



## KO'Z KASALLIKLARI VA ULARNING DAVOLASH USULLARI

---

*Djumayeva Maxfuza Kayumovna*

*Buxoro davlat tibbiyot instituti Tibbiy kimyo kafedراسي assistenti*

[dmahfuza51@gmail.com](mailto:dmahfuza51@gmail.com)

*Saidov Samad O'ktam o'gli*

*Buxoro davlat tibbiyot instituti Farmatsiya yo'nalishi II kurs talabasi*

### ANNOTATSIYA

Maqolada tana a'zolari orasida eng nozik hisoblangan a'zo - ko'zning tuzilishi haqida, ko'rish qobilyatining pasayishini oldini olish to'g'risida, ko'zning sog'ligini saqlashi va ko'zga zarar yetkazadigan narsalardan ehtiyot bo'lish choralari keltirilgan.

**Kalit so'zlar:** ko'z kasalliklari, ko'z anatomiyasi, katarakta, ko'z ko'rish qobilyati, baliq mahsulotining ko'rishga foydasi, ko'z yallig'lanishi

Inson tug'ulib, voyaga yetib, umr kechirishi davomida turli kasalliklarga chalinadi. Har bir a'zoning o'ziga xos funksiyasi bor va har bir a'zo insonga ko'mak beradi. Inson ko'zi ko'rar ekan, u barcha ishini bajara oladi.

Ko'zning quvvati va ko'rish qobiliyatida rux moddasining ahamiyati kata ekanligini anatomiya kursidan bilamiz. Rux moddasi ikkita kovak asab orqali ko'zga o'tadi[1]. O'sha asablar va ularga yopishgan pardalar ko'z kosasiga yetib kelgach, har birining uchi kengayib to'lishadi va keng yoyilib, butun ko'zdagi suyuqliklarni o'rab oladi, eng o'rtasidagi muzsimon suyuqlik gavhardir[2]. Gavhar do'l va muz kabi tiniq bo'lib, yumaloqdir[3].

Ko'z kasallilari bir necha xil bo'ladi. Insonning ko'rish anlizatori funksional shikastlanishi va ko'zning yordamchi apparati ya'ni qovoqlari shikastlanishi ham kishining ko'rish qobilyatini cheklaydi.

Har bir tana a'zosining qismlari bo'lganidek, ko'z ham bir nechta qismlardan tashkil topgan. Bu qismlardan eng muhimi esa ko'z gavhari hisoblanadi. Ko'z gavhari kasalliklaridan biri bu katarakta hisoblanadi. Bu ko'z gavharining xiralashishi hisoblanadi.

Ko'z ko'rish qobilyatining pasayishini oldini olish maqsadida tabiiy mahsulotlar ko'proq iste'mol qilishimiz kerak. Ko'rish qobilyatini yaxshilovchi eng samarali mahsulot bu baliq hisoblanadi. Baliqdan olinadigan baliq moyi tarkibida ko'rish qobilyatini yaxshilovchi ko'plab moddalar mavjud. Qish mavsumida baliq



mahsulotlarini ko'p miqdorda iste'mol qilish lozim. Ammo , yoz mavsumida baliq yeyish tavsiya etilmaydi. Chunki , baliq tarkibida baliq moyi ko'p bo'ladi va u issiq havoda insonda allergik kasallik keltirib chiqaradi.

Ko'z kasalliklaridan yana eng keng tarqalgani bu ko'zga infeksiya tushishi ya'ni ko'zning shamollashidir. Bunda ko'z yallig'lanadi. Ko'z yallig'lanishining ba'zisi haqiqiy bo'ladi, ba'zisi esa yallig'lanishga o'xshash bo'lib , uni takaddur va tasaddur ataladi[4]. Yallig'lanish kasalligida inson ko'zi qichishadi va achishadi , go'yo ko'zda nimadir bordek tuyuladi. Ko'z o'zidan ko'p miqdorda yosh ajratadi. Tabbiy mahsulotlardan bizga ko'k choy kerak bo'ladi. Ko'k choy yuvilib , qaynagan suvda achchiq qilib damlanadi va choy barglari olinib, har bir bar bilan ko'zlarni alohida artib olinadi. Bu amaliyot 3 kun davomida davomiy qilinadi .

Ko'zning yallig'lanishi bu ko'zning et qatlamidagi yallig'lanish hisoblanadi. Yallig'lanishning ba'zilari sodda hisoblanib, tomirlarning bo'rtishi , yosh oqishi va og'riq bilan o'tadi. Ba'zi hollarda yallig'lanish o'ta kuchli bo'ladi. Bu yallig'lanish keng tarqalgan bo'lib , ko'z oqi qorachiq ustigacha o'sib , uni berkitadi va ko'zni yumishga monelik qiladi. Bu yallig'lanish ko'pincha moddalarning ko'pligi va ko'zlarning kuchsizligi sababli bolalarda paydo bo'ladi. Ko'z yallig'lanishi faqatgina issiq moddadan bo'lavermaydi , balki shilliq va savdo moddalaridan ham bo'ladi[5].

Ko'z kasalliklari haqida so'z borarkan , inson ko'zining sog'ligini saqlashi va ko'zga zarar yetkazadigan narsalardan ehtiyot bo'lishi zarur. Ko'z sog'lig'ini saqlamoqchi bo'lgan kishi changdan, tutundan, issiq va sovuqda mo'tadil bo'lmagan havolardan, qattiq sovuq va issiq shamollardan ko'zini saqlashi lozim[6]. Biror yozuv yoki boshqa narsalarga uzoq vaqt tikilib turishdan saqlanish kerak. Ko'zni tozalab turuvchi tabbiy jarayonlardan biri bu yig'lash hisoblanadi. O'ta mayda yozuvlarga kamroq qarash ham ko'zga zarar yetkazadi. Jinsiy aloqani ko'p qilish ko'z uchun eng zararli narsadir; tez-tez mast bo'lish , qorinni to'ldirib ovqat yeyish , to'qlik holatida uxlash , hamma g'aliz ovqatlar , sharoblar va bosh tomonga bug' yuboradigan narsalar ham shunday zararlidir[7].

### **Adabiyotlar:**

1. Abu Ali ibn Sino "Tib qonunlari" III kitob 202- bet
2. Abu Ali ibn Sino "Tib qonunlari" III kitob 202- bet
3. Abu Ali ibn Sino "Tib qonunlari" III kitob 202- bet
4. Abu Ali ibn Sino "Tib qonunlari" III kitob 210- bet
5. Abu Ali ibn Sino "Tib qonunlari" III kitob 211- bet



6. Abu Ali ibn Sino “Tib qonunlari” III kitob 209 - bet
7. Abu Ali ibn Sino “Tib qonunlari” III kitob 209 – bet
8. Djumayeva Maxfuza Kayumovna , Obidova Maftunabonu Haydar qizi, [QANDLI DIABETNING KELIB CHIQISH SABABLARI, BARQARORLIK VA YETAKCHI TADQIQOTLAR ONLAYN ILMIY JURNALI: Vol. 3 No. 12 \(2023\): BARQARORLIK VA YETAKCHI TADQIQOTLAR ONLAYN ILMIY-AMALIY JURNALI](#)
9. Djumayeva Maxfuza Kayumovna , Avezova Dilfuza Baxtiyarovna , [OVQAT HAZM QILISH SISTEMALARINI DAVOLASH UCHUN ISHLATILADIGAN SHIFOBAXSH O’SIMLIKLAR VA ULARNING TARKIBINI O’RGANISH, BARQARORLIK VA YETAKCHI TADQIQOTLAR ONLAYN ILMIY JURNALI: Vol. 3 No. 12 \(2023\): BARQARORLIK VA YETAKCHI TADQIQOTLAR ONLAYN ILMIY-AMALIY JURNALI](#)
10. Djumayeva Maxfuza Kayumovna, Samandarova Mubina Oybekovna [YUQORI NAFAS OLISH SISTEMALARINI KASALLIKLARINI DAVOLASH UCHUN ISHLATILADIGAN SHIFOBAXSH O’SIMLIKLAR BARQARORLIK VA YETAKCHI TADQIQOTLAR ONLAYN ILMIY JURNALI: Vol. 3 No. 12 \(2023\): BARQARORLIK VA YETAKCHI TADQIQOTLAR ONLAYN ILMIY-AMALIY JURNALI](#)