

Date: 29th December-2025

**UMUMIY AMALIYOTDA TANA VAZNI O'ZGARISHLARI VA ULARNING
SOG'LIQQA TA'SIRI**

Muallif: Yuldasheva Charos

Guliston davlat universiteti

O'zbekiston

Email: charosyuldasheva018@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu tezis umumiy amaliyot sharoitida tana vazni o'zgarishlari va ularning uzoq muddatli sog'liq ko'rsatkichlariga ta'sirini o'rganishga bag'ishlangan. Tezis PubMed bazasida indekslangan «Weight Changes in General Practice» nomli ilmiy maqola asosida tayyorlandi. Tadqiqotda ortiqcha vazn va 2-tur qandli diabetga chalingan bemorlarda vazn kamaytirish bo'yicha tavsiyalarning samaradorligi baholangan. Natijalar shuni ko'rsatadiki, tibbiy nazorat ostida amalga oshirilgan maqsadli vazn kamaytirish yurak-qon tomir kasalliklari va umumiy o'lim ko'rsatkichlarini sezilarli darajada kamaytirmagan. Ushbu xulosalar sog'liqni saqlash amaliyotida vazn boshqaruvi bo'yicha yondashuvlarni qayta ko'rib chiqish zarurligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: tana vazni, umumiy amaliyot, ortiqcha vazn, 2-tur qandli diabet, sog'liq, o'lim ko'rsatkichlari.

Kirish

Bugungi kunda ortiqcha vazn va semizlik global sog'liqni saqlash tizimi uchun dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Klinik tavsiyalarda ko'pincha ortiqcha vaznga ega va 2-tur qandli diabet bilan kasallangan bemorlarga vazn kamaytirish tavsiya etiladi. Biroq ushbu tavsiyalarning uzoq muddatli sog'liq natijalariga ta'siri yetarlicha o'rganilmagan.

Maqsad

Tadqiqotning asosiy maqsadi umumiy amaliyot sharoitida tana vazni o'zgarishlariga ta'sir qiluvchi omillarni aniqlash va maqsadli vazn kamaytirishning uzoq muddatli sog'liq natijalariga ta'sirini baholashdan iborat.

Material va metodlar

Tezis uchta epidemiologik kogort tadqiqotiga asoslangan. Tadqiqotlarda tana vazni o'zgarishlari, chekish holati, ovqatlanish odatlari va sog'liq natijalari o'rtasidagi bog'liqlik statistik usullar yordamida tahlil qilingan.

Natijalar va muhokama

Tadqiqot natijalariga ko'ra, tana vazni o'zgarishiga asosan yosh, vaqt omili va chekishni tashlash kabi omillar kuchli ta'sir ko'rsatadi. Ovqatlanish va jismoniy faollik omillari esa uzoq muddatli vazn o'zgarishlarida kamroq ta'sirga ega ekanligi aniqlangan. 2-tur qandli diabet bilan kasallangan bemorlarda maqsadli vazn kamaytirish yurak-qon tomir kasalliklari, ularning o'limi va umumiy o'lim ko'rsatkichlarini sezilarli darajada kamaytirmagan.



Date: 29th December-2025

Xulosa

Olingan natijalar umumiy amaliyotda vazn kamaytirishga oid mavjud klinik tavsiyalarni tanqidiy baholash zarurligini ko'rsatadi. Sog'liqni saqlash amaliyotida vazn boshqaruvi individual yondashuv asosida olib borilishi va faqat vazn kamaytirishga emas, balki umumiy sog'lom turmush tarzini shakllantirishga yo'naltirilishi lozim.

ADABIYOTLAR:

1. Køster-Rasmussen R. Weight Changes in General Practice. Danish Medical Journal. 2017;64(6):B5376. PMID: 28566125.
2. Nasibov, B., Kamalova, M., Yuldasheva, C., Artikbekova, F., Sapaev, I., Nazarov, K., & Saydullaev, S. (2025, July). Monitoring the level of salinity of irrigated lands and groundwater in Andijan region. In *AIP Conference Proceedings* (Vol. 3256, No. 1, p. 040003). AIP Publishing LLC.
3. Shukhrat, K., & Charos, Y. (2025). THE ROLE AND IMPORTANCE OF SIMULATION TECHNOLOGIES IN THE EDUCATIONAL SYSTEM OF THE MEDICAL FACULTY. *IMRAS*, 8(6), 5-9.
4. Charos, Y. (2025). UNIVERSITET TALABALAR UCHUN SOG 'LOM TURMUSH TARZINI SHAKLLANTIRISH PEDAGOGIK MUAMMO SIFATIDA. *O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI*, 4(40), 256-260.
5. Urazaliyeva, I., Adilova, Z., & Yuldasheva, C. (2023). PROMOTING A HEALTHY LIFESTYLE AMONG STUDENT YOUTH. *Science and innovation*, 2(D6), 118-121.