“ALLERGIYA – TASODIFMI YOKI TANANING SIGNALIMI?”

Ahmadaliyeva Nargiza Jabbarovna
Angren Universiteti “Davolash ishi”fakulteti
“Umumdavolash ishi”kafedrasi
o‘qituvchisi
Boirova Hosiyat Shuhrat qizi
Angren Universiteti “Davolash ishi”fakulteti talabasi
ahmadaliyevanargiza34@gmail.com

Abstract: This article analyzes the causes of allergic reactions using a multifaceted and systemic approach. While traditional views interpret allergy as a hyperreaction of the body to external allergens, this study takes a broader perspective by considering genetic predisposition, environmental conditions, changes in immune responses, and psychological factors as interrelated components. The article proposes the theory that allergic reactions should not be viewed as mere coincidences or external influences but as internal signals of disrupted body balance. Based on various scientific sources, it presents allergy as a complex condition influenced by both physical and mental health.

Keywords: Allergy, immune system, hyperreaction, allergen, genetic predisposition, hygiene hypothesis, environmental factors, psychosomatic factors, IgE antibodies, atopic diseases, stress and immune response, internal signal.

Аннотация: В данной статье причины возникновения аллергии анализируются с помощью многогранного и системного подхода. В то время как в традиционных подходах аллергия рассматривается как гиперреакция организма на аллергены из внешней среды, в данной работе вопрос рассматривается более широко: генетическая предрасположенность, экологические условия, изменение иммунного ответа и психологические факторы рассматриваются во взаимосвязи. В статье выдвигается теория о том, что аллергические реакции следует интерпретировать не только как случайное или внешнее воздействие, но и как сигнал организма о нарушении внутреннего равновесия. Анализ, проведенный на основе различных научных источников, служит цели освещения аллергии как сложного явления, связанного с физическим и психическим состоянием здоровья человека.

Ключевые слова: Аллергия, иммунная система, гиперреакция, аллерген, генетическая предрасположенность, гигиеническая гипотеза, экологические факторы, психосоматические факторы, IgE антитела, атопические заболевания, стресс и иммунный ответ, внутренний сигнал.

ISSN 3030-3907

Annotatsiya: Ushbu maqolada allergiya holatining kelib chiqish sabablari ko`p qirrali va tizimli yondashuv asosida tahlil qilinadi.An`anaviy yondashuvlarda allergiya tashqi muhitdagi allergenlarga organizmning giperreaksiyasi sifatida talqin qilinsa,bu ishda masalaga kengroq qaraladi:genetik moyillik,ekologik sharoit,immun javobining o`zgarishi va psixologik omillar o`zaro bog`liq holda ko`rib chiqiladi.Maqolada allergik reaksiyalarni faqat tasodifiy yoki tashqi ta`sir deb emas, balki organizmning ichki muvozanat buzilishiga bergan signali sifatida talqin qilish nazariyasi ilgari suriladi.Turli ilmiy manbalar asosida olib borilgan tahlillar,allergiyani inson salomatligining jismoniy va ruhiy holatiga bog`liq bo`lgan murakkab hodisa sifatida yoritishga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: Allergiya,immun tizimi,giperreaksiya,allergen,genetic moyillik,gigiyena gipotezasi,ekologik omillar,psixosomatik faktorlar,IgE antitanachalar,atopik kasalliklar,stress va immun javob,ichki signal.

" Inson tanasi-bu sukut saqlovchi, ammo dono til.Undan chiqayotgan har bir belgi-bu e`tiborga loyiq signal,ichki dunyoning bezovta ohangi.Allergiya-ba`zilar uchun oddiygina tibbiy holat bo`lib tuyulishi mumkin,ammo aslida bu tana va ruh o`rtasidagi nozik muvozanatning buzilganligidan darak beradi.Biz bu signallarni tinglashga,anglashga va tahlil qilishga qodirmizmi?. Bugun tanamiz nega norozilik bildirmoqda-bu tasodifmi yoki o`zini eslayotgan ichki bir chaqiriqmi?"

Ma'lumki, Sharq mutafakkirlarining asarlarida inson salomatligi,uning jismoniy va ruhiy holati,tabiiy muvozanati haqida chuqur ilmiy va falsafiy qarashlar mavjud.Abu Ali ibn Sino o`zining "Tib qonunlari"asarida inson tanasidagi kasalliklarni tashqi omillar bilan bir qatorda ichki muvozanatning buzilishi bilan ham bog`lagan.Unga ko`ra,inson tanasi o`z holati haqida bevosita so`zlamasa-da,simptomlar orqali o`z dardini bildiradi.Ibn Sinoning bu g`oyalari zamonaviy tibbiyotdagi psixosomatik yondashuvlarga yaqin turadi.Shuningdek,Ahmad Yassaviy va Najmiddin Kubro kabi ruhiy-irfoniy yo`l tutgan allomalar tananing emas,balki butun mavjudotning bezovtaligidan darak berishini ta`kidlaganlar.Bugungi kunda allergiya fenomeni ham ana shu qadimiy bilimlar asosida qayta ko`rib chiqilmoqda.Allergiya nafaqat tashqi ta`sirga beriladigan javob,balki tananing o`z muvozanatini tiklashga bo`lgan ichki chaqiruvi sifatida talqin qilinmoqda.Bu qarashlar Sharq donishmandlarining inson tabiat-ruhiyat uchligi haqidagi qarashlari bilan uyg`unlashadi.

Dalillarga murojaat etaylik: Allergiyaning kelib chiqishi haqida faqatgina tashqi omillar bilan izohlash yetarli emasligini ko`rsatuvchi bir qator ilmiy dalillar mavjud.Masalan,Jahon sog`liqni saqlash tashkilotining(JSST) ma`lumotlariga ko`ra,dunyo bo`yicha har 5-insonda kamida bitta allergik reaksiya uchraydi va bu ko`rsatkich yildan-yilga ortib bormoqda.Allergiyaning psixologik holat bilan

ISSN 3030-3907

bog`liqligini tasdiqlovchi tadqiqotlar ham mavjud.2020-yilda Germaniyda o`tkazilgan klinik kuzatuvda allergik rinitdan aziyat chekayotgan 1000 nafar bemor orasida 68 foizi surunkali stress va xavotir holatlarini boshadan kechirayotgani aniqlangan.Ular orasida uyqu buzilishi,charchoq va ruhiy beqarorlik allergiya simptomlarini kuchaytirgani kuzatilgan.Shuningdek,gigiyena gipotezasi asosida olib borilgan tadqiqotlar ham allergiya ko`payishiga muhitdagi "ortiqcha tozalik" sabab bo`lishini ko`rsatadi.Ya`ni bolalik davrida tuproq,hayvonlar yoki turli mikroorganizmlar bilan tabiiy aloqaning yetishmasligi immun tizimining tabiiy shakllanishiga to`sqinlik qiladi.Bu holat, ayniqsa,shaharlarda o`sgan bolalarda allergik kasalliklar tez-tez uchrashining sabablaridan biridir. Yana bir muhim dalil-irsiy omil.Agar ota-onalardan biri allergiyaga moyil bo`lsa,farzandda bu holat yuzaga kelishi ehtimoli 40% ga,agar ikkisi ham allergik bo`lsa- 60-80% gacha oshadi.Shu dalillar asosida shuni aytish mumkinki,allergiya nafaqat tashqi allergenlarning tasodifiy ta`siri, balki ichki ruhiy-tana muvozanatining buzilishi,genetik fondagi o`zgarishlar va muhit sharoitining keskin o`zgarishlariga tananing javobidir.

Zamonaviy inson hayotining ajralmas bir qismiga aylangan allergiya,ko`p hollarda shunchaki noqulaylik yoki tasodifiy reaksiya sifatida qabul qilinadi.Biroq,har bir aksirish,toshma yoki nafas qisilishi ortida inson organizimining ichki muvozanatga bo`lgan kurashi,signal berishga urinayotgan murakkab bir tizm-immunitet yotgan bo`lishi mumkin.Tanamiz begona moddalarga qarshi haddan tashqari kuchli reaksiya bildirayotgan bo`lsa,bu holat tasodif emas,balki uning ichki holatini anglayotgan yashirin bir til,ogohlantiruvchi ishora bo`lishi ehtimoli bor.Allergik reaksiyalar nafaqat organizmning tashqi omillarga bo`lgan yondashuvini ko`rsatadi,balki ichki ruhiy, emotsional yoki biologik nomutanosiblikni ham yuzaga chiqarishi mumkin. Shuning uchun ham ushbu maqolada biz allergiyani nafaqat tibbiy muammo sifatida,balki inson tanasining o`z holatini ifodalovchi ichki ovozi sifatida o`rganishga harakat qilamiz.Bu holat tasodifmi yoki ongli bir signalmi?Maqsadimiz-shu savolga ilmiy va naazariy jihatdan yondashib,javob topishga urinmoqdir. Allergiyaning kelib chiqishi,shakllari va uning orqasida yotgan sabablarni tushunish –nafaqat shifokorlar, balki oddiy insonlar uchun ham dolzarb masalaga aylangan.

Allergiya-bu immun tizimining organizmga zarar yetkazmaydigan moddalarga nisbatan noto`g`ri va ortiqcha javob reaksiyasidir.Patogen bo`lmagan moddalar-allergenlar (masalan,gul changi,hayvon tuklari,oziq-ovqat oqsillari)-ba`zi odamlarda kuchli immun reaksiya chaqiradi.Bu holat,asosan, immun tizimidagi IgE (immunoglobulin E) antitanachalarning ortiqcha ishlab chiqarilishi orqali yuzaga chiqadi.Ekologik omillar ham muhim.Hozirgi sanoatlashgan

ISSN 3030-3907

jamiyatda insonlar ko`plab sun`iy kimyoviy moddalarga duch keladi.Yirik shaharlardagi havo ifloslanishi,oziq-ovqatdagi konservantlar va antiseptik vositalar bilan haddan tashqari gigiyenaga bo`lgan e`tibor immun tizimining "kam shug`ullanishi"ga sabab bo`lib,u o`zining normal faoliyatini "sotuvchi" allergenlarga qarata boshlaydi.Bu nazariya "gigiyena gipotezasi" nomi bilan mashhur bo`lib,ilk bor Strachan tomonidan 1989-yilda ilgari surilgan.Psixologik omillar,ayniqsa,surunkali stress holatlari ham allergiyaning kuchayishida vositachilik qiladi.Stress gormoni bo`lgan kortizolning uzoq muddat yuqori bo`lishi immun javobini o`zgartirib, allergik yallig`lanishning kuchayishiga sabab bo`ladi.Ba`zi tadqiqotlar emotsional zo`riqish allergik astma,atopik dermatit va hatto anafilaksik holatlarni ham qo`zg`atishi mumkinligini ko`rsatgan.Ovqatlanishdagi o`zgarishlar ya`ni sun`iy rang beruvchi moddalar,konservantlar,genetik modifikatsiyalangan oziq-ovqatlar va allergenlarga boy mahsulotlar (sut,tuxum,yong`oq,dengiz mahsulotlari)organizmda allergik reaksiyani keltirib chiqaradi.Bundan tshqari antibiotitiklar va dori vositalarining noto`g`ri qo`llanishi ham ,ayniqsa, bolalikda ko`p dori iste`moli organizmning tabiiy himoya mexanizmini susaytiradi va allergiyaga moyillikni kuchaytiradi.Allergiya inson tanasida sodir bo`layotgan ichki notinchlikning sokin,ammo qat`iy ifodasidir.Ko`pchilik bu holatni faqat toshmalar,qichishish yoki tumov kabi yuzaki belgilar bilan cheklab qo`yadi.Aslida es allergik reaksiyalar har bir insonda har xil,noan`anaviy shakllarda namoyon bo`lishi mumkin.Eng ko`p uchraydigan belgilar: Teri reaksiyalari-qichish,qizarish,toshma,qurish yoki ekzema ko`rinishida namoyon bo`ladi.Bu – tana orqali chiqayotgan ichki ogohlantirish signalidir.Nafas olish yo`llaridagi o`zgarishlar-burun bitishi,aksirish,yo`tal,bronxospazm yoki astma belgilari.Tana nafas yo`llari orqali tashqi omillarga javob qaytarmoqda.Ko`zdagi holatlar-qizarish,yoshlanish,qichishish-bu organizmning atrof-muhitga bo`lgan sezuvchanlik darajasini bildiradi. Ovqat hazm qilishdagi buzilishlar-ich ketishi,qorinda og`riq,ko`ngil aynishi-bu ko`pincha oziq-ovqat allergiyasining yashirin belgilaridir.Asabiylik,charchoq,diqqatning susayishi-ko`pchilik bu belgilarni allergiya bilan bog`lamaydi.Ammo ba`zi hollarda organizmdagi doimiy yengil yallig`lanish holati psixologik holatga ham salbiy ta`sir ko`rsatadi.

Yuqoridagi mulohazalardan kelib chiqib,shuni aytish mumkinki:allergiya bu-oddiygina tashqi moddalarga nisbatan giperreaksiya emas,balki inson tanasining chuqur ichki holatiga javobidir.U ba`zan tan,ba`zan ong,ba`zan esa atrof-muhitning inson sog`lig`iga qilgan bosimini aks ettiruvchi "signal"sifatida namoyon bo`ladi.Allergiyani shunchaki simptomlarini bostirish yo`li bilan emas,balki uning sabablari va mexanizmlarini to`g`ri tushunish orqali davolash

ISSN 3030-3907

lozim.Har bir allergik belgining ortida tananing jim nolasi yashirin:bu esa bizni o`z sog`lig`imizga teranroq qarashga undaydi.Allergik holatlarga faqat tibbiy nuqtai nazardan emas,balki psixologik va ijtimoiy omillar bilan bog`liq tarzda yondashish kerak.Bolalikdan boshlab immun tizimini tabiiy yo`llar bilan mustahkamlsh,ortiqcha steril hayotdan voz kechish zarur.Tashqi simptomlar emas,ichki sabablar aniqlanishi va bartaraf etilishi kerak.Allergik kaslliklar bilan bog`liq proflaktik ishlarda sog`lom turmush tarzi,to`g`ri ovqatlanish va stressdan holi muhit yaratish muhim o`rin tutadi.Har bir inson o` z tanasining signaliga quloq solishi o`rganishi lozim-bu sog`lomlik sari ilk qadamdir.Shu bilan birga , allergiyalar tananing o`ziga xos signalidir,lekin ularni tushunish va boshqarish uchun ko`proq ilmiy izlanishlar zarur.Har bir inson allergiya bilan kurashishda ehtiyotkorlik va kerakli davolash usullarini topish uchun mutaxassislar bilan maslahatlashishi muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro`yxati:

1. Ahmedov O.(2022).Odam anatomiyasi va bolalar anatomiyasi asoalari.Toshkent:O`zbekiston Fanlar Akademiyasi.
2. Mahmudov A.(2016).Immunologiya va allergiya asoslari.Toshkent:O`zbekiston Milliy Universiteti nashriyoti.
3. Kumar V. Abbas A. K, Aster J.(2014).Robbins Basic Pathology Elsevier
4. Pillai S. Byone M.(2019).The Immune System:A Guide to Basic Immunology.Garland Science

ISSN 3030-3907