



COVID-19: ORIGIN, SPREAD AND WAYS OF PROTECTION

Abdullayev R.Sh.

Ordinator Central Asian Medical University.

e.mail: Abdullaev7@gmail.com.

Fergana, Uzbekistan.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18655470>

ARTICLE INFO

Received: 09th February 2026

Accepted: 15th February 2026

Online: 16th February 2026

KEYWORDS

Pandemic, PCR, vaccine, WHO, Coronavirus, antigen test, antibody.

ABSTRACT

This article briefly discusses the causes of the disease, the process of its spread around the world, and measures to prevent it. COVID-19 is an infectious disease caused by a new type of coronavirus, which was first identified in Wuhan at the end of 2019. Subsequently, the disease spread rapidly throughout the world and was declared a global pandemic by the World Health Organization (WHO). Information is provided about the transmission of the virus from person to person, mainly through airborne droplets, symptoms of the disease (fever, cough, shortness of breath, etc.), as well as severe complications. In addition, effective methods of protection are highlighted - observing personal hygiene, wearing a mask, maintaining social distance, and the importance of vaccination.

This topic is of great importance in improving health culture, preventing infectious diseases, and strengthening public health.

COVID-19: KELIB CHIQISHI, TARQALISHI VA HIMOYALANISH YO'LLARI

Abdullayev R.Sh.

Central Asian Medical University xalqaro tibbiyot universiteti ordinatori. e.mail:

Abdullaev7@gmail.com. Farg'ona, O'zbekiston.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18655470>

ARTICLE INFO

Received: 09th February 2026

Accepted: 15th February 2026

Online: 16th February 2026

ABSTRACT

Ushbu maqolada kasallikning paydo bo'lish sabablari, dunyo bo'ylab yoyilish jarayoni hamda undan saqlanish choralariga qisqacha to'xtalib o'tiladi. COVID-19 — bu yangi turdagi koronavirus sababli yuzaga kelgan yuqumli kasallik bo'lib, ilk bor 2019-yil oxirida Wuhan shahrida aniqlangan. Keyinchalik kasallik tez sur'atlarda butun dunyoga tarqalib, Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (JSST) tomonidan global pandemiya deb e'lon qilingan. Virusning odamdan odamga asosan



IF = 9.2

KEYWORDS

Pandemiya, PZR, vaksina, JSST, Koronavirus, antigen test, antitana.

havo-tomchi yo'li orqali yuqishi, kasallik belgilari (isitma, yo'tal, nafas qisishi va boshqalar), shuningdek, og'ir asoratlari haqida ma'lumot berilgan. Bundan tashqari, himoyalanishning samarali usullari — shaxsiy gigiyenaga rioya qilish, niqob taqish, ijtimoiy masofani saqlash va emlanishning ahamiyati yoritiladi. Mazkur mavzu sog'liqni saqlash madaniyatini oshirish, yuqumli kasalliklarning oldini olish hamda jamiyat salomatligini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

**COVID-19: ПРОИСХОЖДЕНИЕ, РАСПРОСТРАНЕНИЕ И СПОСОБЫ
ЗАЩИТЫ****Абдуллаев Р.Ш.**

Ординатор Центральноазиатский международный медицинский университет
SAMU. e.mail: Abdullaev7@gmail.com.

Фергана, Узбекистан.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18655470>

ARTICLE INFO

Received: 09th February 2026

Accepted: 15th February 2026

Online: 16th February 2026

KEYWORDS

Пандемия, ПЦР, вакцина, ВОЗ, коронавирус, антигенный тест, антитела.

ABSTRACT

В данной статье кратко рассматриваются причины заболевания, процесс его распространения по миру и меры профилактики. COVID-19 — это инфекционное заболевание, вызываемое новым типом коронавируса, впервые выявленным в Ухане в конце 2019 года. Впоследствии заболевание быстро распространилось по всему миру и было объявлено Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) глобальной пандемией. Представлена информация о передаче вируса от человека к человеку, главным образом воздушно-капельным путем, о симптомах заболевания (лихорадка, кашель, одышка и др.), а также о тяжелых осложнениях. Кроме того, освещены эффективные методы защиты — соблюдение личной гигиены, ношение маски, поддержание социальной дистанции, а также важность вакцинации. Данная тема имеет большое значение для повышения уровня культуры здоровья, профилактики инфекционных заболеваний и укрепления общественного здравоохранения.



Kirish. COVID-19 — bu SARS-CoV-2 nomli koronavirus sababli yuzaga keladigan yuqumli kasallik bo'lib, ilk bor 2019-yil oxirida aniqlangan. Ushbu kasallik qisqa vaqt ichida butun dunyoga tarqalib, global pandemiyaga aylandi. COVID-19 nafaqat sog'liqni saqlash tizimiga, balki iqtisodiyot, ta'lim va kundalik hayotga ham katta ta'sir ko'rsatdi.

Koronaviruslar oilasi avvaldan ma'lum bo'lib, ular odamlarda oddiy shamollashdan tortib og'ir nafas yo'llari kasalliklarigacha sabab bo'lishi mumkin. SARS-CoV-2 virusi hayvonlardan odamlarga o'tgan deb taxmin qilinadi. Virus asosan havo-tomchi yo'li orqali yuqadi.

COVID-19 belgilari yengil shakldan og'ir holatgacha farqlanishi mumkin. Eng ko'p uchraydigan simptomlar:

- Isitma
- Quruq yo'tal
- Holsizlik
- Ta'm va hid bilish qobiliyatining yo'qolishi
- Nafas qisishi

Og'ir holatlarda pnevmoniya, o'pka yetishmovchiligi va boshqa asoratlar kuzatilishi mumkin. Keksalar va surunkali kasalligi bor shaxslar xavf guruhiga kiradi.

Virus asosan:

- Yo'tal yoki aksirish paytida ajraladigan mayda tomchilar orqali
- Yopiq va shamollatilmaydigan joylarda
- Kasallangan shaxs bilan yaqin aloqa orqali yuqadi.

COVID-19 dan himoyalaniş uchun quyidagi choralar tavsiya etiladi:

1. Qo'llarni tez-tez sovun bilan yuvish

2. Niqob taqish (ayniqsa kasallik alomatlari bo'lsa)

3. Ijtimoiy masofani saqlash

4. Yopiq joylarni muntazam shamollatish

5. Vaksina olish

Vaksinatsiya kasallikning og'ir kechishini kamaytiradi va jamoaviy immunitet hosil bo'lishiga yordam beradi.

Pandemiya davrida ko'plab davlatlarda karantin choralari joriy etildi. Maktablar va oliy ta'lim muassasalari masofaviy ta'limga o'tdi. Ishlab chiqarish va xizmat ko'rsatish sohalari vaqtincha to'xtadi yoki cheklovlar bilan ishladi. Shu bilan birga, raqamli texnologiyalar va onlayn xizmatlar jadal rivojlandi.

COVID-19 — SARS-CoV-2 koronavirusi sababli yuzaga kelgan o'tkir respirator kasallik bo'lib, 2019-yil dekabr oyida aniqlangan va 2020-yilda Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) tomonidan pandemiya deb e'lon qilingan. Ushbu kasallik qisqa vaqt ichida dunyoning deyarli barcha mamlakatlariga tarqaldi va millionlab insonlarning hayotiga ta'sir ko'rsatdi.

Nazariy asoslar. Koronaviruslar — bu RNK viruslari oilasiga mansub mikroorganizmlar bo'lib, ular odamlar va hayvonlarda uchraydi. Oldin ham insoniyat SARS (2002–2003) va MERS (2012) kabi koronavirus kasalliklariga duch kelgan. COVID-19 esa yuqori yuquvchanligi sababli keng miqyosda tarqaldi.

SARS-CoV-2 virusi asosan nafas yo'llarini zararlaydi, biroq u boshqa organlarga ham ta'sir qilishi mumkin.

Virus quyidagi yo'llar bilan yuqadi:

- Havo-tomchi yo'li (yo'tal, aksirish, gaplashish paytida)



- Aerozollar orqali (yopiq va shamollatilmaydigan joylarda)
- Bevosita yaqin aloqa orqali
- Kam hollarda virus tushgan yuzalar orqali

Virus inson organizmiga kirgach, hujayralarga yopishib ko'payadi va immun tizim reaksiyasini keltirib chiqaradi.

COVID-19 ning inkubatsiya davri odatda 2 kundan 14 kungacha davom etadi. Ko'p hollarda alomatlar 4–6 kun ichida paydo bo'ladi. Ba'zi odamlar umuman simptomlarsiz (asimptomatik) bo'lishi mumkin, ammo ular virusni boshqalarga yuqtirishi ehtimoli mavjud.

COVID-19 belgilari turlicha namoyon bo'ladi:

- Isitma
- Quruq yo'tal
- Holsizlik
- Bosh og'rig'i
- Tomoq og'rig'i
- Ta'm va hid bilish qobiliyatining yo'qolishi

Kamroq uchraydigan belgilar:

- Ich ketishi
- Ko'ngil aynishi
- Mushak og'rig'i
- Ko'krak qafasida og'riq

Og'ir holatlar:

- Nafas yetishmovchiligi
- O'pka yallig'lanishi (pnevmoniya)
- Qon ivish muammolari
- Yurak, buyrak yoki miya faoliyatiga zarar

Xavf guruhlari

Quyidagi toifadagi insonlar og'ir kasallanish xavfiga ega:

- 60 yoshdan katta shaxslar
- Qandli diabet bilan og'riganlar
- Yurak-qon tomir kasalliklari bor bemorlar

- Semizlik
- Surunkali o'pka kasalliklari
- Immuniteti past shaxslar

Diagnostika usullari

COVID-19 aniqlash uchun quyidagi usullar qo'llaniladi:

- PCR testi (eng aniq usul)
- Antigen testi
- Antitana (antibody) testi
- Kompyuter tomografiyasi (o'pka zararlanishini aniqlash uchun)

Davolash usullari. COVID-19 ga qarshi maxsus dori vositasi dastlab mavjud bo'lmagan. Davolash asosan simptomatik tarzda olib borilgan:

- Isitma tushiruvchi dorilar
- Kislorod terapiyasi
- Yallig'lanishga qarshi vositalar
- Antikoagulyantlar (qon ivishining oldini olish uchun)

Og'ir bemorlar reanimatsiya bo'limida sun'iy nafas oldirish apparatiga ulanadi. Pandemiya davrida qisqa muddat ichida bir nechta vaksinalar ishlab chiqildi:

- Pfizer-BioNTech
- Moderna
- AstraZeneca
- Sinovac
- Sputnik V

Vaksinalar kasallikning og'ir kechishini va o'lim xavfini sezilarli darajada kamaytiradi. Emlash jamoaviy immunitet shakllanishida muhim rol o'ynadi.

Pandemiyaning ijtimoiy va iqtisodiy ta'siri. COVID-19 butun dunyo iqtisodiyotiga salbiy ta'sir ko'rsatdi:

- Ishsizlik darajasi oshdi
- Ko'plab korxonalar yopildi
- Ta'lim tizimi masofaviy shaklga o'tdi
- Ruhiy salomatlik muammolari ko'paydi



Shu bilan birga, onlayn savdo, masofaviy ish va raqamli xizmatlar rivojlandi.

Post-COVID sindromi (Long COVID).

Ba'zi bemorlarda kasallikdan keyin uzoq muddatli asoratlarni saqlanib qoladi:

- Tez charchash
- Nafas qisishi
- Xotira va diqqat susayishi
- Yurak urish tezlashuvi

Bu holat "Long COVID" deb ataladi.

Profilaktika choralarining ahamiyati.

Kasallikning oldini olish uchun:

- Shaxsiy gigiyenaga rioya qilish
- Yopiq joylarni shamollatish

- Kasallik belgilari bo'lsa, izolyatsiya qilish
- Vaksinatsiya muhim hisoblanadi.

Xulosa. COVID-19 insoniyat tarixidagi eng yirik pandemiyalardan biri bo'ldi. U sog'liqni saqlash tizimlari, iqtisodiyot va jamiyat hayotiga katta ta'sir ko'rsatdi. Ushbu pandemiya ilmfan, tibbiyot va global hamkorlikning naqadar muhim ekanini ko'rsatdi. Kelajakda shunga o'xshash xavflarga tayyor turish uchun sog'liqni saqlash tizimlarini mustahkamlash va profilaktik choralarni rivojlantirish zarur.

References:

1. World Health Organization (WHO). (2020). *Coronavirus disease (COVID-19) pandemic*. Geneva: WHO.
2. World Health Organization (2023). *Clinical management of COVID-19: Living guideline*. Geneva: WHO.
3. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2022). *COVID-19 Overview and Prevention Guidelines*. Atlanta: CDC.
4. Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., et al. (2020). *A Novel Coronavirus from Patients with Pneumonia in China, 2019*. *The New England Journal of Medicine*, 382(8), 727–733.
5. Huang, C., Wang, Y., Li, X., et al. (2020). *Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China*. *The Lancet*, 395(10223), 497–506.
6. Johns Hopkins University & Medicine. (2021). *COVID-19 Dashboard and Global Data Reports*.
7. Fauci, A. S., Lane, H. C., & Redfield, R. R. (2020). *Covid-19 — Navigating the Uncharted*. *The New England Journal of Medicine*, 382, 1268–1269.
8. Parpieva, O. R., Mamatkulova, M. T., Ruzibaeva, E. R., Rakhimova, H. A., Meliboeva, F. M., & Abdurazakova, I. A. (2023). *Clinical Features, Course Of Coronavirus Infection, Complications And Nature Of Post-Covid Syndrome In Children In The City Of Fergana*. *Journal of Advanced Zoology*, 44, 508.