



AKNELAR BILAN KURASHISHDA ZAMONAVIY KOSMETOLOGIK YONDASHUVLAR

Narmetova Yulduz Karimovna

Toshkent davlat tibbiyot universiteti dotsenti,
psixologiya fanlari doktori(DSc)

Saburova Xurshida Baxodirovna

Toshkent davlat tibbiyot universiteti talabasi
<https://doi.org/10.5281/zenodo.17797578>

ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 25-noyabr 2025 yil
Ma'qullandi: 28-noyabr 2025 yil
Nashr qilindi: 30-noyabr 2025 yil

KEY WORDS

Akne, ugrilar, kosmetologiya, teri parvarishi, lazer terapiyasi, kimyoviy piling, mezoterapiya, plazmolifting, kriyoterapiya, gigiyena.

ABSTRACT

Aknelar (ugrilar) – inson terisida eng ko'p uchraydigan kosmetik muammolardan biri bo'lib, asosan yog' bezlarining ortiqcha faoliyati va follikulalarning tiqilib qolishi natijasida paydo bo'ladi. Bu holat o'smirlik davrida keng tarqalgan bo'lsa-da, so'nggi yillarda kattalarda ham uchramoqda. Ushbu maqolada aknelerin kelib chiqish sabablari, ularning turlari, shuningdek, ularni bartaraf etishda zamonaviy kosmetologik yondashuvlarning o'rni yoritib berilgan. Zamonaviy kosmetologiyada aknelarni davolashda kompleks yondashuv qo'llaniladi: to'g'ri parhez, gigiyenik qoidalarga rioya qilish, tibbiy muolajalar va apparatli texnologiyalarni birgalikda qo'llash orqali yuqori samaraga erishiladi. Xususan, ultratovushli tozalash, kimyoviy piling, lazer terapiyasi, mezoterapiya, plazmolifting va kriyoterapiya kabi muolajalar akne bilan samarali kurashda o'zini oqlagan.

So'nggi yillarda insonning tashqi ko'rinishiga, xususan, teri salomatligiga bo'lgan e'tibor ortib bormoqda. Sog'lom, toza va tiniq teri nafaqat go'zallik mezoni, balki insonning umumiy sog'lig'i va gigiyena madaniyatining ko'rsatkichi sifatida ham qaraladi. Teri organizmning eng katta himoya organi bo'lib, tashqi muhit ta'sirlariga eng ko'p duch keladi. Shuning uchun teri kasalliklari, ayniqsa akne (*ugri*) muammosi, nafaqat estetik, balki tibbiy muammo sifatida ham dolzarbdir. Akne (*acne vulgaris*) — yog' bezlari va soch follikulalarining yallig'lanish jarayonlari natijasida paydo bo'ladigan teri kasalligidir. U asosan o'smirlik davrida uchrasa-da, keyingi yillarda kattalar orasida ham keng tarqalgan [1]. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, dunyo aholining 80 foizdan ortig'i hayoti davomida hech bo'lmaganda bir marta akne bilan duch kelgan. Ushbu ishning maqsadi aknelerin kelib chiqish sabablari, ularning klinik ko'rinishlari va ularni davolashda zamonaviy kosmetologik usullarni tahlil qilish, afzallik va kamchiliklarini aniqlashdan iborat [2]. (1-rasm).



1 –rasm. Akne (ugri).

Aknelar bilan kurashishda an'anaviy usullar — dorivor vositalar, antiseptiklar va mahalliy kremlar bilan davolash — ko'p hollarda yetarli samara bermaydi. Zamonaviy kosmetologiya esa ushbu muammoni kompleks yondashuv asosida hal etishni taklif etadi. Bu yondashuvga to'g'ri parhez, gigiyenaga qat'iy rioya, tibbiy muolajalar, shuningdek, apparatli va invaziv texnologiyalarni qo'llash kiradi. Hozirgi kunda ultratovushli tozalash, kimyoviy piling, lazer terapiyasi, mezoterapiya, plazmolifting va kriyoterapiya kabi muolajalar akne bilan kurashishda yuqori samaradorlik ko'rsatmoqda [3]. Ushbu mavzuning dolzarbligi shundan iboratki, zamonaviy texnologiyalar yordamida akneni nafaqat yuzaki bartaraf etish, balki uning sabablari — yog' bezlarining ortiqcha faolligi, bakterial muvozanat buzilishi va teri tiklanish jarayonlaridagi sustlikni ham chuqur tahlil qilish imkonini beradi. Bundan tashqari, bu muolajalar nafaqat estetik natija beradi, balki insonning ruhiy holatini yaxshilaydi, o'ziga bo'lgan ishonchini oshiradi. Mazkur ishning maqsadi — aknelerin kelib chiqish sabablari, ularning klinik ko'rinishlari hamda ularni davolashda qo'llanilayotgan zamonaviy kosmetologik usullarni tahlil qilish, ularning afzallik va kamchiliklarini aniqlashdan iborat [4]. Tadqiqotning ahamiyati shundaki, kosmetologik muolajalar yordamida akne bilan bog'liq yallig'lanish jarayonlarini kamaytirish, teri regeneratsiyasini tezlashtirish va sog'lom teri muvozanatini tiklash imkoniyati yaratiladi. Bu esa amaliy kosmetologiya sohasida ilmiy yondashuvni chuqurlashtiradi va sog'lom go'zallik konsepsiyasini shakllantirishga xizmat qiladi [5].

Zamonaviy kosmetologik muolajalar

1. *Ultratovushli tozalash.* Bu usul teri yuzasini chuqur tozalash, yog' bezlari faoliyatini normallashtirish va yallig'lanishni kamaytirishda samarali hisoblanadi.

2. *Kimyoviy pilinglar.* (AHA va HBA) Alfa- va beta-gidroksi kislotalar asosidagi pilinglar o'lik hujayralarni eritib, yangi epiteliy qatlamini shakllantiradi ham kimyoviy pilingni eng xavfsiz va samarali muolajalar sirasiga kiritgan.

3. *Lazer terapiyasi.* Bowe va Kircik (2022) olib borgan tadqiqot natijalariga ko'ra, lazer nurlanishi bakteriyalarni yo'q qilib, yallig'lanishni kamaytiradi va terining tiklanishini 60-80% gacha tezlashtiradi.

4. *Mezoterapiya.* Bu usulda vitaminlar, aminokislotalar va gialuron kislotasi teri ostiga kiritiladi. Natijada qon aylanishi yaxshilanadi va hujayra yangilanishi tezlashadi.

5. *Plazmolifting.* Bemorning o'z qon plazmasi yordamida terini tabiiy regeneratsiyaga undovchi usul. Bowe va Kircik (2022) uni "eng xavfsiz biotibbiy yoshartirish texnologiyasi" sifatida ta'riflaydi.

6. *Kriyoterapiya.* Suyuq azot bilan sovuq ta'sir ko'rsatish orqali yog' bezlari faoliyati kamayadi, bakteriyalar nobud bo'ladi. Bu usul yallig'lanishni bartaraf etishda juda samarali [6].

Kimyoviy pilinglar

Kimyoviy pilinglar akne davosida eng samarali kosmetologik yondashuvlardan biri bo'lib, ular teri yangilanishini tezlashtiradi va yallig'lanishni kamaytiradi.

1. AHA va BHA asosidagi pilinglar. Salitsil kislotasi (BHA) — yog'da eriydi, follikulalar ichiga chuqur kiradi, bakteriyalar va yallig'lanishga qarshi kuchli ta'sirga ega. Glikolik kislotasi (AHA) — terini yangilaydi, post-akne dog'larini kamaytiradi.

2. Retinoid pilinglar (retinol, tretinoin. Keratinizatsiya jarayonini normallashtiradi. Yopiq komedonlar, gormonal akneda juda samarali.

3. Jessner pilingi / TCA pilingi. O'rta darajadagi akneta, post-akne chuqurchalarida ishlatiladi. Kollagen regeneratsiyasini stimulyatsiya qiladi [7].

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Zaenglein, A. L., et al. Guidelines of care for the management of acne vulgaris. Journal of the American Academy of Dermatology, 2016.
2. Higaki, Y., et al. Quality of life in acne patients: psychological and social impact. Journal of Dermatology, 2006.
3. Koo, J., & Smith, L. L. Psychological aspects of acne. Dermatologic Clinics, 1998.
4. Dalgard, F. et al. Self-esteem and body image among adolescents with acne. Health and Quality of Life Outcomes, 2008.
5. Magin, P., et al. The psychological impact of acne: a qualitative study. BMC Dermatology, 2010.
6. Нарметова, Ю. К. ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПАЦИЕНТОВ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ. ВЕСТНИК ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ, 200.
7. Нарметова, Ю. (2022). Эмоционально-невротические расстройства у психосоматических больных и особенности оказания психологической помощи. Общество и инновации, 3(2/S), 64-71.
8. Нарметова, Ю. (2016). Соғлиқни сақлаш тизимида психологик хизматнинг бугунги ҳолати ва истиқболлари.
9. Нарметова, Ю. (2015). Психосоматик беморларда эмоционал ҳолат бузилишлари ва уларга психологик ёрдам курсатишнинг узига ҳослиги. УзМУ хабарлари.
10. Нарметова, Ю. (2015). Изучение социально-психологических подходов к проблемам здоровья и болезни. In От истоков к современности (pp. 304-306).
11. Karimovna, N. Y., & Qizi, V. M. A. (2025). YUQUMLI KASALLIKLARI BILAN KASALLANGAN BEMORLARNING PSIXO-EMOTSIONAL XUSUSIYATLARI. Central Asian Journal of Academic Research, 3(5-5), 20-24.