



ANALYSIS OF SMOKING IN ADOLESCENT GIRLS AND GIRLS IN MS EXCEL

Baxramov Rustam Raxmatullayevich¹, Raxmatullayev Mirzoxid Rustamovich², Meliboyev Eldor G'ulomjonovich³

¹ Samarkand State Medical Institute, Samarkand, Uzbekistan
Assistant of the Department of "Computer Science, Information Technology",

² Osh State University,
Faculty of Pediatrics, 1st year student
Osh, Kyrgyzstan,

³ Samarkand State Medical Institute, Samarkand, Uzbekistan
Faculty of Pharmacy, 1st year student

<https://doi.org/10.5281/zenodo.4968560>

ARTICLE INFO

Received: 05th June 2021
Accepted: 10th June 2021
Online: 15th June 2021

KEY WORDS

Smoking, MS Excel, coronavirus are more common among smokers, and smoking is becoming more common among young men and women.

ABSTRACT

Smoking shortens life expectancy and causes many diseases. It is beneficial for everyone to give up the habit of smoking once, so that everyone does not damage the respiratory tract by smoking. Smoking is now more common in adolescents. For the young organism, these harmful habits pose a serious threat to health, and their duration leads to confusion.

БАЛОҒАТ ЁШИДАГИ ЎҒИЛ ВА ҚИЗ БОЛАЛАРДА ТАМАКИ ЧЕКИШНИ MS EXCEL ДАСТУРИДА ТАҲЛИЛ ҚИЛИШ

**Бахрамов Рустам Рахматуллаевич¹, Рахматуллаев Мирзохид Рустамович²,
Мелибоев Элдор Гуломжонович³**

¹ Самарқанд давлат тиббиёт институти, Самарқанд, Ўзбекистон
«Информатика, информацион технологиялар» кафедраси ассистенти,

² Ош давлат университети,
Педиатрия факултети, 1 курс талабаси
Ош, Қирғизистон,

³ Самарқанд давлат тиббиёт институти, Самарқанд, Ўзбекистон
Фармация факултети, 1 курс талабаси

MAQOLA TARIXI

Qabul qilindi: 05-iyun 2021
Ma'qullandi: 10-iyun 2021
Chop etildi: 15-iyun 2021

KALIT SO'ZLAR

ANNOTATSIYA

Тамаки чекиш инсон умрининг қисқаришига олиб келади ва қўпгина касалликларни келтириб чиқаради. Ҳар бир инсон тамаки чекиб нафас йўллари зарарланмаслиги учун аввалом бор тамаки чекиш одатларидан воз кечиш



Кашандалик, MS Excel дастури, тамаки чекадиганлар коронавирусга кўпроқ чалиниши, тамаки чекиш ёш йигит қизлар ўртасида одат тусига кирмоқда.

инсон учун фойдалидир. Тамаки чекиш хозирги вақтда балоғат ёшидаги болаларда ҳам кўп учрамоқда. Ёш организм учун бу зарарли одатлар соғлиқ учун катта ҳавф солишлиги ва бунинг давомийлиги эса кашандачиликка олиб келади.

КИРИШ

Ҳозирги кунда тамаки чекиш катта ёшдаги инсонлардан ташқари балоғат ёшидаги болаларда ҳам кўпроқ учрамоқда. Умумий ҳолда тамаки чекиш инсон организми учун ўта зарарли эканлиги ҳақида маълумотларга эгамиз. Кўпинча биз тамаки чекиш фойдали деб ўйлаймиз сабаби инсон стрессга тушган вақти тамаки чекиш уни енгади. Чекиш билан ўша воқеаларни бир мунча эсдан чиқариш мумкин деган хулоса пайдо бўлади. Бу тўғри психологларнинг фикрича озгина вақтга бўлсада инсонда чалғишни бошидан ўтказди. Бугунги кунда кашандачилик катта ёшдаги кишилардан ташқари, балоғат ёшидаги йигит ва қиз болалар ўртасида тамаки чекиш анча юқорилаб бормоқда. Ёш йигит қизларни тамаки чекиши бу бир бирига мақтаниш ёки ҳамма ёшлар ўртасида ўйин кулги бўлганда қизиқиш билан чекиш ҳам мумкин. Шу ҳолатни такрорланиши эса чекишга аста секин ўрганиб боришга олиб келади. Бу билан улар ўсувчи организмга чекишнинг салбий таъсири жуда ҳам катталиги ҳақида ўйлашмайди. Тиббиётда мутахиссислар томонидан чекишни ёмон оқибатларга олиб келиши ҳақида жуда кўп маърузалар қилинади. Шунга қарамасдан кашандачилик ёш болалар орасида кўп учрамоқда. Мунтазам чекувчиларнинг ҳар ўнинчиси

саратондан вафот этади. Онкологик касалликларга учраганларнинг аксариятини чекувчилар ташкил қилади. Чекиш бошқа касалликларнинг зарарли оқибатларини каррасига оширади. Масалан, юрак ёки ўпканинг чекишга боғлиқ бўлмаган касалликлари ҳам бу иллат билан бирга жуда оғир кечади. Кексаликда ақлий заифликнинг олдини олишда чекиш қўл келади, деган бемаъни тушунча сақланиб қолган. Умуман, замонавий тиббиётда чекишнинг бирор бир ижобий жиҳати тасдиқланмаган.

Материал ва услублар: Чет элда ёш болалар ўртасида тамаки чекиш анча авж олган. Бу ёшдаги болаларда чекиш улар учун қизиқарли касбга ўхшайди. Чекишни ташлаш кўпчилик ўйлаганидек қийин нарса эмас. Бу иллатдан воз кечганларнинг 60 фоизи кейинчалик жуда осон бўлганини, билганларида анча олдин ташлашлари мумкин эканлигини айтишган. Тамаки қолдиғи ҳам зарарли. У ўртача 10-15 йилда чириб битади ва унғача тушган жойини зарарлаб туради. “Бир грамм никотин отни ўлдиради” деган гап бор. Бунинг яна бир тушунарли шаклини келтириб ўтиш ўринли – 5 дона тамаки таркибидаги никотин одамни ўлдиришга қодир. Яхшики организм бу зарарли моддани тўлалигича ўзлаштирмайди, йўқса шу пайтгача



кашандаларнинг бари қирилиб битарди. Тамаки тутуни мишьяк, формальдегид, кўрғошин, азот оксиди, аммиак каби қирқдан ортиқ канцерогенлар (саратон чақирувчилар) сақлайди. Ҳатто у безарар бўлганда ҳам кашанда вужудига сингиб кетгани ортидан келиб турувчи бадбўй ҳид барчани беҳузур қилади. Хозирги вақтда пандемия даврида чекиш муаммоси янгича тус олди. Коронавирус дастлабки зарбани ўпкага бераркан, чекиш натижасида қуруқшаб бораётган ҳаётий муҳим аъзо нисбатан осонроқ таслим бўлади. Бугунги кунда кўп кузатяпмиз – ўлим сабаби сифатида ўпка етишмовчилиги кўрсатилади. Бу асорат пайдо бўлишида айнан чекиш одати катта роль ўйнайди. Чиндан ҳам, шунча зарари бўлган бу маҳсулот сотуви нега тақиқлаб қўйилмаслиги кўпчиликини ўйлантиради. Гап шундаки, бирор давлат тамаки маҳсулотлар сотувини тўхтатса, дарҳол контрабанда бошланади, кашандалар ҳар қандай ўхшаш воситаларни чека бошлайдилар. Яна бир муҳим жиҳат – турли давлатларда сигарет қийматининг 70-90 фоизи турли солиқлар шаклида давлат ғазнасига тушади. Яъни деярли барча давлатлар чекишни йўқотишга эмас, бу маҳсулот савдосини назорат қилиб туришга интилади. Инсон танасининг асаб тизими тананинг бошқа барча органлари билан узвий боғлиқдир. Шундай экан инсоннинг асаб тизимига ёмон таъсир этувчи ҳар қандай ахборотлар, маълумотлар ва ҳаракатлар билингки тананинг бошқа органларига ҳам ўзининг салбий таъсирини кўрсатиши табиий ҳолдир. Бугун халқимиз инсоният учун таҳликали бўлган пандемия шароитида бўлиб турган бир пайтда, инсонларнинг

асаб тизими ҳам шунга яраша зарар кўриши, бу зарар ўз навбатида тананинг бошқа органларига ҳам маълум даражада ёшига қараб салбий таъсир кўрсатади. Бундай пайтлар айрим кишилар гўёки асаб тизимини тинчлантириш учун тамаки маҳсулотларини истемол қилади. Биз тамаки маҳсулотининг инсон организмга қанчалик ёмон таъсир кўрсатишини инсон органлари мисолида кўриб чиқамиз. Инсон тамаки чекиш асносида гўёки унинг таъсири йўқдай туюлади. Чекишни сурункали давом эттириш натижасида бош айланиши, бошида кам-кам йўталиши, кўзнинг кўриш қобилиятини бузилиши, хотиранинг пасайиши ёки бузилиши, тез-тез асабийлашиш ҳолатлари кузатилиб борилади.

Натижа: Балоғат ёшидаги йигитлар ва қизлар ўртасида тамаки чекувчиларни MS Excel дастурида таҳлил қилишни ҳисоблаб чиқамиз.

Бу жадвалда 14-16 ёшгача бўлган ўғил ва қиз болаларни тамаки чекиш ва чекмасликларини таққослаб ҳисоблаб чиқилган.

Олимлар тадқиқотига кўра чекувчиларда ўнлаб йиллар ўтсада саратоннинг баъзи турлари сурункали абсруктив ўпка касаллиги ва инсулт касаллиги ривожланиши сақланиб қолишлигини кўрсатди. Ҳар куни 10-15 сигарет чекувчи кишиларда 50 ёшдан кейин саратон касаллигига чалинмоқда. Тамаки ўпкани чириши оғиз ва томоқ бўшлиғидаги хужайра тўқималаринг ишдан чиқиши, жинсий заифлик, тишларнинг тўкилиши, кўриш қобилиятинг пасайиб кетиши, юрак қон



томоридаги шикастланишлар, ошқозон ичак касалликлари, қандли диабет хасталигига чалинишини ортиши ва бошқа касаллик хавфининг ортиши ва бошқа касалликларнинг муаллифидир. Тамаки чекишни ташлаш мумкин бунинг учун инсонда кучли ирода бўлиши керак. Кашанда чекишни ташлаши анча қийин кечади йўтал тутиши, холсизланиши, кайфияти ёмонлашиши мумкин.

Хулоса. Олимларнинг сўзларига кўра тамаки чекувчи кашандаларда коронавирусга чалиниш кўпроқ учрайди. Коронавирусга чалинган беморларда иситма чиқиши. Иштаханинг йўқолиши, мушаклардаги

оғриқлар, тамаки чекадиган инсонларда касаллик бошқаларга қараганда эртaroқ кечади. Якунида уларнинг нафас йўллариغا инфекция тушгани ҳам яққол сезилади. Шу сабабли кашандаларда коронавирус анча оғир кечади. Бундан ташқари нафакат сигарет чекувчиларда. Балки чилим чекувчиларга ҳам бу гаплар таалуқли эканлиги билишлари керак. Балоғат ёшидаги болаларда чекиш инсон организими учун зарарли эканлигини юқоридаги айтилган сўзлардан ҳам хулоса қилсак бўлади. Ҳар бир инсон ўз саломатлигини ўйлаши керак.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Е.А.Бабаян, М.Х.Гонополский "Наркология" Тиббиёт олийгохи талабалари учун ўқув қўлланма.
2. Ш.А. Мураталибов "Психологиядан маълумотнома". Тошкент
3. Б.У.Йўлдашев, Й.З.Зулунов, М.М.Алийев "Гиёҳвандлик умр кушандаси". Тошкент.
4. С.С.Азизова "Фармакология" Тошкент.
5. Гаппиров Б.Т. Талабаларда ахлоқий ўз-ўзини англашнинг ўқув жараёнидаги динамик тараққиёти: Псих.фанл.номз. ... дисс. – Т.: 1993. – 133 б.
6. Қурбониёзова З.К. Тарбиявий ишлар жараёнида ўқувчиларда миллий ўзликни англашни шакллантиришнинг педагогик асослари (Қорақалпоқ мактабларининг VII-IX синфлари мисолида): Пед.фанл.номз. ... дисс. автореф. – Т.: 2002. – 21 б.
7. Ғозиев Э. Психология: Ёш даврлари психологияси (Пед. инс-тлари ва уни-тлари учун ўқув қўлл. – Т.: Ўқитувчи, 1994. – 224 б.
8. http://med.uz/salomatlik/uz/perniciousHabits/detail.php?ELEMENT_ID=55644
9. <https://tma.uz/uz/2020/07/01/chekish-bu-zararli-odat>
10. <https://tiame.uz/uz/article/chekishning-salbiy-oqibatlar>
11. <https://old.xs.uz/index.php/homepage/zhamiyat/item/2922-kashandalik umr>
12. <https://ishtixonovozi.uz/29-kashandalik-solik-kushandasi-umr-zavoli.html>
13. <https://xabar.uz/jamiyat/kashandalik-kushandalik>