



O'ZINI-O'ZI DAVOLASH: RETSEPTSIZ DORI ICHISHNING YASHIRIN XAVFLARI

Ergashova Dildora Abdulaziz qizi

Toshkent farmatsevtika instituti farmatsiya
fakulteti 1-bosqich talabasi

Eshonqulova Muxlisa Zafar qizi

Toshkent farmatsevtika instituti farmatsiya
fakulteti 1-bosqich talabasi

Turdiyeva Mafura Norbuta qizi

Toshkent farmatsevtika instituti farmatsiya
fakulteti 1-bosqich talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.22089946>

ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 21-avgust 2026 yil

Ma'qullandi: 23-avgust 2026 yil

Nashr qilindi: 25-avgust 2026 yil

KEY WORDS

o'zini-o'zi davolash, retseptsiz dori, antibiotiklarga chidamlilik, antimikrob rezistentlik, dorixona, farmatsevtika, nojo'ya ta'sir, dori o'zaro ta'siri, jamoat sog'lig'i, bakterial infeksiya, noto'g'ri tashxis, sog'liqni saqlash.

ABSTRACT

Mazkur maqolada o'zini-o'zi davolash, xususan, retseptsiz dori vositalaridan foydalanishning inson salomatligi va jamiyat uchun yuzaga keltirishi mumkin bo'lgan xavflari tahlil qilingan. Unda aholining shifokorga murojaat qilmasdan dori qabul qilishiga sabab bo'luvchi omillar, jumladan, tibbiy xizmatlardan foydalanish imkoniyatining cheklanganligi, moliyaviy sabablar, avvalgi davolanish tajribasi va dorilarning nazoratsiz sotilishi kabi holatlar yoritilgan. Shuningdek, noto'g'ri tashxis, dori vositalarining nojo'ya ta'siri va o'zaro ta'siri kabi xavflar ko'rib chiqilgan. Maqolada antibiotiklarni asossiz qo'llash natijasida yuzaga keladigan antimikrob chidamlilik muammosiga alohida e'tibor qaratilib, uning nafaqat alohida bemor, balki butun jamiyat salomatligiga ta'siri ochib berilgan. Yakunda o'zini-o'zi davolashni kamaytirish, antibiotiklardan faqat mutaxassis tavsiyasi asosida foydalanish, dori vositalarini to'g'ri saqlash va kasalliklarning oldini olishga qaratilgan amaliy tavsiyalar berilgan..

Boshi og'riganda dorixonaga kirib, so'ramasdan tabletka sotib olish; tomoq og'riganda "o'tgan safar shu antibiotik yordam bergandi" deb o'sha dorini yana ichish; bolaning isitmasi ko'tarilganda qo'shni yoki qarindoshning maslahati bilan dori berish — bu manzaralar ko'pchiligimiz uchun kundalik hayotning bir qismiga aylangan. Rivojlanayotgan mamlakatlarda, jumladan Markaziy Osiyoda, dorixonaga borib retseptsiz istalgan dorini — hatto antibiotiklarni ham — sotib olish odatiy hol hisoblanadi.

Bu maqolada o'zini-o'zi davolash (self-medication) tushunchasi, uning tarqalish sabablari, tibbiy va ijtimoiy oqibatlar, xususan antibiotiklarga chidamlilik muammosi bilan bog'liqligi, hamda bu muammoni yumshatish yo'llari ilmiy manbalar asosida tahlil qilinadi.

1. O'zini-o'zi davolash nima va u qanday tarqalgan

Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (JSST) o'zini-o'zi davolashni odamning shifokorga murojaat qilmasdan, o'z tashabbusi yoki tanish-bilishlarning maslahati bilan dori, o'simlik yoki uy davosidan foydalanishi sifatida ta'riflaydi. Bu global miqyosda keng tarqalgan hodisa bo'lib, turli mamlakatlarda uning darajasi sezilarli farq qiladi — ba'zi tadqiqotlarga ko'ra, umumiy o'zini-o'zi davolash amaliyoti aholining 32 foizidan 81 foizigacha qismini qamrab oladi.

Alohida xavotirli holat — bu antibiotiklar bilan o'zini-o'zi davolash. Turli mamlakatlarda o'tkazilgan tadqiqotlarni umumlashtiruvchi tahlillar antibiotiklar bilan o'zini-o'zi davolashning global o'rtacha darajasi taxminan 28 foizni tashkil etishini, ammo bu ko'rsatkich past va o'rta daromadli mamlakatlarda — xususan Nigeriyada 82 foizgacha, Indoneziyada esa 7 foiz atrofida — farq qilishini ko'rsatadi. Bu shuni anglatadiki, aynan iqtisodiy jihatdan kam rivojlangan mintaqalarda muammo eng keskin ko'rinishga ega.

Odamlarning antibiotiklarni retseptsiz qabul qilishining asosiy manbalari — dorixona xodimlarining tavsiyasi, oldingi davolanishdan qolgan dorilar, oila a'zolari va do'stlarning tajribasi hisoblanadi. Bunday holatlarda ko'pincha nafas yo'llari infeksiyalarida penitsillin guruhiga mansub antibiotiklar eng ko'p qo'llaniladigan dorilar sifatida qayd etiladi.

2. Nega odamlar shifokorga bormaydi

Tadqiqotchilar o'zini-o'zi davolashning tarqalishiga sabab bo'ladigan bir necha asosiy omilni aniqlaganlar:

Sog'liqni saqlash xizmatlariga cheklangan kirish imkoniyati. Ayniqsa qishloq va tuman markazlarida shifokorga navbat kutish, uzoq masofaga borish zarurati odamlarni tezroq yechim — dorixonaga murojaat qilishga undaydi.

Moliyaviy omillar. Shifokor konsultatsiyasi va tibbiy tekshiruvlar xarajat talab qiladi, dorixonadan to'g'ridan-to'g'ri dori sotib olish esa arzonroq va tezroq ko'rinadi.

Ilgari muvaffaqiyatli tajriba. Agar inson avval qandaydir dori bilan davolangan bo'lsa, keyingi safar xuddi shu simptomlarda o'sha dorini takror ishlatishga moyil bo'ladi — hatto sabab boshqacha bo'lsa ham.

Sog'liqni saqlash tizimiga ishonchning pastligi. Ba'zi tadqiqotlar shifokorlarga nisbatan ishonchsizlik yoki oldingi salbiy tajribalarning ham o'zini-o'zi davolashga turtki berishini ko'rsatadi.

Dorilarning erkin sotilishi. Ko'plab mamlakatlarda, jumladan rivojlanayotgan davlatlarda, og'riq qoldiruvchi va antibiotik kabi kuchli ta'sirli dorilar retseptsiz, hatto oddiy do'konlarda ham sotiladi — bu esa nazoratsiz iste'molni osonlashtiradi.

3. Asosiy tibbiy xavflar

3.1. Noto'g'ri tashxis va kechikkan davolanish

O'zini-o'zi davolashning eng jiddiy xavflaridan biri — noto'g'ri tashxis qo'yish ehtimoli. Ko'pgina kasalliklarning boshlang'ich alomatlari bir-biriga o'xshash bo'ladi: masalan, ko'krak qafasidagi og'riq oshqozon buzilishi deb noto'g'ri baholanishi mumkin, aslida esa yurak bilan bog'liq jiddiy holat bo'lishi ehtimoli bor. Dori vositalari orqali simptomni vaqtincha bostirish asosiy kasallikning yashirin rivojlanishiga va oqibatda asoratlarning kuchayishiga olib kelishi mumkin.

3.2. Dorilarning nojo'ya ta'siri va o'zaro reaksiyalari

Har bir dori vositasining o'ziga xos qarshi ko'rsatmalari, dozalash chegaralari va boshqa dorilar bilan mos kelish-kelmasligi mavjud. Mutaxassis nazoratsiz bir necha dorini bir vaqtda

qabul qilish, ayniqsa surunkali kasalliklarga ega bemorlarda, kutilmagan nojo'ya ta'sirlar va xavfli o'zaro reaksiyalarga sabab bo'lishi mumkin.

3.3. Antibiotiklarga chidamlilik — global tahdid

Ushbu mavzudagi eng jiddiy va uzoq muddatli oqibat — antimikrob chidamlilik (AMR) muammosidir. JSSTning 2025-yilda e'lon qilingan Global antibiotiklarga chidamlilik monitoring hisobotiga ko'ra, dunyo bo'ylab 2023-yilda laboratoriya tasdiqlangan bakterial infeksiyalarning har oltitasidan bittasi antibiotik davolashiga chidamli bo'lib chiqqan. 2018–2023-yillar oralig'ida kuzatilgan antibiotik-patogen kombinatsiyalarining 40 foizidan ortig'ida chidamlilik darajasi yillik 5–15 foizga oshgan.

Hisobotda, shuningdek, chidamlilik darajasi mintaqalar bo'yicha keskin farq qilishi qayd etilgan: Janubi-Sharqiy Osiyo va Sharqiy O'rta dengiz mintaqalarida deyarli har uchinchi infeksiya chidamli bo'lgan, Afrika mintaqasida — har beshinchisi, Yevropa mintaqasida esa nisbatan past — har o'ninchi holat. Bu farqlar ko'p jihatdan sog'liqni saqlash tizimining kuchi, nazorat imkoniyatlari va antibiotiklarning nazoratsiz sotilishi bilan bog'liq.

Antibiotiklarga chidamlilikning asosiy mexanizmi quyidagicha: antibiotik noto'g'ri dozada, to'liq kursini tugatmasdan yoki kerak bo'lmagan holatda (masalan, virusli shamollashda) qabul qilinganda, bakteriyalarning bir qismi omon qolib, o'sha dorilarga chidamli xususiyat hosil qiladi. Bu chidamli bakteriyalar keyinchalik boshqa odamlarga ham yuqishi, natijada oddiy infeksiyalarni davolash tobora qiyinlashishi mumkin. JSST mutaxassislari bu holatni insoniyat duch kelayotgan eng jiddiy sog'liqni saqlash tahdidlaridan biri sifatida baholamoqda — agar tegishli chora ko'rilmasa, chidamli infeksiyalar kelajakda oddiy jarrohlik amaliyotlari va davolanishlarni ham xavfli holatga aylantirishi mumkin.

3.4. Iqtisodiy va ijtimoiy oqibatlar

Antibiotiklarga chidamli infeksiyalar bilan og'rigan bemorlar odatda uzoqroq davolanadi, qimmatroq va kuchliroq (ikkinchi qator) dorilarga muhtoj bo'ladi, kasalxonada ko'proq vaqt o'tkazadi. Bu esa nafaqat oilaviy byudjetga, balki umuman sog'liqni saqlash tizimiga katta moliyaviy yuk tushiradi — bu muammo ayniqsa past va o'rta daromadli mamlakatlarda yanada og'irroq kechadi.

4. Nima uchun bu muammo bizga ham tegishli

O'zbekiston ham, boshqa rivojlanayotgan mamlakatlar singari, dorixonalarda retseptsiz antibiotik sotilishi keng tarqalgan muhitga ega. Bunday sharoitda har bir alohida insonning tanlovi — shifokorga borishmi yoki o'zi bilganicha davolanishmi — nafaqat o'z sog'lig'iga, balki butun jamiyat darajasidagi antimikrob chidamlilik holatiga ta'sir qiladigan omilga aylanadi. Boshqacha aytganda, bu — shaxsiy tanlov ko'rinishidagi jamoat sog'lig'i muammosidir.

5. Nima qilish kerak: amaliy tavsiyalar

Simptomlar davomiyligiga e'tibor bering. Agar holat uch kundan ortiq davom etsa yoki kuchaya boshlasa, bu shifokorga murojaat qilish uchun signal hisoblanadi.

Antibiotikni faqat tashxis asosida qabul qiling. Virusli infeksiyalarda (oddiy shamollash, gripp) antibiotik samarasiz — u faqat bakterial infeksiyalarga qarshi ishlaydi.

Kursni to'liq tugating. O'zini yaxshi his qila boshlagandan so'ng ham, shifokor belgilagan davolanish kursini to'xtatib qo'ymang — bu chidamli bakteriyalar shakllanishining asosiy sabablaridan biri.

Dorixonachidan faqat texnik ma'lumot so'rang. Dorixona xodimi tashxis qo'yish huquqiga ega emas — undan faqat dozalash, qarshi ko'rsatmalar va boshqa dorilar bilan mosligi haqida ma'lumot olish mumkin.

Uy dorixonasini tartibga soling. Muddati o'tgan yoki noma'lum dorilarni saqlamang, boshqa odamning retsepti bo'yicha yozilgan antibiotiklarni ishlatmang.

Gigiyena va profilaktikaga e'tibor qarating. Ko'plab infeksiyalarning oldini qo'l gigiyenasi, emlash va sog'lom turmush tarzi orqali olish mumkin — bu antibiotikka bo'lgan ehtiyojni kamaytiradi.

Xulosa.

Retseptsiz dori, ayniqsa antibiotik ichish — bir qarashda vaqt va xarajatni tejaydigan qulay yechim bo'lib ko'rinadi. Ammo ilmiy manbalar shuni ko'rsatadiki, bu amaliyot noto'g'ri tashxis, nojo'ya ta'sirlar va, eng muhimi, antimikrob chidamlilikning kuchayishi kabi jiddiy oqibatlarga olib kelishi mumkin. JSSTning so'nggi ma'lumotlariga ko'ra, bu muammo global miqyosda tez sur'atlar bilan kuchaymoqda va agar hozirdan choralar ko'rilmasa, kelajakda oddiy infeksiyalarni davolash imkonsiz bo'lib qolishi mumkin. Shu sababli har bir insonning ongli tanlovi — dorixonaga o'zi bilganicha borish o'rniga, zarur hollarda mutaxassisga murojaat qilish — nafaqat shaxsiy, balki jamoat sog'lig'ini himoya qilishga qo'shgan hissasi hisoblanadi..

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. World Health Organization. Global antibiotic resistance surveillance report 202.
2. World Health Organization. WHO warns of widespread resistance to common antibiotics worldwide. News release, 13 October 2025.
3. World Health Organization. Antimicrobial resistance. Fact sheet.
4. Sachdev C, Anjankar A, Agrawal J. "Self-Medication With Antibiotics: An Element Increasing Resistance." Cureus, 2022.
5. "Self-medication with antibiotics: A pervasive risk factor for antibiotic resistance and public health concerns." 2024.
6. "The global prevalence of antibiotic self-medication among the adult population: systematic review and meta-analysis." Systematic Reviews, Springer Nature, 2025.
7. "Relationship of self-medication and antimicrobial resistance (AMR) in low- and middle-income countries (LMICs): a scoping review." Journal of Public Health and Emergency, 2024.
8. "Household antimicrobial self-medication: a systematic review and meta-analysis of the burden, risk factors and outcomes in developing countries." BMC Public Health, Springer Nature, 2015.