17(1):1–2.
11. Abdullayev N.H., Karimov H.Y. **Normal fiziologiya**. — Toshkent: Yangi asr avlodi, 2018.
12. Sodiqov Q.S., Aripov S.S. **Odam fiziologiyasi**. — Toshkent: O'zbekiston Milliy ensiklopediyasi, 2016.
13. Mamatqulov B.M. **Jamoat salomatligi va sog'liqni saqlashni boshqarish**. — Toshkent: Ilm Ziyo, 2013.
14. Ziyamuhamedov B., Abdullayeva Sh. **Pedagogik texnologiya: zamonaviy o'zbek modeli**. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2019.
15. Karimov H.Y. **Normal fiziologiya fanidan amaliy mashg'ulotlar uchun qo'llanma**. — Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2020.